



VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU
VASA YRKESHÖGSKOLA
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Mira Ranta

VERTAISTUKEA ALKOHOLISTIEN LÄHEISILLE

Al-Anonin alueellinen jäsentutkimuskysely 2012

Sosiaali- ja terveysala
2013

TIIVISTELMÄ

Tekijä	Mira Ranta
Opinnäytetyön nimi	Vertaistukea alkoholistien läheisille. Al-Anonin alueellinen jäsentutkimus 2012.
Vuosi	2013
Kieli	suomi
Sivumäärä	63 + 11 liitettä
Ohjaaja	Ann-Sophie Blomqvist

Al-Anon on alkoholistien läheisten vertaistukiryhmä. Al-Anonilla on tänä vuonna 60-vuotisjuhla, jonka vuoksi Al-Anon halusi teettää muutaman vuoden välein tehdyn jäsentutkimuskyselyn selvittääkseen jäsenkuntansa koostumuksen. Tutkimusta on vertailtu jossain määrin edellisvuosien 2000 ja 2006 tutkimuksiin.

Tutkimuksen tarkoituksena oli tuottaa tilastotietoa Al-Anon-ryhmissä kävijöistä Al-Anon-yhteisön sisäiseen käyttöön, sekä kertoa sellaisille ihmisille, joille Al-Anon ei ole tuttu, millaiset ihmiset hakevat apua Al-Anonista. Kyselystä saatu tieto auttaa Al-Anonia parantamaan toimintaansa niin, että se voi paremmin huolehtia sanoman saattamisesta muun muassa semmoisten väylien myötä, mistä ihmiset eivät olleet tietoisia. Kun Al-Anon tietää jäsenistään enemmän, se kykenee kohdentamaan ja kehittämään tiedotusta paremmin, sekä pystyy olemaan paremmin ajassa mukana.

Työn teoreettisessa viitekehyksessä käsitellään alkoholin ongelmankäytön muotoja, Al-Anonin toiminnan ydintä ja alkoholistien läheisiä, vertaistoimintaa ja Suomessa olevia erilaisia vertaisryhmiä, sekä tilastotietoa suomalaisten alkoholin käytöstä. Tutkimus oli kvantitatiivinen kyselylomake, joka lähetettiin jokaiseen 140 eri ryhmään sähköisenä e-lomakkeena ja kirjallisena paperiversiona. Vastauksia tuli yhteensä 348, joista sähköisiä vastauksia oli 45 ja kirjallisia 303. Tutkimusta on analysoitu tilastografiikan avulla tehden erilaisia taulukoita ja kuvioita.

Tutkimuksessa selvisi, että jäsenet olivat tyytyväisiä Al-Anon-ryhmien vaikuttavuuteen ja Al-Anon-jäseniä oli tasaisesti ympäri Suomea. Jäsenet saivat tiedon parhaiten Al-Anonista AA-jäsenen kautta samoin kuin edellisvuosina. Ryhmissä oli myös tänä vuonna enemmän naisia kuin edellisinä vuosina. Tutkimuksesta selvisi, että tänä päivänä Al-Anon-jäsenet

Avainsanat Al-Anon, vertaistukiryhmä, jäsenkunnan koostumus, Al-Anon alue

ABSTRACT

Author	Mira Ranta
Title	Peer Support to the Close Relatives of Alcoholics. A Regional Survey by Al-Anon 2012
Year	2013
Language	Finnish
Pages	63 + 11 Appendices
Name of Supervisor	Ann-Sophie Blomqvist

Al-Anon is a peer support group for the close relatives of alcoholics. Al-Anon has this year the 60th anniversary, which is why Al-Anon wanted to carry out an inquiry among the members. This inquiry is carried out every few years in order to find out the situation and the status of the members of the organization. Some comparisons have been made between this study and the studies from 2000 and 2006

The purpose of the bachelor's thesis was to provide statistical information about the people, who visit Al-Anon groups to be used internally by the organization and also to tell people, who do not know Al-Anon what kind of people seek help from Al-Anon. Knowing more about the members helps Al-Anon to develop the communication and to be more up-to-date with its work.

The theoretical framework deals with the different forms of alcohol abuse, Al-Anon and the core activity of Al-Anon work, the close relatives of alcoholics, peer activities and different peer groups in Finland and also statistical information about the alcohol use among the Finns. The study was a quantitative questionnaire, which was sent to 140 groups in electronic form, and as paper version. There were 348 responses out of which 45 were in electronic form and 303 in written paper form. The study has been analyzed by means of statistical graphics, making a variety of tables and figures.

The study revealed that the members were satisfied with the Al-Anon groups and Al-Anon, the members were from all parts of Finland. As before, the best channel for information were the AA-members. There were also more women in the groups than during the previous years. Some other facts that the study revealed were that the average age of a member is higher than before and that most of the members had been members 1-5 years. Most of the members became members because of their spouse, common law spouse, ex-spouse or their girl/ boyfriend.

Keywords Al-Anon, peer support, member composition, Al-Anon area

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1 JOHDANTO	8
2 TILASTOTIETOA SUOMALASTEN ALKOHOLIN KÄYTÖSTÄ.....	9
2.1 Suomalaisten alkoholikulutuksen muutokset viiden vuosikymmenen aikana.....	9
2.2 Alkoholinkulutus alueittain	9
3 ALKOHOLIN ONGELMAKÄYTÖN MUODOT.....	11
3.1 Riskikäyttö.....	12
3.2 Haitallinen käyttö	12
3.3 Alkoholiriippuvuus.....	13
4 AL-ANONIN TOIMINNAN YDIN JA ALKOHOLISTIEN LÄHEISET.....	15
4.1 Al-Anon ja Alateen-ryhmät	15
4.2 Al-Anonin kaksitoista askelta ja kaksitoista perinnettä.....	17
4.3 Alkoholistien läheiset	17
4.4 Al-Anonin palvelutehtävät ja Keskuspalvelun tilapäiset työryhmät	20
5 VERTAISTOIMINTA JA VERTAISRYHMÄT SUOMESSA.....	22
5.1. Vertaisryhmän vaikuttavuus	23
5.2 Tutkimuksia vertaisryhmistä Suomessa	24
6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	26
6.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimustehtävät	26
6.2 Tutkimuksen työprosessi ja kohderyhmä	27
6.3 Tutkimusaineiston keruu ja tarkastelu.....	29
6.4 Tutkimuksen analysointi ja työmenetelmät.....	32
6.5 Tutkimuksen pätevyys ja luotettavuus	33
7 TUTKIMUSTULOKSET	36
7.1 Perustiedot	36
7.1.1 Jäsenten ikä- ja sukupuolijakauma.....	37
7.1.2 Jäsenten kansalaisuus ja äidinkieli	38
7.1.3 Jäsenten Al-Anon- alue	38

7.2 Al-Anon-jäsenyys.....	36
7.2.1 Miten jäsenet saavat tiedon Al-Anonista?	39
7.2.2 Al-Anon jäsenten aktiivisuus	45
7.2.3 Ristiinvertailu kysymysten: ”Mihin Al-Anon-alueeseen kuulut”? ja ”Mistä sait tiedon Al-Anonista”?	47
7.2.4 Jäsenten kuukausittainen käyntimäärä Al-Anon-ryhmissä	47
7.2.5 Suhde alkoholiläheiseen	47
7.2.6 Al-Anonin vaikuttavuus	47
7.3 Kummius ja palvelutehtävät	48
7.3.1 Al-Anonin kummina ja tukihenkilönä toimiminen	48
7.3.2 Palvelutehtävät	49
7.3.3 Al-Anon- työryhmien toiminta	54
7.4 Kolo ja Alateen.....	54
7.4.1 12–18-vuotiaiden lasten osallistuminen Al-Anonin toimintaan	54
8 JOHTOPÄÄTÖKSET	57
8.1 Sähköinen e-lomake kirjallisen jäsentutkimuksen rinnalla	57
8.2 Tutkimustulosten analysointia	58
9 POHDINTA	62
LÄHTEET	65
LIITTEET	

KUVIO- JA TAULUKKOLUETTELO

Taulukko 1. Jäsenten prosentuaalinen sukupuolijakauma	s. 37
Taulukko 2. Jäsenten prosentuaalinen ikäjakauma	s. 37
Taulukko 3. Mistä sait tiedon Al-Anonista ja käyntiaika Al-Anon-ryhmässä?	s. 40
Taulukko 4. Kuukausittainen käyntimäärä Al-Anon-ryhmässä	s. 45
Taulukko 5. Osallistuminen eri palvelutehtäviin	s. 49
Taulukko 6. Syitä, miksei ole ottanut palvelutehtäviä	s. 51
Taulukko 7. Muut syyt palvelutehtävistä kieltäytymiselle	s. 53
Taulukko 8. 12–18-vuotiaiden lasten osallistuminen chat-ryhmä Kooloon ja olivatko tietoisia Alateen toiminnasta	s. 55
Taulukko 9. Perustelut siihen, miksi lapset eivät tutustuneet Kooloon	s. 56
Kuvio 1. Prosentuaalinen esitys Al-Anon-ryhmissä käymisestä	s. 43
Kuvio 2. Mihin Al-Anon-alueeseen kuulut ja mistä sait tiedon Al-Anonista?	s. 44

LIITELUETTELO

LIITE 1. Saatekirje

LIITE 2. Kirjallinen kyselylomake

LIITE 3. Sähköinen e-lomake

LIITE 4. Kaksitoista askelta

LIITE 5. Kaksitoista perinnettä

LIITE 6. Palvelun kaksitoista käsitettä

1 JOHDANTO

Al-Anon on alkoholistien läheisten yhteisö. Al-Anon-ryhmissä jäsenillä on mahdollisuus jakaa kokemuksensa, toivonsa ja voimansa. Jäsenyyden ainoa edellytys on perheenjäsenen tai ystävän alkoholiongelma. Ryhmissä käy puolisoita, vanhempia, lapsia, sisaruksia ja muita läheisiä. Toiminnan periaatteena on vapaaehtoisuus, nimettömyys ja luottamuksellisuus, joiden perustana on Al-Anonin kahdentoista askelta, kaksitoista perinnettä ja palvelun kaksitoista käsitettä. Ryhmiä on Suomessa noin 140.

Opinnäytetyöaihe tuli tilaustyönä Al-Anonin Keskuspalvelu ry:n kautta. Al-Anonilla on tänä vuonna 60-vuotisjuhlavuosi ja minä sain kunnian tehdä jäsentutkimuskyselyn jokaiseen 140 eri ryhmään. Edellinen jäsentutkimuskysely toteutettiin vuonna 2006. Tämän vuoden kysely poikkesi määrällisesti kuin sisällöllisestikin melko paljon edellisvuoden kyselystä. Jäsentutkimuskyselyn tarkoitus oli selvittää, millaisista jäsenistä Al-Anon-ryhmät muodostuivat ja tuottaa tilastotietoa Al-Anon-ryhmissä kävijöistä Al-Anon-yhteisön sisäiseen käyttöön, sekä kertoa sellaisille ihmisille, joille Al-Anon ei ole tuttu, millaiset ihmiset hakevat apua Al-Anonista. Jäsentutkimuskyselystä saatujen tulosten perusteella voidaan kehittää Al-Anonin toimintaa.

Jäsentutkimuskysely oli kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimus, joka sisälsi 25 erilaista kysymystä. Kysely toteutettiin sähköisenä e-lomakkeena ja kirjallisena paperikyselynä. Jäsentutkimuskyselyn vastausaika oli noin kuukausi ja vastauksia tuli yhteensä 348, joista suurin osa oli kirjallisesti vastattuja eli 87 % kaikista kyselyn vastauksista. Kysymyksistä yksi oli avoin kysymys, mutta muihin kysymyksiin oli valmiit vastausvaihtoehdot. Jäsentutkimusta on verrattu jokseenkin vuosien 2000 ja 2006 tutkimustuloksiin. Tuloksista voisi tehdä lyhyen yhteenvedon, jonka mukaan Al-Anon-jäsenet olivat jakautuneet hyvin tasaisesti eri puolille Suomea ja olivat tyytyväisiä Al-Anonista saamiinsa hyötyihin.

2 TILASTOTIETOA SUOMALASTEN ALKOHOLIN KÄY- TÖSTÄ

Haastattelu- ja kyselytutkimuksilla tavoitetaan vain osa siitä alkoholijuomien määrästä, joka on tilastojen mukaan myyty tai kulutettu. Koska alkoholijuomien kulutuksen tilastointi on maassamme erittäin luotettavaa, on selvää, että juomatapatutkimusten tulokset ovat aliarvioita suomalaisten alkoholikulutuksen todellisesta tasosta.

2.1 Suomalaisten alkoholikulutuksen muutokset viiden vuosikymmenen aikana

Alkoholin kokonaiskulutus koostuu alkoholijuomien tilastoidusta vähittäis- ja anniskelumyynnistä, sekä tutkimusten perusteella arvioidusta tilastoimattomasta kulutuksesta. Tilastoimattoman kulutuksen tärkeimmät erät ovat ulkomaanmatkoilta ostettu ja ulkomailla nautiskeltu alkoholi. Kun Suomessa kerättiin vuonna 1968 kulutustutkimuksen aineistoa, oli alkoholin kokonaiskulutus ollut selvästi nousussa jo vuosikymmenen. Vuoden 1968 jälkeen alkoholin kulutus nousi erittäin voimakkaasti 1970-luvun puoleenväliin, jonka jälkeen kuitenkin kulutuksen kasvuvauhti laantui vuosikymmeniksi kiihtyäkseen uudelleen taas 1980-luvunjälkipuoliskolla. Alkoholin kulutus väheni 1990-luvun alusta neljän vuoden aikana suunnilleen 14 %. Tämän jälkeen alkoholin kulutus kuitenkin lisääntyi jälleen vuoteen 2005 ja on siitä hieman alentunut mutta pysynyt kuitenkin yli 10 litran tasolla. Tilastoimattoman alkoholin kulutus oli vuonna 2008 lähes kolminkertainen vuoteen 1968 verrattuna. (Mäkelä ym. 2010, 14-15.)

2.2 Alkoholinkulutus alueittain

Jos alkoholinkulutusta tarkastellaan Suomessa alueittaisiin myyntitietoihin perustuen, Lappi ja Ahvenanmaa erottuvat selkeästi muista Suomen maakunnista. Lappissa asukasta kohti laskettu alkoholijuomien myynti on muita maakuntia huomattavasti korkeammalla tasolla, mikä johtuu turistien alkoholiostoksista, sekä ruotsalaisten ja norjalaisten Suomesta hankkimista alkoholijuomista. Alhaisin alkoholinkulutus myyntitilastojen mukaan on Ahvenanmaalla.

Alkoholitilastojen viisi suurinta aluetta ovat Uusimaa, Länsi-Suomi, Keski-Suomi, Pohjanmaa ja Itä-Suomi. Pohjanmaa poikkeaa näistä alueista eniten. Siellä alkoholinkulutus on huomattavasti alhaisempaa, mikä johtuu osittain vähäisestä viinin juonnista. Kaikista korkeinta alkoholinkulutus on Itä-Suomessa. Kuitenkin erot muihin alueisiin eivät ole niin suuret, jos vertaa Pohjanmaata. (Mäkelä ym. 2010, 18-19).

3 ALKOHOLIN ONGELMAKÄYTÖN MUODOT

Minnesota-hoidon johtaja Simo Seppelin kuvaa käsitettä alkoholismi Aschan T:n ja Aschan H:n teoksessa Selviytymistarina alkoholi perheessä seuraavasti. Alkoholismi on sairaus. Se ei ole elinolosuhteiden synnyttämää virheellistä, sosiaalisesti arveluttavaa käyttäytymistä, vaikka se sitä aiheuttaakin. Taudin kulku on samanlainen riippumatta ihmisen sosioekonomisesta asemasta, koulutuksesta tai perhetilanteesta. Alkoholisteja on kaikissa yhteiskuntaluokissa ja hierarkioiden kaikilla tasoilla. Alkoholistilla ei ole koskaan kohtuukäyttöä eikä alkoholismia pystytä hoitamaan lääkkeillä. Raitistunut alkoholisti voi elää täysivaltaisena yhteiskunnan jäsenenä ja kantaa vastuun itsestään ja läheisistään. Kuitenkin itse sairaus, alkoholismi säilyy läpi elämän piilevänä. Useimmat läheiset huomaavat ongelman ensimmäisenä, kun alkoholisti itse kieltää oman ongelmansa ja kuvaa juomistaan normaaliksi. (Aschan & Aschan 2010, 44–45.) Alkoholi on laillista. Useimmat ovat kokeilleet alkoholia ja säännöllisesti sitä käyttää noin 80 % väestöstä. Vastaavasti huumeita on kokeillut 10–20 % väestöstä ja säännöllisesti sitä käyttää vain muutama prosentti. Erilaiset teoriat selittävät alkoholin ja huumeiden väärinkäyttöä. Fysiologiset teoriat perustuvat ajatukseen, että yksilöiden aineenvaihdunnalla on osuutta ihmisten käyttäytymiseen. (Olsson 2000, 17-18.) Monissa osissa maailmaa alkoholijuomien nauttiminen kuuluu yhteisiin illanviettoihin. Kuitenkin alkoholilla on riski aiheuttaa haitallisia terveysvaikutuksia. Lisäksi alkoholi aiheuttaa kroonisia sairauksia niille, jotka juovat alkoholia runsaasti useita vuosia. Näiden lisäksi alkoholin käytöllä on riski saada erilaisia akuutteja vammoja, esimerkiksi liikenneonnettomuuksissa. (World Health Organization 2013.)

Alkoholin ongelmakäytöstä on kysymys silloin, jos juomiseen liittyy jonkinlainen haitta tai huomattava riski saada alkoholin aiheuttama haitta. Alkoholin käyttö voi olla liiallista, vaikka itse käyttöön ei liittyisi riippuvuutta tai muita haittoja. Ongelmakäyttö voidaan jakaa kolmeen luokkaan: riskikäyttö, haitallinen käyttö ja alkoholiriippuvuus. Henkilö ei voi kuulua useampaan luokkaan kerrallaan. Alkoholiriippuvuus on selvästi vaikein alkoholin ongelmakäytön muoto. (Seppä, Alho & Kiiänmaa 2010, 8.)

Alkoholin liikkakäyttö on yksi kaikista eniten terveytemme haitallisesti vaikuttavista tekijöistä. Alkoholin tiedetään aiheuttavan ainakin yli 60 erilaista terveysongelmaa, ja liiallisesti alkoholia käyttävillä on kuoleman vaara kaksin- tai kolminkertainen muuhun väestöön verrattuna. Alkoholin aiheuttama tauti tai alkoholi-myrkytys on yleisin kuolemansyy niin suomalaisilla työikäisillä miehillä kuin myös naisilla. Yleinen yksilön terveyteen ja muuhun hyvinvointiin vaikuttava alkoholin aiheuttama sairaus on alkoholiriippuvuus. Alkoholin myötä kasautuvia terveyshaittoja voi tulla ilman, että olisi kehittynyt alkoholiriippuvuutta. Näitä tiloja, joihin mini-interventio eli alkoholin käyttöön liittyvä lyhyt neuvonta pitäisi kohdistaa, kutsutaan alkoholin riski- ja haitalliseksi käytöksi. (Aalto & Seppä 2009, 11.)

3.1 Riskikäyttö

Kohtuulliseen alkoholin käyttöön liittyy todella pieni riski saada alkoholin aiheuttamia haittoja. Sen sijaan alkoholin riskikäyttö aiheuttaa huomattavan vaaran saada erilaisia alkoholin aiheuttamia haittoja. (Seppä ym. 2010, 8.) Alkoholin suurkulutuksessa rajat ylittyvät, mikä tarkoittaa sitä, että henkilöllä on suurempi riski saada alkoholin aiheuttamia haittoja, vaikka merkittäviä haittoja ei ole vielä syntynyt, eikä riippuvuutta ilmaantunut (Aalto ym. 2009, 12.) Riskikäyttäjällä ei siis ole alkoholiriippuvuutta mutta hän juo kuitenkin liikaa kohtuukäyttäjään verrattuna. Tämä tarkoittaa sitä, että riskikäyttäjä pystyy halutessaan vähentämään juomistaan. Riskikäyttö ei ole sairaus vaan käyttäytymistä, joka altistaa ajan mittaan alkoholiriippuvuudelle, muille alkoholin aiheuttamille sairauksille, sekä sosiaalisille haitoille. Riskikäyttäjällä on useimmiten vaikeaa lopettaa juominen joka on rinnastettavissa hyvin pitkälti muihinkin elämäntapamuutoksiin. (Seppä ym. 2010, 8-9.)

3.2 Haitallinen käyttö

Haitallisessa käytössä fyysiset ja psyykkiset haitat ovat selvästi havaittavissa. Jos henkilö ei ole alkoholiriippuvainen eikä myöskään haittojen ilmettyä aio vähentää alkoholin käyttöä niin, jotta haitta häviää, kyse on alkoholin haitallisesta käytöstä.

On tutkittu, että mitä enemmän ihminen juo, sitä todennäköisempää on haittojen ilmaantuminen. Useimmilla ihmisillä, joilla on selvästi osoitettavia alkoholin aiheuttamia haittoja, täyttyvät myös riippuvuuden kriteerit. Tämän vuoksi, ainakin Suomessa haitallinen käyttö näyttää olevan suhteellisen harvinaista. Haitallinen käyttö on määritelty Maailman terveysjärjestön ICD-10-luokituksessa. Se ei kuitenkaan ole varsinainen sairaus. Useimmiten ajatellaan, että alkoholia haitallisesti käyttävä pystyy halutessaan suhteellisen helposti ammattiauttajien toteuttaman lyhyen neuvonnan tai läheisten tuen avulla muuttamaan alkoholin käyttöönsä oma-toimisesti. Noin puolella alkoholin haitallinen käyttö näyttää kuitenkin jatkuvan pitkäaikaisesti, mitä selittää myös riippuvuuskierteen synty. Jos ihminen ei pysty muuttamaan ja lopettamaan alkoholin käyttöä, on hyvä syy epäillä alkoholiriippuvuutta. (Seppä ym. 2010, 9.)

Alkoholin haitallisessa käytössä henkilöllä esiintyy useita kroonisia haittoja. Näitä ovat esimerkiksi: erilaiset alkoholin aiheuttamat sairaudet ja mielenterveysongelmat. Mitä enemmän henkilö käyttää alkoholia, sitä todennäköisempää on haittojen ilmaantuminen. (Aalto ym. 2009, 12-13.)

3.3 Alkoholiriippuvuus

Alkoholiriippuvuus määritellään ICD-10- luokituksessa. Siihen sisältyy kuusi kriteeriä, joita käytetään alkoholiriippuvuuden diagnosoimisessa. Näistä kriteereistä vähintään kolmen täytyy esiintyä yhtäjaksoisesti vähintään kuukauden ajan tai, mikäli samanpituiset jaksot ovat kuukautta lyhempiä, toistuvasti viimeisen vuoden aikana. Alkoholiriippuvuuden diagnostiset kriteerit ovat seuraavat: voimakas halu tai pakonomainen tarve alkoholin käyttöön, kyky alkoholin hallinnassa heikentynyt, esiintyy vieroitusoireita alkoholin käytön vähentyessä tai lopettaessa, sietokyky eli toleranssi kasvanut ja alkoholin nauttiminen jatkuu haitoista huolimatta. (Aalto ym. 2009, 13-14.)

Alkoholiriippuvuus voi olla fyysistä että psyykkistä. Alkoholin jatkuva ja runsas käyttö johtaa fyysisen riippuvuuden kehittymiseen. Tämä paljastuu usein vasta juomisen katkettua, kun vieroitusoireet ilmaantuvat alkoholin poistuttua elimistös-

tä. Fyysinen riippuvuus vieroitusoireineen on vain yksi alkoholiriippuvuuden oireista. Sitä voidaan kuitenkin pitää alkoholin jatkuvaan käyttöön liittyvänä sivuvaikutuksena, joka paljastuu vieroitusoireina juomisen katketessa. Fyysisen riippuvuuden kehittyminen liittyy elimistön pitkään, lähes tauottomaan altistumiseen alkoholille. Vieroitusoireiden puhkeamista edeltää ainakin muutaman päivän jatkunut runsas alkoholin suurkulutus, joka on ollut vähintään 100 ml puhdasta alkoholia päivässä. (Seppä ym. 2010, 25.)

Alkoholiriippuvuus on oireryhmä. Eri yksilöillä sen oireet tai piirteet painottuvat eri tavalla kuin toisilla. Riippuvuus ilmenee käyttäytymisen muuttumisena. Tämä on seurausta alkoholin aiheuttamista muutoksista sekä aivoissa että yksilön tavassa havainnoida, tuntea ja ajatella. Alkoholiriippuvuudessa on kyse psyykkisestä riippuvuudesta, joka ilmenee pakonomaisena tarpeena käyttää alkoholia, vaikka vieroitusoireet poistuvat. Kyse ei ole ainoastaan siitä, että joku juo liikaa, tai fyysisestä riippuvuudesta, jolloin henkilöllä esiintyy vieroitusoireita tai hänen kykynsä sietää alkoholia on lisääntynyt. (Seppä ym. 2010, 9.) Alkoholiriippuvuus on vaikein alkoholin ongelmakäytön muoto. Henkilö ei hallitse juomista eikä kykene estämään siitä tulevia haittoja. (Seppä ym. 2010, 8.) Alkoholiriippuvuus on kansansairaus ja se on hyvin yleistä Suomalaisten keskuudessa. Suomalaisista aikuisista alkoholiriippuvaisia on jopa 8 % miehistä ja 2 % naisista. (Seppä ym. 2010, 11.)

4 AL-ANONIN TOIMINNAN YDIN JA ALKOHOLISTIEN LÄHEISET

Al-Anon-perheryhmät ovat jo vuosien aikana esittäneet tärkeätä osaa siinä, että ovat saaneet yleisön tietoiseksi siitä, että alkoholismi on koko perheen sairaus. Al-Anon tarjoaa apua alkoholistien perheille ja ystäville eri paikkakunnilla ja tarjoaa ammattiauttajille paikan, johon he voivat neuvoa ihmisiä. Al-Anon on saanut ihmiset tietoisiksi niistä tuhoisista vaikutuksista, joita läheiset suhteet alkoholistin kanssa saattavat aiheuttaa perheille ja ystäville. Al-Anonin avulla alkoholistin läheiset oppivat hellittämään tunne-elämäänsä painolasteista, jakamalla omat kokemukset, voimavaransa ja toivonsa toisten samaa kokeneiden kanssa. Ryhmissä unohdetaan alkoholisti ja keskitytään jäsenen omaan toipumiseen. Al-Anonin jäsenyys on vapaaehtoista ja jäsenmaksuja ei ole. (Al-Anon Family Groups, 2011-2013.)

4.1 Al-Anon ja Alateen-ryhmät

Al-Anon-ryhmät sai alkunsa AA:sta, joka toimi aluksi perheyhteisönä (Al-Anon Family Groups 1992, 9). AA on lyhenne Nimettömistä alkoholisteista eli Alcoholics Anonymous, joka on kansainvälinen yhteisö, jonka jäsenten päämääränä on pysyä raittiina ja auttaa toisia alkoholisteja saavuttamaan raittius (Alcoholics Anonymous, Nimettömät Alkoholistit 2013.) Al-Anon-perheryhmällä on juurensa AA:ssa, ja se on läheisissä kanssakäymisissä AA:n kanssa. Al-Anon tulee sanoista Al-Anon Family Groups. Oletetaan, että ajatus on ollut nimettömien alkoholistien perheiden ryhmät, koska ensimmäiset Al-Anonin jäsenet olivat AA-laisten läheisiä. Monilla Al-Anon-perheryhmän jäsenillä on alkoholistiomaisia, jotka ovat jo saavuttaneet raittiuden AA:ssa, mutta on myös useita jäseniä joiden läheiset eivät ole pystyneet lopettamaan pakkomielleistä juomistaan. Ensimmäiset Al-Anon-ryhmät perustettiin Suomeen vuonna 1953 Yhdysvalloissa toimivan Alcoholic Anonymous Family Groups-mallin mukaan. (Al-Anon Family Groups, 2011-2013.)

Alateen syntyi tarpeen sanelemana niin kuin Al-Anonkin. Alateen tulee nimestä alkoholiperheiden nuorille. Vuosikausia oli alkoholistien teini-ikäisten lasten ai-

noana apuna käynti vanhempiensa mukana Al-Anon tai AA-ryhmässä. Yksi nuori henkilö nimeltä Bob kävi vanhempiensa kanssa AA-kokouksissa ja äitinsä kanssa Al-Anon-kokouksissa. Kokoukset auttoivat nuorta, mutta hän tajusi, että vanhempien ongelmat eivät olleet hänen ongelmiansa. Näin hän sai aatteen perustaa oman ryhmän alkoholistien teini-ikäisille lapsille. Tämä oli Alateenin alku. Jokaisella Alateen-ryhmällä on aktiivinen Al-Anon-kummi, jonka tehtävänä on ohjata ryhmää ja auttaa sen jäseniä ymmärtämään askeleita ja perinteitä. Alateenit suojelevat Al-Anon- ja AA-jäsenten nimettömyyttä samoin kuin aikuiset Al-Anonilaiset. Alateen on nuorempien jäsenten Al-Anon ja seuraa samaa 12 askeleen ja 12 perinteen ohjelmaa kuin Al-Anonilaiset. (Al-Anon Family Groups, 2011-2013.)

Al-Anon ja Alateen-ryhmät ovat vertaistukiryhmiä alkoholistin läheisille, kun tavoitteena on saada helpotusta omaan elämään ja jaksamiseen. Al-Anon-ryhmät ovat tarkoitettuja alkoholistien aikuisille läheisille. Puolestaan Alateen-ryhmät ovat tarkoitettuja 10-20-vuotiaille lapsille ja nuorille, joiden elämään toisen ihmisen juominen vaikuttaa tai on saattanut joskus vaikuttaa. Tällä hetkellä Suomessa on vain yksi Alateen-ryhmä, joka on Vaasassa, sekä Alateen-Kolo, joka on netti-ryhmä. Alateen-Kolossa Al-Anonin ja Alateenin toiminnan painopiste on päihdeongelmaisten omaisissa ja heidän tukemisessaan. Järjestön tarkoitus ei ole vaikuttaa itse päihdeongelmaiseen. Al-Anonissa lähdetään siitä, että perheenjäsenet eivät pysty auttamaan päihdeongelmaista, eivätkä hillitsemään hänen juomistaan. Tämän asian hyväksymistä pidetään perusehtona perheenjäsenen toipumiselle. Toiminta perustuu jäsenten keskinäiseen avunantoon ja välittämiseen. (Koski-Jännes & Hänninen 2004, 115-117.)

Jäsenet jakavat keskenään kokemuksensa, voimansa ja toivonsa ratkaistakseen yhteisen ongelmansa. Al-Anonissa alkoholismia pidetään koko perheen sairauteena. Asenteiden muutos voi olla mahdollisuus auttaa perhettä toipumaan yhteisen ongelman äärellä. Al-Anon ei ole sitoutunut uskonlahkoon, kirkkokuntaan, poliittiseen ryhmittymään, järjestöön tai yhteiskunnalliseen laitokseen. Al-Anonilla on vain yksi tarkoitus, joka on auttaa alkoholistien läheisiä. Al-Anon tarjoaa mahdol-

lisuuden henkiseen kasvuun 12 askeleen toipumishjelman avulla. (Al-Anon Keskuspalvelu ry 2003, 3.)

4.2 Al-Anonin kaksitoista askelta ja kaksitoista perinnettä

Al-Anonin kaksitoista askelta ja kaksitoista perinnettä (LIITE 4) on tarkoitettu ihmisille, joiden elämään on vaikuttanut tai jatkuvasti vaikuttaa puolison, lapsen, jonkun muun sukulaisen tai ystävän alkoholismi. Al-Anon-ohjelman perusta, nämä kaksikymmentäneljä periaatetta ovat auttaneet Al-Anonin kävijöitä keskittymään oman olemassaolonsa tarkoitukseen riippumattomina kaikista muista menetelmistä, terapioista ja järjestöistä. Ohjelman avulla alkoholistin perhe voi löytää uudenlaisen elämäntavan Al-Anon-perheryhmissä. (Al-Anon Keskuspalvelu ry 2003, x.)

Ensimmäiset kolme askelta auttavat ymmärtämään, että inhimilliset voimavaramme, kuten älykkyys, tieto, vahvuus tai edes toivo eivät riitä ratkaisemaan ongelmiamme. On hyväksyttävä ja uskottava, että itseä suuremman voiman apu ohjaa ajatuksiamme ja tekojamme. Neljäs askel osoittaa, mitä tulee tehdä. Viides, kuudes ja seitsemäs askel vahvistavat sitä osoittamalla meille tien niiden luonteen heikkouksien voittamiseen, jotka ovat aiheuttaneet meille niin monia ongelmia. Kahdeksas ja yhdeksäs askel ovat jälleen toiminnan askelia. Ne kehottavat ryhtymään konkreettisiin korjaustoimiin, jotta alkoholistin läheiset vapautuisivat syyllisyyden ja hämmennyksen taakasta. Kymmenes askel kehottaa jatkamaan neljännessä askeleessa alkavaa työtä. Yhdestoista askel kehottaa rukouksen ja mietiskelyn avulla solmimaan tietoisien yhteyden itseämme suurempaan voimaan. Viimeinen kahdestoista askel painottaa näiden periaatteiden soveltamisen tärkeyttä kaikissa toimissa ja sitä, että alkoholistien läheiset jakaisivat henkisen kasvun toisten samaa kokeneiden kanssa. (Al-Anon Keskuspalvelu ry 2003, 5-6.)

4.3 Alkoholistien läheiset

Monet alkoholistien läheiset eläneet alkoholistin elämää useita vuosia, eivätkä he tiedä kuinka suhtautua läheiseen. Osa voi tuntea sääliä, rakkautta, hellyyttä, vihaa,

inhoa, katkeruutta vuorotellen ja yhtä aikaa. Monet läheisistä saattava syyttää itseään, yhteiskuntaa, koululaitosta, huonoa seuraa, luonnevikaa, geenejä, sukulaisia tai tuttavien läheisensä alkoholinkäytöstä. Monet ovat yrittäneet puhua järkeä ja ohjeistaa katkaisuhuoltoon, mutta tuloksetta. (Koski-Jännes & Hänninen 2004.)

Alkoholisoituminen koskee myös perheenjäseniä, työtovereita, ja muita alkoholistille läheisiä ihmisiä. Aluksi on luonnollista, että alkoholismia peitellään ja salataan. Alkoholista halutaan suojella ja hoivata, sekä hänen puolestaan tehdään työt. Alkoholista saatetaan myös pelätä ja hävetä. Läheiset uskovat, että alkoholisti lopettaa juomisen, koska hän niin vannoo. Alkoholistin perheeseen tai lähipiiriin kuuluminen on vaikeaa. Läheisen päihdeongelmasta tulisi puhua muiden ihmisten kanssa. Lähipiiriin kuuluva voi hakea apua itselleen esimerkiksi ammattituntajalta, kuten kunnan sosiaalitoimistosta, A-klinikalta, tai Al-Anon-ryhmistä. Kun läheinen saa apua, hän oppii suhtautumaan oikealla tavalla alkoholistiin ja tilanne voi johtaa muutokseen. (Sainio 2007, 14.)

On hyvin tärkeää muistaa, että omainen tai läheinen ei ole syyllinen alkoholistin juomiseen eikä ole myöskään vastuussa siitä. Toista ihmistä ei voi muuttaa väkisin, jos hän ei itse muutosta tahdo. Välinpitämätön ei kuitenkaan tarvitse olla. Alkoholistille voi ilmaista alkoholin kielteiset haittavaikutukset ja sen, että on huolissaan hänestä. Läheisen alkoholinkäyttöön pitää siis puuttua. Se on välittämistä läheisestä. (Sainio 2007, 15.)

Alkoholiongelmaan voi hakea apua monestakin paikasta. Kuntien A-klinikat auttavat alkoholiongelmaista kärsiviä ja heidän läheisiään. Lisäksi on olemassa katkaisuhuoltoasemia, kuntoutuslaitoksia, kristillisiä hoitokoteja, ensisuoja, päiväkeskuksia ja nuorisosaamia. Myös näiden lisäksi seurakuntien diakoniatyö auttaa alkoholiongelmaisia. Kunnan sosiaalitoimisto antaa tietoa oman alueen hoitolaitoksista. On myös olemassa AA-kerho ja alkoholiongelmaisille tarkoitettuja palveluvia puhelimia. (Sainio 2007, 18.)

On mahdotonta arvioida tarkasti, kuinka moni suomalainen kärsii läheisensä päihdeongelmasta. Suuntaa antavia arvioita voi kuitenkin tehdä alkoholin käyttöä kos-

kevien selvitysten perusteella, koska maamme päihteidenkäyttäjistä suurin osa on alkoholin väärinkäyttäjiä. Stakesin Juomatapa 2000 –tutkimuksessa ilmeni, että noin joka kymmenes 15–69-vuotias suomalaismies eli 6 % ja naisista vastaavasti hieman useampi eli 16 % arvioi, että yhdellä tai useammalla heidän perheenjäsenistään (äiti, isä, lapsi, puoliso), on tämän omasta alkoholinkäytöstä johtuvia ongelmia. (Koski-Jännes & Hänninen 2004, 13.)

Kansallinen ja kansainvälinen tutkimus alkoholinkäyttöön liittyvistä haitoista on pääosin kohdistunut itse käyttäjän kärsimiin haittoihin. Terveydelliset haitat ovat tällöin olleet etusijalla. Huomattavasti vähemmän on kuitenkin tutkittu alkoholinkäytön haittoja muille kuin käyttäjälle itselleen. Tämänkaltaiset haitat voidaan jakaa kahteen luokkaan sen mukaan, mihin tahoon ne kohdistuvat. Ensiksi on haittoja, joita kokevat juojan lähiympäristössä olevat yksilöt. Toiseksi alkoholinkäytöllä on epäsuorempia vaikutuksia, jotka eivät kohdistu kehenkään yksittäiseen henkilöön. Alkoholinkäyttäjän perheelleen ja lapsilleen aiheuttamat kielteiset vaikutukset ovat muun muassa perheen taloustilanteen heikentyminen, lasten laiminlyönti, henkinen ja fyysinen väkivalta, tapaturmat, sikiölle aiheutetut haitat ja niin edelleen. (Mäkelä, Mustonen & Tigerstedt 2010, 220.)

Suomen Al-Anoniin kuuluu 16 aluetta. Maantieteellisesti toisiaan lähellä olevat ryhmät kuuluvat samaan alueeseen. Suomen Al-Anon-alueet ovat Helsinki, Espoo, Vantaa, Etelä-Suomi, Päijät-Häme, Kanta-Häme, Pirkanmaa, Varsinais-Suomi, Satakunta, Kymi, Savo-Karjala, Keski-Suomi, Pohjanmaa, Oulu, Lappi ja Ruotsi, joka suomenkieliset ryhmät Ruotsissa. Aluejaosta päättää palvelukokous. Jos alue haluaa jakautua tai liittyä toiseen alueeseen, asiasta tehdään kirjallinen esitys keskuspalvelun hallitukselle. (Al-Anon- keskuspalvelu ry:n rakennetyöryhmä. 2009, 21.)

4.4 Al-Anonin palvelutehtävät ja Keskuspalvelun tilapäiset työryhmät

Al-Anonin palvelutehtävät jaetaan kolmeen ryhmään: ryhmän ja alueen palvelutehtävät, sekä valtakunnalliset palvelutehtävät. Ryhmän palvelutehtäviä ovat muun muassa seuraavat: kokoustilan ovenavaaja, kahvinkeitäjä, kokouksen puheenjohtaja, ryhmäedustaja, ryhmän rahastonhoitaja ja kirjallisuudesta vastaava henkilö. Ryhmän jäsenet voivat toimia Alateen-kummeina, sekä Al-Anonin ja AA:n auttavissa puhelimissa. (Al-Anon- keskuspalvelu ry:n rakennetyöryhmä. 2009, 16-18.)

Alueen palvelutehtävien hoitoon saa opastusta vanhemmilta Al-Anonin jäseniltä. Alueen palvelutehtäviä ovat muun muassa seuraavat: alueen puheenjohtaja, alueen sihteeri, alue-edustaja, Alateen-yhdyshenkilö, rahastonhoitaja ja tiedotusyhdyshenkilö. (Al-Anon- keskuspalvelu ry:n rakennetyöryhmä. 2009, 25-28.)

Valtakunnallisia palvelutehtäviä ovat muun muassa seuraavat: Alateen-toimikunnan puheenjohtaja, kirjallisuustoimikunnan puheenjohtaja, tiedotustoimikunnan puheenjohtaja ja Tietoavain-toimikunnan puheenjohtaja, sekä kaksi kansainvälistä yhdyshenkilöä. Hallitukseen kuuluu neljä varsinaista jäsentä ja yksi varajäsen. Aluekummitoiminta tarkoittaa sitä, että Keskuspalvelun jäsenet toimivat kullekin nimetyn alueen kummina. Tiedottaminen intranetissä, hallituksen puheenjohtajana toimiminen, hallituksen varapuheenjohtajana toimiminen ja hallituksen sihteerinä toimiminen ovat myös valtakunnallisia palvelutehtäviä. Al-Anon keskuspalvelu järjestää palvelukokouksen, alue-edustajien syystapaamisen, sekä tukee perhepalavereiden ja ryhmäedustajien tapaamisten järjestämistä valtakunnallisilla päivillä. Hallitus kokoaa edellisen vuoden toimintakertomuksen ja laatii toimintasuunnitelman. Hallituksella on hyvin paljon tehtäviä. Se myös vastaa Al-Anonin toimistosta, perustaa työryhmiä ja kutsuu niihin puheenjohtajat ja huolehtii alue-edustajien syystapaamisen ja niin edelleen. (Al-Anon- keskuspalvelu ry:n rakennetyöryhmä. 2009, 40-43.)

Al-Anonissa käytetään tilapäisiä työryhmiä. Esimerkkeinä ovat rakenteen uudistamis- ja kehittämistyö, uuden tekniikan käyttöönotto (Internet) ja erilaisten tapahtumien järjestäminen. Keskuspalvelu tai palvelukokous yleensä määrittelee työryhmien tehtävän, valitsee puheenjohtajan ja seuraa siten työn edistymistä. (Al-Anon- keskuspalvelu ry:n rakennetyöryhmä. 2009, 48.)

5 VERTAISTOIMINTA JA VERTAISRYHMÄT SUOMESSA

Vertaistoiminnalla tarkoitetaan joko vapaamuotoisesti tai organisoidusti järjestäytyntä keskinäistä apua ja tukea, jossa samankaltaisessa elämäntilanteessa olevat ihmiset tai samankaltaisia elämänkohtaloita/ tilanteita kokeneet ihmiset pyrkivät yhdessä etsimään ja löytämään tukea tai selvittämään ja ratkaisemaan omaa elämäntilannettaan. Toiminta perustuu ensisijaisesti yhteenkuuluvuuden tunteeseen ja yhteisiin kiinnostuksen kohteisiin tai samankaltaisiin elämäkokemuksiin, sekä myös kokemukselliseen asiantuntijuuteen. Tavoitteena on edistää ihmisten välistä hyvinvointia, jaksamista, sekä tarvittaessa antaa tukea toisen parantumiseen. Vertaistoiminnan arvona on tasa-arvoisuus ja toisen ihmisen kunnioittaminen. Ryhmätoiminnan päällimmäinen idea on yhdenvertaisten kokemusten jakaminen yhteisessä kanssakäymisessä. Vertaistoiminnan keskeinen asia on ryhmään kuuluminen, arvostetuksi ja kuulluksi tuleminen.

Vertaistoimintaa kehitetään jatkuvasti. Nyt on menossa KASTE-ohjelma 2012–2015, jonka tarkoituksena on edistää riskiryhmien mahdollisuutta osallisuuteen, hyvinvointiin ja terveyteen. Tarkoituksena on luoda ja ottaa käyttöön kohdennettuja ja kannustavia keinoja riskiryhmien terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi yhteistyössä julkisen sektorin, järjestöjen, sekä yritysten kanssa. KASTE-ohjelman tarkoituksena on myös kehittää mielenterveys- ja päihdepalveluja, joihin olisi mahdollisimman helppoa hakeutua kansallisen mielenterveys- ja päihdetyön suunnitelman mukaisesti. (Saarinen, 2012.)

Vertaistoiminnan käsite tuli Suomeen 1990-luvun puolivälissä. Tämä uusi tuen ja auttamisen käsite perustui siihen, että ihmiset, joilla on jokin yhteinen kokemus tai sairaus, saavat toisiltaan sen tyyppistä tukea, jota muut auttamistahot eivät pysty antamaan. (Laatikainen 2010, 11.) Vertaistoiminnassa ihminen löytää omat voimavaransa, ottaa vastuuta omasta elämästään ja ohjaa sitä haluamaansa suuntaan. Tuen avulla ihminen saa liikkeelle sen prosessin, joka johtaa passiivisesta avun vastaanottajasta aktiiviseksi toimijaksi. Vertaistoiminnan tutkijat Alfred Katz ja Eugene Bender ovat monen vuoden ajan olleet keskeisiä vertaistoiminnan

tutkijoita. He määrittelevät vertaistoiminnan seuraavasti. Se on vapaaehtois pohjalta toimiva pienryhmä, joiden jäsenet tukevat toisiaan. Ryhmän jäsenillä on yhteinen ongelma tai tarve, johon he toivovat sosiaalista tai henkilökohtaista muutosta. (Laatikainen 2010, 13–14.) Vertaistoiminta perustuu kokemustietoon. Kokemustiedon jakaminen voi olla yksi vertaistuen muoto. Kokemustiedon jakaminen on tärkeää niin tukea tarvitseville kuin tiedon jakajalle. Se vähentää ei toivottua yksinäisyyden tunnetta ja avuttomuutta uudessa elämäntilanteessa. Täten ihmiselle välittyy konkreettinen tieto, että on olemassa muitakin, jotka ovat tai ovat olleet samankaltaisessa tilanteessa. (Laatikainen 2010, 21–22.)

5.1. Vertaisryhmän vaikuttavuus

Vertaisryhmässä vertaistuen vastaanottaja ei ole potilas, asiakas tai sosiaaliavun vastaanottaja. Vertaisryhmässä keskinäinen ja vastavuoroinen auttaminen luo tasa-arvon tunteen jäsenten keskuudessa. Toisten samaa kokeneiden tapaaminen auttaa näkemään ja ymmärtämään omia tuntemuksiaan ja olotilaa normaalina prosessiin kuuluvina asioina. Vertaisryhmässä on mahdollisuus muuttua passiivisesta vastaanottajasta aktiiviseksi osallistujaksi. (Versova 2011.)

Vertaistukiryhmä on vertaisuuden toteutumisen paikka, tila ja rakenne. Vertaistukiryhmässä riittävästi samankaltaisia asioita kokeneet ihmiset voivat solmia auttamiseen ja tukemiseen tähtääviä vastavuoroisia suhteita. On tärkeää muistaa, että ryhmän toiminnan ei tarvitse rajoittua vain kriisien tai yhteisten vaikeuksien käsittelyyn, vaan samalla voidaan saavuttaa yhteisyyttä, sekä ystävyyssuhteita. Suurimmassa osassa suomalaisista ryhmistä on ollut kyse surusta, sairaudesta tai menetyksestä. (Laatikainen 2010, 25.) Riittävästi samankaltainen elämäntilanne takaa sen, että osanottajat tietävät omasta kokemuksestaan jotakin toisten tunteista. Usein osanottajat kokevat tulevansa ymmärretyksi jo puolesta sanasta. Ryhmäläisiltä saatu empatia on myös eri luokkaa kuin useilta ammattilaisilta, perheeltä tai ystäviltä saatu. Joskus vertaisryhmä on ensimmäinen ja ainut paikka, jossa osanottaja tulee kuulluksi omine ongelmineen, kysymyksineen, tunteineen ja ajatuksineen. Vertaisryhmän osanottajat ovat toinen toisilleen esimerkkejä selviytymisestä ja muutoksen mahdollisuudesta. Uudessa elämäntilanteessa vertaistukiryhmä tar-

joaa jäsenilleen mahdollisuuden muokata identiteettiään yhteisöllisen tarinan kautta, joka muodostuu omasta ja muiden tarinasta ryhmäyhteisössä. Myös toisten samankaltaisia asioita kokeneiden tapaaminen auttaa näkemään ja ymmärtämään omia oloja ja tuntemuksia prosessiin kuuluvina ja normaaleina reaktioina. (Laatikainen 2010, 18–19). Samaistuminen toiseen ihmiseen on paljon helpompaa vertaistuen kautta. Vertaisryhmään pääseminen on helppoa ja useimmiten ilmaista tai ainakin halpaa. Vertaisryhmään ei tarvitse läheteitä, eikä ole minkäänlaisia jonoja. (Laatikainen 2010, 19).

5.2 Tutkimuksia vertaisryhmistä Suomessa

Jatta Pennanen on kirjoittanut pro gradu-tutkielman aiheesta Vertaistuen vaikuttavuus Irti Huumeista ry:n huumeiden käyttäjien läheisille tarkoitetuissa vertaistukiryhmissä. Pennanen on kirjoittanut pro gradu-tutkielman Jyväskylän yliopistossa vuonna 2007 kesällä Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitoksessa, pääaineenaan yhteiskuntapolitiikka. Tutkimuksen tehtävänä on selvittää, miten vertaistuen vaikuttavuus tulee ilmi Irti Huumeista ry:n läheisryhmissä kävijöiden keskuudessa. Tarkoituksena on tarkastella vertaistuen vaikutusta huumeiden käyttäjien läheisten arkeen: työelämään, hyvinvointiin, suhteeseen käyttäjän kanssa ja omaan rooliin yhteisön ja ryhmän jäsenenä. Tutkimuksen analyysimenetelmänä Pennanen on käyttänyt arviointia eli evaluaatiota ja sisällön analyysiä. Tutkimuksen tulokset osoittavat, että vertaistuen vaikuttavuus ilmenee neljällä tavalla: helpotuksen tunteena, uutena ymmärryksenä käyttäjää ja omaa itseään kohtaan, syyllisyydentunteen lieventymisenä ja jopa itsensä syyllistämisen poistumisena sekä oman elämän uuden arvostuksen löytämisenä. (Pennanen 2007.)

Ritva Kovanen on kirjoittanut pro gradu-tutkimuksen aiheesta "Vertaistukiryhmän toiminta ja merkitys mielenterveyskuntoutujalle", Helsingin yliopistossa sosiaalityön koulutusohjelmassa vuonna 2007. Tutkimuksessaan hän on tarkastellut laadullisin menetelmin mielenterveyskuntoutujien vertaistukitoimintaa. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, kuinka mielenterveyskuntoutujien vertaisryhmä toimii ja millaisia merkityksiä ja sisältöjä ryhmällä on jäsenilleen. Kovanen tutkimuksen tarkoituksena oli tuoda vertaistukitoimintaa tunnetummaksi. Tutkimuksen tulokset

osoittavat, että mielenterveyskuntoutujille vertaistukiryhmällä on keskeinen sosiaalinen merkitys. Tuloksista ilmeni, että mielenterveyskuntoutajat voivat vapaasti puhua sairaudestaan ja tulla ymmärretyiksi. Vertaistukiryhmässä tavataan paljon myös tuttuja ja voidaan puhua kaikenlaisista aiheista. (Kovanen 2007.)

Kati Wilska on kirjoittanut pro gradu-tutkimuksen aiheesta "Vertaisryhmät vammaisten naisten voimaantumista tukemassa", Helsingin yliopistossa sosiaalipsykologian laitoksessa vuonna 2004. Tutkimuksen tavoitteena oli kartoittaa kolmen invalidiliiton tuella perustetun vammaisten naisten vertaisryhmän toimintaa, sekä toiminnan merkitystä ryhmäläisille. Tulosten kautta pohdittiin, minkälaista voimaantumista vertaisryhmätoiminta on edistänyt, ja kuinka ryhmät ovat tukeneet ryhmäläisten voimaantumista. Tutkimuksen analyysimenetelmä on ollut teoriasidonnainen sisällönanalyysi. Tutkimustulokset osoittavat, että vertaisryhmät ovat tuoneet yhteisyyttä, uusien tietojen ja taitojen hankkimista, vertaisryhmän monipuolista tukea, uutta suhdetta itseen, sekä vammais- ja naistietoisuuden uudenlaista heräämistä. Tutkimuksen mukaan vertaisryhmät edistivät ryhmäläisten sosiaalipsykologista voimaantumista Zimmermanin (1995) mallin mukaisesti. Vertaisryhmistä on koettu saavan myös uusia ystäviä. (Wilska 2004.)

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tutkimuksen toteuttamisosiossa käsitellään tutkimuksen tarkoitusta, tutkimustehtäviä, tutkimuksen työprosessia, kohderyhmää, perehdytään tutkimusaineiston keruuseen ja tarkasteluun, tutkimuksen analysointiin ja työmenetelmiin, sekä selvitetään tutkimuksen pätevyys ja luotettavuus.

6.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimustehtävät

Vuosi 2013 on Suomen Al-Anonin 60-vuotisjuhlavuosi. Al-Anon- keskuspalvelu päätti teettää jäsentutkimuksen vuonna 2012, jolloin tutkimuksen tulokset olisivat käytettävissä juhluvuotena 2013. Jäsentutkimuskyselyn tarkoitus oli selvittää, millaisista jäsenistä Al-Anon-ryhmät muodostuivat ja tuottaa tilastotietoa Al-Anon-ryhmissä kävijöistä Al-Anon-yhteisön sisäiseen käyttöön, sekä kertoa sellaisille ihmisille, joille Al-Anon ei ole tuttu, millaiset ihmiset hakevat apua Al-Anonista. Jäsentutkimuskyselyn tietoja käytetään myös Al-Anonin toiminnan kehittämiseen. Tutkimuksesta saatujen tulosten perusteella päivitetään tiedotusmateriaalia muun muassa terveystieteiden ja sosiaali-alan ammattilaisille, sekä opiskelijoille. Erilaisissa tiedotustilaisuuksissa Al-Anonilla on mahdollisuus viitata tutkimustietoon, mikä lisää Al-Anonin ohjelman uskottavuutta.

Kyselystä saatu tieto auttaa Al-Anonia myös parantamaan toimintaansa niin, että se voi paremmin huolehtia sanoman saattamisesta muun muassa semmoisten väylien myötä, mistä ihmiset olivat saaneet vähiten tietoa Al-Anonista. Kun Al-Anon tietää jäsenistään enemmän, se kykenee kohdentamaan ja kehittämään tiedotusta paremmin, sekä pystyy olemaan paremmin ajassa mukana. Al-Anonin kyselytutkimuksia on tehty aikaisemminkin ja viimeisimmät tutkimuskyselyjen tulokset olivat vuosilta 2000 ja 2006. Al-Anonin jäsentutkimuskyselyjä tuotettiin jälleen, koska haluttiin tietää kuinka jäsenmäärä oli kehittynyt edellisvuosiin verrattuna ja oliko jäsenkunta muuttunut huomattavasti edellisvuoteen verrattuna.

6.2 Tutkimuksen työprosessi ja kohderyhmä

Tutkimus oli kvantitatiivinen, toiselta nimeltään määrällinen. Kvantitatiivisen tutkimuksen ideana on saada yleistä tietoa ja joka olisi helposti yleistettävissä. Tämä periaate johtuu empiirisen tietoteorian lähtökohdista. Määrällinen ja yleistettävissä oleva tieto on tilastollis-matemaattinen. Periaatteena siinä on, että tieto käsitellään tilastollisina yksikköinä, joista monin erilaisin menetelmin häivytetään pois kaikki vähänkään subjektiiviseen tulkintaan viittaavat seikat. Kyseinen tutkimus perustuu käsitteisiin tilastoyksikkö, otos ja näyte. (Virtuaali Ammattikorkeakoulu 2007.)

Määrällinen tutkimus etenee aina teoriasta empiiriseen tarkasteluun ja se toteutetaan deduktiivisen päättelyn logiikalla. Tutkimusotteen keskeisenä elementtinä on aiheeseen liittyvä teorian tieto, johon heijastetaan ja jonka valossa tarkastellaan saatuja tutkimustuloksia. (Virtuaali Ammattikorkeakoulu 2007.)

Al-Anon oli tuottanut jäsentutkimuskyselyitä myös aikaisemmin, mutta jäsentutkimuskyselyt olivat kirjallisia paperikyselyitä. Tänä vuonna Al-Anon halusi koikeilla kirjallisen paperikyselyn lisäksi sähköistä e-lomaketta. Kirjallinen ja sähköinen jäsentutkimuskysely tavoitti 140 eri Al-Anonin vertaistukiryhmää, mutta vertaistukiryhmien jäsenmäärää ei tiedetty.

Tutkimusta varten tieto täytyy asettaa sellaiseen muotoon, että sitä voidaan käsitellä johdonmukaisesti ja jäsennellysti. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa tämä tapahtuu tilastollisten muuttujien avulla. Esimerkiksi, jos ihmiseltä kysytään esimerkiksi ikää, on selvää, että kysymykseen annetut vastaukset eroavat. Yleisesti ottaen tilastoyksiköiden tiedot eroavat toisistaan siitä huolimatta, millä keinoilla tieto on tuotettu tai minkä tyyppistä ilmiöaluetta halutaan mitata. Tämänkaltaisesti tilastoyksiköihin liittyvästä asiasta tai ominaisuudesta on mahdollista luoda tilastollinen muuttuja. Muuttujia voivat olla esimerkiksi ikä, sukupuoli tai mieliala, mutta tämä edellyttää sen, että tilastoyksikkönä on henkilö. (KvantiMOTV 2003)

Lähes kaiken kerätyn tiedon pystyy muuttamaan numeraaliseen muotoon, vaikka se ei aina ole tarkoituksenmukaista. Ei ole merkitystä, onko aineisto kerätty kyselylomakkeella, haastattelulla tai ihan muulla tavalla. Määrällinen tarkastelu ei rajoitu ainoastaan esimerkiksi kyselylomakkeen yhteyteen, vaikka niin voisi luulla. (Aaltola & Valli 2007, 184.)

Tutkimuskysely sisälsi yhteensä 24 monivalintakysymystä ja yhden avoimen kysymyksen. Sähköinen ja kirjallinen kysely poikkesivat hieman toisistaan. (LIITE 2 ja 3). Sähköisessä oli enemmän valmiita vastausvaihtoehtoja ja niiden lisäksi kohta muu, mikä. Kirjallisessa kyselyssä oli avovastaus esimerkiksi kohdassa kansalaisuus ja äidinkieli. Myös yksittäiset sanat saattoivat hiukan erota. Kysely oli strukturoitu ja sisälsi monivalintakysymyksiä yhtä kysymystä lukuun ottamatta. Vastausten analysoinnin helpottamiseksi, e-lomakkeeseen syötettiin jokaisen eri kysymyksen vastausvaihtoehdon alle oletusnumero eli jokainen vastausvaihtoehto koodattiin tietyllä numerolla, jolloin kaikkien tutkittavien vastaukset näkyivät Excel-ohjelmassa siten, että jokaisen kysymyksen alla oli luettelo eri vastauksille koodattuja numeroita. Numerolla, jolla tietty vastaus koodattiin, ei ollut tutkimuksen kannalta merkitystä, vaan se oli tukena, kun samoja vastauksia alettiin taulukoimaan. Jokaisen kysymyksen vastaus koodattiin tietyllä numerolla, jotka olivat minulla ylhäällä. Ainoastaan muutaman kysymyksen alla oli tekstitetty vastaus. Excel-ohjelma pystyi laskemaan, kuinka monta kertaa saman kysymyksen sama koodattu numero esiintyi ja siten saatiin samojen vastausten määrä.

Aineistoista saatujen tulosten esittämiseen käytetään yleensä kolmea eri vaihtoehtoa, jotka ovat taulukko, kuviointi tai tunnuslukuja. Nämä kolme soveltuvat hieman erilaisiin tarkoituksiin. Taulukkoon mahtuu paljon enemmän ja yksityiskohtaisempaa kuin kahteen muuhun edellä mainittuun. Kuviolla pyritään säästämään lukijaa erityisesti yksityiskohtaisten tarkastelujen tekemiseltä, mutta kuitenkin tarjoaa hyvän yleiskuvan aineiston jakautumisesta. Tunnusluvut ovat puolestaan tarkoitettu vieläkin nopeampaan tarkasteluun, ja niistä saa useimmiten vielä vähemmän tietoa käsiteltävästä aineistosta. Ne ovat asiantuntevan lukijan työvälineitä ja erityisesti hyviä mittareita esimerkiksi naisten ja miesten prosentuaalisen

jakautumisen kuvaamiseksi. Kun käytetään esimerkiksi keskiarvoa, siihen täytyy lisätä aina sille soveltuva hajontaluku eli keskihajonta, koska yhdessä ne kuvaavat aineiston jakautumista huomattavasti paremmin ja selkeämmin ja täten lukija voi tehdä varmempia päätelmiä. (Aaltola & Valli 2007, 187–188.)

Yhteiskuntatieteissä tiedonkeruun kohteena ovat useimmiten yksittäiset ihmiset. Kvantitatiivisen tutkimuksen käsitteillä ilmaistuna mittauksen kohteena olevat henkilöt ovat tilastoyksiköjä tai havaintoyksiköjä. Tilastoyksikkö voi olla myös jokin muu konkreettinen tai abstrakti kohde. Ihmisille asetetaan tilastoyksikköinä erilaisia tutkimuksellisia rooleja kuten asiakas, osallistuja, matkustaja, äänestäjä, kuluttaja, työtön, vanhus, potilas, tiettyyn uskonnolliseen yhteisöön kuuluva, opiskelija, asiantuntija, ruotsinsuomalainen tai saamelainen. Tilastoyksikkö voi myös olla organisaatio tai yhteisö, esimerkiksi koulu tai pankki. (KvantiMOTV 2003.)

Tutkimuksessa populaatio eli perusjoukko on kohdejoukko, josta halutaan saada tehdä tutkimuksen kannalta mielekkäitä päätelmiä ja tuottaa erilaista tietoa. (KvantiMOTV 2003) Tutkimuksessa Populaatiota eli perusjoukkoa edusti eri alueiden Al-Anon jäsenet. Tutkimuksessa pystyi tekemään päätelmiä esimerkiksi, minkä vuoksi Al-Anon-jäseniä oli eniten Helsingissä, mutta Hämeen seuduilla vähiten.

Tutkimuksen kohderyhmänä olivat 13 eri Al-Anon- aluetta, joista jokainen alue keräsi tutkimuksen mukaan jäseniä, jotka olivat toisena tutkimuskohteena. Al-Anon-alueet jakautuivat 140 eri Al-Anon-ryhmään.

6.3 Tutkimusaineiston keruu ja tarkastelu

Yksi tapa kerätä aineistoa on kysely, joka tunnetaan survey-tutkimuksen keskeisenä menetelmänä. Survey tarkoittaa sellaisia kyselyn, haastattelun ja havainnoinnin muotoja, joissa aineistoa kerätään standardoidusti ja joissa kohderyhmät muodostavat mahdollisen otoksen tai näytteen tietystä perusjoukosta. Standardoituus tarkoittaa sitä, että jos tutkija haluaa selvittää esimerkiksi, mikä koulutus vastaa-

jalla on, tätä asiaa täytyy kysyä kaikilta vastaajilta täsmälleen samalla tavalla. Aineisto, joka kerätään surveyn avulla, käsitellään useimmiten kvantitatiivisesti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 193-194). Kyselylomake on tavallisin määrällisen tutkimuksen aineiston keruumenetelmä (Vilkkä 2005, 73). Sähköposti- ja internetkyselyyn liittyy muutamia tutkimuseettisiä ongelmia. Vastaajan anonymiteetin turvaaminen on yleensä vaikeaa. Sähköpostiosoite useimmiten paljastaa vastaajan, mutta myös internetiin vastanneen tietokone on mahdollista paikallistaa sen IP-numeron (Internet-protokolla) perusteella. (Vilkkä 2005, 75.)

Kyselytutkimusten etuna pidetään yleensä sitä, että niiden avulla on mahdollista kerätä laaja tutkimusaineisto, joka tarkoittaa sitä, että tutkimukseen on mahdollista saada paljon henkilöitä ja voidaan myös kysyä monia asioita. Kyselymenetelmä on myös tehokas, koska se säästää tutkijan aikaa ja vaivaa. Jos tutkija on suunnitellut lomakkeen huolellisesti, aineisto voidaan nopeasti käsitellä tallennettuun muotoon ja analysoida se tietokoneen avulla. Myös aikataulu ja kustannukset on mahdollista arvioida melko tarkasti. Tällä tavalla kerättävän tiedon käsittelyyn on kehitelty erilaisia tilastollisia analysointitapoja ja raportointimuotoja, joka edesauttaa aineistojen analyysyjä. Tulosten tulkinnassa saattaa kuitenkin esiintyä ongelmia. (Hirsjärvi ym. 2010, 195.)

Kyselytutkimukseen liittyy niin etuja kuin haittoja. Tavallisimmin aineistoa saateen pitää pinnallisena ja tutkimuksia teoreettisesti vaatimattomina. Ei ole myöskään mahdollista varmistua siitä, miten vakavasti vastaajat ottavat tutkimuksen. Ei voida myöskään tietää, ovatko annetut vastausvaihtoehdot olleet vastaajien näkökulmasta onnistuneita. On myös vaikea tietää, miten vastaajat ylipäättänsä ovat selvillä siitä alueesta tai ovat perehtyneet siihen asiaan, josta esitettiin kysymyksiä. Hyvän lomakkeen laatiminen ei ole helppoa eikä yksinkertaista. Se vie tutkijalta aikaa ja vaatii monenlaista tietoa, että taitoa. On myös mahdollista, että kysely ei tavoita riittävästi vastaajia, jolloin kato eli vastaamattomuus nousee joissakin tapauksissa suureksi. (Hirsjärvi ym. 2010, 195.)

Tutkimuksen aineisto kerättiin jäsentutkimuskyselyllä, joka lähetettiin sähköisenä e-lomakkeena ja paperiversiona jokaiseen 140 AI-Anon-ryhmään. Kirjallisia kyse-

lylomakkeita meni 10 kappaletta jokaiseen ryhmään sisältäen palautuskuoret, jolloin täytetyt tutkimukset lähetettiin Al-Anonille ja Al-Anonin hallituksen sihteeri huolehti kirjallisten vastausten kirjaamisen sähköiseen E-lomakkeeseen. Al-Anonin internetsivujen etusivun ajankohtais-palstalla oli tieto kyselystä ja maininta intranetissä olevasta linkistä kyselylomakkeeseen, sekä paperilomakkeiden lähettämistä ryhmiin. Al-Anonin internetsivujen etusivulle vietiin vielä erikseen muistutus kyselystä. Sähköinen E-lomakekysely sisälsi 24 monivalintakysymystä ja yhden avoimen kysymyksen, kun taas kirjallinen kyselylomake sisälsi 21 monivalintakysymystä ja kolme avointa kysymystä. Avoimia kysymyksiä ei analysoitu tutkimuksessa, vaan niistä saatu tieto jäi Al-Anonin omaan käyttöön kysymysten laajuuden vuoksi.

Tutkimukseen osallistuvilla meni saateviesti, jossa kerrottiin lyhyesti, miksi tutkimukseen vastaaminen olisi tärkeää ja selvitetiin, että jokainen kysymykseen vastaaminen oli vapaaehtoista. Sähköinen e-lomakekysely ja kirjallinen paperiversio poikkesivat asettelultaan toisistaan sen vuoksi, että sähköisesti kysymykset oli helppo asettaa siististi, mutta kirjallinen kyselyversio olisi mennyt toiselle sivulle, joka olisi saattanut laskea tutkimukseen osallistuneiden määrää. Koska useampi sähköisen kyselyn kysymys sisälsi "muu" vastausvaihtoehdon, niitä ei tarkasti analysoitu, vaan lähinnä todettiin ja lueteltiin ainoastaan muutamia vastausvaihtoja.

Tutkimuskyselyn ajankohta oli 15.5–15.6.2012. Kuitenkin kyselyn vastausaikaa jatkettiin siitä syystä kuukaudella, koska Al-Anonin hallituksen sihteerin oli tarkoitus siirtää kaikista Al-Anon-ryhmistä saadut kirjalliset kyselyjen tulokset sähköiseen e-lomakkeeseen, johon meni aikaa. Analysointiosuus tapahtui vasta silloin, kun kaikki kyselyn tulokset olivat sähköisessä muodossa. Kaiken kaikkiaan sähköisesti saatuja tutkimustuloksia oli 46 eli 13,2 % ja kirjallisesti saatuja tutkimustuloksia oli 302 eli 86,8 %. Tutkimus tavoitti vastaajat Al-Anon-ryhmissä huomattavasti paremmin kuin netissä.

Al-Anonin jäsentutkimuskyselyitä järjestettiin myös vuosina 2000 ja 2006, mutta vuoden 2012 jäsentutkimuskysely toteutettiin ensimmäistä kertaa sähköisenä e-

lomakkeena ja sen lisäksi vielä kirjallisena paperiversiona, niin kuin edellisinä vuosina. Jokainen tutkimuksen kysymys tuli suoraan AI-Anonilta, lukuun ottamatta yhtä kysymystä, "Kuinka paljon AI-Anon on edistänyt toipumistasi"? Vuoden 2012 jäsentutkimuskysely sisälsi ainoastaan viisi samantapaista kysymystä verrattuna edellisvuosiin ja 17 täysin uutta. Jäsentutkimuskyselyn tuloksista huomasi, että monet olivat jättäneet vastaamatta useimpiin kysymyksiin, kun sähköinen e-lomake ei sitä vaatinut ja jokaiseen kyselyn kysymykseen vastaaminen oli täysin vapaaehtoista. Tutkimustuloksia tarkasteltiin Excel-ohjelman avulla ja tehtiin erilaisia taulukoita ja diagrammeja, jotka helpottivat tutkimustulosten tarkastelua eli analysointia.

6.4 Tutkimuksen analysointi ja työmenetelmät

Tilastografiikkaa käytetään monestakin syystä aineistojen analysointeihin. Esimerkiksi hyvin aineiston pohjalta esitetyn taulukon tieto on havainnollista ja huomattavasti nopeammin omaksuttavissa kuin lukuina esitetty tieto. Niin kuin sanonta kuuluu, "yksi kuva kertoo enemmän kuin tuhat sanaa".

Tutkimuksen analyysitavat eivät aina määräydy jonkin säännön mukaan. Useimmiten on myös epäselvää, milloin kerätty aineisto on valmis analysoitavaksi ja kuka analysoinnin tekee. Useimmiten ajatellaan, että analyysi tehdään sen jälkeen kun aineisto on kerätty ja järjestetty. Tämänkaltainen näkemys tutkimusaineiston analyysistä soveltuu esimerkiksi hyvin tutkimukseen, jossa tietoja on kerätty strukturoiduilla lomakkeilla. (Hirsjärvi ym. 2010, 223.)

Aineistoa voidaan analysoida monin eri keinoin. Analyysitavat voidaan jäsentää karkeasti kahdella eri tavalla, jotka ovat selittäminen ja ymmärtäminen. Selittämiseen pyrkivässä lähestymistavassa käytetään useimmiten tilastollista analyysia ja päätelmien tekoa. Pääperiaate on kuitenkin helppo sanoa: valitaan sellainen analyysitapa, joka parhaiten antaa vastauksen tutkimusongelmaan ja tehtävään. (Hirsjärvi ym. 2010, 224.)

6.5 Tutkimuksen pätevyys ja luotettavuus

Tutkimuksen pätevyys eli validius tarkoittaa mittarin tai tutkimusmenetelmän kykyä mitata sitä, mitä tutkimuksessa halutaankin mitata. Pätevässä tutkimuksessa ei saisi olla yhtään systemaattista virhettä. Tämä tarkoittaa sitä, millä tavalla tutkittavat ovat ymmärtäneet mittarin eli kyselylomakkeen kysymykset. On selvää, että tulokset vääristyvät, mikäli tutkittava ymmärtää kysymyksen väärin. Validiutta tarkastellaan jo tutkimusta suunniteltaessa. Tämä tarkoittaa käsitteiden, perusjoukon ja muuttujien tarkkaa määrittelyä, aineiston keräämisen ja mittarin huolellista suunnittelua, sekä varmistamista, että mittarin kysymykset kattavat koko tutkimusongelman. (Vilka 2005, 161.)

Tutkimuksen pätevyys tuli hyvin esille vuoden 2012 jäsentutkimuskyselyssä, sillä 2006 vuoden opiskelijat toivoivat muutoksia kysymyksen asetteluihin ja vastausvaihtoehtoihin, koska useimmat tutkittavista olivat ymmärtäneet jonkun kysymyksen väärin, jolloin tutkimuksen luotettavuus kärsi. Vuoden 2006 sosionomiopiskelijat olivat kysyneet jäsenten suhdetta alkoholiläheiseen, jolloin suurin osa oli rastittanut useamman kuin yhden vastausvaihtoehdon. Osa vastanneista oli vielä valinnut kohdan "muu" ja tarkentanut vastausvaihtoehtoa. Vastausvaihtoehdot "Lapsi" ja "Isä/Äiti" on voitu ymmärtää kahdella tavalla. Edellisessä kyselyssä kysymys on muotoiltu seuraavasti: "Kenen läheisen takia tulit Al-Anoniin" ja näin se muotoiltiin myös vuoden 2012 tutkimuksessa väärinkäsitysten välttämiseksi ja selkeyden lisäämiseksi. Vuoden 2006 "muu" vastaukset oli tänä vuonna erillisinä vastausvaihtoehtoina. Kysymys: "Mistä sait tiedon Al-Anonista"? oli vuonna 2006 avoin kysymys, mikä aiheutti ongelmia tulkinnassa. Esimerkiksi Helsingin sanomat tulkittiin kategoriaan ilmoitus/ lehtiartikkeli. Mies tulkittiin tarkoittavan AA:n jäsentä ja ystävän/ sukulainen tulkittiin myös AA:n jäsenten kategoriaan. Vastauksen tulkintaa helpottamaan lisättiin eri vastausvaihtoehtoja ja edellisvuonna paljon vastauksia kerännyt "ammattiauttaja" korvattiin erilaisilla ammattinimikkeillä. Pätevyyttä lisää myös se, että useimmat kysymykset sisältävät valmiin vastausvaihtoehdon ja vastausvaihtoehtoja on riittävän monta, mikä helpottaa tutkittavaa

löytämään oikean vastauksen. Kysymyksen asettelut ovat myös selkeitä ja sähköinen e-lomake sisältää vielä kysymystä rinnastavat yläotsikot.

Tutkimuksen luotettavuus (reliabelius) tarkoittaa tulosten tarkkuutta eli mittauksen kykyä antaa ei-sattumanvaraisia tuloksia ja mittaustulosten toistettavuutta. Tämä tarkoittaa sitä, että tehtäessä uudelleen mittaus saman henkilön kohdalla, saadaan täsmälleen sama mittaustulos riippumatta tutkijasta. Tutkimuksen pätevyys ja luotettavuus muodostavat yhdessä mittarin kokonaisluotettavuuden. Kun tutkittu otos edustaa perusjoukkoa ja mittaamisessa ilmenee mahdollisimman vähän satunnaisuutta, tehdyn tutkimuksen kokonaisluotettavuus on hyvä. (Vilka 2005, 161-162.)

Tutkimuksen luotettavuutta lisää se, että tutkimus lähetettiin jokaiseen Al-Anon-ryhmään, eikä vain tiettyihin ryhmiin. Kysely lähetettiin sekä sähköisessä muodossa, että kirjallisessa muodossa postin kautta. Ne ihmiset, jotka eivät käytä internetiä, oli mahdollista vastata paperikyselyyn. Tutkimuksessa otettiin huomioon niin ikään vanhemmat ihmiset, jotka eivät syystä tai toisesta hallitse internetin käyttöä. Sähköisen ja paperikyselyn kysymyksen olivat samat, mutta muutama kysymys jätettiin paperikyselystä pois, mikä oli Al-Anonin toive. Paperikyselyihin vastattiin Al-Anon-ryhmissä, jolloin ryhmän vetäjät ottivat esiin kyselystä puuttuneet kysymykset. Tutkimuksen luotettavuus näkyi suuressa vastausten määrässä. Vastauksia tuli 348, joka oli todella suuri. Se ylitti Al-Anon-ryhmien määrän, sillä ryhmiä oli yhteensä 140. Paperikyselyihin tuli reippaasti enemmän vastauksia kuin sähköiseen e-lomakkeeseen. Ryhmien vetäjät selvensivät kysymyksiä, jos ne tuottivat hankaluutta vastausten antamisessa, mikä myös lisäsi tutkimustulosten luotettavuutta.

Vertailu edellisvuosien kyselyihin ei ollut täysin luontevaa, eikä luotettavaa, koska ensinnäkin tänä vuonna kysymyksiä oli 19 kappaletta enempi verrattuna vuoden 2006 kyselyyn. Lisäksi vastausvaihtoehdot ja kysymysten asettelu poikkesivat edellisvuoden kyselystä. Vuoden 2006 kysymys: ”Kuinka jäsenet löytävät Al-Anonin”? toimi avoimena kysymyksenä. Tänä vuonna kysymysasettelu oli seuraava: ”Mistä sait tiedon Al-Anonista”? ja se sisälsi myös valmiit vastausvaihto-

ehdot. Kysymys: "Kuinka monta vuotta olet käynyt Al-Anon-ryhmässä"? poikkesi vastausvaihtoehdoista verrattuna edellisvuosiin. Edellisvuosina vastausvaihtoehtoina olivat samat vastausvaihtoehdot kuin tänäkin vuonna eli alle 1 v, 1-5 v. ja yli 20 v. Edellisvuosien vastausvaihtoehdot 5-10 v. ja 11-20v. korvattiin tänä vuonna vastausvaihtoehdoilla 6-10 v. ja 11-20v. Edellisvuonna kysyttiin jäsenten suhdetta alkoholistiläheisiin, kun sama kysymys muotoiltiin tänä vuonna seuraavasti: "Kenen läheisen takia tulit Al-Anoniin"? Edellisvuoden vastausvaihtoehdot poikkesivat huomattavasti tämän vuoden vastausvaihtoehdoista. Puoliso korvattiin tänä vuonna vastausvaihtoehdolla puoliso/ avopuoliso/ entinen puoliso/ seurustelukumppani. Isä/ äitipuoli vastausvaihtoehtoon lisättiin tänä vuonna isäpuoli/ äiti-puoli. Lapsi vastausvaihtoehto pysyi samana, mutta edellisvuonna "muu" vastausvaihtoehtoina paljon keränneet sisar/ veli ja ystävä/ tuttava / työtoveri olivat uusia vastausvaihtoehtoja.

7 TUTKIMUSTULOKSET

Al-Anonin jäsentutkimuskysely toteutettiin sähköisenä e-lomakkeena Keskuspalvelu ry:n laatimista 25 erilaisesta kysymyksestä, jotka poikkesivat niin määrällisesti kuin sisällöllisestikin hyvin paljon 2000 ja 2006 vuoden tutkimuksista. Keskuspalvelu ry laati niin kysymykset kuin vastausvaihtoehdot. Tänä vuonna Al-Anonin jäsentutkimuskysely oli paljon laajempi johtuen siitä, että Al-Anonilla on tänä vuonna 60-juhlavuosi. Vuoden 2012 jäsentutkimuskysely muodostui viidestä samantapaisesta kysymyksestä kuin edellisvuosina, sekä 20:sta täysin uudelta kysymyksestä. Vuoden 2006 kyselyssä "Suhde alkoholistiläheiseen" korvattiin uudessa, vuoden 2012 kyselyssä "Kenen takia tulit Al-Anoniin?". Vuoden 2012 vastausvaihtoehdot poikkesivat hieman vuoden 2006 vastausvaihtoehdoista. Puoliso korvattiin vastausvaihtoehdoilla puoliso/ avopuoliso/ entinen puoliso/ seurustelukumppani. Isä/ äiti vastausvaihtoehtoon lisättiin isäpuoli/ äitipuoli. Lapsi vastausvaihtoehto pysyi samana, mutta uusina vastausvaihtoehtoina tulivat sisar/veli ja ystävä/tuttava/työtoveri. Nämä uudistukset olivat vuoden 2006 jäsentutkimuskyselyn tehneiden opiskelijoiden ideoita. Näin haluttiin karsia "muu"-vastausten määrää. Kyselyn vastausaika oli 15.5-15.6.2012, jonka jälkeen vastausaika pidennettiin vielä noin kuukaudella. Kaikki kyselyn vastaukset käsiteltiin Microsoft Office Excel 2007-ohjelman avulla. Kirjallinen kysely postitettiin jokaiseen 140 eri Al-Anon-ryhmään, jonka kautta vastauksia kertyi huomattavasti enemmän kuin e-lomakkeen kautta.

7.1 Perustiedot

Otsikko pitää sisällään vastaajan sukupuolen, iän, kansalaisuuden, äidinkielen ja Al-Anon-alueen. Kaikkia muita tietoja pystyi vertaamaan edellisvuosien tutkimuksiin lukuun ottamatta kansalaisuutta, äidinkieltä ja Al-Anon-aluetta, jotka haluttiin selvittää ensimmäistä kertaa nykyisessä vuoden 2012 tutkimuksessa. Jokainen kysymys sisälsi ei vastauksia.

7.1.1 Jäsenten ikä- ja sukupuolijakauma

Taulukossa 1 selvitettiin jäsenten sukupuolijakaumaa

Sukupuoli	% 2000	% 2006	% 2012	HENKILÖMÄÄRÄ 2012
Nainen	99,9	96,8	96,4	239
Mies	0,1	3,2	3,6	9

Taulukko 1. Jäsenten prosentuaalinen sukupuolijakauma

Vastaajista suurin osa, jopa 239 oli sukupuoleltaan naisia ja ainoastaan yhdeksän vastaajista oli miehiä. Tähän kysymykseen jätti vastaamatta 100 ihmistä, mikä on todella paljon. Prosentuaalisesti naisia oli vuonna 2012 yhteensä 96,4 % ja miehiä vastaavasti 3,6 %. Vuosi vuodelta naisten määrä on pienentynyt. Vastaavasti miesten määrä on kasvanut suhteessa naisten määrään.

Taulukossa 2 selvitettiin jäsenten ikäjakaumaa.

	% 2000	% 2006	% 2012	HENKILÖ- MÄÄRÄ 2012
Alle 30 v.	4	5,3	1,8	6
31-40 v.	13	10,0	12,5	41
41-50 v.	32	22,6	13,8	45
51-60 v.	32	35,1	25,4	83
Yli 60 v.	19	27,0	46,5	152
Yhteensä	100	100,0	100,0	327

Taulukko 2. Jäsenten prosentuaalinen ikäjakauma

Vastaajista suurin osa, jopa 152 olivat iältään tänä vuonna yli 60-vuotiaita. Prosentuaalisesti tämä oli 46,5 %. Tänä vuonna yli 60-vuotiaita oli selvästi enemmän verrattuna vuosiin 2000 ja 2006. Toiseksi eniten oli 51-60 vuotta täyttäneitä eli 25,4 %. Kolmanneksi eniten oli 41–50 vuotta täyttäneitä ja neljänneksi eniten oli 31–40 vuotta täyttäneitä. Kaikista vähiten oli alle 30-vuotiaita. Alle 30-vuotiaita oli ainoastaan kuusi kappaletta, joka oli prosentuaalisesti 1,8 %. Ikäkysymykseen vastasi 327 ja 21 jätti vastaamatta.

7.1.2 Jäsenten kansalaisuus ja äidinkieli

Kansalaisuutta koskevaan kysymykseen vastasi 301 jäsentä ja 47 jäsentä jätti vastaamatta. Vastanneiden kesken suomalaisia oli 296 kappaletta eli 98.3 %. Muun maan kansalaisuuksia oli 1,7 %, joista venäläisiä oli yksi, kaksi iranilaista, yksi romanialainen ja yksi venäjän-suomalainen. Äidinkieltä koskevaan kysymykseen vastasi 301 jäsentä ja 47 jäsentä jätti vastaamatta. Vastanneista suurin osa, 284 kappaletta puhuivat äidinkielenään suomea eli 94.4 %. Jäsenistä 17:lla oli äidinkielenään muu kuin suomi. Näistä henkilöistä 11:sta puhui äidinkielenään ruotsia eli 3.7 % ja loput 6 vastanneista puhuivat joko persiaa, romaniana, farsua, japania, tai venäjää. Näiden henkilöiden prosentuaalinen osuus oli 2 %

7.1.3 Jäsenten Al-Anon-alue

Kysymykseen: "Mihin Al-Anon-alueeseen kuulut?" vastasi yhteensä 311 jäsentä, joista kuitenkin 43 jäsentä ei osannut määrittää omaa Al-Anon-aluetta. Kysymykseen jätti vastaamatta 37 henkilöä. Helsinki oli kerännyt suurimman vastaajamäärän. Kuitenkaan mikään alueista ei ollut kerännyt ylivoimaisesti suurinta jäsenmäärää. Helsingissä kyselyyn vastasi 57 jäsentä, jonka prosenttiosuus kaikkien alueiden kävijämäärästä oli 21.3 %. Toiseksi eniten jäsenet vastasivat Varsinais-Suomessa, missä oli 30 jäsentä. Varsinais-Suomen kävijöiden prosenttiosuus oli 11.2 %. Kymi oli kerännyt kolmanneksi eniten vastaajia, joita oli yhteensä 23 eli 8.6 %. Al-Anon-alueita oli yhteensä 15 kappaletta, joista jokaisessa oli vastaajia. Espoossa oli neljänneksi eniten vastaajia, joita oli yhteensä 20 eli 7.5 %. Oulussa oli yksi vastaaja vähemmän verrattuna Espooseen, jonka prosenttiosuus vuoros-

taan oli 7.1 %. Keski-Suomi, Lappi, Pohjanmaa, Savo-Karjala ja Satakunta olivat alueita, missä oli 16–18 vastaajaa keskimäärin. Päijät-Hämeessä, Vantaalla, Etelä-Suomessa ja Kanta-Hämeessä oli vastaajia yhdeksän lukuun ottamatta Etelä-Suomea, missä vastasi kahdeksan jäsentä. Alueellisesti kaikista vähiten vastaajia oli Pirkanmaalla, jossa oli ainoastaan kaksi eli oli 0.8 %.

7.2 Al-Anon-jäsenyys

Otsikko pitää sisällään viisi kysymystä liittyen Al-Anon-jäsenyyteen. Osa kysymyksistä oli samoja kuin vuosina 2000 ja 2006. Samojen kysymysten vastauksia vertailtiin edellisvuosien tutkimustuloksiin. Kuitenkin vertailu samojen kysymysten kanssa ei ollut täysin luotettavaa, koska jotkut vastausvaihtoehdot poikkesivat tämän vuoden vastausvaihtoehdoista. Myös kysymyksen asetelussa havaittiin eroja ja joitakin vastausvaihtoehtoja oli tänä vuonna enempi.

Uutena kysymyksenä Al-Anon-jäsenyyteen liittyen tuli tänä vuonna: "Kuinka paljon Al-Anon on edistänyt toipumistasi"? Kysymykseen oli valmiit vastausvaihtoehdot, joista kuitenkin yhteen oli mahdollisuus vastata.

7.2.1 Miten jäsenet saavat tiedon Al-Anonista?

Kysymykseen vastasi yhteensä 339 jäsentä ja yhdeksän jätti vastaamatta. Vastausprosentti oli todella suuri, koska 97.4 % jäsentä vastasi kysymykseen ja ainoastaan 2.6 % jäsenistä ei vastannut. Suurin osa vastaajista oli saanut tänä vuonna tiedon Al-Anonista AA-jäsenen kautta samoin kuin vuosina 2000 ja 2006. Näitä henkilöitä oli yhteensä 86 kappaletta eli 25.4 %. Toiseksi eniten jäsenet saivat tiedon Al-Anonista ilmoituksen/ lehtiartikkelin kautta ja näitä henkilöitä oli 66 kappaletta eli 19,5 %. Kolmanneksi eniten vastaajat kokivat tärkeimpänä tiedonlähteenä Al-Anonin jäsenen ja heitä oli yhteensä 58 henkilöä eli 17.1 %. Neljänneksi eniten jäsenet kokivat saavansa tiedon Al-Anonista muun ammattiauttajan kautta. Heitä oli yhteensä 39 eli 11,5 %. Niin tänä kuin edellisvuosina vastaajilla oli mahdollisuus valita myös ”muu” vastausvaihtoehto, jos esitetyistä vaihtoehdoista mikään ei ollut sopiva. Tämän vuoden tutkimuksessa vastaajalla oli mahdollisuus

selventää muu vastausvaihtoehto ja vastauksia tuli yhteensä 38 kappaletta eli 11,2 %. Viidenneksi eniten vastauksia keräsi Al-Anonin nettisivut. Vastaajista 33 henkilöä oli valinnut kyseisen vastausvaihtoehdon tärkeimmäksi Al-Anonin tiedonlähteeksi ja heidän vastausprosenttinsa oli 9.7 %.

Taulukossa 3 ristiinverrattiin kysymyksiä: ”Mistä sait tiedon Al-Anonista”? ja ”Kuinka monta vuotta olet ollut Al-Anon-ryhmässä”?

Mistä sait tiedon Al-Anonista?	Kuinka monta vuotta olet ollut Al-Anon-ryhmässä?				
	Alle vuoden	1-5 v..	6-10 v..	11-20 v.	Yli 20 v.
Ilmoitus/lehtiartikkeli	8	18	14	8	16
Al-Anon nettisivut	9	16	5		
AA-jäsen	6	14	11	24	27
Al-Anon jäsen	7	15	7	9	15
A-klinikka		4	2	3	3
Terveysaseman terveydenhoitaja		1	1		
Terveysaseman lääkäri	1	1	1		
Kouluterveydenhoitaja-lääkäri					
Muu ammattiauttaja	4	13	7	5	7
Muu	2	12	6	7	8

Taulukko 3. Mistä sait tiedon Al-Anonista- ja käyntiaika Al-Anon-ryhmässä

Ristiinverrattaessa kysymyksiä ”Mistä sait tiedon Al-Anonista”? ja ”Kuinka monta vuotta olet ollut Al-Anon-ryhmässä”? Tutkimustuloksista nähdään, että alle vuoden ryhmässä käyneistä suurin osa sai tiedon Al-Anonista Al-Anonin net-

tisivujen kautta. Näitä henkilöitä oli yhteensä yhdeksän eli 24,3 %. Seuraavaksi suosituimpana tiedonlähteenä koettiin ilmoitus/lehtiartikkeli ja näitä henkilöitä oli kahdeksan eli 21,6 %. Tämän jälkeen suosituin tiedonlähde oli Al-Anon-jäsen ja heitä oli seitsemän eli 18,9 %. Alle vuoden ryhmässä käyneet kokivat muun AA-jäsenen seuraavaksi tärkeimmäksi Al-Anonin tiedonlähteeksi. Näitä henkilöitä oli yhteensä kuusi eli 16,2 %. Muu ammattiauttaja koettiin seuraavaksi tärkeimmäksi tiedonlähteeksi. Näitä henkilöitä oli alle vuoden ryhmässä käyneiden joukossa neljä eli 10,8 %. Muuta kautta tiedon saaneita oli alle vuoden ryhmässä käyneiden joukossa kaksi henkilöä eli 5,4 %. Ainoastaan yksi henkilö, joka oli ollut Al-Anonissa alle vuoden, sai tiedon Al-Anonista terveysaseman lääkärin kautta eli 2,7 %.

Ryhmässä 1-5 vuotta käyneistä suurin osa sai tiedon Al-Anonista ilmoituksen/lehtiartikkelin kautta ja heitä oli yhteensä 18 eli 19,4 %. Al-Anonin nettisivut koettiin toiseksi tärkeimmäksi tiedonlähteeksi. Näitä henkilöitä oli yhteensä 16 eli 17,0 %. Tämän jälkeen suosituin tiedonlähde oli Al-Anonin jäsen ja näitä henkilöitä oli yhteensä 15 eli 16,0 %. Ryhmässä 1-5 vuotta käyneet kokivat AA-jäsenen seuraavaksi tärkeimmäksi tiedonlähteeksi ja heitä oli yhteensä 14 eli 14,9 %. Muu ammattiauttaja koettiin seuraavaksi tärkeimmäksi Al-Anonin tiedonlähteeksi ja heitä oli 13 eli 13,8 %. Melkein yhtä suosittuna tiedonlähteenä nähtiin muu vastausvaihtoehto, johon jäsenet saivat itse kirjoittaa oman vastauksen. Heitä oli yhteensä 12 eli 12,8 %. A-klinikka koettiin vasta seitsemänneksi tärkeimpänä tiedonlähteenä. Näitä henkilöitä oli yhteensä neljä eli 4,3 %. Terveysaseman terveydenhoitaja ja terveysaseman lääkäri koettiin kaikista vähiten tärkeimmäksi tiedonlähteeksi. Molemmat vastausvaihtoehdot keräsivät yhden äänen eli 2,1 % yhteensä.

Ryhmässä 6-10 vuotta käyneistä suurin osa sai tiedon Al-Anonista ilmoituksen/lehtiartikkelin kautta ja heitä oli yhteensä 14 eli 25,9 %. Toiseksi tärkeimpänä tiedonlähteenä koettiin AA-jäsen. Näitä henkilöitä oli yhteensä 11 eli 20,4 %. Al-Anon-jäsen ja muu ammattiauttaja koettiin yhtä tärkeäksi tiedonlähteeksi. Näitä henkilöitä, jotka valitsivat edellä mainitut vastausvaihtoehdot, oli yhteensä 14 eli

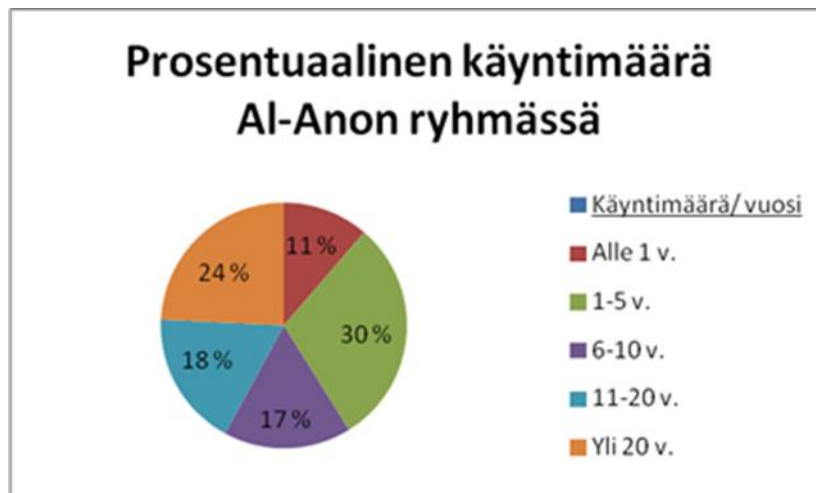
25,9 %. Kumpaakin erikseen oli seitsemän henkilöä eli 13 %. Muu vastausvaihtoehto keräsi seuraavaksi eniten ääniä. Ryhmässä 6-10 vuotta käyneistä 6 eli 11,1 % valitsi kyseisen vastausvaihtoehdon. Al-Anonin nettisivut koettiin seuraavaksi tärkeimmäksi Al-Anonin tiedonlähteeksi ja näitä henkilöitä oli viisi eli 9,3 %. A-klinikka toi tiedon Al-Anonista kahdelle henkilölle eli 3,7 %:lle. Loput ryhmässä käyneistä saivat tiedon Al-anonista terveysaseman terveydenhoitajan ja terveysaseman lääkärin kautta ja näitä henkilöitä oli yhteensä 2 eli 3,7 %

Ryhmässä 11–20 vuotta olleista suurin osa sai tiedon Al-Anonista AA-jäsenen kautta. Näitä henkilöitä oli yhteensä 24 eli 42,9 %. Seuraavaksi suosituimpana Al-Anonin tiedonlähteenä koettiin Al-Anon-jäsen. Näitä henkilöitä oli puolestaan yhdeksän eli 16,1 %. Ilmoitus/lehtiartikkeli koettiin kolmanneksi suosituimpana ja näitä henkilöitä oli yhteensä kahdeksan eli 14,3 %. Ryhmässä 11–20 vuotta käyneet kokivat muu vastausvaihtoehtoon seuraavaksi tärkeimpänä tiedonlähteenä ja näitä henkilöitä oli yhteensä seitsemän eli 12,5 % Muu ammattiauttaja koettiin seuraavaksi tärkeimmäksi ja näitä henkilöitä oli yhteensä viisi eli 8,9 %. Loput ryhmässä käyneistä saivat tiedon Al-Anonista A-klinikan kautta. Näitä henkilöitä oli yhteensä kolme eli 5,4 %.

Ryhmässä yli 20 vuotta käyneistä suurin osa sai tiedon Al-Anonista AA-jäsenen kautta ja näitä henkilöitä oli yhteensä 27 eli 35,5 %. Seuraavaksi suosituimpana tiedonlähteenä koettiin ilmoitus/lehtiartikkeli ja näitä henkilöitä oli puolestaan 16 eli 21,1 %. Al-Anon-jäsen koettiin kolmanneksi suosituimmaksi tiedonlähteeksi ja näitä henkilöitä oli 15 eli 19,7 %. Seuraavaksi yleisin vastausvaihtoehto oli muu ja näitä henkilöitä oli yhteensä kahdeksan eli 10,5 %. Ryhmässä yli 20 vuotta käyneistä seitsemän sai tiedon Al-Anonista muun ammattiauttajan kautta eli 9,2%. Loput ryhmässä käyneistä saivat tiedon Al-Anonista A-klinikan kautta, ja näitä henkilöitä oli yhteensä kolme eli 3,9 %.

7.2.2 Al-Anon-jäsenten aktiivisuus

Kuviossa 1 selvitettiin Al-Anon-jäsenten käyntimäärän aktiivisuutta.

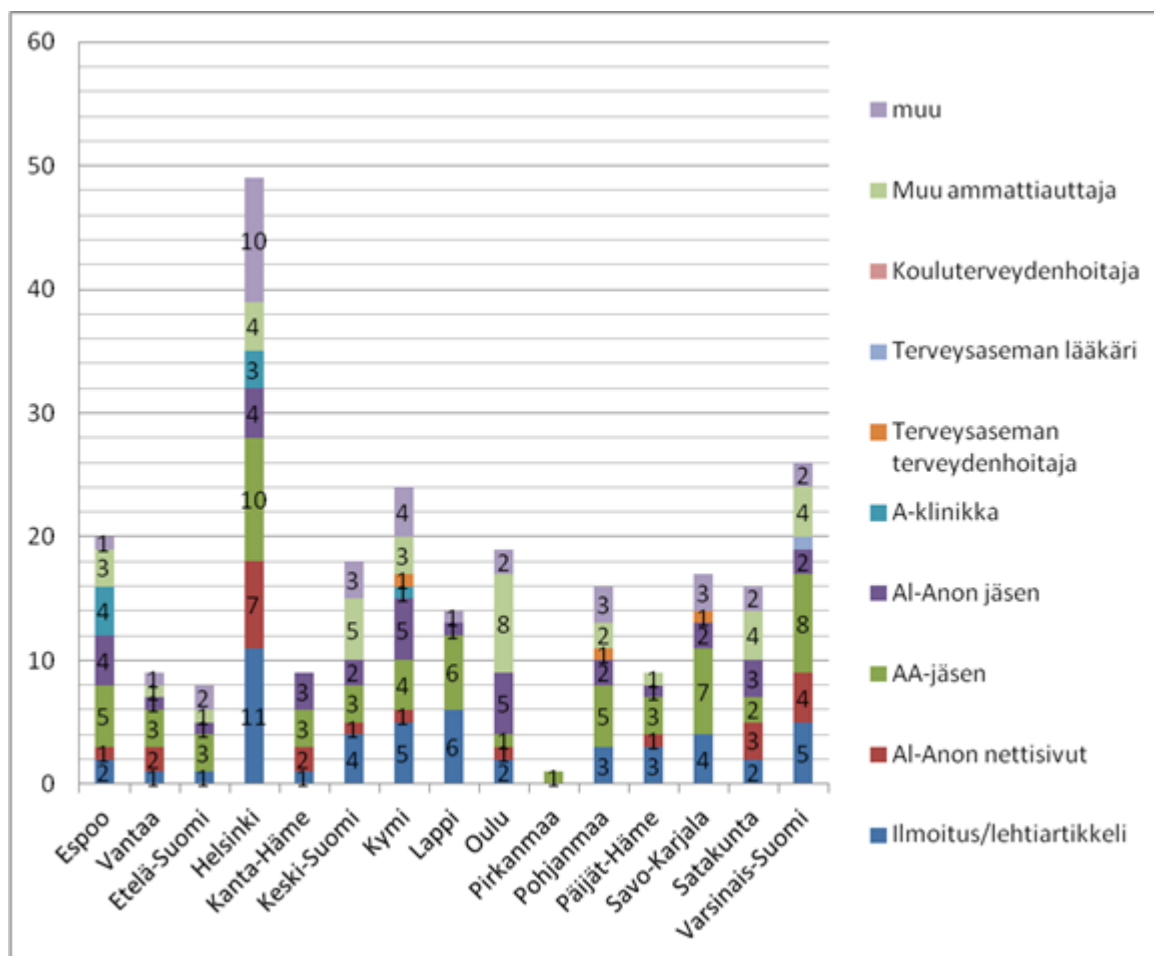


Kuvio 1. Prosentuaalinen esitys Al-Anon-ryhmässä käymisestä

Vuonna 2012 kysymykseen "Montako vuotta olet käynyt Al-Anon-ryhmässä"? vastasi yhteensä 326 henkilöä ja 22 henkilöä jätti vastaamatta. Vastausprosentti oli 93.7 %. Ainoastaan 6.3 % jätti vastaamatta tähän kysymykseen. Alle vuoden Al-Anon-ryhmässä kävijöiden määrä oli 37 henkilöä eli 11.3 %, mikä oli pienin prosentiosuus kaikista vaihtoehdoista. Tämä tarkoitti sitä, että useimmat ihmiset olivat olleet Al-Anon-ryhmissä mukana ainakin yli vuoden. Kaikista suurimpana yllätyksenä tuli ehkä se, että toiseksi eniten jäsenet olivat olleet ryhmässä yli 20 vuotta. Näitä henkilöitä oli yhteensä 79 henkeä eli 24.2 %. Se myös selvisi ikäkysymyksessä, jossa vastaajien keski-ikä oli yli 60 vuotta. Kolmanneksi eniten jäsenet olivat olleet Al-Anon-ryhmissä 11–20 vuotta ja vastanneiden jäsenmäärä oli 58 henkilöä. Näiden henkilöiden prosentuaalinen osuus oli 17.8. Neljänneksi eniten jäsenet olivat olleet Al-Anon-ryhmässä 5–10 vuotta ja heitä oli yhteensä 55 henkilöä eli 16.9 %. Vastausprosentti oli hyvin lähellä 11–20 vuotta ryhmässä kävijöiden välillä.

7.2.3 Ristiinvertailu kysymysten: ”Mihin Al-Anon-alueeseen kuulut” ja ”Mistä sait tiedon Al-Anonista”?

Kuviossa 2 ristiinverrattiin kysymyksiä: ”Mihin Al-Anon-alueeseen kuulut”? ja ”Mistä sait tiedon Al-Anonista”?



Kuvio 2. Mihin Al-Anon- alueeseen kuulut ja mistä sait tiedon Al-Anonista?

Kuviossa ristiinverrattiin kahta kysymystä ”Mihin Al-Anon-alueeseen kuulut”? ja ”Mistä sait tiedon Al-Anonista”? Suurin osa vastaajista kuului Helsinkiin ja heistä suurin osa eli 11 henkilöä oli saanut tiedon Al-Anonista ilmoituksen/ lehtiartikkelin kautta. Varsinais-Suomessa vastasi toiseksi eniten Al-Anon-jäseniä ja heistä suurin osa eli kahdeksan henkilöä oli saanut tiedon Al-Anonista AA-jäsenen kautta. Kymissä vastasi kolmanneksi eniten Al-Anon-jäseniä ja heistä suurin osa vas-

taavasti sai tiedon Al-Anonista ilmoituksen/lehtiartikkelin ja Al-Anon-jäsenen kautta. Näitä henkilöitä oli yhteensä 10. Al-Anonin nettisivut koettiin Helsingissä kaikista tärkeimmäksi tiedonlähteeksi Al-Anonin alueista. Espoossa, Helsingissä ja Kymissä olevat Al-Anon-jäsenet kokivat saavansa tietoa myös A-klinikan kautta. Pirkanmaahan kuului kaikista vähiten vastaajia. Heistä yksi oli saanut tiedon Al-Anonista AA-jäsenen kautta ja toinen oli jättänyt vastaamatta tähän kysymykseen. Muu vastausvaihtoehtoja ei analysoitu.

7.2.4 Jäsenten kuukausittainen käyntimäärä Al-Anon-ryhmissä.

Taulukossa 4 selvitettiin kuukausittaista käyntimäärää Al-Anon-ryhmässä.

Ryhmässä käynti/kk	Satunnaisesti	1-3	4-6	7-10	Yli 10 kertaa	Ei vastausta
Henkilömäärä	18	177	123	8	4	18
Prosenttiosuus	5,2	50,9	35,3	2,3	1,1	5,2

Taulukko 4. Kuukausittainen käyntimäärä Al-Anon-ryhmässä

Selvästi eniten ryhmissä käytiin 1-3 kertaa /kk ja 4-6 kertaa /kk. Aktiivisemmin Al-Anon-jäsenet kävivät ryhmissä 1-3 kertaa / kk ja heitä oli 177 eli 50.9 %. Ainoastaan 15.6 % vähemmän ihmiset kävivät ryhmissä 4-6 kertaa / kk ja heitä oli 123 eli 35.3 %. Satunnaisesti ryhmässä käyneiden määrä oli 18 henkilöä eli 5.2%, joka oli sama määrä myös ei vastanneiden kohdalla. Ryhmissä 7-10 kertaa/ kk kävijöiden määrä oli 8 eli 2.3 %. Kaikista vähiten ihmiset kävivät ryhmissä yli 10 kertaa. Heitä oli ainoastaan 4 henkilöä eli 1.1 %.

7.2.5 Suhde alkoholiläheiseen

Kysymykseen tuli vastauksia yhteensä 432. Tähän oli mahdollista valita useampi kuin yksi vaihtoehto, jonka vuoksi vastausten määrä oli noin suuri. En analysoinut

kuinka moni oli valinnut enemmän kuin yhden vaihtoehdon. Selvästi suurin osa vastaajista hakeutui Al-Anoniin puolison/ avopuolison/ entisen puolison/ seurustelukumppanin vuoksi. Heidän määrä oli yhteensä 287, josta prosenttiosuus oli 66.4 %. Toiseksi eniten vastaajat hakeutuivat Al-Anoniin isän/äidin/isäpuolen/ äitipuolen vuoksi. Heidän määrä oli yhteensä 61, josta prosenttiosuus oli 14.1 %. Seuraavaksi eniten vastaajat hakeutuivat Al-Anoniin lapsensa vuoksi. Heidän määränsä puolestaan oli 37, josta prosenttiosuus oli 8.6 %. Neljänneksi eniten vastaajat hakeutuivat Al-Anoniin sisaren/veljen vuoksi. Heitä oli yhteensä 25, josta prosenttiosuus oli 5.8 %. Ystävän/ tuttavän/ työtoverin päihdeongelma nähtiin viidenneksi tärkeimpänä syynä hakeutua Al-Anoniin. Heitä oli yhteensä 13, josta prosenttiosuus oli 3.0 %. Kaikista vähiten vastaajat olivat valinneet vaihtoehdoista ”muun”. Heidän määrä oli yhdeksän, josta prosenttiosuus oli 2.1 %

Tutkimuksessa ristiinverrattiin keskenään kysymyksiä: "Kenen läheisen takia tulit Al-Anoniin?", ja "Mistä sait tiedon Al-Anonista"? Tutkimuksessa analysoitiin kolme jokaisen läheisen kohdalta suosituinta Al-Anonin tiedonlähdettä. Suurin osa vastanneista oli hakeutunut Al-Anoniin puolison/ avopuolison/entisen puolison/ seurustelukumppanin vuoksi. Heistä suurin osa oli saanut tiedon Al-Anonista AA-jäsenen kautta ja heitä oli yhteensä 80 henkilöä eli 28.6 %. Toiseksi eniten Al-Anon-jäsenet, jotka olivat hakeutuneet Al-Anon-ryhmiin puolison/ avopuolison/ entisen puolison/ seurustelukumppanin vuoksi, saivat tiedon Al-Anonista ilmoituksen/ lehtiartikkelin kautta. Heitä oli yhteensä 53 eli 18.9 %. Kolmanneksi eniten jäsenet saivat tiedon Al-Anonista Al-Anon-jäsenen kautta ja heitä oli yhteensä 47 eli 16.8 %.

Seuraavaksi eniten Al-Anon-jäsenet hakeutuivat Al-Anoniin isän/äitin/isäpuolen/äitipuolen vuoksi. Heistä suurin osa sai tiedon Al-Anonista ilmoituksen/lehtiartikkelin kautta. Heitä oli yhteensä 12 eli 19,7%. Toiseksi eniten nämä henkilöt saivat tiedon Al-Anonista muun ammattiauttajan kautta. Heitä oli myös yhteensä 12 eli 19,7%. Kolmanneksi eniten Al-Anon jäsenet, jotka hakeutuivat Al-Anoniin isän/äitin/isäpuolen/äitipuolen vuoksi, saivat tiedon Al-Anonista AA-jäsenen kautta. Heitä oli yhteensä 11 eli 18,0%.

Kolmanneksi suosituimpana syynä hakeutua Al-Anoniin, koettiin lapsen alkoholiongelma. Nämä henkilöt, jotka hakeutuivat Al-Anoniin lapsensa vuoksi, suurin osa sai tiedon Al-Anonista AA-jäsenen kautta. Heitä oli yhteensä 11 eli 31,4%. Toiseksi eniten nämä henkilöt saivat tiedon Al-Anonista ilmoituksen/lehtiartikkelin kautta. Heitä oli yhteensä 6 eli 17,1%. Kolmanneksi eniten nämä henkilöt saivat tiedon Al-Anonista Al-Anon-jäsenen kautta. Heitä oli myös 6 eli 17,1%.

Neljänneksi suosituimpana syynä hakeutua Al-Anoniin, oli sisaren/veljen alkoholiongelma. Näistä henkilöistä suurin osa sai tiedon Al-Anonista AA-jäsenen kautta. Heitä oli yhteensä 8 eli 32,0%. Toiseksi eniten nämä henkilöt saivat tiedon Al-Anonista muun ammattiauttajan kautta. Heitä oli yhteensä 6 eli 24,0%. Kolmanneksi eniten nämä henkilöt saivat tiedon Al-Anonista Al-Anon-jäsenen kautta. Heitä vuorostaan oli 5 eli 20%.

Viidenneksi suosituimpana syynä hakeutua Al-Anoniin, oli ystävän/tuttavan/työtoverin alkoholiongelma. Näistä henkilöistä suurin osa sai tiedon Al-Anonista AA-jäsenen kautta. Heitä oli yhteensä 5 eli 50,0%. Toiseksi eniten nämä henkilöt saivat tiedon Al-Anonista ilmoituksen/lehtiartikkelin kautta. Heitä oli yhteensä 2 eli 20,0%. Yksi sai tiedon Al-Anonin nettisivujen kautta, Al-Anon-jäsenen kautta ja muun ammattiauttajan kautta.

7.2.6 Al-Anonin vaikuttavuus

Vuoden 2012 tutkimuksessa haluttiin selvittää Al-Anonin jäsenten kokemusta Al-Anonista läheisen alkoholinkäytöstä johtuvien haittojen toipumisen suhteen. Tähän kysymykseen vastasi 334 jäsentä, josta prosenttiosuus oli 96 % eli ainoastaan 4 % jätti vastaamatta kyseiseen kysymykseen. Jokainen kysymykseen vastanneista oli kokenut ainakin jonkinmoista hyötyä Al-Anonista. Al-Anonista koettu hyödyn määrä vaihtelee jonkin verran. Suurin osa koki hyötyvänsä erittäin paljon ja heitä oli yhteensä 193 henkilöä eli 57,8 %. Melko paljon hyötyä koki 98 henkilöä eli 29,3 %. Jonkun verran hyötyä puolestaan koki 33 henkilöä eli 9,9 %. Vähän hyötyä kokivat loput vastaajat, joita oli 10 henkilöä eli 3,0 %

7.3 Kummius ja palvelutehtävät

Vuoden 2012 tutkimuksessa haluttiin selvittää ensimmäistä kertaa sitä, toimivatko Al-Anon-jäsenet kummeina/ tukihenkilöinä, tai oliko heillä kummia/ tukihenkilöä, sekä olivatko jäsenet toimineet palvelutehtävissä ja minkälaisissa palvelutehtävissä. Haluttiin myös selvittää lyhyesti heidän kokemuksiaan palvelutehtävissä toimimisesta ja syitä siihen, jos jäsen ei ollut ottanut vastaan palvelutehtäviä. Tutkimuksessa kysyttiin myös jäsenten halukkuutta osallistua Al-Anon-työryhmien toimintaan.

7.3.1 Al-Anonin kummina ja tukihenkilönä toimiminen

Kysymykseen: "Onko sinulla Al-Anon-kummi"? vastasi yhteensä 335 jäsentä, josta prosenttiosuus oli 96.3 %. Vastausten määrä jakautui seuraavasti: 120:lla vastanneista eli 35.8 %:lla oli Al-Anon-kummi ja 215:lla eli 64.2 %:lla ei ollut Al-Anon-kummiä, mistä rakentui enemmistö. Al-Anon-jäsenistä 75 henkilöä eli 22.4 % toimi vuorostaan kummina ja loput 253 henkilöä eli 75.5 % ei toimi Al-Anon-kummina, mistä rakentui jälleen enemmistö.

Kysymys: " Onko sinulla Al-Anon-tukihenkilö"? keräsi 303 vastausta, joista 93 jäsenellä eli 30.7 %:lla oli tukihenkilö ja 210 jäsenellä eli 69.13 %:lla ei ollut tukihenkilöä. Al-Anonin jäsenistä 70 henkilöä eli 25.6 % toimi Al-Anon-tukihenkilönä ja 227 henkilöä eli 76.4 % ei toiminut Al-Anonissa tukihenkilönä.

Tuloksista pystyi tekemään lyhyen yhteenvedon. Useimmilla vastanneista ei ollut Al-Anon-kummiä tai Al-Anon-tukihenkilöä, sekä useimmat myös vastanneista eivät toimineet Al-Anon-kummina eivätkä Al-Anon-tukihenkilönä.

Kysymyksiä: "Montako vuotta olet käynyt Al-Anon-ryhmässä"? ja "Onko sinulla Al-Anon-kummi/tukihenkilö"? verrattiin keskenään saman vastaajan kohdalla. Tuloksia analysoitaessa ei erikseen ole eroteltu Al-Anon-kummiä eikä Al-Anon-tukihenkilöä, vaan riittää, että vastaajalla on jompikumpi tai molemmat. Kaikista eniten Al-Anon-kummeja/ tukihenkilöitä oli yli 20 vuotta Al-Anon-ryhmässä kävijöillä eli kaikista kauiten Al-Anon-ryhmissä olleilla. Al-Anon-kummeja/ tuki-

henkilöitä oli yhteensä 47. Toiseksi eniten Al-Anon-kummeja oli 1-5 vuotta ryhmässä käyneillä ja näitä henkilöitä oli yhteensä 41. Kolmanneksi eniten oli 11–20 vuotta ryhmässä käyneillä ja näitä henkilöitä oli 30. Seuraavaksi eniten Al-Anon-kummeja/tukihenkilöitä oli 6-10 vuotta ryhmässä käyneillä ja heitä oli yhteensä 29. Kaikista vähiten Al-Anon-kummeja/tukihenkilöitä oli alle vuoden ryhmässä käyneillä ja heitä oli 10.

7.3.2 Palvelutehtävät

Al-Anon-jäseniltä kysyttiin heidän aktiivisuuttaan ryhmän, alueen ja valtakunnallisten palvelutehtävien toiminnassa. Osa on jättänyt vastaamatta tähän kysymykseen.

Taulukossa 5 selvitettiin Al-Anon-jäsenten aktiivisuutta ryhmän, alueen ja valtakunnallisten palvelutehtävien hoidossa.

	Kyllä	Ei	Ei vastausta
On toiminut ryhmän palvelutehtävissä	294	52	2
On toiminut alueen palvelutehtävissä	130	192	26
On toiminut valta-kunnallisissa palvelutehtävissä	51	282	15

Taulukko 5. Osallistuminen eri palvelutehtäviin

Kysymykseen: "Oletko toiminut ryhmän palvelutehtävissä"? vastasi 346 henkilöä eli jopa 99.4 % kaikista vastaajista. Ainoastaan kaksi henkilöä eli 0.6 % jätti vastaamatta. Ryhmän palvelutehtävissä oli toiminut suurin osa Al-Anon-jäsenistä. Heitä oli yhteensä 294 henkeä eli 85 % vastaajista. Loput 52 henkilöä eli 15 % vastaajista ei ollut toimineet ryhmän palvelutehtävissä.

Kysymykseen: "Oletko toiminut alueen palvelutehtävissä"? vastasi 322 henkilöä eli 92.5 % henkilöistä. Tähän kysymykseen oli jättänyt useampi henkilö vastaamatta kuin edelliseen kysymykseen. Heitä oli yhteensä 26 henkilöä eli 8.1 %. Alueen palvelutehtävissä oli toiminut 130 henkilöä eli 40.4 %. Loput 192 henkilöä eli 59.6 % vastaajista ei ollut toimineet alueen palvelutehtävissä.

Kysymykseen: "Oletko toiminut valtakunnallisissa palvelutehtävissä", vastasi 333 henkilöä eli 95.7 % henkilöistä. Tähän kysymykseen jätti vastaamatta 15 henkilöä eli 4.5 % ainoastaan. Valtakunnallisissa palvelutehtävissä oli toiminut 51 henkilöä eli 15.3 % ja loput 282 henkilöä eli jopa 84.7 % vastanneista ei toimineet valtakunnallisissa palvelutehtävissä, mistä rakentui enemmistö.

Kaikista suurimman vastausprosentin sai kysymys, joka liittyi ryhmän palvelutehtäviin. Vastaavasti pienimmän vastausprosentin sai kysymys, joka liittyi alueen palvelutehtäviin. Suurin osa ihmisistä oli toiminut ryhmän palvelutehtävissä, mikä korostui huikkealla vastausmäärällä. Kaikista vähiten ihmiset olivat toimineet valtakunnallisissa palvelutehtävissä.

Taulukossa 6 selvitettiin sitä, miksi ei ollut ottanut ryhmän, alueen tai valtakunnallisia palvelutehtäviä vastaan.

	Ryhmän palvelutehtävät	Alueen palvelutehtävät	Valtakunnalliset palvelutehtävät
Mielestäni en ole ollut riittävän osaava	10	23	27
En ole uskaltanut	1	3	7
En pysty sitoutumaan tehtävän edellyttämällä tavalla	15	55	67
Muu syy	20	40	53
Ei vastausta	6	71	128

Taulukko 6. Syitä, miksei ole ottanut palvelutehtäviä

Seuraavaan taulukkoon on luokiteltu kolme eri palvelutehtävää sen mukaan, miksi henkilö ei ole ottanut vastaan näitä palvelutehtäviä. Suurin osa ei ole ottanut vastaan ryhmän palvelutehtäviä muun syyn vuoksi ja näitä henkilöitä oli yhteensä 20 henkilöä eli 38.5 %. Seuraavaksi yleisempänä syynä oli se, että ei pystytty sitoutumaan tehtävän edellyttämällä tavalla. Näitä henkilöitä oli 15 eli 28.9 %. Jäsenistä 10 henkilöä eli 19.2 % koki, että ei ollut riittävän osaava ryhmän tarjoamiin palvelutehtäviin. Al-Anon-jäsenistä 6 henkilöä eli 11.5 % ei perustellut syytensä siihen, miksi ei ole ottanut vastaan ryhmän palvelutehtäviä. Ainoastaan yksi Al-Anon-jäsenistä eli 1.9 % ei uskaltanut ottaa vastaan ryhmän palvelutehtäviä.

Alueen palvelutehtävissä ei toiminut 192 henkilöä eli 59.6 % ja näistä henkilöistä 71 eli 37 % ei perustellut syytensä siihen, miksi ei ottanut alueen palvelutehtäviä vastaan. Suurin osa Al-Anon-jäsenistä perusteli syynsä sillä, että ei pysty sitoutumaan tehtävän edellyttämällä tavalla. Näitä henkilöitä oli yhteensä 55 eli 28.6 %.

Al-Anon-jäsenistä moni ei ottanut alueen palvelutehtäviä vastaan muun syyn vuoksi ja heitä oli yhteensä 40 eli 20.8 %. Osa Al-Anon-jäsenistä koki, ettei ollut riittävän osaava alueen palvelutehtäviin ja heitä oli 23 eli 12 %. Loput 3 henkilöä eli 1.6 % eivät uskaltaneet ottaa palvelutehtäviä vastaan.

Valtakunnallisissa palvelutehtävissä ei toiminut 282 henkilöä eli 84.7 % ja näistä henkilöistä jopa 128 eli 45.4 % ei perustellut syytensä siihen, miksi ei ottanut valtakunnallisia palvelutehtäviä vastaan. Al-Anon-jäsenistä 67 eli 23.8 % ei pysty sitoutumaan tehtävän edellyttämällä tavalla. Moni ei ottanut valtakunnallisia palvelutehtäviä vastaan muun syyn vuoksi. Heitä oli yhteensä 53 eli 18.8 %. Jotkut Al-Anon-jäsenistä kokivat, etteivät olleet riittävän osaavia. Heitä oli 27 henkilöä eli 9.6 %. Loput 7 henkilöä eli 2.5 % eivät uskaltaneet ottaa vastaan valtakunnallisia palvelutehtäviä.

Al-Anon-jäsenistä suurimmalla osalla oli syynä se, että ei pysty sitoutumaan tehtävän edellyttämällä tavalla, jonka vuoksi palvelutehtäviä ei ole ollut mahdollista ottaa. Vastauksissa korostui myös hyvin konkreettisesti jokaisen eri palvelutehtävän kohdalla muu syy, josta tehtiin taulukko havainnollistamaan, mitä samoja ja mitä eri syitä Al-Anon-jäsenet olivat kirjoittaneet perusteluiksi eri palvelutehtävien kieltäytymiselle. Monikaan Al-Anon-jäsenistä ei kieltäytynyt palvelutehtävistä sen vuoksi, että ei uskaltanut ottaa niitä vastaan.

Taulukossa 7 selvitettiin muita syitä palvelutehtävistä kieltäytymiselle.

Muut syyt	Ryhmän palvelutehtävät	Alueen palvelutehtävät	Valtakunnalliset palvelutehtävät
Ollut jäsenenä vasta niin vähän aikaa	12	12	14
Ei kiiinnosta/ ei minun juttu	1	5	9
Ei aikaa (työ, perhe)	5	16	24
Ikä /sairaus	1	6	8
Ei tarvetta / ei oltu pyydetty	1	2	4
Sitoutuminen pelottaa/ ei uskalla / ei vielä valmis	1	2	3
Taloudelliset vaikeudet (ei autoa)	1	4	5

Taulukko 7. Muut syyt palvelutehtävistä kieltäytymiselle

Suurin osa ei ollut ottanut ryhmän palvelutehtäviä sen vuoksi, koska oli ollut jäsenenä vasta niin vähän aikaa ja näitä henkilöitä oli yhteensä 12. Toiseksi yleisempänä syynä koettiin ajan riittämättömyys ja näitä henkilöitä oli yhteensä 5.

Suurin osa ei ollut ottanut alueen palvelutehtäviä sen vuoksi, kun koettiin ajan riittämättömyys ja näitä henkilöitä oli yhteensä 16. Toiseksi yleisempänä syynä oli se, koska oltiin oltu jäsenenä niin vähän aikaa ja näitä henkilöitä oli yhteensä 12.

Suurin osa ei ollut ottanut valtakunnallisia palvelutehtäviä ajan riittämättömyyden vuoksi. Näitä henkilöitä oli yhteensä 24. Toiseksi yleisimpänä syynä oli se, koska oltiin oltu jäsenenä niin vähän aikaa ja näitä henkilöitä oli yhteensä 14.

7.3.3 Al-Anon- työryhmien toiminta

Kysymykseen: "Oletko halukas osallistumaan Al-Anon-työryhmien toimintaan"? vastasi 283 henkilöä eli 81.3 % ja 65 henkilöä eli 18.7 % jätti vastaamatta. Al-Anon-jäsenistä 122 henkilöä eli 43.1 % olivat halukkaita osallistumaan Al-Anon-työryhmien toimintaan, kun vastaavasti 161 eli 56.9 % vastaajista ei olleet halukkaita tähän.

7.4 Kolo ja Alateen

Otsikko pitää sisällään selvityksen Al-anon-jäsenten 12–18- vuotiaista lapsista, sekä tiedon siitä ovatko lapset osallistuneet nuorten chat-ryhmä-Koloon, joka toimii nettiryhmänä nuorten vertaistuen saannissa. Lisäksi haluttiin selvittää syitä siihen, miksi lapset eivät olleet osallistuneet nuorten chat-ryhmä-Koloon, sekä oliko lapsilla tietoa Alateen toiminnasta.

7.4.1 12–18-vuotiaiden lasten osallistuminen Al-Anonin toimintaan

Kysymykseen: "Perheessäni on alle 12 vuotta täyttäneitä lapsia"? vastasi 327 henkilöä eli 94 % ja vastaavasti 6 % eli 21 henkilöä jätti vastaamatta. Vastanneista 40 henkilöllä oli alle 12-vuotiaita lapsia. Heidän prosentuaalinen osuus oli 12.2 %. Lopuilla 287 vastanneella eli 87.8 % ihmisistä ei ollut alle 12-vuotiaita lapsia. Selvästi enemmistöllä vastanneista ei ollut niin pieniä lapsia.

Kysymykseen: "Perheessäni on 12–18-vuotiaita lapsia"? vastasi 313 henkilöä eli 89.9 % ja vastaavasti 10.1 % eli 35 henkilöä jätti vastaamatta tähän kysymykseen. Vastanneista 42 henkilöllä oli 12–18-vuotiaita lapsia. Heidän prosentuaalinen osuus oli 13.4 %. Lopuilla 271 vastanneella eli 86.6 % ihmisistä ei ollut 12–18-vuotiaita lapsia.

Taulukossa 8 selvitettiin olivatko Al-Anon-jäsenten 12-18-vuotiaat lapset tutustuneet nuorten chat-ryhmä Koloon ja olivatko tietoisia Alateen toiminnasta.

Perheessäni on 12-18-vuotiaita lapsia	Kyllä	Ei	En tiedä	Ei vastausta	Yhteensä
Ovat tutustuneet nuorten chat-ryhmä Kooloon	2	28	10	2	42
Ovat tietoisia Alateen toiminnasta	23	11	7	1	42

Taulukko 8. 12–18-vuotiaiden lasten osallistuminen chat-ryhmä-Kooloon ja olivatko tietoisia Alateen toiminnasta

Al-Anon-jäseniltä haluttiin selvittää, kuinka moni heidän 12–18-vuotiaista lapsista oli tutustunut nuorten chat-ryhmä-Kooloon ja kuinka moni heistä oli tietoisia Alateen toiminnasta.

Ainoastaan kaksi Al-Anon-jäsenen lasta oli tutustunut Kooloon eli 4.8 % kaikista Al-Anon-jäsenten 12–18 vuotiaista lapsista. Suurimmalle osalle lapsista Kolo ei ollut tuttu. Lapsista 28 eli 66.7 % eivät olleet tutustuneet Kooloon. Lasten vanhemmista 10 eli 23.8 % eivät tieneet, olivatko heidän lapsensa tutustuneet Kooloon ja kaksi eli 4.8 % lapsen vanhemmista ei ottanut kantaa Kolo-aiheiseen kysymykseen.

Huomattavasti suurempi osa Al-Anon-jäsenten lapsista oli tietoisia Alateen toiminnasta kuin chat-ryhmä-Kolosta. 12–18-vuotiaista lapsista 23 eli 54.8 % olivat tietoisia Alateen toiminnasta ja 11 eli 26.2 % lapsista ei olleet tietoisia Alateen toiminnasta. Al-Anon-jäsenistä 7 eli 16.7% eivät tieneet, olivatko heidän 12-18 vuotta vanhat lapsensa tietoisia Alateen toiminnasta ja ainoastaan yksi jäsenistä eli 2.4% ei ottanut kantaa.

Taulukossa 9 selvitettiin syitä, miksi lapset eivät olleet tutustuneet Kooloon.

Syitä miksei lapset olleet tutustuneet Kooloon	
Lapseni eivät tiedä	12
Lapseni eivät halua tutustua	10
En tiedä	9
Muu	5
Ei vastausta	6

Taulukko 9. Perustelut siihen, miksi lapset eivät olleet tutustuneet Kooloon

Al-Anon-jäsenet kertoivat syitä, minkä vuoksi heidän 12–18 vuotta vanhat lapsensa eivät olleet tutustuneet Kooloon. Yleisimpänä syynä nähtiin se, että lapset eivät tienneet Koolosta ja näin oli vastannut 12 henkilöä. Toiseksi yleisin syy oli lasten haluttomuus tutustua Kooloon ja näin oli vastannut 10 henkilöä. Yhdeksän Al-Anon-jäsentä ei osannut sanoa syytä siihen, miksi heidän lapsensa eivät olleet tutustuneet Kooloon. Al-Anon-jäsenistä kuusi oli jättänyt vastaamatta tähän kysymykseen ja viisi olivat valinneet muu vaihtoehdon syyksi.

8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Edellisvuosien tutkimustuloksista sukupuoli, tieto Al-Anonista ja Al-Anon-vuodet olivat tänä vuonna tismalleen samat. Jäsenten keski-ikä oli tänä vuonna korkeampi verrattuna edellisvuosiin. Muiden samojen kysymysten kanssa vertaaminen oli hankalaa, koska oli erilaisia vastausvaihtoehtoja ja kysymysasetteluja.

8.1 Sähköinen e-lomake kirjallisen jäsentutkimuksen rinnalla

Al-Anon keskuspalvelu ry halusi kokeilla vuonna 2012 ensimmäistä kertaa sähköistä e-lomaketta, joka mahdollisti kyselyyn vastaamisen internetissä. On sanomattakin selvää, että yhä useampi ihminen asioi internetin kautta yhä enempi kuin vielä 2000-luvun alkupuoliskolla. Sähköisen e-lomakkeen kysymykset olivat monivalintakysymyksiä lukuun ottamatta yhtä kysymystä, jota ei analysoitu tutkimuksessa. Sähköisestä e-lomakkeesta tehtiin mahdollisimman yksinkertainen ja helppo tapa vastata kyselyyn antamalla tutkittavalle valmiita vastausvaihtoehtoja ja useammassa kysymyksessä oli vielä erikseen vastauskohta ”muu,” jolloin tutkittavan oli mahdollista kirjoittaa se vastaus, jota ei löytynyt valmiista vastausvaihtoehdoista.

Vuonna 2012 jäsentutkimuskyselyyn tuli vastauksia 348, joista sähköisiä vastauksia oli ainoastaan 45 kappaletta eli 12,9 % ja kirjallisia vastauksia oli loput 303 kappaletta eli 87,1 %. Vastauksia oli melkein puolet vähemmän verrattuna vuoteen 2006, jolloin tehtiin edellinen Al-Anonin jäsentutkimuskysely. Vuoden 2012 jäsentutkimuskysely oli huomattavasti laajempi verrattuna edellisvuosiin, mikä voi osittain tai suurella todennäköisyydellä pienentää vastausprosenttia. Kyselyn kysymyksiä oli 17 kappaletta enemmän kuin vuonna 2006. Vuoden 2012 tutkimuksessa haluttiin hyvin tarkkoja vastauksia jäsenistä ja perusteluja vastauksiin, mikä saattaa myös olla syy vastausprosenttiin.

Sähköinen E-lomake ei ole välttämättä tavoittanut riittävän hyvin Al-Anonin jäseniä. Kirjallinen jäsentutkimuskysely on ollut jaossa vertaistukiryhmissä, jolloin niin sanottu ryhmän painostuskin on saattanut olla syynä suurempaan vastauspro-

senttiin. Seuraavaa jäsentutkimuskyselyä ajatellen, voisi sähköistä jäsentutkimusta mainostaa esimerkiksi Al-Anonin omassa Facebook- yhteisössä, jossa voisi olla suora linkki kyselyyn vastaamiseen. Suora linkki kyselyyn voisi olla myös Al-Anonin omissa internet-sivuissa ja A-klinikkasäätiön sivuilla. Kyselyyn vastaamista voisi motivoida jonkinmoinen pieni palkkio, esimerkiksi osallistuminen johonkin kilpailuun varsinkin, kun kyseessä on laaja, useamman kysymyksen kysely.

8.2 Tutkimustulosten analysointia

Jäsentutkimukseen vastaaminen oli vapaaehtoista, mikä näkyi myös siinä, että tutkittava pystyi vastaamaan e-lomakkeen kysymyksiin missä järjestyksessä tahansa. Useimmissa kyselyissä vaaditaan vastausta esimerkiksi sukupuoli-kohtaan, mutta tämän kyselyn kysymykset olivat kaikki vapaavalintaisia eikä niihin pakotettu tutkittavaa vastaamaan, jos koki jonkun tietyn kysymyksen liian henkilökohtaiseksi. Tämä tietenkin lisäsi ei-vastausten määrää, mutta olisi voinut käydä myös niin, että tutkittava olisi jättänyt kokonaan vastaamatta kyselyyn, jos johonkin kysymykseen olisi vaadittu pakollista vastaamista. On ihmisiä, jotka saattavat epähuomiossa hypätä tietyn kysymyksen ohi, jolloin olisi hyvä kun kaikki kysymykset olisivat pakollisia, jolloin ohjelma muistuttaa tutkittavaa vastaamaan kysymykseen eikä päästä häntä jatkamaan seuraavaan kysymykseen.

Vuoden 2012 tutkimuksessa kertyi jokaisen kysymyksen kohdalla ei vastauksia, mikä näkyy tietenkin heikossa vastausprosentissa, esimerkiksi sukupuolta koskevassa kysymyksessä. Tähän kysymykseen on vastannut 59,7 %. Mielestäni olisi mielenkiintoista toistaa samanlainen jäsentutkimuskysely esimerkiksi taas kuuden vuoden päästä, eikä tehdä suuria muutoksia kyselyn kysymyksiin, jolloin tämän vuoden kysely toimisi hyvänä vertailukohteena. Tänä vuonna vertaaminen oli vaikeaa, koska samoja kysymyksiä ei ollut monta ja kysymysten vastausvaihtoehdot poikkesivat paljon.

Tutkimustuloksista näkee, että suurin osa Al-Anonin jäsenistä on naisia, vaikka naisten osuus onkin prosentuaalisesti laskussa vuodesta 2000 ja vastaavasti mies-

ten osuus on prosentuaalisesti nousussa vuodesta 2000. Tänä vuonna suurin osa jäsenistä oli yli 60-vuotiaita ja heitä oli yhteensä 152 kappaletta eli 46,5 % kaikista jäsenistä. Yli 60-vuotiaiden määrä on nousussa, jos vertaa vuoteen 2000 ja 2006, jolloin Al-Anon-jäsenistä suurin osa oli iältään 51–60-vuotiaita. Tutkimustuloksista näki, että suurin osa Al-Anon-jäsenistä oli suomalaisia. Heitä oli yhteensä 296 eli 98,3 % kaikista Al-Anon-jäsenistä. Hyvin vähän oli muun maan kansalaisia, mutta ei voida tietää mitä kansalaisuutta edustavat ne 47 henkilöä, jotka jättivät vastaamatta kansalaisuutta koskevaan kysymykseen. Suomalaisia oli tänä vuonna suurin osa Al-Anonin-jäsenistä, niin voidaan myös päätellä, että äidinkielenäkin oli suurimmalla osalla jäsenistä suomi. Jäsenistä 284 puhui äidinkielenään suomea eli 94,4 %. Ainoastaan 11 henkilöä puhui äidinkielenään ruotsia eli 3,7 % ja loput puhuivat perisaa, romaniaa, farsua ja japania.

Tutkimustuloksista huomaa, että Al-Anon-jäseniä on ympäri Suomea hyvin tasaisesti eikä ainoastaan jossain tietyllä alueella. Kaikista eniten jäseniä oli kuitenkin Helsingissä ja heitä oli 57 eli 21,3 % kaikista vastanneista. Varsinais-Suomi ja Kymi olivat keränneet seuraavaksi eniten Al-Anon-jäseniä. Pirkanmaalla oli kaikista vähiten Al-Anon-jäseniä. Heitä oli yhteensä 2 henkilöä eli 0,8 % kaikista vastanneista.

Kaikista suurimman vastausprosentin sai kysymys: "Mistä sait tiedon Al-Anonista"? Tähän kysymykseen vastasi 97,4 % kaikista tutkimukseen osallistuneista Al-Anon-jäsenistä. Kysymys oli sama kuin vuosina 2000 ja 2006. Suurin osa oli saanut tiedon Al-Anonista AA-jäsenen kautta samoin kuin edellisvuosina. Näitä henkilöitä oli tänä vuonna 86 eli 25,4 %, jonka prosentuaalinen osuus oli pienempi kuin vuonna 2000, mutta suurempi kuin vuonna 2006. Vastausvaihtoehdot poikkesivat jonkin verran edellisvuosiin verrattuna. Kysymys: "Montako vuotta olet käynyt Al-Anon-ryhmässä"? keräsi myös suuren vastausprosentin. Tähän kysymykseen vastasi 93,7 % kaikista tutkimukseen osallistuneista. Kysymys oli sama kuin edellisvuosina ja vastausvaihtoehdot, jonka vuoksi vertaaminen oli hyvin mielenkiintoista edellisvuosiin nähden. Tänä vuonna suurin osa Al-Anon-jäsenistä oli ollut ryhmässä 1-5 vuotta ja näitä henkilöitä oli yhteensä 97 eli 29,8

% . Sama tutkimustulos saatiin myös edellisvuosina, mutta prosenttiosuus oli hieman alhaisempi kuin edellisvuosina. Suurimpana yllätyksenä tuli se, että toisiksi eniten jäsenet olivat olleet Al-Anon-ryhmissä yli 20 vuotta. Näiden henkilöiden määrä oli nousussa vuodesta 2000 tähän vuoteen saakka. Tänä vuonna haluttiin selvittää uutena kysymyksenä jäsenten käyntimäärää kuukaudessa Al-Anon-ryhmissä. Kaikista eniten jäsenet kävivät ryhmissä 1-3 kertaa ja heitä oli 177 eli 50,9 %. Ryhmissä 4-6 kertaa käyneiden määrä oli ainoastaan 15,6 % pienempi kuin 1-3 kertaa kuukaudessa käyneiden määrä. Kaikista vähiten ihmiset kävivät ryhmissä yli 10 kertaa ja heitä oli 4 henkilöä eli 1,1 %

Kysyttäessä Al-Anon-jäsenten suhdetta alkoholiläheiseen, vastauksia tuli huomattavasti enemmän, koska oli mahdollista valita useampi kuin yksi vaihtoehto. Suurin osa Al-Anon-jäsenistä hakeutui Al-Anonin avun pariin puolison/avopuolison/entisen puolison/ seurustelukumppanin vuoksi ja heitä oli yhteensä 287 eli 66,4 %. Kaikista vähiten Al-Anon-jäsenet valitsivat vastausvaihtoehdon ”muu” ja heitä oli yhteensä yhdeksän eli 2,1 %. Muu- vastauksia ei lähdetty analysoida. Edellisvuosiin verrattuna muu vastauksia kertyi huomattavasti enempi edellisvuosina kuin tänä vuonna, mikä saattaa johtua siitä että edellisvuosien muu-vastauksista tuli tänä vuonna useampi uusi vastausvaihtoehto. Tutkimuksessa ristiinverrattiin keskenään kysymyksiä: "Kenen läheisen takia tulit Al-Anoniin?" ja "Mistä sait tiedon Al-Anonista?" Suurin osa vastanneista oli hakeutunut Al-Anoniin puolison/ avopuolison/ entisen puolison/ seurustelukumppanin vuoksi. Heistä suurin osa oli saanut tiedon Al-Anonista AA-jäsenen kautta ja heitä oli yhteensä 80 henkilöä eli 28,6 %.

Vuonna 2012 haluttiin selvittää Al-Anon-jäsenten kokemusta Al-Anonista. Todella moni oli vastannut tähän kysymykseen ja heitä oli 334 eli 96 % kaikista tutkimukseen osallistuneista. Jokainen Al-Anon-jäsenistä oli kokenut edes jonkinmoista hyötyä Al-Anonista. Suurin osa vastanneista koki hyötyvänsä erittäin paljon ja heitä oli yhteensä 193 eli 57,8 %. Kaikista vähiten oli Al-Anon-jäseniä, jotka kokivat vähän hyötyä. Heitä oli yhteensä 10 eli 3,0 %. Tämä tarkoittaa sitä, että Al-

Anonin vaikuttavuus on positiivisesti nousussa ja siitä koettu hyöty näyttäytyy tutkimustuloksissa.

Vuoden 2012 tutkimuksessa haluttiin ensimmäistä kertaa selvittää oliko Al-Anon-jäsenillä kummia/tukihenkilöä ja toimivatko he itse kummeina/tukihenkilöinä. Al-Anon-jäsenistä 120:llä eli 35,8 %:lla oli kummi ja vastaavasti loppuilla 215:lla eli 64,2 %:lla ei ollut kummia. Al-Anon-jäsenistä 75 eli 22,4 % toimi Al-Anon-kummina ja loput 253 eli 75,5 % vastanneista ei toiminut kummina, mikä tarkoittaa sitä, että enemmistö tutkimukseen osallistuneista ei omistanut kummia, eikä itse toiminut kummina.

Al-Anon-jäsenistä 93:lla eli 30,7 %:lla oli tukihenkilö ja vastaavasti 210:llä eli 69,13 %:lla ei ollut tukihenkilöä. Al-Anonin jäsenistä 70 eli 25,6 % toimii tukihenkilöinä ja vastaavasti 227 eli 76,4 % ei toimi Al-Anonin-tukihenkilönä. Tämä tulos tarkoittaa sitä, että enemmistö tutkimukseen osallistuneista ei omistanut tukihenkilöä, eikä itse toiminut tukihenkilönä.

Kysymyksiä: "Montako vuotta olet käynyt Al-Anon-ryhmässä?" ja " Onko sinulla Al-Anon-kummi / tukihenkilö?" verrattiin keskenään saman vastaajan kohdalla. Tuloksia analysoitaessa ei erikseen ole eroteltu Al-Anon-kummia, eikä Al-Anon-tukihenkilöä, vaan riittää, että vastaajalla on jompikumpi tai molemmat. Kaikista eniten Al-Anon-kummeja/tukihenkilöitä oli yli 20 vuotta Al-Anon-ryhmässä kävijöillä eli kaikista kauten Al-Anon-ryhmissä olleilla ja näitä henkilöitä oli yhteensä 47. Kaikista vähiten Al-Anon-kummeja/ tukihenkilöitä oli alle vuoden ryhmässä käyneillä ja heitä oli 10.

Kysyttäessä osallisuutta palvelutehtäviin, vastasi 346 henkilöä eli 99,4 % kaikista vastaajista. Ryhmän palvelutehtävissä oli toiminut suurin osa Al-Anon-jäsenistä ja heitä oli 294 eli 85 % vastaajista. Ainoastaan 52 eli 15 % ei ollut toiminut ryhmän palvelutehtävissä. Alueen palvelutehtävissä oli toiminut 130 henkilöä eli 40,4 % ja 192 eli 59,6 % ei ollut toiminut alueen palvelutehtävissä. Valtakunnallisissa palvelutehtävissä oli toiminut 51 henkilöä eli 15,3 % ja 282 henkilöä eli 84,7 % ei ollut ottanut valtakunnallisia palvelutehtäviä. Suuremmalle osalle Al-Anon-

jäsenistä näyttävät palvelutehtävät olevan vielä vieraita lukuun ottamatta ryhmän palvelutehtäviä. Al-Anon-jäsenistä suurin osa ei ollut ottanut ryhmän palvelutehtäviä muun syyn vuoksi. Näitä henkilöitä oli yhteensä 20 eli 38,5 %. Suurimpana syynä oli se, kun oli ollut jäsenenä niin vähän aikaa. Suurin osa Al-Anon-jäsenistä ei ollut perustellut sitä, miksi ei ole ottanut alueen palvelutehtäviä vastaan ja heitä oli yhteensä 71. Kuitenkin suurempana syynä nähtiin se, että ei pysty sitoutumaan tehtävän edellyttämällä tavalla ja näitä henkilöitä oli yhteensä 55 eli 28,6 %. Al-Anon-jäsenistä 128 henkilöä jätti perustelematta syynsä siihen, miksi ei ole ottanut valtakunnallisia palvelutehtäviä. Kuitenkin suurimpana syynä oli sama kuin alueellisten palvelutehtävien vastaanottamisessa. Näitä henkilöitä oli yhteensä 67 eli 23,8 %.

Ensimmäistä kertaa haluttiin saada selville olivatko Al-Anon-jäsenet halukkaita osallistumaan Al-Anonin-työryhmien toimintaan. Al-Anon-jäsenistä 122 eli 40,1 % olivat halukkaita, kun taas enemmistö 161 eli 56,9 % eivät olleet halukkaita osallistumaan. Al-Anon-jäsenistä 65 eli 18,7 % jätti vastaamatta kysymykseen.

Al-Anon-jäsenistä 40 henkilöllä eli 12,2 %:lla oli alle 12-vuotiaita lapsia, kun taas loppuilla 287:llä eli 87,8 %:lla ei ollut alle 12-vuotiaita lapsia. Selvästi enemmistöllä Al-Anon-jäsenistä ei ollut pieniä lapsia, mikä jo selittää Al-Anon-jäsenten suuri keski-ikä. Al-Anon-jäsenistä 42:lla eli 13,4 %:lla oli 12–18-vuotiaita lapsia ja loppuilla 271:lla eli 86,6 %:lla ei ollut sen ikäisiä lapsia. Näistä 42:sta 12–18 vuotta täyttäneistä lapsista ainoastaan kaksi oli tutustunut nuorten chat-ryhmä Koloon ja 28 lasta ei ollut tutustunut, mutta 10 lapsen vanhemmat eivät olleet tietoisesta asiasta. Al-Anon-jäsenet kertoivat syitä, minkä vuoksi heidän 12–18 vuotta vanhat lapsensa eivät olleet tutustuneet Koloon. Yleisimpänä syynä nähtiin se, että lapset eivät tienneet Kolosta ja näin oli vastannut 12 henkilöä. Huomattavasti useampi lapsista oli tietoisia Alateen toiminnasta. Heitä oli yhteensä 23, kun taas 11 lasta eivät olleet tietoisia. Seitsemän lapsen vanhemmat eivät tienneet heidän lastensa tietoisuutta Alateenin suhteen.

9 POHDINTA

Sain kunnian tehdä tänä vuonna jäsentutkimuskyselyn Al-Anonin keskuspalvelu ry:n puolesta opinnäytetyönä. Hieman minua pelotti ja kauhistutti se, kun kuulin kuinka laaja jäsentutkimuskyselystä oli tulossa, koska tein sen yksin. Edellisvuonna oli kuitenkin useampi tekijä ja kysymyksiäkin oli paljon vähemmän verrattuna tähän vuoteen. Sain kuitenkin tukea, ohjeita ja neuvoa hyvin paljon niin koulun puolelta kuin Al-Anonin henkilöstön puolelta. Minulle ei myöskään Al-Anonin taholta asetettu minkäänlaisia paineita tutkimuksen valmistumisen suhteen, vaan olen pystynyt rauhassa tekemään sitä.

Pelkäsin, että opinnäytetyöstäni tulisi liian laaja, koska tutkimuskysymyksiä oli hyvin paljon, mutta pystyin minimoimaan tutkimuksen laajuutta muun muassa karsimalla muu-vastausten analysoinnin ja olen jättänyt yhden avoimen kysymyksen kokonaan analysoimatta. Avoimessa kysymyksessä, joka oli kyselyn ainut, pyydettiin vastaajaa kertomaan millaisissa palvelutehtävissä on työskennellyt ja minkälaiset kokemukset ovat. Tästä saadut vastaukset menivät Al-Anonin omaan käyttöön, eikä niitä analysoitu opinnäytetyössäni.

Mielestäni suoriuduin hyvin tehtävässäni ja sain kyselyyn vastauksia yli odotusteni. Seuraavaa jäsentutkimuskyselyä silmällä pitäen, toivoisin että esimerkiksi kuuden vuoden jälkeen toteutettaisiin sama kysely, jolloin vertaaminen olisi täysin mahdollista, eikä vastausvaihtoehtoja tai kysymyksiä muutettaisi, mutta yhden kysymyksen voisi lisätä: "Miten kysely tavoitti sinut"? jolloin pystyttäisiin tiedostamaan, saavuttiko kysely riittävän hyvin ihmiset. Tänä vuonna tuli todella vähän sähköisiä vastauksia, vaikka tänä vuonna sähköistä kyselyä kokeiltiin ensimmäistä kertaa. Olisi myös syytä miettiä sitä, laittaisiko pakollisen vastausvalikon tiettyihin kyselyn kysymyksiin tai kaikkiin kysymyksiin, koska ei- vastausten määrä oli valtavan suuri monissa kyselyn kysymyksissä.

Toivon, että jäsentutkimuskyselyn tulokset olivat mieluisia ja tutkimustuloksen tietoja hyödynnettäisiin Al-Anonin toiminnan kehittämiseen. Haluan toivottaa riemukasta 60-vuotisjuhlavuotta koko Al-Anonin henkilökunnalle ja haluan kiit-

tää erityisesti Al-Anon hallituksen sihteerä, Siskoa yhteistyöstä opinnäytetyön tiimoilta.

LÄHTEET

Aaltola, J & Valli, R. 2007. Ikkunoita tutkimusmetodeihin. 1, Metodien valinta ja aineiston keruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. 2. korj. ja täyd.p. Jyväskylä. PS-Kustannus.

Aalto, M. & Seppä, K. 2009. Mielenterveys- ja päihdeongelmien varhainen tunnistaminen. Opas ennaltaehkäisevän työn ammattilaisille. Helsinki. THL. Viitattu 28.10.2012. <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/8c520a2b-6ed1-4789-bc9b-8597c85121ee>.

Al-Anon Family Groups. Strength and hope for friends and families of problem drinkers. Viitattu 13.5.2013. <http://www.al-anon.org/home>

Al-Anon Keskuspalvelu ry. 2003. Kaksitoista askelta & kaksitoista perinnettä. 1. painos. Riihimäki. RT-Print Oy

Al-Anon-keskuspalvelu ry:n rakennetyöryhmä. 2009. Palvelukäsikirja. Painopaikka tuntematon.

Alcoholics Anonymous, Nimettömät Alkoholistit. 2013. Tietoa AA:sta. Viitattu 16.4.2013. <http://www.aa.fi/index.php?type=0&id=34&pageid=34§ion=3>

Aschan, T & Aschan, H. 2010. Selviytymistarina alkoholi parisuhteessa. Juva. WS Bookwell.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15-16. uud. painos. Helsinki. Tammi.

Koski-Jännes, A & Hänninen, V. 2004. Läheiseni on päihdeongelmainen. Kirjapaja.

Kovanen, R. 2007. Pro gradu-tutkielma. Vertaistukiryhmän toiminta ja merkitys mielenterveyskuntoutujalle. Helsinki. Viitattu: 1.11.2012. <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/10340/abstract.pdf>

KvantiMOTV. 2003. Mittaaminen: Tilastoyksikkö ja muuttajat. Viitattu 12.12.2012..

<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/mittaaminen/tilastoyksikko.html>

Laatikainen, T. 2010. Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelusäätiö Aspa. Helsinki.

Mäkelä, P, Mustonen, H & Tigerstedt, C. 2010. Suomi juo. Yliopistopaino. Helsinki.

Olsson, O. 2000. Varför en del blir missbrukare. Hässleholm. Tryckt hos Norra Skåne Offset.

Pennanen, J. 2007. Pro gradu-tutkielma. Vertaistuen vaikuttavuus Irti Huumeista ry:n huumeiden käyttäjien läheisille tarkoitetuissa vertaistukiryhmissä. Jyväskylä. Viitattu: 29.10.2012.

https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12790/URN_NBN_fi_jyu-2007476.pdf?sequence=1

Saarinen, T. 2012. Vertaistoiminnasta tietoa A-klinikkasäätiön päihdetyön kehittämisen tieto- ja tukipankkiin tietopuuhun. Helsinki. Viitattu 29.10.2012. <http://projektit.a-klinikka.fi/kuuko/sites/projektit.a-klinikka.fi/kuuko/files/Tiina%20Saarinen%2012.3.2012%20VERKOT-foorumi%20.pdf>.

Sainio, A. 2007. Kippis asiaa alkoholista. Ilves-Paino Oy. 2.painos. Hämeenlinna.

Seppä, K., Alho, H. & Kiianmaa, K. 2010. Alkoholiriippuvuus. 1. painos. Kariston kirjapaino Oy. Hämeenlinna. Duodecim.

Vilka, H. 2005. Tutki ja kehitä. Otavan Kirjapaino Oy. Keuruu. Tammi

Virtuaali Ammattikorkeakoulu. 2007. Kvantitatiivisen analyysin perusteet. Viitattu 1.11.2012.

<http://www2.amk.fi/digma.fi/www.amk.fi/opintojaksot/0709019/1193463890749/1193464131489/1194289328583/1194289824724.html>

Versova. 2011. Vertaisryhmällä on vaikutusta. Jyväskylä. Viitattu 14.1.2013. <http://www.kssotu.fi/versova/pages/vertaisryhmae-toiminta/vertaisryhmaellae-on-vaikutusta.php>.

Wilska, K. 2004. Pro gradu-tutkielma. Vertaisryhmät vammaisten naisten voimaantumista tukemassa. Helsinki. Viitattu: 1.11.2012.

<https://helda.helsinki.fi/handle/10138/10622>

WHO 2013. Alcohol. Viitattu 29.1.2013.

http://www.who.int/topics/alcohol_drinking/en/

LIITE 1

Hyvä Al-Anon jäsen

Nimeni on Mira Ranta. Olen Vaasan ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelija. Al-Anonilla on ensivuonna 60- juhlavuosi ja minä sain kunnian tehdä tänä vuonna Al-Anonille opinnäytetyönäni "Vertaistukea alkoholiläheisten kesken" joka on vuoden 2012 jäsentutkimuskysely. Edellinen Al-Anonin jäsentutkimuskysely on tehty vuonna 2006. Jäsentutkimuskyselyni sisältää 25 lyhyttä kysymystä, joista useimmat kysymykset sisältävät valmiita vastausvaihtoehtoja. Jokaiseen kyselyn kysymykseen vastaaminen on vapaaehtoista, mutta olisi suotavaa, jolloin pystyisin kartoittamaan alueellisesti Al-Anon ryhmien koostumuksen ja kokemukset ryhmissä käymisestä. Jokainen vastaus auttaa minua kokoamaan aineistolähtöisen opinnäytetyöni.

Kiitos teille jokaiselle, jotka mahdollistatte opinnäytetyöni toteutumisen kyselyyn vastaamisella! 😊

Jos sinulle herää kysymyksiä, ajatuksia, kommentteja jäsentutkimuskyselystä, voit ottaa yhteyttä minuun sähköpostitse, sekä ohjaavaani opettajaani Ann-Sophie Blomqvistiin.

Yhteystiedot:

Mira Ranta: e0901364@edu.vamk.fi

Ann-Sophie Blomqvist: asb@puv.fi, puh/ 0207 663 509

LIITE 2

1(2)

Vertaistukea alkoholistien läheisten kesken -- Al-Anonin jäsentutkimuskysely 2012**Kysymykset**

Ympyröi valitsemasi vaihtoehto. Kyselyn vastausaika on 15.5-15.6.2012.

Sukupuoli	Mies	Nainen			
Ikä	Alle 30 v.	31-40 v.	41-50 v.	51-60 v.	yli 60 v.
Mikä on kansalaisuutesi?	Mikä on äidinkielesi?				
Mistä sait tiedon Al-Anonista? <i>Ilmoitus/ lehtiartikkeli, Al-Anon nettisivut, AA-jäsen, Al-Anon jäsen, A-kliniikka, terveysaseman lääkäri, terveysaseman terveydenhoitaja, kouluterveydenhoitaja- tai lääkäri, muu ammattiauttaja, mikä?</i>					
Mihin Al-Anon- alueeseen ryhmäsi kuuluu?					
Montako vuotta olet käynyt Al-Anon ryhmässä? <i>Alle 1 v. 1-5 v. 6-10 v. 11-20 v. Yli 20</i>					
Kuinka monta kertaa kuukaudessa käyt ryhmässä? <i>Satunnaisesti, 1-3, 4-6, 7-10, Yli 10</i>					
Kenen läheisen takia tulit Al-Anoniin? <i>Isä/Äiti/Isäpuoli/Äitipuoli, Lapsi, Sisar/Veli</i> <i>Puoliso/Avopuoliso/Entinen puoliso/Seurustelukumppani, Ystävä/Tuttava/Työtoveri</i> <i>Muu/ mikä?</i>					
Kuinka paljon Al-Anon on edistänyt toipumistasi? <i>1- ei lainkaan 2- vähän 3- jonkun verran</i> <i>4- melko paljon 5- erittäin paljon</i>					
Onko sinulla Al-Anon - kummi? <i>Kyllä/ Ei</i>			Onko sinulla Al-Anon - tukihenkilö? <i>Kyllä/ Ei</i>		
Toimitko Al-Anon - kummina? <i>Kyllä/ Ei</i>			Toimitko Al-Anon - tukihenkilönä? <i>Kyllä/ Ei</i>		
Onko perheessäsi alle 12- vuotiaita lapsia? <i>Kyllä/ Ei</i>					
Onko perheessäsi 12-18- vuotiaita lapsia? <i>Kyllä/ Ei</i>					
Ovatko lapsesi tutustuneet nuorten chat-ryhmä Kooloon (http://www.helppimesta.fi/Kolo/)? <i>Kyllä Ei En tiedä</i>					
Syitä miksei lapsesi ole tutustunut nuorten chat-ryhmä Kooloon? <i>Lapseni eivät tiedä Kolosta Lapseni eivät halua tutustua Kooloon En tiedä</i> <i>Muu, mikä?</i>					
Tietävätkö lapsesi Aleteen-toiminnasta? <i>Kyllä Ei En tiedä</i>					
Oletko toiminut ryhmän palvelutehtävissä (esim. kahvinkeittäjä, ovien avaaja, palaverien vetäjä, ryhmäedustaja)? <i>Kyllä/ Ei</i>					
Oletko toiminut alueen palvelutehtävissä (esim. alueen puheenjohtaja, sihteeri, alue-edustaja)? <i>Kyllä/ Ei</i>					

LIITE 2

2(2)

Oletko toiminut valtakunnallisissa palvelutehtävissä (esim keskuspalvelu tai valtakunnalliset työryhmät)?

Kyllä/ Ei

Miksi et ole ottanut palvelutehtäviä? *En ole ollut riittävän osaava En ole uskaltanut En pysty sitoutumaan tehtävän edellyttämällä tavalla Muu syy, mikä?*

Oletko halukas osallistumaan Al-Anon- työryhmien toimintaan? *Kyllä/ Ei*

Millaisissa palvelutehtävissä olet toiminut/ kokemukset?

LIITE 3

1(2)

Vertaistukea alkoholistien läheisten kesken -- Al-Anonin jäsentutkimuskysely 2012

Kyselyn vastausaika on 15.5-15.6.2012

Kysymykset

Sukupuoli

Mies Nainen

Valitse sukupuolesi

Ikä

Alle 30 v. 31-40 v. 41-50 v. 51-60 v. Yli 60 v.

Valitse ikäsi

Kansalaisuus

suomalainen ruotsalainen virolainen venäläinen muu

Mikä on kansalaisuutesi?

Jos vastasit "muu" mikä?

Äidinkieli

suomi ruotsi englanti viro venäjä muu

Mikä on äidinkiellesi?

Jos vastasit "muu" mikä?

Mistä sait tiedon Al-Anonista?

--

Jos vastasit edelliseen "muu" tai "muu ammattiauttaja" mikä?

Mihin Al-Anon-alueeseen ryhmäsi kuuluu?

Espoo
 Vantaa
 Etelä-Suomi
 Helsinki
 Kanta-Häme
 Keski-Suomi
 Kymi
 Lappi
 Oulu
 Pirkanmaa
 Pohjanmaa
 Päijät-Häme
 Savo-Karjala
 Satakunta
 Varsinais-Suomi
 En tiedä

Al-Anon vuodet

Alle 1 v. 1-5 v. 6-10 v. 11-20 v. Yli 20 v.

Montako vuotta olet käynyt Al-Anon-ryhmässä?

Tämän hetkinen käyntimääräsi Al-Anon ryhmässä

Satunnaisesti 1-3 4-6 7-10 yli 10

Kuinka monta kertaa kuukaudessa käyt ryhmässä?

Kenen läheisen takia tulit Al-Anoniin? (Voit valita useita)

Isä/Äiti/Isäpuoli/Äitipuoli
 Lapsi
 Puoliso/Avopuoliso/Entinen puoliso/Seurustelukumppani
 Sisar/Veli
 Ystävä/Tuttava/Työtoveri
 Muu

LIITE 3

2(2)

Jos vastasit edelliseen "Muu", mikä?

Kokemus AI-Anon toiminnasta

	Ei lainkaan	Vähän	Jonkun verran	Melko paljon	Erittäin paljon
Kuinka paljon AI-Anon on edistänyt toipumistasi?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

AI-Anon-kummi

Kyllä Ei

Onko sinulla AI-Anon-kummi?

AI-Anon-tukihenkilö

Kyllä Ei

Onko sinulla AI-Anon-tukihenkilö?

Toimitko AI-Anon-kummina?

Toimitko AI-Anon-tukihenkilönä?

Lapset

Kyllä Ei

Perheessäni on alle 12-vuotiaita lapsia

Perheessäni on 12-18-vuotiaita lapsia

Nuorten chat-ryhmä Kolo

Kyllä Ei En tiedä

Ovatko lapsesi tutustuneet nuorten chat-ryhmä Koloon (<http://www.helppimesta.fi/kolo/>)?

Sytä, miksi lapsesi eivät ole tutustuneet nuorten chat-ryhmä Koloon?

Jos vastasit "Muu" mikä?

Alateen

Kyllä Ei En tiedä

Tietävätkö lapsesi Alateen-toiminnasta?

AI-Anon-palvelutehtävät

	Kyllä	Ei
Oletko toiminut ryhmän palvelutehtävissä (esim. kahvinkeitäjä, ovien avaaja, palaverien vetäjä, ryhmäedustaja) ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oletko toiminut alueen palvelutehtävissä (esim. alueen puheenjohtaja tai sihteeri, alue-edustaja) ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oletko toiminut valtakunnallisissa palvelutehtävissä (esim. keskuspalvelu tai valtakunnalliset työryhmät) ?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oletko halukas osallistumaan AI-Anon-työryhmien toimintaan?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Missä palvelutehtävissä olet toiminut, millaisia kokemuksia sinulla on niistä?

Miksi et ole ottanut palvelutehtäviä?

Jos vastasit "Muu syy", mikä?

Tietojen lähetyks

Tallenna

LIITE 4

1(2)

Kaksitoista askelta**Ensimmäinen askel**

Myönsimme voimattomuutemme alkoholiin nähden, ja että elämämme oli muodostunut sellaiseksi, ettemme omin voimin kyenneet selviytymään

Toinen askel

Opimme uskomaan, että joku itseämme suurempi voima voisi palauttaa terveytemme.

Kolmas askel

Päätimme luovuttaa tahtomme ja elämämme Jumalan huomaan - sellaisena kuin Hänet käsitimme.

Neljäs askel

Suoritimme perusteellisen ja rehellisen moraalisen itsetutkistelun.

Viides askel

Myönsimme väärrien tekojemme todellisen luonteen Jumalalle, itsellemme ja jollekin toiselle ihmiselle.

Kuudes askel

Olimme täysin valmiit antamaan Jumalan poistaa kaikki nämä luonteemme heikkoudet.

Seitsemäs askel

Nöyrästi pyysimme Häntä poistamaan vajavuutemme.

Kahdeksas askel

Teimme luettelon kaikista vahingoittamistamme henkilöistä ja halusimme hyvittää heitä kaikkia.

Yhdeksäs askel

Hyvitimme henkilökohtaisesti näitä ihmisiä milloin vain mahdollista, ellemme näin tehdessämme vahingoittaneet heitä tai muita.

Kymmenes askel

Jatkoimme itsetutkistelua, ja kun olimme väärässä, myönsimme sen heti.

Yhdestoista askel

Pyrimme rukouksen ja mietiskelyn avulla kehittämään tietoista yhteyttämme Jumalaan, sellaisena kuin Hänet käsitimme, rukoillen ainoastaan tietoa Hänen tahdostaan meidän suhteemme ja voimaa sen toteuttamiseen.

LIITE 4

2(2)

Kahdestoista askel

Koettuamme hengellisen heräämisen näiden askelten tuloksena yritimme saattaa tämän sanoman toisille sekä toteuttaa näitä periaatteita kaikissa toimissamme.

LIITE 5

1(2)

Kaksitoista perinnettä**Ensimmäinen perinne**

Yhteisen menestyksemme tulisi olla ensi sijalla; henkilökohtainen toipuminen riippuu Al-Anonin yhtenäisyydestä.

Toinen perinne

Ryhmämme tarkoituksena varten on olemassa vain yksi perusarvovalta - rakastava Jumala sellaisena kuin Hän saattaa ilmaista itsensä ryhmämme jäsenten omassatunnossa. Johtajamme ovat vain uskottuja palvelijoita - he eivät hallitse.

Kolmas perinne

Alkoholistien omaiset kokoontuessaan yhteen toinen toisensa auttamiseksi voivat kutsua itseään Al-Anon-perheryhmäksi edellyttäen, että he eivät ole ryhmänä liittoutuneet muihin. Ainoa jäsenyysvaatimus on sukulaisen tai ystävän alkoholiongelma.

Neljäs perinne

Jokaisen ryhmän tulisi olla itsenäinen paitsi toista ryhmää tai Al-Anon-perheryhmiä ja koko AA:ta koskevissa asioissa.

Viides perinne

Jokaisella Al-Anon-perheryhmällä on vain yksi tarkoitus: auttaa alkoholistien perheitä. Teemme tämän noudattaen itse kahtatoista askelta, rohkaisten ja ymmärtäen alkoholistiomaisiamme sekä toivottaen alkoholistien perheitä tervetulleeksi ryhmään ja lohduttaen heitä.

Kuudes perinne

Al-Anon-perheryhmämme ei tulisi milloinkaan ryhtyä takaajaksi tai rahoittajaksi eikä lainata nimeään millekään ulkopuoliselle yritykselle, etteivät raha-asioita, omaisuutta ja arvovaltaa koskevat pulmat vieroittaisi meitä hengellisestä päätarkoituksestamme. Vaikkakin erillisenä, itsenäisenä kokonaisuutena, meidän tulisi aina olla yhteistoiminnassa AA:n kanssa.

Seitsemäs perinne

Jokaisen ryhmän tulisi olla täysin omavarainen ja torjua ulkopuoliset avustukset.

Kahdeksas perinne

Al-Anon-perheryhmän kahdennentoista askeleen työn tulisi aina pysyä ei-ammattimaisena, mutta palvelukeskukseemme voivat palkata erikoistyöntekijöitä.

Yhdeksäs perinne

Ryhmiämme sellaisenaan ei saisi koskaan organisoida, mutta voimme muodostaa palveluelimiä tai toimikuntia, jotka ovat välittömästi vastuussa niille, joita palvelevat.

LIITE 5

2(2)

Kymmenes perinne

Al-Anon-perheryhmillä ei ole mielipidettä ulkopuolisista virtauksista; sen takia ei nimemme milloinkaan saisi tulla vedetyksi julkisiin kiistoihin.

Yhdestoista perinne

Ulospäin suuntautuva toimintamme pohjautuu pikemminkin vetovoimaan kuin huomion

herättämiseen. Meidän tulee aina ylläpitää henkilökohtaista nimettömyyttä lehdistön, radion, television ja elokuvan piirissä. Erityisesti meidän on huolellisesti varoitettava kaikkien AA-jäsenten nimettömyyttä.

Kahdestoista perinne

Nimettömyys on kaikkien perinteittemme henkinen perusta aina muistuttaen meitä siitä, että periaatteet tulisi asettaa henkilökohtaisten seikkojen edelle.

LIITE 6

1(2)

Palvelun kaksitoista käsitettä

Kaksitoista käsitettä ohjaa meitä palvelutehtävissä ja määrittelee palveluelinten välisiä suhteita. Käsitteiden opastuksella voimme yhteisönä parhaiten tehdä kahdennentoista askeleen työtä ja viedä Al-Anon-sanomaa ympäri maailmaa.

Palvelun kaksitoista käsitettä sovellettuna Suomeen

Ensimmäinen käsite

Päätösvalta ja vastuu Suomen Al-Anonin palveluista kuuluu Al-Anon-ryhmille.

Toinen käsite

Al-Anon-perheryhmät ovat valtuuttaneet palvelukokouksen, keskuspalvelun ja muut mahdolliset palveluelimet käyttämään täyttä hallinto- ja toimivaltaa.

Kolmas käsite

Tulokselliseen johtamiseen kuuluu oikeus tehdä päätöksiä.

Neljäs käsite

Osallistuminen on sopusoinnun avain.

Viides käsite

Vetoamus- ja valitusoikeus suojaa vähemmistöjä ja takaa, että kaikkia kuullaan.

Kuudes käsite

Palvelukokous hyväksyy, että keskuspalvelun jäsenet vastaavat Al-Anonin hallinnosta.

Seitsemäs käsite

Keskuspalvelun jäsenten oikeudet perustuvat lakiin. Palvelukokouksen osallistujien oikeudet pohjautuvat hengelliseen perintöön ja kokemukseen.

Kahdeksas käsite

Keskuspalvelu on valtuuttanut hallituksensa johtamaan Al-Anon-toimistoa.

Yhdeksäs käsite

Hyvä johtajuus on tarpeen kaikilla palvelun tasoilla. Suomen Al-Anonin palvelujen johtamisvastuu kuuluu keskuspalvelulle.

LIITE 6

2(2)

Kymmenes käsite

Päällekkäisjohtamiselta vältytään, kun palvelutehtävien vastualueet määritellään selkeästi ja niiden hoitoon annetaan riittävät valtuudet.

Yhdestoista käsite

Suomessa Al-Anon-ryhmiä palvelevat keskuspalvelu ja sen toimikunnat sekä toimistohenkilökunta.

Kahdestoista käsite

Suomessa Al-Anon-palvelujen hengelliset periaatteet on kiteytetty palvelukokouksen peruskirjan 8. kohdassa Palvelukokouksen vastuut.

