

## Helsingin yliopisto - Helsingfors universitet - University of Helsinki ID 2006-157

Tiedekunta-Fakultet-Faculty Valtiotieteellinen tiedekunta		Laitos-Institution-Department Yhteiskuntapolitiikan laitos	
Tekijä-Författare-Author Mäkinen, Leena			
Työn nimi-Arbetets titel-Title Kohti päihdeöntöä elämää-tutkimus huumeiden käytön lopettamisesta ja kuntoutumisesta			
Oppiaine-Läroämne-Subject Sosiaalipolitiikka			
Työn laji-Arbetets art-Level Pro gradu	Aika-Datum-Month and year 2006-03-06	Sivumäärä-Sidantal-Number of pages 133 s., 10 liites.	
<p>Tiivistelmä-Referat-Abstract</p> <p>Tutkimuksessa tarkasteltiin huumeiden käytön lopettamista ja kuntoutumista. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää minkälaisen polun nuori entinen huumeiden ongelmakäyttäjä kulkee huumeiden käytön aloittamisesta kuntoutumiseen. Tutkimuskysymyksiä työssä oli kaksi. Ensimmäisen tutkimuskysymyksen tarkoituksena oli selvittää miten nuoren huumeiden ongelmakäyttäjän polku kulkee aloittamisesta lopettamispäätökseen. Toisen ja tärkeemmän tutkimuskysymyksen avulla selvitettiin minkälainen prosessi kuntoutuminen on. Tutkimuksen viitekehys muodostettiin tutkimusongelman kannalta olennaisista teemoista: huumeiden käytöstä ja lopettamisesta, huumeiden ongelmakäyttäjien hoidosta ja erityisesti kuntoutumisesta. Viitekehys muodostettiin huumetutkimuksista, alkoholiin liittyvistä tutkimuksista ja muista riippuvuustutkimuksista. Viitekehyksessä on monentyyppisiä tutkimuksia muun muassa siksi, että huumeiden käytön lopettamista ja kuntoutumista prosessina on tutkittu suhteellisen vähän.</p> <p>Aineistoksi tähän tutkimukseen kerättiin 14 teemahaastattelua, ja haastattelut tehtiin keväällä 2005 Espoon Diakoniasäätiön ylläpitämässä huumeekuntoutujien asuinyhteisössä Kivitaskussa. Pääaineistona oli 10 entisen huumeiden ongelmakäyttäjän haastattelua ja sivuaineistona 4 päihdeyöntekijän haastattelua. Haastattelut kestivät keskimäärin tunnin ja ne nauhoitettiin haastateltavien luvalla. Aineiston analyysissä ei käytetty mitään yhtä metodologiaa, vaan monenlaisia näkökulmia, kuten käännekohtia elämäntarinoissa. Käytännön analysointia tehtiin Framework-menetelmän ja Prochaskan spiraalimallin avulla. Prochaskan spiraalimallin mukaan addiktiivisen käyttäytymisen lopettamisessa on viisi vaihetta: esiharkinta, harkinta, valmistelu, muutos ja ylläpito. Tulosluvut rakennettiin osittain Prochaskan spiraalimallin mukaisesti. Tutkimuksesta saatiin useita mielenkiintoisia tuloksia. Huumeiden käyttö alkaa yleensä harmittomilla kannabis-kokeiluilla. Usein elämässä tapahtuu jokin käännekohta, jonka jälkeen ei välitetä muusta elämästä ja huumeiden käytöstä muodostuu keskusaktiiviteetti. Kun ongelmat kasaantuvat, käyttäjä tiedostaa huumeongelmansa ja yrittää lopettaa. Ensimmäiset lopettamisyriytykset harvoin onnistuvat, koska aito motivaatio lopettaa syntyy myöhemmin. Lopettamismotivaatio syntyy usein jonkun käänneentekeväen kokemuksen kautta. Tärkeää huumeiden käytön lopettamisessa on ongelman tiedostaminen, lopettamismotivaation syntyminen sekä usko omiin mahdollisuuksiin lopettaa. Kuntoutumisen keskeisenä tuloksena on muutoksen kokonaisvaltaisuus. Kuntoutumisessa näyttää olevan erilaisia osaprosesseja, joita voidaan tarkastella myös ajallisesti. Ensin huumeekuntoutujan täytyy etsiä itseänsä ja opetella tulemaan tunteidensa kanssa toimeen. Tämän jälkeen luodaan uutta sosiaalista verkostoa päihdeöntömistä ihmisistä ja opetellaan arkisia askareita. Lopulta opetellaan elämään yhteiskunnan lainalaisuuksien mukaisesti, kouluttaudutaan ja mennään töihin. Muutoksen kokonaisvaltaisuuden vuoksi huumeekuntoutujalle tulisi antaa hoidossa tarpeeksi välineitä täysipainoiseen elämään.</p>			
<p>Avainsanat-Nyckelord-Keywords</p> <p>päihdeongelmat - huumeongelmat</p> <p>päihdeongelmaiset</p> <p>huumeet - käyttö - lopetus</p> <p>kuntoutuminen</p> <p>päihdetyö</p> <p>haastattelututkimus</p>			
Säilytyspaikka-Förvaringsställe-Where deposited			
Muita tietoja-Övriga uppgifter-Additional information			