

”

EIVÄT IHMISET TYHMIÄ OLE, KYLLÄ HE YMMÄRTÄVÄT, ETTEI JUOMINEN PARANNA TILANNETTA, MUTTA ASUNNOTTOMANA PERSPEKTIIVI KAPENEE. HE VAIN YRITTÄVÄT SELVIYTYÄ PÄIVÄ KERRALLAAN, JA SIINÄ VAIHEESSA JUOMINEN SAATTAÄ TUNTUA IHAN JÄRKEENKÄYVÄLTÄ VAIHTOEHDOLTA.

kaikkein huonoiten. Samaan aikaan tuhannet odottavat omaa kotia tuttavien luona, laitoksissa tai muissa vaihtuvissa majoitustiloissa. Varsinkin pääkaupunkiseudulla korkeat vuokrat ajavat myös työssäkäyviä ahdinkoon.

”Asunnottomuus on aina jossain määrin pienituloisuus- ja köyhyysongelma. Pienituloiset ovat heikommassa asemassa, sillä jos on suuri vuokra ja pienet tulot, asunnottomuusriski nousee huomattavasti. Yksikin yllättävä tai suurempi meno voi romahduttaa kaiken”, Lehtonen sanoo.

Miesten asunnottomuusriski on merkittävästi suurempi kuin naisten. Naisten osuuden on odotettu kasvavan naisten päihdeongelmien yleistyessä, mutta vielä muutosta ei näy. Uusia ilmiöitä ovat esimerkiksi dementoituneiden vanhusten päätyminen yömajoihin sekä pitkäaikaisasunnottomien maahanmuuttajien määrän merkittävä kasvu. Myös paperittomien osuuden on ennustettu kasvavan kielteisten turvapaikkapäätösten lisääntyessä.

”Nyt suurin osa ulkomaalaisista on kuitenkin vielä EU:n kansalaisia, jotka ovat tulleet tänne töihin mutta sitten asiat ovatkin menneet tavalla tai toisella pieleen”, Lehtonen kertoo.

Hän sanoo, että yhteiskunnan tasolla asunnottomuuden vähentäminen on pitkäjänteinen prosessi, jossa tuloksia saadaan vasta vuosien kuluttua. Pitkäaikaisasunnottomuuden vähentämishjelmat ovat tuottaneet toivottua tulosta, mutta työnsarkaa riittää edelleen. Esimerkiksi edullisia vuokra-asuntoja tulisi rakentaa pääkaupunkiseudulle joka vuosi, jotta asutuspula todella helpottaisi. Yksilötasolla parasta asunnottomuuden hoitoa on kuitenkin sen ennaltaehkäisy.

”Vuodessa tai kahdessa asunnottomuudesta ehtii tulla normaali olotila. Mitä enemmän kadulla vietettyjä vuosia kertyy, sitä enemmän tukea ihminen tarvitsee päästessään viimein uuteen asuntoon. Asuminen on kuin taito, joka täytyy opetella uudelleen”, Lehtonen sanoo.

Asunnottomuus on kaikille elämäntilanteille ulottuva kriisi, jota seuraavat esimerkiksi terveyteen ja ihmissuhteisiin liittyvät ongelmat. Myös päihdeiden käyttöön liittyvät ongelmat ovat yleisiä. Joskus päihdeongelmat voivat olla koko asunnottomuuden syy, kun taas toisilla päihdeiden käyttö muodostuu ongelmaksi vasta asunnottomuuden myötä.

”Lyhyellä aikavälillä päihdeiden käyttö on monille selviytymiskeino. Rappukäytävässä on helpompi nukkua, kun on kännissä. Tai jos käyttää amfetamiinia, jaksaa ainakin kävellä. Eivät ihmiset tyhmiä ole, kyllä he ymmärtävät, ettei juominen paranna tilannetta, mutta asunnottomana perspektiivi kape-

nee. Ei ajatella enää kuukausia, ei edes viikkoa eteenpäin. He vain yrittävät selviytyä päivä kerrallaan, ja siinä vaiheessa juominen saattaa tuntua ihan järkeenkäyvältä vaihtoehdolta. Asunnottomat ovat kuitenkin yksilöitä, eivätkä kaikki asunnottomat ole päihdeongelmaisia”, Lehtonen toteaa.

”Olisihan se kiva, jos olisi kämpppä”

Jesse on aina halunnut pärjätä omillaan. Asunnottomuuden aikana toimeentulo on muodostunut pienistä lainoista ja pimeänä tehdyistä töistä. Epävirallisilla tuloilla ei ole kuitenkaan voinut todistaa vuokranmaksukykyä, joten asuntohakemusten täyttämisenkin on jäänyt viime aikoina vähiin.

”En ole kauheasti ollut sosiaalitoimen kanssa tekemisissä, viime vuonnakin nostin vain kerran toimeentulotukea. Olen miettinyt, että periaatteessa pärjään ilmeikkain ja mieluummin teen jotain sen rahan eteen”, Jesse toteaa.

Asunnottomuudesta syntyy helposti kierre, jota on vaikea katkaista. Siihen liittyy usein myös häpeää sekä stigma, joka voi vaikeuttaa työllistymistä tai asunnon saamista. Jesse sanoo, ettei välitä siitä mitä muut ajattelevat, vaikka haluaakin esiintyä julkisuudessa pelkällä etunimellä.

”Työhaastattelussa haastattelijan asenne muuttuu aika nopeasti, kun ei ole antaa vakituista osoitetta. Asunnottomalle taas ei vuokrata asuntoa. Mielestäni vuokra-asuntojonossa pitäisi käsitellä asioita toisin. Jos tulee hakemuksia, joissa ihmiseltä puuttuu se vakituinen koti, ne pitäisi laittaa jonon keulalle eikä päinvastoin”, Jesse sanoo.

Nyt hän on kuitenkin onnistunut saamaan työpaikan tutusta ravintolasta. Kun Vepa iltapäivällä sulkeutuu, hän lähtee jälleen kävelemään odotellessaan iltavuoron alkua. Hän toivoo, että säännöllisten tulojen myötä asunnon saaminenkin helpottuisi.

”Olisihan se kiva, jos olisi kämpppä. Varmaan rauhoittaisi tätä meininkiä. Ei tarvitsisi töiden jälkeen miettiä, että mihin menee nukkumaan, vaan saisi levätä kunnolla”, hän toteaa.

Vaikka uusi työ tuntuu lupaavalta, Jesse ei halua suunnitella liikaa, vaan mennä päivä kerrallaan. Joitakin haaveita hänellä kuitenkin on.

”Haluaisin tehdä enemmän töitä, jotta saan lisää työkoke- musta, tai ehkä opiskella oppisopimuksella itselleni ammatin. Jos asiat voisivat joskus tulevaisuudessa olla jotenkin toisin, niin en varmaan enää asuisi Suomessa. Lähtisin jonnekin lämpimään. Se olisi kiva.”



PHANIE / LEHTIKUVA

VINKKEJÄ VANHEMMILLE PÄIHDEKESKUSTELUUN

Hyvä koti ei automaattisesti suojele lasta päihdekokeiluilta. Päihteet ovat aivan tavallisten lasten ja nuorten – yhä nuorempien ja nuorempien – keino paeta arkea ja hakea elämyksiä. Etenkin alkoholi on olennainen osa monen nuoren vapaa-aikaa.

Nuoret kokevat juomisen intensiivisenä ja pal- kitsevana yhdessäolona, mikä motivoi juomista. Elämäntapaliiton tutkimuksen mukaan nuoret juovat, koska humalassa on hauskaa tai he ajattelevat sen olevan hauskaa. Nuoret ymmärtävät humalan muodostaman poikkeustilan riskialttiiksi, mutta monille humalan koetut edut ovat kuitenkin mahdollisia haittoja selvästi suuremmat, joten he ottavat riskin mielellään. Juomiseen liittyvät ongelmat ovat nuorille kuin työtaturmia, joita voi aina sattua kun hauskaa pidetään.

Tämän vuoksi tuloksellinen ehkäisevä päihdetyö tuskin onnistuu pelkällä terveyshaittoihin perustuvalla valistuksella. Riskit ovat

kyllä nuorilla tiedossa, mutta ne ovat toissijaisia. Koska nuoret juovat omaehtoisesti, heidän juomiseensa voidaan myös parhaiten vaikuttaa omaehtoisuuden tietä.

Nuoret tulisi saada pohtimaan juomismotiiveitaan ja juomata- pojaan. Mitkä asiat heidän elämässään ovat päihteille altistavia ja mitkä niiltä suojaavia tekijöitä? Tällöin he he voisivat oppia itse ohjaamaan itseään päihteidenkäyttäjänä. Vanhempien on hyvä muistaa, että kasvatus ei ole omien arvojen ja tavoitteiden siirtämistä lapselle, vaan välineiden tarjoamista oman arvopohjan rakentamiseen.

Uskalla puhua ja puuttua

Päihteistä ei voi keskustella liian aikaisin, eikä niistä keskustele-

minen altista kokeiluille. Päinvastoin asiallinen keskusteleminen yhdessä tarjoaa nuorelle tilaisuuden miettiä omaa suhtautumistaan turvallisessa ympäristössä.

Jo ala-asteelle mennessä on lapsella hyvä olla perustiedot siitä, mitä päihteet ovat ja miten ne vaikuttavat. Vanhempien on hyvä ehtiä ennen kuin koulukaverien kännitarinat alkavat kuulostaa ihailtavilta. Lapsella tulee olla tietopohja, jota vastaan punnita kuulemaansa mahdollisimman kriittisesti mahdollisimman varhain.

Yläasteikäinen nuori jo todennäköisesti tietää päihteistä enemmän kuin vanhempansa. Hän saattaa osata puhua hienoilla termeillä ja luetella lääketieteellisiä ”faktoja” niin että vanhempi jää sanattomaksi. Vanhemman ei kuitenkaan tarvitse olla asiantuntija voidakseen käydä tätä keskustelua. Päihteistä voi muodostaa mielipiteensä vaikka niistä ei olisikaan omakohtaisia kokemuksia.

Koska päihteiden käytön ehkäisy on tärkeä asia, esitetään päihteetkin usein virheellisesti tärkeinä. Paras asenne keskustellessa onkin, että päihteet eivät ole merkityksellisiä – sen paremmin negatiivisessa kuin positiivisessakaan mielessä.

Liioittelun nuori huomaa nopeasti vääräksi, ja tämä vie pohjan kaikelta vanhemman sanomalta. Jos vanhempi näkee peikkoja joka puolella, saattaa hän näin vain lisätä päihteiden kiinnostavuutta nuoren silmissä. Onkin sanottu, että paras tapa tehdä lapsesta päihteiden käyttäjä, on kohdella häntä sellaisena.

Tukea tunnistamiseen

Erilaiset päihteet vaikuttavat erilaisiin ihmisiin hyvin eri tavoin riippuen aineen määrästä, puhtausasteesta, käyttöiheydestä sekä käyttäjän käyttöhistoriasta ja persoonallisuustekijöistä. Joskus käyttö näkyy selvästi päällepäin, toisinaan käyttöä on miltei mahdoton huomata.

Jos vanhempi epäilee päihteiden käyttöä, tulee asia ottaa reilusti puheeksi. Esimerkiksi jos löytää lapsensa hallusta epäilyttäviä pillereitä, piipun, nyssykän outoa ainetta tai injektioruiskun tai -neulan, kannattaa heti ihmetellä ääneen mitä ne ovat. Lapselle tulee kertoa, että hänestä ollaan huolissaan. Vaikka huoli osoitautuisikin vääräksi, ei vanhemman tarvitse pyytää huolestumistaan anteeksi.

Jos lapsi taas myöntää käytön, on tärkeää tehdä hänelle selväksi, että häntä rakastetaan – vaikka hänen käyttöönsä ei hyväksytä. Vanhemman on hyvä olla varovainen reaktionsa kanssa, sillä nuori tulisi myös palkita rehellisyydestään. Älä siis tuomitse liian jyrkästi, älä syyttele. Moralisoinnin sijaan pyri vuorovaihtuuskelliseen keskusteluun. Nuoren arvot, mielipiteet ja näkemykset ovat hyviä keskustelun lähtökohtia.

Punnitkaa yhdessä päihteiden käytön hyviä ja huonoja puolia. Päihteiden käytössä on myös hetkellisiä hyviä puolia – eihän niitä muuten käytettäisi. Kyse onkin siitä riskistä, jonka niiden kanssa ottaa. Koskaan ei voi tietää, kenelle kokemus on hyvä ja kenelle huono, joskus jopa hengenvaarallinen. Käytettäessä mitä tahansa päihdettä tapaturman, yliannostuksen ja riippuvuuden syntymisen riskit ovat olemassa. Täysin vaaratonta päihdettä ei ole.

KYSY NÄITÄ: Mitä lapsesi oppi? Miltä kokemus hänestä tuntui? Miksi hän halusi kokeilla? Haluaisiko hän tehdä sen uudelleen? Miksi? Mitä aineita hän käytti? Kenen kanssa? Haettaessa muutosta tilanteeseen on oleellisempaa käytön syy kuin se, mitä ainetta on käytetty. Yleisimpiä syitä ovat uteliaisuus, sosiaalinen paine, jännityksen hakeminen ja arjen pakeneminen. Käyttö voi olla myös kapinointia, yritys kasvattaa itseluottamusta tai ratkaista ongelmia.

Tärkeintä on yrittää säilyttää keskusteluyhteys nuoreen. Vanhemman on hyvä tehdä selväksi oma huolensa ja se, miten vakavasta asiasta on kyse. Mikäli lapsi kieltäytyy keskustelemasta, ei tule lannistua, vaan ottaa asia puheeksi uudelleen toisena ajankohtana. Anna nuorelle aikaa puhua. Kuuntele! Älä rakenna erityistä tilannetta keskustelua varten, keskustella voi milloin tahansa. Tällöin keskustelu ei myöskään pääty, vaan sitä voidaan jatkaa milloin vaan.

Vaikka nuori on kokeillut tai käyttää huumeita, ei se automaattisesti ole tappotuomio tai asia, jolle ei enää mitään ole tehtävissä. Siinä missä lyhyt käyttö voi johtaa riippuvuuteen, voi pitkästäkin käytöstä päästä kuiville.

Päihteitä käyttävät nuoret eivät ole pahoja nuoria. He ovat aivan normaaleja tavallisia nuoria, jotka haluavat vain kokea yhteenkuuluvuutta, paeta ongelmia, rentoutua tai sitten he ovat vain joutuneet elämässään vaikealle tielle. Tarpeet jotka käyttöön johtavat, ovat hyvin inhimillisiä. Nämä tarpeet tulee hyväksyä, mutta päihteet eivät ole hyvä keino täyttää niitä.

Miten voin suojella lastani päihteiltä?

Lasta ei voi koskaan suojella täysin. Turvallisella kasvatuksella ja välittämällä voit kuitenkin lisätä todennäköisyyttä, että mahdolliset päihdekokeilut jäävät kokeiluiksi.

Jos tiedät lapsesi kavereista, harrastuksista ja elämästä, voit olla suhteellisen luottavaisin mielin. Olet jo tehnyt paljon. Hänellä todennäköisesti on riittävästi elämän eväitä kyetäkseen harkitsemaan asioita ja olemaan menemättä joukon mukana.

Ihmisenä olemisen peruskysymys on, miten olla onnellinen. Juttele lapsesi kanssa siitä, millaisia unelmia hänellä on. Ihmiset monesti käyttävät päihteitä hakeakseen elämyksiä ja sisältöä

elämäänsä. Lasten tulisi saada tuntuma omiin haaveisiinsa ja ymmärtää, ettei niitä saavuteta päihteiden avulla. Parasta ennaltaehkäisevää työtä on lasten ja perheen kanssa vietetty aika.

Jos välität, älä välitä!

”Nuori juo ekat kännit jossain vaiheessa joka tapauksessa, sehän on vain realistista myöntää. Eikö? Haluan olla itse silloin paikalla”, saattaa rento realistivanhempi ajatella, ja päätyä ostamaan lapselleen alkoholia. Hän perustelee tätä sillä, että pystyy näin takamaan ensikännit turvallisessa ympäristössä ja välttämään pimeät pullot. Haittojen minimointia?

Realistisuuden ajatellaan helposti toimivan synonyyminä järkevyydelle. Humalahakuinen juomakulttuurimme ei kuitenkaan muutu näin.

Ensinnäkin alkoholin ostaminen alaikäiselle on rikos. Toiseksi humaltumisen hyväksyvä viesti, jonka vanhempi tällä toimenpiteellä lapselleen välittää, on väärä. Kotikokeilun jälkeen kynnyksen seuraaviin känneihin on matalampi. Kun kanniajokortti on luvallisesti suoritettu vanhempien valvonnassa, niin miksi olla jatkamatta toi-

mintaa kaveriporukassa? Siihenhän vanhemmat ovat toiminnallaan nuorta prepanneet. Yksi ”turvallinenkaan” humalakokemus kotona ei mitenkään takaa seuraavien kännien turvallisuutta.

Kolmanneksi tämä ”turvallisesti” hankittu viina tuskin jää illan ainoaksi (jos nuori jatkaa illan viettämistä kodin ulkopuolella), vaan on lisä siihen määrään, jonka nuori hankkii muualta. Tai tässä vaiheessa todennäköisesti on jo hankkinut. Varmuuden vuoksi. Nuoret juovat ensin vanhempiensa ostaman alkoholin ja sen jälkeen todennäköisesti vielä ne sotkupullot. Sitten illan mokasaldoa listatessa ja kadonneita puhelimia etsiessä on paljon vaikeampi yrittää enää kasvattaa. ”Itsehän sä mulle sen viinan hankit!” Cool vanhempi on hetkessä jo nuorensa silmissä vastuuton.

Kaikki vanhemmat toki haluaisivat olla lastensa silmissä huippumukavia. Vanhempien tehtävä on kuitenkin myös tuottaa lapsille pettymyksiä. Nuorta ei tule mielistellä, vaan aikuisen tulee jaksaa olla aikuinen, vaikkakin se olisi välillä tylsää. Vanhemman pitäisi olla vanhempi, ei kaveri eikä etenäkään ryyppykaveri. Vanhemmilla on tässä peiliin katsomisen paikka myös suhteessa omaan alkoholin käyttöön.

VINKKEJÄ VANHEMMILLE PÄIHDEKESKUSTELUUN NUOREN KANSSA:

- Tee selväksi, että nuori hyväksytään aina, ainoastaan hänen mahdollista käyttöönsä ei.

- Ole varma asiastasi ja puhu suoraan. Varo liioittelua. Liioittelu huomataan liioitteluksi ja se vie uskottavuuden kaikilta sanoiltasi.

- Yritä saada nuori puhumaan. Kysy ja kuuntele.

- Anna aikaa myös hiljaisuudelle, ole aidosti läsnä. Varmista, että nuori on ymmärtänyt sanomasi. Älä sano ymmärtäväsi tai tietäväsi tunnetasolla asioita, joita et ole itse kokenut. Liika empatia on vain pahasta.

- Varo päihteiden esittämistä tärkeinä. Älä kauhistele ja päivittele.

- Älä syyllistä lasta, äläkä anna hänen syyllistää sinua.

- Ole valmis tukemaan, mutta älä anna hyväksikäyttää itseäsi. Nuori saattaa uhkailla väkivallalla tai itsemurhapuheil-

- la tai muuten painostaa saadakseen auttajan toimimaan haluamallaan tavalla.

- Tee selväksi, jos keskustelunne ei jostain syystä voi jäädä kahdenkeskiseksi.

- Pidä tilanne hallinnassa, älä lähde eipäs-juupas -väitellyyn. Älä mielistele nuorta. Vältä huumeslangia, siinä ei ole mitään hienoa. Pidä kiinni aikuisen roolistasi.

- Älä odota nuorelta kiitoksia toiminnastasi, unohda itsekkyys.

- Älä lannistu auttajana. Muutokset eivät tapahdu hetkessä. Hoida myös itseäsi ja keskustele esimerkiksi ystäväsi kanssa. Yliväsyneenä et voit auttaa lastasi.

- Kun omat voimasi loppuvat, älä epäröi ottaa yhteyttä ammatti-ihmiseen. He ovat olemassa juuri sitä varten. Auttavia tahoja ovat mm. A-klinikka, auttavat puhelimet, terveyskeskus, alan yhdistykset.