

PÄIVÄ KERRALLAAN

**Raittiin alkoholistin identiteetin rakentuminen
AA-ryhmän vuorovaikutuksessa**

Simo Klem

Sosiologian pro gradu - tutkielma
Kevät 2002
Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos
Jyväskylän yliopisto

PÄIVÄ KERRALLAAN

Raittiin alkoholistin identiteetin rakentuminen AA-ryhmän vuorovaikutuksessa

Simo Klem

Sosiologian pro gradu –tutkielma

Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos

Jyväskylän yliopisto, maaliskuu 2002. 70 s. + liitteet 5 s.

Päivä kerrallaan -tutkielman tavoitteena oli selvittää, millä tavalla AA:lainen raittiin alkoholistin identiteetti rakentuu AA-ryhmän vuorovaikutuksessa. Tutkielman kohteina olivat AA:n jäsenet, joita haastatteleamalla pyrittiin luomaan kuvaus siitä, kuinka he AA:n ryhmävuorovaikutuksen puhumisen ja kuuntelemisen prosesseissa rakentavat ja uusintavat AA:laista raittiin alkoholistin identiteettiään. Tutkielman erityistarkastelussa oli AA-puheenvuoro, jonka sisältöä, funktioita, rakentumista ja muutoksia selvitettiin haastatteluisissa. Teemahaastattelut toteutettiin joulutammikuussa 1999 – 2000. Aineiston analyysimenetelmänä käytettiin kvalitatiivista aineistolähtöistä teemoittelua. Tutkielman keskeisimpinä teoreettisina lähtökohtina olivat Ilkka Armisen tutkimukset AA-elämäkertoista (1994) ja palaverivuorovaikutuksesta (1998).

Tutkimuksen tulokset osoittavat, että AA:n palaveripuhetta jäsentää jäsenten raitistumistarina, joka jakaa palavereissa kerrotut elämänhistorialliset tapahtumat ja päivittäiset kokemukset sairastamis- ja toipumiskokemuksiksi. Puheenvuoron sisällön perustana on jäsenen oma elämäntarina, jonka kertominen AA-ryhmässä toimii uuden identiteetin rakennusvälineenä. Elämäntarinan ja identiteetin muutokset ovat niiden rakentumista, eheytymistä ja uudelleentulkintaa.

Palaveripuheen äärimmäisen vapauden ja rajautuneisuuden ristiriita selittyy AA:n eri tehtävillä, joissa painottuu joko yksilön tai ryhmän näkökulma. Yksilönäkökulmassa korostuu AA:n terapeutin tehtävä ja ryhmänäkökulmassa ryhmän kiinteys ja säilyminen sekä 12:n askeleen sanomansaattotehtävä.

Tyypilliseen AA:laiseen raitistumistarinaan kuuluvat haastattelujen perusteella alkoholisin kieltäminen, retkahdusten kausi ennen lopullista raitistumista, pohjan kokeminen vaihtoehdottomuuden tunteena ja raitistuminen uskoontulon kaltaisena tunnekuohuna. Raitistumisen perustaksi voidaan nähdä AA:n jäsenen oivallus omasta sosiaalisesta olemuksestaan.

Avainsanat: AA, ryhmä, puhe, addiktio, alkoholismi, identiteetti, vuorovaikutus

SISÄLLYSLUETTELO

1. JOHDANTO	4
2. NIMETTÖMÄT ALKOHOLISTIT	7
2.1 SYNTYHISTORIAA	7
2.2 AA TUTKIMUKSEN KOHTEENA	10
3. AA USKOMUS- JA VUOROVAIKUTUSJÄRJESTELMÄNÄ	11
3.1 AA-PALAVERI	12
3.2 AA:N HENGELLISYYS	16
3.3 AA-ELÄMÄNTARINAT	17
3.4 AA-RETORIIKKA	19
4. IDENTITEETTI KÄSITTEENÄ	20
4.1 IDENTITEETTITEORIOIDEN SYNTY	20
4.2 KLASSINEN ELÄMÄNSUUNNITELMA JA POSTMODERNI	22
4.3 ALKOHOLISTIN IDENTITEETTI	23
5. ADDIKTIO JA ALKOHOLISMI	24
5.1 ADDIKTIO	24
5.2 ALKOHOLISMI	25
5.3 AA:N ALKOHOLISMIKÄSITYS	27
6. TUTKIMUSMENETELMÄ	29
6.1 TEEMAHAASTATTELU AINEISTONKERUUMENETELMÄNÄ	29
6.2 TEEMOITTELU AINEISTON ANALYYSIMENETELMÄNÄ	30
6.3 AINEISTO	31
6.4 HAASTATTELUJEN ETENEMINEN	32
6.5 AINEISTON ANALYYSI	34
7. RAITISTUMISTARINA	36
7.1 KIELTÄMINEN	36
7.2 RETKAHDUKSET	37
7.3 POHJA	38
7.4 RAITISTUMINEN	41

8. AA-PUHE	43
8.1 PUHEEN SISÄLTÖ	44
8.2 PUHEEN FUNKTIOT	47
8.3 PUHEENVUORON RAKENTUMINEN	49
8.3.1 <i>Perustarina</i>	50
8.3.2 <i>Mieliälä ja päivän tapahtumat</i>	51
8.3.3 <i>Palaverin luonne ja osanottajat</i>	52
8.4 MUIDEN PUHEENVUOROT	55
8.4.1 <i>Hyvä puheenvuoro</i>	56
8.4.2 <i>Loukkaavat puheenvuorot</i>	57
8.4.3 <i>Samastuminen</i>	58
8.5 PUHEENVUORON MUUTOKSET	59
8.5.1 <i>Psyykkiset muutokset</i>	59
8.5.2 <i>AA-puheen oppiminen</i>	60
9. JOHTOPÄÄTÖKSET	63
9.1 AA-IDENTITEETIN RAKENTUMINEN	63
9.2 RAITTIUDEN KULKU	66
9.3 TIE UUTEEN YHTEISÖLLISYYTEEN	66
LÄHDELUETTELO	68

Liite 1: Haastattelurunko

Liite 2: Aihealueet ja teemat

Liite 3: 12 askelta ja 12 perinnettä

Liite 4: Jellinekin käyrä

1. JOHDANTO

Olen suomalainen. Tähän toteamukseen sisältyy mielikuva ihmisestä, jonka ympärillä on aina ollut ja tulee aina olemaan alkoholia. Alkoholi kuuluu suomalaisuuteen. Suomalaiset määrittelevät toisiaan alkoholin avulla, ja alkoholi on myös olennainen osa heidän sosiaalisuuttaan. Ravintoloissa suomalaiset juovat ja puhuvat juomisestaan, läheistensä juomisesta, työkavereidensa juomisesta, nuorten juomisesta, suomalaisten juomisesta jne. He luokittelevat toisiaan sillä perusteella, kuinka paljon ja millä tavalla he juovat. Karkean luokittelujärjestelmän perusteella suomalaiset jakavat toisensa absolutisteihin (raititit), kohtuukäyttäjiin, suurkuluttajiin ja ongelmakäyttäjiin (alkoholistit).

Alkoholi on siis myös ongelmallinen. Suurin osa suomalaisista on elämässään kohdannut alkoholin aiheuttamia ongelmia, ja julkisessa keskustelussa näitä ongelmia on jo pitkään pidetty yhteiskunnan hyvinvoinnin vakavana uhkana. Suomalaisten juominen on luonut suomalaisen alkoholipolitiikan, joka ehkäisevin ja korjaavin toimenpitein on pyrkinyt vähentämään juomisen haittavaikutuksia, sekä hoitojärjestelmien kokonaisuuden, jonka muodostavat erilaiset viralliset ja epäviralliset organisaatiot. Suomalaisuuden ja alkoholiongelmiensa läheisestä suhteesta kertoo Yhdysvalloista lähtöisin olevan AA-liikkeen nopea levittäytyminen Suomeen 1950-luvulla.

Minäkin olen suomalainen, joten alkoholi on ympäröinyt aina myös minua. Olen niin ikään nähnyt ja kokenut läheltä alkoholin aiheuttamia ongelmia, mikä puolestaan on johdantanut pohdintoihin ongelmien mahdollisista ratkaisukeinoista. Tutkielmani aihe juontaa siis ainakin osaksi juurensa henkilökohtaisista, tosin varsin tyypillisistä suomalaisista kokemuksistani. Aihe on kuitenkin myös sosiologisesti kiinnostava. Alkoholi toimii tutkielmassani linssinä yhteiskunnalliseen ilmiöön, identiteetin muutokseen.

Tutkielmaani varten haastattelemani yhdeksän ihmistä ovat kukin käyneet läpi identiteetin muutoksen. He kaikki ovat aiemmin pitäneet itseään alkoholin kohtuukäyttäjinä, mutta ajautuneet sitten juomisensa takia elämässään sellaiseen umpikujaan, jossa ainoaksi vaihtoehdoksi on osoittautunut identiteetin muutos: oman alkoholismin myöntäminen ja raitistuminen. Muutos on ollut raju, koska alkoholi on siihen mennessä noussut merkittävään asemaan kaikilla heidän elämänsä osa-alueilla. Muutos on kuitenkin ollut myös väistämätön, sillä alkoholi on noussut myös koko olemassaolon uhaksi.

Tällainen identiteetin valtaisa muutos tuntui gradun aihetta valitessani sosiologisesti hyvin kiinnostavalta. Elämää kannattelevat sosiaaliset rakenteet tulevat usein juuri muutoksissa näkyviin. Haastateltavieni elämä on romahtanut, mutta rakentunut tai rakentumassa uudelleen. Rakennusaineet uudelle identiteetilleen he ovat löytäneet vertaistensa joukosta, alkoholistien maailmanlaajuisesta Alcoholics Anonymous (AA) –toveriseurasta.

AA:ta on tutkittu paljon (Suomessa mm. Ilkka Arminen, 1994, 1998 ja Klaus Mäkelä 1998). Omalta osaltani pyrin valottamaan identiteetin muutosta AA:n jäsenen näkökulmasta keskittyen erityisesti AA:n näkyvään (tai kuuluvaan) ilmenemismuotoon, AA-puheenvuoroon. Tutkielmani empiirisellä aineistolla olen pyrkinyt kuvaamaan, miten AA:n jäsen itse tulkitsee oman puheensa merkityksiä ja puheenvuoronsa rakentumista. Kaiken kaikkiaan pyrin tutkielmassani selvittämään, millä tavalla raittiin alkoholistin identiteetti AA-ryhmän vuorovaikutuksessa – puhumisen ja kuuntelemisen prosesseissa – rakentuu.

Keräsin empiirisen aineistoni teemahaastatteluihin, joissa kysyin AA:n jäseniltä, miten he päätyivät AA:han, mikä on AA:n merkitys heidän elämässään, kuinka he suhtautuvat AA:n toipumisohjelmaan ja AA-palaverin rakenteeseen ja millaisina he kokevat oman puheenvuoronsa ja muiden puheenvuorot. Litteroitua haastatteluaineistoa lähestyin kvalitatiivisesti ja mahdollisimman vähillä ennako-oletuksilla. Sosiologian metodologista perinteistä grounded theory on lähinnä analyysimenetelmänä käyttämäni aineistolähtöistä teemoittelua.

Tutkimusraportin toisessa luvussa esittelen AA:n syntyhistoriaa sekä AA:ta koskevaa aiempaa tutkimusta ja kolmannessa luvussa AA:n uskomus- ja vuorovaikutusjärjestelmää. Neljännessä luvussa tarkastelen identiteetin käsitettä ja viidennessä addiktion ja alkoholismien käsitteitä. Kuudennessa luvussa esittelen tutkielmani aineiston ja käyttämäni tutkimusmenetelmän.

Seitsemännessä luvussa kuvaan haastatteluaineistoni pohjalta AA:laisen elämän suurta käännekohtaa, raitistumista. Tutkielmani pääkysymystä, raittiin alkoholistin identiteetin rakentumista AA-palaverin puhumisen ja kuuntelemisen prosesseissa, tarkastelen luvussa kahdeksan. Tutkielmani päähuomio kohdistuu AA-puheenvuoron sisältöön, rakentumiseen, funktioihin ja muutoksiin. Johtopäätösluvussa tarkastelen AA-identiteetin rakentumista tutkimustulosten valossa.

2. NIMETTÖMÄT ALKOHOLISTIT

2.1 SYNTYHISTORIAA

Nimettömät Alkoholistit (Alcoholics Anonymous - AA) sai alkunsa Yhdysvalloissa vuonna 1935, kun alkoholistit ”mr Bill W.” eli arvopaperivälittäjä William Griffith Wilson ja ”tri Bob S.” eli kirurgi Robert Holbrook Smith perustivat ensimmäisen uudenlaisen toipumisryhmän (Kojo, 1997, 282). AA käsitti alkoholismin paljolti samalla tavalla kuin 1800-luvun raittiusliike, jolloin muotoutui käsitys siitä, että juoppous on sairaus, eli tunnusomaista oli juomisen pakonomaisuus, pelastumisen ehto oli tämän tunnustaminen ja ehdoton raittius. Alkoholismin syyn AA kuitenkin uskoi olevan ihmisessä, ei alkoholissa, kuten raittiusliike aiemmin (Kari Poikolainen, 1983, 114). AA:ssa painotettiin, että alkoholi on vaarallista vain alkoholisteille, eräänlaisille allergikoille, joiden tulee pidättäytyä alkoholin käytöstä (Leppo, 1999, 40).

Vuonna 1939 julkaistiin liikkeen perusteos *Alcoholics Anonymous*, jonka mukaan liike sai myös nimensä (Mäkelä et.al. 1996). Samana vuonna esitettiin ensimmäisen kerran julkisesti myös koko AA-toiminnan perustana olevat 12 askelta, jotka pohjautuvat vahvasti kristillisen Oxford-liikkeen periaatteisiin. AA:n käytännön toimintaa ohjaavat 12 perinnettä puolestaan julkaistiin vuonna 1946 (Kojo, 1997, 282).

AA on sittemmin levinnyt maailmanlaajuisesti toveriseuraksi. Se kattaa tätä nykyä kaikki mantereet ja useimmat maat, pois lukien islamilaiset valtiot, ja se raportoii yli 1,5 miljoonaa jäsentä vuonna 1988 (Arminen, 1994, 13).

Suomessa viikoittaisia AA-kokouksia on ollut vuodesta 1948 lähtien. Ensimmäisinä vuosina toiminta oli uskonnollisella pohjalla, ja kokouksiin osallistui myös muita kuin alkoholisteja. Melko pian Suomen AA-toiminta lähti kuitenkin seuraamaan amerikkalaista esikuvaansa ja AA:n kahdentoista askeleen ohjelmaa ja on myös pysynyt ideologisesti lähellä amerikkalaista esikuvaansa (Haavisto-Koskela, 1992, 318). Vuonna 1997 ryhmiä oli Suomessa noin 270 paikkakunnalla, ja mukana oli arviolta 15 000 aktiivista alkoholista. Naisia oli neljännes jäsenistöstä, mutta määrä oli huimassa kasvussa (Kojo, 1997, 283).

AA:ta voi luonnehtia Suomessa alkoholiongelmaisten suhteen merkittäväksi toimijaksi, mutta muutoin se on (tarkoituksellisesti) kulttuurisesti näkymätön (Arminen, 1994, 14).

AA:n uskomusjärjestelmä on taltioitu kahteentoista askeleeseen ja kahteentoista perinteeseen (liite 3). Kahdentoista askeleen ohjelman pohjana on eri uskontojen ja filosofioiden ikivanhoja totuuksia, psykologisia ja lääketieteellisiä havaintoja sekä käytännössä koeteltuja elämäkokemuksia (Kojo, 1997, 288). Kaksitoista askelta ja kaksitoista perinnettä ovat syntyneet sadan ensimmäisen AA:n jäsenen kokemuksista. Raisa Kettusen ja Airi Leppäsen mukaan ne ovat tarkoitettu keinoiksi pysytellä raittiina juovassa yhteiskunnassa. AA:ssa alkoholismi nähdään tunne-elämän sairautena, jossa ongelmia kompensoidaan päihteillä. Muutoksen myötä opetellaan elämään tätä päivää, ei kanneta eilisen taakkoja eikä huolehdita etukäteen huomisesta. Toipuminen merkitsee kokonaisvaltaista elämätavan muutosta, vastuun ottamista itsestä, perheestä, työstä ja taloudesta. Kyse on henkisen kasvun ohjelmasta, joka jatkuu koko eliniän, päivä kerrallaan (Kettunen – Leppänen, 1994, 14).

Kaksitoista askelta on suunnattu toipuvalle alkoholistille ja perinteet puolestaan ryhmille. AA:n uskomusten ytimeksi voi tiivistää alkoholistin itse kokeman hallitsemattoman voimattomuuden alkoholiin nähden, mikä johtaa pyrkimykseen pysyä päivä kerrallaan raittiina. Varsinkin askeleiden kohdalla on kuitenkin tärkeä painottaa myös niiden avoimuutta. AA:n askeleet eivät ole toipuvalle alkoholistille suunnattuja ehdottomia sääntöjä, vaan ehdotuksia, joiden noudattamisen AA:n jäsenet ovat kokemusperäisesti havainneet järkeväksi. Samanaikaisesti askeleet ja perinteet ovat lähes ainoita AA:n kirjoitettuun muotoon päätyneitä ohjeita. Esimerkiksi elämäntarinoiden kerrontaa tai kokoontumiskäyttäytymistä ei ole juuri ohjattu kirjallisina suosituksina. AA jäsenyyttä pitkälti sen yksittäisten jäsenten kokemusten kautta (Arminen, 1994, 13).

AA on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton ja taloudellisesti itsenäinen liike. Toiminnan perusyksikköinä ovat yksittäiset AA-ryhmät ja niiden järjestämät AA-kokoukset. AA:n toipumisohjelma koostuu AA-kokouksissa käymisestä ja askeleiden kanssa työskentelystä, eli niiden hyväksymisestä ja soveltamisesta omassa elämässä. Alkoholismi ymmärretään AA:laisittain parantumattomana ja progressiivisena etenevänä sairautena, jolla on fyysinen, psyykinen, sosiaalinen ja hengellinen ulottuvuutensa. Alkoholisti ei

voi enää oppia käyttämään alkoholia kontrolloidusti ja on vastuussa sairautensa hoitamisesta, mutta ei sairastumisestaan. AA-ohjelman ensimmäinen askel on alkoholiiongelman omakohtainen tunnistaminen ja ainoa osallistumisen ehto on vilpittömän halu lopettaa juominen (Leppo, 1999, 41).

AA ei ole organisoitunut tavanomaiseen tapaan: sillä ei ole jäsenluetteloita, lisäksi jäsenet ovat nimettömiä eikä heillä ole velvoitteita. AA:lla ei ole virallista toimintarattaistoa, ei virkamiehistöä. Sillä ei myöskään ole toimintasuunnitelmia eikä –kertomuksia tavallisesa mielessä. Se ei tarvitse hallitsevaa organisaatiota, koska jokainen ryhmä on täysin itsenäinen ja toimii vain sen ryhmän jäsenten keskenään sopimalla tavalla (Kojon 1997, 293).

Yhteistä ryhmille on se, että niiden toiminta perustuu 12 askeleeseen ja 12 perinteeseen. Mutta koska molemmat sisältävät vain ehdotuksia, eri ryhmät saattavat erota toisistaan paljonkin. Joitakin yhteisiä piirteitä kuitenkin on. Ryhmillä on yleensä muutamia jatkuvasti vaihtuvia ”toimihenkilöitä” kuten palaverin vetäjä, rahastonhoitaja, sihteeri ja (tärkein kaikista) kahvinkeittäjä. Vastuuhenkilöiden tehtävänä on muun muassa lähettää ryhmäkulujen (kahvit, vuokrat yms.) yli jäävä raha AA:n palveluelimiin. Ne puolestaan käyttävät varat Auttavaan Puhelimeen sekä AA-lehtien, -esitteiden ja -kirjallisuuden kustantamiseen (Kojon 1997, 294).

2.2 AA TUTKIMUKSEN KOHTEENA

Useimmat AA:ta koskeneet tutkimukset ovat Ilkka Arminen (1994) mukaan kohdistuneet AA:n uskomusjärjestelmän tai toipumisohjelman eri puoliin, jolloin on painotettu AA:n uskonnon tai kultin kaltaisuutta. Lahkometaforalla on viitattu tutkimukseen, joka kuvaa alkoholistin toipumiskokemusta esimerkiksi "antautumisen" tai "kääntymyksen" kaltaisena prosessina. Yhdistysmetaforalla on viitattu uudempaan tutkimukseen, jossa painotetaan AA-toiminnan organisatorisia ja päämäärärationaalisia puolia ja analysoidaan esimerkiksi sen yhtenäisyyden ja koossapysymisen perusteita (Arminen 1994, 17 - 22).

Organisatorisesta näkökulmasta AA:ta on tutkittu mm. uutena sosiaalisena liikkeenä (Mäkelä et. al. 1996). Erotuksena traditionaalisista liikkeistä uusien sosiaalisten liikkeiden jäsenyys perustuu sosiaalisen aseman sijasta yksilöllisiin arvoihin ja kokemuksiin, mikä on yhteydessä moderniin individualisaatioprosessiin (Mäkelä et. al. 1996, 3-14). Ilkka Arminen on tutkinut AA-puhetta ja AA:n vuorovaikutuksellisia käytäntöjä mm. elämäkertojen valossa (1994) sekä palaveritilanteita havainnoiden (1998).

3. AA USKOMUS- JA VUOROVAIKUTUSJÄRJESTELMÄNÄ

AA:n toipumisohjelma on ilmaistu 12 askeleessa (liite 3). Klaus Mäkelän (1998) mukaan kyse on hyvin yksilökeskeisestä tavasta löytää elämään mieltä. Keskeistä on se, että jäsenet tunnustavat voimattomuutensa alkoholiin nähden ja menettäneensä elämänsä hallinnan. Tuloksena on minän (jonka tahto ei enää hallitse yksilön elämää) ja ulkomaailman suhteen uudelleen jäsentyminen. ”Päätimme luovuttaa tahtomme ja elämämme Jumalan huomaan, *sellaisena kuin Hänet käsitimme.*” Kursivoitu lisäys on tärkeä (Mäkelä, 1998, 318).

AA:n erityisyys ei niinkään piile uskomusjärjestelmän sisällössä kuin sen rakenteessa ja siinä, miten se yhdistyy toimintaan. AA:n ohjelma on ainakin yhtä suuressa määrin toimintaohjelma kuin uskomusjärjestelmä. AA ei ole ajattelemista vaan tekemistä. AA:n jäsen voi rukoilla, vaikkei rukous perustuisikaan uskoon, koska rukoileminen toimintana asettaa yksilön oikeanlaiseen suhteeseen maailman kanssa. Huolimatta siitä, että AA:ssa painotetaan tekemistä, toimintatavat on useimmiten tarkoitettu johtamaan joihinkin uskomuksiin. Rukoileminen auttaa oikaisemaan egon suhdetta kosmokseen, mutta rukoilemalla oppii myös uskomaan jonkinlaiseen korkeampaan voimaan (Mäkelä, 1992, 84).

AA:ssa on eri suuntauksia, jotka eroavat sen suhteen, miten vahvasti ne pyrkivät muokkaamaan jäsenten uskomuksia. 12 askeleen ohjelman tulkinnat voidaan jakaa kolmeen luokkaan: fundamentalismi, liberaali ja pragmatismi. Luokittelussa on ainakin kaksi ulottuvuutta. Ensimmäinen koskee toisaalta uskomusjärjestelmän ja toisaalta käyttäytymissääntöjen ja vuorovaikutussääntöjen suhteellista painoarvoa. Toinen koskee uskomusjärjestelmän sisältöä. Sisällön tasolla virallisessa AA-kirjallisuudessa on siirrytty kristillisyydestä kohti yleisluontoista hengellisyyttä. Tämä siirtymä kertoo myös siitä, että hengellisyyden yksilöllisyys on tullut tärkeämmäksi. Pragmaattisissa tulkinnoissa AA:n ohjelman oppisisältöön kiinnitetään vieläkin vähemmän huomiota, ja pääpaino on toiminnan ja vuorovaikutuksen tasolla (Mäkelä, 1998, 319).

3.1 AA-PALAVERI

AA:n tärkein toimintamuoto ovat ryhmien kokoukset, AA-palaverit. AA on 'alkoholismista irti puhumista' (Robinson 1979, Mäkelän mukaan 1998, 319). Raimo O. Kojo (1997) kuvaa AA-palaverin kulkua seuraavasti: AA-palaverin kulku vaihtelee jonkin verran, mutta paljon on samaa. Tarjolla on aina kahvia, teetä, virvokkeita ja pullaa tms. Jos joku ryhmän jäsenistä viettää raitistumisensa vuosipäivää, pöytää koristaa tavallisesti täytekakku. Joissakin ryhmissä saa tupakoida koko ajan, joissakin pidetään palaverin puolivälissä tupakkatauko. Pienissä ryhmissä istutaan kodikkaasti yhden pöydän ympärillä, isommissa useissa pöydissä tai jopa kuin kokoussalissa. Paikalla on yleensä eniten kyseessä olevan ryhmän omia jäseniä, mutta usein mukana on kävijöitä muista ryhmistä ja matkalla olevia vieraspaikkakuntalaisia.

Palaveri alkaa, kun senkertainen vetäjä toivottaa osallistujat ja erityisesti tulokkaat tervetulleiksi. Sen jälkeen luetaan alustukseksi jotakin AA-kirjaa. Useimmiten käsiteltäväksi otetaan joku askelista joko lyhyine tai pitkin selityksineen. Jos paikalla on tulokas, luettavaksi otetaan aina ensimmäinen askel.

Palaveri jatkuu perin yksinkertaisesti. Mukana olijat puhuvat kukin vuorollaan vetäjän antaessa luvan – yleensä yhden ainoa kerran kokouksen kuluessa – eikä kukaan koskaan keskeytä puhujaa. Jokainen puhuu omista kokemuksistaan, tunteistaan, tuntemuksistaan. Ja puhuu täysin omalla tavallaan, sivistyneesti tai kiroillen, hienotunteisesti tai joskus hieman rivostikin.

Ketään ei velvoiteta puhumaan luetun tekstin pohjalta. Jos jokin murhe painaa mieltä, puhua voi vain siitä. Niinpä monet sivuuttavat alustuksen ja kertovat puolison, anopin, työtoverin, työnantajan, vuokraisännän, verottajan, ulosottomiehen tai jonkun muun aiheuttamista ongelmista. Tuo on sallittua, jopa toivottavaa: vaaralliset paineet purkautuvat! Kenenkään ei kuitenkaan ole pakko puhua mitään. Tulokas voi halutessaan sanoa (ja tämä on todellakin sanottava): ”Olen se ja se, alkoholisti, ja tällä kerralla vain kuuntelen.” (Kojo, 1997, 295 – 296).

AA-palaverit kestävät Klaus Mäkelän (1998) mukaan yleensä tunnin verran, mutta ne voivat olla pitempiä. Osanottajien määrä vaihtelee alle kymmenestä yli sataan, ja ulkoiset puitteet ja istumajärjestys vaihtelevat. Myös palaverien sävy ja ilmapiiri vaihtelevat ryhmästä ja maasta toiseen. Kaikesta muuntelusta huolimatta AA-palaveri on hyvin erityinen sosiaalinen muodostelma (Arminen 1994). Yhteiset ydinpiirteet tekevät palavereista omanlaisensa puhetapahtuman, joka eroaa niin arkikeskusteluista kuin muodollisista kokouksista ja kaikista ammattimaisen ryhmäterapian muodoista (Mäkelä 1998, 320).

Lyhyet avausrituaalit erottavat palaverin ja sen puheen säännöt normaalista arjesta. Avustekstit muistuttavat osanottajia heidän yhteisestä ongelmastaan alkoholismista. Palaverin mittaan yksittäiset jäsenet toistavat kollektiivisten avausrituaalien sisällön tunnustamalla voimattomuutensa alkoholin suhteen. Kukin jäsen alkaa puheenvuoronsa esittämiskaavalla ”nimeni on NN ja olen alkoholisti” (Mäkelä 1998, 320).

Silmiinpistävin ero arkikeskustelun ja palaverin välillä on siinä, että puheenvuoron vaihtelu on säännötelyä. Puheenvuoron ottamisen säännöt vaihtelevat. Suomessa on usein tapana, että kaikki puhuvat istumajärjestyksessä. Puheenvuoron pituutta ei yleensä rajoiteta, mutta kokousaika jakautuu tavallisesti suurin piirtein tasan osanottajien kesken. Jos joku puhuu hyvin pitkään, muiden osanottajien mielenkiinto saattaa herpaantua, mutta avoimia pakotteita ei käytetä. Ylenmääräinen puhuminen on hyväksyttyä, jos puhuja tuntee itsensä kovin ahdistuneeksi. Jos joku käyttää runsaasti aikaa, kokeneemmat jäsenet saattavat jättää oman vuoronsa väliin säästääkseen aikaa sellaiselle, joka tarvitsee sitä ehkä kipeämmin (Mäkelä 1998, 320).

Vuorosta luopuminen on täysin hyväksyttävää. Jäsenet voivat osallistua samaan kokoukseen pitkiä aikoja puhumatta koskaan sanaakaan. Tässä suhteessa AA-kokous eroaa kaikista ammattimaisen ryhmäterapian eri versioista (Mäkelä 1998, 320).

AA-palaverien erityisluonne ilmenee pikemmin puhumisen säännöissä kuin puheen sisällössä. Havainnoinnin ja AA:n jäsenten kanssa käytyjen keskustelujen perusteella AA-palaverin puheen säännöt voi muotoilla seuraavasti (Mäkelä 1992):

1. Älä keskeytä toisen puhetta.
2. Puhu omista kokemuksistasi.
3. Puhu niin rehellisesti kuin osaat.
4. Älä puhu toisten yksityisasioista.
5. Älä julista uskonnollisia oppeja tai luennoi tieteellisistä teorioista.
6. Voit puhua omista vaikeuksistasi AA-ohjelman toteuttamisessa mutta älä arvostele itse ohjelmaa.
7. Älä puhu avoimesti aikaisempia puheenvuoroja vastaan.
8. Älä suoraan neuvo toista AA:n jäsentä.
9. Älä tarjoa kausaalisia selityksiä toisten AA:n jäsenten käyttäytymiselle.
10. Älä esitä psykologisia tulkintoja toisten AA:n jäsenten käyttäytymisestä.

Kaksi ensimmäistä sääntöä ovat tärkeimmät. Ensimmäinen sääntö estää arkikeskustelulle tunnusomaisen suoran palautteen. Toinen sääntö ohjaa osanottajat puhumaan aiheesta kuin aiheesta vain oman elämäkertansa ja omien kokemustensa kautta (Mäkelä 1998, 321).

Puheen säännöt ovat implisiittisiä ja ne opitaan pitkän ajan kuluessa. Jos joku rikkoo sääntöjä, myöhemmät puhujat voivat kertoa jostakin omasta kokemuksestaan, joka epäsuorasti osoittaa aikaisemman puheenvuoron harhaoppisuuden. Jos joku ei puhu vilpittömästi, joku toinen voi kertoa miten hänen oma epärehellisyytensä johti hänet vaikeuksiin. Avoimia sanktioita palavereissa ei tavallisesti käytetä, rikottiinpa mitä tahansa edellä esitetyistä säännöistä. Kokouksen jälkeen voidaan antaa suorempaa palautetta. ”Kommentit ja neuvot pitää antaa yksityisesti, muuten palaveri menee helposti rikki.” (Mäkelä 1998, 321).

Nämä yksinkertaiset säännöt ja niitä tukevien avoimien sanktioiden puuttuminen tekevät AA-palaverista ainutlaatuisen puhetilanteen. ”AA on kuin pitkäaikainen analyysi jossa

ryhmä on analyttikkona. On tärkeätä että ihmiset eivät kommentoi toisiaan vaan että jokainen saa itse oivaltaa.” (Mäkelä, 1998, 322).

Mäkelän mukaan AA:n omissakin palaverieissa puheen säännöt ovat jatkuvasti uhanalaisia ja alttiina ulkopuolisten puheen sääntöjen vaikutukselle. Palaveria voivat hajottaa toisaalta riidat ja tunteenpurkaukset ja toisaalta oppikiistat. AA-palaverit ovat sikäli tukevaa tekoa, että räikeätkään puheen sääntöjen rikkomukset eivät välttämättä häiritse palaverin kulkua. Vaarana kuitenkin on, että rikkomus synnyttää uusia rikkomuksia. Esimerkiksi toisen puheenvuoron väliin puhuminen ei ole ongelma, jos muut jäsenet eivät kiinnitä siihen mitään huomiota, mutta siitä voi tulla ongelma, jos siihen reagoidaan vastakommenteilla (Mäkelä 1998, 322).

AA-kokoukset voi Ilkka Armisen mukaan hahmottaa erityisenä institutionaalisenä ympäristönä herkkien ja vaikeiden asioiden käsittelemiseksi. AA-palaverien puhekäytänteitä on rajoitettu monin erilaisin menettelyin, jotta onnistuttaisiin sulkemaan pois emotionaalisesti haavoittava puhe. Samalla nämä menettelyt, joilla osallistujien kasvoja suojataan, tuottavat palaverieihin erityisen hengellisen tunnelman, rituaalisen järjestyksen (Arminen 1994, 15).

AA-palaverin vuorovaikutuksellisuutta ei ole säädetty kirjallisilla ohjeilla, vaan se perustuu AA:n suullisiin traditioihin. Kirjoitettujen sääntöjen puutteesta huolimatta AA-palaverien muoto on yleensä varsin yhtenäinen. AA-palaverien perustava, selvästi näkyvä, kulttuurista riippumaton piirre on se, että ne organisoituvat suhteellisten pitkien monologisten puheenvuorojen sarjojen ympärille. Näiden laajentuneiden puheenvuorojen aikana AA:n jäsenet yhdistävät heidän persoonakohtaisia kokemuksiaan, kuten AA-kirjallisuus esittää: ”*Meidän elämäntarinoistamme käy suurin piirtein ilmi, millaisia me olimme, mitä tapahtui ja millaisia olemme nyt*”. Edelleen nämä selonteot on järjestetty niin, että ne saavuttavat terapeutin merkityksen: ”*AA on miesten ja naisten toveriseura, jossa he jakavat kokemuksensa, voimansa ja toivonsa ratkaistakseen yhteisen ongelmansa ja auttaakseen toisia toipumaan alkoholismista*.” Kaiken kaikkiaan AA-palaverit ovat ympäristö keskinäiselle avulle, joka saadaan aikaan laajennettujen puheenvuorojen avulla, jotka jäsenet osoittavat toisilleen muodollisesti organisoiduin tavoin (Arminen 1998, 49).

3.2 AA:N HENGELLISYYS

AA:n ohjelma on hengellinen. AA:n askeleissa puhutaan Jumalasta sekä korkeammasta voimasta, mutta kukin saa muodostaa itsenäisesti ymmärryksensä ohjelman hengellisistä aspekteista. AA ei perustu millekään psykologiselle suunnalle ja on perinteisesti alkoholismien syiden selittämistä vastaan. Useimmat AA:n sloganit, joissa ohjelman periaatteet tiivistyvät, viittaavat antautumiseen itseä suuremmalle voimalle raittiuden saavuttamiseksi, suvaitsevaisuuteen, nöyryyteen sekä hetkessä elämiseen. AA:n peruskäsitykset jättävät tilaa henkilökohtaiselle tulkinnalle ja variaatiolle (Mäkelä et. al. 1996, 121 – 129).

Arminen (1994, 21) mukaan AA:n ja eri uskonnollisten ryhmien välillä on olemassa kovin ilmeisiä eroja. Ensinnäkin AA:lta puuttuu lähes kaikki teologinen sisältö. Vaikka AA:n askeleissa 3,4,6 ja 11 mainitaan Jumala ja eri tavoin toivotaan AA:n jäsenen tukeutuvan Jumalaan, jää itse jumaluuden teologinen sisältö avoimeksi (liite 3: askeleet). AA:n Jumala on Jumala "*sellaisena kuin hänet käsitimme*" (askeleet 3 ja 11; alkuperäisteksti kursivoitu). AA:ssa Jumalan voi käsittää vaikka lämpöpatteriksi, kuten AA:laiset ovat tavanneet sanoa. Kristitty, juutalainen, muslimi, hindu ja ateisti voivat AA:ssa uskoa Jumalaan ja vieläpä eri Jumalaan. AA:n Jumala ei ole ekumeeninen eri käsityksien yhteinen nimittäjä vaan kunkin jäsenen oma käsite. Teologisesti ehkä vielä merkittävämpi AA:n erityisyys on siltä täysin puuttuva tuonpuoleisuus. AA käsittelee vain alkoholistin toipumista tässä maailmassa: sillä ei ole mitään sanottavaa juomarin mahdollisuuksista tuonpuoleisessa. Jos AA halutaan käsittää uskonnolliseksi yhteisöksi, se on tosi erikoinen sellainen. Parempi on käsittää AA tältä osin sen itsensä tavoin hengelliseksi yhteisöksi (Arminen, 1994, 21).

Raimo O. Kojon (1997) mukaan uskonnollisuus ja Jumalan kammoksunta on monelle alkoholistille pahin este lähteä edes tutustumaan AA-liikkeeseen. Syynä väärinkäsityksiin on 12 askeleen vahvasti hengellinen sävy. Askeleet hahmotellut Bill W. nojasi paljolti amerikkalaisen evankelistisen Oxford-liikkeen periaatteisiin. Mutta lopullisia askelia muokkaamassa oli monta miestä, joukossa nykyaikaisen psykologian isäksi mainittu William James. Toipumisohjelmasta oli tulossa perin uskonnollinen, mutta AA:n ”pakanallinen siipi” pani loppuhetkillä tarmokkaasti vastaan. Silti kuudessa askeleessa

viitataan Jumalaan. Lievennykseksi tulivat lisäys ...*sellaisena kuin Hänet käsitämme* ja kiertoilmaisu *itseämme suurempi voima* (Kojo, 1997, 290).

Periaatteessa AA:n maailmankatsomus ei ole sidoksissa kristinuskoon tai monoteismiin. Monissa AA-ryhmissä ei puhuta Jumalasta vaan käytetään aina ilmausta korkeampi voima. Jäsenet käyttävät usein ilmaisua *minun* korkeampi voimani, joka voi yhtä hyvin olla niin AA-ryhmä sellaisenaan kuin kosminen prinssiippi tai persoonallinen Jumala. AA ei edusta mitään teologisia tai ontologisia uskonkappaleita, ja monet jäsenistä ovat ateisteja tai agnostikkoja. Eskatologisen sisällön puuttuminen AA-kirjallisuudesta ja AA-puheesta on silmiinpistävää. AA puhuu tästä elämästä eikä sillä ole mitään sanottavaa tuonpuoleisesta. AA on kiinnostunut ainoastaan yksilön suhteesta omaan itseensä, toisiin ihmisiin ja johonkin korkeampaan voimaan. Oppihistoriallisesti AA on kuitenkin selvästi sidoksissa kristilliseen ja protestanttiseen traditioon (Mäkelä, 1998, 318).

Yksittäisten AA:laisten omaa tilaa ja maailmaa koskevat käsitykset vaihtelevat suuresti. Jotkut antavat hengellisyydelle tarkoin määritellyn teologisen sisällön, kun taas toisille hengellisyys yksinkertaisesti on tietynlainen suhde elämään. Vastaavasti jotkut jäsenet pitäytyvät erityisissä teorioissa alkoholismien luonteesta toisten painottaessa omaa eksistentiaalista voimattomuuttaan alkoholin suhteen. (Mäkelä, 1998, 318).

3.3 AA-ELÄMÄNTARINAT

Suomalaisten AA:laisten elämäntarinoita tutkineen Ilkka Armisen (1994) mukaan elämäntarinoilla on merkittävä rooli AA:n uskomusjärjestelmässä; AA:n "iso kirja" *Alcoholics Anonymous, Nimettömät Alkoholistit* (1981) koostuu suurelta osin elämäntarinoista. Elämäntarinoiden kerronta on myös koko uuden raittiin 'minuuden konstruoinnin' ytimessä (Thune 1977, Cain 1991, Armisen mukaan 1994, 15). Elämäntarinoilla on myös organisatorinen tehtävänsä: niiden kerronta jäsentää palaveritilanteita ja mahdollistaa yhteisöllisyyden ja yksilöllisyyden yhdistämisen näissä tilanteissa (Arminen 1994, 15).

Balesin (1944) mukaan AA:lla on vankka solidaarisuuden perusta, joka on positiivisesti määriteltävissä: jäsenille yhteiset asiat, jotka sitovat heitä yhteen, ovat heidän menneet juomakokemuksensa, henkilökohtainen tieto pakoista ja henkilöistä, joita pakonomainen juoja välttämättä kohtaa, kassillinen keinoja, temppuja, selityksiä ja puolusteluja, jotka heidät on pakotettu oppimaan pakonomaisen juomisen uran kuluessa, liian usein tragedi-
aan päätyneiden seikkailujen ja onnettomuuksien odyssei- ja sekä tuntemus yhteisestä kohtalosta: he kaikki ovat alkoholisteja, joille juominen on tullut niin vaaralliseksi ja hallitsemattomaksi, että he voivat jatkaa elämistään vain täydellisen abstinenssin avulla. Näiden asioiden varassa heidän keskinäinen solidaarisuutensa lepää (Bales 1944, 271, Armisen mukaan 1994, 20).

Tässä on kuitenkin puutteellisuus: jos solidaarisuus lepää keinojen ja temppujen täyttämässä yhteisessä kokemusvarannossa, miksi ei tätä varantoa käytetä juomisen uudelleen aloittamiseen? Vastaus: kokemusten yhtenäisyys täytyy tuottaa. ”On olemassa yksi positiivinen toiminnan kulku, joka näyttää tarjoavan yleistetyn suojan kokonaista potentiaalisten vaarojen joukkoa vastaan. Tämä menettely tarkoittaa yksittäisen jäsenen AA:n sanoman muille alkoholisteille eteenpäin saattamisen korostamista ja arvostamista kaiken edelle. Kaikki ryhmän yhteiset tai kollektiiviset pyrkimykset on suunnattava luomaan tapoja ja välineitä näiden yksilöllisten aktiivisten ponnistelujen jouduttamiseksi.” (Bales 1944, Armisen mukaan 1994, 20).

Oman elämäntarinan kertominen AA-ryhmässä toimii uuden identiteetin rakennusvälineenä: omasta taustasta ja nykyhetkestä rakennetaan koherentti ja mielekäs tulkinta, tehdään etäisyyttä hallitsemattomaan alkoholinkäyttöön ja luodaan uutta AA:laista minuutta yksilöllisessä suhteessa AA:n uskomusjärjestelmään (Arminen 1994; Mäkelä et. al. 1996).

Armisen (1994, 24) mukaan AA-elämäntarinat ovat yksityiskohtiin asti jäsenyntyneitä aikaansaannoksia. Vuorovaikutuksellisesta puheesta kiteytynyt elämäntarina on lopputuloksena kauttaaltaan selostettava ja ymmärrettävä. Tällöin jäsenyntyisyys on paikallista: kyse ei ole AA-elämäntarinoiden keskinäisestä samuudesta vaan järjestyksestä muuntelevuudessa. Elämän jäsentäminen tarinoissa ei tarkoita minkään nimenomaisen ulkoisen mallin omaksumista. Ei ole yhtä ainoa oikeaa AA-elämäntarinaa.

Kokonaisuutena AA:n voi käsittää organisoituneeksi sosiaalisesti toiminnaksi, jossa alkoholiongelmaiset henkilöt jäsentävät elämäänsä ja tuottavat uudelleen sen tilapäisesti kadotetun selostettavuuden ja ymmärrettävyyden (Arminen 1994, 223).

3.4 AA-RETORIIKKA

Ilkka Arminen (1994) mukaan AA-elämäntarinoissa kuvainnollisilla ilmaisuilla on tärkeä osuus sekä alkoholisoitumisen että raitistumisen kuvaamisessa. AA-elämäntarinoissa alkoholisoituminen puhutaan pois, kuoliaaksi. AA:n piirissä ja kerrotuissa tarinoissa alkoholinkäytöllä ei ole neuvoteltavaa tai kiistanalaista merkitystä. Alkoholinkäytön merkitys AA-tarinoissa on itsestään selvä, tyhjentyneenä. Idiomeja käytetään kertomuksissa tuottamaan tämä alkoholinkäytön merkityksen itsestäänselvyys. Alkoholinkäytön merkitys tyhjennetään tarinoissa alistamalla se kertomuksen kulussa toistuvalla säännönmukaisuudelle. Idiomit, kuten "putki" ja "pohja", tuottavat itsessään näkyväksi alkoholismien kerrottavan kulun. Toistuvan, ennakoitavan säännönmukaisuuden takia alkoholinkäytön merkitys AA-elämäntarinoissa tyhjenee, kuoleentuu. Alkoholinkäyttö depolemisoituu, menettää merkityksensä, tulee puhutuksi pois (Arminen, 1994, 174).

AA puolestaan puhutaan avoimeksi AA-elämäntarinoissa. Tarinan kertoja puhuu vähintään itselleen, mahdollisesti myös toisille, paikan AA-yhteisössä. "Paikan" hahmottaminen AA-yhteisössä on kuvainnollista toimintaa. AA-yhteisöllisyys on suurelta osin tarinamuotoista mielikuvittunutta yhteisöllisyyttä, jota koskevat mieli- ja kielikuvat kumpuavat ennen kaikkea ohjelmasta, kognitiosta, tunteista ja eksistenssistä. AA ratkaisuna muodostuu ohjelman tilanteisesti sovitetusta käytännöllisestä toteuttamisesta eli ohjelman tekemisestä. Se puolestaan kutsuu esiin kognitiivisten, emotionaalisten ja eksistentialisten ongelmien ratkaisemisen (Arminen, 1994, 175).

4. IDENTITEETTI KÄSITTEENÄ

Tarkastelen työssäni minuuden muutosta – raitistumista – identiteetin käsitteen kautta. Identiteetillä tarkoitetaan yleisesti ottaen ihmisen käsitystä omasta minästään, joka määrytyy oman ajallisen jatkuvuuden kokemuksen ja toisiin ihmisiin tapahtuvien samastumisten kautta. Minäkuvassa tapahtuvat muutokset ovat siis myös sosiaalisia tapahtumia, sillä niissä ihminen muokkaa itsessään olevaa sosiaalista maailmaa. Samoin sosiaaliset tapahtumat vaikuttavat ihmisen samastumisiin – ja siten hänen käsitykseensä itsestään.

4.1 IDENTITEETTITEORIOIDEN SYNTY

Identiteetin käsite on Zygmunt Baumanin (1997) mukaan tullut ajankohtaiseksi vasta modernissa maailmassa. Esimoderneilla esi-isillämme ei ollut identiteettiä; he vain olivat – sillä heidän paikkansa muiden ihmisten joukossa annettiin kertaheitolla, yhdessä syntymätodistuksen kanssa. Identiteetti syntyi tuosta paikasta tunnetusta epävarmuudesta (Bauman, 1997, 36).

Ensimmäisiä akateemisia identiteettiteorioita oli symbolinen interaktionismi. William James (1890) erotti toisistaan ”I”:n ja ”me”:n. ”I”:llä hän viittasi minään (self) subjektina ja ”me”:llä minään objektina. Näillä hän tarkoitti erilaisia kokemuksellisia aspekteja, jotka yhdessä muodostavat globaalin minän (global self). James myös määritteli identiteetin käsitteen. Hänen mukaansa ihmisen henkilökohtainen identiteetti on havaittua samanlaisuutta, joka perustuu samankaltaisuuteen tai ajalliseen jatkuvuuteen (James 1890, 334). Minän, tai ainakin osan sitä, uskotaan olevan sosiaalisten tilanteiden synnyttämää ja vuorovaikutuksessa muokkautuvaa. Symbolisen interaktionismin tradition katsotaan usein olevan Jamesilta lähtöisin, vaikka Meadia pidetään sen varsinaisena perustajana.

G. H. Mead (1934) kehitti edelleen Jamesin jaottelua antaen ”I”:lle ja ”me”:lle erilliset toimintaympäristöt. ”I” on ihmisorganismien reaktio toisten ihmisten asenteisiin ja ”me” on toisilta omaksuttu asennejärjestelmä (Mead 1934, 175). ”I” edustaa yliminää kun taas ”me” on sosiaalinen konstruktio – toisilta ihmisiltä omaksuttu käsitejärjestelmä. ”Me”,

joka on sosiaalisesti opittu ja organisoitu järjestelmä, toimii ”I”:n sensorina ja sosiaalisena kontrollina. Sosiaalinen konteksti ja vuorovaikutus tulevat hyvin esille Meadin teoriasa, jonka mukaan ihmisestä voi tulla yksilö vain vuorovaikutuksessa toisiin ihmisiin. Sisäistetyt näkemykset toisista ihmisistä (generalized others) ja näiden kuvitelluista käsitteistä vaikuttavat suurella määrällä ihmisten käyttäytymiseen. Lopputuloksena on ihmiskuva, jossa minä nähdään prosessina ja self-presentaatio voi vaihdella sosiaalisten tilanteiden mukaisesti.

Erik Homburger Eriksonille (1962) minäidentiteetti tarkoittaa henkilön henkilökohtaisia ominaisuuksia ja subjektiivista itseä koskevaa ajallisen jatkuvuuden tunnetta. Erikson määrittelee minäidentiteetin seuraavasti: ”Minäidentiteetin tunne on lisääntynyt luottamus siihen, että sisäistä samuutta ja jatkuvuutta vastaa samuus ja jatkuvuus yksilön merkityksessä toisille, mistä todistaa kouraantuntuva toivo ’urasta’” (Erikson 1962, 249). Avainasemassa Eriksonin määritelmässä on tunne itsen ajallisesta ja dynaamisesta jatkuvuudesta.

Eriksonin mukaan identiteetin muodostuminen alkaa sen jälkeen, kun lapsuuden ajan yksinkertaiset samastumiset toisiin ihmisiin eivät enää riitä. Identiteetin muodostuminen tapahtuu uudelleenjärjestelemällä vanhat lapsuuden identifikaatiot. Tämän muokkausprosessin luonteen määrää se, millaisena yhteiskunta näkee ihmisen ja kuinka se hyväksyy esiin nousevan uuden yksilön jäsenekseen. Yhteiskunta saa puolestaan tavallisesti hyväksynnän uudelta jäseneltään, jolloin yhteiskunta ja uusi yksilö tunnustavat toisensa (Erikson 1962, 159 – 160).

Identiteetti-käsitteen määrittely on varsin ongelmallista sen moninaisen käytön vuoksi. Eri määritelmiä yhdistää silti yleensä näkemys identiteetistä psykologisena prosessina, jota ei voi irrottaa sosiaalisesta ja historiallisesta kontekstistaan (Breakwell 1986, 9).

Läheisesti identiteetin käsitteeseen liittyy itsearvostus eli käsitys omasta arvosta. Vaikka identiteetti (tai minäkuva/-käsitys) ja itsearvostus eivät ole käsitteinä identtisiä, ne ovat silti lähellä toisiaan ja sekoittuvat usein toisiinsa. Siinä missä minäkäsitys on henkilön teoria itsestään, on itsearvostus siihen liittyvä affektiivinen tekijä. Itsearvostuksen tarve on universaali ja vahva pyrkimys saavuttaa tai säilyttää positiivinen käsitys itsestä ja on

näin ollen vahva motivaatiotekijä (Liebkind 1989, 35 – 36). Identiteetti tai minäkäsitys on siis käsitys itsestä, ja itsearvostus tuohon käsitykseen liitettävä arvostus.

Breakwell (1986, 23) määrittelee identiteetin rakentuvan kahdesta perusprosessista, jotka ovat 1) assimilaatio ja akkomodaatio sekä 2) evaluaatio. Edellisellä tarkoitetaan uusien osien integroimista identiteettiin ja vanhoissa identiteettirakenteissa tapahtuvaa joustamista siten, että uudet rakenteet voidaan yhdistää osaksi olemassa olevaa identiteettiä. Jälkimmäisellä tarkoitetaan arvottamisprosessia, jolla identiteetin sisällölle annetaan merkityksiä ja arvolatauksia. Prosessit ovat tiiviissä vuorovaikutuksessa keskenään. Evaluaatioprosessi määrää, mitä assimiloidaan ja akkomodaation muodot. Assimilaatio ja akkomodaatio taas määräävät identiteettiin kuuluvan arvomaailman ja näin ollen evaluaatiokriteerit. Prosessit ovat ajallisia ja pysyviä. Itse prosessit eivät muutu tai lakkaa olemasta, vaikka niiden tuotokset muuttuvatkin.

Yllä mainittuja identiteettiprosesseja ohjaavat identiteetin peruseriaatteet, jotka ovat yksilöllisyys, jatkuvuus ja itsearvostus. Yksilöllisyydellä tarkoitetaan sitä, että prosessin tuotos on ainutkertainen ja muista ihmisistä erottuva persoona. Jatkuvuudella tarkoitetaan identiteetin jatkuvuuden kokemusta sekä ajallisesti että paikasta ja tilanteesta riippumatta. Itsearvostuksella tarkoitetaan tunnetta omasta arvokkuudesta ja sosiaalisesta arvosta (vrt. Liebkind yllä). Periaatteiden keskinäinen tärkeys määräytyy sosiaalisten tilanteiden mukaisesti (Breakwell 1986, 24 – 25).

4.2 KLASSINEN ELÄMÄNSUUNNITELMA JA POSTMODERNI

Timo Airaksisen mukaan ihminen rakentuu niistä suhteista, joita hänellä on muihin ihmisiin. Hän kokee elämänsä matkana jostakin johonkin, lähtökohdista tavoitteisiin. Matkan aikana hän kertoo elämästään tarinaa, jolla on alku ja loppu ja joka juonensa avulla selittää tuota suurta retkeä, sen kulkua, merkitystä, tapahtumia, voittoja ja tappioita (Airaksinen, 1997, 138). Airaksinen tarkastelee minuuden rakentamista toisaalta klassisen elämänsuunnitelman ja toisaalta postmodernin näkökulmasta. Postmoderni ei salli minuutta, sillä minä olisi jotakin pysyvää ajatustemme, suunnitelmiamme ja arvojemme takana. Sellainen minuus olisi rajoite (Airaksinen, 1997, 140 - 141).

Klassisessa elämänsuunnitelmassa ihmisen minä puolestaan määrittyy ja toteutuu hänen omien, yhteisöllisesti muodostuvien päämääriensä avulla. Klassisen suunnitelman ihminen ottaa tehdäkseen itsestään jotakin, ollakseen jotakin sellaista, minkä yhteiskunta huomioi aitona ja todellisena. Tämä kuitenkin vaatisi astumista ulos omasta elämästä, sen tutkimista ja sen arvon lausumista. Mutta koska ihminen ei voi katsoa itseään ulkopuolelta kokonaisuutena ja minuutena, omasta minästä ei voi saada tietoa, joten kattava elämänsuunnitelma on mahdoton ajatus (Airaksinen, 1997, 142 – 151).

Klassinen elämänsuunnitelma jää kuitenkin ainoaksi vaihtoehdoksi, koska postmoderni kieltää minuuden. Ollakseen merkityksellisiä, klassiset elämänsuunnitelmat pitäisi kuitenkin pystyä kuvaamaan yksityiskohtaisesti. Airaksisen mukaan klassinen elämänsuunnitelma perustuu arvoille, jotka olisi pystyttävä luetteloimaan (Airaksinen, 1997, 152). Airaksinen esittää oman ehdotuksensa klassisen elämänsuunnitelman arvoiksi, mutta tässä yhteydessä kiinnostavaa on se, miten AA vastaa tähän tarpeeseen varsin tarkkaan määrittelyllä ja kokonaisvaltaisella arvomaailmallaan.

4.3 ALKOHOLISTIN IDENTITEETTI

Alkoholistin eksistentiaalinen identiteetti ei Klaus Mäkelän (1998) mukaan ole yhteiskunnan rakenteen määräämä kohtalo, mutta AA:n näkökulmasta kyse ei mitenkään ole yksilön omasta valinnasta. Silti AA:laiseksi alkoholistiksi tunnustautuminen perustuu itsemäärittelyyn eikä esimerkiksi ulkoiseen diagnoosiin. Alkoholistina olemisen eksistentiaalinen kokemus ei ole annettu, vaan se tuotetaan AA-puheessa ja AA-palavereissa. Eksistentiaalista identiteettiä ei kuitenkaan voi tuottaa tyhjästä. Jäsenyyden perustana olevan elämänongelman luonne vaikuttaa siihen tapaan, jolla eksistentiaalinen yhteenkuuluvuus tuotetaan. Juomisen uudelleen aloittaminen on konkreettinen uhka, joka yhdistää AA:n jäsenet keskenään ja motivoi veteraaneja elinikäiseen sitoutumiseen. Rankka juominen on selkeästi tunnistettavissa oleva erityinen käyttäytymismuoto, joka on hallinnut jäsenten koko elämää. Monille pohjalla käynti on merkinnyt työn menetystä ja ihmissuhteiden kariutumista (Mäkelä 1998, 321).

5. ADDIKTIO JA ALKOHOLISMI

5.1 ADDIKTIO

Riippuvuuden ja addiktion käsitteitä käytetään usein rinnakkain. Käsitteet eivät kuitenkaan ole täysin identtisiä, kaikki riippuvuus ei ole addiktiivista. Jokainen ihminen on esimerkiksi jossain määrin riippuvainen toisista ihmisistä, mutta kyseessä ei silti ole addiktio. Anja Koski-Jännes (1998, 24) määrittelee tutkimuksessaan addiktion vain sellaiseksi pakonomaiseksi riippuvuudeksi, joka tuottaa välitöntä tyydytystä, mutta josta seuraa enenevästi haittaa ihmiselle itselleen ja josta on yrityksistä huolimatta vaikea päästä eroon. Gossopin (1989, 1 - 2) mukaan addiktiota luonnehtii ennen kaikkea voimakas sisäinen halu tai pakko, toiminnan hallinnan heikkeneminen, sen lopettamiseen tai estymiseen liittyvä ahdistus tai paha olo ja toiminnan jatkaminen ilmiselvistä haitoista huolimatta.

Anthony Giddensin mukaan addiktiivinen käyttäytyminen – tai sen voimakas yleistyminen – on seurausta traditionaalisen yhteiskunnan rituaalisten säännösten purkautumisesta ja siksi tulkittavissa nimenomaan jälkitraditionaalisen (modernin) yhteiskunnan ilmiöksi (ja ongelmaksi). Giddens pitää addiktiota, riippuvuutta, oireena jälkitraditionaalisen kulttuurin individualismista: "Se, että voimme nykyään tulla riippuvaisiksi mistä hyvänsä - kaikista elämäntavan puolista - ilmentää perinteen hajoamisen perinpohjaisuutta. Addiktion lisääntyminen on sinänsä merkittävä postmodernin sosiaalisen maailman piirre, mutta se on myös yhteiskunnan detraditionaalistumisen 'negatiivinen indeksi'" (Giddens 1995, 71).

Esimodernissa yhteiskunnassa traditio loi Giddensin mukaan ihmisille yhtenäisen toimintahorisontin, se tarjosi vakaan kehyksen, jonka varaan ihmiset rakensivat identiteettiään. Perinteiden purkautuessa minuuden ankkuroiminen vakiintuneisiin moraalisiin kehyksiin vaikeutuu tai käy mahdottomaksi. Tällaisessa tilanteessa tukea omalle identiteetille on etsittävä muualta. Maaperä on luotu riippuvuuksien muodostumiselle (Giddens 1995, 109 – 117).

Anja Koski-Jänneksen (1998, 27) mukaan ei siis ole ihme, että AA-pohjainen Kahden-toista askeleen liike moraalisine perusarvoineen ja traditioineen on levinnyt vauhdilla paitsi maasta myös riippuvuusongelmasta toiseen. AA-mallin mukaisia ryhmiä on nykyään lähes joka lähtöön: alkoholistien omaisille, seksiriippuvaisille, ylensyöjille, pelihimoisille, kokainisteille, ylivelkaantuneille, inestin kokeneille jne. (Mäkelä ym. 1996, luku 16). Näiden ryhmien ideologia, perinteet, ryhmärakenne ja toimintatavat tarjoavat monille juuri sellaista turvaa, jatkuvuutta ja moraalista tukea, jota yhteiskunnastamme enenevästi näyttää puuttuvan (Koski-Jännes 1998, 27).

5.2 ALKOHOLISMI

Alkoholismille annettuja määritelmiä on lukuisia. Kari Poikolaisen mukaan alkoholismi ei ole täsmällisesti määriteltävissä ja tunnistettavissa oleva kokonaisuus. Ei esimerkiksi tunneta mitään biologista ilmiötä, joka saisi jotkut yksilöt käyttämään alkoholia selvästi sairaalloisella tavalla (Poikolainen 1983, 117). Tosin viimeaikaisissa geenitutkimuksissa tutkijat ovat väittäneet löytäneensä alkoholismille altistavan geenin. Alkoholismi-ilmiötä ei kuitenkaan voi geeniperimällä kattavasti selittää. Addiktiivisena toimintana alkoholismien periytyvyys lienee edelleen enemmänkin sosiaalista lajia.

Juodun alkoholin määrällä ei mitenkään voida mitata sitä, onko yksilö alkoholisti vai ei. Klaus Weckrothin mukaan suurikaan juotu määrä ei tee ihmisestä alkoholista sanan psykologisessa merkityksessä, jos muut tekemiset pysyvät hierarkkisesti korkeammassa asemassa. Toisaalta voi olla alkoholisti, vaikka joisi todella vain 'kaksi pulloa keskiolutta' päivässä. Ratkaiseva merkitys on sillä, kuinka pitkälle elämä pyörii alkoholin ympärillä (Weckroth, 1991,14).

Matti Virtasen (1982) mukaan sairaus on häiriö, jonka syntyminen on ihmisen omasta tahdosta riippumaton. Jos ihminen juo liikaa, siihen on syynsä. Taustalla on aina jokin elämänongelma, kumpuaa se sitten tunne-elämän vaikeuksista, ihmissuhteista tai ulkoisesta elämäntilanteesta. Juomisella ihminen yrittää ratkoa tai paeta näitä ongelmia. ”Alkoholismiin” ei sairastu, juominen on inhimillinen reaktio ylivoimaiseen elämänti-

lanteeseen. Mutta kun ihminen on juonut tarpeeksi kauan, tuloksena on fyysinen ja psyykinen riippuvuus alkoholista, joka johtaa pakonomaiseen juomiseen. Siksi tietyssä vaiheessa liikkäyttö alkaa muistuttaa sairautta: ihminen menettää miltei kokonaan vapaan tahtonsa viinan suhteen (Virtanen, 1982, 64).

Seppo Toiviainen (1997, 19) pohtii alkoholismia G.H. Meadin emergenssi-käsitteen valossa. Emergenssi merkitsee Meadilla sitä, alkuperäisistä voi nousta ja väistämättä nousee seurauksia, jotka eivät enää palaudu alkuperäisiin syihinsä. Ne muotoutuvat uudelleen omalakisiksi kokonaisuuksiksi, joilla on oma elämänsä ja oma logiikkansa. Toiviaisen mukaan alkoholismi on ymmärrettävissä ja se pitäisi ymmärtää vahvasti emergenttinä ilmiönä. Juomisella ja juomisella on eronsa. Tavallisen juomisen ja alkoholistisen juomisen ero ei keskity juotujen annosten määrään, vaan niiden ero on toimintarakenteessa, ennen kaikkea ”motiivitavoitteessa”. Ero on käänteentekevä siinä pisteessä, jossa juominen muuttuu keinosta tavoitteeksi (Toiviainen, 1997, 21).

Alkoholistin toimintarakenne on emergoitunut ja selitys omassa itsessään. Juomisen syy on viime kädessä vain juominen. Alkoholismissa, sen emergoituneessa asteessa, on psyykkisen ja praktisen tavoitteenasettelun päämääränä viime kädessä vain alkoholi. Tässä mielessä kanadalaisen ADS-alkoholiriippuvuustestin eräs osio on varsin hyvä: ”Pyörivätkö ajatukseti melkein jatkuvasti juomisen ja alkoholin ympärillä?” Vastausvaihtoehtoina vain ei tai kyllä (Toiviainen, 1997, 22).

Toiviaisen mukaan tällä tavoin ymmärrettynä alkoholismin käsite lähenee Anthony Rylen addiktiivisista toiminnoista esittämää ansa-mallia (Ryle, 1982, Toiviaisen mukaan, 1997, 22). Ansa on itseään vahvistava ajattelun ja toiminnan tapa. Alkoholistin ansa on sellainen, että tietty elämänongelma yhdistyy uskomukseen (jossa on sekä rationaalinen että emotionaalinen puolensa) juomisen laukaisevasta luonteesta; tämä johtaa alkoholin käyttöön ja mielialan väliaikaiseen kohentumiseen; joka puolestaan johtaa alkuperäisen tilanteen palautumiseen, jopa uudella tasolla. Ansa on lauennut. Samalla tavalla voidaan esittää myös retkahdus eli ongelmajuomisen uudelleen alkaminen (Toiviainen, 1997, 22).

Rajaa kohtuukäytön, suurkulutuksen ja alkoholistisen juomisen välille on vaikea vetää. Toiviaisen (1997, 30) mukaan tavanomaisen rentouttavan juomisen ja alkoholistisen, ad-

diktiivisen juomisen välinen ero pelkistyy kysymykseen tavoitteista ja keinoista. Tavanomaisessa juomisessa pullo on keino, alkoholisisessa juomisessa pullo on tavoite, lopullinen päämäärä ja juoni, asia ”itsessään” ja ”asia itseään varten”. Toiviainen jakaa alkoholisisen juomisen edelleen pakkojuomiseksi ja desperadojuomiseksi. Pakkojuomisessa tapa on muodostunut pakoksi. Tähän liittyy vielä tietty ”toivo”, nimittäin valinnan ja pakon dialektiikka: valinta takaisin tai syvemmälle on vielä läsnä. Desperadojuomisessa ei millään ole enää mitään väliä. Paluutie on toki olemassa, ja sen on nähty monta kertaa onnistuvan, mutta kun desperadojuominen on päällä, kaikki muu kuin juominen työnnettään syrjään, muusta ei edes haluta puhua (Toiviainen, 1997, 31).

5.3 AA:N ALKOHOLISMIKÄSITYS

Koko 'tieteellinen' alkoholismi-teoria ja erityisesti sen sairauskäsite on Ilkka Armisen (1994) mukaan enemmän tai vähemmän velkaa AA:lle. AA-elämäntarinat ovat toimineet mallina sille, mitä alkoholismi todella on. Käsitys koetusta hallinnan kadottamisesta (loss of control) alkoholismin viimekätisenä kriteerinä on AA:n kiteyttämä (Arminen, 1994, 14).

AA:n alkoholismikäsitys on kokemusperäinen ja praktinen. AA:n alkoholismikäsitys pohjautuu jäsenten omiin kokemuksiin ja havaintoihin eikä päinvastoin (Arminen, 1994, 224). Käytännöllisenä käsityksenä se mm. alentaa alkoholistien hoitoonhakeutumiskynnystä. AA:n ideologiaan perustuvassa myllyhoidossa työskentelevän Jyrki Lausvaaran (1996) mukaan sairauskäsitteellä on tässä mallissa lähinnä välinearvoa, se on käyttökelpoinen, koska sen avulla päihderiippuvaisen ihmisen leimautumista ja häneen kohdistuvia moralisoivia asenteita voidaan vähentää ja saada näin uusia mahdollisuuksia puuttua asiaan (Lausvaara, 1996, 10).

Ilkka Armisen (1994) mukaan AA:ssa on nimenomaan vältetty edes etsimästä tarkkoja formulointeja siitä, mitä ”alkoholismi todella on” ja minkä pohjalta jäsenten tulisi sitten jäsentää omat kokemuksensa. Koettu elämän hallinnan kadottaminen on alkoholismin eikä alkoholismi elämän hallinnan kadottamisen peruste AA:ssa. Kaikkein selkeimmin tä-

mä ilmenee AA:n kolmannessa perinteessä, jonka mukaan ainoa peruste AA:n jäsenyydelle on halu raitistua (Anonymous 1994). Alkoholismi jää AA:ssa periaatteellisestikin määrittelemättömäksi (Arminen 1994, 224).

AA on Arminen mukaan indifferentti sitä itseään perustavan ilmiön sisällölle. Tällä on todennäköisesti ollut ratkaiseva vaikutus siihen, että AA:ssa, sen "ison kirjan" alaotsikkona lainaten, sadattuhannet miehet ja naiset ovat voineet toipua alkoholismista. Jos alkoholismi olisi määritelty AA:n piirissä tarkasti, se olisi rajannut kohdepopulaation kapeaksi. Tällä hetkellä kuka tahansa, joka haluaa olla käyttämättä alkoholia, voi tulla AA:n jäseneksi. Vielä merkittävämpää AA:n kannalta on se, että sen määrittelemisen mistä toivutaan olisi luultavimmin johtanut määrittelemään sen mihin toivutaan. Myös se mihin toivutaan on AA:ssa alkoholin käyttämättömyyttä lukuun ottamatta avoin. Toipumisen tavoitteen määrittely olisi vielä ongelmallisempaa kuin itse alkoholiongelman määrittely: se olisi johtanut loputtomiin arvokiistoihin. Päivä kerrallaan raittiina pysymistä lukuun ottamatta AA ei kuitenkaan perustu yhteisille jaetuille arvoille vaan yksilöiden omien kokemusten selostettavuudelle ja korjattavuudelle. AA:ssa elämänhallinta on alisteinen sen selostettavuudelle. Kyse ei ole minkään erityisen elämänhallinnan arvorationaalien tyypin tavoittelusta, vaan elämänhallinnan tuottamisen tavoittelusta. AA:ssa elämänhallinnan tuottaminen on sen sisällön edellä (Arminen 1994, 224).

Alkoholismi käsitetään AA:ssa Jyrki Lausvaaran mukaan samanaikaisesti fyysiseksi, psyykkiseksi, sosiaaliseksi ja hengelliseksi sairaudeksi. Alkoholiongelmainen ei ole moraalisesti vastuussa alkoholismistaan, mutta hän on vastuullinen tekemään sille jotain. Alkoholismi etenee vaiheittain pahentuen kohti kuolemaa, jos kukaan ei tee väliintuloa. Henkilö ei voi tahdonvoimallaan hallita tilannetta. Ainut keino on ottaa vastaan ulkopuolista apua. AA:n ajatus on että alkoholismin diagnoosin tekee jokainen henkilö viime kädessä itse, koska jatkossakin vain hän voi ottaa vastuun alkoholinkäytöstään (Lausvaara, 1996, 4).

6. TUTKIMUSMENETELMÄ

Tutkimusmenetelmän valinnan ensimmäinen vaihe – valinta kvantitatiivisten ja kvalitatiivisten menetelmien välillä – oli varsin yksinkertainen. Ilmiötä kokonaisvaltaisemmin kuvailemaan ja määrittelemään pyrkivät kvalitatiiviset menetelmät sopivat tutkimukseeni selvästi paremmin kuin kvantitatiiviset lähestymistavat. Kvalitatiivisten menetelmien avulla voidaan tarkastella erityisesti yksilön kokemuksia (Alasuutari, 1994, 22 – 30).

Kvalitatiivisella tutkimuksella tarkoitetaan yksityiskohtaista, tulkitsevaa ja tutkittavan ilmiön taakse pyrkivää otetta. Kyseessä ei ole menetelmä, vaan suhtautumistapa tai asenne tutkimuksen kohdetta koskien. Kohdetta ei irroteta luonnollisesta yhteydestään, mikä tekee kvalitatiivisesta tutkimuksesta naturalistista, kontekstisidonnaista ja holistista, laajemmat kokonaisuudet huomioivaa. Tutkimus on tiukan systemaattista, ja päättely suoritetaan induktiolla (Patton 1980, 29 – 44).

Eskolan ja Suorannan (1998, 15 – 18) mukaan laadullisessa tutkimuksessa tutkimussuunnitelma elää ja muuttuu tutkimusprosessin edetessä. Niin ikään tutkimuksen eri vaiheet kietoutuvat toisiinsa. Tutkijalla ei myöskään yleensä ole tarkkoja tai valmiita ennakkoolettamuksia tai hypoteeseja ennen aineiston hankintaa. Suurelle osalle kvalitatiivista tutkimusta on tyypillistä myös osallistuvuuden periaate ja pyrkimys tavoittaa tutkittavien oma näkökulma.

6.1 TEEMAHAASTATTELU AINEISTONKERUUMENETELMÄNÄ

Aineistonkeruumenetelmänä käytin kvalitatiivisia teemahaastatteluja. Teemahaastattelujen valinta tiedonkeruumenetelmäksi tuntui deskriptiivisen tutkimuksen tarpeita ja myös gradun kokoisen tutkielman aikaresursseja ajatellen perustellulta: haastattelujen avulla sain vaivaan nähden paljon kuvailevaa tietoa.

Teemahaastattelua voi Hirsjärven ja Hurmeen (1988, 36) mukaan pitää puolistrukturoituna haastattelumenetelmänä, jossa haastattelun aihepiirit ovat jo tiedossa. Teemahaastat-

telu sopii käytettäväksi silloin kun kiinnostuksen kohteena on ilmiön perusluonne ja hypoteesien löytäminen, ei niinkään ennalta asetettujen hypoteesien todentaminen. Herbert ja Irene Rubin (1995) puolestaan kuvaavat kvalitatiivista yksilöhaastattelua ikkunana tiettyyn aikaan, paikkaan ja sosiaaliseen maailmaan. Haastattelu edellyttää haastattelijalta henkilökohtaisen ja luottamuksellisen suhteen luomista haastateltavaan ja yksilön ainutkertaiseen merkitysmaailmaan tutustumista. Haastateltavaa on kohdeltava toimivana ja aktiivisena subjektina, jonka ilmiöille antamat merkitystulkinnat tulevat ymmärrettäviksi omassa kontekstissään (Rubin – Rubin 1995, 11 – 32).

6.2 TEEMOITTELU AINEISTON ANALYYSIMENETELMÄNÄ

Aineiston analyysimenetelmänä käytin teemoittelua. Teschin (1992) mukaan erilaisille kvalitatiivisille analyysimenetelmille ovat yhteisiä mm. seuraavat piirteet: 1) analyysi on luonteeltaan syklistä ja aineiston keräämiseen integroitua, 2) analyysi on kattavaa ja systemaattista olematta kuitenkaan jäykkää, 3) analyysin tavoitteena on korkeimman asteisen synteetin saavuttaminen ja 4) analyysin tärkein väline on vertailu. Vertailun perusteella päädytään aineiston luokitteluun. Luokat auttavat tutkijaa havaitsemaan, mitkä seikat ovat yleisiä ja olennaisia tutkittaville tapauksille. Luokittelu voi tapahtua omien tutkimuskysymysten ja aineiston virikkeiden, teoreettisen viitekehyksen tai aiemmissä tutkimuksissa käytettyjen käsitteiden pohjalta.

Alasuutari (1994, 30 – 39) puolestaan kuvaa laadullista analyysia kahdesta vaiheesta, havaintojen pelkistämisestä ja arvoituksen ratkaisemisesta koostuvana prosessina. Pelkistämisen ideana on havaintomäärän supistaminen ja yhdistäminen tutkijan löytämän yhteisen nimittäjän avulla. Aineistossa ajatellaan siis olevan esimerkkejä samasta ilmiöstä. Arvoituksen ratkaisemisessa on kysymys merkitystulkintojen tekemisestä, ja se on muuhun tutkimukseen viittaavaa, ymmärtävää selittämistä.

6.3 AINEISTO

Tutkielmani aineistona on yhdeksän AA:n jäsenen teemahaastattelut. Löytääkseni sopivat haastateltavat soitin aluksi AA:n Auttavaan Puhelimeen. Siellä minulle vastasi Riitta, jolle esitin asiani. Riitta ohjasi minut AA:n Tiedotustoimikunnan pakeille ja kysyi samalla, voisiko hän itsekin osallistua tutkimukseen. Ilokseni huomasin, että olin rekrytoinut ensimmäisen haastateltavani.

Osallistuin seuraavaksi AA:n Tiedotustoimikunnan pienimuotoiseen kokoukseen, jonka lopuksi esitin toiveeni löytää AA:laisia haastateltavia tutkimukseeni. Lyhyen pohdinnan jälkeen Hannu (toinen haastateltavani) totesi, että minun kannattaa osallistua seuraavaan AA-palaveriin, jossa hänkin on mukana, ja esittää siellä asiani. Hannun lisäksi myös pari muuta Tiedotustoimikunnan jäsentä ilmoitti olevansa kiinnostuneita osallistumaan tutkimukseen.

Tapasin Hannun seuraavan kerran tuossa sovitussa palaverissa. Kyseessä oli suljettu palaveri, johon voivat osallistua vain AA:n jäsenet. Tästä säännöstä voidaan kuitenkin poiketa, jos ulkopuolisen läsnäololla nähdään olevan merkitystä raittiuden edistämässä ja jos kaikki palaverin osanottajat hyväksyvät sen. Asiastani tietoinen ryhmän vetäjä, joka oli kokenut tutkimukseni raittiutta edistäväksi, kysyi palaverin alussa, hyväksyvätkö kaikki läsnäoloni. Kun kukaan ei vastustanut, sain jäädä seuraamaan palaverin kulkua.

Kuuntelin alkutekstini ja puheenvuorot, ja sain lopuksi myös itse puheenvuoron. Esittelin itseni ja kerroin tutkimuksestani. Pyysin niitä, jotka olisivat kiinnostuneita osallistumaan tutkimukseen, jäämään palaverin loputtua ryhmätilaan voidakseni ottaa ylös heidän yhteystietonsa. Ryhmän vetäjän lopetussanojen jälkeen sain yhteystiedot yhdeksältä ihmiseltä.

Myöhemmin sain vielä muutaman ihmisen yhteystiedot jo rekrytoimiltani ihmisiltä, joten lopulta minulla oli kaikkiaan 15 potentiaalista haastateltavaa. Valitessani näistä lopullisia haastateltaviani pyrin saamaan mukaan eri pituisia aikoja raittiina olleita, eri ikäisiä sekä tasapuolisesti miehiä ja naisia. Suurin osa potentiaalisista haastateltavista oli iältään 40 – 55 –vuotiaita, joten otin mukaan myös ryhmän nuorimman (30 v.) ja vanhimman (63 v.).

Lopullinen haastateltavaryhmä koostui viidestä miehestä ja neljästä naisesta, jotka kaikki asuivat pääkaupunkiseudulla.

Seuraavaan taulukkoon olen koonnut haastateltavieni taustatiedot. Heidän nimensä olen muuttanut ”tutkimusnimiksi”, joita käytän jatkossa viitatessani kyseisen henkilön lausumaan.

	<i>Ikä</i>	<i>Ammatti</i>	<i>Raittiina</i>	<i>AA:ssa</i>
Toni	50 v.	insinööri	5 kk	5 kk
Liisa	51 v.	opettaja	5 kk	5 v.
Elina	30 v.	tarjoilija	3 v. 3 kk	3 v. 3 kk
Vesa	43 v.	insinööri	4 v. 3 kk	6 v.
Kari	47 v.	toimittaja	9 v.	15 v.
Hannu	50 v.	insinööri	13 v.	13 v.
Riitta	44 v.	toimistonhoitaja	14 v.	18 v.
Ulla	63 v.	keittäjä	22 v.	40 v.
Matti	54 v.	huoltomestari	26 v.	27 v.

6.4 HAASTATTELUJEN ETENEMINEN

Tein yhdeksän 1 – 1,5 tunnin mittaista haastattelua joulutammikuussa 1999 – 2000. Haastattelujen määrä perustuu haastatteluaineiston kylläntymiseen (mm. Mäkelä 1990, 52): tietyssä vaiheessa huomasin, että haastatteluissa alkoivat toistua samat asiat, uusia piirteitä tai näkökohtia ei juuri enää noussut esiin. Yhdeksännen haastattelun jälkeen olin jo varma, että haastattelujen määrä riittää mainiosti tutkielmani tarpeisiin. Haastatteluista kuusi tein ryhmätilan nurkkauksessa ennen illan palaverin alkua, kaksi haastateltavan kotona ja yhden AA:n Palvelukeskuksen tiloissa. Kaikki haastattelut nauhoitin C-kaseteille. Litteroituna haastattelumateriaalia kertyi noin 160 liuskaa.

Haastattelurungon (liite 1) laatimisessa käytin apuna havaintojani kolmesta AA-palaverista, joita olin tutkijan ominaisuudessa seurannut tutkimuksen suunnitteluvaiheessa, sekä kirjallisuudesta löytämiäni kuvauksia AA-palaverin kulusta (mm. Mäkelä 1998, Arminen 1994). Tärkeimpiä haastatteluteemoja olivat tutkittavieni päätyminen AA:han, AA:n merkitys heidän elämässään, heidän suhtautumisensa AA:n toipumisohjelmaan ja AA-palaverin rakenteeseen sekä heidän kokemuksensa omasta ja muiden puheenvuoroista. Puheenvuorojen osalta tärkeimmät kysymykset olivat:

- Miten haastateltava kokee puheenvuoron vapaudet ja rajoitukset?
- Mitkä asiat vaikuttavat puheenvuoron sisältöön?
- Miten puheenvuoron sisältö ja rakenne vaihtelevat palaverista toiseen?
- Mitkä ovat puheen tärkeimmät funktiot?
- Miten puheenvuoro on muuttunut/kehittynyt AA-aikana?

Kävin haastattelurungon läpi kulloisenkin henkilön kanssa luontevimmalla tavalla, teemojen järjestyksestä tarvittaessa poiketen ja antaen tilaa haastateltavan esiin nostamille teemarungon ulkopuolelle jääville aihealueille. Vaikka pyrin käymään kaikissa haastatteluissa läpi kaikki haastattelurungon teemat, annoin haastateltavieni kuitenkin keskittyä niihin teemoihin ja seikkoihin, jotka heille itselleen olivat tärkeitä.

Useimmat haastateltavat puhuivat hyvin avoimesti itsestään. AA-palaverien puhekokeuksen huomasi erityisesti kauemmin AA:ssa olleiden haastatteluissa puhumisen varmuutena ja sujuvuutena.

Raittiuden pituuden mukaan mitattuna tutkimusryhmä jakaantui neljään osaryhmään:

1. **Vasta raitistuneet** (Toni ja Liisa), 5 kuukautta raittiina
2. **Toipuvat** (Elina ja Vesa), 3 – 4 vuotta raittiina
3. **Toipuneet** (Kari, Hannu ja Riitta), 9 – 14 vuotta raittiina
4. **AA-veteraanit** (Ulla ja Matti), 22 – 26 vuotta raittiina

Raittiuden pituus kuului haastatteluissa. Vasta raitistuneet Liisa ja Toni olivat hämmentyneitä muutoksesta, ja heidän elämänsä tuntui vielä olevan selvitystilassa. Myöskään psyykinen tasapaino ei ollut viidessä kuukaudessa ehtinyt täysin löytyä. Liisa ja Toni kuvasivat muita haastateltavia enemmän rankkoja juoma-ajan kokemuksiin sekä kuluttavaa retkahdusten kautta.

Toipuvat, 3 – 4 vuotta raittiina olleet Elina ja Vesa olivat puolestaan päässeet toipumiseensa jo hyvään vauhtiin, mutta elivät edelleen muutosten keskellä. Muihin haastateltaviin verrattuna he kertoivat enemmän ensimmäisten AA-vuosiensa kriiseistä.

Toipuneiden – Karin, Hannun ja Riitan (9 – 14 vuotta raittiina) – raittius oli jo vakiintunut erottamattomaksi osaksi elämää. He olivat löytäneet psyykkisen tasapainonsa ja saaneet myös elämänsä ulkoiset puitteet kuntoon. AA-palaverit kuuluivat luonnollisena osana heidän elämäänsä. Toipuneiden puheista kuului muita enemmän tyytyväisyys nykyiseen raittiiseen, tasapainoiseen elämään: muutoksen tarve oli alkanut jo selvästi vähentyä.

AA-veteraaneille – Ullalle ja Matille (22 – 26 vuotta raittiina) – AA-identiteetti oli jo itsestäänselvyys. Heidän haastattelunsa kehkeytyivät muita muodollisemmiksi, ja he käyttivät vastauksissaan muita haastateltavia useammin suoria lainauksia AA-kirjallisuudesta (mm. 12 askelta ja 12 perinnettä) sekä AA-retorisia ilmaisuja (vrt. luku 3.4).

6.5 AINEISTON ANALYYSI

Aineistoni analyysi alkoi jo haastattelujen ja niiden purkamisen aikana. Viimeistään 160-sivuisen litterointityön jälkeen aineisto alkoi tuntua jo varsin tutulta. Ensimmäisillä yhteinäisillä koko aineiston lukukerroilla pyrin saamaan aineistosta yleisen käsityksen. Tämän jälkeen luin aineiston vielä tarkemmin läpi etsien siitä nousevia tärkeimpiä teemoja. Tämän perusteella ja haastattelurunkoa hyväksi käyttäen tein alustavan teemoittelun. Teemat jaoin seitsemään aihealueeseen (liite 2: aihealueet ja teemat). Tähän teemarunkoon rakensin Wordin makroista oman ”analyysiohjelman”, jonka avulla keräsin haastatteluista kunkin teeman alle niihin liittyvät tekstikohdat. Tämän jälkeen yhdistelin samantyyppisiä

ja samoja asioita sisältäviä teemoja päätyen seuraavaan aihealue- ja pääteemaluokitteluun:

1. Raitistuminen

- Kieltäminen
- Retkahdukset
- Pohja
- Raitistuminen

2. AA-puhe

- Puheen sisältö
- Puheen funktiot
- Puheenvuoron rakentuminen
 - Perustarina
 - Palaverin teema
 - Mieliala ja päivän tapahtumat
 - Palaverin luonne ja osanottajat
- Muiden puheenvuorot
- Puheenvuoron muuttuminen

Jatkoin analyysia pääteemakohtaisesti etsimällä tekstikohdista nousevia uusia teemoja ja luokittelemalla niitä mm. niiden yleisyyden mukaan. Analyysitapani oli varsin perinteistä kvalitatiivisen aineiston analyysia: deskriptiivistä, yhtäläisyyksiä ja samanlaisuutta etsivää. Täten sitä voi pitää alustavana tutkimusalueen jäsentämisenä ja tutkitun alueen hahmottamisena (Eskola – Suoranta 1998, 138).

7. RAITISTUMISTARINA

Tässä luvussa pyrin kuvaamaan, kuinka AA:laiset kuvaavat elämänsä ratkaisevaa käännettä, raitistumista. Tyypilliseen AA:laiseen raitistumistarinaan kuuluvat oman alkoholismien kieltäminen, retkahdusten kausi ennen lopullista raitistumista, pohjan kokeminen vaihtoehdottomuuden tunteena ja raitistuminen uskoontulon kaltaisena tunnekuohuna.

7.1 KIELTÄMINEN

Jyrki Lausvaaran (1996) mukaan yksi päihderiippuvuutta ylläpitävä tekijä on ongelmaan liittyvä kieltäminen. Se on yleistermi joukolle psykologisia puolustusmekanismeja ja toimintatapoja, joita paitsi alkoholistit myös heidän läheisensä tahtomattaan käyttävät. Siten he suojelevat itseään siltä tosiasialta, että heillä tai heidän läheisellään on päihdeongelma (Lausvaara, 1996, 10).

Kieltäminen oli tuttu käsite myös haastateltavilleni. Ongelmallisen juomisen syytä haettiin muista asioista kuin alkoholismista: masennuksesta tai jopa kapakoiden lähellä asumisesta. Työpaikan säilyminen, kunnossa oleva talous ja joillakin tervehenkinen urheiluharrastus todistivat, että kyseessä ei ollut alkoholismi. Juomisen aiheuttamista tukalista tilanteista selviäminen oli niin ikään merkki siitä, ettei mitään todellista ongelmaa ollut.

Silloinkin kun juomisen seuraukset viimein ajoivat haastateltavan hakemaan apua, hän vastusti muutosta vielä niin vahvasti, että käytännössä kielsi avun itseltään. Apu oli torjuttavissa kielteisellä perussuhtautumisella ammattiauttajiin – ”*Mulla ei synkannut tippaakaan sen lääkärin kanssa*” (Liisa) – tai sillä, että tietty hoitomuoto ”*ei sovi mun luonteelle, mun persoonalle*” (Riitta). Useimmat haastateltavat pitivät AA:ta rappioalkoholistien – ”*puliukkojen ja kassialmojen*” – paikkana, joten sekään ei heille sopinut, koska ”*en minä vielä niin pitkällä ole*” (Kari). Ensimmäisistä AA-palaverikäynneistä haettiin monesti todistusta omasta ”normaaliudesta”, ”*emmä ainakaan tommonen oo, enkä mä nyt noin ajattele*” (Hannu).

7.2 RETKAHDUKSET

Useimmat haastateltavat olivat käyneet läpi retkahdusten kauden ennen lopullista raitistumistaan. Tätä aikaa kutsutaan AA:ssa mm. satelliittikaudeksi, tilaksi, jossa henkilö huojuu pitkään edestakaisin juomisen ja AA:n välillä (Arminen, 1994, 164). Ajanjaksoa kuvaavat toisaalta alkoholiongelman kieltäminen ja toisaalta juomisen yhä pahenevat seuraukset, jotka horjuttavat kieltämisen perustaa ja ajavat elämää yhä vaihtoehtottomampaan suuntaan.

- *Se oli sellaista nöyrytyksen hakemista ennen kuin alkoi uskomaan sitten, että ei oo muuta vaihtoehtoa. (Vesa)*

Retkahdukset ovat kuitenkin haastateltavien mielestä olleet raitistumisen kannalta välttämättömiä. Raittiiden ja juomakausien vaihtelussa tapahtuu tärkeää psyykkistä kehitystä, jokaisen on kuljettava oma tiensä, mitään oikotietä ei ole.

- *Kaikki nuo kokemukset mä oon tarvinnut. Siis mitään mä en voi kuvitella, että olis pitänyt niinku jäädä, et olis joku oikotie ollut, et se olis voinut jäädä pois. Et mä olisin niinkun suoraan mennyt sen jälkeen kun mä menin psykiatreille käymään, sanonut, että jumakauta, nyt meet myllyhoitoon, et se on hyvä mesta, se on sulle oikea paikka, olisin oikaissut sieltä myllyhoitoon. Ei se olis onnistunut. (Vesa)*

Karin ”sisääntulovaihe” kesti seitsemän vuotta. Välttyäkseen kohtaamasta alkoholismiaan Kari haki syytä mm. itse AA:sta:

- *Ei tää mulle sovi, pitäis olla parempia ryhmiä, tällaisia pikkuporvarillisia porukoita, en mä näissä ala pyörimään. (Kari)*

Tällä hetkellä Kari näkee perussyiksi sen, ettei hän pystynyt vielä silloin ottamaan apua vastaan. Seitsemän vuoden kausi AA:ssa käynteineen ja erilaisine terapioineen antoi henkisiä kiinnekohtia.

- *Se pehmentä ja laannutti kumminkin jollain tavalla siihen mukaan. Et se semmonen polte sitten pikku hiljaa, joka ajoi juomaan ja anto syytä juomiselle, niin kulu pois, ja jäi vaan sellanen, että viina muuttui sitten vaan viinaksi, ja sitä joi, mutta siinä ei sen kummempaa ollut, että siitä meni maku. (Kari)*

Monet haastateltavat olivat raittiin jakson jälkeen kyenneet jonkin aikaa juomaan kohtuullisesti, mikä oli todistanut heidän pystyvän hallitsemaan juomistaan. Sitten otollisessa tilanteessa juominen oli kuitenkin riistäytynyt hallitsemattomaksi.

- *Ja sit...kun on vieraita ja vietetään semmonen viikonloppu...siitä sai hyvän syyn juoda aamusta saakka.* (Liisa)

Retkahduskauden voi nähdä todistusaineiston keräämisenä lopullista alkoholismidiagnoosia varten. Koska AA:lainen alkoholismikäsitys perustuu henkilön omiin kokemuksiin ja itsediagnoosiin, on luonnollista, että useimmat AA:laiset joutuvat käymään läpi tämän monesti hyvin tuskallisenkin aineistonkeruuvaiheen.

Kai Saukkosen (1996) mukaan useimmiten retkahtamiseen johtavia yleisiä tekijöitä näyttäisivät olevan tutkimusmenetelmästä ja kulttuurista riippumatta kielteiset emootiot, sosiaalinen paine ja kontrollin kokeilu. Vastaavasti myönteiset emootiot, erilaiset aikaan ja paikkaan liittyvät vihjeet sekä tarkkaavaisuuden heikkeneminen vaikuttaisivat olevan selvemmin yksilöistä ja kulttuureista riippuvia retkahtamiseen johtavia tekijöitä.

7.3 POHJA

Ilkka Armisen (1994) mukaan AA:ssa pyritään auttamaan sen jäseniä näkemään, kuinka alkoholismi tuottaa kasautuvan, lopulta anomiseen ja anomaaliseen tilaan vievän irtautumisen vallitsevasta sosiaalisesta järjestyksestä. Tämä AA:ssa käsitetään pohjalla käynniksi (Arminen 1994, 225).

Pohja viittaa arkaasiin tilallisten metaforien hierarkioihin, joissa ylhäällä on aina parempi kuin alhaalla. Siten pohja on jotakin alittamattoman heikkoa. AA:n näkökulmasta pohjalla käynti on toipumisen edellytys. Pohjalta voi vain nousta ylöspäin kohti parempaa. ”Pohjan” metaforisuus on ratkaiseva AA:lainen resurssi (Arminen, 1994, 163).

Yksilötason alkoholisoitumiskehitystä voidaan kuvata vähittäisenä hallinnan menettämisenä ei vain alkoholiin vaan myös koko omaan elämään nähden. Tämä näkyy käytännös-

sä erilaisina menetyksinä: perheen, työn, sosiaalisen aseman ja terveyden menetyksinä (Ilkka Halonen, Virtasen mukaan, 1982, 66).

Haastateltavat kuvaavat matkaansa pohjalle lisääntyvänä alkoholin käyttönä, erilaisia menetyksinä (työpaikka, aviopuoliso, perhe, asunto jne.), putkareissuina, katkoilla käyn- teinä, sairaalareissuina, itsemurhayrityksinä jne.

- *Vuonna -79 mä sain lopputilin, ja sit loppuvuodesta mä menetin sen asunnon ... ja nää katkasuhoidot ja tämmöset, et kyl mä niinku hyvin paljon käytin hyväkseni ... pari kertaa mä olin Hesperiaassa ... -79 jälkeen mä olin sillä tavalla asunnoton ... sitte mä asuin toisen holistin kanssa vuoden verran ... ja sitten hän tappo itsensä ... tietysti mä kävin hakemassa mömmöjä ja kaikkee tällasta, kun mä olin sekakäyttäjä ... mulla alko sitten loppujen lopuks sulkeutua kaikki ovet, et esimerkiks tohon A-klinikalle mä sain porttikiellon ... terapeutille mä sanoin, että mä oon suunnitellu, että mä tapan itteni tällä viinalla. (Riitta)*
- *Sittenhän mä kävin läpi kaikkia näitä tällasia taloudellis-sosiaalisen maailman pohjia, ja itse asiassa sen seitsemän vuoden aikana kuvittelin, että no että juodaan vielä toikin kämppä pois ja juodaan vielä lopullinen suhde perheeseen pois. (Kari)*

Matka pohjalle kuvataan useimmiten konkreettisten tapahtumien ketjuna, kun taas itse käännekohta, pohja, tilanne ennen lopullista raitistumista, on mielen sisäinen tapahtuma. Pohja kuvataan mm. voiman – sekä psyykkisen että fyysisen – loppumisena, ulkopuoli- suuden kokemuksena ja oman elämän kokemisena merkityksettömäksi.

- *Sitten se tuli semmosesta omasta sisäisestä helvetistä, sietämättömästä kärsimyksestä. (Kari)*

Vesa pitää alkoholistin elämän käännekohtana hetkeä, jolloin ”hän itse lähtee hakemaan apua, mistä tahansa”. Apua on saatettu hakea aluksi johonkin muuhun kuin alkoholis- miin, usein masennukseen. Tässä vaiheessa on kuitenkin vaara joutua sekakäyttäjäksi, jos masennusta hoidetaan rauhoittavilla lääkkeillä.

- *Ja siitä alkoi sitten lääkkeiden syönti, rauhoittavia lääkkeitä tuli mukaan siihen, koska mä en hakenut apua alkoholismiin enkä siihen juomiseen, vaan masennukseen. Mä kerroin, et mä oon masentunut. Ja totta helvetissä mä olin masentunut, koska mä olin sillä dokaamisella saa- nut elämäni aivan perseelleen. (Vesa)*

Klaus Mäkelän mukaan AA-jäsenyyden perustana jäsenten eksistentiaalinen tilanne. AA:n jäsenet kokevat voimattomuutensa alkoholiin nähden niin totaaliseksi, että jäsenyys on aivan konkreettisesti elämän ja kuoleman kysymys (Mäkelä, 1998, 317). Myös haastateltavani kuvasivat pohjakokemusta täydellisen voimattomuuden ja vaihtoehdottomuuden tunteena. Useimmat heistä kokivat, että raitistumisen vaihtoehtoina olivat kuolema tai mielenterveyden menettäminen.

Monet haastateltavistani olivat ongelmansa ratkaisuksi kokeilleet lähes kaikkia muita vaihtoehtoja – urheilusta ja erilaisista terapioista ilokaasuhoitoon – joten AA ja sen myötä täysraittius tuntui viimeiseltä ja ainoalta vaihtoehdolta.

- *Mä olin käynyt terveyskeskuslääkärillä taas lääkkeitä hakemassa ... hän sanoi, että hän on ottanut selvää sun tapauksesta, vähän tutkinut, mitä vois olla hoitomuotoja, ja hän oli hetken aikaa hiljaa ja katto mua tälleen silmiin ja sanoi, että kuule Vesa, että sun tapauksessa ennuste on huono. Niin mä muistan miten mulla kylmät väreet kävi silloin, mä niinkun jotenkin ymmärsin sisimmälläni, että nyt ei niinkun, et jotenkin, et tästä ei oo paluuta. (Vesa)*

Monelle tietoisuus kuoleman läheisyydestä – vaikkapa sairaalavuoteella maatessa – oli ainoa asia, joka sai aikaan raittiuspäätöksen.

- *No mulla oli vaihtoehtona kuolema. Se olikin ainut, joka mut pysäytti. (Liisa)*

Joillekin riitti pelko mielenterveyden menettämisestä, osalle riittävän pelottava kokemus oli oman elämän ja tulevaisuuden peilaaminen katkon asiakkaisiin tai puistojen asukkeihin.

- *Siellä sen katkon käytävillä yön pimeinä hetkinä mä niinku harhasena kävelin sitte ja rauhatomana siellä pitkin niit käytäviä ja näin semmosia itseäni paljon nuorempia ihmisiä tämmösissä viinakrampeissa, kun ne sätki ja potki siellä yön pimeinä tunteina ja kuola valu suupielistä niin sillan mä niinkun kysyin itseltäni et totako mä haluan ... ja sillo mä kykenin rehellisesti vastaamaan ittelleni, että en halua. (Hannu)*

Myös Pia Litmo (1999) löytää bentsodiatsepiiniriippuvuutta käsittelevässä tutkimuksessaan ”umpikujan kohtaamisen tunteen”, josta irrottautuminen riippuvuutta aiheuttaneesta aineesta yleensä on alkanut. Jatkaminen entiseen malliin ei enää ole ollut mahdollista.

Umpikuja on merkinnyt Litmon haastateltaville terveyden pettämistä, ihmissuhteiden menettämistä ja/tai itsekunnioituksen romahtamista (Litmo, 1999, 46).

7.4 RAITISTUMINEN

Alkoholin käyttö lopetetaan yleensä vasta sitten, kun mitään muita vaihtoehtoja ei enää ole. Monet pitävät tätä hetkeä raitistumisenaan, mutta eivät kaikki. Raitistuminen on useimpien haastateltavien mukaan mielen sisäinen tapahtuma, joka ei välttämättä ole se hetki, jolloin alkoholin käyttö loppuu. Myös Raimo O. Kojon (1997, 292) mukaan todelliseen raitistumiseen tarvitaan kokemus, joka joko on tai on verrattavissa uskonnolliseen tai paremmin hengelliseen havahtumiseen, heräämiseen, kääntymykseen, valaistumiseen.

Niin ikään Pia Litmon (1999) haastateltavat kertovat ”hengellisistä väläyksistä tai heräämisestä”. Usein muutoksen ovat käynnistäneet kuitenkin samanaikaisesti useat eri tekijät: umpikujan kohtaaminen, hengelliset väläykset ja lääkeryhmästä saatu asiantieto yhdessä. Muutosta Litmon haastateltavat kuvaavat ”jatkuvana ja pitkäaikaisena prosessina” (Litmo, 1999, 47). Anja Koski-Jännes kuvaa tätä kaikista riippuvuuksista (todellisista tai kuvitelluista) irrottautumista siirtymisenä myönteisen kehityksen ja kasvun spiraalille (Koski-Jännes 1998, 147).

Jotkut haastateltavistani kykenivät määrittelemään sen tietyn hetken, jolloin raittius lopulta alkoi. Vesalle se oli ryhmään liittyminen ja sen myötä ryhmään kuulumisen tunteen kokeminen.

- *Se on ensimmäinen kerta elämässä, kun mä oon tuntenut sen jälkeen, et mä kuulun johonkin, oikein todella, et mut hyväksytään sellaisena kuin mä oon. Ilman että mä sanon mitään, teen mitään, mä oon aina tervetullut. (Vesa)*

Hannulle puolestaan ratkaiseva käännekohta oli toiselle AA:laiselle avautuminen, sen mukanaan tuoma vapautuksen tunne ja oman menneisyyden kokeminen arvokkaaksi kasvupohjaksi.

- *Näitten omien asioiden todellisen luonteen myöntäminen sitte tälle toiselle AA-laiselle teki sen, et sen jälkeen mä en oo öitä valvonu. Et mä koin jonkun semmosen valtavan vapautuksen sen jälkeen, et mä oon sitte käyttäny itselleni sellasta kuvausta, kun et menneisyys muutti olo-
muotoa. Et semmosesta tuskasesta, ikävästä, likasesta menneisyydestä kasvo semmonen ehkä upein arvokkain pääoma, mitä on. (Hannu)*

Anja Koski-Jänneksen (1998) tutkimuksessa addiktiostaan irtaantumisessa onnistuneet olivat hämmentyneempiä muutosta edeltävistä tapahtumista kuin ne, jotka eivät olleet elämämuutokseen päässeet. Tässä tulee esille muutostapahtuman elämyksellinen luonne, jonka monet kokevat uskoontulon kaltaisena tunnekuohuna. Persoonallisuus ja sen pohjana aivojen hermoradat kerta kaikkiaan jäsentyvät aivan uuteen uskoon. Ajallisesti tämä voi tapahtua lyhyen tai pitkän ajan kuluessa, mutta ilmeistä on, että muutos alkaa jossain mielessä jo silloin, kun ensimmäiset haittavaikutukset alkavat ilmaantua. Tästä muodostuu vähitellen motiivi, joka elämänprosessin aikana yhä voimakkaammin pyrkii purkautumaan esille ja aktualisoitumaan muutoksena. Koski-Jännes löytää riippuvuudesta vapautumisessa seitsemän faktoria: toimintaan väsymisen, perheen laajassa mielessä, rakastetun, AA:n, ystäväpiirin muutoksen, riippuvuuden kielteiset seuraukset sekä uskonnollisen heräämisen (Koski-Jännes 1998, 227).

8. AA-PUHE

AA-palaverien perustava, selvästi näkyvä, kulttuurista riippumaton piirre on se, että ne organisoituvat suhteellisten pitkien monologisten puheenvuorojen sarjojen ympärille. Näiden laajentuneiden puheenvuorojen aikana AA:n jäsenet yhdistävät heidän persoonakohtaisia kokemuksiaan, kuten AA-kirjallisuus esittää: ”*Meidän elämäntarinoistamme käy suurin piirtein ilmi, millaisia me olimme, mitä tapahtui ja millaisia olemme nyt*” (Arminen, 1998, 49).

AA-puheenvuoro alkaa yleensä esittelyllä ”x ja alkoholisti” ja loppuu kiitokseen ”kiitän raittiista päivästä”. Puheenvuoroissa on siis toisaalta formaali alku ja lopetus, toisaalta informaali keskiväli, jonka sisällön ei tarvitse olla missään nimenomaisessa suhteessa muihin puheenvuoroihin. Täten se on täysin puhujan oman tahdon alainen (Norman K. Denzin 1987, 115, Arminen mukaan 1994, 23). Kuitenkin voi huomata joitain ilmeisesti tiedostamattomia sääntöjä, jotka ohjaavat puhetta. Siis on kahdentasoisia sääntöjä, joista toiset koskevat sosiaalisia representaatioita, palaverin rakennetta ja toiset psyykkisiä representaatioita, yksilöiden puhetta (Arminen, 1994, 23).

Norman K. Denzinin (1987, Arminen mukaan 1994, 24) mukaan AA-palaveripuheessa ilmenee kaksi selkeästi ristiriidassa olevaa versiota: periaatteessa äärimmäinen vapaus, mutta toisaalta tarkka suuntautuneisuus ja rajautuneisuus. Vaikka palaveripuhetta ei rajoita mikään havaittava ulkoinen pakko, se on kuitenkin tarkoituksenmukaista, suorastaan välineellistä. Tarinat on valjastettu palvelemaan uuden elämän jäsenyyksen tuottamista. Puheen vapauden ja rajautuneisuuden näennäisen ristiriidan ratkaisuksi Denzin esittää, että AA-puheessa vallitsee ”järjestys kaikissa pisteissä”, eli puheessa ilmenee havaittava, selostettavissa oleva jäsenyntyneisyys (Arminen, 1994, 24).

8.1 PUHEEN SISÄLTÖ

Puheenvuoron asiasisältö, ainakin elämäntarinan osalta, pysyy luonnollisesti verraten samana palaverista toiseen; omaa historiaansa ei voi muuttaa. Toki asiasisältökin voi muuttua: unohduksissa olleita elämäntapahtumia ja uusia näkökulmia näihin tapahtumiin voi nousta mieleen ja osaksi kertomusta. Tämä muutos on kuitenkin hidasta, ja historialliset elämäntapahtumat sinänsä pysyvät muuttumattomina. Puheenvuoron esitystapa sen sijaan voi vaihdella paljonkin palaverista toiseen. Puheenvuoro voi olla mm.:

- Pohdintaa
- Päivän tapahtumien läpikäyntiä
- Oman mielialan analysointia
- Elämäntarinan kertomista
- Raitistumishetken mieleen palauttamista
- Askeleen/askelien heijastamista oman elämän tapahtumiin
- Oman AA-jäsenyyden reflektointia
- Viittauksia muiden puheenvuoroihin

AA-palaverin osanottajat puhuvat yleensä AA:n sääntöjen mukaan omista kokemuksistaan. Tyypillisen AA-elämäntarinan vedenjakajana toimii raitistumishetki, joten elämäntarina koostuu kokemuksista ennen ja jälkeen raitistumisen. Tähän jakoon perustuen haastateltavani jakavat kokemuksensa sairastamis- ja toipumiskokemuksiin. Sairastamiskokemukset ovat oman persoonallisuuden, arvojen ja asenteiden kehitysalueiden kartoitusta, ja toipumiskokemukset kuvaavat näiden kehitysalueiden positiivisia muutoksia sekä muutosten seurauksia.

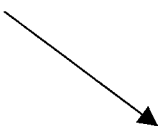
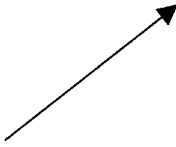
Sairastamiskokemukset kuvaavat sellaisia luonteenpiirteitä, jotka aikanaan ovat aiheuttaneet hallitsemattoman juomisen ja jotka edelleen vaivaavat ja häiritsevät arkipäivää. Ne voivat olla kielteisiä tuntemuksia – masennusta, ahdistusta, pelkoa, vihaa, kateutta – tai sellaisia käyttäytymis- tai toimintatapoja, jotka omasta mielestä vaatisivat korjausta.

Toipumiskokemukset kuvaavat, mitä hyvää raitius on tuonut tullessaan: psyykkistä ja taloudellista tasapainoa, sosiaalista aktiivisuutta jne. Ne kuvaavat myös tapoja, joilla nämä hyvät asiat on saavutettu: säännöllinen AA-palaverissa käynti, käyttäytymis- tai toi-

mintatapojen tietoinen muuttaminen, suhtautumistapojen muuttaminen lähimmäisiin ja toisiin ihmisiin yleensä jne.

Puheenvuorot vaihtelevat myös sen mukaan, kuinka paljon niissä painotetaan toisaalta tätä päivää (synkroninen puhe) ja toisaalta koko elämänhistoriaa (diakroninen puhe). Paitsi eri henkilöiden välillä painotukset vaihtelevat myös yksittäisen henkilön osalta palaverista toiseen ja raittiuden eri vaiheissa. Synkronisessa puheessa painottuu AA:n terapeuttinen tehtävä ja diakronisessa elämänhistorian muokkaamisen kautta tapahtuva AA-identiteetin rakentuminen.

AA-palaverin osanottajat puhuvat siis sairastamis- ja toipumiskokemuksista synkronisesti tai diakronisesti. Seuraavassa nelikentässä AA-puhe on jaoteltu näiden kahden dikotomian mukaan: onko puhe pääasiassa synkronista vai diakronista ja kerrotaanko enemmän sairastamis- vai toipumiskokemuksista.

	Sairastamiskokemukset	Toipumiskokemukset
Synkroninen puhe	PÄIVÄN HUOLET JA MURHEET - Kielteiset tuntemukset - Kielteiset tapahtumat	PÄIVÄN ILON AIHEET - Myönteiset tuntemukset - Myönteiset tapahtumat
Diakroninen puhe (vrt. Jellinekin käyrä, liite 4)	JUOMA-AJAN TAPAHTUMAT - Matka pohjalle 	RAITTIUDEN MYÖNTEISET VAIKUTUKSET  - Matka pohjalta

Synkroniset sairastamiskokemukset ovat tämän päivän huolia ja murheita, päivän aikana velloneita kielteisiä tuntemuksia tai päivän tapahtumia, jotka ovat aiheuttaneet kielteisiä tuntemuksia tai joissa henkilö on itse huomannut jälkeensä käyttäytyneensä ei-

toivotulla tavalla. Nämä tuntemukset, tapahtumat ja käyttäytymistavat nivotaan usein alkoholistisen persoonallisuuden viitekehykseen.

Synkroniset toipumiskokemukset ovat tämän päivän ilon aiheita. Ne ovat mm. myönteisiä tuntemuksia, uusittujen käyttäytymis- ja toimintatapojen toteutumista tai päivän tapahtumia, joissa henkilö on huomannut raittiuden tuoman myönteisen muutoksen.

Diakroniset sairastamiskokemukset ovat juoma-ajan tapahtumia ja tunnelmia. Monesti tapahtumia kuvataan Jellinekin käyrän (liite 4) mukaisesti yhä lisääntyvänä juomisena ja elinolosuhteiden jatkuvana heikentymisenä: sosiaalisen maailman kaventumisena, psyykkisten ongelmien lisääntymisenä, fyysisenä rappeutumisena jne. Lyhyesti sanottuna kuvataan matkaa pohjalle.

Diakroniset toipumiskokemukset puolestaan ovat raittiuden myönteisten vaikutusten tarkastelua raitistumisen jälkeisenä ajanjaksona (taas usein Jellinekin käyrän mukaisesti): elämänlaadun ja sosiaalisten suhteiden paranemista, mielen tasapainon löytymistä jne. Toisaalta kerrotaan myös toipumisen vaikeuksista.

Synkronisessa puheessa tulee painokkaammin esiin AA:n terapeuttinen olemus ja diakronisessa puheessa vastaavasti identiteettitarinan luominen. Käytännössä synkroninen ja diakroninen puhe kuitenkin limittyvät toisiinsa. Päiväpuheesta nousee tapahtumia ja kokemuksia osaksi identiteettitarinaa, ja tarinan kertominen on itsessään terapeuttista.

Puheen sisällön yhtenä mittarina voidaan nähdä se, kuinka hyvin se palvelee muiden toipumista. AA:n päihderiippuvuudesta vapautumiseen tähtäävän tarkoituksen ja avoimen luonteen vuoksi on täysin mahdollista, että palaveriin eksyy henkilö, joka – vaikka ei olisikaan enää päihteen vaikutuksen alaisena – on vielä niin sekavassa mielentilassa, että puhuu muille täysin käsittämättömiä asioita. Palaveripuheella voidaan siis katsoa olevan toisaalta terapiatarkoitus, jolloin puhujalle on tärkeää puhua vapaasti mitä vaan, ja toisaalta hyötytarkoitus – 12. askeleen kehotus auttaa muita alkoholisteja – mikä vaatii puheelta ainakin ymmärrettävyyttä.

Vaikka AA-palaverissa on periaatteessa vapaus puhua mistä vain, ryhmätilanne asettaa kuitenkin omat reunaehdot sille, mitä ja minkälaisia asioita puheenvuorossa voi ja kannattaa käsitellä.

- *Jotkut semmoset hyvin pienet hentoset jutut on vaikee ehkä käsitellä sellasessa ryhmässä ... sellaset, jotka ei oo ollenkaan kovia juttuja eikä sellasia helposti merkittävältä tuntuvia ... tuntuu, että siinä ajassa tai tilanteessa jonkun hyvin semmosen herkän, just just näkyvän tuntemuksen tai mielenjuonteen tai lapsuudenmuiston tai jonkun sellasen käsitteleminen ehkä on semmosta, mihin mä koen tarvetta ja joka sitten paremmin toteutuu jossain muualla, yksin tai kaksin tai porukassa. (Risto)*

Jotkut asiat ovat myös niin arkaluontoisia, että niitä ei moni tuo mielellään esiin ryhmätilanteessa. AA:n yksi selkeä ja julkilausuttu normi on vaitiolovelvollisuus ryhmässä käsitellyistä asioista. Palavereissa käy kuitenkin monenlaisia ihmisiä, joten vaitiolovelvollisuuteen ei voi täysin luottaa. Esimerkiksi Ullan ryhmässä puhumat asiat ovat aikoinaan ”tulleet torilla vastaan”. Arkaluontoisista asioista erityisesti seksuaalisuuteen liittyviä asioita vältetään tuomasta esiin ryhmässä.

- *Ainoa, minkä mä haluan rajoittaa, että ei mennä semmosiin ihan liikaa seksuaalijuttuihin, koska ne pitäis puhua kyllä tukihenkilölle. Et ne ei kuulu tänne. (Ulla)*

8.2 PUHEEN FUNKTIOT

Haastattelujen perusteella puheen enemmän tai vähemmän tiedostettuja funktioita ovat:

- **Asioiden mittasuhteiden palauttaminen**
- **Ryhmään liittyminen, yhteenkuuluvuus**
- **Itsensä voittaminen**
- **Oman paikan ostaminen AA-yhteisössä: toipumiskokemuksen jakaminen**
- **Itseymmärryksen kasvattaminen**
- **Vakuuttuminen oikeasta ratkaisusta**
- **Oman alkoholismisairauden hyväksyminen**
- **Itsensä muistuttaminen**
- **Vaikeiden asioiden ja huolien pois puhuminen**

Monelle tärkeä puheen funktio on asioiden mittasuhteiden palauttaminen. Suhteessa omaan pohjakosketukseen kurjakin raitis päivä näyttäytyy aina parempana. Kun puhuu juoma-aikojen kärsimyksistä, raittiin päivän merkitys korostuu.

- *Sellanen johon voi sitte ehkä tän päivän vähän raskaampia aikoja verrata, että no ei nää nyt raskaita oo, et sillo se raskasta oli.* (Hannu)

Olotilaa parantaa myös se, että puhuessaan huomaa kykenevänsä puhumaan itsestään muille, mikä on aina askel yksinäisyydestä kohti sosiaalista minuutta. Muihin ihmisiin, ryhmään, yhteiskuntaan kuulumisen tunne on sosiaaliselle eläimelle mielihyvää tuottava. Monelle tyydytystä tuottaa myös itsensä ylittäminen: jännittävästä esiintymistilanteesta selviytyminen lisää uskoa ja luottamusta omiin kykyihin.

Monet näkevät puhumisen myös moraalisenä kysymyksenä. Kertomalla toisille omasta toipumisestaan saa oikeutuksen käyttää hyväksi muiden kokemuksia. AA-retoriikalla ilmaistuna AA:n jäsen ”ostaa oman paikan” AA-yhteisössä. ”Paikan” ottaminen yhteisössä on yksi sellainen tärkeä AA:lainen metaforinen ilmaisu, joihin Ilkka Arminen (mm. 1994, 165) viittaa.

- *Saan kuunnella ja käyttää hyväkseni muidenkin kokemuksia, kun paan oman annokseni peliin.* (Hannu)

AA:ssa puhuminen on analysointia, tutkimista, itsetutkiskelua. Palaverien jatkumossa samojakin asioita on mahdollista tutkailla aina uudesta näkökulmasta. Vaikka puheessa pyritään aitouteen ja rehellisyyteen, useat haastateltavat ymmärtävät myös retoriikan merkityksen, hyvä tarkoitus saattaa joskus pyhittää keinot. Liiottelu on malliesimerkki retorisista keinoista: korostetaan toisaalta juomisen tuskaa ja kauheutta ja toisaalta raittiuden hienoutta. Haastattelujen perusteella tämä on myös ainakin osittain tiedostettua. Tällaisen liioittelun ensisijainen tarkoitus näyttäisi olevan itsen vakuuttaminen siitä, että on tehnyt oikean ratkaisun.

- *Mä hyvin tiedän esimerkiks itte kun mä puhun ni mä liioittelen selvästi jossain asioissa, et mä en niinku haluakaan nähdä niitä ihan aitoina, vaan niinkun vähän mustamaalata sitä tuskaa ja sitä kauheutta, mitä se juominen oli ja vähän ylikorostaa sitä kuinka upeeta ja hienoo tää raittiuus on.* (Kari)

8.3 PUHEENVUORON RAKENTUMINEN

Palaverin alussa luetaan tavallisesti jokin 12 askeleesta. Erityisissä perinnepalavereissa luetaan jokin 12 perinteestä. On myös ryhmiä, joissa palaverin teema voidaan poimia muualta AA-kirjallisuudesta tai jopa sen ulkopuolelta. Alkuteksti antaa puhujille lähtökohtaa ja näkökulmaa, mutta myös aineksia löytää omasta elämästä, omista kokemuksista teemaan liittyviä tapahtumia.

Puheenvuoron palaverikohtaiseen rakentumiseen vaikuttaa paljolti se, mihin vaiheeseen palaveria puheenvuoro sijoittuu. Mitä aiemmassa vaiheessa puhuu, sitä enemmän puheenvuoroon vaikuttaa alussa luettu teksti, ja mitä myöhempään vaiheeseen puheenvuoro sijoittuu, sitä enemmän siihen vaikuttavat muiden aiemmat puheenvuorot.

Puheenvuoron sisältöön ja rakentumiseen vaikuttaa myös puhujan raittiuden pituus. Puheenvuoron sijoittumisen ja raittiuden pituuden mukaan jaoteltuna voidaan konstruoida seuraavan nelikentän mukaisesti neljä erilaista puhetyyppiä: päiväpuhe, askelpuhe, reflektiopuhe ja viitepuhe.

	Lyhyt raittius	Pitkä raittius
Puheenvuoro alussa	PÄIVÄPUHE <ul style="list-style-type: none"> - Mielialan kuvaaminen - Päivän tapahtumat - Raitistumishetken kuvaaminen 	ASKELPUHE <ul style="list-style-type: none"> - Alkuteeman kommentointi - Päivän tapahtumat askelviitekehyksessä - Oman elämän tapahtumat askelviitekehyksessä
Puheenvuoro lopussa	REFLEKTIOPUHE <ul style="list-style-type: none"> - Muiden puheenvuorojen vaikutus ilman viitteitä - Oman nykytilanteen tarkastelu 	VIITEPUHE <ul style="list-style-type: none"> - Viittaukset muiden puheenvuoroihin - Oman elämän tapahtumien tarkasteleminen muiden osanottajien kokemusten valossa

Jos AA:n jäsenen raittius on vasta aluillaan, hänelle ei vielä ole ehtinyt kehittyä kykyä heijastella elämäänsä toipumisohjelman 12 askeleeseen. Jos lisäksi hänen puheenvuoronsa sijoittuu palaverin alkuun, jolloin hänellä ei ole tukena myöskään muiden puheenvuoroja, hän yleensä päätyy kuvaamaan sen hetkistä mielialaansa, päivän tapahtumia tai raitistumishetkeään.

”Nuoren” AA:laisen tilanne helpottuu, jos hän saa virikkeitä edellisistä puheenvuoroista. Muiden puheenvuorot vaikuttavat kuitenkin usein implisiittisesti, viittauksia ei vielä tässä vaiheessa osata eksplikoida. Muiden puheenvuorot kuitenkin rohkaisevat ja antavat virikkeitä AA-puheelle tyypilliseen refleksiiviseen otteeseen.

”Vanhemmalla” AA:laisella on puolestaan jo kokemusta 12 askeleesta ja niiden soveltamisesta omaan elämään. Hän pystyy puheessaan kommentoimaan ja pohtimaan alkuteemaa sekä käsittelemään päivän ja oman elämänhistoriansa tapahtumia askelviitekehyydessä. Palaverin myöhemmässä vaiheessa kokeneempi AA:lainen kykenee eksplikoimaan viittauksensa muiden puheenvuoroihin – hän muistaa puhujien nimet ja sen, kuka sanoi mitään. Tällä viittausten eksplikoinnilla on oma terapeutinen ja ryhmää koossa pitävä merkityksensä. Lisäksi kokeneemmalla jäsenellä on kehittynyt kyky tarkastella oman elämän tapahtumia ja tunnelmia muiden osanottajien kokemusten valossa.

8.3.1 Perustarina

Jokaisella AA:n jäsenellä on luonnollisesti oma ainutkertainen elämänsä ja siten myös oma ainutkertainen tarinansa. Palaverien ja puheenvuorojen myötä jäsenelle alkaa muotoutua perustarina, joka koostuu erilaisista paloista: tapahtumista ja kokemuksista. Palaverin luonteesta, omasta mielialasta ym. riippuen perustarinasta kerrotaan sen joku variaatio tai tiettyjen palojen kombinaatio. Ensimmäisen askeleen palavereissa kerrotaan tavallisesti kokemuksia ja tapahtumia viimeisiltä juoma-ajoilta, raitistumisesta ja ensimmäisistä kokemuksista AA:ssa.

Monilla perustarina elää, muuttuu ja kehittyy ajan myötä. Uusia paloja kehittyy lisää ja vanhoja saattaa jäädä pois. Palaverissa voi kokeilla uusia näkökulmia, joista voi saada uusia paloja omaan itseanalyysiin. Palaveri saa aikaan virikkeellisen mielentilan, joka inspiroi tarkastelemaan omaa elämää ja ajatusmaailmaa aina uudesta näkökulmasta.

- *Mulla yleensä sitten muodostuu kumminkin joku, aika useinkin jollain tavalla vähän uusi ja erilainen näkökulma omaan minäkuvaani ja omaan kokemukseeni ja muuhun. Ja mä heitän sen ilmoille ja kuuntelen itekin, että miltä se nyt sitten kuulostaa. Ja jos se kuulostaa puolen vuoden jälkeenkin vielä pysyvältä palalta omaa itseanalyysiä, niin sitten se saattaa jäädä vakiotavaraksi, mutta kyllä mä usein silleen, usein mulle tulee kumminkin, jotenkin siinä tulee silleen virikkeellinen mielentila, että jotain omaa juttua vaan vähän uudesta näkökulmasta kattoo. Sit mä kokeilen sitä, että miltäs toi kuulostaa. (Kari)*

Monilla puhe menee kuitenkin usein samoille urille, ja joihinkin askeliin on muodostunut kaavoja, joista käsin useimmiten lähtee puhumaan. Valmiit kaavat luonnollisesti helpottavat puhumisen aloittamista. Ajan myötä kokemuksen ja itseluottamuksen lisääntyessä myös spontaanisuus ja suunnittelemattomuus lisääntyvät ja kaavojen tarve vähenee.

8.3.2 Mieliala ja päivän tapahtumat

Puheenvuoroon vaikuttavat luonnollisesti myös puhujan sen hetkinen mieliala ja elämäntilanne. Monet löytävät heti AA:sta päivittäisen tai viikoittaisen purkautumiskanavan, joillekin tämä AA:n terapeutin olemus aukeaa vasta ajan myötä.

- *Mä puhun, jos mua todella joku asia on painanut, et mä oon menettänyt esimerkiksi malttini jossain pankissa tai pankin kassalla, tai joku tällöinen tilanne tullut, niin silloin mä puhun sen pois täällä (Vesa)*
- *Jos mulla on hyvin tähdellistä, ittelleni semmosta, joku tapahtuma tai jotain, mitä mä jännitän tai jotain, niin sillan mä puhun siitä. (Riitta)*
- *Mie niinku tavallaan tuon ne asiat esille, vaikka jotkut, jos on vittuuntunu johonki ihmiseen tai jos on tehny jotain väärin tai sit jos on jotain muuta tunnekuohuja. (Elina)*

Tämän päivän tapahtumien kertominenkin on ohjelman soveltamista omaan elämään. Harva kertoo tämän päivän tapahtumia luettelomaisesti, useimmat nivovat ne ”alkoholistinen persoonallisuus” –viitekehykseen. Vihastuminen, raivostuminen, pinnan palaminen ym. tunnekuohu johtuu omasta alkoholistisesta persoonallisuudesta, jota pitää hoitaa ja muuttaa. Ja hoitaminen on juuri näiden tunnekuohujen auki puhumista. Tavoitteena on mielen tasapaino, ”alkoholistilla ei ole varaa tunnekuohuihin”, sanotaan peruskirjallisuudessakin. Alkoholismin hoitaminen AA:ssa on mielen tasapainon kehittämistä.

AA:ssa rakennetaan näin ollen myös muita tarinoita kuin pelkästään omaa raitistumis- ja selviytymistarinaa. Päivän tapahtumien pohdinnasta syntyy pitkässä juoksussa monia tarinoita: ihmissuhde-, parisuhde- ja avioliittotarinoita, työpaikkatarinoita, riippuvuudesta toiseen –tarinoita jne.

8.3.3 Palaverin luonne ja osanottajat

Puheenvuoron rakentumiseen vaikuttavat myös palaverin luonne ja osanottajat. Klaus Mäkelän (1990) mukaan AA:laiset ottavat esille elämäntarinansa eri puolia kuulijakunnan koostumuksen mukaan ja riippuen siitä, puhuvatko he suljetussa AA-ryhmässä vai avoryhmässä (Mäkelä 1990, 51). Puheenvuoro on niin ikään erilainen naisten ryhmässä kuin normaalissa miesten ja naisten sekaryhmässä, osallistujamäärältään pienessä ryhmässä erilainen kuin suuressa ryhmässä jne.

Mitä pienempi ryhmä on, sitä turvallisemmaksi se yleensä koetaan. Siksi pienessä ryhmässä AA:laiset kertovat helpommin henkilökohtaisista asioistaan.

- *Tossa naisten palaverissa esimerkiksi ni mä puhun paljon enemmän semmosia henkilökohtaisia asioita. Se on pieni ryhmä. Sitte tommosissa isommissa ryhmissä ni siellä yleensä tulee tämmöstä yleistä enemmän.* (Riitta)

AA:laisille on tärkeää pitää ryhmä turvallisena toipumispaikkana, jossa jokaisella on mahdollisuus käsitellä omia kuinka tahansa henkilökohtaisia asioita. Siksi puheet pyritään pitämään asiallisina. Yleensä palavereissa on mukana myös uudempia jäseniä, ja

vanhemmat jäsenet pyrkivät omalla esimerkillään ja tarvittaessa myös uudemmille jäsenille ryhmän säännöistä huomauttaen pitämään palaverin sellaisena, että uudemmat jäsenet kokevat tilaisuuden turvalliseksi ja luottamukselliseksi.

- *Minusta selvästi pidempään mukana olleet ottaa aika paljon huomioon sitä, että ketä siellä on paikalla.* (Kari)

Kuitenkin varsinkin vanhemmilla jäsenillä saattaa olla välillä tarvetta vaihteluun ja ”irrotteluun”, mihin tuleeikin mahdollisuus sellaisissa palavereissa, joissa on mukana pelkästään vanhempia AA:laisia.

- *Eilen ilmeisesti loppiaisesta johtuen - meidän ryhmässä yleensä on parikymmentä ihmistä paikalla – mutta eilen ei ollut kuin kuusi, ja minä taisin olla raittiilta vuosiltani vähäisin, niin kyllähän siinä semmonen konkariporukka oli koossa, että tais vähän jokainen kommentoida toistaan. Mutta jos sitten taas olis ollu tulokkaita tai vähemmän aikaa olleita ihmisiä tai ei just ihan vaan se ydinporukka, niin silloin se ois ehkä tiukemmin noudatettu sitä ei kommenttia – sääntöä.* (Kari)

Tulokaspalavereilla, joissa on mukana ensimmäistä kertaa AA-palaverissa istuvia jäseniä, on oma erityinen asemansa. Julkilausuttuja puhumissääntöjä on AA:ssa vähän, mutta ohjelman henkeen liittyviä hiljaisia suosituksia voi helposti havaita. Tulokaspalavereissa muiden jäsenten on suositeltavaa pyrkiä eläytymään tulokkaan tunnelmiin, rohkaista häntä ja kertoa omista vastaavista kokemuksista.

- *Mä oon oikein tietoisesti yrittänyt silleen niinku tulokaspalaverissa lyhentää sitä puhettani, koska ei se jaksa se tulokas kuunnella niin hirvittävästi.* (Riitta)

Tulokaspalaverien puheenvuoroissa korostuu monesti myös 12:nneen askeleen sanomasaatto (”yritimme saattaa tämän sanoman vielä kärsiville alkoholisteille”). Siksi monet haastateltavat pyrkivät tulokaspalaverissa puhumaan mieluummin toipumis- kuin sairastamiskokemuksistaan.

- *Pyrin tuomaan esille enemmänkin ehkä kun sitä vanhaa tarinaa, niin ehkä sen, että mitä AA on tehny.* (Elina)

Eri tyyppiset ryhmät voivat palvella AA:laista erilaisissa tarkoituksissa. Esimerkiksi katkon yhteydessä olevasta ”tulokasryhmästä” AA:n jäsen voi saada erilaisia asioita kuin sellaisesta vakiintuneesta ryhmästä, jonka jäsenet ovat olleet jo pitkään raittiina. Lisäksi eri ryhmien vaihteleva väestöllinen koostumus pitää huolen siitä, että jäsen voi sekä tuntea olonsa kotoisaksi omien parissa että tehdä tutustumisretkiä kuullakseen elämäkokemuksista, joita muissa elinoloissa on saatu (Mäkelä, 1998, 317).

- *Kun haluaa oikein semmosta tehokasta perushoitoa, niin ehkä se jo se paikkana vaikuttaa, että sitten on käynyt siellä katkaisuhuoltoaseman yhteydessä olevassa ryhmässä naureskelemissa aamutakkimiehille ja hakemassa ehkä sitä ihan omaa lähtökohtaani ja pohjan tuntemusta siinä paikan ominaisluonteesta ja hajussa ja muussa sellasessa. Selvästi mä oon halunnut säilyttää sitä nyt, että kun olin monta vuotta sitten käynyt siellä, nyt sitten en ollenkaan viimeisen kolmen neljän vuoden aikana, niin oon alkanut käymään, ihan saadakseni just johonkin historiaan sellasta rajapintaa ja konkretiaa. (Kari)*
- *Esimerkiks on jotain katkon ryhmiä, ni välttämättä mie en jaksa kuunnella, jos mie oon ite kovin sekasin tai jotain, ni mie en välttämättä jaksa kuunnella niitä juomistarinoita, vaan mie haluan sellasen ryhmän, mis on niinku pitempään raittiina olleita, tasapainosempia ihmisiä. (Elina)*

Ryhmän koko, koostumus ja tunnelma vaikuttavat siihen, mitä tarkoituksia se palvelee kunkin jäsenen toipumisprosessissa.

- *Sitten mä valikoin sen mukaan, että missä mulla on paras fiilis silloin. Et mikä musta tuntuu silleen, että jos mä oon ahdistunu, ni mä valitsen semmosen ryhmän, missä mä koen, että mä oon tervetullut, siel on mun kavereita paljon. Sit jos mulla on taas semmonen fiilis, että mä oon vahvempi, niin sit mä voin mennä ihan outoon ryhmään. Ja varsinkin matkoillahan mun on pakkokin mennä outoon ryhmään. (Riitta)*

Jotkut haastateltavista kiertelevät eri ryhmässä vaihtelun vuoksi, saadakseen uusia ja erilaisia virikkeitä.

- *Oon kokenu kyllä tarpeelliseks itselleni sen, että mä hakeudun aina aika ajoin ihan tämmostiin, missä en oo vähään aikaan käynyt...vaikka siellä puhutaan ihan samasta asiasta, mut kun se puhuja on joku, joku ihan mulle, jota ei oo just kuullu...nin ehkä ne sanojen järjestys, ni se on niiku ihan uutta asiaa kuulis...aina sieltä niinku kumpuaa joka kerta niinku se eri kohta, joka puhuttelee sinä iltana. (Hannu)*

Usein valinnan perusteena on vain ryhmätilan fyysinen läheisyys. Erityisesti ne ryhmät, joissa haastateltavat käyvät säännöllisesti, on valittu usein läheltä asuinpaikkaa.

- *Mä käyn tässä, sanoisko asuinympäristön alueella, et sanosko tässä kolmen kilometrin säteellä.* (Hannu)

8.4 MUIDEN PUHEENVUOROT

Muiden puheenvuorot antavat omalle puheelle virikkeitä, nostavat esiin asioita. Niidenkin vaikutus omaan puheeseen riippuu siitä, missä vaiheessa itse puhuu: mitä myöhemmässä vaiheessa puheenvuoro on, sitä enemmän muiden puheenvuoroista on ehtinyt saada virikkeitä omaan puheenvuoroon.

- *Tää kokoustilannekin on mulle niinku semmonen itsetutkiskeluvaihe, et nää toiset ihmiset vaan ne niinku herättää tämmostii virikkeitä, jotka saa jotkut prosessit mun päämupissa käyntiin tai just tällasen oman itseni analysoinnin vireille.* (Hannu)

Muiden puheenvuorot myös rohkaisevat puhumaan vaikeistakin asioista: kun kuulee jonkun puhuvan itselleen arasta asiasta, voi antaa itselleenkin luvan puhua tästä asiasta, jos se koskettaa myös itseä.

- *Kyl siis tulee mieleen niitä asioita, mitä, et okei, noinhan mäkin oon tän asian ajatellut ja kokenut. Et on jotenkin helpompi puhua.* (Matti)

Kuunteleminen voi toimia sekä itsetutkiskelun virikkeenä että aineiston kokoamisena omaan puheenvuoroon. Aineiston kokoamisen tarve toimii näin käytännön motivaatiope-
rustana oman raittiin identiteetin ”kirjoittamiselle”. Muiden puheenvuorojen kuunteleminen myös ”pakottaa” tekemään AA-ohjelmassa ehdotettua itsetutkiskelua.

- *Mä itsekin, kun mä poimin asioita toisten puheenvuoroista, ne herättää sitten minussa aina semmosia uusia asioita, että mistä haluaa sit puhua.* (Vesa)
- *Se niinku tavallaan laiskaa ihmistä niinku vähän pakottaa tekee sitä tutkiskelua.* (Matti)

Monelle oman puheenvuoron jännittäminen ja sen kokoaminen muiden puheenvuoroista kuitenkin heikentää kuuntelemisen itsetutkiskelufunktiota.

- *Se on mulle edelleenkin vähän semmonen jännityksen paikka, että yrittää vähän kuunnella sillä mielellä muiden puheenvuoroja, että miten niitä itte sit käyttäis siinä omassa suunvuorossa. (Vesa)*

Jotkut ovat myös tiedostaneet tämän ongelman ja pyrkineet ratkaisemaan sen.

- *Joskus oon – sekin on ollut hirveen rauhoittava tieto – mä oon suhtautunut kun mä oon mennyt jo palaveriin, et tänään en puhu mitään. Niin mulla on hirveen rauhallinen olo, mä oon pystynyt keskittymään täysin muiden kuuntelemiseen. (Vesa)*

8.4.1 Hyvä puheenvuoro

Hyvää puhetta kuunnellaan luonnollisesti mielellään. Hyvän puheen kriteerit tietenkin vaihtelevat kuulijan persoonasta, elämänhistoriasta ja kiinnostuksen kohteista riippuen, mutta yleistäen hyvän puheen kriteereinä pidetään kiinnostavuutta ja lennokkuutta, sen psyykkisiä ja emotionaalisia vaikutuksia sekä sen vastaavuutta oman elämän tapahtumiin.

- *Kyl sit taas joku semmonen oikeen lennokas puhuja, lennokas kertoja, joka osaa sitten värittää semmosilla kunnan kommelluksilla, esimerkiks, nin kyl ne on todella niinkun sellasia et ne ravitsee ruumista, et saa oikein sielusa, sydämesä pohjasta nauraa siellä, nin se on todella, tuntuu hyvältä. (Hannu)*
- *On erittäin hyviä puheenvuoroja, mitkä tosissaan koskettaa, eli tavallaan, kun sä kuuntelet, se tavallaan repii sun sisukset auki ihan. (Toni)*

Monille on tärkeää myös aiheessa pysyminen, järjellisyys ja aiheen tarkasteleminen omien kokemusten kautta.

- *Kyllä mä ainakin nykyään mieluummin kuuntelen niitä puheenvuoroja, jotka pysyy aiheessa ja jotka jotenkin analysoi sitä asiaa itsensä kautta. Semmosia järjellisiä puheenvuoroja mä mielelläni kuuntelen kuitenkin. Jotka niinku, mitkä selvästi huomaa, että ne pyrkii siihen asiaan paneutumaan. Ja käyttää sitä omaa järkeään siinä, edistääkseen sitä asiaa itselleen. (Matti)*

Raittiuden edetessä sairastamiskokemusten ja ”juomajuttujen” kuuntelemisen tarve vähe-
nee ja toipumiskokemusten kuuntelemisen tarve kasvaa.

- *Mä oon ehkä oppinu kuuntelemaan, et mä en jaksa sit kuunnellakaan enää niitä juomajuttuja niin hirveesti, vaan yritän ehkä sit tarkkaavaisemmin kuunnella just niitä jokapäiväisen elämään, arkielämään liittyviä. (Hannu)*
- *Mä oon niinku kyllästyny siihen, että ihmiset tuo hirveesti sairastamiskokemuksia. Et kyl mä haluan mieluummin kuunnella sitä toipumista, et miten toivutaan. (Riitta)*

Kaikkia puheenvuoroja ei ole mahdollista eikä tarkoituksellistakaan kuunnella intensiivisesti. Monille AA:laisille kehittyikin heidän omien sanojensa mukaan eräänlainen suodatin, joka poimii puheenvuorojen virrasta tärkeitä ja omaa elämää koskettavia katkelmia.

- *Kyllä tääl AA:ssa ollessa tai paljon näissä käynti nin kyl se saa senkin aikaan, et tulee niinku semmoset suodattimet tonne korviin, et jotain asioita sitten kuuntelee niinku paljon tarkemmin, ja sit kääntää taas semmoset suotimet, että sitä on vähä niinku omissa maailmoissa, aattelee omia asioita ja ne puheet menee, sorisee, et ei niihin niinku kiinnitä huomiotaakaan. (Hannu)*

8.4.2 Loukkaavat puheenvuorot

Toisten puheet saattavat myös satuttaa. Haastatteluissa loukkaavat puheenvuorot nousivat esille mm. ihmisten erilaisessa suhtautumisessa hengellisyyteen. AA:n ohjelma on hengellinen, ja useissa askeleissa puhutaan Jumalasta ja Korkeammasta voimasta. Siksi niihin luonnollisesti reagoidaan, ja ne nousevat esiin puheenvuoroissa. Hengellisyyteen kielteisesti tai välinpitämättömästi suhtautuva puhuja voi kuitenkin loukata puheellaan ihmistä, jolle hengelliset asiat ovat läheisiä.

Jäsenet pyrkivät kuitenkin suhtautumaan loukkaaviinkin puheenvuoroihin suvaitsevaisesti. He ajattelevat, että myös puhuja on sairas; loukkaava puhe hänen alkoholismiaan, ja kielteisten tunteiden osoittaminen on hänen henkilökohtaista toipumisprosessiaan.

- *Se on vaan hänen painajainen, todennäköisesti hän on itse hukassa niiden asioiden kanssa. (Riitta)*

Lisäksi muiden ihmisten loukkaavienkin puheiden sietäminen ja heidän sairautensa ymmärtäminen ovat osa omaa toipumisprosessia, raittiin elämän harjoittelua. ”Oikeassa elämässä” joutuu joka tapauksessa kohtaamaan erilaisia ihmisiä ja reagoimaan loukkaavienkin puheisiin.

8.4.3 Samastuminen

AA:laisen raittiin identiteetin kehittyminen perustuu pitkälti muiden toipuvien alkoholistien kokemuksiin samastumiseen. Nils Holmbergin (1995) mukaan oma-apuryhmissä halutaan saada tulokas tietoiseksi muutoksen mahdollisuudesta. Uusi itsemäärittely ja samastuminen henkilöihin, jotka ovat muuttaneet käyttäytymistään, ovat uusien käyttäytymis- ja konstruktio mallien oppimisessa keskeisiä lähtökohtia. Samastumisessa on Holmbergin mukaan kysymys monimutkaisesta ilmiöstä, kun henkilö omaksuu toisen henkilön psykologisia erityispiirteitä (Holmberg 1995, 329).

- *Samastuminen mulle tarkoittaa sitä, että joku toinen puhuu itsestään aivan niin kuin se puhuisi minusta. Ja ne on niin voimakkaita tunteita saattaa olla joskus, et mulla oikeen kihelmöi tuolla selkäpiissä, tulee niinkun semmoisia kylmiä väreitä. Ja edelleen se kokemus saattaa olla niin voimakas, et mä en saa unta illalla, kun mä menen kotiin, en pysty nukkumaan. Et ne on niin voimakkaita voi olla ne samastumiskokemukset, et oivaltaa itsessään sen toisen välityksellä semmosia asioita, mitä ei koskaan ole voinut kuvitella. Ja ne on niin voimakkaita kokemuksia, koska ne on tuolla sisällä jossain ne asiat (Vesa)*

Alkoholisoituminen, oman alkoholismin tiedostaminen ja raittiin elämäntavan aloittaminen ovat vahvoja kokemuksia. Nämä kokemukset luovat alkoholisteille hyvin vahvan keskinäisen yhteyden, tunteen siitä, että he ovat kokeneet jotain samanlaista (Lausvaara, 1996, 4).

- *Siinä aina jonkunlaisesta puheesta tulee semmonen kiihoke tai jotain, sitten sä yks kaks huomaat, että voi herran jumala, minä olen tehnyt tommosta vuosikausia, mä oon ihan samanlainen. (Toni)*
- *Sä saat sieltä ite sellasta tukea kuuntelemalla muita, joka on käsittämätöntä. Et se avaa omia silmiä, omaa sydäntä, ja pystyy näkemään itseään toisella tavalla. (Liisa)*

8.5 PUHEENVUORON MUUTOKSET

Kaikki haastateltavat ovat havainneet puheensa ja puheenvuorojensa muuttuneen raittiuden myötä, monet huomattavastikin. Muutosta selitetään mm. raittiuden tuomilla psyykkisillä muutoksilla sekä AA-puheen oppimisella.

8.5.1 Psykkiset muutokset

Puheen muutos liittyy luonnollisesti ihmisen sisäiseen muuttumiseen raittiuden ja AA:laisen itsetutkiskelun myötä. Sisäinen muutos näkyy puheessakin.

- *Oma ajatusmaailma, oma suhtautuminen asioihin muokkaantuu ja muovautuu aina vähän eri tavalla.* (Hannu)

Haastateltavat kuvaavat ratkaisevaa psyykkistä muutosta tosiasioiden tunnustamisena, sairaudentuntona, realistisuuden lisääntymisenä. Monille erityisesti alkoholismin lopullisuuden hyväksyminen on ollut vaikeaa.

- *Viinahuuruinen harha siitä, että mä olisin erityisen sosiaalinen tyyppi, on ruvennut poistumaan.* (Kari)
- *Puoli vuotta mun piti olla raittiina ennen kuin mä ymmärsin, että mä en tule pääsemään tästä asiasta ikinä eroon.* (Vesa)

Useilla haastateltavilla puhe on muuttunut alkoholismin hyväksymisen myötä. He puhuvat itsediagnoosista, sen myöntämisestä, että he ovat todellakin ja lopullisesti alkoholisteja. Alkoholismin hyväksyminen on ratkaiseva vaihe toipumisprosessissa. Myös Pia Litmon tutkimuksessa riippuvuudesta irrottautuneet olivat tehneet vastaavanlaista ”identiteettityötä”: aiemmin häpeää ja huonommuuden tunteita aiheuttaneet luonteenpiirteet ja ominaisuudet oli voitu hyväksyä osaksi persoonallisuutta (Litmo 1999, 49).

Kun AA:laisen suhde toipumisohjelmaan muuttuu, muuttuu myös puhe. Tässä muutoksessa voi havaita kaksi kehityssuuntaa: toisaalta 12 askeleen toipumisohjelma alkaa hah-

mottua yhä enemmän kokonaisuutena sen sijaan, että tarkasteltaisiin vain yksittäisiä askeleita. Toisaalta toipumisohjelmasta alkaa löytyä yhä enemmän itselle tärkeitä asioita ja kohtia.

Puhe muuttuu myös raittiuden edetessä. Mitä kauemmas ajassa raitistumishetki jää, sitä vähemmän on halua tai tarvetta puhua juoma-ajasta ja sitä tärkeämmäksi muuttuu puhuminen raittiina elämisestä. Toisin sanoen raittiuden edetessä sairastamiskokemuksista kertomisen tarve vähenee ja toipumiskokemuksista kertomisen tarve kasvaa.

- *En niin paljon puhu enää juoma-ajasta, vaan tästä elämästä ja siitä mahdollisuudesta, että miten tätä ohjelmaa noudattaen pystyy pysymään raittiina ja elämään mielekästä elämää.* (Matti)

8.5.2 AA-puheen oppiminen

Puheenvuoron kehittymisessä on luonnollisesti kyse myös oppimisprosessista. Denzinin mukaan keskeistä itsen toipumiselle on sen oppiminen, kuinka tulla oman AA:ta edeltäneen ja sen jälkeisen elämän tarinankertojaksi. Itse toipuu tarinoiden kautta ja tarinoissa, joita hän jäsenenä oppii kertomaan. Puhuminen ja kuunteleminen tulee siten avainprosessiksi, joka strukturoi jäsenen uutta käsitystä AA:laisesta itseystä. (Denzin, 1987, 193, Armisen mukaan 1994, 24).

Muiden puheista AA:n jäsen oppii tietynlaisia tapoja puhua tietynlaisista asioista. Myös alussa luetuista askeleista siivilöityy ajan myötä uusia asioita omaan ajatteluun. Lisäksi omasta elämäshistoriasta alkaa löytyä yhä uusia tapahtumia ja muistoja, jotka sopivat AA:n ajatusmaailmaan ja 12 askeleen teksteihin. Näin ollen ei ole yllättävää, että monilla haastateltavilla puheenvuorojen variaatio on rakentunut 12 askeleen mukaan: tietty askel tuottaa ainakin raittiuden alkuvaiheessa aina tietynlaisen puheenvuoron.

- *Silloin alkuun tietysti kun paljon kävi, niin mä paljon ihmisiltä imin niitä vaikutteita, ja kyl mun sen aikaset puheenvuorot varmaan oli sellaisia et mä liitin sellasia itselleni hyväks kokeimia asioita eri ihmisten puheenvuoroista, ja niistä syntyi sit oma puheenvuoro, ja pitkälti se oli sillon aina kun sama askel tuli niin se mun puheenvuoron sisältö oli aina melkein sama.* (Hannu)

Kun opitut asiat sisäistyvät ja puheen tietyt osat automatisoituvat, kasvaa rohkeus puhua spontaanisti, ja puheenvuoron suunnittelu etukäteen vähenee.

- *Nää on nyt automaatiota aika paljon ja luottamusta siihen, et mä en suunnittele puheenvuoroani, vaan niistä on tietty osa varmaan tullu automaatioksi ja puheenparreksi ja osviitaksi.* (Kari)

Kaikki haastateltavat ovat huomanneet spontaaniuden lisääntyneen ja suunnittelun vähentyneen ajan myötä. Palaverista on tullut yhä spontaanimpi tapahtuma. Aiemmin puheenvuoroa suunniteltiin, puhuminen jännitti, ja omaa puhetta vertailtiin muiden puheenvuoroihin. Oli tarve kuulostaa fiksulta, ja puhuminen tuntui esiintymiseltä, suoritukselta. Ajan myötä jännittäminen ja vertailu kuitenkin vähenivät.

Monet haastateltavat ovat huomanneet myös esiintymiskykynsä parantuneen AA:n myötä. AA:n ”puhevalmennuksen” tulokset voi huomata mm. arkielämän esiintymistilanteissa.

- *Mä oon huomannut ... viimeisen vuoden aikana, kun mä ... joudun olemaan semmosissa tilaisuuksissa, missä mä joudun suht isolle joukollekin esittämään asioita, ihan yksin puhumaan, niin empä jännitä enää niissä tilanteissa niinkun joskus aikoinaan oon jännittänyt helvetisti etukäteen.* (Vesa)

Toisaalta varsinkin kokeneemmat AA:laiset painottavat, että AA:han ei tulla puheopetukseen, eikä AA:ssa ei tarvitse pitää esityksiä.

- *Eihän AA:han olla tultu oppimaan mitään puhumaan...ei AA:ssa mitään ruunua saa.* (Ulla)

Tämä on virallinen, perinteinen AA:lainen näkökanta, jonka merkityksenä lienee se, että uudet tulokkaat eivät pelästyisi valtavaa puhumaan oppimisen urakkaa, jonka kuitenkin voi haastattelujen perusteella nähdä edellytykseksi kestäväälle ja mielekkäälle raittiudelle. Toisaalta Ulla myöntää, että AA:ssa todellakin oppii puhumaan, ”*mut sekin kestää vuosia*”.

Puhuminen on sekä keino että tavoite. Puhumista harjoitellaan puhumalla. AA:laisittain hyvin puhuminen tarkoittaa toipumista. Kokenut ja itse hyvin toipunut AA:lainen kykenee toisen puheesta pitkälti päättämään, kuinka pitkällä tämä on omassa toipumisessaan. Kun puhe kuulostaa vakuuttavalta, aidolta, kun askeleita ei luetella ulkoa vaan niitä kyetään soveltamaan luontevasti omiin jokapäiväisiin tapahtumiin, voi toipumisen olettaa olevan hyvässä vauhdissa. Sanaston, käsitteistön, AA:laisen tavan käsitellä omia asioita ja omaa elämää, oppiminen vie kuitenkin aikaa, puhetaito syntyy puhumisen ja kuuntelemisen oppimisprosessissa.

Monet haastateltavista kykenevät näkemään puheensa ja identiteettinsä muutoksen yhteyden. He tiedostavat, että pyrkimällä tietynlaiseen puheeseen – puhumaan omista kokemuksista rehellisesti ja avoimesti AA:n toipumisohjelmaan tukeutuen – he pyrkivät samalla muuttamaan itseään ja elämäänsä terveempään ja tasapainoisempaan suuntaan. Monet tiedostavat muutoksen mahdollisuuden vasta kuuntelemalla toisten puheenvuoroja. He kuulevat samalla sekä tarinan muutoksesta että sen lopputuloksen.

9. JOHTOPÄÄTÖKSET

9.1 AA-IDENTITEETIN RAKENTUMINEN

Tutkielmassani olen pyrkinyt selvittämään, millä tavalla raittiin alkoholistin identiteetti rakentuu AA-ryhmän vuorovaikutuksessa. AA:n uskomusjärjestelmä ja vuorovaikutuskäytännöt kohtaavat toisensa palaveripuheessa, jonka sisältöä, funktioita, rakentumista ja muutoksia olen tutkielmassani tarkastellut.

Haastatteluaineistoni perusteella palaveripuhetta jäsentää ennen kaikkea jäsenten raitistumistarina, jonka luontevana käännekohtana on juomisen lopettaminen ja AA:han liittyminen. Tämä käännekohta jäsentää paitsi elämänhistoriallisia tapahtumia myös päivittäisiä kokemuksia. Haastateltavani puhuivat tähän jakoon viitaten sairastamis- ja toipumiskokemuksista. Päivittäiset sairastamiskokemukset – ahdistavat kokemukset, tunnekuohut yms. – jäsentyvät alkoholismisairauden oireiksi, joissa hoitoa kaipaava ”alkoholittinen persoonallisuus” tulee näkyviin. Mielenrauhaa ja tunne-elämän tasapainoa ilmentävät kokemukset puolestaan tuovat näkyväksi toipumisprosessin.

AA-palaverin yksittäinen puheenvuoro toimii tutkielmassani ikkunana AA-identiteetin rakentumiseen. Puheenvuoron sisällön perustana on jäsenen oma elämäntarina, jonka kertominen AA-ryhmässä toimii uuden identiteetin rakennusvälineenä. Elämäntarinan ja identiteetin muutokset ovat niiden rakentumista, eheytymistä ja uudelleentulkintaa. Breakwellin (1986, 23) käsittein voidaan puhua identiteetin assimilaatiosta, akkomodaatiosta ja evaluaatiosta.

Tyypilliseen AA:laiseen raitistumistarinaan kuuluvat haastattelijan perusteella alkoholismin kieltäminen, retkahdusten kausi ennen lopullista raitistumista, pohjan kokeminen vaihtoehdottomuuden tunteena ja raitistuminen uskoontulon kaltaisena tunnekuohuna.

Retkahdukset olivat haastateltavien mielestä olleet raitistumisen kannalta välttämättömiä: raittiiden ja juomakausien vaihtelussa tapahtuu tärkeää psyykkistä kehitystä, joka mahdollistaa raitistumisen. Retkahduskauden voi nähdä myös todistusaineiston keräämisenä

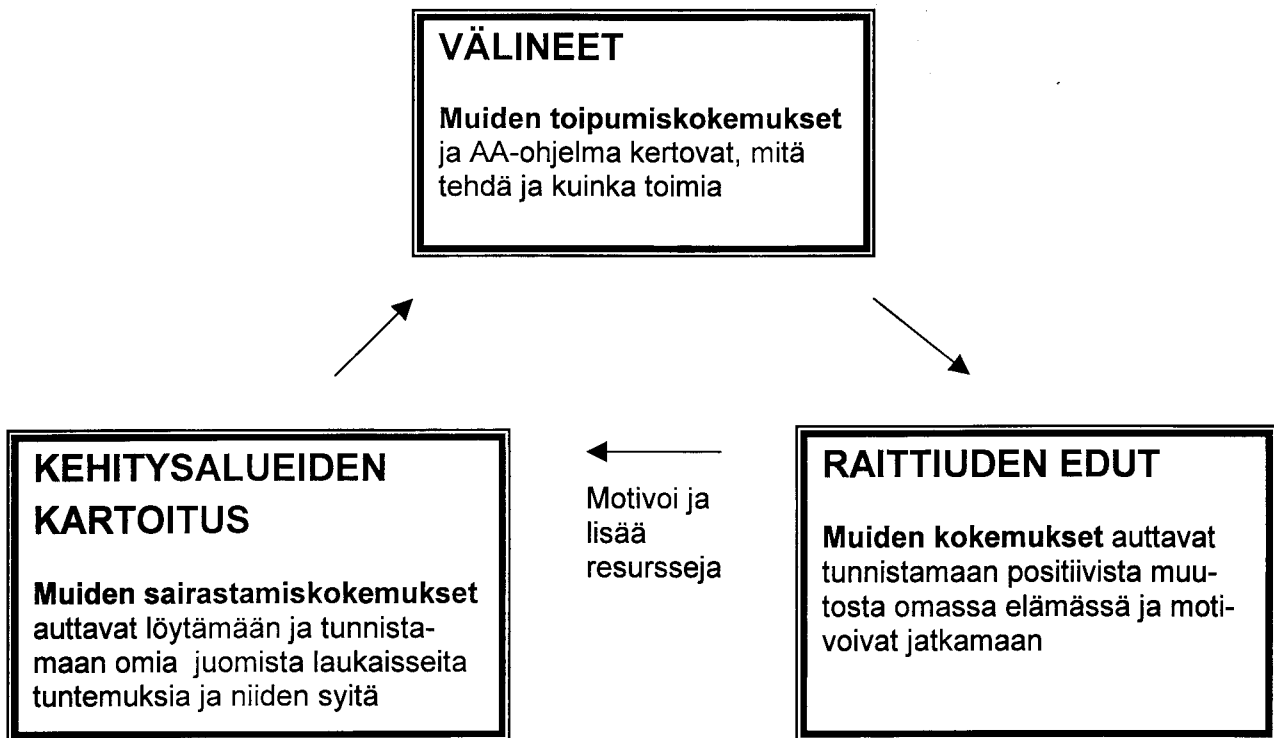
lopullista alkoholismidiagnoosia varten. Matka pohjalle kuvattiin useimmiten konkreettisten tapahtumien ketjuna, kun taas itse käännekohta, pohja, tilanne ennen raitistumista, oli mielen sisäinen tapahtuma, jonka haastateltavani kuvasivat täydellisen voimattomuuden ja vaihtoehdottomuuden tunteeksi.

Myös raitistuminen kuvattiin mielen sisäiseksi liikahdukseksi, joka ei välttämättä ollut se konkreettinen hetki, jolloin alkoholin käyttö loppui. Vasta ryhmään liittyminen, toiselle AA:laiselle avautuminen tai oman alkoholismin myöntäminen olivat kokemuksia, joihin monet haastateltavistani yhdistivät raitistumisensa.

Norman K. Denzinin (1987, Armisen mukaan 1994, 24) mukaan AA-palaveripuheessa ilmenee kaksi selkeästi ristiriidassa olevaa versiota: periaatteessa äärimmäinen vapaus, mutta toisaalta tarkka suuntautuneisuus ja rajautuneisuus. Tämä ristiriita nousi esiin myöskin tämän tutkielman haastatteluissa. Haastateltavani saattoivat aluksi korostaa että AA:ssa saa puhua mitä tahansa, kun haastattelun myöhemmässä vaiheessa he nostivat esiin useitakin AA-puhetta rajoittavia sääntöjä. Tulkintani mukaan ristiriita selittyy AA:n eri tehtävillä, joissa painottuu joko yksilön tai ryhmän näkökulma.

Yksilönäkökulmassa korostuu AA:n terapeuttinen tehtävä, jonka kannalta on tärkeää, että ahdistunut jäsen saa rajoituksetta purkaa sisintään palaverissa. Ryhmänäkökulmassa puolestaan korostuvat ryhmän kiinteys ja säilyminen sekä 12:nneen askeleen sanomasaattotehtävä. Puhetta täytyy rajoittaa kirjoittamattomin säännöin, jotta ryhmä toimisi mahdollisimman hyvin ja sanoma leviäisi.

AA-identiteetin rakentumisen dynamiikkaa voidaan tarkastella seuraavan kaavion avulla:



Sairastamiskokemusten kertomisella on yksilön näkökulmasta terapeuttinen tehtävä. Ryhmän näkökulmasta muiden sairastamiskokemukset auttavat yksittäistä jäsentä tunnistamaan omassa itsessä vastaavia kehittämisen paikkoja, joita vasta sitten on mahdollista ryhtyä korjaamaan. Muiden toipumiskokemukset puolestaan auttavat tunnistamaan raittiuden myönteisiä vaikutuksia, mikä motivoi jatkamaan AA:ssa käymistä. Lisäksi raittiuden myönteiset vaikutukset itsessään – kohentunut itsetunto, psyykinen vakaantuminen jne. – lisäävät resursseja kartoittaa yhä uusia kehitysalueita.

9.2 RAITTIUDEN KULKU

AA:n ajatusmaailman mukaan alkoholismista toipuminen kestää koko loppuelämän. Tämän tutkimuksen haastattelut tukevat tätä väitettä; fyysistä, psyykkistä, sosiaalista ja hengellistä eheytymistä voi havaita AA:n jäsenen raittiuden ensiaskelista veteraani-ikään saakka. Muutoksen intensiteetti kuitenkin pienenee ajan myötä, ja noin 10 vuoden raittiuden jälkeen elämä on yleensä tasaantunut ja muutokset vähäisiä. Aineiston perusteella AA:ssa tapahtuva eheytymisprosessi kestää siis yleensä 10 vuotta, minkä jälkeen AA toimii enemmänkin eheän AA-minuuden ylläpitäjänä.

Muutosprosessi ei useinkaan ilmene tasaisena ja jatkuvana. Useimmat haastateltavani pystyivät nostamaan elämänsä historiastaan tapahtumia, joissa muutos oli tullut näkyväksi. Yksi tällainen – usein mielen sisäinen – tapahtuma oli monelle ollut oman alkoholismin hyväksyminen erottamattomaksi osaksi itseä. Useimmilla AA:laisilla tämä tapahtuu vasta riittävän pitkän AA-elämänjakson jälkeen. Jotkut jopa ajoittivat oman raitistumisensa tähän tapahtumaan, vaikka se oli saattanut tapahtua pitkänkin ajan kuluttua alkoholin käytön lopettamisesta. Oman alkoholismin hyväksymisen myötä AA-palaverissa oleminen ja puhuminen oli helpottunut, puheenvuoron suunnittelu vähentynyt ja kyky spontaaniin puhumiseen lisääntynyt.

9.3 TIE UUTEEN YHTEISÖLLISYYTEEN

AA:ssa toipuminen on sosiaalinen tapahtuma, ihmiset löytävät toistensa kautta itsensä. Toipuminen tarkoittaa identiteetin perustavaa muutosta. AA:laisen raitistumisen perustaksi voidaan nähdä jäsenen oivallus omasta sosiaalisesta olemuksestaan, siitä, että hän on ihminen vain suhteessa muihin ihmisiin, muista ihmisistä riippuvainen. Tämän myöntäminen ja sen mukaan toimiminen vaatii nöyryyttä, mutta palkitsee mielekkäällä raittiudella.

Identiteetin muutos tapahtuu AA:ssa alkoholismin kautta. Uuden identiteetin rakentumisen edellytyksenä on usein vanhasta identiteetistä luopuminen, mikä alkoholismin edetes-

sä toteutuu eristäytymisenä ja psyyken rakenteiden pettämisenä. Pohjan kokemus kuvataan usein äärimmäisenä eristymisenä, yksinäisyytenä, anomiana. Itsemurha on useimilla AA:laisilla ollut mielessä ennen raitistumista. Uusi yhteisöllinen minäkuva rakennetaan AA:ssa 12 askeleen ehdotusten ja muiden toipuvien alkoholistien kokemusten opastamana. Myös pelkkä yhteisön jäsenenä oleminen opettaa uuteen yhteisöllisyyteen.

Klaus Mäkelän (1998) mukaan on ajateltavissa, että AA edustaa uusien keskinäisen avun liikkeiden ensimmäistä sukupolvea. Jäsenyys ei enää perustu sosiaaliseen asemaan kuten vanhoissa yhteiskunnallisissa liikkeissä, mutta pysyvä ja elinikäinen alkoholisti-identiteetti on yhä vielä jäsenyyden perusta. AA:nkin jäsenistä osa lopettaa palaverissa käynnin muutaman vuoden raittiuden jälkeen. Heidän osuutensa saattaa olla kasvamassa, koska yhä useammat tulokkaat liittyvät jäseniksi jo ennen kuin heidän alkoholinkäyttönsä on edennyt kovin pitkälle ja vienyt heiltä työpaikan ja ihmissuhteet (Mäkelä 1998, 324).

LÄHDELUETTELO

Airaksinen, Timo: Todellisuuden kosketus. Otavan Kirjapaino, Keuruu 1997.

Alasuutari, Pertti: Laadullinen tutkimus. Gummerus, Jyväskylä 1994.

Arminen, Ilkka: Elämäkerrat etnometodina. Kokemusten organisointi nimettömien alkoholistien piirissä. Alkoholipoliittisen tutkimuslaitoksen tutkimusseloste n:o 188. Hakapaino Oy, Helsinki 1994.

Arminen, Ilkka: Therapeutic interaction. A study of mutual help in the meetings of Alcoholics Anonymous. The Finnish foundation for alcohol studies, vol 45. Hakapaino Oy, Helsinki 1998.

Bauman, Zygmunt: Identiteetin hulluus. Teoksessa Tarja Heiskanen (toim.): Reunamerkitöjä hulluuteen (ss. 33 – 42). Gummerus Kirjapaino Oy, Jyväskylä 1997.

Breakwell, G.: Coping with threatened identities. Methuen, London 1986.

Erikson, E. H.: Lapsuus ja yhteiskunta. Gummerus, Jyväskylä 1962.

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

Giddens, Anthony: Elämää jälkitraditionaalisessa yhteiskunnassa. Teoksessa U. Beck, A. Giddens ja S. Lash: Nykyajan jäljillä. Refleksiivinen modernisaatio (s. 83 – 152). Vastapaino, Tampere 1995.

Gossop, M.: Introduction. Teoksessa M. Gossop (toim.): Relapse and addictive behavior (s. 1 – 8). Tavistock/Routledge, Lontoo 1989.

Haavisto, Kari – Koskela, Kalervo: AA-ryhmät ja AA-palaverit Suomessa. Alkoholipolitiikka 5/1992.

Hirsjärvi, S – Hurme, H.: Teemahaastattelu. Yliopistopaino, Helsinki 1988.

Holmberg, Nils: Samastumisprosesseista ja alkoholiongelmien hoidosta. Alkoholipolitiikka 5/1995.

James, William: The principles of psychology. Vol. 1. McMillan and Co, London 1890.

Kaksitoista Askelta ja Kaksitoista Perinnettä. Suomen AA-Kustannus r.y., Gummerus Kirjapaino Oy, Jyväskylä 1994.

Kettunen, Raisa – Leppänen Airi: Myllyhoito. Alkoholismista päihteettömään elämäntapaan. Gummerus Kirjapaino Oy, Jyväskylä 1994.

Kojo, Raimo O.: Eroon viinasta. Otava, Keuruu 1998.

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

Lausvaara, Jyrki: Sosiaalityöntekijänä Myllyhoidossa. Kalliolan klinikoiden ja Myllyhoitoyhdistyksen koulutusprojekti 1996.

Leppo, Anna: Vakaumuksen ja vastarinnan näyttämöt. Etnografinen tutkimus AA-perustaisesta päihderiippuvuuden laitoshoidosta. Pro gradu –tutkielma. Helsingin yliopisto, sosiologian laitos 1999.

Liebkind, K.: Conceptual approaches to ethnic identity. Teoksessa Liebkind, K. (toim.): New identities in Europe. Immigrant ancestry and the ethnic identity of youth. Gower, Worcester 1989.

Litmo, Pia: Verho minun ja todellisuuden välillä – teemahaastattelututkimus bentsodiatsepiiniriippuvuudesta. Sosiaalipsykologian gradu, Helsinki 1999.

Mead, G. H.: Mind, Self and Society. The University of Chicago press, Chicago 1934.

Mäkelä, Klaus: Kvalitatiivisen analyysin arviointiperusteet. Teoksessa Mäkelä, Klaus (toim.): Kvalitatiivisen aineiston analyysi ja tulkinta, ss. 42 – 61. Painokaari Oy, Helsinki 1990.

Mäkelä, Klaus: AA oma-apuliikkeenä ja 12 askeleen ammattihoito. Alkoholipolitiikka 2/1992.

Mäkelä, Klaus et. al.: Alcoholics anonymous as a mutual help movement. A study in eight societies. The University of Wisconsin Press, Madison, Wisconsin 1996.

Mäkelä, Klaus: AA keskinäisen avun ja identiteettityön liikkeenä. Teoksessa Ilmonen, Kaj – Siisiäinen, Martti (toim.): Uudet ja vanhat liikkeet, ss. 307 – 332. Vastapaino, Tampere 1998.

Nimettömät Alkoholistit. Kertomus siitä, miten sadattuhannet miehet ja naiset ovat toipuneet alkoholismista. Suomen AA-kustannus r.y. Helsinki 1981.

Patton, M. Q.: Qualitative evaluation methods. Sage, Beverly Hills 1980.

Poikolainen, Kari: Alkoholismi. Teoksessa Alkoholi ja yhteiskunta (Peltoniemi - Voipio (toim.)).

Rubin, H.J. – Rubin, I.S.: Qualitative Interviewing – The art of hearing data. Sage, London 1995.

Saukkonen, Kai: Aloitetaanko alusta? Selviytymisstrategiat osana alkoholismin itseään vahvistavaa prosessia. Sosiaalipsykologian gradu, Helsinki 1996.

Tesch, R.: Qualitative research – analysis types & software tools. The Falmer Press, London 1992.

Toiviainen Seppo: Kantapöydän imu. Juoppokulttuuri valintana ja pakkona. Karisto, Hämeenlinna 1997.

Virtanen, Matti: Änkyrä, tuiske, huppeli. Muuttuva suomalainen humala. WSOY. Juva 1982.

Weckroth, Klaus: X voi olla kuka tahansa. Tammer-Paino Oy, Tampere 1991.

LIITE 1: HAASTATTELURUNKO

Taustatiedot: ikä, siviilisääty, ammatti, koulutus, kuinka kauan ollut AA:ssa?

1. AA-uran alku

- Mikä/kuka sai sinut liittymään AA-kerhoon? Mikä oli viimeinen pisara/pohja?
- Mistä sait tietoa?
- Raitistuitko kerralla vai pitikö yrittää useammin? (retkahdushistoria)
 - Miten ja miksi aloit taas juomaan?
- Millaisia ensimmäiset palaverit olivat kokemuksina?

2. AA omassa elämässä

- Kuinka usein käyt AA-palavereissa?
 - Käytkö yhdessä vai useammassa ryhmässä? Miksi? Mikä omassa ryhmässä tai ”lempiryhmässä” vetää puoleensa?
- Mitä tunnet saavasi palavereista?
- Millä tavalla raittius ilmenee elämässäsi? Mitä asioita on tullut raittiuden myötä elämäsi?

3. Toipumisohjelma

- Tuntuvatko jotkut askeleet läheisemmiltä kuin toiset?
- Missä askeleessa olet omasta mielestäsi nyt menossa?
- Miten suhtaudut AA:n Korkeampaan Voimaan? Millainen on sinun Korkeampi Voimasi?

4. AA-palaverin rakenne *(puheenvuoro kiertää, yksi puheenvuoro per osallistuja, puheenvuoroja ei kommentoida, rajoitettu puhe-aika)*

- Miten koet sen, ettet saa kommentoida toisten puheenvuoroja eivätkä toiset saa kommentoida sinun puheenvuorojasi?
- Miksi muiden puheenvuoroja ei saa kommentoida?
- Tuntuuko joskus, että jotain jäi sanomatta? Kuinka ratkaiset tilanteen?

5. Oma puheenvuoro

- Valmistaudutko AA-palaveriin ennalta käsin?
 - Suunnitteletko puheenvuoroasi ennen kokoontumista? Miten?
- Mitkä asiat vaikuttavat puheenvuorosi sisältöön?
 - Miten alussa luettu askel vaikuttaa?
 - Miten muiden puheenvuorot vaikuttavat?
 - Miten puheenvuorosi vaihtelevat pituudeltaan ja sisällöltään palaverista toiseen?
- Miten puheenvuorosi ovat kehittyneet AA-aikanasi?
 - Mitä on tullut lisää? Mitä on jäänyt pois? Millaisiksi toivoisit puheenvuorosi kehittyvän?

6. Muiden puheenvuorot

- Millaisia ajatuksia muiden puheenvuorot herättävät?
- Kuunteletko aktiivisesti kaikkia puheenvuoroja?
- Ketä kuuntelet mielelläsi? Millaisia puheenvuoroja et haluaisi kuunnella?
- Millainen on hyvä AA-puheenvuoro?
- Millainen on tyypillinen AA-puheenvuoro?

LIITE 2: AIHEALUEET JA TEEMAT

1. Raitistumistarina

- Kieltäminen
- Retkahdukset
- Pohja
- Raitistuminen
- Ensimmäinen askel

2. Ryhmä ja palaveri

- Ryhmän valinta
- Suhtautuminen AA-palaverin rakenteeseen
- Ryhmässäkäyntitiheys
- Mitä jos jotain jäi sanomatta?
- Kaikkia asioita ei käsitellä ryhmässä
- Puhumisen säännöt
- Jatkuvuus

3. Palaverin merkitys

- Raittius – mielenrauha
- Reflektio

4. Puhuminen

- Puheen sisältö
 - Luettu askel – jokapäiväiset asiat (puheenvuoron sisällössä)
- Puheen funktiot
- Puheenvuoron rakentuminen
 - Perustarina
 - Palaverin teema
 - Mieliala ja päivän tapahtumat
 - Edelliset puheenvuorot
 - Palaverin luonne ja osanottajat
- Muiden kuunteleminen
 - Samaistuminen
- Puheenvuoron muuttuminen
 - AA-slangi
 - Muutokset elämässä

5. Alkoholi – AA – elämä

- Alkoholi sopeuttaa yhteiskuntaan
- Juhlatilanteet
- Juomahimo

6. Alkoholismi

- Alkoholismi (mitä se on?)
- Alkoholistinen persoonallisuus

7. Toipumisohjelma

- 12 askelta
- Hengellisyys – Korkeampi voima

LIITE 3: 12 ASKELTA JA 12 PERINNETTÄ

(Teoksessa Kaksitoista Askelta ja Kaksitoista Perinnettä, 1997, ss. 5 – 15)

KAKSITOISTA ASKELTA

1. Myönsimme voimattomuutemme alkoholiin nähden ja että elämämme oli muodostunut sellaiseksi, ettemme omin voimin kyenneet selviytymään.
2. Opimme uskomaan, että joku itseämme suurempi voima voisi palauttaa terveytemme.
3. Päätimme luovuttaa tahtomme ja elämämme Jumalan huomaan - *sellaisena kuin Hänet käsitimme*.
4. Suoritimme perusteellisen ja rehellisen moraalisen itsetutkistelun.
5. Myönsimme väärin tekojemme todellisen luonteen Jumalalle, itsellemme ja jollekin toiselle ihmiselle.
6. Olimme täysin valmiit antamaan Jumalan poistaa kaikki nämä luonteemme heikkoudet.
7. Nöyrästi pyysimme Häntä poistamaan vajavuutemme.
8. Teimme luettelon kaikista vahingoittamistamme henkilöistä ja halusimme hyvittää heitä kaikkia.
9. Hyvitimme henkilökohtaisesti näitä ihmisiä milloin vain mahdollista, ellemme näin tehdessämme vahingoittaneet heitä tai muita.
10. Jatkoimme itsetutkistelua ja kun olimme väärässä, myönsimme sen heti.
11. Pyrimme rukouksen ja mietiskelyn avulla kehittämään tietoista yhteyttämme Jumalaan, *sellaisena kuin Hänet käsitimme*, rukoillen ainoastaan tietoa Hänen tahdostaan meidän suhteemme ja voimaa sen toteuttamiseen.
12. Koettuamme hengellisen heräämisen näiden askelten tuloksena yritimme saattaa tämän sanoman alkoholisteille sekä toteuttaa näitä periaatteita kaikissa toimissamme.

KAKSITOISTA PERINNETTÄ

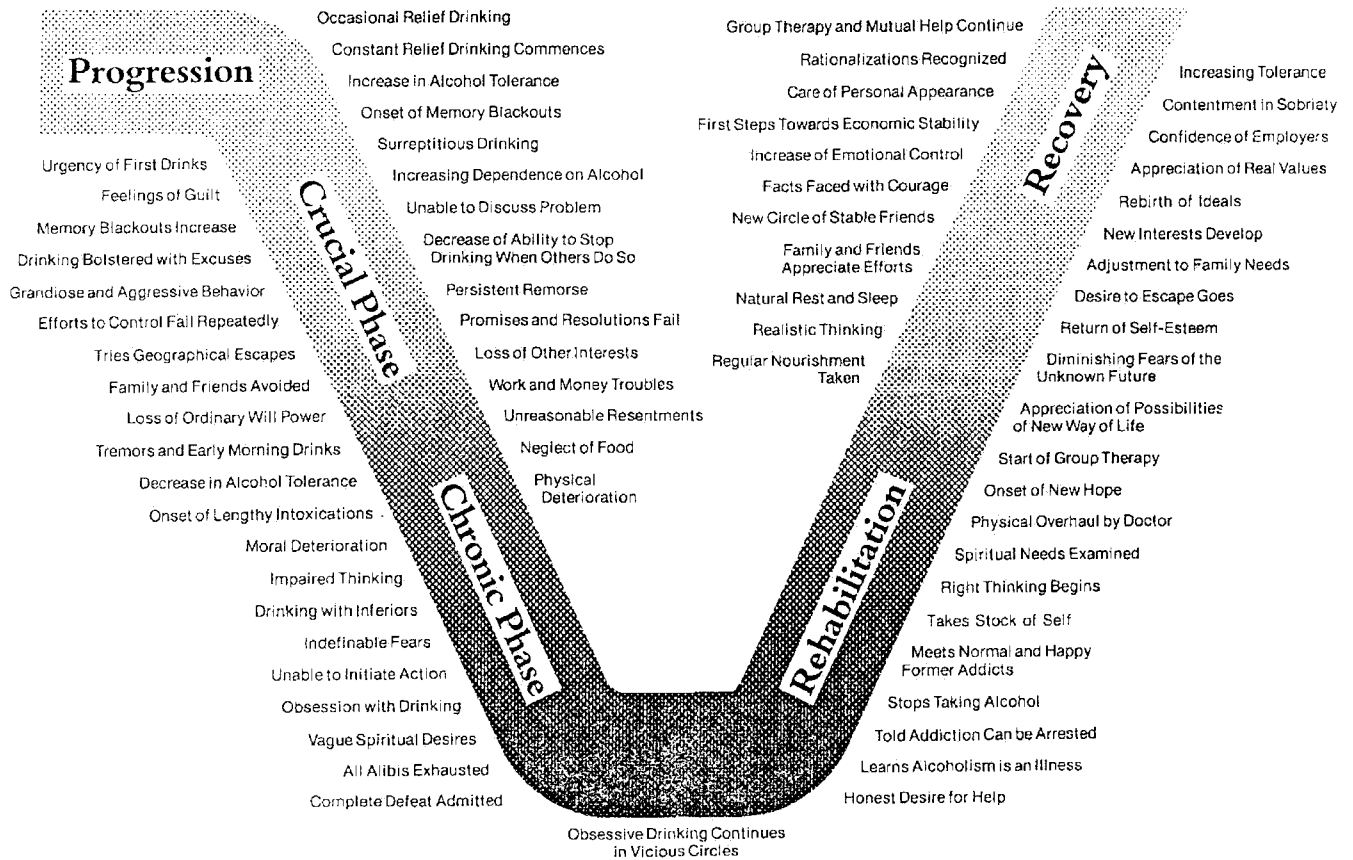
1. Yhteisen menestyksemme tulisi olla ensi sijalla; henkilökohtainen toipuminen riippuu AA:n yhtenäisyydestä.
2. Ryhmämme tarkoituksena varten on olemassa vain yksi perusarvovalta – rakastava Jumala sellaisena kuin Hän saattaa ilmaista itsensä ryhmämme jäsenten omassatunnossa. Johtajamme ovat vain uskottuja palvelijoita – he eivät hallitse.
3. Ainoa vaatimus AA-jäsenyydelle on halu lopettaa juominen.
4. Jokaisen ryhmän tulisi olla itsenäinen, paitsi toisia ryhmiä tai koko AA:ta koskevissa asioissa.
5. Jokaisella ryhmällä on vain yksi päätarkoitus – viedä sanomansa vielä kärsiville alkoholisteille.
6. AA-ryhmän ei tulisi milloinkaan ryhtyä takaajaksi tai rahoittajaksi eikä lainata AA:n nimeä millekään sukulaisjärjestölle eikä ulkopuoliselle yritykselle, etteivät raha-asioita, omaisuutta ja arvovaltaa koskevat pulmat vierottaisi meitä päätarkoituksestamme.
7. Jokaisen AA-ryhmän tulisi olla täysin omavarainen ja torjua ulkopuoliset avustukset.
8. Alcoholics Anonymous –seuran tulisi aina säilyä ei-ammattimaisena, mutta palvelukeskukseemme voivat palkata erikoistyöntekijöitä.
9. AA:ta sellaisenaan ei saisi koskaan organisoida, mutta voimme muodostaa palveluelimiä tai toimikuntia, jotka ovat välittömästi vastuussa niille, joita palvelevat.
10. Alcoholics Anonymous –seuralla ei ole mielipidettä ulkopuolisista virtauksista; sen takia AA:n nimi ei saisi milloinkaan tulla vedetyksi julkisiin kiistoihin.
11. Ulospäin suuntautuva toimintamme pohjautuu pikemminkin vetovoimaan kuin huomion herättämiseen, meidän tulee aina ylläpitää henkilökohtaista nimettömyyttä lehdistön, radion, television ja elokuvan piirissä.
12. Nimettömyys on perinteittemme henkinen perusta, aina muistuttaen meitä asettamaan periaatteet henkilökohtaisten seikkojen edelle.

LIITE 4: JELLINEKIN KÄYRÄ

The Progression and Recovery of the Alcoholic in the Disease of Alcoholism

To be read from left to right.

Enlightened and Interesting Way of Life Opens Up with Road Ahead to Higher Levels than Ever Before



Lähde: www.addictionz.com/alcoholism_chart.htm