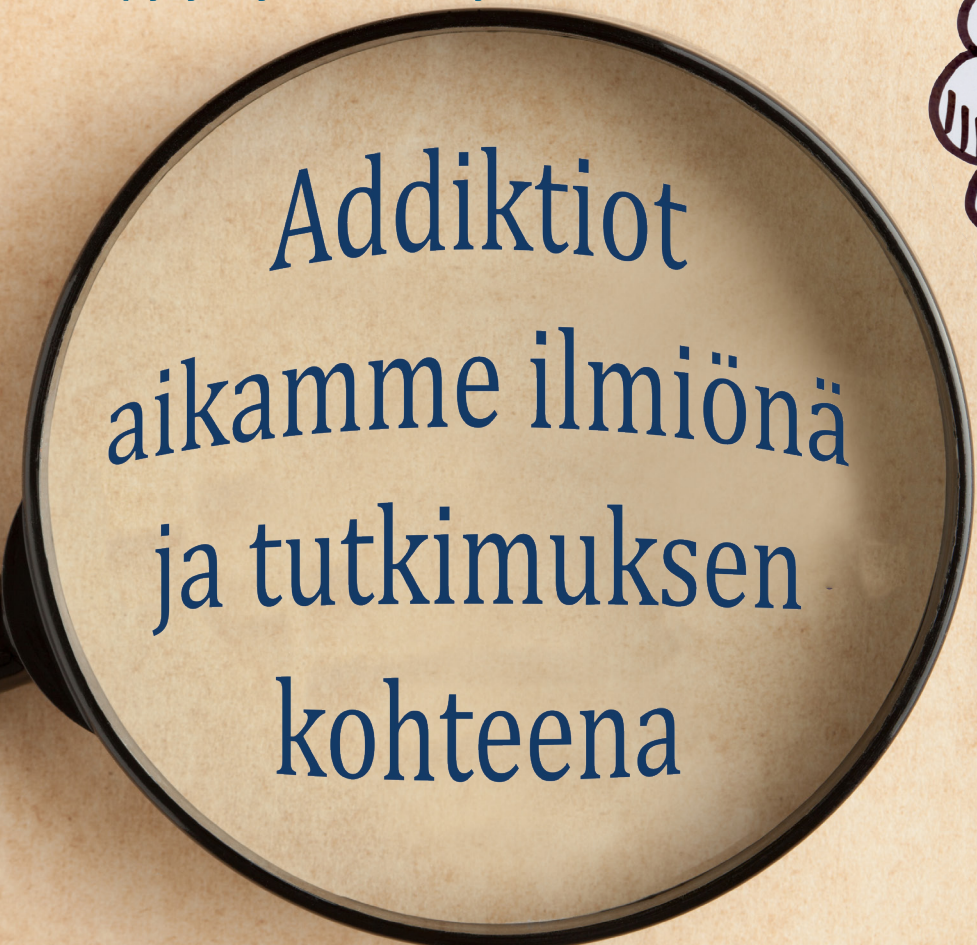




Addiktiot aikamme ilmiönä ja tutkimuksen kohteena



Riippuvuuksista eli addiktioista puhutaan yhä enemmän tiedotusvälineissä ja arkipuheessa. Puhumme jopa addiktioyhteiskunnasta, koska mahdollisuudet altistaa erilaisille riippuvuuksille lisääntyvät. Addiktioihin liittyy voimakkaita ja ristiriitaisia näkemyksiä, kokemuksia ja mielikuvia. Päihderiippuvuuksien lisäksi erilaiset toiminnalliset riippuvuudet puhuttavat. Huolta ovat herättäneet esimerkiksi nuorten some- tai digipeliriippuvuudet tai kehonkuvaan ja ulkonäköön liittyvät sosiaaliset paineet. Myös lähtökohtaisesti myönteisiin ja ”normaaleihin” toimintoihin kuten liikuntaan, työhön tai terveellisiin elämäntapoihin voi liittyä haittoja aiheuttavaa riippuvuutta.

Termi addiktio juontuu latinankielisistä sanoista addico ja addictus, jotka viittaavat mieltymykseen ja taipumukseen tai jollekin asialle antautumiseen ja omistautumiseen. Addiktio voidaan ymmärtää päihteisiin tai toimintoihin kohdistuvana pakonomaisena riippuvuutena, joka tuottaa välitöntä tyydytystä ja myönteisiä tunnetiloja, mutta josta seuraa aikaa myöten yhä enemmän haittoja. Riippuvuuden varsinaisena kohteena nähdään se miellyttäväksi koettu vaikutus, jota aineilla tai toiminnoilla tavoitellaan.

Arvioita riippuvuuksien esiintyvyydestä

Alkoholiriippuvuutta tai haitallista käyttöä on arvioitu esiintyvän noin 9 %:lla ja huumeiden ongelmallista käyttöä 0,9–1,3 %:lla kaikista 15–64-vuotiaista suomalaisista. Rahapeliriippuvaisia on arviolta 1,3 % pelaajista. Digipeliriippuvuuden määritelmän täyttää n. 1–3 % pelaajista. Somen käyttäjistä arviolta 2–5 % kärsii riippuvuudesta.

Päihde- ja toiminnalliset riippuvuudet esiintyvät usein rinnakkain tai yhdistyneinä masennukseen ja ahdistuneisuuteen. MIPA 2.0 -tutkimusohjelman järjestökyselyyn (2023) vastanneet yhdistykset kertoivat kohtaavansa toiminnassaan päihde- ja rahapeliriippuvuuksien lisäksi läheis-, netti-, seksi- sekä ruokaan ja syömiseen liittyviä riippuvuuksia.



Ammattilaisten, väestön ja asiakkaiden näkemykset samansuuntaisia

Riippuvuutta on pidetty muun muassa aivojen tai tunne-elämän sairautena, persoonallisuushäiriönä, perinnöllisenä alttiutena, pakona todellisuudesta tai tahdonvoiman puutteena. Aikaisemmissa tutkimuksissa päihdehoidon ammattilaiset näkivät riippuvuuden opittuna selviytymismallina, tunne-elämän häiriönä tai yhteiskunnan tuottamana elämäntapana. Niin ammattilaiset, väestö kuin päihdehoidon asiakkaatkin pitivät ihmistä itseään pääasiallisesti vastuullisena sekä riippuvuusongelman kehittymisestä että siitä toipumisesta.

Väestön keskuudessa rahapeli-, netti- ja nikotiiniriippuvuuksia pidettiin ”itse voitettavina” ja huume-, lääk- ja alkoholiriippuvuuksia ”vaikeasti voitettavina” riippuvuuksina. Naiset korostivat hoidon mahdollisuuksia auttaa irti riippuvuudesta, miehet uskoivat naisia enemmän ihmisten omaan kykyyn päästä eroon niistä. Huumehoidon asiakkaat määrittivät päihderiippuvuuden enemmän tunne-elämän ongelmaksi, kun taas alkoholihoidon asiakkaat korostivat useammin biologisia tekijöitä riippuvuuden taustalla.

MIPA 2.0 –kysely kartoittaa järjestötyöntekijöiden näkemyksiä

Näkemykset riippuvuuksista ovat yhteiskunta- ja kulttuurisidonnaisia. Mielikuvat riippuvuuksista muuttuvat muun muassa yksilöllisten kokemusten, sosiaalisten suhteiden, tutkimustiedon ja mediakeskustelujen seurauksena. Mielikuvat vaikuttavat siihen, miten riippuvuuksien kanssa kamppaileviin ja heidän tarvitsemaansa tukeen suhtaudutaan.

Järjestöt kohtaavat työssään erilaisia riippuvuuksia ja tukevat niistä irtautumisessa. MIPA 2.0 -tutkimusohjelman kyselyssä keväällä 2024 kartoitimme järjestötyöntekijöiden näkemyksiä päihde- ja toiminnallisista riippuvuuksista ja peilaamme niitä aiempiin tutkimuksiin. Olemme kiinnostuneita riippuvuusilmiöiden ja niihin liittyvien näkemysten muutoksista, tuen saannin mahdollisuuksista sekä riippuvuuksiin liittyvän osaamisen vahvistamisen tarpeista. Kerromme tuloksista myöhemmin myös Vesiposti-lehdessä. ■

Jouni Tourunen ja Sari Jurvansuu
A-klinikkasäätiö

Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen tutkimusohjelma (MIPA 2.0)