

Minna Ala-Sihto, Liisi Lehtonen

PÄIHDEPUTKI
TOIMINNALLINEN PÄIHDEVALISTUS YLÄKOULUIKÄISILLE

Hoitotyön koulutusohjelma
2017

TOIMINNALLINEN PÄIHDEVALISTUS YLÄKOULUIKÄISILLE

Ala-Sihto Minna, Lehtonen Liisi
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Hoitotyön koulutusohjelma
Maaliskuu 2017
Ohjaaja: Salminen, Eeva-Maija
Sivumäärä: 45
Liitteitä: 9

Asiasanat: nuoret, projekti, päihdekasvatus, päihteet, yläkoulu

Projektiluontoisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa Päihdeputki-tapahtumaan käsikirjoitus, jonka pohjalta laadittiin nuorten arkeen liittyvät toiminnalliset rastit. Päihdeputki on Säkylässä joka kolmas vuosi järjestettävä päihdevalistustapahtuma. Yhteistyökumppanina toimi Säkylässä nuorisotyö. Päihdeputki-tapahtuma järjestettiin Säkylässä seurakuntatalolla. Toiminnallisen päihdevalistustapahtuman tavoitteena oli nuorten terveydenlukupäätösten vahvistaminen teoria- ja kokemuseräisen tiedon avulla.

Toteutusmenetelmänä opinnäytetyössä käytettiin projektin menetelmää ja toiminnallisen opinnäytetyön ohjeistusta. Teoriaosuus käsitteli nuoruutta ja nuoren psyykkistä kehitystä, ehkäisevää päihdetyötä, nuorten päihteidenkäyttöä ja päihteitä. Päihdevalistuksella pyrittiin herättämään nuorten arkeen uusia keskusteluja sekä näkökulmia. Lisäksi tarkoituksena oli saada nuoret tiedostamaan päihteiden käytön vaikutukset heidän terveyteensä ja hyvinvointiinsa.

Projektiluontoinen opinnäytetyö sai alkunsa marraskuussa 2015. Projektin alussa perehdyttiin Päihdeputki-konseptiin ja päätettiin vastuun jaosta. Varsinaiset opinnäytetyön toiminnalliset tapahtumapäivät järjestettiin huhtikuussa 2016. Käsikirjoituksen toteutuksessa huomioitiin terveyden edistämisen teorian merkitys ja Päihdeputki-konseptiin perehtyminen parhaan mahdollisen tuloksen mahdollistamiseksi.

Opinnäytetyön toiminnallisten päivien käsikirjoitus koostui neljästä eri aiheesta, jotka olivat nikotiini, kiusaaminen sosiaalisessa mediassa, päihteet ja liikennekäyttäytyminen. Toiminnallisten rastien tarkoituksena oli nuorten terveydenlukupäätösten vahvistaminen kokemuseräisen tiedon avulla. Opinnäytetyön toiminnallisiin tapahtumapäiviin osallistui 222 nuorta. Toiminnalliset päihdevalistuspäivät koettiin onnistuneiksi ja ajankohtaisiksi; tämä tuli esille palautelomakkeista, koulujen eri toimijoilta ja Säkylässä nuorisotoimelta.

FUNCTIONAL INTOXICANT EDUCATION FOR SECONDARY SCHOOL STUDENTS

Ala-Sihto, Minna

Lehtonen, Liisi

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Health Care

March 2017

Supervisor: Salminen, Eeva-Maija

Number of pages: 45

Appendices: 9

Keywords: youths, project, intoxicant education, intoxicants, secondary school

The subject of this project-based thesis was to provide a play for a functional intoxicant education event called Päihdeputki. On the basis of the play were drawn up subjects of intoxicant education. Päihdeputki is arranged every third year for students in secondary school, in collaboration with youth work of Säkylä. The event was arranged in the church hall of Säkylä and it aimed to strengthen students' ability to better understand the importance of health literacy via theoretical and experimental knowledge.

In a realization of this thesis we used project method and instructions for functional thesis. As theoretical base we investigated the areas of adolescence and mental development in youth, as well as prevention of substance abuse, substance abuse in adolescence and intoxicants. Our objective was to get students conscious of the effects that abusing of intoxicants has to their health and welfare.

The project started in November 2015 by getting to know the concept of Päihdeputki. The event itself, including a play written by us, was organized in April 2016. In the manuscript we took into account both theoretical contents and the concept of Päihdeputki in order to achieve the best results.

The four subjects of the play included nicotine, bullying in social media, intoxicants and traffic behavior and aimed to strengthen students' ability to better understand the importance of health literacy via experimental knowledge. There were 222 students who participated in the event. We gathered both oral and written feedback from the school staff and the youth workers. That feedback showed us that the education event was considered to be a great success and up-to-date as well as informative and essential.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	PROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITTEET	6
3	PROJEKTIN TOIMEKSIANTAJA	6
4	PROJEKTIN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT.....	7
4.1	Nuoruus ja nuoren psyykinen kehitys.....	7
4.1.1	Varhaisnuoruus.....	8
4.1.2	Varsinainen nuoruusikä.....	9
4.1.3	Jälkinuoruus	9
4.2	Ehkäisevä päihdetyö	10
4.2.1	Ehkäisevä ja korjaava päihdetyö	10
4.2.2	Draamakasvatus ehkäisevänä päihdetyönä	11
4.3	Nuoret ja alkoholi	13
4.3.1	Alkoholi ja alkoholin vaikutukset nuorilla.....	13
4.3.2	Nuorten alkoholin käyttö.....	14
4.4	Nuoret ja nikotiini.....	15
4.4.1	Tupakka ja nuorten tupakan käyttö	15
4.4.2	Nuuska ja nuorten nuuskan käyttö	17
4.4.3	Sähkösavukkeet ja nuorten sähkösavukkeiden käyttö	19
4.5	Nuoret ja huumausaineet	22
4.5.1	Nuorten huumeiden käyttö.....	22
4.5.2	Kannabis ja muuntohuumeet.....	24
5	PROJEKTIN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS.....	26
5.1	Päihdeputki toiminnallisena päihdevalistuksena	28
5.2	Päihdeputki-toteutuksen aikaisemmat kokemukset.....	28
5.3	Projektin suunnittelu ja toteutus	29
5.3.1	Kohderyhmän kuvaus.....	30
5.3.2	Päihdeputken rastien suunnittelu ja toteutus	31
5.3.3	Arviointi	35
5.4	Projektin resurssit ja riskit	37
6	PROJEKTIN TUOTOS	38
7	PROJEKTIN ARVIOIMINEN JA PÄÄTTÄMINEN	41
	LÄHTEET.....	44
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Päihdeputki-niminen toiminnallinen opinnäytetyö toteutettiin Säkylän ja Köyliön yläkoululaisille kahden sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijan yhteistyönä. Projektin toimeksiantajana toimi Säkylän kunnan nuorisotoimi ja yhteyshenkilönä etsivä nuorisotyöntekijä. Päihdeputki on Säkylässä joka kolmas vuosi järjestettävä ehkäisevä päihdevalistustapahtuma. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Säkylän nuorisotoimen kanssa.

Nuorten päihdekasvatusta voi toteuttaa myös esimerkiksi draaman keinoin. Nuoret näkevät Päihdeputki-näytelmissä tarinan, jossa päihteiden aikaan saamat haitat konkreetisoituvat tarinan hahmojen elämässä. (Honkonen-Seppälä 2015)

Päihdeputki-tapahtuman tehtävä on tarjota nuorille ehkäisevää päihdekasvatusta elämyksen kautta erilaisten toiminnallisten rastien avulla. Sillä tavoin se toimii osana koulujen päihdekasvatusta ja auttaa keskustelujen avaamista. Sen tarkoituksena on antaa nuorille tutkimuksiin perustuvaa tietoa päihteistä. Päihdeputken tavoitteena on informoida nuoria päihteisiin liittyvistä valinnoista ja tukea heitä tekemään henkilökohtaisia valintoja itsenäisesti eikä toimimaan ryhmäpaineen alla. Päihdeputken tavoitin toteutetulla valistustyöllä on mahdollista saada merkittäviä tuloksia ehkäisevässä valistustyössä. Varhain tehdyissä ehkäisevän päihdetyön toiminnoissa on hyväksi tarjota faktatietoja ja kokemuksia valintojen pohjaksi. (Innokylän www-sivut 2017)

Murrosikäiset vertailevat helposti itseään muihin ja erilaisuus tuntuu ahdistavalta ja epämukavalta. Yksilölliset erot ovat suurimmillaan juuri silloin, kun tuntuisi kaikista tärkeimmältä olla samanlainen muiden kanssa. Ulkopuoliseksi jäämisen pelko saattaa olla niin kova, että voisi tehdä melkein mitä tahansa pysyäkseen porukassa. (Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut 2017)

Opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja tuottaa Päihdeputki-tapahtumaan käsikirjoitus, jonka pohjalta laadittiin nuorten arkeen liittyvät toiminnalliset rastit. Aihepiireinä rasteilla toimivat nikotiinituotteista ja niiden käytön vaikutuksista tietoa antava nikotiinirasti, internetissä tapahtuvaa kiusaamista käsittelevä kiusaamisrasti,

päihdeiden käytöstä ja sen vaikutuksesta kuvan antava kotibilerasti ja liikenteeseen liittyvistä riskeistä informoiva liikennerasti. Varsinainen opinnäytetyön tuotos on Pähdeputki-tapahtuman näytelmän käsikirjoitus. Opinnäytetyömme tavoitteena oli ehkäistä yläkouluikäisten nuorten päihdekokeiluja sekä vahvistaa heidän terveydenlukupaitoa teoria- ja kokemusperäisen tiedon avulla.

Valitsimme tämän opinnäytetyöaiheen, koska haluamme vaikuttaa nuorten suhtautumiseen nykypäivän riskitilanteisiin, joita he kohtaavat lähes päivittäin koulussa ja vapaa-ajalla. Opinnäytetyön teoriaosuus käsittelee nuoruutta ja nuoren psyykkistä kehitystä, ehkäisevää päihdetyötä, nuorten alkoholin käyttöä ja huumausaineita. Haluamme saada nuoret ymmärtämään päihdeiden käytön riskit ja suhtautumaan päihdeiden käyttöön vastuullisesti. Nuoren on tärkeä tiedostaa oman käyttäytymisensä vaikutus niin ihmissuhteissa kuin liikenteessä.

2 PROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa Pähdeputki-tapahtumaan käsikirjoitus, jonka pohjalta laadittiin nuorten arkeen liittyvät toiminnalliset rastit. Toiminnallisten rasti- en aiheina olivat nikotiini, kiusaaminen sosiaalisessa mediassa, päihdeet ja liikenne- käyttäytyminen. Tapahtuman käsikirjoitus tuotettiin saamiemme toiveiden pohjalta.

Opinnäytetyön tavoitteena oli ehkäistä yläkouluikäisten nuorten päihdekokeiluja sekä vahvistaa terveydenlukupaitoa teoria- ja kokemusperäisen tiedon avulla. Toiminnal- listen rasti- en toteutuksen tavoitteena oli korostaa nuorten arkeen liittyviä tilanteita ja draaman menetelmän avulla tukea kasvatustyössä tapahtuvaa päihdekasvatusta.

3 PROJEKTIN TOIMEKSIANTAJA

Teimme opinnäytetyön yhteistyössä Säkylän kunnan nuorisotoimen kanssa. Nuorisotoimen tehtäviin kuuluu tukea nuorten kasvua ja kehitystä. Lisäksi heidän tulee tarjota nuorille monipuolista ja mielekästä toimintaa. Nuorisotyöllä halutaan auttaa nuoria vapaa-ajan, koulunkäynnin ja työelämän haasteissa. Päihteidenkäytön vähentäminen ja ehkäisy kuuluvat myös nuorisotoimen tavoitteisiin. Jotta kaikki paikkakunnan nuoret voitaisiin tavoittaa, tehdään yhteistyötä myös muiden nuorten parissa toimivien tahojen kanssa. (Säkylän kunnan www-sivut 2017)

4 PROJEKTIN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

4.1 Nuoruus ja nuoren psyykkinen kehitys

Nuoruusiällä tarkoitetaan lapsuuden ja aikuisuuden väliin sijoittuvaa psyykkistä kehitysvaihetta. Tämän kehitysvaiheen ajatellaan sijoittuvan ikävuosiin 12–22. Nuoruusiän alkuvaiheeseen sijoittuu murrosikä, joka on tytöillä aikaisemmin kuin pojilla. Nuoruusikä on psykologista sopeutumista hormonitoiminnan ja fyysisen kasvun aiheuttamiin muutoksiin. Nuoruusiässä tapahtuu toinen yksilöitymisvaihe, kun ensimmäisen vaiheen ajatellaan sijoittuvan kolmeen ensimmäiseen ikävuoteen. Löytääkseen uudenlaisen identiteetin nuoren tulee irtautua lapsuudesta. Tällöin lapsenomaiset toiveet ja ristiriidat tulevat jälleen ajankohtaisiksi, minkä vuoksi nuoruus on ainutlaatuinen mahdollisuus parantaa tulevaa elämänlaatua. (Aalberg & Siimes 2010, 15)

Nuoruusiän loppupuolella nuorella on jo suhteellisen muuttumaton aikuisen persoonallisuus. Nuoruusiässä persoonallisuusrakenteet vakiintuvat ja järjestyvät uudelleen. Tällöin psyykkinen kasvu on voimakasta kehittymistä, johon kuuluu ajoittaista psyykkisten toimintojen taantumista. Taantumien myötä mieli joutuu työstämään uudelleen lapsuudenaikaisia toiveita, menneisyyden ratkaisuja sekä lapsuuden traumoja. (Aalberg & Siimes 2010, 67)

Nuoruusiän tapahtumat muuttavat persoonallisuutta ratkaisevasti ja lopullisesti. Vaikuttavina tekijöinä toimivat aiemmat kehitysvaiheet, yksilön synnynnäinen kasvun ja

kehityksen voima, pyrkimys kohti aikuisuutta ja ympäristön vuorovaikutus. Nuoruusiän kehityksellisenä päämääränä on itsenäisyyden saavuttaminen. Lapsen täydellisestä riippuvuudesta on pitkä matka kohti itsenäisyyttä, eikä sitä koskaan saavuteta täydellisesti. (Aalberg & Siimes 2010, 67)

Nuoren on ratkaistava ikäkauteen kuuluvat kehitykselliset tehtävät saavuttaakseen itsenäisyyden. Näitä tehtäviä ovat irrottautuminen vanhemmista sekä heidän tarjoamastaan tyydytyksestä ja heihin kohdistuvista toiveista. Nuoren tulee löytää vanhemmat uudelleen aikuisella tasolla. Toisena tehtävänä on muuttuvan ruumiinkuvan, seksuaalisuuden ja seksuaalisen identiteetin jäsentäminen. (Aalberg & Siimes 2010, 68)

4.1.1 Varhaisnuoruus

Varhaisnuoruuden ajatellaan sijoittuvan ikävuosiin 12–14. Tällöin alkaneeseen murrosikään kuuluvat muutokset aiheuttavat nuoressa kiihtymystä ja levottomuutta. Nuori on hämmentynyt ja kokemus omasta itsestä vaihtelee nopeasti. Itsenäistymistarve alkaa herätä ja nuori haluaa irti vanhemmistaan, mutta toisaalta eriytymisen tarve herättää halun palata riippuvuuteen. Nuoruuden suhde vanhempiin on aaltomainen: välillä nuori palaa lapsenomaisuuteen ja välillä hän korostaa itsenäisyyttään. Nuori tarvitsee kiistoja itsenäistyäkseen ja hän arvostelee vanhempiaan, kyseenalaistaa heidän sääntöjään sekä puolustaa omia näkemyksiään tiukasti. Nuori etsii oman kaveripiirinsä perheen ulkopuolelta, jättää asioita kertomatta ja alkaa pitää ajatuksiaan suojattuina. (Aalberg & Siimes 2010, 68–69)

Varhaisnuoruudessa nuoren on vaikea ymmärtää ja sietää tunteitaan. Hän tarvitsee tueksi perheen ulkopuolisia aikuisia ja toisia nuoria. Suotuisissa oloissa nuori saa heiltä tarvitseman tuen ja kykenee nauttimaan omasta fyysisestä ja psyykkisestä kehityksestä hämmennyksestään huolimatta. (Aalberg & Siimes 2010, 69)

Kaverit ovat välttämättömiä nuorille. Nuoren on helpompi hyväksyä itsensä kun kokee muidenkin hyväksyvän hänet. Ystävyysuhteissa nuoret oppivat huomioimaan toisia. Tällöin opitaan ihmissuhdetaitoja, jotka ovat pohja myöhemmille parisuhteille.

Yksinäisyys nuoruudessa on kehityksellinen riski. Tärkeää olisi pystyä tunnistamaan yksinäinen nuori ja lähteä yhdessä etsimään keinoja tilanteen ratkaisemiseksi. (Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut 2017)

4.1.2 Varsinainen nuoruusikä

Varsinainen nuoruusikä sijoittuu ikävuosiin 15–17. Tällöin nuori on alkanut sopeutua muuttuneeseen ruumiinkuvaansa. Tässä ikävaiheessa seksuaalisuuden kehittyminen on keskeistä ja hämmentävät seksuaaliset yllykkeet alkavat jäsentyä sekä saada merkitystä. Tähän asti yllykkeet ovat sitoutuneet lapsenomaisiin käsityksiin seksuaalisuudesta. Fyysinen kasvu ja kehon muutokset työntävät nuorta kohti aikuisen seksuaalisuutta. Ennen kuin nuori kykenee ottamaan naisen tai miehen aseman hän joutuu työstämään lapsuuden seksuaaliset käsitykset ja pelot. Tämä tapahtuu mielikuvien, kokeilun ja itsetyydytyksen avulla. Nuori on epävarma omasta seksuaalisuudestaan ja homoseksuaaliset kokeilut voivat kuulua oman seksuaalisuuden etsimiseen. Ikätoverit ovat keskeisiä nuoren seksuaalisuuden rakentamisessa. Omaa minuutta vahvistetaan seurustelusuhteiden avulla, jotka ovat usein aluksi itsekeskeisiä. Nuori testaa omaa seksuaalisuuttaan ja kelpaavuuttaan naisena tai miehenä. Nuoret ovat valmiita uhraamaan aikaa ja vaivaa kokeakseen kelpaavansa. (Aalberg & Siimes 2010, 69–70)

Usein nuori muuttuu aktiiviseksi ja energiseksi kun yllykepaine helpottaa varsinaisessa nuoruudessa. Tällöin hän on kiinnostunut seksuaalisuudestaan sekä omista kyvyistään. Lisäksi nuori on kiinnostunut ympäristöstään ja siitä miten hän voi itse siihen vaikuttaa. Hämmentyneestä varhaisnuoresta tulee aktiivinen, kykyjään etsivä sekä käyttävä yksilö. (Aalberg & Siimes 2010, 70)

4.1.3 Jälkinuoruus

Jälkinuoruus sijoittuu ikävuosiin 18–22. Jälkinuoruuteen kuuluu jäsentymisvaihe, jolloin aikaisemmat kokemukset hahmottuvat kokonaisuudeksi naisena tai miehenä olemisesta. Vanhemmista irrottautuminen on edennyt niin pitkälle, että nuori kykenee suhtautumaan vanhempiinsa yhä tasa-arvoisemmin. Lisäksi hän suvaitsee itses-

sään vanhempiensa kaltaisia piirteitä ja vanhempien ajatus- sekä arvomaailman. (Aalberg & Siimes 2010, 70–71)

Nuoren kyky empatiaan lisääntyy jälkinuoruudessa. Itsekeskeisyys vähenee ja kaveri- sekä seurustelusuhteissa on entistä enemmän myötäelämistä. Nuori ottaa muut huomioon ja tekee kompromisseja. Hän kykenee emotionaaliseen läheisyyteen ja arvostaa yksityisyyttä. Jälkinuoruutta kuvataan myös identiteettikriisinä. Nuori joutuu tekemään valintoja, joilla on vaikutusta hänen tulevaan aikuisuuteensa. Nuori sijoittaa itsensä lapsuudenperhettä laajempaa ympäristöön eli yhteiskuntaan ja hänestä tulee yhteiskunnan jäsen. Nuoren ammatilliset päämäärät vakiintuvat ja myös perheen perustamiseen liittyvät ratkaisut tulevat ajankohtaisiksi. (Aalberg & Siimes 2010, 71)

4.2 Ehkäisevä päihdetyö

4.2.1 Ehkäisevä ja korjaava päihdetyö

Ehkäisevän päihdetyön tavoitteena on ehkäistä ja vähentää päihteiden käyttöä. Ehkäisevän päihdetyön keinoina on vaikuttaa päihteiden saatavuuteen ja hintaan, päihdeitä koskeviin asenteisiin ja tietoihin sekä päihteiden käyttötapoihin. Näiden keinojen avulla vaikutetaan lisäksi päihteiden ongelmakäyttöä synnyttäviin olosuhteisiin ja sitä tukevaan kulttuuriin. Ehkäisevään päihdetyöhön sisältyy yksilöiden terveyttä suojaavat toimet, objektiivisen tiedon välittäminen, yhteisön arvoihin ja normeihin vaikuttaminen sekä kehittämistyö. Ehkäisevässä päihdetyössä tarkastellaan eri päihteiden käyttöä ja niistä syntyvien haittojen yhteyttä terveyteen sekä hyvinvointiin. Siinä arvioidaan, millaisia toimia tarvitaan päihdehaittojen ehkäisyyn ja varhaiseen toteamiseen ja mikä on niiden suhde hoitoon. Työn vaikuttavuutta tulee arvioida eri näkökulmista ja pyrkiä valitsemaan ainoastaan vaikuttavia keinoja ja työmenetelmiä. (Soikkeli & Warsell 2013, 48)

Päihdetyön sisältö voidaan jakaa ehkäisevään ja korjaavaan työhön. Korjaavalla päihdetyöllä tarkoitetaan niitä palveluita, jotka kohdistuvat jo ilmenneisiin päihdehaittoihin ja ongelmakäyttöön. Lisäksi sillä tarkoitetaan päihderiippuvuuteen kohdistuvia hoito- ja kuntoutuspalveluita. Korjaavaan päihdetyöhön kuuluu myös päihde-

ongelmien uusiutumisen ehkäisyä tai ongelmakäytön ja päihderiippuvuuden vähentämistä ja niiden pahenemisen ehkäisyä. (Soikkeli & Warsell 2013, 48)

Ehkäisevällä päihdetyöllä pyritään vaikuttamaan alkoholin, huumausaineiden sekä tupakan käyttöön. Myös muut aineet kuten lääkkeet ja liuottimet luokitellaan päihteiksi, silloin jos niitä käytetään päihtymistarkoituksessa. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut 2006)

Ehkäisevän päihdetyön tulee perustua päihteiden käytön ja niistä aiheutuvien haittojen seurantaan, käytettävissä olevaan tieteelliseen näyttöön ja hyviin käytäntöihin. Sosiaali- ja terveysministeriö johtaa ja Terveiden ja hyvinvoinnin laitos kehittää sekä lisäksi ohjaa ehkäisevää päihdetyötä koko maassa yhdessä muiden viranomaisten kanssa. Aluehallintovirastot ohjaavat oman toimialueensa ehkäisevää päihdetyötä. Aluehallintovirastot myös suunnittelevat ja kehittävät ehkäisevää päihdetyötä yhteistyössä muiden viranomaisten ja yhteisöjen kanssa sekä tukevat toimialueensa kuntia ehkäisevän päihdetyön toteuttamisessa. (Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 523/2015, 3-4 §)

Kunnan tulee huolehtia ehkäisevän päihdetyön tarpeen mukaisesta organisoinnista alueellaan sekä nimetä ehkäisevän päihdetyön tehtävistä vastaava toimielin. Toimielimellä on lain mukaan erilaisia velvollisuuksia. Toimielimen tulee muun muassa huolehtia kunnan päihdeolojen seurannasta ja tarjota päihdehaittojen vähentämistä koskevaa tietoa. Toimielimen tulee lisätä ja tukea päihdehaittoja ehkäisevien toimien osaamista kaikissa kunnan tehtävissä ja esittää sekä edistää ehkäisevän päihdetyön toimia kunnan hallinnossa. (Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 5 §)

4.2.2 Draamakasvatus ehkäisevänä päihdetyönä

Sanakirjan mukaan draama on kuvattu joko rituaalisena toimintana tai näytelmänä, joka on yksi kirjallisuuden päälaaji. Teatteri sana taas tulee kreikan kielen sanasta ”thea” eli katsella. Perinteisesti teatterilla on tarkoitettu esitystä, jossa näyttelijät kuvaavat jotain merkityksellistä asiaa yleisölle. Suomenkielessä sana teatteri viittaa paitsi toimintaan, myös itse rakennukseen. Draamalla taas tarkoitetaan työtä, joka

sisältää näytelmätekstit ja niiden esittämisen. Kasvatus on määritelty inhimilliseksi toiminnaksi, jonka tarkoituksena on edellytysten luominen ihmisen monipuoliselle kasvulle. Kasvatuksessa, joka on kasvattajan ja kasvatettavan välistä vuorovaikutusta, on keskeistä kasvuvirikkeiden tarjonta ja säätely, joiden avulla tietoja, taitoja sekä kulttuuriperintöä välitetään. Draamakasvatus on oivalluksia ja kokemuksia tuottava, luova, tietyn kestoisen ryhmäprosessi, joka sisältää erilaisia projekteja osallistavan, esittävän ja soveltavan draamakasvatuksen genreissä. (Heikkinen 2005, 23–24)

Draamakasvatuksen osa-alueiden tavoitteena on oppimisen ja kulttuuristen kontekstien näkökulma. Draamakasvatuksen tarkoitus on luoda fiktiivisiä oppimisympäristöjä. Draaman menetelmässä luodaan ja tutkitaan merkityksiä. Draamakasvatuksen merkityssisältö ei määräydy todesta tai fiktiosta, vaan se on jotain omalaatuista, joka kiinnittyy tutkittavien teemojen kautta yksilön omaan kokemustaan ja sitä kautta kasvaa merkitykselliseksi. Draamaopetuksen tavoitteena on pitkällä tähtäimellä auttaa oppijaa ymmärtämään itseään ja maailmaa, jossa hän elää. Draamalla on aina jokin sisältö, jota tarkastellaan vuorovaikutuksen avulla eri näkökulmista. (Heikkinen 2005, 26–28)

Draamakasvatuksen merkitykset voivat olla monenlaisia, siinä opitaan draamaan ja teatteriin liittyvistä asioista. Draamakasvatuksessa opitaan omasta itsestä ja se on mahdollisuus tutkia itselle täysin outoja maailmoja. Tällöin voidaan kokea ja kokeilla erilaisia rooleja sekä ratkaisumalleja, joihin on tottunut. Draamassa kokemus voi olla niin vahva, ettei sitä pystytä heti pukemaan sanoiksi, ja onkin tärkeää että draamakoemuksista keskustellaan. Oleellista on lupa käsitellä vaikeita ja kipeitäkin asioita. Draamakasvatuksessa tulee usein esille se, ettei aina ole mahdollista erottaa oikeaa ja väärää, eikä löytää yhtä ainoaa oikeaa vastausta. Joskus draamassa on mahdotonta löytää yhtään oikeaa vastausta. (Heikkinen 2002, 129–131)

Kokemus itsessään ei ole tae oppimisesta, vaan se, miten elämystä tarkastellaan ja mihin se kytetään. Kokemus täytyy tunnistaa sekä luokitella. Kokemuksien siirtäminen taiteelliseen ja siten kommunikoivaan muotoon, on etäännyttämistä, jossa tunteita ja kokemuksia käsitteellistetään. Käsitteellistämisen kautta kokemus muuntuu. Muutoksen suunta on ulkoisesta sisäiseen, jolloin kokemisen kohde pysyy samana, mutta näkökulma kokemuksen tarkasteluun muuttuu. (Heikkinen 2005, 43)

4.3 Nuoret ja alkoholi

4.3.1 Alkoholi ja alkoholin vaikutukset nuorilla

Alkoholi on juoma joka on valmistettu luonnontuotteista, kuten viljasta ja hedelmistä, käyttämällä tai tislaamalla. Suomessa alkoholi on laillinen päihde, mutta sillä on myynti- ja anniskeluikärajat. Mietoja juomia lukuun ottamatta sen markkinointi ja mainonta ovat kiellettyjä. (Päihdelinkin www-sivut 2017)

Alkoholilla ei ole aivoissa erityistä sitoutumis- ja vaikutuskohtaa, vaan se vaikuttaa hermojärjestelmään monin tavoin. Alkoholi luokitellaan lamaavaksi aineeksi. Alkoholin käytössä alhainen määrä virkistää, vilkastuttaa sekä kohottaa mielialaa. Sillä on kuitenkin useita ei-toivottuja vaikutuksia kuten pahoinvointi, kömpelyys, valppauden ja reagoitakyvyn alentumisen sekä arvostelukyvyn lasku. Alkoholi voi aiheuttaa voimakasta fyysistä ja psyykkistä riippuvuutta. Vieroitusoireet voivat olla voimakkaita tai jopa hengenvaarallisia. (Päihdelinkin www-sivut 2017)

Akuutti päihtymys heikentää ajattelua ja havaintotoimintoja, voidaan aiheuttaa jopa täydellisen muistinmenetyksen. Suuret alkoholiannokset ovat hengenvaarallisia, jolloin esimerkiksi hengityksen säätely voi lamaantua. Alkoholimyrkytykset aiheuttavat merkittävän osan alkoholikuolleisuudesta. Alkoholin käytöllä on myös vahva yhteys väkivaltarikoksiin. Sen runsas käyttö pitkällä aika välillä aiheuttaa erilaisia terveysriskejä, kuten kasvattaa sydän- ja verisuonisairauksien sekä erilaisten syöpien riskiä. (Päihdelinkin www-sivut 2017)

Alkoholin välittömät vaikutukset nuoriin ovat erilaiset kuin aikuisella. Nuoret sietävät aikuisia paremmin joitain alkoholin haittaoireita kuten keskushermoston lamaantumista, sosiaalisia vaikeuksia, huonovointisuutta ja krapulaoireita. Toisaalta nuoret ovat herkempiä osalle alkoholin myönteisistä vaikutuksista kuten sosiaalisten estojen vähenemiselle. Alkoholin käytön aloittaminen varhain nuoruudessa ennustaa aikuisiän runsasta juomista, alkoholiriippuvuutta ja muiden päihteiden käyttöä. (Kekkonen, Kivimäki & Laukkanen 2014, 549)

Nuoruudessa keskushermoston kypsyttömyys ja kehitykselliset poikkeavuudet altistavat alkoholikäytölle, joka puolestaan voi aiheuttaa keskushermoston rakenteen ja toiminnan muutoksia. Nuorten alkoholin käyttö liitetään itsesäätelyn vaikeuksiin, psyykkisiin oireisiin kuten ahdistuneisuus- ja käytösoireisiin, koulunkäyntivaikeuksiin, riskikäyttäytymisen lisääntymiseen, kasvuympäristön päihdemyönteisiin asenteisiin sekä vanhempien päihde- ja mielenterveysongelmiin. Nuorten alkoholin käyttö voi olla yhteydessä myös aggressiiviseen käyttäytymiseen, tarkkaavuuden ongelmiin sekä somaattisiin oireisiin. (Kekkonen, Kivimäki & Laukkanen 2014, 550)

Ikävuodet 12–22 ovat aivojen kehityksen kannalta ainutlaatuinen ja kriittinen nopean kypsymisen ajanjakso. Normaalin kypsymisen yhteydessä älylliset taidot, tunne-elämä ja käyttäytyminen muuttuvat. Aivojen kypsyminen jatkuu jopa 25-vuotiaaksi saakka. Nuoret ovat erityisen alttiita toistuvan alkoholialtistuksen aiheuttamille kehityshäiriöille. Alkoholi vaikuttaa monin tavoin useiden eri aivoalueiden väliseen viestintään muuttaen niiden toimintaa. Alkoholinkäytön on todettu aiheuttavan muistin, tarkkaavuuden, hahmottamisen, oppimiskyvyn, kielellisten taitojen, tiedon käsittelyn ja prosessointinopeuden ongelmia ja lisäävän impulsiivisuutta sekä tunne-elämän säätelyn vaikeuksia. (Kekkonen, Kivimäki & Laukkanen 2014, 550-552)

4.3.2 Nuorten alkoholin käyttö

Nuorten terveystapatutkimuksessa on seurattu valtakunnallisin postikyselyin 12–18-vuotiaiden nuorten terveyttä ja terveystottumuksia. Kyselyt on suoritettu joka toinen vuosi aina vuodesta 1977 lähtien. (Kinnunen, Lindfors, Ollila, Pere & Rimpelä 2015, 3)

Tutkimuksessa todetaan, että raittiuden lisääntyminen sekä alkoholinkäytön ja humalajuomisen vähentyminen alkoi jo vuosi tuhannen vaihteen jälkeen ja ilmiö on huomattavissa edelleen. Alkoholinkäytön suhteen tilanne on parantunut huomattavasti vuosituhannen vaihteen ja 90-luvun alkoholinkäytön lisääntymisen jälkeen. Viimeisimmässä vuoden 2015 tutkimuksessa raittiiden 12–16-vuotiaiden nuorten osuus on suurin sitten Nuorten terveystutkimuksen alun vuonna 1977. (Kinnunen, Lindfors, Ollila, Pere & Rimpelä 2015, 53)

Vuoden 2015 tutkimuksessa suurin osa 12-vuotiaista nuorista eli 97–99 prosenttia (%) ilmoitti, ettei juo alkoholijuomia edes pieniä määriä. Raittius kuitenkin väheni iän karttuessa. Täysi-ikäisistä eli 18-vuotiaista vain alle 15 % ilmoitti, ettei juo lainkaan alkoholijuomia. Vuosien 2005–2015 välillä alkoholin kuukausittainen käyttö on ollut laskussa lähes kaikissa ikäryhmissä, lukuun ottamatta vuoden 2009 tuloksia. Myös viikoittain juovien nuorten osuudet ovat olleet tutkimusjaksolla 2013–2015 laskussa. Vuonna 2015 viikoittain juovien nuorten osuudet olivat alimmillaan koko tutkimusjakson aikana. (Kinnunen, Lindfors, Ollila, Pere & Rimpelä 2015, 41–42)

Humalajuominen on ollut 12-vuotiaiden ikäryhmässä harvinaista koko Nuortenterveystapatutkimuksen tutkimusjaksojen ajan. Iän karttuessa humalajuominen käy yleisemmäksi. Vielä 80-luvun alkupuolella tosihumalaan kuukausittain juovien nuorten osuudet olivat maltilliset, jolloin kymmenen prosenttia tytöistä ilmoitti tällöin humaltuvansa vähintään kerran kuukaudessa. Kuukausittainen tosihumala yleistyi 80-luvun alusta 90-luvun loppuun molemmilla sukupuolilla, lukuun ottamatta vuoden 1995 notkahdusta. Poikien kuukausittainen humalajuominen on ollut nyt laskussa vuodesta 2011 asti ja on alhaisimmalla tasolla koko tutkimusjakson aikana. Vuonna 2015 14–18-vuotiaista pojista 11 % ilmoitti juovansa itsensä kuukausittain humalaan. Tyttöjen kuukausittainen humalajuominen on vuonna 2015 samaa tasoa poikien kanssa. Viikoittain humaltuminen on ollut harvinaista muissa ikäryhmissä, paitsi 18-vuotiailla. Vuonna 2015 18-vuotiaista pojista neljä prosenttia ja tytöistä kolme prosenttia ilmoitti humaltuvansa viikoittain. ((Kinnunen, Lindfors, Ollila, Pere & Rimpelä 2015, 44–45)

4.4 Nuoret ja nikotiini

4.4.1 Tupakka ja nuorten tupakan käyttö

Tupakkatuotteet valmistetaan Nicotina-kasvin eri lajien lehdistä kuivattamalla. Tupakkaa voidaan käyttää polttamalla, nuuskana tai purutupakkana joka imeytyy verenkiertoon suun kautta. Tupakan levitys ja käyttö on sallittua, mutta siihen liittyy monia rajoituksia kuten ikäraajat ja terveystarvitusten pakko. Tupakkaa ei saa mai-

nostaa eikä myydä alle 18-vuotiaille. Tupakka on syöpävaarallinen aine. (Päihdelinkin www-sivut 2017)

Nikotiini imeytyy verenkiertoon ja kulkeutuu sekunneissa aivoihin. Nikotiini aktivoi aivoissa sijaitsevia nikotiinireseptoreita, johtuen lisääntyneeseen dopamiinin eritykseen ja tuottaen näin mielihyvää. Tupakka vaikuttaa sekä kiihdyttävästi että rauhoittavasti. Toivottuina vaikutuksina tupakointi tuottaa mielihyvää, rentouttaa ja rauhoittaa, poistaa väsymystä, parantaa tarkkaavaisuutta sekä vähentää tuskaisuutta. Tottumattomilla ja suurina annoksina tupakka aiheuttaa pahoinvointia, päänsärkyä, tasapainohäiriöitä, huimausta, vatsakipuja sekä muita myrkytysoireita. Tupakointi myös vähentää kylmän sietokykyä vähentäen ihon pintaverenkiertoa. Muita ei-toivottuja vaikutuksia ovat verenpaineen kohoaminen ja sydämen sykkeen nouseminen. Tupakan hiilimonoksidi eli häkä heikentää suorituskykyä. (Päihdelinkin www-sivut 2017)

Tupakka aiheuttaa voimakasta fyysistä, psyykkistä, sosiaalista ja emotionaalista riippuvuutta. Nikotiini aiheuttaa fyysisen riippuvuuden ja sen saannin loppuminen aiheuttaa vieroitusoireita: hermostuneisuutta, unettomuutta, päänsärkyä ja voimakasta tupakanhimoa. Fyysiset vieroitusoireet ovat pahimmillaan lopettamisen jälkeen seuraavien viikkojen aikana, mutta ne häviävät yleensä kolmen kuukauden sisällä. (Päihdelinkin www-sivut 2017)

Tupakan pitkäaikainen käyttö nostaa useiden sairauksien riskiä kuten aivoinfarktin, syöpätautien ja kroonisten keuhkosairauksien riskiä. Maailmanlaajuisesti tupakointi aiheuttaa jopa 30 % syöpätapauksista. Nikotiini aiheuttaa voimakkaan riippuvuuden, mutta merkittävimmät tupakoinnin terveyshaitat aiheutuvat pääosin muista tupakan sisältämistä ainesosista. Noin joka toinen tupakoitsija, joka ei lopeta ajoissa kuolee tupakointinsa seurauksena. Myös altistuminen tupakansavulle lisää syöpä- ja keuhkosairauksien sekä sydän- ja verisuonitautien riskiä. Raskauden aikana tupakan savulle altistuminen lisää raskauskomplikaatioiden sekä kehitysvaurioiden riskiä. Tupakoinnilla ei ole turvallista alarajaa. Haitat kuitenkin lisääntyvät poltetun määrän kasvaessa. (Päihdelinkin www-sivut 2017)

Nuorten tupakointi on vähentynyt 2000-luvun alusta vuoteen 2015 asti. Sekä päivittäin tupakoivien, että tupakointia kokeilleiden osuudet ovat laskeneet. Tupakoinnin

kokeiluikä ja säännöllisen tupakoinnin aloittamisikä ovat siirtyneet myöhemmäksi. (Kinnunen, Lindfors, Ollila, Pere & Rimpelä 2015, 48)

Nuorten terveystapatutkimuksessa vuonna 2015 kolme prosenttia 12-vuotiaista tytöistä ja kuusi prosenttia pojista ilmoitti kokeilleensa tupakkaa. Tupakkakokeilut yleistyivät iän karttuessa, jolloin 18-vuotiaista yli puolet oli kokeillut tupakkaa. Nuorten terveystapatutkimuksessa tupakkatuotteisiin on määritelty kaikki tupakka-tuotteet kuten savukkeet, nuuska, sikarit ja piiput. Tupakkatuotteiden päivittäinen käyttö yleistyi iän karttuessa. Nuoremmissa ikäryhmissä päivittäin tupakkatuotteita käytti vain noin muutama prosentti, mutta 18-vuotiailla luvut olivat jo suurempia (Tytöt 16 % ja pojat 22 %). Tupakkatuotteiden päivittäinen käyttö oli harvinaista 12-vuotiailla. (Kinnunen, Lindfors, Ollila, Pere & Rimpelä 2015, 21–22)

Nuorten terveystapatutkimuksen tutkimusjaksolla on tarkasteltu nuorten tupakkatuotteiden käyttöä 1980-luvun alusta vuoteen 2015 asti. Vuonna 2001 tyttöjen nousussa ollut tupakkatuotteiden käyttö pysähtyi ja kääntyi laskuun. Poikien tupakkatuotteiden käyttö on lähtenyt jo 90-luvun alussa lievään laskuun ja lasku on jatkunut 2000-luvulla. (Kinnunen, Lindfors, Ollila, Pere & Rimpelä 2015, 22)

4.4.2 Nuuska ja nuorten nuuskan käyttö

Nuuska lasketaan tupakkatuotteeksi. Suomessa käytetty nuuska on yleensä ruotsalaista kosteaa nuuskaa irtomuodossa tai annospusseina. Nuuska valmistetaan savu-, ilma- tai aurinkokuivatuista tupakkakasvin lehdistä ja varsiosista jauhetusta massasta. Osaan valmisteista lisätään muita makuaineita kuten lakritsia tai sitruunaöljyä. Nuuska sisältää yli 2000 erilaista ainetta, joista 28 on tunnistettu syöpää aiheuttaviksi. Nuuskan myynti on kielletty kaikissa EU-maissa lukuun ottamatta Ruotsia. Nuuskaa saa kuitenkin tuoda maahan omaa henkilökohtaista käyttöönsä varten rajatun määrän. Nuuskan tuonti ja hallussapito on kielletty alle 18-vuotiailta. Valtaosa Suomessa käytettävistä tupakkatuotteista on savukkeita ja säännöllinen nuuskaaminen onkin harvinaista. Hyvin harvinaista Suomessa on, että nainen käyttäisi nuuskaa säännöllisesti. Yleisintä säännöllinen nuuskaaminen on nuorilla miehillä. (Päihdelinkin www-sivut 2017)

Nuuskan sisältämät ainesosat imeytyvät suun limakalvojen kautta suoraan verenkiertoon. Nikotiini imeytyy nuuskasta hieman hitaammin kuin tupakasta, mutta pysyy korkealla tasolla pitkään. Usein nuuskan käyttäjä onkin pahemmassa nikotiinikoukussa kuin tupakoitsija. Eri nuuskamerkkien nikotiinipitoisuus voi vaihdella suuresti. Nuuskan sisältämä nikotiini rentouttaa, piristää sekä luo hyvänolon tunteen. Ei-toivottuina vaikutuksina nuuskan käyttö nostaa tilapäisesti verenpainetta ja sydämen sykeä. Nikotiinin vaikutuksesta verisuonet supistuvat ja lihasten verenkierto vähenee, lisäten näin liikuntavammojen vaaraa sekä hidastaen lihasten palautumista urheilusuorituksesta. (Päihdelinkin www-sivut 2017)

Kansainvälisen syöväntutkimuslaitoksen IARC:n raportin mukaan savuttomassa tupakassa on 28:aa eri syöpää aiheuttavaa ainetta. Raportissa ei eroteltu ruotsalaista nuuskaa erikseen, mutta ruotsalaisen tutkimuksen perusteella nuuskaa ainoana tupakka-tuotteena käyttävillä henkilöillä on suurempi syöpäkuolleisuuden riski kuin tupakka-tuotteita käyttämättömillä. Nuuskan käyttö lisää riskiä haiman-, ruokatorven ja suuontelon syöpään. Tarkkojen riskinarvioiden esittämistä vaikeuttaa, että erilaisia savuttomia tupakkatuotteita on niin paljon ja niillä on erilaisia käyttötapoja. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut 2017)

Nuuskan käyttö ärsyttää suun limakalvoja ja aiheuttaa pysyviä ienrajojen syöpymisvaurioita sekä hampaiden kiinnityskudosten löystymistä. Nuuskaajilla hampaat värjäytyvät, kuluvat ja reikiintyvät helpommin. Nuuskan käyttö aiheuttaa muutoksia suuontelossa, jolloin muutokset näkyvät limakalvovaurioina. Jotkut muutoksista on luokiteltu mahdollisiksi syövän esiasteiksi, mutta useimmat muutoksista palautuvat mikäli nuuskan käyttö lopetetaan. Lisäksi nuuskan käyttäjillä ienrajat vetäytyvät palautumattomasti. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut 2017)

Nuuskan käytöllä voi olla yhteys sydämen vajaatoimintaan sekä se saattaa nostaa kuolemanriskiä sydäninfarktin jälkeen. Nuuskan käytön lopettaminen laskee yhtä paljon kuoleman riskiä kuin tupakoinnin lopettaminen. Runsas nuuskan käyttö voi myös lisätä tyypin 2 diabeteksen riskiä sekä se saattaa olla yhteydessä painonnou-suun ja rasva-aineenvaihdunnan häiriöihin. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut 2017)

Nuorten terveystapatutkimuksessa käy ilmi, että nuuskakokeilut lisääntyivät pojilla useissa ikäryhmissä 90-luvun alusta aina 2000-luvun alkuun saakka. Vuosien 2005–2007 laskusuuntaa lukuun ottamatta nuuskakokeilut ovat olleet nousussa vanhemmissa ikäryhmissä. Vuonna 2015 pojista nuuskaa kokeilleita oli yksi prosentti 12-vuotiaista, 14-vuotiaista 14 % ja 18-vuotiaista 47 %. Tyttöjen nuuskakokeilut ovat olleet koko tutkimusjakson ajan selvästi alhaisempia kuin poikien, mutta vanhempien tyttöjen osalta nuuskakokeilut ovat hieman lisääntyneet 2000-luvun puolivälin jälkeen. Vuosituhannen vaihteesta alkanut 14–18-vuotiaiden tyttöjen nuuskakokeilujen väheneminen pysähtyi vuosina 2007–2009 kääntyen sen jälkeen nousuun. Kahden viime vuoden aikana 16- ja 18-vuotiaiden tyttöjen nuuskakokeilut lisääntyivät hieman, mutta 14-vuotiaiden keskuudessa kokeilleiden osuus laski. 12-vuotiaissa tytöissä ei ollut nuuskaa kokeilleita. (Kinnunen, Lindfors, Ollila, Pere & Rimpelä 2015, 24)

Silloin tällöin tai päivittäin nuuskaavien poikien osuudet nousivat etenkin 1990-luvun loppupuolelta 2000-luvun alkuun asti, jonka jälkeen nuuskan käyttö väheni. Vuonna 2007 nuuskaa käyttävien määrät lähtivät nousuun kaikissa ikäryhmissä vuoteen 2011 asti. Viimeisimmissä tutkimuksissa nykyisin nuuskaavien määrä on noussut vanhemmissa ikäryhmissä, mutta laskenut nuoremmissa ikäryhmissä. Tyttöillä nykyisin nuuskaavien määrä on ollut vähäinen verrattaessa poikiin. (Kinnunen, Lindfors, Ollila, Pere & Rimpelä 2015, 24)

4.4.3 Sähkösavukkeet ja nuorten sähkösavukkeiden käyttö

Sähkösavuke on sähköllä toimiva, tehdasvalmisteisen savukkeen käyttötapaa muistuttava laite. Useimmiten laite koostuu kolmesta eri osasta eli patruunasta, lämmityselementistä sekä akusta. Osa sähkösavukkeista on kertakäyttöisiä mutta osaan voi vaihtaa nestesäiliön tai lisätä uutta nestettä ja käyttää uudelleen ladatulla akulla. Sähkösavukkeita ja niissä käytettäviä nesteitä on olemassa erityyppisiä. On olemassa niin nikotiinia sisältäviä kuin nikotiinittomiakin valmisteita, ja erilaisia makuvaihtoehtoja. (Heloma, Ollila, Ruokolainen & Sandström 2015, 1)

Sähkösavukkeet ovat olleet vasta muutaman vuoden Suomessa markkinoilla, mutta ne ovat saaneet laajalti huomioita. Sähkösavukelaitteissa käytettävä neste on määritelty tupakkalaissa tupakan vastikkeeksi eikä se ole tupakkaa. Lain näkökulmasta sähkösavuke ei ole tupakkatuote eikä se kuulu toistaiseksi ikärajavälön piiriin. Nikotiinia sisältävät nesteet kuuluvat lääkelainsäädännön piiriin, jolloin nikotiinin annosmäärä määrittää pidetäänkö tuotetta reseptilääkkeenä vai vapaammin myytävänä itsehoitolääkkeenä. (Kinnunen, Lindfors, Ollila, Pere & Rimpelä 2015, 49)

Höyryn muodostamiseksi sähkösavukenesteissä käytetään useimmiten propyleeni-glykolia tai glyserolia. Elintarvike- ja hygieniatuotteissa nämä kemikaalit on luokiteltu turvallisiksi, mutta sähkösavukkeessa käytettävässä muodossa eli höyrystettynä ja hengitettynä niiden vaikutuksista ei ole olemassa systemaattista tietoa. Sähkösavukkeista on löytynyt haitta-aineita kuten formaldehydiä, joita syntyy myös tavallisia savukkeita poltettaessa. Sähkösavukenesteiden pitoisuudet ovat eronneet esimerkiksi nikotiinin osalta niistä mitä pitoisuuksista mitä pakkauksessa on esitetty. Joidenkin sähkösavukenesteiden on havaittu laboratoriotesteissä aiheuttavan myrkyllisiä vaikutuksia soluille, ja onkin esitetty että nikotiinipitoisten nesteiden myrkyllisyys soluille johtuisi ennen kaikkea käytettyjen makuaineiden koostumuksesta ja määrästä. (Heloma, Ollila, Ruokolainen & Sandström 2015, 1)

Sähkösavukkeiden nesteestä muodostuu kuumennettaessa höyryä, jota vedetään henkeen. Muodostuvassa höyryssä esiintyy samoja haitta-aineita kuin sähkösavukenesteissä. Höyrystä on löydetty lisäksi myös esimerkiksi metalleja ja PAH-yhdisteitä eli polysyklisiä aromaattisia hiilivety-yhdisteitä. Myös nikotiinittomien nesteiden höyry sisältää haitallisia aineita, tosin vähäisiä määriä verrattaessa savukkeeseen. Joidenkin sähkösavukkeiden höyry on osoittautunut aiheuttavan soluille myrkyllisiä vaikutuksia. Sähkösavukkeissa käytettävien nesteiden nikotiinin ja makuaineiden määrä saattaa olla yhteydessä haitallisten aineiden määrään. (Heloma, Ollila, Ruokolainen & Sandström 2015, 2)

Sähkösavukkeet ovat olleet vasta vähän aikaa markkinoilla, joten niiden pitkäaikaisvaikutuksista ei ole tietoa. Usein sähkösavukeneste sisältää nikotiinia, joka on riippuvuutta aiheuttava myrkyllinen aine. Sähkösavukkeen käyttö voi vaikuttaa kielteisesti ihmisen hengitysjärjestelmään, kuitenkin vähemmän kuin savukkeiden poltto.

Sähkösavukkeiden käyttäjiltä on löytynyt tutkittaessa virtsasta samoja myrkyllisiä ja karsinogeenisiä aineenvaihduntatuotteita kuin savukkeen polttajilta, mutta määrät ovat olleet pienempiä. Käyttäjien raportoimia haittavaikutuksia ovat olleet muun muassa rintakipu, nopeutunut syke, pää- ja kurkkukipu, huimaus, nielun ja suun alueen ärsytys tai kuivuminen ja matala verenpaine. On kuitenkin olemassa tutkimuksia, joissa tutkittavat raportoivat terveytensä parantuneen siirryttäessä savukkeesta sähkösavukkeeseen. (Heloma, Ollila, Ruokolainen & Sandström 2015, 2)

Sähkösavukenenesteet sekä sähkösavukkeen käytöstä muodostuva höyry sisältää terveydelle haitallisia aineita, mutta pienempiä määriä kuin savukkeet. Näyttäisi siltä, että sähkösavukkeen käyttö saattaa aiheuttaa terveydelle haitallisia vaikutuksia erityisesti keuhkotoimintoihin. Itse tuote, nesteiden koostumus, makuaineiden määrä ja tuotteen käyttötapa saattavat vaikuttaa haitallisten aineiden määrään. Pääosin käyttäjien raportoimat haitalliset vaikutukset ovat olleet vähäisiä. Nykytiedon valossa ei kyetä vastaamaan kysymykseen sähkösavukkeiden pitkäaikaisvaikutuksista ja lyhytaikaisvaikutuksista vain osittain. (Heloma, Ollila, Ruokolainen & Sandström 2015, 3)

Nuorten terveystapatutkimuksessa sähkösavukkeiden käytöstä ja hankinnasta kysyttiin toisen kerran vuoden 2015 kyselyssä. Kyselyyn vastanneista 12–18-vuotiaista vain noin viisi prosenttia ei tiennyt, mitä sähkösavukkeet ovat. Suurin osa vastanneista (70 %) ei ollut koskaan kokeillut sähkösavukkeita. Sähkösavukkeen käyttökokeemukset olivat yleisempiä vanhemmissa ikäryhmissä. Muutaman kerran sähkösavukkeita kokeilleita oli 17 % vastaajista. Vanhemmilla ikäryhmillä eli 16- ja 18-vuotiailla sähkösavukekokeilut olivat lisääntyneet vuodesta 2013, mutta 12- ja 14-vuotiaiden keskuudessa ei juurikaan. (Kinnunen, Lindfors, Ollila, Pere & Rimpelä 2015, 31)

Sähkösavukkeiden nykyisestä käytöstä kysyttiin ensimmäisen kerran Nuorten terveystapatutkimuksessa vuonna 2015. Sähkösavukkeiden nykyinen käyttö oli harvinaista 12-vuotiailla, mutta käyttö yleistyi iän mukana. Päivittäin sähkösavukkeita käytti 18-vuotiaista alle neljä prosenttia. Puolet sähkösavukkeita kokeilleista ilmoittivat käyttäneensä nikotiinipitoisia nesteitä. Noin joka kymmenes ei tiennyt, mitä ainetta käytetty sähkösavuke oli sisältänyt. Tutkimuksessa havaitaan että vuonna 2015 eten-

kin nikotiinittomien nesteiden käyttö oli yleistynyt. (Kinnunen, Lindfors, Ollila, Pere & Rimpelä 2015, 32–33)

Sähkösavukkeita käyttäneet nuoret olivat pääosin hankkineet niitä kavereilta ja tuttavilta tai internetistä. Muut hankintatavat olivat harvinaisia. Tärkeimmäksi syyksi kokeilla sähkösavukkeita nuoret ilmoittivat kokeilunhalun. Muita syitä kokeiluihin olivat, että kaverit olivat alkaneet käyttää niitä, tupakoinnin lopettaminen sähkösavukkeen avulla sekä sähkösavukkeiden laajat makumahdollisuudet ja mahdollisuus kokeilla. (Kinnunen, Lindfors, Ollila, Pere & Rimpelä 2015, 34)

4.5 Nuoret ja huumausaineet

Huumausaineita ovat sellaiset aineet ja valmisteet, jotka luetellaan asetuksessa huumausaineina pidettävistä aineista, valmisteista ja kasveista (543/2008). Asetus perustuu YK:n huumausaineyleissopimukseen (SopS 44/1994) sekä yleissopimukseen psykotrooppisista aineista. (SopS 23/1967) Asetuksessa luetellaan lisäksi ne aineet, joiden valvontaan ottamisesta on päätetty uusia psykoaktiivisia aineita koskevasta tietojenvaihdosta, riskienarvioinnista ja valvonnasta annetun Euroopan unionin neuvoston päätöksen 2005/YOS mukaisesti sekä kansallisesti huumausaineiksi luokitellut aineet. Vuonna 2008 voimaan astuneen huumausainelain (373/2008) mukaan huumaus-aineen tuotanto, valmistus, tuonti, vienti, kuljetus, kauttakuljetus, jakelu, kauppa, käsittely, hallussapito ja käyttö on kielletty. Kiellosta voidaan kuitenkin poiketa erikseen määritellyissä tilanteissa kuten lääkinnällisissä, tutkimuksellisissa ja valvonnallisissa tilanteissa. (Varjonen 2015, 13–14)

4.5.1 Nuorten huumeiden käyttö

Päihteiden käyttöä koskeva eurooppalainen koululaistutkimus (European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs, ESPAD) on tehty vuodesta 1995 alkaen neljän vuoden välein 23–36 Euroopan maassa. Kohderyhmänä tutkimuksessa on tutkimusvuonna 16 vuotta täyttävät nuoret, eli Suomessa peruskoulun yhdeksäsluokkaiset. (Huhtanen, Miekkala & Raitasalo 2015, 4)

Aikuisväestössä kannabiksen käyttö yleistyi Suomessa 1990-luvulla. Vuosituhannen vaihteen jälkeen käyttö väheni, mutta sen jälkeen käyttö on yleistynyt nuorten aikuisten keskuudessa. Kannabiskokeilut ja kannabiksen käyttö eivät ole lisääntyneet 15–16-vuotiaiden keskuudessa. Vuoden 2015 tutkimuksessa käy ilmi että pojista kymmenen prosenttia ja tytöistä seitsemän prosenttia oli kokeillut kannabista elinaikanaan. Muiden huumeiden käyttö on harvinaista 15–16-vuotiailla. Vuonna 2015 vastanneista kolme prosenttia ilmoitti kokeilleensa jotain muuta huumetta kuin kannabista. (Huhtanen, Miekkala & Raitasalo 2015,4)

Elinaikanaan tai viimeisten 12 kuukauden aikana kannabista käyttäneiden nuorten osuudet ovat melko lähellä toisiaan. Tämä viittaa siihen, että ensimmäinen käyttökerta on suurimmalla osalla kannabista kokeilleista 15–16-vuotiaista tapahtunut viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana. Käyttökertojen lukumäärien avulla voidaan kuvata kannabiksen säännöllistä käyttöä. Pojista yksi prosentti sanoo käyttäneensä yli 40 kertaa kannabista. (Huhtanen, Miekkala & Raitasalo 2015, 23)

Vuoden 2015 ESPAD tutkimuksessa kysyttiin uusien muuntohuumeiden käytöstä. Pojista kaksi prosenttia ja tytöistä yksi prosentti ilmoitti käyttäneensä tämän tyyppisiä aineita. Kyselylomakkeessa muuntohuumeet määriteltiin uusiksi aineiksi, jotka jäljittelevät huumeiden vaikutusta ja joita esiintyy eri muodoissa kuten nesteinä, jauheena, kiteinä tai pillereinä. Tuloksia tulkitessa tulee kuitenkin huomioida, etteivät kaikki vastaajat ymmärtäneet oikein uusia huumeita koskevaa kysymystä. (Huhtanen, Miekkala & Raitasalo 2015, 24)

Noin viisi prosenttia nuorista oli kokeillut kannabista ensi kerran 15–16-vuotiaana. Nuorista noin yksi prosentti ilmoitti kokeilleensa kannabista jo 13-vuotiaana. Kannabiksen saatavuutta vuonna 2015 piti helppona 17 % pojista ja 14 % tytöistä. Nuoret katsoivat saatavuuden hieman vaikeutuneen vuoden 2011 jälkeen. (Huhtanen, Miekkala & Raitasalo 2015, 27–28)

Nuorten asenteet kannabiksen käyttöä kohtaan ovat lieventyneet 1990-luvun puolivälistä asti, jos ei huomioida vuoden 2007 tilapäistä kiristymistä. Vuonna 2015 asenteet ovat edelleen lieventyneet verratessa edelliseen mittauskertaan. Vuonna 2015 melkein puolet nuorista katsoi, ettei kannabiskokeiluihin liity mitään riskiä tai että ne

ovat vähäisiä. Viidennes nuorista piti riskejä suurina. Myös niiden osuus, jotka pitivät säännölliseen kannabiksen käyttöön liittyviä riskejä suurina, on tasaisesti vähentynyt. (Huhtanen, Miekkala & Raitasalo 2015, 31)

4.5.2 Kannabis ja muuntohuumeet

Kannabis on Cannabis Sativa nimisestä hamppukasvista saatavien erilaisten valmisteiden yleisnimitys. Marihuana on valmistettu kasvin kuivatuista kukista, lehdistä ja varsiosista, hasis taas pihkasta. Kannabisöljy valmistetaan tislaamalla. Valmisteiden huumaavista ainesosista delta-tetra-hydrokannabiboli eli THC on psykoaktiivisin. Kannabinolit vaikuttavat sitoutumalla kannabisreseptoreihin, joita on suurimmaksi osaksi keskushermostossa ja immuunijärjestelmässä. Päihdekannabista käytetään useimmiten vesi- tai tavallisessa piipussa tai sätkissä polttamalla, mutta sitä voidaan käyttää myös sekoitettuna ruokaan tai juomaan. Poltettaessa kannabispäihtymys alkaa sekuntien kuluessa ja kestää kolmesta neljään tuntiin. Suun kautta nautittuna kannabiksen vaikutukset alkavat hitaammin ja kestävät pidempään. Vaikutusaika on tällöin kuudesta kahdeksaan tuntiin. (Päihdelinkin www-sivut 2017)

Kannabis aiheuttaa niin piristäviä kuin lamauttaviakin vaikutuksia ja myös lieviä aistiharhoja. Kannabiksella voi olla sekä sosiaalisuutta lisääviä että sisäänpäin kääntäviä vaikutuksia. Se rentouttaa, aiheuttaa euforian tunnetta ja empatian lisääntymistä. Päihtynyt voi vaikuttaa ulospäin suuntautuneelta, puheliaalta ja hyväntuuliselta tai sisäänpäin kääntyneeltä mutta tällöinkin usein ajatusten lento on vilkasta. Erilaiset aistikokemukset korostuvat ja ajantaju häiriintyy. Kokemattomilla käyttäjillä tai suurista annoksista voi seurata ahdistusta, paniikkikohtauksia, sekavuustiloja, harhaisuutta, epämiellyttäviä mielentiloja ja masentuneisuutta, jotka menevät ohi päihtymyksen lakatessa. Pulssin lyöntitiheys voi kiihtyä muuttaen verenpainetta ja aiheuttaen huimausta tai pyörtymistä. Kannabis saattaa aiheuttaa runsaana annoksena käytettynä psykoottisen häiriön, joka vähenee muutamassa tunnissa päihtymyksen mentyä ohi. Sekavuuteen liittyy tajunnan ja ajattelun hämärtyminen, itsensä tunteminen epätodeksi, ja motorinen epävarmuus. Myös muistamattomuus, näkö- ja kuuloharhat ja joskus väkivaltainen tai outo käyttäytyminen saattavat liittyä sekavuuteen. (Päihdelinkin www-sivut 2017)

Krooninen ja runsas kannabiksen käyttö lisää sietokykyä. Kannabiksen säännöllinen käyttö voi johtaa riippuvuuteen ja aineen pakonomaiseen käyttöön sekä käytön hallinnan heikkenemiseen. Vieroitusoireina ovat usein levottomuus, hermostuneisuus, ärsyntyminen, ruoka- ja unihäiriöt. Riippuvuus oireet ovat pääosin psyykkisiä. Säännölliseen ja runsaaseen käyttöön ja aineen hankkimiseen saattaa kulua suuri osa henkilön ajasta. Vahvasta riippuvuudesta viestii käytön jatkaminen huolimatta ilmeisistä haitoista. (Päihdelinkin www-sivut 2017)

Kannabiksella ei ole yliannostusriskiä sen alhaisen akuutin myrkytystason vuoksi. Se kuitenkin aiheuttaa useita pitkäaikaishaittoja. Nuorena aloitettu säännöllinen käyttö haittaa nuoren henkistä kehitystä. Kannabiksen pitkäaikaiskäyttö aiheuttaa kognitiivisten kykyjen rappeutumista, jonka oireita ovat muun muassa keskittymiskyvyn heikkeneminen, muistiongelmia, välinpitämättömyys ja vuorovaikutustaitojen heikentyminen. Kannabiksen käyttö pienentää aivoja ja tuhoaa muistirakenteita. Tutkimusten mukaan kannabis lisää riskiä akuuttiin psykoosiin ja se voi aiheuttaa pitkäaikaisempia seurauksia, kuten skitsofreniaa. Riski lisääntyy etenkin nuorena aloittaneilla käyttäjillä. Kannabiksen käyttö lisää myös riskiä masentuneisuuteen, ahdistuneisuuteen ja mielialahäiriöihin. (Päihdelinkin www-sivut 2017)

Kannabiksen polttamisen on todettu vaurioittavan hengitysteitä ja lisäävän suun, kurkunpään ja nielun-syöpäriskiä. Käyttäjillä esiintyy limakalvon tulehduksia, kroonisia keuhkoputken tulehduksia, yskää sekä keuhkolaajentumia. Kannabiksen käyttö altistaa sydän- ja verisuonihäiriöille sekä aivoinfarktille sen pulssia ja verenpainetta nostavan vaikutuksen vuoksi. Se vaikuttaa todennäköisesti negatiivisesti hedelmällisyyteen ja seksuaaliseen halukkuuteen. Kannabis heikentää oppimiskykyä ja voi heikentää nuorten koulumenestystä sekä aikuisten pärjäämistä älyllistä suorituskykyä vaativissa työtehtävissä. (Päihdelinkin www-sivut 2017)

Muuntohuumeilla tarkoitetaan päihdyttävää ainetta, jonka kemiallinen rakenne on muokattu niin, ettei laki enää määrittele sitä huumausaineeksi, vaan sitä voi esimerkiksi tilata netistä suoraan kotiin. Muuntohuumeiden yleistymisen on näkynyt tullin takavarikkotilastoissa. Kaiken kaikkiaan vuonna 2012 tullin haaviin jäi lähes sataa eri muuntohuumetta, joista yli kolmannesta tavattiin ensimmäistä kertaa Suo-

messa. Muunto-huumeita saapuu maahan postitse sekä kuriiriliikkeiden lähetyksissä. (Irti huumeista ry:n www-sivut 2017)

Muuntohuumeiden vaikutus on usein samantyyppinen kuin amfetamiinilla tai ekstaasilla. Yleistä on käyttää useita muuntohuumeita samanaikaisesti. Muunto-huumeiden ongelmana on, ettei kukaan, edes käyttäjät, tiedä mitä ne sisältävät tai mitkä niiden vaikutukset ovat. Käyttöannokset ovat vain murto-osa esimerkiksi amfetamiinin käyttöannoksesta. Muuntohuumeilla on lyhyt vaikutusaika, ja siitä johtuva jopa parin tunnin välein toistuva käyttö lisää yliannostusriskiä. Yliannostustilanteissa hoito joudutaan antamaan yleisemmin oireenmukaisesti. Muuntohuumeiden käytöstä on aiheutunut myös Suomessa useita kuolemantapauksia. (Irti huumeista ry:n www-sivut 2017)

Muuntohuumeista on olemassa yleisesti vasta vähän tutkittua tietoa. Englannin kielessä muuntohuumeista käytetään lyhennettä NPS (New Psychoactive Substances). Useista muuntohuumeista ei ole olemassa lyhyt- eikä pitkäaikaista tutkimustietoa, eikä kaikkia riskejä niiden käytöstä vielä tunneta. Muuntohuumeita tutkittaessa on huomattu, että ne usein sisältävät eri aineita kuin mitä pakkauksessa kerrotaan. Tällöin ei voida olla varmoja millaisia vaikutuksia niiden käytöllä on. Muuntohuumeiden käyttö saattaa vähentää estoja, aiheuttaa vainoharhaisuutta, tajuttomuutta ja joissain tapauksissa jopa kuoleman. (National Health Service:n www-sivut 2017)

Huumausainelakiin tuli 2011 muutos, jonka mukaan jatkossa Suomi voi itse luokitella muuntohuumeita huumausaineiksi. Muutoksen myötä EU:n uusien aineiden varoitusjärjestelmään ilmoitettu aine voidaan määritellä terveysvaarojen arvioinnin jälkeen kansallisesti huumausaineeksi. (Irti huumeista ry:n www-sivut 2017)

5 PROJEKTIN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS

Projektin tarkoituksena oli tuottaa Päihdeputki-tapahtumaan käsikirjoitus, jonka pohjalta laadittiin nuorten arkeen liittyvät toiminnalliset rastit. Toiminnallinen päihdeva-

listuspäivä järjestettiin yhdessä Säkylän nuorisotoimen kanssa Säkylän ja Köyliön yläkoululaisille. Projektin tavoitteena oli ehkäistä yläkouluikäisten nuorten päihdekokeiluja sekä vahvistaa terveydenlukutaitoa teoria- ja kokemusperäisen tiedon avulla.

Opinnäytetyön tekemisen aloitimme marraskuussa 2015 aiheen valinnalla. Projektin toimeksiantajan etsivä nuorisotyöntekijän tapasimme joulukuussa 2015 suunnitelmapalaverin merkeissä. Palaverissa kävimme läpi Päihdeputki-konseptia ja valitsimme pääaiheet seuraavaksi toteutettavaan Päihdeputki-tapahtumaan. Sovimme vastuunjaosta ja projektisuunnitelmasta. Meidän vastuualueeksemme sovimme näytelmän käsikirjoituksen laatimisen, näytelmäkulisien suunnittelemisen ja palautelomakkeiden luomisen. Projektin päälliköksi lupautui Säkylän koulun terveydenhoitaja. Etsivä nuorisotyöntekijä lupautui toimimaan yhteyshenkilönä ja tiedottajana meidän ja projektin muiden osapuolten välillä ja näin ollen ilmoittamaan mahdollisista suunnitelmamuutoksista. Muihin tehtäviin, esimerkiksi vanhempainiltaan, kulissien rakentamiseen ja näytelmärooleihin, oppilaiden ohjaamiseen ja aikataulun suunnittelemiseen suunnittelimme aiempien vuosien perusteella Säkylän eri toimijoita, esimerkiksi koulukokouksen puolesta, tukioppilaita, nuorisotyöntekijöitä ja vapaaehtoisia. Sovimme, että jokainen on vastuussa oman vastuualueensa sisällöstä ja toteutuksesta. Päätimme, että Päihdeputki-tapahtumaa edeltävänä päivänä pystytämme näytelmärastien kulissit yhdessä projektin muiden osapuolten kanssa ja ohjaamme näytelmän kenraaliharjoitukset. Sovimme myös, että kyseisenä päivänä etsivä nuorisotyöntekijä tulostaa palautelomakkeet ja käymme vielä kertaalleen läpi Päihdeputki-päivien aikataulun.

Suunnittelupalaverin jälkeen aloitimme opinnäytetyön toteutuksen suunnittelun ja rajasimme teoriapohjan. Aihe-seminaari pidettiin syyslukukauden 2015 lopussa ja suunnitteluseminaari pidettiin toukokuussa 2016. Toiminnallinen osuus opinnäytetyöstä suoritettiin huhtikuussa 2016. Opinnäytetyön analysointi ja arviointi sekä teoriaosuus kirjoitettiin syyslukukauden 2016 ja kevätlukukauden 2017 aikana. Raportointiseminaari ja kypsyysnäyte suoritettiin kevätlukukaudella 2017. Opinnäytetyömme suoritettiin parityöskentelynä, jolloin kokonaistuntimääräksi tuli noin 860 tuntia, joka sisälsi projektipäivän suunnittelun, teorian osuuden kirjoittamisen, toteutuksen, arvioinnin, ja opinnäytetyöseminaarit. (LIITE 1)

5.1 Päihdeputki toiminnallisena päihdevalistuksena

Opinnäytetyö toteutettiin projektina. Projektin tarkoituksena oli tuottaa Päihdeputki-tapahtumaan käsikirjoitus, jonka pohjalta laadittiin nuorten arkeen liittyvät toiminnalliset rastit. Toiminnallisten rastien aiheina olivat nikotiini, kiusaaminen sosiaalisessa mediassa, päihteet ja liikenne-käyttäytyminen. Tapahtuman käsikirjoitus tuotettiin saamiemme toiveiden pohjalta. Toiminnallinen päihdevalistuspäivä järjestettiin yhdessä Säkylän nuorisotoimen kanssa Säkylän ja Köyliön yläkouluikäisille nuorille.

Projektin tavoitteena oli ehkäistä yläkouluikäisten nuorten päihdekokeiluja sekä vahvistaa heidän terveydenlukupäätöksiä teoria- ja kokemusperäisen tiedon avulla. Toiminnallisten rastien toteutuksen tavoitteena oli korostaa nuorten arkeen liittyviä tilanteita ja draaman menetelmän avulla tukea kasvatustyössä tapahtuvaa päihdekasvatusta. Suunnittelua ja toteutusta varten tutustuimme opinnäytetöihin samankaltaisista aiemmin toteutuneista aiheista. (LIITE 2)

5.2 Päihdeputki-toteutuksen aikaisemmat kokemukset

Joulukuussa 2015 tapasimme Säkylän nuorisotoimen edustajan, etsivä nuorisotyöntekijän ensimmäistä kertaa ja kävimme läpi Päihdeputki-konseptia suunnittelupalaverin merkeissä. Etsivä nuorisotyöntekijä kertoi aiempien vuosien teemoista ja toteutuksista. Päihdeputki-tapahtuma on aikaisempina vuosina koostunut teemoista, jotka ovat olleet nuorille kyseisinä vuosina ajankohtaisia. Päihdeputken tarkoituksena on ollut herättää nuorille ajatuksia päihteiden käytöstä ja sen merkityksestä ja vaikutuksesta heidän elämäänsä. Päihdeputki on rata, joka koostuu teemoittain rakennetuista rasteista. Rata kokonaisuudessaan on näytelmällinen tarina, joka jatkuu rastilta toiseen. Tarina on pyritty kirjoittamaan niin, että se on todentuntuinen ja lähellä nuorten omaa maailmaa. Rastit ovat olleet rakenteeltaan erilaisia. Joillakin rasteilla on ollut tarjolla toiminnallisia aktiviteetteja, kun taas osa on suunniteltu ainoastaan näytelmälliseen elämykseen. Päihdeputki-kierros on kestänyt noin 40-50 minuuttia, joten yhteen rastiin on ollut aikaa syventyä noin 5-10 minuuttia.

Päihdeputki on pieniresurssinen projekti, joka on aiheuttanut haasteita muun muassa näytelmän toteuttamisen ja tilojen suhteen. Yhden päivän aikana Päihdeputkessa on käynyt noin sata nuorta. Pienten tilojen ja suuren kävijämäärän vuoksi aikataulun pitäminen on ollut ensiarvoisen tärkeää.

Suunnitelmapalaverissa joulukuussa 2015 saamamme informaatio Päihdeputkesta helpotti näytelmän käsikirjoituksen suunnittelua. Tapaamisessa totesimme erityisesti tilan vaikuttavan suuresti näytelmän rakenteeseen. Meidän tuli kiinnittää erityistä huomiota myös ajan käyttöön ja suunnitella näytelmän käsikirjoitus niin, että lyhyessä ajassa katsojan on mahdollista saada siitä paljon irti. Saimme paljon merkittävää tietoa päivän toteuttamisesta ja tiedostimme resurssit Päihdeputki-tapahtuman järjestämiseen.

5.3 Projektin suunnittelu ja toteutus

Toiminnallinen Päihdeputki-päihdevalistustapahtuma toteutetaan 12.-13.4.2016 kello 9-15 Säkylän seurakuntatalolla yhdessä Säkylän nuorisotoimen kanssa. Suuren osallistujamäärän vuoksi päiviä järjestetään kaksi. Yhden ryhmän kierros päihdeputkessa kestää noin 45 minuuttia. Päihdeputki-päiviin osallistuu yhteensä 222 nuorta. Luokat kiertävät radat viiden tai seitsemän oppilaan ryhmissä. Jokainen ryhmä siirtyy rastilta toiselle luokanohjaajan tai opettajan ohjeistuksella. Yksi rasti kestää 5-10 minuuttia. Aikaa siirtymiseen rastilta toiselle ei ole määritetty, koska rastit sijaitsevat hyvin lähellä toisiaan. Jokainen ryhmä osallistuu vuorollaan jokaiseen rastiin ennalta laaditussa järjestyksessä. Päihdeputki-tapahtuman tarkoitus on saada nuoren arkeen heräämään uusia keskusteluja, ajatuksia ja näkökulmia, jolloin se osanaan tukee muussa kasvatustyössä tapahtuvaa päihdekasvatusta.

Opinnäytetyö toteutetaan projektina, jossa käytetään apuna toiminnallisen opinnäytetyön ohjeistusta. Toiminnallinen opinnäytetyö toimii vaihtoehtona ammattikorkeakoulun tutkimukselliselle opinnäytetyölle. Sen tavoitteena on kehittää ammatillista toimintaa, muun muassa opastamalla, ohjeistamalla tai toiminnan järjestämisellä. Tärkeää toiminnallisessa opinnäytetyössä on käytännön toteutuksen ja raportoinnin yhdistyminen tutkimusviestinnän keinoin. Toiminnallisen opinnäytetyön tulisi olla

käytännönläheinen, tutkimuksiin pohjautuva, työelämälähtöinen ja oman alan tietojen ja taitojen hallintaa esittelevä. Projekti tarkoittaa resursseja ja ihmisjoukkoa, jotka ovat koottu yhteen suorittamaan jotain tehtävää. Projektivaiheet ovat aloitus, suunnittelu, toteutus ja lopetus. Projektilla on budjetti sekä selkeä aloitus- ja päätösajankohta. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9-10)

Suurin osio toiminnallisessa opinnäytetyössä on tuotteen luominen, joka voi olla esimerkiksi ohjeistus, portfolio, kirja tai tapahtuma. Kohderyhmä ja sen kiinnostuksen kohteet vaikuttavat pitkälti siihen mikä itse tuote on. Toinen osa opinnäytetyötä on raportointi ja siinä selitetään tarkasti työn vaiheet ja keinot, joiden avulla kyseinen tuote on saatu aikaan. Toiminnallisen opinnäytetyössä keskeisenä tavoitteena on, että siitä pystyy visuaalisten ja viestinnällisten keinojen avulla tunnistamaan, mitkä ovat olleet projektin tavoitteet. (Vilkkä & Airaksinen, 2003, 51)

Toiminnallisessa opinnäytetyössä tapahtuma tai tuotos tehdään aina jollekin tai jonkun käytettäväksi. Työn teossa huomiota tulee kiinnittää kohderyhmän valintaan ja sen mahdolliseen rajaukseen. Erilaisia ominaisuuksia kuten sosioekonomista asemaa, ikää, koulutusta, ammattiasemaa tai asemaa työyhteisössä ja toimeksiantajan toiveita voidaan käyttää apuna kohderyhmän määrittelemisessä. Kohderyhmän määrittäminen vaikuttaa työn sisältöön ja on näin ollen tärkeää. Kohderyhmää voidaan hyödyntää myös työn arvioinnissa. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 38-40)

5.3.1 Kohderyhmän kuvaus

Kohderyhmäämme kuuluvat Päihdeputki-tapahtumaan 12. tai 13.4.2016 osallistuvat Säkylän ja Köyliön yläkoulujen oppilaat. Kohderyhmään kuuluvia ja heidän huoltajiin on etukäteen informoitu meidän osallisuudestamme Päihdeputki-päivien toteuttamisessa. Oppilaat ovat iältään 13–16-vuotiaita. Päivä sisältyy oppilaiden koulutusohjelmaan ja on näin ollen osa heidän kouluviikkoaan. Oppilaat kiertävät Päihdeputken omasta luokastaan koostuvan viiden tai seitsemän oppilaan ryhmän kanssa, ryhmänohjaajan tai muun opettajan ohjaamana. Toteutamme arvioinnin ja analysoinnin koko kohderyhmää hyödyntäen.

5.3.2 Pähdeputken rastien suunnittelu ja toteutus

Joulukuussa 2015 suunnittelupalaverissa etsivä nuorisotyöntekijä kävi läpi teemat, jotka hän koki ajankohtaisiksi vuoden 2016 Pähdeputki-tapahtumaan. Palaverissa sovittiin teemojen laajuudesta ja päästiin yhteisymmärrykseen näytelmän kulusta ja siihen käytettävissä olevasta ajasta ja tilasta. Palaverissa käsiteltiin myös aiempien vuosien Pähdeputki-tapahtumien rakennetta, jonka pohjalta päätettiin rajata Pähdeputki-rata kuuteen rastiin. Kuudesta rastista neljä pitää sisällään näytelmäkohtauksen. Suunnittelupalaverista saadun tiedon myötä aloitettiin näytelmäkäsikirjoituksen työ-
tö ja Pähdeputki-päivän suunnittelu. Käsikirjoituksen kohtaukset saivat aiheensa suunnittelupalaverissa sovituista teemoista. Etsivä nuorisotyöntekijä antoi vapaat kädet käsikirjoituksen laatimiseen.

Toiminnallinen kierros on jaettu kuuteen osaan, jotka ovat Pähdeputki-kierroksen aiheisiin perehdyttävä valmistautumisrasti, nikotiinituotteista ja niiden käytön vaikutuksista tietoa antava nikotiinirasti, internetissä tapahtuvaa kiusaamista käsittelevä kiusaamisrasti, päihteiden käytöstä ja vaikutuksesta kuvan antava kotibilerasti, liikenteeseen liittyvistä riskeistä informoiva liikennerasti ja Pähdeputki-kierroksen aiheuttamien tuntemusten purkamiseen ja palautteen antamiseen tarkoitettu purkurasti. Opinnäytetyömme kohdentuu Pähdeputken käsikirjoituksen toteutukseen ja kulissien suunnittelemiseen (LIITE 3). Käsikirjoituksemme kohdentuu nikotiini-, kiusaamis-, kotibile- ja liikennerastiin. Pähdeputki-päivän käsikirjoituksessa otamme huomioon teorian sisällön merkityksen ja käytämme sitä apuna sitä koskevan toteutuksen suunnittelussa. Olemme huomioineet Pähdeputken suunnitelman toteuttamisessa edellisten vuosien Pähdeputki-tapahtumien analysoinnin ja arvioinnin tuloksia tähdäten mahdollisimman hyvään tuotokseen.

Valmistautumisrastilla oppilaat tutustuvat näytelmäkierroksen aiheisiin esimerkiksi lehtiartikkeleiden, kuvien ja videoiden avulla. Pähdeputki-tapahtuma alkaa kunkin ryhmän osalta valmistautumisrastista. Valmistautumisrasti on suljetussa huoneessa, jotta oppilailla on rauhallinen ympäristö keskittyä ja virittäytyä tunnelmaan. Valmistautumisrastin vetämisestä ja sujuvuudesta vastaa Säkylän koulun koulunkäynnin ohjaaja. Hän antaa tarvittaessa ohjeistusta radalla toimimisesta. Valmistautumisrastiin on varattu aikaa noin 10 minuuttia.

Valmistautumisrasti toteutui suunnitellussa tilassa Säskylän koulun koulunkäynnin ohjaajan vetämänä. Rastilla oli käytössä tietokone ja kaiuttimet, joita käytettiin Syöpäjärjestöjen tupakoinnin vastaisen videon näyttämiseen. Valmistautumisrastilla oppilaat pääsivät tutustumaan lehdistä peräisin oleviin artikkeleihin ja kuviin, jotka johdattelivat heidät Päihdeputki-tapahtuman aiheisiin (LIITE 4). Rasti kesti 5-10 minuuttia riippuen kunkin ryhmän saapumisesta paikalle.

Nikotiinirasti toteutetaan sekä näytelmällisessä että teorialuodossa. Sen tavoitteena on antaa uutta tietoa nikotiinituotteista ja niiden käytön vaikutuksista ja näin ehkäistä ja vähentää nuorten nikotiinin käyttöä. Käsiteltävinä aiheina ovat sähkötupakka, tupakka ja nuuska. Näytelmäosuudesta vastaavat Euran yläkoulun tukioppilaat. Teoriaosuudesta vastaa EHYT ry:n Tampereen aluekeskuksen aluekoordinaattori, joka lyhyen näytelmän jälkeen esittää lyhyen ja ytimekkään tietopaketin sähkötupakasta, tupakasta ja nuuskasta. Nikotiinirasti järjestetään suljetussa huoneessa, jossa näyttelijöillä on rauha näyttelemiseen. Nikotiinirastiin on varattu noin 10 minuuttia.

Nikotiinirasti toteutui suljetussa huoneessa sekä näytelmällisessä että teorialuodossa. Euran yläkoulun tukioppilaat näyttelivät noin ensimmäiset kolme minuuttia nikotiinirastiin varatusta ajasta. Teoriaosuudesta vastasi EHYT ry:n Tampereen aluekeskuksen aluekoordinaattori, joka lyhyen näytelmäosuuden jälkeen esitti lyhyen ja ytimekkään, noin seitsemän minuutin mittaisen tietopaketin sähkötupakasta, tupakasta ja nuuskasta. Teoriaosuudessa oli käytössä havainnollistavia apuvälineitä tukemassa tietoa.

Internetissä tapahtuvaa kiusaamista käsittelevä kiusaamisrasti toteutetaan näytelmällisessä muodossa. Kiusaamisrastista on tarkoitus luoda koskettava, ihon alle menevä ja ajatuksia herättävä kokonaisuus. Sen tavoitteena on herättää nuorille näytelmän avulla ajatuksia ja näkökulmia, jotka saavat heidät pohtimaan omaa käyttäytymistään sekä internetissä että oikeassa elämässä, ja näin ennaltaehkäistä ja vähentää kiusaamista. Näytelmäkohtauksen toteuttamisesta vastaavat Euran yläkoulun tukioppilaat. Kiusaamisrasti on suljetussa tilassa, jotta näyttelijöillä on rauha näyttelemiseen. Kiusaamisrastiin on varattu aikaa noin viisi minuuttia.

Kiusaamisrasti toteutui suunnitelman mukaisesti suljetussa tilassa ja näytelmällisessä muodossa. Toteutuksesta vastasivat Euran yläkoulun tukioppilaat, jotka näyttelivät näytelmäkohtauksen. Kiusaamisrasti käsitteli sekä internetissä että koulussa tapahtuvaa kiusaamista. Rastin kesto oli noin viisi minuuttia.

Kotibilerasti toteutetaan näytelmällisessä muodossa. Aiheisältönä toimii päihteiden käyttö ja sen vaikutus. Tarkoitus on myös kuvata sosiaalisen paineen vaikutusta nuoren valintoihin. Kotibilerastilla pyritään antamaan nuorille totuuden mukainen kuva sosiaalisesta paineesta ja erilaisista päihteidenkäyttäjistä. Kotibilerastin tavoitteena on herättää nuorille ajattelua päihteiden käytön vaikuttavuudesta käyttäytymiseen ja sosiaalisen paineen merkityksestä päihteiden käyttöön. Ajattelua ja uusia näkökulmia herättämällä pyritään saamaan nuoria kiinnittämään huomiota heidän omiin valintoihinsa ja niin ennaltaehkäisemään ja vähentämään heidän päihteiden käyttöä. Kotibilerastin näytelmäkohtauksen toteuttavat Euran yläkoulun tukioppilaat. Kotibilerasti toteutetaan suljetussa tilassa, jotta näyttelijöillä on rauha näytellä. Rastiin on varattu aikaa noin viisi minuuttia.

Kotibilerasti toteutui suunnitellusti kokonaisuudessaan näytelmällisessä muodossa ja suljetussa tilassa (LIITE 5). Sen toteutuksesta vastasivat Euran yläkoulun tukioppilaat. Kotibilerastin näytelmäkohtauksen käsikirjoituksen aiheena oli päihteiden käyttö ja sen vaikutus, sosiaalisen paineen vaikutus päihteiden käyttöön, erilaiset päihteiden käyttäjät ja kiusaaminen. Kotibilerastin kesto oli noin viisi minuuttia.

Liikenerastin sisältö on jaettu näytelmälliseen ja toiminnalliseen osuuteen ja se toteutetaan Säkylän seurakuntatalon piha-alueella muiden rastien välittömässä läheisyydessä. Sen tavoite on informoida nuoria liikennesuhteista ja oman liikennekäyttäytymisen vaikuttavuudesta oman ja muiden turvallisuuteen liikenteessä. Liikenerastista on tarkoitus saada ajatuksia herättävä ja liikennevaaroja havainnollistava kokonaisuus. Liikenerastin tarkoitus on myös antaa nuorille kuva päihteiden käytön vaikutuksesta ajamiseen. Näytelmällisen osuuden on lupautunut hoitamaan Euran yläkoulun tukioppilas. Näytelmäkohtauksessa näyttelijä eläytyy kaiuttimista kuuluvaan näytelmätarinaan kolaroidussa mopoautossa istuen. Satakunnan pelastuslaitos on luvannut liikenerastille käyttöön pyörivän autosimulaattorin, jossa oppilaat pääsevät kokemaan kuinka vaikeaa turvavöistä on poistua auton ollessa katolla. Sata-

kunnan pelastuslaitos on luvannut toimittaa paikalle myös kolaroidun mopoauton näytelmäkohtausta varten ja kolarikelkan, jossa oppilaat pääsevät turvallisesti kokemaan, miltä tuntuu kun ajoneuvo törmää seinää päin 40 kilometrin tuntivauhdissa. Liikenne­rastin näytelmäkohtauksen ja toiminnallisten aktiviteettien avulla pyritään herättämään nuorissa ajattelua omasta liikennekäyttäytymisestä ja virheellisestä liikennekäyttäytymisestä aiheutuvista seurauksista ja sillä tavoin rohkaista nuoria kiinnittämään tarkempaa huomiota heidän omaan liikennekäyttäytymiseen. Liikenne­rastin avulla pyritään ehkäisemään nuorten liikennetapaturmia. Satakunnan pelastus­laitos on luvannut vastata välineiden toimittamisesta ja niiden turvallisesta ja asianmu­kaisesta käytöstä päivien aikana. Säskylän kunnan perhetyöntekijä on myös lupautu­nut avustamaan liikenne­rastin vetämisessä. Liikenne­rastiin on varattu aikaa noin 10 minuuttia.

Liikenne­rastin sisältöön kuului sekä näytelmällinen että toiminnallinen osuus. Euran ylä­koulun tukioppilas näytteli liikenne­rastin näytelmäkohtausta kolaroidussa mopo­autossa (LIITE 6). Näytelmän tarina tuli esiin mopoauton ulkopuolella olevasta kai­uttimesta, koska kohta­us vaati sekä liikenne­äänitehosteita että haastavaa näytelmä­suoritusta. Liikenne­rasti havainnoi miten päihteiden käyttö on haitaksi liikenteessä. Liikenne­rastin toiminnallisessa osuudessa oppilaiden oli mahdollista kokeilla au­tosimulaattoria ja kolarikelkkaa (LIITE 7). Rastilla oli myös mahdollista kokeilla ”kännilaseja”, joiden läpi katsoessa oppilaat pystyivät näkemään maailmaa humalai­sen silmin. Satakunnan pelastus­laitos vastasi autosimulaattorin ja kolarikelkan asian­mukaisesta ja turvallisesta käytöstä ja Säskylän perhetyöntekijä piti huolta känni­lasien turvallisesta käytöstä. Säskylän perhetyöntekijä ja Satakunnan pelastus­laitoksen toimihenkilö keskustelivat nuorten kanssa liikenne­käyttäytymisestä ja sitä tukevista ja haittaavista tekijöistä. Liikenne­rasti järjestettiin Säskylän seurakuntatalon piha­alueella toiminnallisen osuuden välineistön vuoksi. Rastin kesto oli ryhmästä riippu­en 10-15 minuuttia.

Purkurasti on Päihdeputki-kierroksen aiheuttamien tuntemusten purkamiseen ja pa­lautteen antamiseen tarkoitettu rasti. Päihdeputki-tapahtuma loppuu kunkin ryhmän osalta purkurastiin. Rastilla on tarkoitus keskustella päivän aiheista ja niiden herät­ämistä tuntemuksista ammattilaisten, esimerkiksi nuorisotyöntekijän tai koulupsyko­login kanssa. Purkurastin antaa oppilaille mahdollisuuden purkaa Päihdeputki-

näytelmästä mahdollisesti aiheutuvaa ahdistusta ja hämmennystä ammattihenkilön ohjastuksella. Rastilla on myös mahdollista antaa suullista palautetta ja keskustella päivän hyödyllisyydestä. Purkurastilla oppilaat antavat kirjallisen palautteen laatimillemme palautelomakkeille, jonka jälkeen he pääsevät jatkamaan ryhmäohjaajansa luvalla koulupäiväänsä koulutiloihinsa. Purkurasti toteutetaan suljetussa tilassa, jotta kullakin ryhmällä on rauha keskustella ja antaa palautetta. Rastin kesto on 10–30 minuuttia kunkin ryhmän keskusteluhalukkuudesta ja palautteen annosta riippuen.

Purkurastit toteutui suunnitellusti suljetuissa huoneissa. Purkuhuoneissa oppilaat purkivat päivän aiheita ja niiden aikaan saamia tuntemuksia ammattilaisten avustamana. Purkurastien vetäjinä toimivat etsivä nuorisotyöntekijä, koulupsykologi ja psykiatrinen sairaanhoitaja. Purkurastit olivat kolmessa eri huoneessa, jotta kullakin ryhmällä oli mahdollisuus käyttää vähintään 20 minuuttia aikaa. Purkurastilla oppilaat täyttivät myös palautelomakkeet, jonka jälkeen he siirtyivät takaisin kouluun heidän ryhmäohjaajansa luvalla. Rastin kesto oli ryhmästä riippuen 10–30 minuuttia.

5.3.3 Arviointi

Loppuarvioinnin tulee vastata kysymyksiin: mitä projekti sai aikaan ja toteutuivatko projektin tavoitteet? Loppuarvioinnissa tulee selvittää, mitkä ovat projektin tulokset, tuotokset ja vaikutukset. Siinä tulee myös arvioida projektin toiminnan onnistumista. Tavallisesti loppuarviointi toteutetaan projektin viimeisinä kuukausina siten, että sen on mahdollista palvella loppuraportin kirjoittamista. (Suopajarvi, 2013, 27.)

Projektin vaikutuksen arviointia on syytä kysyä esimerkiksi kohderyhmältä, sillä ulkopuolelta on vaikea arvioida kuinka ja miten paljon juuri projekti on vaikuttanut syntyneeseen muutokseen. Loppuarvioinnissa pitkäkestoisen vaikuttavuuden arviointi on vaikeaa, koska pysyviä muutoksia ei voi arvioida projektin ollessa käynnissä. Niitä pystyy kuitenkin ennakoimaan pyytämällä vastaajia arvioimaan, kuinka pitkäkestoisia hankkeen tulokset, tuotokset ja vaikutukset ovat ja tulevatko ne jäämään pysyviksi. (Suopajarvi, 2013, 27.)

Loppuarvioinnissa kerätään uutta informaatiota projektin ennakoituista tai toteutuneista vaikutuksista. Siinä kerätään myös projektissa kertynyt arviointitieto. Koska loppuarvioinnin tehtävä on lähinnä tavoitteiden toiminnan ja toteutuksen vaikuttavuuden ja tuloksellisuuden arviointi, tiedonkeruumuotoina toimivat parhaiten perinteiset haastattelut, lomakekyselyt ja esimerkiksi MSC-malli. (Suopajarvi, 2013, 27.)

Tässä opinnäytetyössä arviointi tapahtuu monipuolisesti välitöntä suullista ja kirjallista palautetta hyödyntäen. Arviointi toteutetaan koululaisten ja heidän opettajiensa antaman palautteen pohjalta sekä työryhmän kanssa käytävien keskustelujen myötä. Koululaiset ja päivään osallistuneet opettajat antavat palautteen palautelomakkeelle Päihdeputki-päivän päätteeksi. Kysymykset ovat laadittu yhdessä Säkylän kunnan nuorisotoimen kanssa. Päihdeputki-päivien jälkeen kokoonnumme projektin toimeksiantajan kanssa ja käymme saamamme palautteet läpi sekä keskustelemme projektin onnistumisesta.

Olimme laatineet projektin arvioinnin tueksi palautelomakkeen oppilaille ja opettajille, jotka täytettiin Päihdeputken purkurastilla. Lisäksi olimme mukana seuraamassa purkurastia, ja kuulumme oppilaiden mielipiteitä Päihdeputkesta. Palautelomakkeen täytti 202 oppilasta ja 10 opettajaa. Palautelomakkeista käy ilmi, että suurin osa vastanneista koki Päihdeputken onnistuneeksi, mielenkiintoiseksi ja todellisen tuntuiseksi. Palautelomakkeista käy kuitenkin ilmi, että osa vastanneista toivoi että Päihdeputken sisältö olisi ollut todellisemman ja aidomman tuntuinen, etenkin kotibilerastin tapahtumia ei koettu todellisuutta vastaaviksi. Osa vastanneista koki Päihdeputken ahdistavaksi ja jopa pelottavaksikin. Rasteista parhaiten jäi mieleen liikenne-rasti. Vastanneet perustelivat vastaustaan useimmiten rastin sisältämän toiminnallisuuden tai hienojen laitteiden kuten pyörähdysauton vuoksi. Toiseksi parhaiten nuorille jäi mieleen kotibilerasti ja sen sisältö.

Palautelomakkeessa kysyttiin millaisia ajatuksia Päihdeputki herätti ja muuttiko Päihdeputki omaa asennetta päihteiden käyttöön. Vastanneista 84 vastasi, ettei käytä päihteitä tai on päihteiden käyttöä vastaan. Vastanneista 64 koki, ettei Päihdeputki vaikuttanut omaan mielipiteeseen päihteistä. Osa vastanneista (14) kertoo, että Päihdeputki sai suhtautumaan vakavammin päihteisiin. Moni kuvailee myös Päihdeputken herättäneen ajatuksia liikenneturvallisuuteen ja kiusaamiseen liittyen. Paran-

nusehdotuksiksi Pähdeputkeen esitettiin, että se olisi selkeämmin näytelty ja siirtymät paremmin järjestetty. Kuitenkin näytelmäkulissit ja näyttelijöiden puvustus saivat kiitosta. Aina oppilaat eivät tieneet milloin rastin näytelmä päättyi ja mihin piti seuraavaksi siirtyä. Opettajien lomakkeista käy ilmi, koska Pähdeputki kierrettiin tietyssä järjestyksessä, sisälsi se kohtuuttomasti odottelua. Odotteluajalle olisi toivottu jonkinlaista ohjelmaa tai muuta ajankulua.

Pähdeputki-päivien jälkeen pidettiin palautepalaveri yhdessä projektiin osallistuneiden tahojen kanssa. Palaverissa käsiteltiin opettajilta ja ryhmänohjaajilta myöhemmin saatuja, kouluarjessa oppilailta ilmi tulleita palautteita. Palautteista kävi ilmi, että osa oppilaista toivoisi samankaltaista tapahtumaa järjestettävän kerran vuodessa. Osa oppilaista oli myös ilmaissut mielipiteensä, että Pähdeputki-pähdevalistustapahtumasta voisi olla eniten oppilaille hyötyä, mikäli se järjestettäisiin vuosittain yläkoulun ensimmäisille luokille.

5.4 Projektin resurssit ja riskit

Projektin toteuttamiseen olemme varanneet aikaa projektin aloittamiseen ja teoriapohjan rajaamiseen 90 tuntia, projektipäivien suunnitteluun ja palavereihin 200 tuntia, projektipäiviin 15 tuntia ja raportin tekoon 95 tuntia.

Projektimme henkilöstöön kuuluvat kaksi sosiaali- ja terveysalan opiskelijaa, ohjaavaopettaja, projektipäällikkönä toimiva Säkylän koulun terveydenhoitaja, Säkylän nuorisotyön etsivä nuorisotyöntekijä, sekä lukuisia muita eri toimijoita Säkylän kunnasta.

Projektin toteuttamista varten saamme Säkylän seurakuntatalon tilat käyttöömme. Työvälineet ja materiaalit saamme lainaan Säkylän eri toimijoilta esimerkiksi kouluilta, nuorisotyöltä ja vapaaehtoisilta. Säkylän kunta kustantaa tarvitsemamme tulokset, joiden hinnaksi olemme arvioineet 10 euroa. Loput työvälineet kuten puhelin, tietokoneet, kynät ja kaiuttimet löytyvät meiltä itseltämme. Polttoainekustannuksiksi olemme arvioineet noin 10 euroa.

Olemme ottaneet projektissamme mahdolliset epävarmuustekijät huomioon. Mahdollisia riskejä ovat jonkun projektihenkilön sairastuminen Pähdeputki-päivänä niin että hän ei pysty osallistumaan, oppilaiden yhteistyökyvyttömyys, aikataulun pettäminen, tapaturma ja oleellisen asian tai työvälineen puuttuminen.

Riskien välttämiseksi ja niiden aiheuttamien ongelmien ehkäisemiseksi olemme suunnitelleet päivän aikataulun huolellisesti. Olemme suunnitelleet kuka korvaa kenenkin vastuualueen, jos joku henkilöistä sairastuu. Olemme informoineet oppilaita ja opettajia päivän kulusta ja aikatauluista (LIITE 8).

Olemme informoineet opettajia jakamaan oppilaat viiden tai seitsemän hengen ryhmään jo koulussa ja tuomaan ryhmänsä paikalle hyvissä ajoin, koska kierrokselle ei ole mahdollista osallistua myöhässä. Viemme välineet, tarvikkeet ja kulissit hyvissä ajoin ennen ohjelman alkamista seurakuntatalolle ja varmistamme, että kaikki tarpeellinen on mukana. Ohjeistamme kenraaliharjoitukset huolellisesti sekä näyttelijöille että työntekijöille. Ohjeistamme myös opettajia ja oppilaita rasteilla liikkumiseen ja painotamme, että kaikille on annettava rauha näytellä ja seurata rauhassa.

6 PROJEKTIN TUOTOS

Toteutimme projektin yhteistyössä Säkylän nuorisotoimen kanssa. Yhteistyömme nuorisotoimen kanssa oli sujuvaa. Saimme tarvittavaa apua aiheiden rajaamiseen ja toteuttaa näytelmän käsikirjoituksen omien ideoidemme pohjalta.

Toiminnallinen Pähdeputki-pähdevalistustapahtuma toteutettiin 12.-13.4.2016 Säkylän seurakuntatalon tiloissa. Kaksi Pähdeputki-päivää kestivät yhteensä 12 tuntia. Pähdeputki oli rata, joka koostui teemoittain rakennetuista rasteista. Rata kokonaisuudessaan oli näytelmällinen tarina, joka jatkui rastilta toiseen. Rastien teemoja olivat esimerkiksi nikotiini, internetissä tapahtuva kiusaaminen, pähteet ja liikenteen riskit.

Päihdevalistuspäiviin osallistui yhteensä 222 oppilasta. Päihdeputki-radalle lähtevät oppilaat olivat jaettuna viiden ja seitsemän hengen ryhmiin. Jokaisen ryhmän mukana radalla oli ryhmänohjaaja tai opettaja, joka huolehti ryhmän siirtymisestä rastilta toiselle. Jokainen ryhmä pääsi vuorollaan tutustumaan päivän teemoihin erilaisten näytelmällisten rastien avulla, joista osa sisälsi myös toiminnallisen tai teoreettisen osuuden.

Olimme suunnitelleet Päihdeputki-näytelmän käsikirjoituksen ja näytelmäkulisit projektin tuotoksena. Kaikki Päihdeputki-radalle osallistuneet näkivät ja kokivat tuotoksemme. Lisäksi ohjasimme näyttelijöitä kenraaliharjoituksissa ja päivien aikana.

Näytelmän käsikirjoitus koostui neljästä eri teemasta, jotka olivat nikotiinituotteista ja niiden käytön vaikutuksista tietoa antava nikotiinirasti, internetissä ja koulussa tapahtuvaa kiusaamista käsittelevä kiusaamisrasti, päihteiden käytöstä ja vaikutuksesta kuvan antava kotibilerasti, liikenteeseen liittyvistä riskeistä informoiva liikennerasti. Näytelmän tarkoituksena oli käsitellä nuorille ajankohtaisia aiheita heidän silmin. Näytelmällä pyrimme tarjoamaan nuorille uusia näkökulmia ja suhtautumistapoja heidän päivittäin koulussa ja vapaa-ajalla kohtaamiin tilanteisiin ja näin vahvistamaan heidän terveydenlukupaitaansa.

Ensimmäinen teema oli nikotiini, joka oli sekä näytelmä- että teoriaosuuden sisältävä rasti. Näyttelemisestä vastasivat Euran yläkoulun tukioppilaat, jotka suoriutuivat rooleistaan kiitettävästi havainnollistaen erilaisia nikotiinin käyttäjiä. EHYT ry:n Tampereen aluekeskuksen aluekoordinaattori vastasi teoriaosuudesta, jossa hän esitti aiheen apuvälineitä käyttäen. Teoriaosuus oli välittömästi näytelmän jälkeen. Teoriaosuus sisälsi faktoja, jotka liittyvät nikotiinituotteiden, esimerkiksi nuuskan ja sähkötupakan käyttämiseen. Aluekoordinaattori oli kerännyt teoriaosuuteen tietoa, josta ei yleensä puhuta nikotiinin haittavaikutuksista keskusteltaessa, mikä teki nikotiinirastista nuorille kiinnostavan. Nikotiinirastilla oppilaille oli mahdollisuus tutustua nikotiinin vaikutuksiin havainnollistavien ja mielenkiintoa herättävien apuvälinein keinoin. Oppilaat pääsivät käyttämään esimerkiksi aistejaan ja näkemään tupakoinnin vaikutuksen kuvien kautta.

Näytelmän toinen teema oli kiusaaminen, joka keskittyi sekä internetissä että koulussa tapahtuvaan kiusaamiseen. Kiusaamisrasti toteutui kokonaisuudessaan näytelmällisessä muodossa, josta vastasivat Euran yläkoulun tukioppilaat. Näyttelijät suoriutuivat rooleistaan kiitettävästi, vaikka näytelmän kulissit olivat rajalliset. Kiusaamisrasti oli nykypäivän kiusaamistilanteita kuvaava, ihon alle menevä, ajatuksia herättävä ja koskettava näytelmäosuus.

Näytelmän kolmas teema oli kotibileet, joka toteutui kokonaisuudessaan näytelmällisessä muodossa Euran yläkoulun tukioppilaiden toimesta. Kotibilerastin näytelmän käsikirjoitus keskittyi olennaisesti päihteiden käyttämisen ja sen vaikutuksen kuvaamiseen. Näytelmä kuvasi myös erilaisia päihteiden käyttäjiä ja sosiaalisen paineen vaikutusta nuoren päihdekäyttäytymiseen. Näyttelijät suoriutuivat rooleistaan hyvin, vaikka näyttelemiseen tarkoitettut tilat olivat ahtaat ja pimeät.

Näytelmän neljäs teema oli liikenne, joka keskittyi olennaisesti päihteiden vaikutukseen liikenteessä. Liikennerasti toteutui sekä näytelmällisessä että toiminnallisessa muodossa. Näytelmällisestä osuudesta vastasi Euran yläkoulun tukioppilas, joka näytteli kolaroidussa mopoautossa, eläytyen taustalla kaiuttimista kuuluvaan draamaattiseen näytelmätarinaa. Toiminnallisesta osuudesta vastasi Satakunnan pelastuslaitos, joka oli toimittanut paikalle pyörivän autosimulaattorin, kolarikelkan ja näytelmäosuudessa käytössä olleen kolaroidun mopoauton. Satakunnan pelastuslaitos vastasi myös välineiden käytöstä päivän aikana. Toiminnallisessa osuudessa toimi myös Säkylän perhetyöntekijä, joka huolehti ”kännilasien” asianmukaisesta ja turvallisesta käytöstä. Liikennerastin pitäjät herättivät myös keskusteluja liikennekäyttäytymisestä ja siihen vaikuttavista asioista. Liikennerasti oli ajatuksia herättävä ja liikennevaaroja havainnollistava kokonaisuus.

Näytelmällisten ja toiminnallisten Päihdeputki-päihdevalistuspäivien arvioinnin toteutimme osallistumalla purkuhuoneisiin ja kysymällä siellä välitöntä suullista palautetta jokaiselta radalle osallistuneelta heti radan jälkeen. Toteutimme myös paperisen purkurastilla täytettävän palautelomakkeen sekä oppilaille että opettajille yhteistyössä Säkylän nuorisotoimen kanssa (LIITE 9). Osallistuimme Päihdeputki-projektin toteuduttua 11.5.2016 järjestettyyn palautepalaveriin, jossa esimerkiksi opettajien oli mahdollista antaa myöhemmin kouluarjessa esiin tulleita palautteita.

7 PROJEKTIN ARVIOIMINEN JA PÄÄTTÄMINEN

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli tuottaa Päihdeputki-tapahtumaan käsikirjoitus, jonka pohjalta laadittiin nuorten arkeen liittyvät toiminnalliset rastit. Tapahtuman käsikirjoitus tuotettiin saamiemme toiveiden pohjalta, jotka koulunhenkilökunta ja nuorisotoimi kokivat sillä hetkellä ajankohtaisiksi. Opinnäytetyömme tavoitteena oli ehkäistä yläkouluikäisten nuorten päihdekokeiluja sekä vahvistaa terveydenlukuaitoa teoria- ja kokemusperäisen tiedon avulla. Toiminnallisten rastien toteutuksen tavoitteena oli korostaa nuorten arkeen liittyviä tilanteita ja draaman menetelmän avulla tukea kasvatustyössä tapahtuvaa päihdekasvatusta.. Valitsimme tämän aiheen, koska koimme nuorten parissa tehtävän ehkäisevän päihdetyön tärkeäksi ja ajankoh- taiseksi.

Opinnäytetyömme oli projektimuotoinen ja hyödynsimme sitä toteuttaessamme toi- minnallisen opinnäytetyön ohjeistusta. Projektimme teoriaosuudessa käsitelimme nuoruutta, ehkäisevää päihdetyötä sekä eri pähteitä. Päihdeputken käsikirjoituksessa pähteiden käyttö on yhdistetty yläkouluikäisten nuorten arkisiin tilanteisiin, kuten käyttäytymiseen sosiaalisessa mediassa sekä kotibileisiin. Projektin teoriaosuuteen löytyi paljon materiaalia ja kirjallisuutta sekä muun muassa erilaisia tutkimuksia, joi- ta aiheesta oli tehty. Kuitenkin pähteiden käytön uusimmista ilmiöistä kuten sähkö- tupakasta ja muuntohuumeista tutkittua tietoa löytyi suppeammin. Koemme, että tuomme teoriaosuudessamme ilmi opinnäytetyöhömmä liittyvät keskeiset asiat.

Opinnäytetyömme eteneminen oli ajoittain hankalaa, eikä edennyt täysin suunnitel- lusti. Projektin toteutus ja käsikirjoituksen suunnittelu tapahtui melko nopealla aika- taululla keväällä 2016, ja projektin suunnitteluun liittyvään teoriaan perehdyimme kunnolla vasta tapahtuman jälkeen. Esittelimme projektimme suunnitteluseminaris- sa vasta 25.5.2016 kun itse tapahtuma oli jo toteutettu. Projektimme alkoi jo syksyllä 2015, mutta opinnäytetyömme valmistui vasta keväällä 2017. Projektia toteuttaes- samme olemme joutuneet hyödyntämään paljon sähköistä viestintää, sillä meillä ei ole usein ollut mahdollisuutta tehdä opinnäytetyötä yhdessä. Tästä seikasta huolimatta saimme opinnäytetyömme valmiiksi tavoiteajassa. Olemme oppineet opinnäyte- työtämme tehdessämme, että on tärkeää suunnitella tarkasti projektin toteutus sekä

aikataulus. Lisäksi olemme oppineet paljon työnjaon suunnittelusta, sillä opinnäytetyömme on sisältänyt paljon itsenäistä työskentelyä.

Päihdeputken tapahtumapäivänä sisältö- ja aikataulutavoitteet täyttyivät suunnitellusti. Päihdeputkessa oppilasryhmät kiersivät viiden ja seitsemän hengen ryhmissä ennalta sovitun aikataulun mukaisesti. Koska Päihdeputki-tapahtuma oli järjestetty jo aikaisemminkin, hyödynnettiin aikataulujen suunnittelussa aiempien vuosien kokemuksia ja aikataulutusta. Päihdeputki-tapahtuman tarinasta toivottiin jatkumoa, ja Päihdeputken rasteilla kierrettiin tietyssä järjestyksessä. Aikataulua suunniteltaessa ei osattu huomioda, että tämän vuoksi putkeen liittyi jonkin verran odottelua ja että odotteluajalle olisi voinut järjestää jotain ohjelmaa. Sisällön puolesta Päihdeputki meni suunnitellusti. Päihdeputken käsikirjoitukseen oli laadittu selkeät vuorosanat, joita näyttelijät noudattivat. Osasta palautelapuista käy ilmi, että nikotiinirastilla olisi toivottu suurempaa painotusta sähkö tupakan osuudelle. Sairastumisiin ja muihin projektin riskeihin olimme valmistautuneet etukäteen, ja Päihdeputki saatiin toteutettua onnistuneesti.

Projektin toteuttaminen lisäsi ammatillista kasvuamme. Projektia toteuttaessamme syvensimme osaamistamme eri päihteistä ja nuorten päihteiden käytöstä. Pehdyimme kattavasti erilaisiin uusimpiin tutkimuksiin nuorten päihteiden käytöstä. Koemme voivamme hyödyntää tätä tietämystä myöhemmin työelämässä. Lisäksi projekti opetti yhteistyötaitoja ammattiryhmien edustajien kanssa ja saimme kokemusta mitä tulee huomioda kun järjestetään tapahtuma isolle määrälle ihmisiä.

Toteutimme opinnäytetyömme parityönä. Opinnäytetyössämme meillä molemmilla oli omat vastualueemme joista huolehdimme ja molemmat osallistuivat tasavertaisesti projektin toteuttamiseen. Projektin suunnittelussa ja toteutuksessa pystyimme hyödyntämään toistemme mielipiteitä. Parannusehdotuksena opinnäytetyöllemme olisi suunnitella projektin aikataulus paremmin tai vaihtoehtoisesti valita opinnäytetyön suorittamiselle sellainen ajankohta, jolloin projektin olisi pystynyt toteuttamaan nopeammalla aikataululla. Lisäksi olisi ollut järkevää suunnitella projektia paremmin ennen toteutusta sekä kirjoittaa opinnäytetyö valmiiksi pian projektin jälkeen. Suurimpana ongelmana projektissamme olikin aikataulus ja projektin pitkä suoritus aika. Lisäksi laatimamme palautelomake Päihdeputkeen osallistuvilla olisi

voinut olla lyhyempi tai yleisesti suppeampi sillä palautelomakkeiden suuresta määrästä johtuen niiden käsittelyyn kului paljon aikaa.

Jatkoehdotuksena projektillemme voisi olla järjestää Pähdeputki-tapahtuma myös jossain toisessa kunnassa tai kunnissa. Tällöin haasteena voisi olla osallistua Pähdeputken suunnittelussa muihin osa-alueisiin. Pähdeputken toimintamallia voisi hyödyntää myös muunlaisia teemapäiviä järjestettäessä.

LÄHTEET

- Aalberg, V. & Siimes, M. 2010. Lapsesta aikuiseksi – Nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi. Helsinki: Nemo
- Heikkinen, H. 2002. Draaman maailmat oppimisalueina - Draamakasvatuksen vakava leikillisuus. Jyväskylän yliopisto.
- Heikkinen, H. 2005. Draamakasvatus - opetusta, taidetta, tutkimista! Jyväskylä: Minerva
- Helaakoski, K. & Typpo, T. 2013. Toiminnallinen päihdevalistus Ylivieskan Jokirannan yläkoulun 8.luokkalaisille. AMK-opinnäytetyö. Oulun seudun ammattikorkeakoulu. Viitattu 8.3.2017. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2013090414963>
- Heloma, A. Ollila, H. Ruokolainen, O. & Sandström, P. 2015. Sähkösavukkeiden terveyteen liittyvät vaikutukset ja teho tupakoinnin lopettamisessa. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tutkimuksesta tiiviisti 19.06.2015. Viitattu 30.1.2017. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-497-7>
- Holmstén, J. 2012. Näytelmäprojekti kiemurainen verho. AMK-opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Viitattu 8.3.2017 <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2012112316225>
- Honkonen-Seppälä, M. 2015. Putkeen meni – Elämyksellistä terveyskasvatusta. Viitattu 19.2.2017. <http://ehyt.emedia.fi/fi/ajankohtaista/?itemid=1849&a=viewItem>
- Huhtanen, P. Miekkala, M. & Raitasalo, K. 2015. Nuorten päihteiden käyttö 1995–2015: ESPAD-tutkimusten tulokset. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 19/2015. viitattu 18.2.2017 ISBN 978-952-302-572-1
- Innokylän www-sivut. 2017. Viitattu 14.2.2017. <https://www.innokyla.fi>
- Irti huumeista ry:n www-sivut. 2017. Viitattu 18.2.2017. <http://www.irtihuumeista.fi/>
- Kekkonen, V. Kivimäki, P. & Laukkanen, E. 2014. Vaikuttaako alkoholi nuorten aivojen kehitykseen? Suomen Lääkärilehti 8/2014. Viitattu 25.1.2017. <http://www.fimnet.fi>
- Kinnunen, J. Lindfors, P. Ollila, H. Pere, L. & Rimpelä, A. 2015. Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö 1977–2015: Nuorten terveystapatutkimus 2015. Helsinki: Sosiaali ja terveysministeriö. Raportti 31/2015. Viitattu 24.1.2017 http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74544/URN_ISBN_978-952-00-3592-1.pdf?sequence=1
- Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 24.4.2015/523.
- Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut. 2017. Viitattu 14.2.2017 <http://www.mll.fi>
- National Health Service www-sivut. 2017. Viitattu 18.2.2017. <http://www.nhs.uk>

Perttula, J. Rannikko, I & Salorinne, L. 2011. Valintojen putki- elämyksellistä terveyden edistämistä erityisoppilaille. AMK-opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Viitattu 8.3.2017 <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201201031033>

Päihdelinkin www-sivut. 2017. Viitattu 25.1.2017. <http://www.paihdelinkki.fi>

Soikkeli, M. & Warsell, L. 2013. Laatutähteä kiertämässä – Ehkäisevän päihdetyön käsikirja. Tampere: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 23.1.2017. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104420/KID2013_021_verkkojulkaisu.pdf?sequence=1

Suopajarvi L. 2013. Opas projektiarviointiin. Lapin yliopisto. Viitattu 15.2.2017. http://theseus.fi/bitstream/handle/10024/84689/Koivunen_Katri.pdf.pdf?sequence=1

Säkylän kunnan www-sivut. 2017. Viitattu 15.2.2017. <https://www.sakyla.fi>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut. 2006. Viitattu 23.1.2017. <https://www.thl.fi/documents/605763/1449622/Ehkaisevanpaihdedetyonlaatukriteerit.pdf/e78556f1-3844-45dd-933a-bfa63e65a2d1>

Terveyden- ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut. 2017. Viitattu 30.1.2017 <https://www.thl.fi/>

Varjonen, V. 2015. Kansallinen huumevuosiraportti EMCDDA:lle: Huumetilanne Suomessa 2014. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 1/2015. Viitattu 25.2.2017 http://www.irtihuumeista.fi/files/888/Huumetilanne_Suomessa_2014.pdf

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

AIKATAULU

Vuosi 2015

- 11/2015 Oppinäytetyön aiheen pohdinta
- 12/2015 Tapaaminen yhteistyötahon kanssa, tutustuminen Päihdeputki-konseptiin
- 12/2015- Toteutuksen suunnittelu ja teoriapohjan rajaaminen
- 12/2015 Aihe-seminaari

Vuosi 2016

- 3/2016 Toteutuksen suunnittelu, tapaaminen yhteistyötahon kanssa
- 4/2016 Opinnäytetyön projektipäivien toteutus
- 5/2016 Suunnitteluseminaari
- 9/2016- Opinnäytetyön projektipäivien toteutuksen analysointi ja arviointi
- 10/2016- Opinnäytetyön teorian kirjoittaminen

Vuosi 2017

- 2/2017 Opinnäytetyöraportin kirjoittaminen ja toteutuksen pohdinta
- 3/2017 Raportointiseminaari
- 4/2017 Kypsyysnäyte

Projektin aikataulu

Suunnittelu (S) ja toteutus (T)

	Liisi		Minna	
	S	T	S	T
Projektin aloitus <ul style="list-style-type: none">– Aloittaminen, aihe-seminaari– Yhteistyö, suunnittelupalaveri– Teoriapohjan rajaaminen	90	95	90	85
Projektin suunnittelu <ul style="list-style-type: none">– Teorian kirjoittaminen– Projektipäivien suunnittelu– Suunnitteluseminaari– Suunnittelupalaveri	250	273	250	284
Projektin toteutus <ul style="list-style-type: none">– Projektin tuotos	15	21	15	21
Projektin lopetus <ul style="list-style-type: none">– Arviointi ja pohdinta– Lopettaminen– Raportointiseminaari	45	38	45	41
Yhteensä	400	427	400	431

Tekijä, vuosi, työn nimi ja maa	Tutkimuksen/projektin tarkoitus	Kohderyhmä, aineistonkeruumenetelmä / projektissa käytetyt menetelmät	Intervention sisältö ja keskeiset tulokset
Helaakoski, K. & Typpö, T. 2013. Toiminnallinen päihdevalistus Ylivieskan Jokirannan yläkoulun 8. luokkalaisille. Suomi	Projektin tarkoituksena on toiminnallisen päihdevalistuksen järjestäminen.	Kohderyhmänä oli Ylivieskan Jokirannan yläkoulun 8. luokkalaiset. Toiminnallisessa päihdevalistuksessa oppilaat kiersivät pienryhmissä päihteitä käsittelevillä rasteilla.	Päihdevalistuksen sisältönä oli tupakka, nuuska, alkoholi ja huumeeet. Toiminnallinen päihdevalistus koettiin tarpeelliseksi.
Holmstén, J. 2012. Näytelmäprojekti kieurainen verho. Suomi	Päihdevalistavan näytelmän tuottaminen Eurajoen yhteiskoululle	Kohderyhmänä oli Eurajoen yhteiskoulun oppilaat. Projektin menetelmänä oli näytelmä, jonka aiheena oli alkoholi.	Päihdevalistavassa näytelmässä aiheena oli alkoholi. Päihdevalistus koettiin pääosin hyväksi, mutta palautteissa käy ilmi että osa koki päihdevalistusnäytelmän tehottomaksi keinoksi päihdevalistukseen.
Perttula, J. Rannikko, I. & Salorinne, L. 2011. Valintojen putki- elämyksellistä terveyden edistämistä erityisopilaille. Suomi	Projekti toteutettiin yhteistyössä Rauman kriisikeskus Ankuripaikan kanssa. Tarkoituksena oli tukea Ankurin koulun päihdekasvatusta Helsingissä kehitetyn Valintojen putki menetelmän avulla.	Ankkurin koulun 7-9 luokkalaiset. Koulun toiminta-ajatuksena on antaa lakisääteistä, yksilöllistettyä perusopetusta. Oppilailla on eri syistä johtuvia, laaja-alaisia oppimisvaikeuksia. Valintojen putki on neljästä huoneesta koostuva kulissirakennelma. Huoneiden aiheita käsitellään kehitystarinan ja niiden henkilöiden avulla.	Valintojen putken huoneiden aiheina on ystävyys ja itsetunto, päihteet sekä rajat ja rakkaus. Valintojen putki herätti ajatuksia muun muassa päihteiden käytöstä.

PÄIHDEPUTKI 12.-13.4.2016
NÄYTELMÄKÄSIKIRJOITUS

Avausrasti

- Valmisteleva odottelutila kierrokseen
- Sisältää tarinoita, artikkeleita, julisteita ja kuvia
- Riki Sorsan & Syöpäjärjestön video
- Ohjeistus radalle

Nikotiinirasti

Tila:

- Koulun käytävän kaltainen ympäristö

Näyttelijät:

- Kolme poikaa ulkovaatteet päällä
- Kolme laittautunutta tyttöä jumppavaatteet päällä

Näyttelijät:

- Katsojat jäävät kuuntelemaan EHYT ry:n nikotiinista kertovaan teoriaosuutta.

Kohtauksen alussa pojat ovat koulun käytävässä pukemassa ulkovaatteita ja kaivamassa tupakointituotteita taskuistaan. Tytöt istuvat vähän matkan päässä käytävän penkillä ja kuiskivat keskenään.

Poika 1:

Hitto mikä tunti! Saakelin nipottaja toi ruotsin maikka!

Poika 2:

Salee! Mun pää meinas hajota sinne, nyt sitä röökiä ja äkkiä! Välkkävalvojaki sopivasti käytävän toises päässä! Mennään nopee!

Poika 3:

Hei hei hei jätkät! Eipäs hötkyillä! Kattokaa mitä friiduja! Varmaan urheiluluokan uutta porukkaa. Nyt mennään kyl jutulle, pyydetään ne mukaan tai jotain!

Poika 1:

Todellaki! Mä kyl pokaan ton tumman!

Poika 3:

Eiku mä! Mä näin ne eka!

Poika 2:

Noni daijut! Eiköhä mennä eka ihan vaa jutulle!

Pojat kävelevät tyttöjen luokse.

Poika 3:

Mitäs mimmit? Lähettekö kolmen nuoren ja vastustamattoman miehen kanssa röökille?

Tytöt hihittävät ja katsovat toisiaan.

Tyttö 1:

No jos sun käsitys vastustamattomasta on röökin hajunen mies, niin oot kyl aika lost naisten miesihanteista.

Poika 3 hätkähtää ja hänen suunsa lokahtaa auki järkytyksestä.

Poika 2:

Ehheh, no siinä tapauksessa meikäläinen on varmasti mieleistä seuraa. Itehan vedän vaa sähköröökii. Se ei haise ja maistuukin mansikalta. Nyt vaan en saanu hakijaa niin täytyy polttaa muutama sätkä, ettei pää hajoo. Et mite olis? Läheks sä sinisilmäne mun kans vaik leffaan tänää?

Tyttö 2:

No hyi hitto! Ite kyl etin vähän freesimpää seuraa. Just terveystiedon tunnilla luin artikkelin, jossa luki, että sähkötupakka voi sisältää jopa 10 kertaa enemmän syöpäkemikaaleja ku normitupakka. Ei tod tee mieli lähtee minkään tulevan syöpäosaston asiakkaan kaa leffaan!

Tyttö 3:

Älä! Eiks siin artikkelis sanottu viel et, se aiheuttaa iha yhtlail keuhkoille vaurioo ku normiröökki. Ei mitään jiiä koko touhussa. Iyh! Sitä paitsi siitä ei oo pitkä tie normiröökkin polttoon niin ku tosta sunki touhust näkyy.

Poika 1 astuu lähemmäs tyttöjä muiden poikien ihmetellessä ja pyöritellessä silmiään.

Poika 1:

Älkää ny mimmit! Äijäthä menee iha horkkaan tosta tylytyksestä! Mut hei mites tälläne sporttijäbis. Mua ei paljoo keuhkosyövät paina, ku hoidan tän nikotiinitarpeeni nuuskalla. Täs olis tälläne timmikroppane, savuton sälli. Huomen tulee uus torni Ruotsista, joten tänää vaa on röökipäivä. Huomen oon taas fresh. Mite olis brune, tänää kahville?

Tyttö 1:

Hito daijut ettekste tajuu!? Se syöpä voi nappaa kiinni ihan yhtlail sun suuhunki, joten se siitä. Hitto vie oksettaa ajatus, et joutuisin pussailee jotain nuuskasuuta. Ja sit ne keltaset hampaat ja vetäytyneet ikenet, ei kiitos!

Pojat ovat todella hämillään. Katselevat toisiaan ja nostelevat käsiään.

Tyttö 2:

Hyi muaki alko etoon. Et mite olis, jos meette vaikka ihan keskenänne harrastaan tota hienoa harrastustanne tonne ulos. Saan päänsäryn tosta teidän hajusta!

Tyttö 3:

Hei tuahan menee just Pike ja Asta röökille. Eiköhän siitähän löytyy teille just oikeenlaista seuraa. Hophop!

Tyttö 1:

Hei mimmit lähettää me tonne Tomin ja Kaken kans. Niillä oli just eile futispeli. Mä haluan tietää kui niil meni. Tomi on niin komeeki!

Tytöt katsovat vielä kerran halveksivasti poikia ja lähtevät nokka pystyssä toiseen suuntaan.

Poika 1 ja poika 2 jäävät katsomaan tyttöjen perään järkytyksestä suu auki ja kädet levällään.

Poika 3 heittää savukeaskin maahan ja alkaa kirota ja pomppia sen päällä.

Kiusaamisrasti

Tila:

- Suljettu alue, jossa viisi eri aluetta on lavastettu kodinomaisilla tavaroilla. Jokaisella alueella on yksi tyttö tekemässä arkisia asioita esimerkiksi syömässä, opiskelemassa, katsomassa televisiota.

Toteutus:

- Tytöt puhuvat vuorosanansa näytellessään näppäilevänsä viestiä

Näyttelijät:

- Neljä tyttöä ja kiusattu kotivaatteet yllään

Kohtauksen alkaessa neljä tyttöä ovat omilla alueillaan eli kodeissaan tekemässä arkisia asioita. Kiusattu tyttö istuu alueellaan ja on kotonaan pöydän ääressä tietokoneella.

Tyttö 1:

Moi mimmit! Mitä mieltä olitte tän päivän liikkatunnista? Mulla reidet huutaa hoo-siannaa sen korispelin jäljiltä.

Tyttö 2:

Sama täällä! Oon siis aivan valmista palaa nukkumaan, mut hitto ku on enkun läksyt vie tekemättä. Mut hyvät pelit oli, meidän tiimi vähän vei teitä!

Tyttö 3:

Täälläki yks kuollu. Oli kyllä ihan hiton raskasta. Ärsyttää, ku se Suski oli meidän tiimis. Se ei kans osaa yhtään mitään, kustiin salee sen takia!

Tyttö 4:

No älä. Ihan ku se olis ikin palloo nähny. Teki mieli mennä opettaan sitä vähän oman käden kautta tai heittää sil pallol sitä päähän, jos se vaikka olis saanu jotai järkee sinne.

Tyttö 2:

Hahaha! Se olis kyllä sille nössykälle oikein. Huomasitteko muuten, että sil oli menkat. Pitäis jonkun pitää sille terkkatiedon tunnint uudestaa, esim et miten tamppoonii käytetään.

Tyttö 1:

Eikä! Oikeesti? Miksen mä huomannu! Oliko sil tullu ne alkkareist läpi? Sika nolo tyyppi!

Tyttö 3:

Oli Oli! Se istu mun vieres pukkaris. Meinasin sanoo sille, että voi muualle mennä sotkemaan. Hyi olkoon! Sil oli muuten päheet pupupikkaritki, varmaan jostai päiväkotiajoilta jääny käyttöön. Tekis ny itellee oikeesti jotai!

Tyttö 4:

Hahahahaha! Ei sitä voinu olla huomaamatta. Ja arvakkaa mitä mimmit, en voinu vastustaa kiusausta. Mun oli ihan pakko ottaa kuva! Lähetän sen teille!

Tyttö 1:

Ei hitto mikä kuva! Eeva sä oot paras! Noi pöksyt on kyllä niin oksettavat! Kuolen nauruun täällä!

Tyttö 2:

Jumpe Eeva mikä kuva!! Oot kyl aika kettu! Toi kuva ansaitsis kyl jonku maailman noloin kuva palkinnon!! Ihan paras!

Tyttö 3:

Mä en kestä! Vois kostaa sille kyl tän päivän pelit ja ihan vaa sen, et se on syntyny. Mitä jos pistettäis toi kuva mein koulun Facebook- seinälle tai vaikka Instaan! Eihän tosta sitä kukaan tunnista.

Tyttö 4:

Hyvä idea! Se idiootti kyl ansaitsis sen. Oppis elämään!

Tyttö 1:

Joo joo! Täst tulee niiiihi hyvä!

Tyttö 2:

Joo hei mä pistän sen heti Facee!

Tyttö 2 pistää kuvan Facebookiin

Kiusatun tytön suu loksahda auki, hän alkaa täristä.

Kiusattu tyttö:

Ei ei ei ei ei! Mitä pahaa mä oon tehny?! Miksi aina minä?! Miksi aina minä?!

Kiusattu tyttö rojahtaa tietokoneensa päälle itkemään.

Muut tytöt tekstaillet ja nauravat.

Kotibilerasti

Tila:

- Huone, joka sisustettu olohuoneeksi. Tölkkejä, pulloja, mukeja, savukeaskeja, sipsejä ympäriinsä. Hämärä huone, musiikki soi taustalla Tilassa täytyy olla myös ovi.

Näyttelijät:

- Kolme poikaa, jotka tuttuja tupakointirastilta (eri näyttelijät)
- Neljä kiusaajatyttöä laittautuneena, jotka tuttuja kiusaamisrastilta (eri näyttelijät)
- Kiusattu tyttö ulkovaatteissa, joka tuttu kiusaamisrastilta (eri näyttelijä)
- Huumepoika ulkovaatteissa

Kohtauksen alussa kotibileet ovat jo käynnissä. Kaikki muut ovat huoneessa paitsi kiusattu tyttö ja huumepoika. Pojat temppuilevat, pelaavat korttia, kinastelevat, uhkailevat toisiaan ja rauhoittuvat. Tytöt meikkaavat, kikattavat ja ottavat selfieitä. Kaikki nauttii päihkeitä ja osa tupakoi sisällä. Tähän käyetään aikaa noin minuutti, jonka jälkeen vuorosanat alkavat.

Tyttö 1:

Huhhuh mitkä kemut! Ei oo aikoihin ollu näin mageita kotibileitä!

Tyttö 2:

Älä mitään! Miettikää, Jonnen porukat lähti Thaiikkuihi kaheks viikoks ja Jonne saa asuu tääl yksi! Vähänkö me bailataan tääl nää kaks viikkoo!

Tyttö 3:

Ihan sairaan coolit porukat! Mun porukat ei ikin antais mun jäädä himaan yksi!

Tyttö 4:

Sama tääl!

Kiusattu tyttö astuu ovesta sisälle ulkovaatteet päällä, laukku olalla ja mopoauton avaimet kädessä.

Tyttö 4:

Mitä hitto! Mitä toi tekee tääl? Hei pupupöksy, onko tamppooni hyvi?! Kattokaa kaikki meidän kuuluisa hillopöksy saapu!

Kaikki kääntyy katsomaan ja nauravat

Kiusattu työntää nauravia poikia syrjemmälle ja huokaa. Hän kävelee tyttöporukan luo.

Kiusattu:

Hei Minna älä viitti enää! Aada pyys mut, tänne hyvittääksee sen kuvajutu. Voitaisko jo unohtaa nää ja vaikka bilettää yhes?

Tyttö 2:

Hahaha hito vässykkä! Ihme ku uskalsit tulla. Kivat kengät by the way.

Tytöt hihittävät.

Tyttö 2:

Opettele elään, ni voin harkita asiaa uudellee! Vai mitä likat?

Tyttö 1:

Jep. Sulla on viel kuule paljo tekemistä ittes kans!

Kiusattu tyttö purskahtaa itkuun ja menee olohuoneen nurkkaan, kaivaa laukustaan viinapullon ja juo monta kulausta kerrallaan, irvistää ja yökkäilee. Juo toisen hörpyn perään.

Tytöt 1,2,3 ja 4 supattavat keskenään ja katsovat kauempaa, osoittavat kiusattua tyttöä ja purskahtavat nauruun.

Huumepoika poika rämähtää ulko ovesta sisään isoa minicrip-pussia kädessä heiluttaen, nahkatakkin taskussa näkyy viinapullo.

Huumepoika:

Hola holaa! Kattokaa jengi mitä mä sain mun broidilta! Tänäa ollaan niin pilves ja nää muistetaa kovimpina bileinä ever! Kuka on messis?! Tätä tuoreempaa ja stydimpää tavaraa saa ettii!

Poika 3:

Ei hitto jäbä on kingi! Meikä on todellaki messis!

Muut pojat kokoontuvat myös Huumepojan ympärille, nauravat ja käärivät sätkiä. Huumepojalla on jo yksi sätkä valmiina, jonka hän antaa poika 3:lle, sytyttää itselleen oman ja pistää sen kiertämään.

Tyttö 3:

Mä en ainaka uskalla, ku oon näin kännis muutenki! Täytyy kysyy Makelt vaik huomen, jos saisin kokeilla.

Tyttö 4:

Mäki oon liian gänäs, mut oon kyl aina halunnu koittaa!

Tytöt 1,2,3 ja 4 katsovat sivummalta poikia ja tirsкуvat.

Kiusattu tyttö hoippuu nurkasta humaltuneena kiusaajatyttöjen luokse.

Kiusattu:

Katotaa ny kekkä on nössöjä! Hoovee pissikset!

Kiusattu näyttää keskisormea tytöille ja vaappuu poikaporukan luo, nappaa huumepojalta sätkän. Hän ottaa imun ja yskii.

Kiusaajat nauravat yskinnälle.

Kiusattu ottaa monta imua lisää ja hoippuu takaisin nurkkaan.

Kiusattu:

Mitä hittoa mä teen täällä?! Kaikki vihaa mua, pakko päästä pois! Mis mun mauton avaimet on?!

Kiusattu tyttö kaivaa mopoauton avaimet laukustaan ja hoippuu ulko-ovelle.

Tyttö 2:

Hei Suski! Unohdin sanoo: Vedä ittes jooon!

Juhlijat rämähtävät nauruun.

Kiusattu purskahtaa itkuun ja läimäisee oven perässään.

Liikenerasti

Tila:

- Ulkorasti. Kolaroitu mopoauto, jossa kiusattu tyttö istuu kohtauksen ajan. Mopoauton vieressä on hautakynttilöitä, kortteja, kirjeitä, kukkia ja pehmoleluja.

Näyttelijät:

- Kiusattu tyttö ulkovaatteet päällä ja levinneillä meikeillä.

Kohtauksen jälkeen:

- Katsojat jäävät suorittamaan rastin toiminnallista osuutta Säkylän perhetyöntekijän ja Satakunnan pelastuslaitoksen työntekijän opastuksella.

*Kohtaukseen on äänitetty auton äänitehostein pätkä, jossa tyttö itkien puhuu ja huu-
taa hänen surkeasta elämästään. Äänitteessä tyttö haukkuu itseään ja tyhmyyttään
eikä näe elämälleen positiivista tulevaisuutta. Äänitteestä kuulee, kuulee kun tyttö
näkee näkyjä, joita hän myös ihmettelee ajaessaan. Kohtaus päättyy äänitteeltä kuu-
luvaan auton jarrujen kirskuntaan ja kolariin, jota säestää tytön pelästynyt kiljaisu.*

*Kohtauksessa mopoautossa istuva Kiusattu tyttö eläytyy äänitteeseen ja äänitteen
lopuksi rojahtaa päin rattia tajuttomana.*

Purkurasti

- Keskustellaan kierroksen aiheuttamista tuntemuksista ja ajatuksista ryhmän kanssa
- Palautelomakkeiden täyttö ja suullinen palaute

Vetäjät:

- Etsivä nuorisotyöntekijä, koulupsykologi, psykiatrinen sairaanhoitaja









SÄKYLÄN YLÄKOULUJEN PÄIHDEPUTKI TI-KE 12.-13.4.2016

TIISTAI

RYHMÄ	lähtee putkeen	tulee putkesta
Lallin koulu	9.00	9.40
Lallin koulu	9.10	9.50
Lallin koulu	9.20	10.00
Lallin koulu	9.30	10.10
Lallin koulu	9.40	10.20
TAUKO		
Lallin koulu	10.00	10.40
Lallin koulu	10.10	10.50
Lallin koulu	10.20	11.00
Lallin koulu	10.30	11.10
Lallin koulu	10.40	11.20
Lallin koulu	10.50	11.30
LOUNAS		
8b / 1 (MA/ Outi)	12.10	12.50
8b / 2 (-" -)	12.20	13.00
8b / 3 (-" -)	12.30	13.10
	12.40	13.20
TAUKO		
7b / 1 (FY / Mari) (EN / Eetu)	13.00	13.40
7b / 2 (-" -) (-" -)	13.10	13.50
7b / 3 (-" -) (-" -)	13.20	14.00
9c / 1 (MA / Aleksi)	13.30	14.10
9c / 2 (-" -)	13.40	14.20
9c / 3 (-" -)	13.50	14.30
	14.00	14.40

Ohjeita:

- Ryhmän kokosuositus 5-7 oppilasta
- Kunkin ryhmän oltava paikalla 10 min. ennen oman vuoron lähtöä. Ennen putkeen menoa mahdollisuus lukea seinillä/pöydillä olevia lehtileikkeitä aiheeseen liittyen.
- Opettajan / muun aikuisen kulkeminen ryhmän mukana suositeltavaa.
- Putken lopussa suullinen purku. Lisäksi oppilaille mahdollisuus purkaa tuntojaan kirjallisesti (lomakkeita saa mukaan).

SÄKYLÄN YLÄKOULUJEN PÄIHDEPUTKI TI-KE 12.-13.4.2016

KESKIVIIKKO

RYHMÄ	lähtee putkeen	tulee putkesta
9a / 1 (MA / Aleksii)	9.00	9.40
9a / 2 (-"-)	9.10	9.50
9a / 3 (-"-)	9.20	10.00
	9.30	10.10
9b / 1 (BIGE/Terhi) (MA / Outi)	9.40	10.20
-----	TAUKO	
9b / 2 (-"-) (-"-)	10.00	10.40
9b / 3 (-"-) (-"-)	10.10	10.50
8a / 1 (MA / Mari)	10.20	11.00
8a / 2 (-"-)	10.30	11.10
8a / 3 (-"-)	10.40	11.20
-----	LOUNAS	
7a / 1 (AI/Marjut)	12.00	12.40
7a / 2 (-"-)	12.10	12.50
7a / 3 (-"-)	12.20	13.00
7-9d /(Pekka)	12.30	13.10
7-9d /(Pekka)	12.40	13.20
-----	TAUKO	
7c / 1 (KU / Soili) (KS / Kirsi ja Teemu)	13.00	13.40
7c / 2 (-"-) (-"-)	13.10	13.50
7c / 3 (-"-) (-"-)	13.20	14.00
8c / 1 (BIGE/ Terhi)	13.30	14.10
8c / 2 (-"-)	13.40	14.20
8c / 3 (-"-)	13.50	14.30
-----	14.00	14.40

PALAUTELOMAKE OPPILAILLE

1. Oliko Pähdeputki (ympyröi)

onnistunut	tylsä	ajankohtainen
mielenkiintoinen	epäonnistunut	naurettava
pelottava	todellisen tuntuinen	ahdistava
epätodellinen	humoristinen	ei-ajankohtainen

2. Mikä huoneista (avaushuone, tupakka, kiusaaminen, kotibileet, mopoauto) jäi parhaiten mieleen? Miksi juuri tämä huone jäi mieleen?

3. Millaisia ajatuksia Pähdeputki herätti omasta käytöksestäsi?

4. Mitä Päihdeputken järjestäjät olisivat voineet tehdä toisin?

PALAUTELOMAKE OPETTAJILLE

1. Oliko Päihdeputki (ympyröi)

onnistunut	tylsä	ajankohtainen
mielenkiintoinen	epäonnistunut	naurettava
pelottava	todellisen tuntuinen	ahdistava
epätodellinen	humoristinen	ei-ajankohtainen

2. Mikä huoneista (avaushuone, tupakka, kiusaaminen, kotibileet, mopoauto) jäi mieleen? Miksi juuri tämä huone jäi mieleen?

3. Mitä Päihdeputken järjestäjät olisivat voineet tehdä toisin?

4. Millaisia ajatuksia oppilaat kertoivat Pähdeputken heissä herättäneen?

5. Koitko Pähdeputken hyödylliseksi?
