

NYT USKALLAN OLLA MINÄ

- päihdeongelmaisten läheisten elämäntarinoita ja identiteettejä

HEIMONEN PÄIVI

Tampereen yliopisto

Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos

Sosiaalityön pro gradu -tutkielma

Huhtikuu 2006

Tampereen yliopisto
Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos

HEIMONEN, PÄIVI: Nyt uskallan olla minä – päihdeongelmaisten läheisten elämäntarinoita ja identiteettejä

Pro gradu –tutkielma, 81 s., 1 liites.

Sosiaalityö
Huhtikuu 2006

TIIVISTELMÄ

Tutkimuksessa tarkastellaan päihdeongelmaisten läheisten kirjoittamia elämäntarinoita ja heidän kirjoituksissaan tuottamia identiteettejä. Elämäntarinoita tarkastellaan erilaisina suhdetarinoina ja puheesta erotellaan identiteettidiskursseja eletystä elämästä ja sen eri vaiheista, päihdeongelmaisen läheisenä eletyn elämän rakentumisesta osana läheisen identiteettiä. Konstruktivistinen viitekehys antaa mahdollisuuden ymmärtää identiteettejä tilannesidonnaisina, kirjoituksissa rakentuvina minä-konstruktioina, joita diskurssianalyysin avulla tutkimuksessa tarkastellaan.

Kvalitatiivisen tutkimuksen aineisto koostuu 15 päihdeongelmaisen läheisenä eläneen omaelämäkerrallisista tarinoista, jotka on kerätty sähköpostilmoituksen perusteella talvella 2006. Läheiset tavoitettiin Al-Anon -ryhmien ja päihdejärjestötoimijoiden kautta. Tutkimusjoukon muodostavat 37 - 63-vuotiaat naiset, jotka ovat lapsina, puolisoina tai äiteinä eläneet päihdeongelmaisen miehen läheisenä.

Päihdeongelmaisten läheisten omaelämäkerralliset tarinat ovat samaan aikaan samanlaisia ja erilaisia. Lapsen, puolison ja vanhemman suhde päihdeongelmaiseen on erilainen ja näin myös päihdeongelmien seuraukset heille ovat osin erilaisia. Lasten tarinoissa erityistä ovat heitteille jäämisen kokemukset, puolisoitten tarinoissa korostuvat sitoutuminen ja vastuu, ja vanhempien tarinoissa merkittävää ovat hätä ja huoli.

Tarinoissa rakennetaan identiteettejä kategorisoinnin, vastapuheen, ongelmapuheen ja voimavarapuheen avulla. Sekä lasten, puolisoitten että vanhempien tarinoissa puhutaan alistuneesta ja ahdistuneesta identiteetistä. Päihdeongelmaisen läheisen sosiaalinen identiteetti muotoutuu poikkeavuuden ja leimautumisen kokemuksista. Jokaisella läheisellä on tapansa selviytyä päihdeongelmaisen läheisenä ja rakentaa positiivista, moninaista identiteettiä. Pysyvä elämänmuutos on tullut mahdolliseksi uskon, vertaistuen, toiminnan ja tiedon avulla.

Avainsanat: alkoholi-ongelmat, päihdeongelmat, läheinen, vanhemmat, lapset, puoliset, perheet, poikkeavuus, selviytyminen, identiteetti

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

1 JOHDANTO	5
2 PÄIHDEONGELMAISET JA HEIDÄN LÄHEISENSÄ YHTEISKUNNASSAMME	8
2.1 Suomalainen päihdekulttuuri	8
2.2 Päihdeongelmien hoito – missä läheinen?	9
2.3 Tutkimuksia päihdeongelmaisten läheisistä	11
<i>Suomalaista läheistutkimusta</i>	11
<i>Läheistutkimusta ulkomailta</i>	12
<i>Oma tutkimukseni läheistutkimuskentässä</i>	14
3 OMAELÄMÄKERTAKIRJOITUSTEN TUTKIMINEN	17
3.1 Sosiaalinen konstruktionismi	17
3.2 ...omaelämäkerta...	18
3.3 ...ja identiteetti.....	21
<i>Identiteetin käsitteestä</i>	22
<i>Identiteetti tutkimuksessani</i>	22
<i>Poikkeavuudesta kategorioihin</i>	27
<i>Tavoitteena selviytyminen</i>	27
4 KIRJOITUSTEN TYÖSTÄMINEN: TUTKIMUSKYSYMYKSET JA TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	33
4.1 Tutkimuskysymykset	33
4.2 Tutkimusaineisto	34
4.3 Aineiston analyysi.....	35

5 IDENTITEETTI PÄIHDEONGELMAISTEN LÄHEISTEN ELÄMÄKERRALLISISSA NARRATIIVEISSA	39
5.1 Erilaiset, samanlaiset tarinat	40
<i>Heitteille jäänyt lapsi</i>	40
<i>Puolison vastuu</i>	41
<i>Vanhemman hätä</i>	43
5.2 Alistunut ja ahdistunut identiteetti	46
<i>Päihdeongelma muokkaa sinua ja alistaa minua</i>	46
<i>Pelko, turvattomuus ja ahdistus</i>	46
5.3 Poikkeava ja leimattu identiteetti	53
<i>Katkera poikkeavuus</i>	53
<i>Häpeällinen leimautuminen</i>	53
<i>Ajautuminen eristäytyneisyyteen</i>	55
5.4 Selviytyminen ja identiteetti	59
<i>Selviytyminen päihdeperheessä</i>	59
<i>Muutos ja uusi minä</i>	62
6 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUDEN TARKASTELUA	68
7 AJATUKSIA PÄIHDEONGELMAISTEN LÄHEISTEN ELÄMÄNTARINOISTA	70
LÄHTEET	74

LIITTEET

1 JOHDANTO

Suomessa on Sosiaali- ja terveysministeriön johdolla lähdetty tehostamaan päihdehaittojen ehkäisyä ja vähentämistä. Alkoholiohjelma 2004-2007 on tarpeen yhteiskunnallisessa tilanteessamme, jossa alkoholinkäyttö kasvaa ja huumeiden käyttö on jäänyt osaksi päihdekulttuuriamme. Monenlaiset päihdehaitat koskettavat jokaista kansalaista, käytti hän itse päihteitä tai ei. Olemme kaikki maksamassa niistä seurauksista, joita päihdeongelmat kansanvitsautena aiheuttavat. Alkoholiohjelma painottaakin toimintalinjauksissaan huomioimaan itse riskikäytön ja kulutuksen vähentämisen lisäksi perheiden ja lasten hyvinvointia, vähentämään läheisten kärsimystä. Kaiken kaikkiaan ohjelmassa muistutetaan, että mitä vähemmän alkoholia käytetään, sitä vähäisemmiksi jäävät yksilöiden, perheiden ja yhteiskunnan kokemat haitat. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004.)

Olen työskennellyt päihdehuollossa useamman vuoden ajan ja tehnyt töitä erilaisten päihdeongelmaisten kanssa. Työhöni on liittynyt monipuolista asiakastyötä henkilökohtaisesta tukemisesta ryhmäkeskusteluihin sekä yhteistyötä erilaisten viranomais- ja läheisverkostojen kanssa. Olen työssäni kuullut ja kohdannut erilaisia tarinoita ja elämäntarinoita. Olen työssäni kohdannut myös päihdeongelmaisten läheisiä, tuntenut välillä voimattomuutta heidän auttamisekseen ja tukemisekseen, ja huomannut yhteiskuntamme ja hoitojärjestelmiemme huomioivan päihdeongelmaisten läheisiä liian vähän. Opiskelujeni kautta en ole saanut vastauksia läheisiin liittyviin kysymyksiini eikä niitä myöskään tutkimuskentältä ole löytynyt; etenkin suomalaista päihdeongelmaisten läheisiä koskevaa tutkimusta on melko vähän. Työn ja tarpeen kautta tutkimuksellinen mielenkiintoni on kohdistunut päihdeongelmaisten läheisten elämään, ja erityisesti selviytymiseen, ja tavoitteenani onkin tutkimustyön avulla saada selvyyttä päihdeongelmaisten läheisten elämästä.

Millainen on päihdeongelmaisen läheisen elämä hänen omasta näkökulmastaan? Mitä päihdeongelmaisen läheinen kertoo elämästään, kun hän saa itse

valikoida, arvioida ja painottaa sitä, mitä kertoo? Mitä päihdeongelmaisten läheisten tarinat kertovat yhteiskunnastamme? Vaikka päihdetutkimusta on paljon, on sitä tehty varsin vähän päihteidenkäyttäjien läheisten näkökulmasta. Minun mielenkiintoni on omassa tutkimuksessani saada päihdeongelmaisten läheisten ääni kuuluviin ja tarkastella heidän omaelämäkertakirjoitustensa avulla heidän elämäänsä. Tarkastelen tutkimuksessani päihdeongelmaisten läheisten omaelämäkertakirjoituksia erityisesti siten, miten he kirjoittavat itsestään ja miten he ovat kokeneet päihdeongelmaisen läheisensä vaikututtavan elämäänsä. Tärkeä osa tutkimustani on tarkastella, miten päihdeongelmaisten läheiset kokevat asemansa ja olonsa yhteiskunnassamme, millaisia erontekoja he tuottavat suhteessa toisiin ja miten he kertovat selviytymisestään. Tutkimusotteeni on konstruktionistinen. Tutkimukseni on päihdeongelmaisten läheisten kertomuksista koostuva kertomus päihdeongelmaisten läheisten elämästä ja identiteeteistä.

Omalla tutkimuksellani haluan tuoda esiin päihdeongelmaisten läheisten äänen, heidän elämäkokemuksiaan ja elämäntarinoitaan. Toivon, että tutkimukseni antaa päihdeasioiden kanssa työskenteleville sekä yhteiskunnalle ymmärrystä päihdeongelmaisten läheisten elämästä sekä mahdollisuuksia kehittää tukitoimia ja suhtautumista päihdeongelmaisten läheisiin. Myös itselleni tutkimukseni antaa lisää tietoja päihdeongelmaisten sekä heidän läheistensä elämästä ja valmiuksia toimia päihdetyöntekijänä ja sosiaalityön ammattilaisena sekä kehittää ja tutkia edelleen päihdeongelmaisten sekä heidän läheistensä elämää, avunsaantia, kuntoutumista ja selviytymistä.

Tutkimusraporttini alussa tarkastellaan päihdeongelmaa, päihdeongelmaisia ja heidän läheisiään yhteiskunnassamme. Luon kuvan suomalaisesta päihdekulttuurista ja päihdeongelmien hoidosta, jotka ovat koko tutkimustyöni lähtökohtien konteksti. Lisäksi tarkastelen päihdeongelmaisten läheisistä tehtyjä aikaisempia tutkimuksia, niin kotimaisia kuin ulkomaisiakin, ja sijoitan oman tutkimukseni tähän tutkimuskenttään. Raporttini kolmas luku käsittelee omaelämäkertakirjoitusten tutkimista. Pohdin tutkimukseni lähestymistapaa, sosiaalista konstruktionismia, ja sen merkitystä tutkimukselleni, ja esittelen omaelämäkertaa tutkimusaineistona. Identiteetin, poikkeavuuden ja

selviytymisen käsitteitä avaan niin teoreettisesti kuin omaan tutkimustyöhöni kytkeytyen. Samalla paikannan oman tutkimukseni identiteettitutkimuksen kenttään.

Neljännessä luvussa esittelen tutkimukseni tutkimusongelmat sekä aineiston ja sen analysoinnin. Viidennessä luvussa päihdeongelmaisten läheisten omaelämäkerralliset narratiivit ja identiteetit, tutkimukseni aineiston analyysi sekä tulokset, käyvät keskustelua teorian ja aiempien tutkimusten kanssa. Analyysissa tarkastellaan sekä tarinoita että tarinoissa konstruoituja identiteettejä. Päihdeongelmaisten läheisten oma ääni pääsee tässä osassa esiin ja he ovat läsnä tekstissä. Raporttini loppuksi tarkastelen sen luotettavuutta sekä tutkimuksen antia päihdeongelmaisten läheisille, sosiaalityölle, yhteiskunnalle, tutkimuskentälle sekä itselleni.

2 PÄIHDEONGELMAISET JA HEIDÄN LÄHEISENSÄ YHTEISKUNNASSAMME

2.1 Suomalainen päihdekulttuuri

Suomalaista päihdekulttuuria on pitkään leimannut humalajuominen. Miehinen mies ei tuoppiin sylje, ja perjantaipullo on ollut tuttu ilmestys monessa kodissa. Viimeisten vuosikymmenten aikana kulutustutkimukset ovat osoittaneet, että alkoholinkäyttö ja siihen liittyvät haitat ovat kasvaneet Suomessa nopeasti. Miesten rinnalla nuoret ja naiset ovat lisänneet alkoholinkulutustaan ja erilaiset haitat ja ongelmat ovat kasvaneet. (Haavio-Mannila 2003, 7.) Lisäksi huumeiden käyttö on aaltojensa mukana 1960- ja 1990-luvuilta tuonut omanlaisiaan haittoja ja ongelmia, ja todennäköisesti huumeiden käyttö on jäämässä osaksi yhteiskuntaamme (Salasuo 2004, 75-85).

Alkoholin ja huumeiden käytön sekä koko päihteidenkäytön merkitys rakentuu yhteiskunnassamme ja sen tavoissa määrittää ja ajatella asioita. Alkoholipolitiikkamme ja –kulttuurimme ohjaavat normejamme ja arvojamme, käyttäytymistämme. (Hänninen 2004, 110-111.) Mutta myös laajemmat kansainväliset päihdekulttuurit ja säädökset vaikuttavat meidän elämäämme. Suomalaisten sopeutuminen kansainvälisiin mittoihin on haastavaa ja aikaa vievää. Sekä alkoholin maahantuontikiintiöiden poistaminen, Viron EU-jäsenyys että Suomessa toteutettu alkoholijuomien verojen alentaminen ovat viimeisten kahden vuoden aikana vaikuttaneet alkoholin kulutuksen kasvuun (Österberg 2005, 7-17). Päihdetilastojen kohonneet käyrät osoittavat, ettei suomalainen juomatapa ja –kulttuuri yhtä nopeassa tahdissa muutu kuin säädökset ja alkoholin vapautuminen edellyttäisivät. Muutokset ovat kasvattaneet alkoholin kulutusta ja samaan tahtiin huoli juomisen tuottamista ongelmista ja haitoista on voimistunut.

Alkoholin suurkuluttajia on arvioitu olevan Suomessa noin 500 000 ja päihdepolitiikan viimeisten muutosten vuoksi määrän on arvioitu kasvavan (ks.

esim. Seppä 2005, 20; Raitasalo 2004, 13). Jokaisella suurkuluttajalla ja päihdeongelmaisella on useita läheisiä, joiden elämää he koskettavat. Päihdeongelmat itsessään ja lisäksi niiden aiheuttamat haitat ja ongelmat läheisille ovat niin laajoja, että tämä on yhteiskunnallinen ongelma. (Raitasalo 2004, 13-17.) Itse päihdeongelmaisten lisäksi myös heidän läheisensä ja koko suomalainen yhteiskunta tarvitsevat tukea ja apua selviytyäkseen päihdeongelmien aiheuttamista haitoista ja ongelmista, sekä nähdäkseen elämää ilman päihdeongelmia, keinoja rakentaa ja ylläpitää tervettä päihdekulttuuria ja identiteettiä.

2.2 Päihdeongelmien hoito – missä läheinen?

Päihdehuoltolaissa määritellään päihdehuollon tavoitteeksi päihteiden ongelmakäytön sekä siihen liittyvien sosiaalisten ja terveydellisten haittojen ehkäiseminen ja vähentäminen. Tavoitteeseen pääseminen tarkoittaa päihteiden ongelmakäyttäjien ja heidän läheistensä toimintakyvyn ja turvallisuuden kohentamista. Vastuu tavoitteiden saavuttamisesta on kuntien sosiaali- ja terveysviranomaisilla, jotka huolehtivat avuntarpeen ja palveluiden kohtaamisesta. Palveluita tarjoavat sosiaali- ja terveydenhuollon yleiset palvelut sekä erikoistuneet erityisesti päihdeongelmaisille tarkoitetut palvelut. Yleisiä laitoshoitopalveluita ovat terveyskeskusten vuodeosastot, yleissairaalat ja psykiatriset sairaalat, ja yleisiä avohoitomuotoja ovat sosiaalitoimistojen sosiaalityö, perusterveydenhuolto ja psykiatrinen avohoito. Erityispalveluja tarjoavat laitoshoitona kuntoutuslaitokset, katkaisuhuoltolaitokset, laitostuotoiset asumispalvelut sekä ensisuoajat. Erityispalvelujen avohoittoa edustavat A-klinikat, nuorisosasemat, päiväkeskukset ja muut avomuotoiset toiminnat sekä tuettu asuminen. (Kaukonen 2000, 108-109.)

Päihdeongelmaisten hoito jakautuu hyvin erilaisten tahojen toteutettavaksi. Edellä mainittujen palvelujen tuottajien joukossa on hyvin eri tavalla päihdeongelmaa määrittäviä ja hoidosta ajattelevia tahoja. Muun muassa korvaus- ja ylläpito-hoidon kehittäminen on ollut viime aikoina voimakasta ja se

on erityisesti työtä huumeiden käytön haittojen vähentämisen puolesta. Kehityssuunta hoidossa on painottunut lääketieteelliseen enemmän kuin sosiaalipoliittiseen toimintaan. (Partanen 2003, 27.) Samaan aikaan moni puhuu lääkkeettömän hoidon puolesta ja psykososiaalisen tai hengellisen tuen edusta. Päihdeongelmaa ei nähdä vain fyysisenä sairautena vaan ihmisen kokonaisvaltaisen olemisen alueille kietoutuvana. Läheisen näkökulmasta fyysinen päihdeongelmaisen hoitaminen voi olla helpottavaa, mutta huomioidalla ihminen kokonaisvaltaisesti voimme huomioida myös heidän läheisensä ja heidän avuntarpeensa.

Tarkastelemalla Stakesin neuvoa-antavat internetsivustoa ja siellä olevien päihdehoitoa antavien hoitopaikkojen toiminnan kuvauksia löytyy muutamia mainintoja läheisille annettavasta avusta, pari- tai perheterapiasta, kursseista, laitosmuotoisista perhehoitopaikoista. Koska itse olen toiminut päihdetyössä, tiedän, että muun muassa Kalliolan Klinikat ja Lapuan Minnesotahoito tarjoavat kursseja läheisille ja Al-Anon ja Ala-teen ovat avoimesti vapaita tukiryhmiä kaikille. Vähemmän julkisuudessa on kuitenkin puhuttu näistä päihdeongelmaisten läheisten mahdollisuuksista ja oikeuksista saada apua itselleen ja omaan hätäänsä. Enemmän ollaan huolestuneita päihdeongelmaisesta ja läheinenkin pyrkii löytämään tälle apua ja hoitoa. Jonkin verran päihdehoitolaitoksissa on alettu perustaa koko perheelle soveltuvia hoitomuotoja ja hoitoyksiköitä. Tämä kuitenkin edellyttää koko perheen sitoutumista hoitoon ja yhteisen tulevaisuuden näkemistä. Aina se ei ole mahdollista ja päihdeongelmista kärsineen läheisen tulisi saada enemmän myös yksilöllistä tukea ja apua.

Yhteiskunnallinen tilanne ei helpota päihdeongelmista kärsivää tai heidän läheisiään. Postmodernissa yhteiskunnassa yksilön vastuu omasta elämästään on korostunut ja tämä näkyy myös tuen ja avun tarjoamisessa. Yksilöiden välinen kilpailu on kovaa ja jokaisen tulee selvitä muuttuvissa oloissa. Tämä aiheuttaa lisää paineita, mahdollisesti päihdeongelmien lisääntymistä juuri heikoimpien osalla. Matalan kynnyksen tukitoimien sekä ennaltaehkäisevän toiminnan kehittämiseen on tulevaisuudessa tarvetta kiinnittää enemmän huomiota. Lisäresursseja, tietoja ja osaamista tarvitaan koko päihde-

työn kentälle. (Partanen 2003, 27.) Viranomaiset ja erilaiset tahot kohtaavat päihderiippuvaisia ja päihdeongelmia arjen työssä yhä useammin ja osaamista ja rohkeutta interventioihin tarvitaan. Hyvin erilaiset tahot voivat olla tärkeänä osana päihdeongelman hoitoketjua ja puheeksi ottamisella he voivat katkaista pahenevan kierteen. Viranomainen tai kuka tahansa voi myös olla välittämässä läheisestä ja antaa tukensa päihdeongelman läheiselle, lapselle ja/tai aikuiselle.

Päihdehaittoihin ja -ongelmiin on pyritty vastaamaan Sosiaali- ja terveysministeriön alkoholiohjelmalla 2004-2007, jonka tavoitteena on päihdehaittojen ehkäisy ja vähentäminen (ks. Sosiaali- ja terveysministeriö 2004). Ohjelmassa on kiinnitetty huomiota erityisesti lapsiin ja heidän suojelemiseensa vanhempiensa alkoholinkäytön haitoilta. Suoranaisesti alkoholiohjelmassa ei puhuta muista päihdeongelmaisten läheisistä, vaikka päihdeongelma koskettaa tuhansia ellei miljoonia ihmisiä Suomessa. Kokonaisvaltaisella päihdeongelmiin ja päihteiden kulutukseen vaikuttamisella, niiden vähentämisellä, voidaan kuitenkin saavuttaa myös läheisten hyvinvoinnin kohentamista ja päihdehaittojen vähenemistä läheistenkin elämässä.

2.3 Tutkimuksia päihdeongelmaisten läheisistä

Ulkomailla päihdeongelmaisten läheisiä koskevaa tutkimusta on tehty runsaasti ja hyvin erilaisten tutkimussuuntausten ja -alojen parissa. Lääketieteen ja psykologian osuus tutkimusten tuottamisessa on ollut suuri ja näkökulmatkin silloin edustavat näiden alojen kiinnostusta. (Itäpuisto 2005, 25.) Suomalainen tutkimustraditio on suuntautunut pääosin läheisnäkökulmaan tarkastellen kaikkia päihdeongelmaisten läheisiä, kun taas esimerkiksi englanninkielisissä tutkimuksissa korostuu alkoholiongelmaisten vanhempien lasten erityisongelmien tutkiminen. Lisäksi läheisnäkökulmaan voidaan liittää lääketieteellinen tutkimus alkoholialtistuksen aiheuttamista sikiövaurioista, jota on tehty runsaasti ulkomailla ja jonkin verran myös Suomessa. Tutkimustraditiota aktiivisempaa on läheisnäkökulman esittely muun kirjallisuuden kautta.

lisuuden avulla. Näistä tunnetuimpia ovat läheisriippuvuuteen liittyvä kirjallisuus, jonka sisältö ei kuitenkaan ole täysin tutkimuspiirien hyväksymää ja tieteellisesti todeksi todettua. Lisäksi kirjallisuutta läheisnäkökulmasta tuottavat erilaiset alan ammattilaiset ja toimijat, jotka tuottavat materiaalia oma-apulähteeksi. (Itäpuisto 2005, 21-24.) Tässä yhteydessä pidättäydyn kuitenkin syvemmästä muun kirjallisuuden tarkastelusta ja keskityn vain yhteiskuntatieteelliseen tutkittuun tietoon päihdeongelmaisten läheisistä niin Suomessa kuin ulkomailla.

Suomalaista läheistutkimusta

Viimeaikaisinta tutkimusta päihdeongelmaisten läheisistä on Suomessa tehnyt lähinnä Marja Holmila. Hänen artikkeleitaan ja kirjojaan, jotka käsittelevät alkoholi-ongelmaisten läheisiä, on julkaistu sekä suomeksi että englanniksi useissa eri maissa (esim. Holmila 1994; 2001). Marja Holmila on myös yhdessä Janna Kantolan kanssa toimittanut vuonna 2003 ilmestyneen julkaisun ”Kirjoituksia alkoholistien läheisistä”, jossa alan tutkijoiden tiedot tuodaan yhteen ja tarjotaan tutkimustietoa päihdeongelmaisten läheisiin liittyen (Holmila & Kantola 2003). Omissa artikkeleissaan ja tutkimuksissaan Holmila on kiinnittänyt huomiota muun muassa siihen, että läheinen joutuu muokkaamaan ja pohtimaan suhdettaan päihdeongelmaiseen hänen kanssaan eläessään pitkän aikajakson aikana, ja samalla muokkaamaan omaa identiteettiään. Päihdeongelman myöntäminen ja määrittäminen vievät aikaa ja vaativat läheisen moraalista kannanottoa ja suhteen muokkaamista. Omat roolit ja yhdessä olemisen tavat on määriteltävä suhteessa päihdeongelmaiseen ja yhteiselämän sovittamiseen. Tämä Holmilan nimittämä ”suhteura” voi ohjata ihmistä päihdeongelmaisesta erottautumisen jälkeenkin ja ohjata käytöstä ja elämän valintoja. Suhtautuminen päihdeongelmaiseen riippuu vahvasti siitä, millainen suhde tai sosiaalinen rooli suhteessa päihdeongelmaiseen läheisellä on. Päihdeongelmaisen lapsen, puolison tai vanhemman kokemukset ja toimintatavat eroavat toisistaan, vaikka useilla heistä päihteiden käytön tuomat ongelmat ovatkin samanlaisia, terveydellisiä,

taloudellisia ja sosiaalisia. Tyypillisiä tunteita läheisille ovat pelko, kiukku, häpeä ja syyllisyys. Holmilan mukaan yhteiskunnan ja kulttuurin suhtautuminen määrittävät pitkälti, kuinka hyvin läheiset saavat apua ongelmiinsa ja selviytyvät. (Holmila 2003, 79-95.)

A-klinikkasäätiön Lasinen lapsuus –tutkimus nosti esiin, että monet suomalaiset lapset kokevat ongelmia päihteidenkäytöstä kotonaan; 17% suomalaisista on elänyt perheessä, jossa on käytetty liikaa alkoholia tai muita päihdyttäviä aineita (Peltoniemi 2003; 2005). Tutkimus herätti huomaamaan, että lapset kärsivät alkoholiperheissä näkemistään perheriidoista ja epäsovusta. Tutkittavat olivat kokeneet lapsuudessaan turvattomuutta ja pelkoa, ja hyvin yleistä oli myös häiriintyminen, ahdistuminen, masennus tai väsymys. Monet kokivat vielä aikuisenakin lapsuuden perheen aiheuttamat haitat elämässään. Vaikeudet suhtautua alkoholiin näkyivät suurimman osan tutkittavien vastauksissa, ja sen lisäksi alkoholiperheen lapsilla oli aikuisenakin persoonaan ja ihmissuhteisiin liittyviä ongelmia. (Peltoniemi 2003, 53-59.)

Lasten näkökulmaan päihdeongelmaisen läheisenä on kiinnittänyt huomiota myös Maritta Itäpuisto, jonka lisensiaattityö sekä väitöskirja kertovat kokemuksista alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa eletystä lapsuudesta. Itäpuisto tarkastelee tutkimuksissaan lapsuudenkokemusten lisäksi erityisesti lasten selviytymistä ja toimintaa. (Itäpuisto 2001; 2005.) Itäpuiston väitöskirjasta käy ilmi, että vanhempien alkoholinkäyttö tuottaa lapselle monenlaisia haittoja ja ongelmia. Vanhemman määrittelemisen alkoholiongelmaiseksi on lapsille vaikeaa ja vanhempien käyttäytyminen päihtyneenä on pelottavaa. Hylkääminen ja leimaaminen olivat tuttuja kokemuksia tutkimukseen osallistuneille ja avun saaminen oli koettu vaikeaksi. Selviytymiskeinona lapset olivat käyttäneet itsestä huolehtimista, perheen asioiden hoitamista ja läheistensä suojelemista. Itäpuisto muistuttaa kuitenkin, että selviytymisestä huolimatta moni lapsi kärsii vanhempiensa päihteidenkäytöstä ja asioihin ja ongelmiin olisi tartuttava, kehitettävä lasten elämää helpottavia toimia. (Itäpuisto 2005.)

Läheistutkimusta ulkomailta

Ulkomainen tutkimustraditio on painottunut alkoholistiperheen tutkimiseen. Sosiaalitieteissä on tutkittu alkoholistiperheitä kokonaisuutena, perheen dynamiikkaa ja alkoholistin perheen jäsenille tuottamaa stressiä. Alkoholistiperheiden tutkiminen on saanut alkunsa 1940-luvulla, ja alkuun tarkasteltiin erityisesti vaimoja ja heidän suhdettaan alkoholistimiehiin. (Itäpuisto 2005, 25.) Naiset määriteltiin persoonallisuudeltaan häiriintyneiksi ja heidän nähtiin tyydyttävän omia tarpeitaan alkoholistimiehen kautta, mutta tällainen tulkinta ei kuitenkaan saanut tieteellistä vahvistusta (Holmila 1993, 437-438).

Perhestressiteorioiden tutkimisessa on huomioitu alkoholin käytön vaikutuksia kaikkiin perheenjäseniin, lapsiin ja puolisoon. Alkoholinkäyttö ja sen aiheuttamat konfliktit ympäristön kanssa aiheuttavat läheisille häpeää ja kärsimystä. Ne myös johtavat perheenjäsenten stressaantumiseen ja edelleen vaikuttavat heidän terveyteensä ja sosiaaliseen elämään. (Holmila 1993, 57.)

Noin parikymmentä vuotta on alkoholistiperheiden tutkimisessa vaikuttanut systeemiteoreettinen näkökulma, jossa alkoholismi on perhesysteemin tuote sekä siihen vaikuttava tekijä. Alkoholismi voidaan teorian mukaan nähdä perhettä suojaavana tekijänä, ehkäisten muita ongelmia. (Itäpuisto 2005, 26.) Systeemiteoriassa perheenjäsenet nähdään toinen toisiinsa vaikuttavina tekijöinä ja riippuvaisina toisistaan. Liiallinen alkoholinkäyttö on tasapainon ylläpitämisen väline ja läheiset toimivat juomisen tukijoina ja suojelijoina, osaltaan tasapainon ylläpitäjinä. (Holmila 1993, 57.) Arvioidessaan systeemiteorian pätevyyttä Itäpuisto viittaa Gordonin ja Barrettin (1993; ref. Itäpuisto 2005, 26-27) systeemiteoriaa kohtaan osoittamaan kritiikkiin, jonka mukaan empiiriset tutkimukset eivät ole vahvistaneet alkoholin käytön aiheuttavan läheisessä dysfunktionaalisuutta. Uskomukset perhedynamiikasta alkoholiongelmien ylläpitäjänä elävät kuitenkin yhä muun muassa terapiatyössä ja kliinisessä kirjallisuudessa (Itäpuisto 2005, 27).

Yksi merkittävistä läheisiä koskevista tutkimuksista on Jacqueline Wisemanin (1991) tutkimus *The Other Half*, joka käsittelee alkoholistien vaimojen sosiaalipsykologista tilannetta. Hän on vertaillut tutkimuksessaan suomalaisten ja amerikkalaisten alkoholistien vaimojen elämää 1980-luvulla ja havainnut sen olevan hyvin samanlaista. Päihdeongelman myöntämiseen voi mennä aikaa ja sen hyväksyminen on vaikeaa. Vaimon tulee ymmärtää ja määritellä miehensä päihdeongelma ja tätä Wiseman kutsuu määrittelyuraksi, joka kestää usein vuosia. Jotkut vaimot sitkeästi huolehtivat miehestään uupumukseen, väsymykseen ja loppuun palamiseen asti. Wisemanin tutkimus paljastaa naisten tilannetta yksityisellä kodin areenalla ja tuo esiin avio- liittoon, hoitoon ja selviytymiseen liittyviä näkökulmia päihdeongelmaisten miesten vaimojen elämässä. (Wiseman 1991.)

Selviytyminen eli coping-näkemyks on viime vuosina noussut läheistutkimuksen kiinnostuksen kohteeksi. Jim Orford (1994; 1998) on coping-tutkimuksen uranuurtaja ja kehittänyt alkoholiongelmaisten perheenjäsenten tarkastelun avulla selviytymismallin. Mallin mukaan ensinnäkin läheisen alkoholiongelma uuvuttaa perheenjäsentä, toiseksi perheenjäsen joutuu tilanteeseen viattomana, valmistautumattomana ja läheisen päihdeongelma hämmentää. Kolmanneksi läheisen tulee ymmärtää, mikä on vialla ja kehittää omat selviytymisstrategiansa. Orford näkee alkoholiongelmaisten läheiset tavallisina ihmisinä, jotka ovat vain ajautuneet vaikeuksiin ja päihdeongelmaisen läheiseksi. Tärkeänä nähdään läheisten keinot selviytyä, ja selviytymismallien kautta auttamistapojen kehittäminen. (Orford 1998, 128-132.)

Richard Velleman, Alex Copello ja Jenny Maslin (1998) ovat koonneet alkoholiongelmaisten miesten kanssa eläneiden naisten elämäkertoja ja toimitaneet yhteistyössä eri teoreettista näkemystä edustavien tutkijoiden ja terapeuttien kanssa teoksen *Living with Drink*. Teos tarkastelee kuuden naisten kokemuksia elämästä alkoholiongelmaisen miehen kanssa ja naisten ymmärrystä siitä prosessista, joka on johtanut heidät tähän suhteeseen ja tilanteeseen. Kuusi teorian ja käytännön asiantuntijaa on omasta perspektiivistään kommentoinut ja analysoinut naisten elämää ja kokemuksia ja tuonut esille monipuolisia havaintoja alkoholiongelmaisen läheisen kanssa eletystä

elämästä. Teos huomioi läheisten elämää lähtien yksilölliseltä kannalta aina laajempaa yhteiskunnallista kantaa myöten ja näiden kautta löytää eri tasoisia ja laajuisia keinoja kehittää auttamisjärjestelmiä läheisille.

Oma tutkimukseni läheistutkimuskentässä

Päihdeongelmaisten läheisiin liittyvä tutkimustraditio on tarkastellut päihdeongelmien tuottamia erilaisia ongelmia läheisille. Aihetta on lähestytty erilaisista näkökulmista ja eri alojen intresseistä lähtien. Aikaisemmista tutkimuksista suuri osa on tavoitellut objektiivista totuutta, halunnut tuottaa kovaa tietoa. Tutkimussuuntaukset ovat kuitenkin saamassa laajempaa näkökulmaa, koska vihdoinkin yhteiskuntatieteissä myös muualla kuin psykologian alalla on kiinnostuttu aiheesta ja tuotetaan tutkimustietoa päihdeongelmaisten läheisistä. Aikaisemmat tutkimukset ovat pääasiassa suuntautuneet ongelmien tarkasteluun, mutta vähitellen tutkijat ovat alkaneet kiinnittää huomiota selviytymiseen (coping) ja tätä kautta laajentavat mahdollisuuksia auttamistapojen kehittämiseen.

Oma tutkimukseni hyödyntää sekä ongelmakeskeistä että selviytymistä tarkastelevaa aiempaa tutkimusta. Olen kiinnostunut kaiken kaikkiaan siitä, miten päihdeongelmaisten läheiset tässä yhteiskunnassa, tässä ajassa ja tilanteisissa kirjoituksissaan rakentavat identiteettejä tarinoissaan. Olen kiinnostunut siitä, millaisia tarinoita he tuottavat ja millaisia heidän konstruoimansa erilaiset identiteetit ovat. Näen oman tutkimukseni enemmän päihdeongelmaisten omaa ääntä kuuntelevana ja heidän ääntään tuottavana. Tutkimukseni pyrkii näin tuomaan läheistutkimuksen kentälle konstruktionistista viitekehystä ja diskurssianalyysia. Uskon, että tällainen tutkimussuuntaus täydentää läheistutkimuksien tuottamaa tietovarantoa ja mahdollistaa osaltaan läheisnäkökulman monipuolisen tarkastelun.

3 OMAELÄMÄKERTAKIRJOITUSTEN TUTKIMINEN

3.1 Sosiaalinen konstruktionismi

Ihmiset rakentavat, konstruoivat, tietonsa ja identiteettinsä. Kielen välityksellä ihminen rakentaa käsityksiään maailmasta, itsestään ja toisista. Ihminen rakentaa ja kehittää koko ajan kertomusta, joka pitää sisällään sen hetki-
sen todellisuuden käsityksen. Ihminen mielessään ja sosiaalisessa vuorovai-
kutuksessa toisten kanssa jatkuvasti konstruoi todellisuutta, merkityksiä, ja
käsityksiään elämästä. (ks. esim. Burr 1995, 1-8; Kaukonen 2000, 41-42;
Heikkinen 2001, 119-120.) Ihminen kerää elämänsä aikana kokemuksia ja
rakentaa tietonsa aikaisempien tietojensa ja kokemustensa varaan. Näkemys
asioista muuttuu muotoaan sitä mukaa, kun ihminen saa uusia kokemuksia ja
keskustelee muiden ihmisten kanssa. Tiedosta muodostuu kertomusten ku-
delma, joka jatkuvasti laajenee uusiutuvasta kulttuurisesta tarinavarannosta
ja liittyy siihen takaisin. Narratiivisuus toimii identiteettien ja arkitiedon ra-
kentumisessa. (Heikkinen 2001, 119-120.)

Konstruktionistisen käsityksen mukaan tietäminen on suhteellista – ajasta,
paikasta ja tarkastelijan asemasta riippuvaa. Tutkimuksen kannalta sosiaali-
nen konstruktionismi tarkoittaa sitä, että uskomus objektiiviseen totuuteen
pääsemiseen hylätään. Sitä vastoin tutkimuksen uskotaan kykenevän tuot-
tamaan jonkun autenttisen näkökulman todellisuuteen. (Heikkinen 2001,
119-120.) Tärkeää sosiaalisessa konstruktionismissa onkin ihmisten omien
konstruoitujen todellisuuksien kuuleminen ja tutkiminen. Tutkimuksen mie-
lenkiinto kohdistuu todellisuuden ja merkitysten rakentumiseen erilaisissa
sosiaalisissa konteksteissa. Myös tämä tutkimus kiinnittyy sosiaalisen kon-
struktionismin lähestymistapaan ja käyttää hyväkseen omaelämäkerrallista,
narratiivista tutkimusotetta sekä diskurssianalyysia, jotka sopivat todelli-
suuksien tai identiteettien rakentumisen tarkasteluun. (Jokinen & Juhila &
Suoninen 1993; 1999.)

Sosiaalisen konstruktionismin lähestymistapa tarkoittaa tutkimuksessani sitä, että päihdeongelmaisen läheisenä eläminen on positio, tila, josta käsin ihmiset refleктоivat yhteiskuntaa, omaa elämäänsä ja identiteettejään (vrt. Berger & Luckmann 1994, 100). Omaa elämäänsä ja tarinaansa kertoessaan päihdeongelmaisten läheiset tuottavat mieltä toiminnalleen ja elämälleen rakentamalla sosiaalista todellisuutta ja samalla he problematisoivat arkipäivän itsestäänselvyksiä (Kuure 1996, 14-118). Tutkimuksessani ollaan kiinnostuneita konstruktionistisesta identiteetistä, vuorovaikutuksessa ja tilanteissa rakentuvana konstruktiona. Identiteettien moninaisuus on tutkimuskohteena sellaisenaan ja identiteettejä tarkastellaan elämäkerrallisissa tarinoissa rakentuvina minäkonstruktiona. (Jokinen & Juhila & Suoninen 1993, 37-38.)

Postmoderni sosiaalinen konstruktionismi on kiinnostunut sosiaalisissa suhteissa tapahtuvasta sosiaalisen todellisuuden luomisesta ja ylläpitämisestä kertomusten kautta. Jokaisella ihmisellä on omat havaintonsa, tulkintansa ja jäsenyyksensä tapahtumista, eletyistä ja koetuista hetkistä. Jokainen kertoo omanlaisensa tarinan samasta asiasta, antaa oman äänensä ja liittyy yhdessä rakennettavaan todellisuuteen. (Heikinheimo & Tasola 2004, 52-54.) Jokainen myös kokee erilaiset tapahtumat, tilanteet ja kokemukset eri tavalla, tuottaa eri tavalla identiteettiään suhteessa niihin ja rakentaa ne eri tavalla osaksi omaa elämäkertansa. Sosiaalinen konstruktionismi antaa jokaiselle mahdollisuuden subjektiiviseen näkökulmaan ja omassa tutkimuksessani olen kiinnostunut juuri näistä jokaisen päihdeongelmaisen läheisen omista kokemuksista, elämäntarinoista ja identiteeteistä.

3.2 ...omaelämäkerta...

Ihminen käsittelee elämäänsä puhumalla sen tapahtumista muiden kanssa, jakamalla kokemuksia ja muistelemalla menneitä. Yksilö hakee muististaan tilanteisiin sopivia sattumuksia ja etsii yhteistä kosketuspintaa toisten ihmisten kanssa keskusteleksiä asioihin. Valitsemalla asiat, joita keskustelussa

toisten kanssa tuo esiin, yksilö näyttää tai peittää joitain puolia itsestään. Kunkin omasta persoonasta riippuu kuinka sosiaalinen tilanteissa on. Omasta elämästä, sen kokemuksista ja tiedoista koostuu aineisto, jota kukin käyttää halunsa mukaan. Sanalliseen ilmaisuun ei useinkaan kiinnitetä mitään erityistä huomiota, koska se on hyvin arkista. Mutta kun siirrytään kirjoitukseen, päiväkirjaan, kirjeeseen tai omaelämäkertaan, yksilö harkitsee enemmän. Kirjoitukseen yksilö harkitsee tietoisemmin asiansa, määrittää itseään suhteessa muihin ja minänsä eri puoliin sekä aikaan. Kirjoitusten sisältö muuttuu riippuen kenelle se on suunnattu ja kuka sitä lukee. (Uimonen, 2001, 82.)

Omaelämäkerroissa tulee esille se, miten ihmiset itse sanovat kokevansa elämänsä ilman mitään muiden tekemiä tulkintoja. Kirjoittaessaan omaelämäkertansa ihminen itse päättää, mitä kirjoittaa ja mitä paljastaa elämästään. Omaelämäkerran kirjoittaminen voi olla vapauttava kokemus, keino purkaa ja käydä läpi avoimesti omaa elämää salaamatta mitään. Kaikki eivät kuitenkaan pysty tähän, vaan osa ihmisistä kirjoittaa omaelämäkertaa varautuneesti ja pinnallisesti. (ks. esim. Eskola ja Suoranta 1998, 123; Roos 1988, 145.)

Vaikka omaelämäkerran kirjoittaja ei olekaan konkreettisesti vuorovaikutuksessa kertomuksen kerääjän kanssa tai yleisönsä kanssa, hän kirjoittaa kertomustaan jollekin kuulijalle, lukijalle. Samalla yksilö jäsentää itselleen omaa elämäänsä, käy läpi elämänsä kulkua, arvioi elämäänsä tämän hetken näkökulmasta. Kirjoittajan ja lukijan välille on tavoitteena muodostua ”omaelämäkerrallinen sopimus”, jonka avulla he kohtaavat toisensa ja lukija ymmärtää kirjoittajan sanoman. (ks. esim. Vilkkö 1997, 77; Roos 1988, 148.) Lukijan tulee ymmärtää elämäkertakirjoituksen konteksti ja historiallinen kytkeä. Kertomus on riippuvainen kirjoitushetkestä ja historiasta, ja se kertoo myös jotain yhteiskunnasta ja kulttuurista. Toisaalta omaelämäkertakirjoitukset ovat ensisijaisesti kertomuksia yksilön omista kokemuksista, omasta elämästä. Ne antavat tietoa sekä ihmisestä itsestään että ympäröivästä yhteisöstä. (ks. esim. Heikkinen & Syrjälä 2002, 21; Roos 1988, 147.)

Niin kuin Anni Vilkkonen (1997, 75) toteaa, jokaisella on elämäntarina ja jokainen osaa kertoa elämästään tavalla tai toisella. Elämäntarina muotoutuu opittujen tarinoiden mukaiseksi, se ottaa mallinsa ja muotonsa klassisista kansantarinoista ja opituista elämäkerran rakenteista. Tavallisten ihmisten elämäkertoille on kuitenkin tyypillistä sen lähentyminen kirjoitettuun puheeseen mieluummin kuin kirjakieliseen kertomiseen. Omaelämäkertakerromus on kirjoitettu loogisesti tapahtumien sarjaksi, sillä on juoni ja siitä löytyvät alku, keskikohta ja loppu. (ks. esim. Hänninen 1999, 20; Roos 1988, 146-149; Vilkkonen 1997, 75-76.)

Omaelämäkertoja voi tarkastella erilaisista perspektiiveistä. Voimme käsitellä elämäkerrat subjektiivisina kuvauksina elämästä, miten ihminen näkee oman elämänsä tapahtumat. Tällöin elämäkerta on hyvin altis kritiikille. Toiseksi voimme tarkastella omaelämäkertoja myös tarinoina, jolloin keskeistä on eletyn ja koetun kuvaaminen. Tällöin kirjoitukset eivät ole suora heijastus tapahtuneesta, vaan ne ovat elämäntapahtumista tehty konstruktio. (ks. esim. Vilkkonen 1997, 91-92; Lehtonen 1996, 117-122.)

Elämäkerrallisen lähestymistavan taustana on näkemys elämän ja identiteettien rakentumisesta tarinoina. Yhteistä eri tieteiden elämäkerralliselle tutkimukselle on kiinnostus yksittäisen ihmisen ainutkertaiseen tapaan kokea, ajatella ja toimia. Ihminen saa kokemuksia, jotka muodostavat elämäntarinnan ja kertoessaan elämästään yksilöt yhä uudelleen muotoilevat tarinaansa. (Clandinin & Connelly 1994, ref. Syrjälä 2001, 204.). Ihminen, koko hänen elämänsä ja hänen itsensä katsotaan rakentuvan tarinoiden kertomisen kautta. Ihminen, pohtiessaan omaa elämäänsä, kertoo itselleen ja muille eri tilanteissa erilaisia tarinoita, jotka puolestaan voivat avata uusia näkökulmia tai kätkeä entisiä. Samalla ihminen alkaa elää tarinansa mukaan. Ihmisen voidaan ajatella olevan oma kertomuksensa. (Ihanus, 1999, 81.) Ihmisellä on kyky pohtia ja reflektoida omaa elämäänsä. Sen avulla ihminen rakentaa minuitaan. Tarinoiden kertominen voikin toimia persoonallisen ja ammatillisen kasvun välineenä, mutta samalla se on myös tutkimusmetodi. (ks. esim. Syrjälä 2001, 204; Roos 1994, 12-14.)

Elämäkertomuksessa yksilö tulkitsee nykyisyyttään, hän tarkastelee elettyä elämäänsä ja konstruoi persoonallisen näkemyksen omasta identiteetistään. (Huotelin 1992, 69). Elämäkertomus kiinnittyy yksilön elämänaikana tapahtuneeseen, koettuun ja tulkittuun todellisuuteen, josta konstruoidaan erilaisia merkityksiä ja kerronnan keinoin ilmaistaan ajatuksia muille. Elämäkerrallinen jatkuvuus tuottaa tunnetta omasta minästä. Merkittävät kokemukset ja suuret, mieleenjääneet tunnetilat ovat niitä merkittäviä asioita, joista identiteetti ja elämäkerta muodostuvat, ja jotka valitaan kerrontatilanteessa tarinan sisällöksi. Nämä elämän positiivisiksi ja negatiivisiksi koetut tapahtumat korostuvat ylitse muiden ja tuottavat identiteetin tunteen. Jotkut näistä kokemuksista muotoutuvat merkittäviksi oppimis- ja /tai osaamiskokemuksiksi, jotka saattavat vaikuttaa yksilön identiteettiin sitä muuttavasti. (Huotelin 1992, 88)

3.3 ...ja identiteetti

Identiteetin käsitys on muuttunut ajan kuluessa ja tieteen kehittyessä. Identiteetistä puhutaan eri tieteenalojen ja lähestymistapojen mukaan hieman eri tavalla. Identiteetin käsite on myös muuttunut yhteiskunnan ja maailman muuttuessa ja erilaiset suuntaukset ovat tuoneet oman näkökulmansa täydentämään jo olemassa olevia käsityksiä identiteetistä. Esittelen tämän luvun aluksi muutamia tärkeimpiä identiteetin tutkimisen ja käsitteen kehittämisen pioneerien identiteettikäsitteitä. Luvun loppuosassa pohdin identiteetin, poikkeavuuden ja selviytymisen käsitteitä omassa tutkimuksessani ja kuvaan oman tutkimukseni identiteettikäsitteen rakentumista sekä tutkimukseni sijoittumista identiteetin tutkimuksen kentällä.

Identiteetin käsitteestä

Identiteetin käsitteen yksi uraauurtava kehittäjä on ollut E.H. Erikson. Hänen käsityksensä identiteetistä eli minuudesta merkitsee aikuisen ihmisen persoonallisuuden kokonaisuutta. Käsitykseensä identiteetistä persoonallisuuden kokonaisuutena Erikson laajentaa yksilön sisäisen tajunnan ilmiöt koskemaan myös ihmisen sosiaalista todellisuutta. (Rönholm 1999, 23.) Erikson kehitti psykososiaalisen kehitysteorian, jossa tarkastellaan ihmisen koko eliniän kestävää yksilöllistä kehitystä. Ihminen ja hänen identiteettinsä kehittyvät tiettyjen kehitysvaiheiden kautta ja eri vaiheissa kohtaamiensa kehityskriisien ratkaiseminen on olennaista ihmisen kehitykselle. Elämäkaaripsykologia näkee yksilön kehityksen jatkuvana ikäkaudesta toiseen. Eriksonin teoriassa yksilö joutuu ratkaisemaan eri ikäkausina erilaisia kehityskriisejä. Sekä biologiset syyt, esimerkiksi kypsyminen, että yhteiskunnan odotukset johtavat ihmisen ikäkaudellensa tyypillisen kehitystehtävän eteen. Juuttuminen johonkin kriisiin tai ratkaisun epäonnistuminen vaikeuttaa yksilön myöhempää kehitystä. Kehityskriisien ratkaiseminen merkitsee uusien taitojen kehittymistä ja samalla jokaisessa kehitysvaiheessa ihmiselle muodostuu uusi käsitys itsestään ja ympäröivästä maailmasta. Tasapainoinen psyykinen kehitys edellyttää, että kriisien ratkaisuissa yksilö kokee myönteisiä tunteita, vaikkakin myös negatiivisten tunteiden kokeminen tukee yksilöä selviytymään tulevista elämän haasteista. (Himberg ym. 1998, 27-29.)

Vygotski on toinen merkittävä identiteetin käsitteen rakentaja. Hän ymmärtää ihmistä samanaikaisesti biologian lakien alaisena ja eläinten kanssa samankaltaisena luonnonolentona ja näitä lakeja hallitsemaan kykenevänä ja muista eläimistä olennaisesti poikkeavana kulttuuriolentona. Hän pyrki myös käsittämään yksilön ja yhteisön välisen vastakkaisuuden. Vygotskin mielestä yksilön psyyke on lähtökohdiltaan sosiaalinen, se kehittyy vuorovaikutuksessa sosiaalisen ympäristön kanssa. Hän näki myös ihmisen ulkoisen toiminnan ja psyyken sisäisen maailman välisen suhteen niin, että sisäinen psyyke kehittyy ulkoisen toiminnan pohjalta, mutta samalla muuntuen. (Hänninen 2001,85.)

Meadin (1967) mukaan minällä on oma kehityshistoriansa. Se ei siis ole olemassa syntymässä, vaan rakentuu sosiaalisen kokemuksen ja toiminnan prosessissa eli se kehittyy tietyssä yksilössä tuloksena hänen suhteistaan tähän prosessiin kokonaisuutena ja toisiin yksilöihin tämän prosessin puitteissa. (ref. Kuusela 2001, 68.) Mead erottaa minässä (self) kaksi eri puolta. ”I” eli subjektiminä on minuuden spontaani ja aktiivinen osa, joka toimii nykyhetkessä. ”Me” eli objektiminä on puolestaan minuuden jo toteutunut puoli, jota ”I” voi tarkastella ja arvioida. Subjektiminä on siis tapa, jolla yksilö suhtautuu muiden asenteisiin ja odotuksiin, ja objektiminä taas kuvaa niitä toisten odotuksia, jotka yksilö on omaksunut. Mead näkee yksilön toiminnan kaksinaisesti organismin ja ympäristön välisenä suhteena, joka muotoutuu vuorovaikutuksessa. Toiset yksilöt sekä suhteet heihin ovat olennaisia yksilön minuuden rakentumiselle. (Mead 1967, 1977; ref. Kuusela 2001, 69.)

Meadin mukaan perhe on kaikkien sosiaalisten yhteisöjen alkuperä ja muut sosiaaliset muodot ovat laajentumia perheestä. Hän näkee ihmisyhteisöt erikoislaatuiseksi sosiaalisiksi todellisuuksiksi, joissa kieleen perustuvalla kommunikaatiolla on keskeinen merkitys sekä yksilökehitystä että yhteisön toimintaa ohjaavana seikkana. Tärkeä näkökulma Meadin yhteiskuntaa koskevassa tarkastelussa on hänen näkemykseensä yhteiskunnan ja yksilön suhteesta. Mead määrittelee sosiaaliset instituutiot luonteeltaan yleistyneiksi toisiksi. ”Yleistynyt toinen” tarkoittaa sitä, miten yksilö suuntautuu sosiaalista instituutiota tai ryhmää kohtaan. Yleistyneenä toisena instituution ajattelu- ja toimintatavat vaikuttavat sosiaalisesti yksilön toimintaan. Instituutiot mahdollistavat yksilön minuuden synnyn, joten ilman sosiaalista instituutiota kypsä yksilöllinen minuus tai persoonallisuus ei ole mahdollinen. Luova synteesi on Meadin ajattelun tärkein asia. Hän rakentaa näkemyksensä mielen, minän ja yhteiskunnan suhteesta omaksumalla vaikutteita eri suunnista ja rakentamalla niistä uuden kokonaisuuden. Meadin teoria on luova yhteenvedo mielen, minuuden ja yhteiskunnan ymmärtämisestä toisiinsa sidoksissa olevina asioina. (Kuusela 2001, 70-71.)

Stuart Hall pohtii identiteettiä minuuden rakentumisena poissa- ja läsnäolevissa kiistasuhteissa. Hänen mukaansa identiteetti rakentuu eron kautta ja kun alkaa elää eron politiikan kanssa. (Hall 1999, 13). Hall näkee identiteetin kulttuuriin, kieleen ja historiaan sijoittuvana (Hall 1999, 16). Hall pohtii modernien identiteettien murtumista ja muiden tutkijoiden ajatusten pohjalta pohtii rakenteellisen muutoksen muokkauksen ravisuttavan modernien yhteiskuntien muotoa 1900-luvun lopussa. Muutoksesta seuraa Hallin mukaan meille sosiaalisina yksilöinä aiemmin vankkoja asemia antaneiden luokan, sukupuolen, seksuaalisuuden, etnisyyden, rodun ja kansallisuuden kulttuuristen maisemien pirstoutumista. Muutos vaikuttaa myös henkilökohtaisiin identiteetteihin ja kyseenalaistaa yksilöiden aikaisemmat käsitykset itsestä yhtenäisenä subjektina. Tätä vakaan ”minätunnon” katoamista kuvataan toisinaan subjektin paikaltaan siirtymiseksi tai hajakeskittämiseksi. Se, että yksilöiden suhteet heidän vakiintuneisiin paikkoihinsa sosiaalisessa ja kulttuurisessa maailmassa että suhteessa omaan itseensä muuttuvat, merkitsee yksilölle identiteetikriisiä. (Hall 1999, 20.)

Hall erottaa kolme käsitystä identiteetistä: valistuksen subjektin, sosiologisen subjektin ja postmodernin subjektin. Valistuksen subjektilla oli elämänsä ajan yhtenäinen identiteetti, sisäinen ydin (Hall 1999, 21.) Sosiologinen subjektikäsitteily sai olemassaolonsa suhteessa ”merkityksellisiin toisiin”. Identiteetti muodostui siis minän ja yhteiskunnan välisessä vuorovaikutuksessa. Subjektin sisäinen ydin muotoutui yhteydessä kulttuuriin maailmoihin ja niiden tarjoamiin identiteetteihin. (Hall 1999, 22.) Hallin mukaan postmodernilla subjektilla ei ole kiinteää, olemuksellista tai pysyvää identiteettiä, vaan identiteetti määräytyy historiallisesti. Yksilö muodostaa itselleen erilaisia identiteettejä eri aikoina eikä yksilöllä ole identiteeteistä yhtenäistä kokonaisuutta. Ihminen elää postmodernien, ristiriitaisten ja tempoillevien identiteettien kanssa. (Hall 1999, 23.) Hallin käsitys identiteetistä rakentuu siis suhteessa johonkin muuhun, johonkin toiseen, ”todelliseen minään”, joka on sekä paikalla että poissa. Hänen mukaansa identiteetti muodostetaan siinä epävakaassa pisteessä, missä äänenlausumattomat subjektiviteettia koskevat tarinat tapaavat historian ja kulttuurin kertomukset. Se

kuka minä olen, muotoutuu suhteessa kokonaiseen joukkoon muita kertomuksia (Hall 1999, 11.)

Identiteetti tutkimuksessani

Edellä esiteltyt identiteettikäsitteet sekä eroavat toisistaan että täydentävät ja tukevat toisiaan. Erilaisuutta edustavat käsitteet identiteetin pysyvyydestä ja yhtenäisyydestä, sen sisältäpäin tai ulkoapäin ohjautuvuudesta sekä ajan ja kulttuurin vaikutuksesta siihen. Ääripäinä ovat biologisesti ohjautuva, pysyvä identiteetti ja identiteetti kulttuurin tuotteena, jatkuvasti muuttuvana. Esimerkiksi Eriksonin biologisen kypsymisen ja yhteiskunnan odotusten vuorovaikutus on enemmän yksilöstä ja biologiasta käsin suuntautuvaa ja identiteetti yhtenäinen kokonaisuus, kun sitä vastoin Hall näkee postmodernin identiteetin olevan moninainen ja liikkuvainen, ristiriitainenkin. Samankaltaisuutta on havaittavissa käsitteiden näkemyksissä, että toiset ja sosiaalinen vuorovaikutus ovat osaltaan vaikuttamassa identiteetin kehittymiseen. Hallin käsitteet korostavat sosiaalisen ja kulttuurisen kontekstin roolia enemmän, jopa identiteettiä kulttuurin tuotteena. Mead, Vygotsky ja Erikson painottavat kukin omalla tavallaan toisten ja sosiaalisen vuorovaikutuksen merkitystä suhteessa sisäiseen minään, sen kehitykseen ja rakentumiseen.

Konstruktionistisen lähestymistavan mukaan tutkimukseni identiteettikäsitteiden lähtökohtana on, että ihminen rakentaa, konstruoi, käsitteensä identiteetistään, merkityksellistää omaa elämäänsä ja identiteettiään. Identiteetin käsitys rakentuu siitä, miten yksilö käsittää itsensä suhteessa menneisyyteensä ja miten hän pyrkii suhteuttamaan itsensä tulevaisuuteen nähden. Riippuu hyvin monista tekijöistä, ja siitä mihin yksilö näistä kaikista keskittyy, mikä nousee etusijalle, mihin identifioituu. Tärkeitä ovat arvot ja normit, ne joita jaamme tai haluamme jakaa muiden kanssa. Identiteetti muodostuu siis vuorovaikutuksessa toisten kanssa, osana yhteiskuntaa ja kulttuuria. Identiteetin rakentamiseen vaikuttavat usein hyvin vastakkaiset arvot,

normit ja roolit ja selkeä identiteetti merkitsee valintojen tekemistä ja tasapainoa eri tekijöiden välillä. (ks. esim. Kroger 1989; Weeks 1990; ref. Rönholm 1999, 24.) Identiteetti on prosessi, jossa yksilö rakentaa kuvaa itsestään, siitä, mitä hän on, vuorovaikutuksessa erilaisten kontekstien kanssa. Identiteetin kehitys merkitsee minäkäsityksen muodostumista, sisäistymistä, ja useiden eri identiteettien järjestymistä, muuntuvuutta ja joustavuutta. (vrt. Rönholm 1999, 28-29; Virokannas 2002, 128.)

Tutkimukseni identiteetikäsitys näkee toiset ja ympäröivän kulttuurin tärkeänä osana identiteetin rakentumista. Kuten edellä esitetyissä identiteetikäsityksissä, Hallin, Meadin, Vygotskyn ja Eriksonin mukaan, identiteetin rakentumiselle nähdään tärkeänä myös ympäristö, vain eri tavoin merkityksellistettynä. Omassa tutkimuksessani näen, että elämme merkittävien toisten kanssa, ja muodostamme käsityksemme todellisuudesta ja itsestämme vuorovaikutuksessa sosiaalisen kanssa, toisten ihmisten ja kulttuurin, yhteiskuntamme kanssa. Tutkimuksessani ollaankin kiinnostuneita siitä, miten päihdeongelmaisten läheiset puhuvat itsestään, millaisia identiteettejä he konstruoivat kirjoituksissaan, elämänsä eri aikoihin ja konteksteihin liittyen. Tärkeää on myös huomioida, kuinka he puhuvat toisista, päihdeongelmaisesta ja hänen merkityksestä identiteetin rakentamiselle, samoin kuin myös muiden ihmisten ja yhteiskuntamme merkityksestä heidän identiteetille. Kiinnostavaa on nähdä postmodernien, erilaisten identiteettien rakentuminen elämäntarinoissa ja eläminen näiden identiteettien kanssa, millaisia merkityksiä erilaiset identiteetit saavat heidän elämässään.

Tutkimukseni tärkeitä käsitteitä identiteetistä puhuttaessa ovat poikkeavuus ja selviytyminen. Tutkimukseni on kiinnostunut juuri päihdeongelmaisten läheisten elämäntarinoiden ja identiteettien rakentumisesta poikkeavuuden sekä selviytymisen kokemusten ja merkityksellistämisen kautta. Ihmiset joutuvat punnitsemaan ja rakentamaan omaa identiteettiään suhteessa ympäristöön ja sen tuottamiin kategorioihin ja poikkeavuuteen. Tärkeää on, kuinka identiteettejä rakennetaan puheessa ja kuinka poikkeavuutta ja selviytymistä tuotetaan ja merkityksellistetään osana ihmisen elämäntarinaa.

Poikkeavuudesta kategorioihin

Yhteiskuntamme poikkeavina on perinteisesti pidetty fyysisesti erilaisia, sairaita, syntisiä, rikollisia ja vieraantuneita (ks. esim. Dinitz ym 1969; ref. Moberg 1984, 2; Kemppinen 1997, 7). Poikkeavuus on jotain normista, normaalista, poikkeavaa ja erilaista. Poikkeavuuteen liitetään muun muassa heikkoutta, osaamattomuutta, vääryyttä ja itsekkyyttä. Poikkeavuus voi olla sellaista, johon voi itse vaikuttaa tai johon ei voi vaikuttaa, johon itse on syyllinen tai syytön. Negatiivisesti poikkeavat ihmiset saavat yleensä osakseen kielteistä, varauksellista kohtelua. Heistä on olemassa erilaisia stereotypioita, joiden mukaan heitä kategorisoidaan, ja leimataan. Nämä suhtautumistavat tuottavat poikkeaville sosiaalista etäisyyttä normaaliin ja vaikeuttavat yhteisön keskuksessa olemista. (Moberg 1984, 3; Kemppinen 1997, 7; Juhila 2004, 21-22.) Poikkeavaa identiteettiä tuotetaan näin vahvasti sosiaalisessa kanssakäymisessä toisten kanssa ja osana yhteiskuntaa. Voidaan myös nähdä, että poikkeavat ihmiset itse tuottavat omaa poikkeavuuttaan, ovathan he osa samaa yhteiskuntaa ja samoja ajatusrakenteita.

Poikkeavuus määrittyy kategorisoinnin kautta. Kategorisointi on osa yhteiskunnallisten merkitysrakenteiden ja tilanteiden koordinoimista. Kategorisoinnin avulla ylläpidämme ja tuotamme sosiaalista ja moraalista järjestystä. (Juhila 2004, 21.) Saksin (1992; ref. Juhila 2004, 21-22) mukaan kategoriat ovat kulttuurista tietovarantoa, jonka avulla rakennamme käsitystämme yhteiskunnasta, itsestä ja toisista, normaaliudesta ja poikkeavuudesta. Kategorisoinnin avulla luokittelemme ja järjestelemme asioita ja ihmisiä. Juhila (2004, 22) korostaa kategorisoinnin kontekstuaalisuutta eli sen liittymistä historiallis-paikallisiin yhteyksiin. Tiettyjen ihmisten ja/tai kulttuurien piirissä ollaan tietoisia omista kategorioista, normaalista ja poikkeavasta, ja ulkopuolisen voi olla niitä vaikea ymmärtää ja toimia niiden mukaan. Omassa kulttuurissamme olemme tietoisia kategorioistamme ja kategorisointien avulla määrittelemme sekä toisia että itsemme ja osamme ja suhteemme kokonaisuudessa.

Normit ohjaavat sitä, mikä yhteiskunnassamme on hyvää ja hyväksyttyä. Normaalista, yleisesti hyväksytyistä arvoista ja normeista poikkeaminen tuottaa yleensä kielteisen reaktion ja normaalista poikkeavat jaetaan erilaisiin kategorioihin. (Moberg 1984, 2; Hall 1999, 139-222; Burr 2004, 87-112.) Suomalaisessa yhteiskunnassa on omat tapansa ja sääntönä, kuinka asioita ja ihmisiä kategorisoidaan. Päihdeongelman ja päihdeongelmaisen ihmisen määrittelemisen poikkeavaksi vaikuttaa myös koko perheeseen. Puhumme päihdeperheistä tai alkoholiperheistä, määritämme yhden ihmisen ongelman koko perheen ongelmaksi ja koko perhe kategorisoituu. Juhilan (2004, 23) mukaan kategoriat tuottavat ihmisille sosiaalisia identiteettejä. Jokainen on myös itse osana yhteiskuntaa tuottamassa niin itselleen kuin muille kategorioiden kautta identiteettejä, leimaamassa ihmistä tietyn kategorian mukaan. Leimattu identiteetti syntyy usein stereotypian kautta, se on eronteon avulla määritelty. Ihmisiä verrataan etuoikeutettuun, normaalin kategoriaan ja tähän suhteutetaan toiset kategoriat. Vertaaminen normaaliin tuottaa toisille poikkeavuutta ja kategoriaan luokiteltu ihminen leimautuu identiteetiltään, hänet määritellään vajavaiseksi tai erilaiseksi, poikkeavaksi. (Hall 1999, 139-222; Burr 2004, 87-112.)

Leimattua identiteettiä ja poikkeavuutta tuotetaan, muotoillaan ja ylläpidetään ongelmapuheen avulla. Ihmisiä määritellään tiettyjen ongelmakategorioiden mukaan ja jotkut ihmiset identifioituvat joihinkin ongelmakategorioihin. Muun muassa päihdeongelmiin liitetään useita muitakin kategorioita ja ongelmia, kuten työkyvyttömyys, asumiskyvyn puutteet ja sosiaalisten suhteiden ongelmat. (vrt. Suoninen 1993, 61; Karjalainen & Saunamäki 1997, 184.) Ongelmapuheen kautta ihmiset tietoisesti tai tiedostamattaan ylläpitävät kategorioita ja suuntautuvat poikkeavuuden vahvistamiseen ja usein myös leimaamiseen.

Identiteetin leimautuminen erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa voi rajoittaa yksilön identiteetin rakentamista ja Kirsi Juhila (2004, 28) kutsuukin näitä tilanteita ”identiteettivankiloiksi”. Juhila toteaa, että identiteettiä voi rakentaa näissä tilanteissa vain alistumalla ulkoisiin määrittelyihin tai asettumalla niihin nähden poleemiseen suhteeseen, tuottamalla vastapuhetta. Alistumi-

nen merkitsee poikkeavuuteen identifioitumista, kun sitä vastoin vastapuhe kyseenalaistaa vallitsevat kategoriat ja tuottaa erilaista identiteettiä. (Juhila 2004, 28-29.) Tutkimuksenikin taustalla olevan sosiaalisen konstruktionismin ajatusten mukaan ihmisellä on mahdollisuus ottaa poikkeavuus suhtautumisena, paikkana, josta reflektoida yhteiskuntaa, sosiaalista järjestystä ja kategorioita ja tuottaa itselleen uutta identiteettiä.

Tavoitteena selviytyminen

Poikkeavuudesta, vaikeista elämäntilanteista ja identiteetin alistumisesta voi selviytyä erilaisin tavoin. Kategorioiden kyseenalaistaminen vastapuheen avulla on kategorian ja samalla oman identiteetin uudelleen muokkaamista, pyrkimystä muuttaa vallitsevia käsityksiä ja stereotyyppioita. Ihminen ei alistu leimautumisen alle, vaan hänen oma käsityksensä itsestä haastaa stereotyyppisen identiteetin ja mallitarinan. (ks. Hänninen 1999; Juhila 2003). Vastapuhe ja sen avulla uuden identiteetin rakentaminen, selviytyminen, ovat mahdollisia, kun ihminen ymmärtää olevansa oman elämänsä muovaja. Rajojensa puitteissa ihminen kykenee ympäristönsä ja itsensä muokkamiseen ja selviytymiskeinojensa löytämiseen. (Ikonen 2000, 14.)

Selviytyminen tarkoittaa usein ihmisen henkilökohtaista kokemusta ja tuntemusta omasta jaksamisestaan ja pärjäämisestään. Selviytyminen liittyy elämän erilaisiin kriiseihin, stressiin ja tilanteisiin, joissa yksilön fyysinen olemassaolo, identiteetti ja perustarpeet ovat uhattuina. Selviytymättömyys näissä tilanteissa voi aiheuttaa masennusta, väsymistä, lamaantumista ja pysähtymistä. (Ikonen 2000, 13.) Selviytymättömyys voi merkitä elämässä myös poikkeavuuden hallintaa, sen esilletuloa ja sopeutumisvaikeuksia. Selviytymättömyyden prosessi voi aiheuttaa tärkeistä asioista, ihmisistä ja omista puolistaan luopumista. Luopuminen merkityksellisistä, voimia ja jatkuvuutta antavista asioista voi tarkoittaa yksilön elämän mielekkyyden vähenemistä, uupumista ja loppuun palamista. (Ikonen 2000, 14.)

Selviytyminen on usein nähty tietyn ongelman, tässä tutkimuksessa läheisen päihdeidenkäytön ja sen tuottamien ongelmien, hallintakykynä ja -keinoina. Selviytyminen merkitsee silloin tilanteisiin liittyvien ahdistavien tunteiden ja vaatimusten lievittymistä. (Ikonen 2000, 30.) Useat eri tutkijat ovat esitelleet erilaisia selviytymis- ja coping-malleja (ks. esim. Orford 1998; Lazarus 1980; ref. Ikonen 2000, 30-31; Spaniol & Jung 1987; ref. Itäpuisto 2003, 47). Yhteistä mallien selviytymisstrategioille on niiden jakaminen liittymään kognitiivisiin, emotionaalisiin, ongelmaorientoituneisiin ja fyysisiin keinoihin. Ihminen voi käyttää erilaisia selviytymiskeinoja eri tilanteissa ja vaihdella strategioitaan. Tärkeää selviytymisessä on yksilön aktiivisuus.

Selviytyminen voidaan nähdä myös prosessina, mikä merkitsee yksilölle itsensä kohtaamista. Itsensä tarkastelun, tutkiskelun ja uudelleen konstruoinnin kautta yksilön käsitys itsestä ja identiteetistään voivat selkiytyä. (Ikonen 2000, 38). Selviytyminen on kuitenkin jatkuva prosessi, joka on käynnissä koko ajan (Itäpuisto 2001, 128). Selviytyminen antaa elämään sisältöä ja merkitystä. Ihmisellä on pohjimmiltaan halu elää ja suuntautua tulevaisuuteen. Sekä menneisyyden ja nykyisyyden hyväksyminen ja määrittelemineen osana elämäntarinaansa että tulevaisuuteen suuntautuminen ovat selviytymisen ominaisuuksia, ja niiden avulla ihminen rakentaa omaa elämäntarinaansa, selviytyvää, positiivista identiteettiään. (vrt. Ikonen 2000,14, 42-44; Tamminen 2000, 94.)

Keinona selviytymisen rakentamisessa diskursseina ovat ongelmapuhe ja voimavarapuhe. Ongelmapuheessa kategorisoidaan, muotoillaan ja tulkitaan ongelmaa, ja samalla luodaan vertailupohja voimavarapuheelle. Voimavarapuheessa ideoidaan, pohditaan ja suunnitellaan, miten ongelmasta selvitään ja muutosta voidaan saada aikaan. (vrt. Vanhala 2002.) Anni Vanhala (2002) on käyttänyt ongelma- ja voimavarapuhetta tarkastellessaan suojakotityön käytäntöjä ja ammattilaisten puhetta, mutta näen näiden merkityksen myös identiteetin konstruoinnin mahdollisuuksina. Voimavarapuhe on jokaisen ihmisen resurssi, keino, luoda itselleen, ja mahdollisesti myös toisille, mahdollisuuksia toimia toisin ja saavuttaa muutosta elämään.

Muuttuminen on tärkeä osa pitkäaikaista selviytymisprosessia ja todellista identiteetin uudelleen rakentamista. Muutokseen tarvitaan valintoja ja päätöksiä. Muutos on mahdollinen, kun ihminen on siihen halukas ja valmis. Sitoutuminen muutokseen ja sen merkityksen sisäistäminen antavat vahvuutta toteuttaa muutosta elämässä. Ihminen tarvitseekin fyysisiä, kognitiivisia, emotionaalisia, sosiaalisia ja hengellisiä voimavaroja muutosprosessin toteuttamisessa. (Ikonen 2000, 72-74.) Muutos elämässä tarkoittaa uusien elämäntaitojen omaksumista, uuden identiteetin rakentamista ja elämäntarinan muokkaamista.

Muuttuminen merkitsee uudenlaista suhdetta ja merkitysten rakentamista toimintaan, ympäristöön, elämäntaakkaan ja Jumalaan. Ensinnäkin ihmisen muutokseen vaikuttavat hänen toimintansa, tekemisensä ja osallistumisensa tarkoitus, määrä ja laatu. Sekä fyysinen, kognitiivinen, emotionaalinen, sosiaalinen että hengellinen toiminta voivat tukea selviytymisessä ja muutoksessa. Toiseksi ihmisen identiteetti rakentuu vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa, joten muutoksessa on merkittävää huomioida erilaiset ympäristötekijät ja sosiaaliset suhteet. Kolmas tärkeä osa muutosta on oman menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden tarkasteleminen ja suhteuttaminen. Elämäntaakan ja oman elämäntarinan hahmottaminen auttaa elämänsä ymmärtämistä ja uuden identiteetin rakentamista. Suhde Jumalaan ja Kristinuskoon on monelle muutoksessa tärkeää, ja usko antaa monelle toivon muutoksesta, hyväksymisestä ja rakkaudesta. (vrt. Ikonen 2000, 72; Antonovsky 1979, 1987.)

Selviytyminen ja muutos antavat uskoa tulevaisuuteen ja mahdollisuuden ylläpitää positiivista identiteettiä. Poikkeavuudesta ja kategorioihin sijoittamisesta huolimatta yksilöllä on mahdollisuuksia puhua kategorioita ja poikkeavuutta vastaan ja nostaa esiin positiivisia puolia itsestään, muuttaa kuvaa kategorioista ja poikkeavuudesta. Tärkeää pysyvän ja tarkoituksellisen selviytymisen ja muutoksen aikaansaamisessa on aktiivisuus. Aktiivisella toiminnalla ihminen voi muuttaa omaa suhtautumista itseensä ja toisiin ja muuttaa ympäristöään positiivista identiteettikuvaa tukevaksi. Näiden avulla

ihminen voi tuottaa itselleen selviytymistarinaa ja vaikuttaa oman identiteettinsä rakentumiseen.

4 KIRJOITUSTEN TYÖSTÄMINEN: TUTKIMUSKYSYMYKSET JA TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tämän luvun tarkoituksena on esitellä tarkemmin tutkimukseni toteutus. Ensimmäiseksi esittelen tutkimukseni tarkoitusta ja siihen liittyen tutkimuskysymykset. Toiseksi kuvaan tutkimusaineistoni, sen hankinnan ja koostumuksen ja lopuksi tarkastelen aineiston analysointia.

4.1 Tutkimuskysymykset

Tutkimukseni tarkoituksena on selvittää päihdeongelmaisten läheisten omaelämäkertakirjoitusten avulla heidän elämäänsä. Kiinnostavaa on, millaisia tarinoita päihdeongelmaisten läheisten omaelämäkertakirjoitukset sisältävät ja muodostavat. Kirjoitusten avulla saadun tiedon perusteella hahmotan sitä, miten päihdeongelmaisten läheiset kertovat omaelämäkerrassaan itsestään, identiteetistään, miten he konstruoivat minän tarinoissaan. Tarkastelen myös sosiaalisen olemassaoloa tarinoissa, miten toisia kuvataan ja millaisia erontekoja päihdeongelmaisten läheiset tekevät suhteessa toisiin sekä miten tutkittavat tuottavat suhdettaan normaaliin elämään. Keskeisiä käsitteitä tutkimuksessani ovat identiteetti, poikkeavuus ja selviytyminen. Käsitteiden avulla tarkastelen tutkimuskysymyksiäni ja liitän analyysin keskusteluun näistä aiheista sekä päihdeongelmaisten läheisiä koskevaan tutkimuskenttään.

Tutkimuskysymykset:

- Millaisia ovat päihderiippuvaisten läheisten elämäntarinat?
- Millaisia identiteettejä tutkittavat rakentavat itselleen elämäntarinoissaan?
- Miten tutkittavat kuvaavat läheisensä päihdeongelman merkitystä elämälleen ja identiteetilleen?
- Miten päihdeongelmaisten läheiset kertovat selviytymisestään?

4.2 Tutkimusaineisto

Tutkimukseni empiirinen aineisto koostuu päihdeongelmaisten läheisten omaelämäkertakirjoituksista. Tutkimusjoukko koostuu eripuolella Suomea Al-Anon -ryhmissä käyvistä sekä päihdetyön järjestökentällä toimivista päihdeongelmaisten läheisistä, jotka ovat vapaaehtoisesti osallistuneet tutkimukseeni kirjoittamalla omasta elämästään. Aineiston hankinta tapahtui alkuvuodesta 2006 sähköposti-ilmoituksella (liite 1), jonka toimitin Al-Anon yhdyshenkilölle, joka levitti ilmoitusta ryhmiin. Samoin lähetin sähköpostitse ilmoituksen aineiston keruusta päihdetyön järjestökentän eri toimijoille. Myös tuttavien kautta levisi tietoa aineistonkeruusta ja haastetta kirjoittaa elämästään päihdeongelmaisen läheisenä.

Kaiken kaikkiaan sain 15 sähköpostitse tai kirjeitse lähetettyä vastausta, elämäkertaa. Vastaajat olivat kaikki naisia, iältään 37 - 63-vuotiaita. Heidän kokemuksensa päihdeongelmaisen lähellä elämisestä oli tapahtunut sekä lapsena että aikuisena, lapsena, puolisona tai äitinä. Lasten tarinoita oli 4, äitien tarinoita oli 3 ja puolisoitten tarinoita selkeästi eniten eli 10. Kolmella naisella oli kokemusta sekä päihdeongelmaisen lapsena että puolisona elämisestä. Omaelämäkerralliset tarinat olivat pituudeltaan sivusta kahteenkymmeneen sivuun, koneella tai käsin kirjoitettua tekstiä.

Omaelämäkertakirjoituksen valinta aineistonkeruumenetelmäksi perustuu siihen, että kiinnostuin siitä lukiessani omaelämäkertatutkimuksia. Huomasin, että menetelmän käyttö voi antaa mahdollisuuden laajempaan tarinoiden keräämiseen myös päihdeongelmaisten läheisiltä, jotka ovat tutkimukseni kohderyhmä. Kirjoittaminen vähentää tutkijan vaikutusta aineistoon verrattuna haastatteluun, ja halusin kokeilla menetelmän toimivuutta kohderyhmässä. Omaelämäkerta antaa mahdollisuuden tutkimuksen aineistokeskeisyydelle ja kirjoittajien välittymiseen analyysiin (Hyvärinen & al 1998, 17). Näin tutkimusjoukon ääni saadaan paremmin kuuluviin.

Uskon kirjoitusten auttavan kohderyhmää oman elämänsä jäsentämisessä ja selviytymisessä. Toisaalta Al-Anon -ryhmässä käyvistä monet ovat tottuneet

omasta elämästä kertomiseen ja näin kirjoituksen tekeminen voi olla helpoakin. Toisaalta monilla päihdeongelmaisten läheisillä voi olla vaikeuksia ryhtyä kirjoittamaan, koska asiat ovat kipeitä ja elämänsä julkituominen voi tuntua vaikealta. Kuitenkin monet muun muassa Al-Anon –ryhmissä käyvät kokevat tärkeäksi oman elämän työstämisen osana toipumistaan. Monet päihdeongelmaisten läheiset haluavat myöskin olla auttamassa toisia läheisiä selviytymään, mikä voi innostaa osallistumaan tutkimukseen ja kirjoittamaan.

4.3 Aineiston analyysi

Koko aineiston saamisen jälkeen aineiston analyysi alkoi tekstien lukemisella ja päihdeongelmaisten läheisten elämäkerrallisiin tarinoihin tutustumalla. Aineistoon perehtymisen jälkeen ryhmittelin tekstejä kirjoittajan iän ja päihdeongelmaiseen läheiseen liittyvän suhteen perusteella (vrt. Vilkkonen 1997, 100-101). Tämä auttoi järjestämään tekstit niiden tutkimista helpottavaan, loogiseen ja toisiinsa liittyvään järjestykseen, nuoremmista vanhempiin, päihdeongelmaisten lasten tarinoista puolisoitten tarinoiden kautta vanhempien tarinoihin. Käsitteelin aineistoa antamalla jokaiselle tekstille tunnistetiedot, jotka auttoivat analyysien tekemisessä. Jokainen teksti sai oman numeron juoksevien numeroiden sarjassa (1-15) ja sen lisäksi tunnisteesta käy ilmi, onko kyseessä päihdeongelmaisen läheisenä lapsuudessa (L), puolisona (P) vai vanhempana (V) eläneen tarinasta.

Luin tekstejä läpi useaan kertaan oppiakseni tuntemaan aineiston ja saadakseni siitä hyvän käsityksen. Halusin oppia tuntemaan jokaisen läheisen oman tarinan sekä hahmottaa teksteistä kokonaiskuvaa. Tekstien lukemisen ja tuntemisen myötä tarinoista alkoi nousta esiin erilaisia ja samanlaisia asioita, tarinoita, teemoja, tyyppejä ja diskursseja. Näiden erilaisten analyysi-strategioiden mukaan aloin käymään aineistoa läpi, tarkastelemaan niitä yhteydessä teoriataustaan ja kiinnittäen huomiota kirjoittajien äänen kunnioittamiseen.

Tekstejä tutkiessani tarkastelin sitä, mitä tutkittavat ovat halunneet itse sanoa ja millainen sisältö tarinoissa on. Tämä korostaa nimenomaan päihdeongelmaisten läheisten omaa ääntä ja heidän omaa näkemystään elämästään. Pyrin löytämään ja erottelemaan teksteistä tutkimuksen kannalta olennaiset ja mielenkiintoiset aiheet, teemat. Teemoittelu kulki analysoinnissa mukana tekstien lukemisesta vastausten kokoamiseen. (Eskola & Suoranta 1998, 174-180.) Keskeisiksi teemoiksi tutkimuksessani muodostuivat poikkeavuus ja selviytyminen, joita lähdin tarinoiden tyypittelyn ja erilaisten diskurssien avulla avaamaan.

Tyypittelin tarinoita ja kokosin niistä perustarinoita sen mukaan, millaiseksi aineisto osoittautui. Teemoittelu siis jatkui ja loi pohjan tyypittelylle (vrt. Eskola & Suoranta 1998, 181-182.). Analyysin tuloksena syntyi useiden samaan tyyppiin sijoittuvien ihmisten kertomuksista tyyppikompositioita eli esimerkkitarinoita, joiden avulla asioiden esittäminen on hyvin kuvaavaa. Tämän ratkaisun etuna on tutkimukseen osallistuvien tunnistettavuuden väheneminen ja haittana esimerkkitapausten keinotekoisuus. (Hänninen 1999, 33.) Aineistosta erottui selkeästi omiksi tyypeikseen erilaiset suhteet päihdeongelmaiseen. Näin syntyi lapsen, puolison ja vanhemman esimerkkitarinat. Vaikka kaikki tarinat ovat selviytymistarinoita, erottautui eri suhteiden kautta erilaisia kokemuksia ja tarinoita päihdeongelmaisen läheisenä elämästä. Aineiston analyysiosassa esittelenkin ensin esimerkkitarinoiden kautta erilaisessa suhteessa päihdeongelmaiseen eläneiden tarinat. Näin lukija pääsee sisään päihdeongelmaisen läheisen elämään ja voi ymmärtää omaelämäkertojen, tutkimuksen aineiston, kontekstin. Tämä helpottaa jatkoanalyysin seuraamista, jossa eritellään eri teemojen ja diskurssien avulla läheisten identiteettejä eri elämänvaiheissa.

Omaelämäkerrallisten tarinoiden tutkimisessa ja tyypittelyssä olen käyttänyt hyväkseni narratiivista, omaelämäkertoihin sopivaa tarinoiden analysointia. Olen tarkastellut päihdeongelmaisten läheisten kirjoituksia tarinoina, luke-
nut niitä tarinoina ja muodostanut niistä tarinoita. Olen pohtinut, millaisia tarinoita päihdeongelmaisten läheiset ovat kirjoittaneet. Anni Vilkkonen (1997, 91-92) on kuvannut omaelämäkertaansa omana diskurssilajina, eletyn elämän

kuvana, jonka ihminen konstruoi elämäntilanteensa mukaan. Tästä syystä omaelämäkertojen tutkimiseen sopii hyvin analyysimetodiksi myös diskurssianalyysi, joka on avannut laajasti mahdollisuuksia aineistoni käsittelylle. Lisäksi diskurssianalyysi sopi hyvin identiteettien tarkasteluun tutkimuksessani. Diskurssianalyysin avulla olen tarkastellut päihdeongelman, identiteettien, poikkeavuuden sekä selviytymisen rakentamista ja rakentumista puheessa, omaelämäkerrallisissa kirjoituksissa. (ks esim. Jokinen & al 1993, 37-40; Jokinen & al 2000, 28-29; Jokinen & al 2006,68).

Keskeisten teemojen, poikkeavuuden ja selviytymisen, löytymisen jälkeen analyysi näistä aiheista jatkui pienempien havaintoyksikköjen tarkastelulla. Kirjoitetuista omaelämäkertoista on löytynyt osioita, lauseita ja sanoja, joissa on rakennettu erilaista kuvaa itsestä ja toisista, poikkeavuudesta ja selviytymisestä. Lähempi diskurssien tarkastelu on saanut aineistosta esiin kirjoittajien tuottamia kategorisointeja ja vastapuhetta, ongelmapuhetta ja voimavarapuhetta, joiden avulla identiteettejä on rakennettu. Olen kerännyt teksteistä näihin eri diskursseihin liittyviä otteita ja niiden analysoimisella saanut koottua päihdeongelmaisten läheisten tarinoista erilaisia identiteettejä. Diskurssien työstäminen on syventänyt aineiston käsittelyä. Kaiken kaikkiaan analyysini identiteeteistä seuraa tarinoiden juonta, tuottaa tarinaa ja identiteettejä ajalta päihdeperheessä ja selviytymisen vaiheissa.

Diskurssien tutkimisessa on kiinnostavaa, mitä ihmiset sanovat identiteeteistään sekä miten he konstruoivat identiteettinsä tarinoissaan. Kategorisointi, vastapuhe, ongelmapuhe ja voimavarapuhe ovat keinoja identiteettien rakentamisen tarkastelussa. Tarkastelin kategorisoinnin avulla kuinka läheiset puhuivat poikkeavuudesta, päihdeongelmasta ja päihdeperheestä, ja kuinka he kategorisoivat itsensä näihin sisään. Kategorian sisään itsensä puhuttuaan pääsin tutkimaan, mitä he sanovat poikkeavasta identiteetistään. Toiseksi tutkin vastapuhetta, jonka avulla halutaan erottautua kategorioista, kyseenalaistaa niitä ja neuvotella niistä. Tarkastelin vastapuhetta osana sekä poikkeavuudesta että selviytymisestä puhumista, eli kuinka poikkeavuutta ja siihen identifioitumista vastustetaan ja halutaan tuoda esiin omaa eroavaisuutta ja myös selviytymistä tähän nähden. Sekä kategorisoinnin että vastapuheen

analysoimisessa kiinnitin huomiota erontekoihin. Puhuessaan itsensä osaksi kategoriaa ihmiset erottavat itsensä normaalista ja näkevät itsensä osana kategoriaa, kun taas vastapuheessa halutaan erottautua kategoriasta, nähdä it- sessä jotain muuta kuin kategorian antama stereotypinen identiteetti.

Ongelmapuheen ja voimavarapuheen hyödyntäminen analyysissa kulki yhdessä kategorisoinnin ja vastapuheen kanssa. Nämä liittyvät myös tutkimuk- seni tärkeisiin teemoihin eli poikkeavuuteen ja selviytymiseen. Ongelmapu- heessa määritellään ongelmia, annetaan selkeitä syitä kategorioihin kuulu- miselle ja poikkeavan identiteetin rakentumiselle. Ongelmapuheen kautta annetaan sisältöä kategorioihin, perustellaan ja jäsennetään poikkeavuutta, kerrotaan mitä se on minun kohdallani. Vastakohtana ongelmapuheelle on voimavarapuhe, joka kääntää katseen läheisen selviytymiseen, keinoihin pärjätä ja onnistua. Voimavarapuheen kautta osoitetaan muutosta ongelma- puheeseen nähden, suunnataan myönteisesti tulevaisuuteen ja mahdollisuuksii- siin. Voimavarapuheen avulla läheiset esittävät itsensä uudessa valossa, uu- siin, positiivisiin kategorioihin itsensä sijoittamalla ja uutta positiivista iden- titeettiä rakentamalla.

Tutkimukseni aineisto koostuu päihdeongelmaisten läheisten elämäkerralli- sista tarinoista, jotka ovat todella elämänmakuisia. Tarinat ovat hyvin avoi- mia ja niissä kerrotaan eletystä elämästä todentuntuisesti, ilman metaforia tai kielikuvia, todellista elämää kuvaten. Aineisto on näin hyvin herkkää ja sensitiivistä. Analysointini ja tutkimusten tulosten kirjoittamisen tärkein teh- tävä on ollutkin muistaa ja huolehtia omaelämäkertakirjoittajien suoja- ja sa- lassapitokysymyksistä. Olen jo aineistonkeruuvaiheessa ilmoittanut tutki- musjoukolle, että he saavat kirjoittaa nimettöminä ja voivat kirjoitukseensa muuttaa tunnistettavia tietoja, kuten nimiä ja paikkakuntia. Olen myös tie- dottanut siitä, että huomioin salassapitokysymykset ja muutan tunnistetieto- ja tutkimusta julkaistessani. Aineisto ja tutkimuksen tekeminen ovat anta- neet minulle paljon, ja toivon, että pystyn työlläni antamaan myös tutkimuk- seni aineiston elämäkertojen kirjoittajille sekä lukijoille elämänmakuisia ajatuksia.

5 IDENTITEETTI PÄIHDEONGELMAISTEN LÄHEISTEN ELÄMÄKERRALLISISSA NARRATIIVEISSA

Monikaan meistä ei tiedä, millaista todellisuudessa on elämä päihdeongelmaisen rinnalla. Ne, joilla taas on kokemuksia siitä, kaipaavat usein toisten, kaltaistensa tarinoita, joihin peilata omaansa ja joiden kautta saada tukea omaan elämäänsä. Tässä luvussa johdattelen päihdeongelmaisten läheisten maailmaan analysoiden tutkimusaineistoani ja kirjoittaen kertomusta päihdeongelmaisten läheisten elämästä. Esitän otteita päihdeongelmaisten läheisten omaelämäkertakirjoituksista, mikä antaa syvyyttä ja vertailupohjaa ajattelulle ja ymmärtämiselle.

Erilaiset ja toisaalta samanlaiset tarinat saavat tilaa ensimmäisessä osiossa. Kiinnostavaa on tarkastella, miten vapaasti kirjoitetut omaelämäkerrat muotoutuvat samantyyppisiksi ja toisaalta erottuvat toisistaan. Tyypittelyn kautta luodut tarinat kertovat erilaisesta suhteesta ja elämästä päihdeongelmaisen läheisenä. Toisessa osassa tarkastelen päihdeongelmaa ja identiteettiä päihdeongelmaisten läheisten elämässä. Analysoin päihdeongelman ja sen tuoman poikkeavuuden rakentumista tarinoissa ja osana läheisten identiteettiä ongelmapuheen ja kategorisoinnin avulla. Tarkastelen myös sitä, millaisia identiteettejä ongelmapuheessa ja kategorisoinnin kautta läheisille tarinoissa muodostuu.

Kolmannessa osassa tarkastelu suuntautuu poikkeavuudesta leimautumiseen ja eristäytymiseen, vielä tiiviimmin kategorisointiin ja lisäksi vastapuheeseen. Analysoin sitä, miten tutkittavat tuottavat suhdettaan normaaliin elämään, millaisia kategorisointeja ja erontekoja he tekevät ja kuinka he käyttävät vastapuhetta pohtiessaan poikkeavaa ja leimattua identiteettiä. Neljännessä osiossa tarkasteltavana on selviytyminen. Ensinnäkin tarkastelen päihdeongelmaisten läheisten selviytymistä päihdeperheessä ja toiseksi, kuinka päihdeongelmaisten läheiset muodostavat uutta identiteettiä elämänsä muuttuessa, irtautuessa päihdeongelmaisesta tai muuttaessaan asennetaan ja suhtautumistaan päihdeongelmaiseen. Analysoinnin välineenä toimi-

vat vastapuhe sekä voimavarapuhe, joiden avulla rakentuu kuva läheisten uusista, positiivisista identiteeteistä.

5.1 Erilaiset, samanlaiset tarinat

Päihdeongelmaisten läheisten omaelämäkerralliset tarinat muodostuvat hyvin samanlaisiksi ja kuitenkin myös erilaisiksi. Samankaltaisuutta tarinoissa edustavat kokemukset päihdeongelmaisesta miehestä, isästä, puolisoista tai pojasta, sekä monet tuntemukset, joita päihdeongelma läheisissä on herättänyt. Tarinoiden muoto on myös hyvin samanlainen, kerrotaan päihdeongelman pahenemisesta, päihdeongelmaisen toiminnasta ja sen vaikutuksesta perheelle ja itselle sekä kerrotaan perheen ja omasta toiminnasta päihdeongelmaisen kanssa. Kaikkien kirjoittajien tarinat rakentuvat selviytymistarinoiksi, joiden lopussa päästään läheisen elämää helpottaviin ratkaisuihin ja tilanteisiin, ja merkittävää on myönteinen suhtautuminen tulevaisuuteen.

Erilaisuutta tarinoissa edustaa näkökulma ja suhde, josta kirjoittaja lähestyy päihdeongelmaisen läheisenä olemista. Kirjoituksissa on päihdeongelmaisista vanhemmista/vanhemmasta kärsineiden lasten tarinoita, päihdeongelmaisten puolisoitten tarinoita sekä vanhempien tarinoita. Näiden eri kirjoittajien tarinoissa ilmenee samankaltaisia tuntemuksia, mutta myös hyvin erilaisia kokemuksia. Lasten tarinoissa merkittävää on heitteille jääminen. Lasten tarinoissa kerrotaan, kuinka hyvin nuorena heidät on jätetty yksin ja heidän on pitänyt selviytyä itsenäisesti. Puolisoiden tarinoissa omaleimaista ovat syyllisyyden tunteet sekä vastuu ja velvollisuus päihdeongelmaisesta kumppanista ja perheestä. Naiset kokevat olevansa osasyllisiä miehensä juomiseen ja myös olevansa vastuussa tästä ja koko perheen hyvinvoinnista. Vanhempien tarinat kertovat hädästä ja huolesta, jota vain vanhempi voi lastaan kohtaan tuntea. Vanhemmat ovat valmiita tekemään mitä tahansa saadakseen lapsensa ongelmat poistettua.

Kuvaan lapsen, puolison ja vanhemman tarinan kautta näille näkökulmille ja suhteille tyypillisiä kokemuksia elämästä päihdeongelmaisen läheisenä. Ta-

rinoissa korostuu lapsen, puolison ja vanhemman tarinan erilaisuus suhteessa toistensa tarinoihin ja kokemuksiin. Myöhemmissä luvuissa identiteettien kautta tuon esille samanlaisuutta ja päihdeongelmaisten läheisille ominaista identiteetin rakentamista ja siihen vaikuttavia tekijöitä, kokemuksia.

Heitteille jäänyt lapsi

Lasten heitteille jääminen ja selviytyminen omin päin korostuvat lasten tarinoissa. Lasten tarinoissa kerrotaan, kuinka he ovat jääneet yksin kotiin jo hyvin pieninä, kun vanhemmat tai vanhempi on lähtenyt juomisreissuille. Lasten on pitänyt etsiä keinonsa selviytyä, toimia oma-aloitteisesti ja huolehtia itsestään ja mahdollisista sisaruksistaan. Myös Maritta Itäpuiston (2005) tutkimilla alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa eläneillä tuli tutkimuksessa esiin heitteille jäämistä ja itsestä ja toisista huolehtimista. Lapset voivat olla hyvinkin kekseliäitä tai toteuttaa aikuisen roolia selviytyäkseen. Yhdessä lapsuuden tarinassa kuvataan tätä hyvin ja kerrotaan yhden joulun ajan tapahtumista, kuinka isä ja äiti olivat poissa, lähteneet juopottelemaan jo ennen aattoa, ja kahden lapsen piti selviytyä keskenään nälkää ja kylmyyttä vastaan. Kirjoittaja itse vanhempana sisaruksena huolehti joulukinkun valmistamisesta ja navettatöistä, lämmitti vanhaa taloa. Jouluista tunnelmaa kirjoittaja oli veljensä kanssa tuonut kotiin hakemalla pienen kuusen ja koristelemalla sen.

”Epätodellisessa hiljaisuudessa me söimme. Odotimme kuitenkin lahjojen avaamista. Tiesin, missä ne olivat pöylässä, olin käynyt salaa jo etukäteen tutkimassa. saimme molemmat sinisen liukurin ja mummon kutomat sukat. Veli sai pikkuautoja ja minä Daisy-nuken, jolla oli violetti kukallinen kesämekko. Mielestäni nukke muistutti äitiä, koska sillä oli samanlaiset kastanjanpunaiset hiukset kuin äidillä. Me söimme vanhemmille lahjaksi tulleen suklaarasian ja rakensimme palapeliä pitkälle yöhön. Paleli ja nukuimme monen peiton alla. Aamulla oli niin kylmä, että hengitys näkyi huuruna. Alakerran uunissa olivat puut palaneet loppuun.” (L 1)

Lapsena vanhempansa tai vanhempiensa alkoholinkäytöstä kärsineiden tarinoissa kerrotaan lapsuudessa koetuista tapahtumista hyvin yksityiskohtaisestikin ja kuvataan vanhempien, sisarusten ja omaa toimintaa. Tarinoissa kerrotaan juovasta isästä tai isästä ja äidistä sekä perheen arjesta ja tapahtumista. Tarinoissa puhutaan isän juomisen etenemisestä viikonloppujuomisesta aina päivittäiseksi ja sen seurauksista itselle ja perheenjäsenille. Heitteille jääminen ja yksinäisyys ovat lapselle pelottavia kokemuksia ja siitä selviytyäkseen lapsen on turvaututtava toimintaan itsensä hengissä pitämiseksi.

Toinen kirjoittaja kuvaa lapsuudessa kokemaansa heitteille jäämistä hyvin koskettavasti. Hän kertoo isän väkivallasta äitiä kohtaan ja myöhemmin äidin ratkaisusta, itsemurhasta. Lapsi jäi aikanaan alkoholisoituneen isän kanssa kahden, vanhempi sisar oli jo muuttanut pois kotoa. Kirjoittaja kuvaa, kuinka isä yritti ensin pärjätä lapsen kanssa, mutta ajautui kuitenkin takaisin juomaan ja syvenevään kierteseen. Kirjoittaja oli turvautunut usein naapureiden tai siskonsa apuun yöpaikkaa etsiessä. Isän joutuessa työstä ohjattuna hoitoon, lapsi jäi yksin ja kirjoittaja ihmetteleekin, ettei kukaan viranomaisen tilanteeseen puuttanut tai käynyt häntä katsomassa. Kaiken kaikkiaan lasten tarinoissa ei mainita yhtään viranomaiskontaktia tai puuttumista perheiden tilanteisiin. Tämä kuvaa hyvin sitä yhteiskunnallista tilannetta, jossa perheiden asiat ovat heidän omiaan ja alkoholismien puheeksi ottaminen tuntuu jopa viranomaisista ja erilaista auttamistahoista vaikealta. Myös Itäpuiston (2005) tutkimuksessa on havaittu viranomaisavun vähäisyys ja haluttomuus. Sen sijaan kysytään vanhempien vastuuta ja velvollisuutta hoitaa ongelmat. (Itäpuisto 2005, 92.)

Lapsuudessaan alkoholiongelmaisista vanhemmista tai vanhemmasta kärsineet kirjoittajat ovat löytäneet selviytymisen elämään eri teitä. Kolme heistä on kokenut aikuisena elämää päihdeongelmaisen puolison kanssa. Kaikki heistä ovat kuitenkin nyt elämänvaiheessa, jossa toivo ja ilo näkyvät elämässä. Muutosta elämään ovat tuoneet uskon, vertaistuen ja läheiskurssin

kautta vahvistunut näky paremmasta ja oman elämän sisältöön keskittymisestä.

Puolison vastuu

Tutkimukseni omaelämäkerrallisissa kirjoituksissa naiset kuvaavat tavanneensa mukavan miehen, joka on vähitellen alkanut juomaan enemmän ja enemmän. Usein jo ennen avioliittoon astumista on ollut näkyvissä ongelmasta alkoholin käyttöä. Lasten saaminen ei ole tilannetta helpottanut, vaan usein ajan kuluessa alkoholin käyttö on mennyt yhä runsaammaksi. Alkoholismin edetessä puolison puuttuminen juomiseen on lisääntynyt ja juomisesta on syntynyt usein riitoja. Juominen myös sotkee monia perheen asioita, kuten taloutta, sosiaalisia suhteita ja terveyttä.

Sekä Marja Holmilan (1993, 1994, 2003) että Jacqueline Wisemanin (1991) tutkimuksissa on pohdittu puolisoitten suhdetta päihdeongelmaiseen ja nähty vaimojen uupumukseen asti pysyvä sitoutuminen ja vastuu miehensä huolehtimisesta. Kuten Holmilan ja Wisemaninkin tutkimuksissa myös omassani puolisoitten tarinoiden merkittävimmiksi tunteiksi osoittautuvat pelko, häpeä, syyllisyys ja vastuu (vrt. Holmila 1993, 1994, 2003; Wiseman 1991). Alkoholiongelmaisen mielialojen vaihtelut, hallitsematon käytös ja toiminta saavat puolison pelkäämään niin itsensä, perheenjäsentensä kuin alkoholiongelmaisenkin puolesta ja huolehtimaan heidän hyvinvoinnistaan ja turvallisuudestaan.

”Minä olin ostanut pienen maatilan ja tontin rajalla oli vuolaasti virtaava joki. Pelkäsin, kun hän kulki pitkin peltoja ja pientareita kännissä kompuroiden. Pelkäsin, kun hän vietti aikaa kellarissa, pannuhuoneessa ja autotallissa. Kerran hän poltti pahasti kätensä keskuslämmityskattilassa. Pelkäsin, milloin hän ehkä polttaa koko talon.” (L/P 4)

Pelko alkoholiongelmaisesta aiheuttaa puolisoissa huolta ja toisen jatkuvaa valvomista, tarkkailemista. Juominen myös estää sosiaalisia suhteita. Useat

naiset kertovat häpeävänsä miehensä juomista, viinan hajua, käyttäytymistä ja päihtyneen puheita niin, että lähes kaikki sosiaaliset kanssakäymiset muiden ihmisten kanssa ovat loppuneet. Naiset puhuvat myös häpeästä ja pelosta, jonka mies juomisellaan aiheuttaa lapsille, vaikeuttaa heidän toverisuhteitaan. Naiset, alkoholiongelmaisten puoliset, puhuvat sekä juovasta miehestään että lapsistaan paljon tarinoissaan. Oman itsen ja elämänsä pohtiminen tapahtuu hyvin paljon näiden toisten läheisten ihmisten kautta.

Vaikka huoli lapsista ja pelko koko perheen puolesta on vahvaa puolisoitten tarinoissa, on suhteessa kiinnipitävänä voimana syyllisyys ja vastuu juojasta. Monet naiset sanovat, että vihillä tehty sitoutuminen on velvoittanut heitä niin myötä- kuin vastamäessäkin ja luovuttaminen ei ole ollut helppoa. Puolisot ovat kokeneet syyllisyyttä miehensä juomisesta milloin mistäkin syystä, eikä alkoholiongelmainen ole tätä syyllisyyttä vähentänyt, päinvastoin. Syyllisyys on johtanut vastuun ottamiseen juojasta ja perheen selviytymisestä. Naiset ovatkin tehneet monia uhrauksia omasta elämästään saadakseen pidettyä perheensä koossa ja huolehtiakseen perheensä hyvinvoinnista.

”Päällisin puolin olimme samanlainen perhe kuin kaikki muutkin. Pyrin salaamaan perheemme ongelmaa kaikilta ja se minut ajoikin erilleen muista ihmisistä ja harrastuksista. Kulissien pitäminen kunnossa on raskasta. Sukulaisvierailut olivat vähäisiä, olin aina jännittänyt ja kireä kun joku kävi meillä. Eihän vain kukaan saa tietää. Vääränlainen ylpeys vei perhesairauttamme pahempaan suuntaan. Tosiasioiden myöntäminen oli vaikeaa ja häpeällistä. Olin saanut sellaisen kasvatuksen, että kaikesta pitää selvitä eikä omista asioista huudella muille.” (P 6)

Puolisoiden elämäkerrat ovat kaikista vaikeista kokemuksista huolimatta selviytymistarinoita. Vaikka jotkut naisista ovat elämänsä varrella eläneet useidenkin päihdeongelmaisten miesten kanssa, ovat kaikki nyt saaneet myönteistä suuntaa elämälleen. Usko, vertaistuki ja läheiskurssit ovat antaneet puolisoille, samoin kuin päihdeongelmaisten lapsillekin, sisältöä ja tukea elämään. Osa on jättänyt juovan miehensä, osa on oppinut elämään

omaa elämäänsä juovan puolison rinnalla ja osalla koko perhe on kokenut muutoksen ja elää raitista elämää.

Vanhemman hätä

Vanhempien kuva lapsesta voi olla erialainen, kuin mitä lapsi todellisuudessa on. Vanhemmat eivät välttämättä huomaa heti lapsen ongelmaa, vaan se tulee ilmi vähitellen tai yllätyksenä. Ongelman myöntäminen ja määrittäminen voivat olla vanhemmalle vaikeaa, koska lapsen epäonnistumista voi olla vaikeaa myöntää (vrt. Wiseman 1991). Toisaalta lapsi ja huoli hänestä ovat vanhemman mielessä jatkuvasti ja vaikeuttavat vanhemman normaalia elämää. Vanhempi on valmis tekemään mitä tahansa, jotta saisi lapsensa ongelman poistettua. Vanhempien tarinoissa pohditaan, kuinka paljon voi huolehtia aikuisesta lapsestaan ja tämän elämästä.

”—olen hämmentynyt ja epä tietoinen pitäisikö minun käydä ”potkimassa” poikaani liikkeelle, huolehtia syömisestä jne.” (V 12)

Vanhemman tarinassa korostuvat hätä ja huoli lapsesta ja tämän käyttäytymisestä. Yhden äidin tarinassa hätä on ollut suurta ja vanhemmat ovat hakenneet apua nuorisoasemalta, mutta saaneet vain vähättelyä osakseen, kuulla, että juominen on vain murrosikään kuuluvaa, normaalia käytöstä. Tämä ei kuitenkaan helpota vanhemman oloa ja hätää. Lapsen alkoholismi on vanhemmalle myös hävettävää ja sitä peitellään sukulaisilta ja tuttavilta.

Vanhemman on myös vaikeaa hyväksyä lapsensa päihdeongelma ja se, että toista ei pysty parantamaan. Suru, ahdistus, pelko ja väsymys ovat tunteita, joista muun muassa yhdessä alkoholistin äidin tarinassa kerrotaan. Kirjoittaja kertoo, kuinka pelkää vastata puhelimeen, tietäen poikansa tekevän juomisellaan hidasta itsemurhaa. Samanlaisia kokemuksia jakavat myös muut päihdeongelmaisten vanhempien tarinat. Tulevaisuuden ratkaisuna vanhemmat näkevät irrottautumisen lapsensa elämästä ja keskittymisen omaan-

sa, mutta samalla he toteavat sen olevan hyvin vaikeaa. Lapsesta kantaa aina huolta.

5.2 Alistunut ja ahdistunut identiteetti

Päihdeongelma muokkaa sinua ja alistaa minua

Päihdeongelmaisten läheisten omaelämäkerrallisissa tarinoissa kuvataan isän, puolison ja pojan päihdeongelmia, sen kehittymistä ja sen vaikutuksia muille perheen jäsenille. Läheisten puhe päihdeongelmasta tukee yleistä teoriaa päihdeongelmien kehittymisestä ja olemuksesta. Läheiset ovat yhteiskuntamme jäseniä ja tuottavat puhetta päihdeongelman kategoriasta hyvin perinteisesti. Läheiset tuottavat ongelmapuheen avulla kuvaa päihdeongelmasta ja tarjoavat näin syytä ja perusteluja omalle käytökselleen ja identiteetilleen.

Päihdeongelmat alkavat usein kehittyä varhaisvaiheen alkoholikokeiluista ja/tai huumeiden käytön kokeilusta ja etenevät ainemaailmaan sopeutumiseen. Päihteet alkavat merkitä yhä enemmän yksilön elämässä ja vievät aikaa muulta. Päihdeongelmainen ihminen käyttäytyy päihdehakuisesti, päihteet pyörittävät koko elämää. Päihteiden käyttö ja aineen saaminen heijastuvat kaikkeen toimintaan, hallitsevat elämää ja päihteiden käytöstä tulee pakonomaista, elämän keskeinen sisältö. (Holopainen 2001, 41) Läheiselle toisen päihteiden käytön lisääntyminen ja päihdeongelman paheneminen voi olla hämmentävää, yllätyksellistäkin. Monet tutkimukseeni osallistuneet kirjoittavat, kuinka siitä mukavasta, iloisesta miehestä, isästä, puolisoista tai pojasta, tuli vähitellen päihtyneenä ärhentelevä ja aggressiivinen hulttio, joka ei välittänyt läheisistään, saati itsestään.

Päihderiippuvuudesta puhuttaessa erotellaan usein riippuvuuden neljä puolta: fyysinen, psyykinen, sosiaalinen ja henkinen. Kun riippuvuus on edennyt sairauden asteelle, voidaan nämä kaikki puolet havaita selkeämmin riippuvaisen ihmisen elämässä, vaikkakin ne ovat läsnä myös ongelman varhai-

semmissä vaiheissa. Riippuvuus on siis monelle ihmisen elämän alueelle kietoutuva vyyhti. (Holopainen 2001, 41-42) Päihdeongelmat kietoutuvat itse päihdeongelmaisen elämän lisäksi myös läheisten elämään ja vaikuttavat heidän hyvinvointiinsa. Useat kirjoittajat ovat kokeneet terveydellisiä, sosiaalisia ja taloudellisia ongelmia, jotka ovat syntyneet päihdeongelmaisen välinpitämättömän ja hallitsemattoman käytöksen vuoksi. (vrt. Wiseman 1991; Holmila 1993, 1994, 2003). Päihdeongelmainen ivaa, vähättelee ja uhkailee. Läheinen saa itsestään negatiivisia kokemuksia ja elämäänsä ongelmia, joiden vuoksi itsetunto laskee ja identiteetti muuttuu kielteisemmäksi. Alistuminen päihdeongelmien tuomien vaikeuksien edessä on tavallista päihdeongelmien täyttämässä tilanteessa, jossa päihdeongelmaista miellyttävät vain päihteet ja niiden tuoma mielihyvä. (ks. myös Holmila 2003, 92).

”Omista tunteistaan ei voi kertoa, niitä ei kuunnella. Mies kertoi minulle, miten väärää minun tunteeni ovat ja miten minun tulisi tuntea. Jos vai olisin halunnut päättää, että olen onnellinen hänen kanssaan, kaikki olisi ollut hyvin. En hyväksynyt hänen määräilyään ja yritin pitää kiinni omasta näkemyksestäni ja oikeudestani tuntea omia tunteitani. Silloin kun hän alkoi kiivaasti puolustella itseään ja selittää juomisen syitä, on ihan pakko juoda kun...ja seurasi pitkä lista kaikkea, miksi hänen on välttämätöntä juoda. Syitä löytyi satoja. Minulla ei hänen mielestään ollut mitään syytä olla peloissani ja ahdistunut. Hän vakuutteli omaa erinomaisuuttaan, kiltteyttään ja kunnollisuuttaan ja ettei minulla olisi mitään pelättävää, vaikka hän silloin tällöin ”vähän ottaa”. Mikään ei ole niin epämääräinen ilmaisu kuin alkoholistin ”vähän ottaminen”. (L/P 4)

Fyysinen riippuvuus ilmenee päihdeongelmaiselle tyypillisenä mielihyvänä ja päihteiden vaikutukseen tottumisena. Aivo-kemialliset, hermoston muutokset vahvistavat tällöin tarvetta käyttää ainetta ja vaikeuttavat käytön lopettamista, päihteistä vieraantumista. Yleisinä tunnuspiirteinä päihderiippuvuudessa on sietokyvyn kasvu, lopettamisen vaikeus ja vieroitusoireet käytön lopettaessa, jotka ovat tyypillisiä esimerkkejä fyysisestä riippuvuudesta. Pelko vieroitusoireista saa taas aikaan psykologisen tarpeen välttää niitä.

(Koski-Jännes 2000, 33.) Vierotusoireiden vaikutus näkyy myös tarinoissa, joissa kerrotaan läheisen toipumisesta ja raitistumisesta. Juomisen lopettaminen on ollut vaikeaa aikaa läheisille, toipuva on silloin hermostunut ja häpeissään. Hänen mukaan on pitänyt muuttaa sosiaalisia suhteita päihteiden esiintyvyyttä välttäväksi ja toipumista tukevaksi. Monet ovat kokeneet myös pettymyksiä, kun lupaukset juomisen lopettamisesta eivät ole pitäneet, vaan päihteiden käyttö on jatkunut.

Jo varhaisessa vaiheessa päihteiden käyttäjä jää koukuun aineeseen ja vähitellen aineen hankinta ja käyttö ohjaavat elämää. Psykkinen riippuvuus on ajatuksellista kiintymystä päihteisiin ja ilmenee pakottavana haluna saada ainetta ja uskomuksena, ettei pysty olemaan ilman. Päihteiden käytöllä tavoitellaan psykkinistä tilaa, johon liittyy tärkeitä tunnekokemuksia mielihyvää hyväksytyksi tulemiseen seurassa. Päihteiden käytöstä ja siihen liittyvästä toiminnasta tulee opittua käyttäytymistä, tapa elää ja kokea maailmaa. (Holopainen 2001, 41-42) Yhdessä läheisen tarinassa kuvataan, kuinka päihdeongelmaisen kanssa kylään lähteminen oli vaikeaa, koska mies koki, ettei hänelle ole riittävästi alkoholitarjontaa. Jos kylässä oltiin ja näin kävi, jouduttiin lähtemään kesken juhlien kotiin, jotta mies sai lisää juotavaa. Monesti kyläreissuihin oli otettu myös omat eväät mukaan. Läheisen pyrkii olemassa olevissa olosuhteissa pärjäämään ja näissä tilanteissa pitämään vahingon ja negatiiviset kokemukset ja seuraukset mahdollisimman pieninä. Tämä kuitenkin vahvistaa hänen päihdeongelmalle ja päihteiden käyttäjälle alistunutta identiteettiään.

Päihteiden käytölle on tyypillistä, että se liittyy erilaisiin sosiaalisiin tilanteisiin tai tapahtumiin ja usein päihteitä käytetään toisten ihmisten seurassa. Sosiaalisella riippuvuudella on erityisesti merkitystä niille, jotka käyttävät päihteitä enimmäkseen kaveripiirissä. Sosiaaliset suhteet ja/tai elämäntavat ovat muodostuneet päihteitä käyttävään ympäristöön ja seurasta on vaikea luopua, tyydyttäähän se ihmisen perustavia sosiaalisia tarpeita. Sosiaalinen riippuvuus altistaa käyttämään päihteitä tilanteissa, joissa kaveritkin käyttävät (Koski-Jännes 2000, 40-41.) Päihdeongelmaisen vahvimmat sosiaaliset kontaktit ovat usein toisiin päihdeongelmaisiin ja tutusta verkostosta on vai-

kea irtautua. Samoin monet tutkittavista kertovat, kuinka muun muassa sukulaisvierailuihin aina liittyi juominen ja tästä kulttuurista ja tavasta on ollut vaikeaa päästä eroon, vaikka toisille siitä on koitunut ongelmia. Suomalainen alkoholikulttuuri on ollut osaltaan vaikuttamassa päihdeongelmien esiintymiseen ja niiden vähättelyyn sekä raittiina olemisen vaikeuteen..

”Sukuloimassa käydessään, alkoholi kuului vahvasti mukaan kuvioihin. Heillä oli hauskaa, lauloivat ja tanssivat. Kaikki muuttui 25v. sitten, kun isäni mitta tuli täyteen ja hän tyhjensi koko kotiviini-lastin viemäriin. Raitistuminen oli rankkaa aikaa, olin alkuaikoina mukana sukulaistreissuilla. Sukulaiset eivät olleet tottuneet raittiiseen.” (L/P 3)

Päihdeongelmaisten läheisten kirjoituksissa kerrotaan päihdeongelmaisen arvoista, välinpitämättömyydestä, vastuuttomuudesta, hauskan pidosta, ja samalla vahvistetaan päihdeongelman kategoriaa. Tarinoissa kuvataan, kuinka päihdemaailmassa eläessä ihmisellä alkaa henkiset arvot muuttua päihteiden käyttöä suosiviksi ja alakulttuuria ylläpitäviksi. Henkinen riippuvuus ilmenee ihmisen arvomaailman muuttumisena riippuvuuden suuntaiseksi ja sitä vahvistavaksi. Moraali, arvot ja normit muuttuvat päihteiden käytön myötä ja sairauden edetessä. Päihteidenkäyttöä ja siihen kietoutunutta elämää tukevat arvot vaikeiden asioiden pakenemisestä ja oman edun tavoittelusta (Koski-Jännes 2000, 160- 161.) Läheisten tarinoissa ilmenee perheiden asioiden sekasortoa, taloudellisia vaikeuksia, jotka johtuvat päihdeongelmaisen käytöksestä. Vuokrat saattavat jäädä maksamatta, kun päihdeongelmainen juo rahat, vaikka on luvannut hoitaa perheen talousasiat. Useissa tarinoissa kuvataan tällaisia tilanteita ja läheiset ovat joutuneet lainaamaan rahaa tai myymään omaisuutta, jotta asunto säilyy ja vuokra saadaan maksettua. Läheinen joutuu alistumaan toisen toiminnan aiheuttamaan ahdinkoon ja häpeään. Kaiken kaikkiaan läheinen joutuu pohtimaan itseään ja omia ominaisuuksiaan, pohtimaan tilannettaan ja elämäänsä, alistunutta identiteettiään (ks. esim. Holmila 2003, 91).

”Mitä meille läheisille tapahtuu? Kuinka hyväksymme elämän alkoholistin rinnalla? Joku osa meidän kehityksessä, itseksi kasvussa, itsem-

me arvostuksessa ei ole toteutunut eheällä tavalla. Miten muuten voi ymmärtää sen, että alistumme elämäntilanteeseen, mihin jääminen on aivan järjen vastaista. Jäämme suhteeseen, missä itse voimme huonosti, omat tarpeet jäävät vaille huomiota, alistumme loukkaavaan kohteluun, suostumme elämään epävarmuudessa ja pelossa, hyväksymme henkisen ja fyysisen väkivallan, siedämme jatkuvaa taloudellista epävarmuutta ja vastaamme useinkin lähes yksin taloudenhoidosta.” (L/P 4)

Alistuminen tekee ihmisen voimattomaksi kuten päihdeongelmaisen ihmisenkin. Usein päihdeongelmainen ihminen ei pysty luopumaan riippuvuudesta, vaikka tietää sen aiheuttamat vaikeudet ja huonot asiat elämässään. Riippuvuus on valheiden ja epärehellisyuden noidankehä, jossa yksilö ei näe todellista itseään eikä koe aitoja tunteita. Myös vuorovaikutus ympäristön ja sosiaalisen verkoston kanssa kärsii. Riippuvuus on sekä nautinto että kärsimys. Totuttu päihteen hallitsema elämäntapa pitää otteessaan ja muutos ja toipumisen tielle lähteminen pelottaa. Vaihtoehtona ovat paheneva sairaus ja syvenevä kierre, kuolema tai nöyrtyä ja ottaa askel koti selviytymistä. (Heikkilä 1996,18) Pitkään päihdeongelmaisen kanssa eläneillä esiintyy kirjoituksissa tietoisuutta päihdeongelmaisen mahdollisesta etenemisestä kohti kuolemaa. Se tuottaa läheiselle pelkoa ja huolta. Useissa tarinoissa kuvataan eriasteista huolestuneisuutta läheisen juomisesta ja siitä, mihin se johtaa. Päihdeongelmaisen kuoleman tai pahan sairastumisen ja joutumisen lopulliseen sairaalahoitoon kerrotaan kuitenkin tuoneen helpotuksen läheisten elämään ja antaneet luvan puhua avoimesti päihdeongelmasta. Selviytyminen ja toipuminen päihdeongelmasta ovat antaneet läheiselle ja koko perheelle mahdollisuuden muutokseen, päihdeongelmien tuomien vaikeuksien poistumiseen ja mahdollisuuden yhteisen elämän jatkumiseen.

Päihdeongelmaisen vastuuton ja holtiton käytös sekä monenlaiset asiattomat ja sekavat puheet aiheuttavat läheisille pelkoa. Selvin päin ollessaankin he ovat usein huonolla tuulella, heillä on vierotusoireita tai päihtyneenä tehdyt virheet paljastuvat. Läheiset joutuvat alkoholiongelmaisen huonotuulisuuden vastaanottajaksi ja kiukun kohteeksi. Vakavat henkiset ja fyysiset väkivallan teot aiheuttavat läheisissä pelkoa ja jopa fyysisiä oireita psyykkisistä ongelmista. Monet kirjoittajat kuvaavat oman terveyden heikkenemistä ja päihdeongelmaisten puolisoita myös lasten terveyden heikkenemistä. Pelko ja ahdistus aiheuttavat verenpainetta ja ihottumaa, mutta myös masennusta ja väsymystä. Ainaisessa pelossa eläminen, syytösten kuuleminen ja terveydentilan heikkeneminen, rasittavat ihmistä ja vaikuttavat myös hänen identiteettiinsä. Vaikeuksien syntymisen ja ongelmien esittelemisellä läheiset tuottavat ongelmapuhetta ja käyvät läpi syitä, jotka ovat johtaneet alistuneen identiteetin rakentumiselle.

”Pelkäsin sitä, millä tuulella mies on, kun hän tulee kotiin tai kun itse tulisin kotiin ja tiesi hänen olevan siellä. – Pelkäsin, onko hän tullut kotiin, niin kuin oli sovittu tai jopa sitä, että ei kai hän ole tullut kotiin, kun siitä ei ollut sovittu. Noihin aikoihin hyvällä tuulella oleminen tarkoitti sitä, ettei hän ollut erityisen äreä ja kiukkuinen. Normaalein olotila oli huonotuulisuus, pingottuneisuus, ärtyneisyys, ”pinnan kireys”, tarve löytää moittimisen aiheita kaikesta. Syy huonoon tuuleen oli aina jossain muualla. Asiat eivät sujuneet tai menivät pieleen jonkun toisen tekemisen tai tekemättä jättämisen vuoksi. Minä olin hyvä syntipukki milloin millekin asialle. Milloinkaan hän ei nähnyt syytä omassa toiminnassaan.” (L/P 4)

Läheiset yrittävät kaikkensa, jotta alkoholiongelmainen ei joisi ja jotta perheessä ei jouduttaisi elämään pelossa. Lapset käyttäytyvät kiltisti, ovat pois kotoa ystävien luona, koettavat olla hermostuttamatta isää, saamasta osakseen hänen kiukkuaan ja aggressioitaan. Oma käyttäytymistä tai ympäristöön liittyviä tekijöitä muuttamalla ja kontrolloimalla läheiset käyttävät

Spaniolin ja Jungin (1987; ref. Itäpuisto 2003, 47) määrittelemää ongelma-orientoitunutta selviytymistapaa. Nämä keinot auttavat läheisiä vähentämään päihdeongelmien vaikutusta elämässään. Puolisoiden toiminta liittyy samantyyppisiin asioihin, perheen ja oman kärsimyksen vähentämiseen, mutta lisäksi he kantavat huolta ja pelkoa alkoholiongelmaisen miehensä selviytymisestä. He myös pelkäävät lasten puolesta. Alkoholiongelmaisten miesten vaimot koettavat pitää perheen arkea kunnossa ja välttää pelon ja turvattomuuden ilmapiiriä kotona. Toisaalta alkoholiongelmaisen kanssa eläminen koetaan jatkuvaksi pelon ja turvattomuuden kanssa elämiseksi, tapahtui mitä hyvänsä.

”Elämä pyöri viikon jaksoissa. Alku viikko meni rapulassa ja keskiviikon jälkeen aloin aina jo ajatella seuraavaa viikonloppua. Pelkäsin usein myös sitäkin että jos hän ei juokaan niin mitä sitten olen. Se oli kuitenkin niin tuttua ja samaa että muutos pelotti yhtä paljon.” (P 9)

Pelko aiheuttaa päihdeongelmaisten läheisissä turvattomuutta. Päihdeongelmaisen käyttäytymiseen ja toimintaan ei voi luottaa ja hänen toimintansa vuoksi perhe voi joutua vaaraan. Turvattomuutta syntyy taloudellisen tilanteen epävakaudesta juomisen vuoksi ja myös selkeästi fyysisen väkivallan uhan muodossa. Nämä erilaiset negatiiviset tunteet ja kokemukset vaikuttavat läheisen identiteettiin, läheiset kokevat itsensä alistuneeksi ja ahdistuneeksi.

Ahdistus seuraa pitkään jatkuneesta pelosta ja turvattomuudesta. Vakavimmillaan pelko, turvattomuus ja ahdistus johtavat siihen, että läheisen mielen-terveys alkaa järkkyyä, hän kokee itse sekoavansa tilanteen vaikeuden vuoksi. Läheinen joutuu kokemaan niin syviä tunteita ja samalla järjestelemään elämää ja selviytymistä, että on ihmeellistä että he selviytyvät. Kaikki toki eivät ja niin myös tutkimukseni elämäkerrallisista tarinoista yhdessä kerrotaan läheisen ratkaisusta, äidin itsemurhasta. Muutamat kirjoittajat kertovat itse harkinneensa itsemurhaa, kun voimat olivat lopussa ja muuta tietä ulospääsyyn ei ollut näkyvissä. Mutta ahdistus ja tuska voivat kohdistua myös

muualle ja yhdessä tarinassa kerrotaankin, kuinka pelottava kokemus voi olla havaita oma aggressiivisuus, sekoamisen mahdollisuus.

”Lopulta olin ihan kaistapäinen itsekin. Piti lähteä kummipojan syntymäpäiville ja hän makasi aamupäivällä sohvalla ympäröivänsä. Yritin pyyhkiä pöytää. Siinä sohvan vieressä jokin sanoi päässäni ”naks” ja aloin hakata häntä rätillä. Hakkasin niin, että rätti meni riekaleiksi. Sitten otin nyrkit jatkeeksi. Löin ja löin. Sitten en muista enää mitään. Lapset muistavat. Olin huutanut, että haen puukon ja tappan. Nuoremmat tytöt olivat silloin alta 10-vuotiaita molemmat. He olivat juosseet keittiöön ja vieneet piiloon kaikki puukot omiin huoneisiinsa – ettei äiti saa niitä.” (P 5)

5.3 Poikkeava ja leimattu identiteetti

Katkeru poikkeavuus

Monet päihdeongelmaisten läheiset, tutkimukseeni omaelämäkerrallisen tarinan kirjoittaneet näyttävät rakentavan teksteissään kuvaa omasta ja perheensä poikkeavuudesta. Tarinoita elämästä päihdeongelmaisen läheisenä on kirjoitettu tiedostaen, että on jokin normaali perhemalli, normit ja arvot, joiden mukaan eletään ja käyttäydytään, toimitaan. Omaa elämää ja alkoholiperheen elämää on verrattu tähän ja tehty kuvauksia oman poikkeavan perheen, läheisen ja itsen toiminnasta. Läheisen alkoholinkäyttöäkin on pohdittu suhteessa normaaliin juomiseen ja tämän avulla hahmotettu juomisen poikkeavuutta, sen tuomia ongelmia sekä perheen poikkeavuutta. Läheiset ovat tarinoissaan sijoittaneet itsensä, perheensä ja päihdeongelmaisen miehensä tiettyihin kategorioihin ja tuottavat tarinoissaan kategorisoinnin kautta identiteettejä. (ks. esim. Juhila 2004, 20-32; Hall 1999, 139-222.)

Poikkeavuus korostuu elämäkerrallisissa kirjoituksissa kuvauksissa, jossa kirjoittaja katselee toisia ihmisiä ja perheitä ja vertaa omaansa niihin. Poikkeavuus tulee ilmi lasten kautta, kun lapset ovat harmitelleet oman isän al-

koholiongelmaa ja hänen kykenemättömyyttä olemaan isä, joka korjaisi pyörän tai olisi selvin päin rippijuhlissa. Tässä tulee ilmi, kuinka kategorisoinnin avulla on tuotettu kuva normaalista isästä ja erontekojen kautta oma isä nähdään tästä poikkeavana. Yhden puolison tarinassa kuvataan hyvin poikkeavuuden kokemusta ja hahmottamista vertailun kautta:

”Katselin iltalenkillään yhdessä käveleviä tavallisia pariskuntia, samanlaiset tuulipuvut ja yhteinen tahti. Katselin sunnuntaikonserttiin meneviä pariskuntia, viikonlopun ruokaostoksia tekeviä perheitä, aviopareja seuraamassa yhdessä paikallista urheilutapahtumaa. Olin ollut kuka tahansa niistä naisista mieluummin kuin se tuskakimppu, joka olin. Katselin lapsiaan valmentavia isiä urheilukentän reunalla, autopesulassa perheen autoa huoltavia miehiä, ruokatunnilla lounaspaikassa syöviä miehiä. Miksei kukaan heistä voinut olla minun mieheni?” (P 5)

Poikkeavuus tulee ilmi myös toiveena muuttaa omaa parisuhdetta, perheen elämää, miehen tai lapsen käytöstä, päihteidenkäyttöä. Alkoholiiongelmaisen lapsen äiti olisi valmis tekemään mitä tahansa, kun poika vain lopettaisi juomisen ja rauhoittuisi normaaliin elämään. Samoin kokevat monet alkoholiiongelmaisen puoliset, jotka monen pettymyksen ja turhan lupauksen jälkeenkin edelleen uskovat miehensä lopettavan juomisen ja perheen elämän kääntyvän parhain päin. Poikkeavuudesta halutaan päästä eroon, halutaan normaalia perhe-elämää, parisuhdetta, vanhemmuutta, lapsuutta.

”Keskimäinen tytöistä itki kerran: Kaikki on mennyt pilalle. Meille ei voi tulla kavereita ja alkaa varmaan koulukin mennä huonosti. Eräänä päivänä hän tuli kaverin luota. Kaverin isä oli korjannut hänen pyöränsä ketjut ja kehottanut kotona sanomaan isälle, että laittaisi rikkinäiset vaihteet kuntoon. Tyttö alkoi itkeä tätä kertoessaan; ei hän meillä ollut isää joka olisi polkupyöriä huoltanut. Nuorin sanoi, ettei oikein enää uskalla katsoa isää silmiin, kun pelottaa.” (P5)

Erityisesti he, joilla on kokemuksia elämästä useiden eri päihdeongelmaisten miesten, isien ja/tai eri puolisoitten, kanssa kuvaavat kirjoituksissaan, kuinka he ovat olleet hyvin katkeria kohtalostaan. Puolison päihdeongelma on tullut ilmi yllättäen, läheinen on tahtomattaan ajautunut päihdeongelmaiseen elämään. Ja näin varmasti onkin, tuskin kukaan suunnittelee ryhtyvänsä päihdeongelmaisen läheiseksi tai itse päihdeongelmaiseksi (Orford 1998, 128-131). Poikkeavaksi kategorisoituminen ja identifioituminen tuntuvat vääraltä, katkeroittavat. Moni kysyykin teksteissään, miksi minä synnyin päihdeongelmaisten vanhempien lapseksi, miksi minulla oli päihdeongelmaisen sävyttämä lapsuus, miksi minun miehestäni tuli päihdeongelmainen, miksi lapsestani?

Perheen poikkeavuus aiheuttaa suurta häpeää. Päihdeongelmaista läheistä ja hänen päihteidenkäyttöään yritetään peitellä ja salata. Päihdeongelmaista puolisoa tai isää ei oteta mukaan sukulaisvierailuille, koska hänet on kategorisoitu päihdeongelmaiseksi, poikkeavaksi, joka häiritsee normaalia vierailunormistoa. Jos päihdeongelmainen tulee mukaan, hänen juomiseensa kylässä pyritään puuttumaan, mahdollisesti jo ennakkoon sopimaan juomisen rajoituksista. Lapset eivät tuo ystäviään kylään, tuttavaperheitä ei enää pyydetä, eivätkä he tule kylään. Päihteiden liika käyttö aiheuttaa noloja tilanteita ja häpeää. Päihdeongelmaisen poikkeavan käyttäytymisen myötä koko perhe ja sen jäsenet leimautuvat poikkeavaksi.

Häpeällinen leimautuminen

Tutkimukseni omaelämäkerrallisista tarinoista käy ilmi, että perheenjäsenen päihdeongelmaa pyritään mahdollisuuksien mukaan mahdollisimman pitkään salata ja piilotella. Perhe kokee päihdeongelman hävettävänä, päihdeongelmainen voi käytöksellään ja päihteiden käytöllään saada aikaan ongelmia ympäristössä ja sosiaalisessa kanssakäymisessä, jolloin perheenjäsenet kokevat häpeää. Samalla pelätään perheen leimautumista ja sen aiheuttamia vaikeuksia sosiaalisissa suhteissa ja elämässä menestymisessä.

Puolisoiden tarinoissa tuodaan eniten esille leimautumista ja sen pelkoa. Itse he ovat jossain vaiheessa alkaneet ymmärtää miehensä juomisen olevan ongelmaista ja sittemmin huomanneet koko perheen poikkeavuuden. Poikkeavuuden ymmärtämisen kautta alkaa määrittelyura, jossa läheinen pohtii päihdeongelman selityksiä, syitä ja vaikutuksia, ja samalla alkavat myös tietoisempi kategorisoiminen, häpeä ja pelko leimautumisesta. (vrt. Wiseman 1991, 17-38). Erityisesti naiset ovat pahoillaan lastensa puolesta ja toivovat, ettei miehen päihdeongelma tuottaisi tai olisi tuottanut heille hankaluuksia ja vaikeuksia elämässä. Huoli lapsista ja heidän elämästään on puolisoiden tarinoissa suurta. Lasten kautta konkretisoituu leimautuminen ja sen tuoma häpeä:

”Minä törmäsin kaikenlaisiin ulkomaailman reaktioihin. Epätoivoisin olin, kun tyttären kaverin mummo alkoi epäillä, että lapsemme eivät enää ole soveliasta seuraa muille, kun isäkin on niin huonoilla teillä.”
(P 5)

Vastapuhetta tyypillistä päihdeperheeksi leimautumista vastaan esitetään myöskin päihdeongelmaisten läheisten omaelämäkerrallisissa tarinoissa. Tärkeää joillekin on kertoa, että heidän perheessään ei ole esiintynyt väkivaltaa. Usein päihdeperhe mielletään hyvin rappiolliseksi ja väkivalta kuuluu olennaisena osana päihdeperheen kategorisointiin. Tästä stereotypiasta haluttiin osassa tarinoita erottautua ja samalla kyseenalaistaa kategorisointeja ja Juhilan (2004, 29) sanoin viritellä vaihtoehtoisten identiteettien mahdollisuuksia. Samoin joillekin puolisoille sekä vanhemmille oli tärkeää tuoda ilmi, ettei heidän lapsuuden kodissaan ollut päihdeongelmaa, ei edes käytetty päihteitä. Näin he vastustavat ja muokkaavat kategorisointia, jonka mukaan päihdeongelma on periytyvä ja sukupolvien ketjussa kulkeva ongelma. Vastapuheella halutaan myös erottautua rappiollisesta päihdeongelmakategoriasta, luoda vähemmän huonoa poikkeavuutta ja parempaa kuvaa itsestä.

Leimautumisen häpeä ja pelko ovat läheisten tarinoissa läsnä myös puhumattomuutena. Monissa teksteissä vaikeat, päihdeperheessä eletyt ajat ja kokemukset on jätetty kuvaamatta ja on haluttu kertoa vain selviytymisestä, kertoa positiivisesta identiteetistä. Toisaalta vaikeista kokemuksista on myös vaikea puhua ja ne halutaan unohtaa. Häpeällisen leimautumisen pelko ilmenee puhumattomuutena ja sosiaalisten suhteiden vähentämisenä. Monet naisista kertovat, ettei perheen ongelmasta puhuttu kenellekään, apua ongelmiin ei haettu mistään ja vain harvat olivat puhuneet päihdeongelmasta sukulaisilleen tai ystävilleen.

”Koko perheemme juomakauden aikana en hakenut apua oman ylpeyteni vuoksi. Perheemme ongelman olivat huomanneet läheiset ihmiset, mutta kielsin sen aina. Ei meillä mitään hätää ole, ei meillä liikaa juoda. Kaunis ilma ulkona...” (P 6)

Puhumattomuus voidaan tulkita myös vastapuheeksi (Juhila 2004, 29). Voidaan ajatella, että päihdeongelmaisten läheiset eivät ole halunneet tuoda esille asioita ja ongelmapuhetta, joka vahvistaisi entisestään kategorioita päihdeongelmasta. Pääasiassa päihdeongelmaisten läheiset kuitenkin puhuivat hyvin avoimesti kokemuksistaan, myös poikkeavuudesta ja leimautumisesta, ja rakensivat kuvaa erilaisista identiteeteistään.

Ajautuminen eristäytyneisyyteen

Poikkeavuus ja häpeä saavat aikaan sosiaalista eristäytyneisyyttä. Perheenjäsenet alkavat usein huolehtia jatkuvasti alkoholiongelmaisesta läheisestään ja aika kuluu hänen vahtimisessaan ja perheen kulussien ja turvallisuuden varmistamisessa. Erityisesti puoliso ottavat usein huolehtijan roolin ja he pitävät perheen arkea kunnossa. Myös alkoholiongelmaisten vanhemmilla on suuri huoli lapsestaan, mutta he asuvat usein eri asunnossa, joten ongelma ei ole jatkuvasti läsnä, samoin kuin puolisoilla. Monissa puolisoitten elämäkerrallisissa tarinoissa ilmeneekin, että työ on ainoa paikka ja siellä

ainoat sosiaaliset kontaktit ulkomaailmaan. Eristäytyminen on vahvistanut heidän kategorisoitumistaan ja poikkeavuuttaan ja muokannut heidän identiteettiään alistuneeksi ja ahdistuneeksi.

Yksinäisyys on useilla päihdeongelmaisten läheisillä poikkeavuuden ja häpeän kautta syntyvä tilanne. Kun alkoholiongelman vuoksi lähes kaikki sosiaaliset suhteet ulkomaailmaan katoavat, jää läheinen yksin vaikeaan tilanteeseensa. Monet naiset kirjoittavat, että heillä ei ole ollut ketään, kenelle puhua tilanteesta ja tunteistaan. Alkoholiongelmaiselta mieheltään he ovat saaneet vain tylyä kohtelua ja syyllistämistä puhuessaan tunteistaan ja tilanteesta perheessä. (ks. Holmila 2003,80-92) Lapsuudessa päihdeperheissä eläneet kertovat, että perheen asioista ei saanut puhua ulkopuolisille ja perheen sisälläkin isän tai molempien vanhempien päihdeongelmasta vaiettiin. Pelko ja häpeä estävät ottamasta yhteyttä kehenkään ja kertomasta alkoholiongelmaista perheessä. Myös huonot kokemukset avun hakemisesta ja saamisesta heikentävät läheisen tilannetta ja tuen saamista.

”Toisessa liitossa tulivat A-klinikkakäynnit, kun oma ahdistukseni alkoi kasvaa liian suureksi. Toivoin sieltä jotain konkreettista apua, mutta käynnit loppuivat lyhyeen, kun siellä ymmärrettiin juovaa henkilöä enemmän kuin minua ja hän ei tapaamisiin tullut kuin pari kertaa. Samaa rataa elämä jatkui, yrityksiä löytää apua jostakin, että olisi jaksanut paremmin elämää.” (L/P 4)

Läheiset käyttävät paljon ongelmapuhetta kertoessaan elämästään ja rakentaessaan identiteettejään. Eristäytyminen ja ongelmien kanssa yksin jääminen aiheuttavat identiteetin heikkenemistä ja vääristymistä. Päihdeongelmaisen läheinen saa vastavuoroista palautetta vain päihdeongelmaiselta ja hän antaa usein itsetuntoa heikentäviä viestejä. Poikkeavuuden, yksinäisyyden ja häpeän tunteet saavat läheisen kokemaan itsensä epäonnistuneeksi ja alkoholiongelmaisen läheisensä vuoksi elämänsä hallitsemattomaksi. (ks. esim. Holmila 2003, 83-92; Orford 1998, 128.) Eristäytyminen sosiaalisista suhteista ja omaa itseä kiinnostavista asioista heikentää mahdollisuuksia kokea itsensä tärkeäksi ja elämänsä onnistuneeksi.

”Hänen rinnallaan eläessäni hukkasin täysin oman iloisen ja sosiaalisen itseni. Minä muutuin hiljaiseksi, vetäydyin, ahdistuin, stressaannuin. Nukuin huonosti, huumori katosi ja lakkasin huolehtimasta omasta hyvinvoinnistani. En tuntenut itseäni enää ollenkaan.” (P 10)

Päihdeongelmaisen läheinen kategorisoi ja identifioi itsensä usein vain päihdeongelmaan kietoutuneena. Eristäytyessään kaikesta ulkomaailmasta ja eläessään vain perheelleen ja päihdeongelmaiselle miehelle, puolisolle tai lapselle, hänen reflektiopintanaan on vain päihdeongelmainen ympäristö. Yksinäisyys ja eristäytyminen, poikkeavuus ja leimautuminen korostuvat ja saavat läheisen rakentamaan identiteettinsä niiden mukaan. Myös lasten tarinoissa kuvataan päihdeongelmaista kasvuympäristöä ja poikkeavuuden ja eristäytymisen kokemuksia. Näiden rakennusaineiden kautta läheiselle muodostuu kuva itsestään, poikkeavasta ja leimatusta identiteetistä.

5.4 Selviytyminen ja identiteetti

Selviytyminen päihdeperheessä

Vaikka elämä päihdeongelmaisen kanssa on läheisille raskasta ja he kokevat monenlaisia vaikeita tunteita, on heillä myös monia tapoja selviytyä. Läheisillä on käytössään hyvin monenlaisia selviytymiskeinoja, joiden avulla he saavat myönteisiä kokemuksia itsestään ja elämästään ja näin ylläpitävät positiivista identiteettiä. Selviytyminen päihdeperheessä on joissain lasten ja puolisoitten tarinoissa konkreettista hengissä selviytymistä ja itsestä ja elämisen edellytyksistä huolehtimista. Selviytymisestä kertominen on vastapuhetta kategorioihin ja ongelmiin kietoutuneelle identiteetille (ks. Hänninen 1999; Juhila 2003).

”Isä ja äiti aloittivat joulumaistiaiset muutama päivä ennen jouluaattoja ja lähtivät johonkin juoppokämppään eivätkä tulleet kotiin ennen kuin myöhään joulupäivän iltana. Oli kova pakkanen. Puita piti kan-

taa paljon, jotta sai talon pysymään edes vähän lämpimänä. Äiti oli ostanut joulukinkun, jonka laitoin ensin saaviin suolaveteen likoamaan. Aattoa edeltävänä iltana suolasin kinkun sisältä. Olinhan nähnyt, kuinka se tehdään suolavedellä ruiskun ja neulan avulla. Aattoa edeltävänä yönä heräsin laittamaan kinkun uuniin. Pakkanen oli kiristynyt, keittiössä oli kylmä. Lisäsin puita uuniin.” (L 1)

Oman käyttäytymisen tai ympäristöön liittyvien tekijöiden muuttaminen on ongelmaorientoitunut tapa selviytyä stressaavasta tilanteesta (Spaniol & Jung 1987; ref. Itäpuisto 2003, 47). Päihdeongelmaisten läheisten omaelämäkerrallisissa tarinoissa kerrotaan, kuinka läheinen on pyrkinyt kontrolloimaan puolison tai vanhemman juomista piilottamalla pulloja, olemalla häiritsemättä ja ärsyttämättä juojaa tai jopa huolehtimalla, että hänellä on juotavaa. (vrt. Holmila 2003, 94; Ikonen 2000, 30). Läheiset kertovat, että he ovat saaneet itselleen voiman tunnetta ja hallinnan tunteita toteuttaessaan näitä selviytymiskeinoja. Voidaan siis ajatella, että läheiset pitävät näin yllä onnistumisen kokemuksia ja hallinnan tunnetta, jotka tukevat positiivista käsitystä omasta identiteetistä.

Voimavarapuheen avulla päihdeongelmaisten läheiset rakentavat positiivista kuvaa itsestään. Naiset puhuivat työstä pako- ja pelastustienä alkoholiperheen arjesta. Työssä naiset saavat osakseen onnistumisen kokemuksia ja ympärillä on hallitusti ja normien mukaan toimiva ympäristö. Työ ja sen tutuus ja hallittavuus antavat naisille tunnetta turvallisuudesta ja paikan, jossa voi unohtaa kodin murheet. Nämä asiat saavat yksilön kokemaan itsensä tärkeäksi, osaavaksi ja merkittäväksi ja vahvistavat positiivista identiteettiä. Ammatti-identiteetti erotetaan näin perheidentiteetistä, joka saattaa olla hyvin negatiivinen. Näin jollain elämänalueella voidaan kokea positiivisia tunteita ja positiivista identiteettiä. (vrt. Hall 1999, 13-23.) Monet naiset kuvaavatkin kirjoituksissaan, kuinka haalivat ylitöitä ja venyttivät työpäiviään, jottei tarvitse mennä sekasortoiseen kotiin, jossa ei tiedä, mikä odottaa.

”Töissä olin se, joka oli aina valmis ylitöihin, vaikka kotona oli pienet lapset. En osannut sanoa ei, halusin todistaa, että kyllä minä osaan ja

pystyn ja jaksan. Eikä minulla muutenkaan ollut mitään töissä oloa vastaan. Kotiin ei tehnyt mieli, kun vastassa oli sohvalla kuorsaava humalainen mies. Muistan, miten monet kerrat lähdin töistä myöhään ja viimeisessä risteyksessä minun piti melkein pakottaa itseni kääntämään rattia kodin suuntaan: Onko minun pakko mennä sinne?” (P 5)

Kulissien ylläpitäminenkin on yksi keino selviytyä ja siitä puhuivat lähes kaikki päihdeongelmaisten läheiset kirjoituksissaan. Arki pyritään saamaan toimimaan ja juojasta huolehditaan niin, etteivät ulkopuoliset saisi tietää tai ettei juomisesta aiheutuisi ongelmia kodin ulkopuolella. Myös lapset ovat olleet osallisina perheen kulissien ja juojan huolehtimiseen. Eräs kirjoittaja muun muassa kertoo 18-vuotiaana ajokortin saaneena hakeneensa autolla isäänsä töistä, kun työtoverit olivat ilmoittaneet kotiin isän huonokuntoisuudesta ja hänen tarvitsevan kyydin kotiin. Kulissien ylläpitämisellä on vältetty leimautumista ulkopuolisten silmissä ja kategorisoitumista, identifioitumista poikkeavaksi (vrt. Juhila 2004, 20-32; Hall 1999, 139-222). Myös muut kuin perheenjäsenet ovat olleet pitämässä kulisseeja yllä ja välttämässä päihdeongelmaisen leimautumista, kuten edellä esimerkin työtoverit. Monissa kirjoituksissa kerrotaankin, kuinka hyvän työmiehen juomista katsottiin esimiesten taholta läpi sormien ja työtoverit auttoivat peittelemään juomista ja välttelemään siitä aiheutuvia harmeja.

Miehen alkoholiongelmat aiheuttavat monissa perheissä myös taloudellisia vaikeuksia ja niitä pyritään myös paikkaamaan. Yhdessä puolison tarinassa kerrotaan, kuinka perheen äiti joutui myymään kaiken mahdollisen kirpputorilla, jotta lapset saivat rahaa ruokaan. Isät joivat vuokrat rahat ja usein perheet joutuivat turvautumaan sukulaisten apuun, lainaamaan rahaa. Läheisten pitää säilyttää toimintakykynsä ja olla nokkelia keksimään tapoja selviytyä, jotta elämä alkoholiongelmaisen kanssa onnistuu. Selviytymistä kuvataankin usein asenteena, ihmisen päättäväisyytenä selviytyä, mikä tekee yksilöstä selviytyjän tilanteista ja olosuhteista huolimatta. Ihmiset siis etsivät keinoja selviytymiseensä ja tekevät valintoja. Selviytyminen vaatii myös tietoista asennetta ja yrittäjyyttä. (Itäpuisto 2001, 128-129.) Selviytyminen vaikeista tilanteista tuottaa onnistumista ja hallinnan tunnetta ja vahvistaa

positiivisesti identiteettiä. Selviytyminen on kuitenkin usein jatkuva prosessi, mikä ei ole mikään pysyvä olotila tai mitään sellaista, jota voidaan lopullisesti saavuttaa ja jäädä siitä sitten nauttimaan (Itäpuisto 2001, 128). Tarvitaan tietoista muutosta, joka auttaa rakentamaan pysyvämpää positiivista identiteettiä ja selviytymiskeinoja.

Muutos ja uusi minä

Riitta Granfelt (1998) on tutkiessaan kodittomia naisia havainnut, että eron- teko normaalien ja itsen välille on negatiivisen, poikkeavan identiteetin rakentamista. Tämä tuo Granfeltin mukaan kuitenkin ihmiselle tunteen siitä, että hän on joku. Uskon myös, että määritellessään itsensä päihdeongelmaisen läheiseksi, poikkeavaksi, ihminen voi löytää vertaisensa ja liittyä heihin, saada heiltä ryhmänä tukea. Ihminen voi poikkeavuutensa kautta löytää yhteyden toisiin, vertaistovereihinsa ja kokea siinä verkostossa normaaliutta ja yhteenkuuluvuutta. Läheisellä on mahdollisuus kategorisoimisen kautta hyväksyä menneisyytensä ja nykyisyytensä ja löytää kategorian tuottamat positiiviset ulottuvuudet, voimavarat. Tätä kautta hänellä on mahdollisuus myös hyväksyä oma poikkeavuutensa ja rakentaa uutta, vahvaa identiteettiä. (ks. esim. Ikonen 2000, 72; Antonovsky 1979, 1987.)

”Olin tutustunut alkoholistien läheisiin joiden tiesin käyvän Al-Anon ryhmässä. Heidän esimerkkiään seuraten ajattelin, että voisinhan minäkin joskus siellä ryhmässä käydä. Heti ensimmäisellä kerralla koin voimakasta yhteenkuuluvuutta muiden kanssa. Huomasin etten ollut yksin ja eriskummallinen. Muilla oli ollut samanlaisia kokemuksia ja olivat niistä selvinneet. Al-Anonista tuli minulle elämäni tukiverkko. Aloin ymmärtää raittiuden kanssa ponnistelevaa alkoholisti miestäni ja mikä parasta aloin ymmärtää itseäni.” (P 6)

Selviytyminen on sosiaalisesti ajateltuna suhdetta toisiin ihmisiin. Itäpuiston (2001) tutkimuksessa vanhempiensa alkoholinkäytöstä kärsineet ihmiset kertoivat selviytymisessään saaneensa apua useilta ihmisiltä, lähinnä lä-

hiomaisiltaan ja ystäviltään. (Itäpuisto 2001, 128-130). Oman tutkimukseni naisomaelämäkerturit löysivät muutosta elämäänsä läheiskurskien, vertaisryhmien ja uskon kautta. Näistä puhuminen tuottaa läheisille voimavaroja ja positiivista kuvaa itsestään. Sukulaiset vain harvoin olivat olleet tukemassa naisten selviytymistä päihdeperheessä tai auttamassa elämänmuutokseen. Ammattiauttajista oli myös monenlaisia kokemuksia, useimmat moittivat ammattilaisten tietämättömyyttä päihdeongelmista ja heidän läheisistään sekä ihmettelivät puheeksi ottamisen ja puuttumisen vaikeutta.

Vertaistuki ja –ryhmät ovat olleet monen naisen uuden elämän ja identiteetin mahdollistajana. Al-Anon-ryhmissä ja läheiskursseilla osallistuja alkaa hahmottaa omaa elämäänsä tarinana. Ryhmässä kuulee toisten tarinoita ja kertomuksia elämästään ja kukin jäsen rakentaa oman elämäkerran omilla puheenvuoroissaan. Elämäntarina muodostuu Al-Anonia edeltäneestä ja sen jälkeisestä elämästä, joka konstruoituu Al-Anon-palaverin puheenvuoroissa. Oma elämäntarinansa on opittava kertomaan ja se auttaa yksilöä toipumisessa, on sen edellytys. Tarinoilla ja niiden kertomisella on terapeuttinen, toipumista tukeva vaikutus. Puhuminen ja kuunteleminen strukturoi jäsenen uutta käsitystä Al-Anon-laisesta itseystään. (vrt. Denzin 1987; Arminen 1994, 23.)

Al-Anon –ryhmän ja läheiskurskien kautta naiset kertovat saaneensa vertaistuen lisäksi tietoa päihdeongelmasta. Spaniol & Jungin (1987; ref. Itäpuisto 2003, 47) mukaan kognitiiviseen selviytymismalliin kuuluukin tiedon saaminen ja käsitysten ja asioiden määrittäminen pätevillä termeillä, ja vertaistuki ja puhuminen tunteista ja kokemuksista merkitsevät emotionaalisen selviytymismallin käyttöä. Al-Anonista kerrottaessa tarinoissa korostuu voimavarapuhe. Sekä vertaistuki että toimiminen Al-Anon -ryhmissä ja tehtävissä toivat monelle voimavaroja ja muita ajatuksia, pois päihdeongelmista. Al-Anon, sen ideologia ja uuden oman tarinan rakentaminen johtavat positiivisen identiteetin vahvistumiseen:

”—löysin tieni Al-anoniin. Olin silloin hyvin ahdistunut ja täynnä tuskaa. Tiesin että, minun olisi tehtävä jotain näin en enää jaksaisi. Al-anonista sain lämpöä, ymmärrystä, tasapainoa, tyyneyttä ja korvaamattomia ystäviä. Sain itseä ja purkaa tuskaani rauhassa. --- Olen saanut jatkossakin ihmisenä kasvaa omaan tahtiini.” (P 10)

Vertaisryhmän ja läheiskurssin kautta päihdeongelmaisten läheiset ovat saaneet tietoa ja reflektoida omaa tarinaa ja toisten tarinoita. Monet kirjoittajat kertovat oivalluksesta, kuinka he ovat alkaneet ymmärtää paremmin niin päihdeongelmaa kuin omaa itseäänkin. Oivallus tuottaa autonomiaa, vapauttaa elämään haitallisesti hallinneesta asiasta. Oivalluksen kautta syntyy uusia tulkintoja ja muokataan aiempia, ehkä vääriäkin tulkintoja ja merkitysrakenteita. Purhosen (1988; ref. Niemelä 1999, 67) mukaan oivallus merkitsee uutta havaitsemisen tapaa, rohkeutta hyväksyä ja kohdata olemassaolonsa kaikki puolet sekä ennen kaikkea uudenlaista tietoisuutta valinnanmahdollisuuksista. Tärkeää oivalluksessa on ymmärtää nykyhetken ja menneisyyden yhteys. Oman tarinan uudelleen rakentaminen toimii oivalluksen sisäistämisenä, voimavarapuheena, ja näin myös muodostaa uutta tulkintaa omasta identiteetistä.

Uutta identiteettiä on rakennettu ja positiivista identiteettiä ylläpidetty myös uskon avulla. Sekä päihdeongelmien vaivaamassa tilanteessa että muutoksessa on koettu hengellisistä asioista saatua voimaa ja jaksamista. Oma identiteettiä on rakennettu uskon avulla ja nähty itsensä sekä elämä sen kautta tärkeäksi. Ikosen (2000, 72) mukaan usko antaa toivoa muutoksesta, hyväksymisestä ja rakkaudesta, mikä tukee positiivisen kuvan muodostamista itsestään. Muutamilla tutkimukseni naisista voimavarapuhe liittyy uskoon ja he kokevat sen antaneen heille voimia selviytymiseen ja muutokseen:

”Näihin aikoihin ainoat rauhalliset hetket koin kirkossa ja tähän aikaan ajoittuu jonkinlainen hengellinen herääminen elämässäni. Ilman tätä uutta uskoa ja luottamusta Jumalaan en olisi jaksanutkaan.” (V 12)

Kaikkien näiden muutoksessa tukeneiden asioiden, uskon, läheiskurssin, Al-Anonin ja toiminnan avulla naiset ovat oppineet ymmärtämään päihdeongelmaa ja heidän oma syyllisyys on vähentynyt ellei poistunut kokonaan. Tämä tukee sitä käsitystä, että sekä fyysinen, kognitiivinen, emotionaalinen, sosiaalinen että hengellinen toiminta voivat tukea selviytymisessä ja muutoksessa (Antonovsky 1979, 1987; Ikonen 2000). Monet ovat saaneet vertaistuen kautta kokea yhteisyyttä toisten poikkeavien kanssa, he ovat tiedon ja ymmärryksen kautta hyväksyneet poikkeavuuden ja merkityksellistäneet sen uudelleen. Poikkeavuudesta ja eletystä elämästä on tullut voimavara, josta voidaan antaa toisillekin, toimia itse vertaistukena. Elämään on löytynyt uutta sisältöä, on uskallettu irtautua päihdeongelmaisesta ja sen tuottamista kategorioista ja identiteeteistä.

Päihdeongelmaisten läheisten omaelämäkerrallisissa tarinoissa muutos suhteessa päihdeongelmaan on tapahtunut eri tavoin ja on eri vaiheissa. Jotkut naiset kertovat irtautuneensa päihdeongelmasta suuntaamalla omaa toimintaansa muualle kuin kotiin ja keskittymällä elämään oma elämäänsä, vaikka elää yhdessä päihdeongelmaisen kanssa. Nämä naiset kertovat, että pystyvät elämään päihdeongelmaisen rinnalla nyt, kun näkevät tämän ongelman eri tavalla ja osaavat suhteuttaa itsensäkin suhteeseen eri tavalla. Osa naisista on tehnyt irtautumisensa totaalisisena, eron kautta ja muutamien tarinoissa päihdeongelmainen on kuollut. Tällöin muutos on ollut hyvin konkreettinen ja uuteen elämään on ollut pakkokin sopeutua. Joissain tarinoissa päihdeongelmainen on raitistunut ja elämä on saanut sen myötä uuden suunnan.

”Kun minä muutuin, muuttui myös perheemme elämä. Riidat vähenivät ja lastenkin oli helpompi olla. Silmäni aukenivat ja aloin tiedostaa alkoholiperheiden lasten hädän.” (L/P 3)

Tarinoiden kirjoittajat ovat hyvin eri vaiheissa muutosta. Myös suhde päihdeongelmaiseen näyttäisi vaikuttavan tähän. Päihdeongelmaisen vanhemmat eivät ole pystyneet täysin irrottautumaan lapsestaan ja suuntaamaan omaan elämäänsä. Lapsesta kannetaan yhä voimakkaasti huolta, vaikka tiedostetaan

huolen alla oman elämän jääminen elämättä. Vanhemmat tarvitsevat edelleen tukea oman vanhempi-identiteetin vahvistamiseksi, sille, että eivät ole huonoja vanhempia, vaikka keskittyisivät omaan elämään, kun eivät voi päihdeongelmaista lastaan pelastaa.

Yksi lapsuudessa vanhempiensa päihteidenkäytöstä kärsinyt pohtii kirjoituksessaan kovasti sitä, miten omat lapsuuden kokemukset ja pahaolo voivat heijastua nyt aikuisena omiin lapsiin. Myös Peltoniemen (2003, 53-59) tutkimuksessa tuli esille, että lapsuudessa alkoholitiperheessä eläneillä oli aikuisenakin persoonaan ja ihmissuhteisiin liittyviä ongelmia. Tutkimukseni kirjoittaja kertoo kuitenkin saaneensa apua läheiskurssilta ja nyt ymmärryksen kautta työstävänsä asioita. Hän vertaa vanhemmuuttaan omien vanhempiensa malliin sekä yhteiskunnassa vallitsevaan hyvän vanhemmuuden malliin. Näin hän voimavarapuheen avulla puhuu itselleen hyvän vanhemman identiteettiä ja vahvistaa positiivista kuvaa itsestään.

Puolisoiden tarinoissa kuvataan Al-Anon ryhmän kautta saatuja hyväksytyksi tulemisen kokemuksia ja yhteisyyden tunnetta. Monet kirjoittajat sanovat, että ovat alkaneet kasvaa. Lähes kaikki puolisot ovat löytäneet Al-Anon yhteyden ja muodostaneet Al-Anon –identiteetin. He ovat saaneet uuden ystäväpiirin ja uutta tekemistä itselleen Al-Anonin kautta ja löytäneet positiivisuutta elämäänsä.

”Katson tulevaisuuteen valoisin mielin. Mitä tahansa elämässäni tulee vastaan, osaan hakea itselleni apua. Käytän päivittäin Al-Anonin työkaluja: 12 askeleen toipumisohjelmia, iskulauseita, keskusteluja toisten jäsenten kanssa, kummia ja kirjallisuutta. Minulla on laaja ystäväpiiri ja rikas elämä. Perheeni jäsenet ovat minulle hyvin rakkaita ja olen heistä hyvin kiitollinen.” (P 8)

Lähes kaikki tutkimukseeni osallistuneet päihdeongelmaisten läheiset kirjoittavat joko itse omaelämäkerrassaan tai saateviesteissä, kuinka tärkeänä he kokevat sen, että joku on kiinnostunut päihdeongelmaisten läheisistä. Läheiset kertovat olevansa huolestuneita kohtalotovereistaan ja toivovat yh-

teiskunnalta huomiota päihdeongelmaisten läheisiä ja perheitä kohtaan. He iloitsevat omasta muutoksestaan ja ilon löytämisestä elämäänsä ja toivovat myös muiden vertaistensa löytävän apua ja tukea elämäänsä. Tämä myös osoittaa heiltä oman identiteetin vahvuutta ja kykyä suhteuttaa omat kipeätkin elämäkokemuksensa osaksi identiteettiään.

”Hae apua mahdollisimman pian! Ei kannata odottaa, että sairas alkoholisti tunnustaa ongelmansa. Jos yksikin perheen jäsenistä hakee apua, on kaikilla mahdollisuus toipumiseen.” (P 8)

6 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUDEN TARKASTELUA

Tutkimukseni lähtökohtana ovat olleet omat kokemukseni päihdetyön parista ja näkemys siitä, että päihdeongelmaisten läheisiä ei riittävästi huomioida päihdeongelmien hoitamisessa ja yhteiskunnallisessa toiminnassa. Itselläni päihdetyön kentällä työskentelevänä ei myöskään ole ollut riittävästi tietoa päihdeongelmaisten läheisistä, heidän kokemuksistaan ja avun tarpeistaan, saati riittäviä keinoja heidän auttamisekseen. Olen huomannut, että opiskelujeni tai tutkimuksiin perehtymiseni ei ole vastannut riittävästi tiedonhaluuni päihdeongelmaisten läheisistä ja siksi oma tutkimuksellinen mielenkiintoni on suuntautunut tähän.

Tavoitteena tutkimuksellani on ollut tuoda päihdeongelmaisten läheisten ääntä kuuluviin, kertoa heidän kokemuksistaan ja tarkastella heidän puheitaan elämästään ja identiteeteistään. Olen tehnyt tutkimuksellisia valintoja, jotka ovat arvolatautuneita ja myös sisältävät joitain ennakko-oletuksia. Metodologinen lähtökohta ja aineiston käsittely vaikuttavat siihen, mitä asioita aineistosta nostetaan esiin ja mistä asioista raportoidaan. (Jokinen & Juhila, 1996, 44-46.) Tutkijana olen siis omilla valinnoillani ja tutkimuksellisilla intresseilläni vaikuttamassa tutkimuksen kokonaisuuteen.

Omaelämäkertakirjoitusten valinta tutkimusaineistoksi on ollut tietoista, tutkijan roolin häivyttämistä. Halusin tehdä tutkimuksen, jossa en ole itse haastattelijana vaikuttamassa haastateltaviin ja heidän vastauksiinsa, ja kirjoittamisen nähdään olevan vapaampaa tutkijan otteesta, enemmän tutkittavien omien sanojen ja merkitysten tuottamisen mahdollistavaa. (vrt. Hirsjärvi & al. 1997, 206-208; Eskola & Suoranta 1998, 122) Toisaalta olen kyllä ohjannut omaelämäkertakirjoitusta kirjoitusohjeillani ja se ohjaa vastaajia huomioimaan tiettyjä asioita, kirjoittamaan nimenomaan omaelämäkertaa päihdeongelmaisen läheisen näkökulmasta. Siis tietyllä tapaa kategorisoin jo tutkittavat kirjoitusohjeissa ja he kategorisoivat itsensä tarttuessaan kirjoitushaasteeseen ja kirjoittaessaan tarinaa päihdeongelmaisen läheisenä. Toisaalta tällä tavoin rajaen omaelämäkerralliset tarinat koskemaan juuri tutkimuksessani kiinnostavia asioita.

Oman tutkijan asentoni ja tietoisuuden, että olen osa yhteiskuntaa, jonka ilmiötä tarkastelen, olen pyrkinyt huomioimaan tutkimusta tehdessäni. Olen lähtenyt lukemaan omaelämäkerrallisia tarinoita avoimin mielin, ilman tietoa tutkittavien taustoista tai heidän elämästään etukäteen. Olen kohdannut ihmiset heidän tarinoissaan, käynyt vuorovaikutukseen tekstien kanssa ja pyrkinyt vastaanottamaan omaelämäkerrallisen sopimuksen kertojan kanssa. Toisaalta olen tämän yhteiskunnan jäsenenä ja päihdetyötä tehneenä ja opiskelleena tietoinen monista asioista, jotka helpottavat yhteisen merkitysmaailman ymmärtämistä. Samaan aikaan olen asentoani vaihdellen pyrkinyt välttämään sitä vaaraa, että tekisin vääriä tulkintoja. Olen seurannut kirjoittajien, kertojien lukuohjeita ja vihjeitä ja avoimin mielin osallistunut vuorovaikutukseen tarinoiden kanssa. (vrt. Vilkkonen 1997, 78-84.)

Jokaisen läheisen tarina ja eletty elämä on merkittävä, se kertoo yhteiskunnastamme ja antaa peilauspintaa toisille päihdeongelmaisten läheisille. Tutkimus yhtyy erittäin hyvin aiempiin läheisistä tehtyihin tutkimuksiin ja täydentää osaltaan päihdeongelmaisten läheisistä tehtyjen tutkimusten kokonaisuutta. Se tuo esille uusia ongelmia ja haastaa yhteiskuntaa kiinnittämään huomiota päihdeongelman laajuuteen ja merkitykseen myös päihdeongelmaisten läheisille ja lähiyhteisöille. Itselleni tutkimuksen tekeminen, tarinoiden lukeminen ja analysoiminen on ollut hedelmällistä ja olen saanut omaan ammatillisuuteeni syvyyttä ja tärkeää tietämystä päihdeongelmaisten läheisistä.

7 AJATUKSIA PÄIHDEONGELMAISTEN LÄHEISTEN ELÄMÄNTARINOISTA

Päihdeongelmaisten läheisten omaelämäkerrallisten tarinoiden kautta tässä tutkimuksessa on saatu vastauksia kysymyksiin, millaisia ovat päihdeongelmaisten läheisten elämäntarinat ja identiteetit ja miten läheiset konstruoiivat identiteettejä tarinoissaan. Vaikka aikaisempaa tutkimusta päihdeongelmaisten läheisistä on tehty eri tieteen aloilla, ei samaan tapaan asetettua tutkimusasetelmaa ole käytetty. Tutkimus täydentääkin osaltaan läheistutkimuskenttää ja haastaa tutkimusta kuulemaan päihdeongelmaisten läheisten ääntä. Tässä kappaleessa kootaan ja arvioidaan tutkimuksen tuloksia ja tuodaan esiin tutkimuksesta nousseita ajatuksia suomalaiseen päihdekulttuuriin ja -hoitoon.

Läheisten tarinat osoittautuivat samanlaisiksi ja erilaisiksi. Erityisesti suhde päihdeongelmaiseen näyttää määrittävän, millaisia kokemuksia läheisillä on ja millaisia tarinoita läheiset tuottavat. Lapsuudessa päihdeongelmaisten vanhempien läheisinä eläneiden tarinoita kuvaa heitteille jääminen ja itsenäisen selviytyminen. Puolisoiden tarinat kertovat perhesiteestä ja sen tuomasta vastuuntunnosta, joka aiheuttaa oman elämän uhraamisen perheelle ja päihdeongelmaisesta huolehtimiseen. Vanhempien tarinoissa kuuluu hätä ja huoli päihdeongelmaisesta lapsesta, oman vanhemmuuden epäonnistumisen kokemus ja vaikeus hyväksyä oma vajavaisuus ja kyvyttömyys poistaa toisen ongelmat.

Poikkeavuus kuvaa päihdeongelman merkitystä läheisten elämälle ja identiteetille. Tarinoissa puhutaan päihdeongelmaisesta ja hänen aiheuttamista ongelmista läheisilleen. Kategorisointi ja ongelmapuhe ovat tapoja tuottaa poikkeavuutta (Burr 2004; Hall 1999; Juhila 2004; Moberg 1984). Läheiset tuovat ongelmapuheen kautta esille syitä ja selityksiä omalle alistuneelle ja ahdistuneelle identiteetilleen. Ongelmapuhe vahvistaa päihdeongelman ja päihdeperheen kategoriaan, johon läheiset usein itsensä liittävät. Tähän kategoriaan identifioituminen vahvistaa alistunutta ja ahdistunutta identiteettikäsitystä. Samalla erontekojen kautta kuvataan erilaisuutta normaaliin nähden,

poikkeavuutta. Läheiset kertovat leimautumisesta ja eristäytyneisyydestä, jotka myös tuottavat heille negatiivista, poikkeavaa ja leimattua identiteettiä.

Vastapuheen avulla läheiset erottautuvat vallitsevista kategorioista (Juhila 2004). He kyseenalaistavat kategorioita kertomalla väkivallattomasta, periytymättömästä ja raittiuden kautta muuttuneesta päihdeongelmasta. Vastapuheen avulla läheiset tuottavat itselleen kokemusta paremmuudesta tai ei niin huonoudesta. Vastapuheen avulla pyritään pitämään kiinni positiivisesta identiteetistä. Positiivinen identiteetti vahvistuu erityisesti voimavarapuheen avulla ja erityisesti puheella selviytymisestä ja muutoksesta (Vanhala 2002). Voimavarapuheessa läheiset kertovat uskosta, vertaisryhmistä, läheiskursseista ja toiminnasta, joiden avulla elämänmuutos on ollut mahdollista. Näiden asioiden avulla läheiset ovat saaneet uutta ajateltavaa ja sisältöä elämään, tietoa ja ymmärrystä päihdeongelmasta sekä uusia ympäristöjä ja sosiaalisia suhteita, jotka tukevat positiivisen identiteetin rakentamisessa ja ylläpitämisessä (ks. esim. Ikonen 2000; Antonovsky 1979, 1987).

Läheisten tarinat ovat selviytymistarinoita. Ne kertovat elämän eri vaiheista, poikkeavuudesta elämässä ja sen kanssa selviytymisestä sekä muutoksesta suhteessa poikkeavuuteen. Elämäntarinat pitävät sisällään tilanteisesti konstruoituneita identiteettejä, jotka ovat elämän aikana prosesseissa muovautuneet, muuttuneet ja järjestyneet (Rönholm 1999, 28-29; Virokannas 2002, 128). Läheisten tarinoissa merkittäviä identiteetin rakentumisen suhteen ovat olleet ympäristö ja sosiaaliset suhteet. Sekä päihdeongelmainen, lähiyhteisö että yhteiskunta ovat olleet vaikuttamassa läheisen identiteettien muotoutumiseen. (ks. esim. Hall 1999, Himberg 1998; Hänninen 2001; Kuusela 2001).

Vaikka ympäristö, yhteisö ja yhteiskunta ovat merkittävässä roolissa yksilön identiteetin rakentumisessa, ei siihen ole kiinnitetty tarpeeksi huomiota päihdeongelmaisten läheisten auttamiseksi ja tukemiseksi. Yhteiskunnassamme tarvitaan niin virallisia kuin epävirallisia, mm. järjestöjen ja vapaaehtoisten tuottamia palveluja ja vertaistukitoimia, jotka tavoittaisivat päih-

deongelmaisten läheiset. Tutkimissani läheisten tarinoissa ei mainittu viranomaisten avusta kovinkaan montaa kertaa tai sen hyödyllisyydestä. On huolestuttavaa, että yhteiskuntamme ei vastaa siihen avun tarpeeseen, mikä päihdeongelmaisten läheisillä selkeästi on. Kaukosen (2000, 101-103) tarkastelemien tilastojen mukaan muun muassa vuonna 1995 päihdepalvelujen asiakkaista 56% oli 30-49-vuotiaita ja viidennes asiakkaista oli avo- tai avioliitossa eläviä. Näillä monilla asiakkailla on läheisiä, lapsia, puoliso ja vanhemmat, jotka tarvitsevat itselleen apua ja tukea. Ja monet apua tarvitsevat eivät edes ole näissä tilastoissa. Tarvitaan avointa keskustelua ja päihdeongelmaisten läheisten asioiden esille ja puheeksi nostamista. Tarvitaan yhteiskunnallisia toimia kategorisoinnin ja leimaamisen uhan poistamiseksi ja voimavarapuhetta läheisten rohkaisemiseksi hakemaan apua. Toivottavasti Sosiaali- ja terveysministeriön Alkoholiohjelma 2004-2007 saa aikaan muutoksia päihdekulttuurissamme ja -hoidossa, eikä päihdeasiat unohdu ohjelman päätyttyä. Ohjelma kiinnittää huomiota tärkeisiin asioihin yhteiskunnassamme ja toivottavasti avoin ja päihdeongelmaisia ja heidän läheisiään tukeva ilmapiiri jatkuu ja kehittyy vuoden 2007 jälkeenkin.

Oma tutkimukseni on kuunnellut päihdeongelmaisten läheisten ääntä ja tuonut esille heidän elämäntarinoitaan ja identiteettejään. Identiteettien rakentumisen tarkastelu on ollut mielenkiintoista ja antoisaa. Uskoisin tällä alueella olevan vielä paljon tutkittavaa ja selvitettävää. Identiteettien rakentamiseen vaikuttavat yhteiskunnallinen aika ja yhteiskunnalliset arvot ja normit (Hall 1999, 21-24; Holmila 2003, 95). Näiden eriaikakausien tarkasteleminen osana identiteettien rakentumista voisi olla hyvin mielenkiintoista. Päihteiden käytön lisääntyminen ja vapautuminen ovat lisänneet miesten lisäksi naisten ja nuorten päihteiden käyttöä ja päihdeongelmia, joten olisi kiinnostavaa tutkia näiden merkitystä naiseudelle ja nuoruudelle. Myös vanhempien näkökulman laajempi tarkastelu olisi tärkeää. Monissa tutkimuksissa painottuu naisten näkökulma ja erityisesti vaimojen tutkiminen, mutta myös miehet, isät ja pojat olisi tärkeää saada tutkimuksen ja avun ja tuen piiriin.

Oma tutkimukseni on ollut mielenkiintoinen ja opettavainen matka päihdeongelmaisten läheisten elämään. Omaelämäkerrallisten tarinoiden valinta aineistoksi on ollut hyvä valinta ja mielenkiintoinen reitti tutkimuksen tekemiseen. Identiteettien tutkiminen on antanut syvyyttä ymmärtää sekä yhteiskuntaa että yksilöitä kategorisoinnin, vastapuheen, ongelmapuheen ja voimavarapuheen avulla. Diskurssianalyysiin tutustuminen ja sen käyttäminen aineiston analyysissä on antanut lisää välineitä sosiaalityön ja päihde-työn tekemiseen sekä yhteiskunnan tarkasteluun. Päihdeongelmaisten läheisten tutkiminen on tärkeää ja kiinnostukseni onkin jatkaa tästä tutkimuksesta eteenpäin. Tämä tutkimustyö on antanut valmiuksia vaativammallekin tutkimustyölle ja kiinnostus tutkimustyöhön ja erityisesti päihdeongelmaisten läheisten asian ajamiseen on vain vahvistunut. Olen suuren kiitollisuuden velkaa kaikille tutkimukseeni osallistuneille naisille ja toivon heidän ja heidän vertaistensa saavan tutkimukseni kautta voimaa elämäänsä, niin kuin minä olen saanut omaani.

LÄHTEET

Antonovsky, Aaron (1979) *Health, stress and coping*. San Francisco: Jossey-Bass.

Antonovsky, Aaron (1987) *Unraveling the mystery of health*. San Francisco: Jossey-Bass.

Arminen, Ilkka (1994) *Elämäkerrat etnometodina. Kokemusten organisointi nimettömien alkoholistien piirissä. Alkoholipoliittisen tutkimuslaitoksen tutkimusseloste n:o 188*. Helsinki: Hakapaino.

Berger, Peter & Luckman, Thomas (1994) *Todellisuuden sosiaalinen rakentuminen*. Helsinki: Gaudeamus.

Burr, Vivien (1995) *An introduction to social constructionism*. London: Routledge.

Burr, Vivien (2004) *Sosiaalipsykologisia ihmiskäsityksiä*. Tampere: Vastapaino.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha (1998) *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.

Granfelt, Riitta (1998) *Kertomuksia naisten kodittomuudesta. Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran toimituksia 702*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

Haavio-Mannila, Elina (2003) *Esipuhe*. Teoksessa Marja Holmila & Janna Kantola (toim.) *Pullonkauloja. Kirjoituksia alkoholistien läheisistä*. Helsinki: Stakes, 7-9.

Hall, Stuart (1999) *Identiteetti*. Tampere: Vastapaino.

Heikinheimo, Annaliisa & Tasola, Sirkka (2004) Vain muistamalla voi unohtaa. Seksuaalisesti hyväksikäytettyjen naisten ryhmäterapia. Tie toipumiseen. Toinen painos. Jyväskylä: Kopijyvä Oy.

Heikkilä, Antti (1996) Riippuvuus valheiden verkko. Hämeenlinna: Karisto Oy.

Heikkinen, Hannu L.T. (2001) Narratiivinen tutkimus – todellisuus kertomuksena. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I -metodin valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus, 116-132.

Heikkinen, Hannu L. T. & Syrjälä, Leena (toim.) (2002) Minussa elää monta tarinaa. Kirjoituksia opettajuudesta. Helsinki: Kansanvalistusseura.

Himberg, Lea & Laakso, Juhani & Peltola, Ritva & Vidjeskog, Jan (1998) Psykologia 2. Kehittyvä ihminen. Porvoo: WSOY.

Hirsjärvi, Sirkka & Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula (1997) Tutki ja kirjoita. 11. painos. Helsinki: Tammi.

Holmila, Marja (1993) Alkoholistin läheiset. Alkoholipolitiikka 58 (6), 437-444.

Holmila, Marja (1994) Excessive drinking and significant others. Drug and Alcohol Review 13 (4), 431-436.

Holmila, Marja & Österberg, Esa (1994) Liiallinen alkoholinkäyttö läheisten huolena. Alkoholipolitiikka 59 (3), 187-192.

Holmila, Marja (2001) Perhe, päihteet ja sukupuoli. Yhteiskuntapolitiikka 66 (1), 55-62.

Holmila, Marja (2003) Läheisen ratkaisut. Teoksessa Marja Holmila & Janna Kantola (toim.) Pullonkauloja. Kirjoituksia alkoholistien läheisistä. Helsinki: Stakes, 79-95.

Holmila, Marja & Kantola, Janna (toim.) (2003) Pullonkauloja. Kirjoituksia alkoholistien läheisistä. Helsinki: Stakes.

Holopainen, Antti (2001) Riippuvuus. Teoksessa Suomi ja huumeet – tietopaketti huumeista. Helsinki: Irti huumeista ry, Keskusrikospoliisi, Opetushallitus, Suomen vakuutusyhtiöiden keskusliitto, Stakes.

Huotelin, Hannu (1992) Elämäkertatutkimuksen metodologiset ratkaisut. Joensuun yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunnan tutkimuksia. N:o 46. Joensuu: Joensuun yliopisto.

Hyvärinen, Matti & Peltonen, Eeva & Vilkkö, Anni (1998) Johdanto. Teoksessa Matti, Hyvärinen & Eeva, Peltonen & Anni, Vilkkö (toim.) Liikkuvat erot. Sukupuoli elämäkertatutkimuksessa. Tampere: Vastapaino, 7-25.

Hänninen, Vilma (1999) Sisäinen tarina, elämä ja muutos. 8. painos. Tampere: Tampereen yliopisto.

Hänninen, Vilma (2001) Lev Semjonovits Vygotski. Tietoisuuden kulttuurihistoriallinen kehitys. Teoksessa Vilma Hänninen & Jukka Partanen & Oili-Helena Ylijoki (toim.) Sosiaalipsykologian suunnannäyttäjiä. Tampere: Vastapaino, 79-103.

Hänninen, Vilma (2004) Omaiskertomusten opettamaa. Teoksessa Anja Koski-Jännes & Vilma Hänninen (toim.) Läheiseni on päihdeongelmainen. Helsinki: Kirjapaja Oy, 104-113.

Ihanus, J. (1999) Minäkertomukset. Teoksessa J. Ihanus (toim.) Kulttuuri ja psykologia. Helsinki: Helsingin yliopisto, 241-259.

Ikonen, Tuula Hannele (2000) Tuhkasta uusi elämä. Selviytymisen teoreettiset ja käytännölliset lähtökohdat. Helsinki: Yliopistopaino.

Itäpuisto, Maritta (2001) Pullon varjosta valoon – vanhempiensa alkoholin-käytöstä kärsineiden selviytymistarinoita. Kuopio: Kuopion yliopisto.

Itäpuisto, Maritta (2003) Vanhempien alkoholiongelma, lasten ongelma. Teoksessa Marja, Holmila & Janna, Kantola (toim.) Pullonkauloja. Kirjoituksia alkoholistien läheisistä. Helsinki: Stakes, 31-51

Itäpuisto, Maritta (2005) Kokemuksia alkoholiongelmaisten vanhempien kanssa eletystä lapsuudesta. Kuopion yliopiston julkaisuja E. yhteiskuntatieteet 124. Kuopio: Kuopion yliopisto.

Jokinen, Arja & Juhila, Kirsi (1996) Intersituationaalisuus ja interaktiivisuus asunnottomuuspuheissa. Teoksessa Arja, Jokinen & Kirsi, Juhila (toim.) Merkitykset ja vuorovaikutus. Poimintoja asunnottomuuspuheiden kulttuurisesta virrasta. Tampere: Acta Universitatis Tamperensis ser A vol. 510, 17-49.

Jokinen, Arja & Juhila, Kirsi (1999) Diskurssianalyttisen tutkimuksen kartta. Teoksessa Arja, Jokinen & Kirsi, Juhila & Eero, Suoninen (toim.) Diskurssianalyysi liikkeessä. 3.painos. Tampere: Vastapaino, 54-97.

Jokinen Arja & Juhila, Kirsi & Suoninen, Eero (1993) Diskursiivinen maailma. Teoreettiset lähtökohdat ja analyttiset käsitteet. Teoksessa Arja, Jokinen & Kirsi, Juhila & Eero, Suoninen (toim.) Diskurssianalyysin aakkoset. Tampere: Vastapaino, 17-47.

Jokinen, Arja & Juhila, Kirsi & Suoninen, Eero (toim.) (1993) Diskurssianalyysin aakkoset. Tampere: Vastapaino.

Jokinen, Arja & Juhila, Kirsi & Suoninen, Eero (toim.) (1999) Diskurssianalyysi liikkeessä. Tampere: Vastapaino.

Jokinen, Arja & Suoninen, Eero & Wahlström, Jarl (2000) Miten tavoittaa auttamistyön ydintä? Teoksessa Arja, Jokinen & Eero, Suoninen (toim.) Auttamistyö keskusteluna. Tutkimuksia sosiaali- ja terapiatyön arjesta. Tampere: Vastapaino, 15-33.

Juhila, Kirsi (2004) Leimattu identiteetti ja vastapuhe. Teoksessa Arja, Jokinen & Laura, Huttunen & Anna, Kulmala (toim.) Puhua vastaan ja vaieta. Neuvottelu kulttuurisista marginaaleista. Helsinki: Gaudeamus, 20-32.

Karjalainen, Jouko & Saunamäki, Arja (1997) ”Taas se on täällä!” - Päihde-työ sosiaalitoimistossa. Teoksessa Riitta Viialainen & Maisa, Maaniittu (toim.) ”Tehdä itsensä tarpeettomaksi?” Sosiaalityö 1990-luvulla. Sosiaali- ja terveysministeriö. Raportteja 213. Jyväskylä: Gummerus, 184-196.

Kaukonen, Olavi (2000) Päihdepalvelut jakautuneessa hyvinvointivaltiossa. Stakes tutkimuksia 107. Helsinki: Stakes.

Kemppinen, Pertti (1997) Nuori minänsä vankina II osa. Vantaa: Kustannusvalmennus Oy.

Koski-Jännes, Anja (2000) Miten riippuvuus voitetaan. Helsinki: Otava.

Kuure, Tapio (1996) Marginaalin politiikkaa. Marginaalista murtautumisen vaihtoehtoiset strategiat. Tampere: Tampereen yliopisto.

Kuusela, Pekka (2001) George Herbert Mead. Pragmatismi ja sosiaalipsykologia. Teoksessa Vilma Hänninen & Jukka Partanen & Oili-Helena Ylijoki (toim.) Sosiaalipsykologian suunnannäyttäjät. Tampere: Vastapaino, 61-78.

Lehtonen, Mikko (1996) Merkitysten maailma. Tampere: Vastapaino.

Moberg, Sakari (1984) Poikkeavuuden hyväksyminen ja poikkeavien sosiaalinen etäisyys. Valtakunnallisen tutkimus- ja kokeiluyksikön julkaisuja 25/1984. Helsinki: Kehitysvammaliitto.

Niemelä, Jorma (1999) Usko, hoito ja toipuminen: tutkimus kääntymyksestä ja kristillisestä päihdehoidosta. Helsinki: Stakes.

Orford, Jim (1994) Empowering family and friends: a new approach to the secondary prevention of addiction. *Drug and Alcohol Review*, 13 (4), 417-430.

Orford, Jim (1998) The coping perspective. Teoksessa Richard Velleman, Alex Copello & Jenny Maslin (toim.) *Living with Drink*. Lontoo ja New York: Longman, 128-149.

Partanen, Juha (2003) Huumeet maailmalla ja Suomessa. Teoksessa Olavi Kaukonen & Pekka Hakkarainen (toim.) *Huumeiden käyttäjä hyvinvointivaltiossa*. Helsinki: Helsingin yliopisto, 13-37.

Peltoniemi, Teuvo (2003) Lapsen elämä suomalaisessa alkoholiperheessä. Teoksessa Marja Holmila & Janna Kantola (toim.) *Pullonkauloja. Kirjoituksia alkoholistien läheisistä*. Helsinki: Stakes, 53-59.

Peltoniemi, Teuvo (2005) Suomalaisten lasinen lapsuus 1994 ja 2004. *Tiimi* 2, 4-10.

Raitasalo, Kirsimarja (2004) Päihdeongelmaisten läheiset Suomessa. Teoksessa Anja Koski-Jännes & Vilma Hänninen (toim.) *Läheiseni on päihdeongelmainen*. Helsinki: Kirjapaja Oy, 13-17.

Roos, J.P. (1988) *Elämäntavasta elämäkertaan*. Helsinki: Tutkijaliitto.

Roos, J.P. (1994) Kuinka hullusti elämä on meitä heitellyt – suomalaisen miehen elämän kurjuuden pohdiskelua. Teoksessa J.P. Roos & Eeva Pelto-

nen (toim.) Miehen elämää. Kirjoituksia miesten omaelämäkertoista. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

Rönholm, Raimo (1999) Identiteetin lähteillä. Kulttuurijuuret minuuden ja opiskelun osana. Turku: Turun yliopisto.

Salasuo, Mikko (2005) Huumeaallot sukupolvi-ilmiönä. Teoksessa Kirsimarja Raitasalo & Hannu Alho & Jukka Lindeman & Risto Roine & Christoffer Tigerstedt (toim.) Tommi 2005. Alkoholi- ja huume tutkimuksen vuosikirja. Helsinki: Alkoholi- ja huume tutkijain seura ry, 75-86.

Seppä, Kaija (2005) Mini-interventio – alkoholin suurkuluttajien lyhytneuvonta. Teoksessa Kirsimarja Raitasalo & Hannu Alho & Jukka Lindeman & Risto Roine & Christoffer Tigerstedt (toim.) Tommi 2005. Alkoholi- ja huume tutkimuksen vuosikirja. Helsinki: Alkoholi- ja huume tutkijain seura ry, 19-29.

Sosiaali- ja terveysministeriö (2004) Alkoholiohjelma 2004-2007. Yhteistyön lähtökohdat. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2004:7. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

Suoninen, Eero (1993) Kielen käytön vaihtelevuuden analysoiminen. Teoksessa Arja, Jokinen & Kirsi, Juhila & Eero, Suoninen (toim.) Diskurssianalyysin aakkoset. Tampere: Vastapaino, 48-74.

Syrjälä, Leena (2001) Elämäkerrat ja tarinat tutkimuksessa. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II – näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 203-214.

Tamminen, Mikko (2000) Paluu normaaliin. Tutkimus addiktiivisen päihteenkäytön lopettamisesta. Stakes raportteja 247. Helsinki: Stakes.

Uimonen, Pirjo (2001) Oman elämän aarreaitta. Teoksessa Tarja Kupiainen & Katja Laitinen & Sinikka Vakimo (toim.) Minä? Missä? Milloin? Kolme-toista tulkintaa identiteeteistä. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 82-94.

Vanhala, Anni (2002) Ongelmapuhe ja voimavarapuhe asiakkuuden määrittymisessä. Esimerkki suojakotityön käytännöstä. Teoksessa Arja, Jokinen & Eero, Suoninen (toim.) Auttamistyö keskusteluna. Tutkimuksia sosiaali- ja terapiatyön arjesta. Tampere: Vastapaino, 245-264.

Velleman, Richard & Copello, Alex & Maslin, Jenny (toim.) (1998) Living with Drink. Women who live with problem drinkers. New York: Longman.

Vilkko, Anni (1997) Omaelämäkerta kohtaamispaikkana. Naisen elämän kerronta ja luenta. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

Virokannas, Elina (2002) Normaalien merkitykset huumehoitoyksikön nuorten puheessa. Teoksessa Kirsi, Juhila & Hannele, Forsberg & Irene, Roivainen (toim.) Marginaalit ja sosiaalityö. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, 125-144.

Virokannas, Elina (2004) Normaalien rajan molemmilla puolilla. Tutkimus huumehoitoyksikön nuorten identiteettien rakentumisesta. Stakes tutkimuksia 144. Helsinki: Stakes.

Wiseman, Jacqueline P. (1991) The Other Half. Wives of Alcoholics and Their Social-Psychological Situation. New York: Adeline de Gruyter.

Österberg, Esa (2005) Alkoholin kulutuksen kasvu vuonna 2004. Teoksessa Kirsimarja Raitasalo & Hannu Alho & Jukka Lindeman & Risto Roine & Christoffer Tigerstedt (toim.) Tommi 2005. Alkoholi- ja huume tutkimuksen vuosikirja. Helsinki: Alkoholi- ja huume tutkimus seuran ry, 7-18.

Hei sinä, elätkö lähellä jotakuta, jolla on päihdeongelma?

Suomessa on tuhansia ihmisiä, jotka elävät lähellä päihdeongelmaista. Oletko sinä yksi heistä? Oletko päihdeongelmaisen kumppani, vanhempi, isovanhempi, lapsi, lapsenlapsi, sisarus, sukulainen, ystävä tai työtoveri? Kirjoita kokemuksistasi ja elämästäsi päihdeongelmaisen läheisenä ja anna tukeasi toisille ihmisille sekä tietoa tutkia ja kehittää asioita.

Toimi näin:

Kirjoita

- menneisyydestäsi
- nykyisyydestäsi
- tulevaisuudestasi

Kirjoita

- oma elämäntarinasi
- millaista elämäsi on ollut päihdeongelmaisen läheisen kanssa?
- mitä läheisesi päihdeongelma on merkinnyt sinulle ja elämällesi?
- millaista tukea ja apua olet saanut ja/tai millaista tukea ja apua olisit tarvinnut?

Kirjoita

- koneella tai käsin
- vain paperin toiselle puolelle
- kirjoita paperiin nimimerkki, jota käytät itsestäsi sekä ikäsi ja sukupuolesi
- palauta kirjoituksesi postitse tai sähköpostitse alla olevaan osoitteeseen 5.2.2006 mennessä

Teen tutkimustyötä Tampereen yliopistoon ja tarkoitukseni on nostaa esille päihdeongelmaisten läheisten näkökulmaa ja kokemuksia. Toivon sinun kirjoittavan ja kertovan elämästäsi, kokemuksistasi, oman elämäntarinasi. Kaikki kirjoittamasi on luottamuksellista ja voit kirjoittaa nimettömänä. Päihdeongelmaisten läheisten näkökulma ja tukeminen on tärkeää, siis kirjoita ja auta.

Kiittäen

Päivi Heimonen

Päivi Heimonen
Krämertintie 2
00620 Helsinki

paivi.heimonen@uta.fi