



TAMPEREEN
YLIOPISTO

Muutos yksilötason prosessina

Kuopio 14.11.2013

Katja Kuusisto,

Tutkijatohtori

Tampereen yliopisto, YKY



Minä tutkijana

TUTKINNOT

YTT, Tay	2010
YTM, Tampereen yliopisto	2001

VIIMEISIMMÄT TYÖTEHTÄVÄT

Tutkijatohtori, Tay, Sosiaalityö	2012–2014
Tutkijatohtori, Tay, Yhteiskuntatutkimuksen instituutti	2011–2012
Tutkijatohtori, Tay, Sosiaalityö	2010–2011
Tutkija, Suomen Akatemia	2008–2010
Tutkija, Alkoholitutkimussäätiö	2004–2008
Opetustehtäviä	2003 lähtien
Jatko-opiskelijana	2001 lähtien

KÄYTÄNNÖN SOSIAALITYÖN TEHTÄVÄT

Sosiaalityössä (sijaisuuksia ja virassa)	1998–2010
--	-----------

- lapsiperhetyö, aikuissosiaalityö, päihdehuollon sos.tt, sosiaaliterapeutti,, yhdennetty työ



TUTKIMUKSEN PAINOPISTEET

toipuminen; spontaani toipuminen; toipumisreittejä vertaileva tutkimus

päihdehoito; asiakkaan odotukset hoidolle; pystyvyysodotukset; terapeutin vaikutus; yhteistyösuhde; sukupuoli



PUHEENVUORON TEEMAT

- Tutkimusesimerkinä:
Kolme reittiä alkoholismista toipumiseen. Tutkimus muutoksesta hoidon ja vertaistuen avulla sekä ilman professionaalista hoitoa.

<http://urn.fi/urn:isbn:978-951-44-7957-1>

- Tutkimuksen taustaa
- Tutkimuksen suunnittelusta ja toteutuksesta
- Tuloksia ja pohdintoja – näkökulmana muutos yksilötason prosessina
- Katsaus tutkimukseen” Päihdehoidon toimivuus yleisten tekijöiden valossa”
- Päihdetyön identiteetti muutoksen prosessien näkökulmasta



KOLME REITTIÄ ALKOHOLISMISTA TOIPUMISEEN

- Jalanjäljet miinakentässä (Holmberg 1986)
- Toipuneet asiantuntijoita
- Toinen tieto, kokemustieto
- Toipuneiden tutkimus kertoo toipumisen yleisistä prosesseista ja myös eroista eri ryhmien välillä
- Tämä tieto nousee päihdehuollon palveluiden kehittämisen välineeksi

Miksi?

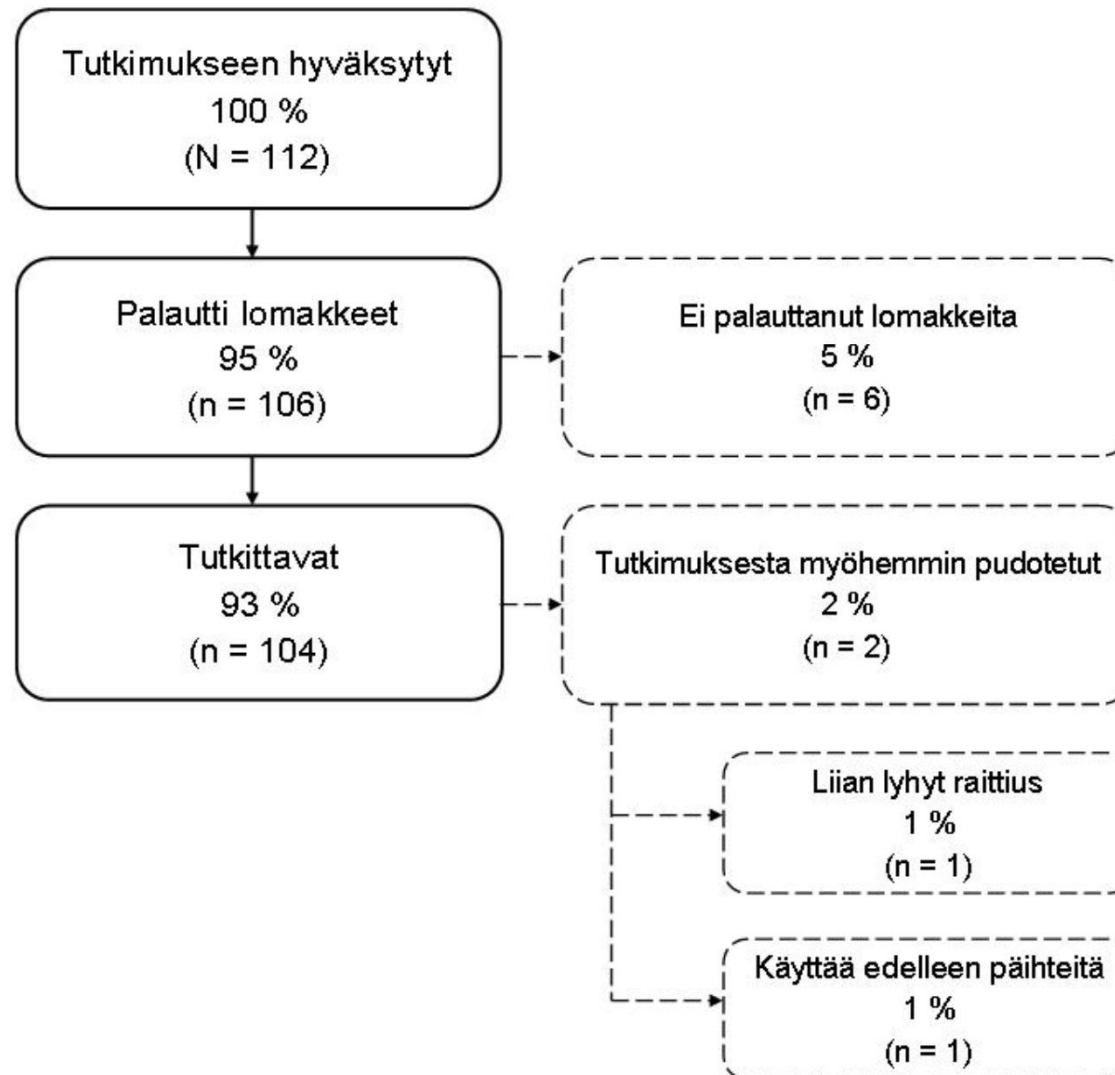
Hoitopopulaatio poikkeaa päihdekäyttäjien enemmistöstä

Hoitotutkimuksesta suurin osa keskittyy hoitoon hakeutuvaan populaatioon



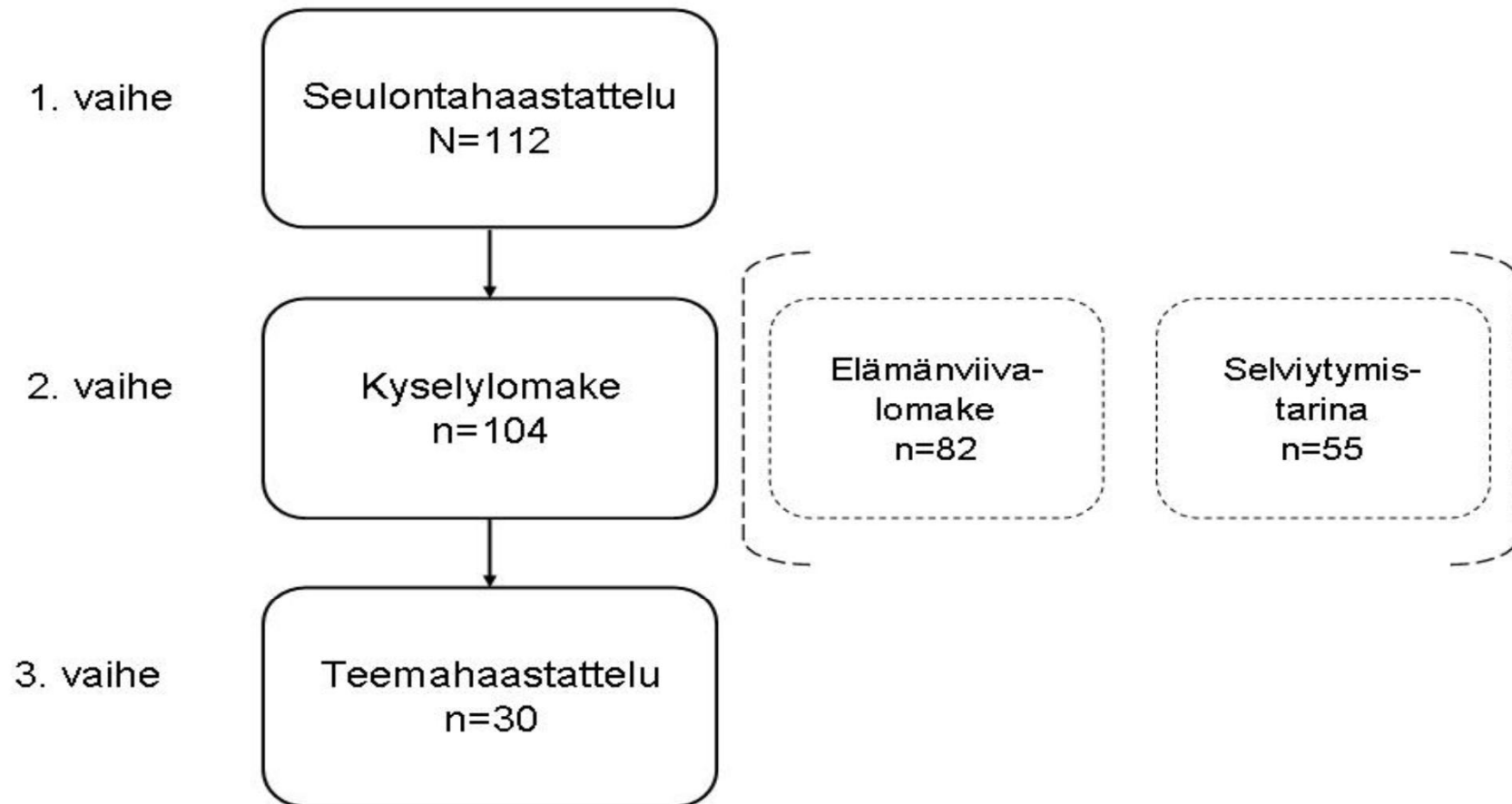
Tutkimuksen kohteena

- Alkoholismista toipuneet
- Jakaantuivat kolmeen ryhmään toipumisreitien mukaan:
 - vertaistuki, *Ryhmäläiset* (n=51)
 - professionaalinen hoito, *Asiakkaat* (n=18)
 - ilman hoitoa toipuneet, *Spontaanitoipujat* (n=35)





Tutkimusproseduuri



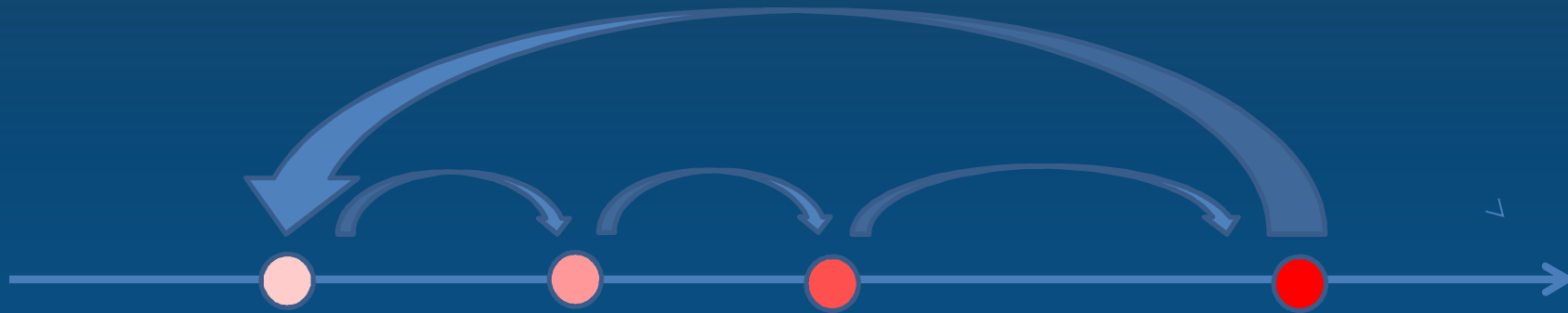


Kuka on toipunut?

- Kohderyhmän tavoittaminen tärkeää
- Aiempi ongelmakäyttö (ICD-10)
- Pääpaihde alkoholi
- Vähintään kolmen vuoden raittius / kohtuukäyttö ongelmakäytön päätyttyä
- Kohtuukäyttö ei ylitä määriteltyjä raja-arvoja (miehet 24 viikkoannosta / seitsemän kerta-annosta; naiset 16 viikkoannosta / viisi kerta-annosta)



Miten muutosta on tutkimuksessa tarkasteltu?





Teoreettinen katsaus toipumisen tutkimiseen (joitain esimerkkitutkimuksia)

- Elämänkulun tutkimus (Levinson 1986; Tucker ym. 1995)
- Tutkimukset erilaisista aineriippuvuuksista (Walker ym 2004; Shaw 2002)
- Muutoksen prosessinomaisuutta kuvaavat tutkimukset (Rutter 1996; Prochaska & DiClemente 1992; Mohatt ym. 2008; Orforf ym. 2006; West 2006)
- Riippuvuuden muodostumista koskevat tutkimukset (Eriksson 1962; Koski-Jännes 2004; Miller 1998; Rönkä & Pulkkinen 1995; Peele 2004)
- Päihdekäyttäjien typologiat (Jellinek 1960, alfa, beeta, gamma ja delta; Cloninger 1981, I- ja II-tyypit, Babor 1992, A- ja B-tyypit...)



Yksilöllinen muutosprosessi

- Ensimmäinen humala 16-17 -vuotiaana
- Säännöllisen käytön aloitusikä 20,8 vuotta (SD 7,5)
- Ongelmaksi koki 29,8-vuotiaana (SD 8,9)
- Yritti lopettaa ensimmäisen kerran 29,5-vuotiaana (SD 14,5)
- Ensimmäinen 3 kuukauden raittius 33,6-vuotiaana (SD 13,1)
- Käyttötapa (päivittäisyys, kausittaisuus, viikonloput)
- Käyttötavan ympäristöt: vapaa-aika, työ, alakulttuurit
- Ongelma-ajan elämäntilanteen kaoottisuus kaikilla ([dia 1](#))
- Spontaanisti toipuneet erosivat muista ryhmistä
- Negatiivisten seurausten kasaantuminen



Yksilöllinen muutosprosessi

- Muutostarpeen herääminen
- Ambivalenssi
- Positiivisten asioiden veto (kohti normaaliutta) ja negatiivisten asioiden työntö (pois marginaalista): 1) huoli itsestä, 2) menetyksen pelko, 3) viinanhimon poistuminen ja 4) toive paremmasta.
- Useiden tekijöiden yhtäaikainen vaikutus
- Toipumiseen vaikuttavat tekijät [\(dia 2\)](#)
- Ongelmakäytön kesto 15,6 vuotta (SD 9,6)
- Lopetusikä 41,6 vuotta
- Muutos yhtäkkisin hoidossa olleilla
- Ajatus erilaisista päihdeongelmista vahvistuu



Yksilöllinen muutosprosessi

- Raittiuden / kohtuukäytön kesto tutkimushetkellä 12,8 vuotta
- Kohtuukäyttäjiä (kohtuukäyttäjän annokset / vko 0,2) 9 %
- Retkahduspaineet ja –riskit
 - Negatiiviset tunnetilat suurin riski
- Retkahduksenehkäisykeinojen ”räätälöinti” omiin tarpeisiin
- Perustavanlaatuinen muutos ajattelussa: positiivinen tulevaisuudenusko, ”päivä kerrallaan”
- Tuen saaminen tarvittaessa
- Vaikuttajaksi omaan elämään: terve itsekeskeisyys, sosiaaliset suhteet voimavaraksi, uudet elämänsisällöt
- Elämäntyytyväisyyden muutos



Millaisena päihdetyön identiteetti näyttäytyy muutoksen prosessien näkökulmasta?

- Tiivistys reittien eroista
- Suomalaisen päihdepalvelujärjestelmän haasteet
- Yksilön omien voimavarojen virittäjä ja vahvistaja
- Itsetuntemuksen kasvattaja
- Muutoksen tuki ja pystyvyysodotusten kasvattaja
 - asiakkaan omien pystyvyysodotusten nousun merkitys suuri
- Asettuu sosiaalisesti tueksi sen muuten puuttuessa (tarve vertaistuelle punnittava)
- Erilaisia alkoholiongelmia ja luonnostaan erilaisia reittejä siitä pois (dia 3)
 - kompleksisempien päihdeongelmien parissa toimiminen

Julkaisuja 1(3)

Kuusisto, Katja & Artkoski, Tytti (2013) The female therapist and the client's gender. *Clinical Nursing Studies* 1(3), 39–56.

Artkoski, Tytti & Saarnio, Pekka (2013) Therapists' gender, femininity and masculinity: Impact on attitude toward clients in substance abuse treatment. *Journal of Addiction* (Article ID 591521). *

Knuuttila, Vesa, **Kuusisto, Katja**, Saarnio, Pekka & Nummi, Tapio (2012) Early working alliance in outpatient substance abuse treatment: Predicting substance use frequency and client satisfaction. *Clinical Psychologist* 16(3), 123–135.

Knuuttila, Vesa, **Kuusisto, Katja**, Saarnio, Pekka & Nummi, Tapio (2012) Effect of early working alliance on retention in outpatient substance abuse treatment. *Counselling Psychology Quarterly* 25(4), 361–375.

Kuusisto, Katja & Saarnio, Pekka (2012) Päihdehoidon toimivuus yleisten tekijöiden valossa. Katsaus projektin tuloksiin. *Yhteiskuntapolitiikka* 77(3), 290–301.

Artkoski, Tytti, **Kuusisto, Katja** & Saarnio, Pekka (2012) Terapeutin vaikutus päihdehoidon toimivuuteen. Systemoitu katsaus 2000-luvun tutkimuksiin. *Psykologia* 47(1), 38–55.

Kuusisto, Katja (2012) Asiakkaan ja terapeutin toimiva yhteistyösuhde ja asiakkaan myönteiset odotukset hoitoa ja omaa pystyvyyttä kohtaan selittävät päihdehoidon tuloksellisuutta. *Tiimi* 3, 10–14.



TAMPEREEN
YLIOPISTO



SUOMEN
AKATEMIA



Julkaisuja 2(3)

Artkoski, T. & Saarnio, P. (2012) Therapist effects in substance abuse treatment: A naturalistic study. *Journal of Substance Use* 17 (5–6), 456–457.

Kuusisto, Katja, Knuuttila, Vesa & Saarnio, Pekka (2011) Pre-treatment expectations in clients: Impact on retention and effectiveness in outpatient substance abuse treatment *Behavioural and Cognitive Psychotherapy* 39(3), 257-271.

Knuuttila, Vesa, **Kuusisto, Katja** & Saarnio, Pekka (2011) Client characteristics and therapist style: A combined analysis of effectiveness in substance abuse treatment. *Nordic Studies on Alcohol and Drugs* 28(4), 321-338.

Kuusisto, Katja, Knuuttila, Vesa & Saarnio, Pekka (2011) Clients' self-efficacy and outcome expectations: Impact on retention and effectiveness in outpatient substance abuse treatment. *Addictive Disorders & Their Treatment* 10(2011b): 4, 157–168.

Kuusisto, Katja, Artkoski, Tytti & Saarnio, Pekka (2011) Päihdehoidon naistyöntekijä ja asiakkaan sukupuoli. *Naistutkimus* 24(1), 30–42.

Ruisniemi, Arja, Saarnio, Pekka & Tolonen, Kari (2011) Päihdetyöntekijöiden uravalinnan taustatekijöitä ja motiiveja päihdetyön tekemiseen. *Perheterapia* 27(4), 18–24. *



TAMPEREEN
YLIOPISTO



SUOMEN
AKATEMIA



Julkaisuja 3(3)

Kuusisto, Katja (2010) Kolme toipumisreittiä. Yhteiskuntapolitiikka 75(3), 330–334 .

Kuusisto, Katja (2010) Kolme reittiä alkoholismista toipumiseen. Tutkimus muutoksesta hoidon ja vertaistuen avulla sekä ilman professionaalista hoitoa. Tampere: Tampereen yliopisto. <http://urn.fi/urn:isbn:978-951-44-7957-1>

Kuusisto, Katja (2009) Päihderiippuvuudesta toipumisen eri reitit. Teoksessa Tuukka Tammi, Mauri Aalto ja Anja Koski-Jännes (toim.) Irti päihdeongelmista. Tutkimuksia hoidon ja ehkäisyn menetelmistä. Helsinki: Edita, 32–48.

Kuusisto, Katja (2004) Spontaani toipuminen alkoholiongelmasta. Yhteiskuntapolitiikka 69 (6), 619–629.

Saarnio, Pekka & Tolonen, Marjo & **Heikkilä, Katja** & Kangassalo, Sanna & Mäkeläinen, Marja-Leena & Niitty-Uotila, Päivi & Vilenius, Laura & Virtanen, Krista (1998) Päihdeongelmaisten selviytyminen hoidon jälkeen. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti (35)4, 207–219.



TAMPEREEN
YLIOPISTO



SUOMEN
AKATEMIA



Kiitos!

Katja Kuusisto
YTT, tutkijatohtori
Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö
Sosiaalityön tutkinto-ohjelma
Tampereen yliopisto
katja.n.kuusisto@uta.fi



TAMPEREEN
YLIOPISTO



SUOMEN
AKATEMIA

