

kuukauden, valitseminen ja parodinen ote, liioitellut lupaukset ja kääntymyskertomukset. SARL:n kampanjojen ilmeeseen eivät auktoriteetit ja esimerkkikansalaiset ole istuneet kuten joihinkin läänien kuiviin kuukausiin. Emme ole halunneet käynnistää mitään ”seuraa johtaa” -leikkiä, pikemminkin päinvastoin.

Kampanjojen teemoilla olemme halunneet kytkeä päihteet joihinkin laajoihin kysymyksiin ja arvopäämääriin ja välttää suppean alkoholiin tuijottamisen. Teemoja ovat olleet ”Anna — älä ota”, ”Parempi luoda ja juopua elämästä kuin juoda ja luopua elämästä”, ”Ihminen ei ole saari”, ”1984 — Älä alistu” ja ”Juomalakko — hyppy tunteettomaan”. Usein kampanjaan on liittynyt rahankeräys; säästyneet viinarahat on haluttu antaa prosenttiliikkeen tileille tai omalle palestiinalaiselle kummityölle. Tämä on tietysti motivoinut toisia ja karkottanut toisia. Kytkenällä on haluttu osoittaa (osoitella?) yhteyksiä henkilökohtaisten ja globaalien kysymysten välillä.

Olemme horjuneet kahden kannan välillä siinä, kuinka julkisia tai yksityisiä muotoja juomalakkoilulle tulisi antaa. Toista ääripäätä ovat edustaneet haastelijat Ylioppilaslehdessä ja ”Olen kuiva” -rintanapit, toista kaavailut luopua jopa yhteisestä kuukaudesta ja tehdä vain ideaa tunnetuksi. Kokemuksemme mukaan edellisen tyyppinen kampanjointi tuottaa myös itsenäistä lakkoulu. Kaikista haaveista hallinta tapahtumia tai edes olla selvillä niistä on ollut luovuttava. Juomalakkoilusta näyttää muodostuvan miltei maanalainen, spontaani ja hallitsematon liike.

Markku Soikkeli

Kysymyksiä vastauksiin

Mikä on, kun emme näe metsää puilta? Raittiusjärjestöt ovat tyytyväisiä omaan toimintaansa ja liikkeeseensä, valtionavut hetken mietittyvät ja niiden puolesta kampailltiinkin, mutta lopputulos lienee entisenlainen. Järjestöjen tyytyväisyys itseensä jatkuu.

Voimme puhua terveyskasvatuksesta kauniin sanoin seminaareissamme ja palaverissamme. Mikäs sen hienompaa, tähtäämehän silloin yleisiin päämääriin: koko kansan parempaan tulevaisuuteen. Silti jaksan epäillä raittiusjärjestön kykyä vastata yhteiskunnassa esiintyviin todellisiin sosiaalisiin ongelmiin, sitähän minkä tahansa aineen käyttö osoittaa. Ja jos puhumme ainoastaan aineista, jatkamme moralisointia. Mikä järjestö on aidosti kiinnostunut ihmisten mielenterveydestä?

Turha meidän on edes spekuloida omaa tilannettamme, niin kuin nyt monilla seminaareilla olemme tehneet. Saattaa olla, että se peili, johon meidän tulisi tuijottaa, olisi viisainta pirstoa tuhansiksi sirpaleiksi. Jatkamme kuitenkin tarrojen painatusta, ja sehän nyt on tiedetystikin yhteiskunnassa raitistava tekijä. Jokainen raittiusjärjestö tuottaa vaihtelevan määrän paperisaastetta: esitteitä, lehtiä ja muuta roinaa. Onko olemassa kulutustutkimuksia? Luetaanko tuotoksiamme vai toimimmeko todellakin itsetarkoituksellisesti vain valtionapujen saamiseksi?

Onhan meillä, onpa hyvinkin. Olemassaolon oikeutus, oikeus kokea toimintamme tarpeelliseksi, hyödylliseksi. Raadollisessa mielessäni olen jopa joskus miettinyt raittiusjärjestöjen toiminnan asettamista tulosvastuulliseksi. Pärjätköön se, joka saa jotain aikaan. Nutturapäämummoja ei tässä työssä kaivata, tarvitaan ihmisiä, jotka tosiaankin ovat valmiita ottamaan kärkevästi kantaa yhteiskuntamme kehitykseen. Mitkä mahdollisuudet ihmisellä on elämänsä hallintaan, jos pitäydytään suppeassa, yksisilmäisessä ja ainekeskeisessä ryöpytyksessä.

Kaikki liittyy kaikkeen. Ei ihminen ole sektorinen olio, en minä ainakaan. Ei ole erillistä lokeroa viinanjuonnille, työnteolle, perhesuhteille, seksuaalielämälle ja näitä koskeville ongelmille. Herkkä ihminen kärsii eniten, vaikka hän saattaisi myös antaa eniten. Siksi on turha pohtia hinnankorotuksia ja kulutustilastoja. Kulutus on oire jostakin syvemmästä ongelmasta, sitä ei hinnankorotuksilla supisteta. Tai jos väliaikaisesti kaljanjuonti vähenisi, olisiko meidän omatuntomme puhdas?

Kaksinaismoralismia parhaimmillaan. Puheet eivät riitä. Joka käänteessä todetaan keskustelun tarpeellisuus, mutta anteeksi nyt ystävät kyynisyyteni: pelkkä keskustelu ei riitä. Turha viedä hyvää sanomaa uskovaistille. Näillä metodeilla emme koskaan tavoita todellisia riskiryhmiä, niitä lapsia ja nuoria, joille raittiuden ihanuus ei koskaan tule valkenemaan. Vai onko valjennut oikein meillekään?

Tutustumaan. Painukaamme Snelluun, A-klinikoille, hoitokoteihin. Tietäkäämme, minkä puolesta teemme työtä. Vai onko tosiaankin niin, että kauniimpaa on istua steriileissä toimistoissa kuin tietää, mitä oikein vastustaa. Ja toisaalta: turha on vastustaa, ellei ole reaalaisia vaihtoehtoja.

Se, kenen omatunto on puhtain, heittäköön ensimmäisen kiven.

Marja Kautto

AA:n salaisuus

Suomalaisessa päihdehuollossa AA:n asema on vankka, vaikei aina tunnustettu. Ambivalenssi on usein ovin sana, millä voi kuvata monen päihdehuollon ammattilaisen suhtautumista AA:han. AA:n tulokset myönnetään, mutta usein esitetään kiivastakin kritiikkiä AA:n toimintatavoista ja periaatteista sekä erityisesti yksittäisistä AA:laisista.

Näkemyseroista ei todennäköisesti koskaan päästä, mutta ymmärtämystä voidaan lisätä. Esimerkiksi muuttaman AA:laisen tunteminen ja pintapuolinen tieto AA:n ohjelmasta eivät välttämättä ole riittävä tae AA:laisuuden ymmärtämiseen.

Lähetin pari vuotta sitten pienen asennekyselyn AA:sta muutamille päihdehuollon ammattilaisille. Vastausten yleissävy oli varovaisen myönteinen ja moni-ilmeinen. Vastaukset olivat joskus toisensa pois sulkevia näkökulmasta riippuen. Esimerkiksi joku piti AA:ta kaavamaisena, kun taas toinen kiitti selkeästä ohjelmallisuudesta. Tai kun toinen moittii AA:ta rajoittuneisuudesta, näkee

toinen myönteisenä samaan päämäärään pyrkimisen. Joidenkin mielestä AA:laiset mustamaalaavat a-klinikoi- ta, toiset taas pitävät a-klinikoiden ja AA:n yhteistyötä sujuvana.

Vastausten esiintuoma ristiriita johtuu monestakin sei- kasta. Ensinnäkin AA on melkein anarkistinen yhteisö, jonka ainoana pääsyaatimuksena on halu lopettaa juo- minen. AA:laiset ovat kirjavaa joukkoa, nykyään jo katta- va otos juovasta aikuisväestöstä. Ammattilaisten asenteet ovat usein lähtöisin kanssakäymisistä yksittäisten AA: laisten kanssa. Kokonaisnäkemys AA:sta saattaa olla hyvin hämärä.

Toiseksi ristiriitaa aiheuttavaa on edellä mainittu eri näkökulmista katsominen. Esimerkiksi jotkut pitävät AA: ta uskonnollisena liikkeenä, kun taas joillekin AA:n va- paa ja dogmiton lähestymistapa hengellisissä asioissa lähentelee jumalanpilkkua.

Kolmanneksi AA on pragmaattinen kansanparannus- systeemi. Useimmille AA:n jäsenille akateeminen teoreti- sointi on vierasta kieleltään ja sisällöltään. Sisältö lähes- tyy usein heidän mielestään ongelman vesittämistä ja kieltämistä. AA:laisten kanta on yleensä perusteltu, kos- ka he tarvitsevat selkeyttä jo oman selviytymisensä vuoksi sekä siksi, että teoretisointi voi helposti muuttua järkei- lyksi ja älyllistämiseksi, jotka voidaan nähdä alkoholis- min kieltämisen muodoiksi (ks. mm. Anderson 1981).

Neljänneksi ammattihenkilö joutuu ottamaan laajem- man näkökulman ongelmaan, AA:laisilla taas on ”oma elämä pelissä”. Jossain mielessä ammattihenkilö voi olla oikeutetusti ”lepsi” ja AA:lainen ”yksisilmäinen”.

Viidenneksi moderni valistuksen jälkeinen tiede on useimmiten nähnyt kaikenlaisen riippuvuuden nöyryyt- tävänä ja epähuomaanina. AA:n kokemuksen mukaan ihminen on olemukseltaan riippuvainen, jos hän on inhi- millinen, olemukseltaan rajoittunut. Näin useat edellä mainitun tieteellisen ajattelutavan omaksuneet ihmiset näkevät ongelman olevan riippuvuudessa, kun taas AA:sa nähdään, että ongelma on siinä, mistä ollaan riippu- vaisia. Näin alkoholistin valinta ei ole riippuvuuden ja riippumattomuuden välillä, vaan haitallisen riippuvuu- den ja myönteisen riippuvuuden välillä (ks. Kurtz 1982).

Maailmanlaajuinen AA on noin 1,5 miljoonan päätäy- dellisen jäsenen muodostama yhteisö. Tämä rönsyilevä epätäydellisyys on varmasti useimmiten voima eikä heik- kous. Tulokkaan samastuminen tapahtuu parhaiten, kun hän näkee, ettei hän ole yksin vikoineen ja heikkouksi- neen. Äärimmäinen esimerkki on seuraava tositarina: Tulokas tulee elämänsä ensimmäiseen AA-palaveriin. Siellä on menossa kiivas asiapalaveri. Riita jatkuu eikä tulokkaaseen kiinnitetä mitään huomiota. Lopulta tulo- kas saa puheenvuoron. Hän sanoo innoissaan: ”Tänne minä kuulun. Te olette tarpeeksi hullua porukkaa minulle.”

Toimivuus

On outoa, että tieteellisenä aikana, jolloin ihmiset kä- velevät kuun pinnalla ja tutkivat atomeja, menestyksekkäin alkoholismiterapia on kansanparannussysteemi, nimeltään Alcoholics Anonymous. Milton Maxwell sanoo- kin: ”On oletettavaa, että useimmat nykyajan alkoholis-

tit ovat löytäneet raittiuden AA:n toveriseuran kautta kuin kaikkien muiden hoitomuotojen kautta yhteensä” (Madsen 1974).

Koko AA:n viisikymmenvuotisen historian ajan jäsen- määrä on jatkuvasti kasvanut. Useat muut aikanaan mullistaviksi katsotut hoitomuodot ovat tulleet ja men- neet. Uudet tieteelliset löydöt ja teoriat eivät ole millään tavalla horjuttaneet AA:laisen ajattelutavan juurtumista yhä useamman alkoholistin mieliin.

AA:n salaisuuksina on pidetty ryhmä- ja toveritukea, häpeällä terapointia (ks. Kurtz 1982), hengellistä oluttu- vuutta yms. Voidaan sanoa, että useimmat AA:n menes- tymisen salaisuuksiksi väitetyt asiat pitävät ainakin osit- tain paikkansa. Toipuminen AA:ssa antaa aiheen monen- laiseen tulkintaan. John Mackin (1981) mukaan yksi AA:n tehokkuuden syitä on sen monipuolisuus, ihminen otetaan AA:ssa huomioon kokonaisuutena. AA:laisen elä- määntävän lukemattomat pienet vivahteet eivät tule esiin pintapuolisesti tarkkaillen.

Howard Clinebell jr. (1968) on löytänyt AA:n kyvyllä auttaa alkoholisteja raittiuteen mm. seuraavia syitä:

— AA ei ole riippuvainen uskonnollisesta elämästä tai äkkinaisestä kääntymyksen tyyppisestä uskonnollisesta kokemuksesta. Uskonnollinen ekstaasi päättyy usein emotionaaliseen krapulaan, mikä on tuhoisaa raittiudelle.

— AA toimii alkoholin korvikkeena.

— AA pitää alkoholistin kiireisenä, kun tämä yrittää auttaa ”tietämättömiä” alkoholisteja. AA:lainen saa tun- tea, että hän on hyödyllinen.

— AA tarjoaa jatkuvan henkisen kasvun ohjelman, mikä on erityisen tärkeää, kun ensimmäinen innostus menee ohi.

— AA säilyttää vastuuta alkoholistin kannettavaksi, kun tämä on kykenevä siihen.

— AA on menestyksekkäästi vahvistanut alkoholistin todellista itsearvostusta.

— AA:sta puuttuu moralismi ja hurskaus.

Vihkosen ”AA erään jäsenen näkemänä” kirjoittaja löytää viisi AA:lle elintärkeää oivallusta: 1) Alkoholismi on sairaus. Tämä häivyttää alkoholistin mielestä syyllisyyden ja häpeän tuoden usvoa toipumisesta. 2) AA hoitaa oikeen ensiksi. ”AA uskoo kuitenkin, että viisain- kin taudinmääritys näissä vaikeuksissa ei auta vähää- kään, jos potilas kuolee. Ruumiinavaukset eivät hyödytä ihmisiä, joille ne on suoritettu.” 3) ”Tilanteen tajuami- seen perustava ymmärtäminen, jota alkoholisti saa osakseen ollessaan sääliävä, ei ole hemmottelua. ’Hoitajilla’ AA:ssa on jo loppututkimus niillä neljällä alueella, missä alkoholisti on ehdoton mestari: valheellisuudessa, itsepe- toksessa, verukkeiden esittämisessä ja itsesääliässä.” 4) Neljäs tekijä on ”toipuneen alkoholistin kaikkialla läsnä- oleva, pohjaton, innostunut halu puhua alkoholismista — siitä ja sen ulkopuolelta, miksi ja minkätähden, sen syistä ja synnystä”. 5) AA:n kasvatus saa aikaan muo- donmuutoksen.

George Vaillant (1983) mukaan tuloksia tuovan hoi- don (raittius päämääränä) pitäisi täyttää neljä asiaa: 1) ei-kemiallisen vaihtoehdon löytäminen, 2) rituaalinen muistaminen, että jopa yksi ryyppy voi johtaa tuskaan ja retkahtamiseen, 3) sosiaalisen ja kemiallisen vaurion kor-

jaaminen ja 4) itsearvostuksen kohottaminen. Vaillant näkee, että oma-apuryhmät kuten AA ovat yksinkertaisin tapa tuottaa nämä neljä asiaa. AA:lainen elämäntapa ohjelmineen, ryhmineen sekä raittiine ihmiskontakteineen on myös selvä vaihtoehto. Esimerkiksi uudet harrastukset eivät yksinään voi ajan mittaan toimia juomista estävänä vaihtoehtona, koska niihin ei sisälly tarpeeksi hoitoelementtejä.

On paradoksaalista, että AA:ta on joskus syytetty ritualismista, kun se on ollut AA:n selvä etu ammatillisiin hoitomuotoihin nähden. Juominen on rituaalinomainen tapahtuma. On näin aivan luonnollista, että sen vastineeksi tarvitaan jatkuva, säännöllinen ja rituaalinomainen hoitokäytäntö. Toinen kohta muistuttaa, ettei alkoholistin peruskokemus saa koskaan unohtua terapeutissa prosessissa.

Kolmas ja neljäs kohta ovat niin yleisesti ymmärrettyjä, ettei niihin tarvitse tässä paljon puuttua. Sen verran on sanottava, että monessa hoitomuodossa toiminta keskittyy yksinomaan sosiaalisen ja kemiallisen vaurion korjaamiseen sekä itsearvostuksen kohottamiseen. On selvää, että näin on vaikea saavuttaa pysyvää raittiutta.

Raittiuden säilyttämisessä AA:n ohjelmalla on keskeinen asema, vaikka sitä ulkopuoliset usein vähättelevät. Jotkut ovat askelten merkityksen tajunneet, kuten esimerkiksi Gregory Bateson (1985), joka pitää mm. AA:n ensimmäisen ja toisen askeleen kombinaatiota ainutlaatuisena ideana: ”Tappion kokemus ei vain auta alkoholista vakuuttumaan siitä, että muutos on tarpeellinen; se on ensimmäinen askel tuossa muutoksessa. Hän on pullon kukistama ja tietää, että se on ’hengellinen kokemus’. Omavaroisuuden myytti rikotaan näin tuomalla esiin suurempi voima.”

AA:n toimivuutta on mahdotonta kartoittaa tyydyttävästi yhdellä kirjoituksella. Lisäksi voisi vastapainoksi tietenkin luetella syitä, miksi AA ei pysty auttamaan lukuisaa määrää alkoholisteja. AA on kuitenkin vapaaehtoisliike, joka pystyy ja haluaa kantaa vastuun vain AA:laisista ja AA:han pyrkijöistä. Sillä ei ole lakisääteistä velvollisuutta laajentaa ja parantaa toimintaansa. Lyhyesti sanottuna AA:n tehottomuuden syyt ovat usein samoja kuin sen tehokkuudenkin. AA:n ideologia ja toiminta viehättävät toisia ja ärsyttävät toisia. AA:n kannalta on ikävää, että useimmiten kielteisyys johtuu ennakkoluuloista ja tietämättömyydestä.

Kirjallisuus

- AA erään jäsenen näkemänä. Helsinki 1972
- Anderson, Daniel: The psychopathology of denial. Center City 1981
- Bateson, Gregory: Steps to an ecology of mind. New York 1985
- Clinebell, Howard J. jr.: Understanding and counseling the alcoholic through religion and psychology. New York 1968
- Kurtz, Ernest: Why AA works. The intellectual significance of Alcoholics Anonymous. Journal of Studies on Alcohol 43 (1982): 1
- Mack, John E.: Alcoholism, AA, and the governance of the self. In: Bean, Margaret H. & Zinberg, Norman E.

(eds.): Dynamic approaches to the understanding and treatment of alcoholism. New York 1981

Madsen, William: The American alcoholic. Springfield 1974

Vaillant, George E.: The natural history of alcoholism. Cambridge, Massachusetts, and London 1983.

Kalervo Koskela

Alkoholistin ”sairasloma”

Saadakseni tässä tarkoittamani ajatuksen mahdollisimman selväksi kerron seuraavassa eräästä puhelinkeskustelusta niin sanotusti kuin vain voin muistaa:

Puhelin soi.

— Onkse tohtori Paloheimo?

— Minä olen.

— Voisinko päästä sinne teidän vastaanotollenne?

— Kyllä se sopii, tulette vain ensi torstaina lääkäriasemalle, minulla on siellä vastaanotto heti kahdeksan jälkeen.

— Eikö ennen, mulla kun olis vähän kiire?

— No, mikäs teillä?

— On tullut tässä vähän ryypätyä . . . kun vaimokin lähti. Pitäis saada lääkärintodistus työnantajalle.

— Mistä asiasta?

— Siitä poissaolosta, täytyyhän siitä olla lääkärintodistus.

— Että siitä ryypäämispoissaolostako?

— Niin, ne vaatii lääkärintodistuksen.

— No jaa, käyhän se tietenkin. Voinhan minä todistaa, että te olette alkoholisti (sanoin tämän aivan ystävällisesti, lähes lempeästi) ja että olette sillä tavalla ryypännyt pari päivää. Ei sitä pidä pelästyä, nykyään katsotaan näet, että alkoholismi on sairaus. Kyllä sairauden aina voi todistaa. Onhan sitä hoitohajaustakin. Lääkäri todistaa näet aina sairauden.

— Ei, ei se käy, ei ne sellaista hyväksy. Viime kerralla käännyin tohtori X:n puoleen. (Mies sanoo selvästi lääkärin nimen, jonka unohtan heti aktiivisesti.)

— No, mitä hän kirjoitti?

— Hän pani todistukseen jotain sellaista kuin depresio.

— Mutta sehän oli valhe . . . en minä sellaista voi tehdä. (Tämä oli tietenkin vähän rumasti sanottu kollegasta, en sentään aivan niin pahasti tarkoittanut, ymmärsin tietenkin, että tuo lääkäri halusi vain auttaa.)

— Niinhän se tietenkin oli mutta . . . (Tämän hän sanoi vähän naurahtaen, ymmärsin, että hän oli oikeastaan kanssani samaa mieltä, tarkoitan, että diagnoosi oli eräänlainen valhe.)

— Ei, kuulkaa nyt, en minä sellaista todistusta voi antaa. On varmaan parempi kertoa asia niin kuin se on. Aivan turhaan te siinä asiassa kainostelette. Kuten sanoin, alkoholismi käsitetään nykyään sairaudeksi. Ja kai te alkoholisti olette vai kuinka, kun nyt tuolla tavalla jäätte pois töistä ryypäämään. Ja vaimokin lähtee. Sen ryypäämisen takia kai hän lähti vai kuinka?

— Niin kai se vähän oli. Tää oli jo toinen vaimo.