

Marja Kanerva & Laura Pekkarinen

PÄIHTEETÖN PUPU POMPPAA SOMEEN

Mikkelin kaupungin ehkäisevän päihdetyön
jalkautuvan menetelmän näkyvyyden lisääminen

Opinnäytetyö
Yhteisöpedagogi

2017



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tekijät	Tutkinto	Aika
Marja Kanerva, Laura Pekkarinen	Yhteisöpedagogi (AMK)	Joulukuu 2017
Opinnäytetyön nimi		
Päihteetön pupu pomppaa someen Mikkelin kaupungin ehkäisevän päihdetyön jalkautuvan menetelmän näkyvyyden lisääminen		46 sivua 2 liitesivua
Toimeksiantaja		
Mikkelin kaupunki / Ehkäisevä päihdetyö		
Ohjaaja		
Katja Komonen		
Tiivistelmä		
<p>Opinnäytetyössä kehitetään Mikkelin kaupungin ehkäisevän päihdetyön jalkautuvan työn menetelmän Päihteettömän pupun näkyvyyttä. Tavoitteena on näkyvyyden lisääminen kaikenikäisten kaupunkilaisten keskuudessa. Ehkäisevän päihdetyön koordinaattorin työn kohderyhmä laajeni nuorista kaikkiin kuntalaisiin. Kohderyhmän laajenemisesta johtuen opinnäytetyön tilaaja haluaa kehittää näkyvyyttä lisääviä elementtejä. Tavoitteeseen pyrittiin ottamalla käyttöön sosiaalisen median kanavia aiempaa tehokkaammin.</p>		
<p>Näkyvyyden lisääminen perustui työn tilaajan vahvuuksien kehittämiseen. Prosessin aikana käytettiin soveltaen Cooperidderin ja Sivestran ratkaisukeskeistä arvostava haastattelu-menetelmää. Toimenpiteinä kehittämisessä olivat sosiaalisen median kanavien lisääminen ja opastus niiden käyttämisessä työvälineenä. Toteutusvaiheen tärkeä osa oli jalkautuminen Jukureiden otteluun. Päihteetön pupu vietiin näkyville mediakuutioon sekä ottelun äänimaailmaan kuulutuksena. Päihteetön pupu järjesti ottelun aikana arvonnallista Instagramissa ja piilotti yllätyksiä yleisön penkkien alle. Arvontaa markkinoitiin lentolehtisillä, sekä ennakoarvonnalla johon hyödynnettiin Ohjaamo Olkkarin Facebook sivuja. Ennakoarvontaa varten tehtiin video Päihteettömästä pupusta Jukureiden B-junioreiden pukukopissa.</p>		
<p>Instagram-tilille saatiin maaliskuun ja lokakuun välisenä aikana 156 seuraajaa. Video tavoitti 9 404 henkilöä Facebookin välityksellä ja sitä katsottiin 931 minuuttia. Instagram arvonta ei saanut suurta suosiota. Ottelun yleisössä oli kuitenkin yli 3000 henkilöä eli näkyminen ottelussa lisäsi Mikkelin ehkäisevän päihdetyön vaikuttavuutta. Kehittämisellä saavutettiin uusia keinoja lisätä näkyvyyttä. Sosiaalisen median kanavat jäävät aktiiviseen käyttöön työn tilaajalle ja hän aikoo hyödyntää työn aikana vahvistuneita suhteita Jukureiden organisaatioon.</p>		
Asiasanat		
Ehkäisevä päihdetyö, sosiaalinen media, näkyvyys		

Authors Marja Kanerva, Laura Pekkarinen	Degree Bachelor of Humanities, Community educator	Time December 2017
Thesis Title Developing the visibility of substance abuse prevention work of the city of Mikkeli Intoxicant free Bunny jumps in to social media		46 pages 2 pages of appendices
Commissioned by Substance abuse prevention work of the city of Mikkeli		
Supervisor Katja Komonen		
Abstract <p>In this thesis the objective was to develop the visibility of the method 'Intoxicant-free Bunny' that is used in substance abuse prevention work. The Bunny is a figure who goes to events or to streets to do substance abuse prevention work. The commissioner of this work has experienced some target group changes recently. Before the work was targeted at the youth, but now the target group includes all people in the city of Mikkeli. To increase the visibility of the method, this development work started to use social media more effectively and to increase the amount of accounts in social media services. So the Bunny jumped into social media.</p> <p>Increasing the visibility was based on developing the strengths of the commissioner. In the process was used a method developed by Cooperidder and Sivestra (Innokylä 2012). To tackle the objective the amount of social media services was increased and the commissioner got advised to use social media as a tool in the work. The peak event of the implementation phase was an ice hockey game, where the Bunny got onto the screen in the middle of the ice rink and also into the audiovisual announcement. The bunny organized a lottery in Instagram during the game and hid some surprises under the seats of the ice rink. The lottery was advertised with fliers. Before the game the Bunny organized a lottery in Facebook to advertise that there will be substance abuse prevention work in the game. For that lottery a video was made with some junior ice hockey players starring with the Bunny.</p> <p>The result of the development work was successful. The Bunny got 156 followers in Instagram between March and October. The video reached 9 404 users in Facebook and it was viewed 931 minutes. The lottery in the ice hockey game was not such a huge success, but there were over 3000 people in the game. So the visibility that the Bunny got on the screen and through the announcement was impressive. As a result the substance abuse prevention work became more effective and reachable for the citizens of Mikkeli. In the process new ways to increase the visibility of the work were developed. The social media services will be in active use in the future and the commissioner will keep the relations with the Jukuri ice hockey team organization alive.</p>		
Keywords Substance abuse prevention work, Social media, visibility		

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	KEHITTÄMISTYÖN TAUSTA JA TARVE	7
2.1	Kehittämisen tausta	7
2.2	Lähtökohtatilanteen ja kehitystarpeen kuvaus.....	9
3	KEHITTÄMISHANKKEEN TEOREETTINEN PERUSTA	12
3.1	Ehkäisevä ja korjaava päihdetyö.....	12
3.1.1	Ehkäisevä päihdetyö.....	12
3.1.2	Korjaava päihdetyö	13
3.1.3	Lainsäädäntö.....	14
3.1.4	Ehkäisevän päihdetyön tavoitteet, menetelmät ja kohderyhmät	16
3.2	Nuorten päihteiden käyttö	18
3.2.1	Päihteiden käytön ja tupakoinnin yleisyys nuorten keskuudessa.....	18
3.2.2	Nuorten päihteiden käyttöön vaikuttavat tekijät	20
3.2.3	Päihteiden käytön vaikutus aivoihin	21
3.2.4	Sosiaalisen verkoston rooli nuorten päihdekokeiluissa	23
3.3	Kehittämisen näkökulma	24
4	KEHITTÄMISTEHTÄVÄ.....	25
4.1	Kehittämisen kohde ja tavoite	25
4.2	Toimenpide	27
5	KEHITTÄMISPROSESSIN TOTEUTUS	28
5.1	Suunnitelman laatiminen	28
5.2	Toteutus	30
6	TULOKSET, ARVIONTI JA POHDINTA	33
6.1	Tulokset.....	33
6.2	Arviointi	37
6.3	Palaute.....	39
6.4	Pohdinta.....	40

LÄHTEET 43

KUVALUETTELO

LIITTEET

Liite 1. Mediakuution mainos

Liite 2. Päihteettömän Pupun kortti ja lentolehtinen

1 JOHDANTO

Opinnäytetyössämme kehitämme Mikkelin kaupungin ehkäisevän päihdetyön jalkautuvantyon menetelmän Päihteettömän pupun näkyvyyttä. Tavoitteenamme on näkyvyyden lisääminen eri ikäisten kaupunkilaisten keskuudessa. Ehkäisevän päihdetyön kohderyhmä laajenee kattamaan kaikki ikäryhmät Mikkelissä. Edelleen työn kohteena ovat kuitenkin pääosin mikkeliiläiset nuoret. Kehittämistyön keskiössä on Päihteetön pupu, joka on kiinnostava hahmo kulkiessaan tapahtumissa. Päihteetön pupu on jalkautuvan työn menetelmä, joka kehitetty Ohjaamo Olkkarissa. Päihteettömän pupun taustalla oleva idea on, että työntekijän on mahdollista päästä keskusteluyhteyteen ihmisten kanssa helpommin ollessaan Päihteettömän pupun roolissa. Kohderyhmän laajenemisesta johtuen opinnäytetyömme tilaaja Mikkelin kaupungin ehkäisevä päihdetyön koordinaattori haluaa kehittää näkyvyyttä lisääviä elementtejä. Tavoitteeseen pyrimme ottamalla käyttöön sosiaalisen median kanavia aiempaa tehokkaammin. Päihteetön pupu siis aktivoituu sosiaalisessa mediassa.

Kehittämistyömme tärkeä osa on jalkautuminen Jukureiden jääkiekko-otteluun lokakuussa 2017. Menemme sinne yhdessä Päihteettömän pupun kanssa tavoitteenamme näkyä ottelussa aiempaa suuremmalle yleisölle ja uusissa paikoissa. Toinen otteluun liittyvä tavoite on saada ottelun yleisöä lisäämään itsestään yhteiskuvan Päihteettömän pupun kanssa Instagramiin. Ennen ottelua teemme videon, jossa pupu esiintyy ja julkaisemme sen sosiaalisessa mediassa. Taustalla näkyvyyden lisäämisessä meillä on jatkuvasti ajatus siitä, että Päihteetön pupu toimii Mikkelin kaupungin ehkäisevän päihdetyön maskottina. Mikkelin kaupungin ehkäisevän päihdetyön tunnettavuus paranee, kun kaupunkilaiset tietävät kuka on Päihteetön pupu.

Näkökulmana kehittämiselle on ehkäisevän päihdetyön perusajatus lisätä hyvinvointia ja edistää terveyttä. Kehittämisessä käytämme soveltaen Coopperidderin ja Sivestran ratkaisukeskeistä arvostava haastattelu menetelmää (Innokylä 2012). Ryhdymme kehittämään työn tilaajan vahvuuksien ja työssä tulleiden onnistumisen kokemusten kautta. Opinnäytetyötämme teemme tiiviissä yhteistyössä Mikkelin kaupungin ehkäisevän päihdetyön koordinaattorin

kanssa. Tärkeä yhteistyökumppani on myös Jukureiden organisaatio, joka mahdollistaa ottelussa näkymisen, sekä Ohjaamo Olkkari, jonka henkilökuntaa saamme konsultoida työn edetessä.

2 KEHITTÄMISTYÖN TAUSTA JA TARVE

2.1 Kehittämisen tausta

Ehkäisevälle päihdetyölle on kasvava tarve. Alkoholien kasvanut kokonaiskulutus heijastuu ihmisten hyvinvointiin. Se on havaittavissa mm. lisääntyneenä väkivaltana, sairauspoissaoloina ja humalassa tapahtuneiden tapaturmien kasvuna ja maksasairauksina. Tästä syystä on panostettava varhaiseen ongelmien havaitsemiseen ja hoitoon ohjaamiseen. (Ehkäisevä päihdetyö osaksi hyvinvointisuunnitelmaa 2016.) Mikkelin kaupungin hyvinvointikertomuksesta (2013) ilmenee, että nuorten alkoholin vaikutuksen alaisena tehdyt väkivallan teot ovat lisääntyneet. Dokumentista ilmenee, että työikäisten keskuudessa alkoholi on suurin ennen aikaisten kuolemien syy.

Ehkäisevän päihdetyön tarkoitus on edistää hyvinvointia ja terveyttä. Se kuuluu osaksi kuntien ja alueiden tehtävää. Työn tulee perustua hyviin käytäntöihin ja tieteelliseen tietoon sekä päihteiden käytön ja siitä aiheutuvien haittojen seurantaan. (Ehkäisevä päihdetyö osaksi hyvinvointi suunnitelmaa 2016.)

Tarvitaan valistusta sekä tiedon ja ymmärryksen leviämistä, jotta saadaan tietoa ja kokemukset päihteiden haitoista muuttumaan valistuneiksi päätöksiksi kohti hyvinvointia ja voimavaroja. Ehkäisevän päihdetyön tavoitteisiin sitoutuneet ammattilaiset voivat toimia mielipidevaikuttajina. Ihmiselle on hankalaa kertoa mitä pitää ajatella asioista, helpompaa on viestinnän keinoin vaikuttaa siihen mitä asioita pitää ajatella. Taitoa on pitää tärkeitä kysymykset näkyvillä. Ehkäisevä päihdetyö perustuu tutkittuun tietoon. Tuomalla esiin tutkittuun tietoon perustuvia näkökulmia ehkäisevä päihdetyö kasvattaa yleisön päihdetiedon ja -politiikan lukutaitoa. (Soikkeli 2013, 114.)

Ehkäisevä päihdetyö on monialaista verkostotyötä, jota jokainen osapuoli toteuttaa omista lähtökohdistaan. Sitä tekevät eri ammattikunnat, jotka työnsä

puolesta joutuvat käsittelemään päihdekysymyksiä. Mukaan kuuluvat päihde-, hyvinvointi-, terveys-, lainvalvonta-, opetus- ja nuorisotyön eri alat. Ei tule unohtaa elinkeinonharjoittajia ja kansalaisjärjestöjä, jotka kuuluvat osaksi tätä verkostoa. Kansalaiset ovat mukana sekä paikallisyhteisöjen kautta sekä kohderyhmänä. Kansalaisten osallisuuteen kuuluu pääsy suunnittelemaan työtä sekä kansalaiskeskustelu ja -vaikuttaminen. (Soikkeli 2013, 112.)

Ehkäisevä päihdetyö toteuttaa tehtäviä, joihin liittyy sivistyneen yhteiskunnan arvoja ja velvollisuuksia sekä ihmis- ja perusoikeuksia. Ehkäisevä päihdetyö pitää sisällään asioita jotka koskettavat ihmisten oikeutta tietoon. Osaltaan työn tulisi tukea vanhempien kasvatusvastuuta ja muita kasvatuksellisia arvoja sekä edistää syrjäytymisen ehkäisyä. Yksi tehtävä on toimia asiantuntijavaikeuttajana tehokkaan päihdepolitiikan puolesta. (Soikkeli 2013, 112.)

Mikkelin kaupungin ehkäisevän päihdetyön koordinaattorin (EPT-koordinaattori) työnkuva on muuttunut nuoriin kohdistuvasta työstä käsittämään koko kaupungin ja kaikkien ikäluokkien ehkäisevän päihdetyön koordinoimisen. Työnkuvan muutoksen vuoksi ehkäisevän päihdetyön koordinaattorilta nousi tarve oikeanlaisen näkyvyyden lisäämiseen. Sosiaalisen median tarjoamien vaihtoehtojen tutkimiseen ja haltuun ottamiseen ei ole ollut resursseja, koska tiedon lisääminen ja jakaminen vievät suuren osan työajasta. Kehittämisen kärjeksi nousi EPT-koordinaattorin kanssa käytyjen keskusteluiden pohjalta lisätä työn näkyvyyttä jalkautuvan työn menetelmää Päihdeetöntä pupua hyödyntämällä. EPT-koordinaattori myös toivoi apua sosiaalisen median kanavien haltuun ottamisessa. Hyödynnämme kehittämistyössämme kahta kanavaa, Facebookia ja Instagramia, joilla tavoitamme kaikenikäisiä mikkeliiläisiä.

Päihdeetöntä pupu on kehitetty jalkautuvantyön menetelmäksi jo vuonna 2012. Päihdeetöntä pupu idea sai alkunsa kävelevästä lentolehtisestä, josta ei synny roskaa ja saa hymyn ihmisten huulille. Päihdeetöntä pupu herättää mielenkiintoa kaiken ikäisissä ihmisissä. Olkkarin työryhmä kokee tiedon jakamisen ja päihdeistä keskustelun olevan helpompaa, jos työntekijä heittäytyy Päihdeetöntä pupun rooliin. Päihdeetöntä pupu on siis työntekijä pupu asussa. Suuri osa Mikkelin nuorista tunnistaa Päihdeetöntä pupun ja sen kanssa halutaankin ottaa kuvia sosiaalisen median kanaviin. Myös aikuiset ja lapset ovat kiinnostuneita

ikuistamaan itsensä Päihteettömän pupun kanssa. Aiomme hyödyntää jalkautuvan työn menetelmää omassa kehittämistyössämme, koska se on jo saanut näkyvyyttä kaupungissa.

2.2 Lähtökohtatilanteen ja kehitystarpeen kuvaus

Mikkelin kaupunkiin on nimetty ehkäisevän päihdetyön koordinaattori, jonka tehtävänä on toimia yhteyshenkilönä eri toimijoiden välillä. Kaupungilla on myös ehkäisevän päihdetyön työryhmä. Mikkelin kaupungin strategiassa huomioidaan myös päihteiden käytön ehkäisy. Strategiaan sisältyvässä asukkaiden hyvinvointiohjelmassa kerrotaan yhden painopisteen olevan päihteiden käytön vähentäminen vahvistamalla terveitä elämänarvoja sekä tapoja (Mikkelin kaupungin strategia 2013.) Ohjaamo Olkkarissa toteutetaan ehkäisevää päihdetyötä kaikessa toiminnassa perustyön ohella. Hyvinvointikertomuksen mukaan aikuisille on tarjolla päihdehuollossa lähinnä laitos- ja palveluasumis- palveluita. Ikäihmisten kohdalla päihteiden käytön tunnistamisen ja puuttumisen mallia vasta kehitetään. (Hyvinvointikertomus 2013) Hyvinvointikertomus on päivitetty vuonna 2013 ja uutta ollaan valmistelemassa. Pohdimme, että hyvinvointikertomuksesta löytyvä tieto ei välttämättä vastaa tämän päivän tilannetta. Mikkelin kaupungin ehkäisevän päihdetyön koordinaattorin mukaan ehkäisevää päihdetyötä työikäisille tehdään tällä hetkellä pääsääntöisesti työterveyshuollossa.

Ehkäisevän päihdetyön koordinaattorin (EPT-koordinaattori) toimenkuvaan kuuluvat tällä hetkellä päihdekasvatus kaiken ikäisille, ala- ja yläkoululaisten päihdekasvatustunnit, tapahtumat kouluilla ja muu kouluyhteistyö, vanhempainillat koulujen pyynnöstä, yhteistyö järjestöjen kuten Viola Ry:n ja Liikenneturvan kanssa, oma tapahtumatuotanto, Mikkelin kaupungin edustaminen erilaisissa tapahtumissa ja muissa kunnissa sekä materiaalien tuottaminen eri yhteistyökumppaneiden käyttöön. Toimenkuvaan kuuluu myös tiedotus kunnan päihdetilanteesta ja tilastotiedon kokoaminen. EPT-koordinaattorin toimipisteensä sijaitsee Mikkelin Ohjaamo Olkkarin yhteydessä. Keskusteluista hänen kanssaan selvisi että, tiedotusta tulee lisätä ja se on huomioitava paremmin työnkuvan kehittyessä. Kehittämistyömme tarkoitus on löytää uusia kei-

noja tiedotukselle non-formaaleja kanavia kuten sosiaalista mediaa hyödyn-
täen. Kehittämisen tarve ilmenee myös uudistuneen kohderyhmän tuomista
haasteista. Mikkelin kaupunki linjasi lakiin ehkäisevän päihdetyön järjestämi-
sestä (24.4.2015/523) että tehdä työtä kaiken ikäisille. Tämän myötä EPT-
koordinaattorin kohderyhmä laajeni kattamaan nuorten lisäksi myös kaikki
muut ikäryhmät Mikkelissä. Tällä hetkellä EPT-koordinaattorin työn painopiste
on nuorten parissa tehtävässä työssä. Tätä epäkohtaa on tarkoitus tasoittaa
tulevaisuudessa. Ensimmäinen askel kohti kaikkien ikäryhmien tavoittamista
on kehittää työn tunnettavuutta ja näkyvyyttä Mikkelissä. Sosiaali-ja terveys-
huollonuudistus sekä maakuntanuudistukset vaikuttavat EPT-koordinaattorin
työhön. Julkisten palveluiden sekä sosiaali-ja terveyshuollonuudistus kavensi
työkentän kattamaan Mikkelin kaupungin alueen, eikä ehkäisevän päihdetyön
koordinaattori toimi enää Puumalassa, Pertunmaalla, Pieksämäellä eikä Ju-
valla.

Kehittämismenetelmäksi valikoitui Cooperidderin ja Sivestran ratkaisukes-
keistä arvostava haastattelu-menetelmä, jota käytämme soveltaen prosessin
aikana. Menetelmän tarkoitus on tukea vahvuuksia huomioiden työntekijän tai
työyhteisön huippuhetket sekä onnistumiset. (Innokylä 2012.) Keskusteluiden
pohjalta kävi ilmi, että EPT-koordinaattorilla on taito heittäytyä Päihteetön
pupun rooliin ja hän on kokenut onnistumisia työssään käyttäessään tätä jal-
kautuvan työn menetelmää. Päihteetön pupu on myös saanut jo kuluneina
vuosina huomioita Mikkelissä, joten koemme, että näistä syistä Päihteetön
pupu voisi toimia onnistuneesti kehittämisen kärkenä. Koemme, että Päihte-
etön pupu on vahvuus Mikkelin kaupungin ehkäisevässä päihdetyössä ja tästä
syystä sitä on kannattavaa käyttää keulahahmona näkyvyyden lisäämisessä.

Ehkäisevä päihdetyö on laajaa ja monialaista yhteistyötä. Mikkelissä on viime
vuosina kehitetty nuorten palveluita. Ohjaamo Olkkarissa kehitetään koko ajan
uusia ohjausmalleja nuorten aktivoimiseen ja työllistymisen parantamiseen.
(Hyvinvointikertomus 2013.)

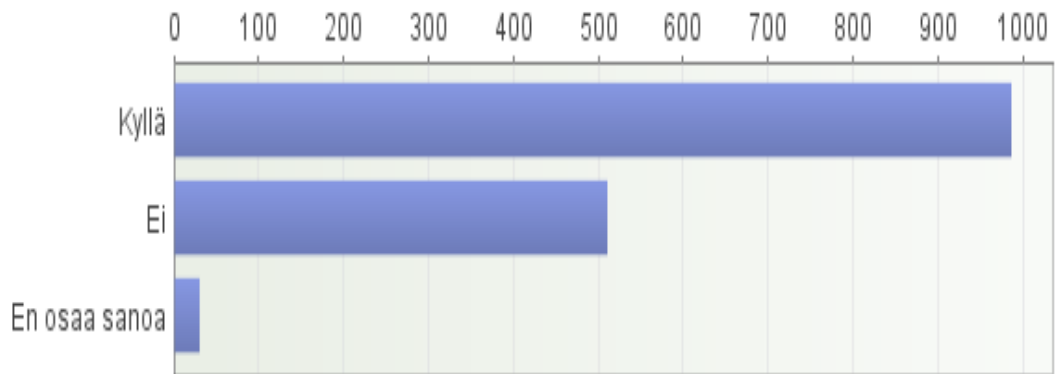
Etelä-Savon sairaanhoitopiirin kuntayhtymän tekemään päihdetilannekyselyyn
vuonna 2014 vastanneiden kokonaismäärä oli 1541 henkilöä. Kyselyn ei voida
sanoa olevan yleistettävä, koska vastaajien määrä ei kohtaa riittävän hyvin

koko seudun asukkaiden määrää. Kyselyn tuloksia pohdimme suuntaa antavasti. Yli 1200 vastaajaa eli suurin osa oli naisia. Vastaajien ikä jakautuu seuraavasti 46–63 vuotiaita noin 630, 31–45 vuotta noin 495, 18–30 vuotta 220 ja alle 18–vuotiaita vastaajia on noin 170. Vastaajista 1100 on vastannut kyselyyn koskien Mikkelin kaupunkia, muita kyselyn kuntia olivat Hirvensalmi, Joroinen, Juva, Kangasniemi, Mäntyharju, Pertunmaa, Pieksämäki ja Puumala. Kunnassa tehtävä päihdetyö oli tuttua vain vähän yli 300 vastaajalle. Päihdetyöllä tarkoitetaan päihdetyötä Mikkelin Olkkarissa, koulun nuoriin kohdistuvaa ehkäisevää päihdetyötä, erilaisia tapahtumia ja teemoja kuten päihdeputkea, Päihteetöntä pupua, neuvolaa ja A-klinikkaa. Vähän yli 800 vastajaa on sitä mieltä, että kunnassa käytetään liikaa alkoholia. Vastaajista hiukan alle 300 on sitä mieltä, että ravintoloiden aukiolo aikoja tulisi supistaa. Hiukan alle 750 vastaajaa kokee, että alkoholiteollisuuden sponsorointi tulisi kieltää urheilutapahtumien yhteydessä kunnan alueella.

Päihteiden käytöstä johtuvia haittoja joihin vastaajien mielestä tulisi puuttua ovat erityisesti alaikäisten ja nuorten päihteiden käyttö sekä alkoholin välittäminen alaikäisille, humalajuominen ja huumeiden käyttö. (Päihdetilannekysely 2015.)

Vastaajista lähes tuhat on ollut huolissaan läheisen ihmisen alkoholinkäytöstä. (Päihdetilannekysely 2015). Tämä osoittaa mielestämme tarpeen ehkäisevän päihdetyölle ja työn näkyvyyden lisäämiselle. Ehkäisevän päihdetyön näkyvyys liittyy olennaisesti tiedottamiseen ja kuntalaisten tavoittamiseen eri kanavien kautta. Kuvasta 1 ilmenee vastaukset vain alkoholin osalta, eli voimme vain olettaa, että huolestuneisuusluku olisi korkeampi, jos mukana kysymyksessä olisivat huumeet, tupakka ja rahapelaaminen.

Valtaosa vastaajista on joskus ollut huolissaan läheisensä alkoholin käytöstä.



Kuva 1. Kuntalaisen huoli läheisen alkoholin käytöstä (Päihdetilannekysely 2015)

Vastaajien mielestä keinot joita tulisi käyttää päihdehaittojen ehkäisemiseksi, voidaan karkeasti jakaa viiteen eri osa-alueeseen. Osa-alueet ovat vaikuttaminen nuoriin, päihteiden saatavuuden rajoittaminen eri muodoissa, jalkautuvan työn ja valvonnan lisääminen, perheiden tukeminen, puheeksi otto työterveys-huollossa ja varhainen puuttuminen. Vastauksista nousi esiin, että ehkäisevää päihdetyötä tulisi tehdä aktiivisesti eri kanavien kautta.

3 KEHITTÄMISHANKKEEN TEOREETTINEN PERUSTA

3.1 Ehkäisevä ja korjaava päihdetyö

3.1.1 Ehkäisevä päihdetyö

Yhteisö on usein pyrkinyt pakkokeinoin rajoittamaan päihteiden käyttöä. Tämä yhteisön kontrolli ei kuitenkaan ole koskaan saavuttanut haluttuja tuloksia. Paloviina saapui Suomeen 1600-luvulla. Tuolloin oluen paneminen oli arkipäiväinen asia. Alkoholi nähtiin jopa terveellisenä tuotteena. 1700-luvulla kuningas Kustaa III huomioi alaikäisten väkijuomien käytön säätäen asetuksen, joka velvoitti vieroittaman lapset pahasta tavasta. Hän rajoitti myös talonpoikien suhdetta viinaan kieltolaila. Kieltolaki sai aikaan salapoltoa talonpoikien keskuudessa. Murrokset yhteiskunnassa ovat luultavasti lisänneet alkoholin käyttöä ja lisääntynyt alkoholin käyttö on taas tuonut uusia pakkokeinoja käyttöön. Kun Suomi joutui Venäjän vallan alle, keisari pyrki estämään rahvaan

juoppoutta moraalista syistä. Keinona hänellä oli jälleen kieltolaki, joka äärimmäisyyksissään saattoi johtaa jopa vankilatuomioon. Tämäkään pakkokeino ei johtanut merkittäviin tuloksiin. Ehkäisevää päihdetyötä harjoittivat 1800-luvun lopulla papit. He neuvoivat, ohjasivat ja ennen kaikkea vetosivat ihmisten moraalisiin. Kansan keskuudesta syntyivät raittiusliikkeet, jotka nähtävästi onnistuivat työssään pappeja ja valtiovaltaa paremmin. (Saarelainen ym. 2003, 46.)

Päihdetyö jakautuu ehkäisevään päihdetyöhön ja korjaavaan päihdetyöhön. Ehkäisevässä päihdetyössä lähestytään asioita hyvinvoinnin edistämisen näkökulmasta. Tavoitteena on toimia päihteiden ja tupakkatuotteiden käytöstä ja rahapelaamisesta aiheutuvien haittojen ennalta ehkäisijänä mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Ehkäisevä päihdetyö edistää hyvinvointia ja terveitä elämäntapoja ja se koskettaa koko väestöä (Normann ym. 2015, 7). Lisäksi se on onnistuessaan yhteiskunnalle ja siinä elävälle yksilölle taloutta kohentava työmuoto. Päihteet vaikuttavat ihmisten arkipäivään jollain muotoa läpi elämän. Ehkäisevä päihdetyö siis koskettaa ihmisiä jokaisessa elämänvaiheessa. (Normann ym. 2015, 5.) Väestön terveyseroista noin kaksi kolmasosaa selittyy tupakoinnin ja alkoholin riskikäytön vaikutuksista. Ehkäisevän päihdetyön pyrkimys on vähentää hyvinvointi- ja terveyseroja kuntalaisten välillä. (Ehkäisevä päihdetyö osaksi hyvinvointikertomusta 2016.) Ehkäisevässä päihdetyössä pyritään mahdollistamaan päihteettömyys, sekä tukemaan yksilön kykyä tehdä terveellisiä ja hyviä valintoja. Työssä informoidaan päihteiden vaikutuksesta terveyteen, herätellään keskustelua päihdeasioista ja rakennetaan turvallista arvomaailmaa. (Normann ym. 2015, 7.)

3.1.2 Korjaava päihdetyö

Kehitys päihdehuollossa- sekä valituksessa on vuosikymmenien saatossa tullut lähemmäksi tilannetta, jossa valituksen tai hoidon kohde on subjekti. (Saarelainen ym. 2003, 50- 51).

Päihteiden käyttö voi johtaa monenlaisen avun, tuen, hoidon sekä kuntoutuksen tarpeeseen. Runsas päihteiden käyttö vaikuttaa heikentävästi ihmisen toiminta- ja työkykyyn, sekä läheisiin ihmissuhteisiin. Päihteiden käyttö, raha-

pelaaminen ja tupakointi voivat jokainen aiheuttaa yksinään riippuvuuksia. Toisinaan ongelmaan voi liittyä yhtäaikainen riippuvuus monesta asiasta. Päihteiden aiheuttamat ongelmat liittyvät somaattisiin sairauksiin, mielenterveyden häiriöihin sekä sosiaalisiin ongelmiin. (THL 2016.)

Päihdehuoltolaki (1986/41) määrittää, että kunnan tulee järjestää päihdepalveluja esiintyvän tarpeen mukaisesti niin sosiaali- ja terveydenhuollon peruspalveluiden osana sekä päihdehuollon erityispalveluna. Sosiaali- ja terveydenhuollon peruspalveluina käsitetään perusterveydynhuolto, sosiaalipalvelut mm. lastensuojelu, mielenterveyspalvelut, työterveyshuolto, äitiys- ja lastenneuvolatyö, kotipalvelu sekä kotisairaanhoido, terveyskeskustenvuodeosastot ja erikoissairaanhoidon poliklinikat ja vuodeosastot. Peruspalveluiden rooli korjaavassa päihdetyössä on päihdeongelmien tunnistaminen, akuuttien palveluiden tarjoaminen kuten katkaisuhoidon tarjoaminen ja tapaturmien sekä sairauksien hoito. Peruspalveluissa arvioidaan päihdehuollon erityispalveluiden tarve sekä ohjataan ja motivoidaan asiakasta oikeiden palveluiden piiriin. Päihdehuollon erityispalveluihin kuuluu avopalveluina järjestettävät A-klinikat ja nuortenasemat. Laitospalveluina järjestetään katkaisuhoidoa ja kuntoutusta. Päihdehuollon erityispalveluiden tehtävä on arvioida asiakkaan hoidon tarve ja päihdeongelma. Tämän jälkeen palvelussa hoidetaan päihdeongelmaa tilanteen mukaan terapeuttisella avohoidolla, katkaisuhoidolla tai kuntoutuksella, jälkikuntoutuksella. Hoidon tukena on myös asumispalveluita ja päivätoimintaa. (Stakes 2007, 12)

3.1.3 Lainsäädäntö

Ennaltaehkäisevää työtä korosti vuonna 1987 voimaan astunut päihdehuoltolaki, joka korostaa monien eri tahojen verkostoitumista. Ennaltaehkäisyllä on lain mukaan tarkoitus estää ongelmakäyttöön johtavia elinoloja ja elintapoja syntymästä, sekä vaikuttaa koko kansan asenteisiin jakamalla tietoa päihteistä. (Saarelainen ym. 2003, 50- 51.) Suomen lainsäädäntö ohjaa päihteiden ja tupakan myyntiä, sekä mainostusta. Huumausainelaki puolestaan tekee huumausaineiden käytöstä laitonta. Lainsäädäntö myös rajoittaa alaikäisten nuorten päihteiden käyttöä (Normann ym. 2015, 7). Alkoholilain (8.12.1994/1143) ensimmäisen pykälän tarkoituksena on alkoholin kulutusta

säätelemällä ehkäistä alkoholipitoisista aineista aiheutuvia yhteiskunnallisia, sosiaalisia ja terveydellisiä haittoja. Alkoholilain 33. pykälä sääntelee alkoholin mainontaa ja suojaa erityisesti alaikäisiä joutumasta mainonnan kohteeksi (Alkoholilaki 8.12.1994/1143).

Lainsäädännöllä tuetaan ja ohjataan ehkäisevää päihdetyötä. Joulukuussa 2015 astui voimaan laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä. Uusi laki syrjäytti vanhan raittiustyölain. Lain ensimmäinen pykälä määrittää ehkäisen päihdetyön järjestämisen julkisen vallan tehtäväksi yhteistyössä yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa. Toinen pykälä määrittelee ehkäisevän päihdetyön toiminnaksi, jonka tavoite on ehkäistä päihteiden käyttöä ja niistä aiheutuvia terveydellisiä, sosiaalisia ja yhteiskunnallisia haittoja. Opinnäytetyössämme määrittelimme päihteen kuten tässä laissa. Päihteellä tarkoitetaan alkoholituotteita, huumausaineita ja päihtymistarkoituksessa käytettyjä lääkkeitä sekä muita aineita. Lain säädökset koskevat päihteiden lisäksi myös tupakkatuotteita ja rahapelaamista. (Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 24.4.2015/523.)

Huumausainelain (30.5.2008/373) ensimmäisen pykälän tavoitteena on huumausaineiden laittoman Suomeen tuonnin, Suomesta viennin, levittämisen, valmistuksen ja käytön ehkäiseminen sekä muiden huumaantumistarkoituksessa käytettävien aineiden aiheuttamien terveysriskien vähentäminen. Huumausainelain viidennessä pykälässä kielletään huumausaineiden käyttö ja kaikki siihen liittyvä käsittely valmistuksesta hallussapitoon (Huumausainelaki 30.5.2008/373).

Tupakkalain (29.6.2016/549) ensimmäisen pykälän tavoitteena on saada tupakkatuotteiden käyttö loppumaan. Ensimmäisen pykälän tavoitteena on myös ihmisille myrkyllisiä aineita sisältävien ja riippuvuutta aiheuttavien tupakkatuotteiden ja muiden nikotiinipitoisten tuotteiden käytön lopettaminen. Tämän tavoitteen saavuttamiseksi tupakkalaissa säädetään toimenpiteistä, joilla ehkäistään tupakkatuotteiden käytön aloittamista ja nikotiiniriippuvuuden syntymistä sekä edistetään tupakkatuotteiden ja vastaavien tuotteiden käytön lopettamista ja pyritään suojaamaan väestöä altistumiselta niiden savulle.”

3.1.4 Ehkäisevän päihdetyön tavoitteet, menetelmät ja kohderyhmät

Ehkäisevän päihdetyön tavoitteena on vähentää päihteiden kysyntää ja saatavuutta ja tarjontaa. Keinoinaan ehkäisevä päihdetyö käyttää päihteettömien elintapojen edistämistä, päihdehaittojen ehkäisyä ja vähentämistä sekä päih-teisiin liittyvien ilmiöiden ymmärryksen lisäämistä. (Stakes 2007.)

Ehkäisevän päihdetyön näkökulma on muuttunut 2000-luvulla. Yhä edelleen on käytössä lääketieteellisiä ja lainopillisia lähestymistapoja. Näiden perinteisten menetelmien lisäksi on kehittynyt menetelmiä joiden avulla nuorille ja heidän kasvattajilleen annetaan taitoja ja tietoa saada aikaan mielekästä toimintaa ja kasvattaa ryhmähenkeä ilman päihteitä. (Maunu 2012, 10,12.)

Alkoholikulttuurin muuttamiseen tarvitaan useita päällekkäisiä toimia. Erilaisia toimintatapoja sisältävät toimet vaikuttavat ihmisten asenteisiin, käyttäytymiseen ja kulttuuriin. Toimet voidaan jakaa sisäiseen vaikuttamiseen eli kasvatukseen, ulkoiseen vaikuttamiseen eli sääntelyyn sekä kulttuuriseen vaikuttamiseen eli valistamiseen. Sisäinen vaikuttaminen eli kasvatusta ja tiedon jakaminen keskittyvät yksilön kykyjen ja päätöksenteon kehittämiseen. Sisäinen vaikuttaminen tapahtuu osana kasvamista ja kasvatusta, josta vastaavat kodit, koulut sekä myös harrastetoiminta, nuorisotyö ja muut nuoren elämässä mukana olevat tahot. Ulkoinen vaikuttaminen eli sääntely tarkoittaa yhteiskunnallisia sääntelytoimia, joilla alkoholin saatavuutta ja tarjontaa rajoitetaan. Sääntelykeinoja ovat hintaan, verotukseen, myyntiin, ikärajoihin, aukioloaikoihin, mainontaan ja muihin toimiin vaikuttaminen. Sääntelyn tarkoituksena on vähentää alkoholin läsnäoloa ihmisten arjessa. Kulttuurisen vaikuttamisen eli valistamisen tarkoituksena on saada erilaisin keskusteluiden, kampanjoiden ja valistusiskujen avulla saada ihmiset pohtimaan alkoholin käyttöä. Valistuksella pyritään saavuttamaan kulttuurista ja sosiaalista painetta muuttamaan asenteita ja käyttäytymistä. (Soikkeli, ym. 2015, 15–18.)

Yhteiskunnan poliittisia päätöksiä päihdehaittojen vähentämiseksi on rajoittaa päihteiden hintaa, saatavuutta ja markkinointia. Vaikuttava politiikka aiheuttaa yleensä vastustusta päihdekaupan ja teollisuuden piireissä, eikä yksittäinen kansalainenkaan näe aina rajoitustoimenpiteiden tehoa ja hyötyä. (Soikkeli & Warsell 2013, 19-20.)

Soikkeli ym. (2015, 19.) toteavat: ”Mikäli todella halutaan saada aikaan muutoksia sekä yksilöiden käyttäytymisessä, että kulttuurissa, täytyy käyttää rinnakkain kaikkia kolmea vaikutustapaa: kasvatusta, kontrollia ja valistusta. Mikään niistä ei ole vaihdettavissa toiseen.”

1990-luvulla valistuskampanjoiden esim. Kännissä olet ääliö, Kokototuus ohella yleistyivät elämypedagogiset päihdevalistusmenetelmät kuten päihdeputket ja erilaiset valistusreitit. Käytössä on myös erilaisia toiminnallisia työskentelymuotoja, joilla on pyritty välittämään päihdetietoutta osallistamalla nuori mukaan käsittelemään omia tuntemuksiaan ja mielipiteitään. Päihdevalistustuokion voi toteuttaa draaman, musiikin, leikkien, piirtämisen ja erilaisten pelien avulla. (Herranen 2010, 30- 31.)

Laatutähteä kiertämässä- Ehkäisevän päihdetyön laatukäsikirjan laatutähtisäntössä työn kohderyhmää voidaan erotella seuraavasti: ” Kohderyhmä voi muodostua yksilöistä, ryhmistä, yhteisöistä, toimintaympäristöistä tai muista tarkemmin määritellyistä yksiköistä. Kohderyhmiä voi myös erotella toteutuksen helpottamiseksi: välillinen ja lopullinen kohderyhmä. Voidaksemme paremmin ehkäistä nuorten (lopullinen kohderyhmä) päihdeongelmia, tuemme vanhempia (välillinen kohderyhmä) kasvattajina.” (Soikkeli & Warsell 2013, 48.) Ehkäisevällä päihdetyöllä voidaan vähentää ja ehkäistä päihdehaittoja vaikuttamalla kansalaisten tietoihin ja asenteisiin. Toinen vaikuttamiskohde on vahvistaa suojaavia tekijöitä sekä vähentää riskitekijöitä. Sillä voidaan vaikuttaa myös päihteisiin ja siihen, kuinka niitä käytetään. Nämä edellä mainitut toiminnot voidaan kohdistaa koko yhteiskuntaan, paikallisyhteisöihin, lähisuhteisiin ja yksilöihin. (Soikkeli & Warsell 2013, 24.)

Ehkäisevälle päihdetyölle nuoruus on kuitenkin elämänvaiheena kaikista hedelmällisin aika vaikuttaa päihdeasenteisiin ja tavoittaa nuori ennen kuin hän mahdollisesti tarvitsee korjaavaa päihdetyön palveluita myöhemmin elämässään. Päihteiden ja tupakkatuotteiden käytön ja rahapelaamisen ehkäisy kuuluu kaikille nuorisotyönkentälle toimiville. (Normann ym. 2015, 5.)

Soikkeli ja Warsell (2006) toteavat: ”Ehkäisevä työ on ennakointia. Katto kannattaa korjata aurinkoisella ilmalla, rankkasateessa se on huomattavasti haastavampaa.”

Yleensä ehkäisevä päihdetyö kohdistetaan nuorille päihdekasvatuksena, jolla pyritään vaikuttamaan nuorten asenteisiin ja tietoon. Päihdekasvatuksen pyrkimyksenä on torjua ja ehkäistä käytöstä aiheutuvia haittoja ja tukea päihtetöntä elämäntapaa. Päihdekasvatusta voidaan pitää hyvinvoinnin ja terveyden edistäjänä. Ehkäisevän päihdetyön tekijöiksi voidaan lukea kaikki kasvatus-työtä tekevät vanhempien lisäksi. Päihdekasvatus tapahtuu juomistilanteiden ulkopuolelta, koska nuoret eivät halua aikuisia paikalle kertomaan mitä pitäisi tehdä tai olla tekemättä. Niissä tilanteissa nuorella pitäisi olla jo valmiudet toimia ja tehdä oikeita valintoja. (Maunu 2012, 12- 14.)

3.2 Nuorten päihteiden käyttö

3.2.1 Päihteiden käytön ja tupakoinnin yleisyys nuorten keskuudessa

Tupakoinnin trendi on ollut laskussa viime vuosina. Riskikausi tupakkakokeiluille on siirtymisen ala-asteelta yläasteelle. (Niemelä 2016, 310.) Kouluterveyskyselyn (2015a) mukaan kahdeksannen ja yhdeksännen luokan oppilaista yhdeksän prosenttia tupakoi päivittäin, neljä prosenttia nuuskaa päivittäin ja kolme prosenttia käyttää sähkösavuketta päivittäin. Sähkösavuke on otettu mukaan kyselyyn vuonna 2015. Vuoden 2017 kouluterveyskyselyn tuloksista käy ilmi, että kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisista 7,8 prosenttia tupakoi päivittäin ja 4,5 prosenttia käyttää nuuskaa päivittäin. Vuoden 2017 kyselyssä ei käsitelty sähkösavuketta erikseen. (THL 2017a.)

Lukion ensimmäisen ja toisen vuoden opiskelijoista kuusi prosenttia tupakoi päivittäin, neljä prosenttia käyttää nuuskaa päivittäin ja yksi prosentti käyttää sähkösavuketta (THL 2015b). Vuoden 2017 kyselyn mukaan lukiolaisten ryhmästä 3,4 prosenttia tupakoi päivittäin ja 3,7 prosenttia nuuskaa päivittäin (THL 2017a). Ammatillisten oppilaitosten ensimmäisen ja toisen vuoden opiskelijoista vuoden 2015 kyselyn perusteella päivittäin tupakoivien osuus on huomattavasti suurempi kuin kyselyn muissa ryhmissä. Heistä 30 prosenttia

tupakoi päivittäin, nuuskaa päivittäin käyttää kahdeksan prosenttia ja sähkötu-pakkaa käyttää viisi prosenttia (THL 2015c). Vuoden 2017 kyselyn tulosten mukaan ammatillisten oppilaitosten ensimmäisen ja toisen vuoden opiskeli-joista 23,2 prosenttia tupakoi päivittäin ja 10,3 prosenttia nuuskaa päivittäin. Päivittäin tupakoivien osuus on tässä ryhmässä edelleen suurin, vaikka laskua vuodesta 2015 on tapahtunut (THL 2017a). Kaikissa kolmessa ryhmässä rait-tiiden ja savuttomien nuorten määrä on tasaisesti kasvanut verrattuna aiem-piin tuloksiin (THL 2015a, b, c). Syyskuussa julkaistut vuoden 2017 (THL 2017a) kyselyn tulokset vahvistavat savuttomien nuorten määrän olevan kai-kissa ryhmissä edelleen nouseva.

Kouluterveyskyselyssä huomion arvoinen asia on, että ammatillisten oppilais-ten ensimmäisen ja toisen vuoden opiskelijoiden laittomien huumausaineiden-kokeilut ovat kasvaneet jatkuvasti aina vuoden 2008/2009 tuloksista (THL 2015c). Peruskoulun kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisten huumausaineko-keilut näyttäisivät kyselyn mukaan hienosta laskua. Vuoden 2015 peruskoulun kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisille suunnattuun kyselyyn vastaajia on noin puolet vähemmän kuin aiempina vuosina (THL 2015a). Tämä voi osaltaan vai-kuttaa alhaisempaan prosenttilukuun. Myös lukion ensimmäisen ja toisen luo-kan opiskelijoiden kohdalla huumausainekokeilut ovat jatkaneet laskuaan vuo-desta 2010/2011, jolloin tulos oli korkeimmillaan (THL 2015b). Tuoreimman kyselyn tulosten mukaan peruskoulun kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisista 38,8 prosenttia on sitä mieltä, että omalta paikkakunnalta on helppoa hankkia huumeita. Vastaava luku lukiolaisten ryhmästä on 46,1 prosenttia ja ammat-tioppilaitosten ryhmästä 52,8 prosenttia. (THL 2017b.)

Yleisin huume Suomessa on kannabis ja se on myös nuorten yleisimmin ko-keilema huumausaine. Huumausaineita kokeillut ryhmä myös pääsääntöisesti tupakoi ja käyttää alkoholia. On todettu, että alkoholia humalahakuisesti käyt-tävien nuorten joukko ajautuu herkemmin myös muiden päihteiden kokeiluihin. (Niemelä 2016, 311.) Peruskoulun kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisista 7,5 prosenttia on kokeillut marihuanaa tai kannabista ainakin kerran. Lukion en-simmäisen ja toisen luokan opiskelijoilla vastaava luku on 11,6 prosenttia. Am-mattioppilaitosten ensimmäisen ja toisen vuoden opiskelijoilla vastaava luku

on puolestaan 20,6 prosenttia eli korkein kaikista kolmesta ryhmästä. (THL 2017b).

Kyselyn tulosten vertailusta käy ilmi, että alkoholinkäyttö ja humalajuominen ovat laskussa jokaisessa ryhmässä. Raittiiksi itsensä ilmoittavien nuorten määrä on myös kasvanut. Peruskoulun kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisista raittiita on vuoden 2015 kyselyn mukaan 58 %, lukion ensimmäisen ja toisen luokan opiskelijoista 31 % ja ammatillisten oppilaitosten ensimmäisen ja toisen luokan opiskelijoista 23 %. (THL 2015 a, b, c.) Raittiiksi itsensä ilmoittavien määrä on vuoden 2017 kyselyn tuloksissa peruskoulun kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisilla 61,7 prosenttia, lukion ensimmäisen ja toisen vuoden opiskelijoilla 35,1 prosenttia ja ammatillisten oppilaitosten ensimmäisen ja toisen luokan opiskelijoilla 26,4 prosenttia. (THL 2017b). Kyselyn tulosten perusteella näyttää siltä, että raittiiden nuorten määrä on jatkanut kasvuaan jokaisessa ryhmässä.

18–25-vuoden iässä satunnainen humalajuominen on melko yleistä. Yli 18-vuotiaista alkoholia käyttää kerran kuussa noin 80 %. Varhaisaikuisuudessa 20–25-vuoden iässä alkoholin kulutus ja humalajuominen ovat suurimmillaan. Tämän jälkeen yleistä on, että alkoholin juominen kääntyy laskuun elämään tulleiden velvoitteiden kuten perheen tai työn vuoksi. (Niemelä 2016, 311.) Päihdekokeilujen yleisyydestä huolimatta nuorten keskuudessa ei niistä valtaosalla kuitenkaan synny haitallista käyttöä tai riippuvuutta myöhemmin (Niemelä 2016, 313). Suomalaisten nuorten alkoholinkäyttötottumukset poikkeavat eurooppalaisesta keksitasosta. Pääsääntöisesti suomalaisnuori juo humalakuoisemmin alkoholia kuin keskiverto eurooppalainen. Huumausaineita suomalaisnuoret käyttävät taas vähemmän verrattuna eurooppalaiseen keskitasoon. 2000-luvulla nuorten täysraittius on kasvanut ja nuoret kokeilevat alkoholia ensimmäisen kerran myöhemmällä iällä kuin aiemmin. (Niemelä 2016, 311.)

3.2.2 Nuorten päihteiden käyttöön vaikuttavat tekijät

Varhaiset päihdekokeilut altistavat myöhemmille päihdeongelmille. Nyrkki-säännöksi voidaan sanoa, että mitä nuorempana päihteiden käyttö alkaa sitä varmemmin siitä seuraa päihdeongelmia myöhemmin. Arvion mukaan ennen

kuin nuori täyttää 14 vuotta jokainen raittiina pysytty vuosi vähentää päihdeongelmia riskiä 14 prosenttia. Sikiön altistumien päihteille kohdussa lisää myös riippuvuuden riskiä. (Niemelä 2016, 311.)

Nuoren kaveripiirillä on vaikutusta päihteiden käyttöön. Kun nuoren sosiaalisella piirillä on negatiivinen asenne sääntöjä ja rajoja kohtaan, sekä myönteisen asenne päihteitä kohtaan on todennäköisempää, että nuori alkaa niitä käyttämään. Nuorten päihteiden käyttö on sosiaalista ja on poikkeuksellista, että nuori käyttää alkoholia yksin ollessaan. (Niemelä 2016, 311.) Huomion arvoinen asia on, että nikotiinia sisältävien tupakkatuotteiden tai huumausainien käyttö muuttuu usein alkoholin käyttöä nopeammin säännölliseksi ja ongelmalliseksi käytöksi. (Niemelä 2016, 313.) Perheen alkoholin käyttö vaikuttaa perheen lasten päihteiden käyttöön. Jos perheessä käytetään paljon alkoholia, on sitä luultavasti myös helpommin nuoren saatavilla. Vuorovaikutusongelmat, puutteelliset vanhemmuustaidot ja valvonnan puute vaikuttavat myös osaltaan nuoren päihdekäyttöön. (Niemelä 2016, 311.)

Päihderiippuvuuden sanotaan periytyvän, tosin ympäristötekijät vaikuttavat merkittävästi ja ne voivat nuoruusiällä vaikuttaa suojaavasti päihteiden käytön aloittamiseen ja säännöllistymiseen. Päihdeperheiden lasten kohdalla kasvuympäristön riskitekijät saattavat kasaantua. Traumaattiset kokemukset esim. perheväkivalta, seksuaalinen hyväksikäyttö ja kaltoinkohtelu ovat yleisempiä päihdeongelmaisten perheissä. Päihderiippuvaisten vanhempien jälkikasvulla on normaalia enemmän käytöshäiriöitä ja vaikeampi temperamentti, mikä lisää kaltoinkohtelun mahdollisuutta. (Niemelä 2016, 311.)

Lapsen käytöshäiriöt aikaistavat päihdekokeiluja ja lisäävät riippuvuuden riskiä. Erityisesti tyttöjen masennus mahdollisesti lisää riskiä haitalliseen käyttöön tai riippuvuuteen. Myös osalla ahdistuneisuushäiriöstä kärsivillä on taipumus aloittaa päihteiden käyttö aikaisemmin. (Niemelä 2016, 312.)

3.2.3 Päihteiden käytön vaikutus aivoihin

Alkoholi ja huumeet vaikuttavat aivoihin kolmella tasolla riippuen käytön säännöllisyydestä ja ajasta. Ensimmäisellä tasolla on välitön vaikutus havaintoihin

ja tunteisiin. Toistuvan käytön yhteydessä kehittyy toleranssi sekä vieroitusoireet. Kroonisen käytön yhteydessä kehittyy neurologisia vaurioita. Aineet jotka vaikuttavat mielialaan vaikuttavat myös suoraan aivoihin. Vaikutus kohdistuu neuronivälittäjäaineisiin. Neuronivälittäjäaineet ovat molekyyliä, jotka vievät viestiä hermopäätteeltä toiselle. Tärkein näistä aineista on dopamiini, joka vaikuttaa ihmisen liikkeisiin, kognitioon ja hyvinvointiin. Alkoholinkäyttö lisää dopamiinia aivoissa. Amfetamiini puolestaan estää sen molekyylin toiminnan, joka kuljettaa dopamiinin pois. Aivojen dopamiinin säätelyjärjestelmä on monimutkainen. Se koostuu hermosoluista, välittäjäaineista, hormoneista ja aminohapoista. Tämän aivotoinnin säätelyyn liittyvät genetiikka, ulkoiset ärsykkeet sekä aineet ja lisäksi kehon normaali rytmi. Päihteiden pitkäaikainen käyttö johtaa neuroadaptaatioon. Aivot tottuvat päihteeseen ja alkavat sopeuttaa toimintaansa siihen. Kun päihteiden käytön vuoksi aivoissa liikkuu enemmän välittäjäaineita aivot tasapainottavat tilaa vähentämällä hermosolujen reseptorien määrää. Tästä seurauksena tarvitaan jatkuvasti enemmän päihdettä, jotta aivot saavuttavat normaalitilan. Näin kehittyy toleranssi, jonka vuoksi ihminen sietää enemmän päihteitä ennen kuin päihde vaikuttaa mielialaan ja käytökseen. Kun vieroitus aloitetaan aivosolut reagoivat ja aiheuttavat vieroitusoireita. (Myllyhoito s.a..)

Alkoholin tai huumeiden krooninen käyttö sekä suuret kerta-annokset vaurioittavat aivoja. Neuropsykologiset häiriöt ovat yleisiä päihdehoitoon tulevilla asiakkailla. (Myllyhoito s.a..) Alkoholi aiheuttaa myös aivojen rakenteellisia muutoksia sekä aivojen verenkierron hidastumista sairauksien ja toimintahäiriöiden lisäksi. Alkoholistien aivot ovat vuosien juomisen vuoksi keventyneet ja pienentyneet. Tämän on havaittu johtuvan valkean aineen katoamisesta. Kuvantamistutkimuksilla on pystytty seuraamaan aivojen rakenteellisia muutoksia. Osa muutoksista palautuu alkoholismista parantumisen myötä ja on pysyviä. Alkoholi aiheuttaa vaurioita, jotka vaikuttavat kognitiivisiin toimintoihin. (Latvala ym. 2013, 53–54.)

Etenkin alkoholisteilla ilmenee monia keskushermoston sairauksia ja häiriöitä muuta väestöä useammin. Aivoverenvuodot ja kulutetun alkoholin määrä ovat yhteydessä toisiinsa. Alkoholinkulutuksen kasvaessa myös riski aivoverenvuodon riski kasvaa. Juominen lisää suurkuluttajilla riskiä saada aivoinfarkti. Taas

1-2 annosta päivässä kuluttaville riski pienenee muuhun väestöön verrattuna. (Latvala ym. 2013, 52.)

3.2.4 Sosiaalisen verkoston rooli nuorten päihdekokeiluissa

Juomisella tavoitellaan useimmiten sosiaalisia tuntemuksia ryhmässä. Ensimmäiset juomiskokeilut tapahtuvat yleensä kaveriporukassa, nuori ei opettele juomaan yksin. Ensimmäisiä kertoja päihteisiin tutustuva nuori ei käytä aikaa tai rahaa maistellakseen laadukkaita viinejä tai erikoisoluita yksin omassa huoneessaan. Juomistilanteet ovat sosiaalisia ja toiminnallisia tilanteita. Kaveriporukan kesken jutellaan, nauretaan, tanssitaan tai vietetään aikaa kaupungilla. Nuoret juovat, koska uskotaan että humalassa on hauskaa, vaikka niin ei aina käy. Ryhmän tuoma yhteen kuuluvuuden tunne ja hyvä tunnelma ovat itse asiassa tärkeämmässä roolissa kuin alkoholi. Tästä voisi päätellä, että juomisen nautinto ei niinkään ole kemiallista vaan sosiaalista. Nämä näkökulmat huomioiden ehkäisevään päihdetyöhön 2000-luvulla tullut lisää uusia lähestymistapoja ja menetelmiä, varsinkin nuoriin kohdistettuina. Nuorille esimerkiksi tarjotaan mielekästä päihteetöntä ryhmätoimintaa. (Maunu 2012, 10-11.)

Hyvä päihdekasvatus huomioi erilaiset nuorten ryhmät ja sen, että nuoret haluavat elämältään eri asioita, eri tavoin. Sen takia päihdekasvatuksen tavoitteena on tarjota vaihtoehtoja, auttaa nuorta katsomaan oman elämänsä hyviä ja huonoja puolia. Tärkeää on sekä juomisen motiiveihin vaikuttaminen kuin itse juomiseen. Hyvä päihdekasvatus on ensi sijassa kommunikointia. Tärkeää on huomioida erilaiset ryhmät ja erilaiset kommunikointi- ja toimintatavat. Ehkäisevän päihdetyön viestinnässä ja markkinoinnissa tulee ottaa huomioon vastaanottaja kohderyhmä. Ehkäisevä päihdetyöntekijä toimii monessa eri roolissa, kasvattajana, saarnaajana, tulkkina, taistelijana. Kaikkia rooleja tarvitaan eri tilanteissa ja eri tavalla. (Maunu 2012, 48- 49.)

3.3 Kehittämisen näkökulma

Näkökulmaksemme kehittämistyöhömme muodostui tarkastella päihdetyön kenttää ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta. Näkyvyys sosiaalisessa mediassa koskettaa enemmän ehkäisevää kuin korjaavaa työtä. Mikkelissä Etelä-Savon sairaanhoitopiiri tarjoaa korjaavan päihdetyön palveluita. Me keskitymme opinnäytetyössämme kehittämään ainoastaan Mikkelin kaupungin ehkäisevän päihdetyön näkyvyyttä.

Keskitymme työssämme myös tiedon jakamiseen, joka liittyy olennaisesti yksilön kykyjen ja päätöksenteon kehittämiseen. Tiedon jakamisen voi nähdä osana sisäistä vaikuttamista eli kasvattamista. Pyrimme myös kulttuuriseen vaikuttamiseen eli valistamiseen, jonka tarkoituksena on saada erilaisin keskusteluiden, kampanjoiden ja valistusiskujen avulla saada ihmiset pohtimaan päihteiden käyttöä. Valistuksella pyritään saavuttamaan kulttuurista ja sosiaalista painetta muuttamaan asenteita ja käyttäytymistä. (Soikkeli ym. 2015, 15-18.) Ihmiselle on kuitenkin hankalaa kertoa mitä pitää ajatella asioista, helpompaa on viestinnän keinoin vaikuttaa siihen mitä asioita pitää ajatella. On pyrittävä pitämään tärkeät kysymykset näkyvillä. (Soikkeli 2013, 114.)

Olemme kiinnostuneita katselemaan päihteidenkäyttöä enemmän ennaltaehkäisevästä ja suojaavasta näkökulmasta kuin korjaavasta näkökulmasta. Kehittämistyömme kannalta olemme erityisen kiinnostuneita siitä mitkä tekijät vaikuttavat suojaavasti päihteiden käyttöön. Pyrimme antamaan EPT-koordinaattorille työvälineet jakaa sosiaalisessa mediassa elämäniloista ja hyvinvoinnista välittävää kuvaa työstään. Lisäämällä tietoutta sekä vahvistamalla suojaavia tekijöitä voidaan edistää hyvinvointia ja ehkäistä päihteidenkäyttöä. Suojaavia tekijöitä ovat turvallinen kasvuympäristö, perheenjäsenten väliset hyvät vuorovaikutussuhteet, pärjäämisen ja onnistumisen mahdollisuuksia koulussa tai työssä. Hyvä itsetunto, elämänhallinta taidot sekä vapaa-ajanvieto- ja harrastusmahdollisuudet ovat tärkeitä suojaavia tekijöitä. (Irti huumeista Ry s.a..) Ehkäisevä päihdetyö edistää hyvinvointia ja terveitä elämäntapoja ja se koskettaa koko väestöä. Työssä tiedotetaan päihteiden vaikutuksesta terveyteen, herätellään keskustelua päihdeasioista ja rakennetaan turvallista arvomaailmaa. (Normann ym. 2015, 7.)

Pasanen (2010, 180) kirjoittaa yhteisöllisyyden olevan läsnä internetissä ja tästä syystä se on loistava paikka monen toimijan hyödyntää. Verkossa on jo paljon palveluita, mutta Pasanen mielestä tässä ollaan vielä lapsen kengissä. Uudet palvelut ja yhteisöllisyys jatkavat hänen mukaansa nopeaa kehitystään ja tästä syystä resursseja tulee uhrata verkossa toimimiseen, jotta on mahdollista tehdä vaikuttavaa ja erityisesti tavoitettavaa työtä. Kun on tarkoitus panostaa ehkäisevään päihdetyöhön, on hyvä valita palvelu, jossa nuoret jo ovat. Nuoret on helpompi saada kiinnostumaan julkaisuista ja toiminnoista palvelussa jossa he ovat, kuin itse luodusta uudesta palvelusta. Valmiin palvelun etu on myös se, että siellä on kaikenlaisia nuoria eivätkä he ole valmiiksi hakeutuneet päihdepalveluiden piiriin, tällöin täyttyy myös ehkäisevän päihdetyön kriteerit. Näistä syistä verkon valmiit palvelut ovat ehkäisevälle päihdetyölle hedelmällinen kanava toimia. (Pasanen 2010, 183.) Vaikka Pasanen kirjoittaa ainoastaan nuorista uskomme, että jo olemassa olevia kanavia käyttävät kaikenikäiset ihmiset.

4 KEHITTÄMISTEHTÄVÄ

4.1 Kehittämisen kohde ja tavoite

Ollakseen vaikuttavaa ja kiinnostavaa ehkäisevää päihdetyötä tulee kehittää jatkuvasti. Uudet näkökulmat ja tavat toimia ovat tällä työkentällä tervetulleita. Ehkäisevän päihdetyön tulee pysyä samalla kartalla yhteiskunnan asenteiden ja ilmapiirin kanssa. (Normann ym. 2015, 5.)

Pyrkimyksemme on tuoda Mikkelin kaupungin ehkäisevän päihdetyön jalkautuva menetelmä Päihdeetön pupu näkyville sosiaaliseen mediaan ja kaikenikäisten kaupunkilaisten tietoon. Samalla tuemme Mikkelin kaupungin ehkäisevän päihdetyön näkyvyyttä ja tunnettavuutta. Tavoitteena on kehittää jo olemassa olevaa toimintaa ja tarjota uusia mahdollisuuksia tavoittaa mikkeliläisiä. Sosiaalinen media on aiemminkin ollut tiedotuskanavana ehkäisevälle päihdetyölle. Kehittämistyössämme lisäämme sosiaalisen median kanavien määrää ja luomme uusia keinoja sekä yhteistyöverkkoja näkyvyyden edistämiseksi. Kohderyhmänä kehittämistyössämme ovat kaikki Mikkelin asukkaat.

Tavoitteenamme on saada Päihteettömän pupun Instagram-tili aktiiviseen käyttöön ja lisätä tilin seuraajien määrää kevään ja syksyn aikana. Jalkaudumme Päihteettömän pupun kanssa Jukureiden otteluun, jossa järjestämme yhteiskuva arvonnän Instagramissa. Tuloksena oletamme saavutettavan Päih-teettömän pupun kanssa otettujen yhteiskuvien jakamista Instagramissa, jolla tavoitetaan myös kuvan jakaneen henkilön seuraajat. Instagramissa saavute-tun näkyvyyden myötä oletamme tietoisuuden Mikkeliissä tehtävästä ehkäise-västä päihdetyöstä tavoittavan useita kohderyhmiä.

Tarkoituksemme on myös luoda entistä laajempaa yhteistyöverkostoa Jukurei-den organisaatioon, sekä saavuttaa suurempi näkyvyys heidän otteluissaan joihin EPT-koordinaattori jalkautuu. Näkyvyys otteluissa lisääntyy mediakuuti-oon tulevilla mainoskuvalla sekä kuulutuksella, jotka tavoittavat koko ottelun yleisön. Oletamme kontaktien, joita olemme Jukureiden organisaatioon vah-vistaneet mahdollistavan jatkossa mallin, jolla EPT-koordinaattorin on yksin-kertaista lisätä näkyvyyttä jalkautuessaan Jukureiden kotiotteluihin.

Kehittämistyön suunnitteluvaihetta teemme yhteistyössä Mikkelin kaupungin EPT-koordinaattorin sekä Jukureiden organisaation kanssa. Toteutusvaihe suoritetaan tiiviissä yhteistyössä Mikkelin kaupungin kanssa. Kehittämistyös-ämme suoritamme arviointia jatkuvasti prosessin edetessä. Pyydämme pa-lautetta työn tilaajalta ja tapahtuman yhteistyökumppanilta Jukureilta. Onnistu-misen mittarina käytämme sosiaalisessa mediassa tullutta huomioita. Ver-taamme käyttäjien tykkäysten määrää tilanteeseen ennen tapahtumaa.

Välitön hyödynsaaja on Mikkelin kaupungin EPT-koordinaattori. Kehittämis-työmme tarjoaa hänelle keinoja ja työvälineitä lisätä toimintansa näkyvyyttä ja mahdollisesti myös vaikuttavuutta. Näkyvyyden lisäämisestä hyötyvät toden-näköisesti kaikki kaupunkilaiset pitkällä aikavälillä, kuitenkin välitöntä hyötyä emme pysty havaitsemaan yksittäisen mikkeliläisen arkeen. Kehittämistyö ta-voittaa onnistuessaan aiempaa enemmän kaupunkilaisia, jolloin ehkäisevä päihdetyö tulee tutummaksi työmuodoksi. EPT-koordinaattorilla on laajempi yleisö, jolle tiedottaa tapatumista sekä lisätä tietoutta päihneiden käytön hai-toista. Tekemällä yhteistyötä Mikkelin kaupungin ehkäisevän päihdetyön

kanssa Jukurit toteuttavat yhteiskuntavastuu-ohjelmaansa. Yhteistyö Jukureiden organisaation kanssa antaa urheiluseuralle hyvinvointia ja terveyttä lisäävää imagoa. Ohjaamo Olkkarin Facebook-sivut saavat luultavasti sivutuotteenä lisää näkyvyyttä, koska hyödynnämme niitä materiaalin julkaisemisessa.

4.2 Toimenpide

Tavoitteeseen pyrimme ottamalla käyttöön sosiaalisen median kanavia aiempaa tehokkaammin. Luomme Päihteettömälle pupulle Facebook-sivut ja Instagram-tilin, sekä opastamme näiden kanavien käytössä työvälineenä näkyvyyden lisäämiseksi. Kehittämistyömme tärkeä toteutuksen osa on Jukureiden jääkiekko-ottelu lokakuussa 2017. Käytännön toteutuksen ajankohdaksi valikoimme perjantai-illan ottelun suuremman yleisömäärän vuoksi. Kehittämisen yhdeksi työvälineeksi valikoitui Mikkelin Olkkarissa kehitetty ehkäisevän päihdetyön jalkautuvan työn menetelmä Päihteetön pupu, jonka kanssa jalkautumme peliin. Kehittäminen mahdollistaa sosiaalisen median tehokkaamman valjastamisen näkyvyyden lisäämiseksi jalkautuvan työn menetelmälle.

Käytämme soveltaen Cooperidderin ja Sivestran arvostava haastattelu menetelmää. Arvostava haastattelu on ratkaisukeskeinen toimintamalli, jossa keskitytään jo olemassa olevien vahvuuksien kehittämiseen. Menetelmä sopii tilanteisiin, joissa halutaan innostaa ja motivoida. Arvostava haastattelu menetelmä voidaan jakaa neljään vaiheeseen. Ensimmäisessä vaiheessa tunnustetaan huippuhetkiä sekä onnistumisia ja pohditaan mitkä seikat ovat ne mahdollistaneet. Toisessa eli unelmointi vaiheessa luodaan yhdessä uusi visio onnistumisten pohjalta. Kolmannessa vaiheessa suunnitellaan strategia, jolla visioon päästään. Neljännessä vaiheessa jaetaan kehitetty visio toisten kanssa ja keskustellaan siitä. (Innokylä 2012.) Arvostava haastattelu-menetelmän on tarkoitus saada aikaan positiivisuutta. Positiivinen puhe kuten keskustelut onnistumisista kasvattavat itsetuntoa ja saavat aikaan innostuneisuutta enemmän kuin ongelma lähtöinen kehittäminen, jossa keskitytään asioihin jotka ovat huonosti. (5-D Cycle of Appreciative Inquiry s.a..) Valitsimme menetelmän siitä syystä, koska haluamme pyrkiä tavoitteeseemme niin, että EPT-koordinaattori pystyy vähäisin resurssein hyödyntämään kehittämisen tuloksia. Koemme, että jos lähdemme luomaan jotain täysin uutta toimintamuotoa, se

tarvitsee aikaa ja harjoittelua ennen kuin pääsee osaksi EPT-koordinaattorin työnkuvaa.

Olemme kevään ja syksyn 2017 aikana säännöllisesti yhteydessä EPT-koordinaattoriin voidaksemme tehdä huomioita Instagramin käytöstä ja tarvittaessa auttaa eteen tulleissa ongelmissa. Myös arvostava haastattelu kehittämismenetelmä tarvitsee mielestämme toimiakseen useita tapaamisia ja keskustelua. Avaamme tarkemmin arvostava haastattelu-menetelmän käyttöä osana kehittämistyötämme seuraavassa luvussa.

5 KEHITTÄMISPROSESSIN TOTEUTUS

5.1 Suunnitelman laatiminen

Tapaamisissa EPT-koordinaattorin kanssa toteutimme soveltaen Cooperidderin ja Sivestran ratkaisukeskeistä arvostava haastattelu menetelmää (Innokylä 2012). Kehittämistyömme alkoi helmikuussa 2017 tunnistamisvaiheella, jossa keskustelimme EPT-koordinaattorin kanssa hänen huippuhetkistään jalkautuvassa työssä. Hänen kokemuksensa oli, että Päihteetön pupu toimii hahmona ja se huomataan katukuvassa erilaisissa tapahtumissa. Hän on jalkautunut aiemmin Jukureiden kotipeliin ja kokemus siitä on ollut positiivinen.

Menetelmän toisessa eli unelmointi vaiheessa lähdimme yhdessä hakemaan ratkaisua kehittämistarpeeseen eli kuinka lisätä työn näkyvyyttä. Yhteisten keskusteluiden pohjalta nousi idea, että Päihteetön pupun tulee ottaa sosiaalinen media aiempaa tehokkaammin kanavaksi näkyä, sekä toimia Mikkelin kaupungin ehkäisevän päihdetyön keulahahmona. Halusimme myös vahvistaa onnistumisen kokemusta jalkautuvasta työstä ja osaksi tulevaisuudenkuvaa pääsi myös Jukureiden organisaation kanssa tehtävä yhteistyö ja ottelutapahtumassa näkyminen.

Kolmas vaihe piti sisällään suunnitelman laatimista. Syksyllä 2017 jatkoimme tapaamisia EPT-koordinaattorin kanssa Ohjaamo Olkkarilla. Tapasimme noin kerran viikossa. Silloin ratkoimme mihin keinoihin tartumme näkyvyyden lisää-

miseksi kaikenikäisille mikkeliiläisille. Päätimme toimia niissä sosiaalisen median kanavissa mitä suurin osa kaupunkilaisista käyttää eli Instagram ja Facebook. Strategiaksi muodostui näkyä Jukureiden kotiottelussa lokakuussa ja yhteistyössä Jukureiden organisaation kanssa saada Päihteetön pupu näkyviin jäähalliin aiempaa isommin. Yhteisen ideoinnin pohjalta päätimme toteuttaa arvonnasta ottelussa, jossa osallistujan tulee ottaa yhteiskuva Päihteettömän pupun kanssa ja lisätä se Instagramiin #päihteetönpupu. Kuvan jakaminen lisää näkyvyyttä kaikille kuvan jakaneiden seuraajille. Olimme päässeet selvyyteen siitä, miten aiomme olla pelissä näkyvillä.

Seuraavaksi pohdinnan aiheeksi muodostui markkinointitavan löytäminen ottelun aikana sekä ennen sitä. Kiinnostuksen herättämiseksi päätimme myös tehdä videon ja suorittaa kaksi erillistä arvontaa. Suunnittelimme kuvauspaikka videolle ja syntyi idea kuvata video Ikioma areenalla. Jotta Päihteettömän pupun ei tarvitsisi esiintyä yksin videolla, otimme yhteyttä juniori Jukureiden B-junioreiden joukkueenjohtajaan. Kerroimme mitä olemme tekemässä ja mihin video tulisi jakoon. Korostimme että tarvitsisimme aidon tilanteen videon kuvaamiselle. Saimme luvan osallistua B-junnujen harjoituksiin. Suunnittelimme tapahtumaa varten myös lentolehtisen (liite 2). Postikortin teimme muuhun käyttöön. Siinä on Päihteettömän pupun Facebook- ja Instagram-tilien tiedot (liite 2). Lentolehtistä sekä postikorttia varten otamme valokuvia Päihteettömästä pupusta videon kuvauksen yhteydessä.

Vierailimme syksyn aikana yhdessä Ikioma areenalla, jossa kehittämistyömme käytännön toteutuksen yhden osan on tarkoitus tapahtua. Tutustuimme tiloihin ja pohdimme olisiko järkevintä sijoittaa kiinteä piste, jossa me opiskelijat päivystämme pelin aikana vai kulkisimmeko Päihteettömän pupun mukana. Vierailun aikana syntyi ajatus piilottaa Päihteettömän pupun terveisiä penkkien alle. Terveisiksi valikoitui suklaamuna sekä lentolehtinen, jossa on Päihteettömän pupun kuva ja sosiaalisen median sivujen tiedot (liite 2). Jukureiden myynti- ja markkinointituottaja lupasi välittää ottelun kuuluttajalle tekemämme kuulutuksen Päihteettömän pupun terveisistä. Näin syntyi yksi keino tiedottaa pelin yleisöä Päihteettömän pupun olemassa olosta ja saada heidät innostumaan yhteiskuva arvonnasta 13.10-ottelussa. Otimme vielä yhteyttä Darc-

median videotuotannossa työskentelevään kuvaajaan. Kuvaajan työhön kuuluu kuvata Jukureiden otteluita, jotka näkyvät suorana lähetyksenä Ruutu+ palvelussa. Yhteydenoton tarkoitus oli saada Päihteetön pupu näkyviin myös suoraan lähetykseen.

Tällä suunnitelmalle lähdimme tavoittelemaan EPT-koordinaattorin jalkautuvan työn menetelmälle lisää näkyvyyttä. Strategian keskiössä on sosiaalinen media, jonka käyttöä EPT-koordinaattori lisää avustuksellamme. Tavoite on saada uusia seuraajia Instagramiin sekä lisää tykkääjiä Päihteetön pupun Facebook-sivuille.

Arvostava haastattelu-menetelmän neljännessä vaiheessa jaoimme strategiaamme Jukureiden yhteyshenkilöiden kanssa, sekä keskustelimme Ohjaamo Olkkarin henkilökunnan kanssa. Saimme positiivisen vastaanoton. Muodostui erityisen tärkeäksi, EPT-koordinaattorin lisäksi ajatusten vaihto myös Ohjaamo Olkkarin viestintävastaavan kanssa. Keskustelimme kehittämistyötämme sekä suunnitelmastamme myös muiden yhteisöpedagogiopiskelijoiden kanssa, joilta tullut palaute ja kehittämisajatukset olivat erinomaisen käyttökelpoisia.

5.2 Toteutus

Aloitimme helmikuussa myös yhteydenpidon Jukureiden organisaation kanssa. Sieltä annettiin suostumus tulla otteluun Päihteetön pupun kanssa näkymään. Olimme yhteydessä sähköpostilla Jukureiden myynti- ja markkinointijohtajaan ja myynti- ja markkinointituottajaan. Tässä vaiheessa syksyn pelipäivät eivät olleet vielä tiedossa, joten sovimme, että sopiva pelipäivä katsotaan kesäkuussa.

Käytännön tärkeitä toimenpiteitä olivat maaliskuussa 2017 luoda Päihteetömälle pupulle Instagram-tili. Tili luotiin nimellä ept_pupu, koska Instagramiin ei voinut luoda nimeä Päihteetön pupu. Opastimme ja kannustimme EPT-koordinaattoria sen käytössä. Päihteetömälle pupulle luotiin myös Facebook-sivu, jonne Instagramiin päivitettyt kuvat on helppo jakaa. Neuvoimme kuinka ottaa

kuvia ja millaisia päivityksiä kannattaa julkaista. Ohjeistimme, kuinka kuvat julkaistaan Instagramissa. Kevään aikana EPT-koordinaattori päivitti sivua aktiivisesti ja seuraajia kertyi syyskuuhun 2017 mennessä 132. Seuraajien määrää on tarkoitus kasvattaa lokakuun aikana tapahtuvilla arvonnoilla.

Etukäteismarkkinointiin hyödynsimme Ohjaamo Olkkarin sosiaalista mediaa sekä Päihteettömän pupun Instagram- sekä Facebook-tilejä. Ohjaamo Olkkarin tiedottajalta saimme apua tähän toimenpiteeseen. Etukäteen tapahtuvaa markkinointia varten kuvasimme Päihteettömästä pupusta videon, jossa hän kertoi olevansa valmistautumassa otteluun. Ennen ottelua aloitimme arvannon sosiaalisessa mediassa. Arvontaan pystyi osallistumaan kommentoimalla Ohjaamo Olkkarin Facebook-sivulla päivitykseen, jossa oli mukana tekemämme video. Kysyimme Jukureiden myynti- ja markkinointituottajalta arvontaa varten vapaalippuja Jukureiden peliin. Saimme 30 vapaalippua arvottavaksi 13.10-otteluun, jonne jalkauduimme Päihteettömän pupun kanssa. Ennakkoarvannon tarkoitus oli markkinoida itse ottelussa tapahtuvaa arvontaa ja tuoda lisää seuraajia Päihteettömän pupun Instagram-tilille. Ennakkoarvonta toimi ottelussa tapahtuvan arvannon tukena ja tiedotuskeinona tulevasta tapahtumasta. Selvitimme arpajaislain kannan arvannon järjestämisestä ja otimme yhteyttä sähköpostin välityksellä poliisilaitokselle. Selvisi, että emme tarvitse lupaa, koska emme ota arvonnasta maksua emmekä tavoittele voittoa.

Markkinointivideo kuvattiin alkulämmittelyharjoituksien ja jääharjoituksien välissä, hetkenä kun pelaajat olivat vaihtamassa jäävarusteita ylleen. Saimme joukkueen valmentajalta luvan käyttää aikaa videon kuvaukseen korkeintaan 10 minuuttia, koska pelaajilla oli jo kiire jäälle. Ennen kuvaustilannetta harjoitelimme kamerankäyttöä ja videon kuvaamista. Kirjoitimme Päihteettömälle pupulle valmiit vuorosanat ja kuvasimme harjoitusvideoita, että saisimme videosta oikean pituisen. Video oli tarkoitus pitää lyhyenä 30 sekunnin kestoisena. Kuvauspäivänä menimme jo hyvissä ajoin jäähallille, että ehdimme ottaa Päihteettömästä pupusta myös valokuvia kortteihin ja lentolehtisiin. Kun sitten hetkemme lopulta koitti, siirryimme pukukoppiin. Ensin kysyimme pelaajilta kuvausluvan ja suostumuksen videon levitykselle sosiaalisessa mediassa allekirjoituksella. Kaikki allekirjoittivat suostumuksen. Saimme kuvattua riittävän mo-

nipuolista materiaalia, josta muokkasimme Ohjaamo Olkkarin viestintävastavan avustuksella markkinointivideon. Video julkaistiin 9.10.2017 Ohjaamo Olkkarin Facebook-sivulla. Julkaisuun kommentoiden kesken arvottiin vapaalippuja 13.10.2017 Jukurit–Lukko peliin. Video jaettiin myös Päihteettömän pupun Instagram-tilille ja Facebook-sivulle. Jaoimme videota lisäksi Facebookin ryhmissä Tekemistä Mikkelissä, Aito puskaradio Mikkelä, Puskaradio Mikkelä ja Juniori Jukurit. Olimme aiemmin yhteydessä Jukureiden myynti- ja markkinointituottajaan ja alustavasti sovimme, että video saisi myös näkyvyyttä Jukureiden sosiaalisessa mediassa. Tällä kertaa video jäi Jukureiden markkinointisuunnitelman tiukan aikataulun vuoksi pois heidän sosiaalisen median kanavistaan. Emme saaneet näkyvyyttä sitä kautta. Jukureiden Instagram-tilillä olisi ollut yli 6000 seuraajaa, joista olisimme voineet hyötyä.

Videon kuvaamisen yhteydessä otimme Päihteettömästä pupusta valokuvan, josta muokkasimme ottelussa tapahtuvaa arvontaa varten mainoksen. Mainoksen sommittelusta ja tekstistä vastasivat opinnäytteen tekijät. Mainos saatiin Jukureiden myynti- ja markkinointituottajan avustuksella näkyville jäähallin mediakuutioon (liite 1.) EPT-koordinaattorin pyynnöstä teetimme kuvasta kortteja, joita koordinaattori voi jakaa muissakin tapahtumissa jalkautuessaan Päihteettömänä pupuna (liite 2). Tämän kortin kuvan ja sommittelun teimme samalla kun työstimme mediakuutioon tulevan mainoksen. Kehittämistyön edetessä pääsimme siis myös harjoittelemaan graafikon töitä.

Peliä edeltävänä päivänä kävimme läpi ehkäisevän päihdetyön julkaisumateriaaleja. Kokosimme niistä peliin sopivan paketin sekä pussitimme suklaamunat ja lisäsimme mukaan lentolehtisen kilpailusta. Pelipäivän aamuna EPT-koordinaattori sai puhelun Jukureiden myynti- ja markkinointituottajalta, joka ehdotti Päihteettömälle pupulle videohaastattelua. EPT-koordinaattori suostui ja hän oli jo klo 11.00 Päihteettömänä pupun asussa Ikioma areenalla kuvattavana. Videohaastattelu esitettiin illan pelissä mediakuutiassa.

Kokoonnuimme klo 15.00 Ohjaamo Olkkariin. Otimme tarvittavat materiaalit ja Päihteettömän pupun mukaamme ja suuntasimme kohti Ikioma areenaa. Päästyämme perille piilotimme Päihteettömän pupun terveisiä eli 34 suklaamunaa jäähallin katsomon penkkien alle. Sen jälkeen laitoimme ehkäisevän

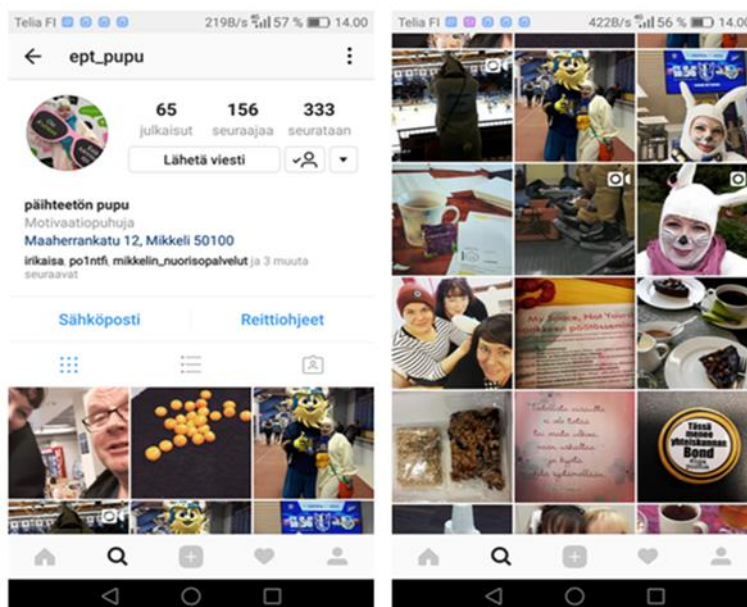
päihdetyön julisteita ja julkaisuja jäähallin vessojen ja käytävien seiniin. Ennen pelin alkua menimme pääovien läheisyyteen jakamaan lentolehtisiä Instagram arvonnasta (liite 2).

Pelin alkaessa siirryimme Päihteettömän pupun kanssa katsomon ylätasanteelle, josta yleisö pystyi helposti näkemään meidät. Pelin aikana kuulutettiin Päihteettömän pupun yllätyksestä penkin alla ja se aikaan katsomossa mukavaa kuhinaa, kun ihmiset kurkkivat penkkiensä alle. Pelin aikana mediakuutiossa näytettiin moneen otteeseen kuva, jossa mainostettiin Instagram arvontaa. Päihteetön pupu tavoitti myös valtakunnan tasolla näkyvyyttä Ruutu+ suorassa lähetyksessä

Erätauoilla kiersimme jäähallia Päihteetön pupu seuranamme ja kehoitimme ihmisiä ottamaan kuvan hänen kanssaan. Ihmiset ottivat Päihteettömän pupun hyvin vastaan ja tulivat juttelemaan meidän kanssamme. Pelin päätettyä keräsimme laittamamme julisteet ja julkaisut pois. Laitoimme illan päätteeksi viestin sosiaaliseen mediaan kiitokseksi Jukureille onnistuneesta yhteistyöstä.

6 TULOKSET, ARVIONTI JA POHDINTA

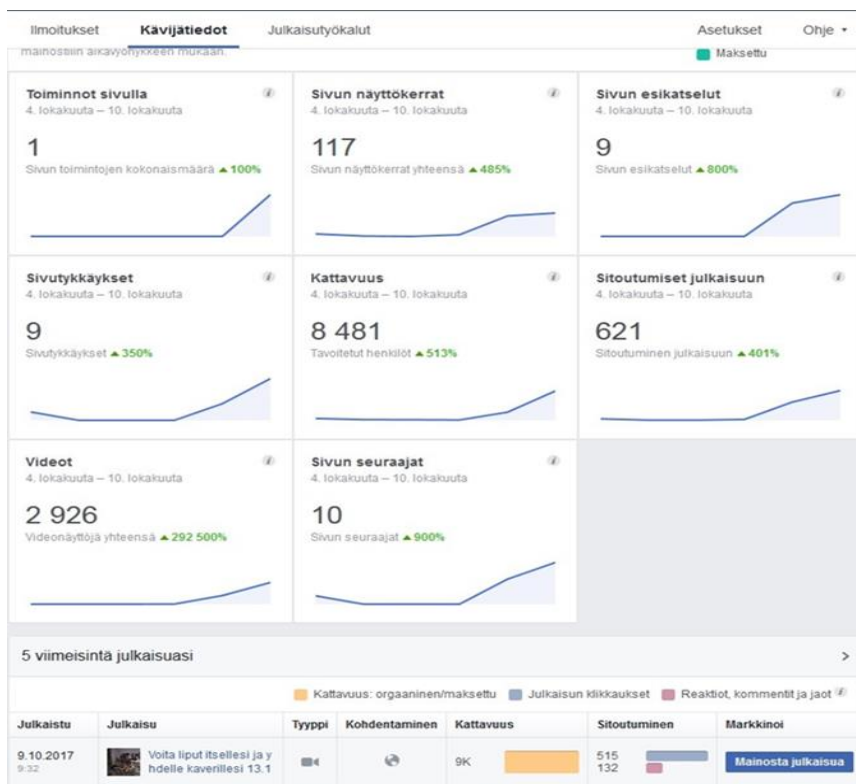
6.1 Tulokset



Kuva 2. Kuvakaappaus Päihteettömän Pupun Instagram profiilista.

Ehkäisevän päihdetyön koordinaattorille luotiin Instagram-tili 21.3.2017 (kuva 2). Tilille oli saatu seuraajia 11.10.2017 mennessä 142 kappaletta. Tilillä on 23.10.2017 156 seurajaa ja julkaisuja on tehty tilin avaamisesta 23.10.2017 mennessä 65 kappaletta. Kehittämisen yksi tavoite oli lisätä tilin seuraajien määrää. Tämän tuli suunnitelmamme mukaan tapahtua 13.10.2017 Jukurit-Lukko ottelussa, jossa kehittämistyömme sai huipentumansa. Kuitenkin ottelun aikana saimme kerättyä tilille vain 13 uutta seuraajaa. Ottelun aikana järjestämäämme arvontaan Instagramissa osallistui julkisella profiililla seitsemän henkilöä. Arvontaan osallistuttiin lisäämällä yhteiskuva Päihteettömän pupun kanssa omaan Instagram profiiliin #Päihteetönpupu. Odotimme, että arvontaan olisi osallistunut suurempi määrä ihmisiä. Tavoiteluku oli 100 osallistujaa. Jäimme siis kauas tästä tavoitteesta.

Kun ideoimme, miten ennakkoon markkinoimme Päihteettömän pupun läsnäoloa ottelussa, saimme keskusteluiden pohjalta ajatuksen tehdä videon. Videon tarkoitus oli tuoda Päihteetön pupu näkyville Ohjaamo Olkkarin Facebook-sivuille ja kertoa mikkililäisille, että Päihteetön pupu arpoo palkintoja ottelun aikana. Video yllätti meidät kaikki suosiollaan ja lukujen perusteella näyttää siltä, että videon avulla saimme täytettyä kehittämistehtävämme.



Kuva 3. Kuvakaappaus 10.10.2017 Ohjaamo Olkkarin Facebook sivuilta.

Kuvassa 3. on näkyvillä 4.10–10.10.2017 välisenä aikana saavutettu näkyvyys numeroina. Arvonta päättyi 11.10.2017 kello 18.00. Videota jaettiin myös muihin Facebook-ryhmiin kuten Puskaradio Mikkeli. Ohjaamo Olkkarin julkaisuun kommentoiden henkilöiden kesken arvottiin vapaalippuja 13.10 Jukurit–Lukko-otteluun. Video julkaistiin 9.10.2017. Tässä vaiheessa videomme oli saanut 2 926 näyttökertaa. Tarkastelemme vielä videon tietoja erikseen myöhemmin tässä luvussa. Videon julkaiseminen toi Ohjaamo Olkkarin sivuille 117 näyttökertaa ja yhdeksän uutta tykkääjää. Julkaisu oli tässä vaiheessa tavoittanut 8 481 henkilöä.

Julkaisun tiedot

Video Julkaise Katsa kaikkien videoiden muuttajat

Julkaisusi tehokkuus

Katselu minuutteina	931
Videon näyttökerrat	3 525
10 sekunnin näyttökerrat	1 580
Videon keskimääräinen katseluaika	0:06
Kohderyhmä ja sitoutuminen	

Ohjaamo Olkkari, Mikkeli

Voita liput itsellesi ja yhdelle kaverillesi 13.10. Jukurit-Lukko otteluun. Kommentoi julkaisuun miksi juuri sinun pitäisi päästä katsomaan Jukureiden kotipeliä. Kilpailu päättyy keskiviikkona 11.10. klo 18.00. Voittajat arvotaan kommentoijien kesken ja heil! ...

0:33 · Ladattu 9.10.2017 · Näytä pysyvä linkki

Muuttajat eivät välttämättä vielä sisällä uusimpia, julkaisuissa näkyviä tietoja.

Luo julkaisu videosta Muokkaa julkaisua Mainosta julkaisua

Kuva 4. Kuvakaappaus 18.10.2017 Ohjaamo Olkkarin Facebook julkaisun tiedoista.

Kuvasta 4. selviää julkaisun tehokkuus. Ohjaamo Olkkarin Facebook-sivuilla jaettu video oli julkaisemisensa jälkeen 18.10.2017 mennessä kerännyt 3 525 näyttökertaa. Minuutteina sitä oli katseltu yhteensä 931 minuuttia ja keskimääräinen katselukerta oli kuusi sekuntia. Video keräsi kymmenen sekunnin näyttökertoja 1 580 kappaletta.

Julkaisun tiedot

Video Julkaise Katso kaikkien videoiden muuttajat

Julkaisusi tehokkuus

Kohderyhmä ja sitoutumi...

Tavoitetut henkilöt	9 404
Yksittäisiä katsojia	2 863
Sitoutuminen julkaisuun	133
Paras kohderyhmä	Naiset, 35-44
Paras sijainti	Etelä-Savo

Ohjaamo Olkkari, Mikkel

Voita liput itsellesi ja yhdelle kaverillesi 13.10. Jukurit-Lukko otteluun. Kommentoi julkaisuun miksi juuri sinun pitäisi päästä katsomaan Jukureiden kotipeliä. Kilpailu päättyy keskiviikkona 11.10. klo 18.00. Voittajat arvotaan kommentoijien kesken ja heil...

0:33 · Ladattu 9.10.2017 · Näytä pysyvä linkki

Muuttajat eivät välttämättä vielä sisällä uusimpia, julkaisuissa näkyviä tietoja.

Luo julkaisu videosta Muokkaa julkaisua Mainosta julkaisua

Kuva 5. Kuvakaappaus 18.10.2017 Ohjaamo Olkkarin Facebook julkaisun tiedoista.

Kuvasta 5. näkyy julkaisun tavoittaman kohderyhmän tietoja. Huomionarvoista on se, että video tavoitti 9 404 ihmistä Facebookin kautta. Tavoittamisella tarkoitetaan sitä, että video on tullut Facebook-käyttäjän uutisissa vastaan, mutta sitä ei ole välttämättä katsottu. Yksittäisiä katsojia oli 2 863 joista 133 sitoutui julkaisuun eli tykkäsi siitä. Parhaiten julkaisu tavoitti ihmisiä Etelä-Savon alueella ja paras kohderyhmä oli 35–44-vuotiaat naiset.

Julkaisun tiedot

Video Julkaise Katso kaikkien videoiden muuttajat

Julkaisusi tehokkuus

Tästä prosentiosuudesta näet minuutteina ilmaistun kokonaisajan erittelyn iän ja sukupuolen mukaan verrattuna kohderyhmään, joka on katsonut videoita sivullasi viimeisten 30 päivän aikana.

8. lokakuuta - 19. lokakuuta

933 Katselu minuutteina **41 %** Miehet **58 %** Naiset

Ikäryhmä	Prosentti
13-17	~2%
18-24	~10%
25-34	~12%
35-44	~16%
45-54	~8%
55-64	~4%
65+	~2%

Ohjaamo Olkkari, Mikkel

Voita liput itsellesi ja yhdelle kaverillesi 13.10. Jukurit-Lukko otteluun. Kommentoi julkaisuun miksi juuri sinun pitäisi päästä katsomaan Jukureiden kotipeliä. Kilpailu päättyy keskiviikkona 11.10. klo 18.00. Voittajat arvotaan kommentoijien kesken ja heil...

0:33 · Ladattu 9.10.2017 · Näytä pysyvä linkki

Kävijätiedot tallennetaan Yhdysvaltojen länsirannikon FT-ajassa. Uusimpia tietoja ei välttämättä ole mukana.

Luo julkaisu videosta Muokkaa julkaisua Mainosta julkaisua

Kuva 6. Kuvakaappaus 19.10.2017 Ohjaamo Olkkarin Facebook julkaisun tiedoista.

Kuvassa 6. näkyy tarkemmin eriteltyinä videon katsonut kohderyhmä. Videota on katsottu 933 minuuttia. 41 prosenttia katsojista oli miehiä ja 58 prosenttia oli naisia. Videota katsoivat eniten 18–54-vuotiaat ja vähiten 13–17-vuotiaat sekä yli 65-vuotiaat. Kehittämistehtävämme oli lisätä Mikkelin kaupungin ehkäisevän päihdetyön jalkautuvan menetelmän näkyvyyttä. Kohderyhmä näkyvyyden lisäämiselle oli kaikki Mikkelin asukkaat. Kuten kuvasta 6. on nähtävissä, onnistuimme videon avulla näkymään kaikenikäisille kaupunkilaisille.

Pelissä kuulutettiin olevan yli 3000 katsojaa, joten pelin kuuluttajalle tekemämme selostus Päihdeettömän pupun terveisistä penkkien alla tavoitti paljon ihmisiä. Myös tekemämme mainos Päihdeettömän pupun arvonnasta saavutti mediakuutiosta onnistuneesti ihmisiä (liite 1). Ennen erätaukoa näytetty Jukureiden organisaation tekemä videohaastattelu heidän 13.10.2017 ottelujärjestöstä eli Mikkelin kaupungin ehkäisevästä päihdetyöstä tavoitti arviolta noin 3000 henkilöä. Videolla haastateltiin EPT-koordinaattoria Päihdeettömän pupun roolissa.

6.2 Arviointi

Kehittämisen toteuttamisvaiheen jälkeen olimme sitä mieltä, että oli hyvä valinta lähteä kehittämään jo olemassa olevia vahvuuksia, jotka jo sisältyivät EPT-koordinaattorin työhön. Cooperidderin ja Sivestran ratkaisukeskeisen arvostava haastattelu-menetelmän soveltaminen kehittämistyöhömme oli siis onnistunut valinta. Emme olisi opinnäytetyön aikana pystyneet kehittämään täysin uutta toimintoa, koska vie aikansa ennen kuin täysin uusi toimintamalli sisäistetään osaksi työnkuva. EPT-koordinaattorilla on taito heittäytyä Päihdeettömän pupun rooliin. Tämä vahvuus oli yksi syy siihen miksi hahmo valikoitui osaksi kehittämistyötämme.

Kun tilannetta verrataan aiempiin otteluihin, joihin EPT-koordinaattori on jalkautunut. Voidaan päätellä, että mainos mediakuutiossa sekä kuulutus toivat uuden keinon tuoda työmuotoa näkyville. Aikaisemmissa otteluissa on ollut käytössä teema vessat. Teemavessa toteutetaan niin, että WC-tilojen seinille

laitetaan ehkäisevän päihdetyön osa-alueita käsitteleviä julisteita ja materiaaleja. Toteutimme teemavessat myös 13.10-ottelussa. Aiemmin myös muissa tapahtumissa EPT-koordinaattorilla käytössä ollut onnenpyörä jätettiin pois toteutuksestamme. Onnenpyörä on pahvinen pyörä, jota pyöräyttämällä osallistuja saa osumalleen sektorille kuuluvan kysymyksen. Kysymykset liittyvät ehkäisevään päihdetyöhön, päihteisiin ja niiden käyttöön. Ehkäisevän päihdetyön pääseminen osaksi ottelutapahtumaa on ollut mielestämme heikompaa aiemmissa otteluissa. Oma kokemuksemme on, että onnistuimme tuomaan kehittämistyöllämme uusia paikkoja näkyä tapahtumissa. Sosiaalisen median kanavat voidaan valjastaa käyttöön missä tahansa tapahtumassa. Uskomme, että Päihteetön pupu saa tulevaisuudessa lisää uusia seuraajia aktiivisen toiminnan vuoksi. Kun seuraajien määrä lisääntyy, on EPT-koordinaattorin yksinkertaista tiedottaa esim. arvonnosta, kilpailuista tai vaikka vain läsnäolostaan jossakin tapahtumassa sosiaalisen median kanaviensa kautta.

Prosessin edetessä vahvistui käsitys siitä, millaisella asenteella ehkäisevää päihdetyötä on järkevää tehdä—vahvistaen suojaavia tekijöitä ja vähentämällä riskitekijöitä, ei saarnaamalla. Työssä tarvitaan positiivinen hyvinvointia edistävä asenne, eikä hauskuuskaan ole kiellettyä. Tämän pyrimme myös välittämään Päihteettömän pupun Instagram ja Facebook päivityksissä. Opimme prosessin aikana paljon sosiaalisen median käyttämisestä työvälineenä. Jotkut tekemämme käytännöntoteutuksen valinnat, eivät kuitenkaan jälkeempään pohdittuna olleet parhaat mahdolliset. Päihteettömän pupun Instagram-tilin seuraamista olisi pitänyt korostaa paljon enemmän ennakkomainostuksen yhteydessä. @ept_pupu olisi pitänyt tulla esiin videon yhteydessä, jolla tavoitimme eniten kuntalaisia.

Pohdimme myös olisiko arvonta ottelussa pitänyt järjestää niin, että Facebookin välityksellä olisi myös voinut osallistua. Ottelun aikana moni kävi ottamassa yhteiskuvan Päihteettömän pupun kanssa, mutta kertoivat että eivät käyttäneet kumpaakaan sosiaalisen median sovellusta. Tämä rajasi osan kohderyhmästä pois arvonnasta, Toisaalta arvonnän järjestäminen kahdessa sosiaalisen median sovelluksessa, sekä paikan päällä ottelussa olisi mutkistanut arvonnän ohjeita. Ohjeet olivat näkyvillä lentolehtisissä, joita jaoimme. Myös mediakuution kuvaan ja kuulutukseen olisi tullut liikaa informaatiota, ja se olisi

luultavasti vaikeuttanut näkyvyyden saamista ottelussa, koska tekstin määrä tuli pitää lyhyenä kuvissa sekä kuulutuksessa. Videon julkaisemisella Jukureiden sosiaalisessa mediassa olisimme tavoittaneet 6000 seuraajaa. Olimme saaneet alustavan suostumuksen videon julkaisemiselle, mutta muuta markkinointimateriaalia olikin niin paljon, että video ei mahtunut kyseisen viikon sosiaalisen median suunnitelmaan. Videon toteutuksen nopeampi aikataulu, olisi voinut edistää julkaisu mahdollisuuksia. Kehittämisen pohjalta voimme antaa työntilaaajalle jatkotoimenpide ehdotuksen tehdä sosiaalisen median suunnitelman, jossa voisi olla erilaisia teemoja. Teemojen perusteella olisi helpompaa julkaista erilaista materiaalia ehkäisevän päihdetyön kentältä, niin etteivät julkaisut kävisi yksitoikkoisiksi pitkällä aikavälillä.

Tiivis yhteistyö ja arvostava haastattelu menetelmän toteuttaminen työelämän-edustajan kanssa oli meille antoisaa ja ammatillisesti kehittävä. Opinnäytetyössämme pystyimme vastaamaan tarpeeseen, joka nousi EPT-koordinaattorin työn kohderyhmän laajenemisesta. Saimme alusta lähtien vapaudet kehittää ja ideoida toimenpiteitä näkyvyyden lisäämiseksi. EPT-koordinaattorin vahvuudet ja onnistumisen kokemukset omassa työssään olivat rakennusaineena kehittämiselle läpi prosessin. EPT-koordinaattorin rooli oli toimia oman työnsä asiantuntijana ja rajata resurssit, joita meillä on käytössämme. Meidän tehtäväksemme jäi kantaa vastuu suunnitelmistamme ja niiden toteuttamisesta.

6.3 Palaute

Kysyimme Jukureiden koordinaattorilta ja myynti- ja markkinointijohtajalta palautetta ottelutapahtumaan jalkautumisesta. He kokivat yhteistyön Mikkelin kaupungin ehkäisevän päihdetyön kanssa tärkeäksi osaksi yhteiskuntavastuu ohjelman toteuttamistaan. Heidän mielestään tapahtuman toteutus meidän osaltamme oli kaiken kaikkiaan onnistunut.

EPT-koordinaattorin palautteen mukaan onnistuimme opinnäytetyössämme ottamaan haltuun Instagram ja Facebook sovellukset niin, että hän hyötyy näistä työvälineenä. Hän aikoo työssään jatkaa tiedottamista ehkäisevän päihdetyön ajankohtaisista ilmiöistä ja tapahtumista sosiaalisen median kautta.

Työntilaaaja oli myös tyytyväinen tavoitetun kohderyhmän määrään. Hän korosti, että näkyvyyden lisääntyttä kuntalaisilla on matalampi kynnyks lähestyä ehkäisevää päihdetyötä sosiaalisen median kautta. Hän myös mainitsi, että nuorilta on tullut hyvää palautetta siitä, että Instagram on nyt aktiivisessa käytössä. Käytännön toteutuksesta Jukureiden pelissä jää elämään Päihteettömän pupun piilottamat terveiset. Työntilaaaja huomasi, että ottelun jälkeen katsomon tyhjennettyä joukko lapsia oli tarkistamassa penkkien alusia, ettei terveisiä ole jäänyt löytymättä. Rahallista panostusta ajattelen suklaamunien piilotus ja sillä saatu huomio oli työn tilaajan mielestä myös tasapainossa. Tilaaja oli myös tyytyväinen meidän ammattimaiseen työskentelyyn ja siihen, että me ymmärsimme mistä ehkäisevässä päihdetyössä on kyse ja kuinka sillä kentällä toimitaan. Hän myös mainitsi, että olimme kaiken luottamuksen arvoisia.

Opinnäytteemme merkityksellisyyttä hän kommentoi oman työnkuvansa puolesta, niin että hän sai jo osaamista, johon tällä hetkellä valtakunnallisesti panostetaan ehkäisevän päihdetyön kentällä. Kävi myös ilmi, että EPT-koordinaattori sai vahvistettua yhteyksiä Jukureiden organisaatioon. Hän ei itse ollut osannut ajatella, että jalkautuvan työn menetelmä voisi päästä näkymään ottelutapahtumassa sellaisiin paikkoihin joihin me sen järjestimme. Hänen mielestään jatkossa on helpompaa toteuttaa jalkautuvan työn näkyvyyden lisäämistä otteluissa, koska reitti näkyville paikoille on jo kerran raivattu ja yhteydet oikeisiin henkilöihin luotu.

Työn tilaaja korosti myös kehittämistyömme ajankohtaisuutta. Hänen mukaansa valtakunnallisesti on havahduttu siihen tosi asiaan, että ehkäisevä päihdetyö ei näy tarpeeksi sosiaalisessa mediassa ja mm. Preventiimin kehittämisverkosto ja Terveiden ja hyvinvoinninlaitos ratkaisevat tulevaisuudessa ongelmaa erilaisilla sosiaalisen median koulutuksilla, jotka on kohdistettu ehkäisevän päihdetyön ammattilaisille.

6.4 Pohdinta

Pohdimme opinnäytetyömme merkityksellisyyttä laajemmassa mittakaavassa. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos (2014) kirjoittaa verkkosivuillaan alkoholin ja

tupakan mainonnan sääntelystä, jota tulisi ohjata enemmän myös sosiaaliseen mediaan. Verkkosivuilla korostetaan, että markkinoinnin sääntelyllä voidaan tehokkaasti vähentää nuorten alkoholin kulutusta ja alentaa aloittamiskäyttäytymistä. Työn vaikuttavuuden kannalta on tärkeää toimia monilla eri foorumeilla. (THL 2014.) Sosiaalinen media nousi kanavana esille myös nuorille aikuisille tehdyssä kyselytutkimuksessa. Tutkimuksesta selvisi, että sosiaalinen media on terveydenhuollon ja oppilaitosten ohella paikka, jossa halutaan puhua päihdeasioista. (Preventiimi 2017.) Näiden lähteiden perusteella voimme todeta olevan merkityksellistä valtakunnallisessa mittakaavassa, että Mikkelin kaupungin ehkäisevää päihdetyötä vietin kehittämisen aikana niiden palveluiden pariin, joita työn kohderyhmä käyttää. Opinnäytetyömme edisti osaltaan ehkäisevän päihdetyön näkymistä ja tavoitettavuutta sosiaalisessa mediassa.

Koemme, että opinnäyte työmme on merkityksellinen myös Normannin ym. (2015, 5) tekstin näkökulmasta. Lähteen mukaan ehkäisevää päihdetyötä tulee kehittää jatkuvasti sen ollakseen vaikuttavaa ja kiinnostavaa. Uudet näkökulmat ja tavat toimia ovat tällä työkentällä tervetulleita. Ehkäisevän päihdetyön tulee pystyä kohtaamaan yhteiskunnansenteiden ja ilmapiirin kanssa. (Normann ym. 2015, 5.) Erityisen hyvin koemme tuoneemme Mikkelin kaupungin ehkäisevää päihdetyötä työtä lähemmäs vallitsevaa ilmapiiriä yhteiskunnassa ja kuntalaisten käyttämiä palveluita. Sosiaalinen media, videot ja näkyminen mediakuutiassa toivat kaivatun päivityksen työlle ja tekivät sille uuden paikan vaikuttaa ja mahdollisesti lisäsi sen kiinnostavuutta.

Tarvitaan valistusta sekä tiedon ja ymmärryksen leviämistä, jotta saadaan tieto ja kokemukset päihdehaitoista muuttumaan päätöksiksi kohti hyvinvointia ja voimavaroja. Ihmiselle on hankalaa kertoa mitä pitää ajatella asioista, helpompaa on viestinnän keinoin vaikuttaa siihen mitä asioita pitää ajatella. Taitoa on pitää tärkeät kysymykset näkyvillä. (Soikkeli 2013, 114.) Pohditiessamme työmme merkitystä haluamme nostaa tiedon ja ymmärryksen levittämisen tärkeyden, sekä tärkeiden kysymysten esillä pitämisen pinnalle. Koemme, että tiedon levittämisen näkökulmasta kanavien lisääminen parantaa Mikkelin kaupungin EPT työn vaikuttavuutta. Tosin emme pysty todentamaan mitä mieltä esim. videon julkaisemisella tavoitetut ihmiset ovat työstä, voimme

ainoastaan todentaa, että he ovat nähneet videon. Mielenkiintoista olisikin tutkia millaisia tunteita Päihtetön pupu herättää mikkililäisissä ja kuinka he kehittävistä jalkautuvan työn menetelmää.

Kehittämistyön aikana selvisi, että ehkäisevää päihdetyötä ei juurikaan tehdä työikäisille. Kuitenkin ehkäisevän päihdetyön kenttä nykyään kattaa kaiken ikäiset, joten myös työikäiset olisi huomioitava. Tutkimuksen tai kehittämisen kohteena voisikin olla, kuinka työikäiset toivoisivat, että heitä lähestytään ehkäisevän päihdetyön kentällä. Huomioitavaa olisi myös kuinka erilaisten ammattien edustajat ottavat tietoa vastaan. Miten eroasi sairaanhoitajille tehty työ ravintola- alan ammattilaisille tehdystä työstä?

LÄHTEET

Alkoholilaki 8.12.1994/1143

Ehkäisevä päihdetyö osaksi hyvinvointikertomuksia. 2016. THL. WWW-dokumentti. Päivitetty 23.3.2016. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201603238897>. [viitattu 21.2.2017].

Laki ehkäisevästä päihdetyön järjestämisestä 24.4.2015/523.

Herranen, J. 2010. Toisen tekemisen paikka? Ehkäisevää päihdetyötä nuorten silmin. Teoksessa Kylmäkoski, M., Pylkkänen, S. & Viitanen, R. (toim.) Yhteisöllisiä näkökulmia nuorten ehkäisevään päihdetyöhön. E-kirja. Humanistisen ammattikorkeakoulun julkaisusarja C. Oppimateriaaleja 23, 2010, 26–44. Saatavissa: <http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/38287/978-952-456-103-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. [viitattu 17.10.2017].

Huumausainelaki 30.5.2008/373

Hyvinvointikertomus 2013. Mikkelin kaupunki. PDF-julkaisu. Päivitetty 17.6.2013. Saatavissa: http://www.mikkeli.fi/sites/mikkeli.fi/files/atoms/files/hyvinvointikertomus_vuosille_2013-2016_valtuusto_pdf.pdf. [viitattu 21.2.2017].

Innokylä 2012. Arvostava haastattelu (Appreciative Inquiry). Innokylä. WWW-dokumentti. Päivitetty 16.11.2012. Saatavissa: <https://www.innokyla.fi/web/malli104229>. [viitattu 23.10.2017].

Irti huumeista Ry s.a. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.irtihuumeista.fi/tietoa_ja_tukea/tunnista_ja_toimi. [viitattu: 28.2.2017].

Latvala, A., Virta, J. & Kaprio, J. 2013. Alkoholit ja aivot. Teoksessa Peltola, T. (toim.) Pääasiana alkoholi- käyttö, haitat, hoito, politiikka nyt ja 2040. Turku: Lundbeck, 52–56.

Maunu, A. 2012 Ryyppämällä ryhmäksi: ehkäisevän päihdetyön karttalehtiä nuorten ja nuorten aikuisten juomiskulttuureihin. 2. uudistettu painos. Helsinki: Ehkäisevä päihdetyö EHYT.

Mikkelin kaupungin strategia. 2013. Mikkelin kaupunki. PDF-dokumentti. Päivitetty 10.9.2013. Saatavissa: <http://www.mikkeli.fi/sites/mikkeli.fi/files/atoms/files/strategiakortti.pdf>. [viitattu: 4.3.2017].

Myllyhoito s.a. Alkoholien ja huumeiden vaikutus aivoihin. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.myllyhoito.fi/riippuvuudesta-toipumiseen/paeihderiippuvuus/88-riippuvuudesta-toipumiseen/paeihderiippuvuus/97-vaikutus-aivoihin>. [viitattu 19.4.2017].

Niemelä, S. 2016. Päihteet ja päihdehäiriöt sekä muut riippuvuudet. Teoksessa Kumpulainen, K., Aronen, E., Ebeling, H., Laukkanen, E., Marttunen, M., Puura, K. & Sourander, A. (toim.) Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria. Helsinki: Duodecim, 310–322.

Normann, M., Odell, H., Tapio, M. & Vuohelainen, E. 2015. Nuorisoalan ehkäisevä päihdetyö- Hyppää kyytiin!. Humanistinen Ammattikorkeakoulu. PDF-dokumentti. Saatavissa: http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Nuoriso/nuorisotyoen_kohteet_ja_rahoitus/ennaltaehkaeisevae_paeihde_ja_huumetyoe/liitteet/nuorisoalan-ehkaiseva-paihdeetyo.pdf. [viitattu 19.2.2017].

Pasanen, H. 2010. ”Mutta eihän nörtit dokaa!” Verkko ja pelaaminen nuorten ehkäisevässä päihdetyössä. Teoksessa Kylmäkoski, M., Pylkkänen, S. & Viitanen, R. (toim.) Yhteisöllisiä näkökulmia nuorten ehkäisevään päihdetyöhön. E-kirja. Humanistisen ammattikorkeakoulun julkaisusarja C. Oppimateriaaleja 23, 2010, 176-188. Saatavissa: <http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/38287/978-952-456-103-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. [viitattu 17.10.2017].

Preventiimi 2017. Nuoret aikuiset, päihteet ja ehkäiseväpäihdetyö- tutkimus. PDF-dokumentti. Päivitetty 17.3.2017. Saatavissa: <http://www.preventiimi.fi/wp-content/uploads/sites/28/2017/03/Nuoret-aikuiset-p%C3%A4ihdeet-ja-ehk%C3%A4isev%C3%A4-p%C3%A4ihdety%C3%B6-tutkimus.pdf>. [viitattu 24.10.2017].

Päihdehuoltolaki 17.1.1986/41

Päihdetilannekysely 2015. Etelä-Savon sairaanhoitopiirin kuntayhtymä. PDF-dokumentti 13.1.2015. Julkaisematon lähde. [28.2.2017]. [28.2.2017].

Saarelainen, R., Stengård, E. & Vuori-Kemilä, A. 2003. Mielenterveys ja päihdetyö: yhteistyötä ja kumppanuutta. 3. uudistettu painos. Porvoo; Helsinki: WSOY

Soikkeli, M. 2013. Ehkäisevä päihdetyö ja sen tulevaisuus. Teoksessa Peltoniemi, T. (toim.) Pääasiana alkoholi- käyttö, haitat, hoito, politiikka nyt ja 2040. Turku: Lundbeck, 112–115.

Soikkeli, M & Warsell, L 2013. Laatutähti sakara sakaralta Teoksessa Soikkeli, M & Warsell, L (toim.) Laatutähteä kiertämässä- Ehkäisevän päihdetyön laatu- käsikirja. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus, 16–36.

Soikkeli, M & Warsell, L 2013. Laatutähtisanasto Teoksessa Soikkeli, M & Warsell, L (toim.) Laatutähteä kiertämässä- Ehkäisevän päihdetyön laatuksi- kirja. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinninlaitos, 46–50.

Stakes. 2007. Ehkäisy ja hoito laadukkaan päihdetyön kokonaisuus. PDF-dokumentti. Päivitetty 15.8.2007. Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77209/Ehk%C3%A4isy_ja_hoito.pdf?sequence=1. [viitattu 19.4.2017].

THL 2015a. Kouluterveyskyselyn indikaattorikoosteet- Peruskoulun 8. ja 9. luokan oppilaat- Muutokset yhteensä 2006/2007- 2015. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset>. [viitattu 9.2.2017].

THL 2015b. Kouluterveyskyselyn indikaattorikoosteet- Lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijat- Muutokset yhteensä 2006/2007- 2015. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.thl.fi/attachments/kouluterveyskysely/Tulokset/ktkysely_kokomaa_2006_2015_lukio.pdf. [viitattu 9.2.2017].

THL 2015c. Kouluterveyskyselyn indikaattorikoosteet- Ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijat- Muutokset yhteensä 2006/2007- 2015. WWW-dokumentti. Saatavissa: http://www.thl.fi/attachments/kouluterveyskysely/Tulokset/ktkysely_kokomaa_2008_2015_aol.pdf. [viitattu 9.2.2017].

THL 2016. Päihdehoito. WWW-dokumentti. Päivitetty 13.6.2016. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/paihdehoito>. [viitattu 19.4.2017].

THL 2014. Tietoa ehkäisevän päihdetyön menetelmistä. WWW-dokumentti. Päivitetty 21.1.2014. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeyto/paihdestrategiat/ehkaisevan-paihdeyton-laatu/tietoa-ehkaisevan-paihdeyton-menetelmista>. [viitattu 24.10.2017].

THL 2017a. Kouluterveyskyselyn aikasarjat 2006–2017. WWW-dokumentti. Päivitetty 14.9.2017. Saatavissa: https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/fact_ktk_ktk1?row=measure-200537.&row=measure-200516.200573.199990.&row=187203L&column=time-199465&column=stage_of_stady-161293.161123.161219.&fo=1. [viitattu 16.11.2017].

THL 2017b. Kouluterveyskyselyn tulokset nuorilla 2017. WWW-dokumentti. Päivitetty 14.9.2017. Saatavissa: https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/summary_perustulokset?alue_0=87869&mittarit_0=200537&mittarit_1=199990&mittarit_2=199320&vuosi_2017_0=v2017#. [viitattu 16.11.2017].

Tupakkalaki 29.6.2016/549

Soikkeli, M., Salasuo, M., Puuronen, A. & Piispa, M. 2015. Se toimii sittenkin – Kuinka päihdevalistuksesta saa selvää. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura. Verkkojulkaisu. Saatavissa: <http://www.nuorisotutkimusseura.fi/catalog/> [viitattu 4.3.2017].

5-D Cycle of Appreciative Inquiry s.a. AI Commons. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://appreciativeinquiry.champlain.edu/learn/appreciative-inquiry-introduction/5-d-cycle-appreciative-inquiry/>. [viitattu 21.11.2017].

KUVALUETTELO

Kuva 1. Kuntalaisen huoli läheisen alkoholin käytöstä (Päihdetilanne kysely 2015).

Kuva 2. Kuvakaappaus Päihteettömän Pupun Instagram profiilista. Tilillä on 23.10.2017 156 seurajaa ja julkaisuja on tehty tilin avaamisesta 23.10.2017 mennessä 65 kappaletta.

Kuva 3. Kuvakaappaus 10.10.2017 Ohjaamo Olkkarin Facebook-sivuilta. Kävijätiedot julkaistusta videosta ennen arvonnin päättymistä. Arvonta päättyi 11.10.2017 kello 18.00. Videota jaettiin myös muihin Facebook ryhmiin kuten Puskaradio Mikkeli

Kuva 4. Kuvakaappaus 18.10.2017 Ohjaamo Olkkarin Facebook julkaisun tiedoista. Kuvasta selviää julkaisun tehokkuus.

Kuva 5. Kuvakaappaus 18.10.2017 Ohjaamo Olkkarin Facebook julkaisun tiedoista. Kuvasta näkyy julkaisun tavoittaman kohderyhmän tietoja.

Kuva 6. Kuvakaappaus 19.10.2017 Ohjaamo Olkkarin Facebook julkaisun tiedoista. Kuvassa näkyy tarkemmin eriteltyinä videon katsonut kohderyhmä.

**Päihteetömän Pupun arvonnän mainos jäähallin mediakuutiössä 13.10
Jukurit- Lukko ottelussa**



**Osallistu arvontaan ja voita!
Ota yhteiskuva pupun kanssa,
jaa instassa #päihteetönpupu**



Päihteettömän pupun kortti jaettavaksi erilaisiin tapahtumiin



Lentolehtinen Päihteettömän pupun järjestämästä arvonnasta 13.10 Jukurit-Lukko ottelussa

