

Nykky, T. & Heino, T. & Myllymäki, E. & Rinne, T. 2010. Ikääntyminen ja päihteet. Helsinki: Kirjapaja

Tyynelän Kehittämiskeskuksen työntekijät ovat kirjoittaneet ikääntyneiden päihdeongelman ammatillisesta kohtaamisesta kauniin, viisaan, ikäerityistä ja ikäeettistä yhteistyöverkostoissa toteutuvaa päihdetyötä sanoittavan kirjan. Työntekijöiden kertomien koskettavien esimerkkitarinoiden avulla myös asiakkaat saavat äänen. Erityisen arvokasta on työntekijöiden oma toimintansa tarkastelu. Teoksessa kuvataan ajankohtaisia polttavia kysymyksiä: miksi ikääntyneet käyttävät alkoholia entistä enemmän, mitä päihteiden liika-, riski- ja riippuvuuskäyttö tarkoittaa ja miten päihteet vaikuttavat ikääntyneen ihmisen elämäntilanteeseen?

Teos on syntynyt kohtaamisissa, jossa osapuolet ovat yhdessä rakentaneet tunteiden, oivalluksien, oppimisen, pelkojen ja pettymysten kautta tavoitteita ja toimintaa kohti muutosta. Vaikka esimerkkitarinoissa keskeinen tavoite on päihdehaittojen hallinta, niin vanhusten kohdalla korostuu hyvän ikääntymisen edistäminen, päivittäisen elämän ja käytännön asioiden kuten asumisen, sosiaalisten suhteiden ja liikkumisen tukeminen.

Teos on kirjoitettu sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijoille ja ammattilaisille. Kirja sopii myös avuksi ikääntyville ja ikääntyneille, joille päihteidenkäyttöön liittyvät haitat ovat omakohtaisesti tai läheisen kautta tuttuja.

Kirjassa selostetaan ikääntyneiden päihteidenkäyttöön liittyviä ilmiöitä, riski- ja suojaavia tekijöitä ja riippuvuuden selitysmalleja niin yksilön kuin yhteiskunnan, kulttuurin ja palvelujärjestelmän valossa. Teoksen ydin on dialoginen tasavertainen ja vastavuoroinen toimintatapa, joka motivoi muutokseen. Yksilötyö on käytetyin menetelmä, mutta muita keskeisiä työmenetelmiä kuten läheisten kanssa työskentelyä ja verkostotyötä esitellään lyhyesti. Muutosmatkaa kuvataan päihdeongelman tunnistamisesta ja puheeksiotosta haittojen vähentämiseen, päihteidenkäytön hallintaan ja lopettamiseen. Keskeistä on etsiä uusia tapoja saada hyvää oloa ja nautintoa – päihdetyhjiö ikään kuin täytetään jollakin muulla merkityksellä tavalla.

Teos esittelee motivoivaa toimintatapa ja korostaa asiakkaan muutosvaiheen huomioon ottamista. Olennaista on hyödyntää motivoivan lähestymistavan henkeä ja periaatteita, jotka kuvataan perustavanlaatuisiksi tavaksi olla vuorovaikutuksessa ihmisten kanssa. Tärkeää on empatia, riittävän ajan antaminen, asiakkaalle merkityksellisten asioiden työstäminen, asiakkaan tavoiteristiriitojen suuntaaminen kohti muutosta, väittelyn välttäminen ja asiakkaan pystyvyyden tunteen vahvistaminen. Asiakkaan muutosmotivaatiota vahvistetaan tukemalla hänen voimavarojaan antamalla myönteistä palautetta etenkin toteutuneesta toiminnasta,

etsimällä ja esiin nostamalla muutospuhetta, käyttämällä avoimia kysymyksiä, heijastavaa kuuntelua ja yhteenvetoja asiakkaan kertomasta.

Kokonaisvaltainen päihdetyö tarkoittaa, että ihminen nähdään ja kohdataan ihmisenä, jolla on ainutlaatuinen elämäntarina ja tulevaisuus eikä häntä määritellä vain päihdeongelmana.

Kokonaisvaltaisuus merkitsee myös, että kuntoutuminen toteutuu monien toisiaan täydentävien tekijöiden summana. Muutos rakentuu niin ihmisessä itsessään kuin ympäristössä, olosuhteissa ja riittävän ajan vaativissa kohtaamisissa.

© Sisko Salo-Chydenius, TtM, kehittämiskoordinaattori, A-klinikkasäätiö