

Kierteen katkaisijat -podcast: Päihde- ja mielenterveysongelmat

Kesto: 00:38:15

[recording starts]

Haastattelija 1 [00:00:06]: Jouduin väkivallan uhriksi ja vammat vaativat sairaalahoitoa. Mieslääkäri antoi minulle jäätävää kohtelua. Koin, että mua kohdeltiin kakkoskansalaisena, kun kyse oli ampumavammasta ja mulla oli taustalla vielä päihdeongelmia. Kertomukseni kivusta tulkittiin vain lääkkeiden pyytämisenä. Lopulta kävi ilmi, että kipua pitkitti sairaalabakteeri.

[musiikkia 00:00:32]

Haastattelija 1 [00:00:42]: Tämä on podcast vankilakierteestä ja erityisesti sen katkaisemisesta. Mitä rikollisesta elämästä irroittautuminen vaatii ihmiseltä? Entä yhteiskunnalta? Tässä podcastissa kierteen katkaisseet kertovat millainen kohtaaminen muutti heidän elämänsä. Hei ja tervetuloa kuulolle. Minä olen Aleksis Salusjärvi, tämän podin juontaja. Jakson alkuun kuulit vieraamme Tepin kertoman tarinan kohtaamisesta. Tervetuloa, Tepi.

Puhuja 1 [00:01:15]: Kiitos.

Haastattelija 1 [00:01:13]: Lisäksi meillä on vieraana vankilapsykologi Heli Siltala Oulusta, Oulun vankilasta. Tervetuloa linjoille myös, Heli.

Puhuja 2 [00:01:22]: Kiitoksia.

Haastattelija 1 [00:01:23]: Haluaisitteko lyhyesti esitellä itsenne?

Puhuja 2 [00:01:27]: Mä voin aloittaa, eli tosiaan Heli Siltala ja työskentelen tällä hetkellä täällä Oulun vankilassa psykologina. Mä oon psykologian tohtori ja oon aikaisemmin tutkinut ja tehnyt väitöskirjan lähisuuhdeväkivallasta ja sen terveysvaikutuksista ja oon lähisuuhdeväkivallantekijöiden kanssa pitkään työskennellyt, mut nyt sitten vähän tämmösiä uusia uraliikkuja ja enemmän sitten myös tosiaankin päihdeongelmien suuntaan sitten täällä vankilatyössä. Mutta että mä tosiaan työskentelen täällä, tapaan vankeja ja tarjoan heille tämmösiä tukikeskusteluja. Päihde- ja mielenterveysasiat, ne on täällä mun työn keskiössä.

Puhuja 1 [00:02:09]: Joo. Mun nimi on Tepi Salo. Mä oon rikosseuraamusalan kokemusasiantuntija. Mun tausta on semmonen, että mä käytin laittomia päihteitä lähes 30 vuotta ja sit semmosella 20 vuoden ajanjaksolla olin noin 16-17 vuotta vankiloissa, Suomessa ja vähän ulkomaillakin. Mä oon päässyt irti päihteistä parisen vuotta sitten ja mun kohdalla se desistanssi kesti useamman vuoden. Että ongelmat mä kyllä tiedostin, mutta mulla ei ollut työkaluja tavallaan muuttaa sitä mun elämää. Mä oon tällä hetkellä

Valo-valmennusyhdistyksellä tämmösessä Kokemusasiantuntijat verkossa -hankkeessa digiohjaajana, mut sitten myöskin työskentelen tuolla Mikkelin alueella Etelä-Savon Vapautuvien tuki RY:llä tämmösenä vapaaehtoistyöntekijänä ja vertaisena. Me tuotetaan asumispalveluita vankilasta vapautuneille ja tämmösille ketkä päihdekuntoutuslaitoksista esimerkiksi kotiutuu.

Haastattelija 1 [00:03:04]: Tepi ja Heli, minkä ennakkoluulon päihdeongelmasta te haluaisitte purkaa ihan tähän alkuun, ihan ensimmäisenä?

Puhuja 2 [00:03:12]: Mä haluaisin purkaa sen jotenkin myytin tai käsityksen että päihdeongelma olis jotenkin oma valinta, koska en oo vielä itse työssäni tavannut ketään päihteidenkäyttäjää enkä päihteiden ongelmakäyttäjää, joka olisi valinnut sen riippuvuuden. Valinnut tulla riippuvaiseks, valinnut tulla päihdeongelmaiseksi. Päihderiippuvuus on fyysinen sairaus mikä kehittyä sen päihteidenkäytön myötä ja siinä vaiheessa kun se on riippuvuus, niin siitä irti pääseminen on hirveen hankalaa. Tämän mä haluaisin jotenkin, että ihmiset... Tai toivoisin että ihmiset ymmärtäis paremmin, että miten paljon työtä se sit vaatii se päihteidenkäytön lopettaminen siinä vaiheessa kun se riippuvuus on syntynyt.

Puhuja 1 [00:03:55]: Itse asiassa mun myytti liittyy tähän samaan aiheeseen, et päihderiippuvuudessa kyse ei oo moraalisesta vajavuudesta, vaan niinkun että ne syyt miksi joku addiktoituu tai löytää sen ratkaisun siihen tunne-elämäänsä nimenomaan niistä päihteistä, niin ne on paljon syvemmällä kuin siinä että kyseessä olevalla henkilöllä olis jotenkin löyhä moraalitai halu vaan pitää hauskaa.

Haastattelija 1 [00:04:20]: Minkä ikäisenä sä Tepi aloit käyttää päihteitä?

Puhuja 1 [00:04:26]: Mun semmonen aktiivinen käyttäminen on alkanut 14-vuotiaana. Kun mä puhun aktiivisesta käyttämisestä mä tarkotan sitä, että suurin osa aikaa viikosta meni päihtyneenä.

Haastattelija 1 [00:04:35]: Mitä sä vedit?

Puhuja 1 [00:04:36]: Mulla on tää tämmönen perus porttiteorian kaava. Ensin alkoholikokeilut, sit kannabis, lääkeaineet, amfetamiini, heroini. Toki siinä matkalla on sit tullut myös lääkeaineita syötyä erilaisia ja sitten myös tää buprenorfiini.

Haastattelija 1 [00:04:55]: Missä vaiheessa joku ulkopuolinen tunnisti tän ongelman?

Puhuja 1 [00:04:59]: Mun ihan nuoruudessa, että sillona jo teini-ikäisenä mä oon ollut 90-luvun alkupuolella, siinä millona se päihdeongelma on alkanut ja siinä on esimerkiksi erityisnuorisotyöntekijät tunnistanee ja sitten mun vanhemmille ja laajemmin sosiaalitoimelle se on tullut julki sillona kun mä oon ollut 16-vuotias.

Haastattelija 1 [00:05:18]: Saatiinko susta koppia, vai oliko se positiivinen vai negatiivinen juttu?

Puhuja 1 [00:05:23]: Se olis voinut olla positiivinenkin juttu ja tavallaan mä ymmärsin kyllä itse, että mulla on poikkeava suhde niihin päihteisiin, että mä viehätyn niistä liikaa, mutta mulla ei ollut minkäänkään halukkuutta vielä muuttaa elämässäni yhtään mitään ja tavallaan se oli mulle haitta, mutta mä sain jotenkin pelattua itseni siitä irti siten että uskottelin että käyttö on vähentynyt ja vähän ehkä kiinnitin huomiota sitten siihen omaan toimintaani.

Haastattelija 1 [00:05:51]: Heli, miten yleinen päihdeongelma on sun asiakkaiden keskuudessa ja mitä ne käyttää ne tyypit, jotka käyttää?

Puhuja 2 [00:05:56]: Vankiterveystutkimuksessa, niinkun tiedetään että lähes 90 prosentilla vangeista on joku päihdeongelma ollut elämänsä aikana, eli sitä luokkaa se on ja...

Haastattelija 1 [00:06:11]: Mut kerro käytännössä, että miten se vaikuttaa sun työhön tää päihdetausta ihmisillä, tai päihteet yleensä.

Puhuja 2 [00:06:19]: No, nehän niinkun näkyy... Siis se on ne päihteet, mielenterveysongelmat, rikoskierre, et nehän kytkeytyy toisiinsa, et siitä tulee semmonen sekametalisoppa missä kaikki vaikuttaa kaikkeen ja tulee se semmonen yleinen, se rikoskierre, päihdekierre, syrjäytymiskierre ja ihmisen vointi on monella tapaa hyvin huono. Ja sitten kun tänne vankilaan päätyy, niin se on monelle jollakin tapaa semmonen pohjakosketus, tai joskus monenneskin pohjakosketus. Siitä sitten pyritään lähteä tilannetta jotenkin kartoittamaan ja parantamaan ja toivon mukaan sitten tarjoamaan semmosia työkaluja millä vois lähteä sitä kierrettä katkaisemaan ja elämää viemään parempaan suuntaan.

Haastattelija 1 [00:06:58]: Tää on melkein semmonen perustaso usein missä ollaan, et kun ihminen päätyy vankilaan niin nää kaikki asiat on kietoutunut toisiinsa. Missä vaiheessa sä Tepi tiesit, että sun polku tulee johtamaan vankilaan?

Puhuja 1 [00:07:12]: Oikeestaan se konkretisoitu mulle ensimmäisen kerran kun mä olin 19-vuotias, siten että seuras rikosrekisteriä, siitä parin viikon päästä tutkintavankeus ja vankeus ja näin. Mulla oli semmonen illuusio ennen sitä... Rikokset oli kuitenkin vakavia mitä mä tein. Illuusio siitä että mä olisin jotenkin voittamaton ja en jäisi kiinni. Mulla oli vakaa usko siihen että vaikka ystäviä oli joutunut vankilaan, että mä en oo niin tyhmä että joutuisin ikään kuin kiinni näistä mun rikoksista.

Haastattelija 1 [00:07:46]: Wau, aika pitkään sä pystyit olee, koska usein ihmiset tajuaa kyllä sit jo aika paljon nuorempana, 15-vuotiaana, et tää polku johtaa automaattisesti. Mut sä säästyit pitkään.

Puhuja 1 [00:07:57]: Kyllä.

Haastattelija 1 [00:07:58]: Mitä te aattelette, et jos ei olis huumeita ollenkaan, niin olisko rikollisuutta? Olisko Suomessa... Miltä se näyttäis se rikollisuus?

Puhuja 2 [00:08:13]: Ois sitä vielä jonkun verran, mutta tosi paljon vähemmän. Kyllähän päihteet ja huumeet vaikuttaa tosi monien rikosten takana, et iso osa väkivaltarikoksista tehdään alkoholin vaikutuksen alaisena, semmosia spontaaneja rikoksia. Sitten jos nyt jätetään ihan huumeidenkäyttörikokset pois sinällään, mutta sitten siihen huumeidenkäyttöön liittyy sit tosi paljon omaisuusrikoksia, että käyttöä rahoitetaan tekemällä omaisuusrikoksia, ryöstöjä, varkauksia. Ja sitten toisaalta se velanperintä sitten, sieltä tulee sit semmoset suunnitelmalliset väkivaltarikokset, että muilutuksia ja uhkailuja ja pahoinpitelyjä joiden tarkoituksena on sitten periä esimerkiks huumevelkoja, niin jos nämä kaikki jäis pois, niin kyllä meillä vankilat olis tosi paljon väljempää.

Puhuja 1 [00:08:57]: Kyllä mulla on kans ihan sama näkemys tosta asiasta, että sekä omaisuusrikoksissa että sitten petosrikoksissa, niin monesti sit sillä rahoitetaan sitä päihteidenkäyttöä. Ja tavallaan se, että jos huumeita ei olisi olemassa, niin varmasti ois vähemmän rikollisuutta myöskin.

Haastattelija 1 [00:09:18]: Sä sanoit, että 16-vuotiaana susta saatiin Tepi jollain lailla koppi mutta siitä ei ollut jeesiä. Minkälaisia päihdepalveluita sun ois pitänyt saada, että se ois jäänyt se vankilahomma välistä?

Puhuja 1 [00:09:30]: Mä luulen, että siinä ois tarvittu varmaan semmonen herätys, et joku ihminen joka sen saman tien oli käynyt minne mä olin koko aika menemässä syvemmin ja syvemmin, olis pystynyt kertomaan mulle vaikka konkreettisesti sitä minkälaista se elämä on vankilakierteessä ja mitä on nähnyt muille ihmisille tapahtuvan. Et tässä kohtaa kuitenkin tietyllä tavalla ne haitat näky niin paljon vähemmän siinä mun elämässä, et se mun oma muutoshalu ei ollut millään tavalla vielä herännyt.

Haastattelija 1 [00:10:01]: Joo. Joku vertaistuki ois varmaan ton nimi ollut, ton

asian. [musiikkia 00:10:08]

Puhuja 3 [00:10:09]: 90 prosentilla rikosseuraamusasiakkaista on päihdeongelma. 94 prosentilla rikosseuraamusasiakkaista on mielenterveysongelmia ja useimmilla on kriisi- ja traumatausta.

Haastattelija 1 [00:10:30]: Jos miettii sitä tyyppiä joka päätyy vankilaan, niin se päihteidenkäyttäjän tiehän on aika rankka, koska kun niiden päihteiden maailmoista revitään kaveri lukkojen taakse, niin sit pitää elää sen seurausten kanssa, mitä tapahtuu ihmiselle jonka

käyttö loppuukin, tai ainakin se käyttö johon se on tottunut loppuu. Mitä ihmiselle tapahtuu tässä muutoksessa?

Puhuja 2 [00:10:54]: Niin, siis iso osa muutosta on se jotenkin tosiasioiden kohtaaminen, että ei oo mennyt hyvin ja se oma elämä on huonolla tolalla. Siitähän se lähtee se motivaatio, et haluais parantaa. Niinkun Tepi tuossa hyvin sano, että aika pitkään pystyi uskottelemaan itselleen että ei tässä oo mitään hätää. Silleenhän meidän mieli toimii, että kyllä me... Jokainen ihminen haluaa ajatella että itse on hyvä ihminen ja toimii oikein ja elämä menee... Niinkun et se semmonen tietynlainen optimismi kuuluu ihmisyyteen ja... Mut sitten päihteidenkäytön kohdalla, että jotta sen pystyy lopettamaan, niin pitäis tajuta että mitä siitä on seurannut itselle ja että onko se elämä sellasta mitä oikeasti haluais elää ja mitkä on ne riskit, että mitä tulee todennäköisesti tapahtumaan seuraavaks, jos vaikka sitä päihteidenkäyttöä tai rikosten tekemistä jatkaa. Kyllä siinä joutuu tosi rajulla tavalla kohtaamaan sen että oma elämä ei oo mennyt putkeen ja se on tosi vaikee paikka.

Haastattelija 1 [00:11:58]: Miten ihmisen psyyke kestää ihan vaan sen mömmöstä vierottumisen, kun ollaan poliisivankilassa tai sit tutkintavankeudessa?

Puhuja 1 [00:12:08]: Vaihtelee tietysti siitä mitä on käyttänyt ja kuinka paljon ja miten pitkään, mut kyllähän ne fyysiset vieroitusoireet etenkin opiaateissa on tosi kovat ja sellaset että siihen ihan tarvitaan lääkitys ettei kuolis vieroitusoireisiin, pahimmillaan. Sehän on toki meillä vankiterveydenhuollossa ihan arkipäivää ja peruskauraa, että niitä sitten vieroitusoireita lääkitään ja ne toki sitten lievittyy siinä ensimmäisten viikkojen aikana. Toki ne fyysiset vieroitusoireet voi kestää ihan kuukausiakin, mutta sitten myös se psyykkinen puoli on tosiaankin aika rankka, että jos elämä on mennyt useita vuosiakin monesti hyvin sumussa, että ei oo oikein pysähtynyt ajattelemaan ja ei oo ehkä ollut päivääkään selvin päin, niin sit siinä vaiheessa kun on esimerkiks täällä vankilassa selvin päin ensimmäistä kertaa pitkään aikaan ja joutuu myös kohtaamaan sen että mitä on tehnyt, mitä itselle on tapahtunut... Se on myös... Siellä on myös usein hyvin traumaattisia tapahtumia, siinä väkivalta-päihdekierteessä, niin kyllä ne on myös psyykkisesti tosi raskaita tilanteita. Toiset tietysti pärjää paremmin, toiset huonommin ja se on omankin työn aika ydintä yrittää sitten ihmisiä tukea siinä tilanteessa.

Haastattelija 1 [00:13:24]: Mimmosta Tepi sulle oli joutua lukkojen taakse?

Puhuja 1 [00:13:29]: Kyllähän sen ensimmäisen kerran ja sen kauhun ja ne heroisiin vierotusoireet Pasilan poliisivankilassa, niin siis sehän oli sen astisen elämän kovin paikka. Jo pelkästään se, että sä oot lukkojen takana ja ikään kuin toisten armoilla, niin se on ensimmäistä kertaa jo kova paikka. Mutta sit siihen vielä ne vierotusoireet ja kaiken sen kaaoksen tajuaminen mihin elämä on mennyt, niin se on kaiken kaikkiaan kova koulu. Mut jos mä mietin sit näitä mun myöhempiä kertoja, niin jossain vaiheessa laitostumista jopa se lukkojen taakse joutuminen oli tietyllä tavalla helpotus, että se kaoottinen siviili jää taakse ja nyt saa ehkä vähän rakennetta siihen arkeen ja vähän taas ehkä otetta elämästä.

Haastattelija 1 [00:14:16]: Sä oot turvassa myöskin siellä.

Puhuja 1 [00:14:19]: Kyllä, se on just näin.

Puhuja 2 [00:14:21]: Tääkin on tosi yleistä ja mun mielestä se vasta onkin surullista, että on paljon ihmisiä kenelle on parempi olla vankilassa kuin siviilissä. Se kertoo siitä kuinka rankkaa se päihde-elämä on ollut ja että sitten kun pääsee vankilaan missä on katto pään päällä ja kolme ateriaa päivässä, niin se on oikeesti hyvä paikka. Ja totta kai se myös monelle se, että kun on ensimmäistä kertaa pitkästä aikaa selvin päin, niin huomaa senkin että niin, että olo vois olla myöskin parempi. Ja siitä voi tulla sit sitä motivaatiota myös päihteidenkäytön lopettamiseen ja rikoskierteenkin lopettamiseen.

Haastattelija 1 [00:14:57]: Sait sä korvaushoitoa ja kuntoutusta, tai minkälaista korvaushoitoa ja kuntoutusta sä sait vankilassaolon aikana ja missä vaiheessa sä rupesit saamaan sitä?

Puhuja 1 [00:15:05]: Mulla on ollut semmonen tilanne, että mä en oo koskaan ottanut vastaan korvaushoitoa. Toki olen käyttänyt päihteitä vankilassa ollessani myös. Kuntoutustakin on ollut aina tarjolla, mut mulla kyllä on ollut kova vastahankaan asettelu tässä, että jotenkin en ollut valmis ottamaan vastaan kyllä mitään apua.

Haastattelija 1 [00:15:30]: Yleisin kysymys melkein mitä kongilla, kun astuu kongille uus kaveri, on se että mikä tuomio, paljon nousee penkistä ja mitkä lääkkeet, eli mitä tulee. Sä jäit tästä veks kokonaan.

Puhuja 1 [00:15:41]: Joo.

Haastattelija 1 [00:15:42]: Onks tää Heli yleistä?

Puhuja 2 [00:15:44]: Kyllä mun asiakkaista suurin osa haluaa ja hakeutuu ja pääseekin siihen korvaushoitoon, että siihen on panostettu paljon koska monille se on pitkässä juoksussa se keino millä pystyy sitä välttää retkahdukset opiaatteihin. Mutta näitäkin polkuja on ja sehän on tietysti hyvä juttu että jokaiselle löytyy semmonen hoito ja tuki, että mikä itselle toimii ja mitä itse kukin tarvii. Ihmiset on erilaisia ja ihmisten tilanteet on erilaisia, niin kyllähän sen hoidonkin pitäis olla sit sillä lailla yksilöllistä.

Haastattelija 1 [00:16:17]: Otetaanks tota huomioon kuinka hyvin että sen pitäis sen tuen jatkaa kun se vankeustuomio päättyy?

Puhuja 2 [00:16:23]: No siis, ihanne tilannehan olis että se vankeusaikana etenis suunnitelmallisesti ja vaiheittain ja... Eli käytännössä, että tutkintavankilasta siirrytään vankeusvankilaan suorittamaan tuomiota, sitten mahdollisesti avotaloon ja lopulta valvottuun koevapauteen tai ehdonalaiseen, että se olis niinkun asteittaista. Ja sittenhän tarkoitus olis, että

avovankilasta ja koevapaudesta käsin kaikki myös nää kuntoutuspalvelut, niinkun päihdepalvelut, mielenterveyspalvelut, niin tulis sieltä siviilipuolelta, et siinä pääsis jo vankeusaikana kytkeytymään niihin palveluihin, eikä jäis sitten tyhjän päälle. Mutta toki valitettavasti käytännössä se ei useinkaan näin mene, vaan esimerkiksi tutkintavankilasta voidaan tietysti, jos tutkintavankeuskriteerit ei enää täyty, niin voidaan vapautua hyvinkin nopeesti, et voi olla että ei täältä ookaan sitten keretty mitään suunnitelmaa tehdä sinne siviilipuolelle. Tai sitten vaikka ois silleen suunniteltukin, niin onhan meillä päihde- ja mielenterveyspalvelut tosi tukossa, niinkun ihan valtakunnallisesti. Että se, että paljonko niitä palveluita ja minkälaisia on saatavilla, niin onhan se paljon paikasta ja tuurista kiinni. Tarkoituksperät on hyvät ja käytäntö sitten varmasti vähän laahaa perässä. Nythän tässä olis tietysti, kun soteuudistus, hyvinvointialueet aloittaa nyt vuoden alussa toimintansa, niin siinähan just tätä palveluiden integraatiota ja yhden luukun mallia olis tarkoitus tarjoilla. Ja se olis varmasti varsinkin vapautuville vangeille hirveen tärkeätä, että ne ois ne palvelupolut valmiina ja yks paikka mistä sais apua kaikkeen, ettei tarttis juosta paikasta paikkaan ja miettiä et kuka nyt mihinkin asiaan sitten auttais.

Haastattelija 1 [00:18:05]: Eli paljon kuitenkin puhe vähän niinkun konditionaalissa, että nää ei vielä lunastu. Mitä sä Tepi mietit tästä, että onks tää selkeä tää polku, ihmiselle joka tulee käyttäjänä vankilaan? Mitä kokemuksia sulla on siitä?

Puhuja 1 [00:18:18]: Mä tiedän että tarjolla on monennäköistä ohjelmaa ja kuntouttavaa ohjelmaa vankiloissa. Tässä tulee myös vastaan se, että tietyllä tavalla vankilassa ei olla vapaaehtoisesti, niin myös sit monesti näiltä kuntoutuksilta saattaa mennä teho siinä että ne on esimerkiksi rangaistusajan suunnitelmassa merkattu sinne ja ne käydään, ikään kuin suoritetaan jotain juttua että päästään johonkin. Mä oon miettinyt paljon sitä, että mun polku vapautteen oli viimeiseltä tuomiolta tämä, että ensimmäistä kertaa pääsin avolaitokseen ja sit sieltä koevapauteen ja muuta. Mä hyppäsin tavallaan suoraan semmoseen työmoodiin ja jätin käsittelemättä niitä asioita mitä oli siellä tapahtunut menneisyydessä ja ei ollut minkäänäköisiä myöskään taitoja mulle kerennyt kertymään sosiaalsiin tilanteisiin tai muihin ja mä tunsin itseni tosi ulkopuoliseksi. Mut että mä tiedän että on hyviä ohjelmia ja monesti oon miettinyt, että kunpa olisin ollut jossain vaiheessa valmiimpi ottamaa vastaan apua. Ehkä mun tässä irrottautumisprosessissa ei olis mennyt ihan niin kauaa.

Haastattelija 1 [00:19:31]: Mutta selkeesti tässä on iso yhteiskunnallinen ongelma, jos me ajatellaan päihdeiden roolia rikoksiin ja sit rikoksen uusimisprosenttia mikä meillä on tällä hetkellä aika kova. Mitä mieltä te ootte, auttaako vankila päihdeongelmaan vai haittaako se päihdeongelmaa?

Puhuja 2 [00:19:48]: Kyllä mä ajattelen että se auttaa, kun varsinkin jos auttaminen ajatellaan silleen haittojen vähentämisen kautta, niin kyllähän monelle se pelkkä taukokin päihdeidenkäytöstä on apua, että se edistää fyysistä terveyttä ja hengissä pysymistä. Et vaikka sitä motivaatiota varsinaiseen lopettamiseen ei oliskaan, niin kyllähän sekin että jos joku käy sen

muutaman viikon vähän niinkun katkolla, hengähtämässä vankilassa, niin on se terveyden kannalta parempi. Toki sitten, että jos määritellään se apu sitä kautta että päihteidenkäyttö loppuis kokonaan loppuelämäksi, niin onhan se aika kova tavoite ja ei me varmasti siihen olla päästy eikä välttämättä koskaan päästäkään. Mutta just mitä Tepikin kuvas tota, että niitä ohjelmia on, ja sit toisaalta kyllähän se myös semmonen motivoiva työskentely kuuluu vankilaan, että se on hirveen tyyppillistä ja yleistä ja tavallista että sitä motivaatiota lopettaa käyttö ei välttämättä ole. Siinäkin on iso pallo meillä, niinkun täällä Rikosseuraamuslaitoksella, herätellä sitä motivaatiota.

Puhuja 1 [00:20:56]: Se on just näin ja vastaisin samalla tavalla tohon, että siinä mielessä ehkä päihdeongelmaan yksilön kohdalla vankila voi auttaa, että ainakaan siinä määrin mitä vapaudessa, niin niitä päihteitä ei oo mahdollista käyttää. Mut mun joku tulevaisuuden haave tämmösistä henkilöistä, jotka nimenomaan rahoittaakseen tätä omaa päihteidenkäyttöään tekee esimerkiksi paljon omaisuusrikoksia ja kertalaisuuksia kertyy paljon lyhyistä tuomioista, niin sen sijaan että vankilassa suoritettaisiin tätä rangaistusaikaa, niin olis tämmöinen yksikkö missä olis enemmän elementtejä päihdehoidon yksiköstä ja riisuttais ehkä henkilökunnalta ne univormut pois ja oltais, kohdattais samalla tasolla ja harjoiteltais niitä arjen taitoja ja kiinnittymistä siihen yhteiskuntaan, mistä sitten pitkällä aikavälillä olis isompaa hyötyä kun siitä että säilötään tavallaan vaan ihmisiä siellä sitten.

Haastattelija 1 [00:21:52]: Tämmösiä ihanteitahan meillä on aikaisemmin ollut, et päihdeongelmaa ja sitä rikosta voitais hoitaa samanaikaisesti, tai se olis tehokkaampaa niin että se tapahtuis kaikki samanaikaisesti. Me ei olla vielä päästy tähän. Jos me ajatellaan päihteidenkäytön lopettamista, niin mistä kaikesta sä jouduit luopumaan Tepi kun sä lopetit päihteidenkäytön. Siinähan joutuu jättämään taakseen aika paljon asioita.

Puhuja 1 [00:22:18]: Tietenkin ne päihteet. Se on selvä asia, mut sit... Sit myös nää mun kaverit, ystäväpiirin kokonaan. Ja niinkun enemmänkin kuin sitten mistä joutu luopumaan, niin oli sit myöskin se että niiden tunteiden pakoileminen ja vastuun pakoileminen, että oli pakko alkaa ottaa vastuuta omasta elämästä ja alkaa käymään niitä sellasia tunneasioita läpi, mitkä monet ei-päihderiippuvaiset on käynyt silloin murrosiässä ja varhaisaikuisuudessa. Ja se oli aika kovaa koulua sitten lähtee yli nelikymppisenä ottamaan niitä vastaan ja tajuta että on tavallaan ihan teinin tasolla vielä siinä tunnekäsittelytaidoissa.

Haastattelija 1 [00:22:57]: Siinä joutuu luopumaan koko siitä aikaisemmasta elämästä. Ei vain niistä päihteistä, vaan myöskin se sosiaalinen ympäristö.

Puhuja 1 [00:23:03]: Se on just näin ja sitten tavallaan se identiteetti joka vuosien saatossa oli rakentunut sen rikollisuuden ja päihteidenkäytön ympärille, niin kaiken sen riisuminen ja olla tavallaan ihan uus identiteetti, alkaa rakentamaan pikkuhiljaa. Sehän ei käy mitenkään sekunnissa, että laitan toisen takin päälle ja näin päin pois.

Haastattelija 1 [00:23:21]: Superhaastavaa. Miten Heli ammattilainen voi tukea ihmistä tämmösessä, tästä kaikesta luopumisesta?

Puhuja 2 [00:23:29]: Siis ensinnäkin hirveen tärkeä ensinnäkin tunnistaa, että se vaatii luopumista. Vaikka ulospäin vois näyttää et se päihde-elämä on ihan kamalaa, että miten kukaan haluaa elää sellasta. No, ei varsinaisesti haluakaan, mutta just niinkun Tepi sano, että jokainen alkaa käyttää niitä päihteitä jostakin syystä, et joko semmonen että tavoittelee hyvää oloa tai haluaa turruttaa pahaa oloa, mistä se sitten johtuukin. Onko siellä jotakin ahdistusta tai traumoja, tai mitä ikinä taustalla, niin tunnistaa se tarve että miksi niitä päihteitä on käyttänyt ja sitä lähteä korjaamaan sitä perussyitä siellä taustalla. Että jos vaan otetaan se päihde pois ja sanotaan että koita pärjällä, mutta ei tarjota apua niihin juurisyihin, niin kyllähän sen jokainen tajuaa että ei se silloin pitkälle kannu. Ja just tämä, että monella... Että mitä pidempään se päihteidenkäyttö ja rikollinen elämä jatkuu, niin sitä isompi osa se on sitä elämää. Että jos kaikki kaverit on siellä ja se on kaikki mitä tuntee, niin tosiaan vaatii semmosta identiteettityötä ja sitten ihan konkreettisia asioita, siis alkaen asunnon hankkimisesta, tai... Tai just, että harjoitella sitä oman kodin pitämistä, että miten lasketaan laskut tai miten tehdään ruokaa. Joskushan ne voi olla tämmösiä hyvin konkreettisia juttuja ja peruspalikoita mistä sitä lähdetään rakentamaan. Tai just ne, että miten käsitellään niitä vaikeita tunteita ilman päihteitä, tai miten rakentaa perhesuhteet kun on ehkä mennyt välit läheisiin sen päihteidenkäytön vuoksi ja näin. Kyllä se tosi paljon työtä vaatii ja se on väistämättä hidasta. Kyllähän ne palkinnotkin sieltä sit tulee ajan kanssa, mutta varmasti se alkuvaihe ja tsemppaaminen siinä on tosi tärkeä ja hirveen sitten myös yksilöllistä, et mitkä ne on kunkin tarpeet. Että on eri asia, että ootko sä ollut kaks vuotta vai 20 vuotta siinä päihdekierteessä.

Haastattelija 1 [00:25:25]: Mut siis tärkeä asia on se, että kuka hyvänsä ammattilainen onkaan, et se pystyy tsemppaamaan sitä ihmistä sillä tavalla minkälaista kannustusta se tarvii.

Puhuja 2 [00:25:35]: Joo ja mä aattelen, et ite jotenkin omassa työssä mä aattelen että kaikkihan me tarvitaan kannustusta ja hyvää palautetta ja kyllä sitä pitäis aina pystyä löytämään myös se hyvä. Ja ihan vaan se, että jotenkin se että haluaa lopettaa päihteidenkäytön tai haluaa vähentää päihteidenkäyttöä, että sekin on hyvä askel ja tukea asiakasta siinä ja antaa myös sitä hyvää palautetta, koska kyllä se myös on asiakkailla ja vangeilla ja päihteidenkäyttäjillä yleisestikin, että harvoinhan on hirveen paljoa positiivista kohtelua tai palautetta elämässään saaneet. Että kyllä se on aika semmonen negatiivisten kohtaamisten kierre, mikä monella on ollut alkaen jo ihan vaikka jostakin kouluiästä, niin siinäkin mielessä tarjota sitten sitä tukea ja myös vähän semmosia korjaavia kokemuksia parhaimmillaan.

[musiikkia 00:26:27]

Puhuja 3 [00:26:31]: Erilaiset neuropsykiatriset häiriöt ovat yleisiä rikosseuraamusasiakkailla. Esimerkiksi ADHD:n esiintyvyys on vangeilla 5-10 -kertainen

muuhun väestöön verrattuna. Tunnistamattomat ja hoitamattomat neuropsykiatriset häiriöt ovat merkittäviä riskitekijöitä yhteiskunnasta syrjäytetyksi tulemiselle. Esimerkiksi ADHD-oireisella on muuta väestöä suurempi riski joutua päihdekierteeseen ja syyllistyä rikoksiin. Neuropsykiatrisia häiriöitä voi myös muodostua elämän aikana esimerkiksi päähän kohdistuneiden iskujen tai pitkäaikaisen päihteidenkäytön takia.

Haastattelija 1 [00:27:19]: Sä olit jo aika varttunut mies siinä vaiheessa kun sä rupesit rakentamaan uutta identiteettiä, ikään kuin keksimään itsesi uudelleen.

Puhuja 1 [00:27:26]: Kyllä.

Haastattelija 1 [00:27:27]: Useille ihmisille se vaikuttaa mahdottomalta, enää jotenkin. Et kun sä oot kulkenut sen polun, niin monihan vaan sit kulkee sen polun loppuun.

Puhuja 1 [00:27:34]: Kyllä.

Haastattelija 1 [00:27:35]: Mikä tarkoittaa, että elämä päättyy aika pian. Oliko tää sulle tämmönen kysymys, niinkun elämän ja kuoleman kysymys?

Puhuja 1 [00:27:40]: Se oli nimenomaan elämän ja kuoleman kysymys ja hyvin mielelläni olisinkin ottanut jossain vaiheessa elämäni sen kuolen ratkaisuks siihen, mutta mulla ei ollut sisua riistää itse itseltäni henkeä ja sitten vaan tuntu että mä porskutan vuosi vuoden jälkeen. Ja mä olin tavallaan selkä seinää vasten, et mä ymmärsin että se maailma missä mä elän ja missä mä oon ollut, että se ei oo sitä mitä mä haluan. Ja sit mun ei kerta kaikkiaan auttanut muuta kuin nöyrytyä ja aloittaa sit tää työskentelyä.

Haastattelija 1 [00:28:15]: Joo. Mielenterveyden rajat tulee luonnollisesti vastaan. Kun sä oot selkä seinää vasten, niin siithän sitä alkaa venyttämään niitä. Mun havaintojen mukaan aika yleinen juttu on myös se, että päihteet liittyy mielenterveysongelmiin, et niitä päihteitä käytetään lääkkeenä mielenterveysongelmiin. Onko sulla ollut tällasia kokemuksia?

Puhuja 1 [00:28:36]: Joo ja tää on silleen kaksiteräinen juttu, että monestihan myös tää tämmönen aktiivinen päihderiippuvuus vaikuttaa mielenvikaiselta ja sellaselta että siinä on hyvin paljon, niinkun vierotusoireissa ja siinä paniikissa ja siinä mielettömyydessä semmosia piirteitä jotka vois viitata siihen että on mielenterveydellisiä ongelmia. Ja sitten taas toisaalta myös tietyt päihteet aiheuttaa niitä. Ja sitten on myös tää puoli minkä sä toit esille, että jotkut sitten lääkitsee näitä mielenterveyden oireita näillä laittomilla päihteillä. Kyllä mäkin jossain vaiheessa hain sitä ratkaisua ulkopuolelta. Mä ajattelin että mä olen kaiken kokemani jälkeen mieleltäni niin sairas, että tää on se selitys miks mä en pystyis luopumaan päihteistä ja ottaa elämää raakana vastaan. Mut sit kun vaan alko pidättäytyä niistä päihteistä, niin sitten pikkuhiljaa huomasin että myös kaikki se mielenvikaisuus alkoi kadota ja ymmärsin että se onkin ollut päihteiden aiheuttamia, mun kohdalla.

Haastattelija 1 [00:29:42]: Luulet sä Heli että on ylipäätänsä mahdollista käyttää päihteitä pitkään ilman mielenterveysongelmia?

Puhuja 2 [00:29:48]: No, ei, et kyllähän ne on rankkoja aineita, siis ihan alkoholista alkaen ja sit varsinkin nää amfetamiinit ja opiaatit, että ne pistää aivokemiat sen verran sekaisin tehokkaasti, että mitä pidempään niitä käyttää, kyllä se on aika väistämätön seuraus sitten että tulee esimerkiksi ahdistusta ja masennusta. Että ihan vaan johtuen, että kun päihteidenkäyttö tyhjentää kaikki ne hyvän olon kemikaalit aivoista kerralla ja ne ei sitten ne varastot enää kerry, tai loppuu se aivojen kyky tuottaa niitä semmosia kemikaaleja itse, niin se näkyy sitten tällä tavalla. Et joo, aattelen että jos säännöllisesti käyttää, pitkän ajan, niin se on väistämätöntä.

Haastattelija 1 [00:30:34]: Mistä se sit johtuu että ei oo automaattista se, että päihde- ja mielenterveyskuntoutumista tehtäis kimpassa, kokonaisuutena, vaan ne saattaa olla monta kertaa eriytettyinä? Nyt kun puhutaan nimenomaan päihteiden käyttäjistä.

Puhuja 2 [00:30:48]: Hirveen hyvä kysymys. Tuossa Tepi alussa vähän sanokin tätä siinä myytissä jotenkin, että päihdeongelmat nähdään usein vähän semmosena moraalisenä ongelmana, että ne on vähän niinkun syntiä. Ja ehkä mielenterveysongelmissa ollaan päästy nopeammin pidemmälle, että se semmonen hulluuden leima, että on opittu niitä hoitamaan, mutta ehkä se päihteiden käytössä ja päihdeongelmissa on se jonkunlainen leima, että jotenkin historiallisesti ne on eriytynyt tälleen vähän niinkun omille urilleen. Ja vaikka ammattilaisilla se näyttäytyy usein hyvin selkeenä, mutta sitten ne palvelupolut on mitä on ja hyvin eriytyneitä. Ja useinhan se on vähän semmosta luukulle, toiselle heittäjä, että sä et pääse mielenterveyshoitoon ennen kun sulla on se päihdeongelma korjattu, tai oot lopettanut päihteidenkäytön. Ja toisaalta se päihteidenkäytön lopettaminen on aika kohtuuton vaatimus, jos ihmisellä on vaikka niin paha ahdistus että hän ei ilman rauhoittavia lääkkeitä pysty käymään kaupassa, niin se on semmonen muna-kana -ongelma kyllä, että mihin pitäis jotenkin pystyä puuttumaan nykyistä tehokkaammin.

Haastattelija 1 [00:31:53]: Tää on munikin fiilis ollut, juuri tämä. Onko sulla Tepi kokemuksia tämmösestä luukulta toiselle menemisestä ja siitä, että sä et oo saanut palveluita järkevästi?

Puhuja 1 [00:32:04]: Mä oon hirveen vähän näitä palveluita missään vaiheessa oikeestaan hakenut, mutta siinä vaiheessa sitten kun olin tosiaan valmis sitä mun omaa elämää muuttamaan ja pystyin jättää ne päihteet, niin kyllä mä sen jälkeen oon sit apua saanut. Ja oon tarvinnut myös ammattilaisten apua tavallaan sen mun uuden minän rakentamiseen ja niiden traumaattisten kokemusten purkamiseen ja tämmöseen henkiseen eheytymiseen. Mut mä mietin vielä tota äskeistä keskustelua, että miks on eriytetty... Mitään asiasta tietämättömänä, mutta voisin ajatella myös sen että sillon kun henkilö aktiivisesti käyttää päihteitä, niin on myös hirveen hankala arvioida sitä et mikä on päihdeestä johtuvaa ja mikä on sitten tavallaan siellä sitä sairauden esiintuomaa. Ja tää on tosi hankala dilemma.

Puhuja 2 [00:33:01]: Ja onhan siinä myös se, että ne on myös vaikeesti hoidettavia, että toki niinkun just tämä että onko sitä motivaatioita, tai ihan vaan se oireilu, siis niinkun mielenterveysoireilu tai päihteenkäyttö, että se aiheuttaa myös sellasta että on tosi vaikea vaikka sitoutua siihen hoitoon. Ja sitten se taas näyttäytyy ammattilaiselle helposti jotenkin semmosena hoitovastaisuutena, lainausmerkeissä. Että ne on tosi kinkkisiä ongelmia, mutta nimenomaan kyllä me tarvittais enemmän semmosta kokonaisvaltaista hoitoa ja arviointia. Kun kuitenkin, kun ne päihde- ja mielenterveysongelmat kytkeytyy niin toisiinsa, niin toisaalta sitä vyyhtiä voidaan myös lähteä purkamaan kummasta päästä tahansa, että ne voi myös tukea toisiaan.

Haastattelija 1 [00:33:45]: Tää just, koska kun törmää ihmisiin jotka on päässyt irti siitä huumeikierteestä, niin usein se on... Ne pystyy kertomaan et se liittyy johonkin kohtaamiseen. Ne on tavannut jonkun ihmisen joka on saanut niistä kopin semmosena hetkenä kun on pystynyt ottamaan apua vastaan. Ja sit se tavallaan se luukulta luukulle -ratkaisu ei toimi semmoselle ihmiselle jolla ei oo oikein elämänhallintaa muutenkaan, vaan sit sitä täytyy vähän niinkun ottaa lennosta kyytiin. Ja hirveen usein tämä on just se tapa jolla joku on päässyt irti siitä elämästä. Mä haluaisin semmosen maailman, jossa saatais enemmän koppeja näistä tyypeistä. Ja nyt näyttäis siltä, että me saadaan vähemmän koppeja näistä tyypeistä.

[musiikkia 00:34:27]

Haastattelija 1 [00:34:33]: Me ollaan tänään puhuttu päihdeongelmista. Paitsi palveluista, niin myöskin kohtaamisista ihmisten välillä. Sulla on Tepi myöskin onnistunut kohtaaminen.

Puhuja 1 [00:34:46]: Kyllä.

Haastattelija 1 [00:34:47]: Kerro meille sun onnistunut kohtaaminen.

Puhuja 1 [00:34:50]: Mun onnistunut kohtaaminen oli silloin reilu pari vuotta sitten, kun tulin sitten tässä käyttämisessä tien päähän ja uskaltauduin tulla näkyväks tän mun päihdeongelman kanssa. Se tapahtu ihan sosiaalitoimissa. Menin tietenkä häntä koipien välissä ja hyvinkin huonona siitä omasta tilanteesta hakemaan maksusitoumusta ensin katkaisuhuoltoon ja sitten mahdollisesti kuntoutukseen. Se pelko jotenkin siitä, että mä koin epäonnistuneeni kaikessa, ja sitten se että koin myös että olin salannut sitä, koska en ollut koskaan avoimesti puhunut missään yhteydessä mun päihteenkäytöstä. Sen sijaan että mua ois katottu nenänvartta pitkin tai jotenkin niinkun se ois ollut mulle kiusallinen et mä oisin joutunu perustelemaan hirveesti tätä mun halukkuutta sinne päihdehoitoon, niin mut vastaanotettiin tosi sydämellisesti ja mun perään soitettiin ja kysyttiin sit kun se katko siinä eteni, että oonko miettinyt jatkokuntoutusta ja tällöisiä asioita. Ja se on itse asiassa semmonen yhteys ollut, että mä oon edelleen aina silloin tällöin... En nyt ihan kuukausittain, mutta muutaman kuukauden välein saatan soittaa tälle henkilölle ja kertoa että hyvin menee ja mitä mun elämässä muuta on seurannut, että oon siitä

kyllä äärimmäisen kiitollinen.

Haastattelija 1 [00:36:08]: Hieno kertomus. Miten Heli tämmösten kohtaamisten määrää voitais lisätä, tai mitä neuvoja sä antaisit ammattilaisille jotta tämmönen voisi lisääntyä?

Puhuja 2 [00:36:17]: Tiedon lisääminen päihderiippuvuudesta ja ihan siitä että millasia aivokemiallisia, fyysisiä riippuvuuksia siihen liittyy. Ja sit siitä prosessista, että miten se irrottautuminen on semmonen prosessi ja usein sen motivaation kerääminen kestää kauan. Ja just se kieltämisvaihe ja ongelman tunnistaminen ja sit semmonen esiharkintavaihe ja toimintavaihe, että se on... Se on semmonen kehä ja... Mutta että missä tahansa vaiheessa sitä motivaation kehää asiakas onkin, niin työntekijä pystyy vaikuttamaan siihen, mutta ne on vaan ne... Vaikuttamiskeinot ja -tavat, niiden pitää olla tosi erilaisia, riippuen siitä että kuinka valmis se asiakas itse on. Siinähan on ydin pysähtyä kuuntelemaan ja oikeesti kuulla et mikä se asiakkaan tilanne on, mikä se hänen kokemus on ja sitten et mitä hän tarttee. Semmonen ylhäältä päin kertominen ja neuvominen, että ne ei toimi ja niistä tulee varmasti niitä huonoja kohtaamisia. Siinä sekä työntekijä että asiakas vähän lyö päätä seinään ja molemmille jää siitä tosi turhautunut olo. Mut nimenomaan jotenkin, että avoimin mielin lähteä kuuntelemaan ja kohtaamaan se asiakas että ahaa, että missäs tilanteessa sä oot ja mitä sä itse tästä ajattelet ja sitä kautta lähteä sitten viemään sitä eteenpäin.

Haastattelija 1 [00:37:35]: Tepi ja Heli, kiitos teille.

Puhuja 2 [00:37:37]: Kiitos.

Puhuja 1 [00:37:38]: Kiitos.

[musiikkia 00:37:40]

Haastattelija 1 [00:37:41]: Kiitos myös sinulle, kuulija. Olit mukana Kierteen katkaisijat -podcastissa.

[musiikkia 00:37:45]

Haastattelija 1 [00:37:49]: Kierteen katkaisijat -podcast on tuotettu osana Kriminaalihuollon tukisäätiön Hyvinvointialueet uusintarikollisuutta vähentämässä -hanketta, jonka rahoittaa oikeusministeriö. Oletko sinä kierteenkatkaisija? Lue lisää osoitteesta [Kriits.fi/hyvinvointialueet](https://kriits.fi/hyvinvointialueet).

[recording ends]