

Katariina Autero, Laura Koivisto & Piia Sippu
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomi (AMK), diakoniatyö
Opinnäytetyö, 2019

NAISTEN OSALLISUUS PÄIVÄKESKUS VEIKKOLAN PÄIHDETYÖSSÄ

TIIVISTELMÄ

Katariina Autero, Laura Koivisto & Piia Sippu
Naisten osallisuus päiväkeskus Veikkolan päihdetyössä
83 sivua, 3 liitettä
Kevät 2019
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveystieteiden
Sosionomi (AMK), diakoniatyö

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää, miten päihdeongelman kanssa kamppailevat naiset voitaisiin tavoittaa paremmin mukaan Veikkolan päiväkeskustoimintaan ja miten toiminnassa voitaisiin lisätä naisten osallisuutta sekä huomioida heidän erityistarpeitaan. Opinnäytetyön aihe nousi Leppävirralla toimivaa Veikkolan päiväkeskusta ylläpitävän Toimintayhdistys Leppälinnun tarpeesta. Tällä hetkellä toiminnassa naisten osuus on hyvin vähäinen.

Opinnäytetyö oli tutkimuspainotteinen ja toteutettiin laadullisin menetelmin. Aineistoa kerättiin kahdella ryhmähaastattelulla sekä puolistrukturoidulla kyselylomakkeella. Haastattelut oli suunnattu päivätoimintaan osallistuville naisille ja Leppälinnun työntekijöille. Kyselylomakkeella tavoitettiin päivätoiminnan kohderyhmään kuuluvia naisia, jotka eivät tällä hetkellä olleet mukana toiminnassa. Haastatteluissa ja kyselyssä toistuivat samat teemat. Niillä pyrittiin selvittämään muun muassa, millaiset tekijät vaikuttavat siihen, haluaako toimintaan osallistua, millaisia toiveita ja kehitysehdotuksia toimintaa kohtaan on ja millaista tukea naiset kaipaavat. Lopuksi aineisto analysoitiin sisällönanalyysillä.

Tuloksista kävi ilmi, että moni on kuullut toiminnasta, mutta se ei ole niin selvää, miten siihen tullaan mukaan. Lisää tiedottamista kaivattaisiin, samoin matalan kynnyksen tulemisen mahdollisuuksia. Vain naisille suunnattuun toimintaan olisi kiinnostusta osallistua. Naiset kertoivat kokevansa vertaistuen ja erilaisen toiminnallisuuden tärkeiksi. Toiminnassa esiintyy näitä elementtejä, mutta niitä kaivattaisiin vielä lisää. Nykyiset naiskävijät ovat alun perin päätyneet toiminnan pariin ulkoapäin annetun velvoitteen seurauksena. Sittemmin toiminta on muodostunut heille tärkeäksi. Ryhmähaastatteluissa yhdeksi keskeisimmäksi teemaksi nousi myös seurakunnan ja hengellisyys merkitys. Päihderiippuvuudesta kuntoutuessa hengelliset asiat ovat nousseet naiskävijöille erityisen merkityksellisiksi, joten seurakunnan kanssa toivottaisiin lisää yhteistyön mahdollisuuksia.

Opinnäytetyö antaa Leppälintu-yhdistykselle suuntaviivoja työnsä kehittämiseen niin, että myös naisten tarpeet tulevat huomioiduiksi toiminnassa ja näin yhä useampaa naista voidaan olla tukemassa kohti päihteetöntä elämää. Lisäksi opinnäytetyö antaa kaikille aiheesta kiinnostuneille tietopakettin naiseuden merkityksestä päihderiippuvuudesta kuntoutumisessa. Työ tukee aiempia tutkimuksia naisten päihdekuntoutuksesta.

Asiasanat: Alkoholi, asiakaslähtöisyys, hengellisyys, kuntoutuminen, nainen, osallisuus, päihde, päiväkeskus

ABSTRACT

Katariina Autero, Laura Koivisto & Piia Sippu

Involvement of female substance abusers in Veikkola Day Activity Center's social work

83 pages, 3 appendices

Spring, 2019

Diaconia University of Applied Sciences

Degree Program in Social Services

Bachelor of Social Services, Diaconia

The aim of this thesis was to find out how the Leppälintu Association's Veikkola Day Activity Center could better reach women with substance abuse problems, meet their special needs and increase their involvement in the center's day activities. Leppälintu wanted to explore why so few women used their services and participated in their activities in Leppävirta.

The main method for investigating the situation and phenomenon was using the method of qualitative research. Material for the research was collected in two group interviews and a semi-structured questionnaire. The interviewees were Leppälintu Association's employees and women regularly participating in the Day Activity Center's activities. The questionnaire was filled by local women with substance abuse problems not participating in the activities. Both the interviews and questionnaires had equal content. The aim was to investigate what kind of factors increase or decrease willingness to join the activity, what kind of needs and wishes the women have and if they had any suggestions on developing the activities. The material was analyzed with content analysis.

The major results can be summarized as follows. Many women had heard about the activities the Day Activity Center offers but there was uncertainty as to how to join in —more information is needed. Low threshold access was also seen as important. Groups and activities exclusive to women was seen as a motivating factor. Peer support and different kinds of activities were seen as important. These elements are already present in Veikkola, but the demand is even higher. Most women regularly participating in the activities have joined in due to obligation, for example internship. Participation has, however, become meaningful for those women regardless of obligation. In the women's group interview one significant output was how spiritual needs were important at this stage of life. Co-operation with the church was seen as important, but it did not fulfill their spiritual needs deeply enough.

This thesis allows the Leppälintu Association to develop their work, so that women's needs can be met in a more precise way. The thesis can also help the church and other organizations, or anyone who interested in the subject, to give information on how to support women during rehabilitation. Developing methods of working with women suffering from substance abuse problems can help more and more women in their rehabilitation and achieving substance-free life. The thesis mostly supports views presented in earlier research.

Keywords: alcohol, customer orientation, day activity center, female, rehabilitation, spiritual, social engagement, substance addiction

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 NAINEN PÄIHTEIDEN KÄYTTÄJÄNÄ.....	7
2.1 Naisten päihteidenkäyttökulttuurin kehittyminen	7
2.2 Päihderiippuvuus	11
2.3 Päihdehaitat naisnäkökulmasta	13
2.4 Päihde- ja mielenterveysongelmien yhteys.....	17
3 PÄIHDEPALVELUT	18
3.1 Julkiset päihdepalvelut.....	18
3.2 Kolmas sektori ja vertaistuki päihdetyössä.....	20
3.3 Kirkon ja diakoniatyön tuki päihdetyössä	22
4 ASIAKKAAN HYVINVOINTIIN VAIKUTTAVIA TEKIJÖITÄ.....	26
4.1 Osallisuus	26
4.2 Asiakaslähtöisyys.....	29
5 NAISERITYISEN PÄIHDETYÖN TUTKIMUS JA KEHITTÄMINEN	32
6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	35
6.1 Tutkimuskysymykset.....	35
6.2 Toimintayhdistys Leppälintu ry ja Leppävirran päihdepalvelut	36
6.3 Tutkimusmenetelmän valinta ja aikataulutus.....	39
6.4 Ryhmähaastattelut ja puolistrukturoitu lomakehaastattelu	41
6.5 Aineiston analyysi	44
6.6 Eettisyys.....	46
7 TUTKIMUKSEN TULOKSET	48
7.1 Taustatiedot	48
7.2 Toiminnan parempi tavoitettavuus	50
7.3 Naisten osallisuuden lisääminen.....	54
7.4 Kehitysehdotuksia päivätoimintaan	56
8 JOHTOPÄÄTÖKSET	59

8.1 Viestintä ja tunnettavuus	59
8.2 Tuen tarve	61
8.3 Osallistumisen esteitä	62
8.4 Hengellisyys	63
9 POHDINTA	65
LÄHTEET	69
LIITE 1. Naiskävijöiden ryhmähaastattelu	78
LIITE 2. Työntekijöiden haastattelu	80
LIITE 3. Lomakehaastattelu	82

1 JOHDANTO

Viime vuosikymmeninä naisten päihteidenkäyttö on lähtenyt kasvuun. Lähestulkoon kielletystä on vähitellen tullut tavallista. Lisääntynyt päihteidenkäyttö on johdantanut myös naisten osuuden kasvuun päihdepalveluiden käyttäjinä. Vaikka osittain naisten päihteidenkäyttö on seurausta sukupuolirajojen rikkomisesta, se ei ole kuitenkaan täysin samanlaista miesten päihteidenkäytön kanssa, vaan naisuus ja siihen liittyvät kokemukset, asenteet ja paineet tuovat siihen omat huomiolarvoiset ominaispiirteensä (Ahlström 2013, 70; Lydén 2010, 7–8).

Suomessa sosiaali- ja terveydenhuollon palveluja uudistetaan parhaimmillaan. Mielenterveys- ja päihdepotilaiden palvelut halutaan yhtenäistää niin, että asiakkaat saavat tarvitsemansa palvelut joustavasti samasta yksiköstä. (Marttunen, Kärkkäinen & Suvisaari i.a.; Partanen, Kuussaari, Markkula, Forsell & Varis i.a.) Julkisten palveluiden lisäksi monet päihdehuollon palveluista ovat järjestökentän tuottamia. Kolmannen sektorin vahva ote päihdetyöhön auttaa päihderiippuvaisia ja heidän läheisiään arjessa (Marttunen ym. i.a.). Kolmannen sektorin järjestämisen toiminnan avulla päihdekuntoutujat saavat muun muassa vertaistukea toisiltaan ja kokemuksen, että eivät ole ongelmiansa kanssa yksin (Vuorilehto, Larri, Kurki & Hätönen 2014, 243).

Leppävirralla toimii päihdepalveluja tarjoava Toimintayhdistys Leppälintu ry, joka ylläpitää Veikkolan päiväkeskusta. Leppälintu-yhdistyksestä tarjottiin opinnäytetyön aiheeksi tutkimusta naisten osallisuuteen vaikuttavista tekijöistä. Tulosten avulla yhdistyksen on mahdollista kehittää toimintaansa erityisesti päihdeongelmaisia naisia ajatellen. Veikkolan päivätoiminnassa käy pääasiassa miehiä ja naisten vähäisen osallistumisen määrä on mietityttänyt työntekijöitä. Tutkimuksen tavoitteeksi tuli selvittää, miten naiskävijöiden osallisuuden kokemusta ja osallistumista Leppälintu-yhdistyksen Veikkolan päivätoimintaan voisi lisätä.

Opinnäytetyö antaa kuvan pienen paikkakunnan päihdetyön arjesta. Se antaa aiheesta kiinnostuneille tietoa ja auttaa ymmärtämään erityisesti naisten päihdeidenkäyttöön liittyvien erityispiirteiden tunnistamista. Keskeisessä roolissa on myös näkökulma, millaisiin asioihin olisi hyvä kiinnittää huomiota toiminnan suunnittelussa asiakaslähtöisyyden ja osallisuuden kokemuksen toteutumiseksi. Opinnäytetyötä voi hyödyntää päihdeongelmista kärsivien naisten auttamiseen ja päihdetyön kehittämiseen nais erityisestä näkökulmasta. Opinnäytetyö antaa päihdetyön kentältä ajankohtaisen katsauksen myös seurakuntatyöhön.

2 NAINEN PÄIHTEIDEN KÄYTTÄJÄNÄ

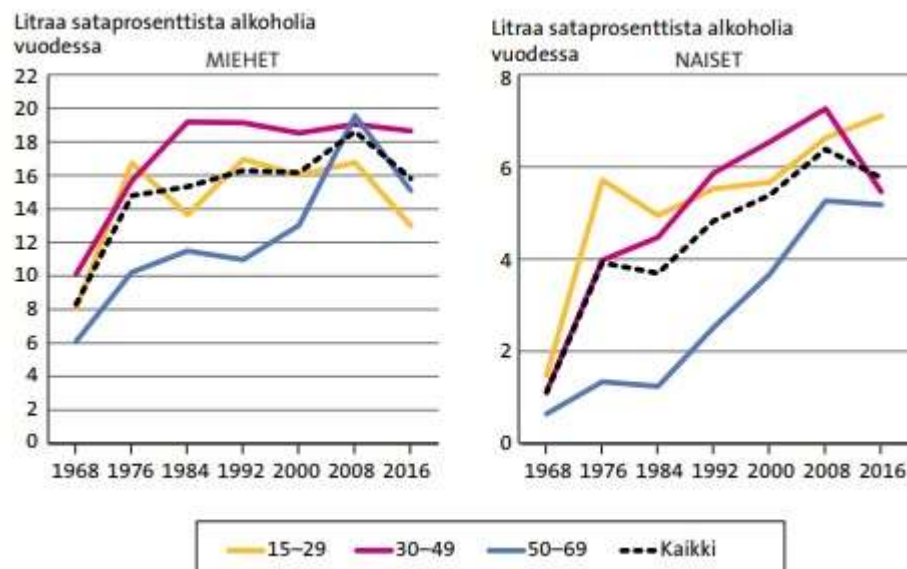
Ympäristön asenteet ovat ankarampia naisille kuin miehille. Päihdeongelmasta kärsivä nainen saa helposti osakseen arvostelua ja tuomitsemista. Naiset tuntevat päihdeongelmasta myös paljon häpeää ja syyllisyyttä. Päihteiden käytön myötä he altistuvat monille haavoittaville kokemuksille ja elämänsä kriiseille, jolloin päihdeongelma lieveilmiöineen vaikuttaa ihmisen koko elämään. (Kujala & Hiltunen 2007, 10–11.)

2.1 Naisten päihteidenkäyttökulttuurin kehittyminen

Vielä 1950-luvulla yleisen asenneilmapiirin mukaan alkoholinkäyttö kuului lähinnä miehille. Naisten roolina nähtiin raittiuden ja kaikin puolin terveellisen ja perhekeskeisen elämäntavan edistäminen. (Lydén 2010, 7.) Sittemmin sukupuolten välisen tasa-arvoistumisen myötä myös naisille on auennut laajemmat mahdollisuudet osallistua työelämään ja muuhun kodin ulkopuoliseen toimintaan. Työsäkäynnin myötä niin naisten taloudelliset resurssit kuin käytössä oleva vapaa-aikakin ovat lisääntyneet ja heidän ihmissuhteensa ovat laajenneet huomattavasti perinteisen ydinperheen parista. Nämä kaikki yhdessä ovat olleet lisäämässä alkoholinkäyttötilanteita heidän elämässään. Sen lisäksi, että tasa-arvoisemmat mahdollisuudet sukupuolten välillä on lisännyt naisten juomista, on ilmiö toiminut myös toisinpäin. Naisten juomista on myös käytetty rikkomaan perinteisiä sukupuolirooleja. Naisten alkoholinkäytön yleistyminen on siirtänyt alkoholinkäytön julkisten paikkojen sijaan suurimmaksi osaksi kotiympäristössä tapahtuvaksi. Sen myötä puoliset yhä useammin juovat yhdessä ja heidän alkoholinkäyttötottumuksensa ovat lähentyneet toisiaan. (Ahlström 2013, 70.)

Pitkän aikavälin muutokset alkoholinkäytössä ovat olleet naisilla paljon suurempia kuin miehillä niin alkoholin käytön useudessa, kerralla käytetyissä määrissä kuin raittiudessakin. Vuodesta 1968 vuoteen 2008 alkoholin käyttökertojen useus oli suuressa nousussa. Käyttökertojen useus nousi keskimäärin 14 käyttökerrasta 45 käyttökertaan vuodessa vuosien 1968–2008 välillä. Vuonna 1968 naiset

joivat keskimäärin yhden kerran kuukaudessa, kun vuonna 2008 naiset joivat jo melkein yhden kerran viikossa. Käyttökertojen useus on laskusuunnassa, sillä vuonna 2016 on tilastoitu enää 36 kertaa. Alkoholijuomat ovat kuitenkin tulleet osaksi naisten elämää ihan eri tavalla kuin ennen. Vuoden 2018 tilastoiden (kuvio 1) mukaan naisista eniten alkoholia käyttävä ikäryhmä on 15–29 –vuotiaat. Miehillä taas sama ikäryhmä on vähiten käyttävien ryhmä. Huomiona naisten ikäryhmä 15–29 käytti vuonna 2016 lähes saman verran alkoholia kuin miehet käyttivät keskimäärin vuonna 1968. (Mäkelä 2018, 36.)



KUVIO 1. Alkoholinkulutus ikä ja sukupuoliryhmittäin 1968–2016 välisenä aikana (Mäkelä 2018, 34)

Juomatapatutkimuksen perusteella on havaittavissa, että vuodesta 2000 vuoteen 2016 miesten ja naisten väliset erot alkoholinkulutuksessa ovat kaventuneet. Taulukko 1, jossa on tilastoitu sukupuolten ja eri ikäryhmien alkoholinkäyttötottumuksia vuosina 2000, 2008 ja 2016, havainnollistaa tätä kehitystä. Kaikkien indikaattorien mukaan naisten alkoholinkulutus lisääntyi vuosien 2000 ja 2008 välillä ja saavutti miesten alkoholinkulutusta, jonka osalta tulokset ovat vaihtelevia: osittaista kasvua on havaittavissa, mutta esimerkiksi huomattavan suuri kertakulutus, yli 13 annosta alkoholia kerralla kuluttaneiden osuus, oli hieman pienentynyt, samoin alkoholinkäyttökertojen keskimääräinen kerralla juotu annosmäärä syys-

viikon aikana. Vuosien 2008 ja 2016 välillä sukupuolten väliset erot jatkoivat tasoitumistaan samalla kun alkoholin kulutuksessa tapahtui laskua. Huomattavampaa kulutuksen väheneminen on ollut miesten kohdalla, mutta edelleen he käyttävät runsaammin alkoholia. Myös ikä on yhteydessä muutokseen alkoholinkulutuksessa. Vuoden 2008 jälkeen nuorten ikäryhmässä, 15-29-vuotiaissa, tapahtui huomattavin lasku alkoholin kertakulutuksen määrissä, joskin he edelleen juovat kerralla muita enemmän: vuoden 2016 tuloksen mukaan keskimäärin 5,7 annosta kerralla. Vastaava luku kaikilta alkoholia käyttäviltä on 4,5 annosta. (Mäkelä & Härkönen 2017, 513, 517-519.)

TAULUKKO 1. Alkoholinkäyttötilastoja (Mäkelä & Härkönen 2017, 517)

Alkoholinkäytön indikaattoreita sukupuolen ja iän mukaan. Vuosia 2000 ja 2016 koskevilla riveillä olevat tilastolliset testit koskevat eroa vuoteen 2008 verrattuna. Kunkin muuttujan alla olevalla rivillä sulkeissa on interaktiotestien p-arvoja¹

	Kaikki	Sukupuoli		Ikä		
		Miehet	Naiset	15–29	30–49	50–69
Raittiita, %						
		(p1=0,31; p2=0,17)		(p1=0,19; p2=0,08)		
2000	9	8	9	7	6	14
2008	10	10	10	10	7	13
2016	13***	12	15***	14*	12 **	14
Alkoholia useammin kuin viikoittain käyttäviä, %						
		(p1=0,80; p2=0,71)		(p1=0,02; p2=0,77)		
2000	25	34	15	19	29	23**
2008	27	37	17	17	30	31
2016	21***	29***	12**	11**	23 **	24**
Syysviikon käyttökertojen keskimääräinen kerralla juotu annosmäärä (niillä joilla >0)						
		(p1=0,01; p2=0,13)		(p1=0,40; p2=0,02)		
2000	4,7	6,0	3,0***	6,2	4,6	3,4
2008	4,8	5,8	3,6	6,9	4,7	3,6
2016	4,5	5,2*	3,6	5,7**	4,6	3,7
Vastaajia, jotka ovat juoneet 5+ kuukausittain, %						
		(p1=0,77; p2=0,15)		(p1=0,11; p2=0,02)		
2000	33	50	17	50	32	21
2008	35	51	18	47	36	24
2016	29*	42***	16	36***	29 **	24
Vastaajia, jotka ovat käyttäneet 13 annosta tai enemmän ainakin kerran vuodessa, %²						
		(p1=0,004; p2=0,83)		(p1=0,39; p2=0,72)		
2000	27	46	8**	41	27	15
2008	28	44	12	40	30	16
2016	23***	37***	9	33**	27	13
Korkean riskin käyttäjiä, %³						
		(p1=0,27; p2=0,78)		(p1=0,48; p2=0,98)		
2000	5,9	8,1	3,6	7,0	6,1	4,8
2008	6,6	8,3	4,9	6,3	7,1	6,3
2016	5,2	6,8	3,7	4,9	5,8	5,0

*p<,05; **p<,01; ***p<,001

¹ Interaktio sukupuolen ja ajan välillä p1: 2000–2008 ja p2: 2008–2016, ja vastaavasti 3–luokkaisen ikämuuttujan ja ajan välillä.

² Maksimimääräksi on otettu suurempi GF-mittarissa annetusta maksimista ja yksittäisten raportoitujen alkoholinkäyttökertojen suurimmasta annosmäärästä.

³ Naiset yli 20 g päivä eli 12 annosta viikossa; miehet 40 g per päivä eli yli 23 annosta viikossa.

Suomalaisessa kulttuurissa alkoholinkäyttö liittyy pitkälti sosiaalisiin tilanteisiin. Myös humalakulutus on tyypillinen osa suomalaisten alkoholinkäyttötottumuksia. Nykyään yhä useampi naisista juo. Alkoholista käyttävät juovat useammin ja kerralla juodaan aiempaa enemmän. Tasa-arvokehitys on asettanut monen naisen kaksoisrooliin perheenäitinä ja työntekijänä. Tämä voi olla naiselle erityisen stressaava ja alkoholilla voidaan yrittää helpottaa sitä. Se ei ole ongelmaton, sillä erityisen voimakkaasti ympäristön tuomitsemaksi tulee nainen, joka on äiti, mutta juo. (Ahlström 2013, 70; Lydén 2010, 7; Palojärvi 2010, 11.) Sama ilmiö on havaittu myös Ruotsissa. Vaikka naisilla ja miehillä on melko tasavertaiset mahdollisuudet, vallitsevat silti yleiset normit ja sukupuoleen perustuvat roolit, joiden mukaan päävastuu suhteiden ylläpitämisestä ja perhe-elämästä huolehtimisesta kuuluu naisille ja näin ollen naisten päihteidenkäyttöön suhtaudutaan negatiivisemmin kuin miesten (Storbjörk 2011, 199).

Vuoden 2011 päihdelaskennan perusteella alkoholin käyttö on muihin päihteisiin verrattuna edelleen huomattavasti yleisempää. Kuitenkin joka kolmas alkoholinkäyttäjä on käyttänyt alkoholin rinnalla jotain toista päihdettä, tavallisimmin rauhoittavaa lääkettä. 2000-luvulla myös asenteet huumeiden käyttöä kohtaan ovat lieventyneet, joskin enemmistön suhtautuminen huumeisiin on edelleen kielteistä. Euroopan mittakaavassa vertailtuna huumeiden käyttö on vähäistä Suomessa. Huumeekokeiluista yleisintä on kannabiksen kokeileminen. Vuonna 2018 suomalaisista naisista 20 % ilmoitti kokeilleensa huumeita joskus, suurin osa kannabista. Tulos on kasvanut aiemmista vuosista. Vielä vuonna 2014 vastaava luku oli 15 % ja 2010 14 %. (Kuoppasalmi, Heinälä & Lönnqvist 2014, 491; Karjalainen, Hakkarainen & Salasuo 2019, 2–3, 7.)

2.2 Päihderiippuvuus

Päihteiden kulutuksen kasvun myötä myös päihdehäiriöt ovat yleistyneet. Tavallisesti päihteidenkäyttö etenee altistumisen ja kokeilun kautta päihteen vakiintuneemmaksi käytöksi. Vähitellen vakiintunut käyttö saattaa ylittää riskirajat ja johtaa riippuvuuden syntyyn. Väestötasolla päihteen helppo saatavuus ja edullinen

hinta edesauttavat riippuvuuksien syntyä. Vaikutusta on myös yksilöiden geneettisillä ja kehitykseen tai olosuhteisiin liittyvillä riskitekijöillä. (Kuoppasalmi, Heinälä & Lönnqvist 2014, 486.)

Lapsuudella on kauaskantoiset vaikutukset ihmisen elämässä. Jos lapsena ei ole saanut mallia itsensä hyväksymisestä ja on joutunut kokemaan vähättelyä tai kaltoin kohtelua, muodostuu myöhemmissä elämänvaiheissa kohonnut riski riippuvuusongelmien syntyyn. Naisilla päihteidenkäytön laukaisevia syitä ovat muun muassa huonosta olost ja stressistä selviytyminen. Lopulta päihteidenkäyttö saattaa kehittyä riippuvuudeksi asti aivan huomaamattakin. (Lydén 2010, 7; Palojärvi 2010, 10–11.)

Päihderiippuvuus voi syntyä eri aineisiin: alkoholiin, nikotiiniin ja eri huumausaineisiin. Ydinoireena on himo päihteen käyttämiseen ja toiminnan pakonomaisuus. Päihteen käytöstä tulee usein hallitsematonta, josta seuraa lopettamisen vaikeutta haitoista huolimatta ja itsestään huolehtimisen laiminlyömistä. Riippuvuuteen liittyy myös monesti kykenemättömyys havaita päihteiden käytöstä seuraavia haittavaikutuksia. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Aiheet. Mielenterveys. Mielenterveyshäiriöt. Päihderiippuvuus 2014.)

Päihderiippuvuus kohdistuu erityisesti päihteillä tavoiteltavaan kokemukseen. Se voi tarkoittaa esimerkiksi stressin lievittämistä, erilaisten äärikokemusten tavoittelua tai vieroitusoireiden poistamista. Erityisesti naisten kohdalla Palojärvi esittää mahdolliseksi päihteidenkäytön taustatekijöiksi myös arkielämän paineet ja siitä seuraavan uupumisen, vaikeudet läheissuhteissa sekä itsetuntoon ja riittämättömyudentunteeseen liittyvät kokemukset. Riippuvuuden muodostuminen on yhteydessä aivojen hermostollisiin muutoksiin. Fysiologisten syiden lisäksi riippuvuutta ylläpitää kyseisen päihteen käytöstä psyykkisesti koetut hyödyt tai uskomus muiden vaihtoehtojen sopimattomuudesta itselle. Riippuvuus on hyvin ristiriitaista toisaalta aiheuttaessaan välitöntä mielihyvänkokemusta ja kuitenkin samalla enenevässä määrin haittaa ja sosiaalista paheksuntaa. (Palojärvi 2010, 11; Koski-Jännes 2009.)

2.3 Päihdehaitat naisnäkökulmasta

Tavallisesti päihdeongelma on miesten parissa yleisempää kuin naisten. Sen vuoksi päihdeongelmaiset naiset muodostavatkin merkittävämmän poikkeaman yhteiskunnan normeihin. Normeista poikkeamisella voi olla hankalia seurauksia. Tanskalaisten Hecksherin ja Hessen mukaan jo päiväkotikäisten lasten on havaittu hylkivän enemmän aggressiivisesti käyttäytyviä tyttöjä kuin poikia. Nämä tytöt muodostavat samalla käytöksellä suuremman poikkeaman normeihin. (Hecksher & Hesse 2009.)

Tasa-arvoisemmasta ilmapiiristä huolimatta naiseuteen ja äitiyteen liittyy edelleen vahvoja roolipaineita yhteiskunnassamme. Päihteiden ei katsota kuuluvan yhteen näiden roolien kanssa. Näin ollen päihdeongelma aiheuttaa naiselle erityistä häpeän kokemusta ja johtaa herkästi tilanteen salailuun viimeiseen saakka. (Palojärvi 2010, 11.)

Perinteisesti osana naisen elämäntapaa on ollut lasten saaminen ja perhekeskeinen elämäntapa. Myös tänä päivänä äitiydellä on keskeinen rooli naisen elämässä ja monella päihdeongelmaisella naisella on lapsia. Päihdeongelma voi aiheuttaa äidille pelkoa lasten menettämisestä. Se ei ole kuitenkaan pelkästään äidin oma ongelma, vaan yhden perheenjäsenen päihdeongelmasta aiheutuu haittaa koko perheelle. Tavallisesti alaikäisten huoltajat saavat päihdeongelmaansa parhaiten apua, mutta jos vanhemmuus ei suju odotusten mukaan ja lapset joudutaan huostaanottamaan, aiheutuu menetyksestä suuri suru. Ilman tietoista kierteen katkaisemista päihdeongelma siirtyy herkästi vanhemmalta lapselle. (Lahti 2013, 165; Lydén 2010, 7.)

Alkoholiriippuvuuden myötä sosiaalinen hyvinvointi heikkenee. Mahdollisen lasten laiminlyömisestä lisäksi sen muita ilmenemismuotoja ovat ongelmat avioliitossa, muissa ihmissuhteissa ja työelämässä, työttömyys, taloudelliset haasteet, syrjäytyminen, järjestysongelmat, rikollisuus ja väkivalta. (Kianmaa 2013, 162.) Lähisuuhdeväkivalta on yleinen väkivallan muoto. Päihteiden käyttö, niin uhrin kuin tekijänkin, lisää väkivallan riskiä ja sen seurausten vakavuutta. Päihteet ovat osallisina perheenjäseniin kohdistetuissa väkivaltatapauksissa 25–50 %:ssa.

Aina ei ole kyse vain siitä, että mies lyö naista ja mahdollisesti lapsia, vaan myös naiset lyövät. Joskus väkivalta voi olla myös molemminpuolista. (Lydén 2010, 25.)

Päihdeongelmalla on vaikutusta naisen elämään myös seksuaalisuuden alueella. Usein päihdeongelmaisen naisen kumppanilla on myös päihdeongelma ja heidän sosiaaliset verkostonsa koostuvat pääosin päihteidenkäyttäjistä. Pahimmillaan nainen joutuu tällaisessa ympäristössä kokemaan seksuaalista hyväksikäyttöä. (Storbjörk 2011, 201.) Erityisesti huumeita käyttäville naisille voi muodostua selviytymiskeinoksi kustantaa asumisensa ja elantonsa tarjoamalla seksiä ja usein sen seurauksena he joutuvat kokemaan väkivaltaa seksikumppaneidensa taholta (Hecksher ja Hesse 2009). Sopimattoman seksuaalisen kohtelun kokemisen lisäksi päihdetyön asiakkaissa seksuaaliterveyteen liittyvistä asioista huolta aiheuttavat myös ei-toivottu raskaus, sikiövauriot ja sukupuolitaudit (Lydén ja Lindroos 2010, 31).

Alkoholinkäytössä yksilötasolla olennaisimman riskin aiheuttaa humalakulutus ja korkeat kertakulutusmäärät. Suomessa ja muualla Pohjois-Euroopassa alkoholinkulutus on useammin humalakulutusta kuin Etelä-Euroopan maissa. (Mäkelä & Härkönen 2017, 514.) Naisten alkoholinkäytön riskirajaksi on määritelty 16 annosta viikossa. Yksi viikkoannos tarkoittaa keskiolutpulloa tai 12 cl:aa viiniä tai 4cl:aa väkevää viinaa. Kerralla ei saisi ylittää viittä annosta. Riskirajan ylittävä kulutus altistaa moniin sairauksiin ja esimerkiksi rintasyövän riskit lisääntyvät jo 10 alkoholiannoksen viikkokulutuksen myötä. (Palojärvi 2010, 11.) Kroonisten terveyshaittojen lisäksi päihtymyksen seurauksena aiheutuu myös tapaturmaisia loukkaantumisia ja myrkytyksiä, jotka saattavat pahimmillaan olla kuolemaan johtavia (Kiianmaa 2013, 162).

Vaikka naisten päihdeongelmat eivät olekaan aivan yhtä yleisiä kuin miesten, näyttää siltä, että kun naisilla on päihteiden kanssa ongelmia, ovat ne usein miesten ongelmia vakavampia. Naisten päihdeongelmat myös kehittyvät nopeammin ja esimerkiksi he kokevat aikaisemmassa vaiheessa alkoholinkäytön fyysisiä haittavaikutuksia kuten vaurioita maksassa tai aivoissa. (Hecksher & Hesse 2009.) Naisilla nopeammin kehittyvän päihderiippuvuuden ja varhaisempien

päihdehaittojen ajatellaan johtuvan siitä, että keskimäärin he ovat miehiä pienikokoisempia, jolloin alkoholin ja huumeiden vaikutus heidän elimistössään on voimakkaampaa (Lydén 2010, 7).

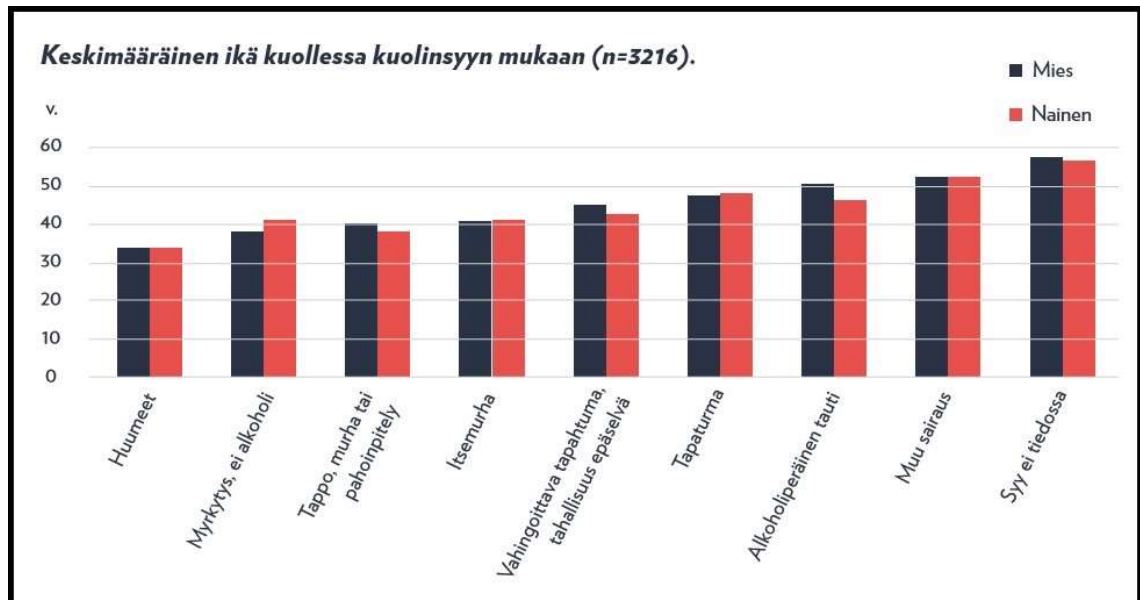
Päihdeongelma aiheuttaa myös todellisen riskin ennenaikaiseen kuolemaan. Rekisteritutkimus osoitti vuosina 1990–2009 hoitoon hakeutuneista päihdeongelmaisista naisista joka viidennen kuolleen vuoteen 2014 mennessä. Miehillä vastaava luku oli joka kolmas. Kuolleet olivat keskimäärin 50-vuotiaita ja suurin osa kuolemista oli ennenaikaisia. Taulukko 2 osoittaa päihdeongelmaisten naisten ja miesten ensisijaiset kuolinsyyt. Huomattavan suuri osa kuolemista on päihteisiin liittyviä. Vain noin kolmannes (32 %) päihdeongelmaisista naisista, kuolee sellaisen syyn seurauksena, jonka ei voida katsoa olevan mitenkään yhteydessä päihteisiin. Päihdeongelman yhteydessä naisilla itsemurha on yleisempi kuolinsyy kuin miehillä. Kummallakin sukupuolella on myös paljon (19 %) alkoholiperäisestä taudista aiheutuvia kuolemia. Kuvio 2 kertoo päihdeongelmaisen keskimääräisen kuoliniän kuolinsyyin ja sukupuolen perusteella. Vaikka alkoholiperäiset taudit ovat miehillä ja naisilla yhtä yleisiä, kuolevat naiset niihin keskimääräisesti nuorempina. Päihdeongelmaisten kuolinsyistä kaikista varhaisimmassa iässä aiheutuvat tavallisesti huumeekuolemat. (Pitkänen 2017, 22–23.)

TAULUKKO 2. Päihdeongelmaisten kuolinsyyt (Pitkänen 2017, 23)

Päihdeongelmaisten miesten ja naisten ensisijainen kuolinsyy (%). Tilastokeskuksen luokitus.

	Mies n=2476	Nainen n=740	Yhteensä n=3216	Sig. 1
Alkoholiperäinen tauti	19	19	19	
Itsemurha	10	16	11	***
Myrkytys, muu kuin alkoholi	11	11	11	
Tapaturma	10	8	9	
Tapaturmainen altistuminen alkoholille	6	7	7	
Huumeet	3	2	2	
Tappo, murha tai pahoinpitely	2	2	2	
Vahingoittava tapahtuma, tahallisuus epäselvä	1	1	1	
Muu sairaus (ei päihde-ehdoinen)	37	32	36	*
Syy ei tiedossa	2	2	2	
Yhteensä	101	100	100	

1Tilastollinen merkitsevyystaso
*0,01 < p < 0,05; **0,001 < p < 0,01; *** p < 0,001



KUVIO 2. Kuolinikä kuolinsyy mukaan (Pitkänen 2017, 23)

2.4 Päihde- ja mielenterveysongelmien yhteys

Päihderiippuvuus ei suojaa muilta mielenterveyden häiriöiltä, pikemminkin päinvastoin. Mielenterveyden häiriöitä luonnehtivat kliinisesti merkitsevät psyykkiset oireet. Yhdessä ne muodostavat eri oireyhtymiä. Häiriöihin liittyy toimintakyvyn ja elämänlaadun heikkenemistä sekä subjektiivista kärsimystä. Päihteidenkäyttäjillä monet näistä häiriöistä ovat muuta väestöä yleisempiä. (Kuoppasalmi, Heinälä & Lönnqvist 2011, 406; Lönnqvist & Lehtonen 2011, 12–13.) Päihteiden käytöstä voi aiheutua monenlaista psyykkistä oireilua. Sen lisäksi alkoholiongelmallisista noin 40 %:lla ja huumeongelmallisista jopa yli 50 %:lla on jossain vaiheessa elämänsä päihteistä riippumaton mielenterveyden häiriö. Päihde- ja mielenterveysongelmien yhteys on tarkasteltavissa myös toisinpäin: 30 % mielenterveysongelmia potevista, potee jossain vaiheessa elämänsä myös päihdehäiriötä. (Aalto 2017.)

Kun henkilöllä on sekä mielenterveydenhäiriö että päihdeongelma samanaikaisesti, puhutaan kaksoisdiagnoosista. Silloin psyykkiset oireet ovat riippumattomia päihteiden välittömistä vaikutuksista eivätkä häviä ilman hoitoa pitkänkään raittiuden jälkeen toisin kuin päihteiden käytöstä aiheutuvat oireet. (Aalto 2017.) Tällöin on tärkeää, että henkilö saisi kokonaisvaltaista apua tilanteeseensa ja että mielenterveysongelma tulisi huomioitua myös itsenäisenä sairautenaan eikä vain päihdeongelman lieveilmiönä.

3 PÄIHDEPALVELUT

Päihdetyön tarkoitus on tehdä terveyttä edistävää työtä, ehkäistä päihteiden käyttöä ja sen haittoja sekä tehdä korjaavaa työtä. Päihdehoitoa saa sosiaali- ja terveydenhuollon toimintayksiköissä. (Kurki 2015, 29.) Julkisen sektorin kautta kaikilla on yhtäläinen oikeus palveluihin. Päihdepalveluita on saatavilla myös monen muun eri palveluntuottajan järjestämänä päihdepalveluihin erikoistuneissa yksiköissä. Monet päihdepalvelut ovat kolmannen sektorin tarjoamaa asiantuntevaa päihdepalvelua. Myös lähiyhteisöllä, vertaistuellalla ja kirkolla on merkittävä tehtävä päihteettömän sosiaalisen elämän tukemisessa ja päihderiippuvuudesta irti pääsemisessä.

3.1 Julkiset päihdepalvelut

Päihdehuoltolaki (L 41/1986) ja sosiaalihuoltolaki (L 1301/2014) velvoittavat kunnat järjestämään riittävät päihdepalvelut kuntiin. Kunnilla on mahdollisuus tuottaa päihdepalvelut itse tai yhteistyössä toisten kuntien kanssa. Kunnat voivat myös ostaa palvelut yksityisiltä tai kolmannen sektorin palveluntuottajilta. Palveluja tulee järjestää olemassa olevan tarpeen mukaan sekä päihteiden käyttäjille, että heidän läheisilleen. Raskaana olevalle päihteiden käyttäjälle on järjestettävä välittömästi päihteettömyyttä tukevat sosiaalipalvelut. (Sosiaali- ja terveysministeriö, Sosiaali- ja terveyspalvelut, sosiaalipalvelut, päihdepalvelut.)

Kunnan tehtävänä on myös huolehtia ehkäisevän päihdetyön organisoinnista alueellaan laaja-alaisen hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi (L 523/2015). Ehkäisevä päihdetyö on päihteiden aiheuttamien haittojen ehkäisyä ja vähentämistä, vaikuttamalla muun muassa asenteisiin, tietoihin, saatavuuteen ja tarjontaan. Se kohdistuu alkoholin lisäksi myös muihin riippuvuutta aiheuttaviin asioihin, kuten huumausaineisiin, tupakkaan ja peliriippuvuuteen. Ehkäisevä mielen-terveystyö puolestaan tarkoittaa suojaavien tekijöiden vahvistamista ja sitä vahingoittavien tekijöiden vähentämistä. Kunnilla on ehkäisevässä mielen-terveys- ja päihdetyössä keskeinen rooli, sillä suurin osa mielen-terveys- ja päihdetyöstä

toteutuu kuntalaisten arkiympäristössä. Ehkäisevällä mielenterveys- ja päihde-työllä pyritään puuttumaan hyvinvointiongelmiin. (Pohjois-Savo. Hyvinvointia arkeen. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen Pohjois-Savossa.) Sosiaali- ja terveysalan lisäksi ennaltaehkäisevää työtä tehdään kunnassa monialaisesti varhaiskasvatuksessa, opetus-, kulttuuri ja nuorisoalalla, yhdyskuntasuunnittelussa, alkoholi- ja tupakkalakien valvonnassa sekä poliisin, elinkeinoelämän ja yleishyödyllisten yhteisöjen toiminnassa (Partanen ym. i.a.).

Päihdehäiriöt luokitellaan mielenterveyshäiriöiden ryhmään. Koska suurella osalla päihdeasiakkaita on myös toinen mielenterveyden ongelma, on Suomessa viime vuosien tavoite ollut saada mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden palvelut kehitettyä selkeäksi kokonaisuudeksi. Tavoitteena on ollut joustavuus sosiaali- ja terveystoimen yhteistyössä. (Marttunen ym. i.a.; Sosiaali- ja terveysministeriö. Sosiaali- ja terveystoimen palvelut. Sosiaalipalvelut. Päihdepalvelut.) Päihdelain (L 41/1986) mukaan työtä tulee kehittää niin, että asiakkaalle päihdepalvelut olisivat helposti tavoitettavia, joustavia ja monipuolisia. Kunnan päihdetyön tulee myös muodostaa toimiva kokonaisuus muun kunnassa tehtävän päihde- ja mielenterveystyön kanssa (L 1301/2014).

Päihdepalvelut pyritään toteuttamaan ensisijaisesti päihdehoitoon erikoistuneina avopalveluina niin, että asiakkaan on helppo tavoittaa palvelut ja, että kynnys olisi matala. Keskeisimmät palvelumuodot avohoidossa ja kuntoutuksessa ovat A-kliinikat, päihdeklinit, nuorisoasemat ja päihdepsykiatrian poliklinikat (Mäkelä & Simojoki 2015, 70). Avohuolto voi olla esimerkiksi sosiaalista tukea, katkaisuhoidoa, ryhmäterapiaa, perheterapiaa, kuntouttavaa avohoidon toimintaa. Tarvittaessa hoitoa annetaan myös laitospalveluksena. (Vuorilehto, ym. 2014, 226; Sosiaali- ja terveysministeriö, Sosiaali- ja terveystoimen palvelut, sosiaalipalvelut, päihdepalvelut.) Myös sosiaalihuollon palvelut ovat osa päihdepalveluita (Marttunen ym. i.a.). Sosiaalitoimistosta saa yleisen neuvonnan lisäksi apua toimeentuloasioihin, työhön, asumiseen ja syrjäytymiseen liittyviin kysymyksiin. Sosiaalitoimiston tärkeä työala päihdetyössä on lastensuojelu, sillä vanhempien päihdeongelmat ovat suurimpia lastensuojelun tarpeen syitä. (Mäkelä & Murto, 2013, 93.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (2018, 63) tilastojen mukaan vuonna 2017 perusterveydenhuollon avohoidon päihdetyön asiakkaista 63,5 % oli miehiä ja 36,5 % naisia. Naisten vähäisempää hoitoon hakeutumista perustellaan sillä, että naisilla on miehiä enemmän esteitä hakeutua hoitoon. Naiset ovat enemmän kiinni kodissa ja lasten hoidossa. Naisella voi olla lapsen menettämisen tai leimautumisen pelkoa sekä syyllisyyden, turvattomuuden ja häpeän tunteita. Naiset hakevat mieluummin apua muihin ongelmiin kuin päihderiippuvuuteen. Tämän vuoksi naiset ovat usein huonommassa kunnossa kuin miehet hoitoon päästyään. (Lindroos 2015, 73.)

Naisten kuntoutuksessa pyritään ottamaan huomioon sukupuolen vaikutus. Naisille suunnatut ryhmät, osastot ja hoitoyksiköt palvelevat naisia paremmin. Ne koetaan turvallisemmiksi ja naisryhmissä naisten on helpompi puhua naiseuteen liittyvistä asioista. Naiset hyötyvät myös vertaistoinnasta, jossa he pääsevät jakamaan kokemuksiaan toisten kanssa, jotka ovat kokeneet samanlaisia asioita. (Lindroos 2015, 74.)

Palvelujen saatavuus voi olla pienissä kunnissa ongelma, mutta kolmannella sektorilla on suuri mahdollisuus vaikuttaa palvelujen tuottamiseen ja siten kuntoutujien arjen parantamiseen. Meneillään olevan Sote-uudistuksen myötä palveluiden määrän olisi tarkoitus jakaantua tasaisemmin maakunta-alueille taaten monipuolisen palvelutarjonnan (Partanen ym. i.a.).

3.2 Kolmas sektori ja vertaistuki päihdetyössä

Sosiaali- ja terveydenhuollon tarjoamien julkisten palvelujen lisäksi kolmannella sektorilla on merkittävä rooli päihdehuollossa. Päihdepalvelujen Sote-ennakkoarvion (Partanen ym. i.a.) mukaan vuonna 2016 järjestöt tuottivat noin puolet päihdehuollon erityispalveluista. Jotta asiakkaat saisivat parhaimman mahdollisen tuen, mielenterveys- ja päihdepalveluissa olevan henkilöstön olisi tärkeä tuntea alueen kaikki päihdepalvelut. Kolmannen sektorin toimijoita ovat järjestöt, yhdistykset, säätiöt ja seurakunnat. (Vuorilehto, Larri, Kurki & Hätönen 2014,

239–242.) Järjestöt tuottavat yhteisöllisyyttä, osallisuutta, auttamistoimintaa, erikoistunutta asiantuntemusta, kehittämistyötä ja palveluja. Järjestöt ovat lähellä kansalaisten arkea ja niiden kautta kansalaisten ääni saadaan kuuluviin. Sote- ja maakuntauudistusta on valmisteltu niin, että järjestötoiminnalla on jatkossakin vankka asema hyvinvoinnin tuottajana. (Salo & Friman 2017.)

Vertaistoiminta on toimintaa, jossa samankaltaisessa tilanteessa eläneet ihmiset ovat kokeneet samankaltaisia asioita ja näin pystyvät jakamaan kokemuksiaan ja tukemaan ja auttamaan toisiaan (Partanen & Kurki 2015, 209). Vertaistuki on yleensä palkatonta, organisoitua vapaaehtoistyötä, mitä järjestetään muun muassa mielenterveys- ja päihdeongelmista kärsiville ja heidän läheisilleen. Keskinäisessä vuorovaikutuksessa kuntoutujat pystyvät samaistumaan samalla tasolla toisten kokemuksiin: tulee tunne, ettei ongelmien kanssa ole yksin. (Vuorilehto ym. 2014, 243.) Karttunen toteaa, että kun päihteiden käyttö toteutuu yleensä perheessä ja lähiympäristössä, niin myös kuntoutuminen tapahtuu näissä yhteisöissä. Päihteettömyys voi näyttäytyä pelottavana, kun ihmissuhteet ovat heikot tai katkenneet, yksinäisyys painaa ja arki on monella tavalla stressaavaa ja epävarmaa. Ongelmaksi tulee mihin kiinnittyä, kuulua ja sitoutua virallisten hoitotoimien ulkopuolella. (Karttunen 2016, 132–135.) Parhaimmillaan vertaistuki lisää sosiaalista vuorovaikutusta ja on itsetuntoa vahvistavaa toimintaa (Vuorilehto ym. 2014, 243).

AA-ryhmistä ja A-kiltatoiminnasta on monelle apua. Vertaistuen juuret ovat AA-toiminnassa, mikä sai alkunsa 1935 Yhdysvalloissa. Nimettömät Alkoholistit (Anonymous Alcoholics), AA-ryhmä, on vertaistukiryhmätapaaminen alkoholisteille. Myös A-killat järjestävät päihdeongelmallisille ja heidän läheisillensä vertaistukea sekä ohjelmaa. Päihteiden käyttäjä voi koota myös perheenjäsenistään tukiryhmän ympärilleen kuntoutumistaan tukemaan. Tukitoiminta mahdollistaa esimerkiksi alkoholittoman sosiaalisen kanssakäymisen alkoholikeskeisen elämän tilalle. (Mäkelä & Simojoki 2015, 74–75.)

Kuntoutusvaiheessa vertaistuki kantaa ja motivoi päihdeongelmaista, päiväkeskustoiminta tuo päihteettömiä päiviä, elämänhallintaan saa tukea ja arjessa sel-

viytymiseen apua. Mielenterveys- ja päihdealan yhdistyksillä on myös asiantuntevia Internet-sivustoja, missä on tarjolla paljon tärkeää tietoa, apua ja palveluita päihdeongelmallisille ja heidän läheisilleen. Päihderiippuvainen tarvitsee monenlaista tukea. Kaikkein tehokkain ulkopuolinen apu näyttäisi olevan keskustelu vertaisryhmässä tai ammattiauttajan kanssa. (Vuorilehto ym. 2014, 188, 240–242.)

3.3 Kirkon ja diakoniatyön tuki päihdetyössä

Suomen evankelis-luterilainen kirkko on merkittävä vaikuttaja yhteiskunnassamme ja heikoimman puolustaja. Kristinuskossa lähimmäisen auttaminen on aina ollut tärkeää ja se on olennainen osa kristillisyyttä, sillä kristillinen usko ilmenee rakkautena lähimmäiseen (Kopperi 2015, 131). Jeesuksen kertomus Laupiaasta samarialaisesta (Luuk. 10) ja Jeesuksen Vuorisaarnasta löytyvä kultainen sääntö (Matt. 7:12), puhuvat hädässä olevan auttamisesta ja toisen huomioimisesta. Nämä kuten myös monet muut kohdat Raamatussa ovat kristitylle esimerkkinä.

Tunnustuksensa mukaisesti Suomen evankelis-luterilainen kirkko julistaa Jumalan sanaa ja jakaa sakramentteja. Kirkko toimii kristillisen sanoman levittämiseksi ja lähimmäisenrakkauden toteuttamiseksi. Diakonia on työtä lähimmäisen hyväksi, mikä perustuu kristilliseen lähimmäisenrakkauteen. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Seurakuntatyö. Diakonia. Diakonia Suomessa.) Kristillisen ihmiskäsityksen mukaan ihminen on luotu Jumalan kuvaksi yhteyteen Jumalan kanssa. Tämän mukaan jokainen ihminen on yhtä arvokas. (Rättyä 2012, 81.) Diakonit seurakunnissa auttavat niitä, joiden hätä on suurin ja joita ei muulla tavoin auteta (Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Seurakuntatyö. Diakonia. Diakonia Suomessa).

Suomen evankelis-luterilainen kirkko on laatinut toiminnalleen strategian Kohtaamisen kirkko vuoteen 2020 asti. Strategia-mietinnössä puhutaan siitä, kuinka Jumala toimii kohtaamisen kautta ja kuinka ihmisen elämä on elämistä suhteessa toisiin ihmisiin. Mietinnön mukaan kohtaaminen vaatii tilaa ja avoimuutta, sekä syrjään joutuneiden aktiivista etsimistä. (Kirkkohallitus 2014, 20.)

Vuonna 2004 Suomen evankelis-luterilainen kirkko solmi Alkoholiohjelman kumppanuussopimuksen ja sitoutui alkoholihaittojen ehkäisyyn ja vähentämiseen. Kirkko loi päihdestrategian apuvälineeksi omille seurakunnilleen ja päihdetyötä tekeville kristillisille järjestöille sanoittamaan yhteisiä tavoitteita ja linjauksia. Päihdesuunnitelmassa korostetaan yhteisöllisyyden merkitystä ja kaikkien työntekijöiden kykyä kohdata päihdeongelmista kärsivä. Turvallisessa ja luottavassa ilmapiirissä yhteisöllisyys voi toteutua. Päihdehaittojen ehkäisyyn tulisi kaikkien työalojen osallistua. Päihdestrategian mukaan jokaisella ihmisellä on oikeus kuulua yhteisöön ja saada apua kärsimykseen. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Tutkimukset ja julkaisut. Julkaisut. Kirkonpäihdestrategia.)

Koko kirkon työ on jo itsessään ehkäisevää päihdetyötä, mutta päihdetyötä halutaan myös painottaa ja yhteistyötä muiden toimijoiden kanssa pidetään tärkeänä. Perinteisesti kirkon päihdetyö on korjaavaa työtä, mikä kohdistuu päihderiippuvuudesta kärsivien auttamiseen. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Seurakuntatyö. Diakonia. Päihdekasvatuskirja 2013 –Kirkon päihdetyö). Perinteisiä kristillisiä päihdetyön muotoja ovat: diakoniatyöntekijöiden vastaanotot, erilaiset ryhmät, piirit ja kerhot, katkaisuleirit, retket, erilaiset teetuvat, katulähetystoiminta, nuorisokahvilat, päiväkeskukset ja tukiasuntotoiminta. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Tutkimukset ja julkaisut. Julkaisut. Kirkonpäihdestrategia.) Naisten päihdeongelmien erityispiirteisiin halutaan kirkossa tulevaisuudessa tarttua enemmän (Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Seurakuntatyö. Diakonia. Päihdekasvatuskirja 2013 –Kirkon päihdetyö).

Seurakunnilla on työntekijöiden lisäksi suuri joukko vapaaehtoisia työntekijöitä tukihenkilöinä ja lähimmäisinä apua antamassa (Vuorilehto ym. 2014, 241). Vapaaehtoisista seurakuntalaisista on iso apu ja tuki muun muassa päihde- ja mielenterveyskuntoutujille arjessa sekä yhteisöllisyyden kokemuksen tuojina. Yhteisöllisyyttä voidaan toteuttaa työntekijöiden ja seurakuntalaisten kanssa päihdeongelmallisille esimerkiksi tukea antavana ryhmämuotoisena toimintana ja vertais-
tukena. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Seurakuntatyö. Diakonia. Päihdekasvatuskirja 2013 –Kirkon päihdetyö.)

Seurakunnissa on alettu korostaa enemmän olemisen yhteisöä, jossa voi tulla ravituksi myös keskinäisellä vuorovaikutuksella ja sielunhoidolla. Nykyään monet seurakunnat järjestävät lisääntyvässä määrin kahvilatoimintaa, diakoniaruokailuja ja muita yhteisiä ruokailuhetkiä. Yhdessä syöminen ja yhteisen ruuan jakaminen ovat merkittäviä yhteisöllisyyden kokemuksen ilmentymiä. Yhteisöllisistä ruokailuista onkin tullut suosittuja tapahtumia. (Kettunen 2013, 153; Yhteinenpöytä 2017.)

Kun ihminen saa hyvän yhteisöllisyyden kokemuksen, kokee huolenpitoa ja tulee kohdatuksi, voi hän kokea olevansa hyväksytty. Seurakunnassa tapahtuva kanssakäyminen, kohtaamiset tilaisuuksissa tai ryhmätoiminnassa sekä vapaaehtoistyön kautta mukana olo, saavat aikaan merkityksellistä sosiaalista elämää. Parhaimmillaan ihminen kiinnittyy yhteisöön ja haluaa kantaa vastuuta. (Thitz 2013, 85–86.)

Seurakuntien työntekijät kohtaavat ihmisiä henkilökohtaisella tasolla laajalti ja pääsevät lähelle ihmisten arkea. Kirkko tukee toiminnallaan yhteisöllisyyttä ja vahvistaa lähiyhteisöjä. Fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen tuen lisäksi kirkko painottaa hengellisyyden merkitystä päihdeongelmista vapautumisessa. Armon sanomaa ja toivon näkökulmaa tulee pitää yllä kaikissa tilanteissa. Syyllisyyden ja häpeän painaessa ihmistä, häntä voidaan auttaa sielunhoidollisin keinoin jäsentämään omaa elämäänsä, ihmissuhteitaan ja Jumala-suhdettaan. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Tutkimukset ja julkaisut. Julkaisut. Kirkonpäihdestrategia.)

Vaikeassa tilanteessa elämäntarkoitukseen liittyvät kysymykset ovat usein pinnalla ja niiden pohtimiseen voidaan kaivata ulkopuolista apua. Monilla hoitotyön osa-alueilla on tunnistettu hengellisyyden merkitys. Huomionarvoista on, miten mielenterveystyön kohdalla tutkimusnäyttö osoittaa hengellisyydellä olevan lähestulkoon vain positiivisia vaikutuksia asiakkaiden hyvinvointiin nähden. Mielenterveystyössä asiakkaan perustarpeisiin lukeutuu tarve elämän tarkoituksen, oman sairauden ja sen merkitysten ymmärtämiseen. Lisäksi kaivataan tukea oman vakaumuksen ilmaisemiseen. Erityisesti uskonnollisten henkilöiden kohdalla tämä voi tarkoittaa sitä, että vakaumuksen toteuttamiselle luodaan puitteet

järjestämällä tähän tarkoitukseen sopiva aika ja paikka ja että on joku, jonka kanssa voi keskustella hengellisistä asioista. Vakaumuksen kunnioittaminen ja rohkaiseminen omassa uskossaan vahvistumiseen on tärkeää. (Karvinen 2018.)

4 ASIAKKAAN HYVINVOINTIIN VAIKUTTAVIA TEKIJÖITÄ

Asiakkailta odotetaan ja myös velvoitetaan osallisuutta oman hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen. Oman terveyden hoitamiseen kuuluu vastuunotto omasta terveydestä. (Sirviö 2006, 40; Kujala 2003, 31.) Asiakkaan hyvinvointi lisääntyy, kun hänellä on mahdollisuus osallistua hoitonsa suunnitteluun ja kehittämiseen sekä vaikuttaa itseään koskeviin asioihin ja toimia niissä aktiivisesti. Samalla se luo mielekkyyttä ja yhteenkuuluvuuden tunnetta elämään. (Vuorilehto ym. 2014, 31.)

Kun oma terveys on kunnossa ja luotto omaan kykyihin on vahvaa, elämässä koettut vastoinkäymiset on helpompi selvittää. Vastuunottaminen omasta terveydestä voi olla vaikeaa, jos omat voimavarat ja keinot ovat puutteelliset. Muutos lähtee aina asiakkaasta itsestään ja päihteiden käytön lopettaminen tai lääkahoitoon sitoutuminen on käyttäjän oma päätös. Mielenterveys- ja päihdetyöntekijöiden apu voi olla ainoa keino selviytyä kriiseistä, jos uskoa itseensä ei ole. Heidän tehtävänänsä on tukea, motivoida, kannustaa ja ohjata avun hakijaa puhumaan muutoksen tarpeesta. Lisäksi työntekijät voivat myös auttaa asiakasta pohtimaan realistisia tavoitteita oman terveyden parantamiseksi. (Vuorilehto ym. 2014, 30–31; Laitila 2010, 105.)

4.1 Osallisuus

Osallisuus tarkoittaa Sirviön (2010) mukaan asiakkaan yhteiskuntaan kiinnittymistä, hänen kokemustaan jäsenyydestä, mahdollisuudesta aidosti osallistua toimintaan ja äänen kuuluviin saamista eli vaikuttamista yhteisöissä sekä yhteiskunnassa. Koska päihdeongelmien luonne on sosiaalinen, on myös päihdekuntoutukselle ominaista sosiaalisuus (Forss & Vatula-Pimiä 2014, 207). Sosiaalisen toimintakyvyn saavuttamiseksi asiakkaiden osallisuuden kokemus on keskeinen tavoite mielenterveys- ja päihdetyössä. Osallisuuden kokemusta tarvitaan Pattersonin ym. (2010) mukaan myös toiminnan tavoitteiden saavuttamiseen. (Laitila 2010, 7–9.)

Kuulluksi tuleminen ja kunnioittava todellinen kohtaaminen, ovat erittäin tärkeitä asioita osallisuuden kokemisessa ja sillä on todettu olevan suuri merkitys hoitoon sitoutumisessa ja kuntoutumisessa. Trumanin ja Rainen (2002) mukaan, osallisuus voi vaikuttaa positiivisesti asiakkaan hallinnantunteeseen ja itsetuntoon sekä osallisuuskokemus voi tukea integroitumista yhteiskuntaan ja stigmatisoitumisen vähentymistä. Osallisuutta edistää asiakkaan ja työntekijän molemminpuolinen sitoutuneisuus ja hyvä vuorovaikutus. Kokeakseen osallisuutta ja voidakseen osallistua, tarvitaan asiakkaille erilaisia joustavia osallistumisen muotoja sekä tukirakenteita. Ne mahdollistavat kunkin omien voimavarojen löytämisen ja kehittämisen. Lester (2006) toteaa, että muun muassa mielenterveys- ja päihdekuntoutujaryhmien kohdalla osallisuuden kehittäminen on äärimmäisen tärkeää, sillä heillä voi olla puutteelliset vaikutusmahdollisuudet ja he joutuvat usein työttömyyden, toimeentulo-ongelmien ja sosiaalisen syrjäytymisen kohteiksi. (Tiainen 2016, 1; 21, 29; Laitila 2010, 3, 23.)

Asiakkaan osallisuuden kokemusta voidaan tukea Taanilan ja Larivaaran (2004) mukaan niin, että työntekijä auttaa asiakasta hankkimaan tarvittavat tiedot ja taidot, jolloin asiakas voi niiden avulla tehdä tarvittavat päätökset itsenäisesti ja vastata päätösten seuraamuksista (Sirviö 2006, 41). Asiakkaan aktiivinen toimijuus on äärimmäisen tärkeää osallisuuden kokemisen kannalta. Se voi toteutua esimerkiksi kaavakkeiden täyttönä työntekijöiden avustuksella. Asiakas kokee osallisuutta ja ottaa samalla itse vastuuta omasta hyvinvoinnistaan. (Haahtela 2008, 232.)

Osallisuuden rakentuminen edellyttää Viirkorven (1993) ja Anttiroikon (2003) mukaan mahdollisuutta yhteisen tietämyksen jakamiseen, sitoutumista toimimaan yhteiseksi hyväksi ja kykyä vaikuttaa asioihin (Thitz 2013, 29). Asiakkaan mahdollisuus osallisuuden kokemiseen mielenterveys- ja päihdekuntoutuksessa vaatii ensisijaisesti hänen osallistumistaan toimintaan (Laitila 2010, 89). Osallistuminen toimintaan ei kuitenkaan vielä riitä saavuttamaan toivottuja tuloksia, sillä osallistuminen voi Bileyn (1992) ja Jewelín (1994) mukaan joskus olla passiivista ja muodollista (Kujala 2003, 47). Osallistumisella tarkoitetaan Viirkorven (1993) mukaan toisen ihmisen järjestämässä tilanteessa mukana oloa, ilman

omakohtaista panosta asiaan. (Thitz 2013, 29). Osallisuus on siten laajempi käsite kuin osallistuminen, vaikka käsitteitä käytetään välillä lähes synonyymeinä. (Kujala 2003, 47; Lindh, Linnakangas, Laitinen 2017, 114).

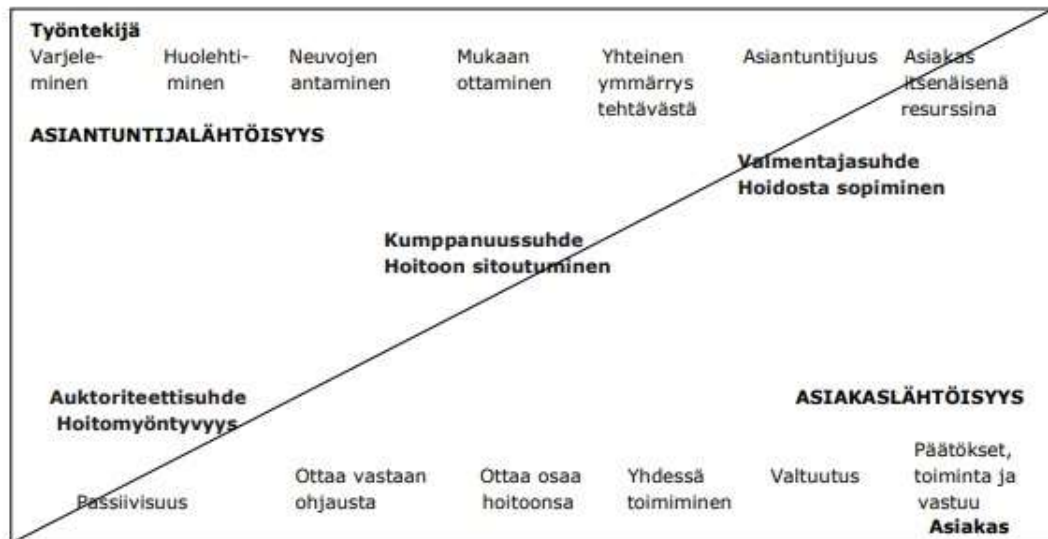
Mielenterveys- ja päihdetyössä osallisuus ei aina toteudu. Työntekijöiden asiantuntijuus voi olla niin voimakasta, että asiakkaiden mielipiteitä ja kokemuksia ei välttämättä haluta kuulla. Asiakkaisiin voi liittyä kielteisiä asenteita, ennakkoluuloja ja tiedon puutteita. Asiakkaiden kuuleminen voi viedä liikaa aikaa ja vaatia luopumista siitä ajatuksesta, että työntekijä on alan ammattilainen. (Laitila 2010, 87.) Kommunikaation vähyyks, vuorovaikutuksen ongelmat, paternalistinen asenne, tehtäväkeskeinen hoitotyö, vähäinen henkilökunta ja kiire ovat Wellardin ym. (2003) mukaan esteitä osallisuuden kokemiselle (Tiainen 2016, 7, 36). Paternalistinen asenne on itsemääräämisoikeuden vastakohta. Paternalismissa asiakas pakotetaan toimimaan tavalla, jonka uskotaan olevan hänelle hyväksi, vasten hänen tahtoaan. (Poikkimäki, 2004, 11.)

Asiakkaan huono fyysinen tai psyykinen vointi, arkuus, häpeän tunne, jaksaminen, lääkitys tai kuntoutumisen vaihe, voivat estää päihdepalveluihin osallistumisen ja osallisuudenkokemuksen. Myöskään, jos asiakas ei koe itse olevansa avun tarpeessa, osallisuus ei toteudu. Vertaistukihenkilöiden mielipiteiden kuuleminen ei ole joidenkin päihdekuntoutujien mielestä tarpeellista, vaan he luottavat ennemmin asiantuntijoiden puoleen. (Laitila 2010, 88, 90.) Osallisuutta voi estää Gvynin ja Elvynin (1999) mukaan se, että asiakas kokee käsiteltävän asian liian vaikeana ja monimutkaisena, jotta kykenisi muodostamaan oman mielipiteen. Puheensuunnan muuttaminen ja asian tarkentaminen voi vaatia asiantuntijan keskeytyksen, joka puolestaan voi työntekijälle näyttäytyä hänen asiantuntijuutensa haastamisena. (Sirviö 2006, 45–46.) Asiakkaan ymmärryksen toteutumista määritetään myös lailla. Laissa potilaan oikeudesta ja asemassa sanotaan (L785/1992), "Terveystieteiden ammattihenkilön on annettava selvitys siten, että potilas riittävästi ymmärtää sen sisällön."

4.2 Asiakslähtöisyys

Asiakslähtöisyys on Kiikkalan (2000) mukaan ollut sosiaali- ja terveydenhuollon yksi keskeisimmistä periaatteista jo 1980-luvulta lähtien. Asiakslähtöisyys syntyy Ala-Kauhaluoman (2000) ja Sosiaali- ja terveydenhuollon laadunhallinnan valtakunnallisen suosituksen (1999) mukaan, kun työntekijän ja asiakkaan välille syntyy aitoa, tasa-arvoista vuorovaikutusta ja kahdensuuntaista vuoropuhelua eli dialogia. Dialogisuudessa asiakkaan oma näkemys tulee huomioiduksi, sillä oman asiansa paras asiantuntija on asiakas itse. Hänellä on siis oltava mahdollisuus määrittää esimerkiksi tarvitsemansa palvelut itse. (Laitila 2010, 23.) Dialogisessa vuorovaikutuksessa Mönkkösen (2002) mukaan pyrkimyksenä ei ole yksimielisyyttä asiasta, vaan se voi tuottaa täysin uuden ratkaisun, millaista kumpikaan ei yksin olisi tullut ajatelleeksi. Jos työntekijä ja asiakas käyvät keskustelua vain oman kokemuksen näkökulmasta, toisen osapuolen ymmärtäminen ei onnistu. (Sirviö 2006, 43.)

Leino-Kilpi (2009) ja Routasalo ym. (2009) määrittelevät kolme erilaista työntekijän ja asiakkaan välistä suhdetta (kuvio 3). Asiakslähtöisin ja paras yhteistyösuhde työntekijän ja asiakkaan välillä on valmentajasuhde, jossa toimenpiteet mukautetaan asiakkaan tavoitteisiin ja elämäntilanteeseen sopivaksi. Työntekijän ammattitaito ja asiantuntemus ovat asiakkaan hyödynnettävissä. Vastakohta valmentajasuhteelle on työntekijälähtöinen auktoriteettisuhde, jossa työntekijä tekee päätökset ja asiakas myöntyy niihin. Näiden välissä vielä on kumppanuussuhde, joka on neuvotteleva ja siinä pyritään yhteiseen päätökseen. (Laitila 2010, 29–30.)

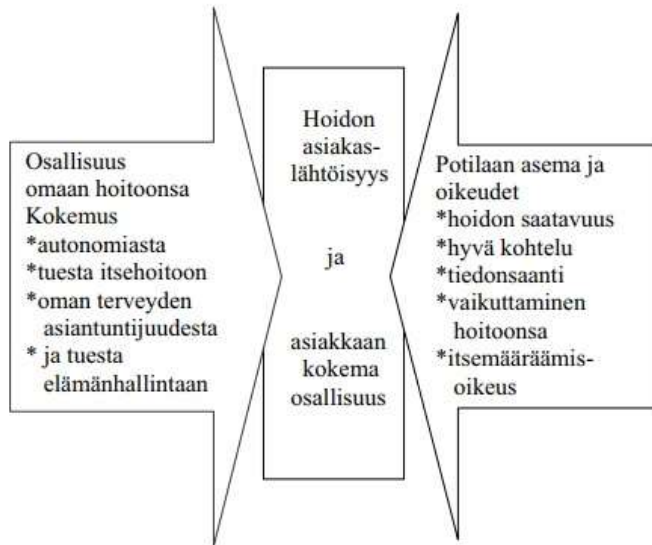


KUVIO 3. Työntekijän ja asiakkaan väliset yhteistyösuhteet (Laitila 2010, 30)

Asiakaslähtöisen työtavan ytimenä on Janhosen (1999) ja Sorsan ym. (2004) mukaan asiakkaan kuuleminen ja hänen kokemuksensa. Asiakkaiden omia käsityksiä ja toimintaa kunnioitetaan. Asiakas saa myös itse vaikuttaa asioidensa käsittelyn aikatauluun ja etenemiseen. Raunio (2009) ja Kokkola ym. (2002) toteavat, että asiakaslähtöisessä toiminnassa asiakas saa osakseen asiallista kohtelua ja toiminta perustuu asiakkaan esittämään tarpeeseen sekä hänen kanssaan yhdessä tekemiseen. Työn eettisiä periaatteita ovat ihmisarvon ja itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, yhdenvertaisuus, rehellisyys ja hoidon tai palveluiden jatkuvuus. (Laitila 2010, 25, 30.)

Asiakaslähtöisyyden toteutuminen on Piiraisen (1999) mukaan varmistettu kahden lain avulla, laki potilaan asemasta ja oikeuksista sekä laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista. Nämä lait pyrkivät vähentämään asiakaslähtöisyyden toteutumiseen liittyviä ongelmia. Yleisiä ongelmia ovat olleet palveluiden standardimaisuus, asiakkaiden puutteelliset tiedot olemassa olevista mahdollisuuksista ja asiantuntijavalta. (Tiainen 2016, 25.) Kujala (2003) ja Ristaniemi (2005) toteavat, että kun asiakas kokee osallisuutta, vasta sitten mielenterveys- ja päihdetyö on aidosti asiakaslähtöistä. (Laitila 2010, 5).

Osallisuus ja asiakaslähtöisyys ovat toisiaan kattavia rinnakkaiskäsitteitä (kuvio 4). Osallisuudella tarkoitetaan kokemusulottuvuutta, joka käsittää asiakkaan mielipiteen kuulumisen ja hänen vaikuttamisensa turvaavan ajatuksen. Asiakaslähtöisyys taas kuvaa hoidon tai palvelun tavoiteulottuvuutta, jonka toteutuessaan palvelut tuotetaan asiakkaan tarpeiden ja odotusten mukaan sekä siten kuin ne on määritelty laissa potilaan asemasta ja oikeuksista. (Kujala 2003, 73.)



KUVIO 4. Asiakkaan kokema osallisuus ja hoidon asiakaslähtöisyys (Kujala 2003, 74)

5 NAISERITYISEN PÄIHDETYÖN TUTKIMUS JA KEHITTÄMINEN

Päihdehuollon palvelut on suunniteltu alun perin miestä normina pitäen valtaosan päihteidenkäyttäjistä ollessa miehiä. Nykyään kuitenkin myös naisten määrä päihdepalveluiden asiakkaina on jatkuvassa kasvussa. (Lydén 2010, 4.) Sen myötä päihdetyössä on havahduttu nais erityisten menetelmien tarpeellisuuteen. Aihepiirin tiimoilta onkin syntynyt monenlaista tutkimus- ja kehittämistyötä, niin opinnäytetöiden kuin erilaisten hankkeiden muodossa.

Parhaillaan Jyväskylän ja Varkauden seudulla on käynnissä Kirkkopalveluiden riippuvuustyön kehittämissyksikön Yhdessä kokoNainen -kehittämishanke (2018–2020). Hankkeen tarkoituksena on kehittää nais erityistä päihdetyötä sekä tarjota tukea arjenhallintaan niin päihteitä aktiivisesti käyttäville kuin päihderiippuvuudesta kuntoutumassa oleville naisille. Hankkeen puitteissa pyritään luomaan toimintamalleja naiseuden huomioimiseen ja vertaistoiminnan vahvistamiseen. Toimintamuotoina on eritavoin toteutettua yksilö- ja ryhmätyöskentelyä sekä sähköisten palveluiden tuottamista. Hankkeessa keskeisiä teemoja ovat seksuaalisuus, yhteiskunnan näkemys naisista, itsetunto, häpeä ja väkivalta. Hankkeessa työskentelee kolme työntekijää. (Kirkkopalvelut. Riippuvuustyön kehittämissyksikkö. Toiminta. Yhdessä kokoNainen.)

Nais erityiseen päihdetyöhön paneudutaan myös koulutustilaisuuksissa, kuten Pieksämäellä keväällä 2018 järjestetyillä Naisten päihdetyön päivillä. Tilaisuuden järjestäjänä toimi Sininauhaliitto yhteistyössä Kuopion ja Lapuan hiippakuntien kanssa. Käsiteltävinä aihealueina päivillä olivat muun muassa päihteitä käyttävän äidin tyttärenä kasvaminen, päihteidenkäyttöön liittyvä sosiaalinen stigma, vertaistuki, päihteidenkäytön tunnistaminen ja puheeksi ottaminen sekä lähisuhdeväkivalta. (Sininauhaliitto, Lapuan hiippakunta & Kuopion hiippakunta 2018.) Naisten päihdetyön päivien tarkoituksena oli lisätä tietoa ja ymmärrystä naisten parissa tehtävän päihdetyön merkittävistä tekijöistä sekä erityiskysymyksiä, niin kuntoutumisen kuin palveluiden käyttäjän näkökulmasta (Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Koulutus. Henkilöstökoulutus 2018. Kirkon koulutuskeskuksen ja KKH:n koulutukset. KokoNaiseksi - naisten päihdetyön päivät).

A-klinikkasäätiön tuottamassa päihteistä ja riippuvuuksista tietoa tarjoavassa Päihdelinkki-verkkopalvelussa on myös huomioitu nais erityinen päihdetyö. Sivustolta löytyy neuvoja, miten keskustella naisten kanssa alkoholinkäytöstä sekä samassa yhteydessä ehkäisystä. Tarjolla on myös perusteellinen opas naisten kanssa tehtävästä päihdetyöstä. (Päihdelinkki. Tietopankki. Työn tueksi. Nais erityinen päihdetyö.) Opas on vuosina 2008–2010 toimineen Naisten virta -hankkeen loppuraportti. Hanke oli A-klinikkasäätiön ja Naistenkartano ry:n yhteistyöhanke, jota rahoitti RAY. Hankkeen tavoitteena oli koota yhteen hajallaan oleva osaaminen naisten kanssa tehtävästä päihdetyöstä kaikkien ammattilaisten hyödynnettäväksi. Etelä-Suomessa hankkeen puitteissa on myös järjestetty koulutuksia, joissa hankkeessa kerättyä osaamista on jaettu eteenpäin. (Lydén 2010, 4–5.)

Huttu, Ikonen ja Sarajärvi ovat tehneet Diakonia-ammattikorkeakoulussa keväällä 2017 naisten kanssa tehtävään päihdetyöhön liittyvän opinnäytetyön *Voimavirkitys - Ryhmäohjaajan käsikirja naisten kristilliseen päihdetyöhön*. Opinnäytetyö oli toiminnallinen ja yhteistyötahoina sen toteutuksessa olivat Oulun seurakuntayhtymän Diakoniset erityispalvelut ja Oulun A-kilta ry. Opinnäytetyön puitteissa järjestettiin ohjattua vertaistuellista ja toiminnallista ryhmätoimintaa päihdeongelman kanssa eläville naisille. Työn tavoitteena oli tuottaa pidettyjen ryhmäkertojen pohjalta ammatilliseen käyttöön soveltuva ryhmäohjaajan käsikirja naisten kristilliseen päihdetyöhön. Käsikirjaan sisältyy 7 ryhmäkertaa, joissa käsiteltäviä aiheita ovat anteeksianto ja kiitollisuus, vanhemmuus, seksuaalisuus, tunteet, väkivallan tunnistaminen, identiteetti ja viimeisenä päätöskerta. Tarkoituksena on auttaa ryhmätoimintaan osallistuvia naisia vapautumaan häpeän taakasta ja löytämään itsensä uudelleen persoonina, joiksi Jumala on heidät luonut. (Huttu, Ikonen & Sarajärvi 2017.)

Nais erityiseen päihdetyöhön liittyen on jo saatavilla runsaasti tietoa. Haasteena näyttäisikin olevan, miten tieto saataisiin siirrettyä käytäntöön ja osaksi päihdepalveluiden tuottajien arkista työtä. Aiheesta puhutaan edelleen paljon ja Yhdessä kokoNaiseksi hanke on käynnissä, mikä puhuu sen puolesta, että saata-

villa olevasta tiedosta huolimatta kehitystyölle on edelleen tarvetta. Ehkäpä ajatus siitä, että päihderiippuvaiset ovat enimmäkseen miehiä, on juurtunut niin vahvasti ajatteluamme ja kulttuuriimme, että sen haastaminen ja uusien nais erityisten toimintamallien sisäistäminen ottaa aikansa. Aihe on kuitenkin yksilön inhimillisten kokemusten ja yhteiskunnankin kannalta erityisen tärkeä, joten hyvä, että sitä pidetään esillä.

Nämä aiemmat tutkimus- ja kehittämistyöt ovat auttaneet meitä tutustumaan opinnäytetyömme aihepiiriin, miten naisten osallisuutta voidaan vahvistaa päihdetyössä. Ne lisäävät valmiuksiamme oman tutkimuksemme suorittamiseen ja antavat näkökulmaa siitä, millaisiin asioihin olisi hyvä kiinnittää huomiota työn edetessä. Omalla opinnäytetyöllämme pyrimme tuomaan kuuluviin leppävirralaisten päihdeongelmasta kärsivien naisten tarpeet, jotta Leppälintuyhdistyksessä osattaisiin huomioida nais erityisyys juuri heidän yksilölliseen toimintaympäristöönsä sopivalla tavalla.

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Opinnäytetyön tarkoituksena on tutustua tutkimus- ja kehittämismenetelmiin ja tehdä opinnäytetyö kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen keinoin. Työssä selvitetään, kuinka naisten osallisuus Toimintayhdistys Leppälinnun Veikkolan päiväkeskuksen toiminnassa toteutuu tällä hetkellä ja millaiselle kehitykselle yhdistyksessä olisi tarvetta, jotta osallisuuden kokemus lisääntyisi ja naiskävijöitä tavoitettaisiin määrällisesti enemmän. Aineistoa kerättiin ryhmä- ja lomakehaastatteluilla, jolloin saatiin päihteitä käyttävien ja niiden käytöstä kuntoutuvien naisten äänet kuuluviin ja paikkakuntakohtaiset erityispiirteet esiin.

6.1 Tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tutkimuskysymyksiksi muotoutuivat seuraavat kysymykset:

1. Miten apua tarvitsevat päihdenaiset voidaan tavoittaa paremmin Leppälinnun päivätoimintaan?
2. Miten naisten osallisuutta voitaisiin parantaa Leppälinnun päivätoiminnassa?
3. Millaisia kehitysehdotuksia voidaan antaa Leppälinnun päivätoiminnalle, jotta naiskävijöiden erityistarpeet tulisi huomioiduksi?

Opinnäytetyössä halutaan ottaa selville, miten naiset tavoitettaisiin paremmin Leppälinnun päivätoimintaan. Mitkä ovat mahdollisesti syitä, että he eivät ole osallistuneet ja mikä saisi osallistumaan toimintaan. Millaista apua ja tukea he tarvitsisivat ja kuinka he voisivat kokea osallisuutta. Tarkoitus on löytää vastauksia siihen, kuinka naisten erityistarpeet voitaisiin huomioida yhdistyksen toiminnan suunnittelussa ja toiminnassa paremmin, jotta yhä useammalle naiselle voitaisiin tarjota päihteetöntä toimintaa ja tukea kaikilla elämän osa-alueilla.

Leppälintu ry:n lisäksi työ tehtiin yhteistyössä Leppävirran seurakunnan ja sosiaalitoimen kanssa, jotta voitaisiin tavoittaa myös niitä naisia, jotka eivät vielä ole

Leppälinnun päivätoiminnassa mukana, mutta jotka voisivat hyötyä päivätoiminnasta ja sen antamasta tuesta. Aineiston keruuta varten tutkimushaastattelut tehtiin Veikkolan päivätoiminnan työntekijöille ja naiskävijöille sekä Leppävirran sosiaalitoimiston ja seurakunnan diakoniatyön naisasiakkaille, joilla on päihteistä aiheutuvia haasteita.

Opinnäytetyö antaa Leppälintu yhdistykselle mahdollisuuden reflektoida tekemäänsä työtäan Leppävirralla. Työn avulla yhdistys voi kehittää ja laajentaa toimintaansa sekä vastata entistä paremmin paikkakunnan päihdeongelmista kärsivien naisten tarpeisiin. Yhdistys voi luoda heille uusia mahdollisuuksia osallisuuden kokemiseen. Näin yhdistyksen toiminnan jatkuvuudella olisi myös paremmat edellytykset.

6.2 Toimintayhdistys Leppälintu ry ja Leppävirran päihdepalvelut

Toimintayhdistys Leppälintu ry on kolmannen sektorin toimija, joka kuuluu Sininauhaliittoon. Keskusliittona Sininauhaliitto kokoaa yhteen paikalliset yhdistykset auttaakseen niitä onnistumaan päihdetyössään. Leppälintu yhdistystä rahoittaa STEA. Vuonna 2018 yhdistyksellä oli jäsenenä 33 henkilöä, joista naisia oli 8. Yhdistyksellä on kristillinen arvopohja ja sen ydin on olla osana päihdekuntoutujien arkea sekä tukea heitä arjen haasteissa. Pyrkimyksenä on niin aineellisen kuin henkisenkin köyhyyden ja sosiaalisen syrjäytymisen vähentäminen. Keskeinen osa yhdistyksen toimintaa on Päiväkeskus Veikkola, joka tarjoaa kävijöille kuntoutumiseen ja elämänhallinnan lisäämiseen tähtäävää toimintaa sekä mahdollisuuden vertaistuen kokemiseen. Lisäksi yhdistys tarjoaa kirpputoritoimintaa sekä asumispalveluja vuokraten asuntoja päihdekuntoutujille. Yhdistyksestä on mahdollista saada kuntouttavan työn työ-, työharjoittelu- ja työkokeilupaiikkoja erilaisissa tehtävissä niin kirpputorilla kuin päiväkeskuksessakin. Leppälintu-yhdistys on kerran viikossa kokoontuvan AA-kerhon lisäksi ainoa Leppävirralla päihdetyötä tarjoava järjestöpuolen toimija. (Leppälintu 2019; Petra Marjamäki-Rissanen, Henkilökohtainen tiedonanto 23.2.2018 ja 27.3.2019.)

Leppälintu-yhdistys toimii Leppävirralla, Pohjois-Savossa. Leppävirta on pieni kunta Varkauden ja Kuopion välissä. Siellä on asukkaita 9782, joista naisia on 49,5 % (Tilastokeskus. Etusivu. Avoin data. Paikkatietoaineistot. Väestö tilastointialueittain 2017). Leppävirran keskustan alueella asuu 5469 asukasta (Tilastokeskus. tuotteet ja palvelut. Paavo 2019), joten huomattava osa väestöstä, melkein puolet, asuu maaseudulla pitkien etäisyyksien päässä palveluista.

Pohjois-Savoon on helmikuussa 2018 valmistunut maakunnallinen hyvinvointikertomus, jonka mukaan Pohjois-Savon hyvinvoinnin ja terveystyön tärkeimpiä painopistealueita ovat muun muassa ehkäisevä päihde- ja mielenterveystyö, toiminta- ja työkyvyn ylläpito sekä osallisuus- ja järjestöasiat (Kuopion yliopistollinen sairaala. Ammattilaiset. Perusterveydenhuollonyksikkö. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen). Laadukas ehkäisevä päihdetyö edellyttää Ehkäisevä päihdetyö peruspalveluissa -oppaan (2010) mukaan strategiaa, jotta kunnissa pystytään vastaamaan parhaiten vallitsevaan päihdetilanteeseen ja tarpeisiin. Strategian avulla voidaan ohjata laajaa toimijajoukkoa, toimintaa ja resursseja päihdetyössä. Paikallisten hyvinvointi- ja päihdeolojen tunteminen on aina strategian perusta. (Kejonen, 2013, 21.) Pohjois-Savossa on päihteiden käytöstä suurimmiksi ongelmiksi noussut nuuskan ja kannabiksen lisääntynyt käyttö sekä alkoholikuolemien suuri määrä verrattuna koko maahan. Mielenterveyden osalta suurimmat ongelmat näkyvät muun muassa nuorisopsykiatrian lisääntyneillä käynneillä ja koko maahan verrattuna ja väestöön suhteutettuna huostaanottojen määrä on suurin. (Pohjois-Savo. Hyvinvointia arkeen. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen Pohjois-Savossa.)

Leppävirralla on aloittanut vuoden 2018 lopussa mielenterveys- ja päihdetyön koordinaattorina Kaisa Suhonen. Hän kertoo, että tällä hetkellä Leppävirran päihdestrategia on vanhentunut, mutta vuoden 2019 aikana kunnalla on tarkoitus kartoittaa reaaliaikainen tilanne. Kartoituksen pohjalta päihdestrategia valmistunee vuoden 2020 aikana. Myös Leppävirran kunnan hyvinvointisuunnitelma on juuri nyt päivityksen alla, mutta sen hyväksyminen on suunniteltu tapahtuvan jo tämän vuoden aikana. (Kaisa Suhonen, henkilökohtainen tiedonanto 1.4.2019.) Leppävirran kunnan valtuusto hyväksyi 7.5.2018 kuntastrategian (Leppävirta. Etusivu. Päätöksenteko. Ohjeet, säännöt. Kuntastrategia). Strategian tavoitteena on

muun muassa edistää kuntalaisten hyvinvointia, yhteisöllisyyttä ja osallistumisen sekä omatoimisuuden mahdollisuuksia. Lisäksi tavoitteena on panostaa ennaltaehkäiseviin, asiakaslähtöisiin, monipuolisiin ja -muotoisiin matalan kynnyksen palveluihin sekä edistää osallisuutta. (Leppävirta 2018.) Päihdehaittojen ehkäisy sisältyy myös kunnan strategioihin (Kejonen 2013, 21).

Leppävirralla on mahdollisuus saada apua päihdeongelmiin julkisesta terveydenhuollosta sekä sosiaalitoimesta. Julkisen sektorin päihdehuollon avopalvelut tarjotaan kuntalaisille viereisen kunnan, Varkauden, Päihdekliniikalla. Palvelut ovat käytettävissä ilman maksusitoumusta tai lähetettä. Kulkeminen Päihdekliniikalle on kuitenkin osoittautunut monelle hankalaksi, koska matkaa sinne tulee Leppävirralla 18 kilometriä. Uutena palveluna Päihdekliniikan työntekijä ottaa asiakkaita vastaan kerran kuussa Leppävirralla. Asiakkuus toimii samalla tavalla kuin henkilö olisi Varkauden kliniikalla. Varsinkin hoidon alussa kerran kuussa tapaaminen on kuitenkin liian harvoin, sillä tapaamiset tulisi olla viikoittain. Katkaisuhoidon Leppävirralla on saatavilla oman kunnan terveyskeskuksen vuodeosastolla, jonne hakeudutaan lääkärin läheteellä. Katkaisuhoidon kautta on mahdollista hakeutua tarvittaessa kunnan maksusitoumuksella laitostuntoutukseen. Tämä edellyttää myös kontaktia jonnekin päihdehuollon paikalliseen tai alueelliseen palveluun, kuten Päihdekliniikkaan ja siellä tehtyä päihdehuollon suunnitelmaa. Päihdehuollon laitostuntoutuksen määrärahat pyritään suuntaamaan niin, että ne tukisivat työkykyä ja elatusvelvollisuutta. (Heli Kammonen, henkilökohtainen tiedonanto 11.3.2019; Leppävirta. Sosiaalipalvelut. Sosiaali- ja perhetyö. Päihdepalvelut.)

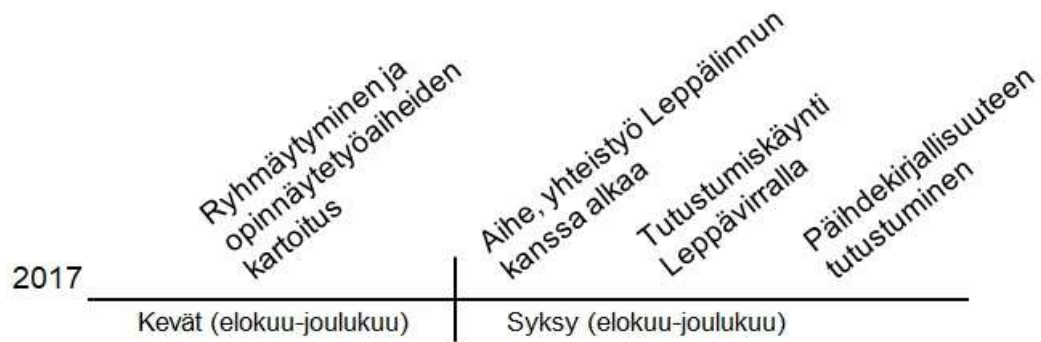
Myös Leppävirran seurakunta osallistuu päihdetyöhön järjestämällä seurakunnassa omaa toimintaa ja tekemällä yhteistyötä muiden toimijoiden kanssa. Seurakunta auttaa vaikeuksissa ja vastoinkäymisissä, johon seurakunnan diakoniatyöllä on jo yli 100-vuotinen historia. Diakoniatyön tarjoama taloudellinen-, henkinen- ja hengellinen apu on kaikkien leppävirtalaisten saavutettavissa. (Leppävirran seurakunta. Diakoniatyö.)

6.3 Tutkimusmenetelmän valinta ja aikataulutus

Laadullinen tutkimus tarkoittaa tutkimusta, jossa ei käytetä tilastollisia menetelmiä tai muita määrällisiä keinoja. Se on kuvailevaa eli deskriptiivistä ja tutkija on kiinnostunut prosesseista, merkityksistä ja ilmiöstä sanojen, tekstin ja kuvien avulla. Tutkimuksella pyritään selvittämään ilmiön ja ihmisten käyttäytymisen syvällinen ymmärrys sanoin ja lausein, kun kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimus käyttää avuksi tilastoja. Määrällisellä tutkimuksella saadaan kuva muuttujien välisistä eroista ja suhteista ja voidaan löytää vastauksia kysymyksiin, kuinka usein ja kuinka paljon. Laadullisessa tutkimuksessa taas haastattelija menee haastateltavien joukkoon ja pyrkii selvittämään haastattelujen ja havaintojen avulla, kuinka ihmiset kokevat ja näkevät reaali maailman. Laadullisessa tutkimuksessa on ajatuksena, että haastattelijalla ei ole ennako-oletuksia ja tietoa ilmiöstä. Haastattelija saa kaiken tiedon haastateltavilta. Tällainen tutkimus on tutkijalle joustava ja siinä voidaan edetä tilanteen mukaan. Laadullista tutkimusta voidaan käyttää joskus määrällisen tutkimustuloksien syventämiseen ja ymmärtämiseen. (Kananen 2008, 24–28; Vilkkä 2007, 13.)

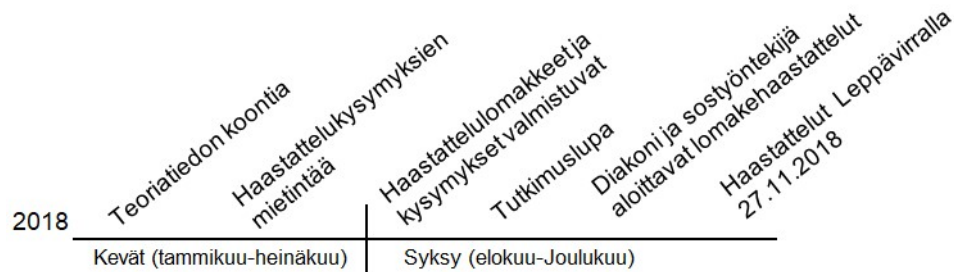
Laadullinen tutkimus valikoitui opinnäytetyöhön, koska sen avulla voidaan saada ymmärrys juuri Leppävirran tilanteesta ja siitä, millaisia toiveita päihdetyölle asetetaan siellä. Määrällisen tutkimuksen keinoin ei olisi ollut edellytyksiä tutkia pienen paikkakunnan tilannetta, koska aineistoa ei saataisi kerättyä tarpeeksi. Useammalle paikkakunnalle laajennettuna tutkimus taas ei toisi niin selkeää näkökulmaa juuri Leppävirran päihdetoiminnasta ja sen tarpeista eikä näin onnistuisi palvelemaan yhteistyökumppanimme Leppälintu-yhdistystä paikallisen työnsä kehittämisessä.

Opinnäytetyöaiheen ideointi aloitettiin keväällä 2017 (kuvio 5). Työ lähti liikkeelle syksyllä 2017. Keväällä 2018 tutustuimme päihdetyöhön ja naisten päihdetyön erityiskysymyksiin kirjallisuuden perustella sekä tutustuimme Leppälinnun toimintaan Leppävirralla. Loimme opinnäytetyölle teoreettisen viitekehyksen ja päätimme alustavasti tutkimuskysymyksistä.



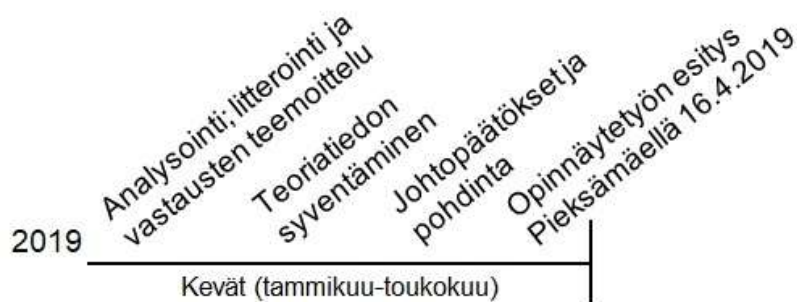
KUVIO 5. Aikataulukaus 2017

Kevään 2018 aikana (kuvio 6) laadimme suunnitelman opinnäytetyölle ja hahmottelimme kysymyksiä tulevia haastatteluja ja kyselylomaketta varten. Syksyyn 2018 mennessä valmistelimme haastattelut loppuun asti ja liitimme haastatteluteemat yhdessä opinnäytetyön suunnitelman kanssa tutkimuslupahakemuksiin. Luvat myönnettiin ja suoritimme haastattelut syksyn 2018 aikana.



KUVIO 6. Aikataulukaus 2018

Loppusyksystä 2018 ja alkukeväästä 2019 (kuvio 7) koostimme tiedonkeruun menetelmillä saaduista tuloksista raporttimuotoisen opinnäytetyömme. Opinnäytetyö julkistetaan 16.4.2019 Diakonia-ammattikorkeakoulun Pieksämäen toimipisteessä.



KUVIO 7. Aikataulukausi 2019

6.4 Ryhmähaastattelut ja puolistrukturoitu lomakehaastattelu

Ryhmähaastattelun lähtökohdaksi on päästä vuorovaikutukseen haastateltavien kanssa. Tällöin puhutaankin enemmän keskustelusta, kuin varsinaisesta haastattelusta. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 61.) Ryhmähaastattelussa käytetään usein ennalta valmisteltua teemarunkoa, mikä on pohja haastattelulle ja minkä mukaan haastattelija ohjaa keskustelua. Teemarunkoa tulisi käyttää väljästi, jotta keskustelussa säilyisi joustavuus ja keskustelu etenisi osallistujien ehdoilla. (Pietilä 2017, 124.) Haastattelijan tehtävänä on huolehtia, että keskustelu pysyy valituissa teemoissa ja kaikki osallistujat saavat puheenvuoron. Haastattelija puhuu haastateltaville yhtä aikaa, jolloin kommentteja saadaan spontaanisti usealta ihmiseltä. Haastattelija voi välillä suunnata kysymyksiä myös yksittäisille ryhmän jäsenille. Ryhmähaastattelu on hyvä menetelmä myös silloin, kun halutaan tietyn ryhmän yhteinen kanta kuuluviin. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 63.)

Haastattelu on tehokas ja joustava tiedonhankintamenetelmä, jossa haastattelija on suorassa kielellisessä vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa. Haastattelussa haastattelijan ja haastateltavan vuorovaikutus on keskeisessä roolissa. Haastattelun avulla syihin ja motiiveihin päästään paremmin käsiksi ja voidaan saada perusteellista tietoa, mikä muuten olisi jäänyt saamatta. Myös ei- kielellisiä eleitä pystytään haastattelutilanteessa lukemaan ja ne auttavat tulkitsemaan vastauksia. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 34.)

Haastatteluun osallistuminen on aina vapaaehtoista, mikä on laadullisen tutkimuksen peruserä. Kun kyseessä on sensitiivinen kohderyhmä, tulee taustavalmistelut tehdä huolella huomioiden haastateltavien haavoittuvuus. (Luomanen & Nikander 2017, 289.) Tutkimushaastattelussa on aina tietty päämäärä, jota ohjaa tutkimuksen tavoite (Ruusuvaara & Tiittula 2017, 47). Se on aina ennalta suunniteltu, sekä haastattelijan alulle panema, että ohjaama. Haastattelijan tehtävä on motivoida haastateltavia ja ylläpitää heidän motivaatiotaan. Haastattelijan on myös tunnettava oma roolinsa haastattelijana. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 43.)

Tutkimusaineiston saamiseksi haastattelimme Leppävirralla marraskuussa 2018 teemahaastattelulla Leppälinnun Veikkolan päivätoiminnassa mukana olevia päihdekuntoutujanaisia. Koimme tärkeäksi haastatella aktiivikävijöitä, jotta heidän äänensä ja kokemuksensa pääsisi kuuluviin ja näin saisimme myös osallistettua heitä heille tärkeän aiheen parissa. Haastattelu pidettiin Veikkolan tiloissa, jonne Leppälinnun toiminnanjohtaja Petra Marjamäki-Rissanen oli kutsunut sovittuun toiminnassa mukana olevat naiset ryhmähaastatteluun. Haastattelussa oli mukana kolme päiväkeskuksen pitkäaikaista naiskävijää ja haastattelijoina toimi kaksi opinnäytetyöryhmämme jäsentä. Toteutimme haastattelun ruokailutilassa yhteisen pöydän ääressä. Ennen haastattelua olimme olleet havainnoimassa päivätoimintaa Veikkolassa, mikä helpotti haastattelun lähtökohtaa ja haastatteluilmapiirin luomista. Suuntasimme haastattelukysymykset (liite 1) kaikille yhteisesti ja ohjasimme keskustelua teemoittain. Pidimme huolen siitä, että jokaiselle haastateltavalle annettiin puheenvuoro ja jokainen tuli kuulluksi. Haastattelun edetessä huomioimme, että keskustelu pysyi aiheessa ja pidimme sopivaa tahtia yllä, jotta haastattelu ei venyisi liian pitkäksi ja haastateltavat väsyisi. Tallensimme ryhmähaastattelun kahdella eri äänityslaitteella. Haastattelu kesti 1 tunnin ja 2 minuuttia.

Samana päivänä pidimme myös Leppälinnun kahdelle työntekijälle parihaastattelun vastaavalla tavalla kuin naiskävijöiden ryhmähaastattelun. Parihaastattelu on ryhmähaastattelun alalaji, jota käytetään, kun asia koskee molempia osapuolia (Hirsjärvi & Hurme 2008, 61). Haastattelulla pyrimme kartoittamaan työntekijöiden havainnot ja näkemykset Veikkolan päivätoiminnan tilasta naisten osallisuuden näkökulmasta. Tavoitteenamme oli saada tietoa myös mahdollisista

haasteista ja vaikeuksista. Haastattelu eteni teemoittain haastattelukysymyksiä hyödyntäen (liite 2). Tallensimme haastattelun kahdella äänityslaitteella. Haastatteluun kului aikaa 1 tunti ja 7 minuuttia.

Puolistrukturoidun haastattelun määritelmiä on useita. Fieldingin (1993) mukaan, puolistrukturoidussa haastattelussa kysymykset ovat kaikille haastateltaville samat, mutta niiden kysymysjärjestystä voidaan vaihdella. Eskola ja Suoranta (1998) puolestaan toteavat, että puolistrukturoidussa haastattelussa kysymykset ovat kaikille samat ja haastateltavat voivat vastata niihin omin sanoin. Robinsonin (1995) mukaan kysymykset ovat ennalta määritellyt, mutta niiden sanamuotoa haastattelijä voi vaihdella. Menetelmille on ominaista, että jokin haastattelun näkökulma on ennalta määritely. Haastattelutilanne muistuttaa enemmän keskustelua, jossa haastattelijä on aktiivinen kuuntelija. Aktiivinen kuuntelu voi avata haastateltavan vastauksilla haastattelulle uusia suuntia, joihin etukäteen ei ole osannut varautua. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 47, 103.)

Hyödynsimme puolistrukturoitua lomakehaastattelua kerätäksemme tietoa päihdeongelman kanssa kamppailevilta leppävirtalaisilta naisilta, joita Leppälinnun toiminta ei ollut saavuttanut. Leppävuiran sosiaalityöntekijä ja Leppävuiran seurakunnan diakoni suostuivat aineiston keruuseen ja yhteistyöhön kanssamme. Tavoitimme opinnäytetyön kannalta tärkeän tutkimusryhmän heidän kauttaan. Toimitimme haastattelulomakkeet (liite 3) sosiaalityöntekijälle ja diakoniatyöntekijälle, jotka haastattelivat päihderiippuvaisia naisasiakkaitaan vastaanotoillaan joulukuussa 2018 ja tammikuussa 2019. Lomakehaastattelu toteutettiin niin, että työntekijä kirjasi asiakkaan vastaukset paperille. Lomakehaastattelun osallistujat eivät olleet osallistuneet Leppälinnun toimintaan tai eivät tällä hetkellä osallistuneet.

Puolistrukturoidulla lomakehaastattelulla pyrimme selvittämään Leppälinnun toiminnan tavoitettavuuteen vaikuttaneita syitä ja sitä, millaisen toiminnan päihdekuntoutujanaiset kokisivat palvelevan itseään. Päädyimme puolistrukturoituun lomakehaastatteluun, sillä opinnäytetyön aihe käsittelee herkkää ja kivuliastakin elämäntilannekontekstia. Toivomuksemme oli, että tällä tavoin olisimme saaneet

enemmän haastatteluvastauksia kuin muulla haastattelumenetelmällä tämä kohderyhmä huomioon ottaen.

6.5 Aineiston analyysi

Käytimme aineiston analyysimenetelmänä sisällönanalyysia. Aineiston analyysi on tutkimuksen aikaa vievin osa, sillä kaikki saadut havainnot ja haastattelujen vastaukset on käytävä läpi (Hirsjärvi & Hurme 2008, 140). Sisällönanalyysillä aineisto saadaan tiiviiseen ja selkeään muotoon. Sen tarkoituksena on saada lisättyä mielekästä, yhtenäistä ja selkeää informaatioarvoa, koska keskusteluista saatu tieto voi olla hyvin hajanaista. Huomiota kiinnitetään vain teoreettisen viitekehyksen ja kulloisenkin kysymyksenasettelun kannalta olennaisiin aineiston osiin. Lisäksi aineistoa pelkistetään yhdistelemällä yhteisiä nimittäjiä sisältäviä havaintoja yhdeksi havainnoksi. Analyysin avulla tutkittavasta ilmiöstä voidaan tehdä luotettavia johtopäätöksiä. (Alasuutari 2011; Tuomi & Sarajärvi 2002, 110.)

Ennen sisällönanalyysiä aineisto pitää selkeyttää ja tiivistää, että oleellisin tieto saadaan esille (Kananen 2008, 62, 88). Laadullisen tutkimuksen aineistot ovat laajoja ja kaikki saatu tieto haastatteluista täytyy puhtaaksikirjoittaa tekstimuotoon eli litteroida. Litterointi tarkoittaa sitä, että tallennettu aineisto kirjoitetaan tekstiksi sanasta sanaan. Kirjoittaminen on yleensä työlästä ja hidasta. Yhden tunnin haastattelun kirjoittaminen suoraan tietokoneelle voi viedä 4-6 tuntia litterointiaikaa. Tekstisivuja voi kertyä siis paljon, jolloin analysoitavaa tekstiä on runsaasti. Aineistoa on luettava useampaan kertaan ja kokonaisuutena, jotta teksti tulee tutuksi ja aineistoa voidaan analysoida. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 138, 140, 143.)

Laadullisen tutkimuksen aineiston analysoinnissa tutkittavasta ilmiöstä luodaan sanallinen ja selkeä kuvaus. Laadullisen tutkimuksen analysoinnissa ei ole mahdollista käyttää määrällisiä eli kvantitatiivisia menetelmiä: tutkimusyksiköiden suurta määrää ja tilastollista argumentaatiotapaa. Haastattelujen määrä ei ole niin suuri, että niillä saataisiin esiin tilastollisesti merkitseviä yksilöiden välisiä

eroja. Eri muuttujien välisten erojen sijaan aineistoa tarkastellaan usein kokonaisuutena, jonka ajatellaan selittävän jotain ilmiötä. Kvantitatiivisesta analyysistä poiketen, laadullisessa analyysissä poikkeus kumoaa aina säännön. Kvantitatiivisessa analyysissä, kun määritellään keskivertotapauksia, mahtuu mukaan myös poikkeuksia, mutta laadullisessa analyysissä yksikään luotettavana pidetty seikka ei saa olla ristiriidassa esitetyn tulkinnan kanssa. Laadullinen analyysi koostuu tutkimuksessa aikaan saatujen havaintojen pelkistämisestä ja tulosten tulkinnasta. (Alasuutari 2011.)

Laadullisen tutkimuksen tulkintaosuudessa aineistoa pelkistämällä tuotettujen havaintojen pohjalta tehdään merkitystulkintaa tutkittavasta ilmiöstä. Apuna voidaan käyttää myös edelleen empiiristä aineistoa ja alkuvaiheen ”raakahavaintoja” sekä viitata muihin tutkimustuloksiin ja teoriakirjallisuuteen. Mitä enemmän samaa loppupäätelmää tukevia perusteita voidaan löytää, sitä todennäköisemmin tulos on oikea. Täydellistä varmuutta tutkimuksella ei kuitenkaan koskaan voida saavuttaa. (Alasuutari 2011.)

Kun opinnäytetyöhömme valikoitui laadulliset tutkimusmenetelmät, on laadullisen tutkimuksen keinoin tuotettua aineistoa tarkoituksenmukaista analysoida myös laadullisesti. Näin voimme aikaansaada mahdollisimman luotettavia tuloksia. Työhömme sisältyy erilaisia laadullisia aineistoja, joissa toistuvat samat teemat. Lähdimme rakentamaan analyysia sisällönanalyysina, jossa huomioimme nämä kaikki aineistot. Kävimme jokaisen opinnäytetyön tutkimuskysymyksen vuorollaan läpi ja litteroiduista aineistoista poimimme niihin olennaisesti liittyvää materiaalia. Kirjasimme nämä löydökset ylös samalle alustalle, jossa lähdimme niitä yhdistelemään sen mukaisesti, mitkä puhuivat samoista aihepiireistä. Yhdistelimme löydöksistä keskeisimmät havainnot, opinnäytetyön tulokset. Tuloksista muodostimme johtopäätöksiä, joita peilasimme myös opinnäytetyön teoriaosuuteen.

6.6 Eettisyys

Eettisyys on tärkeä osa tutkimus- ja kehittämistyötä. Sen avulla pyritään estämään vääryyksiä ja toimimaan hyvien käytäntöjen mukaisesti. Luotettavuus ja läpinäkyvyys ovat eettisen toiminnan kulmakiviä. Tärkeää on huolehtia lupa-asioista ja muistaa asianmukainen toimintatapa työn jokaisessa vaiheessa. Aineiston keruussa osallistujilla on oikeus päättää, haluavatko he osallistua ja lupa keskeyttää milloin vain. Opinnäytetyön tekijä huolehtii, ettei aineisto päädy ulkopuolisten tahojen käyttöön. (Gothóni 2016.)

Otimme tiedonkeruussa eettisyyden huomioon hankkimalla tutkimusluvut haastatteluihin sekä tiedottamalla osallistujia siitä, mihin he ovat osallistumassa ja muistuttamalla osallistumisen vapaaehtoisuudesta. Teimme myös osallistujille selväksi, että tutkimuksessa kerättyjä materiaaleja hyödynnämme ainoastaan tähän opinnäytetyöhön. Materiaalit säilytämme luottamuksellisesti ja työn valmistua hävitämme ne. Toteutimme analysoinnin täsmällisyyteen ja rehellisyyteen pyrkien. Henkilöiden nimiä emme mainitse työssä ja raportoinnissa kiinnitimme huomiota osallistujien anonymiteetin säilyttämiseen. Huolehdimme myös siitä, ettei raportti tule sisältämään osallistujille haitallista materiaalia. Tavoittelemme työllä positiivista muutosta.

Opinnäytetyön ryhmähaastattelujen alussa haastattelijoina esittäydyimme ja kerroimme opinnäytetyön aiheen ja haastattelun tarkoituksen. Pyysimme haastateltavilta suullisesti suostumuksen haastatteluun ja kerroimme heille haastattelun äänittämisestä ja mahdollisuudesta jäädä haastattelusta pois halutessaan. Haastateltaville puhuimme myös tietosuojasta. Tiedonanto haastattelun alussa on tärkeää sillä, haastateltavan on pystyttävä luottamaan siihen, että annettuja tietoja käytetään luottamuksellisesti (Hirsjärvi & Hurme 2008, 43).

Pyrimme suunnittelemaan haastattelut niin, että ne olisivat osallistujille mahdollisimman miellyttäviä tilanteita ja ettei osallistumisen ja puhumisen kynnys nousisi korkeaksi. Haastattelujen haasteena oli saada mahdollisimman aitoja ja rehellisiä vastauksia, jottei saataisi vääristynyttä tai virheellistä kuvaa tilanteesta. Haastattelutilanteessa meidän piti haastattelijoina myös kiinnittää huomiota kysymysten

asetteluun, ettei kysymykset olisi liian johdattelevia, vaan vastaukset ja kaikki tieto tulisi suoraan haastateltavilta. Haastattelussa keskityimme aistimaan haastateltavien tunnelmia ja luomaan hyvää tunnelmaa. Kunnioitimme keskustelussa haastateltavien omaa asiantuntijuutta omasta elämästään ja näkemyksiä päiväkeskuksen toiminnasta.

Diakoniatoimistoon ja sosiaalitoimistoon lähetettyjen lomakehaastattelujen mukaan liitimme saatekirjeen, jossa kerroimme haastattelun taustat. Haastateltava luki kirjeen ennen kuin ryhtyi vastaamaan haastattelukysymyksiin. Näin varmistimme, että haastateltava ymmärsi mihin osallistuu ja sai tiedot antamiensa vastausten käyttötarkoituksesta ja käsittelystä. Kyselyyn vastaamalla asiakas osoitti suostumuksen osallistua haastatteluun.

Lomakehaastatteluja tehdessä sekä diakoni että sosiaalityöntekijät kirjasivat asiakkaiden vastaukset ylös, joten avoimissa vastauksissa saattaa esiintyä jonkin asteista vääristymää kirjaajan tulkinnan mukaan. On hyvä miettiä, minkä verran kirjaajan valta vaikutti vastauksiin ja olisivatko vastaukset olleet erilaisia, jos vastaajat olisivat itsenäisesti täyttäneet kyselyn? Kuitenkin voidaan inhimillisesti ajatella, että se vaikutti jossain määrin ja se on tärkeää tiedostaa sekä ottaa huomioon. Toisaalta vastaukset olisivat voineet jäädä kokonaan saamatta, jos olisimme vaatineet itsenäistä vastaamista. Materiaalia analysoitaessa huomasimme, että haastateltavien vastaukset tukivat toisiaan, mutta ne eivät olleet liian identtisiä. Erityisesti ryhmähaastattelujen kohdalla tämä kertoo siitä, että vastaajien kannalta haastattelutilanne oli riittävän turvallinen, jotta he saattoivat jakaa rehellisesti ajatuksiaan.

Kvalitatiivisessa eli laadullisessa tutkimuksessa luotettavuutta arvioidaan aineiston keräämisen, analysoinnin sekä tutkimuksen raportoinnin perusteella. Tutkimuksen luotettavuutta lisää se, että aineisto on kerätty siellä, missä ilmiö esiintyy ja raportissa on seikkaperäisesti kerrottu tutkimuksen vaiheet. (Hyväri & Vuokila-Oikkonen 2018.) Luotettavien tuloksien aikaansaamiseksi pyrimme tuomaan esiin juuri päihdeongelmista kärsivien naisten itsensä kokemukset sekä sen lisäksi työntekijöiden, jotka kohtaavat heitä päivittäin Leppävirralla. Kiinnitimme huomiota saadun aineiston käsittelyn laadukkuuteen ja raportoinnin tarkkuuteen.

7 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Kvalitatiivisen tutkimuksen ja teemahaastattelujen avulla, pyrimme saamaan selville, mikä toiminnassa on tällä hetkellä hyväksi koettua ja millaisia kehityskoh- teita löytyy. Pyrkimyksenä oli saada kuuluviin myös niiden naisten ääni, joille toi- mintaa on sosiaalitoimen tai seurakunnan taholta suositeltu, mutta jotka eivät ole syystä tai toisesta siihen kuitenkaan osallistuneet. Mitä muutoksia tarvittaisiin, jotta päivätoiminta voisi palvella myös heitä?

7.1 Taustatiedot

Opinnäytetyössä oli käytössä kolme haastattelumenetelmää (taulukko 3). Tulok- set koostettiin näiden haastattelujen pohjalta. Naiskävijöiden ryhmähaastatte- lusta tuli litteroitua tekstiä 22 A4-sivua ja sen kirjoittamiseen meni 7,5 tuntia. Työntekijöiden ryhmähaastattelusta taas tuli litteroitua tekstiä 14 A4-sivua ja sen kirjoittaminen kesti 7 tuntia. Litteroinnissa periaatteena oli kirjoittaa kaikki haas- tattelussa sanottu sanasta sanaan tekemättä omia tulkintoja. Joitain paljon tois- tuvia täytesanoja jätettiin kirjoittamatta.

Ryhmähaastattelujen lisäksi täytettyjä kyselylomakkeita saatiin sosiaalitoimen ja diakoniatyön naispähdeasiakkailta yhteensä 7 kappaletta. Lomakehaastatteluilla saatiin arvokasta tietoa niiltä naisilta, jotka eivät ole mukana Leppälinnun toimin- nassa. Olisimme toivoneet saavamme vastauksia vielä enemmän, mutta paikka- kunnan koko ja tutkimuksen aihe huomioiden, oli seitsemän vastausta varsin hyvä tulos.

TAULUKKO 3. Opinnäytetyön aineistonkeruumenetelmät

Menetelmä	Osallistujien lukumäärä
Leppälinnun naiskävijöiden ryhmähaastattelu	3
Leppälinnun työntekijöiden ryhmähaastattelu	2
Puolistrukturoitu kyselylomake sosiaalitoimen ja diakoniatyön naispähdeasiakkaille	7

Muodostimme opinnäytetyöhön kerätystä aineistosta sisällönanalyysillä keskeisiä teemoja vastauksiksi tutkimuskysymyksiimme. Tästä on esimerkkinä taulukko 4. Muut teemat on muodostettu samalla periaatteella. Päädyimme julkaisemaan ainoastaan yhden esimerkkitaulukon, koska osa haastatteluissa esiin nousseista kommenteista oli sellaisia, että haastateltavat toivoivat, ettei niitä suoraan sellaisenaan julkaistaisi. Samassa analyysissä huomioimme sekä ryhmähaastattelut että kyselylomakkeet.

TAULUKKO 4. Ote teemataulukosta. Miten apua tarvitsevat päihdenaiset voidaan tavoittaa paremmin Leppälinnun toimintaan?

Teemat:	Kommentit, kävijät ja asiakkaat:
Kynnys matalaksi	<i>"Naisille suunnattua ohjelmaa"</i>
	<i>"Matalan kynnyksen tulemisen mahdollisuus"</i>
	<i>"Jos vaikka olis joku lauluryhmä ja siit olis etukäteen ilmotettu niin tota saattais joku jopa uskaltautua tulemaan"</i>
	<i>"Joku ystävä tulisi mukaan"</i>
	<i>"Tiedottaminen, tieto mitä toiminta tarkoittaa"</i>
Ulkoapäin annettu velvoite	<i>"Minut ikään kuin piti työllistää"</i> <i>"Yheksän euroo saapi tulemaan. Tykkään muutenkin täällä olla. Ja minä saan sitten ruuan, ku teen sen yhen vapaaehtoispäivän"</i>
Eritahojen välinen yhteistyö	<i>"Asiantuntija vierailijat olis minun mielestä aina tervetulleita, vaikka lääkäri tai apteekkari"</i> <i>"No just semmosta minä kaipaisin ja sitte saattas tulla niitä ulkopuoleltaki jos sanois jollekin kaverille että olis sellainen vierailija haluaisitko tulla"</i>

Naiskävijöiden ryhmähaastattelusta sekä työntekijöiden parihaastattelusta jäi kummastakin vaikutelma, että kaikki haastateltavat pääsivät vuorollaan ääneen ja keskustelu osoittautui varsin tasapuoliseksi. Aihepiireihin saatiin melko laajasti vastauksia. Lomakehaastattelussa suurin osa vastauksista taas oli kirjoitettu tiiviiseen muotoon. Yhtä lomaketta lukuun ottamatta kysymyksiä ei kuitenkaan ollut

juurikaan ohitettu. Muutamaan kysymykseen osa vastaajista oli antanut myös runsaamman vastauksen.

Lomakehaastatteluissa korostui erityisesti toiminnasta tiedottamisen tarpeellisuus, erilaiset haasteet osallistumisen esteenä, tuentarve niin päihdeettömyyteen kuin arkisista asioista selviytymiseen sekä kiinnostus osallistua vain naisille suunnattuun toimintaan. Naiskävijöiden haastattelussa taas korostui toimintaan mukaan tuleminen ulkoapäin annetun velvoitteen seurauksena, seurakunnan ja hengellisyden tärkeys, toiminnallisuuden kaipuu sekä vertaistuen merkitys. Työntekijöiden haastattelussa keskeisimpinä asioina nousi esiin yhteistyö eri tahojen, erityisesti seurakunnan kanssa. Lisäksi tuki ja yhdessä tekeminen sekä se, että naisporukan kesken oltaessa keskustelu on vapautuneempaa ja välillä olisi hyvä järjestää vain heille suunnattua ohjelmaa.

Opinnäytetyön tulosten esittelyssä päädyimme ilmoittamaan haastatteluryhmän kunkin kommentin perään. Tutkimuksen kannalta on mielenkiintoista ja tärkeää nähdä ryhmähaastattelutulosten ja lomakehaastattelutulosten eroavaisuuksia. Emme kuitenkaan erotelleet henkilöitä toisistaan, ettei haastateltavista tulisi liian helposti tunnistettavia. Leppävirta on pieni paikkakunta ja tutkimusaihe hyvin herkkä. Kommenttien yhteydessä ryhmähaastattelulla tarkoitamme Leppälinnun naiskävijöiden ryhmähaastatteluun osallistuneen kommenttia, työntekijöiden haastattelulla Leppälinnun työntekijöiden kommenttia ja kyselylomakkeella kyselylomakkeeseen vastanneen naisen antamaa vastausta.

7.2 Toiminnan parempi tavoitettavuus

Ensimmäinen tutkimuskysymyksemme oli: Miten apua tarvitsevat päihdenaiset voidaan tavoittaa paremmin Leppälinnun toimintaan? Keräsimme tähän kysymykseen haastattelumateriaalista vastauksia, jotka jaettiin erilaisiin teemoihin. Seuraavia merkittäviä teema-aiheita nousi materiaalista: Kynnys matalaksi, ulkoapäin annettu velvoite, eri tahojen välinen yhteistyö, toimintaa iltoihin ja viikonloppuihin sekä toimintaan osallistumisen haasteet.

Lomakehaastattelussa tuli esiin suora toive matalan kynnyksen tulemisen mahdollisuudesta. Muita kynnyksen madaltamiseen vaikuttavia tuloksia oli, että muukaantulo voisi olla helpompaa, jos tarjolla olisi erityisesti naisille suunnattua ohjelmaa tai jos ystävä tulisi mukaan.

Joku ystävä tulisi mukaan. (Kyselylomake)

Naisille suunnattua ohjelmaa. (Kyselylomake)

Myös toiminnan kiinnostavuus ja tiedottaminen tuli vastauksissa esiin. Toiminnan sisältö ja tiedottamisen tehokkuus voisi helpottaa mukaan tuloa.

Tiedottaminen, tieto mitä toiminta tarkoittaa. (Kyselylomake)

Jos vaikka olis joku lauluryhmä ja siit olis etukäteen ilmoitettu niin saatais joku jopa uskaltautua tulemaan. (Ryhmähaastattelu)

Tiedottamisen määrä ja selkeys vaikuttavat myös tulemisen helppouteen. Lomakkeisiin vastanneista neljä seitsemästä ei tiennyt miten Leppälintu-yhdistyksen toimintaan pääsee mukaan. Myös työntekijät olivat pohtineet kynnyksen madaltamista siten, että he voisivat tulevaisuudessa tehdä kotikäyntejä. Näin työntekijät voisivat tulla päihdenaisten kanssa tutuiksi ja rohkeus tulla muuhun toimintaan mukaan voisi löytyä, kun työntekijät olisivat jo tuttuja.

Naiskävijöiden ryhmähaastattelun perusteella selvisi, että ulkoapäin annettu velvoite on merkittävä syy heidän aktiivisen toimintaan osallistumisensa taustalla. Jokainen kolmesta pitkäaikaisesta kävijästä oli aluksi päätynyt Leppälintuun kuntouttavaan työtoimintaan tai työharjoitteluun. Kaikkien lähtöodotukset toimintaa kohtaan eivät olleet myönteisiä, mutta työ motivoi ja lopulta toiminta koettiin tärkeänä, omaa elämää kannattelevana ja haluttiin jäädä mukaan.

Tulin lehtiä lukemaan tänne muutaman kerran... varsinaisesti sitten työharjoitteluun. (Ryhmähaastattelu)

Minut ikään kuin piti työllistää. (Ryhmähaastattelu)

Yheksän euroo saapi tulemaan. Tykkään muutenkin täällä olla. (Ryhmähaastattelu)

Eri tahojen välinen yhteistyö -teema nousi esiin haastatteluissa vierailijatoiveiden, seurakunnan kanssa tehtävän yhteistyön ja toimintaan ohjautumisen muodossa. Vierailijat ovat kävijöiden näkökulmasta hyvin toivottuja. Erilaisia asiantuntijaluentoja kohtaan osoitettiin kiinnostusta ja niiden nähtiin olevan myös sellaista toimintaa, joka voisi vedota uusiinkin kävijöihin. Koettiin, että tällaiseen tilaisuuteen olisi helppo pyytää kaveri mukaan.

Asiantuntija vierailijat olis minun mielestä aina tervetulleita, vaikka lääkäri tai apteekkari. (Ryhmähaastattelu)

No just semmosta minä kaipaisin ja sitte saattas tulla niitä ulkopuoleltaki, jos sanois jollekin kaverille, että olis sellainen vierailija, haluaisitko tulla. (Ryhmähaastattelu)

Seurakunta osoittautui olevan erityisen merkityksellinen Leppälinnun naiskävijöille heidän nykyisessä elämäntilanteessaan. Seurakunnan kanssa tehdään kuukausittain yhteistyötä, mutta naiset kokevat, että sitä saisi olla enemmänkin. Leppälinnussa käy seurakunnan työntekijöistä pappi, diakoniatyöntekijä tai nuorisotyöntekijä.

Hartaus kerran kuukaudessa, mutta se on niin hetkellistä vaan, kun kaks virttä ja tämä meidän sakki haluaa laulaa. (Ryhmähaastattelu)

Lauletaan niitä virsiä, mitä osataan, mutta se jotenkin jää sillain et laulettais vielä, ei loppuis vielä. (Ryhmähaastattelu)

Myös Leppälinnun työntekijät ovat havainneet seurakunnan mukana olemisen tärkeyden kävijöiden näkökulmasta. Leppävirran seurakunta on merkittävä yhteistyökumppani ja taustatekijä Leppälintu yhdistyksen toiminnassa. Seurakunta järjestää toimintaa Leppälinnun kävijöille ja antaa esimerkiksi leirikeskukseensa veloituksetta Leppälinnun leiritoiminnan käyttöön. Seurakunta käy kerran kuussa pitämässä hartauden Veikkolan päivätoiminnassa. Lisäksi Veikkolan työntekijät ja kävijät ovat osallistuneet seurakunnan "Kimppakerros" toimintaan yhdessä. Kasvotusten kohtaamista ja aikaa keskustelulle hengellisen työntekijän kanssa kaivattaisiin kuitenkin tulosten mukaan lisää, kuten myös virsien ja hengellisten laulujen laulamista. Leppälinnun toimintaan ohjautumisessa seurakunnan yhteistyö on myös keskeisessä roolissa.

Työntekijät toteavat parihaastattelussaan, että parhaat viestinviejät toiminnasta ovat nykyiset kävijät ja uusien kävijöiden on helpoin tulla mukaan, jos toiminnassa on joku entuudestaan tuttu. Uusia henkilöitä toimintaan ohjataan myös sosiaali-toimesta ja terveyskeskuksesta, erityisesti mielenterveyspuolelta.

Toimintaa iltoihin ja viikonloppuihin -teema, nousi kävijöiden kokemuksesta, sillä illat ja viikonloput ovat yksinäistä aikaa. Aika käy pitkäksi ja riski juomiseen kasvaa. Naiset ehdottivat, että ilta-aikaan tai viikonloppuna voisi kokoontua ryhmä jonkin tietyn teeman äärelle. Tällaiseen olisi halua osallistua.

Voisin minä tulla illalla, jos olis joku porukka, mutta sen pitäis olla joku teema sitten. (Ryhmähaastattelu)

– – siinä viikonloppua, niin aina välillä tuntuu, että on jo vähän pitkä aika. (Ryhmähaastattelu)

Mietittäessä miten naiset tavoitettaisiin paremmin toimintaan mukaan, on hyvä ottaa huomioon myös osallistumattomuuden syyt, jotta niihin voitaisiin mahdollisuuksien mukaan reagoida. Tähän saimme vastauksia niin haastatteluista kuin kyselylomakkeista ja niinpä muodostui toimintaan osallistumisen haasteet -teema. Yksi keskeisistä haasteista on leima. Haastatteluista kävi ilmi, että Veikkolan päivätoimintakeskuksella on leima ”juoppojen paikkana”. Naiskävijät kommentoivat, että naiset häpeävät juomistaan eivätkä siksi välttämättä uskalla tulla mukaan toimintaan. Lisäksi toivottiin, että toiminnassa voisi käydä myös sellaisia henkilöitä, jotka eivät juo.

Rohkeus. Naisilla on varmaan häpeä aika suuri, että tällä paikalla on kuitenkin se tietty leima, että se on juoppojen paikka ja tuota naiset ei sitten... Naiset häppee sitä juomistaan. Eivätkä sitten oikein uskalla tulla tänne. (Ryhmähaastattelu)

Vois kans tulla ne semmosetkin ihmiset, jotka eivät juo. (Ryhmähaastattelu)

Työntekijöiltä nousi kommentti, että naiset nauttivat myös siitä, kun saavat välillä keskustella aivan muista aiheista kuin päihteistä.

Leiman lisäksi erilaiset henkilökohtaiset haasteet ovat osaltaan hankaloittamassa naisten toimintaan osallistumista. Useimmat huomion arvoiset haasteet estävät toimintaan osallistumista ajoittain tai jopa kokonaan. Naiskävijöiden haastattelussa esiin nousi kyytiongelmien ja aamu-unisuus.

Kyytiongelmia. Jos ei ole kyytiä niin ei tule. (Ryhmähaastattelu)

Haluaa nukkua pitkään. (Ryhmähaastattelu)

Ne naiset, jotka eivät tällä hetkellä osallistu Leppälinnun toimintaan, ilmoittivat päihderiippuvuuden sekä paniikkihäiriön ja sosiaalisten tilanteiden pelon olevan esteenä toimintaan osallistumiselle.

7.3 Naisten osallisuuden lisääminen

Toinen tutkimuskysymyksemme oli: Miten naisten osallisuutta voitaisiin parantaa Leppälinnun toiminnassa? Vastauksena tähän aineistosta nousi seuraavanlaisia teemoja: sosiaaliset suhteet, vaikuttamisen mahdollisuus sekä vain naisille suunnattua toimintaa.

Sosiaaliset suhteet -teema nousi merkittäväksi kaikkien opinnäytetyöhön kerättyjen aineistojen perusteella. Toimintaa ja seuraa kaivataan, ja parhaimmillaan sen myötä muodostuu uusia ystävyys-suhteita.

Siis mua tympii niin helvetisti tää yksinolo. (Ryhmähaastattelu)

Yhteisiä keskusteluja naisten kesken. (Ryhmähaastattelu)

Työntekijät kommentoivat, että toisten tuki on todella tärkeää päihdekuntoutujien arjessa. Heillä on myös se toive, että Leppälinnun toiminnan avulla voitaisiin ehkäistä syrjäytyminen mahdollisimman monen kohdalla. Myös useampi niistä naisista, jotka eivät Leppälinnun toiminnassa ole mukana, kertoivat pitävänsä tärkeänä samassa elämäntilanteessa olevien tapaamista. Toisenlaisena näkökulmana nousi se, että päihteitä käyttävien henkilöiden kanssa ei halua olla tekemisissä, mutta niiden kanssa kyllä, joilla on motivaatiota pyrkiä päihteettömyyteen.

Tuki on tosi tärkeä, et ihan se yhdessä tekeminenkin jo, vaikka se olis ihan just jotain tollasta perus tekemistä, vaikka keittiössä. (Työntekijöiden haastattelu)

Keskusteluaiheet: päihderiippuvuus, ystävyys, jaksaminen. (Kyselylomake)

Keskusteluapua ja paperiasioissa apua, asioihin puuttumista, tietokoneissa apua. (Ryhmähaastattelu)

Vaikuttamisen mahdollisuuden, vaikka aivan pieniinkin asioihin, naiset kokevat tärkeäksi osallisuuden kokemisen lisääntymiseksi. Haastattelussa, toiveita Lep-pälinnun toimintaa kohtaan mietittyään, heiltä nousi monenlaisia ideoita, jotka vaikuttivat varsin helposti toteutettavilta. Työntekijät kertoivat, että he välillä kyllä kyselevät kävijöiden toiveita toiminnasta, mutta toistaiseksi sellaista kulttuuria ei ole muodostunut, että kävijät kovin vahvasti ottaisivat osaa toiminnan suunnitteluun. Jos toiveita kuitenkin nousee, pyritään niitä myös ottamaan huomioon.

Sehän oliskin kiva, että jokainen valitsis yhen laulun [levyraadissa]. (Ryhmähaastattelu)

Minä en jaksa tuota kortin pelaamista ja biljardin pelaamista. (Ryhmähaastattelu)

Minä haluan askarrella. (Ryhmähaastattelu)

Aineistosta kävi useampaankin otteeseen ilmi, että olisi tarpeen järjestää välillä vain naisille suunnattua toimintaa. Työntekijät ovat havainneet, että kun välillä ollaan liikkeellä pienemmällä naisporukalla, on tunnelma paljon intiimimpi ja kaikki pystyvät paremmin ottamaan osaa keskusteluun. Normaali-toiminnassa hiljaisemmat naiset eivät meinaa päästä ääneen ollenkaan.

Huomioida nais erityisyys. (Kyselylomake)

Sitten ku me lähetäänkin tämmösellä pienellä porukalla, tämmösellä naisporukalla, niin se on vähän intiimimpi. Puhutaan asioista, kaikki voi puhua. Ja se on ihan erilaista. (Työntekijöiden haastattelu)

Työntekijöiden haastattelussa nousi epäily, että yksi syy siihen, miksi naisia ei juuri näy miesvaltaisessa päivätoiminnassa on se, että moni päihdeongelmaisista

naisista on tullut jossain vaiheessa elämäänsä seksuaalisesti hyväksikäytetyksi. Se ymmärrettävästikin voi aiheuttaa pelkoa osallistumista kohtaan.

Yhdessä kokoNAINEN -hankkeen puitteissa Leppälinnun naiskävijät olivat päässeet osallistumaan tapahtumaan, jossa oli muun muassa meikkausta ja he olivat työntekijöiden mukaan kovin innoissaan tällaisesta toiminnasta. Hanke on myös poikanut sen, että Leppälinnun työntekijät ovat alkaneet ideoida leiripäivän tai jonkin muun yhteisen toiminnan järjestämistä naisille.

Kyselylomakkeen täyttäneistä naisista 5 ilmoitti olevansa kiinnostunut erityisesti naisille suunnatusta mielenterveys- tai päihdetyön toiminnasta. Yksi vastaajista ei ollut kiinnostunut ja yksi oli ohittanut kysymyksen.

7.4 Kehitysehdotuksia päivätoimintaan

Kolmanteen ja viimeiseen tutkimuskysymykseen, millaisia kehitysehdotuksia voidaan antaa Leppälinnun päivätoiminnalle, jotta naiskävijöiden erityistarpeet tulisi huomioiduiksi, nousi vastauksista teemoiksi hengellisyys, toiminnallisuus, vertaistuki sekä vain naisille suunnattua toimintaa. Näistä viimeisin teema nousi esiin myös aiemman tutkimuskysymyksen kohdalla, joten siitä voidaan päätellä sen olevan erityisen tärkeä aihepiiri.

Hengellisyys koetaan vastausten perusteella todella tärkeäksi. Naiset ovat kokeneet työntekijöiden mukaan ulkopuolisuutta osallistuessaan seurakunnan omaan toimintaan, joten seurakunnan työntekijöiden vierailut Leppälinnussa ovat olleet tärkeitä. Virret ja yleensäkin laulaminen ovat selvästi mieleistä ja tärkeää kävijöille. Naiset toivovat, että seurakunnantyöntekijällä olisi myös aikaa keskustella ja viettää aikaa heidän kanssaan.

Mut mä tien, että seurakunnassakin on naisia, jotka ei päihdeongelmaisia kato hyvällä. Ihan et se on niinku et just saattaa tulla sitä alemmuuden tunnetta. (Työntekijöiden haastattelu)

Pikkunen hartaus ja sitten ne lähtee. Mitää ei oikein voi sillee puhua. Keskustella eikä. Niil on kiire. Niil o kaikkee. (Ryhmähaastattelu)

Tai sitte kävis muita laulattajia meitä vaa laulattamassa. Tää hengellinen juttu tietysti kiinnostaa tässä vaiheessa taas aika kovasti. (Ryhmähaastattelu)

Jäi [seurakunnantyöntekijä] kahvia juomaan ja juttelemaan ihmisten kanssa, että se oli kyllä tosi hyvä, että kyllä hyö sitäki kaipais. (Työntekijöiden haastattelu)

Ryhmähaastattelussa ehdotettiin myös erillisen hengellisen ryhmän perustamista, jotta olisi mahdollisuus keskustella hengellisistä asioista pienemmässä porukassa sellaisten ihmisten kanssa, joita hengelliset asiat kiinnostavat.

Keräämämme materiaalin perusteella naiset pitävät toiminnallisuudesta. Erityisesti naisille kaivataan ohjattua toimintaa. Toiminta voisi olla niin askartelua, leipomista, kävelyä kuin laulua. Myös kirjoja kaivattaisiin oleskelutilaan.

Vastauksista tuli ilmi, että vertaistuki koetaan päihdesairaudessa äärimmäisen tärkeäksi, sillä jokaisella on omanlaisensa päihdetausta, mutta heitä voi yhdistää sama riippuvuus. Keskustelua omista kokemuksista ja päihteiden käytöstä kaivataan. Työntekijöiden auktoriteetilla ja läsnäololla on myös suuri merkitys.

Päihdesairauteen vertaistukea. (Kyselylomake)

Tukea ainakin päihteettömyyteen, mielenvirkistykseen, sosiaaliseen kanssakäymiseen, vertaistukena oleminen, omista kokemuksista keskusteleminen: päihteiden käytöstä ja sen vaikutuksesta lähipiiriin. (Kyselylomake)

Siinä pitäis olla semmonen vetäjä, joka osais sanoa, vaikka aiheen. (Ryhmähaastattelu)

Ulkopuolinen, joka pikkusen, vaikka nykäsee, että mitenkäs tämmönen. (Ryhmähaastattelu)

Työntekijät kertovat, että usein keskustelu isossa porukassa on monelle vaikeaa ja varsinkin miesten läsnäolo koetaan haastavaksi. Myös kovaäänisyys ja päälle puhuminen hankaloittaa isossa ryhmässä ääneen pääsyä.

Täällä joskus sitten on ollut sellainen ihminen, jota on jopa vähän pelätty. (Työntekijöiden haastattelu)

Meidän noista hiljaisemmista naisista osa tuntuu, ettei he puhu milloinkaan, kun ei heillä oo mahdollisuuttakaan. (Työntekijöiden haastattelu)

8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyön tuloksista nousi johtopäätöksiä viestintään ja tunnettavuuteen, tuen tarpeeseen, osallistumista estäviin tekijöihin sekä hengellisyyden tukemiseen liittyen. Oikeanlaisella viestinnällä voidaan tuoda toimintaa tunnettavammaksi ja mahdollistaa myös uusien kävijöiden osallistuminen. Tuen tarve päihdekuntoutujilla on hyvin intensiivistä ja naiset kaipaavat erityisesti naisille suunnattua vertaistoimintaa. Tukitoimiin voi olla kuitenkin vaikea osallistua. Yleinen osallistumista estävä syy on omasta päihteenkäytöstä koettu häpeä. Esteitä olisi tärkeää pystyä poistamaan. Hengellisyys voi nousta päihdekuntoutujalle hyvin merkitykselliseksi asiaksi, joten myös seurakunnan panosta kaivataan päihdetyössä.

8.1 Viestintä ja tunnettavuus

Tutkimustuloksista kävi ilmi, että toimintaan olisi helpompi tulla mukaan, jos olisi tietoa, kuinka tulla mukaan. Selkeä looginen viestintä, informointi ja mainostaminen ovat iso kokonaisuus ja osa onnistunutta yhdistystoimintaa digiajan yhteiskunnassa. Viestinnällä ja markkinoinnilla onkin suuri merkitys uusien kävijöiden tavoittelussa. Leppälintu yhdistyksellä on verkkosivut, joista löytyy tietoa Veikkolan päiväkeskuksen toiminnasta ja yhdistyksen löytää myös Facebookista. Työntekijät ovat tehneet myös paperiesitteitä, joita annetaan yhteistyökumppaneille jaettavaksi. Monenlaisia viestintäkanavia on siis käytössä. Kuitenkin osa naisista, jotka eivät osallistu Leppälinnun toimintaan, eivät tienneet miten toimintaan tullaan mukaan. Tästä voidaan päätellä, että ulospäin suuntautuvaan viestintään olisi hyvä vielä kiinnittää huomiota. Onko tiedottaminen riittävää ja oikeanlaista? Vaatisivatko viestintäkanavat päivittämistä ollakseen kutsuvampia? Tieto löytyy, milloin toimintaa on tarjolla, mutta kynnyks osallistua voi silti jäädä korkeaksi.

Veikkolan päiväkeskuksen ulkoisessa viestinnässä voitaisiin korostaa vielä enemmän sitä, että aivan kuka tahansa saa osallistua, eikä osallistuminen sido

mihinkään. Myös tarkempi kuvaus siitä, miten päivätoiminta rakentuu, voisi palvella osallistumista harkitsevia ja lisätä rohkeutta tulla mukaan. Yhdistyksen verkkosivut toimivat informatiivisina sivuina myös yhteistyökumppaneille ja vahvistavat mahdollista yhteistyökumppaneitten toimijuutta Leppälintu yhdistyksessä.

Halava, Pazar ja Lukin ovat todenneet, että viestintä on nyt ja tulevaisuudessa keskeisimmässä roolissa järjestötoiminnan perustehtävässä onnistumisessa, sillä ilman tunnettavuutta ihmiset eivät löydä järjestöjen ja yhdistysten toimintaan. Kun ihmiset eivät löydä järjestöjä, on sillä suora vaikutus toiminnan määrään ja tarjontaan. Kun kävijöitä on vähän, toimintaa on suppeasti, niin toiminnasta saatua palautettakin on vähän, jolloin toiminta ei välttämättä vastaa reaali maailman tarpeita. Tällä taas on suora yhteys asiakastyytyväisyyteen, kun vuoropuhelua eli palautetta toiminnasta saadaan liian vähän. Vapaaehtoiseen osallistumiseen perustuvan toiminnan lähtökohtana on asiakastyytyväisyys. Asiakastyytyväisyyttä ei saada mitattua, ilman asiakkaita tai kävijöitä, jolloin myöskään toimintaa ei saada kehitettyä oikeaan suuntaan. (Halava, Panzar & Lukin 2018, 21.) Tässä opinnäytetyössä emme perehtyneet tarkemmin Leppälinnun viestinnän ja tiedottamisen sisältöön tai ulkoasuun, sillä se voisi olla kokonaan oma työnsä.

Tunnettavuuden lisäksi tulosten mukaan, myös tuttuus tai tuttuuden tunne helpottaisi mukaantuloa, kuten ystävän kanssa tuleminen. Vierasta asiaa on helpompaa lähestyä tutun kanssa tai tutun avulla. Työntekijöiden suunnittelemaat kotikäynnit tai jo aiemmin toteutetut kotisiivouskäynnit, voisivat myös helpottaa mukaan tuloa edellä mainitun tuttuuden myötä, jos työntekijät tai vapaaehtoiset tulisivat tutuksi jo kotikäyntien yhteydessä. Kotikäynti tai kotisiivous palveluna osoitaisi myös välittämistä ja huolenpitoa.

Työtä tehdessämme huomasimme, että yhteistyö muiden toimijoiden kanssa on rikkaus ja voimavara järjestötyössä. Yhteistyö Leppälinnun ja muiden toimijoiden välillä vaikutti jäävän melko ohueksi, lukuun ottamatta Leppävirran seurakuntaa. Oma työtä on usein hyvä tehdä näkyväksi, jotta se tulee muille tutuksi. Tuttuuden kautta voidaan karistaa myös ennakkoluuloja, jotka muuten saattaisivat estää yhteistyön. Tuttuus ja tunnettavuus tulivat työn tuloksissa esiin monella tapaa.

Voidaan sanoa, että kun jokin asia on tuttua tai tunnettua, on se helpommin saatavissa.

8.2 Tuen tarve

Sosiaalisen tuen tärkeys ja tuen intensiivisyys päihdekuntoutuksessa tuli tutkimuksessa selvästi esiin. Tulokset kertovat, että naiskävijöille toiminta kuuluu lähes välttämättömänä osana heidän viikko- ja päiväryhtiinsä. Kävijät kertoivat yksinolon olevan raastavaa. Se korostuu etenkin kesälomalla ja viikonloppuina, kun yhteisön tukea ei ole saatavilla. Silloin saattaa sortua juomaan herkemmin. Vastauksista voimme myös päätellä, että naiset, jotka ovat toiminnassa mukana kokevat osallisuutta sillä he kokevat toiminnan merkityksellisenä. Laitilan mukaan, osallistuminen on asiakkaan toimintaa, mutta osallisuus kuvaa asiakkaan kokemusta ja aitoa osallistumista (Laitila 2010, 57).

Tämän hetkisistä naiskävijöistä kaikki kolme ovat tulleet toimintaan mukaan, ulkoisen velvoitteen myötä (työharjoittelu tai työkokeilu). Voidaan päätellä, että naiset ovat työn lomassa kotiutuneet Veikkolan päivätoimintaan ja ovat itse huomanneet yhteisön tuen tärkeyden ja positiivisen vaikutuksen omaan elämään. Työtehtävän myötä tapa tehdä ja olla toiminnassa mukana on lisännyt kyseisten naisten toimijuutta ja itseohjautuvuutta niin, että nyt toimintaan tullaan myös vapaaehtoisesti omasta tahdosta. Kuntouttavaa mukaanottotapaa olisi tulosten mukaan tärkeää päästä jatkossakin hyödyntämään naisten osallistamisessa toimintaan.

Tutkimustuloksista voidaan tehdä johtopäätös, että osallisuuden ja toiminnan kehittymisen näkökulmasta, Veikkolan päivätoiminnan naiskävijät ja lomakekyselyyn vastanneet, haluaisivat enemmän erityisesti naisille suunnattua toimintaa. Tällöin toiminta voisi tulla myös enemmän asiakaslähtöiseksi. Pienillä asioilla, kuten levyraadin kappaleen valinnalla, voi olla suuri merkitys kävijälle. Ihminen tulee näkyväksi, saa yhteenkuuluvuuden tunteen ja hänellä on mahdollisuus vaikuttaa toiminnan kulkuun, tällöin osallisuuden kokemus toteutuu kuten Sirviö (2010) ja Patterson ym. (2010) ovat todenneet (Laitila 2010, 7–9). Tulosten mukaan naiset

kaipasivat selvästi toiminnallisuutta ja yhdessä tekemistä. Toiminnallisuuden merkityksen puolesta puhu myös se tapa, jolla nyt aktiivisesti toiminnassa olevat naiset on saatettu toiminnan piiriin tuloksellisesti mukaan. Erityisesti naisille suunnattuun toimintaan kannattaa panostaa, jotta he voisivat kokea osallisuutta ja kiinnittyä yhteisöön.

Leppävirran väestörakenne on melko iäkäs. Väestöstä 56 % on 50-vuotiaita tai yli ja naisia heistä on 52 % (Tilastokeskus. Tuotteet ja palvelut. Paavo 2019). Suurten alkoholimäärien juominen kerralla on vähentynyt miehillä ja naisilla, mutta muutos on ollut naisilla pienempi ja epävarmempi. Lisäksi huolestuttavaa on, että 50–69 vuotiailla naisilla tällaisesta muutoksesta ei ole minkäänlaisia merkkejä. (Mäkelä 2018, 35.) Alkoholien aiheuttamiin ongelmiin ja niistä kuntoutumiseen, tulee kiinnittää Leppävirralla suurta huomioita, sillä asukasmäärästä suurin osa kuuluu 50–69 -vuotiaiden ryhmään, jossa alkoholinkäytöllä ei näy juuriakaan alenemista. Ehkäisevää päihdetyötä tulisi tehdä tässä ikäryhmässä, sillä myös vanhuus ja yksinäisyys synnyttävät päihdeongelmia (Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Tutkimukset ja julkaisut. Julkaisut. Kirkonpäihdestrategia). Yhteistyön merkitys eri tahojen välillä korostuu koko kunnan alueen työssä.

8.3 Osallistumisen esteitä

Kujala ja Hiltunen ovat nostaneet ongelmaksi naisten päihteiden käytössä häpeän ja syyllisyyden tunteen (Kujala & Hiltunen 2007, 10–11). Tutkimuksen tuloksista kävi ilmi, että naiset kokevat häpeää omasta päihteiden käytöstään ja sen takia eivät välttämättä uskalla tulla mukaan toimintaan. Tullessaan toimintaan mukaan, tulija voi leimautua julkisesti päihteiden käyttäjäksi. Monelle juominen on kuitenkin tabu, jota salaillaan, kuten myös Palojärvi on todennut (Palojärvi 2010, 11). Jos toiminnassa olisi monipuolisesti ohjelmaa myös muille, kuin päihteiden käyttäjille, vähentäisi se leimaantumista (Lindroos 2015, 73) ja saattaisi tuoda toimintaan lisää kävijöitä. Myös muut, kuin päihteet, voisivat puheenaiheina olla vallitsevia.

Kirkon päihdestrategian mukaan häpeän ja syyllisyyden vuoksi olisi tärkeää luoda turvallinen ja luottava ilmapiiri, missä armoa, anteeksiantamusta ja toivoa ylläpitävä yhteisöllisyys voisi toteutua (Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Tutkimukset ja julkaisut. Julkaisut. Kirkonpäihdestrategia). Häpeävä ihminen kaipaa vierellä kulkijaa, jonka lähellä saa olla ja joka kestää hänen kelvottomuutensa. Häpeävän ihmisen minäkuvaa tulee vahvistaa, kunnes ihminen on tarpeeksi vahva ottamaan vastuun tekemisistään. (Kettunen 2011, 398.)

Ryhmähaastattelussa tuli myös esiin kyytiongelmia. Oman haasteen aiheuttavat paikalliset pitkät etäisyydet ja huonot kulkuyhteydet maaseudulta kirkonkylälle, tai muuten kulkemisen hankaluus ja vaikeus. Tämä voi olla henkilökohtainen haaste, mutta jos se saataisiin jotenkin kollektiivisesti ratkaistua, niin kynnyksensä mukana voisi helpottua.

8.4 Hengellisyys

Naiskävijöiden haastattelusta tuli hengellisen elämän tukeminen selvästi esiin, kun useampi kävijä koki hengelliset asiat tärkeiksi tässä elämäntilanteessa. Tämän olivat huomanneet myös työntekijät. Yhteistyö seurakunnan kanssa koettiin hyvin tärkeänä. Kävijät kokivat seurakunnan kuukausittaisen hartauskäynnin nopeana ja lyhyenä. Hengellisten asioiden äärellä haluttaisiin viipyä pidempään. Kävijät toivoivat voivansa laulaa enemmän virsiä ja jutella seurakunnan työntekijän kanssa. Kävijöille välittyi seurakunnan työntekijöiden kiire ja ajan antamisen niukkuus. Hengellisen työntekijän kohtaamiselle jäi selvästi liian vähän aikaa. Jos kerran kuussa tapahtuvilla vierailuilla käy vuoroin diakoni, pappi ja nuorisotyöntekijä, herää kysymys olisiko luontevampaa, että vierailuja tekisi yksi tai kaksi eri henkilöä. Tällöin vierailevan hengellisen työntekijän vaihtuvuus ei olisi niin suurta, ja silloin olisi parempi mahdollisuus luoda luottamuksellisia suhteita, kun kohtauksia tapahtuisi useammin samojen ihmisten kesken. Kokonaisvaltainen kohtaaminen vaatii rauhallista ja kiireetöntä ympäristöä sekä antautumista vuorovaikutukseen (Kirkkohallitus. Kokonaisvaltainen kohtaaminen).

Myös erillisen hengellisen piirin tai ryhmän muodostaminen tuotiin esiin ryhmähaastattelussa. Pienemmässä ryhmässä olisi hengellisiä kysymyksiä helpompi pohtia, ja keskustelulle olisi enemmän aikaa ja tilaa. Näin päihderiippuvaisten hengelliset tarpeet voisi tulla syvemmin täytettyä.

Muut seurakuntalaiset tulivat puheeksi ryhmähaastatteluissa, kun pohdittiin seurakunnan olemassa olevaa muuta ohjelmatarjontaa, mihin Leppälinnun kävijät voisivat myös osallistua. Tällöin tuli ilmi muiden seurakuntalaisten ennakkoluulot ja asenteet päihdenaisia kohtaan, mitkä hankaloittavat naisten mukaan menoa. Seurakunnan kuukausittaiset hartauskäynnit yhdistyksessä nousevatkin tärkeään asemaan. Laajempi yhteistyö seurakunnan ja yhdistyksen välillä voisi olla myös muille seurakuntalaisille avartavaa ja sydäntä lämmittävää. Ennakkoluulojen poistaminen on kirkon päihdetyön yksi tehtävä armon esillä pitämisen ohella, ja tavoite on olla salliva ja armollinen seurakuntayhteisö (Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Tutkimukset ja julkaisut. Julkaisut. Kirkonpäihdestrategia).

Lomakehaastatteluissa hengelliseen elämään liittyvät asiat eivät käyneet ilmi. Osittain tämä saattoi johtua kysymysten asettelusta. Suoraan aihepiiriin liittyen ei esitetty yhtään kysymystä. Meille heräsi kysymys, olisiko aiheesta tullut ilmi jotain, jos asiaa olisi suoraan kysytty tai jos asiakkaat olisivat itsenäisesti tehneet kyselyn ilman työntekijän apua. Mietimme myös naiskävijöiden ryhmähaastattelun kohdalla sitä, että vaikuttiko hengellisistä asioista puhumisen helppoutteen se, että naiset tiesivät meidän haastattelijoiden olevan diakoniopiskelijoita.

Hengellisyysden kaipuun todellisuus, tuli joka tapauksessa esiin ryhmähaastatteluissa samoin kuin halu kohdata kirkon työntekijöitä. Tulokset tukevat sitä tietoa, että seurakunnan tekemä työ on tärkeää ja merkityksellistä ja että hengellisellä työllä on oma erityinen paikkansa. Tammisen tutkimuksen mukaan raitistuttaessa elämän arvoissa tapahtuu radikaaleja muutoksia päihteiden käytön lopettamisen lisäksi: Ihminen käy koko elämänsä läpi, ja minuus on muutoksen alla (Tammisen 2000, 63, 75.) Tällaisessa tilanteessa Jumalaan turvaaminen voi antaa vaikeuksien keskellä uskoa ja toivoa elämään ja sitä Suomen evankelis-luterilainen kirkko lähtökohtaisesti tarjoaa.

9 POHDINTA

Opinnäytetyötä tehdessä saimme tutustua tärkeään aiheeseen ja kerätä Leppälintu-yhdistykselle merkittävää tietoa heidän toimintansa kannalta. Tavoitimme oikean kohderyhmän ja saimme kerättyä sopivan määrän materiaalia. Analysoidusta materiaalista saimme vastauksia opinnäytetyön tutkimuskysymyksiin. Tuotimme raportin, josta niin Leppälintu yhdistys kuin muutkin tahot voivat hyötyä ja kehittää työtään antamistamme näkökulmista. Ennen kaikkea saimme yhteiskunnassamme syrjään ajautuneiden päihdenaisten ääntä kuuluviin. Työ lisää myös tietoisuutta yksinäisestä kamppailusta päihderiippuvuuden ja normaalielämän välillä.

Opinnäytetyömme toi esiin sen, että osallisuuden kokemus ja päihteettömään yhteisöön liittyminen ja kuuluminen ovat naisille merkittäviä asioita päihteistä kuntoutumisessa. Sosiaalisen tuen tarve on keskeistä, kun jokapäiväisen haasteen elämään tuo riippuvuussairaus, joka tekee ihmisestä hauraan ja heikon. Kun päihteiden käyttö hallitsee elämää, se aiheuttaa paljon häpeän tunnetta. Varsinkin naisilla avun pyytäminen päihderiippuvuuteen voi olla sen takia vaikeaa. Leppälintu-yhdistyksen Veikkolan päivätoiminta tarjoaa päihdekuntoutujille erinomaisen paikan mihin kiinnittyä, kun tuki on vähäistä virallisten hoitotahojen ulkopuolella. Ilman kolmannen sektorin toimijaa Leppävirran päihdepalvelut olisivat heikoissa kantimissa.

Seurakunnan tuki ja tuen tarve hengellisten asioiden pohdinnassa ja hengellisten tarpeiden täyttämässä tuli työssä selvästi esiin. Seurakunnalla on oma erityinen paikka olla tukemassa kärsimyksen keskellä. Pienillä Leppävirran kaltaisilla paikkakunnilla seurakunnan tekemä työ on järjestöjen rinnalla äärimmäisen tärkeää julkisten päihdepalveluiden hankalan saatavuuden vuoksi. Seurakunnilla on mahdollisuus toiminnallaan tukea päihteetöntä elämää ja antaa sekä henkistä, hengellistä että sosiaalista tukea vaikeassa elämäntilanteessa oleville. Opinnäytetyö osoittaa, miten tärkeä yhteistyö seurakunnan ja järjestön välillä voi olla. Opinnäytetyö tarjoaa myös seurakunnan työntekijöille näkökulman tekemäänsä työhön. Siihen, miten seurakunnan hartaushetket ja vierailut koetaan, mikä on

osallistujille tärkeää ja merkityksellistä ja mitä hengellisen työn työntekijältä odotetaan. Työ kokonaisuudessaan antaa myös tietoa siitä, millaisiin asioihin tulisi kiinnittää huomiota, kun toimintaan osallistuu päihdekuntoutuja naisia, ja kuinka nais erityisyys tulisi huomioida. Lisäksi seurakunnat saavat informaatiota siitä, kuinka muut kuin perinteisen aktiiviseurakuntalaisen rooliin mahtuvat kokevat osallisuutta osallistuessaan seurakunnan järjestämään toimintaan ja millaisia haasteita siinä on. Opinnäytetyö antaa tärkeää ajankohtaista tietoa seurakunnille päihdetyöntekijältä.

Opinnäytetyö tukee Leppälintu-yhdistyksen tekemää merkityksellistä työtä huono-osaisuuden parissa. Se antaa yhdistykselle mahdollisuuden reflektoida tekemäänsä työtä ja ideoita siihen, millaiseen suuntaan toimintaa olisi hyvä lähteä kehittämään. Opinnäytetyö tuo esiin sen, minkälaista tukea Leppävirran päihdekuntoutujanaiset kaipaavat ja tarvitsevat, ja kuinka heidät olisi helpompi tavoittaa ja saada kokemaan osallisuutta välittävissä yhteisöissä.

Mahdolliset Leppälinnun toiminnassa tehtävät muutokset naisten erityistarpeiden huomioimiseksi tuovat mielenkiintoisen jatkumon opinnäytetyölle, kun tutkimustulokset saadaan siirrettyä käytäntöön. Toivottavasti muutos tuottaa haluttuja tuloksia, ja toiminta itsessään onnistuisi tavoittamaan ja palvelemaan yhä useampia päihdekuntoutujanaisia Leppävirralla.

Opinnäytetyömme tuloksissa päihdekuntoutujien tuen tarve näyttäytyi hyvin keskeisenä. Olisikin mielenkiintoista jatkotutkimuksena selvittää tarkemmin Veikkolan päivätoiminnan vaikuttavuutta kävijöiden elämään. Erityisen kiinnostavaa tämä olisi sen jälkeen, kun opinnäytetyömme myötä esiin nousseita kehitysideoita naisten osallisuuden lisäämiseksi on ehditty ottaa käyttöön. Toinen mielenkiintoinen jatkotutkimusaihe olisi tutkia laajemmin seurakunnan merkitystä päihdetyössä, koska tässä tutkimuksessa hengelliset asiat nousivat hieman yllättäenkin yhdeksi aivan keskeisimmäksi teemaksi. Näin diakoniaopiskelijoiden näkökulmasta tämä oli hieno havainto. Kirkon tekemälle hengelliselle työlle näyttäisi olevan tarvetta myös päihdekuntoutujien kohderyhmässä.

Teimme opinnäytetyön ryhmätyönä, ja laadullisen tutkimuksen tekeminen oli meille kaikille uutta. Opimme tutkimusprosessiin kuuluvat vaiheet, mistä voimme hyötyä tulevaisuudessa työelämässä ja mahdollisissa jatko-opinnoissa. Työn alussa uhkina koimme sen, että olimme kaikki eri paikkakunnilta, ja päihdetyö aiheena oli meille melko uusi. Tutkimuksen tekeminen vieraalla paikkakunnalla uuden aiheen parissa antoi meille luvan ihmetellä ja katsoa tilannetta ulkopuolelta. Uhat saattoivat täten kääntyä eduiksi.

Opinnäytetyöprosessiamme kantaviksi vahvuuksiksi koimme hyvän ryhmähenkemme sekä jokaisen ryhmän jäsenen kasvavan motivaation aihepiiriä kohtaan. Myös huolellinen etukäteissuunnittelu oli vahvuutena. Mahdollisuuksina näimme yhteistyön eri tahojen kanssa, minkä myötä opinnäytetyöhön oli mahdollista saada kattava ja todenmukainen näkökulma aihepiiristä pienellä paikkakunnalla. Myös se, että opinnäytetyöprosessi kesti kohdallamme noin kaksi vuotta, auttoi meitä syventymään aiheeseen ja kasvamaan sen mukana. Tutkimusaiheemme nousi suoraan työelämän todellisesta tarpeesta, joten koimme sen myös mahdollisuutena. Pääsimme työstämään aihealuetta, mikä on ollut liian vähällä huomiolla ja opinnäytetyömme toi sitä omalta osaltaan näkyvämmäksi. Koemme, että opinnäytetyö onnistui vastaamaan sille asetettuihin odotuksiin ja tavoitteisiin.

Opinnäytetyö onnistui luomaan meille vahvan osaamispohjan tutkimustyöhön ja nais erityiseen päihdetyöhön. Toimiessamme tulevaisuudessa diakoneina tai sosiaalialan ammattilaisina pystymme hyödyntämään opinnäytetyöstä saatua tietoa ja kokemusta päihdetyöstä käytännössä. Erityisesti naispäihdekuntoutujien arjen todellisuuteen syventyminen vahvisti meitä ammatillisesti nais erityisyyden kohtaamisessa päihdetyössä. Mahdollisina seurakunnan työntekijöinä ymmärrämme myös entistä paremmin kohtaamisen merkityksen ja erityisyyden hengellisessä työssä seurakuntalaisia ja asiakkaita palvellessamme.

Olemme sopineet kirjoittavamme opinnäytetyömme pohjalta artikkelin Diakonia – lehden lokakuussa 2019 ilmestyvään numeroon, jotta seurakunnat ja diakonia-työntekijät saisivat kuulla tutkimuksemme keskeisistä tuloksista, jotka liittyvät myös seurakuntatyöhön. Näin työmme pohjalta voidaan saada aikaan vaikuttavuutta laajemminkin kuin vain Leppälinnun toimintaan. Lisäksi aiomme toimittaa

valmiin opinnäytetyömme Leppävirran seurakunnalle, koska työ käsittelee monia heidän kannaltaan olennaisia asioita ja tiedon välittyminen olisi tärkeää. Käymme myös esittelemässä opinnäytetyön Leppälinnun Veikkolan päiväkeskuksessa, jotta tutkimuksessa mukana olleet naiset saavat myös kuulla tutkimuksen tuloksista. Koemme, että heidän on hyvä saada vielä kokonaiskuva siitä, millaisessa prosessissa he ovat olleet osallisina. Samalla he saavat myös halutessaan mahdollisuuden kommentoida työn tuloksia.

Leppälintu yhdistyksen ja seurakuntien lisäksi opinnäytetyötä voivat hyödyntää myös muut järjestöt ja yhdistykset omaa toimintaa ja yhteistyötä suunnitellessa. Opinnäytetyö antaa opiskelijoille, kaikille päihteidenkäyttäjiä työssään kohtaaville, päihteidenkäyttäjien omaisille ja muille aiheesta kiinnostuneille tietopaketin naiseuden merkityksestä päihderiippuvuudesta kuntoutumisessa.

LÄHTEET

- Aalto, M. (2017). Samanaikainen päihde- ja mielenterveyden häiriö. Saatavilla 8.2.2018 <https://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/mielenterveys/samanaikainen-paihde-ja-mielenterveyden-hairio>
- Ahlström, S. (2013). Alkoholien käyttö eri väestöryhmissä. Teoksessa Peltoniemi, T. (toim.), *Pääasiana alkoholi: Käyttö, haitat, hoito, politiikka nyt ja 2040* (s. 69–73). Turku: Lundbeck.
- Alasuutari, P. (2011). *Laadullinen tutkimus 2.0*. Saatavilla <https://www.elibrary.com>
- Forss, P. & Vatula-Pimiä, M-L. (2014). Sosiaalinen turva ja hyvinvointi. Helsinki: Edita
- Gothóni, R. (2016). Eettiset periaatteet tutkivassa ja kehittävässä työssä. Teoksessa Gothóni, R., Hyväri, S., Karjalainen, A. L., Kivirinta, M., Kolkka, M. & Vuokila-Oikkonen, P. (toim.). *Osallistavan ja tutkivan kehittämisen opas*. (Diak opetus, 2). Saatavilla 1.10.2018 <http://libguides.diak.fi/c.php?g=389856&p=2793510>
- Haahtela, R. (2008). Asunnottomien naisten identiteetit ja osallisuuden odotukset kuntoutumiseen tähtäävässä palveluketjussa. Teoksessa Jokinen, A. & Juhila, K. (toim.), *Sosiaalityö aikuisten parissa* (s. 224–252). Tampere: Vastapaino.
- Halava, I., Pantzar, M. & Lukin, E. (2018). Kansalaisjärjestö jälkiteollisessa artistiyhteiskunnassa. Saatavilla 29.4.2019 https://issuu.com/steajulkaisut/docs/jarjestotoiminnan_tulevaisuus
- Hecksher, D. & Hesse, M. (2009). Women and substance use disorders. *Mens Sana Monographs* (7)1, 50–60. Saatavilla 8.2.2018 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3151455/>
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. (2008). *Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Yliopistopaino.
- Huttu, H., Ikonen, R. & Sarajarvi, S. (2017). *Voimavirkotyöskentely. Ryhmäohjaajan käsikirja naisten kristilliseen päihdetyöhön* (Opinnäytetyö, Diakonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma). Saatavilla https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/128101/Huttu_Ikonen_Sarajarvi_2017.pdf?sequence=1

- Hyväri, S. & Vuokila-Oikkonen, P. (2018). Tutkimus- ja kehittämistyön luotettavuus. Teoksessa Diak, *Osallistavan ja tutkivan kehittämisen opas*. Saatavilla 2.5.2018
<http://libguides.diak.fi/c.php?g=389856&p=3530138>
- Kananen, J. (2008). *Kvali. Kvalitatiivisen tutkimuksen teoria ja käytänteet*. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Karjalainen, K., Hakkarainen, P. & Salasuo, M. (2019). Tilastoraportti. Suomalaisen huumeiden käyttö ja huumeasenteet 2018. Saatavilla 14.3.2019 <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201902256119>
- Karttunen, T. (2016). Ylisukupolvisuus ilmiön moninaisuus päihdeongelmissa. Teoksessa: K., Nousiainen, P., Petrelius & L. Yliruka (toim.), *Puheista tekoihin! Ylisukupolvisten ongelmien ehkäiseminen lastensuojelussa ja perhe ja sosiaalipalveluissa* (s. 117–140). (Työpapereita 20/2016). Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus. Saatavilla <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-677-3>
- Karvinen, I. (2018). Hengellisen hoitotyön kehittäminen liikkeessä. *Diakonia+*. Saatavilla 9.3.2019 <https://www.diakoniaplus.fi/hengellisen-hoitotyon-kehittaminen-liikkeessa/>
- Kejonen, A. (2013). Ehkäisevän päihdetyön rakenteet Itä-Suomen aluehallintoviraston toimialueen kunnissa. Joensuu: Itä-Suomen aluehallintovirasto. Saatavilla 30.3.2019: <https://www.avi.fi/documents/10191/56503/Ehk%C3%A4isev%C3%A4n+p%C3%A4ihdety%C3%B6n+rakenteet+It%C3%A4-Suomen+aluehallintoviraston+toimialueen+kunnissa/dc418ff0-8172-4376-83b8-a0c3a995d36b>
- Kettunen, P., (2011). *Kätkeyty ja vaiettu. Suomalainen Hengellinen häpeä*. Helsinki: Kirjapaja Oy.
- Kettunen, P., (2013). *Auttava kohtaaminen I. Sielunhoidon perusteet ja teologia*. Helsinki: Kirjapaja Oy.
- Kiianmaa, K. (2013). Alkoholiriippuvuuden rooli päihdehaittojen hallinnassa. Teoksessa Peltoniemi, T. (toim.), *Pääasiana alkoholi: Käyttö, haitat, hoito, politiikka nyt ja 2040* (s. 162–164). Turku: Lundbeck

- Kirkkohallitus (2014). Kohtaamisen kirkko–Suomen evankelis-luterilaisen kirkon toiminnan suunta vuoteen 2020. Saatavilla 29.4.2019 [http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/9297F603C875C1C8C225770A002E3448/\\$FILE/253062_KKH_Kohtaamisen_kirkko.pdf](http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/9297F603C875C1C8C225770A002E3448/$FILE/253062_KKH_Kohtaamisen_kirkko.pdf)
- Kirkkohallitus. Kokonaisvaltainen kohtaaminen. Saatavilla 1.5.2019 [http://sakasti.evl.fi/julkaisut.nsf/E7321747D5924536C2257F8C0058D48D/\\$FILE/kokonaisvaltainen_kohtaaminen.pdf](http://sakasti.evl.fi/julkaisut.nsf/E7321747D5924536C2257F8C0058D48D/$FILE/kokonaisvaltainen_kohtaaminen.pdf)
- Kirkkopalvelut. Riippuvuustyön kehittämissyksikkö. Toiminta. Yhdessä kokonainen. Saatavilla 28.3.2019 <https://www.kirkkopalvelut.fi/Yhdessä%20C3%A4+kokoNAINEN>
- Kopperi, K., (2015). *Ristin rakkaus. Matka Lutherista suomalaiseen seurakuntaelämään*. Helsinki: Kirjapaja Oy.
- Koski-Jännes, A. (2009). Riippuvuus. Saatavilla 8.2.2018 <https://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/mielenterveys/riippuvuus>
- Kujala, E. (2003). Asiakaslähtöinen laadunhallintamalli. (Väitöskirja, Tampereen yliopisto, lääketieteellinen tiedekunta). Saatavilla <http://urn.fi/urn:isbn:951-44-5605-X>
- Kujala, V. & Hiltunen, T. (2007). *Minä Kasvan. Teemoja naisen kasvuun ja riippuvuuksista toipumiseen*. Helsinki: Sininauhaliitto
- Kuopion yliopistollinen sairaala. Ammattilaiset. Perusterveydenhuollonyksikkö. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen. Hyte-loppuraportti. Saatavilla 28.3.2019 https://www.pssh.fi/documents/7796350/7878961/HYTE_loppuraportti_13082018.pdf/34907adb-73f4-48e4-961d-923398618af7
- Kuoppasalmi, K., Heinälä, P. & Lönnqvist, J. (2011). Päihdehäiriöt. Teoksessa J. Lönnqvist, M. Henriksson, M. Marttunen & T. Partonen (toim.), *Psykiatria* (s. 405–470). Helsinki: Duodecim
- Kuoppasalmi, K., Heinälä, P. & Lönnqvist, J. (2014). Päihdehäiriöt. Teoksessa J. Lönnqvist, M. Henriksson, M. Marttunen & T. Partonen (toim.), *Psykiatria* (s. 485–550). Helsinki: Duodecim

- Kurki, M. (2015). Päihdehoitotyö. Teoksessa A. Partanen, J. Holmberg, M. Inkinen, M. Kurki, S. Salo-Chydenius, *Päihdehoitotyö* (s. 15–38). Helsinki: Sanoma Pro Oy
- L 41/1986. Päihdehuoltolaki. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041>
- L 523/2015. Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150523>
- L 785/1992. Laki potilaan asemasta ja oikeuksista. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1992/19920785#L2P5>
- L 1301/2014. Sosiaalihuoltolaki. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141301>
- Lahti, P. (2013). Alkoholiongelman psykologiaa. Teoksessa Peltoniemi, T. (toim.), *Pääasiana alkoholi: Käyttö, haitat, hoito, politiikka nyt ja 2040* (s. 165–166). Turku: Lundbeck
- Laitila, M. (2010). Asiakkaan osallisuus mielenterveys- ja päihdetyössä. Fenomenografinen lähestymistapa (Väitöskirja, Itä-Suomen yliopisto, terveystieteiden tiedekunta) Saatavilla URN: ISBN:978-952-61-0224-5
- Leppälintu (2019). Toimintayhdistys Leppälintu ry. Saatavilla 9.3.2019 <https://www.leppalintu.net/>
- Leppävirran seurakunta. Diakoniatyö. Saatavilla 26.4.2019 <http://www.leppavirranseurakunta.fi/index.php?id=8>
- Leppävirta. Etusivu. Päätöksenteko. Ohjeet, säännöt. Kuntastrategia. (i.a.). Saatavilla 30.3.2019: <https://leppavirta.fi/kuntastrategia>
- Leppävirta (23.4.2018) Leppävirran strategia 2021. Saatavilla 30.3.2019 <https://leppavirta.fi/download.php?id=95>
- Leppävirta. Sosiaalipalvelut. Sosiaali- ja perhetyö. Päihdepalvelut. (i.a.). Saatavilla 9.3.2019 <https://leppavirta.fi/paihdepalvelut>
- Lindh, J., Linnakangas, R. & Laitinen, M. (2017). Kuvalliset menetelmät nuorten osallisuuden tukemisessa. Teoksessa A. Pohjola, M. Kairala, H. Lyly & A. Niskala (Toim), *Asiakkaasta kehittäjäksi ja vaikuttajaksi* (s. 110–128). Tampere: Kustannusosakeyhtiö Vastapaino
- Lindroos, L., (2015). Naisten alkoholiriippuvuuden hoidon erityispiirteitä. Teoksessa Lindroos, L. (toim.), *Alkoholiriippuvuus* (s. 73). Helsinki: Kustannus Oy Duodecim

- Luomanen, J. & Nikander, P. (2017). Haavoittuvat haastateltavat. Teoksessa M. Hyvärinen, P. Nikander & J. Ruusuvoori (toim.), *Tutkimushaastattelun käsikirja* (s. 287–296). Tampere: Kustannusosakeyhtiö Vastapaino
- Lydén, H. (2010). Johdanto. Teoksessa L. Lindroos, H. Palojärvi, B. Grön, T. Boelius, P. Paunu & H. Lydén, (toim.), *Naisten kanssa tehtävä päihdetyö* (s. 4–6). Saatavilla 28.3.2019 https://www.paihdelinkki.fi/sites/default/files/attachment/naistenvirtaopas_web.pdf
- Lydén, H. (2010). Naiset ja päihteet. Teoksessa L. Lindroos, H. Palojärvi, B. Grön, T. Boelius, P. Paunu & H. Lydén, (toim.), *Naisten kanssa tehtävä päihdetyö* (s. 7–9). Saatavilla 8.2.2018 https://www.paihdelinkki.fi/sites/default/files/attachment/naistenvirtaopas_web.pdf
- Lydén, H. (2010). Väkivalta. Teoksessa L. Lindroos, H. Palojärvi, B. Grön, T. Boelius, P. Paunu & H. Lydén, (toim.), *Naisten kanssa tehtävä päihdetyö* (s. 25–27). Saatavilla 8.2.2018 https://www.paihdelinkki.fi/sites/default/files/attachment/naistenvirtaopas_web.pdf
- Lydén, H. & Lindroos, L. (2010). Seksuaalisuus. Teoksessa L. Lindroos, H. Palojärvi, B. Grön, T. Boelius, P. Paunu & H. Lydén, (toim.) *Naisten kanssa tehtävä päihdetyö* (s. 31–35). Saatavilla 8.2.2018 https://www.paihdelinkki.fi/sites/default/files/attachment/naistenvirtaopas_web.pdf
- Lönnqvist, J. & Lehtonen, J. (2011). Psykiatria ja mielenterveys. Teoksessa J. Lönnqvist, M. Henriksson, M. Marttunen & T. Partonen (toim.), *Psykiatria* (s. 12–31). Helsinki: Duodecim
- Marttunen, M., Kärkkäinen, J. & Suvisaari, J. (i.a.). Mielenterveyspalvelut. Saatavilla 9.2.2018 <https://www.thl.fi/documents/974282/1449788/Mielenterveyspalvelut.pdf/182ce61a-be12-426b-b6ca-1c65245b186f>
- Mäkelä, P. & Härkönen, J. (2017). Suomalaisten alkoholinkulutus on vähentynyt – keiden ja millainen kulutus? *Yhteiskuntapolitiikka* 5/2017, 513–526. Saatavilla 8.2.2018 http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135419/YP1705_Makela%26Harkonen.pdf?sequence=2
- Mäkelä, P. (2018). Miten käyttötavat ovat muuttuneet? Teoksessa T. Christopher, J. Härkönen, T. Lintonen, P. Mäkelä & K. Warpenius (Toim.).

- Näin Suomi juo* (s. 26–38). Saatavilla: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-146-1>
- Mäkelä, R. & Murto, L. (2013). Päihdehuollon palvelujärjestelmä. Teoksessa T. Peltoniemi (toim.), *Pääasiana alkoholi: Käyttö, haitat, hoito, politiikka nyt ja 2040* (s. 91–97). Turku: Lundbeck
- Mäkelä, R., Simojoki, K. (2015). Päihdehuollon erityispalvelut. Teoksessa M. Aalto, H. Alho, K. Kiiänmaa & L. Lindroos (toim.), *Alkoholiriippuvuus* (s. 70). Helsinki: Kustannus Oy Duodecim
- Palojärvi, H. (2010). Nainen ja alkoholi. Teoksessa L. Lindroos, H. Palojärvi, B. Grön, T. Boelius, P. Paunu & H. Lydén, (toim.), *Naisten kanssa tehtävä päihdetyö* (s. 11–12). Saatavilla 8.2.2018 https://www.paihdelinkki.fi/sites/default/files/attachment/naistenvirtaopas_web.pdf
- Partanen, A. & Kurki, M. (2015). Päihdehoitotyön ulottuvuudet ja toimintaympäristöt. Teoksessa A. Partanen, J. Holmberg, M. Inkinen, M. Kurki, S. Salo-Chydenius, *Päihdehoitotyö* (s. 191–216). Helsinki: Sanoma Pro Oy
- Partanen, A., Kuussaari, K., Markkula, J., Forsell, M. & Varis, T. (i.a.). Päihdepalvelut. Saatavilla 9.2.2018 https://www.thl.fi/documents/2616650/2646346/P%C3%84IHDEPALVELUT_Substanssiarvio_30082016_mk_vs_kk_jm_ap_hyv.pdf/733bc5bc-a3e2-4099-9f25-f2248fee09d9
- Pietilä, I. (2017). Ryhmäkeskustelu. Teoksessa M. Hyvärinen, P. Nikander & J. Ruusuvoori (toim.), *Tutkimushaastattelun käsikirja* (s. 111–130). Tampere: Kustannusosakeyhtiö Vastapaino
- Pitkänen, T. (2017). Päihdeongelmaisilla korkea riski kuolla ennenaikaisesti. *Tiimi: Päihdehuollon erikoislehti* 4/2017, 22–23. Saatavilla 8.2.2018 <https://www.a-klinikka.fi/sites/default/files/tiimi-pdf/tiimi417.pdf>
- Pohjois-Savo. Hyvinvointia arkeen. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen Pohjois-Savossa. Saatavilla 30.3.2019: http://www.pohjois-savo2019.fi/media/liitteet/hyte/hyte_esite_aukeamat.pdf
- Poikkimäki, I. (2004). Ihmisarvon kunnioittaminen, itsemääräämisoikeus ja yksityisyys potilaan hoidossa. (Pro gradu -tutkielma, Tampereen yliopisto, lääketieteellinen tiedekunta). Saatavilla 9.2.2018:

- <https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/92002/gradu00420.pdf?sequence=1>
- Päihdelinkki. Tietopankki. Työn tueksi. Nais erityinen päihdetyö. Saatavilla 29.3.2019 <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tyon-tueksi/nais erityinen-paih detyo>
- Raamattu*. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon kirkolliskokouksen vuonna 1992 käyttöön ottama suomennos. Helsinki: Kirjapaja.
- Ruusuvuori, J., & Tiittula, L. (2017). Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa M. Hyvärinen, P. Nikander & J. Ruusuvuori (toim.), *Tutkimushaastattelun käsikirja* (s. 46–83). Tampere: Kustannusosakeyhtiö Vastapaino
- Rättyä, L (2012). Diakoniatyö yksilöiden ja perheiden parissa. Teoksessa R. Gothóni, R. Helosvuori, K. Kuusimäki, K. Puuska, *Kantakaa tois tenne kuormia. Diakoniatyön perusteet ja käytäntö* (s. 80-110). Helsinki: Kirjapaja
- Salo, S. & Friman, S. (21.6.2017). Järjestöjen toimintaedellytykset monipuolistuvat maakuntauudistuksessa. Sosiaali- ja terveys ministeriö. Valtio neuvosto. Saatavilla <https://alueuudistus.fi/blogi/-/blogs/jarjestojen-toimintaedellytykset-monipuolistuvat-sote-ja-maakuntauudistuksessa>
- Sininauhaliitto, Lapuan hiippakunta & Kuopion hiippakunta (2018). Kokonaiseksi. Naisten päihdetyön päivät 2018. Saatavilla 28.3.2019 https://storage.googleapis.com/sininauhaliitto-production/2017/11/92c1a559-kokonaiseksi2018_ohjelma_www_2.pdf
- Sirviö, K. (2006). Lapsiperheiden osallisuus terveyden edistämässä – mukana olosta vastuun ottoon. (Väitöskirja, Kuopion yliopisto, yhteiskuntatieteellinen tiedekunta). Saatavilla <http://urn.fi/URN:ISBN:951-27-0502-8>
- Sosiaali- ja terveysministeriö. Sosiaali- ja terveyspalvelut. Sosiaalipalvelut. Päihdepalvelut. Saatavilla 31.1.2018 <http://stm.fi/paihdepalvelut>
- Storbjörk, J. (2011). Gender differences in substance use, problems, social situation and treatment experiences among clients entering addiction treatment in stockholm. *Nordic Studies on Alcohol and Drugs* 28(3),

- 185-209. Saatavilla 8.2.2018 <http://journals.sagepub.com/anna.diak.fi:2048/doi/pdf/10.2478/v10199-011-0020-5>
- Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Kokonaisvaltainen kohtaminen. Saatavilla 30.4.2019 [http://sakasti.evl.fi/julkaisut.nsf/E7321747D5924536C2257F8C0058D48D/\\$FILE/kokonaisvaltainen_kohtaminen.pdf](http://sakasti.evl.fi/julkaisut.nsf/E7321747D5924536C2257F8C0058D48D/$FILE/kokonaisvaltainen_kohtaminen.pdf)
- Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Koulutus. Henkilöstökoulutus 2018. Kirkon koulutuskeskuksen ja KKH:n koulutukset. KokoNaiseksi –naisten päihdetyön päivä. Saatavilla 29.3.2019: <http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp?open&cid=ContentkkKoul2018-3&id=301DA9A4A5634E44C225810E0039D6C3>
- Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Seurakuntatyö. Diakonia. Diakonia Suomessa. Saatavilla 9.2.2018 <http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp?open&cid=Content43EA4D>
- Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Seurakuntatyö. Diakonia. Pääteet. Materiaaleja ja julkaisuja. Päihdekasvatuskirja 2013 –Kirkon päihdetyö. Saatavilla 25.4.2018 <http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp?open&cid=Content31D8B1>
- Suomen evankelis-luterilainen kirkko (17.8.2005). Tutkimukset ja julkaisut. Julkaisut. Kirkonpäihdestrategia. Saatavilla [http://sakasti.evl.fi/julkaisut.nsf/90417AC567CBE1CFC2257E2E0012D39A/\\$FILE/kirkonpaihdestrategia.pdf](http://sakasti.evl.fi/julkaisut.nsf/90417AC567CBE1CFC2257E2E0012D39A/$FILE/kirkonpaihdestrategia.pdf)
- Tamminen, M. (2000). Paluu normaaliin. Tutkimus addiktiivisen päihdeidenkäytön lopettamisesta. (Raportteja 247) Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (2014). Aiheet. Mielensterveys. Mielensterveysthäiriöt. Päihderiippuvuus. Saatavilla 8.2.2018 <https://www.thl.fi/fi/web/mielensterveys/mielensterveysthairiot/paihderiippuvuus>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (2018). Päihdetilastollinen vuosikirja. Alkoholi ja huumeet. Saatavilla <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-251-2>

- Thitz, P. (2013). Seurakunta osallisuuden yhteisönä. (Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisu A Tutkimuksia 40). Helsinki: Diakonia ammattikorkeakoulu
- Tiainen, I. (2016). Osallisuus aikuispsykiatrisen potilaan, omaisen ja henkilöstön näkökulmasta. (Pro Gradu –tutkielma, Itä-Suomen yliopisto, terveystieteiden tiedekunta). Saatavilla 5.2.2018: http://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20160474/urn_nbn_fi_uef-20160474.pdf
- Tilastokeskus (2017). Tilastokeskus. Etusivu. Avoin data. Paikkatietoaineistot. Väestö tilastointialueittain. Saatavilla http://www.stat.fi/org/avoin-data/paikkatietoaineistot/vaesto_tilastointialueittain.html
- Tilastokeskus (2019). Tilastokeskus. Tuotteet ja palvelut. Paavo. Saatavilla 10.3.2019: <https://www.stat.fi/tup/paavo/index.html>
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2002). *Laadullinen tutkimus ja sisältöanalyysi*. Helsinki: Tammi
- Vilka, H. (2007). Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Saatavilla https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/98723/Tutki-ja-mittaa_2007.pdf
- Vuorilehto, M., Larri T., Kurki, M. ja Hätönen, H. (2014). *Uudistuva mielenterveys*. Helsinki: Fioca Oy
- Yhteinenpöytä (2017). Vuoden keittiöteko2017 -kilpailun voittaja –Yhteinen pöytä. Fredman Group (7.11.2017) Saatavilla https://www.youtube.com/watch?time_continue=218&v=UjDCy5Whp44

LIITE 1. Naiskävijöiden ryhmähaastattelu

Kysymyksiä Leppälinnun naiskävijöille (ryhmähaastattelu):

Ikä

Toimintaan mukaantulo/ Miten tulitte mukaan Leppälinnun toimintaan?

Kysymys 1: Mistä saitte tiedon Leppälinnun toiminnasta?

Kysymys 2: Mikä sai teidät tulemaan toimintaan mukaan?

Kysymys 3: Oliko teidän helppo tulla ensimmäisen kerran mukaan?

Leppälinnun toiminta tällä hetkellä/ Millaiseksi koette Leppälinnun toiminnan tällä hetkellä?

Kysymys 1: Osallistutteko toimintaan säännöllisesti? Kuinka usein?

Kysymys 2: Mikä saa teidät osallistumaan toimintaan?

Kysymys 3: Onko jotain syitä, miksi ette aina halua/voi osallistua?

Kysymys 4: Mikä Leppälinnun toiminnassa on mielestänne hyvää ja toimivaa?

Kysymys 5: Millaisiin asioihin saatte tukea Leppälinnusta?

Kysymys 6: Minkä ajattelette vaikuttavan siihen, että kävijöissä on huomattavasti enemmän miehiä kuin naisia?

Kysymys 7: Minkä ajattelette vaikuttavan siihen, että kaikki naiset, joille Leppälinnun toimintaa on suositeltu, eivät ole tulleet toimintaan mukaan?

Toiveet toiminnasta tulevaisuudessa/ Millaisia toiveita teillä on Leppälinnun toimintaa kohtaan?

Kysymys 1: Mitä toimintaa toivoisit Leppälintuun? Kaipaatteko Leppälinnun tämän hetkiseen toimintaan muutoksia?

Kysymys 2: Mihin toimintaan ette osallistuisi ollenkaan?

Kysymys 3: Millä keinoilla mielestänne madallettaisiin uusien naiskävijöiden kynnystä osallistua toimintaan?

Vertaistuen merkitys/ Millainen merkitys vertaistueella on teille?

Kysymys 1: Onko vertaistuki teille tärkeää? Miten se toteutuu Leppälinnussa?

Kysymys 2: Mistä aiheista keskustelemisen koette tärkeäksi?

Kysymys 3: Miten koette sen, että Leppälinnun toiminta on suunnattu sekä miehille että naisille?

Kysymys 4: Pitäisikö naisille järjestää erilaista vertaistukea kuin miehille? Millaista?

Osallisuuden kokeminen (Toiminnan suunnittelussa mukana olo)/ Haluaisitteko olla mukana suunnittelemassa ja toteuttamassa Leppälinnun toimintaa?

Kysymys 1: Osallistutteko tällä hetkellä toiminnan suunnitteluun?

Kysymys 2: Osallistutteko tällä hetkellä toiminnan toteutukseen?

Kysymys 3: Millä tavalla haluaisitte olla mukana toiminnan kehittämisessä?

Yhteistyö ja muu toiminta/ Millaista yhteistyötä Leppälintu voisi tehdä muiden tahojen kanssa?

Kysymys 1: Millaista yhteistyötä Leppälintu voisi tehdä muiden tahojen (esim. seurakunta) kanssa?

Kysymys 2: Millaista kehitystä toivoisitte päihdetyöhön Leppävirralla?

Kysymys 3: Osallistutteko jossakin muualla päihde- tai mielenterveys toimintaan?

LIITE 2. Työntekijöiden haastattelu

Kysymyksiä Leppälinnun työntekijöille (parihaastattelu):

Toimintaan mukaantulo

Kysymys 1: Miten uudet naiskävijät löytävät Leppälinnun toimintaan?

Kysymys 2: Mikä saa heidät lähtemään mukaan toimintaan?

Kysymys 3: Miten uudet kävijät huomioidaan toiminnassa?

Kysymys 4: Markkinoiko Leppälintu itseään Leppävirralla? Miten?

Kysymys 5: Tiedättekö jotain syitä sille, miksi osa naisista, joille toimintaa on suositeltu, eivät osallistu toimintaan?

Leppälinnun toiminta tällä hetkellä

Kysymys 1: Mistä Leppälinnun päihdekuntoutujille järjestämä päivätoiminta koostuu?

Kysymys 2: Kuinka paljon kävijöitä osallistuu tällä hetkellä säännölliseen toimintaan? Mikä on naisten osuus (%) heistä?

Kysymys 3: Mikä Leppälinnun toiminnassa on naiskävijöiden kannalta hyvää ja toimivaa?

Kysymys 4: Millaista tukea naiskävijät ovat toiminnasta saaneet?

Kysymys 5: Minkä ajattelette vaikuttavan siihen, että kävijöissä on huomattavasti enemmän miehiä kuin naisia?

Kysymys 6: Poikkeako mies- ja naiskävijöiden tarpeet paljon toisistaan ja miten niiden yhteensovittaminen onnistuu?

Toiveet toiminnasta tulevaisuudessa

Kysymys 1: Mitä kehitettävää koette toiminnassa olevan erityisesti naiskävijät huomioiden?

Kysymys 2: Millä keinoilla mielestänne madallettaisiin uusien naiskävijöiden kynnystä osallistua toimintaan?

Vertaistuen merkitys

Kysymys 1: Koetteko vertaistuen olevan naiskävijöille tärkeää? Miten se toteutuu Leppälinnussa?

Kysymys 2: Mistä aiheista keskusteluaiheet ovat naiskävijöille tärkeitä?

Kysymys 3: Pitäisikö naisille järjestää erilaista vertaistukea kuin miehille?

Osallisuuden kokeminen (Toiminnan suunnittelussa mukana olo)

Kysymys1: Osallistuvatko naiskävijät tällä hetkellä toiminnan suunnitteluun tai toteutukseen?

Kysymys 2: Millä tavalla naiskävijät voitaisiin ottaa mukaan toiminnan kehittämiseen?

Kysymys 3: Kuinka naisasiakkaat mielestänne kokevat osallisuutta toiminnassa tällä hetkellä?

Yhteistyö ja muu toiminta

Kysymys 1: Koetteko, että Leppälinnun toiminnalla voisi olla paremmat mahdollisuudet päihteitä käyttävien naisten tavoittamiseen, jos yhteistyötä muiden Leppävirran palvelujen tuottajien kanssa lisättäisiin?

Kysymys 2: Millaista tämä yhteistyö voisi olla ja kenen kanssa (seurakunta, sosiaalitoimi, tms.)?

Kysymyksiä sosiaalitoimiston ja diakoniatyöntekijän naispuolei- sille päihdeasiakkaille

Ikä:

Asuinpaikka:

Leppävirran keskusta-alueella

Kauempana. Etäisyys kilometreissä? _____

1: Oletko aiemmin kuullut Leppälinnun järjestämästä päivätoiminnasta?

Kyllä En

2: Jos vastasit edeltävään kyllä, mistä olet toiminnasta kuullut?

Sosiaalityöntekijältä

Diakoniatyöntekijältä

Tuttavalta

Netistä

Muu. Mikä? _____

3: Tiedätkö miten Leppälinnun toimintaan pääsee mukaan?

Kyllä Ei

4: Oletko osallistunut Leppälinnun toimintaan?

Kyllä Ei

5: Mikä sai/saisi sinut tulemaan toimintaan mukaan?

6: Onko jotain syitä, miksi et halua/voi osallistua?

7: Olisitko kiinnostunut osallistumaan erityisesti **naisille** suunnattuun mielenterveys- tai päihdetyön toimintaan?

8: Jos osallistuisit Leppälinnun toimintaan, millaisiin asioihin toivoisit saavasi sieltä tukea?

9: Millainen tekeminen on mielestäsi mukavaa, mitä päivätoiminnassa voisi toteuttaa?

10: Mikä helpottaisi uusien naiskävijöiden osallistumista Leppälinnun toimintaan?

11: Koetko tärkeäksi tavata ihmisiä, jotka ovat samankaltaisessa elämäntilanteessa?

12: Mistä aiheista keskustelemisen koet tärkeäksi?

13: Millaista tukea juuri **naisille** pitäisi järjestää?

14: Osallistutko jossakin muualla päihde- tai mielenterveys toimintaan?
Missä?

KIITOS HAASTATTELUSTA!