

Katriina Mäkeläinen Pirkko-Liisa Pylvänäinen

Päihdetyöntekijöiden kokemuksia motivoivan haastattelun käytöstä asiakassuhteessa

Opinnäytetyö
Hoitotyön koulutusohjelma, Sairaanhoidaja


Joulukuu 2009




MIKKELIN AMMATTIKORKEAKOULU

Mikkeli University of Applied Sciences

KUVAILULEHTI

 <p>MIKKELIN AMMATTIKORKEAKOULU Mikkeli University of Applied Sciences</p>		Opinnäytetyön päivämäärä 14.12.2009
Tekijä(t) Katriina, Mäkeläinen, Pirkko-Liisa, Pylvänäinen		Koulutusohjelma ja suuntautuminen Hoitotyön koulutusohjelma, Sairaanhoitaja
Nimeke Päihdetyöntekijöiden kokemuksia motivoivan haastattelun käytöstä asiakassuhteessa		
Tiivistelmä Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata päihdetyöntekijöiden kokemuksia siitä, mikä motivoivassa haastattelussa edistää asiakkaan raitistumista. Opinnäytetyön tehtävänä on selvittää, minkälaisen motivoivaan haastatteluun sisältyvien tekijöiden avulla työntekijä johdattelee asiakasta päihdeettömyyteen. Tehtävänä on myös selvittää, minkälaisia taitoja työntekijä tarvitsee asiakkaan motivaation vahvistamisessa. Motivoiva haastattelu on päihdeasiakkaan ristiriitaiseen elämäntilanteeseen sisältyvien tekijöiden ohjaama vuorovaikutussuhde, jossa työntekijä pyrkii taitojensa avulla vahvistamaan asiakkaan motivaatiota päihdeettömyyteen. Tavoitteena on voimaantuminen. Opinnäytetyö on kvalitatiivinen eli kuvaileva laadullinen tutkimus. Tutkimusaineisto muodostui kahden (2) päihdetyöntekijän teemahaastattelun pohjalta. Päihdetyöntekijät olivat suorittaneet motivoivan haastattelun peruskurssin vuosina 2006–2008. Lisäksi heillä oli motivoivasta haastattelusta työelämässä saatu kokemus. Aineisto analysoitiin induktiivisella sisällönanalysillä. Tutkimuksen tuloksena löydettiin kolme keskeistä motivoivaan haastatteluun sisältyvää asiakkaan raitistumista edistävää tekijää: vuorovaikutussuhteessa työntekijään sisältyvät tekijät, vuorovaikutussuhteessa asiakkaaseen sisältyvät tekijät sekä työntekijän tarvitsemat taidot asiakkaan motivaation vahvistamiseen. Opinnäytetyön tulosten pohjalta ehdotamme, että sairaanhoitajan ammatillisessa koulutuksessa käsiteltäisiin enenevässä määrin asiakaslähtöistä asiakkaan kohtaamista sekä työntekijän persoonan merkitystä hoito- ja huolenpitotyössä.		
Asiasanat (avainsanat) Päihdeet, motivoiva haastattelu, vuorovaikutus, empatia, voimaantuminen, muutos		
Sivumäärä 35	Kieli Suomi	URN
Huomautus (huomautukset liitteistä)		
Ohjaavan opettajan nimi Riitta Kuusmin		Opinnäytetyön toimeksiantaja

DESCRIPTION

 <p>MIKKELIN AMMATTIKORKEAKOULU Mikkeli University of Applied Sciences</p>		Date of the bachelor's thesis 14.12.2009
Author(s) Katriina, Mäkeläinen, Pirkko-Liisa, Pylvänäinen	Degree programme and option Nursing degree program, Nurse	
Name of the bachelor's thesis Rehab workers experiences with the use of motivational interviews in customer relations		
Abstract The purpose of this thesis is to describe rehab workers experiences in what furthers a client's sobriety in the motivational interview. The mission of the thesis is to find out what factors in the motivational interview are used by the rehab workers to prompt the patient towards sobriety. Another key purpose is to discover what skills the worker needs to strengthen the patient's motivation. The motivational interview could be seen as a short therapeutic session dictated by the client's contradictory life situation, where the worker uses their skills to help to strengthen the client's sobriety. The goal is empowerment. The thesis is a descriptive qualitative research. The research material was formed from a taped interview with two (2) rehab workers. The rehab workers had attended the basic training for motivational interviews during the years 2006-2008. Also they had the necessary experience from motivational interviews from the field. The material was analyzed with inductive content analysis. Research analysis discovered three key factors in what furthers client's sobriety with the motivational interview: interaction with rehab workers, interaction with the client, and the skills the workers needs to strengthen a client's motivation. Based on the results of the thesis, we suggest that during the nursing degree course more should be dealt with regarding the patient-based client meeting, and the importance of the worker's personality in care assignments.		
Subject headings, (keywords) Intoxicants, motivational interview, interaction, empathy, empowerment, change		
Pages 35	Language English	URN
Remarks, notes on appendices		
Tutor Riitta Kuismin	Bachelor's thesis assigned by	

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	1
2	PÄIHTEET JA RIIPPUVUUS	2
2.1	Päihteet	2
2.2	Riippuvuus.....	4
3	MUUTOKSEN ERI VAIHEET JA MUUTOSMOTIVAATIO	5
3.1	Muutoksen eri vaiheet.....	5
3.2	Muutosmotivaatio	7
4	MOTIVOIVA HAASTATTELU	9
4.1	Motivoivan haastattelun periaatteet	10
4.2	Motivoivan haastattelun perustaidot.....	12
4.3	Motivoivan haastattelun ansat	13
5	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE.....	16
6	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN	16
6.1	Kohderyhmä.....	17
6.2	Teemahaastattelu aineiston keruumenetelmänä.....	17
6.3	Aineiston analysointi	19
7	TUTKIMUSTULOKSIA	20
7.1	Motivoivaan haastatteluun sisältyviä asiakkaan raitistumista edistäviä tekijöitä.....	20
7.1.1	Vuorovaikutussuhteessa työntekijään sisältyvät tekijät	21
7.1.2	Vuorovaikutussuhteessa asiakkaaseen sisältyvät tekijät.....	22
7.1.3	Työntekijän tarvitsemat taidot asiakkaan motivaation vahvistamisessa.....	25
8	POHDINTA	28
8.1	Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset.....	28
8.2	Tutkimuksen eettisyys	31
8.3	Tutkimuksen luotettavuus.....	32
8.4	Jatkotutkimusaiheita	35
	LÄHTEET.....	

LIIKTEET

LIIKTE 1

LIIKTE 2

LIIKTE 3

1 JOHDANTO

Päihteiden käytön ilmiön ymmärtämiseksi on tärkeää tiedostaa ja tunnistaa sen taustalla esiintyviä tekijöitä. Yhteiskunnan ja elämäntapojen muutosprosessin kiihtyessä pyrkivät ihmiset etsimään yhä moninaisempia keinoja selviytyä muutoksen aiheuttamasta epävarmuuden tunteesta, turvattomuudesta, epä tietoisuudesta, ahdistuksesta, stressistä ja peloista. Selviytymiskeinoiksi ihminen saattaa valita mm. erilaiset päihteet kuten lääkkeet, alkoholin tai huumeet. Kulttuuri tukee osaltaan tiettyjen päihteiden asemaa yhteiskunnassa. Kielteisestä riippuvuuskäyttäytymisestä puhutaan silloin, kun päihteiden käyttö ja monet muut käyttäytymistavat muodostuvat ihmiselle pakonomaiseksi mielihyvän lähteeksi. (Havio, Mattila, Sinnemäki & Syysmeri 1994.)

Kognitiivisen psykologian oppimiskäsitykseen pohjautuva motivoiva haastattelu tarjoaa hyvän mallin tarkastella asiakkaan käyttäytymisen muutosprosessia ja sen vaiheita. Tässä lähestymistavassa työskennellään käyttäytymiseen, ajatuksiin ja tunteisiin sisältyvän ristiriidan kanssa. Tämä ristiriita on kiinteästi yhteydessä päihteisiin, koska päihteiden aikaan saamaan mielihyvään sekoittuu päihteiden käytön tuomia haittoja. Motivoidussa haastattelussa autetaan asiakasta irrottautumaan ristiriidasta kohti muutosta. Asiakkaan nykyisiä ajatuksia ja toimintatapoja lähestytään neutraalissa, kunnioittavassa ja myönteisessä vuorovaikutussuhteessa. Motivoidussa haastattelussa työntekijä auttaa asiakasta tiedostamaan ja käsittelemään omaa päihteiden käyttöönsä ja sen aiheuttamia haittoja. Työntekijä on tässä prosessissa muutoksen väline, muutokseen tukija, motivoija ja mahdollistaja. (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 11, 47.)

Opinnäytetyömme tarkoituksena on kuvata päihdetyöntekijöiden kokemuksia siitä, mikä motivoivassa haastattelussa edistää asiakkaan raitistumista. Kiinnostuksemme aiheeseen pohjautuu omaan kokemukseemme päihdeasiakastyössä. Työskennellessämme päihdeasiakkaiden kanssa tunsimme tarvetta saada lisätietoa siitä, miten voidaan heitä päihdeettömyyteen. Työssä koimme lisäksi päihteitä käyttävien asiakkaiden kohtaamisen haasteellisena. Jokaisella auttamismenetelmällä, myös motivoivalla haastattelulla on oma tehtävänsä päihdeasiakkaan kuntoutusprosessissa kohti päihdeettömää elämää (Halonen & Paakkeli-Kurronen 2006, 53). Opinnäytetyön tavoitteena on selvittää, minkälaisien motivoivaan haastatteluun sisältyvien tekijöiden avulla työntekijä

johdattelee asiakasta päihteettömyyteen. Tehtävänä on myös selvittää, minkälaisia taitoja työntekijä tarvitsee asiakkaan motivaation vahvistamisessa.

Tämä opinnäytetyö on kvalitatiivinen eli kuvaileva laadullinen tutkimus. Tutkimusaineisto muodostuu päihdetyöntekijöiden teemahaastattelun pohjalta. Aineisto analysoitiin induktiivisella sisällönanalyysillä. Motivoivaa haastattelua käsittelevässä opinnäytetyössä keskeisiä käsitteitä ovat päihheet ja motivoiva haastattelu sekä niihin liittyen vuorovaikutussuhde ja motivaation vahvistaminen.

2 PÄIHTEET JA RIIPPUVUUS

Vuosisatojen ajan ihmiset ovat käyttäneet tietoisuutta muuttavia päihkeitä. Nykyisin päihheet muodostavat merkittävän kansanterveydellisen kysymyksen. Ne vaikuttavat terveyspalveluihin, sosiaalipolitiikkaan, perhesuojeluun, nuorisoon, työllisyyteen ja yleiseen järjestykseen yhteiskunnassa. (Edwards, Anderson, Babor, Casswell, Ferrence, Giesbrecht, Godfrey, Holder, Lemmens, Mäkelä, Midanik, Norström, Romelsjö, Room, Simpura, Skog & Österberg 1996, 203–204.) Sosiaalinen asema, yhteiskunnan rakenne, uskonto ja kulttuuri vaikuttavat missä määrin päihteen käyttö yhteiskunnassa on hyväksyttävää (Salaspuro, Kiianmaa & Seppä 1998, 20–22).

2.1 Päihheet

Suomessa alkoholi määritellään sosiaalisesti päihteeksi ja se on merkittävin päihderiippuvuutta aiheuttava aine. Päihde on yleisnimike kaikille kemiallisille aineille, jotka saavat aikaan päihtymyksen tunteen. Näitä ovat esimerkiksi alkoholi, lääkkeet, liuotimet, huumausaineet sekä tupakka. Päihkeitä voidaan käyttää monin eri tavoin: suun kautta, nuuskaamalla, lihaksen- tai suonensisäisesti ja imppaamalla. (Dahl & Hirschovits 2007, 5.) Päihheet vaikuttavat sitoutumalla aivoissa oleviin vastaanottokehtiin eli reseptoreihin, jolloin ne runsaasti käytettynä vahingoittavat solua. Kun reseptori sitoo itseensä ensimmäistä kertaa ainetta, synnyttää aine solussa reaktion. Jos tähän reaktioon liittyy mielihyvän ja nautinnon tunnetta tai kivun lievittymistä, jää se helposti muistiin. (Palo 1994, 13, 122–124.)

Päihteillä on myönteisiä sekä kielteisiä seurauksia. Ne lisäävät yksilön sosiaalisuutta ja tuottavat hetkellisesti välitöntä mielihyvää, lievittävät ja rauhoittavat. Ne johtavat epäsosiaaliseen käyttäytymiseen ja onnettomuuksiin. Niillä on yhteys myös moniin sairauksiin. (Edwards ym. 1996, 47.) Päihteiden käyttö aiheuttaa ahdistuneisuutta, masennusta, erilaisia pelkotiloja ja ne lisäävät riskiä saada C-hepatiitti. Alkoholin, huumeiden tai päihteiden sekakäytön vaikutuksen alaisena ihminen syyllistyy usein myös rikoksiin. (Rakkolainen 2004, 34.)

Päihteiden aiheuttamiin oireisiin kuuluvat myös erilaiset kuulo- ja näköharhat. Oireiden voimakkuuteen vaikuttaa pitkä yhtäjaksoinen päihteiden käyttö, käytetty päihde, sekä mahdollinen päihteiden sekakäyttö. (Halonen & Paakkeli-Kurronen 2006, 33–34.) Oksentelu, sydämen lyöntitiheyden nousu, hikoilu, vapina, päänsärky, väsymys, suolisto-oireet sekä hermostollinen ärtyvyys, ovat pahimmillaan silloin, kun alkoholi on juuri poistunut kehosta (Havio ym. 2008, 73).

Päihteiden aiheuttamat oireet ovat yksilöllisiä. Unettomuutta esiintyy jo ennen riippuvuuden syntymistä ja univaikeudet selittävät osan retkahtamisista (ks. tämän työn s.7-8). Psykykinen ahdistuneisuus, levottomuus ja kärtyisyys yhdistetään helposti alkoholistin persoonallisuuden piirteeksi, eikä tunnisteta niitä vieroitusoireiksi, jotka pitkittyessään voivat kestää jopa kuukausia. (Järvelä 2004, 71.)

Päihteiden käyttö säätelee ihmisen tunne-elämää ja omavoimaisuutta. Ihmiselle tulee harhakuvitelma, että hän pystyy hallitsemaan ja kontrolloimaan elämänsä. Olo päihtyneellä on yhtä aikaa sankaruutta ja häpeää. (Hellsten 2001, 43, 125.) Kirjassaan Virtahepo olohuoneessa Hellsten kuvaa (2001) häpeän ja syyllisyyden välistä eroa. Syyllisyys ihmisessä syntyy kun hän tekee väärän teon. Häpeä taas liittyy syvempään tapahtumaan, se koskee ihmisen olemusta. Ihminen tarvitsee häpeää omaa itseään ja merkitystään hakiessa. Se muistuttaa ihmistä ihmisyydestä ja rajoista, joiden puitteissa hänen on määrä elää. (Hellsten 2001, 62–64.) Päihteiden käyttäjällä syyllisyyden ja häpeän tunteet peittyvät usein arvottomuuden ja mitättömyyden tunteisiin tai sitten ne piiloutuvat vihan, kateuden tai ylpeyden taakse. Alkoholiriippuvaisella tulisi olla mahdollisuus näyttää näitä syvempiä ja tuskallisia tunteita. (Järvelä 2004, 71.)

2.2 Riippuvuus

Päihteet ovat monissa maissa laillisesti tuotettuja, anniskeltuja ja kulutettuja myrkyllisesti vaikuttavia aineita, jotka voivat aiheuttaa tuhoisaa riippuvuutta (Edwards ym. 1996, 30). WHO eli maailman terveysjärjestö määrittelee riippuvuuden pysyväksi tai ajoittaiseksi myrkytystilaksi, jonka säännöllinen luonnollisen tai synteettisen aineen käyttäminen on aiheuttanut ja johon ihmisellä on ylitsepääsemätön tarve ja halu (Koi-vunen & Uusi-Rintakoski 1997, 14). Suomessa on noudatettu WHO:n ICD-10 tautiluokitusta vuodesta 1996 riippuvuuden kriteerejä määriteltäessä. Riippuvuusdiagnoosi edellyttää kolmen tai useamman kriteerin toteutumista viimeisten 12 kuukauden aikana. Toinen käytössä oleva luokitus, joka ei ole yhtä tiukka, on DSM-IV. Päihderiippuvuuden kehittymiseen vaikuttavat esimerkiksi nautitun aineen määrä, perimä, sosiaalinen ympäristö sekä yksilölliset ominaisuudet. (Dahl & Hirschovits 2007, 139, 264.)

Päihderiippuvuutta ei pystytä selittämään eikä ymmärtämään yhden tieteen avulla, vaan se edellyttää monitieteellistä tutkimusta (Järvelä 2004, 71). Psykiatria tarkastelee päihderiippuvuutta persoonallisuushäiriönä, yhtenä psykiatrisen sairauksien luokkana. Sosiaali- ja oppimispsykologia tarkastelevat päihderiippuvuutta ihmisen ja hänen vuorovaikutuksen, koetun elämän ja selviytymisen kautta. Lääketieteen näkökulmasta kiinnostus suuntautuu päihteiden aiheuttamiin terveyshaittoihin, elimellisiin oireisiin ja sairauksiin. (Havio ym. 2008, 43.)

Addiktiiviselle eli riippuvaiselle käyttäytymiselle on ominaista, että se toistuu usein, sitä on vaikea säädellä ja siitä on vaikea päästä eroon. Riippuvuus aiheuttaa avointa tai peiteltyä häpeää, sitä salataan ja seurauksia vähätellään. Toisaalta se tuottaa tyydytystä ja toisaalta se aiheuttaa haittaa itselle sekä läheisille. Riippuvuuden varsinainen kohde ei ole aine, vaan psyykinen tunne ja tila, jota päihteillä nopeasti tavoitellaan. (Koski-Jännes 1998, 28, 31–32.)

Tyypillinen päihderiippuvainen kieltää ja pyrkii keksimään selityksiä käyttäytymiselleen. Riippuvuuteen sairastunut ihminen on menettänyt taitonsa hallita juomista. Päih-teistä irrottautumisiksi ihminen tarvitsee hoidollisia toimenpiteitä ja motivaatiota.

Motivoimisen vaihe alkaa, kun päihderiippuvuuden olemassaolo selviää. (Hellsten 2001, 121–122.)

Alkoholiriippuvaisia pidetään hankalina ja ongelmallisina asiakkaina, jos ei ymmärretä, kuinka vaikea ja ongelmallinen hänen elämänsä on. Monet päihderiippuvaiset ovat tuominneet jo itsensä. Useimmalla on voimakas moraalinen krapula, joka on eräs keskeinen piirre vierotusvaiheessa. Terveyspalveluita hakeva päihderiippuvainen on avun ja tuen tarpeessa. Hyvin moni päihderiippuvainen on onneton ja masentunut. Siksi he tarvitsevat ymmärrystä ja tukea. Heidät on nähtävä ja heidät on kohdattava. (Järvelä 2004, 71–72.)

Päihdehoidossa käytettävien auttamiskeinojen tulee huomioida päihdeasiakas fyysisenä, psyykkisenä, sosiaalisena sekä henkisenä kokonaisuutena. Vieroitusoireiden hoitaminen on keskeistä kuntoutuksen alkupuolella, kuitenkin koko kuntoutusprosessin ajan asiakas on huomioitava kokonaisvaltaisesti. Lähtökohtana on asiakkaan ainutkertaisuus ja juuri hänen tilanteensa kuntoutuksen tarvetta, keinoja ja arviointia tehtäessä. Päihteettömyyteen tukeminen ja motivoiminen korostuvat hoitoprosessin loppuvaiheessa asiakkaan kuntouduttua fyysisesti niin paljon, että hänellä on voimia keskittyä asioidensa hoitamiseen. (Halonen & Paakkeli-Kurronen 2006, 53–54.)

3 MUUTOKSEN ERI VAIHEET JA MUUTOSMOTIVAATIO

Kognitiivisessa psykologiassa käyttäytymisen muutos ja sen vakiintuminen nähdään useampivaiheisena muutoksen pyöränä. Pysyvä vakaa muutos on mahdollista, kun tiedostetaan eri vaiheille tyypilliset piirteet ja niiden vaatima aika. Jokainen vaihe vie oman aikansa, vasta sitten ihminen on valmis etenemään seuraavan vaiheen uusiin haasteisiin. (Havio ym. 2008, 48.) Muutosprosessi on jaksoittain toistuva ja tyypillisesti ihmiset sukkuloivat edestakaisin vaiheiden välillä ja etenevät yksilöllisesti eri tahtia (Koski-Jännes, Riittinen & Saarnio 2008, 30–31).

3.1 Muutoksen eri vaiheet

Esiharkintavaiheessa asiakas ei koe itse tarvetta muuttua. Haluttomuus, vastahakaisuus ja kapinointi muutosta vastaan korostuvat. Asiakas ilmaisee luovuttamista tai alistumista tai hän saattaa järkipäätöksensä päihdeongelmansa. Muiden painostuksesta hän voi tehdä näennäispäätöksen tai muuttaa tapojaan. Tässä vaiheessa työntekijän tehtävänä on rakentaa vuorovaikutussuhdetta. Korostamalla nykyisen käyttäytymisen tuomia ongelmia ja riskejä työntekijän on mahdollista lisätä asiakkaan tietoisuutta kokonaistilanteesta. (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2008, 202.)

Harkintavaiheessa asiakas painii ristiriitansa kanssa. Toisaalta hän haluaa jatkaa entistä tapansa mutta toisaalta päihteiden aiheuttamat ongelmat saavat hänet harkitsemaan muutosta. Tässä vaiheessa työntekijän tehtävänä on auttaa asiakasta punnitsemaan nykyisen tilanteen riskejä ja mahdollisen muutoksen etuja sekä houkutellessa asiakasta puhumaan muutoksen puolesta. Tärkeää on myös selvittää, kuinka kauan asiakas on harkinnut muutosta ja millaisia muutosyrityksiä hänellä on ollut aikaisemmin. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 202.) Tähän vaiheeseen tyypillinen päihdeasiakas saattaa jäädä pidemmäksikin aikaa, usein jopa vuosiksi horjumaan muutoshalukkuuden ja haluttomuuden välille (Koski-Jännes ym. 2008, 31).

Päätöksentekovaiheessa asiakas tekee sisäisen päätöksen muutoksesta. Päätösvaihe saattaa olla lyhyt ja tarvitsee tuekseen nopean siirtymisen toimintaan. Tässä vaiheessa työntekijän tehtävänä on auttaa asiakasta päättämään mikä on paras suunta muutosta haettaessa. Tärkeää on, ettei työntekijä tee päätöstä asiakkaan puolesta. Työntekijän tulee uskoa ja luottaa asiakkaan omiin kykyihin muuttua. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 202.)

Toimintavaiheessa ympäristö havaitsee muutoksen. Asiakas muuttaa aktiivisesti tapojaan ja ympäristöään. Hän tekee isoja elämäntapamuutoksia ja voi joutua hyvinkin haasteellisiin tilanteisiin ja kokea vaikeita vieroitusoireita. Toimintavaihe saattaa kestää 3–6 kuukautta päihteiden käytön lopettamisen tai vähentämisen jälkeen. (Koski-Jännes ym. 2008, 32.) Tässä vaiheessa työntekijän tehtävänä on auttaa asiakasta ottamaan askeleita muutoksen suuntaan. Poistamalla esteitä, tukemalla, rohkaisemalla, kannustamalla, antamalla positiivista palautetta sekä korostamalla asiakkaan voimavaroja työntekijän on mahdollista auttaa asiakasta muutoksessa. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 202.)

Ylläpitovaihe on muutoksen vaiheista vaativin. Siinä muutosta vakiinnutetaan. Kun muutos on kestänyt vähintään puoli vuotta, voidaan puhua, että elämänmuutos on vakiintunut. Tässä vaiheessa työntekijän tehtävänä on auttaa asiakasta tunnistamaan riskitilanteita ja käyttämään ehkäiseviä keinoja retkahdusten ehkäisemiseksi. Tärkeää on antaa asiakkaalle myönteistä palautetta ja kerrata edistymistä. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 202.) Ylläpito vaatii jatkuvaa tarkkaavaisuutta vähintään 6 kuukaudesta vuoteen tavoitteista riippuen (Koski-Jännes ym. 2008, 33).

Retkahdus kuuluu asiakkaan muutosprosessiin, se ei ole epäonnistumista. Usein retkahdus aiheuttaa asiakkaassa häpeää, pettymyksen tunnetta ja toivottomuutta. Tässä vaiheessa työntekijän tehtävänä on käsitellä retkahdusta luontevalla tavalla, oppimistilanteena. Vertaamalla retkahdusta aikaisempiin retkahduksiin asiakkaan on mahdollista ennakoita vastaavia edessä olevia riskitilanteita. Monesti asiakkaan retkahtaminen liittyy poikkeuksellisiin elämäntilanteisiin, ihmissuhderistiriitoihin tai haluun kokeilla omaa kontrollia. Retkahdus voi tapahtua myös ulkoisen kontrollin pettäessä. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 202.) Retkahtaminen ei välttämättä tarkoita sitä, että asiakas olisi luopunut tai jättänyt taakseen muutostavoitteensa (Koski-Jännes ym. 2008, 33).

3.2 Muutosmotivaatio

Motivaation ytimenä on ambivalenssi eli ristiriita. Ihmisen motivaatio muutokseen herää silloin, kun hän alkaa kyseenalaistamaan omaa toimintaansa. (Havio ym. 2008, 47.) Motivaatiota on mahdollista herättää, kasvattaa, rakentaa, vahvistaa tai tuhota (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 201). Motivaatiota esiintyy kaikessa ihmisen toiminnassa. Se vaihtelee ajan ja tilanteiden mukaan ja se syntyy ihmisten välisen vuorovaikutuksen tai ympäristötekijöiden vaikutuksesta. Motivaatio on ihmisen tahto tai halu ja sitä voi muuttaa ja voimistaa muutosprosessin eri vaiheissa. Halun muutokseen voi herättää voimakas masennus tai ahdistus, kriittiset elämäntapahtumat, muille aiheutettujen haittojen tunnistaminen, myönteiset ja kielteiset ulkoiset ärsykkeet sekä tilanne, jossa yksilö punnitsee päihteiden vaikutusta elämäänsä. (Koski-Jännes ym. 2008, 19–20.)

Useimmat päihdeongelmaiset kieltävät päihdeongelmansa ja kieltäytyvät hoidoista tai lopettavat hoidon muutaman kerran jälkeen. Osasyynä on se, että he aloittavat hoidon

vasten tahtoaan tai eivät koe hyötyvänsä hoidosta. Näin he estävät itseään saavuttamasta muutosta ja parempaa elämää. Matka kohti muutosta sisältää onnistumisia ja esteitä, jotka voivat olla suuria tai pieniä. Muutos on hidas prosessi, ei yksittäinen tapahtuma tai ”loikka”. (Meyers, Brenda & Wolfe 2007, 18, 31–32.)

Motivaation ylläpitämiseksi on tärkeää pitää tavoitteet mielessä, joiden turvin pääsee eteenpäin. Muutos vie aikaa ja tavoitteet on helpointa saavuttaa vähitellen ja suunnitelmallisesti. Päivittäisten pienten muutosten ja palkitsemisen avulla päämäärä on saavutettavissa. Muutos vaatii jatkuvaa ponnistelua. Ystävien ja läheisten avulla selviää paremmin kuin yksin. Erilaiset vertaistukiryhmät ovat ymmärryksen, tuen ja motivaation lähteitä. (Meyers ym. 2007, 230–232.) Muutosta edistäviä tekijöitä ovat AA-ryhmät, rakastettu, uskonto, omaiset, kaveripiirin muuttuminen, ongelmaan väsyminen ja ammattiauttajat. Muutosta edistävät myös sosiaaliset seuraukset. (Koski-Jännes 1998, 129.)

Muutokseen kuuluu identiteetikriisi. Ihminen havaitsee ja huomaa ”elämänvalheensa” ettei olekaan se henkilö, joka haluaisi olla tai joksi on kuvitellut itsensä. Selviytyäkseen kriisistään ihminen joutuu tarkastelemaan elämäntilannettaan ja ottamaan siihen kantaa ”tällainen en halua olla”. (Dahl & Hirschovits. 2007, 275.) Muutostarve, elämäntilanne ja ihmisen voimavarat ovat lähtökohta onnistuneelle muutokselle. Oman elämän tarkastelu auttaa muutostarpeen määrittelyssä. Muutosprosessin vaikein vaihe on kielteisten tekijöiden korvaaminen myönteisillä sekä myönteisten valintojen jatkaminen. Muutos vaatii motivaation ja tietoista työskentelyä. Ihmisen tulee haluta muutosta, aikaa myöten muutos vakiintuu ja muuttuu osaksi arkipäivää. Muutosprosessi loppuu siinä vaiheessa, kun aktiivista työskentelyä kyseisen ongelman ratkaisemiseksi ei enää tarvitse tehdä. (Inkinen, Partanen & Sutinen 2000, 29–31.)

Muutosprosessissa korostuvat asiakkaan ongelmat sekä yhteistyösuhde, jossa työntekijä tuo asiantuntijuutensa ja persoonansa asiakkaan käyttöön. Yhteistyösuhteessa etsitään kiireettömässä ilmapiirissä yhteistä ymmärrystä ja keskitytään todellisten asiakkaan esittämien ongelmien hoitamiseen. Usein keskusteluissa haetaan sitä, mistä asiakkaan tilanteessa on kysymys ja mikä olisi se pieni tekijä, jonka avulla asiat voisivat muuttua parempaan suuntaan. Asiakas on viime kädessä itse vastuussa tilanteestaan ja tulevaisuudestaan. Työntekijän on uskallettava jättää osa tiedoistaan taustalle ja elet-

tävä tilannekohtaisesti edeten. Lähtökohtana on yhdenvertaisuus ja tavoitteena voimaantuminen. (Sorsa 2002, 65,75.)

Päihdetyö on kokonaisvaltaista. Asiakkaita hoidetaan, tuetaan, autetaan ja neuvotaan fyysisen, psyykkisen sekä sosiaalisten tilanteiden ja tarpeiden pohjalta. Hoidollisissa keskusteluissa paneudutaan asiakkaan elämäntilanteeseen. Tavoitteisiin, voimavaroihin ja muutoshalukkuuteen, sekä toivon tunteen ja vastuunottamisen lisäämiseen. Hoitomenetelmien käytössä korostuvat myötätuntoinen asiakkaan tukeminen, retkahduksen ehkäisy, motivoiva haastattelu, psykiatrisen hoitotyön menetelmät, hoitotyön yleiset auttamismenetelmät ja ratkaisukeskeinen terapia. Päihdetyössä käytetään myös verkostotyötä, kriisiterapiaa ja kognitiivista terapiaa. (Inkinen 2004, 61.) Myös Toikan mukaan (2006, 91,93) työntekijän tulee huomioida päihdeasiakkaan kokonaistilanne. Yksilölliset toimintaohjelmat ovat erityinen haaste työntekijöille ammatillisesti, koska heidän tulee hallita käytännössä monenlaisia hoidollisia lähestymistapoja sekä ymmärtää niihin sisältyviä taustateorioita.

4 MOTIVOIVA HAASTATTELU

Motivoiva haastattelumenetelmä on kognitiivinen lähestymistapa, tavoite- ja voimavarasuuntautunut vuorovaikutusprosessi. Kognitiolla tarkoitetaan sitä, miten ihminen kerää, järjestää ja käyttää tietoa: havainnoi, muistaa, ajattelee, puhuu ja oppii. Kognitiivinen ihmiskäsitys määrittelee ihmisen tavoitteelliseksi olennoksi, jonka psyykinen kärsimys johtuu siitä, ettei hän ole pysynyt saavuttamaan tavoitteitaan. Esteenä voi olla osaamattomuus, epärealistisuus tai tilanteiden virheellinen tulkitseminen. Kognitiivisessa lähestymistavassa korostuu asiakkaan kanssa tehtävä yhteistyö. Yhteistyössä asiakkaan kanssa työntekijä tutkii millaisia haitallisia ajatus- käyttäytymistottumuksia hän on omaksunut. Työntekijä pyrkii saamaan selville asiakkaan omia elämänarvoja ja tavoitteita tavoiteltavalle elämäntapamuutokselle. Lyhyen ja pitkän aikavälin tavoitteet etsitään ja nimetään asiakkaan kanssa yhdessä mahdollisimman konkreettisesti. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 199–201.)

Motivoivan haastattelun tavoitteena on saada asiakas oman asiansa ajajaksi. Työntekijän tulee välttää tyrkyttämästä muutoksen etuja ja välttämättömyyttä asiakkaalle. Em-

paattinen, aito asiakaslähtöinen suhtautuminen luo työntekijän ja asiakkaan välille luottamuksen ja turvallisuuden tunteen. Tämä auttaa asiakasta pohtimaan avoimesti omaa tilannettaan ja elämäänsä. Oikeanlaisella suhtautumisella on merkitystä, koska sillä voidaan vaikuttaa päihteidenkäyttäjän muutoshaluun ja muutokseen sitoutumiseen. (Koski-Jännes ym. 2008, 43.) Päämääränä keskustelussa on asiakkaan motivaation herättäminen muutokseen. Ensimmäinen istunto on tärkeä, koska se luo tunnelman, sävyn ja odotukset istunnolle. (Miller & Rollnick 1991.)

Motivoivassa haastattelussa työntekijä käyttää erilaisia taktiikoita ja avaintaitoja. Näiden tarkoituksena on tukea asiakasta jokaisessa muutosvaiheessa sisäisen ristiriidan ratkaisemiseksi. Ristiriitaa tutkitaan punnitsemalla nykyisen toiminnan ja muutoksen sisältämiä hyötyjä ja haittoja. On tavallista, ettei muutos onnistu kerralla, vaan muutosyrityksiä tarvitaan useita. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 201.)

Motivoiva haastattelu lähtee siitä muutoksen vaiheesta, jossa asiakas keskustelutilanteessa on. Asiakkaan muutosvaihe määrittää ne keinot, joilla pyritään vahvistamaan motivaatiota päihteettömyyteen. (Havio ym. 2008, 128.) Haitallisia lopputuloksen kannalta ovat asiakkaan kanssa väittelemään ryhtyminen, moralisointi, luennointi ja määrääily (Dahl & Hirschovits 2007, 352).

Motivoivaa haastattelua käyttävän on tärkeää oppia ymmärtämään teorian keskeisimmät periaatteet ja taustat. Olennaista on sisäistää motivaatioprosessin luonne ja vuorovaikutuksen merkitys prosessin syntymiselle ja etenemiselle. Menetelmän soveltaminen käytännön työhön vaikeutuu, jos työntekijän omaa oivaltamista ja sisäistämistä ydinasioissa ei tapahdu. (Koski-Jännes ym. 2008, 65–66.) Motivoivan työntekijän tulee olla aktiivinen ja tietoinen käyttämästään menetelmästä. Kun haastattelu sujuu, asiakas puhuu yli puolet ajasta ja etenee omassa motivoitumisessaan omista lähtökohdistaan omien arvojensa ja pyrkimystensä suunnassa siinä tahdissa, kun se on hänelle mahdollista. (Lappalainen - Lehto ym. 2008, 204.)

4.1 Motivoivan haastattelun periaatteet

Motivoivan haastattelun keskeisiä periaatteita ovat työntekijän osoittama empatia, asiakkaan ristiriitojen esille tuominen ja niiden suuntaaminen kohti muutosta, väitte-

lyn välttäminen sekä asiakkaan itsetunnon ja uskon vahvistaminen muutoksen mahdollisuuteen. (Koski-Jännes ym. 2008, 46–49.) Empatia ja monet muut ominaisuudet ovat työntekijässä välttämättömiä, jotta yhteistyö lähtisi toimimaan. Jokaisen on saatava olla täysin yksilöllinen, jotta saisi kosketuksen itseensä. Vaatii suurta luottamusta kertoa toiselle itseä koskevia asioita täysin omalta kannalta. Se herättää herkästi asiakkaassa tunteen, ettei häntä oteta todesta. (Antikainen & Ranta 2008, 123.)

Empaattinen työntekijä ei kritisoi, arvostele eikä syyllistä, vaan kuuntelee sekä eläytyy asiakkaan tilanteeseen. Omalla persoonalla ja toiminnallaan työntekijän on mahdollista luoda ymmärtävä, avoin ilmapiiri, jossa asiakkaan on helppo ilmaista huoliaan ja pelkojaan. (Koski-Jännes ym. 2008, 46–47.) Empaattinen lähestyminen välittyy asiakkaalle tunteena, että hänet hyväksytään omista lähtökohdista käsin (Havio ym. 2008, 129).

Ongelmakäyttäytymiseen liittyvää *ristiriitaa* kuvaa se, että asiakas haluaa lopettaa haitallisen käyttäytymisen, mutta toisaalta jatkaa sitä. Ristiriita saa aikaan tarvetta puolustella, perustella ja peitellä riippuvuuskäyttäytymistä. Tähän ristiriitavaiheeseen asiakas voi jäädä horjumaan vuosiksi. Tavoitteellinen toipuminen vaatii työntekijältä eri suuntaan vievien tekijöiden esille nostamista. Suuntaamalla asiakkaan huomio ”nykyisen” tilanteen ja ”toivotun tilanteen” väliseen ristiriitaan työntekijä tukee asiakkaan päätöksentekoa ja siinä pysymistä. (Koski-Jännes ym. 2008, 47.)

Asiakkaan vastustus esiintyy väittelynä, keskustelun toistuvana keskeyttämisenä, ongelman kieltämisenä tai työntekijän puheen huomiotta jättämisenä. Työntekijän on tärkeää olla vahvistamasta vastustusta, koska se pysäyttää muutosprosessin. (Havio ym. 2008, 132.) Tulkitsemalla asiakkaan sanomaa ja tunnetilaa heijastavien kommenttien tai rakentavan palautteen avulla, työntekijän on mahdollista jatkaa keskustelua avoimesti ja *välttää väittelyn* syntyminen (Koski-Jännes ym. 2008, 47).

Yhteisösuhdetta, avointa tutkimista, muutokseen rohkaisua sekä toiveikkuutta työntekijä voi *vahvistaa* korostamalla myönteisiä asioita asiakkaan elämässä (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 204). Rakentavien sekä kannustavien kommenttien avulla työntekijän on mahdollista vahvistaa asiakkaan itsetuntoa ja uskoa omaan kykyynsä muuttaa elämänsä kohti päihteettömyyttä (Koski-Jännes ym. 2008, 49).

4.2 Motivoivan haastattelun perustaidot

Motivoivan haastattelun toteuttaminen edellyttää tiettyjä vuorovaikutuksen perustaitoja, joita ovat vahvistaminen, avoimet kysymykset, heijastava kuunteleminen ja yhteenvedot. Itseä motivoivien lauseiden kehittäminen on ohjaava strategia, joka auttaa asiakasta selvittämään ristiriitaa. (Salaspuro ym. 1998, 189.)

Vahvistamisen avulla tuetaan asiakkaan itsetuntoa ja asiantuntemusta. Vahvistaminen tarkoittaa, että työntekijä pyrkii tunnistamaan ja nimeämään asiakkaan vahvuuksia sekä osoittamaan ymmärrystä hänen reaktioitaan kohtaan. Työntekijän aito kiinnostus asiakkaan asioita kohtaan vahvistaa itseluottamusta ja se viestittää asiakkaalle, että hänet huomataan ja häntä arvostetaan. Työntekijän osoittamat ilmeet ja eleet sekä lyhyet kannustavat äännähdykset ovat tässä yhteydessä tärkeitä. (Koski-Jännes ym. 2008, 50.) Asiakkaan vahvistamista on työntekijän osoittama kohteliaisuus sekä positiivinen palaute. Arvostusta työntekijän on mahdollista osoittaa antamalla asiakkaalle myönteistä palautetta hänen luonteenpiirteestään, ominaisuudestaan tai vahvuudestaan. (Rakkolainen 2004, 27.) Muutosta tukevat ilmaisut auttavat asiakasta irrottautumaan ristiriidasta ja pohtimaan muutokseen liittyviä tunteita, ajatuksia, arvoja ja tavoitteita (Kähkönen, Karila & Holmberg 2008, 302).

Avoimet kysymykset ovat ”ovenaukaisijoita” keskustelussa. Avoimet kysymykset auttavat asiakasta pohtimaan omaa tilannettaan laajemmin. (Havio ym. 2008, 130.) Ne alkavat sanoilla ”mitä?”, ”mikä?”, ”kuka?”, ”miten?”, ”milloin?”, ”kuinka?”. Niiden tarkoituksena on johdatella asiakas kertomaan tarkemmin omasta tilanteesta, tunteista sekä ajatuksista. (Koski-Jännes ym. 2008, 51.) Avoimia kysymyksiä ei tule tehdä kolmea enempää peräkkäin. Kysymysten välissä työntekijän on hyvä esittää aktiivista ja heijastavaa kuuntelua, faktatiedon antamista, rohkaisua, vahvistamista sekä tehdä yhteenvedoja. Avoimet kysymykset tuottavat usein runsaita vastauksia, jotka vaativat työntekijältä aikaa ja malttia kuunnella. Näin asiakas saa tilaa sisäiselle prosessille ja sen tuottamalle muutospuheelle. Avoimet kysymykset mahdollistavat asiakkaan pohdiskelua ja edistävät sisäistä motivoitumisprosessia. (Lappalainen-Lehto 2008, 203.)

Heijastavassa kuuntelussa työntekijä toimii asiakkaan ajatusten ja sisäisten tunteiden peilinä. Kuulemansa ja näkemänsä perusteella työntekijä pyrkii ääneen arvaamalla

päättelämään mitä asiakas tarkoittaa. Heijastava kuuntelu auttaa asiakasta pohtimaan ja tiedostamaan omia tunteitaan, ajatuksiaan ja tapaansa toimia. (Koski-Jännes ym. 2008, 52.) Heijastaminen on valitsevaa ja ohjaavaa. Se voi olla sanotun toistoa, sanotun uudelleen muotoilua sekä tunteiden heijastamista. Tärkeää on, että asiakas saa mahdollisuuden oikaista tai korjata työntekijän heijastamia päätelmiä ja arvauksia. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 203.) Heijastamisen avulla työntekijä heijastaa asiakkaalle hänen ristiriitansa eri puolia pyrkien siten vahvistamaan muutospuhetta (Rakkolainen 2004, 43).

Yhteenvedojen tarkoituksena on suunnata asiakkaan huomion muutoksen kannalta olennaisiin asioihin. Ne osoittavat asiakkaalle, että häntä on kuunneltu. Yhteenvedot keskustelun aikana antavat asiakkaalle tilaisuuden korjata omia näkemyksiään. (Koski-Jännes ym. 2008, 53.) Yhteenvedot lisäävät asiakkaan tietoisuutta ja hallinnan tunnetta, ne auttavat ratkaisujen tekemisessä ja vahvistavat motivaatiota muutokseen. Yhteenvedot voivat sisältää asiakkaan perustelut muutokselle, ristiriidan, faktat, muutokseen liittyvät haluamiset, aikomukset sekä suunnitelmat. Myös työntekijän oma näkemys asiakkaan tilanteesta on mahdollista liittää yhteenvedoon. Oman muutospuheen kuuleminen edistää asiakkaan motivoitumista. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 204.)

Muutospuheen esiin kutsuminen on asiakkaan puhetta nykyisen tilanteen haitoista ja muutoksen tarpeellisuudesta. Muutospuhe ilmenee muutosaikomuksena ja muutoptimismina. Työntekijä on mahdollista lisätä muutosoptimismia asiakkaan näkemyksiä vahvistavilla kommentteilla ja kartoittamalla asioita, joissa hän onnistunut aikaisemmin toimimaan tavoitteiden suuntaisesti. (Koski-Jännes ym. 2008, 54.) Tietoisuuden lisäämisen merkitys perustuu siihen tosiasiaan, että asiakas omaksuu parhaiten sen näkemyksen, mihin hän on päätenyt oman järkeilyn kautta. Asiakkaan itseä motivoivia lauseita ovat ongelman myöntäminen, huolen ilmaiseminen, suora tai epäsuora toteamus halusta muuttua sekä optimismi muutoksen suhteen. Itseä motivoivia lausumia on mahdollista houkutella esiin avointen kysymysten ja heijastavan kuuntelun avulla. (Havio ym. 2008, 130.)

4.3 Motivoivan haastattelun ansat

Oikealla lähestymistavalla alusta lähtien työntekijä pystyy välttämään ansoja, jotka sisältyvät vuorovaikutukseen (Miller & Rollnick 1991). Työntekijä huomaa ansaan joutumisen asiakkaan vastarinnasta, jota keskustelussa esiintyy. Hyvin toimivassa keskustelussa on runsaasti muutospuhetta. (Koski-Jännes ym.2008, 78.)

Kysymys-vastausansassa asiakas jää helposti passiiviseksi, jos työntekijä toimii aktiivisena kyselijänä. Epätasa-arvoinen keskustelu lisää asiakkaan avuttomuuden tunnetta. Työntekijä voi välttää ansan käyttämällä avoimia kysymyksiä, tällöin asiakas ei voi vastata yksisanaisesti, vaan joutuu pohtimaan laajemmin tilannettaan. (Havio ym. 1994, 126–127.) Tärkeää on, että työntekijä pysähtyy kuuntelemaan, millainen ainutkertainen tarina asiakkaalla on kerrottavana (Koski-Jännes ym. 2008, 79).

Konfrontaatio-kieltoansassa työntekijä pyrkii suoraan osoittamaan asiakkaan ongelman ja mahdollisesti myös määrittelee asiakkaan tarvitseman avun. Tähän asiakas usein reagoi varauksella ja kieltää koko ongelman. Työntekijän on tärkeää tietää, että asiakas on henkilökohtaisessa ristiriitatilanteessa. Jos työntekijä puhuu vain asiakkaan ongelmaisuudesta, alkaa hän herkästi puolustaa itseään. (Havio ym. 1994, 127.) Tämän ansan työntekijä voi välttää kysymällä asiakkaalta miten hän itse muotoilisi ongelmansa ja antaa hänen päättää siitä. Tärkeää on, että työntekijä kuuntelee mikä asiakkaan mielestä on olennaista. (Koski-Jännes ym. 2008, 79.)

Konfrontaatioon sisältyy kysymyksen tai heijastamisen muodossa esitetyt ilmaisut, jotka osoittavat asiakkaalle eriarvoista valtasuhdetta, paheksuntaa ja kielteisyyttä häntä kohtaan. Työntekijä on avoimesti eri mieltä asiakkaan kanssa, hän väittelee, korjaa, häpäisee, syylistää, kritisoi, tuomitsee, leimaa, moralisoi, pilkkaa, yrittää taivutella haastateltavaa tai epäilee tämän rehellisyyttä. Paheksuvat ja kielteiset ilmaisut muodostavat vuorovaikutukseen esteen työntekijän ja asiakkaan välille. (Rakkolainen 2004, 27.)

Asiantuntija-ansassa asiakas kokee, että hänen puhettaan ei pidetä vastuullisena, eikä sitä oteta todesta. Hän menettää kiinnostuksen yhteistyöhön, eikä innostu omien ratkaisumallien etsimisestä. Työntekijän mielipiteillä on oma aikansa. Niitä on maltettava olla esittämästä ennenaikaisesti. Tärkeää on, että asiakkaalle annetaan tietoa, kun hän sitä pyytää. (Koski-Jännes ym. 2008, 79.)

Leimaamis-luokitteluensassa työntekijä käyttää asiakkaasta nimitystä alkoholisti. Leimaaminen herättää asiakkaassa usein vastarintaa ja hän alkaa puolustella käyttäytymistään. Työntekijä voi välttää ansan etsimällä ja muotoilemalla asiakkaan kanssa uudelleen nimi sille mistä hänen päihdeongelmassa on kyse. (Koski-Jännes ym. 2008, 80.)

Kiirehtimisansassa asiakas ei kiinnostu muutoksesta, jos työntekijä kiirehtii muutoksen aikaansaamisessa. Asiakas kokee, että hänen viestinsä jää kuulematta, jos hänen tilannettaan ei tutkita tarkasti. Työntekijä välttää kiirehtimisanaan joutumisen pysähtymällä kuuntelemaan, mikä on asiakkaan elämän kokonaisuus. (Koski-Jännes ym. 2008, 80.)

Syyttämisansassa asiakas kokee, että hän on itse syyllinen omiin ongelmiinsa. Työntekijä ja asiakas ajattelevat, että syyllinen on etsittävä. Syyttämisansa työntekijän on mahdollista välttää kysymällä ja selvittämällä, mikä asiakasta huolestuttaa, käyttämällä avoimia kysymyksiä, kuten ”miten ymmärrät tämän?” tai ”mitä tämä merkitsee sinulle?”, pyytämällä asiakkaalta tarkennuksia sekä välttämällä esittämästä tulkintoja asiakkaan tilanteesta. Tärkeää on, että työntekijä pohtii yhdessä asiakkaan kanssa, mikä häntä auttaisi. (Koski-Jännes ym. 2008, 80.)

Rakkolainen kuvaa (2004) motivoivaa haastattelua ja siihen sisältyviä tekniikoita dialogisena prosessina. Keskustelussa käydyn vuorovaikutuksen positiiviset tekijät, kuten uudet ratkaisumahdollisuudet ja voimavarat, työntekijä pyrkii siirtämään asiakkaan henkilökohtaisiksi keinoiksi hänen itsemääräämisoikeuttaan kunnioittaen. Motivoivassa haastattelussa käsitellään ja lähestytään asiakkaan nykyistä, käsillä olevaa ristiriitaa ja muutospuhetta. Työntekijän vuorovaikutustaidot vaikuttavat miten asiakas puhuu muutoksen puolesta tai väittää sitä vastaan. Kohtaamisen lähtökohtana on asiakas ja se matka ja muutos, jonka asiakas mahdollisesti haluaa elämässään tehdä. Työntekijän tulisi kohdata asiakkaan huolenaiheet aidosti ja välittävästi. Pelkoja ja epävarmuuksia jakamalla ja kohtaamalla työntekijä tukee asiakkaan pystyvyyden tunnetta ja rakentaa keskustelutilanteeseen keskinäistä luottamusta. (Rakkolainen 2004, 50–54.)

Mielestämme motivoivassa haastattelussa korostuu asiakaslähtöisyys. Se lisää tasavertaisuutta päihdeasiakkaan ja työntekijän välisessä vuorovaikutussuhteessa. Oleellisia

tekijöitä asiakkaan motivoimisessa päihhteettömyyteen ovat työntekijän vuorovaikutustaidot ja oma usko asiakkaan käyttäytymisen muutokseen motivoivaa haastattelumenetelmää käyttämällä. Tämä korostaa opinnäytetyömme merkitystä, sillä motivoivan haastattelumenetelmän hallinta sekä asiakkaan motivoiminen käytännössä edellyttää työntekijältä menetelmän teorian tietoon perehtymistä ja sen sisäistämistä.

5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Opinnäytetyömme tarkoituksena on kuvata päihdetyöntekijöiden kokemuksia siitä, mikä motivoivassa haastattelussa edistää asiakkaan raitistumista. Tavoitteena on selvittää, minkälaisen motivoivaan haastatteluun sisältyvien tekijöiden avulla työntekijä johdattelee asiakasta päihhteettömyyteen ja minkälaisia taitoja työntekijä tarvitsee asiakkaan motivaation vahvistamisessa. Käytännössä tavoitteena on saada lisää tietoa motivoivan haastattelumenetelmän käytöstä työntekijän ja päihdeasiakkaan välisessä suhteessa.

Tutkimuksessa pyrimme löytämään vastaukset seuraaviin kysymyksiin:

1. Minkälaisen motivoivaan haastatteluun sisältyvien tekijöiden avulla työntekijä johdattelee asiakasta päihhteettömyyteen?
2. Minkälaisia taitoja työntekijä tarvitsee asiakkaan motivaation vahvistamisessa?

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN

Tutkimusprosessimme alkoi syksyllä 2008 aiheen valinnalla. Mielenkiinto aiheeseen nousi kokemuksestamme päihdeasiakastyössä. Aiheeseen ja kirjallisuuteen perehtymisen aloitimme heti aiheen valinnan jälkeen. Tutkimussuunnitelmamme hyväksyttiin tammikuussa 2009, jonka jälkeen lähdimme keräämään tutkimusaineistoa.

Opinnäytetyömme on laadullinen tutkimus. Laadullinen tutkimus pohjautuu tutkijan omiin havaintoihin ja keskusteluihin. Saatua aineistoa tutkija tarkastelee yksityiskoh-

taisesti ja monitahoisesti. Kohdejoukko valitaan tarkoituksenmukaisesti. Kvalitatiivinen tutkimus on joustava ja suunnitelma muotoutuu tutkimuksen edetessä olosuhteiden mukaan. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2004, 152–155, 247.) Laadullisen tutkimuksen kohteena on usein pieni määrä tapauksia, joita analysoidaan mahdollisimman tarkasti (Eskola & Suoranta 1998, 18).

Hoitajien kokemuksia ja mielipiteitä kysyttäessä oli laadullinen tutkimusmenetelmä perusteltu valinta. Menetelmä tarjosi mahdollisuuden päästä lähelle päihdetyöntekijöitä, jotka saattoivat kertoa avoimesti näkökulmia ja kokemuksia motivoivan haastattelun käytöstä päihdeasiakastyössä. Opinnäytetyömme tutkimusaineiston keräämisen toteutimme kolmen henkilön yhteistyönä. Yhden opinnäytetyöntekijän ajatusten ja yhteistyösuhteiden muuttuessa lopullinen työmme muotoutui ja valmistui parityöskentelynä.

6.1 Kohderyhmä

Opinnäytetyön tutkimuskohteena olivat erään päihdekuntoutumiskeskuksen päihdetyöntekijät. Kohderyhmän valintakriteereinä pidimme motivoivan haastattelun peruskurssin suorittamista sekä työelämästä saatua kokemusta motivoivasta haastattelusta. Kaikki kutsutut (5) haastateltavaa olivat suorittaneet motivoivan haastattelun peruskurssin vuosina 2006–2008. Lisäksi heillä oli motivoivasta haastattelusta työelämässä saatu kokemus. Lopulliseksi opinnäytetyön kohderyhmäksi muodostui kaksi (2) päihdetyöntekijää, joilla molemmilla oli sosiaalialan ammattikorkeakoulututkinto. Loput haastateltavista olivat estyneet osallistumasta henkilökohtaisten syiden vuoksi. Tuomi & Sarajärvi (2009, 85) toteavat seuraavasti: ”opinnäytetyössä ratkaisevaa ei ole aineiston koko vaan tulkintojen syvyys ja kestävyys”.

6.2 Teemahaastattelu aineiston keruumenetelmänä

Ryhmähaastattelulla tarkoitetaan ryhmässä tapahtuvaa ja haastattelijan ylläpitämää keskustelua ennalta sovitun haastattelurungon pohjalta. Ryhmähaastattelu tarjoaa monipuolisen mahdollisuuden saada tietoa kiinnostuksen kohteena olevasta ilmiöstä, haastateltavien kokemana ja heidän näkökulmastaan. (Pötsönen & Välimaa 1998, 2.)

Ryhmähaastattelun etuna pidetään sen joustavuutta. Tutkija voi valita haastateltavaksi henkilöt, joilla on tietoa ja kokemusta tutkittavasta aiheesta. Tutkijalle se tarjoaa mahdollisuuden toistaa asioita, oikaista väärinkäsityksiä, selventää ilmaisumuotoja sekä keskustella haastateltavien kanssa. Haastattelussa tutkija voi esittää kysymykset siinä järjestyksessä kuin katsoo aiheelliseksi. Tarkoituksena on kerätä tietoa mahdollisimman paljon halutusta asiasta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 73–74.) Haastattelu sopi tutkimusmetodiksemme edellä mainituista syistä, sillä siten saimme parhaiten koottua tietoa tutkimuksemme kohteena olevasta ilmiöstä.

Haastattelun tekoon ja haastattelutilanteeseen sisältyy myös ongelmia. Haastattelun teko vaatii aikaa ja huolellista suunnittelua sekä valmistautumista haastattelijan rooliin ja tehtävään. Tilanne voi aiheuttaa haastateltavalle pelkoa ja jännitystä. Tulosten luotettavuutta saattaa heikentää se, jos käytetään sosiaalisesti suotavia vastauksia ja keskustelun siirtyminen pois aiheesta. (Hirsjärvi ym. 2004, 195.) Ennen haastattelutilannetta olimme perehtyneet huolellisesti nauhureiden käyttöön. Valmistauduimme haastattelijan rooliin suunnittelemalla yhdessä tehtäväjakoja ja haastattelun kulkua. Kaksi meistä opinnäytetyöntekijöistä toimi haastattelijoina ja yksi huolehti kuvaamisesta sekä nauhureiden toimivuudesta. Haastattelun toteutimme haastateltavien työpaikalla tutussa ympäristössä. Tutulla ympäristöllä sekä kahvitarjoilulla pyrimme luomaan avoimen ja rennon ilmapiirin, jotta haastateltavat pystyisivät vapautuneesti kertomaan näkökulmiaan työmme aiheesta.

Teemahaastattelussa haastattelun aihepiirit eli teema-alueet ovat etukäteen tiedossa, mutta kysymyksillä ei ole tarkkaa muotoa eikä järjestystä (Hirsjärvi ym. 2004, 198). Teemahaastattelun avulla pyritään etsimään merkityksellisiä vastauksia tutkimuksen tarkoituksen, ongelmanasettelun tai tutkimustehtävän mukaisesti. Haastattelun onnistumisen kannalta on perusteltua antaa haastattelukysymykset ja aihepiirit haastateltaville etukäteen pohdittavaksi. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 74–75.) Tutkimuksemme aihepiiriin sisältyvän teemarunon avulla mahdollistimme sellaisten kysymysten esittämisen, joihin haastateltavat saattoivat vastata avoimesti ja vapaamuotoisesti. Haastattelun teema-alueet muodostimme teoriasta esiin nousseiden käsitteiden pohjalta. Teema-alueet, joihin haastateltavat saivat tutustua hetken, jaoin tilaisuuden alussa. Haastattelu pysyi hyvin aihepiirissään. Haastateltavat toivat vuorotellen ja monipuolisesti esiin mielipiteitään ja näkökantojaan tutkittavasta aiheesta. Haastattelutilanteen

lopussa esitimme lisäkysymyksiä asioiden tarkentamiseksi. Haastattelu kesti 40 minuuttia. Tallensimme sen kahdelle videokameralle ja yhdelle c-kasettinauhurille.

6.3 Aineiston analysointi

Sisällönanalyysi on perusanalyysimenetelmä, jota voidaan käyttää kaikissa laadullisissa tutkimuksissa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 95). Sisällön analyysissä voidaan edetä joko induktiivisesti, aineistosta lähtien tai deduktiivisesti, jolloin lähdetään valmiista käsitejärjestelmästä, jonka avulla aineistoa luokitetaan. Sisällönanalyysillä pyritään saamaan kuvaus tutkittavasta ilmiöstä tiivistetyssä ja yleisessä muodossa. Analyysin lopputuloksena tuotetaan tutkittavaa ilmiötä kuvaavia kategorioita. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 4-5.) Induktiivinen, aineistosta lähtevä sisällönanalyysi ohjaa meidän työtämme, koska analysointimme kohteena oli päihdetyöntekijöiden haastattelu eli laadullinen tutkimusaineisto.

Aineiston analyysin, tulkinnan ja johtopäätösten tekovaiheessa tutkijalle selviää, min-kälaisia vastauksia hän saa ongelmiinsa. Aineiston käsittely ja analysointi on tärkeää aloittaa mahdollisimman pian keruuvaiheen jälkeen. Tallennettu aineisto kirjoitetaan sanatarkasti puhtaaksi eli litteroidaan. (Hirsjärvi ym. 2004, 209–211.) Haastattelusta saadun aineiston litteroimme jokainen opinnäytetyöntekijä omalla taholla sana sanalta tekstiksi maaliskuun 2009 aikana. Aineiston aukikirjoitus oli hidasta paikoitellen nauhassa esiintyvien epäselvien kohtien sekä huonosti kuuluvien äänien takia. Litteroitua tekstiä muodostui yhteensä 17 sivua rivivälillä 1,5. Epäselviä kohtia kuuntelimme useaan kertaan, mikä oli aineiston sisällön varmistamisen kannalta perusteltua.

Sisällönanalyysin ensimmäinen vaihe on analyysiyksikön määrittäminen. Analyysiyksikön valintaa ohjaa aineiston laadun lisäksi tutkimustehtävä. Useimmiten käytetty analyysiyksikkö on sana tai sanayhdistelmä, mutta se saattaa olla myös lause, lausuma tai ajatuskokonaisuus. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 5.) Aineiston analysoinnin aloitimme huhtikuussa 2009, jolloin luimme aktiivisesti läpi litteroidut tekstit. Näin meille muodostui kokonaiskuva saadusta aineistosta. Seuraavaksi alleviivasimme aineistosta niitä ilmaisuja, jotka olivat opinnäytetyön tehtävän mukaisia. Meillä analyysiyksiköksi muodostuivat yksittäiset sanat ja erilaiset lausumat. Aineistosta muodostuneita pelkistettyjä ilmauksia vertasimme keskenään ja vertailun lopputuloksena samankaltaiset

ilmaisut yhdistimme omiin luokkiinsa. Pelkistykset tulee kirjata mahdollisimman tarkkaan samoilla termeillä kuin teksti on aineistossa (Kyngäs & Vanhanen 1999, 5).

Tämän jälkeen lähdimme ryhmittelemään tutkimusaineistoa ja muodostamaan ryhmittä alaluokkia. Ryhmittelyssä on kyse pelkistettyjen ilmaisujen erilaisuuksien ja yhtäläisyyksien etsimisestä (Kyngäs & Vanhanen 1999, 6). Jokaiselle ryhmälle haettiin yhteinen piirre tai yhdistävä käsite, josta muodostui yläluokka. Aineiston luokittelu koottiin kaavioiksi asian selkiyttämiseksi. Kyngäs & Vanhanen mukaan (1999, 6–7) tähän analyysin vaiheeseen liittyy jo aineiston abstrahointia eli käsitteellistämistä. Aineiston abstrahointia on tarkoitus jatkaa niin kauan, kun se sisällön kannalta on mielekästä.

Analyysiä tehdessä jouduimme moneen kertaan kertaamaan tutkimuskysymyksiämme ja pohtimaan aineiston sisältöä. Mielestämme onnistuimme analyysissämme muodostamaan tutkittavasta ilmiöstä tiivistetyn kuvan yleistettävässä muodossa, mikä on Kyngäs ja Vanhasen (1999,4) artikkelin mukaan sisällönanalyysimenetelmän pääasiallisena pyrkimyksenä.

7 TUTKIMUSTULOKSIA

Analyysin tuloksena löysimme kolme keskeistä motivoivaan haastatteluun sisältyvää asiakkaan raitistumista edistävää tekijää: vuorovaikutussuhteessa työntekijään sisältyvät tekijät, vuorovaikutussuhteessa asiakkaaseen sisältyvät tekijät sekä työntekijän tarvitsemat taidot asiakkaan motivaation vahvistamisessa.

7.1 Motivoivaan haastatteluun sisältyviä asiakkaan raitistumista edistäviä tekijöitä

Tutkimustuloksissa esitämme suoriin lainauksiin pohjautuen päihdetyöntekijöiden V1 ja V2 ajatuksia ja kokemuksia motivoivaan haastatteluun sisältyvistä asiakkaan raitistumista edistävästä tekijöistä. Näin lukijan on helpompi seurata analysoinnin etenemistä ja ymmärtää tehtyjä valintoja.

7.1.1 Vuorovaikutussuhteessa työntekijään sisältyvät tekijät

Haastateltavat kertoivat, että motivoivan haastattelun koulutuksen myötä he saivat yhden menetelmän lisää käytettäväksi asiakkaan kokonaiskuntoutukseen. Koulutus lisäsi avointen kysymysten käyttöä asiakkaan kanssa käydyissä keskusteluissa. Motivoivassa haastattelussa haastateltavien mukaan korostuu asiakaslähtöisyys.

V2: ”Koulutuksen myötä on yks menetelmä lisää käytettävissä jos alkaa apukeinot olemaan vähissä. Motivoivaan haastatteluun tulee rinnastaa myös se kokonaiskuntoutus huomioiden. Kyl mä huomaan et koulutuksen loputtua tuli mietittyä niitä avoimia kysymyksiä niiku sillei sopiva määrä ja vähenti niitä suljettuja kysymyksiä”.

VI: ”Se on semmoista asiakaslähtöistä”.

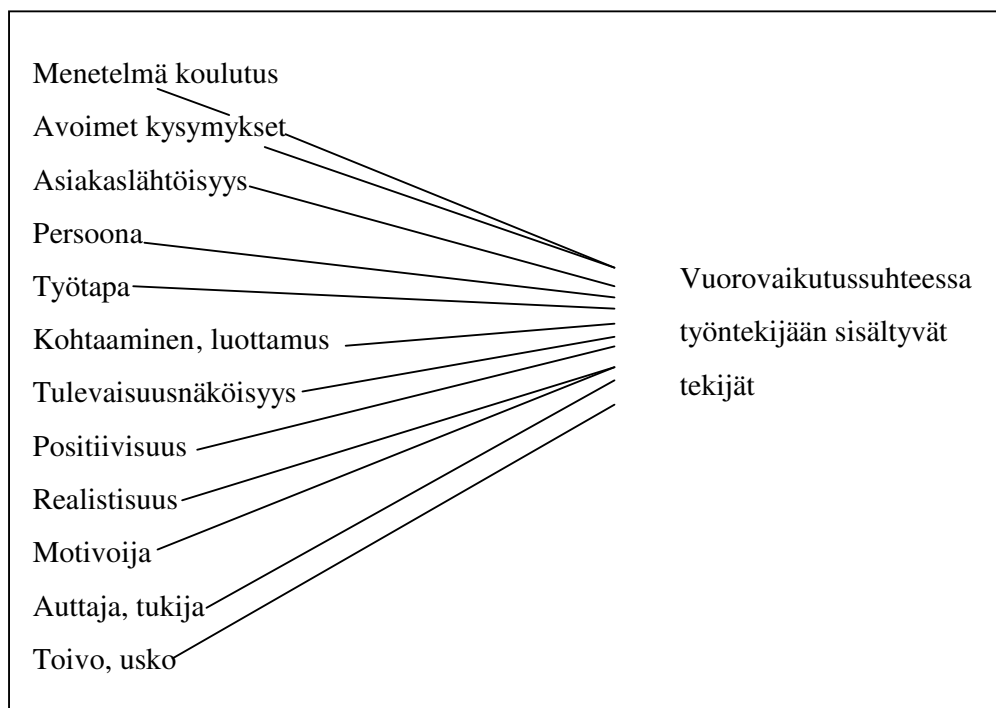
Haastateltavat kokivat, että asiakassuhteessa työntekijän persoonalla ja työtavalla on suurempi merkitys kuin menetelmällä, jota hän käyttää. Haastateltavien mukaan iso merkitys on myös sillä miten työntekijä kohtaa asiakkaan, minkälainen vuorovaikutus ja luottamus asiakkaan ja työntekijän välille pääsee kehittymään.

VI: ”Mä uskon, että työntekijän persoonalla ja omalla tavalla tehdä työtä, että sillä voi olla jopa suurempikin merkitys, ku sillä menetelmällä mitä hän käyttää. Se minkälaisen vuorovaikutus ja asiakassuhteen saa sen asiakkaan kanssa, miten se luottamus pääsee syntymään, se semmonen kohtaaminen asiakkaan kanssa, sillä on mun mielestä hirmu iso merkitys siinä”.

Haastateltavat kertoivat, että motivoivassa haastattelussa korostuu asiakkaan elämän rakentaminen realistisesti, positiivisten asioiden kautta, tulevaisuusnäköisesti. Vuorovaikutussuhteessa työntekijä on päihteettömyyteen motivoija, auttaja ja tukija. Hyvin tärkeänä haastateltavat pitivät työntekijän omaa uskoa ja toivoa asiakkaan muutoksen mahdollisuuteen.

V2: ”Lähetettiin rakentamaan sitä päihdeongelmaa niiku sen ympärille, motivoivan haastattelun keinoin, tulevaisuusnäköisesti. Nostaa ristiriidasta aina sen semmosen positiivisen”.

V1: ”Realistisesti, mikä tämän asiakkaan kohdalla on niiku mahdollista. Me olemme siinä motivoimassa, auttamassa ja tukemassa. Jokaisen asiakkaan kohdalla pitää olla usko muutokseen, semmonen toivo, se on myös motivoivan haastattelun tärkeä, koska sillä jos mä en usko johonki asiakkaaseen ni kyllä se sen musta vaistoo”.



KUVIO 1. Vuorovaikutussuhteessa työntekijään sisältyvät tekijät

7.1.2 Vuorovaikutussuhteessa asiakkaaseen sisältyvät tekijät

Haasteltavien mielestä työntekijän esittämien avointen kysymysten avulla asiakas pääsee ajattelemaan omia asioitaan laajemmin ja kertomaan niistä monisanaisemmin. Haastateltavat toivat esiin, että motivoivassa haastattelussa lähtökohtana on myönteisten asioiden esille nostaminen asiakkaan tilanteesta. Ne auttavat asiakasta voimaantumaan muutosprosessissa.

V2: ”Että asiakas oikeesti pääs ajattelemaan niitä omia asioitaan ja sanomaa useammalla eri tavalla. Kun asiakas empii ja pohtii sitä omaa tulevaisuuttaan, niin sitä työntekijänä palaa siihen onnistumiseen, että nostaa sitä. Mikä hienointa motivoivassa haastattelussa lähetään just siitä, et tulee niitä onnistumisen elämyksiä”.

VI: ”Voimaantumaaan”.

Haastateltavien mielestä motivoiva haastattelu auttaa asiakasta itseään ottamaan vastuun omasta kuntoutuksestaan. Sitoutuminen kuntoutukseen löytyy helpommin, kun asiakas itse vastaa omasta tilanteestaan. Haastateltavien mukaan motivoivan haastattelun perustan luo asiakkaan rehellisyys. Se muodostaa pohjan koko asiakkaan kuntoutumiselle. Valinnat ja päätökset ovat asiakkaalla.

V2: ”Että asiakas itse vastaa siitä omasta kuntoutuksestaan. Sitoutuminen asiakkaalta löytyy helpommin. Ja just se pohja se rehellisyys on kaiken pohja koko tälle kuntoutumiselle ja sehän on koko motivoivalle haastattelullekin semmonen perusta”.

VI: ”Asiakkaasta ittestään tulee kaikki valinnat ja päätökset”.

Motivoivassa haastattelussa haastateltavat korostivat, että tärkeitä ovat asiakkaan itsensä nimeämät tavoitteet. Ne edistävät asiakkaan motivoitumista. Ympäristössä olevien tukihenkilöiden antamaa tukea haastateltavat pitivät myös hyvin tärkeänä asiakkaan motivoitumiselle. Hyvin monelta päihdeasiakkaalta puuttuu haastateltavien mukaan omasta elinympäristöstä tukihenkilö, johon voi tarvittaessa ottaa yhteyttä ongelmien ja vaikeuksien kohdatessa.

VI: ”Tavoitteitten asettaminenhan on yksi tärkeä tässä motivoivassa haastattelussa, että siellä on ne ihan omat asiakkaan nimeämät tavoitteet mitä kohti minä haluan tässä kuntoutuksessa mennä”.

”Sit se vaikuttaa se semmonen ympäristö myöskin siihen motivoitumiseen”.

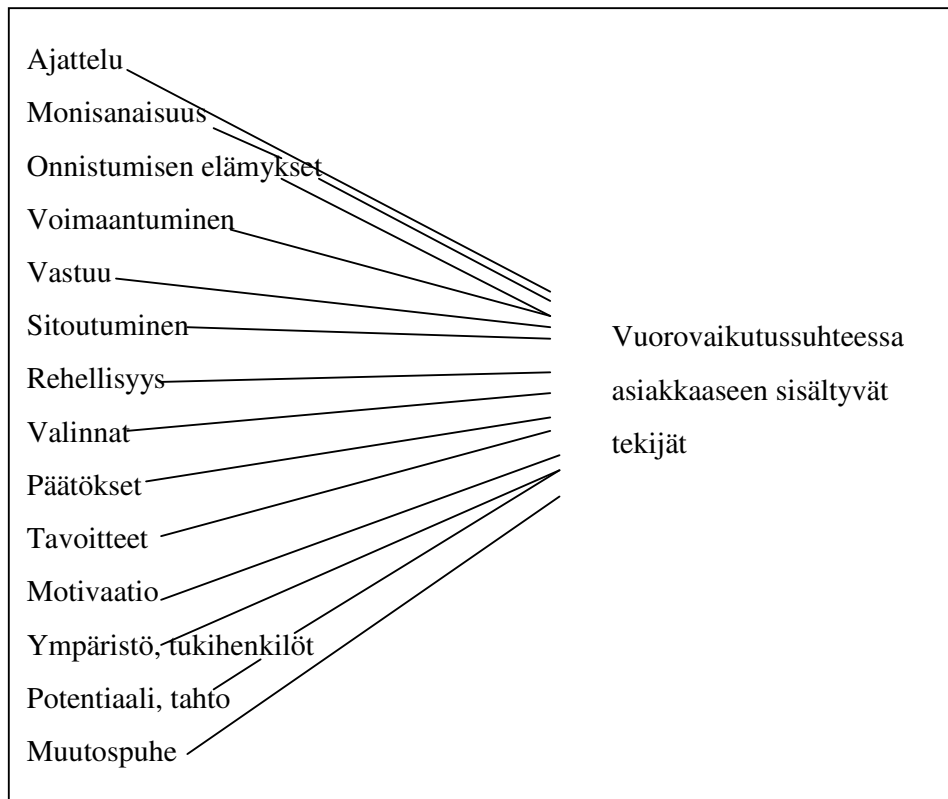
V2: ”Ku asiakas itte työstää siinä omissa tahdissaan omaa kuntoutumistaan, ni asiakas pysyy koko ajan itte kärryillä ja on motivoituneempi.”

”Ei oo tämmösii tukihenkilöitä, se on tärkeä tieto asiakkaalle, että tietää mihin tahoon voi ottaa yhteyttä”.

Haastateltavat kertoivat, että jokaisella asiakkaalla on potentiaalia päihteettömyyteen. Kokemuksesta haastateltavat mainitsivat, että tahto raittiuteen asiakkaalle saattaa herätä vasta kuntoutuksen aikana. Haastateltavien mukaan merkkejä asiakkaan kuntoutumisesta on lisääntynyt muutospuhe ja tulevaisuusnäköisyys elämässä.

V2: ”Kaikilla on potentiaalia siihen, jopa niillä, jotka ei tule kuntoutumaan ja sitten täällä kuntoutuksen aikana se on herännyt se tahto raittiuteen”.

VI: ”Alkaa se tulevaisuusnäköisyys siellä olemaan. Ja jos sieltä rupee tulemaan enemmän sitä muutospuhetta”.



KUVIO 2. Vuorovaikutussuhteessa asiakkaaseen sisältyvät tekijät

7.1.3 Työntekijän tarvitsemat taidot asiakkaan motivaation vahvistamisessa

Haastateltavien mukaan motivoivassa haastattelussa korostuu läsnäolo, kuuntelemisen ja kuulemisen taidot sekä empatia. Haastateltavat kertoivat, että taitava kuuntelija kuulee ja antaa tilaa asiakkaan ajatuksille ja tunteille. Haastateltavien mukaan asiakkaan tilanteessa on tärkeää säilyttää ammatillisuus. Haastateltavien oma intuitio on vahvasti mukana asiakkaan päihteiden käytön arvioinnissa. Erittäin tärkeänä haastateltavat pitivät aitoa välittämistä asiakkaan tilanteesta.

V2: ”On läsnäolija ja kuulija, kuuntelee ja puhuu vähempi mitä asiakas, antaa tilaa asiakkaalle. Se empatia on siel myös, osaa mennä asiakkaan siihen elämäntilanteeseen mutta, että säilyttää sen ammatillisuuden. Sehän on se intuitio mikä työntekijällä on mihinkä sen siihen ympyrään laittaa mutta, että asiakkaanhan mukaan se mennään, että mihinkä se asiakas itte ittensä asettaa. Se on oikeesti siitä oikeasta hetkestä ku satuu asiakkaalle, ettei tartte välttämättä ees kysyä päihteistä, et on vaan se joka kysyy, että mitä sulle kuuluu ni se voi olla se, että hei hänestä oikeesti välitetään”.

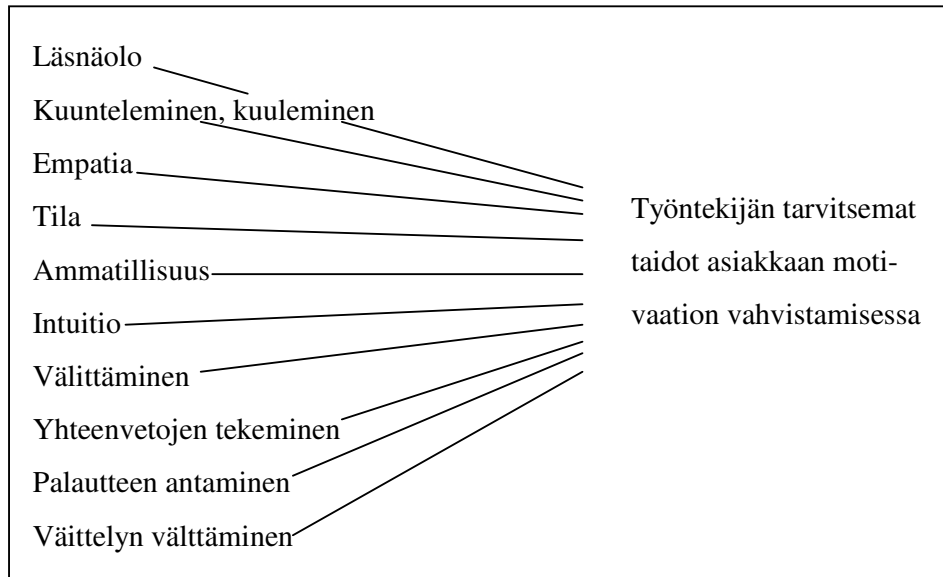
Haastateltavat kertoivat, että keskustelun aikana työntekijän laatimat yhteenvedot vahvistavat asiakkaan tunnetta, että häntä on aidosti kuunneltu. Yhteenvedojen avulla haastateltavat kertoivat kertaavansa asiakkaan elämäntilannetta ja miettivät yhdessä jatkosuunnitelmia. Keskustelun aikana haastateltavat pitivät tärkeänä myös palautteen antamisen asiakkaalle hänen tilanteestaan.

V2: ”Asiakkaalle tulee tunne siitä, että mä oon oikeesti kuunnellu sitä, välillä niiku kertaan sen sillä yhteenvedolla, että me ollaan nyt näitä keskusteltu. Lähinnä se kysymys, että miten mennään tästä eteenpäin ja kiteytetään se ajatus, että mitä ollaan tällä tapaamisella käyty läpi ja miten jatketaan”.

VI: ”Oot peilinä asiakkaalle sitä kautta asiakas saa sitten myös itelle ku työntekijä toimii peilinä ja vähän heittelee takaisinpäin niitä kysymyksiä ja kommentteja ja palautetta”.

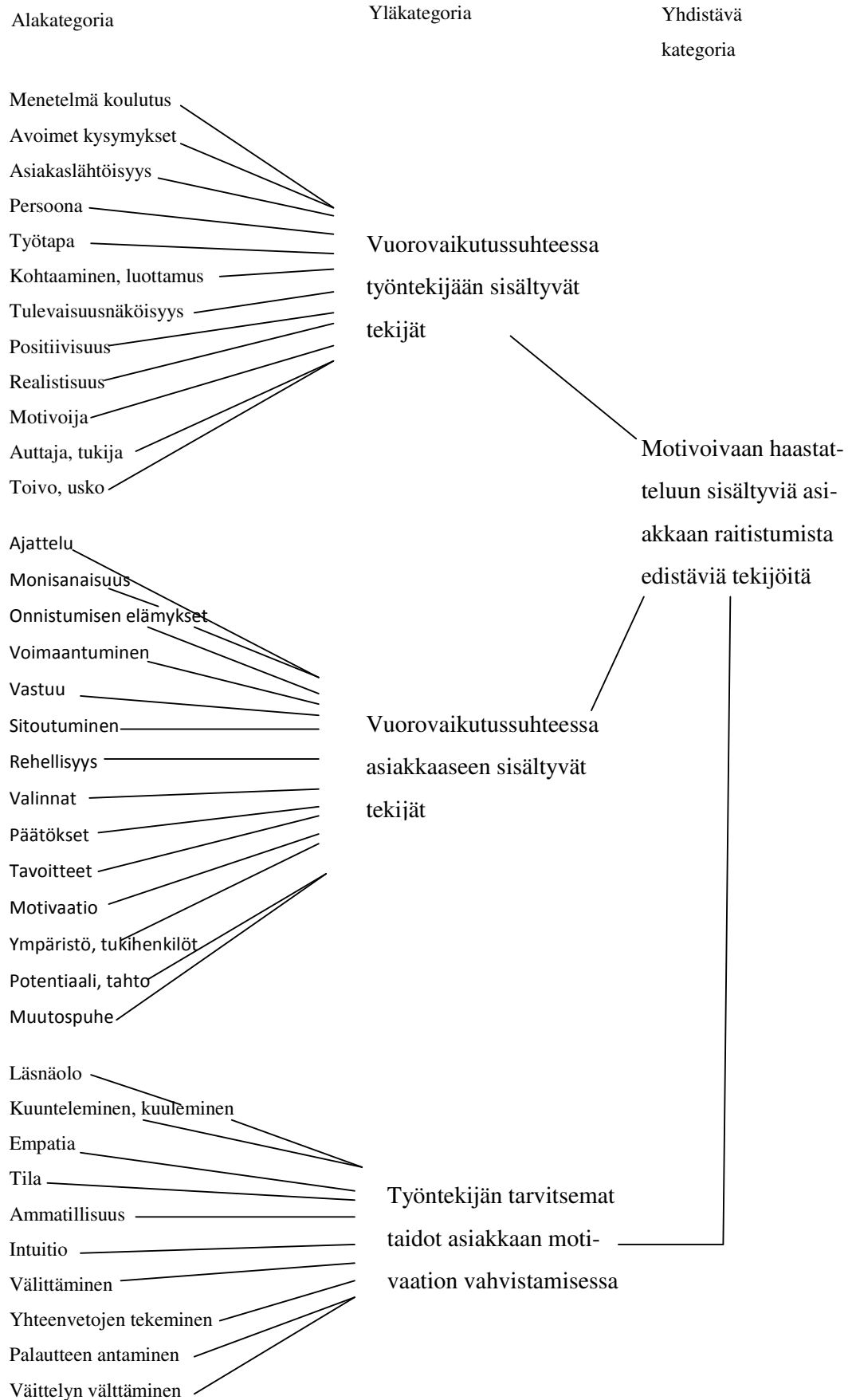
Haastateltavat kertoivat, että pyrkivät välttämään väittelyn syntymisen haastattelun aikana, koska väittelytilanne ei heidän mielestä useinkaan johda mihinkään ja silloin on turha jatkaa keskustelua.

V2: ”Ainakin herätyskellot aina siinä vaiheessa soi ku se alkaa väittelemään ja huomaa ku tästä keskustelusta ei oikeesti tuu yhtään mitään niin silloin on ihan turha jatkaa sitä keskustelua”.



KUVIO 3. Työntekijän tarvitsemat taidot asiakkaan motivaation vahvistamisessa

Tulosten yhteenvedoksi muodostimme kuvion (kuvio 4), jossa hahmottuu konkreettisesti motivoivaan haastatteluun sisältyviä asiakkaan raitistumista edistäviä tekijöitä.



KUVIO 4. Motivoivaan haastatteluun sisältyviä asiakkaan raitistumista edistäviä tekijöitä

8 POHDINTA

8.1 Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata päihdetyöntekijöiden kokemuksia siitä, mikä motivoivassa haastattelussa edistää asiakkaan raitistumista. Tehtävänä oli selvittää, minkälaisen motivoivaan haastatteluun sisältyvien tekijöiden avulla työntekijä johdattelee asiakasta päihdeettömyyteen. Tehtävänä oli myös selvittää, minkälaisia taitoja työntekijä tarvitsee asiakkaan motivaation vahvistamisessa. Tulokset johdettiin päihdetyöntekijöiltä saadun teemahaastattelun pohjalta. Motivoivaa haastatteluun sisältyvien asiakkaan raitistumista edistävien tekijöiden tulokset rakentuivat alaluokkien perusteella muodostetuista yläluokista. Tutkimuksen tuloksena löysimme kolme keskeistä motivoivaan haastatteluun sisältyvää asiakkaan raitistumista edistävää tekijää: vuorovaikutussuhteessa työntekijään sisältyvät tekijät, vuorovaikutussuhteessa asiakkaaseen sisältyvät tekijät sekä työntekijän tarvitsemat taidot asiakkaan motivaation vahvistamisessa.

Jokaisella auttamismenetelmällä on oma tehtävänsä päihdeasiakkaan kuntoutusprosessissa kohti päihdeetöntä elämää (Halonen & Paakkeli-Kurronen 2006,53). Meidän tutkimuksemme päihdetyöntekijät käyttivät motivoivaa haastattelua yhtenä osana asiakkaan kokonaiskuntoutusta. Se tarjoaa työkalun ja apukeinon päästä eteenpäin asiakkaan tilanteessa. Päihdetyöntekijät toivat esiin, että motivoivan haastattelun koulutuksen myötä avointen kysymysten käyttö lisääntyi asiakkaan kanssa käydyissä keskusteluissa. Inkisen (2004, 61) sekä Toikan (2006, 91) tutkimusten mukaan päihdetyö on kokonaisvaltaista. Hoidollisissa keskusteluissa korostuvat asiakkaan elämäntilanne, tavoitteet, voimavarat ja muutoshalukkuus, sekä toivon tunteen ja vastuunottamisen lisääminen (Inkinen 2004, 61).

Tuloksemme osoittaa, että asiakaslähtöisyys korostuu motivoivassa haastattelussa. Asiakaslähtöinen työ pohjautuu yhteistyösuhteeseen, jossa työntekijä tuo asiantuntijuutensa ja persoonansa asiakkaan käyttöön (Sorsa 2002,65). Meidän tutkimuksemme mukaan työntekijän persoonalla ja työtavalla on suurempi merkitys asiakassuhteessa, kuin menetelmällä mitä hän käyttää. Merkitystä on myös kohtaamisella eli sillä, minkälainen vuorovaikutus ja luottamus työntekijän ja asiakkaan välille kehittyy.

Asiakassuhteessa esiintyvät vuorovaikutuksen positiiviset tekijät, kuten uudet ratkaisumahdollisuudet ja voimavarat, työntekijä pyrkii ohjaamaan asiakkaan henkilökohtaisiksi keinoiksi hänen itsemääräämisoikeuttaan arvostaen (Rakkolainen 2004, 50). Tutkimustulostemme mukaan motivoivassa haastattelussa korostuu asiakkaan elämän kohtaaminen realistisesti, positiivisten asioiden kautta, tulevaisuusnäköisesti. Tutkimuksessamme ilmeni, että motivoivaan haastatteluun sisältyy hyvin tärkeänä tekijänä työntekijän oma usko ja toivo asiakkaan muutoksen mahdollisuuteen. Asiakkaan kuntoutumisessa työntekijä on ennen kaikkea päihdeettömyyteen motivoija, auttaja ja tuki. Myös Järvelä korostaa (2004,72) työntekijän antaman avun ja tuen merkitystä.

Tuloksistamme ilmenee, että työntekijän esittämien avointen kysymysten avulla asiakas pääsee ajattelemaan omia asioitaan laajemmin ja kertomaan niistä monisanaisemmin. Tutkimuksemme päihde-työntekijät toivat esiin, että motivoivassa haastattelussa lähtökohtana on myönteisten asioiden esille tuominen asiakkaan ristiriitaisesta elämäntilanteesta. Ne auttavat asiakasta voimaantumaa muutosprosessissa. Lähtökohtana on yhdenvertaisuus ja tavoitteena voimaantuminen (Sorsa, 2002, 65).

Tutkimustulostemme perusteella motivoiva haastattelu auttaa asiakasta itseään ottamaan vastuun omasta kuntoutumisesta. Sitoutuminen kuntoutukseen löytyy asiakkaalta helpommin, kun hän itse vastaa omasta tilanteestaan. Tulostemme mukaan motivoivan haastattelun perustan luo asiakkaan rehellisyys. Se muodostaa pohjan koko asiakkaan kuntoutumiselle. Valinnat ja päätökset ovat asiakkaalla. Sorsan mukaan (2002) keskusteluissa haetaan sitä, mistä asiakkaan tilanteessa on kysymys ja mikä olisi se pieni tekijä, jonka avulla asiat voisivat muuttua parempaan suuntaan. Asiakas on viime kädessä itse vastuussa tilanteestaan ja tulevaisuudestaan. Työntekijän on uskallettava jättää osa tiedoistaan taustalle ja elettävä tilannekohtaisesti edeten. (Sorsa 2002, 65, 75.)

Kohtaamisen lähtökohtana on asiakas ja se matka ja muutos, jonka asiakas mahdollisesti haluaa elämässään tehdä (Rakkolainen 2004, 52). Tutkimuksessamme asiakkaan itsensä nimeämät tavoitteet sekä ympäristön antama tuki edistävät päihdeettömyyteen motivoitumista. Päihdeettömyyteen tukeminen ja motivoiminen korostuvat hoitoprosessin loppuvaiheessa asiakkaan kuntouduttua fyysisesti niin paljon, että hänellä on voimia keskittyä asioidensa hoitamiseen (Halonen & Paakkeli-Kurronen 2006, 53–

54). Tuloksemme osoittivat, että hyvin monelta päihdeasiakkaalta puuttuu elinympäristöstä tukihenkilö, johon voi tarvittaessa ottaa yhteyttä ongelmien ja vaikeuksien kohdatessa. Tutkimustulostemme mukaan jokaisella asiakkaalla on potentiaalia päiheteettömyyteen. Merkkejä asiakkaan kuntoutumisesta on muun muassa lisääntynyt muutospuhe ja tulevaisuusnäköisyys elämässä.

Työntekijän vuorovaikutustaidoilla on merkitystä sille, miten asiakas puhuu muutoksen puolesta tai väittää sitä vastaan (Rakkolainen 2004, 52). Meidän tutkimustulostemme perusteella työntekijän tarvitsemissa taidoissa korostuu läsnäolo, kuuntelemisen ja kuulemisen taidot, empatia ja ammatillisuus. Tutkimuksemme mukaan asiakkaan tilanteessa työntekijän on tärkeää säilyttää ammatillisuus, kuunnella ja kuulla ja antaa tilaa asiakkaan ajatuksille sekä tunteille. Tuloksistamme kävi ilmi, että päihde-työntekijöiden oma intuitio on vahvasti mukana asiakkaan tilanteen arvioinnissa. Järvelän (2004) tutkimustuloksissa löytyy selkeitä yhtymäkohtia näihin johtopäätöksiin. Päihteiden käyttäjällä syyllisyyden ja häpeän tunteet peittyvät arvottomuuden ja mitätömyyden tunteisiin tai sitten ne piiloutuvat vihan, kateuden tai ylpeyden taakse. Alkoholiriippuvaisella tulisi olla mahdollisuus näyttää näitä syvimpiä ja tuskallisia tunteita. (2004, 71.)

Työntekijän tulisi kohdata asiakkaan huolenaiheet aidosti ja välittävästi. Pelkoja ja epävarmuuksia jakamalla ja kohtaamalla työntekijä tukee asiakkaan pystyvyyden tunnetta ja rakentaa keskustelutilanteeseen keskinäistä luottamusta. (Rakkolainen 2004, 54.) Myös omien tutkimustulostemme mukaan työntekijän aidolla välittämällä asiakkaan tilanteesta on iso merkitys kuntoutumiselle.

Tutkimustuloksissamme motivoivaan haastatteluun sisältyvät työntekijän laatimat yhteenvedot vahvistavat asiakkaan tunnetta, että häntä on aidosti kuunneltu. Yhteenvedojen avulla työntekijä kertoo asiakkaan elämäntilanteeseen ja päihteiden käyttöön liittyviä asioita. Hoidollisissa keskusteluissa paneudutaan asiakkaan elämäntilanteeseen, tavoitteisiin, voimavaroihin ja muutoshalukkuuteen, sekä toivon tunteen ja vastuunottamisen lisäämiseen (Inkinen 2004, 61). Tutkimustulostemme perusteella yhteenvedot auttavat työntekijää ja asiakasta pysymään samalla viivalla jatkosuunnitelmia mietittäessä. Työntekijän antama palaute keskustelun aikana, auttaa tutkimuksemme mukaan asiakasta tekemään johtopäätöksiä elämäntilanteestaan. Tutkimuksemme päihdetyön-

tekijät painottivat väittelyn välttämistä keskustelun aikana, koska väittelytilanne asiakkaan kanssa ei usein johda mihinkään. Paheksuvat ja kielteiset ilmaisut muodostavat vuorovaikutukseen esteen työntekijän ja asiakkaan välille (Rakkolainen 2004, 27).

Tämän opinnäytetyön perusteella motivoivien haastattelujen toteuttaminen käytännön työssä edellyttää työntekijältä siihen sisältyvien keskeisempien periaatteiden ja taustojen ymmärtämistä. Jos työntekijän omaa oivaltamista ei tapahdu, voi se muodostua esteeksi työntekijän ja asiakkaan väliselle avoimelle ja tasavertaiselle vuorovaikutukselle. Tämän takia meidän mielestä työntekijän kohtaamis- ja haastattelutaitojen kehittämiseen tulisi panostaa. Koska tieto antaa taitoa kohdata ja auttaa usein moniongelmaista ja haasteellista päihdeasiakasta.

Toikan mukaan (2006) yksilölliset toimintaohjelmat ovat erityinen haaste työntekijöille ammatillisesti, koska heidän tulee hallita käytännössä monenlaisia hoidollisia lähestymistapoja sekä ymmärtää niihin sisältyviä taustateorioita (Toikka 2006, 93). Motivoiva haastattelu on päihdehoitotyössä käytetty asiakaslähtöinen lähestymistapa, auttamiskeino kohdata asiakkaan päihdeiden käytön aiheuttama ristiriita. Tutkimustulostemme mukaan motivoiva haastattelumenetelmä tukee asiakkaan kokonais kuntoutusta. Se on asiakkaan ristiriitaiseen elämäntilanteeseen sisältyvien tekijöiden ohjaama vuorovaikutussuhde, jossa työntekijä pyrkii taitojensa avulla vahvistamaan asiakkaan motivaatiota päihdeettömyyteen, kohti muutosta. Tavoitteena on voimaantuminen.

8.2 Tutkimuksen eettisyys

Tutkimuseettiset periaatteet ovat yleisesti hyväksytyjä ja ne liittyvät tiedon hankintaan ja julkistamiseen. Tutkimustoiminnan kaikissa vaiheissa tulee tehdä tietoisia ja eettisesti perusteltuja ratkaisuja. Tutkimustyöhön sisältyvään eettiseen pohdintaan kuuluu tutkimuskohteen valinta tai ongelma, miksi tutkimukseen ryhdytään. Huomio tulee kiinnittää tapaan, millä tietoa hankitaan ja koejärjestelyihin. (Hirsjärvi ym. 2004, 25–26.) Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvailla erään päihdekuntoutumislaitoksen päihdetyöntekijöiden kokemuksia siitä, mikä motivoivassa haastattelussa edistää asiakkaan raitistumista. Aiheen valintaan vaikutti työelämässä esiin tullut tarve sekä oma kiinnostus motivoivaa haastattelumenetelmää kohtaan. Koska olemme työskennelleet päihdeasiakkaiden kanssa, tunsimme tarvetta saada lisätietoa siitä, miten moti-

voida heitä päihdeettömyyteen. Työssä koimme lisäksi päihdeitä käyttävien asiakkaiden kohtaamisen haasteellisena.

Jokaiselle tutkimukseen osallistuvalla on annettava riittävästi informaatiota tutkimuksen tarkoituksesta ja sen tavoitteista. Haastateltaville tulee korostaa osallistumisen vapaaehtoisuutta. (Eskola & Suoranta 1998, 56.) Opinnäytetyön toteuttamiseen saimme suullisen ja kirjallisen tutkimusluvan (liite 1) yhdeltä päihdekuntoutumiskeskuksen johtajalta työajalla ja työpaikalla tapahtuvasta haastattelusta. Haastatteluun osallistuneilta päihdetyöntekijöiltä pyysimme suullisen suostumuksen tutkimukseen osallistumisesta ja videokameroiden ja nauhurin käytöstä haastattelun tallentamisessa. Sähköpostitse heille lähetetyssä saatekirjeessä (liite 2) selvitimme tarkemmin tutkimuksen tarkoituksen ja tavoitteen. Vapaaehtoiseen osallistumiseen liittyen työntekijöillä oli mahdollisuus keskeyttää osallistumisensa missä tutkimuksen vaiheessa tahansa.

Tutkimustuloksia julkistettaessa on pidettävä huolta tietojen luottamuksellisuuden säilyttämisestä ja tutkimukseen osallistuvien anonymiteettisuojasta (Eskola & Suoranta, 1998, 57). Tutkimukseen osallistuneiden anonymiteetistä olemme pyrkineet huolehtimaan siten, että tutkimusraportista ei käy ilmi, missä laitoksessa tutkimus suoritettiin. Haastateltavien identiteetin suojaamiseksi aineistossa ei ole eritelty tutkimushenkilöiden sukupuolta, siviilisäätystä, tarkkaa työkokemusta eikä keski-ikää. Litteroitujen nauhojen sekä haastatteluaineistojen tuhoamisesta huolehdimme opinnäytetyön valmistuttua siten, että haastateltavien henkilöllisyys pysyy salassa.

8.3 Tutkimuksen luotettavuus

Luotettavuutta voi kuvata kahdella eri tavalla: reliabiliteetilla ja validiteetilla, molemmat termit tarkoittavat luotettavuutta. Reliabiliteetti viittaa tutkimuksen toistettavuuteen. Validiteetti ilmaisee, kuinka hyvin se mittaa juuri sitä, mitä sen halutaan mitattavan. Validiteettitarkastelussa on oleellista pohtia niitä tekijöitä, joilla on merkitystä tulosten luotettavuuteen. (Metsämuuronen 2003, 86.) Laadullisessa tutkimuksessa edellytetään tutkimuskohteen realistista olemassa oloa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 136). Haastateltavien valinta oli opinnäytetyöntekijöiden mielestä tarkoituksenmukainen, koska heillä oli koulutukseen sisältyvän teoretiedon lisäksi kokemukseen perustuvaa tietoa tutkimuksemme aiheesta. Haastateltavien lukumäärä oli ennalta päätetty. Se

muodostui päihdekuntoutumislaitoksessa motivoivan haastattelun kurssin käyneistä, joita oli viisi (5). Koska osa kutsutuista oli estynyt saapumasta haastatteluun henkilökohtaisten syiden vuoksi, jäi haastateltavia tähän tutkimukseen kaksi (2). Opinnäytetyöntekijöiden mielestä kahden päihdetyöntekijän osallistuminen haastatteluun antoi riittävän aineiston tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä. Koimme, että suurempi haastateltavien määrä olisi osaltaan vaikeuttanut aineiston analysointia heikentävästi, koska meillä ei ole riittävästi tietoa eikä taitoa isojen aineistojen käsittelyyn.

Teemahaastattelussa oleellisinta on, että haastattelu etenee tarkkojen kysymysten sijaan tiettyjen etukäteen tiedossa olevien keskeisten teemojen varassa (Hirsjärvi ym. 2004, 198). Laadullisella tutkimusmenetelmällä tehty tutkimus on luotettava, kun tutkimuksen tutkimuskohde ja tulkittu materiaali ovat yhteensopivia teoriamuodostukseen (Vilkkä 2005, 158). Haastattelumme teemat pohjautuivat teoriasta muodostettujen käsitysten perusteella. Meidän tutkimuksemme teema-alueina (liite 3) olivat päihdetyöntekijöiden taustatekijät, päihteiden käyttöön liittyvät taustatekijät, motivoiva haastattelumenetelmä sekä työntekijän tarvitsemat taidot motivoivien haastattelujen toteuttamiseen.

Teemahaastattelun saimme pidettyä koko tilaisuuden ajan aihepiirissä. Teema-alueisiin sekä omiin kokemuksiin ja tietoon pohjautuen päihdetyöntekijät esittivät näkökulmia tutkimuksemme kohteesta. Tilaisuuden jälkeen pohdimme, että olisimme voineet käyttää enemmän aikaa haastattelurungon laatimiseksi ja miettiä tarkemmin lisäkysymysten esittämistä. Syvällisemmin pohdittujen kysymysten avulla olisimme mahdollisesti voineet saada käsittelemästämme aiheesta nykyistä tarkemman kuvauksen.

Haastattelun laatua parantaa se, että haastattelu litteroidaan niin nopeasti kuin mahdollisesti. Haastatteluaineistoa ei voida sanoa luotettavaksi, mikäli vain osaa haastateltavista on haastateltu tai jos äänitteiden kuuluvuus on huono, tai litterointia ja luokitte-
lua ei tehdä huolellisesti. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 185.) Opinnäytetyömme luotettavuutta lisää haastattelun nauhoittaminen. Haastattelusta saamaamme aineisto pysyi muuttumattomana purettuamme nauhoitukset sanatarkasti ja huolellisesti. Ne muuttamat kohdat, jotka lukuisista kuunteluista huolimatta jäivät kuulematta, eivät meidän

mielestämme muuttaneet aineiston kokonaissisältöä. Nauhoituksen pohjalta laadimme tiivistetyn kuvauksen tutkimuksemme kohteena olevasta ilmiöstä.

Tutkimusta arvioidaan kokonaisuutena, jolloin sen sisällöllinen johdonmukaisuus korostuu. Raportin tulee olla selkeä kuvaus tutkittavasta ilmiöstä ja tutkimusprosessista. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 140–141.) Tutkimuksemme keskittyi kuvailemaan päihde-työntekijöiden työssä käyttämää motivoivan haastattelun menetelmää ja siihen liittyvää työntekijän sekä asiakkaan välistä dialogista vuorovaikutussuhdetta. Tästä syystä induktiivinen sisällönanalyysi oli perusteltu menetelmä. Sisällönanalyysin käyttö edellyttää tutkijalta menetelmän omaksumista sekä huolellista paneutumista aineistoon tutkimuksen tarkoituksen mukaisesti. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 3–10.) Sisällönanalyysimenetelmän käyttöä pidimme mielenkiintoisena, mutta kokemattomuudestamme johtuen vaikeasti ymmärrettävissä ja haasteellisena. Aineiston analysointi sekä tulosten saaminen luettavaan muotoon tuntuivat työläältä. Monien alkuvaikeuksien jälkeen koimme tämän osoittautuvan kuitenkin oman oppimisen sekä menetelmän sisäistämisen kannalta tarpeelliseksi.

Suorat lainaukset aineistosta Kyngäs & Vanhasen mukaan (1999) lisäävät raportin luotettavuutta ja niiden tarkoituksena on osoittaa lukijalle se, minkälaisesta alkupe-
räisaineistosta kategoriat on muodostettu. Sisällönanalyysissä tutkijan tulee onnistua pelkistämään aineisto ja muodostamaan siitä kategoriat niin, että ne kuvaavat mahdollisimman luotettavasti tutkittavaa ilmiötä. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 10.) Tutkimuk-
sessamme erityisen haasteellisena pidimme aineiston pelkistämistä ja luokittelua siten, että yhteys tutkimusaineistoon säilyi. Koimme, että tutkimustehtävän mukaisten ilmai-
sujen etsiminen puhekielellä olevasta litteroidusta tekstistä oli hidasta ja hajanaista. Tämä on mahdollisesti saattanut vaikuttaa aineiston analyysin luotettavuuteen. Luo-
tettavuuden lisäämiseksi tuloksissa käytimme harkiten ja perustellusti suoria lainauk-
sia kuvaamaan tutkimusaineiston sisältöä.

Opinnäytetyöprosessi oli kärsivällisyyttä ja voimia kuluttavaa toimintaa. Haasteellisen aineiston analysointivaiheen edetessä yksi meistä kolmesta opinnäytetyöntekijöistä jätti opinnäytetyön prosessin kesken. Kahdestaan jatkoimme opinnäytetyömme työs-
tämistä ja pyrimme luottamaan siihen, että vaikeimmatkin ongelmat ja solmukohdat olivat voitettavissa. Silloinkin, kun tuntui mahdottomalta pitää ajatuksia jäsentyneinä

tutkimuksen suunnittelusta raportointiin. Opinnäytetyömme tutkimusteksti on syntynyt monivaiheisen muokausprosessin tuloksena, pieni pala kerrallaan, omien kokemusten, pohdintojen ja ymmärryksen kautta. Muokausprosessin aikana löysimme uusia ajatuksia ja ilmaisumuotoja kuvaamaan tutkimuskohdetta luotettavasti ja johdonmukaisesti. Opinnäytetyön aiheen valintaan olemme olleet tyytyväisiä, koska se on antanut meille valmiuksia ymmärtää mitä on asiakaslähtöinen vuorovaikutus työntekijän ja asiakkaan välisessä suhteessa.

8.4 Jatkotutkimusaiheita

Opinnäytetyömme pohjalta voimme ehdottaa, että sairaanhoitajan ammatillisessa koulutuksessa tulisi käsitellä enenevässä määrin asiakaslähtöistä asiakkaan kohtaamista, ja korostaa työntekijän persoonan merkitystä hoito- ja huolenpitotyössä. Motivoiva haastattelu on hyväksi koettu menetelmä päihdetyön ohella myös monella muulla terveydenhuollon sektorilla.

Toisena jatkotutkimusaiheena olisi mielenkiintoista selvittää, minkälaiset kuntoutusmenetelmät tukevat parhaiten toisiaan päihdeasiakkaan kuntoutusprosessissa. Meidän mielestämme käytännön työssä päihdeasiakkaan auttamiseksi työntekijällä tulee olla tietoa ja taitoa erilaisista hoidollisista menetelmistä, jotta hän osaa valita kuhunkin asiakkaan tilanteeseen sopivan auttamiskeinon.

LÄHTEET

Antikainen, Risto & Ranta, Mauri (toim.) 2008. Kohti vastavuoroisuutta. Psykoterapeuttinen hoitosuhde. Helsinki: Duodecim.

Dahl, Päivi & Hirschovits, Tanja 2007. Tästä on kyse – Tietoa päihteistä. 4. uudistettu painos. Helsinki: Hakapaino.

Edwards, Griffith, Anderson, Peter, Babor, Thomas, F, Casswell, Sally, Ferrence, Roberta, Giesbrecht, Norman, Godfrey, Christine, Holder, Harold, D, Lemmens, Paul. Mäkelä, Klaus, Midanik, Lorraine, T, Norström, Thor, Romelsjö, Anders, Room, Robin, Simpura, Jussi, Skog, Ole-Jørgen & Österberg, Esa 1996. Alkoholipolitiikka ja yhteinen hyvä. Helsinki: Edita.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.

Halonen, Pia & Paakkeli-Kurronen, Pirkko 2006. Päihdehoitotyön auttamismenetelmät katkaisuhuolto-osastolla - asiakkaiden ja hoitajien kuvaamana. Kuopion yliopisto. Hoitotieteen laitos. Pro gradu- tutkielma.

Havio, Marjaliisa, Mattila, Riitta, Sinnemäki, Tarja & Syysmeri, Leena 1994. Päihteenkäyttäjät hoitotyön haasteena. Helsinki: Kirjayhtymä.

Havio, Marjaliisa, Inkinen, Maria & Partanen, Airi 2008. Päihdehoitotyö. Helsinki: Tammi.

Hellsten, Tommy 2001. Virtahepo olohuoneessa. 23. painos. Helsinki: Kirjapaja.

Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki. Yliopistopaino.

Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2004. Tutki ja Kirjoita. 10., osin uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.

Inkinen, Maria 2004. Päihdehuollon sairaanhoitajan työn sisältö. Lääketieteellinen tiedekunta. Tampereen yliopisto. Hoitotieteen laitos. Pro gradu- tutkielma.

Inkinen, Maria, Partanen, Airi & Sutinen, Tiina 2000. Päihdehoitotyö. Tampere: Tammer-paino.

Järvelä, Sirpa 2004. Kokemuksia alkoholin aiheuttamista vieroitusoireista. Hoitotieteen ja terveyshallinnon laitos. Oulun yliopisto. Pro gradu- tutkielma.

Koivunen, Pasi & Uusi- Rintakoski, Jarmo (toim.) 1997. Vapaaksi riippuvuuksista. Henkisen kasvun ja itsehypnoosin avulla irti viinasta, tupakasta, pelihimosta ja muista addiktioista. Helsinki: Gummerus.

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

Koski-Jännes, Anja 1998. Miten riippuvuus voitetaan. Helsinki: Otava.

Kähkönen, Seppo, Karila, Irma & Holmberg, Nils (toim.) 2008. 3.uudist. painos. Kognitiivinen psykoterapia. Helsinki: Duodecim.

Kyngäs, Helvi & Vahanen, Liisa 1999. Sisällön analyysi. Hoitotiede Vol. 11, no 1/99. Vammala: Vammalan kirjapaino.

Lappalainen-Lehto, Riitta, Romu, Maija-Liisa & Taskinen, Mailis 2008. Haasteena päihteet. Ammatillisen päihdetyön perusteita. Helsinki: WSOY. Oppimateriaalit.

Meyers, Roberts, J, Ph, D, Brenda, L, Wolfe, Ph, D 2007. Rakkaasta raitis. Helsinki: Dark.

Metsämuuronen, Jari 2003. 2.uudistettu painos. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteessä. Helsinki: Methelp.

Miller, William & Rollnick, Stephen 1991. "Motivational Interviewing Preparing people to change addictive behavior". Käännös luvuista 6, 8, 11. Guilford Press, New York. Reprinted by permission from Guilford Press. Käännös: N. Holmberg 1993. www.sosiaalisairaala.fi/koulutusmateriaalia/Motivaatio_ja_muutos.pdf-Luettu 26.4.2009.

Palo, Jorma 1994. Suomalainen lääkärikirja. Helsinki:WSOY.

Pötsönen, Riikka & Välimaa, Raili (toim.) 1998. Ryhmähaastattelu laadullisen terveystutkimuksen menetelmänä. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Rakkolainen, Maria 2004. "Velat muuttuu saataviksi" – Motivoivan haastattelun periaatteiden toteutuminen Mikkelin vankilan parityönä toteutetuissa päihdehaastatteluisa. Kuopion yliopisto. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Pro gradu- tutkielma. PDF -dokumentti. http://www.vhkk.fi/rakkolainen_Maria.pdf. Luettu 26.4.2009.

Salaspuro, Mikko, Kiianmaa, Kalervo & Seppä, Kaija (toim.) 1998. Päihdelääketiede. Helsinki: Duodecim.

Sorsa, Minna 2002. Asiakaslähtöisyys sosiaali- ja terveystaloudissa. Tampereen yliopisto. Hoitotiede. Hoitotieteen laitos. Pro gradu- tutkielma.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Helsinki: Tammi.

Toikka, Veli-Matti 2006. Rattijuopumuksesta tuomittujen yhdyskuntapalvelun kehittäminen - Ohjauspyörä- toimintaohjelma ongelmallisen rikos- ja päihdekäyttötymisen käsittelyn välineenä. Kuopion yliopisto. Sosiaalityön pääaine. Sosiaalityön ja sosiaalipedagogiikan laitos. Pro gradu- tutkielma.

Vilka, Hanna 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.

Katriina Mäkeläinen, Inga Pahkakangas, Pirkko-Liisa Pylvänäinen
Hoitotyön koulutusohjelma / sairaanhoitaja
Mikkelin ammattikorkeakoulu
Raviradantie 16
PL 181, 50101 Mikkelä
puh.015 35561

LIITE 1

2.2.2009

Tuustaipaleen kuntoutumiskeskus
Johtaja Hilikka Viherlehto
Tuustaipaleentie 720
52740 Tuustaipale
puh. (015) 761 6500

OPINNÄYTETYÖN LUPA-ANOMUS

Pyydämme kohteliaimmin lupaa saada toteuttaa ryhmähaastattelu yhteisössänne Tuustaipaleella. Ryhmähaastattelu liittyy opinnäytetyöhömmme Mikkelin ammattikorkeakoulussa, jossa opiskelemme sairaanhoitajiksi.

Opinnäytetyön aihe / nimi

Miten motivoiva haastattelu auttaa päihdeasiakastyössä..

Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite

Tarkoituksena on tutkia päihdetyöntekijöiden käsityksiä ja kokemuksia miten motivoiva haastattelu auttaa asiakkaan motivoitumiseen päästäkseen irti päihteistä, mikä siinä vaikuttaa ja miten siihen vaikutetaan. Tavoitteena on tuoda esiin tietoa päihderiippuvuudesta ja motivoivan haastattelu menetelmän vaikutuksesta muutostmotivaatioon.

Opinnäytetyömme arvioitu valmistumisajankohta

Toukokuu 2009

Opinnäytetyön suunnitelma on hyväksytty

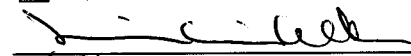
5.2.2009

Ohjaava opettaja

Kuismin Riitta

Opinnäytetyön yhteistyötaho

Hyväksyn opinnäytetyön tekemisen yhteisössämme

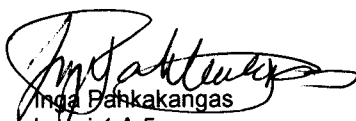


Hilikka Viherlehto, päihdekuudon johtaja

En hyväksy opinnäytetyön tekemistä yhteisössämme, miksi

Tarvitaanko muita lupa-anomuksia ei

kyllä, mitä


Inga Pahkakangas
Laani 4 A 5

40100 Jyväskylä
puh. 045 1215717
inga.pahkakangas@hotmail.com


Pirkko-Liisa Pylvänäinen

Saukonkuj5 as 2
50190 Mikkelä
puh. 050 3632874
pirkkoliisa.pylvanainen@mail.mamk.fi


Katriina Mäkeläinen

Pertunmaantie 1537
52740 Tuustaipale
puh. 050 523 1897
katriina.makelainen@hotmail.com

Katriina Mäkeläinen, Inga Pahkakangas, Pirkko-Liisa Pylvänäinen
Hoitotyön koulutusohjelma / sairaanhoitaja
Mikkelin ammattikorkeakoulu
Raviradantie 16
PL 181, 50101 Mikkelä
puh.015 35561

LIITE 2

2.2.2009

Tuustaipaleen kuntoutumiskeskus
Henkilökunta
Tuustaipaleentie 720
52740 Tuustaipale
puh. (015) 761 6500

RYHMÄHAASTATTELU

Olemme kolme Mikkelin ammattikorkeakoulun sairaanhoitaja opiskelijaa. Opinnäytetyömme: "Miten motivoiva haastattelu auttaa päihdeasiakastyössä" tavoitteena on tuoda esiin tietoa päihderiippuvuudesta ja motivoivan haastattelu menetelmän vaikutuksesta asiakkaan muutosmotivaatioon. Opinnäytetyömme valmistuu kevään 2009 aikana.

Eräs tutkimuksemme keskeisistä teemoista on tutkia miten päihdetyöntekijät käyttävät motivoivaa haastattelumenetelmää asiakkaan motivoimiseksi päihteistä irrottautumisessa. Tämä tarkoittaa päihdeasiakkaan ja työntekijän välillä tapahtuvaa vuorovaikutusta, jonka tavoitteena on auttaa asiakasta irti ristiriidasta kohti muutosta.

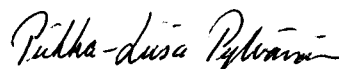
Tiedonkeruumenetelmänä käytämme ryhmähaastattelua, joka on tarkoitus toteuttaa Tuustaipaleen kuntoutuskeskuksessa työaikana. Lupa haastattelun järjestämiseen on pyydetty Tuustaipaleen kuntoutumiskeskuksen johtajalta Hilka Vihlerlehdolta suullisesti ja kirjallisesti. Haastattelun ajankohdaksi ajattelimme maaliskuun ensimmäistä tai toista viikkoa. Ryhmähaastatteluun varaamme aikaa puolitoista tuntia (11/2). Läsnä oleviksi kutsumme niitä työntekijöitä jotka ovat käyneet motivoivan haastattelun kurssin. Toivomme, että pääsette tulemaan haastattelutilanteeseen. Ryhmähaastattelu tapahtuu klo. 9.45 - 11.15 välillä.

Haastattelu kuvataan videokameralla haastateltavien suostumuksella. Kuvamateriaali tuhotaan työmme valmistuttua. Kaikkia vastauksia käsitellään luottamuksellisesti eikä vastaajien henkilöllisyys tule missään vaiheessa ilmi.

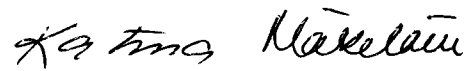
Yhteistyöterveisin



Inga Pahkakangas
Laani 4 A 5
40100 Jyväskylä
puh. 045 1215717
inga.pahkakangas@hotmail.com



Pirkko-Liisa Pylvänäinen
Saukonkuj5 as 2
50190 Mikkelä
puh. 050 3632874
pirkkoliisa.pylvanainen@mail.mamk.fi



Katriina Mäkeläinen
Pertunmaantie 1537
52740 Tuustaipale
puh. 050 523 1897
katriina.makelainen@hotmail.com

LIITE 3

Ryhmähaastattelu 11.3 klo. 9.15 – 10.40 kuntoutumiskeskus

Olemme Mikkelin ammattikorkeakoulun sairaanhoitaja opiskelijoita ja tämä ryhmähaastattelu liittyy opinnäytetyöhömmen. Tarkoituksena on tutkia motivoivaa haastattelua päihdeasiakastyössä. Ryhmähaastatteluun olemme varanneet aikaa puolitoista tuntia (11/2). Haastattelussa käymme läpi teemoja ja aihepiiriä ja näiden otsikoiden alla keskustellaan vapaasti mutta kuitenkin asiassa pysyttelevää keskustelua. Teemoihin liittyvän aihepiirin annamme teille lapulla.

Taustatekijät

Tilaisuuden aluksi pyydämme teitä jokaista esittäytymään. Voisitte kertoa hieman taustatietoja itsestänne. Minkälainen koulutus teillä on, missä ja milloin olette hankkinut motivoivan haastattelun koulutuksen ja käytättekö sitä työssänne.

Teemat:

1. Mikä motivoivassa haastattelussa auttaa?
2. Minkälaisia auttavia tekijöitä motivoivaan haastatteluun sisältyy?
3. Minkälaisia avaintaitoja työntekijä tarvitsee käyttäessään motivoivaa haastattelua?

Apukysymykset:

1. Minkälainen on motivoivan haastattelun henki?
2. Onko jokaisessa asiakkaassa potentiaali muutokseen?
3. Mistä työntekijä huomaa ristiriidan?
4. Miten käsittelette asiakkaan retkahduksen?
5. Teettekö keskustelun aikana yhteenvetoja?
6. Miten ansat näyttävät keskustelun aikana?
7. Mistä työntekijä tietää työskentelevänsä oikeaan suuntaan?