

Kohtuus vai raittius?

Heather, Nick & Robertson, Ian: Controlled Drinking. Methuen. London 1981. Toinen, korjattu painos 1983

Kysymys siitä, onko alkoholistin mahdollista oppia juomaan kohtuullisesti ja voiko kohtuutta ylipäänsä pitää hyväksyttävänä tavoitteena alkoholiongelmioiden hoidossa, on viime vuosina saanut osakseen epätavallista julkisuutta etenkin Yhdysvalloissa. Ongelma kärjistyi Sobellin tutkijajärjestönsä kohdistuneessa hyökkäyksessä, jossa heitä syytettiin kontrolloitua juomista koskevien tutkimustulostensa vääristämisestä. Sobellien tutkimuksessa (1973, 1976, 1978) verrattiin nimittäin kontrolloituun juomiseen suuntautuvan yksilöidyn käyttäytymisterapian tehokkuutta perinteiseen, abstinenssiin suuntautuvaan sairaalahoitoon, jossa oli mukana ryhmäterapiaa, AA-toimintaa ym. Koehenkilöitä seurattiin tiiviisti kolmen vuoden ajan. Tulokset osoittivat, että kontrolliin suuntautunut hoito tuotti jopa gamma-alkoholisteilla huomattavasti parempaa sosiaalista sopeutumista ja vähemmän humalapäiviä kuin abstinenssiin suuntautunut hoito.

Mark ja Linda Sobellin lähestymistapa ja tulokset herättivät kuitenkin alusta alkaen vastapuolen epäilyksiä, ja vuonna 1978 Mary Pendery -niminen tutkija sai luvan perehtyä heidän aineis-

toonsa ja jäljittää hoitoon osallistuneiden myöhempiä vaiheita. Vuonna 1982 Penderyn skandaalinkäryinen raportti julkaistiin Science-lehdessä ja aiheesta valmistettiin yhtä yksipuolisesti Sobelleja mustamaalaava televisio-ohjelma. Seuraavaksi Sobellit pyysivät puolueettoman tutkintakomission muodostamista asiaa selvittämään. Aineistoon tutustuttuaan komissio hylkäsi kuta kuinkin kaikki Sobelleihin kohdistetut syytökset. Mutta tapauksen synnyttämä kielteinen julkisuus sai silti aikaan sen, että Yhdysvalloissa on tätä nykyä miltei mahdotonta ottaa kontrolloidun juomisen tavoite asiallisen keskustelun ja yhteiskunnan varoin rahoitettavan tutkimuksen kohteeksi.

On tavallaan ironista, että juuri samaan aikaan, kun Sobelleja vastaan ryhdyttiin julkisesti hyökkäämään Yhdysvalloissa, Englannissa ilmestyi teos, joka olisi tarjonnut erinomaiset edellytykset aiheita koskevalle asialliselle keskustelulle, eikä vain Sobellien vaan lukuisien muidenkin asiaan liittyvien tutkimusten valossa. Teoksen nimi oli *Controlled drinking* (1981), ja sen olivat kirjoittaneet Nick Heather ja Ian Robertson, molemmat Skotlantilaisia. Teoksen toinen, korjattu painos ilmestyi 1983, ja sen loppuun on lisätty seikkaperäinen katsaus Sobellien tapaukseen. Mutta kirjan pääasiallinen anti on toki muualla. Kyseessä on nimittäin ensimmäinen laaja-alainen ja perusteellinen katsaus siihen tutkimusaineistoon, jolla on merkitystä ratkaistaessa, onko kohtuus hyväksyttävä ja varteenotettava tavoite alkoholion-

gelmioiden hoidossa ja missä tilanteissa se saattaisi olla parempi kuin abstinenssi. Ja vaikka Heatherin ja Robertsonin teos on epäilemättä tendenssimäinen siinä, että se puolustaa kontrollitavoitetta paikoin tarpeettoman yksipuolisesti, sen kirjoittaminen on silti todellinen saavutus varsin monessa suhteessa.

Ensinnäkin kirja on ihailtavan perusteellinen ja johdonmukaisesti rakennettu synteesi siitä tutkimuksesta, joka liittyy alkoholismiin sairauskäsityksestä käytyyn polemiikkiin. Tapa, jolla tutkimukset on esitetty, on kiinnostava, kysymyksiä herättävä ja moniin niistä myös vastaava. Tutkimuksia ja niiden tuloksia ei vain selosteta, vaan ne alistetaan huolelliselle metodologiselle kritiikille. Jokainen, joka lukee kirjan huolellisesti, oppii paitsi itse asiasta myös tutkimuksen tekemisestä ja tulosten luotettavuuden ja yleistettävyyden ehdoista.

Teoksen alussa tekijät tarkastelevat vallitsevaa käsitystä alkoholismista sairautena ja päätyvät siihen, että ratkaiseva seikka nykyisissä sairaus- ja riippuvuuskäsityksissä on *kontrollin menettäminen* koskeva ehto. Ilman sitä ei voida puhua alkoholismista sairautena, jonka hoidoksi soveltuu ainoastaan täydellinen abstinenssi.

Tätä taustaa vasten lähdetään selvittämään, onko alkoholistien juominen todella hallitsematonta ja onko kyseessä irreversiibeli (palautumaton) sairaus, mistä johtuen sitä sairastavien on periaatteessa mahdotonta oppia juomaan kohtuullisesti. Analyysi lähtee liikkeelle D. L. Daviesin (1962) klassiseksi nousseesta tut-

kimuksesta, jossa osoitettiin, että pieni osa alkoholisteista näyttää jossain elämänsä vaiheessa siirtyvän ongelmattomaan ja varsin kohtuulliseen alkoholin käyttöön. Vaikka tämä havainto herätti aikanaan paljon vastaväitteitä, on sama ilmiö todettu toistuvasti muissakin tutkimuksissa. Heatherin ja Robertsonin läpikäymien tutkimusten valossa näyttää ilmeiseltä, että osa (n. 5—15 %) hoidetuista ja hoitamatta jääneistäkin alkoholisteista siirtyy jossain vaiheessa alkoholin kohtuukäyttöön.

Heatherin ja Robertsonin kirjan kiinnostavin luku on mielestäni se, jossa he käsittelevät kontrollin menetystä ja juomishimoa (loss of control and craving). Heidän pääväitteensä on, että kontrollin menetys ei selitä alkoholistista juomista vaan kuvaa vain sitä tosiasiaa, että alkoholisti juo paljon. Tämän väitteensä he perustavat kokeille, joissa on seurattu alkoholistien juomista useampien päivien ja viikkojen ajan. Useimmista niissä koehenkilöt ovat omalla toiminnallaan voineet vaikuttaa alkoholin saatavuuteen. Kokeista kävi ilmi, että alkoholistit eivät suinkaan juo tolkkottomasti ja kaikkea sitä, mikä on saatavilla, vaan että myös he säätelevät alkoholin käyttöönsä systemaattisesti juoden muutamia päiviä yhtä mittaa ja ylläpitäen samaa suhteellisen korkeaa veren alkoholipitoisuutta. Väliaikoina he työskentelivät ansaitakseen jälleen uuden kierroksen. Useissa kokeissa havaittiin myös, että sosiaalinen konteksti, juomisen seuraukset ja kustannukset vaikuttivat nautittuihin määriin siinä missä muillakin ihmisillä. Nämä kokeet on kuitenkin tehty varsin kontrolloiduissa olosuhteissa, joissa juomisen motivaatio poikkeaa ratkaisevasti tosielämän tilanteista ja alkoholistisen juomisen reaalisesta dynamiikasta. Tätä Heather ja Robertson eivät juu-

ri pohdi. He ainoastaan toteavat sen, mitä kokeista voidaan epäilemättä päätellä, eli sen, että kontrollin menetys ei ole mikään automaattinen, etanolin laukaisema fysiologisesti määräytyvä reaktio, joka erottaisi alkoholistit muista ihmisistä.

Tämäntapaiset havainnot ovat pakottaneet myös muut tutkijat tarkistamaan alkoholismin sairauskäsityksen edellyttämää kontrollin menettämisen kriteeriä. Esimerkiksi M. Kellerin (1972) väljennetyt tulokset mukaan alkoholisti ei voi koskaan johdonmukaisesti päättää, milloin hän alkaa juoda, eikä myöskään olla varma siitä, että hän kerran aloitettuaan pystyy lopettamaan. Heatherin ja Robertsonin mielestä tällaista ennustamattomuushypoteesia ei voida kuitenkaan falsifioida (osoittaa vääräksi). ”Tieteellisen keskustelun kannalta se on siksi tarkkaan ottaen merkityksetön” (1983, s. 123).

Tässä Heather ja Robertson osoittautuvat kuitenkin oman popperilaisen tieteenfilosofiansa uhreiksi. Maailmassa on toki paljon muitakin säännönmukaisuuksia, jotka eivät toteudu 100-prosenttisen varmasti, eikä niitä sen takia suljeta tieteellisen tarkastelun ulkopuolelle. Kellerin hypoteesin hylkäämisen sijaan voitaisiinkin hyvin kysyä, millä ehdoilla kontrollin menettämisen todennäköisyys kasvaa ja milloin se vähenee. Tällainen kysymyksenasetteluhan sisältyy Heatherin ja Robertsonin kannattamiin behavioristisiin interventiokeinoihin, ja yksilötasolla sitä kutsutaan juomisen funktionaaliseksi analyysiksi.

Tässä tullaankin Heatherin ja Robertsonin kirjan perusongelmaan. Tekijät yrittävät todistaa, että kontrollin menetys on epäkäsité, joka ei selitä alkoholistin käyttäytymistä vaan ainoastaan kuvaa alkoholistista juomista eli

sitä, että yksilö juo paljon. Tästä näkökulmasta katsoen — kuten J.-P. Takala on todennut — on myös kontrolloitu juominen epäkäsité, koska yhtä hyvin voidaan puhua siitä, että henkilö juo vähän.

Tällaisilla kielellisillä tempuilta ei kuitenkaan päästä eroon itse ilmiöstä eli siitä, että ihmiset juovat usein enemmän kuin olivat aikoneet ja että alkoholisteille tämä tapahtuu kaiketi useammin kuin monille muille. Kontrollin menetystä ei siis kannata sinänsä kieltää, vaan sen syyt on syytä tutkia entistä huolellisemmin. Siinä Heather ja Robertson ovat kuitenkin oikeassa, että alkoholistien ja muiden ihmisten välillä ei ole ratkaisevaa eroa siinä mielessä, että edelliset olisivat täysin kyvyttömiä juomisensa hallitsemiseen, kun taas jälkimmäisillä tämä kyky on aina tallella.

Seuraavassa luvussa Heather ja Robertson tarkastelevat kontrolloidun juomisen mahdollisia etuja täysraittiuteen nähden. He lähtevät siitä tosiasista, että nyky maailmassa täysraittiudella ei ole enää sitä maailmankatsomuksellista tukea, joka sillä on ollut joskus aikaisemmin. Tämän jälkeen he yrittävät osoittaa, että kohtuuteen päätyneillä entisillä alkoholisteilla ei yleensä mene sen huonommin kuin raittiillakaan. Tässä luvussa Heatherin ja Robertsonin argumentointi vaikuttaa kuitenkin hieman yksipuoliselta. Olisi toki ollut aiheellista myöntää, että vaikka abstinenssin valinneiden ja normaalijuojien sopeutumista kuvaavat mittaukset eivät yleensä tuota tilastollisesti merkitseviä eroja, ovat ne edelleen vähän mutta johdonmukaisesti myönteisempiä abstinenssiin päätyneiden kohdalla (ks. esim. taulukko 2.2. ja taulukko 4.1.).

Ilmeistä kuitenkin on, että ehdoton abstinenssin vaatiminen johtaa liian myöhäiseen hoitoon

hakeutumiseen. Hoitotavoitteiden monipuolistaminen onkin jo pelkästään tästä syystä kannatettava ajatus.

Heatherin ja Robertsonin kirjassa esitellään myös niitä oppimisteoreettisia menetelmiä, joita alkoholiongelmaisten hoidossa on käytetty. Tämän jälkeen tarkastellaan niistä koottujen hoito-ohjelmien suhteellista tehokkuutta toisaalta ”ongelmajuojiin” ja toisaalta voimakkaammin riippuvaisten ”kliinisten alkoholistien” hoidossa. Tarkastelu on kiinnostavaa ja huolellista. Tekijöiden erityisenä ansiona on pidettävä sitä, että he esittävät joukon metodologisia kriteereitä, joiden mukaan he arvioivat olemassa olevaa tutkimusta. Näiden arvioiden pohjalta he yrittävät tunnistaa ne menetelmät, jotka nykyisen tietämyksen valossa tehoavat parhaiten eriasteisesti riippuvaisiin yksilöihin. Kliinisillä alkoholisteilla tällaisia näyttävät olevan ongelmanratkaisutaitojen harjoittelu (problem solving skills training), säännellyn juomisen harjoittelu (regulated drinking practice) ja itsehallinnan harjoittelu (self-management training). Ongelmajuojiin taas systemaattinen itse tarkkailu (self-monitoring) ja opaskirjat (self-help manuals) riittävät tuottamaan olennaista alkoholin käytön vähenemistä.

Kirjan lopussa käydään läpi niitä kriteereitä, joiden mukaan voitaisiin päättää kunkin yksilön osalta, kumpi tavoite — abstinenssi vai kohtuus — olisi hänelle suositeltavampi. Rand-raportin pohjalta Heather ja Robertson päätyvät siihen käsitykseen, että riippuvuuden aste ei ole ainoa varteenotettava kriteeri. Muita huomioon otettavia seikkoja ovat ikä, AA-sympatiat, työssä käyminen, terveys ja muut elimistötekijät. Nämä kriteerit on kuitenkin laadittu vain miehiä silmällä pitäen, koska naisia koskevaa tutkimusaineistoa ei ollut riittävästi

saatavilla.

Kaiken kaikkiaan Heather ja Robertson päätyvät teoksessaan siihen käsitykseen, että alkoholismi ei ole irreversiibeli sairaus vaan reversiibeli käyttäytymishäiriö (1983, s. 247). Se seikkaperäisyys, jolla he ovat paneutuneet tämän ongelman tutkimiseen, on kunnioitusta herättävä. Teos kannattaa lukea huolellisesti, sillä sen vaikutus on kuin onkin kumouksellinen — se panee ajattelemaan!

Anja Koski-Jännes

Alkoholitutkimuksen märkä sukupolvi

Room, Robin: Alcohol and Ethnography: A Case of Problem Deflation. *Current Anthropology* 25 (April 1984):2, 169—178

Comments: Ager, Michael & Beckett, Jeremy & Bennett, Linda A. & Casswell, Sally & Heath, Dwight B. & Leland, Joy & Levy, Jerrold E. & Madsen, William & Marshall, Mac & Moskalewitz, Jacek & Negrete, Juan Carlos & Rodin, Miriam B. & Sackett, Lee & Sargent, Margaret & Strug, David & Waddell, Jack O., *ibid.* pp. 178—187

Room, Robin: A Reply, ibid. pp. 187—188

Tämän esittelyn aiheena on Robin Roomin *Current Anthropology* -lehdessä julkaisema poleeminen artikkeli alkoholi antropologian saavutuksista ja nykytilasta. Roomin — äskettäisen Jellinek-palkinnon saajan — haastavaan artikkeliin oli kerätty kommentit 16 asianosaiselta eri puolilta maailmaa (3 Australiasta, 1 Uudesta Seelannista, Kanadasta ja Puolasta sekä loput USA:sta).

Jota rakastaa, sitä rankaisee

Keskustelun kirjoitti Robin Roomin hypoteesi, jonka mukaan modernilla antropologialla on heimo- ja kyläyhteisöjä tutkittaessaan taipumus vähätellä alkoholiin liittyviä ongelmia. Roomin mukaan ilmiöllä voi olla kaksi selitystä. Joko tendenssinä on ”korjata” alkoholi ongelmien ylikorostusta muussa tutkimuksessa, tai sitten — ja tämä on Roomin oma näkemys — nykyajan kansatieteellisessä alkoholikirjallisuudessa on systemaattinen harha: alkoholi ongelmien täyttä vakavuutta tutkittavissa kulttuureissa ei haluta tunnustaa.

Room ottaa esille monia seikkoja alkaen tieteenfilosofiasta ja päätyen lähetyssaarnaajiin selittäessään tätä havaintoaan. Ensinnäkin Roomin mukaan alkoholi haittojen sivuuttaminen on sisäsyntyistä antropologiassa hallinneen funktioanalyttisen koulukunnan funktionaalille lähestymistavalle. ”Durkheimin jälkeen painopiste näyttää olleen ilmeisten haittojen takana piilevissä hyödyissä; sen, mikä satunnaiselle havainnoitsijalle on kummallista, mielettöntä tai julmaa käyttäytymistä yksilöä tai pienryhmää kohtaan, väitetään olevan koko ryhmän olemassaololle funktionaalista”, Room ironisoi. Alkoholiantropologiassa useimmiten esiin tuotu juomisen funktio on sosiaalisen kiinteyden ylläpito. Jos kulttuurissa kuitenkin esiintyy ilmeisiä alkoholihaittoja, joita ei voida sivuuttaa, niiden syyt löytyvät yhteisön ulkopuolelta, vihamielisen kulttuurin rapauttavana vaikutuksena. Omat, ”alkuperäiset” juomatavat ovat hyviä, vieurat, ”uudet” tavat huonoja.

Edelleen Room väittää antropologeista, että nämä keskittyvät tutkimuksissaan vain kyliin ja laidinlyövät kaupunkikulttuurin ja teollisuusväestön. Ja edelleen, että tutkimuskohteena on kulttuu-