

[takaisin](#)

ALKOHOLI ELÄMÄSSÄNI

Kirjoituskilpailu 15.2.-31.12.2008

Meillä kaikilla on erilaisia kokemuksia alkoholista. Alkoholien rooli myös vaihtelee eri elämänvaiheissa ja -tilanteissa. Mitä kokemuksia sinulla on?

"Alkoholi elämässäni" on valtakunnallinen, kaikille avoin kirjoitusten keruu. Keruuhankkeen järjestävät Suomen Akatemian tukema tutkimusryhmä ja Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran kansanrunousarkisto. Tarkoituksena on kerätä omakohtaisia kokemuksia juomatavoista ja alkoholien merkityksestä elämän kulussa.

Tarjolla on kolme vaihtoehtoa. Voit

- 1) kirjoittaa omaelämäkerran,
- 2) kirjoittaa päiväkirjaa kahden kuukauden ajan,
- 3) vastata kyselyyn.

1) Elämäkerta

Kirjoita omaelämäkerta siitä, mitä alkoholi on merkinnyt sinulle. Kirjoita oman valintasi mukaan ja omalla tyylilläsi. Voit kirjoittaa siitä, miten huomasit lapsena, että ihmiset juovat viiniä, viinaa, olutta ja muita alkoholijuomia. Kerro, mitä tapahtui kun ensimmäistä kertaa itse joit alkoholia, miten juomatapasasi muuttuivat esim. kun aikuistuit, opiskelit, perustit perheen, erosit, vaihdoit työpaikkaa, siirryit eläkkeelle jne.

Voit myös keskittyä vain tiettyyn elämänvaiheeseen, jossa alkoholilla on ollut mieleen painuva osa. Olet saattanut joutua uuteen ympäristöön, jonka juomatapoihin et ole tottunut. Olet ehkä asunut tai käynyt maassa, jonka juomatavat ovat erilaiset, ja arvioinut omia ja muitten juomatapoja uudelleen.

Kirjoitusohjeet viimeisellä sivulla!

2) Päiväkirja

Kirjoita kahden kuukauden ajan päiväkirjaa tilanteista, joissa olet juonut alkoholia joko jossakin seurueessa tai yksin. Kyseessä voi olla pienet arkiset tilanteet tai juhlavimmat tilanteet. Merkitse muistiin spontaaneja vaikutelmiasi kuin kertoisit niistä läheiselle ystävällesi. Kirjoita vapaasti äläkä tee muutoksia myöhemmin.

Parhaimmillaan päiväkirja on oivallinen tapa syventää itsetuntemusta.

Voit kirjoittaa pian alkoholin käyttötilanteen jälkeen tai kirjata odotuksiasi jo ennen tapahtumia. Jos haluat, voit käyttää tukenasi seuraavaa:

Ennen

Kuvaile, miten alkoholin nauttimistilanne kuuluu jokapäiväiseen elämääsi. Liittyykö tilanteeseen erityisiä odotuksia, ajatuksia tai tuntemuksia, esimerkiksi tapahtumista, ihmisistä, paikoista tai ajankohdista?

Tapahtumat

Kerro, miten tilanne eteni. Voit kuvailla mitä teit, mitä ajattelit, mitä tunsit, kenen kanssa liikutit, missä olitte ja miten toimitte. Millaiset muut tekijät vaikuttivat tapahtumien kulkuun? Jos tilanteeseen kuului käännekohtia, kerro myös niistä.

Jälkeen

Pohdi mitä tapahtui. Kuvaile omia tuntemuksiasi ja ajatuksiasi tapahtumista. Etenivätkö tapahtumat kuten odotit vai toivatko ne mukanaan jotain yllättävää? Oliko kuvaamasi tapahtumakulku sinulle ennestään tuttu?

Jos et käytä alkoholia, voit kuitenkin kirjoittaa havainnoistasi muiden juomistilanteista.

Kirjoitusohjeet viimeisellä sivulla!

3) Kysely

Ensimmäiset havainnot alkoholista

Mistä käsität lapsena, että ihmiset juovat alkoholia? Kuvaile tilanteita ja tapahtumia? Mitä tuntemuksia se synnytti? Kerro lapsuuden ympäristösi juomatavoista.

Omat kokeilut

Kerro, milloin itse käytit ensimmäistä kertaa alkoholia ja minkä ikäinen olit? Miten kuvailisit tilannetta? Missä olit ja kenen kanssa? Mitä tapahtui?

Vuosien mittaan

Miten suhteesi alkoholiin on muuttunut vuosien varrella – nuoruusvuosina, opiskelijana, ennen siirtymistä työelämään, armeijassa, ennen perheen perustamista, vasta-avioituneena, lasten ollessa pieniä, lasten lähdettyä pesästä tai eläkkeelle vastikään jääneenä? Miten juomatapasi ovat muuttuneet, käytätkö nyt alkoholia toisella tavalla ja eri tilanteissa kuin aiemmin? Mistä muutokset mahtavat johtua? Suositko nykyään eri juomalajeja kuin takavuosina? Juotko eri määriä kuin aikaisemmin?

Nykyisyys

Miten alkoholi liittyy arkeesi ja juhlaasi? Entä vuodenaikoihin, kulutatko enemmän kesällä kuin talvella? Missä nautit alkoholijuomia? Kuvaile myös juomistilannetta, joka ei ole tyypillinen sinulle. Kerro mielellään yksityiskohtaisesti ja käytä esimerkkejä sekä arkisista tilanteista että juhlatilanteista, kuten juhannuksen vietosta, joulun vietosta, syntymäpäivistä jne. Voit myös kertoa juomalajeista ja -merkeistä, mihin tilanteisiin ne liittyvät ja miksi.

Päihtymys

Mitä päihtyminen merkitsee sinulle? Millaista tunnelmaa haet? Ovatko nämä asiat muuttuneet vuosien myötä? Yritätkö hallita juomistasi eri tavoin eri juomistilanteissa? Mistä tunnistat sietokykyysi? Miten nimität erilaisia päihtymystiloja?

Jos et käytä

Vaikka et käyttäisi alkoholia, voit kertoa havainnoistasi ja kokemuksistasi. Oletko aina ollut käyttämättä alkoholia? Ellet, niin mistä lähtien ja miksi olet ollut juomatta? Miten lähiympäristösi suhtautuu alkoholiin? Miltä tuntuu olla juomatta tilanteissa, joissa käytetään alkoholia? Miten koet raittiutesi ja miten se on vaikuttanut elämääsi, harrastuksiisi ja sosiaaliseen kanssakäymiseen?

Kirjoitusohjeet viimeisellä sivulla!

Ohjeet kirjoittajille

Kirjallinen ilmaisu ei ole pääasia. Kirjoita kuin puhelisit ystävälle tai tutulle – suoraan ja kaihtelematta. Käytä tietokonetta tai kirjoituskonetta, tai kirjoita selkeällä käsialalla.

Kirjoita 5–50 sivun pituinen vastauksesi A4-arkille vain paperin toiselle puolelle. Jätä vasempaan reunaan n. 4 cm ja oikeaan reunaan n. 1 cm marginaali arkistointimenpiteitä varten. Älä käytä tarroja, teippejä tai niittejä.

Kirjoita nimesi, syntymäaika ja -paikka, ammatti (myös entiset), koulutus, osoite ja puhelinnumero tai s-postiosoite erilliselle etusivulle. Kirjoita samalle sivulle myös allekirjoitettu suostumuksesi siihen, että aineisto arkistoidaan nimelläsi tutkimuskäyttöön Kansanrunousarkistoon. Aineiston käytössä tutkijat sitoutuvat suojaamaan kirjoittajien ja muiden asianosaisten henkilöllisyyttä.

Voit lisäksi liittää tekstiisi valokuvia, mieluiten alkuperäiskuvia. Ellet halua luovuttaa alkuperäiskuvia, toivomme saavamme ne kopiointia varten lainaksi. Merkitse vastauksesi alkuun selvästi, pitääkö valokuvat tai negatiivit palauttaa. Jos kuva-aineisto on digitaalisessa muodossa eivätkä alkuperäiskuvat ole lainattavissa, lähetä kuvatiedostot, ei niiden tulosteita. Älä kiinnitä kuvia mihinkään – taitettu paperi tai kirjekuori on hyvä

suoja. Kirjoita kustakin kuvasta seuraavat tiedot erilliselle paperille: kuvausaika ja -paikka, kuvan aihe, kuvatut henkilöt ja kuvaaja. Kerro tarina, joka kuvaan liittyy.

Lähetä kirjoituksesi **31.12.2008** mennessä osoitteeseen SKS, Kansanrunousarkisto, PL 259, 00171 Helsinki tai sähköpostitse osoitteeseen keruu@finlit.fi. Merkitse kuoreen tai viestin aihekenttään tunnus "Alkoholi elämässäni". Kirjoituksia ei palauteta, joten ota itsellesi kopio. Tulokset julkistetaan keväällä 2009. Vastajien kesken jaetaan raha- ja kirjapalkintoja.

Lisätietoja

Kansanrunousarkisto, puh. 0201 131 240 (kirjoitukset), 0201 131 286 (kuvat), [http:// www.finlit.fi/arkistot/keruut.htm](http://www.finlit.fi/arkistot/keruut.htm)
Jenni Simonen, tutkija, puh. 09-3967 2162,
jenni.simonen@stakes.fi