

**ELÄMÄNHALLINTAA JA SELVIYTYMISKEINOJA VERTAISTUEN AVULLA
– KRIS- JÄRJESTÖ VAPAUTUVIEN JA VAPAUTUNEIDEN VANKIEN TUKENA**

ARI SIEKKINEN

Tampereen yliopisto

Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos

Sosiaalityön pro gradu-tutkielma

Toukokuu 2008

Tampereen yliopisto

Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos

ARI SIEKKINEN: Elämänhallintaa ja selviytymiskeinoja vertaistuen avulla
- Kris-järjestö vapautuneiden ja vapautuvien vankien tukena

Pro gradu-tutkielma, 71 s., liitteitä 2 s.

Sosiaalityö

Toukokuu 2008

Tutkimukseni käsittelee vankilasta vapautuneiden ja vapautuvien elämänhallintaa ja selviytymiskeinoja. Tutkin erityisesti vertaistukeen perustuvaa auttamista ja tukea. Tutkimukseni pohjautuu Kris:n edustamaan vertaistukeen. Siinä olennaisia arvoja ovat päihteettömyys, rehellisyys, toveruus ja yhteisvastuullisuus. Kris pyrkii auttamaan vankilasta vapautuneita ja vapautuvia ihmisiä sopeutumaan yhteiskuntaan ja elämään päihteetöntä ja rikoksetonta elämää.

Tutkimukseni filosofisena viitekehyksenä on Aristoteleen esittämä teleologinen ajattelutapa. Siinä olennaisia seikkoja ovat ihmisen muutoshalukkuus ja päämäärätietoisuus. Ihminen tavoittelee Aristoteleen mukaan hyvää ja onnellista elämää. Ihmisen oma toiminta on kuitenkin ratkaisevaa hyvän elämän saavuttamiseen.

Tutkimukseni teoreettisena taustana toimivat selviytyminen (coping), elämänhallinta sekä vertaistuki. Esittelen niistä kutakin omissa alaluvuissaan. Addiktio eli riippuvuus on tyypillistä päihdeongelmallisille ihmisille. AA ja NA ovat tutkimuksessani mukana myös omana alalukunaan.

Tutkimukseni perustuu Kris:n jäsenten haastatteluihin. Haastattelin viittä Kris:n jäsentä Tampereella. Toteutin haastattelut teemahaastattelumenetelmällä, käyttämällä ns. puolistrukturoituja kysymyksiä. Käytin yhteensä seitsemää teemaa: arkipäivän sujumista / rutiineja, jaksamista / motivaatiota, asumista, työtä / opiskelua, ihmissuhteita, suhdetta päihteisiin sekä vapaa-aikaa / harrastuksia. Valitsemieni teemojen avulla halusin saada selville haastattelemieni henkilöiden elämänhallintaa ja selviytymistä. Nauhoitin tekemäni haastattelut, minkä jälkeen litteroin ne käsin. Analysoin haastattelut teemoittelun avulla. Tutkimukseni tulokset ovat pitkälti elämänhallintaan ja selviytymiseen liittyviä.

Kris on osoittanut selkeästi antavansa apua ja tukea lukuisille päihde – ja rikoskierteessä oleville. Kris:n tarjoama vertaistuki on oman kokemuksen omaavien ihmisten tapa auttaa vielä kärsiviä kanssaihmissiään. Kris, AA ja NA ovat muutokseen pyrkiville päihdeongelmallisille elämänuskoa antavia voimavaroja. Haastattelemistani ihmisistä jokainen oli saanut mahdollisuuden, joka oli saanut heidät uuden elämän alkuun.

Avainsanat: muutos, selviytyminen (coping), elämänhallinta, vertaistuki

SISÄLLYSLUETTELO

1. JOHDANTO	1
2.TUTKIMUKSEN TEOREETTINEN TAUSTA	3
2.1 Teleologia tutkimuksen filosofisena viitekehyksenä	3
2.2 Selviytyminen rikos – ja päihdekierteestä.....	3
2.3 Elämänhallinnan saavuttaminen	7
2.4 Vertaistuki aktiivisuuden lisääjänä	12
2.5 AA ja NA vertaistuen toteuttajina.....	18
3. KRIMINAALIPOLITIIKKA JA VANKEJA KÄSITTELEVIÄ TUTKIMUKSIA	21
4. NYKYINEN KRIMINAALIHUOLLOLLINEN KESKUSTELU	33
5. KRIS JÄRJESTÖNÄ	35
5.1 Kris:n perustaminen ja toimintaperiaatteet.....	35
5.2 Kris-Tampere	36
6. TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	38
6.1 Tutkimusongelma.....	38
6.2 Tutkimusmenetelmä.....	38
6.3 Kris:n jäsenten haastattelut.....	40
7. KRIS:N JÄSENTEN KERTOMUKSET ELÄMÄNHALLINNASTA	42
7.1 Tapsa, ” Et se hyppy tuntemattomaan, se oli tosi suuri asia ”.....	42
7.2 Jamppa, ” Mää oon antanu itselleni luvan elää ”	45
7.3 Masa, ” Mulla on elämässä niin paljon menetettävää ja hävittävää ”	49
7.4 Reka, ” Olen onnellinen mies ”	54
7.5 Peke, ” Nyt vasta on oppinu näkeen maailmaa ”	57
8. KRIS:N JÄSENTEN ELÄMÄNHALLINTA	61
9.JOHTOPÄÄTÖKSET	63

LÄHDELUETTELO.....	65
LIITTEET	72
LIITE 1. AINEISTON HANKINTAPYYNTÖ.....	72
LIITE 2. TEEMAHAASTattelun Teemat	73

1. JOHDANTO

Päihteiden väärinkäyttö ja siihen usein olennaisesti liittyvä rikollisuus on eräs yhteiskuntamme vaikeimmista ongelmista. Monet yksilöt saattavat syrjäytyä kenties lopullisesti yhteiskunnasta. Se on huomattava henkinen, fyysinen, sosiaalinen ja taloudellinen ongelma. Kärsimykset ovat mittaamattomia sekä syrjäytyneelle henkilölle itselleen että hänen lähipiirilleen. Yhteiskunta yrittää omalta osaltaan ehkäistä ja korjata päihteistä ja rikoksista aiheutuneita haittoja. Aina yhteiskunnankaan tukitoimet eivät kuitenkaan ole riittäviä. Tällöin tarvitaan epävirallisia organisaatioita ja palveluntarjoajia yhteiskunnan tarjoamien sosiaali – ja terveystalveluiden lisäksi.

Olen itse ollut jo pitkään kiinnostunut kriminaali – ja päihdetyöstä. Osittain omat kokemukseni käytännön työstä ovat saaneet minut pohtimaan päihteiden väärinkäyttöön ja rikoksiin kuuluvaa problematiikkaa. Olen työskennellyt aikoinani eräässä silloisessa Kriminaalihuoltoyhdistyksen (KHY) aluetoimistossa määräaikaisena sosiaalityöntekijänä yhden kesän (nyk. Kriminaalihuoltolaitos). Sosiaalityön pääaineopintoihini sisältyvän kolmen kuukauden harjoittelun olen suorittanut eräässä päihdeongelmaisten hoitolaitoksessa. Myös aiempaan työhistoriaani olennaisesti kuuluneet kokemukset eri lasten – ja nuorten laitosten ohjaajan työstä ovat herättäneet minut pohtimaan yksilöiden sosioemotionaalisia ongelmia. Mistä ongelmat johtuvat? Miksi jotkut ihmiset ajautuvat päihteisiin ja rikoksiin? Onko ongelmille mahdollista tehdä mitään?

Teen pro gradu- tutkielmani rikoksista ja päihteistä selviytymisestä. Tutkin Kris-järjestöä ja sen toimintaa vapautuneiden ja vapautuvien vankien parissa. Haluan myös selvittää Kris:n jäsenten elämäntilanteita lisääviä tekijöitä. Kris:n toiminta pohjautuu vahvasti vertaistukeen, koska sen jäsenistä useimmat ovat itse entisiä päihteiden väärinkäyttäjiä ja rikollisia. Heillä on näin ollen taustalla oma, henkilökohtainen kokemus, jonka avulla he pyrkivät auttamaan vielä päihde – ja rikoskierteessä olevia ihmisiä. Selviytyminen omasta vaikeasta elämäntilanteesta ja ongelmista antaa Kris:n jäsenille oivallisen pohjan auttaa vielä päihde – ja rikosongelmien kanssa taistelevia ihmisiä. He ovat joutuneet kamppailemaan itsensä kanssa, käyneet läpi intensiivisen itsetutkiskelun ja selviytyneet taistelustaan voittajina.

Päihderiippuvuudesta ja rikoskierteestä selviytyminen edellyttää muutosta yksilön omassa ajattelussa ja käyttäytymisessä. Graduni on tarkoitus tuoda esiin sitä, kuinka ihmisen on mahdollista hyödyntää omia resurssejaan ongelmatilanteissa. Kaikilla ihmisillä on käytössään voimavaroja, jotka tulisi saada mahdollisimman tehokkaaseen käyttöön, jotta elämästä syrjäytyneet henkilöt

voisivat selviytyä. Oma, vahva motivaatio on tärkeä taustatekijä vapautuneen vangin elämänhallinnan ja selviytymisen lisääntymisessä.

Tutkielmani etenee siten, että toinen luku käsittelee tutkimuksen teoreettista taustaa. Tutkimuksen teoreettisena viitekehysenä on Aristoteleen teleologinen ajattelutapa. Tutkimus pohjautuu teoreettisessa mielessä selviytymiseen (coping) ja elämänhallintaan. Vertaistuki on Kris:n toiminnassa keskeistä, joten sitä käsittelem myös toisessa luvussa. AA ja Na sisältyvät lisäksi toiseen lukuun. Kolmannessa luvussa esittelen aiempia kriminaalipolitiikkaa sekä vankeja käsitteleviä tutkimuksia. Neljäs luku tarkastelee nykyistä kriminaalihuollollista keskustelua. Viidennessä luvussa esittelen Kris:ä järjestönä, sen perustamista ja toimintaperiaatteita sekä Kris-Tamperetta. Kuudes luku sisältää tutkimuksen toteuttamisen; tutkimusongelman, tutkimusmenetelmän sekä selvityksen, kuinka Kris:n jäsenten haastattelut on toteutettu. Seitsemännessä luvussa ovat Kris:n jäsenten haastattelut. Kahdeksas luku käsittelee Kris:n jäsenten elämänhallintaa. Yhdeksännessä luvussa ovat tutkimuksen johtopäätökset.

2. TUTKIMUKSEN TEOREETTINEN TAUSTA

2.1 Teleologia tutkimuksen filosofisena viitekehyksenä

Tutkimukseni filosofisena viitekehyksenä on teleologinen malli. Se pohtii ihmisen muutokseen pyrkimistä ja ihmisen päämäärähakuisuutta. Mm. Aristoteles on aikoinaan käsitellyt teleologiaa kirjoituksissaan, esim. Nikomakhoksen etiikka-teoksessaan. Aristoteleen mukaan kaikki toiminnat ja valinnat tähtäävät jonkin hyvän suorittamiseen. Kaikki ihmiset tavoittelevat elämässään hyvää. Päämäärät poikkeavat kuitenkin toisistaan. Päämääränä voivat olla toiminnat tai toiminnasta erilliset tulokset. (Aristoteles 2005, 7.) Hyvää ihmisen elämässä on onnellisuus, hyvin eläminen tai onnistuminen elämässä (mt., 5).

Simo Knuuttila on pohtinut Aristoteleen ajatuksia hyvyydestä ja teleologisesta ajattelutavasta. Knuuttila sanoo myös, että teleologisen etiikan mukaisesti perustava kysymys on, miten elämästä muodostuu hyvä ja onnellinen kokonaisuus. Aristoteles on olettanut, että ajattelevat yksilöt voivat suhteellisen helposti saavuttaa yksimielisen käsityksen hyvästä ihmiselämästä. Hyvää elämää on edelleen ihmisen kykyjen ja toimintojen mahdollisimman harmoninen toteuttaminen. Halut ja tunteet vaikuttavat olennaisesti ihmisen käyttäytymiseen. Tämä tarkoittaa sitä, että hyvän elämän tärkein edellytys on asioiden haluaminen ja tunteiden tunteminen oikein erilaisissa tilanteissa. Ihmisen tulee olla rationaalinen, ts. hänellä on oltava toimiva, käytännöllinen järki, joka ohjaa häntä kohti oikeaa, hyvää elämää. Aristoteles korostaa kasvatuksenmerkitystä hyvän elämän edellytysten luoja. (Knuuttila 1998, 67, kts. myös Aristoteles 2005.)

Muutos, pyrkiminen hyvään sekä päämäärähakuinen toiminta tulee selvästi esille myös Kris:n tavassa toteuttaa omaa malliaan. Yksilö ja hänessä olevat voimavarat ovat se perusta, jolle Kris pitkälti rakentaa työnsä. Mahdollisuus muutokseen on tärkeää. Jokaiselle ihmiselle tulisi antaa tilaisuus uuteen elämään. Hänen omat valintansa ovat ratkaisevia, mutta silti usko jokaisen ihmisen haluun muuttaa omaa käyttäytymistään antaa kasvun ja kehittymisen mahdollisuuden.

2.2 Selviytyminen rikos – ja päihdekierteestä

Haluan tutkimuksessani selvittää päihde – ja rikoskierteestä selviytymistä. Onko se mahdollista ja jos selviytyminen onnistuu, niin millä keinoin? Yhteiskunnan jäsenenä oleminen vaatii yhteiskunnassa olevien arvojen ja asenteiden omaksumista. Se taasen edellyttää paljon vankilasta

vapautuneelta ihmiseltä. Totaalinen oman ajattelutavan muutos on olennaista selviytymien kehittymiselle. Selviytymistä on tutkittu aiemmin mm. sosiaalityössä, sosiologiassa, sosiaalipsykologiassa sekä psykologiassa. Mm. Koski-Jännes (2000), Lehto (1991), Murto (1978 & 1995) sekä Saarnio (1991) ovat tutkineet päihderiippuvuutta ja siitä selviytymistä.

Tapio Kuuren (1996) mukaan selviytyminen on selviämistä ja vahvan yksilön pärjäämistä. Selviytyminen tapahtuu joko päätöksiä tekemällä tai saamalla avun satunnaisista tilanteista. Selviämisen perustekijät lainrikkojan näkökulmasta ovat asuminen, työ, päihteiden käytön hallitseminen sekä parisuhde ja perhe. (Kuure 1996, 68-76.) Etenkin vankeusrangaistuksen lopulla selviytyminen yhteiskunnassa on akuutti; vankilasta vapautumassa oleva haluaa selviytyä, mutta pelkää joutuvansa takaisin vankilaan. Hän pelkää vankilakierteen edelleen jatkuvan. Vankilasta vapautuneella ihmisellä on vahva pelko omasta pärjäämisestään. Toisaalta hän pelkää vapautta ja siihen liittyviä asioita. Tärkeimmät hetket ovat ensimmäiset vapautumista seuraavat kuukaudet. Valinta omista tekemisistään on yksilöllinen; jokaisella on mahdollisuus päättää itse, mitä elämässään tekee. (Mt., 117-119.)

Jokainen ihminen tekee omia valintoja. Silti vankilasta vapautuneen edellytykset tehdä niitä täysin itsenäisesti ja riippumattomasti saattavat olla rajalliset. Suhteet entisiin ja nykyisiin rikosten kautta tutuiksi tulleisiin kavereihin voivat olla liian kiinteät. Sosiaaliset suhteet omaan perheeseen ja muihin läheisiin ovat mahdollisesti hyvin vähäisiä tai sitten niitä ei ole ollenkaan. Myös taloudelliset tekijät asettavat omat rajoituksensa vankilasta vapautuneen omien valintojen tekemiselle ja sitä kautta yhteiskunnassa pärjäämiselle.

Kuten Zygmunt Bauman on todennut, vapaus on kykyä päättää ja valita. Edelleen ryhmä, johon ihminen kuuluu, toisaalta mahdollistaa oman vapauden, toisaalta rajoittaa sitä asettamalla vapaudelle tietyt rajat. (Bauman 1997, 29-33, kts. myös Bauman 1990 & 1996.)

Anja Koski-Jännes ja Vilma Hänninen (2004) ovat tutkineet läheisessä ihmissuhteessa esiintyvää päihdeongelmaa sekä siitä selviytymistä. Heidän mukaansa ensimmäinen selviytymiskeino lähtee henkilön omasta motivaatiosta ja toiminnasta. Päihdeongelmaisen on joko vähennettävä päihteiden käyttöönsä tai lopetettava se kokonaan. Toinen selviytymiskeino edellyttää ongelman salaamista muilta ihmisiltä nuhteetonta julkisivua ylläpitämällä. Se vaatii tosin huomattavaa häpeän sietokykyä. Koski-Jännes ja Hänninen ovat päätyneet tutkimuksessaan siihen, että keskeinen ongelma päihdeväärinkäyttäjällä on sosiaalisen tuen etsiminen ja luottamuksen löytäminen. Toisaalta

ongelmista voi oppia selviytymään ja niistä voi myös ottaa opikseen. Omaisten ja ystävien antama tuki sekä perheen sisäisten suhteiden toimivuus edistävät päihdeongelmaisen toipumista. Hänninen ja Koski-Jännes päätyvät siihen lopputulokseen, että jos ihminen haluaa elämäänsä muutoksen, hänen on itse uskallettava kokeilla sitä. (Koski-Jännes ja Hänninen 2004, 107-133.)

Olli Saari (2001) on tutkinut pro gradu -työssään, kuinka vankilasta vapautunut selviää vapaudessa ja millaisia keinoja hänellä on käytössään. Saaren mukaan selviytyminen edellyttää henkilökohtaisten ratkaisujen tekemistä, johon olennaisesti kuuluu rikosten tekemisen lopettaminen (Saari 2001, 1-32). Vapaudessa selviytymisessä tärkeitä tekijöitä ovat asuminen, toimeentulo ja oman elämän hallinta. Selviytyminen yhteiskunnassa edellyttää riittävää kykyä tulla toimeen sekä itsensä että yhteiskunnan kanssa uudessa elämäntilanteessa. (Mt., 34.)

Saari tuo esille päihteiden ja rikosten välisen, selkeän yhteyden. Edelleen selviytyminen vaatii tiettyjen henkilöiden ja ryhmien välttämistä. Kaikki lähtee kuitenkin oman elämän muuttamisesta. Selviytyjä on aktiivinen yrityksessään. Hänellä on tulevaisuutta varten haasteita ja hän on sitoutunut elämän muutokseensa. Kaikki muut esteet on myös pystyttävä poistamaan. Hänen tulee tunnustaa ja tunnustaa ongelmansa. Toisaalta menneisyyttä on tarkasteltava kriittisesti. Koulutus, työ, parisuhde, ja harrastukset ovat tärkeitä tekijöitä uutta elämää rakennettaessa. Rikoksia ja niihin liittyvää elämäntapaa on ehdottomasti vältettävä. (Mt., 39-59.)

Markku Nyman (2000) on selvittänyt psykologian pro gradu-työssään vankien elämänlaatua sekä selviytymistä vapaudessa. Nyman korostaa etenkin kuntoutuksellisten seikkojen merkittävää roolia sekä niiden yhteyttä rikoksettomuuteen vapaudessa (Nyman 2000, 2).

Matti Kortteinen (1992) on selvittänyt suomalaisen palkkatyötä kulttuurisena muotona. Kokemuksessa, tarinassa tai tulkinnassa on hänen mukaansa kolme perusosaa. Ensinnäkin on kovaa. Toiseksi ihminen yrittää selvitä. Kolmanneksi hän on selviytynyt ja on siitä myös ylpeä. Selviytyminen on ihmiselle jopa kunnia-asia. Samoin tärkeää on selviytymisellä saavutetut asiat, kuten kunnia ja arvostettu sosiaalinen asema. (Kortteinen 1992, 43-61.)

Kortteinen näkee, että merkittävää on se, että ihminen pyrkii saavuttamaan itsenäisen aseman omassa elämässään. Onnistuminen tässä tavoitteessa ja ylpeys omasta saavutuksesta antavat ihmiselle tietyn henkisen tyydytyksen. Kortteinen vertaa pärjäämistä ja selviytymistä. Pärjääminen on hänen mukaansa selviytymistä ja jonkinlaista menestymistä selviytymisessä. Ihmisellä on ns.

kollektiivinen tajunta, jonka mukaan ihmisen kunnia perustuu ihmisuhteille. Tätä ajattelutapaa Kortteinen kutsuu selviytymisen eetokseksi. (Mt., 61- 77.) Selviytymisen eetokseen kuuluvat `` minä `` , `` pärjääminen `` ja `` itsellisyys `` (mt., 302).

Pärjääminen on jopa selviytymistä laajempi käsite, koska pärjäämiseen kuuluvat myös taloudellisiin ja sosiaalisiin suhteisiin liittyvät vertailut. Omaa pärjäämistä arvioidaan usein omasta näkökulmasta. Se saattaa aiheuttaa alemmuuden tunnetta suhteessa toisiin sekä myös halua näyttää toisille ihmisille. Itsensä ja toisten ihmisten välille voi tulla ristiriitaisia, vahvoja tunteita. Niin antagonismi kuin ambivalenssikin voi olla lopputuloksena. (Mt., 339-340, kts. myös Weber 1980.)

Matti Kortteinen (1998) on tarkastellut myös pitkäaikaistyöttömien selviytymistä. Hän tuo esille vertaisuuden kokemuksen. Selviytymiseen vaikuttaa kulttuurin merkitys. Ihmisillä on tietynlainen yhdenveroisuuden tavoittelu, joka ohjaa heidän elämäänsä. Toisten ihmisten joukossa halutaan olla vapaita ja itsellisiä. (Kortteinen 1998, 25-25, kts. myös Tuohinen 1996, 3.) Kortteinen korostaa perusturvallisuuden merkitystä aikuisiän kriiseistä selviytymisessä. Perusturvallisuuden vahvuus auttaa ihmistä selviytymään kriiseistä. Työttömien selviytymisessä elämän mielekkyys ja merkitys ovat tärkeässä roolissa. Läheisten ihmissuhteiden osuus on siten tärkeää. (Mt., 58-167.)

Maritta Itäpuisto (2001) on tutkinut vanhempiensa alkoholinkäytöstä kärsineiden ihmisten selviytymistarinoita. Selviytyminen on hänen mukaansa aktiivista toimintaa. Se edellyttää kykyä muuttaa lapsuudessa saatuja malleja. Itäpuisto hahmottaa selviytyjän profiilia; onko hän oikeastikin selviytyjä ja näyttääkö hän selviytyjältä myös toisten ihmisten mielestä. (Itäpuisto 2001, 21-23.) Varhaisimmat selviytymiskeinot ja tilanteisiin sopeutuminen (coping) liittyvät kiinteästi toisiinsa. Selviytymisessä ratkaisevassa asemassa ovat henkiset ominaisuudet, etenkin ongelmien voittamisen ja niiden käsittelemisen taidot. Ne edellyttävät ihmisenä kasvamista sekä pyrkimistä hyvään ja normaaliin elämään. Itäpuiston tutkimuksen mukaan selviytyminen on kolmenlaisen ulottuvuuden omaava käsite. Ensinnäkin selviytyminen on asenne. Toiseksi selviytyminen liittyy sosiaalisiin suhteisiin. Kolmanneksi selviytyminen on prosessi. (Mt., 112-128.)

Niina Väkeväinen (2001) on tehnyt tutkimuksen vankien kokemuksista motivoivasta haastattelusta Mikkelin vankilan päihdetyössä. Väkeväinen tuo esille lähtökohtia, jotka vaikuttavat ihmisen raitistumiseen ja toipumiseen. Hän korostaa luottamusta, omaa avoimuutta sekä rehellisyyttä. Väkeväisen mielestä elämänmuutoksen toteuttamisessa ja raitistumisessa yksilön oma ajattelu ja toiminta ovat ratkaisevia. Muutos lähtee ihmisestä itsestään. Hyviä ratkaisukeinoja

päihteettömyyteen ovat Väkeväisen mukaan kuntoutus, koulutus, työpaikan ja tuttavapiirin vaihtaminen, uudet harrastukset sekä tarvittaessa myös asuinpaikkakunnan vaihtaminen. (Väkeväinen 2001, 74-87.)

Veijo Teittinen (1993) on tehnyt omien vankilakokemustensa pohjalta teoksen ” Vangin filosofia ”. Siinä hän pohtii varsin omaperäisesti ja syvällisesti selviytymisen mahdollisuutta. Teittinen toteaa, että muutos lähtee ihmisestä itsestään. Se on hänen mukaansa kaikissa ihmisissä oleva ominaisuus, joka tulisi tarvittaessa voida tunnistaa ja ottaa käyttöön. Teittinen näkee muutoksen valintoihin rakentuvana prosessina, jolle on annettava tilaa, ennen kuin sen voi laittaa kunnolla liikkeelle. (Teittinen 1993, 164.)

2.3 Elämänhallinnan saavuttaminen

Kirsi Juhila (2006) on tehnyt tutkimuksen sosiaalityön yhteiskunnallisista tehtävistä ja paikoista. Hän tuo esille käsitteet syrjäytyminen vs. liittoutuminen (exclusion vs. inclusion). (kts. myös Lister 2004,78-81). Mainitut käsitteet ovat hyvin tavallisia koulumaailmassa, jossa ne kuvaavat erityispedagogisesta näkökulmasta oppilaiden sijoittumista ns. normaaliluokkiin (inclusion) tai erityisluokkiin (exclusion). Niillä molemmilla on sekä vastustajansa että puolustajansa niin erityispedagogiikan tutkijoissa kuin opettajienkin parissa. Juhilan mukaan huomio kohdistetaan vähemmistön ongelmien hoitamiseen. Syrjäytyminen on sellainen prosessi, jossa yksilön ja yhteiskunnan siteet olennaisesti heikentyvät. (kts. myös Sipilä 1985, 73) (Juhila 2006, 50.)

Juhila mainitsee elämänhallinnan olevan käsitteen, joka usein kuvaa sitä lopullista tavoitetta, johon pyritään syrjäytyneiden ihmisten ja ryhmien liittämässä yhteiskunnan jäseniksi. Esim. työllistyminen on tärkeä elämänhallintaa tukeva keino. Elämänhallinnassa olennaista on suunnitelmallisuus sekä tarkkaan harkittu ammatillinen toiminta. Esimerkkeinä Juhila mainitsee mm. Silta-valmennuksen ja Nuorten Ystävät ry:n. Elämänhallinnan vahvistamisen Juhila näkee sosiaalityön keskeisenä tehtäväalueena. Koko prosessi alkaa yksilötasolta, jolloin asiakkaiden tukeminen, kannustaminen ja valmentaminen ovat käytettyjä työmenetelmiä. Edelleen Juhila tuo esiin ajatuksen siitä, että syrjäytyneiden tulisi olla mahdollisimman samanlaisia kuin valtaväestön, jotta he voisivat helpommin kuulua yhteiskuntaan sen täysivaltaisina jäseninä. (Mt., 61-64.)

Roos ja Hoikkala (1998) ovat käsitelleet elämänhallinnan käsitettä. Heidän mukaansa elämänhallinta on ihmisen pyrkimystä selviytyä ulkoisesti tai sisäisesti vaativista tilanteista

kognitiivisesti ja toiminnallisesti (Roos & Hoikkala 1998, 318-319, kts. myös Lazarus & Folkman 1984,14). Voidaan puhua myös transaktionaalisesta näkökulmasta. Sen mukaan elämänhallinnan kautta yksilö havaitsee ja arvioi erilaiset tilanteet sekä käytössään olevat voimavarat. Ensimmäisessä vaiheessa elämäntilanne on mahdollista arvioida uhkaksi, menetykseksi, haasteeksi tai ei-stressaavaksi tilanteeksi. Toisessa vaiheessa yksilö arvioi, pystyykö hän muuttamaan tilanteensa aktiiviseksi toiminnaksi vai onko hänen vain tyydyttävä hyväksymään vallitseva tilanne.

Toisaalta hän arvioi, millaisia resursseja hänellä on käytettävänä ja onko hänellä ylipäänsä edellytyksiä toimia (Mt., 318-319, kts. myös Suutama 1995.) Elämänhallinnan voi myös määritellä näkyväksi ja rationaaliseksi tavaksi käsitellä uhkaava tilanne (mt., 319).

Elämänhallinta jakautuu ulkoiseen ja sisäiseen elämänhallintaan. Ulkoisessa elämänhallinnassa ihminen kykenee ohjaamaan elämäänsä sukupuoleen, sukupolveen, koulutukseen, ammattiin sekä sosiaaliseen asemaan liittyvien periaatteiden mukaan. Sisäisessä elämänhallinnassa puolestaan joustava sopeutumiskyky on avainasemassa. Sisäinen elämänhallinta on alkanut jo lapsuudessa, jolloin ihmisen saama kasvatus on tärkeässä roolissa. Ihmisellä on mahdollisuus oppia vaativissakin elämäntilanteissa. Elämänhallinnan tapoja ovat ongelmakeskeiset -, tunnekeskeiset -, välttelevät -, aktiiviset – tai passiiviset tavat (kts. myös Feifel & Strack 1989; Lazarus & Folkman 1984). Elämänhallintaa voidaan tutkia arviointi-, ongelma- tai tunnekeskeisillä menetelmillä (kts. myös Billings & Moos 1982). Elämänhallinnan strategioita ovat toiminnalliset ja kognitiiviset strategiat. (kts. myös Thoits 1991) (Mt., 320-326.)

Elämänhallintaan kuuluu seitsemän erilaista strategiaa. Näitä ovat ongelmien ratkaiseminen, sosiaalisen tuen etsiminen, ongelmien välttäminen, toiveajattelu, kognitiivinen muokkaus, itsekriittisyys ja tunneilmaus. (kts. myös Tobin ym. 1989; Folkman & Lazarus 1980.) Ihmisen sisäisiin voimavaroihin kuuluvat kognitiiviset ominaisuudet, elämäkokemukset sekä tiedot. Ulkoisiin voimavaroihin sisältyvät siviilisäätö, taloudellinen tilanne, elinolosuhteet sekä sosiaaliset verkostot. (kts. myös Ruth & Kenyon 1995.) Hyvä elämänhallinta koostuu aktiivisuudesta, itsenäisyydestä sekä ongelmanratkaisukyvyistä. (Mt., 320-326.)

Tarja Kauppila (1999) on selvittänyt tutkimuksessaan suomalaisten miesvankien turvattomuutta ja elämänhallintaa. Elämänhallinnassa ihmisen ajattelu – ja toimintatavat ovat olennaisia selviytymisen kannalta. Elämänhallinnan lähikäsitteenä voidaan pitää mm. itseohjautuvuutta. Elämänhallintaan vaikuttavat Kauppilan mukaan mm. turvattomuus, ahdistuneisuus, avuttomuus,

tulevaisuuden kohtaaminen, ympäristön ja sen tapahtumien ymmärtäminen, ympäristön kokeminen hallittavaksi, elämän tarkoituksenmukaisuus ja mielekkyys, tyytyväisyys elämään, terveys sekä sosiaalinen tuki. Elämönhallinnasta pyritään Kauppilan mielestä edelleen elämäntilanteiden hallintaan. (Kauppila 1999, 41-48.)

Eila Hietaniemi (2004) on tutkinut ikääntyvien työttömien elämönhallintaan liittyviä tekijöitä sekä syrjäytymistä torjuvien toimenpiteiden vaikutuksia. Hänen mukaansa elämönhallinta (coping) on ihmisen erilaisissa tilanteissa erilaisin tavoin hankkimia kognitiivisia taitoja oman elämänsä hallitsemiseksi. Elämönhallinnasta voidaan käyttää myös elintason ja elämänlaadun käsitteitä (kts. myös Riihinen 1996,16-18). Elämönhallintaan kuuluu sosiaalisen identiteetin teoria. Se korostaa edellisensukupolven, yhteiskuntaluokan ja yksilön elinympäristön vaikutusta (kts. myös Tajfel 1981, 254-267). Sosiaalisen identiteetin teorian mukaan se kuuluu yksilön minäkäsitykseen, perustuen yksilön arvostukseen ja jäsenyyksiin eri ryhmissä. (Hietaniemi 2004, 26-27.)

Elämönhallintapiirteitä ovat esim. persoonallisuustekijät. Elämönhallintastrategioita liittyvät ihmisen sisäiseen elämönhallintaan sekä käyttäytymiseen stressitilanteissa. Elämönhallinta on käytännöllistä toimintaa ihmisen itsellisyyden, selviytymisen ja pärjäämisen saavuttamiseksi. (kts. myös Raitasalo 1995, 66-72.)

Giddens (1991) on esittänyt näkemyksen elämänpolitiikasta. Se tarkoittaa ihmisen henkilökohtaista toimintaa ja yksilöllisiä valintoja omassa elämässään. Ne ovat myös henkilökohtaisesti toteutettua vallankäyttöä tilanteissa, joissa ei ole olemassa valmiita vastauksia. (kts. myös Giddens 1991.) (Mt., 27-28.)

Yksilön elämönhallinnasta on käytetty myös käsitettä empowerment. Eskolan ja Järvelän (2000) mukaan se tarkoittaa voimaantumista, voimavaraistamista, omavoimaistamista ja valtaistamista. (kts. myös Eskola ja Järvelä 2000, 12-13). Empowerment johtaa yksilön elämönhallinnan ja omien resurssien lisääntymiseen. (mt.,33). Yksilön elämönhallinnassa aiheuttavat ongelmia työttömyys ja syrjäytyminen työmarkkinoilta (kts. myös Vähätalo 1991, 12-13) (mt., 89).

Kuuren (1996) mukaan onnistuminen on elämönhallintaa. Se rakentuu ensinnäkin ihmisen henkilökohtaisista ominaisuuksista, kuten yrittämisen halusta, raittiudesta sekä pitkäjänteisyydestä. Toiseksi tuesta, johon kuuluvat hyvät, toimivat ihmissuhteet. Kolmanneksi onnistumiseen kuuluu suhde rikolliseen alakulttuuriin, joka koostuu vanhojen kavereiden välttämisestä, rikoksien

välttämisestä sekä päihteiden käytön hallitsemisesta tai välttämisestä. Neljänneksi yhteiskunnasta, joka sisältää esim. sosiaali – ja työvoimaviranomaiset sekä voudin l. ulosottomiehen. (Kuure 62-64.)

Salmela- Aro ja Nurmi (2002) ovat esittäneet yksilön oman elämän ohjaamisen teorian. Sen mukaan ihminen ohjaa itse elämäänsä. Hän asettaa itselleen tavoitteita, suunnitelmia ja strategioita sekä arvioi oman toimintansa tuloksellisuutta. Ne ovat suoraan yhteydessä ihmisen elämänkaaren haasteisiin, mahdollisuuksiin ja rajoituksiin. Arvioidessaan omaa toimintaansa kulttuurin antamat mallit ja säännöt ovat merkityksellisiä. (Salmela-Aro ja Nurmi, 2002, 22.)

Anna Heinonen (1998) on tutkinut vankien elämäntarinaa narratiivisen haastattelun menetelmällä. Heinosen mukaan elämäntarinat välittävät yksilön oman käsityksen siitä, onko hän onnistunut oman elämänsä hallitsemisessa. Toisaalta, kuten myös Roos on todennut, elämäntarinan puuttuminen johtaa siihen, että elämän tapahtumat näyttävät pettymysten sarjalta. Silloin kun elämäntarina on kunnossa ja toimiva, negatiivisetkin tapahtumat voidaan kokea myönteisiksi, enemmän tai myöhemmin. Elämäntarina vaikuttavia tekijöitä ovat Heinosen saaman aineiston mukaan elämän ulkoiset tekijät, henkiset olot ja mielenterveys, päihteet sekä vankila. (Heinonen 1998, 53-54, kts. myös Roos 1987, 64-65.)

Heinosen tutkimuksen perusteella vangin on myös mahdollista löytää sisäinen elämäntarina. Siihen vaikuttavat vahvasti usean vankilakerran aiheuttama kyllästyminen, AA tai uskoontulo. Vaikutukset heijastuvat useaan eri elämäntilanteeseen, samoin yksilön elämässä on uusi näkökulma asioiden tarkastelua varten. Keskeisiä asioita yksilön elämässä ovat elämäntapahtumien saamat merkitykset. Heinonen korostaa edelleen, että sisäinen elämäntarina vaikuttaa positiivisesti yksilön psyykkiseen hyvinvointiin ja on mielenterveydellinen resurssi. Toisaalta taas sisäisen elämäntarinan puuttuminen lisää yksilön psyykkistä kuormitusta ja saattaa aiheuttaa epätoivoisia ongelmanratkaisukeinoja. (Mt., 64-66.)

Ulkoisen elämäntarinan avulla halutaan saada Heinosen mukaan sosiaalista hyväksyntää. Yksilön sisäinen elämäntarina vahvistuu, koska sosiaalinen hyväksyntä tukee ja ylläpitää myös sisäistä elämäntarinaa. Elämäntarinat koetaan joko positiivisina tai negatiivisina. Positiiviset elämäntarinat sisältävät uuden näkökulman. Prosessi lähtee liikkeelle, kun yksilö oppii hallitsemaan omaa elämäänsä tiedostamalla samalla omien vaikutusmahdollisuuden rajallisuuden ja lisäksi toimimalla asettamiensa tavoitteiden mukaan. Sisäinen elämäntarina on erittäin tärkeää, jotta yksilö kokisi elämänsä onnelliseksi ja tyydyttäväksi. (Mt., 90-111.)

Jorma Niemelä (1999) on tehnyt tutkimuksen elämänhallinnan saavuttamisesta kristilliseen päihdetyöhön pohjautuvien menetelmien avulla. Niemelän mukaan elämänhallinta on ihmisen kykyä selviytyä oman itsensä ja ympäröivän yhteiskunnan luomista haasteista. Elämänhallinnan saavuttaminen edellyttää vahvaa sosiaalista kuntoutusta. Ihmissuhteiden lisäksi myös yksilön oma kuntoutus sekä yhteisön antama tuki ovat avainasemassa (Niemelä 1999, 125). Toipuneilla on käytettävänä uusi sosiaalisten suhteiden verkosto, kuten esim. AA-tukihenkilöt. (Mt., 137.) Niemelä korostaa, että muutokseen pääsemisessä auttavat aito toisesta ihmisestä välittäminen, rakkaus ja huolenpito (mt., 293).

Tommi Hellsten (1997) on tutkinut läheisriippuvuutta. Hänen mielestään toipuva ihminen voi omaksua uudenlaisen ajatusmallin, jonka mukaan toipuvan liiallinen turvallisuushakuisuus on hyvä jättää ja keskittyttävä elämään. Toipuvan oman rohkeuden kasvaminen ja riskinottokyvyn lisääntyminen ovat Hellstenin mukaan jopa edellytyksiä ihmisen kasvuun ja muuttumiselle. Läheisriippuvuuden kohtaaminen tarkoittaa vastuun ottamista elämästään. Se vaatii myös omien tunteidensa läpikäymistä, etenkin häpeän ja syyllisyyden. (Hellsten 1997, 102-115.) Toipumisessa Hellsten erottelee kolme eri vaihetta, tunnistamisen, läpielämisen ja ymmärtämisen. Toipuminen on myös nähtävä elinikäisenä prosessina ja kasvutapahtumana. (Mt., 133-152.)

Tommi Hellstenin (2001) mukaan toipuminen on itsensä kokemista hyvänä, terveenä ja onnistuneena ihmisenä. Ihmisellä tulee myös olla usko toipumiseen mahdollisena asiana (Hellsten 2001, 26-36.) Ihmisen on otettava vastuu omasta elämästään, joten hänen tulee kohdata menneisyytensä ja otettava vastuu myös persoonansa ns. pimeistä puolista. Ydinkohtia toipumisessa ovat omien tarpeiden ja omien rajojen löytäminen, syyllisyyden kohtaaminen, rehellisyys omille tunteilleen sekä omien tarpeidensa ja tunteidensa tunnistaminen. (Mt., 70-98.)

Hellstenin mukaan esim. itseapuryhmät voivat toimia eräänlaisena peilinä ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. Edelleen itseluottamus ja läheisyys ovat Hellstenin mielestä tärkeitä toipuvalla ihmiselle. Myös kiinnittyminen, sitoutuminen, ristiriitojen kohtaaminen sekä liittyminen yhteisöön auttavat toipuvaa. (Mt., 125-175.)

Katja Heikkilän (2001) sosiaalityön pro gradu-tutkielma selvittää alkoholismista selviytyneiden päihdeongelman kehittymistä, ongelma-aikaa sekä toipumisreittejä. Heikkilä näkee toipumisen osana ihmisen elämänsä kaarta. Muutoksen taasen mahdollistavat hänen mukaansa elämän

käännekohdat ja siirtymät. Jokaisella ihmisellä muutos tapahtuu kuitenkin hyvin yksilöllisesti. (Heikkilä 2001, 26-35.) Retkaisunehkäisykeinoina Heikkilä mainitsee mm. myönteisen ajattelun, tahdonvoiman, itsehoidon, ikävien seurausten muistamisen, keskustelun, huomion suuntaamisen toisaalle, liikunnan ja ulkoilun sekä rukoilemisen. Heikkilän mielestä tärkeitä arvoja toipuville ovat perhe, uskonto ja terveys. AA:lla on myös suuri merkitys toipuvan arkeen. Heikkilä haluaa korostaa sitä, että toipuvat ovat itse asiantuntijoita toipumisessa. (Mt., 124-153.)

2.4 Vertaistuki aktiivisuuden lisääjänä

Vertaistuki on ryhmästä saatavaan voimaan perustuvaa tukea. Useat eri järjestöt ja yhdistykset järjestävät nykyään vertaistukea jäsenilleen. Sitä käytetään erityisryhmien kuntoutuksessa ja tukemisessa, esim. mielenterveys- ja päihdesektoreiden työssä. Myös eri ammattiryhmät, kuten esim. opettajat, ovat ottaneet vertaistuen omaan ohjelmaansa. Vertaistuki koetaan nykyään luonnollisena tapana auttaa ja saada tukea.

Pöyhönen ym. (2003) ovat tutkineet mielenterveyskuntoutujien parissa tehtävää vertaistukea. Siinä lähtökohtana on ollut mielenterveysongelmista kärsivien ihmisten kuntouttaminen työelämään. Ojanen tuo esille yhteisön terapeuttisuuden. Se perustuu vapaaehtoisuuteen. Terapeuttisen yhteisön toiminta on avointa ja tavoitteellista. Toisaalta se vaatii aktiivisuutta, demokraattisuutta ja osallistumista. Roolien muuttumista tasa-arvoisiksi korostetaan. Olennaista on kohdata todellisuus ja toimia ryhminä. (Pöyhönen ym. 2003, 51. , kts. myös Ojanen, M.)

Antti Karila (2003) on tarkastellut vertaistukea mielenterveyskuntoutujien yhteisössä. Hän tuo esille sosiaalisten verkostojen merkityksen. Ihmissuhteet ja muut vuorovaikutussuhteet ovat tärkeitä ihmisen hyvinvoinnille. Vuorovaikutussuhteet sisältävät henkisen tuen, aineellisen ja muun konkreettisen avun sekä uudet ihmissuhteet. Sosiaalinen tuki rakentuu ystävien, omaisten, sukulaisten ja yhteiskunnan varaan. Ihminen luottaa ja uskoo, että hänestä pidetään ja huolehditaan. Hän saa osakseen huomiota ja häntä kuunnellaan sekä ymmärretään. Se saa aikaan sosiaaliseen yhteisöön kuuluvuutta, joka pohjautuu edelleen yhteisen tiedon jakamiseen sekä neuvonnan ja ohjaamisen tavoitettavuuteen, kun avun tarvetta ilmenee. Tuen kautta ihminen saa toisten ihmisten arvostusta ja sitä kautta hänen itsearvostuksensa kohoaa. Ryhmän jäsenten vertaiskokemukset ovat kaikille ryhmän jäsenille merkittäviä. Ne kuuluvat ja näkyvät ryhmässä. Oman selviytymisen tuoma esimerkki ylläpitää ja vahvistaa odotuksia. Myös terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen vahvistuu vertaiskokemusten avulla. Ihmisen tunnetason tarpeet nousevat keskeiselle sijalle, kuten mm.

turvallisuuden-, liittymisen- ja hyväksymisen tarpeet. Itseluottamus ja itsenäisyys kehittyvät vertaistuen ansiosta. Elämäntapahtumien, muutosten sekä vastoinkäymisten vuoksi sosiaalisen tuen merkitys entisestään kasvaa. Se voi olla joko suoranaista, konkreettista vaikuttamista tai tilannetta muuttavaa. Tärkeitä seikkoja ongelmatilanteissa ovat usko omaan selviytymiseen, itsearvostus ja ongelmanratkaisutaidot. (Mt., 56-58.)

Annikka Taitto (2002) on tutkinut lasta päihdeongelmaisessa perheessä ja tehnyt opaskirjan lasten ja vanhempien vertaisryhmien vetäjille. Hänen mukaansa perheissä on yhteinen, nimittävä ongelma eli päihteet sekä samanlainen elämäntilanne. Tärkeätä on kokemusten jakaminen sekä keskinäinen ratkaiseminen tai lieventäminen henkilökohtaisissa elämäntilanteissa tai ongelmissa (kts. myös Nylund 1997). Vertaisryhmän perustaminen korvaa ihmisen perinteiset verkostot, jotka perustuvat esim. sukulaisuussuhteisiin. Kyseessä on sekundaaritasoinen oma-aputoiminta, johon voi kuulua myös terapeuttisia elementtejä. Tällaisia organisaatioita ovat mm. AA, Na ja Al-Anon. Vertaisryhmissä olevia toimintaperiaatteita ovat keskinäisen tuen ja kokemusten jakaminen, vastavuoroisuus, yhteisöllisyys, yhteisvastuu, vapaaehtoisuus sekä maksuttomuus. Toimintaa ohjaavana taustavaikuttajana on kaikkien osallistujien yhteinen intressi. Samanarvoisuuden periaate on olennainen, ts. kaikki osallistujat ovat toistensa vertaisia. Vertaisryhmä rakentuu turvallisuuden, kommunikaation, huolenpidon, yksilöllisyyden, jatkuvuuden, kunnioituksen ja huomion perustalle. (Taitto 2002, 22-23.)

Taiton mukaan vertaisryhmän vetäjiltä vaaditaan lukuisia eri ominaisuuksia. Heidän tulee olla rohkeita, valmiita oppimaan, motivoituneita sekä henkilökohtaisen kiinnostuksen omaavia. Edelleen heillä on oltava hyvät perustiedot mm. päihteistä ja niiden vaikutuksista sekä ryhmädynamiikasta. Vertaisryhmän vetäjiltä odotetaan luovuutta, inhimillisyyttä, joustamiskykyä, hyviä vuorovaikutustaitoja sekä sitoutumista toimintaan. Heidän on osattava suunnitella, asettaa tavoitteita, oltava hienotunteisia, hyväksyviä ja kunnioittavia suhteessa ryhmän jäseniin. Ryhmän vetäjiltä edellytetään asiallisuutta, rehellisyyttä sekä vaitiolovelvollisuutta. Tarvittaessa he voivat myös konsultoida alan ammattilaisia. (Mt., 27-34.)

Vertaisryhmissä olevat ihmiset tarvitsevat paljon erityyppistä apua ja tukea. Heidän yksityisyyttään on ehdottomasti kunnioitettava. Vertaisryhmän osallistujille on jaettava tietoa palveluista. He tarvitsevat myös tietoa ryhmän toiminnasta. Tärkeää on herättää ryhmän jäsenissä toivoa sekä sitouttaa heitä ryhmän toimintaan. Rehellisyys ja empaattisuus toimivat tärkeinä tekijöinä

vertaisryhmän sisällä. Ryhmän jäsenet kaipaavat ja tarvitsevat tukea. Samoin heidän muutoshalukkuuttaan on vahvistettava. (Mt., 39-42.)

Vertaisryhmän toiminnan tavoitteena on syrjäytymisen ehkäisy. On tuettava ryhmän jäsenten arvokkaan ja hyvän elämän muodostumista. Uskoa ja toivoa on herätettävä uusiin mahdollisuuksiin. Ryhmässä on myös tarkoitus lisätä jokaisen omaa, henkilökohtaista vastuuta omasta elämästään sekä mahdollisuuksista vaikuttaa omaan elämäänsä omilla valinnoillaan. Ryhmässä tulee olla hyväksyntää, ymmärrystä, turvaa, riittävästi huolenpitoa, jatkuvuutta, välittämistä sekä yksilöllistä huomiota. Toisaalta ryhmässä on myös oltava riittävät rajat ja ohjaus. Vertaisryhmässä pyritään minäkuvan vahvistamiseen ja oman itsensä tiedostamiseen. Samoin ihmisten omat kyvyt, tunteet, tarpeet sekä oikeudet opitaan huomioimaan. Myös oppiminen vuorovaikutukseen ryhmän toisten jäsenten kanssa on tärkeää. (Mt., 45-47.)

Vertaisryhmän toiminta lähtee tutustumisesta toisiin ryhmän jäseniin. Sitä seuraa ryhmäytymisen alku, jota kautta syntyy luottamus. Vertaisryhmässä pyritään avoimeen ja rehelliseen vuorovaikutukseen toisten ryhmän jäsenten kanssa. Kokemusten jakaminen ja niiden käsittäminen toisten samaa kokeneiden kanssa on lähtökohta vertaisryhmälle. Ilmapiiri on hyvä kokea myönteiseksi, vaikka asiat ovatkin usein varsin ongelmallisia. Samoin ilmapiirin tulee olla hyväksyvä ja välittävä. Vertaisryhmän vetäjien on oltava joustavia ja valmiita erilaisten ihmisten sekä uusien tilanteiden kohtaamiseen. On pyrittävä uusien sosiaalisten suhteiden ja yksilöllisten voimavarojen löytämiseen elämäkriiseissä yhdessä vertaisryhmän muiden jäsenten kanssa. (Mt., 45-47.)

Taitto näkee vertaisryhmän toiminnalle kolmenlaiset tavoitteet: informatiiviset tavoitteet, vuorovaikutukselliset tavoitteet sekä henkilökohtaiset tavoitteet. Vuorovaikutuksellisiin tavoitteisiin kuuluvat luottamus, kokemusten jakaminen, yhteisöllisyyden tunne, sosiaalisten taitojen opettaminen, sosiaalisten suhteiden luominen sekä itsensä puolustaminen. Henkilökohtaisiin tavoitteisiin sisältyvät omien tunteiden tunnistaminen, oman minäkuvan vahvistaminen, yksilöllisten taitojen selkiinnyttäminen, omat oikeudet ja velvollisuudet, ongelmaratkaisutaitojen lisääminen, pakonomaisesta selviytymisestä vapauttaminen, toipuminen sekä toivon ja uskon herääminen. Jokaiselle vertaisryhmän jäsenelle laaditaan omat, henkilökohtaiset tavoitteet. (Mt., 55.)

Vertaisryhmän koko toiminta perustuu hyvin voimakkaasti luottamukselle. Eettiset periaatteet ovat hyvin merkittävässä roolissa. Hyvät tavat, toisen huomioon ottaminen ja kunnioittaminen,

perinteiden siirtäminen sekä arvot ja hengellinen kasvu vahvistavat vertaisryhmän kiinteyttä. Ryhmässä vaikuttavat samanaikaisuuden ja läheisyyden tasot. Ryhmän sisäinen dynamiikka on ratkaisevassa asemassa. Ryhmässä tulee olla pysyvyyttä, toistuvuutta, turvallisuutta sekä ryhmäytymiseen tähtäävää toimintaa. Toiset ryhmän jäsenet tulee huomioida ja heitä tulee kuunnella. (Mt., 56-57.)

Ryhmän vetäjiltä odotetaan suunnitelmallisuutta, yhteistoimintaa sekä arviointia (mt., 59-62). Ryhmässä tulee huomioida yksilöllisyys. Jokaista ryhmän jäsentä on autettava kehittämään omaa persoonallisuuttaan ja identiteettiään. Tärkeää on, että ihminen oppii kuuntelemaan itseään ja tunnistamaan omia tunteitaan. Hänen on hyvä tutustua omiin tarpeisiinsa ja omiin kykyihinsä. Ihmisen tulee pyrkiä saamaan kuva omista piirteistään. (Mt., 65-68.)

Ryhmäprosessissa tapahtuu useita ihmistä muuttavia tekijöitä. Psykkisesti prosessi on hyvin vaativa. Vertaisilta saa tukea niiden käsittelemiseen. Ihminen joutuu ryhmässä kohtaamaan oman syyllisyytensä. Hän joutuu kohtaamaan myös oman avuttomuutensa ja oman sisäisen lapsensa. Ryhmässä saa tukea omalle toipumiselle. Ratkaisevaa on ryhmän jäsenen anteeksianto itselleen. Lopulta vertaisryhmän kautta osallistuja on omaksunut uusia toimintamalleja, joiden avulla hän voi jatkaa eteenpäin. Hänen omat elämänhallintakeinonsa ovat merkittävästi lisääntyneet. (Mt., 78-79.)

Taiton mukaan ryhmäytymisessä on kaksi tasoa; avoin ja suora kommunikaatio. Ryhmässä jokainen osallistuja on inhimillinen yksilö, joka osoittaa avoimesti tunteitaan. Toipuminen on silti aina hyvin yksilöllinen prosessi. Joiltakin se vie hetken, kun taas toisilta se voi viedä pitkän ajan. (Mt., 80.) Vertaisryhmä saattaa jatkaa toimintaansa tai sitten se päättyy tietynä, sovittuna aikana. Sen päättyessä tavoitteita ovat tukiverkoston löytäminen, luopumisen opettaminen, ihmisen usko omiin mahdollisuuksiinsa, uskallus luottaa elämään sekä uudet ongelmanratkaisukeinot. (Mt., 87.)

Vertaisryhmiä kutsutaan usein myös oma-apuryhmiksi. Nylund ym. (1996) ovat selvittäneet suomalaisten oma-apuryhmien toimintaa. Oma-apuryhmään kuuluu ihmisiä, joilla on yhteinen ongelma ja jotka yrittävät yhdessä löytää ratkaisua elämäntilanteessaan olevaan ongelmaan (Nylund ym. 1996, 193, kts. myös Borkman 1976, 445-446). Oma-apuryhmien toiminta perustuu henkilöiden aktiiviseen osallistumiseen ja rooliin ryhmässä, jossa jäsenillä on kahdenlainen rooli; avun antajan ja avun vastaanottajan roolit (mt., 193, kts. myös Wollert 1987, 491-508). Tärkeä lähtökohta oma-apuryhmälle on vapaa-ehtoisuuden periaate (mt., 194). Oma-apuryhmän toiminta rakentuu vastavuoroisuuden, samanarvoisuuden ja yhdessäolon perustalle (mt., 194, kts. myös

Nilsen & Seim 1992, 2). Ryhmässä olevilla on omakohtainen kokemus, jonka varaan ryhmän ideologia pitkälti perustuu (mt., 194, kts. myös *Nerven-medlemsbladet* 1993).

Oma-apuryhmä muodostuu henkilöistä, joilla on jokin yhteinen ongelma tai jotka ovat samanlaisessa elämäntilanteessa. He haluavat jakaa kokemuksensa muiden kanssa ja pyrkivät samalla yhdessä ratkaisemaan tai lieventämään henkilökohtaisia ongelmiaan tai elämäntilannettaan. (Mt., 194.) Ryhmät voidaan luokitella ongelmakeskeisiksi (esim. fyysinen tai psyykinen sairaus) tai elämäntilanteen mukaan (esim. omahoitajuus tai sosiaalinen ongelma) (mt., 195, kts. myös *Health & Welfare Canada* 1984). Ryhmien toimintaperiaatteiden mukaan ryhmät voidaan jakaa sisäisesti suuntautuneisiin ryhmiin (ns. 12-askeleen ryhmät, kuten esim. AA) ja ulospäin suuntautuneisiin ryhmiin (mt., 195, kts. myös Katz 1993). Suomessa käytetään rinnakkain nimityksiä oma-apu – ja itseapuryhmä sekä vertaisryhmä.. Nylundin mukaan oma-apuryhmä on yläkäsite myös itseapu – ja vertaisryhmälle.

Nykyään useat ryhmät ovat hyvin kiinnostuneita kansalaistoiminnasta, jolla reagoidaan yhteiskunnassa vallitseviin epäkohtiin. Tällaisia ongelmia ovat virallisen sosiaaliturvan ja ammattiavun ulottumattomissa olevat ongelmat tai sellaiset ongelmat, joissa ammattilaiset koetaan jopa osana ongelmaa. (Mt., 195- 196.) Ryhmä tavoittelee esim. sosiaalisia muutoksia tai uusia palvelumuotoja (mt., 197, kts. myös Hasenfeld & Gidron 1993, 217-236). Käytännön esimerkkejä vertaisryhmistä ovat mm. Mielenterveyden keskusliiton vertaistukitoiminta psykiatristen potilaiden parissa (mt., 197, kts. myös mm. Särkelä 1995).

Nylund jakaa oma-apuryhmät työttömien ja ylivelkaantuneiden ryhmiin, omais – ja läheisryhmiin, psykososiaalisesti sairaiden ryhmiin, riippuvuusryhmiin, perhe – ja ihmisryhmiin, somaattisesti sairaiden ryhmiin, naisryhmiin sekä kohtauspaikkoihin (mt., 198). Nylund korostaa sitä, että osa ihmisistä hakeutuu oma-apuryhmiin, koska ammatillinen apu ja tuki eivät ole heidän mielestään riittävää (mt., 201). Myös ammattilaisten menetelmät saattavat olla sellaisia, jotka eivät sovi kaikille, joten oma-apuryhmä voi silloin olla hyvä vaihtoehto (mt., 201, kts. myös esim. Back & Taylor 1976, 295-309). Ammattilaisten tarjoama apu ei aina pysty kilpailemaan oma-apuryhmien tarjoaman avun kanssa (mt., 201-202, kts. myös Katz 1993, 80).

Oma-apuryhmissä kantavana tekijänä on vertaistuki, joka perustuu vuorovaikutukseen avun antamiseksi ja saamiseksi sekä hyödyntämiseksi ihmisen arkielämässä (mt., 202, kts. myös Katz 1993, 80). Oma-apuryhmissä osallistujat suunnittelevat toimintansa itse ja tarvittaessa edelleen

muokkaavat toimintaansa (mt., 202). Oma-apuryhmien vahvuuksia ovat niiden hyvin organisoidut, yksinkertaiset järjestelmät sekä nopea reagointi ihmisten tarpeisiin (mt., 203). Useimmiten oma-apuryhmiin osallistuminen ja niiden jäsenyys on väliaikaista. Poikkeuksena on esim. AA, jossa jäsenyys kestää yleensä koko henkilön eliniän. (Mt., 203-204, kts. myös Katz 1993, 20.) Oma-apuryhmien tarjoama tuki voi olennaisesti parantaa osallistujien itsetuntoa ja edistää kriisitilanteista selviytymistä. Toiminta oma-apuryhmissä on myös vastakkaista ammatillisille sosiaali- ja terveyden huollon työmenetelmille. Auttaminen voi olla kuitenkin toisiaan täydentävää, jolloin oma-apuryhmät sekä julkinen – ja yksityinen palvelusektori toimivat joko yhdessä tai erikseen. (Mt., 204-205.)

Tuula Nousiainen (1996) on tutkinut omaishoitajien tukiryhmän käynnistymistä. Hänen mukaansa niiden toiminta käynnistyi, koska ihmisten sosiaaliset verkostot eivät olleet riittävän tehokkaita. Samanlaisessa tilanteessa olevien ihmisten kanssa on helpompi jakaa kokemuksiaan sekä ilmaista tunteuksiaan, kuten esim. turhautumista, häpeää tai syyllisyyttä. (Mt., 211-214, kts. myös Brock-Dantel 1994, 42-47.)

Irja Mikkonen (1996) on selvittänyt sairastuneiden vertaisryhmien ja terveydenhuollon ammattilaisten välistä suhdetta. Vertaisryhmä on samaa sairautta sairastavien ryhmä. Vertaisryhmä antaa jäsenilleen tukea ja informaatiota sekä yhdistää samanlaisessa elämäntilanteessa olevia ihmisiä. Toiminnan lähtökohtana ovat vapaaehtoisuus ja vastavuoroisuus. Osallistujat ovat siten samanarvoisia joko antavina tai saavina osapuolina. Ryhmissä tulevat esille kaikkien osallistujien omat, henkilökohtaiset asiat ja ongelmat. Osallistujien hätään ja kysymyksiin reagoidaan. Vertaisryhmien toiminta on yleensä itsenäistä, ei-hierarkkisesti rakentunutta. (Mt., 217-218, kts. myös Giddens 1993, 304.)

Oma-apuryhmissä ei ole yleensä vakituista henkilökuntaa eikä taloudellista pääomaa. Tavoitteena niissä on selviytyminen jokapäiväisessä elämässä. Vertaisryhmät toimivat virallisten organisaatioiden rinnalla täydentämällä niitä ja lisäämällä samalla ihmisten turvaa. Ammattilaisilta puuttuu monissa tilanteissa tarvittavaa kokemukseen perustuvaa tietoa ja ymmärrystä. Vertaisryhmän toimintaa ei ole välttämättä rajattu johonkin tiettyyn aikaan ja paikkaan. Ne ovat näin ollen varsin joustavia toiminnassaan. Virallisiin ryhmiin verrattuna niiden tarpeet ja resurssit ovat ryhmän sisältä lähteviä, jolloin toiminnan korjaaminen ja muuttaminen on myös vaivattomampaa. Ihmiset liittyvät vertaisryhmään ja kuuluvat niihin, koska monilla on halu kuulua johonkin ryhmään sekä jakaa samalla kokemuksia ja tulla ymmärretyksi. Vertaisryhmissä apu ja

tuki tulevat samalta tasolta. Kuuntelu ja toisten tarjoama inhimillinen tuki saavat aikaan luottamusta. Vertaisryhmään liittymisen keskeisiä syitä ovat mm. yhteiset kokemukset, asiantiedon saaminen ja vaikuttaminen. (Mt., 217-225.)

Sari Vanhanen-Silvendoin (1996) on tutkinut äitien vuorovaikutusryhmiä. Näissä ryhmissä tavoitteita ovat Vanhasen mukaan riippumattomuus ja sitoutumattomuus. Samanhenkisyys, tiedon saaminen, ajatusten vaihtaminen sekä sosiaalisuus ovat myös tärkeitä аспектеjä äitien vuorovaikutusryhmissä. Lisäksi äidit kokevat tunteiden ilmaisemisen, erilaisten kokemusten vertaamisen sekä yhteisöllisyyden rakentamisen varaan rakentuvan toiminnan itselleen läheisinä. (Mt., 229-236.)

Helsingin Sanomissa (2007) on ollut Sirpa Palokarin kirjoittama artikkeli ”Opettajat vahvistavat toisiaan”. Siinä Palokari vahvistaa sen käsityksen, että vertaisryhmässä on mahdollista jakaa ihmisten huolen – ja ilonaiheet. Jyväskyläläiset opettajat ovat muodostaneet vertaistukiryhmiä opettajien henkisen jaksamisen ja ammattitaidon ylläpitämisen tueksi. Vertaisryhmässä voi kertoa oman työn ongelmista, haasteista ja positiivista kokemuksista. Opettajilla on ollut oivallinen tilaisuus jakaa keskenään tietoaan ja tunteitaan. Lisäksi ryhmässä käytetty työnohjauksellinen menetelmä edistää työtaitojen kehittymistä. Ryhmän toiminta perustuu hyvin pitkälti luottamukseen. (Helsingin Sanomat 15.1. 2007.)

Hannu L. T. Heikkinen johtaa Työsuojelurahaston tukemaa tutkimushanketta ”Mentorointi ja vertaistuki opetuslalla” Jyväskylän yliopiston tutkimuslaitoksella. Heikkisen mielestä vertaistuen avulla opettajien työhyvinvointiin ja ammatilliseen kehittymiseen pyritään saamaan uudenlaista näkökulmaa (Helsingin Sanomat 15.1.2007).

2.5 AA JA NA vertaistuen toteuttajina

Merkittäviä vertaistukea käytännössä antavia ryhmiä ovat päihdeongelmaisia varten perustetut AA ja Na. AA:n Nimettömien Alkoholien ohjelmassa tärkeänä perustana on 12 askeleen toipumisohjelma. Se sisältää mm. voimattomuuden myöntämisen suhteessa alkoholiin ja elämän muuttumisen sellaiseksi, ettei pysty selviytymään siitä omin voimin. Perusteellinen ja rehellisyyttä painottava moraalinen itsetutkiskelu, rukous ja mietiskely kuuluvat myös AA:n ohjelmaan. (Nimettömät Alkoholit 1997, 69-92.) Aa korostaa uskoa ja turvautumista itseään suurempaan voimaan sekä elämän perustamista hengellisiin periaatteisiin (mt., 96). Toisten auttaminen koetaan

välttämättömäksi, jotta oma raittius myös säilyisi (mt., 138). AA: ssa on 12 perinnettä. Niihin kuuluvat mm. henkilökohtainen toipuminen, joka on riippuvainen AA:n yhtenäisyydestä. Ainoana vaatimuksena AA-jäsenyydelle on juomisen lopettaminen. Jäsenten nimettömyys on perinteiden henkinen perusta. AA:n periaatteet ovat jopa henkilökohtaisia seikkoja merkittävämpiä. Oma halu, rehellisyys sekä avoin mieli ovat välttämättömiä. Ne muodostavat toipumisen ytimen. (Mt., 163-168.)

NA:han olennaisesti liittyvä termi on addiktio eli riippuvuus.. Sen mukaan päihdeongelma on sairaus, jota kutsutaan addiktioksi (Nimettömät Narkomaanit 2003, x111). Addiktio sisältää runsaasti vääriä mielikuvia, kuten esim. väkivaltaa, katurikollisuutta, likaisia neuloja sekä vankiloita. Merkityksellistä on oivaltaa muiden ihmisten hyväksikäyttäminen ja ympäristön hallintapyrkimykset. Valehtelu, varastelu, huijaus ja itsensä myyminen olivat menneisyydessä vallitsevia piirteitä. Myös epäonnistuminen ja elämisen pelko leimasivat aiemmin elämää.

Addiktiossa eräänä puolena on se, ettei elämää kyetä kohtaamaan sen omilla ehdoilla. Addiktion edelleen syvetessä monet olivat laitoskierteessä. Toimiminen päivittäisessä elämässä ei onnistunut. Omatunto ja rakastamisen kyky olivat heikot. Inhimillisyyden kyky puuttui. Na korostaa, että on addikteja, jotka tapaavat säännöllisesti ja selviytyvät odotusten vastaisesti. Na: n kokouksissa jaetaan rehellisesti kokemuksia sekä kuunnellaan toisten toipumiskertomuksia. Toivo on tärkeä elementti. (Mt., 4-11.)

Myös NA pohjaa ideologiansa 12 askeleen pohjalle. Kaikille toipuville narkomaaneille yhteinen nimittäjä on addiktio, josta tulee pyrkiä eroon. Toiminta perustuu jäsenten omiin kokemuksiin ja ainoa vaatimus jäsenyydelle on huumeiden käytön lopettaminen. (Mt., 11.) Toipumisessa parhaan avun saa Na:n mukaan toiselta toipuvalta addiktilta. Omaan toipumiseen ja omiin tunteisiin keskittyminen on tärkeää, samoin oman itsensä muuttaminen. Uudet mahdollisuudet odottavat lopettaneita, toipuvia addikteja. Omanarvontunne ja itsekunnioitus kasvavat käytön lopettamisen jälkeen. NA:ssa on erityinen oppimisen ohjelma. Se lähtee liikkeelle askeleiden työskentelystä. Tätä kautta korkeamman voiman tahto hyväksytään. Hyväksyntä johtaa edelleen toipumiseen. Pelko tuntematonta kohtaan katoaa ja tilalle tulee vapaus. NA:n jäsenen tulee pysyä erossa kaikista huumeista, myös alkoholista. (Mt., 11-19.)

NA:n mukaan toipuminen alkaa antautumisesta. NA:n ohjelma perustuu hengelliseen, muttei uskonnolliseen ohjaukseen. Sen kautta saavutetaan parempi näkökulma myös elämään. Olennaista

on täysin uusi elämäntapa. Päivittäisen itsetutkiskelun avulla on mahdollista päivittäisen kasvun huomaaminen. Pysyminen puhtaana, erossa huumeista, on ensimmäinen askel kohti elämää. Myös hyväksymistä tulee harjoitella. Itsekeskeisyydestä ja oman itsensä tuhoamisesta tulee luopua. Toipuvan addiktiin on otettava vastuu ongelmista ja niiden ratkaisemisesta. Kiitollisuuden oppiminen nähdään hyveenä. Tietoisuus itsestä lisääntyy ja ihmisen persoonallisuus muuttuu. Ihmisestä tulee tunteva. Hän on päivittäisissä toimissaan kärsivällinen, suvaitsevainen ja nöyrä. Toipuvat narkomaanit jakavat elämänsä muiden toipuvien narkomaanien kanssa kokouksissa ja kahden kesken. Itsetunto kehittyy huomattavasti. (Mt., 97-108.)

Seppo Toiviainen (1997) on tehnyt tutkimuksen juoppokulttuurista valintana ja pakkona. Toiviaisen mielestä AA:ssa on huomattavasti arkista sankaruutta, syvää yhteenkuuluvaisuutta sekä kestäviä selviytymistarinoita. AA perustuu hänen mukaansa omaan kulttuuriinsa. Toiviainen näkee sen tietoisesti luotuna vastakohtana juoppokulttuurille. Toisaalta Toiviainen kyseenalaistaa ja kritisoi AA:n edustamia arvoja ja asenteita. Hän kokee AA:n omaksuneen omaperäisen käsityksen siitä, että alkoholismi on sairaus. Myös Jumalan eli ns. korkeamman voiman osuus on Toiviaisen mukaan ylikorostunut AA:n ohjelmassa ja toipumisessa. AA on lisäksi hänen käsityksensä mukaan paitsi avoin ja pluralistinen, myös suljettu ja tietynlaiseen vapaaehtoisuuteen perustuva pakko. (Toiviainen 1997, 68-69.)

Jani Mielonen (1993) pohtii omia, vahvasti omaelämäkerrallisia kokemuksiaan päihteistä ja rikoksista. Mielonen tuo esille oman tyytyväisyytensä AA:n toimintaan. Hän nauttii elämästään raittiina ja kokee kuulumisen AA:n vertaistukeen perustuvaan yhteisöllisyyteen vahvana voimavarana itselleen. (Mielonen 1993, 145.)

Suvi Krok (1997) on tutkinut Tampereen yliopiston sosiaalityön pro gradu-työssään AA-jäsenten raitistumista. Tutkimuksessa kuvataan AA:n avulla raitistuneiden alkoholistien toipumisprosessia. Huomiota on kiinnitetty etenkin niihin muutoksiin, joita raitistuminen ja AA:n ideologia ovat tuoneet toipuvan elämään. Toisaalta Krok on selvittänyt, miten alkoholistit kokevat itse oman alkoholiongelmansa ratkaisun, AA:n vaikuttaessa heidän taustallaan. (Krok 1997, tiivistelmä.)

3. KRIMINAALIPOLITIIKKA JA VANKEJA KÄSITTELEVIÄ TUTKIMUKSIA

Kriminaalityötä ja sitä sivuavaa tutkimusta on tehty hyvin runsaasti niin Suomessa kuin ulkomaillakin. Mm. sosiaalityö, sosiologia, psykologia ja sosiaalipsykologia ovat käsitelleet aihepiiriä useasta eri näkökulmasta. Mm. Akers (1994), Cohen (1985), Sutherland & Cressey (1978) Hirschi (1969) ja Matsueda (2001) ovat tehneet keskeisiä ja perustavanlaatuisia kriminaalihuoltoa ja -työtä käsitteleviä tutkimuksia. Esittelen seuraavassa tarkemmin muutamia muita merkittäviä kriminaalityötä käsitteleviä tutkimuksia.

Foucault (2005) on tutkinut rangaistuslaitoksen historiaa teoksessaan ” Tarkkailla ja rangaista ”. Hän tuo esille näkemyksen, jossa joutuessaan uusien vallan mekanismien maalitauluksi, ruumis tarjoutui kohteeksi uusille tiedon muodoille. (Foucault 2005, 211). Se kertoo siitä, että yhteiskunnalla on tietyt vaatimukset yksilölle ja hänen tarpeilleen oppia ja omaksua uusia asioita. Toisaalta yksilöllä on sopeutumisen pakko yhteiskunnan normeihin. Foucault`n mukaan koko yhteisön pyrkimys kohti vapahdusta muuttuu yksilöiden kollektiiviseksi ja jatkuvaksi kilvoitteluksi, jossa yksilöt sijoittuvat arvoasteikolla toisiinsa. (Mt., 220-221.) Tämän ajatuksen mukaan yhteiskunnassa vallitsee kilpailua, jossa osa ihmisistä pärjää, osa ei. Se aiheuttaa väistämättä joidenkin ihmisten syrjäytymisen yhteiskunnasta. Foucault näkee, että kysymys on vain pahan ihmisen uudistamisesta ja heti, kun uudistaminen on tapahtunut, rikoksentekijän on palattava yhteiskuntaan. (Mt., 334.)

Tämä herättää useita perustavia kysymyksiä. Onko ihmisen mahdollista muuttua? Pystyykö ihminen sopeutumaan yhteiskuntaan? Haluaako ja osaako ihminen oppia kokemuksistaan ja virheistään? Onko hänellä halua kasvaa ja kehittyä?

Foucault esittää ns. sivuinstituutioiden periaatteen. Sen mukaan vankilan jälkeen vankilasta vapautuneelle vangille on järjestettävä valvonta – ja avustustoimia, kunnes hän on sopeutunut takaisin yhteiskuntaan. (Mt., 369.) Yhteiskunnan suhtautuminen vapautuneeseen vankiin on enemmän kontrollikeskeinen nykyään. Esim. Suomessa Kriminaalihuoltolaitos vastaa mm. ehdonalaisesti vapautuneiden valvonnasta, yhdyskuntapalvelusta, nuorisorangaistuksesta yms.

Asumiseen, työhön, koulutukseen ym. ihmisen hyvinvointiin liittyvät palvelut ovat hajautettuina eri organisaatioiden hoidettavina. Toisaalta tämä luo käytäntöön epäselvyyttä, koska eri toimijat työskentelevät paljolti toisistaan riippumatta. Vapautuneen vangin elämään se ei välttämättä tuo

minkäänlaista helpotusta. Päinvastoin, ulospääsyä umpikujasta ei näy ja vankilakierre saattaa edelleen jatkua.

Laitinen ja Aromaa (2005) ovat tutkineet kriminaalipolitiikan ja kriminologian käsitteitä ja teorioita. Heidän mukaansa kriminaalipolitiikka on tekemisissä yhteiskunnan arvojen, moraalien ja päämäärien kanssa. Kriminaalipolitiikka kuuluu myös osaksi muuhun yhteiskuntapolitiikkaan. Se on julkisen vallan harjoittamaa valvontaa. Toisaalta kontrollipolitiikka kuuluu yhteiskuntapolitiikkaan ja kriminaalipolitiikka on osa kontrollipolitiikkaa. (Laitinen ja Aromaa 2005, 28-29.) Laitinen ja Aromaa esittelevät rikosentekijöihin liittyvän rikosentorjunnan. Sen mukaan olennaisia seikkoja ovat rikoksista tuomittujen henkilöiden yhteiskuntaan palauttaminen sekä integroiminen uudelleen yhteiskuntaan erilaisten yksilöllisten ja yhteisöllisten toimenpiteiden avulla. Ennakoiva, varhainen puuttuminen on tällöin avainasemassa. Samoin sosiaalinen, yhteisöön perustuva rikosentorjunta edistää rikosentekijöiden sopeutumista yhteiskuntaan. (Mt., 89-90.)

Edelleen Laitinen ja Aromaa selvittävät vankilan virallista tehtävää. Vankilan tehtävänä on mm. vankien kuntoutus ja resosialisaatio, paluu ja sopeutuminen takaisin yhteiskuntaan (mt., 248). Vankila aiheuttaa kuitenkin paljon prisonisaatiota, laitostumista. Vangin keinot ja mahdollisuudet pärjätä normaalissa elämässä ovat usein hyvin heikot ja rajalliset. Myös vankilan tarjoama kuntoutus ei välttämättä ole riittävää. Kaikki vangit eivät ehkä ole tarpeeksi motivoituneita aloittamaan sopeutumista yhteiskuntaa varten jo vankilassaoloaikana.

Goffman (1977) esittää samanlaisen näkökulman. Hän puhuu kulttuurisesta loitontumisesta. Sen aiheuttaa pitkäaikainen laitostuminen, jolloin ihminen on tilapäisesti kykenemätön selviytymään arkielämän vaatimuksista laitoksesta päästyään. Goffmanin mukaan totaaliset laitokset luovat jännitteen ns. normaalin, kotimaailman ja laitosmaailman välille. (Goffman 1977, 13.) Laitos tuottaa edelleen hänen tutkimuksensa perusteella siellä olleille proaktiivisen aseman. Se tarkoittaa sitä, että yksilön sosiaalinen asema yhteiskunnassa on muuttunut.

Siitä seuraa stigmatisaatio, leimaantuminen. Laitoksessa olleet tuntevat usein häpeää, syyllisyyttä yms. Ja pyrkivät täten peittämään menneisyyttään. Myös yhteiskunta pyrkii leimaamaan poikkeavia yksilöitä. Goffman tiivistää tutkimuksessaan, että vapautuminen on siirtymistä pienen maailman huipulta suuren maailman pohjalle. (Mt., 57-58.) Tässä on epäilemättä perää. Laitoshierarkiassa monet ovat hyvässä sosiaalisessa asemassa, mutta vapautumisen jälkeen koittaa karu arki.

Yhteiskunnan kategoriassa laitoksesta päässyt ihminen ei välttämättä ole yhtään mitään, korkeintaan rasite yhteiskunnalle.

Juha Kääriäinen (1994) on tutkinut rikosuraa ja sosiaalista kontrollia. Hän korostaa, että vangeille tyypillistä on pelätä yhteiskuntaa sekä arkipäiväisiä asioita (Kääriäinen 1994, 117). Kuntouttavan toiminnan osuus vankilassa on varsin vähäinen (mt., 126). Kääriäisen tutkimuksen mukaan vankien keskuudessa tavallista on siviilielämästä haaveileminen. Toisaalta myös tuomion loppuvaiheessa elämä tuntuu raskaammalta, kun vapautuva vanki ajattelee siviiliin ja ns. normaaliin yhteiskuntaan palaamista käytännössä. (Mt., 143-145.) Iän myötä vapautumiseen liittyy paljon erilaisia tunteita, kuten esim. ahdistuneisuutta, epävarmuutta ja vieraantuneisuutta. Vapautuvalla vangilla on yhteiskuntaan sopeutumisen pelko, samoin pelkoa siirtyä siviiliin. Paljon riippuu myös vapautuvasta vangista itsestään, hänen toimintakyvystään. Useilla tärkeää olisi löytää sopiva tukihenkilö heti vankilasta vapautumisen jälkeen. Vaikeus olla ilman päihteitä on hyvin tavallista. Monilla on silti toiveikasta odotusta paremmasta huomisesta, joka liian usein on kuitenkin vailla pohjaa. Sopeutumista yhteiskuntaan edistäisi merkittävästi kunnolliset, tasapainoiset ja turvalliset ihmissuhteet, jotka valitettavan usein puuttuvat. Myöskään elämän hyvinvointiin olennaisesti kuuluvat perusedellytykset eivät läheskään aina ole riittäviä. Esim. asuminen, ruoka ym. ihmisten normaaleina pitämät käytännön asiat. (Mt., 180-184.)

Kääriäinen korostaa vankilan jättämiä jälkiä, jotka myös näkyvät päällepäin. Vapautuneille vangeille tyypillistä on erilaisuuden ja vieraantuneisuuden tunne. He kokevat häpeää, jota Kääriäinen kutsuu subjektiiviseksi häpeäksi. Useat sosiaaliin tilanteisiin liittyvät pelot ovat tavallisia, esim. asioinnit pankissa, sosiaalitoimistossa tai muiden viranomaisten luona sekä jopa kaupassa. He kokevat, kuten Kääriäinen on tutkimustuloksissaan todennut, ” ettei noteerata ”. (Mt., 187-191.)

Siviiliin liittyy paljon epä tietoisuutta ja epävarmuutta. Useilla vapautuneilla vangeilla on lisäksi hyvin lyhytjänteinen elämänsenne. Heille on tavallista elää hetkessä, vailla minkäänlaisia kunnollisia suunnitelmia tulevaisuudesta. Myöskään arkeen kuuluvat rutiinit saattavat olla täysin vieraita. Vapautuneilla vangeilla ajankäyttö voi olla hyvin puutteellinen, joten selkeää ajankäyttöä tukevat asiat muodostavat hyvän pohjan arjen hallinnalle. Eräs hyvin olennainen ja tärkeä arkea tukeva tekijä on oman asunnon löytäminen. (Mt., 196-204.)

Kuten Kääriäinenkin on todennut, vapautunut vanki tarvitsee arkensa tueksi perusturvallisuutta. Muutoin hänen on hyvin vaikeaa, ellei jopa mahdotonta, löytää omaa paikkaansa yhteiskunnasta. Yhteiskunnan tarjoamien palveluiden tulisikin olla riittävän laajat ja monipuoliset, jotta erityisryhmiin, joiksi myös vapautuneet vangit lasketaan, kuuluvat ihmiset saisivat mahdollisuuden rakentaa omaa elämäänsä uuteen suuntaan.

Kääriäinen käsittelee vapauden käsitettä ja määritelmää. Vapaus jostakin asiasta on samalla vapautta johonkin toiseen asiaan. Se heijastuu etenkin siviilissä. Toimintaa rajoittavat lukuisat eri tekijät; vapautuneelta vangilta puuttuvat usein ns. tavallisten ihmisten normaaleina pitämät asiat, kuten asunto, työpaikka, omaisuus, raha sekä ihmissuhteet. Oman paikan löytäminen yhteiskunnasta saattaa olla todella hankalaa, samoin oman aseman mieltäminen positiiviseksi. vapautunut vanki ovi kokea kulttuurista vieraantumista yhteiskunnan arvoista. Hänellä saattaa olla vaihtoehtona ainoastaan lainrikkojan rooli; hyväksyä asemansa yhteiskunnan ulkopuolella, käyttäytymällä sen mukaisesti sekä ottamalla vastaan sosiaalivaltion etuudet. (Mt., 207-210.)

Kääriäinen tuo esille varsin mielenkiintoisen näkemyksen, jonka mukaan sosiaalivaltio jopa tuottaa poikkeavuutta. Sosiaalityöehtoisuuteen perustuva asumisura luo ja ylläpitää rikosuraa. Vapautuneella vangilla tapahtuu siirtyminen laitoskontrollista ns. avokontrolliin l. sosiaaliseen kontrolliin. Ratkaisevaan asemaan nousee itsenäinen elämänhallinta, kuten päihteiden käytön ja sosiaalisen käyttäytymisen hallinta. Sosiaalisuus on merkittävässä roolissa, etenkin asuntola – ja tukiasumisessa.

Kääriäinen puhuu sopeuttavasta sosiaalityöstä. Sen tavoitteena on elämäntavaltaan poikkeavien yksilöiden sopeuttaminen normaaliin asumiseen. Kääriäinen korostaa sitä, ettei kriminaalihuoltotyöllä ole kovin paljon mahdollisuuksia vaikuttaa rikoksenuusijoiden elämäntapaan kuuluvaan itsetuhoiseen ja ympäristölle ongelmalliseen käyttäytymiseen. Pikemminkin kriminaalihuoltotyö on keskittynyt sosiaalisesti soveliaimpiin asiakkaisiin edistämällä heidän selviytymistään. (Mt., 215-251.)

Kriminaalihuoltotyössä ja laajemminkin sosiaalityössä tulee ottaa huomioon erilaisia ihmisryhmiä sekä heidän problematiikkaansa. Jos ihmisiä aletaan luokittelemaan sosiaalisesti soveliaammiksi tai vähemmän soveliaammiksi, asetetaan ihmiset myös täysin eriarvoiseen asemaan. Palveluita on tarjottava kaikille ryhmille, jotta sosiaalinen oikeudenmukaisuus toteutuu. On väärin, jos osa ihmisistä saa tarpeeksi apua ja tukea selviämiseensä, mutta osa taas ei.

Esim. Kriminaalihuoltolaitos ei tänä päivänä ole mikään sosiaalipalveluiden tarjoaja, vaan pikemminkin se toimii yhteiskunnan kontrollia ylläpitävänä koneistona.

Kääriäinen käsittelee rikosuralta luopumista. Hänen tutkimuksensa mukaan väsyminen ja kyllästyminen saavat aikaan rikosuran päättämisen. Vangeilla on varsin usein vaikea päihdeongelma, johon liittyvät fyysiset ja psyykkiset oireet. He ovat eläneet pitkiä jaksoja ilman vakituista asuntoa, asuen mm. kadulla epäterveellisissä ja epävarmoissa olosuhteissa. Varsinaiset psyykkiset häiriötkin lisääntyvät voimakkaasti iän ja vankilakertaisuuden myötä. Suurin osa vangeista on moniongelmaisia miehiä, joilla ei välttämättä ole resursseja elämänhallintaan. Tärkeää olisikin se, että he pystyisivät muuttamaan päämääriään ja toiveitaan. (Mt., 257-267.)

Juuri muutos on se lähtökohta, mihin perustuvat sekä AA / NA-ryhmien että Kris:n toimintaideologiat. Ihmisellä tulee olla sellainen halu ja motivaatio muuttaa käyttäytymistään ja toimintaansa, jotta hänen elämänsä olisi mahdollista edetä parempaan suuntaan. Se vaatii ihmiseltä huomattavia henkisiä ponnisteluja, joten mikään helppo ratkaisu oman elämänhallinnan saavuttaminen ei ole.

Kääriäinen on käsitellyt selviytymiskeinoja, jotka ovat rikosuraltaan luopuneiden apuna. Tällaisia keinoja ovat hänen mukaansa mm. AA, nainen ja uskonto. Elämänhallinnan saavuttaminen lähtee liikkeelle juomisen lopettamisesta tai kontrolloimisesta. Läheinen, tärkeä ihmissuhde tukee selviytymistä normaalissa arjessa. Työn merkitys liittyy kiinteästi vapauteen ja itsenäiseen selviytymiseen elämässä. Peruslähtökohta on oma asunto, jota ilman on lähes mahdotonta pärjätä yhteiskunnassa. Jokin erityistaito tai – kyky sekä resurssi auttavat yhteiskuntaan sopeutumisessa. Mielekäs harrastus pitää yllä toimintakykyä ja vireyttä. Viralliset auttamisjärjestelmät ovat liiaksi niitä varten, joilla muutoinkin on käytettäväänään resursseja selviytymiseen. Kääriäinen näkeekin auttamisjärjestelmien tehtäväksi myös uusien selviytymistapojen kehittämisen. (Mt., 267-271.)

Kääriäinen on selvittänyt, millaisia asioita rikoksenuusijat odottavat jälkihuolloilta ja saamaltaan avulta. He haluavat avun olevan inhimillistä ja ymmärtäväistä. Sen tulee perustua luottamukseen ja vapaaehtoisuuteen. Avun on myös oltava yksilöllistä ja riittävän pitkäjänteistä. Kääriäinen esittää päätelmän, jonka mukaan rikoksenuusijoille tulisi luoda selkeitä ja houkuttelevia vaihtoehtoja, jotka eivät perustu välittömään ansaintaperiaatteeseen. Vastavuoroisen luottamuksen edistäminen ex-vankien ja ei-vankilassa olleiden välille olisi hyvä tapa kehittää vuorovaikutusta. (Mt., 271-287.)

Eräs oivallinen uusi vaihtoehto on Kris, joka perustuu pitkälti sen jäsenten omaehtoisuuteen. Se on myös epävirallinen organisaatio, jonka vuoksi kynnyksellä lähtee mukaan Kris:n toimintaan saattaa olla varsin alhainen.

Susanna Salin (1996) on tehnyt tutkimuksen elinkautisvangeista. Hänen mukaansa vanki elää fyysisesti vankilan sääntöjen mukaan, mutta hänellä on kuitenkin vahva halu saada takaisin tunne oman elämänsä hallinnasta. Saavuttaakseen oman elämänsä hallinnan, hän tarvitsee käyttöönsä erityisiä selviytymisstrategioita. (Salin 1996, 34-39.) Läheiset ihmissuhteet vankilan ulkopuolella auttavat toimintakyvyn säilyttämisessä myös vankilasta vapautumisen jälkeen. Vankilan ulkopuoliseen maailmaan kuuluvat mm. vaimo ja ystävät. (Mt., 69-82.) Tärkeää on vangin usko omaan mahdollisuuteensa kehittyä ja muuttua ihmisenä. Hänellä tulee olla kyky reflektoida, arvioida ja tarkastella, omaa elämäänsä ja omia tunteitaan. (Mt., 96.)

Salin on päätenyt muutamaan oleelliseen tekijään, jotka edesauttavat selviytymisessä ja elämänhallinnan saavuttamisessa. Normaalit tavoitteet elämässä ovat peruslähtökohtana vankilasta vapautumisen jälkeen Opiskelu antaa lisää valmiuksia yhteiskunnassa pärjäämiseen. Ammatin ja työn hankkiminen edistävät kiinnittymistä yhteiskuntaan. Oma koti ja perhe edistävät sosiaalisuutta. Monille vapautuneille vangeille turvaa antaa myös uskonto. Hänellä voi olla yksityisiä projekteja, jotka liittyvät esim. opiskeluun tai uskontoon. (Mt., 109-116.) Vaikeaa on syyllisyydestä selviytyminen. Vapautuva vanki joutuu pohtimaan lisäksi, onko hänellä syytä jatkaa elämäänsä eteenpäin ja millaisin keinoin. Vankilassa selviytymistä helpottavat ajan maksimaalinen hyödyntäminen, kuten esim. harrastusten ja itsensä kehittämisen avulla. (Mt., 109-123.)

Salinin mukaan vanki tarvitsee selviytyäkseen riittävästi resursseja. Sosiaalisuus ja sosiaaliset suhteet ovat suuri voimavara. Ihminen kaipaa mielekästä tekemistä, joten sitä on oltava säännöllisesti. Älykyys auttaa taistelussa elämänhallinnan saavuttamiseksi. Vankilan ulkopuoliset ihmissuhteet pitävät yllä mahdollisuutta palata takaisin ns. normaaliin yhteiskuntaan. Itsearvostus on merkittävää vangin selviytymiselle. Hänen on tunnettava itsensä tarpeelliseksi. Omia tunteita on osattava käsitellä. Hänen on kyettävä arvioimaan omaa elämäänsä ja sen muutostarvetta. Lisäksi itsearvostukseen liittyy toiminnallisuuteen suuntautuminen. Salin tuo esille joitakin konkreettisia selviytymiskanavia. Sellaisia ovat esim. yksilökohtainen apu ja tuki, emotionaalinen tuki (mm. tukihenkilö – tai ryhmä), vankilan ulkopuolinen ammattiapu, kuntoutus sekä terapeuttiset yhteisöt. (Mt., 133-148.)

Juhani Iivari (1996) on tehnyt tutkimuksen nuorista rikoksentekeijöistä nuoruuden alakulttuuriteorian avulla. Hän on selvittänyt nuoria ja heidän elämänhallintaansa. Iivarin mukaan nuoret soputuvat yhteiskuntaan sitä paremmin, mitä selkeämmät tulevaisuuden tavoitteet ja toiveet heillä on, esim. omaan uraan liittyen (kts. myös Pulkkinen 1984). Tulevaisuuden suunnitteleminen, opiskelu ja työ muodostavat tärkeän rungon nuorten elämänhallinnalle. Iivari näkee, että ainakin joillakin nuorilla on jopa tarve luopua rikollisesta vertaisryhmästä. Siinä auttaa oma tahto, joka on saanut syntymään päätöksen entisen elämäntavan jättämisestä. Toisaalta rikollisen teon välttäminen kertoo Iivarin mielestä muusta sosiaalisesta menestymisestä. (Iivari 1996, 127-134.)

Iivarin tutkimuksessa on käsitelty koulukotinuorten näkemyksiä ja toiveita hyvästä elämästä. Esiin nousevat mm. ammattiin, työpaikkaan, asuntoon sekä perheeseen liittyvät haaveet. Koulukotinuoret kertovat haluavansa elää samalla tavalla kuin kaikki muutkin ihmiset. Tutkimuksessa esiin nousseet vankien haaveet ovat hyvin yhdenmukaisia koulukotinuorten haaveiden kanssa. Vankien näkemyksiin ja toiveisiin hyvästä elämästä kuuluvat asunto, työpaikka, kouluttautuminen ammattiin sekä perheen perustaminen. Toisaalta vangit kertoivat yhteiskunnallisen tilanteen pelottavan heitä. Etenkin taloudellinen tilanne, lama ja selviytyminen aiheuttivat paljon huolta vangeille. (Mt., 135-136.)

Matti Laine (1993) on toimittanut teoksen ” Vangin sosiaalinen asema ”. Teoksessa Timo Aho esittää näkemyksen vankipopulaatiosta. Se on hänen mukaansa se väestönosa, jota yhdistää aiempi vankilassaolo. Muita vankipopulaatiota yhdistäviä tekijöitä ovat ongelmat mm. työn saannissa, asumisessa, päihteiden käytössä, ihmissuhteissa, rikoksista erossa pysymisessä jne. Vankipopulaatioon kuuluvat ihmiset elävät Ahon mukaan järjestäytyneen hyvinvointivaltion ulkopuolella tai aivan sen laidalla. Ongelmat ovat alkaneet jo lapsuudessa. Heidän perheissään vanhempien avioerot ovat varsin tyypillisiä. Samoin lapsuudessa tapahtuneet huostaanotot, sijoitukset lastensuojelulaitoksiin, kouluongelmat, päihteet sekä rikokset kuuluvat usein vankien menneisyyteen. Vankipopulaatioon kuuluvat rikolliset voidaan laskea kuuluvaksi taparikollisiin. (Aho 1993, 26-27.)

Martti Mellais (1993) mainitsee samassa teoksessa, että jopa yli 40 % vapautuvista vangeista on asumisongelmaisia. Vapautuvien vankien asumisongelmat nivoutuvat yhteen monien muiden heillä ilmenevien ongelmien kanssa. Päihteet, rikokset, avio - ja ihmissuhdeongelmat sekä asunnottomuus ovat valitettavan usein yhteenkuuluvia tekijöitä. (Mellais 1993, 66-69.)

Laine (1994) on pohtinut tutkimuksessaan mahdollisuuksia vankien ja rikollisten kuntouttamiseen. Hänen mielestään kuntoutuksella tulee saada aikaan positiivisia vaikutuksia. Kuitenkin ne olosuhteet, joihin vankilasta vapautunut joutuu, eivät välttämättä edistä kuntoutumista, pikemminkin päinvastoin. Myös positiivisten vaikutusten näkyminen saattaa kestää, jopa useita vuosia. (Laine 1996, 21.)

Kuntoutuksen kriteerejä ovat Laineen mukaan mm. vankien kognitiivinen tyyli, sosiaalisten taitojen opettaminen, itsehallintamenetelmien opettaminen, stressinhallinnan opettaminen, systemaattinen jälkihuolto sekä systemaattinen seuranta (mt., 53-56).

Iiris Rähä (1987) on selvittänyt vapautuvien vankien kokemuksia valvonnasta ja jälkihuollosta. Hänen saamiensa tutkimustulosten mukaan vapautuneet vangit kokevat ongelmia monissa arkeen liittyvissä käytännön asioissa. Oman asunnon löytäminen on vaikeaa, jolloin he joutuvat asumaan asuntoloissa, yömajoissa yms. tilapäismajoitukseen perustuvissa paikoissa. Työn hankkiminen ei myöskään ole helppoa. Toimeentuloon liittyvät ongelmat ovat myös vapautuneiden vankien taakkana, mm. korvauksia ja velkoja saattaa olla hyvin huomattavia summia. (Rähä 1989, 53-69.)

Laine (1993) korostaa ajatusta, jonka mukaan vankilasta vapautuneen jälkihuollon on kiinnityttävä ihmisen arkeen ja elämäntapaan. Myös Laine näkee tärkeinä yhteiskuntaan kiinnittymisen avaimina asumisen, työn sekä arjen hallinnan. Edelleen Laine nostaa esille päihteiden käytön hallinnan. Jälkihuollon asiakkaalla tulee olla oikeus ympäristöön, jossa ei suosita päihteitä. Toisaalta jälkihuolto ei saa luoda kriminogeenisiä i. rikollisuutta ylläpitäviä ympäristöjä. Ongelmallisia ovat vailla minkäänlaista valvontaa olevat asuinympäristöt, joissa asuu runsaasti vankilasta vapautuneita ja joissa myös päihteiden käyttö on yleistä. Laine kysyykin osuvasti, ovatko erikoistuneemmat palvelut tarpeellisia vallitsevassa tilanteessa? Hän myös pohtii, pitäisikö jälkihuollon ja vapaudessa tapahtuvan rankaisemisen välille tehdä selkeä ero, jolloin eri organisaatiot keskittyisivät hoitamaan jälkihuoltoa sekä vapaudessa tapahtuvaa rankaisemista. (Laine 1993, 86-87.)

Laineen näkemys jälkihuollon ja vapaudessa tapahtuvan rankaisemisen selkeästä erottamisesta on varsin perusteltu. Niiden toimiessa yhdessä ja samojen toimijoiden tekemänä, on tilanne hyvin ristiriitainen. Kontrollin ja tuen yhteensovittaminen ei välttämättä ole mikään optimaalinen ratkaisu. Tosin sosiaalitoimen asiakastyössä se on yleinen tapa toimia. Silti etenkin marginaalisten ryhmien, kuten vankilasta vapautuneet vangit, kohdalla toimintojen eriyttäminen olisi hyvä ratkaisu.

Tarja Kallio (1999) on tehnyt tutkimuksen vankien päihdehuollon kehittamisestä. Tavoitteeksi on asetettu uudet päihdeongelmaa ehkäisevät menetelmät sekä hoidon kehittäminen vankeudessa ja sen jälkeen. Kallion saamien tulosten perusteella on lähdettävä liikkeelle vankien ajattelu – ja toimintamallien muuttamisesta. Heidät on saatava eroon päihteisiin ja rikoksiin liittyvästä elämäntavasta. Myös oman elämän ja päihteiden käytön hallinnan lisääntyminen on Kallion mukaan olennaista. (Kallio 1999, 6-18.)

Nils Christie (1983) on tutkinut oikeussosiologisesta näkökulmasta vankeja ja vankilajärjestelmää. Christie esittää, että rangaistusten kohteena olevat ihmiset kokevat pelkoa, häpeää ja onnettomuutta (Christie 1983, 6).

Christie (1993) korostaa vankien määrän lisääntyneen huomattavasti, etenkin Yhdysvalloissa. Hän on myös sitä mieltä, että taistelu rikollisuutta vastaan voi johtaa yhteiskuntien muuttumiseen totalitaarisiksi. Christie näkee vankilakierteen johtuvan vahvasti elämäntyylistä, johon olennaisena osan kuuluvat huumeet. (Christie 1993,11.) Toisaalta yhteiskunta myös valvoo vaarallisina pitämiään luokkia eristämällä heidät toisista ihmisistä (mt., 123).

Christien näkemykset pohjautuvat vahvaan humanismiin. Ne antavat uskoa pienen ihmisen mahdollisuuksiin yhteiskunnan mekanismien pyörteissä. Christie korostaa myös yhteiskunnan valvontakoneiston armottomuutta. Ihminen saattaa joutua rankaisun kohteeksi vailla riittävää hoitoa ja kuntoutusta.

Riitta Granfelt (2003) on tutkinut vankien asunnottomuutta näiden itsensä kertomana. Granfelt näkee tärkeiksi seikoiksi uusien asioiden oppimisen, oman halun ja motivaation sekä sitoutumisen muutokseen. Tutkimuksen mukaan vankien asunnottomuus pahentaa päihde – ja rikoskierrettä. Granfelt liittyy vapautuvien vankien asunnottomuuden yhteiskunnalliseen kontekstiin. Hänen mukaansa vankien asunnottomuus on yhteiskuntapoliittinen ongelma yhdistyneenä psykososiaalisiin ongelmiin. Yhteiskunnassa toteutettava asuntopoliittikka, ongelmat sosiaalisissa suhteissa sekä yksilölliset selviytymisongelmat ovat vakava uhka vankien asuntolanteen kehittymiselle. (Granfelt 2003, 12-28.)

Granfelt käsittelee vapautuvien vankien resursseja itsenäiseen asumiseen ja yhteiskuntaan integroitumiseen. Asumista vahvasti edistäviä tekijöitä ovat hänen mukaansa vankeusajan kuntoutus sekä asteittain tapahtuva vapauttaminen ja siihen liittyvä sisäisen kontrollin vahvistuminen. Erilaisia

asumisen vaihtoehtoja ovat itsenäisesti asuvat, tuetusti itsenäisesti asuvat, kuntoutujat tuetussa asuinyhteisössä, laajaa psykososiaalista tukea tarvitsevat, akuutissa rikos – ja päihdekierteessä elävät sekä päihdekierteessä elävät naiset. Vangit, kuten monet muutkin ihmiset, kaipaavat omaa vuokra-asuntoa ja sitä kautta omaa rauhaa sekä itsemääräämisoikeutta. Granfeltin saamien tulosten mukaan asunnottomuus ylläpitää syrjäytymistä ja vahvistaa itsetuhoista käyttäytymistä. Kodittoman on lähes mahdotonta integroitua yhteiskuntaan. (Mt., 65-84.)

Tutkimuksessaan vankien asunnottomuudesta Granfelt on pureutunut akuuttiin ja vakavaan yhteiskunnalliseen ongelmaan. Vailla vakituista asuntoa on suuri joukko ihmisiä. Useat heistä ovat syrjäytyneitä, kuten mm. mielenterveys-, päihde- ja / tai rikoskierteessä olevia. Asunnottomuuteen tulee ehdottomasti kiinnittää enemmän huomiota. Oma asunto tulisi asettaa sellaiseksi jokaisen kansalaisen perusoikeudeksi, josta myös pidetään kiinni.

Matti Tolvanen (2005) on käsitellyt tutkimuksessaan kriminaalipolitiikan teoriaa. Hänen mukaansa jotkut ihmiset tuntevat, etteivät hallitse elämäänsä lainkaan tai että muut hallitsevat sitä. Yksilö haluaa välttää ulkopuolisen kontrollin ja yrittää kontrolloida muita laittomien keinojen avulla. (Tolvanen 2005, 53, kts. myös Katz 1998.) Tolvanen esittelee myös alun perin Voldin kehittämää ryhmäkonfliktiteoriaa. Sen mukaan yksilöt hakeutuvat ryhmiin. Ryhmiin liittyminen on luonnollista, elämään olennaisesti kuuluvaa toimintaa. Eläminen on myös tulosta ryhmiin liittymisestä. Ryhmät syntyvät silloin, kun useampia yksilöitä yhdistävät samanlaiset intressit ja tarpeet. Ryhmien välille syntyy konflikti, kun ryhmien erilaisten intressien välille muodostuu kilpailu. Suurin osa rikollisuudesta perustuu nimenomaan ryhmien välisiin konflikteihin. (Tolvanen 2005, 55, kts. myös Vold-Bernard-Snipes 2002.)

Kyösti Raunio (2000) tutkinut sosiaalityön murrosta. Hän käsittelee erityisryhmien palveluita sekä marginalisoitumista. Raunio korostaa, että erityisryhmien palveluita on vähennetty, varsinkin mielenterveys – ja päihdeongelmallisille suunnattuja palveluita (kts. myös Eronen ym. 1998, 56, Eronen ym. 1999. 64). Erityisryhmien palveluista laitoshoidon osuus on vähentynyt ja ihmisten omaehtoista selviämistä tukevien palvelujen kehittämiseen on panostettu. Yhteiskunnan järjestämät yleiset palvelut eivät aina pysty vastaamaan erityisryhmien palvelutarpeisiin. Useat epäviralliset yhteisöt ja organisaatiot ovat entistä enemmän mukana erityisryhmien hoidossa ja huolenpidossa. (Raunio 2000, 25-26.)

Kris on oivallinen esimerkki uudentyyppisestä tavasta auttaa ja tukea ihmisiä heidän ongelmissaan. Vertaistuesta liikkeelle lähtevä toiminta on tuottanut paljon hyviä tuloksia vapautuneiden vankien keskuudessa. Kris:n toiminnan mahdollisuudet ovat juuri ihmislähtöisyydessä. Pieni ihminen osataan ottaa ja myös otetaan usein paremmin huomioon kuin yhteiskunnan tarjoamissa sosiaalipalveluissa. Muiden kokemukset antavat uusille Kris:n jäsenille hyvän vertailupohjan, jonka avulla omaa elämää voi lähteä rakentamaan uudella tavalla.

Pirjo Näkki (2006) on selvittänyt tutkimuksessaan vankien velkaantumista ja yhteiskuntaan integroitumista. Hänen mukaansa vapautuvia vankeja yhdistävät mielenterveys – ja päihdeongelmien lisäksi asunnottomuus (Näkki 2006, 45). Velkaantuminen on vangeille hyvin tyypillistä, jopa 80 %:lla on Näkin tutkimustulosten mukaan vähintään melko paljon velkoja (mt., 79). Velat myös vaikuttavat joko jossain määrin tai paljon yli puolella yhteiskuntaan integroitumisessa (mt., 101). Toisaalta varsin moni (86 %) on myös motivoitunut hoitamaan ja selvittämään velkaongelmiaan (mt., 107). Velkaongelman ja yhteiskuntaan sopeutumisen esteinä ovat Näkin saamien tulosten mukaan mm. köyhyys, elämäntilanteen toivottomuus ja tiedon puute. (Mt., 112-114.)

Näkki näkee ratkaisuna ongelmiin avun ja tuen selkeän tehostamisen, esim. velkaneuvonnan muodossa. Vaikuttavaksi tekijäksi nousee tässä yhteydessä vertaistukeen perustuva tuki. Eniten vangeille ovat apuaan ja tukeaan ongelmissa tarjonneet perhe, sukulaiset ja kaverit. (Mt., 114-118.) Päihdehuollon palveluihin vangit suhtautuvat kriittisesti, he eivät luota niiden tehokkuuteen. Tulevaisuudessa vankien haaveina ovat mm. oma koti, oma perhe, työ ja terveys. Näkki näkee erääksi merkittäväksi ratkaisuksi vankiloiden psykososiaalisen työn, jota hänen mielestään tulee edelleen kehittää. Vapauteen valmentamista vankiloissa on myös kehitettävä, luomalla lisää resursseja vapautumisprosessiin. Myös päihdepalveluita on parannettava. (Mt.,151-167.)

Kuten Näkki on todennut, tarvitsevat vangit runsaasti erilaisia palveluita, jotta parempi sopeutuminen yhteiskuntaan olisi entistä useamman vapautuneen vangin ulottuvilla. Hän esittää resurssien lisäämistä sekä vankilassa että siviilissä. Myös tehokkaampi yhteistyö vankilassa ja siviilissä vankien parissa toimivien tahojen välillä edistäisi yhteiskuntaan integroitumista, kuten Näkkikin antaa ymmärtää.

Saija Järvinen (1989) on tehnyt tutkimuksen tukiasunnosta vapautuneen vangin jälkihuoltona. Järvinen on sitä mieltä, että tukihenkilö auttaa tukiasuntoasukkaan itsenäistymisessä ja oman

elämänhallinnan saavuttamisessa (Järvinen 1989, 99, kts myös Roos, 1985). Tärkeään rooliin nousee myös auttajan ja ylipäänsä tukihenkilötoiminnan suhde kontrolliin ja sen leviämiseen (mt., 102-103, kts. myös Cohen 1985 ja Foucault 1982).

Epäilemättä juuri tuen puuttuminen vaikuttaa ratkaisevasti vapautuneen vangin mahdollisuuksiin pärjätä yhteiskunnassa. Joko yhden henkilön tai ryhmän antaman tuen merkitystä ei voi aliarvioida. Vapautuneen vangin itseluottamus ja itsetunto ovat usein hyvinkin heikot. Vapautumisen jälkeinen tuki edistää siten merkittävästi sekä vapautuneen vangin kasvua ja kehitystä persoonana että hänen sosiaalistumistaan ja sopeutumistaan yhteiskuntaan.

Johanna Vatanen (2000) on tehnyt sosiaalipedagogiikan pro gradu- tutkielmansa Tampereen yliopiston sosiaalipolitiikan laitoksella aiheesta ” Sopeutuako? Tutkimus lainrikkojien resosialisaation mahdollisuuksista. Vatanen on selvittänyt lainrikkojien kykyä selviytyä ja sopeutua yhteiskuntaan. (Vatanen 2000.)

Pauli Niemisen (1993) Tampereen yliopiston sosiaalipsykologian ja sosiologian laitoksella tekemä sosiologian pr gradu-tutkielma on nimeltään ” Auttaa, tarkkailla vai rangaista? ”. Siinä Nieminen tarkastelee viranomaisten suhdetta rikoksentekejiin. Hän arvioi tutkimuksessaan viranomaisten usein ristiriitaista roolia suhteessa lainrikkojiin. Siihen sisältyvät auttaminen, tarkkailu ja rankaiseminen ovat kukin yhteiskunnan viranomaisten vastuulla. (Nieminen 1993.)

Ari Siekkinen (1995) on tehnyt nuorisotyön tutkielman ” Kriminaalihuoltotyö ja vapautunut vanki ” Tampereen yliopiston yhteiskunnallisessa opetusjaostossa. Tutkielma käsittelee suomalaista kriminaalihuoltotyötä, keskittyen etenkin vapautuneen vangin asemaan yhteiskunnassa.

4. NYKYINEN KRIMINAALIHUOLLOLLINEN KESKUSTELU

Nykyinen kriminaalihuoltoa koskeva keskustelu on varsin runsasta. Eri toimijat niin ammatillisella sektorilla kuin ei-ammattillisella, vertaistukea tarjoavalla, ovat olleet paljon mediassa. Aiheesta on kirjoitettu lukuisia artikkeleita eri aikakaus – ja sanomalehtiin. Myös televisiossa on ollut useita aiheeseen liittyviä ohjelmia.

Kris-keskusliiton hallituksen puheenjohtaja Matti ” Kid ” Hytönen tuo esille sen epäkohdan, että vankilasta vapautuvat ovat usein vailla asuntoa, ihmissuhteita sekä rahaa. Edelleen Hytönen korostaa sitä tosiasiaa, että yli 80 % vangeista on saanut tuomionsa päihdeongelman vuoksi. Hänen mukaansa päihdeongelman hoitaminen tulisikin aloittaa jo vankilassa. Hytönen tähdentää lisäksi, että jokainen vanki haluaa eroon päihteistä. (Keskisuomalainen 9.12.2006.)

Samaan artikkeliin haastatellut rikosseuraamusviraston erityisasiantuntija Vuokko Karsikas ja Itä-Suomen aluevankilan sijoittajayksikön johtaja Maija Roiha haluavat, että vangeille annetaan todellinen mahdollisuus muuttua ja aloittaa uusi, päihteetön ja rikokseton elämä (Ksml 9.12.2006). Mahdollisuuden saaminen on uusi tilaisuus, edistään huomattavasti sopeutumista yhteiskuntaan.

Vankilaevankelistana ja päihdetyöntekijänä toimiva Ari Saatola kirjoittaa Keskisuomalaisessa Puheenvuorot-palstalla aiheesta ” Olisikohan päihdetyön tähtäintä tarkistettava? ”. Hän on huolissaan toimeentulotuella ja työmarkkinatuella elävien ihmisten tilanteesta, jotka ovat myös vapaiden asuntomarkkinoiden ulkopuolella ja ovat päihteiden sekakäyttäjiä. Usein näiden ihmisten elämää leimaa lisäksi pikkurikollisuus, joka ylläpitää rikos – ja päihdekierrettä, johtaen aika ajoin vankilaan. Vapautumisen jälkeinen aika on kriittistä, kuten Saatolakin toteaa. Vankilasta vapautuneella ei ole riittävää tukea ja yhteisöä, jotta sopeutuminen yhteiskuntaan olisi vaivattomampaa. Saatola nostaa esiin myös sen epäkohdan, että apu ja tuki ei ole oikein suunnattu . Järjestöillä ei hänen mukaansa taas ole riittävästi taloudellisia – ja henkilöresursseja päihdetyön tekemiseen. (Keskisuomalainen 14.7.2007.)

Tampereen yliopiston sosiaalipolitiikan opiskelija Mikko Kangaspunta pohtii vangin muuttumista yhteiskunnan jäseneksi, kansalaiseksi. Kangaspunta on tehnyt tutkimuksen ” Huumeongelmaisen vangin kansalaistuminen ”, joka on huume – ja päihdeongelmaisille vangeille suunnattu haastattelututkimus. Hänen mukaansa ensiarvoisen tärkeää on suunnata resursseja vankilasta vapautumisen välivaiheeseen, joka kattaa päihdekuntoutuksen ja työelämävalmennuksen.

Vapautunut vanki tulee ohjata heti vapautumisensa jälkeen päihdekuntoutukseen. Se edellyttää suunnitelmallisuutta ja tukea. Saavuttaessaan tavoitteensa, päihteettömyyden, jää myös rikollinen elämäntapa taakse. Työelämävalmennus on toinen tärkeä vapautuneen vangin selviytymistä tukeva elementti. Se vahvistaa itseluottamusta ja lisää motivaatiota hakeutua töihin. Kangaspunta nostaa lisäksi esiin vertaistuen merkityksen elämäntavan muuttumisessa. AA- ja Na-ryhmät auttavat raitistunutta ja toipuvaa elämään ilman päihteitä. (Aamulehti 28.9.2007.)

Vuokko Karsikas kirjoittaa Haaste-lehdessä valvotusta koevapaudesta. Hänen mukaansa valvottu koevapaus tulisi ottaa osaksi koko vapauttamisprosessia. Se edellyttää paitsi vangin omaa, vahvaa motivaatiota ja sitoutumista asiaan, niin myös suunnitelmallisuutta ja päihteettömyyttä. (Haaste 2 / 2007.)

Matti ” Kid ” Hytönen esittelee Poliisi-lehdessä vertaistuen merkittävää roolia päihteettömyydessä ja rikoksettomuudessa. Vapautuville vangeille tehdään vapauttamissuunnitelma, joka tukee heidän selviytymistään yhteiskunnassa. Hytönen pitää vankilasta vapautumista kriittisenä tilanteena ihmiselle. Ihminen on yksin ja siten erityisen altis kaikenlaisille houkutuksille.” Vapautuminen on aina sokki. Yhtäkkiä maailma on edessä kaikkine valoineen, tuoksuineen ja houkutuksineen. Tätä on hyvin vaikea käsittää, jos ei sitä itse ole kokenut ”. Edelleen Hytönen korostaa vertaistuen merkitystä verrattuna ammattiauttajiin. Vertaistukea esim. Kris:ssä antavat henkilöt omaavat samanlaisen kokemustaustan, joten heidän on helppo ymmärtää vankilasta vapautunutta. (Poliisilehti 1 / 2007.)

5. KRIS JÄRJESTÖNÄ

5.1 Kris:n perustaminen ja toimintaperiaatteet

Kris (Kriminellas revansch i sammhället) on perustettu Tukholmassa 1997. Perustajina toimivat entiset pitkäaikaisvangit. Kris-termi kertoo rikollisen taustan omaavien ihmisten uudesta mahdollisuudesta toimia yhteiskunnassa täysivaltaisina jäseninä. Kris:n toiminta-ajatus muodostuu neljän keskeisen käsitteen ympärille: kunniallisuus, päihitteettömyys, toveruus ja solidaarisuus. Yhdistyksen jäsenistä useimmat ovat onnistuneet jättämään sekä vankilakierteen että päihteen. Niinpä he ovatkin monessa mielessä vangin elämän parhaita asiantuntijoita. Kris tarjoaa poliittiseen ja uskonnolliseen riippumattomuuteen perustuvaa vertaistukea eli auttaa vapautumassa olevia tai vapautuneita vankeja päihitteettömän ja rikoksettoman elämän rakentamisessa. Ensimmäinen vanki vapautui Kris:n tukemana Ruotsissa 1998. Kris:n toiminta on edelleen laajentunut Ruotsista lähinnä Itämeren alueen valtioihin. Kris:n yhdistyksiä on perustettu Suomeen, Tanskaan, Liettuaan ja Valko-Venäjälle. Yhteistyötä tehdään myös Venäjällä, Belgiassa, Intiassa ja Etelä-Afrikassa. Suomen Kris-toiminta sai alkunsa Naantalissa 2001. Silloin nimenä oli vielä RRY- rikollisten revanssi yhteiskunnassa. Puheenjohtajaksi valittiin Ruotsin Kris:n tukemana vapautunut Kata Pousi. Yhteistyö Kris Sverigen kanssa on ollut alusta lähtien hyvin tiivistä.

Samoin yhteistyö Suomessa on ollut tiivistä Syväpuro-yhteisön kanssa, jonka johtajana toimii Mauri Poikeljärvi. Hän on myös itse entinen päihiteiden väärinkäyttäjät ja vanki, joka on selvinnyt päihde – ja rikoskierteestään ja auttaa nyt muita. Vuonna 2003 pidettiin Syväpurossa uusi perustava kokous, jolloin yhdistyksen nimeksi vakiintui Kris-Suomi ry. Yhdistyksen aktiivijäsenet tiedottivat Kris:n toiminnasta vankiloissa, eduskunnassa, alan järjestöissä, viranomaistahoilla sekä joukkotiedotusvälineissä. Ensimmäinen Kris:n kautta Suomessa vapautunut vanki pääsi vapauteen 2003. Samana vuonna avattiin ensimmäiset toimipisteet Helsingissä ja Loviisassa. Lisäksi Kris:llä on toimipisteet Tampereella, Hämeenlinnassa, Jyväskylässä, Uudessakaupungissa, Kuopiossa, Espoossa, Joensuussa ja Kotkassa.

Tampereen yhdistys, Kris-Tampere on rekisteröitynyt virallisesti omaksi yhdistykseksi. Kris-Tampere sai lisäksi tänä keväänä palkallisen työntekijän, kun toiminnanjohtaja aloitti siellä työnsä. Loviisassa toimivat erillisinä yksikköinä huonekaluverstas, keskusvarasto ja kirpputori, jonka toiminnasta saatavaa tuottoa varten on perustettu Kris-tukiyhdistys ry. Nurmeksessa toimii

Kuohatti-tukikoti, jota rahoitetaan mm. kirpputorivaroin. Yhdistyksen kattojärjestön nimi, Kris-keskusliitto ry, vaihtoi nimensä Kris-Suomen keskusliitto ry:ksi vuonna 2007.

Kris:n toiminnan peruseriaatteiden varaan rakentuvien päihdeettömyyden, rehellisyyden, toveruuden ja yhteisvastuullisuuden myötä muodostuu yhteisyyden tunne, jonka avulla autetuista voi kasvaa auttajia uuden elämänasenteen rohkaisemina ihmisinä. Vapautumassa olevia vankeja autetaan käytännössä mm. tulemalla heitä vastaan vankilan portille ja opastamalla siitä eteenpäin vapautumisen alkuhetkillä. Konkreettisia toimenpiteitä ovat esim. päihdekatkaisuun ohjaaminen, viranomaisasioissa avustaminen sekä tukihenkilötoiminta. Yhdistyksen toiminnassa ja sen tilaisuuksissa mukana oleminen edellyttää ehdotonta päihdeettömyyttä. Onhan juuri päihdeettömän elämäntapa Kris:n toiminnan lähtökohtia ja peruseriaatteita. Kris:n yhteistyökumppaneita ovat mm. Sininauhaliitto, Myllyhoito ry, Kriminaalihuoltolaitos, Kriminaalihuollon tukisäätiö, Rikosseuraamusvirasto, YRE – yhteistyössä rikoksettomaan elämään, vankilat, seurakunnat, sosiaalitoimistot, Silta-Valmennus (Tampere), YAD- Youth Against Drugs ry sekä Päihdekuntoutusyhteisö Help. (Kivelä 2004, Kris:n kotisivut.)

5.2 Kris-Tampere

Kris-Tampere perustettiin 1.7.2004. Se on muiden Kris-yhdistysten tapaan poliittisesti ja muista aatesuunnista riippumaton yhdistys. Kris-Tampere on itsenäisesti toimiva yhdistys, joka kuitenkin kuuluu Suomen Kris:n keskusliittoon. Kris- Tampereen toiminnan pääalueita ovat vankilatyö, toimintakeskuksen ylläpitämä toiminta sekä yhteisö-, koulutus – ja harrastustoiminta. Toimintakeskuksessa järjestetään mm. Kris-iltoja, naisten ja miesten ryhmiä sekä Siviili-kursseja. Se toteuttaa myös päiväkeskustoimintaa. Kris-Tampere sai 1.3.2007 varsinaisen, palkallisen työntekijän, kun toiminnanjohtaja aloitti siellä työnsä. Myös fyysiset resurssit paranivat Kris-Tampereella olennaisesti, kun kevättalvella 2008 avattiin Aleksanterinkadulla uusi toimisto ja toimintakeskus. Muutoinkin Kris-Tampere ry:llä menee erittäin hyvin. Se on todennäköisesti Suomen aktiivisimpia, ellei jopa aktiivisin Kris-yhdistys. Vankilavierailuja Kris-Tampereen aktiivijäsenet tekevät säännöllisesti, etenkin Kylmäkosken vankilassa Sitä kautta myös tuettavien määrä on korkea.

Vuonna 2006 Kris-Tampereen tilastot kertovat mm. seuraavaa: varsinaiset jäsenet 66, kannatusjäsenet 37, käynnit toimintakeskuksessa (miehet) 439, käynnit toimintakeskuksessa (naiset) 28, palveluohjatut siviilissä 165, vankilainfot / krt 23, vankilainfot / lkm 181, tukitapaamiset

vankilassa 114, toimivat tukihenkilösuhteet (vankila) (tammikuu-lokakuu 2006) 73, toimivat tukihenkilösuhteet (siviili) (tammikuu-lokakuu 2006) 13, osallistuminen Vapari-kurssiin 98. Vuonna 2007 tammikuun-kesäkuun ajalta tilastot ovat seuraavat: varsinaiset jäsenet 98, kannatusjäsenet 48, käynnit toimintakeskuksessa (miehet) 810, käynnit toimintakeskuksessa (naiset) 199, palveluohjatut siviilissä 172, vankilainfot / krt 16, vankilainfot / lkm 129, tukitapaamiset vankilassa 183, toimivat tukihenkilösuhteet (vankila) ?, toimivat tukihenkilösuhteet (siviili) ?, osallistuminen Vapari-kurssiin 48.

Jo tilastojenkin valossa Kris-Tampereen toiminta on siis hyvin aktiivista ja säännöllistä. Toiminta on vieläpä kasvanut tilastollisesti huomattavasti vuoden sisällä. Usean toimivan yhdistyksen tavoin myös Kris-Tampereen toiminta perustuu vahvasti dynaamisen ja kiinteän ydinryhmän varaan. He ovat omalla esimerkillään innostaneet ja yhä innostavat muita mukaan yhdistyksen toimintaan, joten Kris-Tampereen tulevaisuuskin näyttää olevan turvallisella ja vakaalla pohjalla. 1.3.2007 alkoi Ray:n tukema Valmiutta vapauteen- projekti, joka kestää 2010 asti. Elokuussa 2007 Kylmäkosken vankilassa pidettiin vapauteen valmentava Vapari-kurssi. Siviili-kursseja aloitettiin RAY:n tuella 1.3.2007. Ne on tarkoitettu vankilasta vapautuvien siviilivalmennuksen lisäämiseen. Samoin v. 2007 aloittivat naisten ja miesten ryhmät. (Kris-Tampereen toimintakertomus vuodelta 2007.)

6. TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

6.1 Tutkimusongelma

Tutkimukseni keskittyy pohtimaan vankilasta vapautuneen ja vapautumassa olevan vangin selviytymistä yhteiskunnassa. Pärjääminen edellyttää motivaatiota, jotta selviytyminen olisi ylipäänsä mahdollista. Onko vankilasta vapautuneella vangilla sitten edellytyksiä menestyä elämässään aiempaa paremmin? Millaisia selviytymiskeinoja hänellä on käytössään? Toisaalta minua kiinnostaa vapautuneen vangin arjen hallinta. Kuinka se onnistuu vapaudessa? Se liittyy laajemminkin elämänhallintaan, joten haluan myös tutkia. Pohdin tutkimuksessani elämänhallinnan ja selviytymisen edistymistä Kris- järjestön antaman vertaistuen kautta. Auttaako Kris:n antama vertaistuki? Käsittelen myös Kris:n toimintaa ja sen käyttämiä menetelmiä ja työtapoja. Selvitän, onko Kris:n käyttämillä keinoilla vaikutusta myös käytännössä. Esiin nousee lisäksi AA – ja NA-kerhojen välittämä näkemys päihteettömästä elämäntavasta. Kris:n jäsenillä addiktiosta, päihteistä, vapautuminen on olennaista. AA – ja Na-kerhojen ideologia on heidän elämäänsä ohjaava voima, joka saa heidät pysymään elämässä kiinni ja estää paluun menneeseen, päihteiden ja rikosten täyttämään elämäntapaan. Tähän kuuluu muutos, jota ilman päihteettömyys ja sitä kautta rikokseton elämä ei ole mahdollista. Myös oma, vahva motivaatio on tärkeä lähtökohta kohti uutta elämäntapaa. Halu olla itsenäinen, vapaa yksilö on merkittävää; aiempaan elämään kuuluneet päihteet ja rikokset eivät enää hallitse ihmisen mieltä. Vankilan jälkeen elämässä on löytynyt uusi suunta ja uusi tarkoitus, jota varten ihminen jaksaa elää ja ponnistella. Integroituminen yhteiskuntaan on päihteistä ja rikoksista eroon päässeelle lopullinen päämäärä.

6.2 Tutkimusmenetelmä

Tutkimukseni on luonteeltaan kvalitatiivinen, laadullinen tutkimus. Laadullisen tutkimuksen avulla on helpompi lähestyä ihmisiä ja heidän arkipäiväänsä. Ihmisten kokemuksia on myös helpompi selvittää kvalitatiivisen kuin kvantitatiivisen tutkimuksen keinoin. Haluan saada esille ihmisen omia ajatuksia tuntemuksia oman elämänsä vaiheista. Tutkimukseni on myös deskriptiivinen, kuvaileva tutkimus. Pyrin hahmottamaan ja selkiinnyttämään, mitä Kris on käytännössä ja miten se toimii. Tutkimukseni rakenteessa olennaisena osana ovat Kris:n jäsenten parissa tekemäni haastattelut. Haastattelu perustuu vuorovaikutukseen, jossa molemmat haastattelun osallistujat vaikuttavat toisiinsa (Eskola ja Suoranta 1998, 86).

Hirsjärvi ja Hurme ovat luonnehtineet haastattelua vuorovaikutustilanteena. He tuovat esille seuraavia tekijöitä, jotka ovat olennaisia haastattelulle. Ensinnäkin sen tulee olla ennalta suunniteltu tapahtuma. Toiseksi tilanne ja sen ohjaaminen lähtee haastattelijasta. Kolmanneksi haastattelijan tehtävänä on tarvittaessa motivoitava haastateltavaa ja ylläpidettävä haastattelua. Neljänneksi haastattelijan on tunnettava oma roolinsa, jonka myös haastateltava oppii. Viidenneksi haastattelun on perustuttava luottamuksellisuuteen, jota haastateltavan tulee saada kokea. (Hirsjärvi ja Hurme 1980, 41.)

Aineiston analyysimenetelmänä olen käyttänyt teemoittelua. Tekemäni haastattelut ovat ns. teemahaastatteluja. Teemahaastatteluissa esittämäni kysymykset olivat hyvin pitkälle tiettyjen teemojen mukaan eteneviä, puolistrukturoituja kysymyksiä. Tarkoitukseni oli saada esiin jotain syvällistä, pintatietoa syvempää tietoa. Toisaalta aiheen arkaluontoisuuden vuoksi juuri teemahaastattelu on usein oivallinen tapa lähestyä haastateltavia (vrt. esim. Hirsjärvi ja Hurme). Aluksi halusin saada jokaiselta haastateltavaltaani taustatietoja, mm. perheeseen, kouluun, vankilakertaisuuteen yms. liittyen.

Varsinaisia teemoja oli yhteensä seitsemän; 1. arkipäivän sujuminen ja rutiinit (arjen – ja elämänhallinnan keinot), 2. jaksaminen ja motivaatio (niitä ylläpitävät tekijät), 3. asuminen, 4. työ ja opiskelu, 5. ihmissuhteet, 6. suhde päihteisiin (mennyt ja nykyinen) sekä 7. vapaa-aika ja harrastukset. Kaikkiaan tein haastatteluja viisi ja kaikki haastateltavani ovat Kris-Tampereen miespuolisia jäseniä. Haastattelin jokaisen haastateltavani kahteen kertaan. Näin sain sekä tarkistettua joitakin epäselviksi jääneitä asioita, korjattua virheitä että täydennettyä haastattelijani. Haastattelut olivat kestoltaan n. tunnin mittaisia. Jokainen haastattelu on nauhoitettu. Haastattelujen jälkeen tein jokaisesta nauhoituksesta ns. karkean purun, jolloin pyrin saamaan keskeisiä teemoihini liittyviä asioita esille. Tämän jälkeen tein kaikista haastatteluista varsin sanatarkat purut, jotka litteroin käsin. Ainoastaan henkilökohtaisiin, intiimeihin elämänvaiheisiin liittyvää aineistoa suodatin jonkin verran. Kaikkiaan litteroitua aineistoa kertyi käsin kirjoitettuna n. 80 sivua. Luin jokaisen haastattelun muutamaan kertaan läpi ja pyrin löytämään niistä olennaisia, teemoista suoraan esiin nousevia seikkoja. Toisaalta halusin löytää eri haastatteluista niitä mahdollisesti yhdistäviä tekijöitä.

Halusin nimetä jokaisen haastatteleman henkilöni ns. lempinimellä, koska pyrin saamaan tutkimukseeni autenttisuutta. Toisaalta myös haastattelemieni henkilöiden käyttämä värikäs, elämänmakuinen puhetapa sopii hyvin nimien taakse. Halusin lisäksi saada tutkimukseeni omaa,

persoonallista leimaa, jotta se kenties voisi erottua muista vastaavista tutkimuksista. Useissa tutkimuksissa, joissa on käytetty teemahaastatteluun perustuvaa tutkimusmenetelmää, on nimetty haastateltuja henkilöitä esim. jonkin koodin tai tunnuksen avulla. Itse koen kuitenkin tällaisen tavan menetellä itselleni vieraaksi, koska kysymyksessä on inhimillinen tutkimuskohde, ihminen.

6.3 Kris:n jäsenten haastattelut

Haastattelin tutkimustani varten yhteensä viittä Kris-Tampereen jäsentä. Heistä kaikki olivat miehiä, iältään n. 35-50-vuotiaita. Aluksi pohdin myös naisjäsenten haastattelemista, mutta sitten päätin luopua ajatuksesta. Tutkimukseni tarkoitus ei ole kuitenkaan verrata sukupuolten välisiä eroavaisuuksia. Toisaalta myös useimmat vapautuvat ja vapautuneet vangit ovat miehiä. Näin ollen naispuolisten Kris:n jäsenten löytäminen olisi todennäköisesti ollut vaikeampaa. Varmuuden vuoksi tein kaikki haastattelut kahteen kertaan. Ensimmäkin halusin tarkistaa ja lisätä vielä joihinkin teemoihin liittyviä, mieltäni askarruttavia seikkoja. Toisaalta mielestäni oli syytä antaa myös haastateltaville mahdollisuus tuoda esiin ensimmäisessä haastattelutilanteessa mahdollisesti puuttumaan jääneitä, heidän elämäänsä olennaisesti vaikuttavia tekijöitä.

Haastateltavista kahden haastattelut tein Kris:n toimitilassa, Nekalassa ja Pispalassa. Yksi haastateltavista halusi, että teen haastattelut hänen työpaikallaan. Yhden haastateltavani kanssa teimme haastattelut Tampereen yliopiston kirjaston ryhmätyöhuoneessa. Yhden haastateltavani ensimmäinen haastattelu tehtiin Kris:n toimitilassa Nekalassa, toinen taas Tampereen yliopiston kirjaston ryhmätyöhuoneessa. Haastattelut oli kahta Pispalassa tehtyä haastattelua lukuun ottamatta mahdollista tehdä kahden kesken, rauhallisissa olosuhteissa. Kris:n toimistolla Pispalassa tehtyä kahta haastattelua häiritsi hieman siellä samaan aikaan tehty remontti. Paikalla oli muitakin ihmisiä. Onneksi me saimme kuitenkin olla Kris-Tampereen Pispalan toimiston yläkerrassa, remonttimiesten työskennellessä alakerrassa. Meteli oli tosin välillä suhteellisen kova, mutta haastattelut ja nauhoitukset onnistuivat silti myös siellä ylimääräisistä ihmisistä ja äänistä riippumatta kohtuullisen hyvin.

Päätin käyttää haastatteluissani ns. teemahaastattelumenetelmää, joka oli rakennettu puolistrukturoiduin, kutakin teema lähellä olevien kysymysten avulla.. Aloitin taustatiedoilla; iällä, perheellä, vankilataustalla yms. Varsinaisia teemoja oli kaikkiaan seitsemän. Ensimmäisenä teemana olivat arkipäivän sujuminen ja arjen rutiinit. Siinä pyrin selvittämään arjen ja elämänhallinnan keinoja. Toinen teema käsitteli haastattelemini Kris:läisten jaksamista ja

motivaatiota sekä myös niitä ylläpitäviä tekijöitä. Kolmantena teemana oli asuminen. Asunto on tärkeässä roolissa edistämässä vankilasta vapautuneen vangin sopeutumista yhteiskuntaan sekä vähentämässä päihde – ja rikoskierteeseen ajautumista. Neljäs teema liittyi työhön ja opiskeluun.

Tarkoitukseni oli kartoittaa haastateltavieni työ- ja opiskeluhistoriaa sekä ennen raitistumista että sen jälkeen. Työ ja opiskelu ovat ihmiselle merkittävästi elämää tukevia tekijöitä. Viidentenä teemana olivat ihmissuhteet.

Halusin selvittää haastateltavieni ihmissuhteita, niissä tapahtuneita muutoksia sekä niiden erilaisia tasoja. Kuudes teema oli suhde päihteisiin, mennyt ja nykyinen. Päihteet olivat näytelleet huomattavaa osaa haastattelemani Kris:läisten elämässä ennen heidän raitistumistaan. Näin ollen se oli yksi tärkeimmistä teemoista tutkimuksessani. He myös kertoivat siitä kenties avoimemmin ja seikkaperäisemmin kuin muista tutkimukseni teemoista. Seitsemäntenä ja viimeisenä teemana oli vapaa-aika ja harrastukset. Aiemmin haastateltavani olivat käyttäneet valtaosan vapaa-ajastaan päihteisiin. Sama pätee toki heidän muutakin arkipäiväänsä. Tässä teemassa yritin saada selville, millaisia vapaa-ajan viettotapoja ja harrastuksia haastateltavillani on tällä hetkellä sekä niiden mahdollisuuksia tukea heidän elämänhallintaansa ja selviytymistään.

Kaikki tekemäni haastattelut olivat nauhoitettuja. Litteroin nauhoittamani haastattelut mahdollisimman tarkasti, kirjoittamalla ne käsin ylös. Luin kirjoittamani tekstit läpi pariin-kolmeen kertaan, jotta niistä muodostuisi mahdollisimman selkeä kokonaisuus. Samalla tein eri teemoista huomioita. Toisaalta sellaisia, jotka ehkä yhdistävät haastateltaviani sekä sellaisia, jotka saattavat erottaa heidän ajatuksiaan toisistaan. Haastatteluissa tuli esille paljon sellaisia intiimejä, henkilökohtaisia yksityiskohtia, jotka jo litterointivaiheessa jätin kirjaamatta. Ne eivät kuitenkaan millään tavalla palvele tutkimustani ja toisaalta tutkimukseen kuuluvan hyvän etiikan mukaista on olla tutkittavia kohtaan luottamuksellinen, oikeudenmukainen ja rehellinen.

Jokaisen haastateltavan nimi on muutettu, jotta mahdollinen yhdistäminen todelliseen henkilöön vaikeutuisi. Halusin silti käyttää tutkimuksessani oikeantyyppisiä nimiä, koska pyrin saamaan tutkimukseeni aitoutta ja elämänläheisyyttä. Päädyin käyttämään ns. lempinimiä, joilla ei ole mitään tekemistä haastattelemani henkilöiden oikeiden nimien kanssa. Esittelen ensin jokaisen haastateltavani tarinoista olennaisia katkelmia. Sen jälkeen arvioin niiden antamaa informaatiota teemoittelun avulla. Tarkoitukseni on selvittää etenkin haastateltavieni elämänhallintaa ja selviytymiskeinoja.

7. KRIS:N JÄSENTEN KERTOMUKSET

7.1 Tapsa, ”Et se hyppy tuntemattomaan, se oli tosi suuri asia”.

Tapsa on n. 40-vuotias, tamperelainen mies. Hänellä on takanaan pitkäaikainen laitospaikka alkaen poikakodista ja päätyen eri vankiloihin. Kaikkiaan Tapsa on ollut laitoksissa kaikkiaan n. 20 vuotta. Hän aloitti päihteiden käytön hyvin nuorena, ensimmäisenä tuli mukaan liimojen imppaaminen. Ensimmäiset rikoksensa Tapsa teki n. 13-14-vuotiaana. Joutuessaan poikakotiin, hän oli 15-vuotias.

Tapsa korostaa Kris:n merkitystä vaihtoehtona, joka ei ole minkään ns. kontrolliviranomaistahon edustamaa vaan pohjautuu ihmisen omaan haluun olla mukana toiminnassa.

” No, joo, tähän on yks juttu tää Kris, ku tää on sillain kuitenkin vapaaehtosta”.

Kris on tällä hetkellä merkittävä osa Tapsan arkea, auttaen häntä elämänhallinnassaan.

” Tää on yhtenä osana mun jokapäivästä elämää ”.

Tapsa kokee vertaisryhmän olevan tärkeitä hänen päihteettömyydessään. Myös suhteet toisiin toipuviin ovat hänelle merkityksellisiä. Ylipäänsä ihmissuhteet ja vuorovaikutus ovat Tapsalle elämää tukevia tekijöitä.

” Sit on näitä justiin, no itsehoitoo, mää käyn ryhmissä ”.

” Ja toisten toipuvien kanssa oon tekemisissä päivittäin ”.

” On tätä sosiaalista, sitä tarvitaan kuitenkin, siitä mää tykkään ”.

Tapsa miettii aiemman elämänsä turvattomuutta verrattuna nykyiseen elämäänsä. Nyt hän kokee elävänsä turvallista elämää.

” Se turvallisuus, sehän puuttu tosta aikasemmasta jutusta. Ei siellä ollu mitään ”.

Tapsa myöntää jännittäneensä ja jopa pelänneensä muutosta. Häntä askarrutti uuden elämäntavan aloittaminen.

” Et se hyppy tuntemattomaan, se oli tosi suuri asia. Siis sillain, alottaa se oma elämä ”.

Toisaalta Tapsa halusi osoittaa sekä itselleen että läheisilleen, että hän kykenee saamaan elämäänsä uuden sisällön.

” Et mää pystyn niinku näyttään, että se on mahdollista ”.

Tapsa koki vertaistuen varaan rakentuvan esimerkillisyyden toimivan muutoksen alullepanevana voimana.

” Niin, niinku mulle oltiin esimerkkinä ja samallailla määhän niinku jatkan sitä, että niinku oon muille esimerkkinä. Että se on mahdollista muuttua ja saada ne asiat kondikseen se on mahdollista, että sitä niinku vähän uskoo. Uskoo, että selviää ”.

Nykyisin Tapsa ei enää epäröi, jos hän tarvitsee apua tai tukea elämässään. Hän osaa ja uskaltaa hakea muiden ihmisten supporttia.

” Ja sit on tottunu turvautuun muiden apuun ja se on hienoo ”.

Muiden ihmisten apu ja tuki on tullut Tapsalle ensiarvoisen tärkeäksi, mikä on suunnaton muutos verrattuna aiempaan.

” Joo, sitä niinku sitä muutosta ja niitähän sitten mielti. Että mitenkähän se olis mahdollista, melkeen vuositolokulla ”.

Muutoksen pohtiminen ja ratkaisun tekeminen oman elämänsä suhteen viekin monelta päihde – ja rikoskierteessä olevalta pitkän, usean vuoden kypsyttelyajan.

” Sitten, kun toiset ihmiset luottaa ja uskoo ja sitten kun pärjää tai pääsee itse joissain asioissa eteenpäin ja onnistuu jossain asiassa. Se on helvetin hyvä tunne”.

Tapsa kokee oman, henkilökohtaisen päihdehoitonsa olleen lähtökohta omalle muutokselleen.

” Niin, et kuitenkin se oma päihdehoito, niinku, se on kaikista tärkein juttu ”.

Itseapuryhmässä käyminen, kuten Tapsan tapauksessa NA-ryhmä, antaa pohjan koko hänen nykyiselle elämäntavalleen.

” Kaikelle edellytys on kuitenkin kyllä ollu se päihteettömyys ja rikoksettomuus ”.

Tapsa on terveellä tavalla ylpeä, kertoessaan omasta vertaistuettavastaan

” Määhän oon niinku just tavallaan sen esimerkki. Luo sille sitä uskoo ja hän lähtee siihen mukaan ”.

Tapsa on hyvin optimistinen ja positiivinen tulevaisuuden suhteen. Hän uskoo ja luottaa itseensä, päihteettömyyden ja rikoksettomuuden tiellä.

” Kun tietää, että tää pysyy vielä huomennakin tässä ”.

Ennen Tapsa koki olevansa hyvin aggressiivinen ja itsekeskeinen. Elämää leimasivat silloin omanedun ja omien nautintojen tavoitteluun pyrkivät keinot. Tietynlainen hedonismi ja narsismi olivat Tapsalle luonteen hallitsevia piirteitä tuolloin.

” Ennen oli, että jos ei heti saanu, se otettiin väkisin ”.

Tapsa kokee kasvaneensa ja kehittyneensä ihmisenä. Entinen lyhytjännitteinen tapa elää on poissa.

” Joo, että pitkäjännitteisyyttä on tullu ”.

Tapsa pohtii elämäänsä nykyisin olennaisesti kuuluvia tukea ja turvallisuuden tunnetta. Ne saavat hänet helpottuneeksi ja tyytyväiseksi.

” Kun on ne tukijat ja siis ne elämän perustukiasiat tai perusasiat on niinku kondiksessa. Siinä on jotenkin niin turvallista olla. Jos yks tukijalka pettää, niin on kolme muuta, jonka puoleen voi kääntyä ”.

Tapsan mielestä hänen koko ajattelutapansa on muuttunut täydellisesti. Henkiset arvot ovat hänelle tärkeitä, elämää muovaavia tekijöitä.

” Se on kuitenkin niinku tullu, ku arvomaailma on kääntyny aivan pääläelleen, niinku siihen entiseen verrattuna. Kaipaa sitä, niinku henkistä mielihyvää. Ja sillä lailla, että arvot on vaihtunu. Että se raha ei oo enää niin tärkeä asia vaan henkinen tasapaino ”.

Tapsa on tyytyväinen siitä, että on nyt työssä. Se antaa hänelle tunteen siitä, että kuuluu johonkin.

” Tääkin on saavutus, että on ensimmäistä kertaa jossain työelämässä mukana ”.

Tapsa on mielestään nykyään sopeutunut yhteiskuntaan. Hän korostaa vastuun ja riippumattomuuden merkitystä. Tapsa nauttii siitä, että pystyy itse hallitsemaan elämäänsä.

” Että se on niinku kiinnittymistä yhteiskuntaan, sitä omavastuullisuutta. Se, että haluaa olla riippumaton mistään sossusta tai mistään vaan olla oman itsensä herra ”.

Ihmissuhteet ovat nyt sillä tasolla kuin Tapsa haluaakin. Ne perustuvat vahvasti luottamukseen ja rehellisyyteen.

” Uusi ystäväpiiri, ne niinku tuntuukin ystäviltä. Ja se, että niihin voi luottaa. Eikä oo enää hyväksikäyttöä ja selkäänpuukotusta, heti kun sää käännät selkäs tai kerrot niille asioita ”.

Tapsan elämänhallinta on tällä hetkellä sellaista, että se toimii. Sen ansiosta tulevaisuuskin vaikuttaa hänen mielestään toiveikkaalta.

” Mää oon saanu asioita kuntoon ja ne on niitä perusjuttuja. Ja paljon hyviä asioita tulee ja tapahtuu koko aika ”.

Tapsan itseluottamus ja usko tulevaisuuteen on selkeästi parantunut päihteettömyyden ja rikoksettomuuden myötä. Hän kävi elämässään todellisen kriisin ja on selvinnyt siitä.

” Ehkä, kun oli jo kaiken menettänyt ”.

” Jotain muutosta on tapahduttava. Kyllästyin vaan niin totaalisesti siihen ramppaamiseen. Hoitoonlähtö tai itsemurha. Muita teitä en nähnytkään ”.

Tapsa kuuntelee omaa henkistä tilaansa tällä hetkellä aktiivisesti.

” Seuraa nykyään itseensä ja tunteitaan aika paljon ”.

Hän on varsin kriittinen itseään kohtaan

” Nyt rupee miettiin, mitäs on jäänyt tekemättä tai mitä on tehnyt ”.

Tapsa arvostaa nykyistä elämäänsä äärimmäisen paljon. Hän on selkeästi tietoinen siitä, mitä päihteinen elämä toisi tullessaan.

” Mulla on tosi paljon menetettävää. Et mää tiedän, jos mää lähden dokaan ja douppaan, multa lähtee kaikki. Niin paljon menetettävää, mitä mää arvostan ”.

Tapsa näkee itsensä tasapainoisena ihmisenä.

” Olen kerrankin tyytyväinen omaan elämäni. Ei vihaa, katkeruutta mitään eikä ketään kohtaan, mikä on säädellä omaa elämää ”.

Muutokseen päätyminen vei aikaa. Tottuminen alakulttuurissa vallitseviin lainlaisuuksiin ja omat pelot estivät pitkään Tapsan raitistumista.

” Ei uskaltanu lähteä. Parempi tuttu helvetti kuin tuntematon tulevaisuus ”.

7.2 Jamppa, ”Mää oon antanu itselleni luvan elää”

Jamppa on vähän yli 30-vuotias, tamperelainen mies. Hänen päihteiden käyttönsä alkoi n. 12-13-vuotiaana, viikonloppuisin tapahtuneella juopottelulla. Sitä alkoi esiintyä vähitellen yhä useammin, joten Jampan koulunkäynti kärsi huomattavasti. Alkoholien käytön jälkeen kuvaan tulivat varsin pian myös pillerit. Jampan tie vei koulussa tarkkailuluokalle, jonka ansiosta hän sai peruskoulusta päästötodistuksen. Rikoksia Jamppa alkoi tehdä n. 13-14-vuotiaana. Rikokset olivat auto- ja muita varkauksia. Vankilakertoja hänelle kertyi kaikkiaan viisi, vuosina 1994-2005. Jamppa kokee päihde – ja vankilakierteen olleen lopulta liian totaalista. Väsyminen, luottamuksen puuttuminen sekä henkiset ongelmat ajoivat hänet ratkaisuun.

” Viimenen päätty tähän 99. Aloin oleen tosi väsyny siihen käyttämiseen ja siihen rikollisuuteen ja linnassa olemiseen. Ei enää pää kestäny sitä juttua, että ei voi enää kehenkään luottaa ja ei oo mitään tulevaisuutta. Tuli kaikkea paniikkihäiriötä ja pelkotiloja ja psykooseja ”.

Jampalla oli jo nuoresta lähtien vahva erilaisuuden ja muista ihmisistä poikkeavuuden tunne. Se epäilemättäkin lisäsi Jampan kiinnostusta alakulttuuriin ja päihteisiin kiinnittymiseen.

” Jotenkin nuorena, monen muun addiktin tavoin. Oli jotenkin semmonen ihmeellinen olo, ettei kuulu valtaväestön joukkoon ”.

Jamppa miettii omaa psyykeään, jota hän kuvaa muista poikkeavaksi.

” On jotenkin tunne-elämältään erikoinen, jotenkin tuntunu tyhjältä ”.

Jamppa pohtii harkitusti ja vakavasti omaa päihdemenneisyyttään ja voimakasta riippuvaisuuttaan päihteisiin.

” Jos se addiktio on päällä, se on niin, ettei millään muulla oo mitään väliä ”.

Jamppa syyllistyi vakavaan henkirikokseen, josta hän sai sitten viimeisen tuomionsa.

” Se oli semmonen viimenen käännekohta, mistä kaikki määhän luulen, et mun muutokset on saanu alkunsa ”.

Jampan muuttuminen alkoi vankilassa pidetyillä päihde – ja aggressiivisuuden kontrollointi-kursseilla.

” Jotenkin saatiin semmonen ajatus, et yhdessä voitais muuttaa elämäntyyliä. Siihen kuului myös se suuttumisen hallintakurssi ”.

Jamppa arvioi haastatteluissa menneisyyttään useaan otteeseen myös kriittiseen, rakentavaan sävyyn.

” Kun määhän jotain onnistuin rakentaa, niin taas määhän potkin ne kaikki ihan paskaks. Niinkun aina ennenkin ”.

Na-ryhmät saivat Jampan innostumaan vertaistukeen perustuvista menetelmistä.

” Määhän rupesin siel pääseen käymään Na-ryhmiin talon kautta. Ihastuin niihin ihan täysin ”.

Jamppa kuvaa suhdettaan Kriminaaliryhdistyksen työntekijään ja tukihenkilönsä luottamuksellisina ja hedelmällisinä.

” Määhän kerroin ihan kaikki, ku olin hoidoissa käyny. Jotenkin avoin ja semmoinen ”.

Jamppa pohtii suhdettaan päihteisiin sekä niihin liittyviin riskeihin varsin analyttisesti. Selkeästi huomaa, että hän on miettinyt syvällisesti omaa suhdettaan päihteisiin.

” Sit mää en kuitenkaan uskaltanu otaa kännejä, ku mää tiesin mimmonen musta tulee kännissä. Väkivaltanen ja semmonen, et millään ei oo mitään väliä ”:

Jamppa erittelee seikkaperäisesti omaa luonnettansa, persoonaansa sekä kasvamistaan ja kehittymistään ihmisenä.

” Olin jotenkin niin omavoimainen ja semmonen, et kyl mää tiedän, mitä mää haluan. Älkää ruvetko mulle mitään puhumaan ”.

” Sit mää muutin omaa käytöstä ”.

Jamppa kuvaa omaa toipumisprosessiaan, hahmottamalla sitä vuorokauden avulla.

” Mää toivuin. Rupesin yhtäkkiä toipuun, aamukahdeksasta tonne yökahteentoista ”.

Tärkeäksi Jampalle muodostui Kris:n kautta tullut itsetunnon vahvistuminen, jonka myös muut ihmiset hänen lähellään panivat merkille.

” Rupesin saamaan myönteistä palautetta. Rupesin voimaan ihan helvetin paljon paremmin ”.

Jamppa kokee vahvistuneensa henkisesti.

” Kaikki stressi ja huolet rupes häviämään ”.

Jamppa on nyt hyvin kiinnostunut päihdetyöstä.

” Sit mulla heräs se monivuotinen kiinnostus päihdetyöhön ”.

Kiinnostustaan päihdetyöhön Jamppa perustelee paitsi omalla kokemuksellaan ja taustallaan, niin myös auttamisen halullaan.

” Kun mää niinku halusin auttaa muitakin ”.

Kris on Jampalle mieluinen, elämää jäsentävä ja tukeva toimintamuoto.

” Jotenkin tää tukee mun omaakin juttua. Pystyy ottaan vastuuta pikkuhiljaa. Saa just vaan sen verran vastuuta, ku mää ite haluan ja pystyn ottaan ”.

Arkipäiväänsä Jamppa valottaa päihteettömyyden kautta. Hän nauttii olostaan selvänä. Jamppa on totaalaisesti sitä, mieltä, ettei ns. kohtuukäyttäminkään tule enää kysymykseen.

Jamppa on tehnyt itselleen täysin selväksi päihteettömän elämäntavan.

” Pääpiirteet koostuu siitä halusta olla selvinpään ja se tietosuus, mitä se on, jos en oo selvinpään. Siinä ei oo hirveesti vaihtoehtoja. Ei oo vaihtoehtoa käyttäminen ”.

Jampan nykyinen elämä kiteytyy hienosti, jopa filosofisesti hänen kommentissaan:

” Mää oon antanu itselleni luvan elää ”.

Kris rakentaa tällä hetkellä Jampan arkipäivää.

” Krisin muodossa joka päivälle joku kiinteä ajatus, että mää teen jotain ”.

Jamppa on nykyään aktiivinen, toimelias ja liikunnallinen.

” Liikun joka päivä ”.

Jamppa osaa ja haluaa ottaa itsekin apua ja tukea, kun tarvitsee. Hän pystyy myöntämään oman rajallisuutensa.

” Kyllä sitä itsekin tarttee apua. Ei muiden auttaminen riitä ”.

Omaa elämänhallintaansa Jamppa sanoo rakentavansa itsehoitoryhmän kautta.

” Kyllä se NA, jolla ylläpidän tätä ”.

Jamppa pohtii aiempia sosiaalisia suhteitaan hyvin kriittisesti. Ne olivat hänen mukaansa ainoastaan päihteiden käytön ympärille rakentuneita kaveruussuhteita.

” Huomasin, ettei niihin voi luottaa. Eikä me mitään kavereita oltu. Me vaan käytettiin yhdessä. Käytettiin toisiamme hyväksi. Puukkoo tuli heti, jos kääns selkensä ”.

Omaa jaksamistaan, motivaatiotaan sekä niitä ylläpitäviä tekijöitä Jamppa kuvaa raittiuden avulla.

” Muistikuva siitä, mitä se käyttäminen on. Ettei oo vaihtoehtoja ”.

Hän viettää paljon aikaansa muiden vertaisten seurassa. Se on hänelle luontainen tapa olla sosiaalinen.

” Se, et liikkuu muiden toipuvien kanssa ”.

Välillä Jamppa miettii entistä elämäänsä hyvinkin kriittisesti.

” Sit se muistuu, et se ei ollu mitään helvetin glamouria ”.

Jampan näkemyksen mukaan päihde – ja rikoskierteessä eläminen perustui lähinnä valheellisuuteen.

” Aika paskaa nukkumista se oli. Pelkoo ja ahdistusta ja väkivaltaa ja kaikkee näitä ”.

Jamppa on omasta mielestään vahvoilla raittiudessaan. Päihteiden käyttö ei ole enää hänelle minkäänlainen vaihtoehto.

” Kun en käytä, niin en käytä. Oon päässy sinuiksi sen käytön kanssa ”.

Jamppa on mielissään elämästään ja siinä tapahtuneista muutoksista mm. sosiaalisissa suhteissaan

” Olen muuttunut 100 %. Olen tyytyväinen ihmissuhteisiin, riittävästi ja toimivasti ”.

Suhdettaan päihteisiin Jamppa valottaa täydellisen addiktion määritelmällä.

” Suhde on ollut täysin riippuvaisuussuhde ”.

Jamppa on tehnyt nykyisen suhteensa päihteisiin täysin selväksi. Täydellinen raittius on hänelle se ainoa oikea vaihtoehto.

” Käyttö on mahdoton. Mitään kemialla ei päähän voi laittaa ”.

Jampan mukaan päihteetön ja rikokseton elämä on turvallista.

” Ylipäänsä tää uusi elämäntapa. Jotenkin ei enää tarvii pelätä silleen, ku ennen ”.

Jamppa haluaa kasvaa ja kehittyä ihmisenä, kokonaisvaltaisena persoonana. Hän haluaa kokea psyykkistä ja spirituaalista muutosta minuudessaan.

” Se, että kehittyä ihmisenä. Kehittyä hengellisesti ja uskonnollisesti. Hengellisesti tulee uusia piirteitä ”.

” Halu toimia paremmin, itsensä kehittäminen ”.

Jamppaa kiehtoo uuden elämäntavan mukanaan tuonut uusien asioiden löytyminen arkipäivästä.

” Mielenkiintoinen elämä, uus elämä. Ei oo tottunu tämmöseen. Täs on koko ajan jotain uutta ”.

” Kun tulee joku ongelma, niin suhtautumistapa on muuttunu niin paljon ”.

Joutuessaan ongelmatilanteisiin, Jamppa osaa käsitellä niitä paremmin. Hänen ongelmanratkaisutaitonsa ovat kehittyneet.

” Tiedän, että niistä pääsee yli. Ennen en olis pyytäny apua ”.

7.3 Masa, ”Mulla on elämässä niin paljon menetettävää ja hävittävää”

Masa on vähän yli neljäkymmentävuotias, tamperelainen mies. Koulussa hän koki suuria vaikeuksia jo ala-asteelta lähtien ja oli mm. koulukiusattu. Masa kesti kiusaamista aikansa, mutta kehitti sitten vähitellen itselleen kovemman pojan roolin, jonka avulla hän selviytyi kiusaamistilanteista. Hän siirtyi itsekin käyttämään mm. väkivaltaa toisia oppilaita kohtaan.

” Mää aloin kehittää niitä rooleja ja tavallaan päätin sen, ettei kukaan mua enää kiusaa ”.

Yläaste toi mukanaan Masan ensimmäiset päihdekokeilut, jolloin hän sai lisää itseluottamusta ja rohkeutta kohdata arkea.

” Mulla päihteet toimi sillalaillla hyvin, et hiirestä kasvo leijona. Et jotenkin kasvoin ja tulin rohkeemmaks ”.

Yläasteella Masa turvautui entistä enemmän väkivaltaan. Hän kävi käsiksi välillä myös opettajiin. Kahdeksannella luokalla Masa joutui lopulta koulukotiin. Yhdeksännellä luokalla Masa palasi omaan kouluunsa. Hän oli mielestään selkeästi erilainen kuin sinne mennessään.

” Olin saanut sen erikoismiehen roolin ”.

” Kyllähän mä olin jo nuori vihanen mies, kun mä sieltä tulin ”.

Masa sai peruskoulunsa käytyä vaikeuksista huolimatta, jonka jälkeen hän haki ja pääsi opiskelemaan ammattikouluun rakennuslinjalle.

” Olit ollut leimattu jo pienenä ”?

” Olin ollut ihan täysin ”.

Masa kertoo olleensa aggressiivinen ja uhmakas kaikkia ja kaikkea kohtaan. Hän haki revanssia.

” Täynnä vihaa ja uhoa, et perkele mä näytän vielä kaikille, et minä pärjään, enkä tarvii muita ihmisiä ”.

Masa kertoo käyttäneensä erilaisia huumeita, joiden pariin hän ajautui vähitellen.

” Törmäsin kaikenmaailman huumeisiin, mitä maan päällä voi olla. Silleen pikkuhiljaa ”.

Masa sai ensimmäisen vankilatuomionsa ollessaan 19-vuotias. Hän kuvaa varsin osuvasti sen aikaista, hyvin epärealistista illuusiotaan elämästä. Masa halusi paeta arkielämää täydellisesti.

” Koko ajan oli vääntökeikkaa, putsattiin taloja, liikehuoneistoja. Käytettiin ja myytiin aineita. Rahaa tuli. Jotenki semmone Tony Montana, Scarface-fiilis tietyllä tavalla. Alko enemmän ja enemmän unelmoimaan. Et vois loppuelämän viettää jossain etelän rannalla juoden rommicolaa.

On naisia, on rahaa ja on aineita ja silleen ” .

Masa kuvaa omaa päihdekäyttöään hyvin suicidaaliseksi. Hänen elämänsä rakentui aineiden hankkimisen ja käyttämisen ympärille. Muu elämä oli menettänyt täysin merkityksensä.

” Se meni vaan itsetuhoisemmaks käyttämiseks. Et loppujen lopuks millään ei oikeesti ollu väliä ”.

Masa yritti päästä huumeista eroon vaihtamalla asuinpaikkaansa, mutta ne eivät tuottaneet toivottua tulosta. Käyttäminen jatkui asuinpaikkakunnasta riippumatta.

” Sitten tuli vaan semmosii yrityksii, et vaan vaihto paikkakuntaa ”.

Masa kertoo olleensa viimeisen tuomionsa alkaessa todella ahdistunut, masentunut ja väsynyt elämäntyöliinsä. Hän halusi ja kaipasi todellista muutosta elämäänsä.

” Mää olin niin poikki ja väsyny ja vittuuntunu sen viimeisen tuomion aikana ”.

Vankila muodostui Masalle ikään kuin ” kodiksi ”, jossa hän koki saavansa olla rauhassa.

” Et tietyllä tavalla vankilasta oli muodostunu itelle se semmonen hengähdyspaikka ja turvasatama. Siellä oli helppo olla ja siellä osas olla ”.

Masan päihteiden käyttö oli lopulta entistä suuicidaalisempaa. Hän ei enää välittänyt itsestään ja omasta terveydestään.

” Sit se alko oleen sellasta lopun ajan meininkiä. Et sitä ajatteli, että nyt mää vedän tappiin asti ”.

Masa tuo esille silloisen elämänvaiheensa lohduttomuuden. Hänestä tuntui, ettei toivoa ollut.

” Jotenkin se elämänilo ja usko ja kaikki oli menny ”.

Masa kertoo päihteettömyyteen johtavan alkunsa olleen pysähdyttävä, ajattelemaan herättävä kokemus.

” Sit mää tavallaan ensimmäistä kertaa elämässäni pysähdyin miettiin sitä, et mihin se mun elämä oikeestaan on menny ”.

Masa kertoo oppineensa arvoja ja asenteita, jotka pohjautuivat epäoikeudenmukaisuuteen ja epärehellisyyteen. Selviytyminen normaalissa yhteiskunnassa sen edellyttämällä käyttäytymisellä ja säännöillä vaikutti todella vaikealta.

Masa koki entisen elämänsä arvot valheellisiksi. Toisaalta hän oli huolissaan omasta selviytymisestäään elämässä.

” Miten mä selviän tai miten mä pärjään. Tai mää en osaa muuta, kun valehdella ja varastaa ja ryöstää ja käyttää aineita ”.

Masa löysi vertaisryhmien kautta mahdollisuuden, joka oli hänelle todellinen oljenkorsi.

” Ne jätkät oli kuitenkin mulle eläviä esimerkkejä, että se on mahdollista. Siihen mä tarrauduin. Kun mä olin ajatellu, et mun vaihtoehdot on, et mä tuun uskoon tai mä kuolen ”.

” Tää vois olla se mun mahdollisuus. Silloin mä tein sen valinnan ja jäin tänne ”.

Masa halusi alkaa myös syvällisemmin purkamaan omaa psyykkistä tilaansa ja menneisyyttään.

” Sit alko huolestuttaa, et pakkohan mun on alkaa tätä menneisyyttä käsittelee. Miksi tää hylätyksi tulemisen ja torjumisen pelko? ”

” Mää aloin työskenteleén itteni kanssa niitten kautta. Sitä kautta pääsin syvemmälle menneisyyteen, asioihin ja tapahtumiin ”.

” Mää olin toisten toipuvien ja vertaisten kanssa puhunu ja puhunu. Ja käsitelly niitä asioita ”.

” Se oli, etten luottanu muihin ihmisiin. Mut pelasti ne vertaisihmiset ”.

Tietoisuus omasta päihdeongelmasta edesauttoi muutosprosessin syntymistä.

” Kunnes havahtu siihen omaan päihdeongelmaan, siihen riippuvuuteen ja siihen menneisyyteen ja lähti tekeen töitä itsensä kanssa sen muutoksen kautta ”.

Masa on sitä mieltä, että tällä hetkellä hän on elämäänsä tyytyväinen ja asiat ovat kunnossa.

” Mulla on tunne, että mä oon löytäny sen oman paikkani elämässä ”.

Masan mielestä nykyisin hän on löytänyt sellaisen balanssin elämänsä, jota hän on kaivannutkin.

” Tuun toimeen omien tunteiden ja ajatusten ja itteni kanssa. Kestän vastoinkäymisten kanssa. Siedän stressiä ja painetta. Tulen toimeen erilaisten ihmisten kanssa hyvin tänä päivänä. Tavallaan se sosiaalinen elämä on vilkasta ”.

Masan omat resurssit rakentuvat pitkälti sosiaalisten suhteiden ympärille.

” Mitä ne voimavarat on, niin se oma perhe, vaimo ja kaksi nuorisoteiniä. Mä oon luonut uudestaan välit vanhempiin ”.

Masa käy säännöllisesti Na-ryhmässä.

” Käyn itse hoitoryhmissä kerran, kaks viikossa ”.

Masan mielestä kaikki on mahdollista, jos vain uskoo itseensä.

” Kun pääsi ihmispelosta ja omasta pelosta, tuli se usko ja toivo, että kaikki on mahdollista. Vain taivas on rajana ”.

Masa on tällä hetkellä mielestään juuri sellainen persoona kuin hän oikeasti haluaakin olla.

” Nyt, mitä mä elän ja oon, mä oon sellanen, kun mä oikeesti haluan olla ”.

Masa on oppinut uusia tapoja käsitellä ja ratkaista ongelmiaan.

” Uudet toimintatavat ja mallit ja se kokemus, miten vaikeiden asioiden kanssa tullaan toimeen ”.

Masa on raitistumisensa jälkeen lähtenyt myös auttamaan toisia ihmisiä päihteettömyyteen ja rikoksettomuuteen.

” Aika nopeesti, kun mää olin ollu käyttämättä jonkin aikaa, niin kyl mää löysin ittestäni sen auttajan puolen ”.

Masa on havainnut, että tällä hetkellä hänen elämässään on oikea suunta.

” Tuli semmonen ajatus itelle, että mää tein kerrankin elämässäni jotain oikein ”.

Masa myöntää kätkeneensä tunteensa huumeiden ja kovuuden taakse.

” Mää olin tappanu sen oman tunne-elämäni amfetamiinilla ja niillä rooleilla ”.

Masa löysi raitistuttuaan itsestään myös oman lapsen mielensä, jonka hän luuli jo kadottaneensa.

” Mää kaipasin sitä pikku-Masana olemista. Sitä leikkiä ja laulua ”.

Auttaessaan toisia ihmisiä, Masa on myös kasvanut ja kehittynyt itse ihmisenä.

” Se toisten ihmisten auttaminen ja jeesaaminen ja kunnioittaminen. Sitä kautta mää oon myöskin rakentanu sitä omaa kuvaani myös ittestäni pikkuhiljaa ”.

Masa sanoo muuttuneensa entistä realistisemmaksi elämässään.

” Et enemmänkin vaan hyväksyy oikeesti elämän semmosena, kun se on ”.

Hän on päämäärätietoinen ja tavoitteellinen oman elämänsä suhteen.

” Et elämälle on se suunta ja tarkoitus ”.

Masa uskoo, että hän on nyt siinä tilanteessa kuin haluaakin olla. Hän on päässyt tavoitteeseena ja löytänyt elämälleen tarkoituksen.

” On löytäny oikeesti sen oman paikkansa ja sen tehtävänsä ”.

Masa myöntää kuitenkin olevansa hyvin kriittinen omalle itselleen.

” Mää oon herkkä sille omalle epärehellisyydelle ”.

Masa kokee, että entinen elämä oli loppujen lopuksi helppo jättää taakse.

” Oikeestaan kaikesta siitä vanhasta oon huomannu, et mun on hyvä luopua. Ja joistain on ollu helppo luopua heti ”.

Masan mielestä muutos on ollut vaativa, vieden pitkän ajan. Hän on kypsytellyt asiaa.

” Siinä on ollu pitkä tie siihen, että se tulee oikeesti omaksi vapaudeksi valita erilaisia asioita ”.

Masa on vahvasti sitä mieltä, että hän ei halua enää palata vanhaan elämäntapaansa. Hänen nykyisen elämänsä sisältämät elementit ovat yksinkertaisesti liian arvokkaita hukattavaksi.

” Mulla on elämässä niin paljon menetettävää ja hävittävää ”.

Hän kokee vastuulliset asiat tärkeiksi.

” Elämässä on paljon vastuita ”.

Masa kokee saaneensa vertaistuen kautta elämäänsä turvallisuutta.

” Vertaistuen juttu oli hirveen tärkeä, et uskals luopua niistä vanhoista kavereista ja muuta ”.

Masa näkee Kris:n olevan ikään kuin hyvä voima verrattuna rikollisen alakulttuurin edustamalle maailmalle.

” Kris edustaa sitä vastavoimaa ”.

Masan mukaan Kris:n vankilatyössä on kehittämistä. Etenkin vankien aktivointi ja rohkaiseminen vaativat vielä aikaa.

” On vankien kuitenkin vielä vaikea lähestyä, kun vankilassa on oma kulttuurinsa. Ja siellä on ne omat roolit ja systeemit. Julkisesti irrottautuminen ja liittyminen meidän porukkaan ei oo helppo juttu ”.

Masa sanoo raitistumisen lähtevän liikkeelle siitä, että on itseään kohtaan rehellinen. Raitistuvan on myönnettävä oma inhimillinen heikkoutensa, jotta toipumisen on mahdollista alkaa.

” Siinähan se paradoksi on, että kun myöntää heikkouden, onkin vahvempi. Pelko vaan on aluksi se määräävä tekijä ”.

7.4 Reka, ”Olen onnellinen mies”

Reka on n. viisikymmentävuotias, tamperelainen mies. Hän aloitti päihteidenkäytön jo kymmenen-vuotiaana alkoholilla.

” Kotona mulla ei oo ollu mitään rajoja, kymmenen vanhasta sain olla missä vaan. Ei mitään vastuuta eikä mitään sääntöjä. Kasvanut vähän niinku pellossa ”.

Reka oli mielestään jo armeijaan mennessään alkoholisoitunut.

” Mulla oli ihan selkee alkoholiongelma armeijajäissä ja ilmeisesti vähän aikaisemminkin”.

!980-luvun puolivälissä Rekan elämä kriisiytyi entisestään. Hän koki avioeron ja menetti työpaikkansa juomisen takia.

” Siitä sit alko se todellinen juominen ”.

Reka oli alkoholin takia ensimmäisen kerran hoidossa v. -83. Pitkin 1980-lukua hänellä oli useita hoitoyrityksiä, mutta ne eivät johtaneet tavoitteeseensa, raittiuteen.

” Olin hyvin väkivaltainen alkoholia nautittuani ”.

Rekan elämää leimasivat erilaiset rikokset ja lain ulkopuolella eläminen. Hän keitti pontikkaa, teki pikkurikoksia ja varasteli. ja jouti aina uudelleen vankilaan. Omaisuusrikoksia ja väkivaltarikoksia. Vankilassa ollessaan Reka kokeili ensimmäisen kerran amfetamiinia.

Reka koki hengellisen herätyksen v. 2000. Vuonna 2001 hän vapautui vankilasta viimeisen kerran. Hän kokee edelleen olevansa jollakin tavalla poikkeava suhteessa ns. normaalikansalaisiin.

” Tuntee edelleen itsensä erilaiseksi ”.

Reka kokee saavansa eniten apua ja tukea AA:sta.

” Suurin apu on AA ja oon aktiivisesti ryhmässä ”.

Avovaimo on Rekan elämässä tärkeä henkilö, tuki ja turva. Ystävät ovat suurelta osin muita toipuvia. Heidän kanssaan Reka viettää välillä myös vapaa-aikaansa.

Liikunta on Rekan elämässä nykyisin tärkeässä asemassa, vaikka hän sanookin sen ” menevän välillä addiktion puolelle pahasti ”.

Reka kertoo toipumisen alkaneen omasta halusta saada tukea. Toisaalta päihteettömyyden työstäminen sekä oman itsensä nöyrytyminen oli olennaista toipumisprosessissa.

” Mun halu, et pyysin apua ”.

” Asian kanssa pitää tehdä töitä, tietty nöyryys pitää säilyttää ”.

Rekan jaksamista ja motivaatiota tukee oman raittiuden säilyttäminen. Hän yrittää myös auttaa muita toipuvia. Reka kokee itsekin hyötyvänsä siten.

Hänen suhteensa omiin vanhempiinsa ovat aina säilyneet kaikesta huolimatta.

” Vanhempiin välit ei oo koskaan katkennu ”.

Reka myöntää kuitenkin, että hänellä ei ole kovin runsaasti sosiaalisia suhteita.

” Tärkeitä ihmisiä on vähän ”.

Hänen oli helppo irtautua aiemmista suhteistaan käyttäviin kavereihinsa.

” Mulla ei tuottanu vaikeuksia katkasta suhteita vanhoihin kavereihin ”.

Reka uskoo vakaasti, että raittius on hänelle ratkaiseva valinta. Hän elää mielestään elämässään selkeästi uutta, mielenkiintoista vaihetta.

” Valinnat on tehty, tää on mun juttu. Tää elämä loppu, alkaa uusi elämä ”.

Rekan mukaan hänen vielä käyttävät tuttavansa jopa arvostavat hänen ratkaisuaan. Hän luottaa myös avoimeen ja rehelliseen tapaan kertoa omasta päätöksestään.

” Päinvastoin, oon kokenu, et suurin osa tietyllä lailla kunnioittaa sitä. Mää puhun näistä asioista avoimesti ”.

Kris:n vankilatyön tehokkuus perustuu Rekan mielestä omaan kokemukseen. Vankien on suhteellisen helppo lähestyä Kris:n työntekijöitä, koska heidän taustansa ovat hyvin samantapaiset.

” Se taikasana on, et mekin ollaan täällä oltu ja näin ”.

Reka käy säännöllisesti AA:ssa.

Rekan mukaan päihteiden väärinkäyttö on sairautta, jota on jatkuvasti hoidettava.

” Sairaus ei sinusta katoa. Kerran alkoholisti, niin aina alkoholisti ”.

Reka kaipaa elämässään paljon aktiviteetteja. Tekemistä on oltava tarpeeksi.

” Pelkkä oleminen ei riitä ”.

Reka uskoo omaan vaikuttamiseensa vapautuville vangeille.

” Minun esimerkistä saattaa olla heille ja sit tullaan taas siihen, et kun minä toimin, niin minä saan siitä ”.

Reka ei näe mitään mahdollisuutta käyttää päihteitä.

” Kohtuukäyttö ei oo mahdollista ”.

Yksi tärkeistä harrastuksista Rekalla on nykyään avantouinti, jonka antamaa euforian tunnetta hän vertaa jopa huumeiden aikaansaamaan kokemukseen.

” Aika lähellä amfetamiinitööttä se homma ”.

Rekan mukaan elämä on tällä hetkellä varsin hyvin balanssissa ja hän tyytyväinen.

” Kaiken kaikkiaan, just nyt on aika hyvä semmonen paketti. Varmaan tässä kaiken kaikkiaan tuntuu hyvältä kaikin puolin ”.

Aikaisemmasta päihteiden värittämästä elämästään Rekalla on selkeä mielipide:

” En mää tienny elämästä mitään ”.

Reka haluaa olla edelleen nöyrä.

” Kun sen kiitollisuuden säilyttäis ”.

Reka osaa nauttia pienistä asioista elämässään. Myös terveyden merkitys on hänelle huomattavan tärkeä.

” Pienet asiat tuntuu hyvältä, on terve ”.

Reka kiteyttää nykyisen elämäntilanteesta loistavasti:

” Olen onnellinen mies ”.

Reka kertoo riippuvuuden olevan hänen mielestään tyypillistä ihmisille.

” Aina on addiktioita. Kun ei päihteet, niin sit muuta. Tasapainon löytäminen on tärkeitä ”.

Rekan arki rakentuu rutiineista ja niiden mukanaan tuomasta selkeydestä.

” Mulle on uutta ajanhallinta ja silti vaikeeta. Normaalit päivärytmit on tärkeitä ”.

Reka uskoo siihen, että on olemassa paljonkin ihmisiä, jotka haluavat eroon päihde – ja rikoskierteestään.

” Kyllä sitä muutoshalua on ”.

Reka näkee, että ihmisen on jatkuvasti tehtävä työtä, pitääkseen itsensä erossa päihteistä.

” Mut pyrkiminen on sen suuntaseen, et koko ajan on pakko pitää ittensä oikeella kurssilla tietyllä lailla ”.

7.5 Peke, ”Nyt vasta on oppinu näkeen maailmaa”

Peke on n. viisikymmentävuotias, tamperelainen mies. Hän aloitti rikosten tekemisen 16-17-vuotiaana, jolloin myös päihteet tulivat kuvaan mukaan. Hän käytti päihteitä kausittain. Peken tekemät rikokset olivat monentyyppisiä, omaisuus – ja väkivaltarikoksista petoksiin ja murtoihin. Vankilakierre päättyi Peken ollessa n. 35-vuotias eli sen kesto oli n. 20 vuotta. Peke kävi peruskoulun. Peke kävi armeijan ja haaveili jopa urasta armeijan palveluksessa.

Peke on vahvasti sitä mieltä, että päihteiden käyttö aiheutti hänellä myös rikokset.

” Jos en ois päihteitä käyttäny, niin ei ois ollu kyllä yhtään rikostakaan. Se on ihan selvä juttu ”.

Peke arvostaa paljon kavereiltaan saamaansa apua ja tukea. Hän luottaa etenkin vertaistuen antamaan turvallisuuteen.

” No, oon oppinu pyytään apua ja sitten nöyryyttä. Pyytään neuvoo kavereilta. On paljon nykyään samanlaisia kavereita, jotka on selvinny. Sanotaan, että saa pyytää apua. Että kaverit on mukavia ja jelppaa ”.

Peken mukaan päihdetyö ja toimiminen Kris:ssä antavat paljon sisältöä hänen elämäänsä

”Tulee sitä hyvää mieltäkin ja rytmiä ”.

Peken näkemyksen mukaan vertaisryhmässä oleminen on hänelle luontainen tapa; ei ole vaikeuksia ymmärtää tai tulla ymmärretyksi. Vertaisryhmän jäsenet puhuvat ikään kuin samaa kieltä.

” Sama ku vertaistukiryhmissä, nii ihmiset on siinä kovan koulun jälkeen. Ne on paljon avoimempia siel vertaistukiryhmissä, ku täällä niinsanotusti ulkopuolella. Siellä pystyy puhuun kaikki. Ne ymmärtää heti ”.

Peke vertaa päihdeettömyyttä oppimiseen ja kasvuun ihmisenä.

” Oppimistahan se raittiuskkin on. Ja sitä, et ei oo pelkotiloja tulevaisuuden suhteen enää ”.

Peken elämään ryhtiä toi vertaisryhmään osallistuminen. Samoin nauttiminen elämään sisältyvistä pienistäkin asioista, on avannut hänelle uusia näkökulmia tarkastella elämää.

” Aino oli ryhmä. Sitä vaan, kun oppii elään ja huomaa, et siinä elämässä on sisältöä. Sitten nauttii ihan pikkuasioista. Kun mä aamulla meen töihin, niin hieno auringonnousu. Saa siitä kiksejä. Nauttii. Fiiliksiä ”.

Peke arvioi kriittisesti myös aiempaa elämäänsä verrattuna nykyiseen.

” Laajemmaks perspektiivi. Että kaiken näköstä muutakin tapahtuu. Piti itensä niinku jonakin semmosena, että mä oon nähny paljon elämää. Paskanmarjat. Ei ollu nähny, kun sen yhden. Rikokset, päihdeet, väkivalta. Sen alakulttuurin ”.

Peke on mielestään tällä hetkellä huomattavasti empaattisempi ja toisia ihmisiä huomioivampi kuin aikaisemmin.

” Nyt vasta on oppinu näkeen maailmaa. Ja muittenkin kantilta kuin itensä. Et on täällä muitakin ihmisiä ”.

Peke on havainnut pientenkin asioiden oivaltamisen merkityksen.

” Tommosia pikkuoivalluksia tulee. Ne tukee sitä ”.

Peken kaveripiiri koostuu pitkälti samanlaisen taustan omaavista ihmisistä kuin hän itse.

” No, linnanvenkuloita, jotka on selvinny. Samoin ajattelevia ”.

Peke pohtii suhdettaan ns. normaaliin yhteiskuntaan ja sen arvoihin sekä sääntöihin:

” Ja kuitenkin oivaltanu sen, että mun pitää elää yhteiskunnan ehdoilla eikä yhteiskunnan mun ehdoilla ”.

Peke puhuu terveydestä kunnioittavaan sävyyn.

” Iän mukana oppinu arvostaan vähän terveyttäkin ”.

Peke on asunut käyttäessään päihteitä eripituisia jaksoja mm. Pelastusarmeijan hoitokodissa, Sininauhakodissa, Kriminaalihuoltoyhdistyksen asuntolassa ja A-killan asunnossa. Välillä hän oli jopa kokonaan vailla vakinaista asuntoa.

” On sitä joskus ollu, ettei ollu ees kämppääkään eikä asuntolapaikkaakaan ”.

Peke kritisoi työvoimatoimiston järjestämiä työllistämiskursseja voimakkaasti.

” Tarkotan sitä, ettei ihmisiä tarviis patistaa tommosille kursseille, ellei oo motivaatio ”.

Hän on suorittanut päihdetyöntekijän ammattitutkinnon, joka merkitsee hänelle paljon.

Peken raittiutta on nyt kestänyt kaikkiaan seitsemän vuotta. Peke kertoo entisten kavereiden arvostavan hänen muutostaan. He ovat jopa kääntyneet Peken puoleen ja kysyneet häneltä neuvoja itselleen.

” Jotkut kaverit on oikeesti jopa tullu pyytään apua. Että, miten sää oot selvinny ”.

Peke kaippaa ns. toipuvien ja ns. normaalikansalaisten välille aktiivista vuorovaikutusta. Ennakkoluuloja ei hänen mukaansa ole syytä tuntea puolin eikä toisin.

” Niin sen mää vielä haluaisin sanoo niin sanotusti kohtuukäyttäjille ja linnattomille ihmisille, että suhtautua avoimemmin meikäläisiin. Niin mekin opetellaan suhtautuun avoimesti vallitsevaan yhteiskuntaan. Että kaikki, jotka meihin on tutustunu, on huomannu, et ei me sen kummempia olla ”.

Peken mielestä kohtuullisuus on tärkeä hyve joka asiassa.

” Et mikään ei lähde niistä överiks, niin sillan menee ihan hyvin ”.

Peke on mielestään täysin tietoinen päihteiden hallitsemasta elämästä eikä enää kaipaa sitä, päinvastoin.

” Jos määhaluaisin olla kentällä, niin kyllähän määhaluaisin siellä. Jos se ois parempaa elämää. Paskaako määhaluaisin täällä tekisin, ellei mua huvittais ”.

8. KRIS:N JÄSENTEN ELÄMÄNHALLINTA

Kaikki haastateltavani olivat nykyiseen elämäntilanteeseensa hyvin tyytyväisiä. Heidän arkensa rakentui päihteettömän ja rikoksettoman elämäntavan varaan. AA ja NA auttavat edistämään päivittäistä selviytymistä. Kris ja toimiminen sen parissa luo sellaisia rutiineja, jotka edistävät normaalissa päivärytmässä pysymistä. Aktiivisuus ja toiminnallisuus ovat heille kaikille tunnusomaisia piirteitä. Myös vastuun ottaminen omasta elämästä on lisääntynyt. Opiskelu ja / tai työ ovat muodostuneet elämänhallintaan selkeästi vaikuttaviksi tekijöiksi. He ovat löytäneet elämäänsä uusia sisältöjä ja osaavat nauttia pienistä asioista elämässä. Myös arjen – ja elämänhallinnan keinot ovat lisääntyneet. Nykyään he osaavat ja uskaltavat pyytää apua sitä tarvitessaan. Sopeutuminen yhteiskuntaan on sujunut haastateltaviltani erinomaisen hyvin.

Jaksamiseen ja motivaatioon vaikuttavat haastateltavillani olennaisesti Kris sekä säännölliset käynnit itsehoitoryhmissä, AA:ssa ja NA:ssa. Vertaisten tarjoama apu ja tuki on noussut suureen rooliin. Myös ihmissuhteet ja sosiaalinen vuorovaikutus on tärkeä tekijä jaksamisessa. He toimivat ja liikkuvat paljon muiden toipuvien ja vertaisten parissa. Päihteetön elämäntapa vaikuttaa huomattavasti heidän jaksamiseensa. Sen mukanaan tuoma rikoksettomuus luo elämään selkeyttä ja turvallisuutta. Kaiken kaikkiaan kaikilla haastatelluilla oli omasta mielestään tällä hetkellä huomattavasti parempi jaksaminen ja motivaatio kuin aikaisemmin. Itseluottamus ja usko tulevaisuuteen antavat heille voimia jaksaa. Heillä on selkeä halu yrittää elää entistä laadukkaammin ja paremmin. Oman itsensä kehittäminen ja kasvaminen ihmisenä on tullut keskeiseksi.

Asuminen on ihmisen elämässä perustava asia. Ilman vakituista asuntoa on lähes mahdoton selviytyä ja pärjätä elämässä. Kaikki haastateltavani olivat kokeneet aiemmin elämässään ongelmia asumisensa suhteen. Pitkät jaksot vankiloissa, päihdehuoltoloissa, asuntoloissa ym. laitoksissa olivat saaneet aikaan vieraantumista ns. normaalista tavasta asua ja elää. Välillä he olivat jopa ilman vakituista asuntoa tai asuntolapaikkaa, asuen kavereillaan, rappukäytävissä jne. Tällä hetkellä he olivat suhteellisen onnellisia ja tyytyväisiä asumiseensa ja sen tasoon. Asumisen kautta välittyy sellaista turvallisuutta, mitä he olivat olleet vailla entisessä elämänvaiheessaan. Asuminen myös luo normaalisuuden tunnetta, joten sopeutuminen yhteiskuntaan ja yhteenkuuluvaisuus muiden ihmisten kanssa onnistuu paremmin, kun on asunto.

Jokainen haastateltavani oli joko työssä, opiskelemassa tai pyrkimässä opiskelemaan. Kaikkien mielestä sekä opiskelu että työ ovat elämässä tärkeitä. Aiemmin he toivat esiin jopa opiskelua ja työtä halveksuvia asenteita, mutta nyt heidän tapansa suhtautua työhön ja opiskeluun oli muuttunut positiiviseksi. Työn ja opiskelun avulla myös kiinnittyminen yhteiskuntaan onnistuu selvästi helpommin. Ne lisäävät itsetuntoa ja saavat aikaan tunteen kuulumisesta yhteiskuntaan sen aktiivisena jäsenenä. Se antaa lisäksi omanarvontunnetta ja lisää mahdollisuuksia sosiaaliseen vuorovaikutukseen.

Ihmissuhteiden merkitys on erittäin tärkeää. Sekä suhteet perheeseen, vanhempiin että muihin läheisiin ovat selviytymistä tukevia. Myös suhteet toisiin toipuviin ja vertaisiin ovat suuressa roolissa. Sosiaalisuus on alkanut vasta nyt näyttäytymään heille sellaisella tavalla, mistä he aiemmin saattoivat vain unelmoida. Entiset ihmissuhteet rakentuivat pitkälti valheellisiin arvoihin ja asenteisiin. Nykyään he kokevat esim. luotettavuuden ja rehellisyyden itselleen läheisinä ja tärkeinä. Suhteet toisiin ihmisiin ovat muuttuneet lisäksi siten, että haastateltavani kokevat nykyään empaattisuutta ja aitoa välittämistä toisia ihmisiä kohtaan.

Suhde päihteisiin on haastattelemilleni Kris:n jäsenille henkilökohtainen ja pitkäaikainen prosessi. He ovat käyneet läpi muutoksen, jonka turvin elävät uutta elämää. Heidän oli yllättävänkin helppo keskustella päihteiden käytöstään ja sen lopettamiseen johtaneista syistä. Kaikki haastattelut rakentuivat hyvin vahvasti juuri tämän teeman ympärille. Päihteettömyys on selkeä ja ainoa vaihtoehto. Käyttäminen ei ole enää mahdollista. Käyminen AA:ssa ja NA:ssa tukee päihteettömyyttä. Silti he kokevat elävänsä päivän kerrallaan. Joka päivä on taisteltava ja tehtävä työtä oman päihteettömyytensä ylläpitämiseksi ja säilyttämiseksi.

Aktiivisuus on olennaista haastateltavieni nykyisessä elämässä. Liikunta on keskeinen harrastus. Avantouinti, jalkapallo, lenkkeily sekä kuntosalilla käyminen ovat suosituimpia liikuntaharrastuksia. Muiden ihmisten tapaaminen, sosiaaliset suhteet ovat myös tärkeitä. Tällä hetkellä heidän kaikkien vapaa-aika ja harrastukset rakentuvat ns. normaalisuuden ympärille. Sellaiset asiat, jotka päihde- ja rikoskierteen aikana tuntuivat kaukaisilta, ovat nyt heidän ulottuvillaan. Esim. käynnit elokuvissa ja konserteissa olivat vankilassa haaveita, joita heidän on nykyisin mahdollista toteuttaa halutessaan. Päihteetön elämäntapa on lisännyt heidän henkistä liikkumavaraansa, jolloin erilaiset aktiviteetit tulevat osaksi normaalia elämää.

9. JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimukseni perusteella vertaistuen avulla on mahdollisuus vaikuttaa varsin huomattavasti ihmisen elämänhallintaan ja selviytymiseen. Haastattelemanı Kris:n jäsenet osallistuvat sekä Kris:n että AA:n tai NA:n toimintaan. Aktiivinen, säännöllinen osallistuminen vertaistukitoimintaan näyttää siis parantavan elinolosuhteita ja elämänlaatua. Heidän arkipäivänsä rakentuu ns. normaalien asioiden ympärille. Työ, opiskelu, sosiaaliset suhteet ja harrastukset ovat tärkeitä tekijöitä arjessa jaksamisessa. Kris on luonut omalla toiminnallaan uskoa ja toivoa pärjätä yhteiskunnassa, huolimatta rankasta menneisyydestä. Kris edustaa juuri sellaista vastavoimaa, jonka turvin on hyvä alkaa rakentamaan uutta tulevaisuutta.

Kris edustaa omaan kokemukseen perustuvaa tapaa auttaa toisia, vielä selviytymiskeinoja etsiviä ihmisiä. Kris:n toiminta pohjautuu vahvaan yhteishenkeen, ikään kuin muskettisoturimaisesti ” yksi kaikkien ja kaikki yhden puolesta ”. Toisin kuin rikoksentekijöiden aiemmissa elämänvaiheissa, nyt päämääränä on hyvä, onnellinen ja tasapainoinen elämä. Kris:n jäsenet sitoutuvat päihteettömään ja rikoksettomaan elämäntapaan. Ne ovat arvoja, joita järjestö arvostaa ja kunnioittaa. Kris:n jäsenistä useat auttavat vielä rikos – ja päihdekierteestä eroon pyrkiviä ihmisiä.

Samalla haastattelemieni Kris:n jäsenten mukaan he myös käsittelevät omia tunteitaan ja omaa menneisyyttään. He peilaavat muistojaan nykyhetkessä. Kris on varsin vahvan ryhmähengen omaava organisaatio. Tiedyt asiat, kuten esim. päihteettömyys, ovat ehdottoman tärkeitä heille. Kris:ssä voi havaita, jos nyt ei aivan ryhmäkuria, niin ainakin tiivistä välittämistä ja suhtautumista toinen toiseensa. Silti tulee sellainen tunne, että juuri sen takia useimmat Kris:n jäseniksi ovat liittyneetkin. He ovat elämänsä aikana hakeneet luottamusta ja turvaa monelta suunnalta, mutta joutuneet jatkuvasti pettymään. Kris:n kautta he ovat viimein löytäneet henkisen kotinsa ja eräänlaisen turvasataman, jossa on hyvä ja rauhallinen olla.

Ihminen kaipaa toisia ihmisiä ja ryhmän hyväksyntää ja tukea. Toisten ihmisten kannustus ja tuki antaa voimia jaksaa ja kestää arjen ongelmia. Olennaista on oppia ja uskaltaa myöntää itselleen tarvitsevansa apua ja tukea. Kris:n jäsenet ovat olleet ennakkoluulottomia ja rohkeita lähtiessään kohti uutta elämänvaihettaan. He ovat halunneet eroon ahdistuksesta, pelosta, päihteistä, tuskasta ja väkivallasta. Heidän päämääränään on ns. normaalielämä iloineen ja suruineen.

Olen pohtinut sitä, voiko Kris olla järjestönä jäseniään kohtaan jopa liian hallitseva tai manipuloiva. Mielestäni näin ei todellakaan ole. Kris:n toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen, joten kaikenlainen totalitaarisuus on kaukana sen edustamasta arvomaailmasta. Kris-ideologia rakentuu eettisesti ja moraalisesti humaaneille arvoille, jotka eivät kuitenkaan poissulje ihmisen omaa ajattelutapaa. Toki päihdeettämyys ja rikoksettomuus ovat ehdottomia kriteerejä Kris:n toimintaan osallistuville, mutta niiden noudattaminen on nimenomaan ihmisen omaan tietoiseen valintaan ja vapaaehtoisuuteen perustuvaa käyttäytymistä.

Havaitsin haastattelemissani Kris:n jäsenissä uskoa elämään ja omiin mahdollisuuksiin. Heissä on ollut rohkeutta muuttaa omaa käyttäytymistä ja toimintaa. Oli mielenkiintoista saada tutustua heidän ajatusmaailmaansa ja saada sitä kautta näkemystä Kris:n toiminnasta. Kris vaikuttaa edistyvän ja kehittyvän jatkuvasti valtakunnallisenakin järjestönä. Sen avulla toivo herää monilla vielä päihde – ja rikoskierteessä olevalla. Kris:n toiminta vaatii kuitenkin resursseja paitsi omilta jäseniltään, myös kunnilta, valtiolta sekä muilta yhteistyökumppaneilta. Kris on kuitenkin jo nyt osoittanut sen, että hyvä ideologia voi toimia hienosti myös käytännössä.

Eräs haastattelemanani Kris:n jäsen sanoi kaipaavansa aktiivista ja säännöllistä vuorovaikutusta heidän ja ns. valtaväestön kesken . Vuorovaikutus olisikin oivallinen tapa vähentää ja poistaa ennakkoluuloja entisten päihdeiden väärinkäyttäjien ja muiden ihmisten välillä. Kris on onneksi saanut varsin runsaasti julkisuutta eri medioissa, joten tietoa järjestön toiminnasta on mennyt eteenpäin. Kuitenkin rakentava, tervehenkinen keskustelu myös päihdeongelmista on tervetullutta suomalaiseseen yhteiskuntaelämään. Toivottavasti se jatkaa vireänä ja kehittyä entisestään. Samoin toivottavasti Kris ja sen toiminta jatkaa kehittymistään ja Kris:n sanoma tasapainoisesta elämästä saavuttaa yhä uusia ihmisiä, jotka vielä taistelevat päihde – ja rikoskierteessä. Kuten Kris:läiset ovat osoittaneet, aina on toivoa, jos vain jaksaa itse uskoa itseensä ja on valmis muutokseen.

On tärkeää, että kriminaalihuoltoa käsittelevä keskustelu käy jatkossakin tiiviinä. Monipuoliset näkökulmat aiheeseen antavat hyvän pohjan rakentaa uudenlaisia toimintamalleja vankilasta vapautuvien tueksi. Pidän myös asiallisena sitä, että ammatillinen ja ei-ammattillinen sektori käyvät vuoropuhelua. Kumpaakin toimijatahoa tarvitaan eivätkä ne ole toisiaan poissulkevia. Avoimuus ja terve kriittisyys ovat silti avainasemassa myös tulevaisuudessa.

LÄHDELUETTELO

Aamulehti 28.9.2007. Vangista kansalaiseksi, reportaasi.

Aho, Timo (1993), Mitä on vankipopulaatio? Teoksessa Laine, Matti (toim.), Vangin sosiaalinen asema. Vankeinhoidon koulutuskeskuksen julkaisuja 4 / 1992. Helsinki: Painatuskeskus.

Akers, Ronald L. (1994), Criminological Theories. Los Angeles.

Alasuutari, Pertti (1999), Laadullinen tutkimus. Tampere: Vastapaino.

Aristoteles (2005), Nikomakhoksen etiikka. Helsinki: Gaudeamus.

Bauman, Zygmunt (1996), Postmodernin lumo. Tampere: Vastapaino.

Bauman, Zygmunt (1997), Sosiologinen ajattelu. Tampere: Vastapaino.

Bauman, Zygmunt (1990), Thinking Sociologically. Oxford: Blackwell.

Christie, Nils (1983), Piinan rajat. Helsingin yliopisto, oikeussosiologian julkaisuja no 4.

Christie, Nils (1993), Kohti vankileirien saaristoa? Rikollisuuden kontrolli teollisuutena länsimaissa. Tampere: Hanki ja Jää.

Cohen, Stanley (1985), Visions of Social Control: Crime, Punishment and Classification. Cambridge: Polity Press.

Durkheim, Emile (1990), Sosiaalisesta työnjaosta. Helsinki: Gaudeamus.

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

Foucault, Michel (2005), Tarkkailla ja rangaista. Helsinki: Otava.

Giddens, Anthony (1991), *Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age*. Cambridge: Polity Press.

Goffman, Erving (1969), *Minuuden riistäjät: tutkimus totalitäärisistä laitoksista*. Lohja: Marraskuun liike.

Granfelt, Riitta (1988), *Kertomuksia naisten kodittomuudesta*. Suomalaisen kirjallisuuden seura. Pieksämäki: Kirjapaino Raamattutalo.

Granfelt, Riitta (2003), *Vankilasta kotiin vai kadulle: vangit kertovat asunnottomuudesta*. Helsinki: Ympäristöministeriö.

Heinonen, Anna (1998), *Teräsmies ja kävelevä hyypiö*. Vankeinhoidon koulutuskeskuksen julkaisuja 2/ 98. Helsinki: Tietosanoma.

Hellsten, Tommy (1991), *Virtahepo olohuoneessa*. Helsinki: Kirjapaja.

Hellsten, Tommy (2001), *Elämän lapsi. Vastuulliseen aikuisuuteen*. Helsinki: Kirjapaja.

Helsingin Sanomat. 15.1.2007. Opettajat vahvistavat toisiaan, reportaasi.

Hietaniemi, Eila (1996), *Aktivointia, elämänhallintaa, sosiaalista pääomaa*. Tutkimus ikääntyvien työttömien elämänhallinnan tekijöistä ja syrjäytymistä torjuvien toimenpiteiden vaikutuksista. Helsinki: Työministeriö.

Hirschi, Travis (1969), *Causes of Delinquency*. Berkeley.

Hirsjärvi, Sirkka ja Hurme, Helena (1982), *Teemahaastattelu*. Helsinki: Gaudeamus.

Hirsjärvi, Sirkka ja Hurme, Helena (2002), *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Yliopistopaino.

Iivari, Juhani (1996), *Osattomuudesta rangaistavaksi. Nuorista rikoksentekijöistä nuoruuden alakulttuuriteorian valossa*. Vankeinhoidon koulutuskeskuksen julkaisuja 2/ 1996. Helsinki: Edita.

Itäpuisto, Maritta (2001), Pullon varjosta valoon. Vanhempiensa alkoholin käytöstä kärsineiden selviytymistarinoita. Kuopion yliopiston selvityksiä E. Yhteiskuntatieteet 22. Kuopion yliopisto: Sosiaalitieteiden laitos

Järvinen, Saija (1989), Tukiasunto vapautuneen vangin jälkihuoltona. Tutkimus Katulähetysliiton tukiasuntotoiminnasta. Valituksi tuleminen, asuminen, pois joutuminen. Oikeuspoliittisen tutkimuslaitoksen julkaisu 96. Helsinki

Kallio, Tarja (1999), Kalterit taakse. Vankien päihdehuollon kehittämisprojektin loppuraportti. A-klinikkasäätiön raporttisarja nro 30. Helsinki

Karila, Antti (2003), Vertaistuki mielenterveyskuntoutujien yhteisössä. Teoksessa Pöyhönen, Eveliina (toim.), Mielenterveyskuntoutujien klubitalo. Yhdessä kohti työelämää. Helsinki: Sosiaali – ja terveysalan tutkimus - ja kehittämiskeskus.

Kauppila, Tarja (1999), Vankeudesta vapauteen. Suomalaisten miesvankien turvattomuus ja elämänhallinta. Helsinki: Tietosanoma.

Karsikas, Vuokko (2007), Valvottu koevapaus osaksi vapauttamisprosessia. Haaste 2 / 2007, 22-25.

Keskisuomalainen 9.12.2006. Muurit vuotavat aiempaa vähemmän, reportaasi.

Keskisuomalainen 14.7.2007. Olisikohan päihdetyön tähtäintä tarkistettava?, mielipidekirjoitus.

Kivelä, Sami (2004), Kris-Suomi ry. Asiakastyön arviointiraportti. Diakonia- ammattikorkeakoulu.

Knuuttila, Simo (1998), Aristoteles. Teoksessa Korkman, Petter (toim.) ja Yrjönsuuri, Mikko (toim.), Filosofian historian kehityslinjoja. Tampere: Gaudeamus.

Kortteinen, Matti (1992), Kunnian kenttä. Suomalainen palkkatyö kulttuurisena muotona. Hämeenlinna: Hanki ja jää.

Kortteinen, Matti (1998), Työtön: tutkimus pitkäaikaistyöttömien selviytymisestä. Helsinki: Tammi.

Koski-Jännes, Anja ja Hänninen, Vilma (toim.) (2004), Läheiseni on päihdeongelmainen. Helsinki: Kirjapaja.

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

Kris:n jäsenten haastattelut.

Kris:n kotisivut.

Kris-Tampere ry. Vuosikertomus vuodelta 2007.

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

Kääriäinen, Juha (1994), Seikkailijasta pummiksi. Tutkimus rikosurasta ja sosiaalisesta kontrollista. Vankeinhoidon koulutuskeskuksen julkaisuja 1 / 1994. Helsinki: Painatuskeskus.

Laine, Matti (1991), Johdatus kriminologiaan ja poikkeavuuden sosiologiaan. Helsinki: Tietosanoma.

Laine, Matti (toim.) (1992), Vangin sosiaalinen asema. Vankeinhoidon koulutuskeskuksen julkaisuja. Helsinki.

Laine, Matti (1994), Voidaanko vankeja ja rikollisia kuntouttaa? Katsaus historialliseen ja tieteelliseen keskusteluun. Vankeinhoidon koulutuskeskuksen julkaisuja 2 / 1994. Helsinki: Painatuskeskus.

Laitinen, Ahti ja Aromaa, Kauko (2005), Rikollisuus ja kriminologia. Tampere: Vastapaino.

Lehto, Juhani (1990), Näkökulmia huono-osaisuuteen. Helsinki: Sosiaalihuollon julkaisuja 16.

Lehto, Juhani (1991), Juoppojen professionaalinen auttaminen. Tutkimus lääkäreiden, sosiaalityöntekijöiden ja poliisien juoppoutteen kohdistamasta työstä ja siihen kohdistuvien professionaalisuusodotusten vaikutuksesta. Helsinki: Sosiaali – ja terveyshallitus.

Matsueda, Ross L. (2001), The Current State of Differential Association Theory. Teoksessa Paternoster, Raymond & Bachman, Robert (eds.), Explaining Criminals and Crime. Los Angeles.

Mellais, Martti (1993), Linnasta lintsille – missä vapautuva vanki asuu? Teoksessa Laine, Matti (toim.), Vangin sosiaalinen asema. Vankeinhoidon koulutuskeskuksen julkaisuja 4 / 1992. Helsinki: Painatuskeskus.

Mielonen, Jani (nimim.) (1993), Jani, teurastajan poika. Vankeinhoidon koulutuskeskuksen julkaisuja 3 / 1993. Helsinki, Painatuskeskus.

Mikkonen, Irja (2006), Sairastuneiden vertaisryhmät ja terveydenhuollon ammattilaiset. Teoksessa Matthies, Aila-Leena, Kotakari, Ulla ja Nylund, Marianne (toim.), Välittävät verkostot. Tampere: Vastapaino.

Murto, Lasse (1978), Asunnottomien alkoholistien elinolosuhteet ja elämäntapa sekä yhteiskunnan toimenpiteet. Tampereella vuosina 1970-1975 suoritettu tutkimus. Helsinki: Alkoholitutkimussäätiö.

Murto, Lasse (1995), Päihdeongelmaisen... Teoksessa Mäntysaari, Mikko (toim.), Tulokseksi laatu. Puheenvuoroja sosiaalihuollon laadun kehittämisen teorioista, metodeista ja käytännöistä. Helsinki: Stakes.

Niemelä, Jorma (1999), Usko, hoito ja toipuminen. Tutkimus kääntymyksestä ja kristillisestä päihdehoidosta. Stakes tutkimuksia 96. Jyväskylä: Gummerus.

Nieminen, Pauli (1993), Auttaa, tarkkailla vai rangaista? Tutkimus Kriminaalihuoltoyhdistyksestä ja yhteisöllisistä rangaistuksista. Sosiologian pro gradu –tutkielma. Tampereen yliopisto, sosiologian ja sosiaalipsykologian laitos

Nimettömät alkoholistit (1995), Kertomus siitä, miten sadattuhannet miehet ja naiset ovat toipuneet alkoholismista. Suomen AA-kustannus ry, Helsinki. Saarijärvi: Gummerus. 9. painos

Nimettömät narkomaanit (2003), Narcotics Anonymous World Services, Inc. Chatsworth, Cal. USA. Käännös.

Nousiainen, Tuula (1996), Kuinka omaishoitajien tukiryhmä käynnistyi? Teoksessa Matthies, Aila-Leena, Kotakari, Ulla ja Nylund, Marianne (toim.), Välittävät verkostot. Tampere: Vastapaino.

Nylund, Marianne (1996), Suomalaisia oma-apuryhmiä. Teoksessa Matthies, Aila-Leena, Kotakari, Ulla ja Nylund, Marianne (toim.), Välittävät verkostot. Tampere: Vastapaino.

Näkki, Pirjo (2006), Vankien velkaantuminen ja yhteiskuntaan integroituminen. Sosiaali – ja terveysministeriön selvityksiä 2006: 38. Helsinki: Yliopistopaino.

Ojanen, Markku (2003), Terapeuttinen yhteisö. Teoksessa Pöyhönen, Eveliina (toim.), Mielenterveyskuntoutujien klubitalo. Yhdessä kohti työelämää. Helsinki: Sosiaali – ja terveysalan kehittämiskeskus.

Pöyhönen, Eveliina (toim.) (2003), Mielenterveyskuntoutujien klubitalo. Yhdessä kohti työelämää. Helsinki: Sosiaali – ja terveysalan kehittämiskeskus.

Raunio, Kyösti (2000), Sosiaalityö murroksessa. Helsinki: Gaudeamus.

Roos, J.P & Hoikkala, Tommi (1998), Elämänpolitiikka. Helsinki: Gaudeamus.

Räihä, Iris (toim. Aromaa, Kauko ja Lindstedt, Jukka) (1987), Vankilasta valvontaan. Oikeuspoliittisen tutkimuslaitoksen julkaisuja 86. Helsinki

Saari, Olli (2001), Vapauden kaiho. Vankilasta vapautuneen selviytyminen vapaudessa. Sosiaalipsykologian pro gradu-tutkielma. Tampereen yliopisto, sosiologian ja sosiaalipsykologian laitos

Saarnio, Pekka (1991), Alkoholistien hoidon ja kuntoutuksen peruslähtökohtia. Tutkimus huoltolaasiakkaiden kognitiivisista toiminnoista, sosiaalisesta tilanteesta ja selviytymiskeinoista. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Salin, Susanna (1996), Elinkautisvangit. Elämäähän se on muurien tälläkin puolen. Vankeinhoidon koulutuskeskuksen julkaisuja 5 / 1996. Helsinki: Edita.

Siekinen, Ari (1995), Kriminaalihuoltotyö ja vapautunut vanki. Nuorisotyön tutkielma. Tampereen yliopisto, yhteiskunnallinen opetusjaosto

Sutherland, Edwin H. – Cressey, Donald R. (1978), Principles of Criminology. 10. edition. Philadelphia.

Taitto, Annikka (2002), Huomaa lapsi. Päihdeongelma perheessä. Opaskirja lasten ja vanhempien vertaisryhmien vetäjille. LK-kirjat. Jyväskylä: Gummerus.

Teittinen, Veijo (1993), Vangin filosofia. Vankeinhoidon koulutuskeskuksen julkaisuja 5 / 1993. Helsinki:Painatuskeskus.

Tiainen, Aija (2007), Vertaistuella irti rikoksista ja päihhteistä. Poliisilehti 1 / 2007.

Toiviainen, Seppo (1997), Kantapöydän imu. Juoppokulttuuri valintana ja pakkona. Hanki ja jää-sarja. Hämeenlinna: Karisto.

Tolvanen, Matti (2005), Johdatus kriminaalipolitiikan teoriaan. Joensuun yliopiston julkaisu n:o 14.

Vanhanen-Silvendoin, Sari (2006), Äitien vuorovaikutusryhmät. Teoksessa Matthies, Aila-Leena, Kotakari, Ulla ja Nylund, Marianne (toim.), Välittävät verkostot. Tampere: Vastapaino.

Vatanen, Johanna (2000), Sopeutuako? Tutkimus lainrikkajien resosialisaation mahdollisuuksista. Sosiaalipedagogiikan pro gradu-tutkielma. Tampereen yliopisto, sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos

LIITE 1. AINEISTON HANKINTAPYYNTÖ

Hei! Olen sosiaalityön pääaineopiskelija Tampereen yliopistossa. Olen kiinnostunut Kris:n toiminnasta ja olenkin suunnitellut tekeväni aiheesta gradun. Graduni tulee käsittelemään Kris:ä vertaistukea tarjoavana järjestönä sekä sen jäsenten elämänhallinnan ja selviytymiskeinojen lisääjänä. Graduni kantavana voimana ovat toivottavasti Kris:n parissa tekemäni haastattelut. Ihanteellinen haastateltavien määrä olisi viisi. Niinpä tiedustelisinkin, löytyykö teidän toimipisteenne kautta haastateltavia graduani varten? Haastateltavien ja minun välillä on luonnollisesti ehdoton luottamus ja kunnioitus, ts. mitään henkilöllisyyteen liittyviä tietoja tutkimuksessani ei tulla julkaisemaan. Myös se, missä haastattelut tehdään, voidaan jättää mainitsematta, jottei mitään mahdollisuutta henkilöiden tunnistamiseen olisi. Toivon, että graduni herättää mielenkiintoa ja saan haastateltavia. Toivon lisäksi, että otatte minuun yhteyttä mahdollisimman pian, jotta tutkimusprosessini etenee! Tarvittaessa voitte toki olla yhteydessä myös graduani ohjaajaan, professori Kyösti Raunioon. Ystävällisin terveisin, Ari Siekkinen.

LIITE 2. TEEMAHAASTATTELUN TEEMAT.

A. Taustatiedot (synt. vuosi, perhe ym. menneisyys / tulevaisuusfaktat)

1. Arkipäivän sujuminen / rutiinit (arjen – ja elämänhallinnan keinot)

2. Jaksaminen / motivaatio (niitä ylläpitävät tekijät)

3. Asuminen

4. Työ / opiskelu

5. Ihmissuhteet

6. Suhde päihteisiin (mennyt ja nykyinen)

7. Vapaa-aika / harrastukset