

Annika Eloranta

TOIPUMINEN SOSIAALISEN IDENTITEETIN PROSESSINA

Entisten päihteidenkäyttäjien sosiaalinen identiteetti

TIIVISTELMÄ

Annika Eloranta: Toipuminen sosiaalisen identiteetin prosessina: Entisten päihteidenkäyttäjien sosiaalinen identiteetti
Pro gradu -tutkielma
Tampereen yliopisto
Yhteiskuntatutkimus/sosiaalipsykologia
huhtikuu 2020

Tämä tutkielma tarkastelee entisten päihteidenkäyttäjien sosiaalista identiteettiä suhteessa addiktiosta toipumiseen. Addiktio on yhteiskunnallisesti laaja ongelma ja sitä tutkimalla voidaan tuottaa tietoa, jonka avulla ilmiötä voidaan ymmärtää paremmin. Tähän tutkielmaan melko uuden näkökulman addiktio tutkimuksessa tuo sosiaalisen identiteetin lähestymistavan soveltaminen addiktioon ja siitä toipumiseen. Vähäinen, mutta kasvava tutkimus aiheesta on antanut viitteitä, että sosiaalisen identiteetin lähestymistavalla on paljon annettavaa addiktio tutkimukseen. Tutkielma lähestyy aihetta kartoittamalla entisten päihteidenkäyttäjien sosiaalista identiteettiä. Tässä tutkielmassa selvitetään miten ja millainen sosiaalinen identiteetti näkyy entisten päihteidenkäyttäjien elämässä ja millainen rooli sosiaalisella identiteetillä voi olla toipumisessa.

Tutkimus on laadullinen, aineiston koostuessa teemahaastatteluun tehdyistä haastatteluista ja sisällönanalyysin tuloksena saatujen pääluokkien analyysistä. Haastateltavia oli seitsemän ja he kaikki ovat käyneet läpi yhteisöllisen kuntoutusjakson samassa kuntoutuslaitoksessa ja ovat nyt päihteettömiä. Kaikki haastateltavat ovat myös mukana AA- tai NA-toiminnassa. Haastatteluissa käydään jälkikäteen läpi elämän eri vaiheita, siirtyen kronologisesti menneisyydestä tähän päivään. Sisällönanalyysin avulla löysin aineistosta kuusi pääluokkaa, jotka muodostavat keskeisimmät tutkimustulokseni.

Sosiaalinen identiteetti näyttää muodostuvan entisten päihteidenkäyttäjien elämän aikana erilaiseksi elämän eri vaiheissa. Sosiaalinen identiteetti muuttuu päihteiden käytön ja toipumisen myötä. Keskeistä on sosiaalisen identiteetin muuttuminen eri reittien kautta lopulta sellaiseksi, joka tukee toipumista ja päihteettömyyttä. Näin sosiaalisen identiteetin muutoksen myötä on mahdollista toipua ja ylläpitää päihteetöntä elämää. Tutkimuksessa monet eri ryhmäjäsenyydet ja identifikaatiot näyttävät toipumista ja päihteetöntä elämää tukevin. Toipumista ja päihteettömyyttä tukevat myös *toipuvan addiktin* sekä *addiktin* identiteetit, jotka ovat saaneet alkunsa kuntoutuslaitoksessa, ja joita AA ja NA ylläpitävät. Tuloksia voidaan käyttää hyödyksi addiktio monipuoliseen ymmärtämiseen ja mahdollisesti hoidon suunnitteluun sekä toteutukseen.

Avainsanat: addiktio, toipuminen, sosiaalisen identiteetin lähestymistapa, sosiaalinen identiteetti, AA ja NA, päihteettömyys

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck –ohjelmalla.

ABSTRACT

Annika Eloranta: Recovery as a process of social identity: Social identity of former substance users
Master's thesis
Tampere University
Social Sciences/Social Psychology
April 2020

This thesis examines the social identity of former substance users in relation to recovery from addiction. Addiction is a socially widespread problem and by studying it, it can produce information that can be used to get a better understanding of the phenomenon. Applying a social identity approach to addiction and recovery this study brings a relatively new perspective to the study of addiction. Limited but growing research on the subject has suggested that the social identity approach has much to offer in the study of addiction. The thesis approaches the subject by mapping the social identity of former substance users. This thesis explores how and what kind of social identity appears in the lives of former substance users and what role social identity can play in recovery.

The research is qualitative, with data consisting of interviews made through thematic interview and analysis of the main categories obtained as a result of the content analysis. There were seven interviewees and they have all gone through a community-based treatment at the same rehabilitation facility and are now abstinent from substances. All interviewees are also involved in AA or NA activities. Interviews go through the different stages of life afterwards, moving chronologically from the past to the present. Through content analysis, I identified six main categories in the data that make up my main research findings.

Social identity seems to form as different during the lives of former substance users at different stages of life. Social identity changes with substance use and recovery. Central to this is the transformation of social identity through different pathways into one that ultimately supports recovery and substance-free life. Thus, with the change of social identity, it is possible to recover and maintain a substance-free life. In the study, many different group memberships and identifications appear to support recovery and a substance-free life. Recovery and substance-free life are also supported by the identity of the *recovering addict* and the identity of the *addict* which both originate from the rehabilitation facility and are maintained by AA and NA. The results can be used for a diverse understanding of addiction and possibly to plan and implement treatment.

Keywords: addiction, recovery, social identity approach, social identity, AA and NA, abstinence

The authenticity of this publication has been verified by using Turnitin OriginalityCheck program.

Sisällysluettelo

1.	Johdanto	1
2.	Aikaisempi tutkimus	3
2.1	Suomalaista tutkimusta.....	3
2.2	Ulkomaista tutkimusta.....	5
3.	Addiktio ja siitä toipuminen.....	9
3.1	Addiktio.....	9
3.2	Addiktiosta toipuminen	11
3.3	AA ja NA.....	14
4.	Teoreettinen viitekehys	17
4.1	Minuus ja identiteetti.....	17
4.2	Sosiaalisen identiteetin lähestymistapa	19
4.2.1	Sosiaalisen identiteetin teoria.....	19
4.2.2	Itsekategorisointiteoria.....	21
4.2.3	Sosiaalinen identiteetti ja sen muodostuminen	23
4.2.4	Sosiaalisen identiteetin lähestymistapa ja addiktio	24
5.	Aineisto, tutkimusmenetelmät ja eettisyys.....	28
5.1	Aineisto	28
5.1.1	Kuntoutuslaitos Aurinkoinen	29
5.2	Teemahaastattelu	30
5.3	Sisällönanalyysi.....	31
5.4	Analyysiprosessin kulku.....	32
5.5	Tutkielman eettisyys.....	32
6.	Sosiaalinen identiteetti entisten päihteidenkäyttäjien elämässä.....	34
6.1	Taulukko yläkategorioista ja pääluokista	34
6.2	Addiktio osana sosiaalista identiteettiä	35
6.3	AA ja NA osana sosiaalista identiteettiä	43

6.4	Aurinkoinen osana sosiaalista identiteettiä	49
6.5	Yhteiskunta ja ammattilaiset sisä- ja ulkoryhmänä.....	54
6.6	Sosiaalisen identiteetin ja suhteiden muutokset	59
6.7	Tietoisuus sosiaalisesta identiteetistä	64
7.	Johtopäätökset ja pohdinta	68
7.1	Entisten päihteidenkäyttäjien sosiaalinen identiteetti.....	69
7.2	Sosiaalisen identiteetin muutoksia ja tiedostamista	75
7.3	Sosiaalisen identiteetin prosessi	77
7.4	Tutkielman arviointia	80
Lähteet.....		83
Liitteet		89
Liite 1		89
Liite 2		91

1. Johdanto

Päihteiden käyttö on yhteiskunnassamme enemmän normi kuin poikkeus ja päihteiden käyttöön liittyvät ongelmat ovat myös yleisiä. Vuonna 2018 jotain laitonta huumetta oli kokeillut tai käyttänyt 24 prosenttia suomalaisista (Karjalainen, Pekkanen & Hakkarainen 2020, 16). Vuonna 2016 alkoholin käytön riskirajan ylitti 28 prosenttia suomalaista (Härkönen, Savonen, Virtala & Mäkelä 2017, 30). Päihteiden käytössä on aina riski siihen, että siitä seuraa addiktio, jota puolestaan ei yhteiskunnassamme enää pidetä normina sen yleisyydestä huolimatta. Päihdeaddiktio on monelle suomalaiselle kuitenkin tuttu ilmiönä. Monessa kylässä on tunnettuja ”juoppoja” tai ”narkkareita”, jotka tunnetaan jopa nimeltä vain siitä syystä, että heillä on addiktio, joka näkyy ulkopuolisillekin. Addiktio voi siis näkyä ulkopuolisille, mutta harvempi tietää millaisia reittejä pitkin siihen on päädytty ja miten siitä voi toipua. Addiktio voi helposti näyttäytyä edellä kuvatulla tavalla arkisena ja tutuna asiana, mutta todellisuudessa kyse on moniulotteisesta ja monimutkaisesta ilmiöstä, joka ulottuu moneen elämän eri osa-alueeseen. Päihdeaddiktio on suuri ongelma sekä yksilölle, että hänen läheisilleen, mutta myös koko yhteiskunnalle. Addiktiosta on myös monia eri näkökulmia, joita tulee tuoda esiin tutkimuksen kautta, jotta ilmiötä voidaan ymmärtää paremmin.

Tässä Pro Gradu – tutkielmassa otan addiktion tutkimukseen näkökulman, joka keskittyy addiktiosta toipumiseen, toipuvien ja sosiaalisen identiteetin lähestymistavan näkökulmasta. Selvitän toipuvien sosiaalista identiteettiä ja sen osuutta toipumiseen sekä päihdeettömyyteen. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää sosiaaliseen identiteettiin liittyviä seikkoja, jotka ovat lopulta johtaneet päihdeettömään elämään. Lähestyn aihetta kahdella tutkimuskysymyksellä, joista ensimmäinen keskittyy siihen, miten ja millainen sosiaalinen identiteetti entisten päihteidenkäyttäjien elämässä näkyy. Toinen kysymys keskittyy siihen, millainen rooli sosiaalisella identiteetillä voi olla toipumisessa.

Tutkimuskysymyksiin pyrin saamaan vastaukset analysoimalla haastatteluaineistoa sosiaalisen identiteetin lähestymistapaa hyödyntäen. Aineisto koostuu seitsemästä entisen päihteidenkäyttäjän haastattelusta, joissa selvitän jälkikäteen kerrottuna sosiaalista identiteettiä elämän eri vaiheissa ja sen suhdetta päihteiden käyttöön, toipumiseen ja päihdeettömyyteen. Kun päihdeettömään elämään päätymistä selvittää itse toipuvien näkökulmasta, saadaan ainutlaatuista tietoa, josta voi olla paljon hyötyä henkilöille, jotka kamppailevat addiktion kanssa. Toipuvien omista kokemuksista voi olla myös paljon hyötyä hoitoja suunniteltaessa, sillä ne lopulta suuntautuvat nimenomaan ongelmasta kärsiville. Tavoitteena on tuottaa tietoa, joka lisää tietoisuutta addiktiosta, siitä toipumisesta ja päihdeettömästä elämästä heidän näkökulmastansa, jotka ovat itse käyneet tämän matkan läpi.

Kerron tutkielmassani ensin aikaisemmasta tutkimuksesta liittyen addiktioon ja siitä toipumiseen, korostaen sosiaalisen identiteetin lähestymistavan ja addiktion yhdistäviä tutkimuksia, jotka ovat olennaisimpia oman tutkimukseni kannalta. Jatkan tästä lukuun, jossa kerron addiktiosta ja siitä toipumisesta, käsittelemällä addiktiota, toipumista ja vertaistukeen perustuvia Nimettömiä alkoholisteja (AA) sekä Nimettömiä narkomaaneja (NA). Tästä siirryn tutkielman teoreettiseen viitekehykseen, joka polveutuu minuuden ja identiteetin teorioista. Tässä tutkielmassa tarkastelen addiktiota sen sosiaalista puolta korostaen, sosiaalisen identiteetin lähestymistavan ollessa tutkielman teoreettinen viitekehys. Tämän jälkeen kerron aineistostani, tutkimusmenetelmästäni ja eettisyydestä, josta jatkan analyysilukuun. Analyysiluvussa tulee esiin sisällönanalyysin tuloksena syntyneet kuusi pääluokkaa, jotka käsittelevät sosiaalisen identiteetin eri osia, muutoksia ja sosiaalisen identiteetin tiedostamista. Analyysiluvun jälkeen kerron lopuksi johtopäätökset, joissa tulee esiin miten addiktiosta toipuminen näyttäytyy tässä tutkielmassa sosiaalisen identiteetin prosessina.

2. Aikaisempi tutkimus

Suomessa on tehty paljon päihdetutkimusta ja sitä on myös tehty pitkän aikaa. Päihdetutkimuksen vuosien varrelle sisältyy paljon erilaisia hankkeita ja laajoja päihdekyselyjä, kaiken muun tutkimuksen lomassa. Addiktiosta toipumista on tutkittu runsaasti, sekä Suomessa että ulkomailla. Usein suomalaisten toipumistutkimusten lähtökohtana on tutkia hoitoa (Koski-Jännes 1985; 1995; Tammi, Aalto & Koski-Jännes 2009), muutosta yksilössä (Hänninen & Koski-Jännes 1999; Koski-Jännes 2000; 2002; 2004; Ruisniemi 2006) ja toipumista eri tavoin (Kotovirta 2009; Kuusisto 2009; 2010). Usein nämä edellä mainitut aiheet myös yhdistyvät toistensa kanssa. Ulkomailla toipumistutkimukset käsittelevät enemmän identiteettiä ja minäkäsitystä sekä kasvavissa määrin myös sosiaalista identiteettiä (Buckingham, Frings & Albery 2013; Dingle, Ecuwys & Efrings 2015; Best ym. 2016; Buckingham & Best 2016; Bathish ym. 2017), jotka ovat lähempänä omaa tutkimusasetelmaani. Addiktiota on tutkittu monella eri tieteenalalla, kuten esimerkiksi psykologian, sosiaalitieteiden, lääketieteen, terveystieteiden ja kasvatustieteiden näkökulmista. Oma näkökulmani sijoittuu pääasiallisesti sosiaalitieteelliseen tutkimukseen, sosiaalipsykologian kentälle. Esittelen seuraavaksi ensin suomalaista tutkimusta addiktiosta ja siitä toipumisesta, ja tämän jälkeen esittelen ulkomaista tutkimusta. Laajan päihde- ja addiktio tutkimuksen määrän vuoksi keskityn tutkielmani kannalta olennaiseen tutkimukseen.

2.1 Suomalaista tutkimusta

Toipumista tutkittaessa on tutkittu eri tapoja toipua. Näistä yksi on spontaani toipuminen, johon on usein liitetty uskonto, jonka on todettu vaikuttavan toipumiseen positiivisesti (Kuusisto 2010; Lund 2018). Lund (2018) on tutkinut spontaanin toipumisen piiriin sijoittuvaa kristillisen uskon merkitystä toipumisessa. Hänen tutkimuksensa osoittaa, että ainakin kristillisen uskon osallisuutta toipumiseen tutkittaessa, toipuminen näyttäytyy myös uuden elämän luomisena, päihderiippuvuudesta eroon pääsyn lisäksi. Kuusisto (2010) on tutkinut spontaanin toipumisen lisäksi myös toipumista vertaistuen ja professionaalisen hoidon kautta. Hänen tutkimuksensa mukaan näihin kolmeen eri reittiin jakautuminen alkaa riippuvuuden muodostumisen jälkeen, ja juominen aiheuttaa erilaisia haittoja jokaisessa ryhmässä. Spontaanisti toipuvien nähdään kokevan oma alkoholiongelma lievempänä kuin verrokkiryhmien. Käyttöhistoria ja vaikea päihdeongelma antavat viitteitä siitä, että toipumaan lähdetään joko itsenäisesti tai hyödyntämällä tarjolla olevia hoitomahdollisuuksia. Toipuvien nähtiin tarvitsevan erilaisia asioita toipumiseen ja raittiuteen. Henkilön piirteiden ja hoidon kohdentaminen nähtiin tapahtuvan merkittävästi itse päihdeongelmaisten toteuttamana.

Addiktion yhteisöpohjaisia hoitoja tutkittaessa on todettu, että vertaistukiryhmä tällaisissa hoidoissa on tärkeä ja toipumista edistävä tekijä (Ruisniemi 2006; Oinas-Kukkonen 2013). Minnesota-hoitoa tutkinut Oinas-Kukkonen (2013) lisää tähän vielä pitkän jatkohoidon ja läheiskohtaamiset keskeisiksi tekijöiksi. Ruisniemi (2006) on yhteisöpohjaisen hoidon tutkimuksessaan tutkinut minäkuvan muutosta ja tämän pohjalta todennut, että yhteisö mahdollistaa sosiaalisen kanssakäymisen harjoittelua, tai se voi mahdollistaa oman persoonallisen identiteetin löytymisen. Tutkimuksen haastateltavien minäkuvaan on tullut joustavuutta, ja kuntoutusjakson jälkeen muita kohtaan oltiin avoimempia kuin ennen. Pärttö, Hännikäinen-Uutela ja Määttä (2009) ovat tutkineet huumeidenkäyttäjien arkea yhteisöllisen huume-kuntoutuksen jälkeen ja tulkinneet tuloksiaan niin, että pääsääntöisesti tällaisella yhteisöllisellä kuntoutuksella voidaan saada hyviä tuloksia. Tutkimuksessa on huomattavissa yhteisössä muodostuva ryhmäjäsensyys, joka luo ystävyysuhteita kuntoutuslaitoksessa. Kaikki tutkimukseen osallistuvat olivat myös osallistuneet jatkohoitoon, pääasiassa itsehoitoryhmiin, jotka tutkimuksen mukaan tukevat raittiutta.

Toveriseuroja tutkittaessa on huomattu, että NA:ssa omaksuttu addiktin identiteetti voi näyttäytyä aluksi kahlitsevana, mutta muuttua lopulta voimavaraksi ja olla hyvinkin myönteinen asia. NA:n on tutkittu vaikuttavan toipuvien elämään monin eri tavoin, ja siitä hyötyvän eri-ikäiset ja taustaiset henkilöt. On olemassa vahvistettu näkemys siitä, että vertaistuki on merkittävää toipumisessa, mutta tarvitsee rinnalleen myös ammatillisen tuen ja hoitojärjestelmän. (Kotovirta 2009.) On myös tutkittu, että huumeiden käytöstä seuraa haittoja ja ongelmia, jotka ulottuvat terveyteen, toimeentuloon, työhön, koulutukseen, asumiseen ja ihmissuhteisiin. Menneisyys näyttää ulottuvan myös nykyisyyteen kaikilla näillä osa-alueilla. Toipumista tukevat sosiaalinen verkosto, jossa vertaistuki on suuressa roolissa, yksilön ominaisuudet, arvomaailma, yhteiskunnallis-kulttuuralliset tekijät, huumehistorian vaikutukset ja hoidon vaikutukset. (Knuuti 2007.) Näissä molemmissa tutkimuksissa (Knuuti 2007; Kotovirta 2009) on vahvistunut näkemys siitä, että toveriseura voi näyttäytyä entistä huumeiden käytön kulttuuria korvaavana ja uutta sosiaalista pääomaa luovana tekijänä.

Suomessa päihde- ja addiktio-tutkimusta sosiaalitieteissä on tehnyt laajasti sosiaalipsykologi Anja Koski-Jännes. Koski-Jännes on tutkinut mm. alkoholiongelmiin hoitoa, päihdeongelmien ehkäisyä, vankien päihdeidenkäytön vähentämismenetelmiä, sekä monia muita aiheita addiktioon ja sen hoitoon liittyen (Määttänen & Koski-Jännes 1981; Koski-Jännes 1995; 2000; Koski-Jännes, Riittinen & Saarnio 2008; Tammi ym. 2009). Hän on tutkinut addiktioon liittyen myös identiteettiä ja minuutta sekä näissä tapahtuvia muutoksia.

Toipumista muutoksen näkökulmasta Koski-Jännes on Hännisen kanssa (1999) tutkinut narratiivisessa tutkimuksessa, joka koski eri addiktioista toipumista. Tutkimuksessa löytyi viisi

tarinaa, joihin kaikkiin liittyi muutos ihmissuhteissa, ja näistä erityisesti AA-tarinan voi yhdistää päihteiden käytön aikaiseen sosiaalisen identiteetin menettämiseen, ja sen löytymiseen myöhemmin AA-yhteisöstä (Hänninen & Koski-Jännes 1999). Koski-Jännes (2000) puhuu identiteetti projekteista, jotka voivat olla hyvinkin laajoja, jos addiktiivinen käytös ja päihteiden käyttö on aiemmin muodostunut osaksi minäkäsitystä. Tässä identiteetti projektissa voidaan palata riippuvuutta edeltävään identiteettiin, tai sen syrjäyttämään identiteettiin, tai joutua rakentamaan täysin uusi minuus. (Koski-Jännes 2000, 171–172.) Addiktiosta toipumiseen tarvitaan myös elämäntapojen muutoksia, ja mitä suurempia muutoksia tarvitaan, sitä enemmän täytyy tehdä myös identiteettityötä. Tämän esimerkiksi vertaistukiryhmät voivat mahdollistaa ja toimia samalla kehyksenä identiteetin muutokselle. (Koski-Jännes 2004.) Henkilökohtaista ja sosiaalista identiteettiä koskeva tutkimus tuo esiin, että addiktiivisen käytöksen lopettaminen voi saada käyntiin henkilökohtaisen ja sosiaalisen identiteetti projektin. Tutkimukseen osallistujat tavoittelivat kunnioitettavaa sosiaalista identiteettiä ja sen luominen liittyi usein aiemman syrjäytymisen tilalle tulleeseen kiinnittäytymiseen, esimerkiksi AA:han tai valtavirtaiseen yhteiskuntaan. (Koski-Jännes 2002.) Sosiaalista identiteettiä Koski-Jännes ja Hänninen (1998) kutsuvat kiteytyneeksi, kun uusi itsemääritys, *alkoholisti/addikti*, tekee ymmärrettäväksi koko aikaisemman elämän.

2.2 Ulkomaista tutkimusta

Ulkomaisessa tutkimuksessa addiktiota ja sosiaalista identiteettiä, erityisesti sosiaalisen identiteetin lähestymistavan kautta, on tarkasteltu nämä kaksi aihetta yhdistävissä tutkimuksissa kasvavissa määrin, mutta vielä suhteellisen vähän kun ottaa huomioon sosiaalisen identiteetin suosion muissa aiheissa. Muut aihetta tutkineet (Buckingham ym. 2013; Dingle ym. 2015; Frings & Albery 2015; Bathish ym. 2017) ovat todenneet saman aukon addiktion tutkimuksessa. Kvantitatiivista ja teoreettista tutkimusta aiheesta on löydettävissä enemmän kuin kvalitatiivista tutkimusta. Seuraavaksi esittelen ensin lyhyesti ulkomaista tutkimusta addiktiosta toipumisesta yhteisössä sekä AA:sta ja NA:sta, joista etenen sosiaalisen identiteetin ja addiktion yhdistäviin ulkomaisiin tutkimuksiin.

Addiktiosta toipumista yhteisöissä on tutkittu suhteellisen vähän. Esimerkiksi AA:ta ja NA:ta on tutkittu paljon eri näkökulmista, toipumisen kokemusten jäädessä kuitenkin vähempään huomioon kokonaiskuvassa. Vertaistukiyhteisöjä tutkineet Boisvert, Martin, Grosek ja Clarie (2008) ovat todenneet, että vertaistukiyhteisöillä, jotka tähtäävät itseohjautuvuuteen, voi olla merkittävä positiivinen vaikutus toipumiseen ja nämä yhteisöt voivat myös vähentää retkahtamisen riskiä. Tutkimuksen kvalitatiivinen puoli tuki parannuksia kannustavassa käytöksessä ja koetussa yhteydessä yhteisöön. Vaikka tämän tutkimuksen yhteisö ei ollut AA tai NA, tukee se myös näiden positiivista vaikutusta itseohjautuvuuden kautta, jota AA:n ja NA:n voidaan nähdä myös tukevan.

Toipumista AA:ssa ja myöhemmin myös NA:ssa kvantitatiivisella tutkimusotteella on tutkinut Kelly, Stout, Magill & Tonigan (2011) ja Kelly, Stout & Slaymaker (2013). Aiemman tutkimuksen (Kelly ym. 2011) tuloksena AA:n huomattiin lisäävän päihteettömyyttä puolustavia sidoksia ja vähentävän huomattavasti juomista puolustavia sidoksia. Löydettiin, että AA helpottaa toipumista ja ennustaa päihteettömyyttä, nimenomaan juomista puolustavien verkostojen sidosten vähentymisen, mutta myös päihteettömyyttä puolustavien sidosten kautta. Kelly ym. (2013) jatkoivat tutkimusta saman aiheen parissa, mutta selvittivät tässä tutkimuksessa AA- ja NA-ryhmiin osallistumista. He totesivat, että itseään 12 askeleen jäsenenä pitämällä ja verbaalisesti kokouksiin osallistumisella, molemmilla erikseen, oli vahva yhteys päihteettömyyteen.

Toipumista NA:ssa on tutkittu kvalitatiivisesti Delucian, Bergmanin, Formoson & Weinbergin (2015) tutkimuksessa, jossa tutkittiin NA:n vaikutusta toipumiseen pitkäaikaisten jäsenien näkökulmasta. Toipumisen kokemusten huomattiin vaihtelevan yksilön sisäisesti ja yksilöiden välillä, josta voisi johtua kahdentoista askeleen ohjelman suosio ja hyödyllisyys. Kahdentoista askeleen ohjelmaan osallistumisen hyötyinä ehdotetaan hyötyjä ihmissuhteista, suuremman koossapitävän yhteisön jäseneksi tulemisesta ja parantuneesta psykologisesta hyvinvoinnista. Toipumistarinoita AA:n kirjallisuudesta ovat tutkineet Strobbe & Kurtz (2012) ja he ovat löytäneet tarinoista viisi vaiheita: Aluksi tai varhainen juominen, alkoholinen taantuminen, pohjakokemus, edistyminen AA-ohjelmassa ja vakaa raittius. Näiden vaiheiden tunnistaminen voisi auttaa potilasta hoidossa sijoittamaan itsensä alkoholismiin ja toipumisen jatkumolle ja auttaa oman käyttäytymisen ymmärtämistä sekä motivoimaan toipumista.

Sosiaalisen identiteetin tutkimuksessa, yleensä organisaatioissa käytetään sosiaalisen identiteetin kartoittamisen työkalua (SIM: social identity mapping), mutta tätä on myös sovellettu addiktion tutkimukseen (Best ym. 2014; Haslam C., Dingle, Best, Mackenzie & Beckwith 2016). Best ym. (2014) testasivat ja sovelsivat SIM:ää terapeutin yhteisön sosiaalisten verkostojen tutkimuksessa ja päätyivät siihen tulokseen, että SIM soveltuu hyvin tällaiseen tutkimukseen. Haslam C. ym. (2016) veivät tätä edellistä tutkimusta hieman pidemmälle omassa terapeutin yhteisön sovelluksessaan, jossa terapeutin yhteisön vaikutuksia sosiaalisen identiteetin muutokseen voitiin kartoittaa SIM:än avulla. Molemmissa tutkimuksissa terapeutin yhteisö näyttäytyi toipumisen kannalta pakollista sosiaalisen identiteetin muutosta tukevana, antaen mahdollisuuden kehittää uusia, toipumista tukevia sosiaalisia suhteita, samaan aikaan kun toipumista vaarantaviin käyttäjien verkostoihin pääsy on rajoitettu.

Sosiaalista identiteettiä tutkittiin kvantitatiivisessa tutkimuksessa, jossa verrattiin identiteettien *addikti* ja *toipuva addikti* sekä *tupakoitsija* ja *ex-tupakoitsija* vaikutusta retkahtamiseen. Korkeampi

toipuvan addiktiin tai *ex-tupakoitsijan* identiteetti ennusti vähempää retkahdusten määrää. Kun sosiaalinen identiteetti *toipuva addikti*, valittiin mieluummin kuin *addikti*, ennusti tämä korkeampaa minäpystyvyyttä, joka puolestaan oli yhteydessä pidempiaikaiseen päihteettömyyteen ja himotun käytöksen vähenemiseen. Tutkimus esittääkin, että ihmisillä, joilla on ongelmia addiktiivisen käyttäytymisen kanssa, sosiaalisen identiteetin luominen *toipuvaksi addiktiksi* tai *ex-tupakoitsijaksi* voi olla hyödyllistä retkahtamisen ehkäisyssä. Tutkimuksessa todettiin, että sosiaalisen identiteetin teorian ja itsekategorisointiteorian mukaisesti, yksinkertaisesti identifikaatio ei ole se tekijä, joka voi vaikuttaa minäpystyvyyteen ja käytöksen muutokseen, vaan tässä tutkimuksessa se oli sosiaalisen identiteetin (*toipuva addikti*) suosiminen verrattuna aiempaan (*addikti*). (Buckingham ym. 2013.)

Myös Fringsin & Alberyin (2015) luoma malli *Social Identity Model of Cessation Maintenance (SIMCM)* tukee yhteyttä sosiaalisen identiteetin ja retkahtamisen välillä. Malli koostuu erilaisista sosiaaliseen identiteettiin liittyvistä ennustuksista, joiden vaikuttavuus riippuu sosiaalisen kognition prosesseista. Sosiaalisen identiteetin, esimerkiksi *toipuvan addiktiin* identiteetin sisäistämisen jälkeen, korkean ryhmäidentiteetin ennustetaan johtavan kohonneeseen käytöksen kontrollin todennäköisyyteen. Mallin olennaisin oletus on ryhmäterapiain, tai vain yhtäläisyyksien tunnistamisen samoin identifioituvien kanssa, lisäävän *toipuvan addiktiin* identiteettiä. Tämä sosiaalinen identiteetti puolestaan lisää pystyvyyden tunnetta, itsetuntoa, ryhmän kykyä tukea ja toimia sosiaalisena kontrollina sen jäsenille. Malli ehdottaa, että ryhmäterapiain vaikutuksia sosiaaliseen identiteettiin ja siihen liittyviin ryhmäprosesseihin, voidaan käyttää hyödyksi lopettamisen ylläpitämisessä. Toinen kehitetty malli (Best ym. 2016) on *social identity model of recovery (SIMOR)*. SIMOR-mallissa keskeinen ajatus on, että toipuminen tapahtuu sosiaalisena prosessina, jossa tapahtuu onnistunut sosiaalisen identiteetin muutos. Malli käyttää esimerkkinä AA:ta, joka nähdään toipumista tukevana ryhmänä ja toipumis pohjaisen sosiaalisen identiteetin luomisen mahdollistavana ja ylläpitävänä. SIMOR esittää, että siirtymä toipumiseen edellyttää sosiaalisen identiteetin muutosta sosiaalisten verkostojen kautta, ja tämä muutos tapahtuu päihteitä käyttävien ryhmien vaihtumisena pääasiassa toipumista tukeviin ryhmiin.

Bathishin ym. (2017) kvantitatiivinen tutkimus kartoitti sitä, miten sosiaalisen verkoston ja sosiaalisen identiteetin tekijät voivat vaikuttaa hyvinvointiin ja siirtymässä addiktiosta toipumiseen. Sosiaalisten verkoston muutoksilla oli löydetty yhteys siirtymään pois addiktiosta. Tutkimus korostaa sosiaalisten verkostojen muuttumista tilanteesta, jossa sosiaalinen maailma lähes kokonaan koostuu muista käyttäjistä, tilanteeseen, jossa se koostuu muista toipuvista. Suuremmalla sosiaalisten verkostojen vaihtelulla oli myös parempi vaikutus hyvinvointiin kuin yksipuolisella sosiaalisella verkostolla. Sosiaalinen identiteetti *toipuva addikti* oli yhteydessä addiktiosta toipumiseen, mikä on

yhtenäinen tulos SIMCM- ja SIMOR-mallien kanssa. Tämä sosiaalinen identiteetti oli puolestaan yhteydessä aiemmin mainittuihin sosiaalisten verkostojen sisältöjen muutoksiin. Sosiaalista identiteettiä ja verkostoja on tutkittu myös internetin kontekstissa (Best, Bliuc, Iqbal, Upton & Hodgkins 2018). Best ym. (2018) tutkivat internetin sosiaalisia vuorovaikutuksia addiktiosta toipumisessa, käyttämällä sosiaalista verkostanalyysiä sekä tietokoneistettua lingvististä analyysiä. He osoittivat, että vahvat toipumisen verkostot, joissa on positiivista vuorovaikutusta, voivat olla osa pitkäaikaisen sosiaalisen identiteetin muutosta. Tämä sosiaalisen identiteetin muutos puolestaan tukee toipumisyhteisöihin sitoutumista ja piti erityisesti paikkansa vahvasti internetryhmään identifioituvilla.

Sosiaalisen identiteetin ja addiktion tutkimuksen kvalitatiivista puolta edustaa Dinglen ym. (2015) tutkimus, jossa tutkittiin addiktien sosiaalista identiteettiä ja miten se oli muuttunut addiktion edetessä. Tämä tutkimus on ensimmäisiä kvalitatiivisia sosiaalisen identiteetin näkökulmasta tehtyjä tutkimuksia identiteetin muutoksista ajan kuluessa, suhteessa addiktioon. Tutkimuksessa löydettiin kaksi eri sosiaalisen identiteetin polkua. Ensimmäisessä polussa (identiteetin menetys) tutkimukseen osallistuneilla oli ollut ennen addiktiota positiivisia sosiaalisia identiteettejä, ja päihteiden käytön edetessä, nämä identiteetit koettiin menetetyiksi. Toisessa polussa (identiteetin saaminen) tutkimukseen osallistuneilla oli ollut negatiivisia sosiaalisia identiteettejä ennen addiktiota, ja päihteiden käytön edetessä addiktiosta saatiin uusi arvostettu sosiaalinen identiteetti, jossa koettiin yhteenkuuluvuuden tunnetta muihin päihteidenkäyttäjiin. Käytön edetessä, saatettiin lopulta kokea torjuntaa muilta käyttäjiltä. Kaikki tutkimukseen osallistujat osallistuivat terapeutiseen yhteisöön, jolloin suurin osa kehitti *toipuvan* identiteetin ja koki tämän yhteisön positiivisena. Terapeutiseen yhteisöön liittymisen jälkeen, ensimmäisen polun henkilöt tähtäsivät ennen addiktion muodostumista olleiden sosiaalisten identiteettien jatkamiseen ja korjaamiseen, erityisesti koulutuksen ja ammatin kautta. Toisen polun henkilöt taas tavoittelivat uusia tavoitteellisia identiteettejä, liittyen koulutukseen, perheeseen ja toipumiseen. Tutkimus ehdottaa, että addiktion hoidossa tulisi huomioida nämä kaksi polkua sekä muita sosiaalisia identiteettejä, ja käyttää niitä motivoimaan muutosta sekä ohjaamaan sosiaalista muutosta, joka auttaa toipumisessa.

3. Addiktio ja siitä toipuminen

Tässä luvussa käsittelen addiktiota ja siitä toipumista aloittaen määrittelemällä addiktiota ja kuvaamalla sitä lähinnä yhteiskuntatieteellisestä näkökulmasta. Otan myös lyhyesti huomioon muiden tieteenalojen näkemyksiä addiktiosta. Kyseessä on laaja-alainen ilmiö, josta eri tieteillä on eri näkökulmia, jotka kaikki vaikuttavat käytäntöön omalta osaltaan enemmän tai vähemmän. Tämän vuoksi koen tärkeäksi kuvata hieman kliinistä näkökulmaa psykiatriasta ja lääketieteestä, sillä sen vaikutukset ulottuvat pitkälle päihdehoitoon terveydenhuollossa. Tämän jälkeen kerron addiktiosta toipumisesta ja sen moninaisuudesta. Addiktioista keskityn nimenomaan päihteisiin liittyvään addiktioon. Tässä tulee myös huomioida käsitteiden moninaisuus, sillä addiktio on vasta viime vuosina noussut päihderiippuvuuden sijasta vakiintuneemmaksi käsitteeksi, minkä vuoksi tässä tutkielmassa puhutaan sekä addiktiosta, että päihderiippuvuudesta, vanhemman kirjallisuuden käyttäessä päihderiippuvuuden käsitettä. Terminologia ylipäättään addiktiosta on moninainen, mutta itse käytän tässä tutkielmassa addiktion käsitettä kuvaamaan päihteiden käytön ongelmaa sosiaalitieteellisestä näkökulmasta. Seuraavaksi kuvaan käsitystä addiktiosta, johon pohjaan myös oman käsitykseni, sekä lisäksi addiktion eri käsityksiä, jotka luovat siitä moninaisempaa kuvaa.

3.1 Addiktio

Addiktiosta on oltu tietoisia jo muinaisessa Kreikassa ja Egyptissä kirjoitusten perusteella, joten käsitys addiktiosta ei ole uusi ilmiö (West & Brown 2013, 11). Historian aikana on kehitetty monia eri malleja addiktiosta ja mikään niistä yksinään ei tarjoa kaiken kattavaa ymmärrystä kaikista addiktion puolista (Miller 2013, 3-11). Addiktion kentällä on monia haasteita, sillä peruskäsitteistäkään ei ole selvyyttä ja kiistoja addiktion ymmärtämisestä ja kuvaamisesta riittää siihen asti, mikä edes lasketaan addiktion alaan kuuluvaksi. Termien käytössä on epäselvyyttä, niiden määrittelyjen ollessa epäselviä, ja malleja sekä teorioita kuvatessa käytetään monitulkinnasta kieltä. Eri termejä käytetään myös usein samoista käsitteistä, mikä lisää epäselvyyttä. (West, Marsden & Hastings 2019, 955.) Erilaiset näkemykset kuitenkin tuovat rikkautta tälle kentälle, jolloin addiktiota voidaan myös ymmärtää monipuolisemmin.

Tieteen kehittyessä, addiktion fysiologinen puoli tuli suosioon ja se on vieläkin joidenkin tutkijoiden sekä laajasti kansan käsityksessä. Fysiologisella puolella tarkoitetaan vieroitusoireisiin perustuvaa käsitystä addiktiosta, jossa addiktion kohteena olevaa ainetta on saatava, jotta voi säilyttää normaalin fysiologisen toiminnan. Jos ainetta ei saa, voi kohdata vaikeita vieroitusoireita, jotka voivat pahimmillaan johtaa kuolemaan. Viime vuosina käsitys addiktiosta on muuttunut paljon ja sitä määrittää pitkälti käsitykset käyttäytymisen kontrollin heikentymisestä. Tähän heikentyneeseen

kontrolliin tärkeä lisäys on sen aiheuttama, tai mahdollisesti aiheuttama merkittävä haitta. Heikentynyt kontrolli ilmenee pakonomaisena käytöksenä addiktion kohteeseen ja usein addiktoitunut henkilö haluaa vilpittömästi lopettaa tämän käytöksen, mutta ei pysty siihen. Addiktiota ei kuvaa pelkkä käyttäytymisen kontrolli, vaan kyse on syndroomasta, jossa on monia erilaisia oireita. Käänte addiktion käsitteellistämässä, jossa vieroitusoireisikeskeisestä käsityksestä on siirrytty pois päin, johtuu vieroitusoireiden vähäisestä sosiaalisesta uhasta ja siitä, että ne eivät ole addiktiossa suurin ongelma. Suurin ongelma on pakkomielle käyttää päihteitä, millä on suuria negatiivisia vaikutuksia yksilön hyvinvointiin, jotka ovat lisäksi pitkäkestoisia. (West & Brown 2013, 11–12.) Addiktion psyykkiset, fyysiset ja sosiaaliset seuraukset hyvinvoinnille voivat jatkua hyvin pitkään sen jälkeen, kun addiktiivinen käytös on loppunut. Nämä seuraukset tulevat itse addiktille esiin usein vasta lopettamisen jälkeen. Tämä johtuu siitä, että vaikka nämä seuraukset ovat syntyneet käyttäessä, ne tulevat tietoisuuteen vasta kun henkilö itse on tarpeeksi vastaanottavainen kaikelle tiedolle. Tämä vastaanottavuus tulee, kun addiktio ei enää ohjaa elämää ja toipuminen on alkanut.

Seuraavaksi määrittelen nykyistä sosiaalitieteellistä versiota addiktion käsitteestä. Addiktio ei rajoitu vain päihteisiin, vaikka näin onkin monen tutkijan mukaan, mutta laajemmassa käsityksessä siihen voidaan ottaa mukaan esimerkiksi uhkapelaaminen (West & Brown 2013, 12) ja muut vastaavanlaiset toiminnalliset addiktiot. Toiminnallisten addiktioiden lisääminen addiktion käsitteeseen on kuitenkin osittain ongelmaista niiden eri luonteen vuoksi, mutta tähän ratkaisuna voi toimia palkitsevuuden termin käyttö ja käyttäytymisen näkeminen tuloksena. Näin nykyinen versio addiktion käsitteen määrittelystä sisältää syndrooman, jossa keskeistä on palkitsevan käytöksen heikentynyt kontrolli, mikä on samaan aikaan saavutettu tuloksena tästä palkitsevasta käytöksestä. (Em. 12.) Addiktion nykyaikaisessa sosiaalitieteellisessä määrittelyssä olennaista on siis käytöksen palkitsevuus ja käytöksen näkeminen siitä itsestään saavutettuna, jolloin tästä seuraa kierre addiktion kohteeseen, eli tässä tutkielmassa päihteisiin. Päihteiden käyttöä ei voida hallitusti kontrolloida, mikä on myös seuraus päihteiden käytöstä.

Kuten jo edellä totesin, addiktion ja riippuvuuden suhde käsitteinä on haastava, sillä molempia käytetään päällekkäin. Addiktio kuitenkin erottuu riippuvuudesta käytöksen korostamisen kautta ja riippuvuuden kuvatessa enemmänkin fyysistä riippuvuutta aineeseen, jolloin sitä on saatava estääkseen vieroitusoireet, sekä psyykkistä riippuvuutta, jolloin koetaan tarvitsevan ainetta. Näitä käsitteitä tullaan todennäköisesti kuitenkin aina käyttämään toisiaan vastaavina jossain määrin, tarpeeksi suuren yksimielisyyden puutteesta johtuen näiden käsitteiden eroista. (West & Brown 2013, 13.) Voidaan puhua samanaikaisesti ja samaa tarkoittaen esimerkiksi päihderiippuvuudesta, addiktiosta, addiktiivisesta käyttäytymisestä ja päihteiden käytön häiriöstä (substance use disorder,

SUD). Päihderiippuvuus korostaa kohonnutta toleranssia ja vieroitusoireita, addiktio päihteiden käytön pakonomaista käyttöä, addiktiivinen käyttäytyminen pakonomaista käyttäytymistä ja lukee usein mukaan esimerkiksi uhkapelaamisen, ja päihteiden käytön häiriö puolestaan korostaa psykopatologista päihteiden käytön ongelmaa, joka on verrattavissa muihin psykiatrisiin häiriöihin (Miller 2013, 16). Millerin kuvaamat korostukset addiktiivisesta käyttäytymisestä kuvaavat enemmänkin sosiaalitieteellistä käsitystä addiktiosta, kuin hänen addiktiosta kuvaama korostus, sillä siihen liittyi myös lääketieteellinen näkökulma aivojen toiminnasta. Itse käsitän addiktion sisältävän kaikkia edellä kuvattuja piirteitä ja korostuksia, mutta yhteiskuntatieteilijänä korostan addiktion käyttäytymisen puolta.

Psykiatrisesta ja lääketieteellisestä näkökulmasta, Maailman terveysjärjestö WHO:n kehittämässä *International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems (ICD)* kansainvälisessä tautiluokitusjärjestelmässä, sekä Amerikan psykiatrisen yhdistyksen APA:n kehittämässä *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DMS)* mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden luokitusjärjestelmässä, on määritelty kriteerit aineiden riippuvuuteen ja väärinkäyttöön. Näitä luokituksia käytetään enimmäkseen kliinisessä kontekstissa diagnoosin määrittämiseksi, kliinisessä tutkimuksessa, vakuutuksissa ja linjauksissa. (Johnson 2011, 26–28.) Tällä hetkellä uusimmat versiot näistä luokitusjärjestelmistä ovat ICD-10 ja DMS-5. Nämä luokitukset voivat olla ongelmallisia monella tapaa senkin vuoksi, että laajoja luokitussesteimejä luodessa, niitä kehittävien ammattilaisten täytyy tehdä kompromisseja, sillä jokaisella on oma näkemys ja niitä kaikkia ei voida yhdistää. Suunniteltaessa esimerkiksi DMS-III-R versiota, termi *riippuvuus* voitti äänestyksessä termin *addiktio* yhdellä äänellä. Addiktio on kuitenkin nykyään vakiintuneempi ensisijaisena terminä. DMS-5:ssä on kategoria *addiktiiviset häiriöt (addictive disorders)* vaikkei sitä DMS-IV:ssä oltu vielä käytetty. (Miller 2013, 18–19.) Tämä kuvaa myös addiktion määrittelyn ja sen luonteen muuttuvaa ilmapiiriä, uuden tiedon muokatessa näitä.

Addiktio on laaja ilmiö sekä käsite, joka ei ole määriteltävissä tai ymmärrettävissä vain yhdestä näkökulmasta. Tämän lisäksi kyseessä on käsite, joka luodaan sosiaalisesti ja jolla on eri merkityksiä eri kulttuureissa ja täten se on neuvoteltavissa kontekstin mukaan. Kuten olen edellä maininnut, tässä tutkielmassa käytän addiktion käsitettä kuvaamastani sosiaalitieteellisestä näkökulmasta, samalla tiedostaen muiden tieteenalojen käsityksiä siitä.

3.2 Addiktiosta toipuminen

Erilaiset näkökulmat ja mielipiteet addiktiosta ovat sekä haaste, että rikkaus. Monet eri näkökulmat tuottavat monia eri ratkaisuja, jolloin addiktion hoito ja siitä toipuminen saavat enemmän

vaihtoehtoja. Kompastuskivenä saattaa kuitenkin olla se, että usein vain niistä hoidoista kerrotaan asiakkaille, joista tiedetään eniten. Seuraavaksi kerron hieman toipumisen asemasta addiktion ja sen hoidon kentällä ja sen jälkeen esittelen toipumisen eri muotoja, painottaen yhteisöllistä toipumista tutkielmani kannalta olennaisimpana toipumispolkuna.

Toipuminen näyttää olevan addiktion hoidossa ristiriitainen alue ja moni valtavirtaa edustavan hoidon asiantuntija epäilee toipumisen, erityisesti AA:n ja NA:n kautta, suosittelua asiakkailleen (Day, Gaston, Furlong, Murali & Copello 2005). Tämä epä tietoisuus toipumisesta kuvaa suurilta osin medikalisaatiosta sekä kulttuurista ja historiasta tulleita addiktion käsityksiä (Yates & Malloch 2010, 15–16). Toipumista, erityisesti yhteisöllistä, ei ole tutkittu suhteessa addiktion tutkimukseen kovinkaan paljoa, mutta viime vuosina kiinnostus toipumista kohtaan on noussut. Medikalisaatiostakin johtuva diagnostinen (ICD-10 ja DSM-5) addiktion määrittely tuottaa myös helposti kliinisiä ja kustannustehokkuuteen perustuvia ratkaisuja, joissa toipuminen jää helposti käsittelemättä. Kliinisestä näkökulmasta toipuminen voisi toimia totaalisen päihteettömyyden ja haittojen vähentämisen vastakkainasettelun välissä, mutta se vaatii klinikoilta jatkuvaa arviointia asiakkaiden vaihtoehtoista, ja niiden kohtaamaatomuuden asiakkaiden toiveiden kanssa tulisi johtaa palvelujen muutoksiin (Kidd 2010, 145–155). Tässä nousee esiin nykyisen kliinisen ja medikalisaation kontekstin epä tietoisuus toipumisesta, erityisesti yhteisöllisestä ja vertaistukeen pohjuttavasta sekä niiden mahdollisuuksista, jolloin toipumisen kontekstin vaihtoehtoja ei tarjota asiakkaille yhtä helposti, kuin jo laajasti käytössä olevia hoitoja.

Addiktio voi olla useiden ongelmien seuraus, jolloin myös siitä toipuminen voi kulkea monia eri reittejä pitkin. Toipumisen eri reitit kertovatkin siitä, että myös addiktit eroavat toisistaan, eivätkä ole yksipuolinen ryhmä, jolle sopisi sama tapa toipumiseen tai hoitoon. Käsittelen seuraavaksi lyhyesti kolmea eri reittiä addiktiosta toipumiseen, jotka ovat spontaani toipuminen, ammattiapu ja vertaistuki.

Spontaani toipuminen on ollut melko näkymätön aihe tutkijoiden parissa, mutta 1990-luvulla tutkimus aiheesta lisääntyi (Kuusisto 2009, 32–33). Spontaaniin toipumiseen liitetään usein uskonto, jolla on todettu olevan positiivinen vaikutus toipumiseen (Kuusisto 2009; Lund 2018). Glenn Waltersin (2000, 446–448) katsausartikkelissa spontaanisti toipuneiden määrä vaihteli 14–50 prosentin välillä alkoholitutkimuksissa, keskiarvon ollessa 24–31 prosenttia riippuen siitä, miten spontaani toipuminen määritellään. Luvut spontaanista toipumisesta riippuvat sen määrittelystä, eli määritelläänkö se tiukasti vai väljästi, jolloin tiukka määrittely tarkoittaa täysraittiutta, kun taas väljä sallii kohtuukäytön. Kuitenkin monelle toipuminen ilman virallista hoitoa, oman tahdon kautta, on onnistunut (Best 2010, 37). Mitä syvemmästä päihdekulttuurista ja vaikeammasta riippuvuudesta on

kyse, sitä suurempi on toipumismahdollisuuden ennakointi, kun muutos on saatu käyntiin. Tämä johtuu erilaisesta kognitiivisesta valmistautumisesta, jota toipuminen vaatii. Vaikeamman päihdeongelman on havaittu johtavan useammin täysraittiuteen kuin kohtuukäyttöön useiden tutkimusten perusteella. Merkitykselliseksi osaksi hoitoon hakeutumattomuudelle tai hoitomuodon valinnalle näyttää muodostuvan identiteetti. Kaikki entiset addiktit eivät ajattele itseään entisiksi addikteiksi ja asian kieltäminen saattaa olla selviytymiskeino. Spontaanisti toipuneet eivät näyttäisi kokevan itsehoitoryhmien tai professionaalisen hoidon tuovan heille mitään sellaista, jota muilla tavoin ei saisi. (Kuusisto 2009, 32–36.) Spontaanin toipumisen prosenttilukuja on vaikea määrittää, sillä niistä on vähän tietoa ja määrittely spontaanista toipumisesta vaihtelee. Spontaanista toipumista voidaan esimerkiksi pitää lähes vain vastakohtana ammattiavulle, jolloin siihen lasketaan kuuluvan omin avuin etsityt vaihtoehdot, esimerkiksi vertaistuen avulla toipuminen (vrt. Humphreys 2015).

Ammattiavussa hyvään lopputulokseen voi johtaa oikea hoito oikeaan aikaan, mutta mitään tiettyä hoitomuotoa ei ole voitu todistaa poikkeuksetta toisia paremmaksi. Tämän vuoksi asiakkaiden yksilöllisten piirteiden huomiointi onkin tärkeämpää hoidon suunnittelussa kuin asiakkaan ohjaus tietynlaiseen hoitoon. Hoidon jälkeen moni palaa usein ongelmalliseen päihteiden käyttöön, vaikka hoidoista onkin usein merkittävää apua. Seurantojen positiiviset tulokset yleensä latistuvat ajan kuluessa ja siihen voi olla syynä hoitojen rajoitettu aika. (Kuusisto 2009, 36–38.) Hoitojen positiivisten tulosten toisella puolella ovat korkeat retkahtamisten ja uudelleen hoitoon päätyminen luvut. Addiktion luonteen käsityksen muututtua krooniseksi sairaudeksi, voidaan kyseenalaistaa lyhyet hoidot, jotka perustuvat akuuttiin hoitoon. (Hser & Anglin 2011, 19.) Hoitojen suunnittelussa pitäisi ottaa myös huomioon sukupuoli, sillä kansainvälisessä päihdetutkimuksessa on todettu, että naisten hakeutumista hoitoon voi estää suuret sosiaaliset ja taloudelliset kustannukset, läheisten hoitovastaisuus sekä negatiiviset asenteet miesten kanssa yhteisiä hoitoja ja terveydenhuollon ammattilaisia kohtaan (Kuusisto 2009, 36–38). Ammatillisen avun hoitomuotoja on lukuisia, muutamana esimerkkinä sairaalahoito, avohoito ja korvaushoito, mutta palvelujen, joita näissä hoitomuodoissa tarjotaan, laatu ja määrä vaihtelevat huomattavasti (Hser & Anglin 2011, 20). Ammattiapu on sen kritiikistä huolimatta hyvin tärkeää toipumisen kannalta, mutta sen ongelmakohdat ja muuttuva käsitys addiktiosta saavat sen asemaan, jossa tulisi keskittyä entistä enemmän pitkäkestoiseen ja jatkuvaan hoitoon, kun addiktio nähdään kroonisena sairautena.

Vertaistuen periaatteeseen nojaa AA eli Alcoholics Anonymous (Nimettömät alkoholistit) ja se on Suomessa jäsenistöltään suurin. Myös muita vertaistukeen nojaavia toimijoita on paljon, ja Suomessa AA:n jälkeen suurin on A-kilta, jossa myös harjoitetaan ryhmätoimintaa. (Kuusisto 2009, 38.)

Samalla periaatteella toimii NA eli Narcotics Anonymous (Nimettömät Narkomaanit), joka alkoholiongelman sijasta keskittyy huumeiden ja sekakäytön ongelmaan. Suomessa useiden päihteiden käytön ongelmasta kärsivien vertaistukiryhmien lisäksi, myös heidän läheisilleen on useita vertaistukiryhmiä. Seuraavassa kappaleessa käsittelem laajemmin vertaistukeen perustuvia toveriseuroja, AA:ta ja NA:ta.

3.3 AA ja NA

Tutkielmassani nousee oleelliseksi AA ja NA, sillä haastateltavista kaikki ovat jommankumman toiminnassa mukana. Tämän vuoksi näin keskeiseksi asiaksi esitellä hieman näiden toveriseurojen periaatteita ja toimintatapoja. Lisäksi myös kuntoutuslaitos, jossa kaikki haastateltavat olivat olleet, tarjosi mahdollisuuden näihin toveriseuroihin ja kannusti vertaistukitoimintaan. AA ja NA ovat periaatteiltaan ja ideologialtaan hyvin samantapaiset, mutta AA perustettiin ensin ja sen pohjalta myöhemmin NA. Kerron ensin AA:n synnystä ja periaatteista ja sen jälkeen kerron NA:n perustamisesta ja suhteesta AA:n periaatteisiin.

AA-liike eli Alcoholics Anonymous, suomeksi Nimettömät alkoholistit sai alkunsa Yhdysvalloissa vuonna 1935, jonka jälkeen liike alkoi kasvamaan maailmanlaajuisesti. Suomessa AA-toimintaa on ollut vuodesta 1948 alkaen. AA:ssa pyörii ryhmiä, jotka pitävät kokouksia, joissa toiset alkoholistit kertovat juomisen vaikutuksista heidän elämäänsä ja miten he elävät ilman alkoholia. Kokouksia on avoimia ja suljettuja, ja avoimiin kokouksiin voi mennä kuka tahansa asiasta kiinnostunut, tai esimerkiksi perheenjäsenet. Suljetut kokoukset ovat tarkoitettu pelkästään alkoholisteille. AA:n näkemyksen mukaan myös raitista henkilöä kutsutaan alkoholistiksi, sillä alkoholismista ei koskaan ”parannuta”, vaan siitä voidaan toipua noudattamalla kahdentoista askeleen ohjelmaa. (Alcoholics Anonymous 2020.) Tämän vuoksi he puhuvat itsestään sekä muista vielä alkoholisteina, vaikka olisivat raittiina. Kokouksissa ei ole pakko käydä, mutta sitä suositellaan ja suurin osa käykin niissä säännöllisesti. Mitään tiettyä määrää, kuinka monta kertaa viikossa kokouksissa tulisi käydä, ei ole, mutta useimmat jäsenet käyvät kokouksissa vähintään kerran viikossa. AA:n jäsenyys ei maksa mitään, eikä myöskään velvoita mihinkään, vaan toiminta perustuu omiin vapaaehtoisin avustuksiin. AA ei myöskään ano tai ota vastaan avustuksia ulkopuolisilta lähteiltä. AA:lle ominaista, jonka jo nimestäkin voi päätellä, on nimettömyys. AA:ssa noudatetaan aina henkilökohtaista nimettömyyttä julkisessa mediassa sekä internetissä. Myöskään kenenkään jäsenyydestä ei kerrota, tai siitä ketkä kokouksissa käyvät. Nimettömyydestä on myös annettu erillisiä ohjeita nettisivulla, liittyen varsinkin nykypäivän digitaaliseen internetin maailmaan. (Alcoholics Anonymous 2020.)

AA:ssa käytetyn 12 askeleen ohjelman 12 askelta muodostavat henkilökohtaisen toipumisohjelman ytimen. 12 askeleen ohjelmaa ei ole pakko hyväksyä ja ne esitetään muutenkin ehdotuksina, jotka perustuvat AA:n varhaisimpien jäsenten kokemuksiin. On myös sanottu, että on mahdotonta noudattaa aivan sanatarkasti kaikkea mitä askeleissa sanotaan. Monet silti käyttävät askelia jo vain siihen, että pysyvät jaloillaan, sillä askeleet edustavat sellaista elämäkatsomusta, joka on ollut useimmille alkoholisteille ennen täysin vieras. (Alcoholics Anonymous 2020b.) AA:ssa toimitaan myös 12 perinteen mukaan 12 askeleen lisäksi. AA:n perinteet ovat luotu liikkeen kasvaessa ja ovat tehty turvaamaan liikkeen tulevaisuutta (Alcoholics Anonymous 2020c). Askeleet ja perinteet, jotka löytyvät AA-liikkeen nettisivuilta, ovat liitteenä tämän tutkielman lopussa (Liite 1). Myös NA:n askeleet ja perinteet löytyvät liitteistä (Liite 2).

Askeleet ja perinteet ovat tutkimukseni haastateltaville tärkeitä, sillä he pyrkivät toimimaan niiden mukaan. AA:han kuuluu 12 askeleen ja perinteen lisäksi olennaisena myös AA-kirjallisuus. AA-yhteisöllä on neljä yleisesti hyväksyttyä ”perustekstikirjaa”. Ensimmäinen on nimeltään *Nimettömät Alkoholistit*, toinen *Kaksitoista askelta ja kaksitoista perinnettä*, kolmas *AA tulee täysi-ikäiseksi* ja neljäs on *AA elämäntapana*. Tämä kirjallisuus on saatavilla paikallisilta AA-ryhmiltä ja tilattavissa Suomen AA-toimistolta ja AA:n nettisivujen verkkokaupasta. (Alcoholics Anonymous 2020.)

NA:n filosofia on hyvin yhtenäinen AA:n filosofian kanssa ja NA:n askeleet ja perinteet ovat muotoiltu pitkälti AA:n mallin mukaan. Suomeksi askeleissa ei ole juurikaan eroa, mutta englannin kielellä NA:n askelissa painotetaan enemmän sana me (we), jolla halutaan painottaa ryhmän merkitystä. (Kotovirta, 2009.)

NA sai alkunsa 1940-luvun lopulla. Tällöin joukko AA-kokouksissa käyviä addikteja alkoivat miettimään AA:ssa käytettävän 12 askeleen ohjelmaa käytettäväksi myös addiktiosairaudesta toipumiseen, sillä kasvava huumeongelma oli alkanut näkymään AA-kokouksissa. Suomessa NA-toiminta sai alkunsa vuonna 1985, kun Kiskon kunnan hoitolaitoksessa pidettiin ensimmäinen NA-kokous. Säännöllinen NA-toiminta taas sai alkunsa 1988, kun kaksi addiktia päättivät perustaa NA-ryhmän Helsinkiin. (Narcotics Anonymous 2020a.) NA toimii pitkälti samalla tavalla kuin AA, mutta erona on käytetty päihde, jonka vuoksi yksilöiden tarinat eroavat yleensä jossain määrin AA:n jäsenistä, sillä huumeet ovat Suomessa laittomia, kun taas alkoholi ei. NA:lla on myös avoimet kokoukset ja suljetut kokoukset samaa periaatetta noudattaen kuin AA:lla. NA:lla on myös AA:n tapaan omaa toipumiskirjallisuutta. Kun AA:ssa puhutaan raitistumisesta ja raittiina olemisesta, NA:ssa puhutaan puhtaaksi tulemisesta ja puhtaana olemisesta. NA:n sivuilta on esimerkiksi löydettävissä puhtaan ajan laskuri.

AA ja NA ovat siis vertaistuen periaatteeseen nojaavia toveriseuroja, joilla on yhteinen tavoite raittiiseen tai puhtaaseen elämään. AA, josta myös NA polveutuu, perustuu moneen eri ideaan: lääketieteeseen, käyttäytymispsykologiaan ja ryhmädynamiikkaan sekä hengellisyyteen, jotka yhdessä tarjoavat vaihtoehtoisia polkuja toipumiseen (Kelly 2017, 932). Molemmissa toveriseuroissa ideana on se, että päihteistä pidättäytyään kokonaan ja loppuelämäksi, mutta jokainen päivä otetaan silti kerrallaan ja repsahduksia saa tulla. Tärkeintä on yksilön halu lopettaa juominen tai aineiden käyttäminen.

4. Teoreettinen viitekehys

Tässä luvussa esittelen tutkielmani teoreettisen viitekehysten, joka paikantuu sosiaalipsykologiseen tutkimusperinteeseen. Teoreettinen viitekehys valikoitui oman kiinnostukseni sekä aiemman tutkimuksen perusteella. Tutkin yhteisölliseen kuntoutukseen ja AA- sekä NA-toimintaan aktiivisesti osallistuvia entisiä päihteidenkäyttäjiä, joissa kaikissa ryhmät ovat olennainen osa toimintaa. Näin ollen ryhmät ovat tärkeitä tutkielmassani, jolloin ryhmäjäsenedenyyksiä käsittelevä teoria on hyvin soveltuva. Minuus ja identiteetti ovat haastavia käsitteitä käyttää, sillä niitä on tutkittu runsaasti ja monella eri tieteenalalla. Tämän vuoksi onkin syytä rajata näistä käsitteistä polveutuvaa tutkimusta, ja näen sosiaalisen identiteetin lähestymistavan tekevän sen soveltuvasti tässä tutkielmassa. Sosiaalinen identiteetti on ollut monitieteellisestikin paljon tutkittu aihe ja siitä on täten myös paljon eri näkemyksiä. Tässä tutkielmassa käytän nimenomaan sosiaalipsykologiassa syntyneitä näkemyksiä, joka on saanut nimekseen sosiaalisen identiteetin lähestymistavan. Teoreettisena viitekehysenä toimii siis sosiaalisen identiteetin lähestymistapa, joka koostuu kahdesta toisiinsa sulautuneesta teoriasta, sosiaalisen identiteetin teoriasta ja itsekategorisointiteoriasta. Käytän sosiaalisen identiteetin lähestymistapaa selittämään entisten päihteidenkäyttäjien sosiaalista identiteettiä, sekä sen ulottuvuuksia ja seurauksia. Seuraavaksi käsittelem en ensin lyhyesti identiteettiä ja minäkäsitystä, josta jatkan sosiaalisen identiteetin lähestymistapaan ja sen teorioihin.

4.1 Minuus ja identiteetti

Minuuteen ja identiteettiin liittyy kysymys ”Kuka minä olen?”. Tähän kysymykseen moni hakee vastausta niin arkisessa elämässä kuin myös tutkimuksen parissa. Moni, joka on tutustunut psykologiaan jollain tapaa, muistaa George Herbert Meadin, Sigmund Freudin ja Erik H. Eriksonin ajatukset ja teoriat ensimmäisenä, kun käsitellään identiteettiä ja minuutta. Heistä Mead edustaa eniten identiteetin ja minuuden sosiaalipsykologista näkökulmaa ja seuraavaksi avaan hänen käsityksensä minuudesta.

Mead (1934) selittää minuutta kahden minän kautta. Objektiminä (”me”) on sosiaalista maailmaa edustava yleistynyt toinen, joka on muiden asenteista järjestäytyvä kokonaisuus, joka omaksutaan osaksi itseä. Subjektiminä (”I”) on minän nykyhetkessä toimiva ja spontaani puoli ja tietoinen sosiaalisesta objektiminästä. Meadin ajattelussa olennaista oli käsitys siitä, että minuus on vuorovaikutuksen ja sosiaalisen prosessin tuottamaa ja liittyy vahvasti ympäröivään sosiaaliseen maailmaan ja ryhmiin. Mead selitti minuutta sosiaalisten ryhmien kautta siten, että yksilöllä voi olla minuus vain suhteessa hänen sosiaalisen ryhmän jäsenten minuuksiin. Minuutta ilmaistaan ja peilataan ryhmän yleiseen käytösmalliin, niin kuin tekee jokainen kyseisen ryhmän jäsen. (Mead

1934.) Tämä näkemys ryhmien vaikutuksesta minuuteen ja sen olemassaoloon peilaa pitkälti myöhemmin syntyneen sosiaalisen identiteetin lähestymistavan käsitystä sosiaalisesta identiteetistä. Meadillä oli myös osansa nykyään lähes kaikessa identiteettitutkimuksessa vallassa olevan käsityksen luomisessa siitä, että identiteettejä on useampia (Deaux & Burke 2010, 318). Tästä Meadin ajattelusta lähti liikkeelle nykyinen sosiaalitieteellinen ja -psykologinen käsitys minuudesta ja identiteetistä, joiden käsitteitä seuraavaksi määritän tällä kentällä.

Identiteetin ja minuuden käsitteet ovat esiintyneet tutkimuksessa jo 1800-luvun lopulla ja 1900-luvun alussa (Kuusela 2006, 36). Identiteetistä ja minuudesta kirjoitetaan nykyään usein synonyymeina ja niille on myös olemassa monia lähikäsitteitä. Nykyisessä käsityksessä olennaista minuudessa ja identiteetissä on se, että ne eivät ole ihmisille annettuja, vaan niitä tuotetaan monella tapaa identiteettityön ja tietoisien pohdinnan kautta. Identiteetin käsite on kietoutunut minuuden käsitteeseen siten, että kun minuutta arvioidaan ja määritellään, se muuttuu kohteeksi ja tällöin siitä puhutaan identiteettinä. Identiteetillä sosiaalitieteissä tarkoitetaan tapoja, joilla määritetään ja ymmärretään itsensä suhteessa sosiaaliseen ympäristöön, kulttuuriin ja itseensä, huomioiden sen koostuvan persoonallisesta ja sosiaalisesta identiteetistä. (Saastamoinen 2006, 170–172.) Minuutta ja identiteettiä on määritelty ja käsitteellistetty laajasti eri näkökulmista, ja tässä tutkielmassa olen määritellyt ne sosiaalitieteellisestä ja -psykologisesta näkökulmasta katsoen. Tämä määrittely on myös pitkälti sidoksissa sosiaalisen identiteetin teorian käsitykseen identiteetistä. Olennaista on yksilön suhde ympäröivään sosiaaliseen maailmaan, johon itseään suhteutetaan ja jonka kautta omaa identiteettiä määritetään.

Minuuteen ja identiteettiin liittyy olennaisesti myös minäkäsityksen käsite. Identiteetti on laajempi käsite kuin minäkäsitys ja sille ominaista on minuuden tilannesidonnainen ja sosiaalinen ulottuvuus. Minäkäsitys ja identiteetti molemmat ilmentyvät kahteen suuntaan, sillä minäkäsitykset vaikuttavat siihen, miten sosiaalinen vuorovaikutus muodostuu, mutta minäkäsityksiä myös muodostuu sosiaalisesta vuorovaikutuksesta. Suurin osa psykologeista näkee minäkäsityksen muodostuvan vuorovaikutuksessa ja melko varhain. Muiden ihmisten käsityksiä peilataan itseensä ja näin muodostetaan myös omaa käsitystä. Minäkäsitys ei kuitenkaan ole kokonaan muiden määrittelemä, vaan minäkäsitys kehittyy myös ihmisten itsenäisen toiminnan seurauksena. Minäkäsitys ei myöskään ole pysyvä ominaisuus, vaan se muuttuu ajan kuluessa, sillä se on riippuvainen muuttuvista ihmissuhteista ja ihmisten omista kokemuksista. (Helkama 2015, 152–153.) Sosiaalipsykologisesta näkökulmasta katsoen, vuorovaikutuksella on iso rooli minäkäsityksessä ja se rakentuu yhdessä ihmisen oman toimijuuden ja kokemusten kanssa. Identiteetti ja minuus ovat melko abstrakteja käsitteitä, mikä tekeekin niiden tutkimuksesta haastavaa, mutta myös mielenkiintoista. Sama

haastavuus koskee näistä käsitteistä polveutuvaa sosiaalisen identiteetin käsitettä. Minuus ja identiteetti sosiaalipsykologisesta näkökulmasta antavat raamit sosiaalisen identiteetin tutkimukselle, ja auttavat sijoittamaan sosiaalista identiteettiä identiteettitutkimuksen kentällä.

4.2 Sosiaalisen identiteetin lähestymistapa

Sosiaalisen identiteetin lähestymistapaa (social identity approach) on alettu kutsua sosiaalisen identiteetin teorian ja itsekategorisointiteorian yhteisnimitykseksi näistä kahdesta teoriasta. Teoriat ovat hyvin limittäisiä ja muodostavat yhdessä yhtenäisen teorian sosiaalisesta identiteetistä ja siihen liittyvistä ilmiöistä. Nämä kaksi teoriaa on hyvin vaikea erottaa täysin toisistaan, osittain johtuen siitä, että Tajfel ja Turner, teorioiden kehittäjät, ovat kirjoittaneet aiheista paljon yhdessä, mutta myös erikseen, kuitenkin usein viitaten toisiinsa. Tämän vuoksi seuraavissa osioissa esittelemäni teoriat vaikuttavat päällekkäisiltä ja toisiinsa kiinnittyneiltä. Seuraavaksi käsittelen ensin sosiaalisen identiteetin teoriaa, sitten itsekategorisointiteoriaa, jonka jälkeen käsittelen sosiaalista identiteettiä sosiaalisen identiteetin lähestymistavan viitekehyksestä ja lopuksi kerron sosiaalisen identiteetin lähestymistavan suhteesta addiktioon.

4.2.1 Sosiaalisen identiteetin teoria

Sosiaalisen identiteetin teorian muodostivat Henri Tajfel ja John Turner 1970–1980-luvuilla. Tajfelia pidetään sosiaalisen identiteetin teorian isänä. Tajfel teki tutkimusryhmänsä kanssa 70-luvulla sarjan tutkimuksia, joissa selvitettiin, saako pelkkä ryhmään määrääminen suosimaan omaa ryhmää toisen ryhmän sijaan. Tutkimuksissa kävi niin, että omaa sisäryhmää suosittiin ulkoryhmän sijaan, vaikka ryhmien jäsenet eivät ikinä tavanneet tai tienneet ketä ryhmiin kuului. Näitä tutkimuksia kutsutaan minimaalisten ryhmien kokeiksi, sillä niiden ideana oli luoda minimaaliset olosuhteet sille, että ulkoryhmää syrjittäisiin ja omaa sisäryhmää suosittaisiin. (Haslam 2004, 18–19; Stainton-Rogers 2011, 294.) Sosiaalisen identiteetin tutkimus sai alkunsa näistä minimaalisten ryhmien kokeista ja myöhemmin siitä muodostui sosiaalisen identiteetin teoria, jota Tajfelin lisäksi eniten eteenpäin kehittäeli Turner, jonka itsekategorisointiteoria nousi sosiaalisen identiteetin teorian rinnalle.

Tajfelin ja Turnerin luoman sosiaalisen identiteetin teoria perustuu ajatukseen siitä, että ihmiset määrittelevät itsensä ryhmäjäsenyyksiensä perusteella. Omaa ryhmää suositaan ja sen avulla pyritään saavuttamaan myös myönteinen itsemäärittely. Oletuksena teoriassa on, että ihminen pyrkii saavuttamaan ja ylläpitämään positiivista sosiaalista identiteettiä. Ulkoryhmistä eli niistä, joihin itse ei kuulu, pyritään tämän vuoksi erottautumaan positiivisesti ja jos tässä onnistutaan, muodostuu sosiaalinen identiteetti positiiviseksi. Tämän vuoksi sisä- ja ulkoryhmien välinen vertailu on välttämätöntä. (Tajfel 1981; Turner & Giles 1981; Turner 1982.) Lisäksi koska oletetaan, että yleisesti

suotuisampaa on positiivinen kuin negatiivinen minäkäsitys, vertailuun tulee motivoiva tekijä, joka ohjaa yksilöitä etsimään enemmän itsellensä mieluisampia eroja sisäryhmiensä ja ulkoryhmien välillä (Hinkle & Brown 1990, 48). Tähän sosiaalisen identiteetin teorian ajatukseen on vahvasti sidoksissa Turnerin kehittämä itsekategorisointiteoria (Turner & Giles 1981; Turner 1987; 1991), jonka ideana on lyhyesti se, että ihmiset luokittelevat itsensä ja muut erilaisiin ryhmiin kategorisoimalla itseään ja muita niihin.

Sosiaalisen identiteetin teoriassa olennaista on se, että ryhmiä, joihin identifioidutaan, on useampia ja on tilanteesta riippuvaa, mikä näistä ryhmäjäsennyksistä otetaan käyttöön. Sosiaalisen identiteetin luovista ryhmäjäsennyksistä valitaan tilanteeseen nähden tärkein, ja tämän ryhmäjäsennyden korostuessa käyttäytyään myös sen mukaisesti, noudattaen ryhmän arvoja ja normeja. Aina yksilö ei kuitenkaan itse tilanteessa valitse korostunutta ryhmäjäsennyttään, vaan se voi tulla myös ulkopuolelta, jos tuodaan esiin sellainen ryhmäjäsennyys, johon yksilö jossain määrin myös itse identifioituu. (Tajfel 1981; Turner & Giles 1981; Turner 1982.) Esimerkiksi jos henkilöä ulkopuolelta määritetään alkoholistiksi, ja tämä ryhmäjäsennyys jossain määrin tiedostetaan itsekkin, voi se saada aikaan alkoholistin ryhmäjäsennyden aktivoitumisen. Tämä taas voi johtaa runsaampaan haitalliseen päihteiden käyttöön, sillä se on tämän ryhmän normi. Toisena esimerkkinä voi olla addikti, jolle kerrotaan tämän sairastavan addiktiosairautta. Kun tämä ulkoa tullut addiktiosairautta potevan ryhmäidentiteetti aktivoituu, voi se saada aikaan lisää syitä käyttäytyä tälle ryhmälle ominaisella tavalla, toisin sanoen käyttämällä päihteitä haitallisella tavalla. Näissä esimerkeissä ulkoa tullut ryhmäjäsennyden aktivointi näyttää negatiivisena, mikä on ehkä yleisempää kuin positiivisen ryhmäjäsennyden aktivointi ulkoa.

Kuten jo aiemmin tuli esille, sosiaalisen identiteetin teoriassa olennaisena on ajatus siitä, että yksilön identiteetille keskeistä on sosiaalinen vertailu. Teorian mukaan tietoisuus siitä, keitä olemme, polveutuu laajalti sosiaaliin ryhmiin kuulumisesta, jotka muodostavat sosiaalisen identiteetin. Tämä sosiaalinen identiteetti taas pysyy yllä sisä- ja ulkoryhmien vertailun avulla. Kun tässä vertailussa onnistutaan saamaan positiivinen lopputulos, myös sosiaalinen identiteetti on silloin positiivinen. (Tajfel 1981; Turner & Giles 1981; Turner 1982.) Sosiaalinen vertailu antaa siis mahdollisuuden positiivisemmän identiteetin muodostumiseen, kun se tapahtuu omien sisäryhmien ja ulkoryhmien välillä. Kääntöpuolelta tämä vertailu mahdollistaa myös negatiivisen identiteetin muodostumisen, jos oma sisäryhmä näyttää negatiivisena verrattuna ulkoryhmään. Näin voi erityisesti olla, jos sisäryhmä on jokin vähemmistöryhmä tai ryhmällä on jokin negatiivinen stigma. Toisaalta, koska teorian mukaan aina pyritään saavuttamaan positiivinen sosiaalinen identiteetti, näissäkin ryhmissä etsitään positiivisia eroja ulkoryhmiin omalta kannalta.

Sosiaalisen identiteetin teoriassa olennaista on siis itsensä määrittely ryhmäjäsenyyksien perusteella, ryhmien vertailu ja positiiviseen itsemäärittelyyn tähtäävien erojen korostaminen tässä vertailussa. Seuraavaksi kerron itsekategorisointiteoriasta, joka avaa enemmän yksilön itsensä määrittelyä ryhmiin.

4.2.2 Itsekategorisointiteoria

John Turner (1987) määrittelee itsekategorisointiteoriaa teoksessaan *Rediscovering the social group: A self-categorisation theory*. Turner on käsitellyt ja kehittänyt itsekategorisointiteoriaa myös muissa hänen teoksissaan. Hän esittelee itsekategorisointiteorian oletuksia ja hypoteeseja, joiden kautta teoria muodostuu. Itsekategorisointiteorian mukaan sosiaalinen identiteetti muodostuu prosessissa, jossa yksilö sisäistää jonkin sosiaalisen kategorian oman identiteettinsä lähteeksi (Turner & Giles 1981; Turner 1987). Turner näkee itsekategorisointiteorian myös yleisenä ryhmäkäyttäytymisen teoriana. Hypoteesinaan hän näkee ryhmäkäyttäytymisen ymmärrettävissä siten, että yksilöt toimivat yhteisen jaetun identiteetin mukaan, eivätkä niinkään erillisinä yksilöinä. Teoria myös pyrkii selittämään ihmisten määrittelemien kategorioiden vaihtelevuutta ja mitä niistä seuraa. (Turner 1991, 155.)

Minuuden yksi puoli on kognitiivinen, jota Turner kuvaa käsitysten systeemiksi, jonka mukaan yksilö määrittelee itseään. Tämä tarkoittaa minäkäsityksiä ja ne voidaan Turnerin mukaan käsittää itsekategorioina tai itsekategorisointeina, mikä tarkoittaa, että itseä määritellään kognitiivisen ryhmittelyn kautta jonkin luokan kanssa samankaltaiseksi, identtiseksi tai vastaavaksi, verrattuna johonkin toiseen luokkaan. Ihmiset voivat kategorisoida itseään yksilönä, jolloin he vertaavat itseään yksittäisiin ihmisiin ja luovat eroja heihin. Vastaavasti itseään voidaan kategorisoida sosiaalisina ryhminä, jolloin ryhmäjäsenyyksiä vertaillaan, tarkemmin sisä- ja ulkoryhmiä. Nämä sisä- ja ulkoryhmät edustavat itsekategorisointia sosiaalisen identiteetin tasolla. Itsekategorisoinnit vaihtelevat sisällöllään ja tasollaan ja onkin liukuvaa ja ryhmästä sekä kontekstista riippuvaista, mikä kategoria otetaan käyttöön. Itsekategorisointiteorian mukaan kategorioista valitaan aina tärkein tai kontekstiin sopivin. Kun tämä tietty kategoria on otettu käyttöön, toimitaan myös sille stereotyyppisellä tavalla. Sosiaalinen identiteetti, joka koostuu näihin kategorisointeihin identifioitumisten summasta, voi olla siis hyvinkin tilanteesta riippuvaa, mutta se voi myös olla pitkäkestoinen ja vakaa. (Turner 1991.)

Kun yksilö identifioituu ryhmään siinä määrin, että menettää samaan aikaan jonkin verran omaa persoonallista toimintakykyään ja vahvistaa ryhmän stereotyyppistä käyttäytymistä, kutsutaan sitä depersonalisaatioksi. Depersonalisaatio on siis tulos siitä, että sosiaalinen identiteetti on otettu käyttöön ja se saa aikaan käytöksen muodostumisen enemmän jaetun identiteetin mukaan kuin

yksilöllisen identiteetin mukaan. Depersonalisaatiossa sisä- ja ulkoryhmien kategorisoinnin tärkeys saa aikaan minuuden sosiaalista stereotypointia. Tätä kutsutaan itsestereotypioinniksi (self-stereotyping), jota jaettu identiteetti saa aikaan ja josta seuraa ryhmäkäyttäytymistä. Turner ehdottikin, että identifikaation vahvistamiseksi yksilöllä on tapana määritellä itsensä jaettujen stereotyyppien mukaan, jotka määrittävät sosiaalisen kategorian jäsenyyttä. (Turner 1987; Turner 1991.) Esimerkiksi yliopistolla identifioitua usein opiskelijaksi, kun taas hetkeä myöhemmin saman henkilön ollessa esimerkiksi AA-kokouksessa, tämä voi identifioitua AA-ryhmän jäseneksi. Yliopistolla opiskelijoilla on huomattavan usein luennoilla vesipullo ja tietokone edessään. Tämä on tietynlainen identifikaation vahvistus, jossa vesipullo ja tietokone toimivat opiskelijan sosiaalisen identiteetin symbolisena vahvistuksena, jolloin yksilö toimii ryhmälle stereotypisellä tavalla. AA-kokouksessa tällainen symbolinen vahvistus voi esimerkiksi olla AA-kirjallisuuden mukana pitäminen, mikä vahvistaa AA:laisen identiteettiä. Tässä voi ottaa huomioon ajallisen seikan, eli nämä sosiaalista identiteettiä vahvistavat symbolit voivat tietenkin muuttua ajan saatossa, sillä ympäröivä maailmakin muuttuu, kuten myös vallalla olevat trendit.

Koska henkilökohtainen identiteetti ja sosiaalinen identiteetti ovat hyvin kytköksissä toisiinsa, on itsekatgorisointiteoriassa kuvattu näiden kahden identiteetin suhdetta. Turnerin (1991) näkemys henkilökohtaisen ja sosiaalisen identiteetin suhteesta perustui siihen, että itsekatgorisoinnin kautta yksilö määrittää henkilökohtaista identiteettiään sekä sosiaalista identiteettiä. Kuten edellä tuli jo ilmi, sosiaalisesta identiteetistä on kyse silloin, kun määritellään itseään sosiaalisten ryhmien ja niiden jäsenyyksien kategorioiden kautta ja henkilökohtaisesta on kyse silloin kun itseä määritellään toisten yksilöiden henkilökohtaisten kategorioiden kautta. (Turner 1991.) Syvällisempää näkemystä sosiaalisen identiteetin lähestymistavassa ei henkilökohtaisesta identiteetistä ole, sillä teoria keskittyy sosiaaliseen identiteettiin. Turnerin (1991) mukaan eri identiteetit nousevat esiin kontekstin mukaan ja jokin kategoria nousee tilanteissa korostuneeksi, jolloin toimitaan myös sen mukaisesti. Tulkitsen tämän ja aiemmin mainitun Turnerin (1991) käsityksen henkilökohtaisen ja sosiaalisen identiteetin suhteesta niin, että tilanteeseen voidaan mennä henkilökohtaisella tai sosiaalisella identiteetillä. Näin ollen, kun sosiaalinen identiteetti on käytössä, eli jokin ryhmäjäsenyyden kategoria ohjaa käyttäytymistä, kiinnitetään huomio silloin ryhmien välisiin eroihin. Henkilökohtaisen identiteetin ollessa käytössä, kiinnitetään vastaavasti huomio yksilöiden välisiin eroihin. Esimerkiksi toipuvien addiktien kategoriaan identifioitua ei todennäköisesti käytä tätä sosiaalisen identiteetin osaa ollessaan kaupassa. Tällöin hän todennäköisesti käyttää henkilökohtaista identiteettiään ja vertaa itseään kaupassa muihin yksilöihin. On myös mahdollista, että esimerkiksi alkoholituotehyllyn ohittaessaan toipuvaksi addiktiksi identifioitua ottaa käyttöön sosiaalisen identiteetin ja vertaa

itseään muihin eli ryhmään, jonka jäsenet eivät ole toipuvia addikteja ja voivat ottaa hyllystä alkoholituotteita, toisin kuin toipuvien addiktien ryhmään kuuluvat.

Itsekategorisointiteoria on limittäinen sosiaalisen identiteetin teorian kanssa, mutta selittää tarkemmin kategorisoinnin prosesseja ja seurauksia. Lisäksi sosiaalisen identiteetin suhde henkilökohtaiseen identiteettiin tulee paremmin esiin tässä teoriassa, siten kuin tätä edellä kuvasin. Seuraavaksi kuvaan enemmän sosiaalista identiteettiä ja sen muodostumista.

4.2.3 Sosiaalinen identiteetti ja sen muodostuminen

Henri Tajfel (1981) määrittelee sosiaalista identiteettiä teoksessaan *Human Groups & Social Categories – Studies in social psychology*. Hänen mukaansa sosiaalinen identiteetti on osa ihmisen minäkäsitystä, joka juontaa juurensa sosiaalisten ryhmien jäsenyyden tiedostamisesta yhdessä tämän jäsenyyden emotiivisen merkityksen ja arvon kanssa. Tajfel myöntää käsityksensä sosiaalisesta identiteetistä olevan rajoitettu määritelmä identiteetistä tai sosiaalisesta identiteetistä, sillä hänen tarkoituksensa ei ole selittää mitä identiteetti on. Hänen ajatuksenaan onkin, että huolimatta siitä kuinka kompleksinen ja rikas yksilön kuva itsestään suhteessa ympäröivään maailmaan on, jotkut puolet siitä muodostuvat tiettyjen sosiaalisten ryhmien jäsenyyksistä tai kategorioista. (Tajfel 1981, 254–255.) Myöhemmin Turner määritteli sosiaalisen identiteetin muodostuvan sosiaalisten identifikaatioiden eli sisäistettyjen sosiaalisten kategorioiden, joista on tullut minäkäsityksen kognitiivisten osia, summasta (Turner & Giles 1981, 24). Sosiaalinen identiteetti on siis laaja ja kompleksinen käsite, mutta yksinkertaisimmillaan sen voidaan sanoa koostuvan erilaisista ryhmäjäsenyyksistä, tai yksilöiden luokittelemista kategorioista, jotka myös tuottavat ryhmäjäsenyyksiä. Seuraavaksi kerron hieman Turnerin näkemystä siitä prosessista, josta sosiaalinen identiteetti muodostuu. Tämä konsepti kuitenkin polveutuu Tajfelin sosiaalisen identiteetin näkemyksestä, mutta Turner kehitti sitä eniten eteenpäin itsekategorisointiteoriansa kautta. Kuvaan sosiaalista identiteettiä tässä tutkielmassa sosiaalisen identiteetin lähestymistavan näkökulmasta tiedostaen, että muitakin määrittelyjä sosiaalisesta identiteetistä on olemassa.

Koska sosiaalisessa identiteetissä tulee oleelliseksi ryhmäjäsenyys sekä sosiaaliset ryhmät, määrittelen ensin hieman sosiaalisen ryhmän käsitettä teoreettisen viitekehitykseni näkökulmasta. Sosiaalisen ryhmän Turnerin (1982, 16) mukaan muodostaa vähintään kaksi yksilöä, joilla on yhteinen sosiaalinen identifikaatio, tai yksilöt, jotka näkevät itsensä kuuluvan johonkin tiettyyn sosiaaliseen kategoriaan. Ryhmän jäsenten ei siis tarvitse kuin vain jakaa yhteinen näkemys sosiaalisesta yhtenäisyydestään voidakseen toimia ryhmänä. Tätä sosiaalisen ryhmän teoriaa voidaan kuvata sosiaalisen identifikaation malliksi. (Turner 1982, 16.) Sosiaalipsykologisesta näkökulmasta käsin katsottuna yksilöt, jotka ovat sisäistäneet saman sosiaalisen kategorian jäsenyyden osaksi

heidän minäkäsitystään, voidaan määritellä sosiaalisesti ryhmäksi (em. 36). Tässä sosiaalisen ryhmän määrittelyssä oleelliseksi tulee siis jaettu kokemus samasta sosiaalisesta kategoriasta tai sosiaalisesta yhtenäisyydestä. Ryhmiä on määritelty sosiaalipsykologiassa paljon ja tämä määritelmä on melko löyhä ryhmän määritelmä, mutta se kuitenkin toimii hyvin tässä teoreettisessa viitekehysessä, jossa sosiaaliset kategoriat ovat keskiössä.

Sosiaalisen ryhmän määrittelyssä tuli esille sosiaalinen identifikaatio ja kerron seuraavaksi lyhyesti mitä sillä tarkoitetaan tässä yhteydessä ja miten se on yhteydessä sosiaaliseen identiteettiin. Sosiaalinen identifikaatio viittaa sellaiseen prosessiin, jossa yksilö määrittää itsensä tai toisen yksilön mihin tahansa sosiaaliseen kategoriaan, jota yksilö käyttää määrittääkseen itsensä ja toiset. Tämä käsitys tarkoittaa kognitiivisen rakenteen osaa itsekäsityksessä sekä yksilökäsityksessä. Sitä käytetään myös joskus ilmaisemaan prosessia, jossa yksilö sisäistää jonkinlaisen sosiaalisen kategorian niin, että siitä tulee osa yksilön minäkäsitystä. Tämä minäkäsitys voi olla pitkäkestoinen, mutta myös lyhytaikainen. Sosiaalisesti identiteetiksi voidaankin kutsua näiden sosiaalisten identifikaatioiden kokonaissummaa, joiden mukaan yksilöt määrittelevät itseänsä. (Turner 1982, 17–18.) Sosiaalinen identiteetti koostuu siis sosiaalisen identifikaation prosessin kautta. Siinä keskeistä on yksilön oma määrittely, joka määrittää häntä itseään sekä muita.

Tulkitsen sosiaalisen identiteetin koostuvan ryhmäjäsenyyksistä ja sosiaalisista identifikaatioista, jotka tapahtuvat kategorisoinnin kautta. Jos yksilö identifioituu johonkin kategoriaan, silloin tämä kategoria tuottaa hänelle myös ryhmäjäsenyyden tässä kategoriassa. Esimerkiksi jos yksilö identifioituu addikteihin, hänestä tulee osa addiktien ryhmää, viitaten Turnerin (1982, 16, 32) määrittämään sosiaalisen ryhmän määrittelyyn. Identifioituminen johonkin kategoriaan tai ryhmään ei kuitenkaan aina tarkoita sitä, että toimii tämän ryhmän kaikkien arvojen ja normien mukaisesti, vaan se voi myös tarkoittaa sitä, että yksinkertaisesti kokee yhteenkuuluvuutta tähän ryhmään (Tajfel 1981; Turner & Giles 1981; Turner 1982). Kuitenkin todennäköistä on, että ryhmäjäsenyys saa aikaan myös sen arvojen ja normien mukaan käyttäytymistä, mutta se ei ole välttämätöntä.

4.2.4 Sosiaalisen identiteetin lähestymistapa ja addiktio

Sosiaalisen identiteetin lähestymistapaa on muutamissa tutkimuksissa sovellettu suoraan addiktion tutkimukseen, ja joistain tutkimuksista voidaan erityisesti tulkita sosiaalista identiteettiä tämän lähestymistavan mukaan, vaikkei sitä tutkimuksessa olisi käytetty. Tutkimuksissa ja kehitetyissä malleissa, sosiaalisen identiteetin luominen toipuvaksi addiktiksi tai sen suosiminen addiktin identiteetin sijaan, näyttöä retkahtamista vähentävänä tekijänä (Buckingham ym. 2013; Frings & Albery 2015) ja toipumista edistävänä (Buckingham ym. 2013; Frings & Albery 2015; Best ym. 2016; Bathish ym. 2017). Sosiaaliset verkostot ja erityisesti niiden muutokset ovat sosiaalisen identiteetin

kautta merkittävässä roolissa toipumisessa ja toipuvan identiteetin luomisessa (Bathish ym. 2017), josta on esimerkkinä ryhmäterapia (Frings & Albery 2015). Näissä tutkimuksissa ja malleissa on hyödynnetty suoraan sosiaalisen identiteetin lähestymistapaa, ja näyttääkin siltä, että sosiaalisen identiteetin luominen toipuvaksi addiktiksi on toipumisen kannalta toivottava ilmiö. Sosiaalisen identiteetin lähestymistavan tulkintani mukaan, sosiaalinen identiteetti ja sen koostavat ryhmäjäsenyydet ja identifikaatiot voivat vaikuttaa yksilön käyttäytymiseen erityisesti, jos näihin ryhmiin identifioituaan vahvasti. Tällöin toipumista tukevat ryhmäjäsenyydet AA:ssa tai NA:ssa, tai muissa vastaavanlaisissa yhteisöissä, voivat luoda sosiaalisen identiteetin toipuvana addiktina, mikä tukee päihteetöntä elämää ja toipumista, sillä näiden ryhmien arvot ja normit puoltavat näitä. Ryhmäjäsenyyksien muutokset kertovat myös sosiaalisen identiteetin muutoksista, ja usein toipuvan addiktin ryhmäjäsenyydet ovat muuttuneet addiktiota ylläpitävistä ryhmäjäsenyyksistä toiseen ääripäähän, toipumista tukeviin ryhmäjäsenyyksiin, kuten esimerkiksi Bathishin ym. (2017) tutkimuksessa.

AA:ssa voidaan luoda toipumista tukevia sidoksia, ja vähentää juomista puolustavia sidoksia, jotka yhdessä lisäävät päihteettömyyden todennäköisyyttä (Kelly ym. 2011). AA ja NA mahdollistavat itsensä kategorisoinnin 12 askeleen jäseneksi, mikä myös edistää päihteettömyyttä (Kelly ym. 2013). Kellyn ym. tutkimukset eivät suoraan käyttäneet sosiaalisen identiteetin lähestymistapaa tutkimusasetelmassaan, mutta niitä voi hyvin soveltaa sosiaalisen identiteetin lähestymistapaan. Kun sosiaalinen identiteetti koostuu päihteettömyyttä tukevista ryhmäjäsenyyksistä (esim. AA tai NA), on päihteettömyys todennäköisempää, kuin jos se muodostuisi sellaisista ryhmäjäsenyyksistä, jotka kannattaisivat päihteiden käyttöä. Myös kohtuukäyttäjät voidaan nähdä enemmän päihteiden käyttöä tukevana ryhmänä kuin päihteettömyyttä tukevana, sillä täysi päihteettömyys ei ole yhteiskunnassamme normi. Koska sosiaalisen identiteetin muodostavat ryhmät ja identifikaatiot saavat aikaan depersonalisaatiota, jossa yksilö pyrkii lisäämään identifikaatiotaan ryhmään toimimalla sille stereotyyppisellä tavalla (Turner 1987; Turner 1991), sosiaalinen identiteetti koostuessa toipumista ja päihteettömyyttä tukevista ryhmistä, tukee toipumista ja päihteettömyyttä ryhmien stereotyyppisen käytöksen kautta. Päinvastoin, jos sosiaalinen identiteetti koostuu päihteiden käyttöä normina pitävistä ryhmistä, esimerkiksi opiskelijoista tai kohtuukäyttäjistä, depersonalisaation kautta se saisi aikaan päihteiden käyttöä, sillä se on näille ryhmille stereotyyppinen tapa toimia.

Addiktiosta toipumiseen liittyy olennaisesti muutos monella elämän osa-alueella, ja toipumisen kannalta sosiaalisten verkostojen ja niiden kautta myös sosiaalisen identiteetin muutokset tulevat oleellisiksi. Elämänmuutoksissa sosiaalinen tuki on tärkeää, ja jos nykyiset sosiaaliset verkostot ja

ryhmät eivät tarjoa sitä, vaikeutuu elämänmuutoksen tekeminen ja sen läpi vieminen. Tämän vuoksi sosiaalinen identiteetti saattaakin sosiaalisten verkostojen kautta muuttua tätä elämämuutosta tukevaksi, sillä muutosta tehdessä identifioidutaan muihin muutosta tekeviin. Ihmiset, jotka ovat samassa tilanteessa tekemässä muutosta, pystyvät tarjoamaan toisilleen tukea ja jakamaan omia kokemuksiaan niin hyvistä kuin huonoista asioista. Addiktiosta toipumisessa tällaisia ryhmiä ovat muun muassa vertaistukiryhmät, esimerkiksi AA ja NA.

Best ym. (2014) ja Haslam C. ym. (2016) sovellukset SIM:ästä (social identity mapping) antavat viitteitä siitä, että tätä laajalti organisaatioissa käytettyä työkalua, jossa kartoitetaan asiakkaalle annettavien tehtävien kautta hänen sosiaalista identiteettiä, voidaan käyttää onnistuneesti myös addiktion ja toipumisen tutkimuksessa. Lisäksi SIM:ää voidaan käyttää terapeuttisena välineenä sosiaalisen verkoston muutokseen, mikä auttaa asiakasta siirtymässä toipumiseen. Tämä antaa viitteitä siitä, että sosiaalisen identiteetin lähestymistapa, jota yleisemmin käytetään organisaatioihin liittyvässä tutkimuksessa, voidaan soveltaa hyvin erilaiseen tutkimukseen, kuten addiktion tutkimukseen. Tämä kertoo myös sosiaalisen identiteetin lähestymistavan mahdollisuuksien laajuudesta, sillä sitä on pystytty soveltamaan hyvin erilaisista näkökulmista.

Koen, että sosiaalisen identiteetin lähestymistapa antaa addiktion tutkimukselle sellaisen teoreettisen viitekehysten, jonka avulla voidaan selvittää toipumisen kannalta olennaisia seikkoja. Sosiaalisen identiteetin lähestymistavassa olennainen ajatus on se, että jos yksilö identifioituu kategorisoinnin kautta tiettyyn ryhmään, hän myös todennäköisesti käyttäytyy tämän ryhmän arvojen ja normien mukaisesti (Tajfel 1981; Turner & Giles 1981; Turner 1982). Päihteitä käyttäessä, addikti todennäköisesti identifioituu ryhmiin, joissa normina on päihteiden käyttö. Niin kauan, kun sosiaalinen identiteetti muodostuu pääosin tällaisista ryhmistä, on päihteiden käyttöä hyvin vaikea lopettaa, sillä se on ryhmien normien ja arvojen vastaista. Jos omat arvot alkavat jossain vaiheessa päihteiden käyttöä muuttua, ja halu päihteettömyyteen syntyy, voi sosiaalisen identiteetin menetys tai hylkääminen saada käyntiin toipumisprosessin, sillä yksilö pääsee irrottautumaan päihteiden käyttöä ylläpitävästä sosiaalisesta identiteetistä.

Käyttämäni teoreettinen viitekehys kohtaa hyvin aineistoni kanssa ja soveltuu myös tutkimuskysymyksiini. Minuutta ja identiteettiä käsittelevä kappale luo kontekstin sosiaalisen identiteetin teorialle, sillä siinä tulee esille sosiaalitieteellinen käsitys minuuden ja identiteetin rakentumisesta vuorovaikutuksessa sosiaalisessa ympäristössä. Sosiaalisen identiteetin lähestymistapa käsittää sosiaalisen identiteetin teorian ja itsekategorisointiteorian. Sen keskeisenä ajatuksena on, että kategorioiden luominen ja ryhmiin kuuluminen ja niihin identifioituminen luovat sosiaalista identiteettiä (Tajfel 1981; Turner & Giles 1981; Turner 1982; 1987; 1991). Kuten esille

on tullut, sosiaalinen identiteetti koostuu muun muassa ryhmäjäsennyksistä ja niiden luokitteluista, sekä niistä merkityksistä mitä näille ryhmille annetaan. Itsekategorisointiteorian (Turner & Giles 1981; Turner 1987; 1991) mukaan sosiaalinen identiteetti muodostuu henkilön itse määrittelemistä kategorioista. Kaikki haastateltavat tutkielmassani ovat käyneet läpi kuntoutusjakson, jossa ryhmät ovat merkittävä osa kuntoutusta. Tämän lisäksi he kaikki ovat kuntoutuksen jälkeen, tai jo sen aikana verkostoituneet AA- ja NA-ryhmiin. Tämän vuoksi sosiaalisen identiteetin teorian käyttäminen tässä tutkimuksessa onkin antoisaa ja mielenkiintoista, sillä näitä ryhmäjäsennyksiä ja niiden vaikutuksia voi tarkastella sosiaalisen identiteetin lähestymistavan kautta. Pyrin tätä teoreettista viitekehystä analyysissä käyttämällä vastaamaan seuraaviin tutkimuskysymyksiini:

- 1. Miten ja millainen sosiaalinen identiteetti entisten päihteidenkäyttäjien elämässä näkyy?*
- 2. Millainen rooli sosiaalisella identiteetillä voi olla toipumisessa?*

5. Aineisto, tutkimusmenetelmät ja eettisyys

Tässä luvussa kerron aineistostani, tutkimusmenetelmistäni sekä tutkielman eettisyydestä. Tein tutkimusta varten haastattelut ja niistä syntyneitä aineistoja analysoin sisällönanalyysin avulla. Aineisto koostuu seitsemästä saman kuntoutuslaitoksen hoitojakson läpikäyneen henkilön haastattelusta. Kerron ensimmäisenä aineistostani, jonka yhteydessä kuvaan kuntoutuslaitosta, minkä jälkeen kerron teemahaastattelusta, josta siirryn kuvaamaan sisällönanalyysia ja analyysiprosessia. Lopuksi käsitelen vielä tutkielman eettisyyttä.

5.1 Aineisto

Halusin alusta alkaen tehdä haastattelut tutkielmaani varten, sillä tutkimuskysymyksiini pystyn parhaiten vastaamaan tekemällä aiheesta omat haastattelut. Kun aloin suunnittelemaan haastateltavien hankintaa, päätin ottaa yhteyttä kuntoutuslaitos Aurinkoiseen (nimi muutettu) ja toivoin että sieltä saisi muutaman haastateltavan, sillä Aurinkoisen maine on erittäin hyvä. Sain laitoksen johtajalta jo kahden päivän sisällä yhteydenotostani 10 henkilön yhteystiedot, joista seitsemän kanssa sain sovittua haastattelun. Oli hienoa ja ehkä hieman yllättävääkin, että sain haastateltavat niin nopeasti. Olin myös iloinen siitä, että sain tarpeeksi haastateltavia tästä samasta laitoksesta. Haastateltavat eivät olleet yhteydenottohetkellä enää laitoksessa, vaan olivat olleet jo pitkään ”siviilissä”, kuten moni heistä puhuu haastatteluissa.

Aineistoni koostuu seitsemästä entisen päihteidenkäyttäjän haastattelusta. Tein haastattelut kevään 2019 aikana ja haastattelut kestivät 35 minuutista 105 minuuttiin. Nauhoitettua aineistoa on kahdeksan tuntia. Luin jokaiselle haastateltavalle haastattelusopimuksen ja kysyin heidän suostumustaan siihen suullisesti ja samalla lupauduin itse allekirjoittamaan lukemani asiat. Nauhoitin haastattelut suoraan tietokoneelle. Kasvokkain haastateltaessa nauhoitin ensin puhelimeen, ja poistin äänitteen sieltä heti kun olin ladannut sen tietokoneelle. Nauhoja ei kuunnellut kukaan muu kuin minä. Kaksi haastattelua tein skypen kautta, neljä haastattelua puhelimitse ja yhden kasvotusten. Minulle oli luonnollista tehdä haastatteluja myös puhelimitse ja kaikki haastattelut sujuivat erittäin hyvin, riippumatta siitä miten haastattelu toteutettiin.

Haastateltavat olivat kaikki entisiä päihteidenkäyttäjiä, jotka olivat olleet samassa kuntoutuslaitoksessa, jonka jälkeen he olivat tulleet päihteettömiksi. Haastateltavista neljä oli miehiä, joista kahdella oli ollut päihteenä alkoholi ja toisella kahdella taas huumeet. Haastateltavista loput kolme olivat naisia ja heillä kaikilla päihteenä olivat olleet huumeet. Haastateltavat olivat iältään 30–60 –vuotiaita ja he ovat haastatteluhetkellä olleet päihteettömänä 1,5 vuodesta 9 vuoteen. Aineiston kannalta tärkeää minulle oli se, että haastateltavat olivat kaikki olleet samassa kuntoutuslaitoksessa,

jonka periaatteisiin kuuluu lääkkeetön ja yhteisöllinen hoito. Lääkkeellisestä hoidosta keskustellaan paljon ja se on Suomessa yleinen hoitomuoto. Halusin tuoda toisenlaisen näkökulman addiktion hoidosta esiin, jossa addiktiota hoidetaan ilman lääkkeitä, yhteisöllisyyttä hyödyksi käyttäen. Yhteisöllisyys liittyy vahvasti teoreettiseen viitekehukseeni, jolloin aineisto ja teoreettinen viitekehys täydentävät hyvin toisiaan. On myös tärkeää saada tietoa sellaisten hoitomuotojen periaatteista, joita ei ensisijaisesti yleensä käytetä, jotta niistä saadaan tietoa, jota voidaan soveltaa addiktion hoitoon.

5.1.1 Kuntoutuslaitos Aurinkoinen

Aineiston kannalta on olennaista kuvata kuntoutuslaitosta tarkasti, sillä haastateltavat puhuvat paljon kuntoutuslaitoksesta ja sen merkityksestä heille. Kuvaan seuraavaksi tätä kuntoutuslaitosta ja kutsun laitosta pseudonyymillä *Aurinkoinen*, haastateltavien anonymiteetin suojaamiseksi. Myös kaupunki, jossa Aurinkoinen sijaitsee, toimii tässä pro gradussa pseudonyymillä *Mäkiharju*. Olen myös muuttanut laitoksen sisällä olevien kuntoutuspuolien nimiä samasta syystä. Tiedot tähän kuvaukseen kuntoutuslaitoksesta olen kerännyt laitoksen nettisivuilta sekä haastatteluista.

Aurinkoinen on kuntoutuslaitos pienehkössä kaupungissa, ja erikoistunut addiktion hoitoon. Siellä tarjotaan yhteisöllistä päihdekuntoutusta yksilöille ja perheille. Päihdekuntoutus Aurinkoisessa perustuu vertaistukeen ja yhteisöllisyyteen, mikä tarkoittaa sitä, että yhteisöä käytetään tietoisesti muutosta eteenpäin vievänä tekijänä. Tämä näkyy esimerkiksi yhteisinä ryhminä, työtehtävinä ja vastuun ottamisena. Yksilökuntoutusta tarjotaan naisille, miehille sekä pariskunnille, joilla on alkoholi-, huume-, lääke- tai peliongelma. Kuntoutus tapahtuu peruskuntoutusyhteisössä ja kestää noin 1-2 kuukautta. Tämän jälkeen on mahdollista hakea jatkokuntoutusyhteisö Pihlajaan, jossa kuntoutus on intensiivisempää ja kestää pidempään. Jokaisen asiakkaan kanssa laaditaan henkilökohtainen kuntoutussuunnitelma, jonka pohjalta asiakas saa erilaisia tehtäviä, joita käsitellään yhteisössä. Asiakkailla on myös omaohjaaja, jonka kanssa käydään yksilöllisiä keskusteluja. Perhekuntoutus on tarkoitettu taas perheille, joissa päihteet ovat ongelma. Perheillä on Aurinkoisessa käytössään oma rivitaloasunto ja perheiden lapsille on oma päiväkotikielto. Kouluiässä olevat lapset käyvät alueen lähikoulua ja vauvaikäisten hoito järjestetään tarpeen mukaan.

Asiakkaat käyvät tavallisesti päivittäin neljässä eri ryhmässä, joissa suoritetaan tehtäviä ja käydään läpi omaa ja toisten päihdeongelmaa. Aurinkoisessa on myös NA-ryhmä, jossa voi käydä myös muut alueella asuvat. Puolestaan Mäkiharjun kaupungissa oleviin AA-ryhmiin on mahdollisuus osallistua Aurinkoisesta. Päihdekuntoutuksen läpikäyneille on mahdollista järjestää intervallikuntoutus, jonka haastateltavistakin kuusi oli käynyt. Intervallikuntoutuksen tarkoitus on tukea intensiivisemmin päihteetöntä elämää kuin pelkkä avohoito. Intervallikuntoutuksessa olennaisena osana toimivat

puhelinsoitot noin kaksi kertaa kuukaudessa ja intervallijaksoja on yleensä kolme. Jaksot ovat intensiivisiä ja laitoksessa ollaan silloin kuusi päivää.

5.2 Teemahaastattelu

Toteutin aineistonkeruun teemahaastatteluilla, jotka tein puhelimitse, skypen kautta sekä kasvotusten, haastateltavan toiveiden mukaan. Haastateltavat asuvat ympäri Suomea, joten tämän vuoksi puhelimitse ja skypen kautta tuli tehtyä eniten haastatteluita. Tehtyäni haastattelut, litteroin ne sisällönanalyysiä varten. Teemahaastattelu on puolistrukturoitu haastattelu, jolle ominaista on se, että haastattelusta jotain on lyöty lukkoon, mutta ei kaikkea. Teemahaastattelu on enemmän strukturoimatonta kuin strukturoitua, mutta puolistrukturoitu siksi, että haastattelun aihepiirit eli teemat ovat kaikille samat. Teemahaastattelusta kuitenkin puuttuu strukturoidulle haastattelulle ominaiset tarkasti muotoillut kysymykset sekä tarkka kysymysten järjestys. Nimi kertoo juurikin oleellisen osan haastattelusta, eli sen, että siinä ei käytetä yksityiskohtaisia kysymyksiä, vaan haastattelu etenee tiettyjen teemojen varassa. Tämä antaa vapautta haastateltavan äänelle ja lisäksi teemahaastattelu ottaa huomioon sen, että ihmisillä on eri tulkintoja asioista, ja niille annetut merkitykset ovat keskeistä. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 47–48.) Halusin käyttää teemahaastattelua, sillä sen avulla pystyin kysymään samoista aiheista, antaen kuitenkin haastateltaville vapautta kertoa aiheesta siten kuin he itse sen näkivät.

Toteutin seitsemän teemahaastattelua, jotka kaikki noudattivat samaa runkoa teemojen perusteella. Käytin neljää isompaa teemaa ja lisäksi yhtä, joka kulki kaikkien neljän teeman läpi. Teemat myös etenivät melko kronologisesti haastateltavien elämänvaiheiden mukaisesti ja järjestin teemat näin helpottaakseni haastateltavia. Ensimmäisenä teemana oli päihdetausta, jossa ensimmäisenä pyysin kertomaan aiemmasta päihdeidenkäytöstä. Seuraavana teemana oli hoitoon hakeutuminen, jossa kyselin syitä, miksi hoitoa haettiin, ja kuntoutuslaitoksesta, johon kaikki haastateltavat olivat päätyneet. Kolmantena teemana oli päihdeettömäksi tuleminen ja tässä teemassa pyysin kertomaan siitä. Neljäntenä teemana minulla oli päihdeettömyys, jossa kyselin päihdeettömään elämäntapaan liittyvistä aiheista. Jokaisen teeman kohdalla kysyin myös teeman ajankohtaan liittyen haastateltavien lähipiiristä. Lopuksi esitin kaikille vielä kaksi kysymystä, joista ensimmäisessä pyysin kertomaan neuvoja sellaiselle henkilölle, joka olisi avun tarpeessa päihdeongelman vuoksi. Toisessa kysymyksessä pyysin haastateltavia kertomaan, miten he itse haluaisivat parantaa päihderiippuvuuden hoitoa Suomessa.

Kerron vielä hieman puhelinhaastattelusta, sillä käytin sitä eniten haastattelujen tekemisessä. Puhelinhaastatteluja voidaan käyttää suuriin strukturoituihin joukkohaastatteluihin, mutta myös siten,

että tutkija soittaa itse omasta puhelimestaan. Puhelinhaastattelua käytetään useimmiten strukturoituihin haastatteluihin, kuten surveytyyppisiin lomakekyselyihin, mutta sitä pidetään myös hyvänä vaihtoehtona puolistrukturoitujen haastattelujen tekemiseen. Puolistrukturoidussa haastattelussa puhelinhaastattelu on eduksi, kun haastateltavat asuvat kaukana tai ovat kiireisiä. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 64–65.) Haastateltavani asuivat ympäri Suomea, joten aikataulumme vuoksi päädyimme suurimman osan kanssa puhelinhaastatteluun. Olin aluksi ottanut yhteyttä kaikkiin haastateltaviin sähköpostitse tai tekstiviestillä. Suurimman osan haastateltavien kanssa sovin ensin soittoajan, jolloin selitin enemmän tutkimuksestani ja annoin mahdollisuuden kysyä kysymyksiä. Samalla sovin heidän kanssaan lopullisen haastatteluajankohdan. Näin olin jo hieman tutustunut haastateltaviin ja heillä oli myös käsitys siitä, millaisen ihmisen kanssa he tulevat haastattelun tekemään. Jo tässä vaiheessa tunnistin puheluista, että haastattelut tulisivat sujumaan todennäköisesti hyvin myös puhelimen kautta. Pysin luomaan kaikista haastatteluista enemmänkin keskusteluja ja tämä onnistui mielestäni hyvin.

5.3 Sisällönanalyysi

Aineistoa lähdin analysoimaan sisällönanalyysin avulla, sillä se sopii haastattelujen analysoimiseen. Sisällönanalyysi on perusanalyysimenetelmä, jota voidaan käyttää monenlaisen tutkimuksen tekemiseen ja sitä voidaan hyödyntää laajasti laadullisen tutkimuksen kentällä. Aineistoa pystytään sisällönanalyysin avulla analysoimaan systemaattisesti ja objektiivisesti, ja tähän menetelmään sopivia aineistoja ovat esimerkiksi haastattelut, keskustelut, artikkelit tai kirjat. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 105.) Valintaan vaikutti myös se, että hallitsen sisällönanalyysin hyvin, jolloin tutkimus on tältä osin luotettavampi.

Sisällönanalyysi voidaan jakaa aineistolähtöiseen, teoriasidonnaiseen tai teorialähtöiseen sisällönanalyysiin. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä analyysiyksiköt valitaan aineistosta tutkimuksen tarkoituksen ja tehtävänasettelun mukaan, jolloin analyysiyksiköt eivät ole ennalta mietittyjä. Aineistolähtöisen analyysin haasteena on se, että analyysiä ei voi toteuttaa täysin objektiivisesti. Tähän aineistolähtöisen analyysin ongelmaan voi vastauksena toimia teoriasidonnainen sisällönanalyysi, jossa on teoreettisia kytkentöjä. Se ei silti pohjautu suoraan mihinkään teoriaan, mutta teoria voi olla apuna analyysiä tehdessä. Analyysiyksiköt valitaan aineistosta aiemman tiedon ohjaamana. Aiempi tieto voidaan tunnistaa analyysissä, mutta teoriasidonnainen analyysi ei testaa mitään teoriaa, vaan luo uusia ajatuksia. Teorialähtöinen sisällönanalyysi taas juurikin testaa jotain aiempaa teoriaa tai mallia, jolloin analyysissä nojataan niihin. Siinä myös jo aineiston hankintaan ja tutkittavan ilmiön määrittelyyn vaikuttaa aiempi tieto. Aineistolähtöisessä ja teoriasidonnaisessa analyysissä tämä taas on vapaata. (Tuomi & Sarajärvi

2002, 97–101.) Minulla ei ollut tarkoituksena testata mitään teoriaa tai mallia, joten tämän vuoksi en käytä tutkimuksessa teorialähtöistä sisällönanalyysiä. Tein sisällönanalyysin teoriasidonnaista sisällönanalyysiä käyttäen, sillä siten sain yhdistettyä teoreettista viitekehystäni analyysiin jo lähtökohtaisesti, antaen samalla kuitenkin valtaa myös itse aineistolle.

5.4 Analyysiprosessin kulku

Kuten edellä tuli ilmi, käytin analyysin menetelmänä sisällönanalyysiä. Aloitin analyysin litteroimalla aineiston, jota tuli lopulta 108 sivua. Litteroin sanatarkasti, mutta jätin kuitenkin pois ylimääräiset sanojen toistot. Muutin myös anonymiteetin vuoksi jo litterointivaiheessa asuinpaikkakuntien nimet ja muut mahdolliset tunnistamistiedot, jotka eivät olleet analyysin kannalta oleellisia. Koodasin tämän jälkeen aineistosta kaiken tutkielmani kannalta olennaisen, ja tätä koodattua litterointia tuli 73 sivua. Tämän jälkeen aloitin redusoinnin, eli pelkistämisen, josta pelkistettyjä ilmaisuja tuli 14 sivua. Huomasin, että runsaan aineiston seurauksena oli järkevintä tehdä vielä toinen kierros pelkistystä jo tekemilleni pelkistyksille, ja lopulta pelkistettyjä ilmaisuja tuli 12 sivua. Tämän jälkeen aloitin klusteroinnin, eli alakategorioiden ryhmittelyn, josta tuli noin sata alakategoriaa. Klusteroinnin jälkeen ryhmittelin alakategoriat yläkategorioiksi, joita tuli puolestaan 24. Totesin vielä yhden ryhmittelyn olevan tarpeen, ja ryhmittelin nämä 24 yläkategoriaa uudelleen, ja lopulta niitä tuli 16. Nämä 16 yläkategoriaa ryhmittelin edelleen kuudeksi pääluokaksi. Nämä kuusi pääluokkaa ovat sisällönanalyysin päätulokset, joita analyysiluvussa analysoin teoreettista viitekehystäni hyödyntäen. Kaikki analyysin yhteydessä käyttämäni otteet on muokattu ja valittu siten, ettei haastateltavien tunnistamista mahdollistavia tietoja tule ilmi.

5.5 Tutkielman eettisyys

Tutkielmassani on monia eettisiä seikkoja pohdittavaksi. Aihe on sensitiivinen ja en voi tietää, miten aiheesta puhuminen vaikuttaa haastateltaviin. Koin kuitenkin tärkeäksi tehdä haastattelut itse, sillä vastaavanlaista aineistoa ei ole olemassa. Ratkaisin ongelmaa siten, että yritin saada haastateltaviksi sellaisia henkilöitä, jotka ovat olleet päihteettömänä jo kauemman aikaa, ettei aihe olisi liian arkaluontoinen ja käsittelemätön. Otin yhteyttä Aurinkoisen johtajaan, joka hankki minulle hänen mielestään tutkimukseen sopivia henkilöitä. Tämä oli kannattavaa eettisyyden kannalta, sillä johtajalla oli hyvät tiedot siitä, ketkä ovat toipumisprosessissaan siinä vaiheessa, että voivat hyvin osallistua tutkimukseeni. Pyrin myös keskittymään toipumiseen ja päihtettömyyteen, jotka ovat addiktion positiivisia asioita, niiden vaikeudesta huolimatta. Haastateltavat olivat olleet päihteettömiä 1,5–9 vuotta, eli etäisyyttä entiseen elämään oli jo saatu, ja asioita oli käsitelty. Aiheen arkaluontoisuudesta ja vaikeudesta huolimatta, haastateltavat olivat tottuneet kuntoutuslaitoksessa sekä AA:ssa ja NA:ssa jakamaan näitä asioita muille, mikä varmasti helpotti minulle kertomista.

Haastateltaville oli myös tärkeää oman tarinan julki tuominen tutkimuskäyttöön, jotta he voisivat tätä kautta lisätä tietoisuutta päihdeongelmista ja niistä selviytymisestä. Muiden auttaminen tuntui olevan suuri motiivi tutkimukseen osallistumiseen.

Alussa ajattelin, että myös terminologia voi olla eettinen ongelma, sillä haluan kunnioittaa haastateltavia. Moni vuosiakin päihdeettömänä ollut pitää itseään silti päihderiippuvaisena/addiktina, joten minun täytyi keksiä muotoilut, jotka sopivat kaikille. Terminologian ongelman ratkaisin yhdessä haastateltavien kanssa, kysymällä jokaiselta mitä termiä he haluavat minun käyttävän. Näin kaikkia yhdistäväksi termiksi sopi *entinen päihdeidenkäyttäjä*. *Addikti* ja *toipuva addikti* olivat myös yhdistäviä termejä, mutta niiden ajateltiin mahdollisesti antavan väärää kuvaa ulkopuolisille. Käytän kuitenkin myös termejä *addikti* ja *toipuva addikti* tässä tutkielmassa, mutta analyysissä ja johtopäätöksissä tulee esiin, mitä se haastateltaville merkitsee.

Vaikka aivan kaikille anonymiteetti ei ollut niin tärkeää, on se eettisyyden kannalta tutkielmassani ensiarvoista, aiheen ollessa sensitiivinen ja henkilökohtainen. Tämän vuoksi käsittelin ja säilytin aineistoa huolella. Kysyin myös luvan jatkotutkimukseen, ja säilytän siihen luvan antaneiden aineistoa samaa huolellisuutta korostaen, vain itseni hallussa ja salasanan takana. Muu aineisto tuhotaan lopullisesti, kun tutkielma on valmis. Jatkotutkimusluvan kysyminen mahdollista jatkotutkimustani varten oli eettisesti perusteltua, sillä aineistoni oli rikas ja laaja, joten vastaavan aineiston keruu myöhemmin olisi eettisesti kyseenalaistettavissa arkaluontoisuuden ja henkilökohtaisuuden vuoksi.

6. Sosiaalinen identiteetti entisten päihteidenkäyttäjien elämässä

Tässä luvussa käyn läpi tutkielmani analyysin ja esittelen sen tulokset. Ensin esitän sisällönanalyysin kautta syntyneen taulukon ja sen jälkeen käyn läpi sen sisällön. Tätä seuraa varsinaiset analyysiluvut, jotka ovat nimetty sisällönanalyysin tuloksena syntyneiden pääluokkien mukaan. Analyysin aineistotteissa haastateltavien nimet ovat muutettu anonymiteetin takaamiseksi. Alla olevassa taulukossa on esiteltyä yläkategoriat ja pääkategoriat, jotka syntyivät sisällönanalyysistä.

6.1 Taulukko yläkategorioista ja pääluokista

Yläkategoriat	Pääluokat
Addiktioon identifioituminen	Addiktio osana sosiaalista identiteettiä
Addiktiosairauteen identifioituminen	
Addiktio sosiaalisessa verkostossa	
Addiktion eri kategoriat	
AA:han ja NA:han vahvasti identifioituminen	AA ja NA osana sosiaalista identiteettiä
AA ja NA ehdottomana elämäntapana	
AA ja NA puheessa	
Aurinkoinen yhteisönä	Aurinkoinen osana sosiaalista identiteettiä
Aurinkoinen sisäryhmänä	
Ammattilaiset ulkoryhmänä	Yhteiskunta ja ammattilaiset sisä- ja ulkoryhmänä
Yhteiskunta sisä- ja ulkoryhmänä	
Lähipiirin muutokset	Sosiaalisen identiteetin ja suhteiden muutokset
Sosiaalisen verkoston uudistus	
Erilaiset identiteetit ja niiden muutokset	
Tietoisuus kaveripiirin vaikutuksista	Tietoisuus sosiaalisesta identiteetistä
Ympäristön vaikutus käyttöön	

Taulukko koostuu yläkategorioista, joita on 16 ja jotka muodostavat puolestaan kuusi pääluokkaa. Pääluokat ovat sisällönanalyysin pääasiallisia tuloksia, joita yläkategoriat avaavat. Neljä ensimmäistä pääluokkaa käsittelee sosiaalisen identiteetin osia, ja kaksi viimeistä käsittelee ilmiötä enemmän

kokonaisuudessaan. Kappaleet etenevät taulukon mukaisesti, otsikon ollessa pääluokka ja alaotsikoiden ollessa yläkategorioita. Käsittelen jokaisen pääluokan ja sen muodostamat yläkategoriat erikseen. Vastaan seuraavissa kappaleissa taulukossa esitettyiden yläkategorioiden muodostamien pääluokkien avaamisen kautta tutkimuskysymyksiini, jotka ovat:

1. Miten ja millainen sosiaalinen identiteetti entisten päihteidenkäyttäjien elämässä näkyy?
2. Millainen rooli sosiaalisella identiteetillä voi olla toipumisessa?

6.2 Addiktio osana sosiaalista identiteettiä

Tämä kappale kuvaa pääluokkaa nimeltä addiktio sosiaalisena identiteettinä ja sisältää yläkategoriat: *addiktioon identifioituminen, addiktiosairauteen identifioituminen, addiktio sosiaalisessa verkostossa ja addiktion eri kategoriat*. Tämä pääluokka on kaikista laajin ja se kuvaa kuinka laajasti addiktio voi olla osana sosiaalista identiteettiä. Addiktioon identifioituminen ja addiktio osana sosiaalista identiteettiä näyttäytyvät päihteettömyyden ylläpitämisen kannalta positiivisina ja edistävinä tekijöinä. Päihteitä käyttäessä, addiktion ollessa osa sosiaalista identiteettiä, voi siitä seurata enemmän negatiivista ja addiktiota ylläpitävää vaikutusta.

Addiktioon identifioituminen

Aineistosta nousi melko vahvasti esiin erilaisia viittauksia siihen, kuinka addiktio on osa itseä ja miten siihen identifioidutaan. Addikteista puhuttiin yhtenäisenä ryhmänä, johon myös itse kuulutaan ja jota halutaan puolustaa. Jälkikäteen kerrottuna itsestä puhuttiin narkomaanina käyttävään aikaan viitaten, kun päihteenä olivat olleet huumeet. Päihteettömäksi tullessa ja nykyhetkessäkin itsestään puhutaan addiktina sekä toipuvana addiktina. Alkoholia päihteenä käyttäneet puhuivat itsestään alkoholistina käyttävään aikaan viitaten, sekä nykyhetkessä lisäksi raittiina alkoholistina. He kutsuivat itseään alkoholistin lisäksi myös addiktiksi. Addiktion koettiin olevan pysyvä ja se näyttäytyi koko elämän kestäväksi ilmiönä. Seuraavaksi esimerkkinä on otteita, joissa tämä yläkategoria ilmenee.

”Se on tehny tuloaan jo niinku kauan ennen et mä oon ollu ihan pikkutyöstä asti, sillon ku mä oon oppinu kävelee ni mä oon ollu niinku addikti, voin sanoo sen niinku ja mä oon edelleen.”

- Suvi

Tässä otteessa tulee esiin, kuinka Suvi on kokenut olevansa addikti jo pienestä pitäen. Addiktio näyttäytyy koko elämän aikaisena ilmiönä, josta ei voi parantua. Tämä käsitys on yleinen AA:ssa ja NA:ssa ja auttaa ymmärtämään omaa käyttäytymistä läpi elämän.

”Joka aamu kyllä muistutan ku nousen ylös, että alkoholisti olen tänäänki ja vain tästä päivästä on kysymys ja tänä päivänä ollaan raittiina.”

- Risto

Tässä otteessa haastateltava muistuttaa itseään joka päivä siitä, että hän on alkoholisti. Addiktiosta itseään muistuttaminen koetaan tärkeäksi päihteettömyyden kannalta. Huomionarvoista on, että addiktiin identiteetistä pidetään tiukasti kiinni, eikä mahdollisuutta sen unohtamiseen anneta. Addiktiosta muistuttaminen vahvistaa tätä identiteettiä, sekä pitää sitä yllä.

”Addiktina tulee tämmösii kaikkii et nauttii mehuu, suklaata, lakritsii ja tämmösii tulee sit niinku ostettua enemmän.”

- Olli

Tässä kuvataan tiettyä addiktiin luonnetta, jossa siihen yhdistetään herkkujen ostaminen. Nämä herkut ovat ikään kuin korvanneet alkoholin, joka oli tällä haastateltavalla addiktion pääkohde. Addiktion nähdään vaikuttavan tällaisissa arkipäivän asioissa, joita ei pidetä huonoina. Mielenkiintoista on, kuinka addiktiota käytetään syynä monenlaiseen käyttäytymiseen päihteettömäksi tulemisen jälkeen. Moni haastateltava kokee ymmärtävänsä paremmin näitä käyttäytymisiä, kun on ymmärtänyt addiktion luonnetta.

”Mä koen et mä tuun aina olemaan addikti, mut sit se et toipuva addikti. Mut sit taas et miten niinku muut, ketkä ei oo asiaan perehtyny, ni miten ne käsittää sen.”

- Minna

Kuten muutkin haastateltavat, Minna kokee olevansa aina addikti. Hän kuitenkin korostaa sanaa *toipuva*, joka tässä tarkoittaa sitä, että hän on lopettanut päihteiden käytön ja jatkaa toipumista loppuelämän. Minna myös ymmärtää sen, että asiaan perhetymättömät voivat ymmärtää *addiktiin/toipuvan addiktiin* ei tavalla. Joku voisi ajatella, että tällainen ihminen vielä käyttää päihteitä, tai että toipuminen joskus loppuu ja parannutaan. AA:ssa ja NA:ssa olevien käsitysten mukaan, addiktiosta ei koskaan parannuta ja tämä näkyy haastateltavien kuvauksissa omasta addiktiostaan.

”Addiktihan minä olen kyllä. Viinahan on huume ja tappavin huume mitä maa päällään kantaa tälläki hetkellä. Ettei siinä ny, yleensä nuo narkomaanit ja sekakäyttäjät, tämmöset käyttää yleensä sitä addikti nimeä, mutta kyllä se addikti sopii mulleki... Minäki kyllä ku mä NA:ssa olen, ni kyllä mä itteäni alkoholistiksi kutsun. NA:ssa on hyvä sanonta siitä että alkoholi on huume. Ei se siitä muuksi muutu, että se on ihan samallaine tappava aine. Se on niinku ollaa NA:laisten kanssa keskusteltu, mä

että lopputulos on ollu ihan sama että ryssitty ollaan hommat ja ny toivutaan.”
- Risto

Tässä otteessa tiivistyy hyvin aineistossa ilmenevä ajatus siitä, että kaikki ovat addikteja aineesta huolimatta, mutta nyt kaikki toipuvat. Addiktio yhdistää alkoholia ja huumeita käyttäneitä ja tässä Risto kokee olevansa addikti, vaikka se on yleensä enemmän käytössä NA:n puolella. Mielenkiintoista on se, että kun Risto menee NA:han, hän esittelee itsensä alkoholistina, eikä addiktina. Tämä voisi johtua juuri siitä ajatuksesta, että yleensä huumeita päihteenään käyttäneet kutsuvat itseään addiktiksi. Ehkä alkoholistina NA:ssa ei koeta, että voisi kutsua itseään addiktiksi, sillä tämä sana on ikään kuin enemmän heidän. Voidaan myös haluta korostaa sitä, että alkoholistina ei ole välttämättä aivan samoja kokemuksia kuin sellaisella, joka on käyttänyt huumeita. Tästä sanan käyttämisen valikoinnista huolimatta, kaikki ovat loppujen lopuksi addikteja, oli päihtenä ollut mikä tahansa. Kaikilla haastateltavilla on huomattavissa identifioituminen *addiktin* identiteettiin, joka korostaa *toipuvan addiktin* identiteettiä.

Addiktiosairauteen identifioituminen

Tästä yläkategoriasta oli jo hieman viitteitä edeltävässä kategoriassa, mutta tälle yläkategorialle ominaista on kuitenkin addiktioon identifioitumisen lisäksi nimenomaan sen näkeminen sairautena ja siihen identifioituminen. Seuraavaksi esittelen otteiden avulla tätä yläkategoriaa.

”Mun mielestä tätä siis addiktiosairaus tunne-elämän sairaus, sitä voi verrata mun mielest niinku vaikka diabetekseen. Että tota diabeetikkokin tarvii lääkettä et se pysyy hengissä ja terveenä ja jos se saa sitä lääkettä, ni se pystyy jatkaa elämää lähes normaalisti. Ja samal taval mä koen et mul on addiktiosairaus, ni mä tarviin siihe lääkettä, itsehoitoo mä tarviin siihe vertaistukee.”
- Suvi

Tässä Suvi vertaa addiktiosairautta diabetekseen, johon tarvitsee lääkettä (vertaiskuvallisesti), jota on itsehoito ja vertaistuki. Itse lääkettä monet haastateltavat vierastavat ja kritisoivat, usein viitatenkin tunne-elämän sairauteen, joka vaatii tunteiden käsittelyä ja jota lääkehoidolla ei pysty hoitamaan.

”Jos minä rupean kuvittelemaan että tuota nyt minulle ei ole se alkoholi enää ongelma, ni sillon mä palaan siihen vanhaan alkoholistisee ajattelutapaa mikä johtaa kuolemaa yhtäkkiä.”
- Risto

Risto kokee, että on elintärkeää nähdä alkoholi aina ongelmana, sillä muuten siitä seuraa alkoholistinen ajattelutapa ja juominen. Raittiinakin on siis syytä nähdä alkoholi ongelmana, vaikkei

se sitä enää käytännössä olisikaan. Addiktiosairaus on ja pysyy, ja siinä alkoholi on ongelma aina, joten alkoholiksi identifioituminen on päihteettömyyden kannalta tärkeää.

”Se oli niinku ensimmäine hoito mis mulle kerrottii et mä olen päihderiippuvainen ja päihderiippuvainen ihminen ei kykene hallitsemaa huumeiden käyttöönsä ja niinku kaikki niinku lokahti paikalle. Et sitähän mä olin niinku koko ajan niinku hakenu et jumalauta mikä must on niinku vikana.”

- Tero

Tero oli 17 vuoden aikana miettinyt paljon, mikä häntä vaivaa ja miksi hän ei pysty lopettamaan päihteiden käyttöä. Lopulta hän sai tietää, että hän on päihderiippuvainen ja sai tietoa addiktiosairaudesta. Näin Tero koki helpottavan tunteen siitä, että hänessä ei itsessään ollutkaan vikaa, vaan hänellä on sairaus, joka on tämä vika. Tässä tieto addiktiosairaudesta toi ymmärtämistä, joka auttoi toipumisessa. Terolla oli ikään kuin ollut hukassa tämä sosiaalisen identiteetin puoli, ja kun hän tuli tietoiseksi siitä, se auttoi häntä toipumisessa.

”Siel mul jollai taval, mä ymmärsin et on tämmönen addiktiosairaus mut et sit ku se ei vielä kää oikee niinku avautunu mulle. Mä keskeytin sen kahden viikon jälkeen, lähdin sieltä kotiin ja sain vaa niinku lisää syytä et mul on tämmönen sairaus, mä voin käyttää. Mut et siin piti sit käydä kaikki omat pohjakokemukset ja kaikki. Asioit tapahtuu vähä lisää ni sit niinku löys siihen apuu vasta.”

- Laura

Tässä Laura sai kahden viikon hoitajakson aikana kuulla ensimmäistä kertaa addiktiosairaudesta, mutta ei kuitenkaan vielä ollut valmis avun saamiseen. Tietoisuus addiktiosairaudesta päihteitä käyttäessä lisäsikin syytä käyttää, kun se päihteettömänä aikana taas on monella näyttänyt itsensä ymmärtämisenä paremmin ja näin auttanut myös pysymään päihteettömänä. Tietoisuus addiktiosairaudesta silloin kun ei ole vielä valmis hoitoon, voikin näyttäytyä negatiivisena asiana ja antaa syyn päihteiden käyttämiselle.

Addiktio sosiaalisessa verkostossa

Tämä yläkategoria kuvaa sitä, miten addiktio näkyy monen muun asian lisäksi erityisesti sosiaalisessa verkostossa. Tämä yläkategoria sisältää addiktion näkymisen sosiaalisessa verkostossa ainoastaan aikana, jolloin käytettiin päihteitä. Myöhemmin analyysissä käsittelyyn tulee addiktio ja sosiaaliset suhteet myös tämän jälkeisenä aikana. Tämä kategoria kuvaa päihteiden käyttämisen sosiaalista puolta ja sitä, miten se on vaikuttanut päihteiden käyttöön. Kuvaan tätä yläkategoriaa seuraavavaksi aineisto-otteilla.

”Mä tein paljon enemmän töitä huumeiden eteen ku vaikka koulun eteen tai minkää muun eteen et. Et mä tilasin netistä ja mä hakeuduin just sellasten ihmisten seuraan tääl kaupungissa ketkä mä tiedän et ne vetää ja niinku niil on yhteyksiä vaikka saada mulle ensviikonlopuks ekstaasia jos mä hahuun sitä ja kaikkee.”

- Suvi

”Mä rupesin sit sillä niinku hakee taas hyväksyntää sit siinä porukassa mis mä sit liikuin ja tavallaa, että siinä porukas sitä hyväksyntää sai just nimenomaa sillä et teki kaikki tyhimmät temput ja örvelsi eniten.”

- Tero

Ensimmäisessä otteessa tulee esiin, miten Suvi näki paljon vaivaa mahdollistaakseen päihteiden käytön nuorempana. Hän tiesi, että verkostoitumalla tiettyihin ihmisiin, saa huumeita ja näin sosiaalista verkostoa käytettiin huumeiden hankkimiseen. Toisessa otteessa tulee taas esiin tietynlainen ryhmäpaine, joka on ollut vaikuttava tekijä käytön aloitusaikana. Hyväksyntää haetaan päihteitä käyttämällä ja kun sitä saa, ei käyttöä haluta lopettaa, sillä muuten menettäisi samalla osan sosiaalisesta identiteetistä.

”Kaveriporukka oli, kyl se sit oli niinku muodostunu sellaseks et oltii millonki misäki kämpäs ja oltiin just niinku niin pitkin vuorokaut vaa niinku vedettii erilaisii ja erilaisii päihteitä. Ja välillä tuli poliisit käymää ja tota välil joku varasti jotai ja siin oli kaikki varastamas jossai jotai. Ja sit et oli muodostunu semmone omallaine niinku jo porukka tai semmonen et niinku toi.”

- Minna

Kaikkien haastateltavien vielä päihteitä käyttäessä, kaveripiiri koostui muista käyttävistä ja kaverisuhteet muodostuivat enimmäkseen päihteiden ympärille, kuten edellä olevassa otteessakin tulee ilmi. Sosiaalisia suhteita määrittää päihteiden käyttö ja se on tekijä, joka yhdistää samankaltaiset ihmiset yhteen ja joihin myös identifioiduttiin.

”Alettii seurustelee ja se meni et tosi nopeesti eteni se suhde ja hän oli niinku tosi älykäs ihminen ja niinku tai niinku tavllaa niinku kulturelli ja tämmönen niinku. Mut hänki oli sit kuitenkin pahan luokan addikti ja kärsivä. Et niinku hänen kas tää elämä tai siis tää elämä tai sit mä menin ihan niinku varsinaisel niinku oikeen kentälle.”

- Minna

”Mä halusin jotenki niist ihmisist enemmän eroon ku niist päihteist ja sit tota nii tuli vaa se et halus siit niinku miehest eroo ja kaikkee tällast.”

- Minna

Aineistossa tuli esiin, että päihteitä lähdettiin käyttämään usein kaverin tai kaveripiirin kautta. Ensimmäisessä otteessa Minna meni *kentälle* miesystävänsä kautta, jolloin hän astui syvemmälle huumeiden käytön maailmaan. *Kenttä* tarkoittaa haastateltaville yleisimmin sitä, että alettiin käyttämään päihteitä paljon, ja että elämä muodostui lähinnä päihteiden käytön kulttuurin kehityksessä, tai näiden lisäksi myös rikollisuuden liittymistä päihteiden käyttöön. Toisessa otteessa Minna kuvaa tilannettaan siten, että halusikin lopulta tästä sosiaalisesta verkostosta eroon. Sosiaalinen verkosto näyttäytyi tekijänä, joka sai käyttämään enemmän, tai lopulta yhtenä syynä haluan lopettaa. Haastateltavista Olli lopetti aikoinaan huumekeuilut vaimonsa vuoksi, joten sosiaalinen verkosto voi myös olla tekijä, joka estää päihteiden käyttöä, tai ainakin rajoittaa sitä.

”Kyl se semmonen niinku ei siit, no se yksinäisyys on niinku se et tota on se ollu aika kova tota semmonen. Et mä oon uskotellu ittelleni tosi pitkää et se on niinku sosiaalista se käyttäminen ja sit ku silmät avautuu et se on niinku kaukana siitä ni ei siin.”

- Laura

”Mä aloin joskus käyttää siks et mä oisin sosiaalisempi ja nyt sit mä vaan olen ihmisten ilmoil tasan sen aikaa et mä saan säädettyy jotain kamaa ja sit mä eristäydyn. Eihän täs oo mitää järkee et mul on vaa paha olo koko ajan.”

- Mikko

Nämä otteet kuvaavat aineistossa ilmennytä ilmiötä siitä, että alkujaan alettiin käyttämään päihteitä sosiaalisuuden tai sosiaalisen verkoston vuoksi ja niiden käyttöä myös jatkettiin tämän vuoksi. Jälkeenpäin katsoen ymmärrettiinkin, että päihteiden käyttö ei ollutkaan sosiaalista, vaan sitä kuvasi yksinäisyys ja eristyneisyys.

Addiktion eri kategoriat

Tähän yläkategoriaan sisältyy erilaisia kategorisointeja, joita haastateltavat tekivät suhteessa itseensä ja muihin käyttäjiin, sekä huumeidenkäyttäjiin ja alkoholisteihin. Näissä kategorioissa oli myös ristiriitaisuuksia ja niitä käytettiin tilanteen mukaan eri tavalla. Käsittelen addiktion kategorisointeja tässä yläkategoriassa lähinnä vain käyttävään aikaan viitaten. Muissa yläkategorioissa on havaittavissa myös paljon erilaista kategorisointia, mutta tässä ne ovat olleet erityisen selkeitä ja merkittäviä. Seuraavaksi käsittelen näitä kategorisointeja aineisto-otteiden kautta.

”Sitten ku 9 kuukautta tuli täyteen ni se semmonen voi sanoo että normaali hairahdus mikä alkoholistille tulee. Minä olin vakuuttunu siitä että tuota enhän minä alkoholisti ole koska mä olen näin kauan pystyny olemaan ilman, et ei alkoholistit pysty olemaan.”
- Risto

Otteessa tulee esiin, kuinka kategoria *alkoholisti* kielletään joko itseltä tai muilta. Risto ei kategorisoinut itseään alkoholistiksi, ja pitää tätä yhtenä syynä sille, että yhdeksän kuukauden jälkeen retkahti juomaan. Usein omaa ongelmaa myös piiloteltiin muilta, erityisesti ammattilaisilta, ja haluttiin kieltää kategoriat *alkoholisti* tai *päihdeongelmainen*. Tällä kategorian kieltämisellä saatiin vältettyä todellisuuden kohtaaminen, jossa ongelmaan täytyisi hakea apua. Itsensä kategorisointi voi siis vaikuttaa siten, että se ylläpitää addiktiota tai estää hoitoon hakeutumista.

”AA:ssa ne tarinat on täyttä totta, että juova alkoholistiha valehtelee heti ku se suunsa avaa mutta raitistunu alkoholisti ei valehtelee.”
- Risto

Tässä otteessa tulee esiin, kuinka kategoria *alkoholisti* jakaantuu *juoviin alkoholisteihin* ja *raitistuneisiin alkoholisteihin*. Edellinen nähdään nyt ulkoryhmänä ja jälkimmäinen sisäryhmänä, johon liitetään positiivinen piirre: rehellisyys. Risto on silti elämänsä aikana kuulunut molempiin kategorioihin ja ryhmiin, ja kuuluu vieläkin niitä yhdistävään kategoriaan *alkoholisti/addikti*. Addiktion kategorisoinnit voivat olla hyvinkin monimutkaisia ja osittain ristiriitaisia. Ne kuitenkin auttavat jäsentämään sitä, minne itse kuuluu ja mikä on ollut, ja mikä on tällä hetkellä osa omaa sosiaalista identiteettiä.

”2015 lähtien just et sit alko olemaa vaa sitä et oli niinku kaikki alko olemaa vaa kovan luokan käyttäjii... Et just sillon sit alko niinku ne omat kaverit tai mul meni sillon niinku paljo ystävyysuhteita katki ja sit sellasiiki ketkä tavallaa on niinku ihan selkeit käyttäjii ja addikteit mut ne ei oo sit ihan niis kovis touhuis ollu mukana.”
- Minna

Tämä ote kuvaa sitä, miten päihteitä käyttäessä käyttäjiä kategorisoidaan heidän käytön tasonsa mukaan. Vaikka ulkopuoliset ja käyttäjät itsekin kategorisoivat helposti heidät kaikki addikteiksi, on tämän kategorian sisällä paljon jaottelua ja lisää kategorisointia. Minna kategorisoi esimerkiksi *selkeät käyttäjät* ja *kovan luokan käyttäjät* erilleen. Näin luodaan taas selkeämpää kuvaa siitä, mistä oma sosiaalinen identiteetti koostuu.

”Loppu kokonaa niinku mielenkiinto kaikkii asioita kohtaa et ihan sama ku kyläläiset tietää et mä oon juoppo ni mä voin juodakki, tuli semmonen asenne.”

- Olli

Tässä otteessa tieto siitä, että muut kategorisoivat Ollin juopoksi, mahdollisti päihteiden käytön. Ollin ei tarvinnut enää kieltää kategoriaa, sillä muut tiesivät sen myös. Hän ajatteli, ettei ole mitään syytä olla käyttäytymättä tämän kategorian mukaan. Ulkopuolelta saatu kategoria voi siis vaikuttaa negatiivisella tavalla päihteiden käyttöön, jos siihen myös itse identifioidutaan.

”Kaikki oli tavallaa tasa-arvosii, vaikkei tietenkää ollu koska niinku me ollaan narkomaanei ja nää oli ohjaajii tottakai.”

- Tero

Tämä ote viittaa Aurinkoisen henkilökuntaan ja aikaan siellä, jolloin Tero kategorisoi itsensä ja muut samassa tilanteessa olevat *narkomaaneiksi* ja henkilökunnan *ohjaajiksi*. Ristiriitaista on se, että hän toisaalta ajattelee kaikkien olevan tasa-arvoisia, mutta nämä kategoriat purkavat tämän ajatuksen. Kategorisointi luo sosiaalista identiteettiä paikassa, jossa on pyritty siihen, että näiden kategorioiden rajat eivät olisi niin selkeitä, vaan kaikki olisivat tasa-arvoisia. Usein myös aineistossa tuli esiin itsensä kategorisointi *narkomaaniksi*, kun viitattiin aikaan, jolloin käytettiin päihteitä, kun taas nykyhetkessä itsensä kategorisoitiin *addiktiksi*. Tämä kategorisointi luo tietynlaista sosiaalista identiteettiä sekä menneisyyteen, että nykyisyyteen. Koetaan, että on aina ollut addikti, mutta tarvitaan jokin kategoria erottamaan käyttävän ja päihteettömän addiktin, ja tähän on käytetty kategoriaa *narkomaani* viitatessa käyttävään aikaan.

”Alkoholi on ihan eri asia ku niinku aineiden käyttö. Niinku ihan vieroitusoireiltaa ja sit kuinka pitkään esimerkiks niinku vierotusoireet kestää. Et siit on niinku ihan helvetin vaikee niinku ihan fyysisestikki vierottautuu huumeide käytöst niinku verrattuna alkoholii, vaikka alkoholi on tietenki et et siihe voi kuolla niide vierotusoireisii, huumeiden vierotusairesiiha ei voi kuolla.”

- Tero

”Ehkä huumeidenkäyttäjät ja niinku alkoholistitki, mä ite nään meiät niinku ihan samallaisena mut kaikki ei sitä vaa ehkä ymmärrä. Et ollaan ihan samallaisii et alkoholistit on vaa niinku, et addikteja niinkun minäkin, mut et se on vaan se viina mikä on heidän huumeensa tavallaan.”

- Suvi

Näissä otteissa tulee esiin alkoholin ja huumeiden erikseen kategorisointi ja aineistossa usein kategorisoitiin *alkoholistit* ja *addiktit* erilleen, käytetyn päihteen mukaan. Ristiriitaisesti kuitenkin

monesti *alkoholistit* ja *addiktit* kategorisoitiin kaikki saman kategorian *addiktit* alle. Tämä kuvaa sitä, että vaikka kaikkia yhdistää addiktio, se on erilaista riippuen päihteestä, jota on käyttänyt. Usein myös se päihde, jota on itse käyttänyt, koetaan pahemmaksi, jolloin toinen käyttäjien ryhmä näyttäytyy ulkoryhmänä ja oma, samoja päihteitä käyttänyt ryhmä, sisäryhmänä.

Addiktio osana sosiaalista identiteettiä näyttäytyi tässä tutkimuksessa päihteettömänä aikana positiivisena asiana ja päihteitä käyttäessä sekä positiivisena että negatiivisena. *Addiktitin* identiteetti on osa nykyistä sosiaalista identiteettiä, jonka on vasta jälkikäteen ymmärretty olevan aina osa itseä. *Addiktitin* identiteetti tässä tutkimuksessa päihteettömänä aikana kuitenkin korostaa myös *toipuvaa addiktia*, eli *toipuvan* identiteettiä. Molemmat sosiaalisen identiteetin osat ovat samaan aikaan olemassa, mutta identifikaatio toipuviin kertoo *toipuvan* identiteetin suosimisesta. Tätä vahvistaa myös näkemys siitä, että nykyistä sosiaalista identiteettiä suosittiin vanhan sijaan. Addiktio sosiaalisena identiteettinä käsittää myös addiktiosairauden ja sen tiedostaminen näyttäytyi toipumista tukevana asiana, kun oltiin valmiita päihteettömään elämään ja toipumiseen. Addiktio osana sosiaalista identiteettiä on tärkeää päihteettömyyden kannalta, sillä silloin ymmäretään itseään sekä sairautta paremmin ja voidaan toimia tämän tiedon mukaan, mikä mahdollistaa toipumisen. Itseen sijoitetaan koko elämän aikana erilaisiin sosiaalisiin kategorioihin ja ryhmiin, mutta kaikkea yhdistää *addiktitin* identiteetti, joka on saanut erilaisia merkityksiä elämän aikana. Addiktio sosiaalisen identiteetin osana jakautuu kahteen ajanjaksoon: aikaan, jolloin käytettiin päihteitä ja jolloin ei välttämättä tiedostettu addiktiota, sekä aikaan, joka alkoi toipumisen yhteydessä, jolloin tietoisuus addiktiosta on tullut ja saanut merkityksen, joka auttaa ymmärtämään koko elämän.

6.3 AA ja NA osana sosiaalista identiteettiä

Tässä kappaleessa esittelen sisällönanalyysin tuloksena syntyneen pääluokan nimeltä AA ja NA osana sosiaalista identiteettiä. Tämä pääluokka sisältää yläkategoriat: *AA:han ja NA:han vahvasti identifioituminen*, *AA ja NA ehdottomana elämäntapana* ja *AA ja NA puheessa*. AA ja NA näyttäytyvät osana sosiaalista identiteettiä, joka auttaa toipumisessa ja päihteettömässä elämässä onnistumisessa. Seuraavaksi esittelen tämän pääluokan yläkategorioineen.

AA:han ja NA:han vahvasti identifioituminen

Tässä yläkategoriassa tuli esiin AA:n ja NA:n ihmisiin, ylipäätään AA:han ja NA:han sekä niiden periaatteisiin identifioitumista. Usein sosiaalinen verkosto oli saatu AA:sta ja NA:sta ja näissä ryhmissä oleviin koettiin identifioituvan ja heillä koettiin olevan paljon yhteistä. AA ja NA näyttäytyivät sisäryhminä, joiden eteen haluttiin tehdä hyvää ja jotka erottuivat *normaaleista* positiivisesti. Seuraavissa otteissa on esimerkkejä tätä yläkategoriaa kuvaavista piirteistä.

”Se vaa niinku mite mä sanoisin et tää ei kuulosta jotenki mystiselt omituiselt kuppikunnalt, mut et niinku kyl mä niinku haluunki vaa tavallaa olla niinku niitte ihmisten kaa ketä mä oon niinku sielt toipumisest löytäny et nii. Jotenki et nii ymmärtää paremmin ja tulee niinku toimee ja kaikki on tosi erikoisia ja erilaisii ja ihanii ihmisii.”

- Minna

Tässä otteessa tulee esiin se, kuinka usein haluttiin viettää aikaa lähes pelkästään muiden toipuvien kanssa, ja se onnistui nimenomaan AA:ssa ja NA:ssa. Ihmiset näissä ryhmissä jakoivat saman kokemuksen, mitä pidettiin erityisen tärkeänä. AA:laisista ja NA:laisista puhuttiin hyvin kauniisti ja kehuen. Näihin ihmisiin identifioidutaan vahvasti, monen asian yhdistäessä heitä. Tämä identifioituminen ja jaetut asiat koetaan tärkeiksi ja ainutlaatuisiksi.

”Et mä saan niinku sitä vertaistukee ja sellasta niinkun samaistumista mitä oikeesti pystyy niinku. Jos mietitää mitä tahansa muutaki asiaa niinku et et jos mä löydän toisen ihmisen joka tietää tasan tarkkaan mitä mä olen kokenu. Se ei vaan selitä siitä niinku jotkut lääkärit vaikka voi kertoo mut ne ei oo ite kokenu sitä ni se on niinku sillon se on iha erilaista et sit ku mä löysin tavallaan itseni kaltaiseni ni mä tiesin et se on se paikka mihin mun täytyy oikeesti jäädä.”

- Suvi

”Siinä tulee ennen kaikkea se ymmärrys, että jos minä jollekki täällä kun mul on näitä, mä sanon siviileiksi näitä jotka ei ole alkoholisteja, mä en sitä millään tapaa pilkaton, mutta jos minä heiän kans puhun omasta alkoholismista ni kyllä se on sama ku mä puhuisin kiinaa. Siis minä en tuu sillälaila ymmärretyks, kyllä he kuuntelee mutta eihän ne eihän semmoset ihmiset pysty samastumaa joka ei itte ole alkoholisti mikä on ihan ymmärrettävää. Mut toinen alkoholisti pystyy niin samaistumaa.”

- Risto

Näissä otteissa tulee esiin aineistossa monesti toistunut ajatus siitä, että AA:laiset tai NA:laiset ovat jakaneet saman kokemuksen, jolloin ne *muut*, jotka eivät ole jakaneet sitä, eivät voi ymmärtää heitä samalla tavalla. Monesti aineistosta oli huomattavissa jako *muiden* ja AA:laisten tai NA:laisten välillä. Vain AA:laiset tai NA:laiset voivat ymmärtää, kun taas *muut* eivät pysty samalla tavalla identifioitumaan heidän elämäänsä, jolloin AA ja NA erottuvat positiivisena sisäryhmänä.

”Eihän se tämä elämä kenellekkää ole ruusuilla tanssimista, ei alkoholistille niinku ei normaalillekkaa ihimiselle.”

- Risto

Tämä ote on ikään kuin jatkona edellisille ja selittää jakoa AA:laisten ja NA:laisten sekä *muiden* välillä. Ne *muut*, jotka eivät jaa samaa kokemusta, eivätkä pysty ymmärtämään samalla tavalla heitä, määrittävät *normaaleiksi*. Heistä voitiin puhua myös *taviksina*, joka on ainakin NA:ssa yleinen termi, tai kuten edellä tuli ilmi, *siviileinä*. *Normaalit* tai *tavikset* ovat heitä, joilla ei ole päihdeongelmaa. Tämä kategorisointi meihin ja heihin, AA:laisiin ja NA:laisiin sekä *normaaleihin* ja *taviksiin*, toistui aineistossa useaan otteeseen. Tämä myös ilmentää AA:n ja NA:n näyttäytymistä sisäryhmänä, sillä nämä ryhmät ja niiden jäsenet erottuvat *muista normaaleista* positiivisesti.

”AA:han täytyy saada tuollasia sun kaltasia ihmisiä jotka on tavallaan sinä tukemas ja mukana siinä toiminnassa olematta alkoholisteja. Semmosia ihmisiä AA nimittäin tarvitsee ja paljon, niit ei ole koskaan liikaa.”

- Risto

Tämä ote on lähes vastakohta edellisille, sillä tässä *normaali*, *siviili ei-alkoholisti* toivotaan mukaan AA-ryhmään. Tämä kuvaa sitä, että vaikka AA ja NA nähdään sisäryhminä nimenomaan jaetun kokemuksen perusteella, sinne voidaan tiettyjen ominaisuuksien mukaan hyväksyä myös ryhmään kuulumattomia. Risto kokee, että minulla on tarpeeksi tietoa päihdeongelmista, jolloin voisin olla AA:laisten tukena. Ketä tahansa ei siis välttämättä hyväksyttäisi ryhmän jäseneksi, sillä jäseniltä toivotaan jotain kosketuspintaa päihdeongelmaan, mikä takaa jonkin tason ymmärtämisen. Määrittyn tästä huolimatta silti ulkopuoliseksi, sillä olen *normaali*, enkä voisi tämän vuoksi kuitenkaan täysin ymmärtää toipuvia samalla tavalla. AA ja NA eivät kokonaan sulje ulkopuolelle *normaaleja* ja *taviksia*, vaan heidät toivotetaan tervetulleiksi. Tämän vuoksi AA:ssa ja NA:ssa on avoimia kokouksia, jonne nämä *muut normaalit* voivat myös tulla. Suljetut kokoukset taas ovat vain päihdeongelmallisille ja näyttäytyvät tiukkana sisäryhmänä, jonne jo nimenkin mukaan ulkopuolisilta on pääsy suljettu.

”Pitää kyl muutenki täsmentää se että NA:ssahan, NA:ssa korostetaan, ja tietysti mäki sen allekirjotan, että ei tehdä mitään lopettamispäätöstä vaan tehdään päätös olla juuri tänään selvinpäin. Juuri tänään en käytä mitään, Se on paljo helpompi käsittää ku se et pitäs tehä joku koko loppuelämän päätös. Sit niit päivii vaan kertyy.”

- Mikko

Tässä otteessa tulee ilmi, kuinka NA:n näkemys omaksutaan myös itse ja se koetaan parhaimmaksi tavaksi ajatella. Muissakin haastatteluissa tuli esiin nimenomaan näkemys siitä, että päätös tehdään päivä kerrallaan, eikä pitkän ajan päätöstä kannata tehdä. Tämän koettiin helpottavan päihteettömänä

olemista ja lopettamis päätöksestä ei näin tule mahdolloman kuuloista. Tämä näkemys oli sekä AA:ssa että NA:ssa.

”Tänään tuli just, nyt mä just kirjoitin sen ylös ni 3 vuotta yks kuukausi 10 päivää oon ollu.”
- Laura

Tämä oli tyypillinen vastaus, kun kysyin haastateltavilta, kuinka kauan he ovat olleet päihteettömiä. Moni haastateltavista osasi sanoa päivän tarkkuudella päihteettömän ajan, ilman suurempaa miettimistä. Monella tämä aika oli selvästi ylhäällä jossain, josta he tarkistivat sen. Tämä tietoisuus viittaa AA:han ja NA:han, sillä näissä ryhmissä on yleistä laskea puhtaita tai raittiita päiviä. Nimettömien Narkomaanien nettisivuillakin on heti etusivulla näkyvissä puhtaan ajan laskuri. Tämä on yksi niistä tavoista, joita on omaksuttu AA:sta ja NA:sta, ja joista on tullut osa jokapäiväistä elämää. Nämä tavat kuvaavat ryhmien stereotyyppistä käyttäytymistä, joiden mukaan halutaan toimia ryhmäjäsenyyden vahvistamiseksi.

AA ja NA ehdottomana elämäntapana

Haastatteluissa tuli useasti esiin, kuinka AA ja NA ovat ehdottoman tärkeitä päihteettömän elämän ylläpitämisessä ja elämäntapana. AA ja NA kerrottiin usein syyksi siihen, miten on onnistunut pysymään päihteettömänä. AA:ta ja NA:ta myös suositeltiin muille ja sitä pidettiin ratkaisevana tekijänä elämässä. Myös AA:n ja NA:n 12 askelta ja niiden mukaan eläminen koettiin erityisen tärkeiksi. AA:ta ja NA:ta pidettiin ylivoimaisen hyvinä paikkoina ja niihin täytyi kiinnittyä heti Aurinkoisen jälkeen. Haastateltavilla tuli esiin samankaltainen prosessi, jonka alussa tiedostettiin, että ryhmiin on pakko mennä, mutta sinne ei välttämättä haluttu mennä. Alun vastahakoisuudesta huolimatta ryhmiin aina menttiin, ja viimeistään vuoden jälkeen ryhmissä käyminen oli muuttunut kaikilla sellaiseksi, että niihin menttiin mielellään. Koko ajan tiedostettiin, että AA ja NA ovat pakollisia omalta kannalta. Lopulta AA:sta ja NA:sta oli tullut elämäntapa, ja sellaisena se nähtiin myös nykyhetkessä. Seuraavissa otteissa on esimerkkejä AA:sta ja NA:sta ehdottomana elämäntapana

”Mä kävin AA:s mut se oli vähä semmost et meen mä nyt sinne ku täytyy ja sit mä olin vähä et en mä tiä. Ei mua huvittanu mennä ja tuntu et ei sielt saa mitää ja eikä siä keksi mitää puhumista ja se oli semmost puolväkinäist hommaa kaks kertaa viikos. Et muutaki tekemist ois ku sinne mennä mut sillon sen seurauksena mul muuttu se ajatusmaailma kyl nii totaalisesti ja mä aattelin et otetaa ny edes tää asia tosissaa. Ja sit aika pian sen jälkee, ku kyl mä nykyää meen iha mielelläni ja odottaa et huomenna sitähä pääsee sinne taas ja siit on tullu vähä niinku elämäntapa.”
- Olli

Tässä Olli kuvaa hyvin monille muillekin haastateltaville ominaista kehitystä AA:ssa tai NA:ssa. Alussa on vaikeampaa, mutta lopulta AA:sta tai NA:sta on muodostunut elämäntapa ja ne ovat iso osa arkea ja tuovat siihen myös rutiineja.

”NA on niinku se minkä kaa mä oon selvinny ja ne ihmiset. Ei siihe kyl mikää muu auta ku pelkkä NA, et se on mun kokemus. Kyl mä oon aikalailla kaikki muut vaihtoehdot koittanu mennä läpi mut et ei, se on niinku NA.”

- Minna

”Ilman sitä et ois niinku kiinnittynny siihen niinkun NA-toveriseuraan ni voin sanoo et en ois kyl tässä, missään nimessä.”

- Suvi

”NA on kyl ihan uskomaton ratkasu et.”

- Mikko

Näissä otteissa korostuu NA ratkaisuna ja nimenomaan ainoana ratkaisuna päihteettömässä elämässä onnistumiseen ja selviytymiseen. Tämä näkemys piti paikkansa myös AA:ta kohtaan. Usein kaikki muut vaihtoehdot on käyty läpi ja näin NA tai AA voi näyttäytyä hyvinkin ylivoimaisena, sillä se on ainut vaihtoehto, joka on toiminut ja toimii edelleen. NA:lle ja AA:lle annetaan kunniaa ja sen koetaan usein olevan ratkaisevin ja merkittävin asia päihteettömänä pysymisen kannalta.

AA ja NA puheessa

Haastatteluja tehdessä ja niiden edetessä, huomasin melko nopeasti tietynlaista kielenkäyttöä haastateltavilta. Huomasin yhtenäisyyksiä sanavalinnoissa, kerronnassa, sanonnoissa ja viittauksissa. Nämä kaikki huomaamani yhtäläisyydet olivat muodostuneet AA:n ja NA:n tuotoksena. Haastateltavat myös itse kertoivat näiden puhetaipojen tulevan AA:sta tai NA:sta, joten minun ei tarvinnut paljoakaan tulkita, mistä nämä yhtenäisyydet kielellisessä ilmaisussa johtuivat. Mielenkiintoista oli myös nimenomaan tämä selostus minulle. Haastateltavat automaattisesti selvensivät minulle termejä tai käyttivät ilmaisuja: ”niinkun AA:ssa sanotaan...” He olettivat, että nämä kielelliset ilmaisut ovat sellaisia, joita kuka tahansa ei sellaisinaan välttämättä ymmärrä, ainakaan täysin tai sellaisessa merkityksessä, joka heillä on. Haastattelut kerrottiin hyvin samankaltaisesti, jonka tulkitsen johtuvan siitä, että oma tarina on kerrottu useaan otteeseen kuntoutuslaitoksessa ja AA- ja NA-kokouksissa. Oma tarina on totuttu kertomaan, joten haastattelut etenivät usein hyvin kronologisesti. Seuraavissa otteissa on esimerkkejä AA:n ja NA:n kielellisistä ilmaisuista.

”Ja halusin tosiaan muuttaa niinku AA-kirjallisuudessa sanotaan että ”olimme valmiit mihin tahansa ettei meidän tarvitsisi enää juoda” ja kyllä sen minäki koen omalta kohalta ihan niinku yks yhteen et kyl määhä halusin muutta.”

- Risto

Tässä Risto viittaa suoraan AA-kirjallisuuteen ja osaa lausumansa kohdan ulkoa. Hän viittasi haastattelun aikana monta kertaa AA-kirjallisuuteen ja sanontoihin. AA-kirjallisuudesta oli tullut osa Riston itseilmaisua ja hän identifioitui näihin kirjoituksiin. Hän myös halusi selventää, että ilmaisu tulee nimenomaan AA-kirjallisuudesta. Haastatteluissa kokonaisuudessaan viitattiin usein AA- tai NA-kirjallisuuteen, mutta kaikki eivät kuitenkaan viitanneet näihin.

”Joo mä puhun et mä oon puhtaana, puhtaana ite ja se tarkoittaa mulle oikeestaan sitä minkä mä oon itseasias myös oppinu tuolla niinkun NA-kokouksissa sen että et koska jos alkoholi ois meiän ongelma ja me oltas alkoholisteja ni sit sielähän puhutaan niinku alkoholitit puhuu niinku raitistumisesta et raitistunut alkoholista. Mut kun jos mullon oikeesti addiktiosairaus ni alkoholi ei oo mun ainut ongelma vaan oikeestaa iha sama mikä sekottaa mun päätä ni se on mun ongelma niin sitte tota sen takii puhuttaa niinku puhtaana, puhtaana huumeista, puhtaana päihteistä.”

- Suvi

Puhtaaksi tuleminen oli haastatteluissa hyvin keskeinen ilmaisu. Kuten otteestakin tulee ilmi, sitä käyttivät ne, jotka käyvät NA:ssa ja joiden päihteenä ovat olleet huumeet. AA:ssa taas puhutaan raitistumisesta ja päihteenä on ollut alkoholi. Monesti puhtaaksi tulemistä selitettiin minulle ja sen kerrottiin saaneen uusia merkityksiä kuntoutuksen aikana. ”Oikeasti puhdas” tarkoitti, ettei käytetty edes mielialaan vaikuttavia lääkkeitä. Ennen (päihteitä käyttäessä) tämäkin oli voitu laskea puhtaudeksi, kunhan ei ollut käyttänyt huumeita.

Tämän pääuokan yläkategoriat kuvaavat AA:n ja NA:n monia puolia siitä, miten niistä on tullut osa yksilön sosiaalista identiteettiä identifioitumisen ja arvojen, sekä tapojen omaksumisen myötä. Näihin ryhmiin identifioiduttiin erittäin vahvasti, mikä voidaan nähdä joskus myös negatiivisena asiana, mutta tässä tutkimuksessa näitä negatiivisia puolia vahvassa identifioitumisessa ei ollut. Haastateltavien elämää oli vahvasti hallinneet päihteet, joten heidän tapauksessaan tämä voi olla syynä vahvaan identifioitumisen tarpeeseen AA:han ja NA:han, sillä ne korvaavat entisen elämän ja sosiaalisen identiteetin. Jos entisessä elämässä sosiaalinen identiteetti ei olisi ollut niin sidottuna päihteisiin, ei välttämättä tarvitsisi niin vahvaa AA:han ja NA:han identifioitumista. AA:n ja NA:n ryhmäjäsenyyttä ja identifikaatiota vahvistaa niiden periaatteisiin, tapoihin ja arvoihin sitoutuminen, jotka toimivat sosiaalisen identiteetin symbolisena vahvistuksena. Koska AA ja NA ovat iso osa

sosiaalista identiteettiä, halutaan sitä myös vahvistaa toimimalla ryhmäjäsennydelle stereotypisella tavalla. AA ja NA osana sosiaalista identiteettiä näyttäytyivät tässä tutkimuksessa päihitteettömyyttä ja toipumista edistävänä tekijänä monelta kantilta.

6.4 Aurinkoinen osana sosiaalista identiteettiä

Tämä pääluokka käsittelee Aurinkoisen yhteisöä sosiaalisena identiteettinä. Pääluokkaan sisältyy yläkategoriat nimeltä *Aurinkoinen yhteisönä* ja *Aurinkoinen sisäryhmänä*. Aurinkoinen näyttäytyi paikkana, joka oli käännteentekevä ja jonka jälkeen päihitteetön elämä oli mahdollista. Aurinkoinen näyttäytyi osana sosiaalista identiteettiä erityisesti siellä ollessa, mutta osalla se on vieläkin osa sitä. Aurinkoinen näyttäytyy paikkana, joka osaa käyttää hyödyksi sosiaalisen identiteetin vaikutuksia yhteisöllisyyden kautta ja näin edistää addiktiosta toipumista.

Aurinkoinen yhteisönä

Tämä yläkategoria kuvaa sitä, miten Aurinkoinen näyttäytyi hyvin tiiviinä yhteisönä ja miten se koettiin toipumista edistävänä asiana. Yhteisöstä tuli osa sosiaalista identiteettiä, toisilla enemmän ja toisilla vähemmän, mutta joka tapauksessa sillä oli positiiviset vaikutukset toipumiseen ja tulevaisuuden sosiaaliseen identiteettiin. Seuraavissa aineisto-otteissa esittelen tämän yläkategorian piirteitä.

”Mul on kuitenkin ku mä kotiuduun laitoksesta, ni mähän astuin niinku takas tähän maailmaan ja mun on oltava ihmisten kas kosketuksis ja kontaktissa. Jossen mä opi sitä edes suljetussa turvallisessa ympäristössä, miten mä ikinä opin sitä täällä ku mä kotiudun ja selvinpäin vielä. Ni se se on ollu tosi tosi tärkeitä et siin on ollu ne muut vertaiset niinku mun kanssa opettelemassa niit samoja sääntöjä... Siin yhteisös mis ollaan, ni se on se tiivis porukka ja siin on puhallettava yhteen hiileen ja jossei puhalleta, ni se selvitetään samantien. Elikkä niistä koitui tavallaan se perhe siellä sillä hetkellä. Toki myös Aurinkoisen työntekijät oli niinkun, ne oli myös osa sitä perhettä tietyl tavalla.”
- Suvi

Tässä Suvi kuvaa vertaisten tärkeyttä Aurinkoisessa ja kuvaa yhteisöä työntekijöineen sen hetkisenä perheenä. Perhe on osa sosiaalista identiteettiä, jos siihen identifioidutaan tai jos se nähdään sisäryhmänä, ja otteessa Suvi kategorisoi yhteisön ja työntekijät osaksi ryhmää, jota hän kutsuu perheeksi sen positiivisessa merkityksessä. Näin yhteisö näyttäytyi osana sosiaalista identiteettiä ja tärkeänä myös tulevaisuuden kannalta.

”Sillon oli todella hyvä porukka, mä pääsin heti niinku sisälle siihen porukkaan et ei ollu mitään semmost mitä mä varmaan etukäteen pelkäsin eniten, et siel on jotain et mitä toi tääl tekee.”

- Olli

Olli kuvaa, että pääsi porukkaan sisälle, mikä antaa viitteitä siitä, että on jokin tietty ryhmä, yhteisö, jonka jäseneksi voi päästä tai ei. Olli pääsi hyvin helposti jäseneksi ja tuli näin osaksi yhteisöä, joka tuotti sosiaalista identiteettiä. Ryhmäjäsentyys muodostuu, kun johonkin kategoriaan identifioidutaan ja sen muodostaa vähintään kaksi henkilöä (Turner 1982, 16, 32). Aurinkoisessa sama tausta ja erityisesti sama tavoite, toipuminen, luo jo sellaista identifikaatiota, että ryhmäjäsentyys syntyy helposti. Aurinkoinen tuottaa yhteisönä *toipuvan addiktin* identiteettiä, mikä on osa uutta sosiaalista identiteettiä.

”Totanoinnii mä kuulin yhelt NA:laiselta naiselt niinku et kannattas mennä kuntoutuksee ja kuulin niinku et kannattaa mennä niinku Mäkiharjuun Aurinkoiseen.”

- Minna

”Et tota ja Aurinkoisessa on myös tosi hyvä ku se hoito ohjaa niin paljon noihin itsehoitoryhmiin et siellä mä kävin ensimmäisen kerran NA:ssa ja se Aurinkoisen oma ryhmä tuli tosi tosi tutuksi. Niin sitä kautta se niinkun tavallaa se mielekkyys siinä touhussa tuntu kahta kauheemmin tääl et NA:n kautta saa sen mahdollisuuden tavallaan siviilissäki pysyä puhtaana.”

- Mikko

AA ja NA sekä Aurinkoinen ovat kaikki yhteisöllisiä paikkoja, jotka tunnistavat tämän yhteisöllisyyden ja käyttävät sitä myös hyödyksi toipumisessa. Tämä yhteisöllisyys tuottaa sellaista sosiaalista identiteettiä, joka tukee toipumista. Tämän vuoksi ei ole niin yllättävää, että nämä yhteisöt ohjaavat toinen toisiinsa. Aurinkoisessa on otettu huomioon se, että myös laitoksen jälkeen tarvitsee yhteisöä toipumiseen ja päihitteettömänä pysymiseen, minkä vuoksi se ohjaa AA:han ja NA:han. Aurinkoinen on saanut alkuun sosiaalisen identiteetin muutoksen prosessin, jossa *toipuvan addiktin* identiteetti on tullut osaksi sitä. Tätä halutaan myös ylläpitää, ja se onnistuu hyvin AA:ssa ja NA:ssa, jotka myös luovat sosiaalista identiteettiä *toipuvana addiktina*.

”Meil oli siä ryhmäterapiaa, meil oli ryhmii siel paljo. Elikkä meil oli niinku, millais se mahto olla oisko ollu 8.20, 8.40 ku alko ensimmäinen ryhmä ja yhdentoist aikaa ruokailu ja siit puol yhdeksäst yhteenstoista suurinpiirtei ryhmii siin käytti tupakalla välis. Elikkä aamupäiväryhmii ja yhdestoist kahtee tai varttii vail kahtee oli iltapäiväryhmät. Siin oli kaks, ryhmäkokonaisuuksia niinku iltapäivällä elikkä neljä niinku tavallaa erillist ryhmää päivässä ja tammikuus tuli lapsi. Lapsihan oli tuolla sairaalassa niin kaua et tammikuun 20. tais tulla lapsii sinne asunnolle. Me asuttiin

semmosessa rivitalossa ja sitte ku lapsi tuli ni ja oli tarpeeks vanha ni hän meni sitte hoitoo et siinähan on päiväkotii siin pihassa.”

- Tero

Tässä Tero kuvaa Aurinkoisen toimintaa ja sitä, kuinka ryhmät ovat iso osa kuntoutusta. Tero ja hänen puolisonsa saivat nuorimman lapsensa Aurinkoiseen ja he saivat elää perheenä kuntoutuksen ajan. Perhe on usein osa sosiaalista identiteettiä ja Aurinkoinen mahdollisti tämän sosiaalisen identiteetin osan hyödyllisyyden toipumisessa, yhteisöllisyyden lisäksi. Ryhmäjäsennydet muodostavat sosiaalista identiteettiä ja Teron kohdalla Aurinkoisessa näitä ryhmäjäsennyksiä olivat ryhmät ja perhe, jotka hän koki positiivisina.

Aina tiivis yhteisöllisyys ei ollut kuitenkaan pelkästään positiivinen asia, riippuen esimerkiksi personaallisuuden piirteistä tai suuresta muutoksesta elämäntavassa. Tästä on esimerkkinä seuraava ote:

”Mä en todellakaa oo niinku mikää yhteisöllinen ihminen, aika niinku introvertti luonne ja must oli jotenki niinku välillä todella raskasta olla siellä niinkun tavallaa jatkuvasti tökittäväänä ja jatkuvasti ihmisten keskellä.”

- Mikko

Tässä Mikko kuvaa Aurinkoisen yhteisöä raskaana, sillä hän ei ole yhteisöllinen ihminen. Kuitenkin Mikko koki Aurinkoisen hyväksi paikaksi, vaikka yhteisöllisyydellä oli käänttöpuolensa. Haastateltavista myös Minnalla oli tietynlaisia vaikeuksia yhteisön omaksumisessa hänen sen hetkiseksi perheeksi. Hän koki tänä ajankohtana kantavansa kaunaa miehiä kohtaan, jolloin hän ei kokenut olevansa täysin osa yhteisöä, kun hän oli miesvoittoisessa ryhmässä. Minna ei todennäköisesti identifioitunut tarpeeksi miesvoittoiseen ryhmään, jolloin juuri tästä ryhmästä ei tullut osa hänen sosiaalista identiteettiä. Aurinkoisessa yhteisö ja siellä olevien uusi sosiaalinen identiteetti on erittäin tiivis ja vahva, jolloin se voi myös näyttäytyä ajoittain raskaana, varsinkin kun ei ole tottunut sellaiseen elämäntapaan.

Aurinkoinen sisäryhmänä

Tätä yläkategoriaa kuvaa Aurinkoisesta kerrotut kuvaukset sen ylivoimaisuudesta verrattuna kaikkiin muihin hoitoihin ja myös työntekijöiden paremmuus verrattuna suurimpaan osaan ammattilaisista, joiden kanssa on ennen Aurinkoista ollut tekemisissä. Aurinkoinen näyttäytyy sisäryhmänä, jota muistellaan lämmöllä, vaikka aika siellä saattoi olla hyvinkin rankkaa. Seuraavissa otteissa ilmenee tämän yläkategorian eri ulottuvuuksia.

”No sanotaan näin et ensimmäistä kertaa mä oon sellases hoitopaikassa mis mua niinkun kuunnellaan ihan eri tavalla, mis mua kohdellaan ihan eri tavalla ja mä en osaa jotenki selittää. Se se on aivan erilainen paikka ku jotkut vaikka katkasuhoidot tai osasto, suljetut.”

- Suvi

Aineistossa tuli monesti esiin, että Aurinkoinen oli aivan erilainen paikka verrattuna muihin paikkoihin, joissa oli jonkinlaista hoitoa saanut. Aurinkoinen nähtiin käännteentekeväenä paikkana, sillä moni oli käynyt läpi monia erilaisia hoitoja, mutta mikään ei ollut auttanut. Aurinkoisessa asiat tehtiin eri tavalla ja kuntoutuksen jälkeen on pystytty vihdoin pysymään päihteettömänä. Haastateltavista Mikko loi poikkeuksen sääntöön ja hänelle Aurinkoinen olikin ensimmäinen hoito, jota hän sai ja näin hänen tarinansa eroaa muista, jotka ovat käyneet läpi useita hoitoja monien vuosien ajan. Haastateltavista Risto oli aikoinaan käynyt jo kerran Aurinkoisessa ja pysyikin sen jälkeen raittiina pitkän ajan, mutta hänellä ei ensimmäisellä kerralla ollut omaa halua toipua, jonka hän koki olevan tärkeää onnistumisen kannalta. Toisella kerralla hänellä oli oma halu, ja silloin hän myös onnistui Aurinkoisen avulla pysymään päihteettömänä. Yleisesti ottaen, Aurinkoinen koettiin positiivisesti erilaisena paikkana verrattaessa muihin hoitoihin. Aurinkoista verrattiin sosiaalisena ryhmänä muihin vastaaviin ryhmiin, eli hoitoihin ja niiden henkilökuntaan, ja kun kyseessä on erojen etsiminen ryhmien välillä, on se itsekategorisointiteorian (Turner & Giles 1981; Turner 1987; 1991) mukaisesti myös osa sosiaalisen identiteetin määrittelyä. Kun Aurinkoista verrattiin muihin vastaaviin hoitoihin, joista se erottui positiivisena, muodostuu siitä sisäryhmä, jolloin ulkoryhmänä näyttäytyvät muut vastaavat hoidot.

”Mä sit aika nopeesti niinku hämmästyin ja olin niinku ihan suu auki ihmeissäni et mitä, nää niinku oikeesti tuntee niinku ihmispsykyttä. Tai et ne keskustelut jossai a-klinikal tai sit päihdepolil et ne on ollu niin semmosii ykspuolisii ja tosi semmost, aivan niinku turhanpäiväst jotenki. Et mä niinku tosi nopeesti yllätyin siitä ammattitaidosta. Niinku et ne oikeesti lukee tosin hyvin ihmistä. Ja nii ja sit niinku sain aika nopeesti jotenki semmosen niinku luottamuksen tunteen ja semmosen et niinku et mua halutaan oikeesti auttaa ja mua kuunnellaan.”

- Minna

”Siel oli hyvät tuota hyvät ohjaajat. Kurin kurinalasta toimintaa, mutta ei yhtään epäystävällistä ihmistä ja tuota mitä mä oon aina muistanu lämmöllä, muistan tänäki päivänä. Ni minä en kertaakaan ajatellu että nämähän ovat vaan töissä täällä... et mä oon, paremmin heitä aattelen sillä että ystävinä, rinnallakulkijoina, tukijoina.”

- Risto

Näissä otteissa tulee esiin henkilökunnan positiivinen erottuminen muista elämän aikana kohdatuista ammattilaisten kohtaamisista. Ensimmäistä kertaa monelle tuli tunne siitä, että heitä haluttiin oikeasti auttaa. Muiden ammattilaisten ei ollut koettu haluavan oikeasti auttaa, tai heidän ei koettu välittävän. Aurinkoisen työntekijät koettiin hyvin yllätyksellisinä, sillä mitään vastaavaa ei ollut koettu ennen. Aurinkoisen ammattilaisten näkeminen parempina ja ainutlaatuisina loivat kuvaa Aurinkoisesta sisäryhmänä, jolloin muut paikat ja ammattilaiset nähtiin ulkoryhmänä. Eroja etsittiin henkilökunnasta sosiaalisena ryhmänä, verrattuna muiden hoitojen henkilökuntiin. Näin Aurinkoisen työntekijät vahvistavat Aurinkoisen näyttäytymistä sisäryhmänä tämän vertailun kautta, jossa Aurinkoisen työntekijät erottuvat positiivisena ryhmänä.

”Sitte Aurinkoisen työntekijä sano siinä vaihees, et ei tarvinnu sanoo mitää muuta ku et nää ei koskaa onnistu. Ei nää onnistu, ei tää tuu onnistumaa tälle. Ni se oli niinku ensimmäine kerta siihe seittemäätoist vuotee mitä mun hoitohistorias oli, ku kukaan päihdetyöntekijä, se puhu oikeesti puhu rehellisesti palaveris. Ja ku se sano et tää hoito ei toimi se ei onnistu, mä tiesin, kaikki tiesi siin huonees et ei se onnistu. Kaikki muut mua, kaikki näytteli, mää koitin näytellä sille mun työntekijöilleni sitä et kyl tää tulee hienosti onnistumaa ja kyl täst selvittää ja tsempataa. Ja nää näytteli niinku mulle et hienosti tää menee ja kaikki siin huones tiesi et tää ei tuu päättymää hienosti. Ja Aurinkoisen työntekijä oli aino ketä uskalsi sanoo äänee... Sit me mentiin Mäkiharjun Aurinkoisee ja nii, sit se niinkun pääty vihdoin kivasti.”

- Tero

”Ja Aurinkoinen sai sit tai Aurinkoisen työntekijä sai sit viä moitteet et olivat ottaneet meidät sinne koska ei ollu viä maksusitoomusta myönnetty... Siin on tällai niinku jälkikäteen ajattelen sen niinku tilanteen, niinku näin että se palaveri oli todennäkösesti pistetty pystyyn sitä varten että meille on teknisesti ottaen tarjottu apua. Ja sitte ku ei me kumminkaa päästä sinne Aurinkoisee ni ois voitu käynnistää huostaanotto, koska sen huostaanoto perusteeks täytyy niinkun jotai muutaki ku vaan heiän mielipiteensä, elikkä he oli vähä pettyny ku me mentiin sinne...Eliikkä toi mul on vähän kyyninen näkemys näist mun kaupungin päihdepalveluist.”

- Tero

Ensimmäisessä otteessa kuvataan lisää sitä, kuinka Aurinkoisen työntekijä ja Aurinkoinen ylipäättään olivat ylivoimaisia muihin verrattuna. Ote liittyy verkostopalaveriin, jossa keskusteltiin Teron perheen tilanteesta. Kuten toisesta otteesta tulee ilmi, hän kokee, että palaverin tarkoituksena ei ollut auttaa, vaan saada perusteet huostaanotolle. Väärinymmärrysten kautta Aurinkoinen soitti Teron ja hänen puolisonsa hoitoon ennen kuin olisi saanut, sillä maksusitoumusta ei vielä ollut. Tästä muut palaverissa olleet moittivat Aurinkoisen työntekijää ja Tero koki, että palaveri oli ikään kuin juoni

häntä vastaan. Tässä jaetaan työntekijät hyviin ja pahoihin, jolloin Aurinkoinen (hyvä) ja sen työntekijät näyttäytyvät sisäryhmänä. Myös ammattilaisten välillä on huomattavissa jakoa sisä- ja ulkoryhmiin, sillä he ovat eri mieltä asioista ja näkevät toimintansa lähes vastakkaisina sekä todennäköisesti pitävät omaa tapaansa parempana kuin toista. Tero vertaa työntekijöitä sosiaalisena ryhmänä, jossa Aurinkoisen työntekijä edustaa koko Aurinkoisen henkilökuntaa, erottuu positiivisena ryhmänä lastensuojelun ryhmästä, jolloin tämän vertailun kautta Aurinkoinen näyttäytyy sisäryhmänä.

Aurinkoinen käytti toipumisen apuna yhteisöllisyyttä, joka loi uutta sosiaalista identiteettiä. Aurinkoisessa oleviin henkilöiden lisäksi paikkaan yleisesti identifioitettiin vahvasti ja Aurinkoista arvostettiin jälkikäteen todella paljon. Aurinkoinen on käyttänyt hoitomenetelmänään sellaisia menetelmiä, jotka luovat ja lisäävät sosiaalista identiteettiä Aurinkoisessa, sekä myös toipuvana. Aurinkoinen nähdään sisäryhmänä ja se tuottaa erilaisia ryhmäjäsenyyksiä yhteisön kautta. Aurinkoisessa luotu *toipuvan identiteetti* ja sen vahvistaminen auttavat toipumisessa ja edistävät päihteettömänä pysymistä.

6.5 Yhteiskunta ja ammattilaiset sisä- ja ulkoryhmänä

Tämä pääluokka sisältää yläkategoriat: *ammattilaiset ulkoryhmänä* ja *yhteiskunta sisä- ja ulkoryhmänä*. Tämä pääluokka kuvaa sitä, miten ammattilaiset ja yhteiskunta koettiin, ja erityisesti sitä, koettiin näiden olevan itsensä kanssa samalla vai eri puolella. Ammattilaisten ja yhteiskunnan kokeminen ulkoryhmänä estää niiden olemisen osana sosiaalista identiteettiä. Tämä sosiaalisen identiteetin osan puuttuminen näyttäytyy toipumista hankaloittavana tai estävänä tekijänä. Yhteiskunnan kokeminen sisäryhmänä taas luo sosiaalista identiteettiä ja mahdollistaa itsensä näkemisen tavallisena ihmisenä, mikä koetaan positiiviseksi ja hienoksi asiaksi. Yhteiskunnan kokeminen osana sosiaalista identiteettiä näyttäytyy toipumista edistävänä ja päihteettömyyttä ylläpitävänä tekijänä.

Ammattilaiset ulkoryhmänä

Tässä yläkategoriassa ammattilaiset näyttäytyvät ulkoryhmänä, jotka eivät aina ole asiakkaan puolella. Tässä ammattilaiset tarkoittavat monia eri työntekijöitä haastateltavien elämän varrelta, joita he ovat kohdanneet eri tilanteissa. Aurinkoisen työntekijät eivät sisälly tähän yläkategoriaan, sillä kuten jo edellä todettiin, Aurinkoisen työntekijät näyttäytyivät osana sisäryhmää ja sosiaalista identiteettiä. Lisäksi, vaikka tämä yläkategoria kuvaa ammattilaisia melko negatiiviseen sävyyn, oli monilla myös hyviä kokemuksia muistakin kuin Aurinkoisen työntekijöistä. Kuitenkin aineistoa

sävytti selkeästi ammattilaisten näkeminen ulkoryhmänä, ja se muodostui yhteiseksi tekijäksi ammattilaisista puhuttaessa. Seuraavaksi esittelen tätä yläkategoriaa aineisto-otteiden kautta.

”Mä en oikee tiedä ku kuitenkin mä oon ollu niinku lukuisii kertoja sairaaloissa erilaisista vakavista syistä, joka kerta on päihteet liittyny niihin, tavalla tai toisella. Ni se että mä mun ois pitäny saada niiltä ammattilaisilta kuulla jo sillon oikeesti se paikka mihin mun kannattaa mennä niinkun. Eikä sitä et nyt koitat sitte et, et noitten lääkkeitten kanssa tai niinkun sekoile, tai ootko miettiny että vaihdat poikaystävää tai lähdet nytten turvakotiin kun sut on puukotettu, tai sä oot taas saanu turpaas.”

- Suvi

”Ja se on niinku tosi surkeeta, surkeissa voimissa tommonen apu kaupungin kautta et sit niinku mitä vast jälkeempäin on on nähny ja kuullu kaikkee nät kolmannen sektorin avustusjuttui ni niil on niinku. Et ku siel on niil ihmisil niinku oikeesti se halu auttaa niinku kärsivää ja on se sydän paikallaa ja niinku oikeesti tehään, nii tehää sitä työtä intohimosesti niinku siihen auttamiseen. Et niist on saanu sit sen avun mut et niinku.”

- Minna

”Vaik mä olin siel suljetul päihdepuolel niinku amfetamiinin niinku järkyttäväs pyskooseis ni kukaan ei kertonu mulle mitää mistää NA:st. Kukaan ei sanonu et pitäskö sun mennä johki kuntoutukseen tai johki laitokseen toipumaa. Et mä en tienny mistää tällasist et.”

- Minna

Näissä otteissa näkyy aineistossa usein toistunut kokemus siitä, että ammattilaisten apu oli huonoa, ja että ammattilaisten olisi pitänyt kertoa kuntoutuksesta tai NA:sta. Otteista välittyy kuva, jossa ammattilaiset hyvinkin tiedostavat, että asiakkaalla on vakava ongelma päihteiden kanssa, mutta siihen ei pahemmin puututa ja tällainen kokemus toistui usein aineistossa. Erityisesti kunnallista apua kritisoitiin, kun taas kolmas sektori nähtiin hyvänä ja siellä työskentelevillä todettiin olevan halu auttaa. Näin ammattilaiset, erityisesti kunnallisen avun piirissä toimivat, näyttäytyvät ulkoryhmänä, jotka eivät halua auttaa ja joilla ei ole vaadittavaa ammattitaitoa. Tällöin sisäryhmänä ovat kaikki, jotka tarvitsisivat kipeästi apua, mutta eivät koe saavansa sitä, syystä tai toisesta. Heihin identifioidutaan jälkikäteenkin ja heidän oikeuksiaan halutaan puolustaa.

”Mutta sitte ku mennää vähänki ylemmäs ni tuntuu että mitä ylemmäs mennää, ni sen tietämättömämpiä ollaan alkoholismista. Että mä en tiä onko sinne palkattu ihmisiä mitkä on tuota palkattu sinne hakemaan säästöjä, että mistä voi puristaa kaiken.”

- Risto

Riston ajatus siitä, että johtoon on palkattu ihmisiä, joiden tarkoituksena on säästää mahdollisimman paljon, ei ole aineistossa poikkeava. Monella on kokemus siitä, että ammattilaisten tarkoituksena on olla hoitoon pääsyn esteenä ja usein sen taustalla on ajatus säästämisestä. Ammattilaisten yhdistäminen vain rahaa ajatteleviksi toimijoiksi, vie tätä ryhmää entistä etäämmäksi ja saa ammattilaiset, erityisesti johtoasemassa olevat, näyttäytymään vahvana ulkoryhmänä. Sisäryhmänä ovat ihmiset, jotka tarvitsevat apua ja joiden kohdalla ei tulisi ajatella rahaa, vaan joille tulisi tarjota paras mahdollinen hoito.

”Se on niinku mun kokemus niinku päihdehoidon avopalveluista mut. Ja seki oli semmone paikka et ei sielläkää ketää sanallakaa puhunu niinku en kuullu edes sanaa riippuvuus tai niinku huumeaddiktio tai päihderiippuvuus. Mitää tämmösii ees käsitteitä en ees sillä tasolla, kukaa ei puhunu semmosesta eikä myöskään mun päihteiden käytöstä.”

- Tero

”Et ihan kaikkee katotaan sormie läpitte, jos ihminen tulee johonki verkostopalaveriin aineissa tai humalassa ni me koitetaa vaa jatkaa sitä verkostopalaverii ku leikitään ettei se oo sekasin ku seinäkello siä. Ja se johtuu enimmäkseen varmaa siel ninku siitä et työntekijöille on epämukavaa sanoa sille et sä oot aineissa, voitko poistua. Et tavallaa se on niinku vaa työntekijöitte tunteitte käsittelytatoi pitäs olla.”

- Tero

Tero kertoo otteissa kokemuksistaan siitä, että ammattilaiset välttelevät addiktiosta puhumista. Hän kokee, että he tietävät kyllä asiakkaan ongelmasta päihteiden kanssa, mutta siitä ei suoraan uskalleta puhua. Tähän liittyy hieman myös ensimmäiset otteet, joissa ammattilaiset tietävät ongelmasta, mutta eivät ohjaa asianmukaiseen hoitoon, tai edes kerro siitä. Toisen otteen erona on se, että Tero on katsonut tilannetta koulutuksessa kokemiensa asioiden kautta, ja hän on nyt yksi tulevista ammattilaisista. Ammattilaiset tiedostavat kategorian *addikti*, mutta eivät sano sitä ääneen tai kerro sitä asiakkaalle. Tämä luo ongelman, jossa tämän kategorian mainitsematta jättäminen, sulkee pois myös hoitomahdollisuudet ja asian rehellisen käsittelyn. Pelkkä kategorian ääneen sanominen ei todennäköisesti kuitenkaan auttaisi, vaan ammattilaisten tulisi myös toimia sen mukaan ja tarjota vaihtoehtoja hoidoista. Ammattilaiset näyttäytyvät ulkoryhmänä, jotka eivät uskalla sanoa kategoriää *addikti* ääneen. Sisäryhmänä on asiakas, joka tarvitsisi tämän kuulemista, jotta voisi saada apua ja käsitellä addiktiotaan.

Yhteiskunta sisä- ja ulkoryhmänä

Tässä yläkategoriassa yhteiskunta näyttäytyy ulkoryhmänä, joka ei ymmärrä addiktiota. Yhteiskunta näyttäytyy sellaisia kategorioita luovana, jotka vaikeuttavat entisen päihteiden käyttäjän elämää, kuten myös päihteitä käyttävän henkilön. Sisäryhmänä näyttäytyvät *toipuvat addiktit* sekä *käyttävät addiktit*, joita yhdistää epäoikeudenmukainen kohtelu, jonka taustalla on yhteiskunta ja vallalla olevat asenteet. Samaan aikaan yhteiskunta näyttäytyy myös sisäryhmänä, jonka jäseniä ollaan ja jonka jäseniä myös halutaan olla. Päihteitä käyttäessä ei koettu olevan osa yhteiskuntaa, mutta toipumisen myötä siihen on päästy takaisin. Seuraavissa otteissa on esimerkkejä tätä yläkategoriaa kuvaavista piirteistä.

”Mut tämmösiä ja sitä tosiaan tommosta valistusta, mutta ku tota sehä vaa helposti juova alkoholistiki että se on renttu ja nehän on nii nuutuneita asenteita meilläki että.”
- Risto

”Sit ku se on kaksikymppinen, ni sit sit siin onkin jo jotai omituisesti semmost moraalista et se alkaaki näyttämää pahalta jossaki vaiheessa. Sit ku se on kaksvitonen se ihminen ni sit hän onki jo saatanan narkkari. Tavallaa et siin kaksvitosen me sitä samaa ihmistä jo halveksutaan.”
- Tero

Näissä otteissa kuvataan sitä, miten yhteiskunta luokittelee juovan alkoholistin *rentuksi* ja vuosia huumeita käyttävän *saatanan narkkariksi*. Tero kuvaa otteessaan tilannetta, jossa nuoresta käyttäjästä, jota pidetään vielä yhteiskunnan jäsenenä, kasvaa aikuinen, minkä jälkeen hän ei enää kuulukaan yhteiskuntaan. Yhteiskunta luokittelee nämä ryhmät negatiivisesti ja sen ulkopuolelle jääviksi, jolloin yhteiskunta koetaan ulkoryhmänä, kun näihin ulkopuolelta tullessiin kategorioihin identifioidutaan jossain määrin. Sisäryhmänä ovat nämä käyttäjät, joita luokitellaan, ja heihin identifioituvat, kuten Risto ja Tero. Oteissa on huomattavissa, että vaikka Risto ja Tero eivät kategorisoi käyttäjiä niin kuin yhteiskunta, he samaan aikaan puhuvat me-muodossa, sillä he kokevat nykyhetkessä kuuluvansa yhteiskuntaan. Yhteiskunta koetaan samanaikaisesti ulko- sekä sisäryhmänä.

”Kun ei kukaa ei oo ees yhteist näkemyst mitä on päihderiippuvuus, ei edes siitä et onks se sairaus”
- Tero

”Tavallaa sitte se et mitä niinku päättäjät ja yhteiskunta ajattelee... Tai et minkä takia ongelma uusiutuu tai niinku jotai se vaa, et panostettas kunnol et ihmiset sais niinku pitkäaikasen hoidon.”
- Tero

Tässä Tero pohtii yhteiskuntaa ja sen näkemyksiä addiktiosta. Yhteiskunta näyttäytyy ulkoryhmänä, sillä sen määrittely addiktiosta on hajanainen ja sen ei nähdä panostavan addiktion hoitoon. Sisäryhmänä on Teron kanssa samalle puolelle asettuvat ihmiset, jotka tiedostavat addiktion olevan sairaus ja sen vaativan pitkäaikaista hoitoa ja nimenomaan kuntoutuksen muodossa.

”Et mä saan niinku sen mun lääkkeen siinä mun sairauteen ja pysyn terveenä, pystyn liittyy takas yhteiskuntaan, pystyn oleen tavallinen ihminen täällä muitten joukos, tekeen niit samoja ja kyetä tekeen niit samoja asioita ku muutki.”

- Suvi

”Et ei ne niinkun, ei niist enää koskaan ollu yhteiskunnan jäseniks, nyt niist on jo osa kuollu. Osa on siis ihan niinku et hampaat pudonnu suusta ja sille et ei ne niinku. Ei se suunta oo niinkun siihen suuntaan et niist tulis tavallisii yhteiskunnan jäseniä.”

- Suvi

Ensimmäisessä otteessa Suvi kertoo, kuinka vertaistuen avulla hän pystyy liittymään takaisin yhteiskuntaan ja olemaan tavallinen ihminen. Tässä yhteiskunta näyttäytyy sisäryhmänä, johon halutaan kuulua ja jonka jäsenyys nyt on mahdollista. Ulkoryhmänä näyttäytyy entinen elämä, jossa oltiin yhteiskunnan ulkopuolella. Toisessa otteessa tulee esiin, miten addikti voi joko suunnata takaisin yhteiskunnan jäseneksi tai jäädä täysin sen ulkopuolelle. Ote käsittelee korvaushoitoa ja on samalla kritiikkiä sitä kohtaan, jolloin yhteiskunnan nähdään sulkevan addiktit tarkoituksellisesti yhteiskunnan ulkopuolelle.

”Olen kyllä valtavan tyytyväinen tänä päivänä, työ on fyysistä se on likasta ja se on raskasta, haisevaa, mutta en minä sitä vaihtas kyllä mihinkää. Että siinä on ne hyvät puolensa kyllä ja kuitenkin se että nyt ku saa omillaa tulla toimee ni ei tarvi olla minkää sossun riepotehtavana eikä missää työkokeilussa tai tämmösissä onnettomissa hanttihommissa yheksällä eurolla. Kyllä se on, se on tuonu myös sitä itsenäisyyttäki sen mukana että ku pystyy vähän itekki tuota, itekki pystyy vaikuttamaan omaan elämänsä että millälailailla elää.”

- Risto

Tämä ote kuvaa ajatusta siitä, että työ ja koulutus ovat yhteiskuntaan kuulumisen perusedellytyksiä ja samalla myös oman toimijuuden. Monella haastateltavalla päihteiden käytön vuoksi oli lähtenyt työ, tai koulut olivat jääneet käymättä. Nyt päihteettömänä on taas aloitettu koulu tai menty takaisin töihin, mikä vahvistaa omaa toimijuutta ja kokemusta siitä, että on yhteiskunnan jäsen. Oma toimijuus nähdään yhtenä piirteenä yhteiskunnan jäsenyydelle, ja kun toimijuutta on saatu, koetaan yhteiskunta sisäryhmänä, joka luo sosiaalista identiteettiä.

Yhteiskunta sisäryhmänä näyttäytyy osana sosiaalista identiteettiä, joka on myös ristiriitainen, sillä siihen liittyy yhteiskunnan ja ammattilaisten näyttäytyminen myös ulkoryhmänä, jolloin sosiaaliseen identiteettiin tulee ristiriitaa. Yhteiskunta ja ammattilaiset ulkoryhmänä sulkevat päihteitä käyttäviä ja entisiä käyttäjiä ulkopuolelle, jolloin sosiaalinen identiteetti *tavallisena ihmisenä* estyy, mutta *addiktin* sosiaalinen identiteetti sairauden merkityksessä ei päihteitä käyttäessä tule ilmi. Yleinen kokemus oli se, että ammattilaiset eivät aina puhu addiktiosta tai käsittele sitä niin kuin jälkikäteen olisi toivottu. Näillä on vaikutuksia päihteitä käyttäessä hoidon mahdollisuuksiin ja päihteettömänä yhteiskuntaan kuuluvuuden tunteeseen. Yhteiskunnan kategorisointi vie pois *tavallisen ihmisen* sosiaalista identiteettiä, kun samalla identifioidutaan vielä jonkin verran myös päihteitä käyttäviin, joita kohtaan syrjiviä kategorioita luodaan.

6.6 Sosiaalisen identiteetin ja suhteiden muutokset

Tämä pääluokka käsittelee sosiaalisen identiteetin muutoksia entisten päihteidenkäyttäjien elämän varrella. Tähän pääluokkaan sisältyy yläkategoriat: *lähipiirin muutokset käytön mukaan, sosiaalisen verkoston uudistus ja erilaiset identiteetit ja niiden muutokset*. Aineistosta oli huomattavissa paljon muutosta, mikä on luonnollista, kun elämäntilanteet muuttuvat lähes ääripäästä toiseen. Tässä aineistossa esiintyvät sosiaalisen identiteetin muutokset, entisestä elämästä tähän päivään, ovat edistäneet toipumista ja päihteettömänä pysymistä. Sosiaalisia identiteettejä on menetetty ja saatu takaisin, mutta lopuksi sellaiset sosiaaliset identiteetit ovat jääneet, jotka ovat tukeneet toipumista ja päihteettömyyttä.

Lähipiirin muutokset

Lähipiiriin luonnollisesti identifioidutaan, sillä heidän kanssaan koetaan olevan samaa ryhmää. Lähipiirin sisällä voi toki olla montakin eri ryhmää, mutta kaikki näyttäytyvät omanlaisenaan sisäryhmänä, jos niihin kokee itse kuuluvansa. Tämä yläkategoria kuvaa lähipiirin muutoksia, joita haastateltavien elämän aikana tapahtui ja miten ne ovat muokanneet heidän sosiaalista identiteettiä. Suurimmalla osalla haastateltavista oli huomattavissa samantapainen tarina heidän lähipiiristensä ja sen muutoksista. Seuraavaksi käsittelemme tätä yläkategoriaa aineisto-otteiden avulla kertoen samalla tämän aineistossa yleisen tarinan.

”Et nimenomaa sen seuran kautta et ku se meni koko ajan rumemmaks se seura et mä en oo viihdekäyttäjä, et mä olen narkomaani niinku kuka tahansa muukin. Niin se seura on ollu semmost et ollaan vaa niinku hyödytty toisistamme ja ei siel kyl ketää niinku selvää ja syrjäytyneit ihmisii. Et ei siel ja perhe katkas välit sitten noin pari vuotta ennen ku mä lopetin, ni perhe katkas kokonaa välit.

Joo et kyl se seura on koostunu vain yksinäisistä niinku käyttävistä sitte niinku.”

- Laura

Kuten aiemmissa kategorioissa on tullut jo esille, käyttäessä lähipiiri muodostui pitkälti muista käyttäjistä. Yleistä oli myös, kuten otteesta tulee esiin, että seura ja päihteiden käyttö seurasivat toisiaan, molempien edetessä entistä pahempaan suuntaan. Kun oli käytetty tarpeeksi kauan, monet menettivät välit perheeseensä, kuten vanhempiansa ja sisaruksiin sekä sukulaisiin. Tätä ennen oli usein menetetty esimerkiksi lapsuudenystävät ja sellaiset ystävät, jotka eivät käyttäneet päihteitä samoissa määrin. Seuraavat otteet ovat ikään kuin jatkoa tämän otteen lopputilanteeseen, mutta niiden välillä on tapahtunut yksi merkittävä asia, nimittäin päihteiden käytön lopettaminen.

”No sehän oli kato sellanen, no siis ihan ensimmäiseks sain juu joo mun vanhempiin ja veljeeni kunnolla suhteen takasi, mut sit mun oli pakko hylätä melkein kaikki mun silloiset kaverit. Ni tota suurimman osan kans en voi olla misää tekemisis, eikä varmaa nykyää ois enää mitää syytäkää.”

- Mikko

”Ja tota noin ni mm, noo sit on sillee et nykysin on sit kiva kans nähdä lähisukulaisii ja just vanhempii et niihin on tullu takasin ne välit mut no sit. Sit on just muutama tämmönen niinku lapsuudenkaveri, mut et just et en mä nää heit hirveen usein muut ku kerran kuus ehkä.”

- Minna

Päihteiden käyttö sai lopun Aurinkoisessa ja siellä aiemmin menetetyt suhteet läheisiin alkoivat paranemaan. Prosessi oli pitkä, mutta lopulta suhteet läheisiin on saatu palautettua ja ne ovat entistä paremmat. Myös suhteet vanhoihin lapsuudenystäviin on saatu palautettua, ja entisiin päihteitä käyttäviin kavereihin ei suurin osa ole enää ollenkaan yhteydessä. Tämä lähipiirin muutosten kehitystarina kuvaa sitä, miten sosiaalinen identiteetti muuttui käytön mukana, ja miten käytön lopettaessa vanha positiivinen sosiaalinen identiteetti saatiin takaisin, samalla kun vanhasta päihteiden käytön ajan negatiivisesta sosiaalisesta identiteetistä oli luovuttu.

Sosiaalisen verkoston uudistus

Tämä yläkategoria liittyy vahvasti edelliseen, mutta kuvaa sitä käytännön prosessia, miten sosiaalinen verkosto uudistettiin. Tämä sijoittuu aikajanalla siihen aikaan, kun tultiin päihteettömäksi, eli Aurinkoiseen ja sen jälkeiseen aikaan. Kuten edellä tuli selväksi, lähipiiri muuttui paljon päihteiden käytön lopettamisen jälkeen. Seuraavaksi kuvaan otteiden avulla, miten uusi sosiaalinen verkosto muodostettiin.

”Opeteltii irrottautumaa niistä ja vähä potkittii irrottautumaa niistä. Et mä vaihdoi facebook-profiilin, mä vaihdoin puhelinnumeron ja jätin kaikki vanhat kaverit koska se on niinku ajan kas pakko tehdä. Mut tavallaa ei sitäkää oltu koskaa misää opetettu tekemää tai neuvottu, tai sehä on niinku semmonen, kaikkihan tietää se on niinku yleistietoo et huumeidenkäyttäjän täytyy vaihtaa ne kaverit niinku ain täytyy. Niinku missää ennen Aurinkoista ei ollu niinku semmost oikeeta et joku työntekijä ois alkanu kädestä pitäen mulle kertomaan et miten se niinku tapahtuu.”

- Tero

Sosiaalisen verkoston uudistuksessa Aurinkoisella oli suuri vaikutus. Kuten otteesta tulee esiin, siellä opetettiin käytännössä perusteellisesti, miten vanhasta kaveripiiristä irrottaudutaan. Aurinkoisessa moni Teron lailla poisti ja vaihtoi muun muassa sosiaalisen median ja puhelinnumeron. Aurinkoinen myös kannusti AA:han ja NA:han, joista pystyy rakentamaan uutta sosiaalista verkostoa.

”Mut joo se on ollu niinku aluks tai sit nii et aluks oli ihan nollatilanne tavallaa, ehkä mun isä ehkä mut et ei niinku yhtää oikeestaa ihmisii. Et sit vaan niinku pikkuhiljaa tullu kaikki uudestaa ja sit uusii ihmisii.”

- Minna

Tässä otteessa tulee esiin se, että kun vanhasta sosiaalisesta verkostosta oli irrottauduttu, oltiin ikään kuin nollatilanteessa. Monen täytyi aloittaa täysin alusta uuden sosiaalisen verkoston luominen.

”Puhutaan aina et tarvii vaihtaa leikkikaverit ja leikkikentät, ni ne todellaki piti vaihtaa. Et tota sit taas niinku NA:sta oon saanu ihan uuden niinku verkoston ja ystäväpiirin ja tälleen.”

- Suvi

”Et sit sitä joutu sen NA:n kautta hankkimaa uusia ihmissuhteita ja kyl niit st pikkuhiljaa löyty.”

- Mikko

Nämä otteet ilmentävät sitä, miten ja mistä uusi sosiaalinen verkosto yleensä luotiin, eli AA:sta ja NA:sta. Sosiaalisen verkoston uudistus alkoi siis Aurinkoisessa vanhan hylkäämisellä ja sen jälkeen rakentamalla uutta verkostoa muista toipuvista. Sosiaalisen verkoston uudistuksen mukana kaverit olivat lähes täysin vaihtuneet, ja kuten edellisessä yläkategoriassa tuli ilmi, suhteet läheisiin oli saatu takaisin. Tämä uudistus kuvaa sosiaalisen identiteetin uudelleen rakentamista, jossa vanha sosiaalinen identiteetti on jätetty taakse ja uusi on luotu sellaisista ihmisistä, joihin nyt päihteettömänä identifioituu.

Erilaiset identiteetit ja niiden muutokset

Tämä yläkategoria käsittelee haastateltavien erilaisia identiteettejä ja niiden muutoksia heidän elämänsä aikana, jotka liittyvät tavalla tai toisella päihteiden käyttöön tai toipumiseen. Haastateltavat ovat rakentaneet uuden identiteetin tultuaan päihteettömiksi, sekä henkilökohtaisen että sosiaalisen. Käsittelen tässä kuitenkin lähinnä sosiaalista identiteettiä, mutta siihen on sidoksissa myös henkilökohtainenkin identiteetti. Aineistosta on huomattavissa paljon erilaisia sosiaalisia identiteettejä ja niitä on jo tullut paljon esiin tässä analyysissä. Tässä yläkategoriassa käsittelenkin haastateltavien itse kertomia, melko konkreettisia esimerkkejä erilaisista identiteeteistä ja niiden muutoksista. Seuraavissa otteissa on esimerkkejä tästä yläkategoriasta.

”Mut sitte se ku oli se bileminä niinku teininä käytin, ni sit oli niit kavereita kyllä jo. Ja jotenki niinku tunsi kuuluvansa porukkaa ja jotenki olevansa semmonen cooli sit kans.”
- Minna

Tämä ote kuvastaa, miten päihteiden käyttöä aloittaessa Minnalla oli *bileminä*, jonka avulla hän tunsi kuuluvansa porukkaan. Tässä Minnalla oli erilainen sosiaalinen identiteetti, kun hän käytti päihteitä. Tämä sosiaalinen identiteetti näyttäytyi positiivisena, sillä se toi yhteenkuuluvuuden tunnetta, jota muuten ei olisi saanut. Sosiaalinen identiteetti näyttäytyy tässä haluttavana ja tavoiteltavana asiana. Se voi kertoa siitä, että Minnalla ei muuten ollut vahvaa sosiaalista identiteettiä tai paljoa erilaisia ryhmäjäsenyyksiä, ainakaan sellaisia, joihin hän olisi identifioitunut yhtä vahvasti.

”Se meni niinku tosi hulluks tää meininki ja sit vähä niinku yritti siin niinku siitä pidin et ei ei ei et mä en oo niinku tällanen ihminen.”
- Minna

”Astuin niinku vähä liian isoihin saappaisii tai jotai tai et mä oon kuitenkin aina ollu niinku käyttäytyny tai niinku tavallaa herkkä tai jotenki. Mä en oo ikin niinku kokenu et mä oisin ollu niinku jokin kenttä-ämmä tai mikää semmonen kova tyyppi tai mä en oo ikin ymmärtäny niitä selkäänpuukotuksii tai pelejä tai miten siä pelataa ihmisil tai muilla. Ja tottakai niinku sairas oon ollu käyttäes ja oon tehny niinku hulluja asioita ja niinku ollu niin oon ollu ihan järkyttävä ihminen mut sit niinku tietyl tapaa en oo niinku en miellä et oisin semmonen kenttäpersoona ollu.”
- Minna

Kun Minnan käyttö oli edennyt ja hän oli mennyt *kentälle*, hän koki, ettei kuulunut sinne, eikä ollut sellainen ihminen kuin *kentällä* olevat yleensä ovat. Minna ei identifioitu täysin näihin ihmisiin, vaan on ikään kuin ajautunut tähän seuraan. Tässä on nähtävissä tietynlainen kamppailu sosiaalisesta

identiteetistä, jossa seura vetää Minnan sosiaalista identiteettiä *kentälle* päin, mutta Minna vastustaa tätä sosiaalista identiteettiä samaan aikaan omalla henkilökohtaisella identiteetillään. Lopulta Minnan vastustus voitti, ja hän pääsi tästä sosiaalisesta identiteetistä eroon.

”Ite mä puhun aina addiktista et mullon addiktio, ja ku puhutaan näistä asioista ni mä pystyn niinkun esitteleen itseni addiktiksi. Mut tietenkään ku mä meen kouluun tai töihin ni siellä mä oon vaan, vaan niinkun Suvi, enkä tota addikti.”

- Suvi

Tässä otteessa näkyy Suvin kaksi identiteetin osaa, sosiaalinen identiteetti *addikti*, sekä henkilökohtainen identiteetti Suvi. Tätä sosiaalista identiteettiä käytetään, kun puhutaan siihen liittyvistä aiheista ja ollaan saman sosiaalisen identiteetin jakavien seurassa. Suvin sosiaalinen identiteetti on vahva, mutta se on kontekstista riippuvaa. Joka paikkaan ei mennä tätä sosiaalista identiteettiä käyttäen tai julki tuoden. Sosiaalinen identiteetti tuodaan julki silloin, kun se on oleellista siinä ympäristössä, jossa ollaan.

”Palautunu pikkuhiljaa tai sukulaissuhteet on pikkuhiljaa palautunu ja kaverit on kaikki vaihtunut ja toi on tullu paljo toipuvii kavereit tuolt NA ryhmistä ja ny ku mä oon tossa töissä ni tietenki sieltä saanu myös ystävii. Ja toi nii et tavallaa niinku et kokonaisen ihan uuden identiteetin luominenhan se on ollu se koko prosessi, et toi ihan nii, iha uuden minäkuvan siä on luonu et.”

- Tero

Tässä Tero kuvaa toipumisprosessia myös uuden identiteetin luomisprosessina. Kuten otteesta tulee ilmi, sosiaalisen verkoston muutoksella on ollut osuutensa myös uuden identiteetin luomisessa, johon voidaan katsoa kuuluvan henkilökohtaisen identiteetin sekä sosiaalisen identiteetin. Toipumisprosessissa molemmat identiteetin osat voidaan luoda lähes kokonaan uudelleen.

”Kyl se aluks oli ongelma ku mä tulin puhtaaks niinku sillai uskoen et mä olin niinku auttamattomasti mielisairas ja et mun pitää syödä lääkkeitä loppuelämä ja niinku kaikkee tämmöst. Nii semmoste omie uskomusten rikkominen ja iha vaa ylipäättänsä tutustuminen omaa ittensä, semmosii nytte tästä joo.”

- Laura

Lauralle oli aluksi vaikeaa irrottautua *mielisaira*an identiteetistä, sillä hän luuli kuuluvansa tähän kategoriaan loppuelämänsä. Hänen täytyi rikkoa tämä uskomus, jotta pystyi irrottautumaan tästä identiteetistä. Monella haastateltavalla on ollut samantapainen kokemus, jossa aiemmin diagnosoidut mielenterveyden diagnoosit ovat poistuneet päihitteettömyyden myötä, jolloin tästä *mielisaira*an identiteetistä on samalla luovuttu.

”Et niinku en mä osaa sanoa nii emmäitiä vaikee sitä on edes löytää itteensä sielt vanhast porukast et mä en oikee niinku seki tuntuu jo niinku niin etäseltä et vähä niinku elokuvaa kattelis sitä niinku edellist elämää. Et tavallaa et se ei edes tunnu omalta enää. Sit alkaa jo vähä miettimää et onks niit ees koskaa oikeesti tapahtunu niit juttui. Et tavallaa se on niinku niin etänen ja se on niinku niin erilainen se tai ku itse on niin erilainen ni tavalla ja on ne nyt ne kaverikki tietenki ku ne on eri kaverit ja kaverit on samallaisii ku minä ja ne kaverit oli sillonki samallaisii ku minä mutku mä olin vaa itte erilainen ni ne kaveritki näyttäytyy kovin erilaiselt.”

- Tero

Tässä otteessa Tero kuvaa, miten hänen entinen elämänsä näyttäytyy lähes tunnistamattomalta. Entisen elämän sosiaalinen identiteetti on etäinen ja niin kaukana nykyisestä, että Tero voisi kyseenalaistaa sen koskaan olleen olemassakaan. Sosiaalinen identiteetti on aina muodostunut ihmisistä, joihin identifioituu sillä hetkellä, mutta koska Tero on itse muuttunut niin paljon, näyttäytyvät vanha ja uusi sosiaalinen identiteetti hyvin erilaisina.

Sosiaalisen identiteetin muutoksiin kuului paljon muutoksia ihmissuhteissa, elämätilanteessa ja identiteetissä. Nämä kaikki yhdessä ovat muokanneet sosiaalista identiteettiä päihteettömyyden kannalta paremmaksi. Päihkeitä käyttäessä, sosiaaliset suhteet koostuivat pääosin muista käyttäjistä ja päihteillä oli iso rooli elämässä. Aurinkoisessa tämä muuttui, ja siellä opeteltiin irrottautumaan näistä suhteista ja rakentamaan uutta sosiaalista identiteettiä yhteisön avulla. Aurinkoinen ohjasi myös itsehoitoryhmiin, jotka vahvistavat yhteisöllisyyttä ja antavat uuden sosiaalisen verkoston myös kuntoutuksen jälkeen. Esille tulleet sosiaalisen identiteetin muutokset, entisestä päihteiden käytön hallitsemasta elämästä tähän päivään, ovat edistäneet toipumista ja päihteettömänä pysymistä. Voi todeta, että toipumista ja päihteettömyyttä tukevat ryhmäjäsenyydet ovat tulleet sosiaalisen identiteetin muutoksen kautta, mutta samaan aikaan nämä ryhmäjäsenyydet myös ylläpitävät muutoksen kautta syntynyttä sosiaalista identiteettiä ja luovat myös uusia positiivisia ryhmäjäsenyyksiä.

6.7 Tietoisuus sosiaalisesta identiteetistä

Tässä viimeisessä pääluokassa ovat yläkategoriat nimeltä: *tietoisuus kaveripiirin vaikutuksista sekä ympäristön vaikutus käyttöön*. Kaveripiiri ja ympäristö ovat osa sosiaalista identiteettiä ja haastateltavat kuvailivat jälkikäteen tämän vaikutusta heidän elämäänsä. He olivat hyvin tietoisia kaveripiirin ja ympäristön vaikutuksista, myös päihkeitä käyttäessä. Tässä pääluokassa olennaista on haastateltavien oma tietoisuus ja toimiminen tämän tietoisuuden mukaan. Tietoisuus sosiaalisesta

identiteetistä voi olla ratkaisukeino päihteitä käyttäessä päihteiden käytön hallintaan, sekä myöhemmin auttaa pysymään päihteettömänä.

Tietoisuus kaveripiirin vaikutuksista

Moni haastateltavista tiedosti, miten kaveripiiri oli elämän aikana vaikuttanut heidän päihteiden käyttöön. Erityisesti nyt päihteettömänä, sosiaalisen identiteetin vaikutukset tiedostetaan ja sen vuoksi NA ja AA ovat hyviä ja turvallisia sosiaalisen identiteetin osia. Ei-addikteihin identifioituminen nähdään tätä päihteettömyyttä edistävää sosiaalista identiteettiä mahdollisesti vaarantavana tekijänä. Seuraavaksi ilmennän tätä yläkategoriaa aineisto-otteilla.

”Jos hengailis vaan niinkun tota ei-addiktien, NA:laiset hirveen helposti sanoo niinkun tavisten kanssa mut se on tosi huono sana, eli ihmisten kans jotka ei oo addikteja, jotka pystyy kohtuukäyttämään. Niin siinä käy helposti tosi huonosti koska sitä yleensä samaistuu niihin ihmisiin joitten kanssa pyörii ja sitte halua itte tehä samoja.”

- Mikko

”Sitä ei voi kylliksi korostaa kuin tärkeä se on, et se on käytännös niin et sä käyt ryhmässä tai sä lähet käyttää huumeita.”

- Tero

Näissä otteissa tiedostetaan, että seura vaikuttaa omaan käyttäytymiseen. Sen tiedostetaan vaikuttavan käyttäytymiseen, jos tähän seuraan samaistutaan. Sosiaalisen identiteetin tiedostetaan vaikuttavan negatiivisesti sekä positiivisesti päihteiden käyttöön. NA:sta tuleva ryhmäjäsenyys auttaa pysymään päihteettömänä, kun taas ei-addikteihin identifioitumisesta voi seurata päihteiden käyttöä.

”Siin oli semmonen virhearvio niinku just et ku mä olin huonovointinen ja sit mä olin tämmösten ns taviskavereitten, tai kavereitten kekkä ei oo addikteit ni niitten kas. Ja ne sit siinä niin jossain tämmösis psykereiveis sit viihteili et siin oli sit, mitä ny olikaan ja niille se oli, mä katoin et niil oli hauskaa, niil ei ollu sen kaa ongelmaa tai et jotenki siin sit vääristy se tilanne ja taju ja sit otin itekki et.”

- Minna

Tämä ote on ikään kuin esimerkki ensimmäisissä otteissa ilmenneistä näkemyksistä. Minna oli ollut jo jonkin aikaa päihteetön, mutta identifioitui kavereihinsa ja heidän päihteiden käytön hallintaan, jolloin hänen tuli myös itse käytettyä. Tässä identifioituminen ei-addikteihin väärensi omaa ajattelua ja johti retkahtamiseen. Tero ja Mikko tiedostivat edellisissä otteissa tällaisen ilmiön olemassaolon, ja ovat voineet toimia siten, että ovat pysyneet päihteettöminä. Minna kuvaa itsekin, että hänellä tapahtui virhearvio, jolloin hänellä tämä tietoisuus seuran vaikutuksesta hämärtyi hetkeksi. Taustalla

oli myös vaikeampi ajanjakso ja jonkintasoista NA:n kyseenalaistamista, sillä Minna oli vasta toipumisen alkuvaiheessa. Tämä kokemus oli Minnalle herättävä ja tämän jälkeen hän kertoi luonnostaan antautuvansa NA-ohjelmalle, jonka myötä parempivointisuus lähti liikkeelle. Tietoisuus sosiaalisesta identiteetistä ja sen vaikutuksista auttavat pysymään päihteettömänä, kun taas sen vaikutusten huomiotta jättäminen voi johtaa päihteiden käyttöön jollain tasolla.

Ympäristön vaikutus käyttöön

Tässä yläkategoriassa tiedostetaan, että kaveripiirin lisäksi konkreettinen ympäristö vaikuttaa myös päihteiden käyttöön. Taustalla on kuitenkin ajatus siitä, että ympäristöön kuuluu myös kaveripiiri ja nämä kaksi ovatkin sidoksissa toisiinsa. Ympäristön vaikutusten tiedostaminen saattoi auttaa päihteiden käyttöön, mutta ei aina. Joka tapauksessa ympäristöllä oli vaikutuksia käyttöön, joko positiivisesti tai negatiivisesti. Seuraavissa otteissa esittelen tätä yläkategoriaa enemmän.

” Me ollaan aika monta kertaa muutettu paikast toiseen ni seki on varmaa vähä vaikuttanu. Et se et se kaveripiiri oli vähä mitä silloin oli, ja siin ihan alkuvaiheest siit 90-luvun alusta ni on aika moni kuollu ja mua huomattavasti nuorempiiki ku tuli sitte tähän paikkakunnalle ne huumeet siihe aikaa, aika paljo karsi mun kaveriporukkaa. Et siihe mä olin silloin tyytyväinen et mä pääsin niistä silloin eroon.”

- Olli

Tässä otteessa Olli pohtii jälkikäteen, miten monesti muuttaminen on vaikuttanut kaveripiiriin ja sitä kautta myös päihteiden käyttöön. Olli ei jäänyt paikkakunnalle, jonne huumeet tulivat ja jotka johtivat myös monen kaverin kuolemaan. Olli ei kuitenkaan pysyvästi muuttanut pois paikkakunnalta, vaan palasi sinne myöhemmin. Hän oli kuitenkin välttynyt huumeiden käytöltä, johon hän oli tyytyväinen, sillä Olli oli kokeillut huumeita, mutta lopetti kokeilut vaimonsa vuoksi. Ympäristöllä on vaikutusta päihteiden käyttöön ja se myös tiedostettiin aineistossa monesti.

”Mä olin yrittäny niinku ratkasta mun käyttämistä, et mä oli muuttanu niinku pois kaupungista keskelle maaseutuu ja tota ei se auttanu. Puoltoist vuotta me siel oltii ja sit muutettii takas.”

- Laura

”Jotenki mä halusin tulla kotikaupunkiin takas ja en ollu siin sit ku olin ollu noit opiskelujuttui ja noita ni sitte en ollu niinku niinä aikoina mitää kovii, tai en ollu mitää huumeita käyttäny et pelkästää alkoholi. Mut sitte ku palasin sen parin vuode jälkee kotikaupunkiin ni sit samantien täällä ni menin, tiesin et mistä varmasti saan amfetamiinia ja menin hakemaa sitä.”

- Minna

Näissä otteissa Laura ja Minna ovat muuttaneet paikkakunnaltaan pois aikana, jolloin he käyttivät päihteitä. Laura tiedosti ympäristön vaikuttavan päihteiden käyttöönsä ja koitti ympäristöä muuttamalla myös muuttaa päihteiden käyttöönsä. Tämä hyvin konkreettinen ratkaisu ei kuitenkaan toiminut hänellä. Minna taas muutti harrastusten ja opiskelujen vuoksi toiselle paikkakunnalle ja siellä ollessaan pystyi olemaan käyttämättä huumeita. Muuttaessaan takaisin kotipaikkakunnalleen, hän tiesi heti keneltä saa huumeita ja meni myös hakemaan niitä. Ympäristön tiedostettiin vaikuttavan päihteiden käyttöön, mutta pelkkä tiedostaminen ei aina riitä onnistumiseen. Ympäristö on osa sosiaalista identiteettiä, ja sen täytyy olla päihitteettömyyttä tukeva, jolloin se voi auttaa päihitteettömyydessä.

Sosiaalisen identiteetin tiedostaminen näyttäytyi positiivisena asiana, mikä auttaa päihitteettömyyden ylläpitämisessä. Haastateltavat näkivät uhkana identifioitumisen ryhmiin, jotka koostuvat henkilöistä, joilla ei ole addiktiota. Tämä johtuu siitä, että oma tietoisuus voi hämärtyä, kun aikaa vietetään henkilöiden kanssa, joilla ei ole ongelmaa päihteiden käytön suhteen. Toki monella on kaveripiirissä kohtuukäyttäjiä, mutta jos he eivät tue päihitteettömyyttä, voi se vaarantaa päihitteettömyyttä joissain tilanteissa. Lisäksi tiedostettiin, että vanhojen päihteiden käytön aikaisten suhteiden katkaiseminen on tärkeää, sillä on vaikeaa toimia toisin, kuin mikä on ryhmän normi. Tämän vuoksi koetaankin tärkeäksi kaveripiirin koostuminen sellaisista henkilöistä, jotka edistävät päihitteettömyyttä. Haastateltavat myös tiedostivat, että yleensä identifioituaan sellaiseen seuraan, jossa vietetään paljon aikaa, minkä vuoksi identifioituminen päihitteettömyyttä edistävään seuraan on tärkeää. Tämän kautta myös haastateltavien vahva kiinnittäytyminen AA:han ja NA:han on ymmärrettävämpää. Tietoisuus sosiaalisesta identiteetistä voi näkyä päihteiden käytön aikana ratkaisuna käytön hallintaan ja myöhemmin päihitteettömänä auttaa ylläpitämään päihitteettömyyttä. Ratkaisuna käytettiin sosiaalisen identiteetin muutosyritystä esimerkiksi ympäristöä vaihtamalla. Tämä ei kuitenkaan toimi, ellei ympäristö ja siihen kuuluvat sosiaaliset suhteet tue päihitteettömyyttä.

7. Johtopäätökset ja pohdinta

Tutkimukseni lähti liikkeelle opintojen aikana huomiotani kiinnittäneeseen aiheeseen, addiktioon. Kiinnostuin siitä, miten päihdehoitoa voitaisiin parantaa ja miten he, jotka ovat onnistuneet pysymään päihdeettömänä, ovat sen tehneet. Huomasin tutkimuksissa identiteetin osuuden toipumisessa, ja kiinnostuin sosiaalisen identiteetin soveltamisesta aiheeseen. Koin, että sosiaalisella identiteetillä on paljon annettavaa päihdetutkimukseen, erityisesti toipumiseen, sillä kyseessä on monelta osalta henkilökohtaisen muutoksen lisäksi sosiaalinen prosessi. Halusin tutkia, millaisia sosiaalisia identiteettejä entisten päihdeiden käyttäjien elämässä on ollut ja miten nämä sosiaaliset identiteetit ovat näkyneet elämässä seurauksineen. Halusin sosiaalisen identiteetin kartoittamisen kautta tutkia, miten sosiaalinen identiteetti voi auttaa toipumisessa ja mikä sen rooli siinä voi olla.

Sosiaalisen identiteetin lähestymistapa, sisältäen sosiaalisen identiteetin teorian ja itsekategorisointiteorian, on sosiaalisen identiteetin sosiaalipsykologinen perusteoria. Pidän tämän perusteorian soveltamista mielekkäänä, sillä siinä yhdistyy nämä kaksi erillistä teoriaa, jolloin teoriasta tulee monipuolisempi. Tätä teoriaa on käytetty paljon hyödyksi eri näkökulmista, mutta päihdetutkimuksessa sitä on käytetty vasta melko vähän ja huomattuani tämän aukon sosiaalisen identiteetin lähestymistavan tutkimuksessa ja päihdetutkimuksessa, kiinnostus teorian mahdollisuuksista tällä kentällä kasvoi entisestään. Nyt sosiaalisen identiteetin lähestymistavan suosio on kasvamassa myös päihdetutkimuksen soveltamiseen.

Tutkimuskysymyksiin etsin vastauksia teoriataustan avulla, eli käyttämällä sosiaalisen identiteetin lähestymistapaa analyysissä. Sisällönanalyysin avulla löysin sosiaaliseen identiteettiin linkittyvät pääluokat, joita analyysissä tarkastelin sosiaalisen identiteetin lähestymistavan kautta. Sosiaalisen identiteetin lähestymistavan sisältämät sosiaalisen identiteetin teoria ja itsekategorisointiteoria perustuvat ajatukseen siitä, että sosiaalinen identiteetti muodostuu ryhmäjäsennyksistä ja itsensä identifioimisesta tiettyihin kategorioihin. Ryhmät ja kategoriat muodostuvat ihmisistä, jotka jakavat jotain samaa, johon voidaan identifioitua. (Tajfel 1981; Turner & Giles 1981; Turner 1982; 1987; 1991.) Näin ollen sosiaalisessa identiteetissä ollennaista ovat sosiaaliset suhteet, mikä näkyy myös tässä tutkimuksessa. Toipuminen näyttäytyy tässä tutkimuksessa sosiaalisena prosessina, jossa sosiaalisen identiteetin prosessilla on iso rooli.

Tutkimuksen tarkoituksena oli vastata seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

- 1. Miten ja millainen sosiaalinen identiteetti entisten päihdeidenkäyttäjien elämässä näkyy?*
- 2. Millainen rooli sosiaalisella identiteetillä voi olla toipumisessa?*

Näiden kysymysten kautta tarkoitus oli selvittää entisten päihteidenkäyttäjien sosiaalista identiteettiä ja sen roolia toipumisessa, sekä selvittää sosiaalisen identiteetin kautta sitä, miten haastateltavat ovat päätyneet päihteettömään elämään ja miten he ylläpitävät sitä. Tavoitena oli tuottaa tietoa addiktiosta toipumisesta sosiaalisen identiteetin näkökulmasta ja selvittää tekijöitä, jotka edistävät toipumista ja päihteettömyyttä.

Tutkimustuloksista neljä ensimmäistä pääluokkaa sisältävät ryhmäjäsennyksiä ja identifikaatioita, joista on tullut osa haastateltavien sosiaalista identiteettiä, enemmän tai vähemmän. Ryhmäjäsennyksiä ja identifikaatioita luotiin pääluokkien mukaan erityisesti addiktioon, AA:han ja NA:han, Aurikoiseen ja yhteiskuntaan. Aineistosta vahvasti osaksi sosiaalista identiteettiä muodostuu erityisesti addiktio sekä AA ja NA. Aurinkoinen on osa sosiaalista identiteettiä osalla vieläkin, mutta suurimmalla osalla se oli osa sitä siellä ollessa. Aurinkoinen sai alulleen sosiaalisen identiteetin muutoksen, luomalla toipuvan identiteettiä ja ryhmäjäsennyksiä, jotka tukevat toipumista. Yhteiskunta osana sosiaalista identiteettiä on osittain ristiriitainen, sillä samaan aikaan halutaan olla, ja ollaankin osa yhteiskuntaa, mutta addiktio sekä AA ja NA osana sosiaalista identiteettiä ovat usein ristiriidassa yhteiskunnassa vallalla olevien normien kanssa. Tämän vuoksi yhteiskunta voidaan myös kokea samaan aikaan ulkoryhmänä, johon ei identifioiduta.

Sosiaalisen identiteetin ja suhteiden muutokset kuvaavat koko elämän aikana tapahtuneita muutoksia näissä molemmissa, ja tämä pääluokka antaa kokonaisvaltaisemman kuvan haastateltavien sosiaalisen identiteetin prosesseista ja nimenomaan niistä muutoksista, jotka ovat lopulta johtaneet päihteettömään elämään. Tietoisuus sosiaalisen identiteetin vaikutuksista on ollut haastateltavilla jo päihteitä käyttäessä, mutta korostuneesti toipumisen yhteydessä. He ovat tiedostaneet kaveripiirin ja ympäristön vaikutuksia päihteiden käyttöön, ja pyrkineet toimimaan ja muuttamaan toimintaansa tämän tiedon perusteella. Seuraavaksi käsittelen näitä tuloksia jakaen neljä ensimmäistä pääluokkaa koskemaan entisten päihteidenkäyttäjien sosiaalista identiteettiä ja kaksi viimeistä sosiaalisen identiteetin muutoksia ja tiedostamista. Tämän jälkeen kerron sosiaalisen identiteetin prosessista toipumisessa tämän tutkimuksen valossa ja lopuksi arvioin tutkielmaa.

7.1 Entisten päihteidenkäyttäjien sosiaalinen identiteetti

Tässä tutkimuksessa entisten päihteidenkäyttäjien sosiaalisen identiteetin muodostivat addiktio, AA ja NA, Aurinkoinen sekä yhteiskunta. Sosiaaliseen identiteettiin tietenkin kuuluu haastateltavilla paljon muitakin ryhmäjäsennyksiä, joista esimerkiksi perhe on monelle hyvin tärkeä. Kuitenkin nämä neljä edellä mainittua ryhmäjäsennyttä/identifikaatiota, jotka muodostavat osaltaan sosiaalisen

identiteetin, osoittautui tässä tutkimuksessa päihteettömyyden ja toipumisen kannalta merkittävimmiksi, minkä vuoksi niistä muodostuikin neljä ensimmäistä pääluokkaa.

Addiktio osana sosiaalista identiteettiä

Addiktio osana sosiaalista identiteettiä on auttanut toipumisessa ja päihteettömyydessä. Voisi helposti ajatella, että addiktiosta vahvasti kiinni pitäminen ja siihen identifioituminen voisivat kääntyä itseään vastaan, mutta tämän tutkimuksen haastateltavilla addiktioon identifioituminen ja addiktiin identiteetti eivät näyttäneet negatiivisena asiana, päinvastoin. Osana käsitystä siitä, että vahva identifikaatio addiktioon voi näyttytyä negatiivisena asiana, voi olla ajatus siitä, että ei kyettäisi elämään normaalia elämää, kun takerrutaan addiktiin identiteettiin. Kotovirta (2009) on myös tutkimukseni lisäksi päätenyt samaan tulokseen ja toteaa, että addiktiin identiteetti näkyi hyvin myönteisenä asiana hänen haastateltavilla. Myös Ruisniemi (2006) puhuu tiukan addiktiin identiteetin kritiikin lisäksi siitä, että joillekin tällainen identiteetti on tarpeellinen päihteettömän elämän kannalta. Hänen tutkimuksessaan osa haastateltavista oli pitänyt tiukasti kiinni addiktiin identiteetistä ja nämä henkilöt näkivät päihteettömän elämäntavan ainoana vaihtoehtona sekä kävivät säännöllisesti AA- ja NA-ryhmissä, mikä näkyy myös omassa tutkimuksessani. Tämä linkki AA- ja NA-ryhmiin voi osittain johtua siitä, että AA ja NA ylläpitävät addiktiin identiteettiä. Addiktiin identiteetti on tullut osaksi sosiaalista identiteettiä jälkikäteen, sillä sen on vasta jälkikäteen ymmärretty olevan aina osa itseä, mikä on yhtenäinen tulos Koski-Jänneksen ja Hännisen (1998) kiteytyneen sosiaalisen identiteetin kuvauksen kanssa. Addiktio on ollut osa sosiaalista identiteettiä myös päihteitä käyttäessä, mutta eri merkityksessä.

Addiktosta puhuttaessa tulee huomioida myös se, että kun haastateltavat nykyhetkessä puhuvat itsestään *addiktina*, he tarkoittavat sitä siinä merkityksessä, että he eivät enää käytä päihteitä ja puhuvatkin usein myös *toipuvasta addiktista*. Aineistosta on huomattavissa toipumiseen liittyvän puheen kautta, että nykyhetkessä puhuttaessa itsestään *addiktina*, tarkoitetaan sitä nimenomaan *toipuvan addiktiin* merkityksessä. Tämä kertoo myös *toipuvan addiktiin* identiteetin suosimisesta verrattuna entiseen käyttävän *addiktiin* identiteettiin, minkä on todettu myös Buckinghamin ym. (2013) tutkimuksessa olevan retkahtamista ehkäisevä tekijä, ja jota tukee myös Fringsin & Alberyn (2015) luoma malli (SIMCM). Kuitenkin Buckinghamin ym. (2013) tutkimuksessa oli pystytty erittelemään nimenomaan *toipuvan addiktiin* suosimisen, eikä pelkästään identifikaation, olevan käyttäytymistä muuttava tekijä. Tämä selittäisi myös sitä, että samaan aikaan voidaan puhua itsestään *addiktina* ja *toipuvana addiktina*, mutta päihteettömyyttä tukee nimenomaan *toipuvan addiktiin* suosiminen, mikä voi tapahtua puhuttaessa molemmista sen mukaan, missä kontekstissa *addiktista*

puhutaan. Aina sanaa *toipuva* ei mainita, vaikka se sisältyy addiktin merkitykseen nykyisessä kontekstissa.

Sosiaalinen identiteetti *toipuvana addiktina* näyttäytyy tässä tutkimuksessa toipumista edistävänä tekijänä, mikä osaltaan vahvistaa aiempia samoja tutkimustuloksia (Buckingham ym. 2013; Frings & Albery 2015; Best ym. 2016; Bathish ym. 2017). Erona näihin tutkimuksiin omassa tutkimuksessani on kuitenkin se, että myös pelkkä *addiktin identiteettikin* näyttäytyy toipumista edistävänä tekijänä, mutta toisaalta tähän *addiktin identiteettiin* sisältyy yleensä käsitys *toipuvasta addiktista*. Kuitenkin, koettiin tärkeänä muistuttaa itseään siitä, että päihteet ovat ongelma, jolloin korostettiin *addiktin identiteettiä* ehkä enemmän sen nimenomaisessa merkityksessä. Tämä koettiin päihteettömyyden kannalta tärkeäksi ja se näyttäytyi päihteettömyyttä edistävänä tekijänä. Tutkimukseni pohjalta voin siis sanoa, että sekä *toipuvan addiktin identiteetti*, että pelkkä *addiktin identiteetti* (päihteettömänä), edistävät toipumista ja päihteettömyyttä.

Se miten itseään ja muita katgorisoidaan sosiaalisiin ryhmiin, kertoo paljon sosiaalisesta identiteetistä. Tutkimuksessani haastateltavat tekivät paljon erilaisia kategorisointeja, jotka liittyivät ajanjaksojen erotteluun. Näitä kaikkia kategorioita yhdistää kategoria *addikti*, mutta jos ryhmiä täytyy eritellä tarkemmin, tulee käyttöön myös toisenlaisia kategorioita. Eroa menneeseen aikaan ja nykyisyyteen erotetaan muun muassa kategorisoinnilla *narkomaani/addikti* tai *addikti/toipuva addikti* ja *alkoholisti/raitis alkoholisti*. Muitakin eron tekeviä kategorisointeja on, mutta kaikkien kategorisointien tarkoituksena on huomattavissa erottelu päihteiden käytön aikaan sekä nykyaikaan. Kotovirta (2009) on todennut erottelun narkomaanin ja addiktin välillä olevan myös NA:ssa käytetty erottelu, sen lisäksi että erottelua tuottaa oman käsityksen muuttuminen addiktiosta ja addiktiosairaudesta toipumisen edetessä. Kategorisointi puolestaan alkoholistien ja addiktien välillä oli myös huomattavissa aineistossa.

Huomiotani kiinnitti myös se, että jos päihteenä olivat olleet huumeet, oltiin tarkempia henkilöllisyyden suojaamisen kanssa kuin mitä alkoholia päihteenä käyttäneet. Osa heistä, jotka olivat käyttäneet huumeita aikoinaan, kyselivät itse hieman henkilöllisyyden suojaamisesta ja anonymiteetistä. Tämä ero voisi viitata siihen, että huumeet ovat kriminalisoitu Suomessa, kun taas alkoholi ei. Huumeita käyttäneillä on siis periaatteessa paljon enemmän pelissä, sillä heidän kohdallansa kyse on myös laillisista asioista. Lisäksi yhteiskunnassa osaltaan juuri kriminalisoinninkin vuoksi huumeet nähdään ”pahempana” kuin alkoholi. Huumeiden käytöstä tuleva stigma on vahvempi kuin alkoholin, ja samoin näyttäisi olevan myös, kun on kyse addiktiosta näiden kahden suhteen.

AA ja NA osana sosiaalista identiteettiä

AA ja NA osana sosiaalista identiteettiä näyttävät olleen tärkeitä ja toipumista sekä päihteettömyyttä edistäviä tekijöitä haastateltavilla. Tässä tutkimuksessa näihin ryhmiin identifioitiin erittäin vahvasti, mikä voidaan nähdä joskus negatiivisena asiana, mutta tässä tutkimuksessa näitä negatiivisia puolia ei ollut havaittavissa. Koska haastateltavien elämää hallitsivat ennen laajasti päihteet, syynä tähän vahvaan identifiikaatioon voi olla se, että AA ja NA korvaa entisen sosiaalisen identiteetin, joka muodostui päihteiden ympärille. AA ja NA mahdollistaa addiktioon identifioitumisen ja sen ylläpitämisen, ja molemmat vahvistavat toinen toistaan. AA ja NA ovat elämäntapa, jotka ovat tulleet päihteiden käytön tilalle, mikä vahvistaa Knuutin (2007) ja Kotovirran (2009) näkemystä siitä, että toveriseura voi näyttäytyä entistä huumeiden käytön kulttuuria korvaavana tekijänä. Tähän on verrattavissa myös Hännisen ja Koski-Jänneksen (1999) tutkimuksen AA-tarina, jossa sosiaalinen identiteetti voidaan nähdä löytyvän AA:sta. Koski-Jännes (2002) vahvistaa tätä näkemystä tutkimuksensa tuloksella kunnioitettavan sosiaalisen identiteetin tavoittelusta, jossa oli huomattavissa, että kiinnittäytyminen esimerkiksi AA:han tuli aiemman syrjäytymisen tilalle. Voi olla mahdollista, että mitä enemmän on aiemmin käyttänyt päihteitä ja identifioitunut päihteitä käyttäviin, sitä enemmän tarvitsee AA:ta tai NA:ta ja niihin identifioitumista toipuessa ja päihteettömyyden ylläpitämisessä. Tämä kuitenkin tarvitsisi vertailua sellaisten henkilöiden kanssa, jotka eivät identifioitu ja sitoudu AA:han ja NA:han yhtä vahvasti kuin haastateltavani tässä tutkimuksessa. Koski-Jännes (2004) tukee tätä ajatusta, sillä hänen mukaansa toipumiseen tarvitaan myös elämäntapojen muutoksia, ja mitä suurempia muutoksia tarvitaan, sitä enemmän täytyy tehdä myös identiteettityötä, jonka esimerkiksi vertaistukiryhmät voivat mahdollistaa ja toimia näin myös kehyksenä identiteetin muutokselle.

AA:n ja NA:n merkitys on erittäin tärkeä nimenomaan uuden sosiaalisen identiteetin luomisen ja ylläpitämisen kannalta. Kelly ym. (2011) ovat myös todenneet AA:n helpottavan toipumista ja ennustavan päihteettömyyttä ja myöhemmin Kelly ym. (2013) ovat todenneet vahvan yhteyden päihteettömyyden ja itseään 12 askeleen jäsenenä pitämisen välillä. 12 askeleen ryhmäjäsenyys, jolloin se on myös osa sosiaalista identiteettiä, näyttää tässä tutkimuksessa vahvistavan Kellyn ym. (2013) löytämää yhteyttä. AA:ta ja NA:ta pidettiin tässä tutkimuksessa erittäin tärkeinä, ja usein tärkeimpänä tekijänä päihteettömässä elämässä onnistumisen kannalta.

AA:ssa ja NA:ssa jäsenet koostuvat muista addikteista, jotka jakavat saman toipumisen tavoitteen ja kokemuksen addiktiosta. Tämä samankaltaisuus koetaan hyvin tärkeänä ja ainutlaatuisena asiana. Koska jäsenet koostuvat muista toipuvista ja ryhmissä käydään usein, tulee aikaa vietettyä paljon toipumista tukevien ryhmien kanssa, mikä puolestaan edistää toipumista ja päihteettömyyttä.

Vastaavaan tulokseen on päätyntä Boisvert ym. (2008), jotka toteavat vertaistukiyhteisöllä olevan positiivinen vaikutus toipumiseen. Merkittäväksi tutkimuksessani nousee AA:sta ja NA:sta niiden mahdollistama yhteisö uuden sosiaalisen identiteetin luomiselle ja ylläpitämislle, mikä on saanut alkunsa kuntoutuksessa. Tämä sosiaalinen identiteetti tukee toipumista ja päihiteettömyyttä, erityisesti sosiaalisten suhteiden kautta AA:ssa ja NA:ssa. Myös Best ym. (2016) luoma malli (SIMOR) näkee AA:n toipumista tukevana ryhmänä, joka mahdollistaa toipumiseen perustuvan sosiaalisen identiteetin luomisen ja ylläpitämisen.

Aurinkoinen osana sosiaalista identiteettiä

Aurinkoinen osana sosiaalista identiteettiä näyttäytyi tässä tutkimuksessa toipumisen kannalta hyvin tärkeänä, sillä se sai alkuun sosiaalisen identiteetin muutoksen, jolla puolestaan oli positiivinen vaikutus toipumiseen ja päihiteettömyyteen. Aurinkoista osana sosiaalista identiteettiä voidaan myös osin kuvata *toipuvan identiteettinä*, sillä juuri tämä identiteetti sai alkunsa Aurinkoisessa. Dingle ym. (2015) ovat myös tutkimuksessaan todenneet, että terapeuttisessa yhteisössä suurin osa kehitti *toipuvan identiteetin*. Kuitenkin Aurinkoinen paikkana, henkilökunta ja yhteisö mukaan lukien, muodosti oman ryhmäjäsenyyden, joka näyttäytyi laajempänä kuin pelkkä *toipuvan identiteetti* kuntoutuslaitoksessa.

Aurinkoinen käytti toipumisessa hyödyksi yhteisöjä, ja on haastateltavieni kohdalla onnistunut siinä toipumisen kannalta erittäin hyvin. Aurinkoisen periaatteisiin kuului yhteisöllisyys, ryhmissä käyminen ja ohjaaminen itsehoitoryhmiin, AA:han ja NA:han. Aurinkoinen loi tämän kautta sosiaalista identiteettiä haastateltavien siellä ollessa, mutta antoi myös tulevaisuutta varten ryhmäjäsenyyksiä, jotka auttavat toipumisessa ja päihiteettömässä elämässä. Ruisniemen (2006) tutkimuksen kuntoutuslaitoksen kuntoutusmallissa oli myös hyödynnetty 12 askeleen ohjelmaa ja sieltä tuleva *addiktin identiteetti* näyttäytyy yhtenä reittinä elämän raamittamiseen. Kuntoutuksen jälkeen, siellä tarjottua identiteettimallia muokataan omanlaiseksi, ja toisin kuin omassa tutkimuksessani, osa oli etäännyntä tai kokonaan luopunut siitä. Ruisniemi myös toteaa, että kuntoutusmalli antaa selkeän toipumisen mallin 12 askeleen ohjelman kautta, mutta sisältää myös reunaehdot, kuten täyden päihiteettömyyden ja itsehoitoryhmiin osallistumisen. Tämä näkyi myös omassa tutkimuksessani, ja siinä nämä reunaehdot koettiin joskus alussa rajoittaviksi, mutta jälkikäteen ne ovat haastateltavien mielestä erittäin tärkeitä ja ehdottomia. Tutkimuksessani suurin osa haastateltavista kertoi, että Aurinkoinen oli heille juuri oikea hoitomuoto ja kaikki kokivat sen omalta kannalta hyväksi. Kaikki haastateltavat halusivat Aurinkoiseen hoitoon, mikä vahvistaa Kuusiston (2010) tutkimuksen tulosta hoidon kohdentumisesta merkitsevästi itse päihdeongelmaisten kautta. Syy miksi Aurinkoinen on näyttäytynyt niin hyvänä ja osana sosiaalista identiteettiä, voi

johtua siitä, että hoito Aurinkoisessa ja haastateltavien piirteet sekä tarpeet kohtasivat hyvin toistensa kanssa. Kaikille ei sovi sama hoitomenetelmä, vaan se riippuu paljon päihteiden käytön taustasta ja henkilökohtaisista piirteistä.

Aurinkoisessa tärkeäksi muodostuivat yhteisö ja ryhmät, joissa käytiin. Niiden avulla pystyttiin harjoittelemaan sosiaalisia taitoja, jotka saattoivat olla hyvinkin puuttellisia kuntoutukseen tullessa. Aurinkoinen yhteisönä näyttäytyi merkittävänä ja toipumista ja päihteettömyyttä edistävänä tekijänä, ja myös muissa tutkimuksissa yhteisöpohjaisen hoidon sisältämä vertaistuki on todettu olevan merkittävä toipumista edistävä tekijä (Ruisniemi 2006; Oinas-Kukkonen 2013; Dingle ym. 2015). Ruisniemen (2006) tutkimus puhuu myös sen puolesta, että yhteisö mahdollistaa sosiaalisen kanssakäymisen harjoittelua. Hän on lisäksi todennut sen mahdollistavan oman persoonallisen identiteetin löytymisen. Tutkimuksessani yhteisöstä oli huomattavissa ennemminkin sosiaalisen identiteetin löytyminen. Pärtön ym. (2009) tutkimus osoittaa, että yhteisöllisessä kuntoutuksessa yhteisö näyttäytyy ryhmäjäsennytenä, mikä on yhtenäinen tulos tutkimukseni kanssa. Tutkimuksessani tämä ryhmäjäsennyys loi sosiaalista identiteettiä ja oli laajempi kuin Pärtön ym. (2009) tutkimuksessa, jossa ryhmäjäsennyys koski lähinnä vain muita kuntoutujia.

Aurinkoinen on tarjonnut mahdollisuuden uuden sosiaalisen identiteetin luomiseen ja sen vahvistamiseen myös hoidon jälkeen itsehoitoryhmissä. *Toipuvan identiteetti* näyttää olevan se, joka yhdistää tätä kaikkea, mikä puolestaan on yksi suuri tekijä toipumisen ja päihteettömyyden kannalta. Tällaisiin tuloksiin on päädytty myös muissa sosiaalisen identiteetin tutkimuksissa, joissa *toipuvan identiteetin* on todettu syntyvän terapeuttisissa ryhmissä (Dingle ym. 2015; Frings & Albery 2015). Lisäksi Bestin ym. (2014) ja Haslam C. ym. (2016) tutkimukset tukevat ajatusta siitä, että terapeuttinen yhteisö tukee sosiaalisen identiteetin muutosta, sillä se tarjoaa uusia sosiaalisia suhteita, jotka tukevat toipumista, samaan aikaan kun sitä vaarantaviin käyttäjien verkostoihin pääsy on rajoitettu.

Yhteiskunta ja ammatillaiset sisä- ja ulkoryhminä

Tässä pääluokassa ainoastaan yhteiskunta näyttäytyi osana sosiaalista identiteettiä, kun se näyttäytyi sisäryhmänä. Yhteiskunnan kokeminen sisäryhmänä luo sosiaalista identiteettiä ja mahdollistaa itsensä näkemisen tavallisena ihmisenä, mikä koetaan positiiviseksi asiaksi. Yhteiskunnan kokeminen osana sosiaalista identiteettiä näyttäytyy toipumista edistävänä ja päihteettömyyttä ylläpitävänä tekijänä. Bathishin ym. (2017) tutkimuksessa on todettu, että monipuolisempi sosiaalinen identiteetti ennustaa parempaa todennäköisyyttä päihteettömyyteen. Tämän vuoksi olisi tärkeää, että myös yhteiskunta koetaan osaksi sosiaalista identiteettiä, jolloin siitä tulee

kokonaisuudessaan rikkaampi. Haastateltvat halusivat olla osa yhteiskuntaa ja tehdä tavallisia asioita, jotka puolestaan vahvistavat yhteiskunnan normeja. Haastateltavat olivat palanneet esimerkiksi kouluun ja töihin, ja pitivät niitä hyvin tärkeinä. Dinglen ym. (2015) tutkimuksessa molemmissa sosiaalisen identiteetin poluissa, mutta erityisesti ensimmäisessä, henkilöt myös tavoittelivat ennen addiktion muodostumista olleiden sosiaalisten identiteettien jatkamista ja korjaamista, erityisesti koulutuksen ja ammatin kautta. Toisen polun henkilöt taas tavoittelivat uusia tavoitteellisia identiteettejä, liittyen koulutukseen, perheeseen ja toipumiseen. Tällaiset tavoitteet ja kouluun sekä töihin palaaminen, voidaan nähdä yhteiskuntaan perustuvan sosiaalisen identiteetin osan vahvistamisena.

Yhteiskunnan ulkopuolelta tuleva kategorisointi vie pois tavallisen ihmisen sosiaalista identiteettiä, kun samalla identifioidutaan vielä jonkin verran myös päihteitä käyttäviin, joita kohtaan luodaan syrjiviä kategorioita, mikä näyttäytyy sosiaalisen identiteetin kannalta ristiriitaisena. Voidaan myös kokea ristiriitaa siitä, että samaan aikaan pitäisi olla tavallinen kansalainen, mutta itseään pidetään addiktina, mikä ei yleensä kuulu tavallisen kansalaisen normiin tässä yhteiskunnassa. Tutkimuksessani, kuten myös Kotovirran (2009) tutkimuksessa tällaista ristiriitaa ei pidetty kuitenkaan ongelmana, vaan itseään voidaan hyvin pitää normaalina, eli tavallisena kansalaisena, vaikka samaan aikaan kategorisoidaan itsensä myös ei-normaaliksi, eli addiktiksi.

7.2 Sosiaalisen identiteetin muutoksia ja tiedostamista

Kaksi viimeistä pääluokkaa, sosiaalisen identiteetin ja suhteiden muutokset sekä tietoisuus sosiaalisesta identiteetistä, kuvaavat enemmän sosiaalista identiteettiä prosessina ja sitä kuinka tärkeää on tiedostaa sen olemassolo.

Sosiaalisen identiteetin ja suhteiden muutokset

Sosiaalisen identiteetin muutoksiin kuului paljon muutoksia ihmissuhteissa, elämäntilanteessa ja identiteetissä. Tutkimuksessani tulee esille sosiaalisen identiteetin muutos, jossa siirrytään päihteiden käytön hallitsemista ryhmäjäsennyksistä, toipumista ja päihteettömyyttä tukeviin ryhmäjäsennyksiin, jotka muodostavat sosiaalisen identiteetin. Tämä sosiaalinen identiteetti puolestaan näyttäytyy toipumisen ja päihteettömyyden kannalta hyvin tärkeänä ja molempia edistävänä. Tällaista muutosta tukee myös muu tutkimus, jonka mukaan siirtymä toipumiseen edellyttää sosiaalisen identiteetin muutosta, mikä tapahtuu pääasiassa päihteitä käyttävien ryhmien vaihtumisella toipumista tukeviin ryhmiin, jotka puolestaan koostuvat pääosin muista toipuvista. Sosiaalisten verkostojen muutosten kautta tapahtuu sosiaalisen identiteetin muutos, johon liittyy myös *toipuvan identiteetin* omaksuminen. (Best ym. 2016; Bathish ym. 2017.)

Sosiaalisen identiteetin muutokseen liittyi vahvasti tiettyjen identiteettien menettäminen ja saaminen elämän varrella. Kuvaan näitä paremmin vielä myöhemmin osiossa, jossa kerron sosiaalisen identiteetin prosessista. Kuntoutuksessa alkaa uuden sosiaalisen identiteetin rakentamisen prosessi, jota tukee toipumista tukevat ryhmäjäsennydet AA:ssa ja NA:ssa. Koski-Jännes (2000) puhuu identiteettiprojekteista, joissa voidaan joutua rakentamaan täysin uusi minuus, tai palata riippuvuutta edeltävään tai sen syrjäyttämään identiteettiin. Tutkimuksessani näkyy myös osittain tällaista palaamista, mutta myös uuden minuuden rakentumista.

Dingle ym. (2015) ovat myös tutkineet sosiaalisen identiteetin menettämistä ja saamista, ja tutkimuksen tulokset ovat rinnastettavissa myös omaani, varsinkin kun kyseessä on kvalitatiivinen tutkimus. Tutkimuksessa aiempia positiivisia sosiaalisia identiteettejä menetettiin päihteiden käytön myötä, joita tavoiteltiin terapeutin yhteisön jälkeen takaisin. Jos sosiaaliset identiteetit ennen addiktiota olivat olleet negatiivisia, koettiin päihteiden käytöstä saatavan itselleen sosiaalinen identiteetti, ja lopulta terapeutin yhteisön jälkeen tavoiteltiin uusia sosiaalisia identiteettejä. Tutkimuksessani on myös merkittäviä eroja yhtäläisyyksien lisäksi tähän tutkimukseen. Tutkimuksessani kaikki saivat sosiaalisen identiteetin päihteiden käytön myötä, mutta toiset menettivät samalla vanhan positiivisen sosiaalisen identiteetin ryhmäjäsennyksiä. Myös kaikki saivat takaisin ennen addiktiota olleita ryhmäjäsennyksiä jossain muodossa. Toiset nimenomaan saivat ne takaisin, yleensä entistä parempina, kun taas toiset korjasivat niitä. Kaikki myös rakensivat uuden sosiaalisen identiteetin.

Tietoisuus sosiaalisesta identiteetistä

Tietoisuus sosiaalisesta identiteetistä ja sen vaikutuksista näkyi aineistossa siten, että haastateltavat tunnistivat kaveripiirin ja ympäristön vaikutuksia, myös käyttävänä aikana tavalla, joka on tulkittavissa sosiaalisen identiteetin lähestymistavan kautta. Tämä tietoisuus sosiaalisesta identiteetistä voi näkyä päihteiden käytön aikana ratkaisuna käytön hallintaan ja myöhemmin päihteettömänä auttaa ylläpitämään päihteettömyyttä. Ratkaisuna käytettiin sosiaalisen identiteetin muutosyritystä esimerkiksi ympäristöä vaihtamalla. Tämä ei kuitenkaan toimi, ellei ympäristö ja siihen kuuluvat sosiaaliset suhteet tue päihteettömyyttä. Sosiaalisen identiteetin vaikutusten tiedostaminen ja toimiminen tämän tiedon mukaan näyttäytyi tässä tutkimuksessa positiivisena asiana, mikä auttaa päihteettömyyden ylläpitämisessä.

Tämä sosiaalisen identiteetin tietoisuus ja se, että muista tutkimuksista ei oikeastaan löydy tällaista, johtuu varmasti osin siitä, että kuntoutuslaitoksessa haastateltaville on kerrottu paljon ympäristön ja kaveripiirin vaikutuksista. Tämän vuoksi heillä on parempi ymmärrys asiasta ja he voivat käyttää sitä

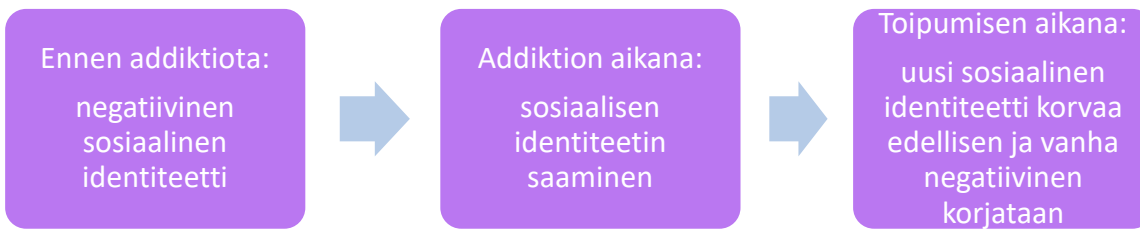
itse hyödyksi. Aurinkoisessa opetettiin hyvin käytännönläheisesti, miten irrottautua entisistä kaveripiireistä ja kun sen huomattiin auttavan, on käsitys kaveripiirin ja ympäristön vaikutuksista todennäköisesti tämän myötä vahvistunut.

7.3 Sosiaalisen identiteetin prosessi

Tutkimuksessani tulee esiin eri aikatasot, joissa sosiaalinen identiteetti muuttuu päihteiden käytön ja sen lopettamisen myötä. Selventääkseni tutkimustuloksiani aikakäsitykseen sidottuna, loin haastattelujen analyysin perusteella kaksi eri mallia siitä, miten sosiaalinen identiteetti näkyi haastateltavien elämän aikana. Nämä mallit ovat haastattelujen ja analyysin pohjalta luotuja yleistettyjä prosesseja, eivätkä kerro kenenkään yksittäistä prosessia tarkasti, vaan antavat suuntaa siitä, miten tässä tutkimuksessa sosiaalisen identiteetin prosessit yleisimmin etenivät. Mallit ovat siis sosiaalisen identiteetin prosesseja ja osittain yhdenmukaisia myös Dinglen ym. (2015) tutkimuksen tulosten kanssa.

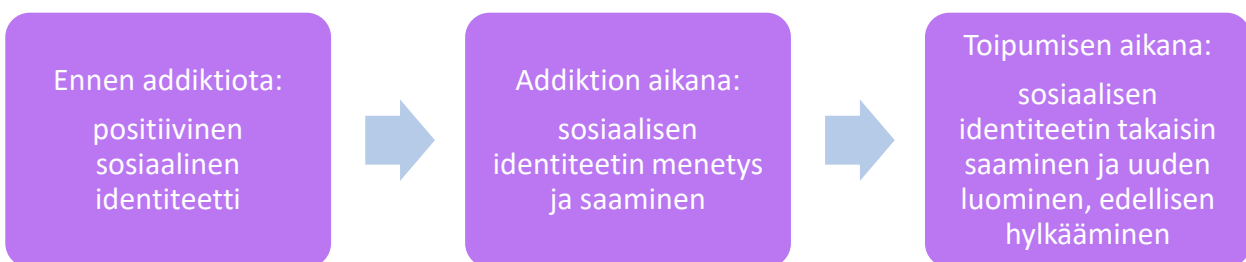
Kuviossa 1. on kyseessä *negatiivisen sosiaalisen identiteetin prosessi*, jossa ennen addiktion ilmenemistä sosiaalinen identiteetti on negatiivinen tai heikko. Käytännössä tämä tarkoittaa heikkoja tai jollain tapaa negatiivisia perhe- ja ystävyysuhteita, jotka pitkälti luovat sosiaalista identiteettiä nuoruudessa. Suhteet näihin läheisiin olivat kuitenkin suurimmaksi osaksi olemassa, mutta niiden luonne näyttäytyi enemmän negatiivisena kuin positiivisena. Tämä negatiivinen sosiaalinen identiteetti saa aikaan sen, että päihteiden käytön kautta tullut sosiaalinen identiteetti nähdään positiivisena ja se mahdollistaa yhteenkuuluvuuden tunteen. Tätä kutsun sosiaalisen identiteetin saamiseksi, kuten Dingle ym. (2015). Tämä vaihe voi olla hyvinkin pitkä, ennen kuin tajutaan, että saatu sosiaalinen identiteetti ei enää olekaan positiivinen, tai oma henkilökohtainen identiteetti nousee enemmän esiin, ja lopulta hakeudutaan hoitoon. Tästä alkaa prosessin viimeinen vaihe eli toipuminen, jolloin kuntoutuksessa alkaa uuden sosiaalisen identiteetin luominen toipuvana (vrt. em.) ja tätä kautta myös vanha sosiaalinen identiteetti hylätään ja se korvataan uudella. Näitä uusia positiivisia ryhmäjäsennyksiä tai identifikaatiota, jotka muodostavat uuden sosiaalisen identiteetin, ovat toipuvan identiteetti, joka on saanut alkunsa kuntoutuksessa, AA:sta ja NA:sta saadut ryhmäjäsennydet sekä vanhan negatiivisen sosiaalisen identiteetin luonteen muuttuminen positiiviseksi.

Kuvio 1.



Kuviossa 2. on kyseessä *positiivisen sosiaalisen identiteetin prosessi*, jossa ennen addiktion ilmenemistä sosiaalinen identiteetti on positiivinen ja vahva, mikä käytännössä tarkoittaa läheisiä ja positiivisia perhe- ja ystävyssuhteita nuoruudessa. Päihteiden käytön kautta saatu sosiaalinen identiteetti saa tässä puolestaan aikaan positiivisen sosiaalisen identiteetin menetyksen. Päihteiden käytöstä tullut sosiaalinen identiteetti nähdään kuitenkin myös positiivisena, ja siksi sitä kuvaa saaminen. (vrt. Dingle ym. 2015) Tässä vaiheessa entinen sosiaalinen identiteetti siis vaihtuu päihteiden käytöstä saatuun sosiaaliseen identiteettiin, ja tämä vaihe voi *negatiivisen sosiaalisen identiteetin prosessin* lailla kestää pitkäänkin, mutta jossain vaiheessa päihteiden käytöstä saatu sosiaalinen identiteetti näyttyy negatiivisena tai henkilökohtainen identiteetti nousee enemmän esiin, jolloin hakeudutaan hoitoon. Tästä alkaa edellisen mallin mukaan myös toipuminen, ja kuntoutukselta saadaan toipuvan identiteetti. Kuntoutuksen ja toipumisen aikana myös vanha positiivinen sosiaalinen identiteetti saadaan takaisin entistä vahvempana ja näin uusi sosiaalinen identiteetti koostuu pääosin siitä, toipuvan identiteetistä ja AA:sta tai NA:sta. Vanha päihteiden käytöstä saatu sosiaalinen identiteetti hylätään.

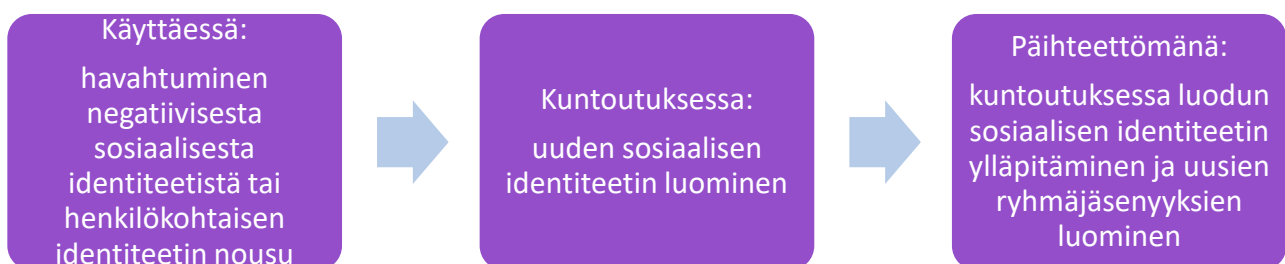
Kuvio 2.



Näiden yleistettyjen sosiaalisten identiteettien prosessien mallien jälkeen loin yleistetyn prosessimallin siitä, miten näistä kahdesta eri mallista, molemmista (*negatiivisen sosiaalisen identiteetin prosessi* ja *positiivisen sosiaalisen identiteetin prosessi*) päädyttiin päihteettömään elämään ja siinä onnistumiseen. Kuvio 3. kuvaa prosessia, jota kutsun *toipumisen sosiaalisen identiteetin prosessiksi*. Tämä prosessi saa alkunsa kahden edellisten prosessien toisen kohdan loppuvaiheessa (*addiktion aikana*). Tässä prosessissa jossain vaiheessa havahduttiin siihen, että

sosiaalinen identiteetti päihteiden käyttäjänä ei ollutkaan positiivinen ja siitä haluttiin eroon, tai henkilökohtainen identiteetti nousi esiin siten, ettei koettu enää olevan siihen elämäntapaan sopiva ihminen. Eri reittejä pitkin tämän jälkeen päädyttiin kuntoutukseen Aurinkoiseen, jossa luotiin uusi positiivinen identiteetti toipuvana ja laitettiin alulle muita uusia ryhmäjäsennyksiä, joista sosiaalinen identiteetti koostuu. Kuntoutuksen jälkeen pidettiin kiinni addiktiin identiteetistä, korostaen toipuvan addiktiin identiteettiä, ja näitä identiteettejä myös vahvistettiin. Uusia toipumista tukevia ryhmäjäsennyksiä luotiin AA:sta ja NA:sta. Tämän kolmivaiheisen prosessin kautta päädyttiin addiktion hallitsemasta päihteiden käytöstä päihteettömässä elämässä onnistumiseen.

Kuvio 3.

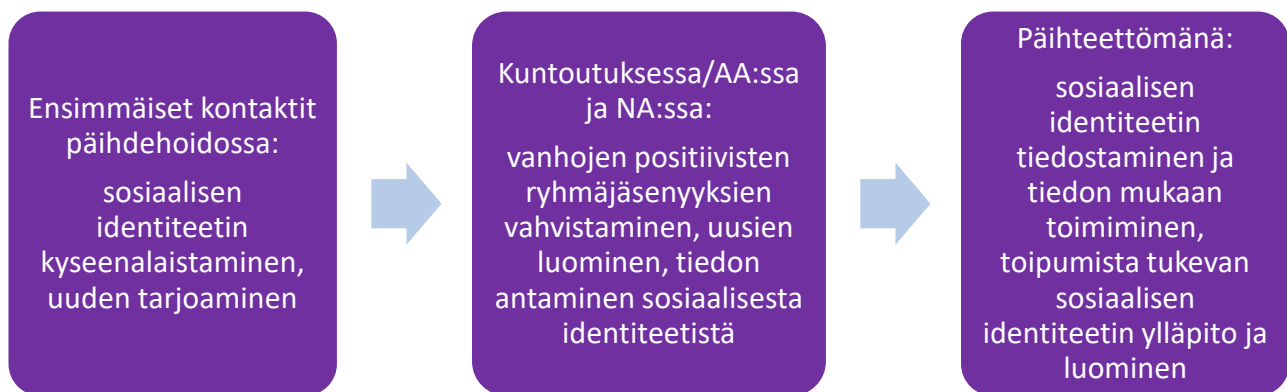


Analyysin ja näiden edellisten prosessimallien pohjalta loin neljännen prosessimallin (Kuvio 4.), joka on yleistetty prosessi siitä, miten sosiaalista identiteettiä voidaan käyttää hyödyksi addiktiosta toipumisessa ja sen hoidossa. Tämä malli voi toimia haastateltavien kanssa samankaltaisten taustojen omaavilla, joilla sosiaalinen identiteetti on vahvasti muodostunut addiktion ympärille kahden ensimmäisen mallin toisessa vaiheessa (addiktion aikana). Koska ihmiset ovat erilaisia ja käyttöhistoria on erilainen, ei voida tietää kuinka monelle tällainen toipumisen reitti lopulta sopisi. Ammattilaisilla pitäisi myös olla selkeä malli sosiaalisen identiteetin ja sosiaalisten suhteiden tunnistamiseen, mihin ei välttämättä ole resursseja. Tämän vuoksi tätä prosessia pitäisi tutkia enemmän ja katsoa, voiko sitä soveltaa laajemmin.

Kuvio 4. kuvaa *sosiaalisen identiteetin prosessia toipumisessa*, ja se alkaa siitä vaiheesta, kun päihdeongelmista johtuen tullaan ensimmäisiin kontakteihin päihdehoidossa. Tällöin jo näiden ensimmäisten kontaktien aikana tulisi selvittää asiakkaan sosiaalista identiteettiä, ja kyseenalaistaa sen positiivinen vaikutus elämään. Tulisi myös pyrkiä vaihtoehtoisen sosiaalisen identiteetin, kuten yhteisöllisen kuntoutuksen tai AA:n ja NA:n tarjoamiseen. Jos ensimmäinen vaihe toimii ja asiakas päätyy kuntoutukseen tai AA:han tai NA:han, tulisi näissä paikoissa antaa tietoa sosiaalisesta identiteetistä ja sen vaikutuksista ja auttaa luomaan uusia positiivisia identiteettejä samalla vahvistaen

vanhoja ennen addiktiota olleita positiivisia identiteettejä, joista sosiaalinen identiteetti yhteensä koostuu (kuten Aurinkoisessa on tehty). Kun tämä toinen vaihe on toteutettu, siirtyy asiakkaalle itselleen suurin vastuu ja kolmannessa vaiheessa asiakas itse käyttää sosiaalista identiteettiä hyödykseen pysyäkseen päihdeettömänä. Tässä vaiheessa asiakkaan tulisi pyrkiä sosiaalisen identiteetin vaikutusten tiedostamiseen ja toimia tämän tiedon mukaan. Tämä käytännössä tapahtuu ajatustyötä tehden ja ylläpitämällä sekä luomalla uusia toipumista tukevia ryhmäjäsennyksiä.

Kuvio 4.



7.4 Tutkielman arviointia

Kun jälkikäteen katson koko tutkielman prosessia, voin kokonaisuudessaan olla tyytyväinen prosessiin. Prosessi oli pitkä, sillä halusin olla huolellinen ja johdonmukainen koko ajan, ja lisäksi aineistonkeruu haastatteluilla ja niiden litterointi veivät aikaa. Parannettavaakin prosessissa olisi tietenkin ollut. Haastattelut tein pääasiallisesti puhelimitse tai skypen kautta ja yhden haastattelun tein kasvotusten. Olisi ollut toivottavaa, että olisin saanut kaikki haastattelut tehtyä kasvotusten, mutta välimatkojen vuoksi koin haastateltavien kanssa sopivammaksi puhelimitse tai skypen kautta tehdyt haastattelut. Haastatteluista, jotka tehtiin puhelimitse, puuttuvat eleet ja ilmeet, jotka usein voivat kertoa jotain lisää. Koen kuitenkin, että sain hyvin tulkittua myös haastateltavien tunteita heidän kertomistaan asioista, sillä he olivat hyvin luonnollisia puhelimesta. Olisin myös voinut rajata haastattelujen kysymyksiä käsittämään esimerkiksi vain jonkin tietyn ajanjakson, enkä koko tähänastista elämää. Tämän vuoksi aineistosta tuli hyvin laaja, mutta samalla myös rikas, minkä koen lopputuloksen kannalta hyvänä asiana. Tutkimuksen rajaus vei minulta aikaa, ja minun täytyi oppia luopumaan liian laajasta näkökulmasta, mikä johtui pääosin laajasta aineistosta. Olisi ollut hyödyllisempää oppia tämä jo aikaisemmassa vaiheessa, jolloin aikaa olisi jäänyt enemmän kokonaisuuden käsittelemiseen, ja turhalta työltä olisi välttytty.

Tutkielmani luotettavuuteen ja yleistettävyyteen liittyy ensisijaisesti kaksi tekijää, pieni haastateltavien määrä ja haastattelujen tekeminen ylipäätään. Pienen haastateltavien määrän vuoksi, tutkimusta ei voi yleistää laajaa joukkoa koskevaksi. Miehiä oli tutkimuksessa myös yksi enemmän kuin naisia, jolloin sukupuolijakauma ei ollut täysin tasainen. Lisäksi haastateltavien taustat olivat samankaltaiset ja hoitolaitos, jossa he kävivät läpi hoitajakson, oli sama. Tutkimus rajoittuu koskemaan spesifiä ryhmää, mikä rajoittaa myös tulosten sovellettavuutta. Tuloksia voisi yleistää ehkä tähän kuntotuslaitokseen, sillä kuntotuslaitoksen hoidon läpikäyneillä on paljon yhteistä keskenään. Tutkimus on laadullinen, joten yleistettävyyden sijaan tavoitteena oli enemmänkin kuvata ja tuottaa tietoa ilmiöstä, mikä rikkaan aineiston ansioista on osaltaan toteutunut hyvin.

Haastattelujen käyttöön aineistona liittyy aina se oletus, että haastateltavat kertovat asiat niin kuin he itse ne kokevat, eivätkä niin kuin ne välttämättä ovat toisesta näkökulmasta. Toki nämä kaksi voivat olla molemmat yhtä aikaa paikkaansapitäviä, mutta haastatteluja analysoidessa, huomio on kokemuksessa. Lisäksi kun haastattelussa käydään läpi lähes koko elämän kattavia asioita, on tulkinta jälkikäteen niistä mahdollisesti erilainen kuin niiden tapahtumahetkellä. Ajatukset ja kokemukset menneistä asioista näyttävät tällöin aina nykyajasta katsoen, jolloin tämä näkökulma voi olla eri, kuin asian tapahtumahetkellä. Luotettavuutta tutkimuksessani lisää tulosten rinnastettavuus ja samankaltaisuus aiempiin tutkimustuloksiin. Sain samankaltaisia tuloksia kvantitatiivisten ja kvalitatiivisten tutkimusten kanssa, mikä kertoo siitä, että aihetta voidaan tutkia onnistuneesti molemmilla lähestymistavoilla, ja näitä tuloksia voidaan myös verrata.

Koska tutkimukseni koski sinänsä melko homogeenistä ryhmää hoidon ja 12 askeleen ohjelmien osalta, olisi jatkotutkimusaiheena hyvä soveltaa sosiaalisen identiteetin muutosta myös toisenlaisiin ryhmiin, eri hoidon läpikäyneisiin tai henkilöihin, jotka eivät ole mukana 12 askeleen ohjelmissa. Lisäksi lisätietoa päihteiden käytön ajan sosiaalisesta identiteetistä saisi ehkä paremmin tutkimalla henkilöitä, jotka vielä käyttävät päihteitä, eivätkä ole hakeutuneet hoitoon. Tähän kuitenkin liittyy paljon eettisiä seikkoja. Myös sellaisten henkilöiden sosiaalisen identiteetin muutosta olisi hyvä tutkia, jotka eivät ole onnistuneet päihteettömässä elämässä, tai ovat onnistuneet esimerkiksi kohtuukäytössä. Näin saataisiin parempaa kokonaiskuvaa niistä sosiaalisen identiteetin tekijöistä, jotka edistävät tai estävät toipumista.

Tutkimuskysymykseni hakivat vastausta siihen, millaisena sosiaalinen identiteetti näyttää ja mikä sen rooli toipumisessa on. Koen, että tulkitsemalla addiktiota sosiaalisen identiteetin lähestymistavan kautta, olen saanut näihin kysymyksiin vastauksia. Päämääränä tässä tutkielmassa oli tuottaa uutta tietoa addiktiosta toipumisesta, minkä koen onnistuneen sosiaalisen identiteetin lähestymistapaa hyödyntäen. Tästä näkökulmasta sain tuotettua tutkimukseni kautta tietoa toipumisen prosessista

sosiaalisen identiteetin prosessina. Koska tutkimuksessani tämä prosessi kattaa oikeastaan haastateltavien koko elämän, voitaisiin johtopäätöksissä esiin tulleita vaiheita tässä prosessissa käyttää hyödyksi addiktion ja siitä toipumisen ymmärtämisessä. Tuloksia voitaisiin hyödyntää yhteisöpohjaisissa hoidoissa, ja ne voivat auttaa myös muita hoitomuotoja huomioimaan sosiaalisen identiteetin prosessia hoitoja suunniteltaessa. Lisäksi tämä tutkimus luo kuvaa addiktiosta toipumisesta sosiaalisena ilmiönä, mikä ei aina ole suosituin näkökulma lääketieteen pitkälti hallitsemassa terveydenhuollossa. Tämä tutkimus antaa vahvistettua, sekä uutta tietoa addiktiosta, siitä toipumisesta ja päihteettömän elämän ylläpitämisestä.

Lähteet

Alcoholics Anonymous (2020) Kysymyksiä ja vastauksia AA:sta.

<https://www.aa.fi/attachments/files/Kysymyksiä%20AAsta%20.pdf>. Viitattu 21.4.2020.

Alcoholics Anonymous (2020b) 12 askelta.

<https://www.aa.fi/index.php?type=0&id=38&pageid=38>. Viitattu 21.4.2020.

Alcoholics Anonymous (2020c) 12 perinnettä.

<https://www.aa.fi/index.php?type=0&id=39&pageid=39>. Viitattu 21.4.2020.

Bathish, Ramez, Best, David, Savic, Michael, Beckwith, Melinda, Mackenzie, Jock & Lubman, Dan (2017) "Is it me or should my friends take the credit?" the role of social networks and social identity in recovery from addiction. *Journal of Applied Social Psychology* 47:1, 35-46. DOI: 10.1111/jasp.12420

Best, David (2010) *Mapping Routes to Recovery: The Role of Recovery Groups and Communities*. Teoksessa Rowdy Yates & Margaret Malloch (toim.) *Tackling Addiction Pathways to Recovery*. London, Philadelphia, PA: Jessica Kingsley Publishers, 32–43.

Best, David, Lubman, Dan, Savic, Michael, Wilson, Ann, Dingle, Genevieve, Haslam, Alexander, Haslam, Catherine & Jetten, Jolanda (2014) "Social and Transitional Identity: Exploring Social Networks and their Significance in a Therapeutic Community Setting." *Therapeutic Communities: The International Journal of Therapeutic Communities* 35:1, 10-20. DOI:10.1108/TC-04-2013-0007

Best, David, Beckwith, Melinda, Haslam, Catherine, Haslam, Alexander, Jetten, Jolanda, Mawson, Emily & Lubman, Dan. (2016) Overcoming alcohol and other drug addiction as a process of social identity transition: The social identity model of recovery (SIMOR). *Addiction Research & Theory* 24:2, 111–123. DOI: 10.3109/16066359.2015.1075980

Best, David, Bliuc, Ana-Maria, Iqbal, Muhammad, Upton, Katie & Hodgkins, Steve (2018) Mapping social identity change in online networks of addiction recovery. *Addiction Research & Theory* 26:3, 163-173. DOI: 10.1080/16066359.2017.1347258

Boisvert, Rosemary, Martin, Linda, Grosek, Maria & Clarie, Anna June (2008) Effectiveness of a peer-support community in addiction recovery: Participation as intervention. *Occupational Therapy International* 15:4, 205-220. DOI: 10.1002/oti.257

- Buckingham, Sarah, Frings, Daniel & Albery, Ian. (2013) Group membership and social identity in addiction recovery. *Psychology of Addictive Behaviors* 27:4, 1132-1140. DOI: 10.1037/a0032480
- Buckingham, Sarah & Best, David (2016) *Addiction, Behavioral Change and Social Identity: The Path to Resilience and Recovery*. London: Routledge.
- Day, Ed, Gaston, Romina Lopez, Furlong, Elizabeth, Murali, Vijaya & Copello, Alex (2005) 'United kingdom substance misuse treatment workers' attitudes toward 12-step self-help groups. *Journal of Substance Abuse Treatment* 29:4, 321-327. DOI: 10.1016/j.jsat.2005.08.009
- Deaux, Kay & Burke, Peter (2010) Bridging Identities. *Social Psychology Quarterly* 73:4, 315-320. DOI: 10.1177/0190272510388996
- Delucia, Christian, Bergman, Brandon, Formoso, Diana & Weinberg, Laura (2015) Recovery in narcotics anonymous from the perspectives of long-term members: A qualitative study. *Journal of Groups in Addiction & Recovery* 10:1, 3-22. DOI: 10.1080/1556035X.2014.969064
- Dingle, Genevieve, Ecruwys, Tegan & Efrings, Daniel (2015) Social identities as pathways into and out of addiction. *Frontiers in Psychology* 6:1795. DOI: 10.3389/fpsyg.2015.01795
- Frings & Albery (2015) The social identity model of cessation maintenance: Formulation and initial evidence. *Addict Behaviors* 44, 35-42. DOI: 10.1016/j.addbeh.2014.10.023
- Haslam, Alexander (2004) *Psychology in organizations the social identity approach*. London; Thousand oaks, CA: Sage Publications.
- Haslam, Catherine, Dingle, Genevieve, Best, David, Mackenzie, Jock & Beckwith, Melinda (2016) Social identity mapping: Measuring social identity change in recovery from addiction. Teoksessa Sarah Buckingham & David Best (toim.) *Addiction, behavioral change and social identity: the path to resilience and recovery*. London: Routledge, 155–171.
- Helkama, Klaus, Myllyniemi, Rauni, Liebkind, Karmela, Ruusuvuori, Johanna, Lönnqvist, Jan-Erik, Hankonen, Nelli, Mähönen, Tuuli Anna, Jasinskaja-Lahti, Inga & Lipponen, Jukka (2015) *Johdatus sosiaalipsykologiaan*. Helsinki: Edita.
- Hinkle, Steve & Brown, Rupert (1990) Intergroup comparisons and social identity: Some links and lacunae. Teoksessa Dominic Abrams & Michael Hogg (toim.) *Social identity theory: constructive and critical advances*. New York : Harvester Wheatsheaf, 48–70.

- Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena (2008) Tutkimushaastattelu: Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Hser, Yih-Ing & Anglin, Douglas (2011) Addiction Treatment and Recovery Careers. Teoksessa John Kelly & William White (toim.) Addiction Recovery Management Theory, Research and Practice. Totowa, NJ: Humana Press, 9–29.
- Humphreys, Keith (2015) "Addiction Treatment Professionals are Not the Gatekeepers of Recovery." Substance use & Misuse 50:8-9, 1024-1027. DOI:10.3109/10826084.2015.1007678
- Hänninen, Vilma & Koski-Jännes, Anja (1999) Narratives of recovery from addictive behaviours. Addiction 94:12, 1837–1848. DOI: 10.1046/j.1360-0443.1999.941218379.x
- Härkönen, Janne, Savonen, Jenni, Virtala, Esa & Mäkelä, Pia (2017) Suomalaisten alkoholinkäyttötavat 1968–2016: Juomatapatutkimusten tuloksia. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 3/2017. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/134585/URN_ISBN_978-952-302-873-9.pdf?sequence=1&isAllowed=y . Viitattu 21.4.2020.
- Johnson, Bankole (2011) Addiction medicine science and practice. New York (NY): Springer New York.
- Karjalainen, Karoliina, Pekkanen, Niina & Hakkarainen Pekka (2020) Suomalaisten huumeiden käyttö ja huumeasenteet: Huumeaiheiset väestökyselyt Suomessa 1992–2018. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 2/2020. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/139059/URN_ISBN_978-952-343-441-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 21.4.2020.
- Kelly, John, Stout, Robert, Magill, Molly & Tonigan, Jeffery (2011). The role of Alcoholics Anonymous in mobilizing adaptive social network changes: A prospective lagged mediational analysis. Drug and Alcohol Dependence 114:2-3, 119– 126. DOI:10.1016/j.drugalcdep.2010.09.009
- Kelly, John, Stout, Robert & Slaymaker, Valerie (2013). Emerging adults' treatment outcomes in relation to 12-step mutual-help attendance and involvement. Drug and Alcohol Dependence, 129:1-2, 151– 157. DOI:10.1016/j.drugalcdep.2012.10.005
- Kelly, John (2017) "Is Alcoholics Anonymous Religious, Spiritual, neither? Findings from 25 Years of Mechanisms of Behavior Change Research." Addiction 112:6, 929-936. DOI:10.1111/add.13590

Kidd, Brian (2010) *Recovery, a Clinical Reality*. Teoksessa Rowdy Yates & Margaret Malloch (toim.) *Tackling Addiction Pathways to Recovery*. London, Philadelphia, PA: Jessica Kingsley Publishers, 145-155.

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

Koski-Jännes, Anja (1985) *Alkoholi-ongelmien Hoito Kognitiivisen Käyttäytymisterapian Avulla*. Helsinki: Alkoholipoliittinen tutkimuslaitos.

Koski-Jännes, Anja (1995) *Huppu silmiltä. Katsaus vankien päihteiden käytön vähentämismenetelmiin ja niiden tuloksellisuuteen*. Helsinki: Oikeusministeriö, vankeinhoito-osasto, Oikeusministeriön vankeinhoito-osaston julkaisuja 1/1995.

Koski-Jännes, Anja & Hänninen, Vilma (1998). *Dialogiset prosessit ja riippuvuudesta vapautuminen*. Teoksessa Anja Riitta Lahikainen & Anna-Maija Pirttilä-Backman (toim.) *Sosiaalinen vuorovaikutus*. Helsinki: Otava, 173–191.

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

Koski-Jännes, Anja (2002) *Social and personal identity projects in the recovery from drug use: constructing a non-addict identity*. *Addiction research & Theory* 10:2, 183–202. DOI: 10.1080/16066350290017266

Koski-Jännes, Anja (2004) *In search of comprehensive mode of addiction*. Teoksessa Pia Rosenqvist, Jan Blomqvist, Anja Koski-Jännes & Leif Öjesjö (toim.), *Addiction and Life Course*. Helsinki: Hakapaino, 49-67.

Koski-Jännes, Anja, Riittinen, Liisa & Saarnio, Pekka (2008) *Kohti muutosta : motivointimenetelmiä päihde- ja käyttäytymisongelmiin*. Helsinki: Tammi.

Kotovirta, Elina (2009) *Huumeriippuvuudesta toipuminen Nimettömien Narkomaanien toveriseurassa*. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos.

Kuusela, Pekka (2006) *Realismi ja sosiaalisen identiteetin episteeminen status*. Teoksessa Pertti Rautio & Mikko Saastamoinen (toim.) *Minuus ja identiteetti: sosiaalipsykologinen ja sosiologinen näkökulma*. Tampere: Tampere University Press.

- Kuusisto, Katja (2009) Päihderiippuvuudesta toipumisen eri reitit. Teoksessa Tuukka Tammi, Mauri Aalto, Anja Koski-Jännes (toim.) Irti päihdeongelmista: tutkimuksia hoidon ja ehkäisyntoimenpiteistä. Helsinki: Edita, 32–48.
- Kuusisto, Katja (2010) Kolme reittiä alkoholismista toipumiseen: Tutkimus muutoksesta hoidon ja vertaistuen avulla sekä ilman professionaalista hoitoa. Tampere: Tampere university press.
- Lund, Pekka (2018) Christian Faith and Recovery from Substance Abuse. Kuopio: Itä-Suomen yliopisto, Publications of the University of Eastern Finland. Dissertations in Social Sciences and Business Studies 175.
- Mead, George Herbert (1934) Mind, Self, and Society: From the Standpoint of a Social Behaviorist. Chicago: University of Chicago Press.
- Miller, Peter (2013) Principles of addiction. San Diego: Academic Press.
- Määttä, Kirsti & Koski-Jännes, Anja (1981) The theory of set and the psychological effects of alcohol. Helsinki: Social Research Institute of Alcohol Studies, Alkoholipoliittisen tutkimuslaitoksen tutkimusseloste, 144.
- Narcotics Anonymous (2020a) NA:n historiaa. <https://www.nasuomi.org/tietoja-nasta/nan-historia/>. Viitattu 15.4.2020.
- Narcotics Anonymous (2020b) NA:n 12 askelta. <https://www.nasuomi.org/tietoja-nasta/nan-12-askelta/>. Viitattu 21.4.2020.
- Narcotics Anonymous (2020c) NA:n 12 perinnettä. <https://www.nasuomi.org/tietoja-nasta/nan-12-perinnetta/>. Viitattu 21.4.2020.
- Oinas-Kukkonen, Heikki (2013) Alkoholistin ja hänen läheisensä samanaikainen toipuminen vapauttavana oppimisprosessina Minnesota-hoidossa. Oulu: Oulun yliopisto, Acta Universitatis Ouluensis E 139.
- Pärttö, Minna, Hännikäinen-Uutela, Anna-Liisa & Määttä, Paula (2009) Huumeiden käyttäjien arki yhteisöllisen huume kuntoutuksen jälkeen. Janus 17:2, 121–138. <https://journal.fi/janus/article/view/50511/15283>. Viitattu 15.4.2020.
- Ruisniemi, Arja (2006) Minäkuvan muutos päihderiippuvuudesta toipumisessa: tutkimus yhteisöllisestä päihdekuntoutuksesta. Tampere: Tampere University Press.

Saastamoinen, Mikko (2006) Minuus ja identiteetti tutkimuksen haasteina. Teoksessa Pertti Rautio & Mikko Saastamoinen (toim.) Minuus ja identiteetti: sosiaalipsykologinen ja sosiologinen näkökulma. Tampere: Tampere University Press.

Stainton-Rogers, Wendy (2011) Social psychology. Maidenhead: Open University Press.

Strobbe, Stephen & Kurtz, Ernest (2012) Narratives for recovery: Personal stories in the 'big book' of alcoholics anonymous. *Journal of Groups in Addiction & Recovery* 7:1, 29–52. DOI: 10.1080/1556035X.2012.632320

Tajfel, Henri (1981) Human groups and social categories: studies in social psychology. Cambridge: Cambridge University Press.

Tammi, Tuukka, Aalto, Mauri & Koski-Jännes, Anja (2009) Irti päihdeongelmista: tutkimuksia hoidon ja ehkäisyn menetelmistä. Helsinki: Edita.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2002) Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Turner, John & Giles, Howard (1981) Introduction: the social psychology of intergroup behaviour. Teoksessa John Turner & Howard Giles (toim.) *Intergroup Behaviour*. Oxford: Blackwell, 1-32.

Turner, John (1982) Towards a cognitive redefinition of the social group. Teoksessa Henri Tajfel (toim.) *Social identity and intergroup relations*. Cambridge: Cambridge University Press, 15–40.

Turner, John (1987) *Rediscovering the Social Group: A Self-categorization Theory*. Oxford: Blackwell.

Turner, John (1991) *Social influence*. Pacific Grove (CA): Brooks/Cole.

Walters, Glenn (2000) "Spontaneous Remission from Alcohol, Tobacco, and Other Drug Abuse: Seeking Quantitative Answers to Qualitative Questions." *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse* 26:3, 443-460. DOI:10.1081/ADA-100100255

West, Robert & Brown, Jamie (2013) *Theory of Addiction*. Chichester: John Wiley & Sons.

West, Robert, Marsden, John & Hastings, Janna (2019) Addiction theories and constructs: A new series. *Addiction* 114:6, 955-956. DOI: 10.1111/add.14554

Yates, Rowdy & Malloch, Margaret (2010) The Road Less Travelled? A Short History of Addiction Recovery. Teoksessa Rowdy Yates & Margaret Malloch (toim.) *Tackling Addiction Pathways to Recovery*. London, Philadelphia, PA: Jessica Kingsley Publishers, 15-31.

Liitteet

Liite 1

AA:n 12 askelta:

1. *Myönsimme voimattomuutemme alkoholiin nähden ja että elämämme oli muodostunut sellaiseksi, ettemme omin voimin kyenneet selviytymään.*
2. *Opimme uskomaan, että joku itseämme suurempi voima voisi palauttaa terveytemme.*
3. *Päätimme luovuttaa tahtomme ja elämämme Jumalan huomaan -sellaisena kuin hänet käsitimme.*
4. *Suoritimme perusteellisen ja pelottoman moraalisen itsetutkistelun.*
5. *Myönsimme väärrien tekojemme todellisen luonteen Jumalalle, itsellemme ja jollekin toiselle ihmiselle.*
6. *Olimme täysin valmiit antamaan Jumalan poistaa kaikki nämä luonteemme heikkoudet.*
7. *Nöyrästi pyysimme häntä poistamaan vajavuutemme.*
8. *Teimme luettelon kaikista vahingoittamistamme henkilöistä ja halusimme hyvittää heitä kaikkia.*
9. *Hyvitimme henkilökohtaisesti näitä ihmisiä milloin vain mahdollista, ellemme näin tehdessämme vahingoittaneet heitä tai muita.*
10. *Jatkoimme itsetutkistelua ja kun olimme väärässä, myönsimme sen heti.*
11. *Pyrimme rukouksen ja mietiskelyn avulla kehittämään tietoista yhteyttämme Jumalaan, sellaisena kuin hänet käsitimme, rukoillen ainoastaan tietoa hänen tahdostaan meidän suhteemme ja voimaa sen toteuttamiseen.*
12. *Koettuamme hengellisen heräämisen näiden askelten tuloksena yritimme saattaa tämän sanoman alkoholisteille sekä toteuttaa näitä periaatteita kaikissa toimissamme.*

(Alcoholics anonymous 2020b.)

AA:n 12 perinnettä:

- 1. Yhteisen menestyksemme tulisi olla ensi sijalla, henkilökohtainen toipuminen riippuu AA:n yhtenäisyydestä.*
- 2. Ryhmämme tarkoitusperiä varten on olemassa vain yksi perusarvovalta - rakastava Jumala sellaisena kuin Hän saattaa ilmaista itsensä ryhmämme omassatunnossa. Johtajamme ovat vain uskottuja palvelijoita - he eivät hallitse.*
- 3. Ainoa vaatimus AA jäsenyydelle on halu lopettaa juominen.*
- 4. Jokaisen ryhmän tulisi olla itsenäinen, paitsi toisia ryhmiä tai koko AA:ta koskevissa asioissa.*
- 5. Jokaisella ryhmällä on vain yksi päätarkoitus - viedä sanomansa vielä kärsiville alkoholisteille.*
- 6. AA-ryhmän ei tulisi milloinkaan ryhtyä takaajaksi tai rahoittajaksi eikä lainata AA:n nimeä millekään sukulaisjärjestölle eikä ulkopuoliselle yritykselle, etteivät raha-asioita, omaisuutta ja arvovaltaa koskevat pulmat vierottaisivat meitä päätarkoituksestamme*
- 7. Jokaisen AA-ryhmän tulisi olla täysin omavarainen ja torjua ulkopuoliset avustukset.*
- 8. AA:n tulisi aina säilyä ei-ammattimaisena, mutta toimistomme voivat palkata erikoistyöntekijöitä.*
- 9. AA:ta sellaisenaan ei saisi koskaan organisoida, mutta voimme muodostaa palveluelimiä tai toimikuntia, jotka ovat välittömästi vastuussa niille, joita palvelevat.*
- 10. AA ei ota kantaa ulkopuolisiin kysymyksiin; sen takia AA:n nimi ei saisi milloinkaan tulla vedetyksi julkisiin kiistoihin.*
- 11. Ulospäin suuntautuva toimintamme pohjautuu pikemminkin vetovoimaan kuin huomion herättämiseen; meidän tulee aina ylläpitää henkilökohtaista nimettömyyttä lehdistön radion, television ja elokuvan piirissä.*
- 12. Nimettömyys on perinteittemme henkinen perusta, aina muistuttaen meitä asettamaan periaatteet henkilökohtaisten seikkojen edelle.*

(Alcoholics anonymous 2020c.)

Liite 2

NA:n 12 askelta:

1. *Myönsimme, että olimme voimattomia addiktioimme suhteen ja että elämämme oli käynyt hallitsemattomaksi.*
2. *Opimme uskomaan, että jokin itseämme suurempi voima voisi palauttaa mieleemme terveyden.*
3. *Teimme päätöksen luovuttaa tahtomme ja elämämme jumalan huomaan, sellaisena kuin hänet käsitimme.*
4. *Teimme perusteellisen ja pelottoman moraalisen itsetutkiskelun.*
5. *Myönsimme väärin tekojemme todellisen luonteen jumalalle, itsellemme ja jollekin toiselle ihmiselle.*
6. *Olimme täysin valmiit antamaan jumalan poistaa kaikki nämä luonteenheikkoutemme.*
7. *Nöyrästi pyysimme häntä poistamaan vajavuutemme.*
8. *Teimme luettelon kaikista vahingoittamistamme ihmisistä ja meissä syntyi halu hyvittää tekomme heille kaikille.*
9. *Hyvitimme tekojamme henkilökohtaisesti näille ihmisille milloin vain mahdollista, ellemme niin tehdessämme vahingoittaneet heitä tai muita.*
10. *Jatkoimme itsetutkiskelua, ja kun olimme väärässä, myönsimme sen heti.*
11. *Pyrimme rukouksen ja mietiskelyn avulla syventämään tietoista yhteyttämme jumalaan sellaisena kuin hänet käsitimme, rukoillen vain tietoa siitä, mikä on hänen tahtonsa meidän suhteemme ja voimaa sen toteuttamiseen.*
12. *Koettuamme hengellisen heräämisen näiden askelten tuloksena yritimme saattaa tämän sanoman addikteilille ja toteuttaa näitä periaatteita kaikissa toimissamme.*

(Narcotics Anonymous 2020b.)

NA:n 12 perinnettä:

1. *Yhteisen hyvinvointimme tulisi olla ensi sijalla; NA:n yhtenäisyys on henkilökohtaisen toipumisen edellytys.*
2. *Ryhmämme tarkoitusta varten on olemassa vain yksi perusarvovalta: rakastava Jumala sellaisena kuin hän saattaa ilmaista itsensä ryhmäomatunnossamme. Johtajamme ovat vain uskottuja palvelijoita, he eivät hallitse.*
3. *Jäsenyyden ainoa edellytys on halu lopettaa käyttäminen.*
4. *Jokaisen ryhmän tulisi olla itsenäinen, paitsi toisia ryhmiä tai koko NA:ta koskevissa asioissa.*
5. *Jokaisella ryhmällä on vain yksi päätarkoitus – saattaa sanomaa vielä kärsivälle addiktille.*
6. *NA-ryhmän ei tulisi milloinkaan ryhtyä takaajaksi tai rahoittajaksi eikä lainata NA:n nimeä millekään rinnakkaiselle järjestölle, hoitolaitokselle eikä ulkopuoliselle yritykselle, etteivät rahan asioita, omaisuutta ja arvovaltaa koskevat pulmat vieroittaisi meitä päätarkoituksestamme.*
7. *Jokaisen NA-ryhmän tulisi olla täysin omavarainen ja torjua ulkopuoliset avustukset.*
8. *Nimettömät Narkomaanit -toveriseuran tulisi aina säilyä ei-ammattillisena, mutta palvelukeskukseemme voivat palkata erikoistyöntekijöitä.*
9. *NA:ta sellaisenaan ei saisi koskaan organisoida, mutta voimme muodostaa palveluelimiä tai toimikuntia, jotka ovat välittömästi vastuussa niille, joita palvelevat.*
10. *Nimettömät Narkomaanit -toveriseuralla ei ole mielipidettä ulkopuolisista asioista; tästä syystä NA:n nimen ei pitäisi milloinkaan tulla vedetyksi julkisiin kiistoihin.*
11. *Julkinen suhdetoimintamme perustuu pikemminkin vetovoimaan kuin mainontaan; meidän tulee aina säilyttää henkilökohtainen nimettömyytemme kaikissa tiedotusvälineissä.*
12. *Nimettömyys on kaikkien perinteidemme hengellinen perusta ja se muistuttaa meitä aina siitä, että meidän on asetettava periaatteet henkilökohtaisten seikkojen edelle.*

(Narcotics Anonymous 2020c.)