

Minna Stenberg
”PÄIHDEKASVATUSVARTIT” NUORISOKODISSA

Hoitotyön koulutusohjelma
Hoitotyön suuntautumisvaihtoehto
2011

”PÄIHDEKASVATUSVARTIT” NUORISOKODISSA

Stenberg, Minna
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Hoitotyön koulutusohjelma
Joulukuu 2011
Ohjaaja: Pirilä, Ritva
Sivumäärä: 31
Liitteitä: 3

Asiasanat: nuori, päihdekasvatus

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli pitää ”päihdekasvatusvartteja” nuorisokodin nuorille. Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä nuorten päihdetietoutta sekä muuttaa heidän asenteitaan päihteitä kohtaan.

”Päihdekasvatusvartteja” toteutettiin kahdeksan Satakunnassa sijaitsevassa yksityisessä lastensuojelulaitoksessa lokakuussa 2011. ”Päihdekasvatusvartteihin” osallistuneet nuoret olivat ala-, ylä- ja ammattikouluikäisiä nuoria, tyttöjä ja poikia. ”Päihdekasvatusvarttien” sisällöt muodostuivat nuorille ajankohtaisista aiheista, joita he arkipäivän keskusteluissa olivat tuoneet esille. ”Päihdekasvatusvarttien” aiheet olivat: Päihteet ja vapaa-aika, Päihteet ja seksuaalisuus, Päihteet ja energijuomat, Alkoholi, Tupakka, Päihteet & liikenne, Impaus, sekä Päihteet & raha. Jokainen nuori osallistui johonkin tai useampaan päihdekasvatusvartiin, omien tarpeidensa mukaan.

Varsin mielenkiintoiseksi nuorten keskuudessa nousivat viestinnälliset päihdekasvatusmateriaalit, Terveys Ry:stä tilattu ”tupakoitsijan ravintoympyrä” ja ”alkoholimatemiikka” – julisteet. Myös Väestöliiton tuottama seksuaalikasvatusopas oli monelle mielekäs ja tarpeellinen. Nuoret olivat ”päihdekasvatusvarteista” pääsääntöisesti innostuneita, mutta mukaan mahtui myös kommentteja: ”Mä tiedän niistä jo kaiken, koulussa on puhuttu”.

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön toteuttaminen lisäsi opinnäytetyöntekijän kokemusta opetustilanteiden järjestämisestä, myös organisointitaidot kehittyivät. Eriikäisten ja eri oppimisvalmiuksia omaavien nuorten ohjaaminen kehittyi. Viimeisen ”päihdekasvatusvartin” jälkeen nuorisokodinnuorilta kerättiin kirjallinen palaute. Nuorille jäi ”päihdekasvatusvarttien” eri aiheista parhaiten mieleen, jo aiemminkin mainitsemani alkoholi, tupakka ja seksuaalisuus.

QUARTER-HOUR SESSIONS ON SUBSTANCE ABUSE PREVENTION AT YOUTH HOME

Stenberg, Minna
Satakunta University of Applied Sciences
Degree Programme in Nursing Care
December 2011
Tutor: Pirilä, Ritva
Pages: 31
Appendices: 3
Key words: young people, substance abuse prevention

The purpose of implementing this thesis in practice at a Youth Home was to educate the young about substance abuse prevention in quarter-hour sessions. The aim of the thesis was to give the young more information about intoxicants and to change their attitudes to intoxicants.

The quarter-hour educational sessions were offered at a private Child Welfare Institute located in Satakunta. The young participating in quarter-hour sessions on substance abuse prevention were primary school, secondary school and vocational school students, girls and boys. Intoxicant education sessions totalled eight in all and they were implemented in October 2011. The topics and the content of each quarter-hour were chosen based on the current issues amongst the young. Finally, the following topics were chosen for the eight quarter-hour educational sessions: Intoxicants and free time, Intoxicants and sexuality, Energy drinks, Alcohol, Tobacco, Intoxicants and traffic, Glue sniffing, and Intoxicants and money. Each young participated in one or more quarter-hour sessions on substance abuse prevention according to his interests and needs, alone or together with the group.

To illustrate substance abuse prevention, communicative posters titled "Smoker's Nutrition Pie Chart" and "Alcohol Mathematics" had been ordered from Terveys ry, The Health Association and they attracted much attention amongst the young. Likewise, many of the participants found the sexual education guide meaningful and useful. The guide is provided by Väestöliitto, The Family Federation. As a rule, the quarter-hour educational sessions on substance abuse were received with enthusiasm and obedience amongst the young. There were also comments such as "I know all about this, we have spoken about at school".

By implementing the thesis in practice, the researcher gained experience in arranging educational situations and in guiding the young of different ages and of different learning skills and she also developed her capacity to organize. The colleagues inspired the researcher by their motivation, and their newly awakened interest in the topics made her feel positive. According to the feedback, the young remember best the topics mentioned above, that is, alcohol, tobacco and sexuality. There is definitely need for similar informative training on substance abuse prevention, and sessions are easy to arrange at the institute in question from time to time.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	TERVEYDEN EDISTÄMINEN.....	6
3	EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ	7
4	NUORET JA PÄIHTEET	9
4.1	Nuori	9
4.2	Päihteet	10
4.3	Nuorten päihteidenkäyttö.....	11
4.4	Nuorten päihde- ja käytöshäiriöt.....	14
5	TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ	14
5.1	Projekti	15
5.1.1	Projektin tarkoitus ja tavoitteet	16
5.1.2	Projektisuunnitelma	16
5.1.3	Resurssit ja riskit	17
5.1.4	Arviointisuunnitelma.....	17
5.2	Projektin toteutus	18
5.2.1	Kohdeorganisaatio ja osallistujat.....	19
5.2.2	"Päihdekasvatusvartit"	19
5.2.3	Projektin arviointi.....	25
6	POHDINTA.....	26
6.1	Eettiset näkökohdat.....	26
6.2	Kehittämisehdotukset.....	27

LÄHTEET.....	29
--------------	----

LIITTEET

LIITE 1: YHTEISTYÖSOPIMUS

LIITE 2: PALAUTELOMAKE

LIITE 3: IMPPAUSTIEDOTE

1 JOHDANTO

Varhainen puuttuminen on tärkein tapa vaikuttaa nuorten päihteidenkäyttöön, aloittamiseen ja lopettamiseen. Mitä varhaisemmassa vaiheessa päihteiden käytön lopettaa, sitä vähemmän se aiheuttaa haittoja ja sitä helpompaa lopettaminen on. Nuoret tarvitsevat sosiaalisia ja tiedollisia valmiuksia kieltäytyäkseen päihteidenkäytöstä. Nuorten ehkäisevän päihdetyön erottaa aikuisten parissa tehtävästä työstä ennen kaikkea sen kasvatuksellinen luonne, sekä lastensuojelulain (417/2007) ja nuorisolain (72/2006) antama säädösperusta. Kasvattajien tehtävä on vahvistaa nuoren arvomaailmaa ja antaa nuorelle keinoja löytää päihteetön vaihtoehto. (Viitanen 2010, 45; Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut 2009.)

Ehkäisevä päihdetyö on toimintaa, jolla ehkäistään ja vähennetään päihteiden käyttöä vaikuttamalla päihteiden saatavuuteen, päihteitä koskeviin tietoihin ja asenteisiin. Ehkäisevällä päihdetyöllä on oltava selkeä kohde ja tavoite. Ehkäisevää päihdetyötä määrittelevät olennaisesti yhteisön arvot. Toiminnassa tulee tiedostaa ja huomioida, millaista on nuorten arki. (Kylmänen 2005, 9; Huoponen, Peltonen, Mustalampi & Koskinen-Ollonqvist 2002, 8.)

Tämä opinnäytetyö oli toiminnallinen. Työn tarkoituksena oli pitää päihdekasvatusvartteja nuorisokodin nuorille. Opinnäytetyön tavoitteena oli kasvattaa nuorten päihdetietoutta sekä muuttaa heidän asenteitaan päihteitä kohtaan. Aihe on kiinnostava, koska työskentelen nuorisokodissa ja olen nähnyt, miten vääristynyt suhtautuminen nuorilla on päihteisiin. Aiheen valintaan vaikutti työpaikallani koettu tarve lisätä nuorten päihdetietoutta. Tässä opinnäytetyössä päihteillä tarkoitetaan alkoholia, tupakkaa, huumeita, lääkkeitä ja teknisiä liuottimia.

2 TERVEYDEN EDISTÄMINEN

”Terveyden edistäminen on toimintaa, jonka tarkoituksena on parantaa ihmisten mahdollisuuksia oman ja ympäristönsä terveydestä huolehtimisessa. Terveyden edistäminen on myös terveyden edellytysten parantamista yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan kannalta” (Ottawa Charter 1986). Terveyskasvatus on yksi terveyden edistämisen toimintastrategia. Suomessa terveyden edistäminen ilmestyi nykymuotoisena keskusteluihin 1980-luvun puolivälissä. (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 115; Vertio 2003, 37.)

Terveyskasvatusta on aina ollut jossain muodossa perusopetuksessa. Peruskoulussa terveystietoa pidettiin aluksi osana kansalaistaitoa, jolloin terveystietoon liitettiin raittiuskasvatusta, ensiapua ja tapaturmien torjuntaa. Opintosuunnitelmia muutettiin vuonna 1985 ja silloin terveyteen liittyvät asiat yhdistettiin alasteella kansalaistaitoon ja yläasteella liikuntatunneille. Käytännössä terveystietoa opetettiin myös kotitaloustunneilla ja ala-asteella biologian tunneilla. Vuodesta 2001 alkaen terveystieto on ollut itsenäinen oppiaine perusopetuksessa. (Peltonen & Kannas 2005, 38.)

Terveystietoon muodostuu eri osa-alueista, joista yhtenä on elämäntapataito. Terveystietoon kuuluu kasvatuksellisia ja viestinnällisiä keinoja tukea lapsen ja nuoren tervettä kasvua ja kehitystä. Terveystietoon kuuluu yhtenä tavoitteena on saada nuoret omaksumaan terveyden kannalta järkeviä tapoja. Tavoitteena on myös lisätä nuorten ymmärrystä siitä, miten terveystietä käyttäytyminen kehittää sekä edistää nuorten taitoja, kykyä ja motivaatiota muuttaa tottumuksiaan. (Peltonen ym. 2005, 13-32.)

Kasvatus on tavoitteellista ja määrätietoista toimintaa, jolla pyritään edistämään kasvatettavan persoonallisuuden kehittymistä. Kasvatus on ihmisen tukemista, ohjaamista ja sillä pyritään lisäämään selviytymisen keinoja ihmisen todellisuuden hallintaan. Kasvatus on aina vuorovaikutuksellista, jossa kasvattaja ja kasvatettava vaikuttavat toisiinsa. (Peltonen 2004, 20.)

Varsinkin alkuaikoina terveystkasvatus perustui useimmiten riskinäkökulmaan. Terveystkasvatuksen ytimenä olivat tunnettujen sairauksien riskitekijät, joihin vaikuttamalla voitiin pienentää sairastumisen todennäköisyyttä. Klassisin esimerkki on tupakoinnin välinen syy-yhteys. Tupakointi aiheuttaa keuhkosityöpää ja lisää sen vaaraa, joten lopettamalla tai vähentämällä on mahdollista vaikuttaa syövän ilmaantuvuuteen ja kuolleisuuteen. (Vertio 2003, 55.)

3 EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ

Ehkäisevä päihdetyö on käsitteenä monitasoinen. Ehkäisevä päihdetyö on pitkäjänteistä asennetyöskentelyä. Päihdetyön tehtäviä ovat muun muassa päihdeopetuksen tarjonta, päihteiden käytön haittoihin kohdistuvan kontrollin lisääminen, alkoholin tarjonnan tai käytön rajoittaminen erilaisissa nuoria yhteen keräävissä tapahtumissa, alaikäisten alkoholijuomien saatavuuden estäminen, rattijuoppouden kontrollointi sekä vastuun painottaminen yksilö- ja paikallistasolle. (Kylmänen 2005, 5 & 10-11.)

Ehkäisevässä päihdetyössä käytettiin Suomessa pitkään WHO:n kansanterveyslähetoistä ehkäisevän työn jaottelua, jolloin päihdetyö jaettiin tasoihin toiminnan ja kohderyhmän mukaan. Tasot jaetaan seuraavasti ja niitä pidetään toisiaan tukevinä toimintoina; primaari-, sekundaari ja tertiaaripreventio. Primaaripreventio on yleistä ennaltaehkäisyä, se kohdistuu koko väestöön ja nuoret saavat siitä osansa kouluopetuksessa. Tavoitteena on ehkäistä päihteiden käytön aloittamista. Sekundaaripreventio kohdistuu riskiryhmiin ja sen tavoitteena on varhainen puuttuminen ja hoitoonohjaus. Tertiaaripreventio kohdistuu ongelmakäyttäjiiin ja se on toiminnaltaan korjaavaa ehkäisyä. Koulussa toiminta näkyy sosiaali- ja terveystviranomaisten tukemisella ja avustamisella. (Havio ym. 2008, 108-109; Huoponen ym. 2002, 8-10.)

Päihdetyössä on 2000-luvulla siirrytty määritelmään, jonka mukaan päihdetyö jaetaan ehkäisevään ja korjaavaan päihdetyöhön. Ehkäisevä päihdetyö on määritelty kokonaisuudessaan toiminnaksi, jonka tarkoituksena on edistää terveyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia. Samalla pyritään edistämään päihteetöntä elämää, ehkäisemään ja

vähentämään päihdehaittoja sekä lisäämään ymmärrystä päihdeilmiöistä. Ehkäisevä päihdetyö jaetaan yleiseen ehkäisyyn ja riskiehkäisyyn. Yleinen ehkäisy kohdistuu koko väestöön tai tiettyyn väestöryhmään. Riskiehkäisyssä määritellään kohderyhmä sellaisen riskin perusteella, jonka toteutuminen on todennäköistä. (Havio ym. 2008, 108-110.)

Nuorten parissa tehtävää työtä ohjataan monin tavoin. Keskeisessä asemassa on lainsäädäntö sekä useat eri ohjeistukset ja ohjelmat ministeriöiden laatimina. Vaikuttavia lakeja on muun muassa raittiustyölaki (828/1982), jonka tehtävänä on totuttaa kansalaisia terveisiin elämäntapoihin. Alkoholilaki (1143/1994), jonka mukaan alle 18-vuotiaalle ei saa myydä alkoholia tai alkoholin mainonta ei saa kohdistua nuoriin sekä tupakkalaki (76/693), jonka mukaan tupakkaa tai tupakkatuotteita ei saa mainostaa Suomessa ja tupakka-askeissa pitää olla varoitustekstit tupakan haitallisuudesta terveydelle. (Kylmänen 2005, 34.)

Nuorilla on yhä enemmän tietoa päihteistä ja niihin liittyvistä asioista. Kaveripiirin merkitys vaikuttaa suuresti päihteidenkäytön aloittamisessa, kokeiluissa ja jatkamisessa. Nuorten keskuudessa tapahtuvassa päihdetyössä on tärkeää painottaa ryhmässä tehtäviä päihdekasvatus harjoituksia. Nuorten sosiaalisia taitoja on tärkeä tukea, sillä sosiaalisten taitojen kehittäminen auttaa nuorta omassa päätöksenteossaan ja itseluottamuksen vahvistamisessa. Nuorten tukeminen tapahtuu parhaiten heille tutussa ympäristössä. (Havio ym. 2008, 168-170.)

Yhtenä kasvatuksen muotona voidaan pitää neuvontaa ja ohjausta. Neuvonta voidaan jakaa kahteen päämuotoon ohjauksen tarpeista lähtien; tiedon antamiseen niistä asioista, joista kasvatettava haluaa tietoa tai tiedon antaminen niistä asioista, joista kasvattaja haluaa kasvatettavan tietävän. Neuvontaprosessissa tulee ottaa huomioon neuvonnan tarve ja tavoite. Aikaisemmat kasvattajan tiedot, taidot, asenteet, kokemukset ja uskomukset sekä kasvatettavan kyky vastaanottaa tietoa. Valistuksessa on tärkeää huomioida tasa-arvoinen suhtautuminen ja oikea ajankohta, jolloin kasvatettavalla on sopiva tunnetila ja motivaatio. Valistaessa kasvattajan tulee muistaa, että vastaanottajan tiedonkäsittelykyky on rajallinen, jolloin tärkeää on kertoa vain keskeiset asiat. (Peltonen 2004, 103-105.)

Valistus kohdistuu aina tiettyyn kohderyhmään. Valistuksen kohderyhmäksi valikoidut useimmiten nuoret, sillä valistuksella pyritään ennaltaehkäisemään haittoja ja puuttumaan epäkohtiin mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Keskustelua on käyty paljon siitä, mikä olisi oikea ikä saada päihdevalistusta. On katsottu, että valistusta tulisi saada mahdollisimman varhain, viimeistään ennen sitä ikää, jossa päihdekokeilut alkavat. Valistajia mietityttää toisaalta, voiko valistus toimia yllykkeenä kokeilulle. Vaikka nuoria pidettäisiin päihdevalistuksen lopullisena kohderyhmänä, voidaan valistus kohdistaa valikoidusti sellaisiin nuoriin tai aikuisiin, joiden mielipiteillä uskotaan olevan vaikutus nuorten elämässä. (Piisi 2001, 53-54.)

4 NUORET JA PÄIHTEET

4.1 Nuori

Nuoruusikä voidaan jakaa kolmeen vaiheeseen: varhaismurrosikä (12–14 -vuotias), varsinainen murrosikä (15–17 -vuotias) ja myöhäismurrosikä (18–22 -vuotias). Nuoruusiällä tarkoitetaan psykososiaalista kehitystä lapsesta aikuiseksi. Murrosiällä eli puberteetilla tarkoitetaan aikaa, jolloin sukupuoliset ominaisuudet kehittyvät ja lapsesta kasvaa fyysisesti aikuinen. Lapsi tulee murrosikään viimeistään 12 -vuotiaana ja murrosikä jatkuu 17–18 ikävuoteen asti. Varhaismurrosikä alkaa puberteettikehityksen myötä. Fyysinen kasvu on hyvin nopeaa, eikä sisäinen kehonkuva pysy mukana kehityksen vauhdissa. Varhaisnuoren elämä on ristiriitaista, välillä nuori haluaa voimakkaasti irti vanhemmistaan ja toisaalta saattaa olla hyvin riippuvainen heistä. Varsinaisessa murrosiässä nuori on alkanut sopeutua muuttuneeseen kehoonsa ja myös omat sisäiset ristiriidat ovat vähentyneet. (Koistinen, Ruuska & Surakka 2004, 72-82.)

Murrosikä on valtavaa henkisen muutoksen aikaa, sillä murrosikäisestä kasvaa nuori aikuinen. Fyysisen kasvun ohella tapahtuu nuoruuden psykososiaalista kehitystä. Murrosikäisen itsenäistymispyrkimykset jatkuvat ja nuori haluaa samanaikaisesti lapsuuden sekä aikuistumisen edut, muttei kykene vielä ottamaan aikuisuuden vastui-

ta. Myöhäismurrosiässä nuoren aiemmat kokemukset hahmottuvat kokonaisuudeksi naisena tai miehenä olemisesta. (Koistinen ym. 2004, 72-82.)

Nuoruus on aikaa, jolloin etsitään oman elämän ja olemassaolon tarkoitusta sekä paikkaa maailmassa. Samalla etsitään myös identiteettiä ja siksi nuori kaipaa paljon tukea, turvaa ja kannustusta. Nuoruuden identiteetillä tarkoitetaan oman yksilöllisyyden kokemuksen löytämistä. Identiteetikriisillä tarkoitetaan vaihetta, jossa nuori hakee omia voimavarojaan ja tarpeitaan suhteessa ympäröivään kulttuuriin ja sen asetamiin tavoitteisiin. Nuorten mielialat vaihtelevat herkästi ja he käyttävät paljon aikaa itsensä miettimiseen. Tässä iässä tunne-elämältään ja muilta kehitystehtäviltään paitsi jäänyt nuori pyrkii korjaamaan tai kompensoimaan puutteitaan. Turvattomuus näkyy nuoren käytöksessä usein liiallisten riskien ottamisena. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 2003, 74; Holmberg 2010, 78-79.)

Nuoruusiän irrottautumistapahtuma voidaan jakaa kolmeen vaiheeseen: protesti-, hajoamis- ja uudelleenjäsentymisen. Protestivaihe alkaa eron kieltämisenä ja yrityksenä palauttaa muuttunut suhde vanhempiin entiselleen. Hajoamisvaihe alkaa silloin, kun nuori on tunnetasolla hyväksynyt, ettei hän voi enää jatkaa lapsuuden ihmissuhteita sellaisinaan. Uudelleen jäsentymisvaiheessa nuoren ihmissuhteet alkavat rakentua uudelleen. Eriksonin (Erikson 1982) kehitysteorian mukaan nuoruuden tärkein kehitystehtävä on identiteetin ja roolihämmennyksen välisen kriisin ratkaisu. Teorian mukaan onnistunut identiteetikriisi tuottaa tulokseksi aidolta ja omalta tuntuvan minäidentiteetin. Nuoren aikuisen kehityskriisin onnistunut ratkaiseminen saa aikaan kyvyn rakastaa toista ihmistä sekä kehittää ja ylläpitää tärkeitä ja läheisiltä tuntuvia ihmissuhteita. Erikson painottaa kehitysteoriassaan, että kasvu ja kehitys eivät tapahdu tyhjiössä, vaan sosiaalisessa kontekstissa, jonka muodostavat perhe, koulu, toveriipiiri ja muu sosiaalinen ympäristö. (Himberg, Laakso, Peltola & Vidjeskog 1995, 28 & 86-89.)

4.2 Päihteet

Päihteellä tarkoitetaan kaikkia kemiallisia aineita, jotka elimistöön joutuessaan aiheuttavat päihtymyksen tunteen ja tai humalatilän. Päihteiden yhteinen piirre on kes-

kushermostovaikutus, joka saa aikaa psyykkisen kokemuksen. Päihteidenkäytöllä voidaan yrittää poistaa pahaolo tai hetkellinen epämiellyttäväksi koettu tila. Päihteidenkäytöllä aikaan saatu kokemus on sellainen, että ihminen haluaa kokea sen uudestaan, siksi päihteistä seuraakin riippuvuuden mahdollisuus. Päihde sanana kattaa alkoholin, tupakan, huumausaineet, päihtymistarkoituksessa käytettävät lääkkeet ja liuottimet jopa kahvin ja energiajuomat. Suomessa sosiaalisiksi päihteiksi määritellään tupakka ja alkoholi ja ne ovat sallittuja ainoastaan täysi-ikäisille. Huumausaineiksi luokitellaan muun muassa lääkkeet, sienet, kannabis, LSD, heroini, amfetamiini sekä uudet kemiallisesti valmistetut huumeet. (Dahl & Hirschovits 2002, 5; Soikkeli 2002, 14.)

Päihteiden vaikutus kehoon riippuu muun muassa käytetystä aineesta, sen epäpuhtauksista, käyttötavasta, määrästä ja siitä, kuinka pitkään ja useasti päihdettä on käytetty. Päihteiden vaikutus ihmiseen liittyy myös siihen, millaiset ovat päihteidenkäyttäjän persoonallisuustekijät, ikä sekä kehon koko. Päihteitä voidaan käyttää suun kautta, lihaksen tai suonen sisäisesti ja imppaamalla. (Dahl ym. 2002, 5; Soikkeli 2002, 14.)

Sosiaalinen riippuvuus on yksi merkittävimmistä tekijöistä päihteiden kokeiluun johtava tekijä. Ympäristö ja ystävät yhdessä sekä yksin saattavat altistaa ja tai painostaa päihteiden käyttöön. Jännittävät ja uudet yhteiset ystävien kanssa koetut kokeilut ylläpitävät päihteiden käyttöä. Ystäväpiirin salliva asenne päihteitä kohtaan nostaa riskiä suurien päihdeannosten käyttöön ja päihteiden käyttökertojen lisääntymiseen. (Koistinen ym. 2005, 340.)

4.3 Nuorten päihteidenkäyttö

Kiinnostus nuorten juomatapoihin alkoi jo 1950 -luvulla, kun nuorten uudet kulutus-tyylit tekivät tuloaan maahamme. Nuorten alkoholin käyttöä tutkittiin Suomessa ensimmäisen kerran 1960, kun pohjoismaista vertailua varten kerättiin tietoa 14-, 16- ja 18-vuotiaiden helsinkiläispoikien juomatavoista. Aikakautta kuvaa hyvin se, ettei tutkimukseen sisälletty lainkaan tyttöjä, sillä heidän ei oletettu käyttävän alkoholia. Alkoholilain (459/1968) yhteydessä alennettiin alkoholijuomien ostoon oikeuttava

ikäraja 21 vuodesta 18 vuodeksi mietojen alkoholijuomien ja 20 vuodeksi väkevien juomien osalta. Anniskelumyynnissä ikäraja säilyi 18 vuotena. Nämä ikärajat ovat voimassa edelleenkin. (Orjasniemi 2005, 99.)

Nykyään päihteiden käyttöä tutkitaan toistuvasti, tavallisimmin kyselytutkimuksilla ja niiden tuloksia välitetään hyvin eri tiedotusvälineille ja foorumeille. Tunnetuimpia kyselytutkimuksia ovat vuosittainen Nuorten terveystapatutkimus (NTTT), jota on tehty säännöllisesti 1980 -luvulta lähtien. Eurooppalaista koululaistutkimusta (ESPAD) on tehty 1990- luvulta asti ja Maailman terveysjärjestön (WHO) koululais-tutkimusta 1980 -luvulta asti, mutta kyseisessä kyselyssä alkoholia koskevat selvitykset tuli mukaan vasta kymmenen vuotta jälkeinpäin. (Tigerstedt 2007, 9.)

Vuoden 2009 Kouluterveyskyselyssä, joka tehtiin Oulun- ja Länsi-Suomen läänin sekä Ahvenanmaan maakunnan alueella, nousi huolenaiheeksi nuorten päihteisiin ja tupakkaan liittyvien asenteiden muutos aiempaa sallivammaksi. Keskeisiä havaintoja olivat erojen väheneminen tyttöjen ja poikien tupakoinnissa ja päihteidenkäytössä sekä nuorten läheisten päihteidenkäytön yleisyys. Yläluokkalaisten ja lukiolaisten hyväksyvä asenne tupakointia, parin alkoholiannoksen juomista sekä kerran viikossa tapahtuvaa humalaan juomista kohtaan yleistyi aiemmista vuosista. Tyttöjen ja poikien myönteinen asenne yleistyi marihuanan polttamista kohtaan. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut 2009)

Alla olevasta taulukosta ilmenee satakuntalaistennuorten päihteiden käyttöä verrattuna koko maan saman ikäisiin nuoriin. Tulokset ovat vuoden 2009 kouluterveyskyselystä. Satakunnassa kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisten päivittäinen tupakointi on vähän yli prosentin yleisempää kuin koko maassa. Satakuntalaisista ammatillisten oppilaitoksien ensimmäisen ja toisen vuoden opiskelijoista myös hieman yli prosentti tupakoi päivittäin enemmän kuin koko maassa. Satakuntalaiset lukion ensimmäisen ja toisen vuoden opiskelijat päinvastoin tupakoivat prosentin verran vähemmän kuin koko maassa vastaavan ikäisistä lukiolaisista. Satakunnan kaikissa taulukossa olevista ikä- ja kouluryhmistä pari prosenttiyksikköä enemmän oli tosi humalassa vähintään kerran kuussa, kuin kokomaassa yhteensä. Satakuntalaisnuoret ovat kokeilleet laittomia huumeita vastaavissa ikä- ja koululuokissa parin prosenttiyksikön verran

vähemmän, kuin koko maan vastaava tilastollinen otos. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut 2009)

SATAKUNTALAISNUORTEN JA KOKO MAAN VASTAAVANIKÄISTEN PÄIHTEIDENKÄYTTÖ 2009

Tupakoi päivittäin, %	Satakunta	Koko maa
8.- ja 9.-luokan oppilaista	16,3	15,1
ammattillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista	40,6	39,4
lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista	9,6	10,3

Tosi humalassa vähintään kerran kuussa, %	Satakunta	Koko maa
8.- ja 9.-luokan oppilaista	18,7	16,5
ammattillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista	42,6	40,7
lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista	26,8	25

Kokeillut laittomia huumeita ainakin kerran, %	Satakunta	Koko maa
8.- ja 9.-luokan oppilaista	5,2	6,2
ammattillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista	16,2	17,4
lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista	6,5	10,5

TERVEYDEN JA HYVINVOINNINLAITOKSEN
TILASTOPALVELU

Nuoret pyrkivät päihteiden käytöllä vahvistamaan omaa sosiaalisuuttaan. Tunnelmaa yritetään nostaa ja luodaan yhteishenkeä, humalajuominen on oleellinen osa nuorten yhteistä hauskanpitoa. Alkoholilla on vahva rooli suomalaisessa nuorisokulttuurissa. Vanhemmat eivät usein tiedä lastensa alkoholin kulutuksen määriä, sillä nuoret juovat ja käyttävät päihteitä salassa. Suomalaisten tutkimusten mukaan, lapset jotka eivät asu biologisten vanhempien luona käyttävät enemmän päihteitä, kuin ne lapset jotka asuvat vanhempiensa kanssa yhdessä. Lasten ja vanhempien huonot välit ovat usein suorassa yhteydessä nuorten päihteiden käyttöön. (Mäkelä, Mustonen & Tigerstedt 2010, 88; Orjasniemi 2005, 101-102.)

Nuorten alkoholin käyttö on sitä yleisempää, mitä enemmän heillä on rahaa käytössään. Nuorten alkoholin käytön on todettu olevan yhteydessä käyttövarojen kasvuun. Nuorten raittiutus liittyy perheen elämäntapaan. Tuorein kouluterveyskysely vahvistaa nuorten raittiuden lisääntyneen. Raittiit nuoret pärjäävät ei raittiita nuoria paremmin

koulussa ja he elävät myös ei raittiita useammin ydinperheissä. (Orjasniemi 2005, 101-102.)

4.4 Nuorten päihde- ja käytöshäiriöt

Päihteidenkäyttö vaarantaa nuoren normaalia kehitystä, sillä nuoren elimistö ja keskushermosto ovat vielä fysiologisen kasvun ja kehityksen vaiheessa. Päihteiden käytön vaikutukset keskushermostoon ovat uuden tutkimustiedon mukaan niin toiminnallisia kuin rakenteellisia. Päihteiden käyttö voi lisätä aggressiivista käyttäytymistä ja huonontaa keskittymis- ja oppimistoimintoja. Nuoruusikäisistä noin 5-10 prosentilla esiintyy diagnosoitavia päihdehäiriöitä. Heistä ainakin 20 %:lla on myös muita mielenterveyshäiriöitä, joista yleisempiä ovat käytös- ja tarkkaavaisuushäiriöt sekä mieliala- ja ahdistuneisuushäiriöt. (Havio ym. 2008, 168.)

Tyypillistä nuoren päihdehäiriöille on usean häiriön esiintyminen samanaikaisesti. Nuorelle asetettujen sääntöjen ja rajojen rikkomisen ja niitä vastaan kapinoiminen on nuorille suhteellisen tavallista. Pahimmillaan tämäntyyppinen oireilu saattaa täyttää joko käytöshäiriön tai uhmakkuushäiriön diagnostiset kriteerit. On arvioitu, että ADHD:sta kärsivistä nuorista 50 %:lla voidaan todeta samanaikainen käytöshäiriö. Nuoruusiän päihdeongelmat usein ennakoivat aikuisuuden epäsosiaalista käyttäytymistä. Käytöshäiriö ja käytösongelmat sinänsä näyttävät lisäävän riskiä nuoruusiän päihdehäiriölle. Molemmat häiriöt ilmentävät puutteita nuoren kyvyssä kontrolloida tai säädellä omaa käyttäytymistään. (Aalto-Setälä, Marttunen, Pelkonen 2003, 5-9; Havio ym. 2008, 168.)

5 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ

Ammattikorkeakoulussa annetun koulutuksen tavoitteena on, että valmistuttuaan opiskelija toimii oman alansa asiantuntijana. Asiantuntijuutensa hän osoittaa lopputyönä tehtävällä opinnäytetyöllä. Opinnäytetyö voi olla tutkimuksellinen tai toiminnallinen. Toiminnallisen opinnäytetyön tulisi olla tutkimuksellisella asenteella toteu-

tettu, käytännönläheinen ja työelämälähtöinen. Opinnäytetyön tavoitteena on ammatillisuuden ja ammatillisen teorian yhdistäminen, sekä pitkäjänteisen opinnäytetyöprosessin läpivieminen. (Vilka & Airaksinen 2003, 9.)

Toiminnallinen opinnäytetyö on vaihtoehto ammattikorkeakoulun tutkimukselliselle opinnäytetyölle. Toiminnallisen opinnäytetyöntekijältä odotetaan yhteistyötä jonkin organisaation kanssa. Organisaatiossa on tarkoitus jonkin käytännön toiminnassa ohjeistamista, opastamista, toiminnan järjestämistä tai järjeistämistä. Toiminnallinen opinnäytetyö voi olla käytäntöön suunnattu opas tai se voi olla esimerkiksi jonkin tapahtuman toteuttaminen kuten virkistäytymispäivän tai näyttelyn järjestäminen. Ammattikorkeakoulun toiminnallisessa opinnäytetyössä on tärkeää, että siinä yhdistyy käytännön toteutus ja raportointi, jonka pohjana toimii luotettava teoria- ja lähdetietous. (Vilka ym. 2003, 9-10.)

Ammatillisen kasvun näkökulmasta on syytä pohtia, millaisiin mittoihin oma työ saattaa laajeta ja ovatko opinnäytetyöntekijän omat valmiudet ja voimavarat sellaiset, että pystyy sitoutumaan toimeksiantoon. Toiminnallisen opinnäytetyön raportoinnissa tulee välttää otsikoiteja, jotka ovat ominaisia tutkimusraportoinnille. Vaatimuksista ei silti saa laistaa, vaan tekstin on oltava täsmällistä, jäsenneltyä, yksiselitteistä ja perusteltavaa. (Vilka ym. 2003, 9-10,84.)

5.1 Projekti

Projekti, josta voidaan puhua myös hankkeena, on aina ainutkertainen ja tavoitteiden pohjalta määritetty prosessi. Jokainen projekti on tarkkaan harkittu ja suunniteltu tietyn päämäärän saavuttamiseksi. Projekti on kertaluontoinen ja sillä on aina selkeä alku ja loppu. Aloituksen ja lopetuksen lisäksi projektilla on aikataulu, tietyt resurssit ja projektiorganisaatio. Projektilla haetaan ratkaisua esimerkiksi ongelmaan tai kehittämiskohteeseen. Projekti syntyy vaiheistuksesta, jossa suunnittelu, toteutus ja arviointi/seuranta kytketään toisiinsa. (Rissanen 2002, 14–16; Silfverberg 2007, 21–24.)

5.1.1 Projektin tarkoitus ja tavoitteet

Projektin tarkoituksenmukaisuutta tarkastellaan sekä suunnitteluvaiheessa että arvioitaessa projektin toteutusta ja vaikutuksia. Projektilla pyritään aina jonkin asian positiiviseen muutokseen, joka saadaan aikaan tavoitteen täyttymisellä. Tavoite voidaan jakaa kahteen osaan; kehitystavoite eli tutkimustavoite ja välitön tavoite. Tutkimustavoite on projektin pitkän ajan päämäärä, jolla kuvataan sitä, minkä laajemman ongelmakokonaisuuden ratkaisuun projektilla pyritään vaikuttamaan. Välittömällä tavoitteella eli hankkeen tarkoituksella pyritään muutokseen jo projektin aikana. (Silverberg 2007, 154.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli pitää päihdekasvatusvartteja nuorisokodin nuorille. Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä nuorten päihdetietoutta sekä muuttaa heidän asenteitaan päihteitä kohtaan. Toteutin lokakuussa 2011 nuorisokodin nuorille, yksitellen/pareittain ”päihdekasvatusvartteja”. Rakensin päihdekasvatusvarttien sisällöt eri teemojen ja ikätasojen mukaan päihdekasvatuksen vastaanottajalle sopivaksi ja ajankohtaiseksi. Päihdekasvatusvartteja oli yhteensä kahdeksan.

5.1.2 Projektisuunnitelma

Perusteellinen pohjatyö ja suunnittelu auttavat laatimaan projektille realistisen ja konkreettisen suunnitelman. Suunnitelma toimii lähtökohtana erilaisten lupien hakemiseen, mahdollisen rahoituksen hakemiseen sekä projektin johtamiselle. Projektisuunnitelmaa ei pidä noudattaa orjallisesti, sillä aina on olemassa mahdollisuus odottamattomiin muutoksiin projektin toimintaympäristössä. Projektista on luotava oppiva prosessi, jolloin suunnitelmia on muutettava tilanteen niin vaatiessa. Suunnitelmaa voidaan muuttaa, jos toteutuksen aikana huomataan, ettei alkuperäinen suunnitelma johdakaan tavoitteiden täyttymiseen. Projektisuunnitelman luonne määräytyy varsin pitkälle projektin luonteen mukaan, sen laatiminen on hallitun työskentelyn kannalta tärkeä vaihe. Suunnitelman tekemien aloitetaan heti, kun projektin rajauksesta on sovittu. Suunnittelun aikana määritetään projektin tavoite ja sisältö. Projektisuunnitelmaan voi kuulua monia työvaiheita kuten taustaselvityksiä, teknistä suunnittelua,

organisaatiotarkastelua sekä kustannuslaskentaa ja rahoitussuunnitelmaa. (Rissanen 2002, 54–57; Silfverberg 2007, 40.)

Tämä projekti alkoi keväällä 2011. Työpaikallani nuorisokodissa koettiin ajankohtaiseksi nuorten päihdekasvatus, nuorista lähtevien oireilujen ja heidän keskusteluissaan esiin nousseiden puheiden takia. Opinnäytetyön raportointiosaan sisältyvän teoriatiedon hakeminen käynnistyi kesällä 2011. Tiedonhaun edistyttyä kirjoitettiin yhteistyösopimus (LIITE1) opinnäytetyön tekoon nuorisokodissa. Yhteistyösopimuksen allekirjoittivat ja hyväksyivät nuorisokodin kasvatusjohtaja ja Satakunnan ammattikorkeakoulun koulutusjohtaja Tiina Pennanen.

5.1.3 Resurssit ja riskit

Riskien hallinta on varautumista odottamattomiin tilanteisiin, epävarmuuden ja vaihtelevien olosuhteiden hallintaa. Riskien hallinta on yksinkertaisesti jokin menettely, jonka avulla pystytään puuttumaan projektissa ilmenevään epäkohtaan ja korjaamaan se. Riskien vaikutuksia voidaan tarkastella suhteessa aikatauluun, kustannuksiin, työmääriin ja lopputuloksen laatuun. (Ruuska 2005, 222-224.)

Kartoittaessani tämän opinnäytetyön riskejä ”päihdekasvatusvartteihin” osallistuvien nuorten ja aikataulun suhteen ei ollut ongelmaa, koska olen työntekijänä nuorisokodissa jossa ”päihdekasvatusvartit” pidettiin. Työntekijänä pystyin suunnittelemaan ja toteuttamaan ”päihdekasvatusvarttien” ajankohdan ja aikataulun, niin että kaikilla nuorisokodin nuorilla oli mahdollisuus osallistua ”päihdekasvatusvartteihin”. Yhtenä riskinä koin osallistuvien nuorten mahdollisen kielteisen suhtautumisen ja haluttomuuden osallistua vapaaehtoisin ”päihdekasvatusvartteihin”. ”Päihdekasvatusvarttien” riski on saada niihin osallistuvat nuoret kiinnostumaan päihteistä ja keilemaan niitä.

5.1.4 Arviointisuunnitelma

Projektityön kokonaisuuden arviointi on osa oppimisprosessia. Toiminnallisen opinnäytetyön arvioinnin kohteena on työn idea, toteutustapa, asetetut tavoitteet sekä

kohderyhmä. Tavoitteiden saavuttaminen on tärkeä osa toiminnallisen opinnäytetyön arviointia. Tavoitteiden saavuttamisen arvioinnin tueksi on syytä kerätä palaute kohderyhmältä. Palautteessa on hyvä pyytää esimerkiksi kommentteja tapahtuman onnistumisesta ja toimivuudesta tavoitteissa asetetulla tavalla. (Vilka ym. 2004, 154-157)

”Päihdekasvatusvartteihin” osallistuville nuorille laaditussa palautekyselylomakkeessa (LIITE2) selvitettiin, että kokivatko osallistujat ”päihdekasvatusvartit” hyödylliseksi, oppivatko he ”päihdekasvatusvarteista” jotain uutta, pitivätkö nuoret ”päihdekasvatusvartteja” tarpeellisena ja kokivatko he ”päihdekasvatusvarttien” ilmapiirin mukavana.

5.2 Projektin toteutus

”Päihdekasvatusvarttien” sisältöjen suunnittelua tapahtui koko aineiston keräämisen ajan. Materiaalia, jota käytin kasvatustilanteissa, tilasin Terveys. ry: n nettisivuilta ja muita ideoita poimin aineistonkeruun yhteydessä. Tilasin materiaalia, suurimmaksi osaksi eri teemoihin sopivia esitteitä ja julisteita, joita käytin muutamissa päihdekasvatusvarteissa havainnollistaakseni opetettavaa asiaa ja tehdäkseni siitä käytännölläisemmän. Materiaalitulauksista syntyneistä kuluista vastasi kohdeorganisaatio. Käytin muutaman päivän ainoastaan ”varttien” lopulliseen muotoon ja etenemisen valmiiksi saattamiseen. ”Päihdekasvatusvartti” nimi hioutui ja lopulta supistui pituudeltaan viiteentoista minuuttiin, josta nimi opinnäytetyölle syntyi. Pidän otsikkoa jämäkkänä ja se antaa kuvan, että kyseessä on toiminnallinen opinnäytetyö. Aiheet ”päihdekasvatusvartteihin” valitsin päihdetietoutta ja päihteitä käsittelevistä aineistoista muu muassa kirjoista, lehdistä ja internetistä.

Pidin päihdekasvatusvartteja yhteensä kahdeksan, joiden tapahtumakohtaiset selvitykset sisältöineen on käyty läpi tulevissa kappaleissa. Pidin päihdekasvatusvartteja työni ohella aina resurssien mahdollistaessa ja nuorille otolliseen aikaan. ”Päihdekasvatusvarttiin” osallistui aina yksi tai useampi nuori, vartin sisällöstä ja nuorisokodin arjentoiminnoista riippuen. Nuorisokodin yläkouluikäiset neljä nuorta osallistivat kaikkiin kahdeksaan ”päihdekasvatusvarttiin”. Kävin kolmen alakouluikäisen nuorisokodin nuoren kanssa kahden kesken läpi aiheet sovelletusti.

5.2.1 Kohdeorganisaatio ja osallistujat

Nuorisokodin keskeiset tehtäväalueet määrittävät lastensuojelulain(417/2007) mukaan. Lasten kasvattajien tehtävänä on työskennellä sellaisin edellytyksin, jotka edesauttavat lasten kasvua ja kehitystä. Nämä edellytykset ovat hyvä hoito ja materiaallinen huolenpito, lapsen tahdon kunnioittaminen, rajojen asettaminen, ymmärtämyksen ja hellyyden antaminen, ruumiillinen koskemattomuus ja lapsen itsenäistymisprosessin tukeminen. Lastensuojelulaitokset ovat joko kunnallisia, yhdistyspohjaisia tai yksityisiä yrityksiä. Myös suurin osa pienryhmäkodeista tai vastaavalla nimikkeellä toimivista ovat lastensuojelulaitoksia. Lastensuojelulaki (417/2007) määrää, että yksityiset lastensuojelulaitokset tarvitsevat perustamiseensa luvan aluehallintovirastosta. Kunnan tai valtion ylläpitämien laitosten ei tarvitse hankkia kyseistä lupaa. (Ketola 2008,19.)

Opinnäytetyöni kohdeorganisaatio on yksityinen lastensuojelulaitos, joka sijaitsee Satakunnan alueella, Kyseinen lastensuojelulaitos on aloittanut toimintansa vuonna 1998 ja se on jaettu tällä hetkellä kolmeen eri yksikköön: sijaiskotiin, lastenkotiin ja nuorisokotiin. Yrityksellä on myös kotikoulu, joka tarjoaa opetusta osalle yksiköiden kouluikäisistä lapsista. Toteutan ”päihdekasvatusvartit” nuorisokodissa, jossa nuoria on seitsemän sekä lisäksi yksi jälkihuollossa oleva itsenäistynvä nuori. Itsenäistynvä nuori ei ollut paikalla ”päihdekasvatusvarttien” ajankohtana, joten hän ei osallistunut mukaan projektiin.

”Päihdekasvatusvartteihin” osallistuvat nuoret ovat kouluikäisiä 10 - 18 -vuotiaita poikia ja tyttöjä. Kaikki nuoret ovat pitkäaikaissijoituksessa ja he ovat tulleet nuorisokotiin eri-ikäisinä. Vanhin yksikkömme huostaanotetuista nuorista on ollut sijoitettuna nuorisokodissa yli kymmenen vuotta. Viimeisin sijoitus on tapahtunut puoli vuotta sitten. Huostaanoton syynä on useasti ollut puutteet vanhemmuudessa, vanhempien päihdeongelmat ja lapsen perushoidon ja -turvan puutteet. Huostaanoton syitä osalla nuorista on ollut tunne-elämän ja käyttäytymisen häiriöt.

5.2.2 ”Päihdekasvatusvartit”

”Päihdekasvatusvartti” 1: Päihteet ja vapaa-aika

Ensimmäisen ”päihdekasvatusvartin” aiheena olivat päihteet ja vapaa-aika. Nuorten terveystapakyselyjen mukaan vanhempien/hooltajien tietämättömyys lastensa vapaa-ajan viettopaikoista lisää riskiä päihdekokeiluihin. Päihteiden käytön ”korvaavilla” tekemisillä voidaan muuttaa nuorten asennoitumista päihteettömään vapaa-aikaan. Mitä mielekkäämpää ja kiinnostavampaa vapaa-ajan toiminta on, sitä vähemmän jää aikaa miettiä päihteisiin liittyviä asioita. Nuori ei välttämättä itse löydä harrastuksia, jolloin ohjaajan tehtävä on toimia oppaana. (Kylmänen 2005,76.)

Katsoimme neljän yläkouluikäisen nuoren kanssa (Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivuilta) Kettusen tekemän videon. Video kertoi yhden nuoren tarinan siitä, miten hyvä harrastus voi auttaa pääsemään eroon pahoista tavoista. Keskustelimme myös yleisesti päihteistä ja vapaa-ajasta. Nostin esille turvallisuusasioita vapaa-aikaan ja erityisiin juhlapyhiin liittyen, jolloin tietyt tapaturmariskit lisääntyvät. Aiheina olivat muun muassa: juhannus ja vesiturvallisuus, uusivuosi ja ilotulitusraketit, talvipakkaset ja päihteidenkäytön yhteensopimattomuus.

”Päihdekasvatusvartti” 2: Päihteet ja seksi

Toisen ”päihdekasvatusvartin” aiheena olivat päihteet ja seksi. Päihteiden käytön vaikutuksen alaisena ihmisen estot vähenevät, jolloin hän voi tehdä ja sanoa sellaisia asioita, joista koituu ongelmia itselle tai toisille. Ehkäisy unohtuu juovuksissa helposti, mikä voi aiheuttaa huolta seksitaudeista sekä raskaudenpelon. Nuoret eivät usein tiedä, että oman kumppaninkaan kanssa ei saa olla seksikontaktissa, jos hän on sammunut. Humalassa on suuri riski joutua seksuaalisen hyväksikäytön kohteeksi. Päihteidenkäyttö heikentää molemmilla sukupuolilla selvästi hedelmällisyyttä. (Peltonen ym. 2005, 162.)

”Päihdekasvatusvarttia” edeltävällä viikolla jaoin jokaiselle nuorisokodin nuorelle kunkin ikätasoon sopivan Väestöliiton laatiman seksuaalikasvatusvihon. Varasin jo-

kaiselle nuorelle aikaa käydä mieltä askarruttavia ja vihosta esiinnousseita kysymyksiä ja ajatuksia läpi kahden kesken.

”Päihdekasvatusvartti” 3: Energiajuomat

Kolmannen ”päihdekasvatusvartin” aiheena olivat energiajuomat. Energiajuomat tulivat Suomeen 1990-luvulla. Energiajuomat sisältävät kofeiinia ja niitä markkinoidaan erityisesti piristymiseen ja jaksamiseen. Energiajuomat sisältävät kofeiinin lisäksi tauriinia, guaranaa, ginseniä, värjättyä vettä ja vaihtelevasti vitamiineja. Energiajuoma ei ole sama asia kuin virvoitusjuoma. Viranomaiset edellyttävät energiajuomapakkausten kylkeen varoitustekstejä, joista yksi on; ”Ei suositella lapsille”, johtuen kofeiinipitoisuudesta. Lapsille on havaittu kofeiinista aiheutuvia haittoja kuten muun muassa kiihtyneisyyttä, ärtyneisyyttä, jännittyneisyyttä, levottomuutta, ahdistuneisuutta, unettomuutta ja vierotusoireita. Viranomaiset ja tutkijat ovat useasti varoittaneet alkoholin ja energiajuomien yhteiskäytöstä. Energiajuomat eivät sovi käytettäviksi urheiluharjoituksissa, eikä niillä voi korvata välipaloja. Juoma nostaa verensokeripitoisuutta voimakkaasti ja laskee sitä käytön jälkeen äkillisesti. Tölkkillinen energiajuomaa sisältää keskimäärin 14 sokeripalaa ja 165 kcal energiaa. Energiajuomat ovat haitallisia myös hampaille. Ne aiheuttavat hampaiden reikiintymistä ja hampaiden kulumista. (Nuorisuomen www-sivut 2011.)

Kävimme esitteen niiden viiden nuoren kanssa läpi, joille energiajuomien käyttö on ajankohtaista. Nuoret kuuntelivat, katsoivat esitettä ja ottivat vastaan tietoja energiajuomien haitoista. Keskustelimme energiajuomista ja siitä, miksi ne ovat niin suosittuja nuorten keskuudessa? Nuoret ajattelivat, että ”se on vaan niin coolia juoda eessä”.

”Päihdekasvatusvartti” 4: Alkoholi

Neljännän ”päihdekasvatusvartin” aiheen oli alkoholi. Alkoholi on maassamme yleisimmin käytetty laillinen päihdeaine. Alkoholi voi aiheuttaa noin 60 erilaista sairautta tai vammaa, joista yleisimpiä ovat mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöt ja erilaiset syövät. Alkoholi on yksi yleisemmistä yksittäisistä taustatekijöistä erilaisissa onnettomuuksissa ja tapaturmissa. (Holmberg 2010, 19-21.)

Alkoholi oli kaikille nuorille tuttu ja jokaisella oli joku ajatus ja mielipide siitä. Kävimme ensin läpi alkoholilakia (1143/1994). Tutkimme ”päihdeseinälle” laittamaani alkoholimatemiikka-julistetta. Julisteen pohjalta syntyi keskustelua alkoholin haitoista. Lisäksi näytin hienostisivistynyt.com nettisivuilta nuoria puhuttelevia alkoholimainoksia, joita oli tehty alkoholivalistuksessa käytettäväksi. Videot olivat toimivia ja ne saivat nuoret miettimään alkoholin käyttöä ja sen seuraamuksia.

”Päihdekasvatusvartti” 5: Tupakka

Viidennen ”päihdekasvatusvartin” aiheena oli tupakka ja tupakointi. Tupakka tunnetaan terveydelle vaarallisena tuotteena, joka sisältää yli 4000 kemikaalia. Kemikaalien joukossa on radioaktiivisia ja syöpää aiheuttavia aineita. Tupakan käyttöä säädelään tupakkalailla. (523/1999). Laissa sanotaan, että tupakan myynti alle 18-vuotiaalle on kielletty. Tupakka aiheuttaa riippuvuutta ja vahingoittaa terveyttä. Lapsia ja nuoria suojellaan tupakan käytön aiheuttamalta nikotiiniriippuvuudelta. Tupakkoitaessa tupakan sisältämä nikotiini kulkeutuu keuhkojen ja verenkierron kautta keskushermostoon ja aivoihin. Aivot tottuvat nikotiiniin helposti. Tupakan muut myrkyt kulkeutuvat verenkierron kautta koko elimistöön. Tupakan käyttö aiheuttaa vakavia sairauksia keuhkoissa, suussa ja valtimoissa. Tupakan käytöstä seuraa Suomessa vuosittain 6000 ennenaikaista kuolemaa. (Terveys ry:n www-sivut 2011.)

Olin laittanut tulevaa päihdekasvatusvarttia varten tupakointia koskevan julisteen seinälle muutamaksi viikoksi, jonka vieressä oli nuorille suunnattu esite aiheesta. Julisteessa oli kuva tupakoitsijan ravintoympyrästä. Tämä oli havahduttavin ja eniten keskustelua herättävä viestinnällisin päihdekasvatusvarttien materiaali. Jokainen nuori oli etukäteen käynyt katsomassa julistetta, joten keskustelua tupakoinnista ja sen terveyshaitoista syntyi helposti. Eniten hämmennystä aiheuttivat tiedot siitä, mitä kaikkea tupakka sisältää.

Nuorilla oli myös mahdollisuus pelata Elämä On Parasta Huumetta järjestön suunnittelemaa ja toteuttamaa peliä, joka oli saatavissa kännykälle ilmaispeleinä. Mobihubu peleissä kysymykset liittyivät päihteiden terveysvaikutuksiin, riippuvuuksien syn-

tyyn, päihteiden historiaan sekä päihdemyytteihin ja niiden murtamiseen. Kaikki kysymykset perustuvat tutkittuun tietoon ja useisiin lähteisiin. Oppimispelit antavat pelaajille lisää tietoa päihteistä. Niiden avulla pelaajat voivat myös keskustella päihteistä läheistensä kanssa. (Elämä On Parasta Huumetta www-sivut 2011.)

”Päihdekasvatusvartti” 6: Päihteet ja liikenne

Kuudennen ”päihdekasvatusvartin” aiheena olivat päihteet ja liikenne. Alkoholi huonontaa toimintaa liikenteessä. Suomessa on liikenteessä viime vuosina menehtynyt noin 400 ihmistä vuodessa. Neljäsosassa niistä on alkoholilla ollut osuutta kuolemaan. Kokemattomiin kuljettajiin alkoholi vaikuttaa kokeneita voimakkaammin. Nuorien kokemattomuus sekä ajamisessa että alkoholin käytössä lisää riskiä liikenneonnettomuuksiin. Nuorten kuljettajien liikenneonnettomuudet kasautuvat erityisesti kesän viikonloppuihin. Alkoholia nauttineita jalankulkijoita menehtyy eniten törmäyksessä autoon. Pyöräilijöillä törmäys tapahtuu yleensä auton kääntymistilanteessa risteyksessä. Kuolemalta olisi monesti voitu välttyä, jos liikennesääntöjä olisi noudatettu sekä käytetty heijastinta, pyöräilykypärää tai muita turvavarusteita. (Järvinen, M. & Niemi-Turkama, K. 2004.)

Mopoilija, autoilija tai vaikka moottorikelkkailija syyllistyy rattijuopumukseen, jos hänen verensä alkoholipitoisuus on 0,5 promillea tai enemmän. Myös kulkuneuvon luovuttaminen päihtyneelle on kielletty. Polkupyörääkään ei lain mukaan saa ajaa alkoholin vaikutukseen alaisena, jos siitä aiheutuu vaaraa muille. Rattijuopumus on aina rangaistava teko. Pahinta on jos omilla teoillaan vahingoittaa muita tiellä liikkuja. Sellaista tekoa ei saa ikinä tekemättömäksi. (Terveys ry:n www-sivut 2011.)

Kävimme nuorten kanssa läpi yleisiä liikennesääntöjä sekä monelle nuorelle ajankohtaisia mopoiluun liittyviä asioita. Olin tulostanut liikenneturvan sivuilta nuorten kirjoittamia tarinoita perustuen tositapahtumiin, joita heille oli sattunut, koska he eivät olleet noudattanut liikennesääntöjä. Nuoret saivat tehdä myös netissä mopotestin, jossa kysyttiin mopoiluun ja päihteisiin liittyviä kysymyksiä. (Liikenneturvan www-sivut 2011.)

”Päihdekasvatusvartti” 7: Imppaus

Seitsemäs ”päihdekasvatusvartti” käsitteli imppaamista. Imppaminen on bensiinituotteiden ja teknisten liuottimien kuten: liimojen, lakkojen, puhdistusaineiden ja tinnerin hengittämistä sekä haistelua päihtymistarkoituksessa. Imppaamista kokeillaan usein kokeilunhalusta ja uteliaisuudesta tietämättä sen vaaroista. Liuotinaineiden myrkyt vaikuttavat hengityksen kautta nopeasti keskushermostoon. Toistuva imppaminen vaurioittaa vakavasti aivoja ja aiheuttaa nopeasti henkisen ja ruumiillisen riippuvuuden. Imppauksesta aiheutuva päihtyminen kestää 10- 40 minuuttia. Imppaamisesta seuraa krapula, päänsärky, pahoinvointi ja voimaton tunne. Imppauskierre voi johtaa nuoren luvattomaan poissaoloon koulusta sekä eristäytyneisyyteen. (Terveys ry:n www-sivut 2011.)

Puhuimme imppaamisen haitallisuudesta nuorten kanssa. Nuoret tutustuivat aihetta käsittelevään esitteeseen ja tulostin Kylmäsen laatiman esimerkin imppaustiedotteesta (LIITE3), jonka laitoin toimiston seinälle, jotta kaikki työntekijät tietäisivät miten imppaamiseen tulisi puuttua.

”Päihdekasvatusvartti” 8: Päähteet ja raha

Kahdeksannen ”päihdekasvatusvartin” aiheena olivat päähteet ja raha. Nuori, joka kokee olonsa yksinäiseksi, on valmis maksamaan kaveriporukkaan pääsystä ja paikasta siellä melkein mitä tahansa. Nuorella voi olla kova tarve päästä illanviettoon, jolloin hän on valmis ostamaan ystäville alkoholia, tupakkaa ja muita päähteitä. Tässä vaiheessa oikean ja väärän raja menettää nuoren elämässä merkityksen. Toimintaan voi liittyä rikolliset teot – varkaudet, näpistyksen ja asiakirjaväärennökset. Rahaa pyritään usein myös lainaamaan ja päähteitä voidaan ostaa velaksi. Velkaantunut voi ajautua pelottelun, väkivallan ja rikosten uhriksi. (Kemppinen 1997, 22.)

Keskustelimme nuorten kanssa rahankäytöstä. Nuorisokodissamme nuoret saavat kuukausirahaa tietyn määrän. Puhuimme, miten rahaa olisi järkevä käyttää ja mitä sillä olisi järkevä ostaa. Korostin, ettei ystävyyttä voi ostaa rahalla. Jotta rahankäyttö konkretisoituisi, niin laskimme yhdessä, kuinka paljon rahaa kuluu tupakointiin. Käytimme tupakka-askin hintana 4,80 € ja esimerkkitapauksessa ihminen poltti yhden askin päivässä. Tulos oli 1752 euron säästö vuodessa. Pohdimme, mitä kaikkea

kyseillä rahalla saisi, kuten ulkomaan matkan, auton, mopon, tietokoneen, viihdeelektroniikkaa tai se voisi olla jonkun ihmisen kuukauden palkka. Kävimme samantapaista keskustelua myös herkkujen ostamisista ja säästämistä.

5.2.3 Projektin arviointi

Arvioinnilla selvitetään, miten projekti on onnistunut. Arviointi ajoittuu projektin toteuttamis- tai päättämisvaiheeseen. Jälkikäteisarvioinnissa keskitytään arvioimaan saavutettuja tuloksia ja niiden vaikutuksia. Arviointivaiheet voidaan jakaa karkeasti itsearviointiin ja ulkopuoliseen arviointiin. Itsearvioinnissa projektiorganisaation jäsenet arvioivat kriittisesti omaa toimintaansa. Viime vuosina itsearviointia on ryhdytty painottamaan entistä enemmän ja se tapahtuu parhaimmillaan sekä toteuttamisetä päättämisvaiheessa. Ulkopuolisella arvioinnilla saadaan puolueeton näkemys projektista. (Paasivaara, Suhonen & Nikkilä 2008, 140-141.)

Kun yksittäisen projektin arviointia lähdetään suunnittelemaan, on opinnäytetyöntekijän hyvä syventyä miettimään vastauksia seuraaviin kysymyksiin. Miten tietoa käytetään? Mitä intressejä arvioinnilla palvellaan? Missä vaiheessa arviointia suoritetaan? Kuka arvioi? Miten tulokset raportoidaan ja miten niitä hyödynnetään? (Virtanen 2000, 153.)

Arvioin pitämiäni ”päihdekasvatusvartteja” havainnoimalla nuorten sanatonta ja sanallista viestintää ”päihdekasvatusvarttien” aikana. Viimeisen ”päihdekasvatusvartin” jälkeen keräsin nuorilta kirjallisen (LIITE2) palautteen. Keskustelin ja kysyin myös kollegoiltani heidän ajatuksiaan ja havaintojaan ”päihdekasvatusvarttien” vaikutuksista nuoriin. Kollegani olivat laittaneet merkille aulaan pystyttämäni ”päihdetietousseinän”, jossa oli julisteita ja esitteitä. Työntekijät pitivät niitä hyvinä ja päihdetietoutta antavina.

Nuoret antoivat kirjallisen palautteen (LIITE2) viimeisen ”päihdekasvatusvartin” jälkeen. Yhtä nuorisokodinnuorta lukuun ottamatta he kokivat, että päihdekasvatusvarteista oli hyötyä. Kaikki muut paitsi yksi nuori koki oppivansa uutta. ”Päihdekasvatusvartteja” piti tarpeellisena kaikki muut paitsi yksi tyttö, joka oli saanut päihdeva-

listusta juuri koulussa. ”Päihdekasvatusvarttien” ilmapiiristä kysyessäni kaikki paitsi yksi huostaanotettu nuori vastasi ilmapiirin olleen mukava. Palautteen lopussa kysyttiin, mitä päihdekasvatusvarteista jäi parhaiten nuorille mieleen. Nuoret vastaus siihen oli yksimielinen ja kaikki kertoivat parhaiten mieleen jääneen tupakan sisältämät haitalliset aineet.

6 POHDINTA

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli pitää ”päihdekasvatusvartteja” nuorisokodin nuorille. Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä nuorten päihdetietoutta sekä muuttaa heidän asenteitaan päihteitä kohtaan. Pääsääntöisesti nuoret ottivat päihdekasvatusta hyvin vastaan. Itse koin, että ”päihdekasvatusvartteja” oli mieluisa pitää. Havaintoihini perustuen nuorisokodin nuoret pitivät ”päihdekasvatusvarteista” ja nauttivat yhdessäolosta. Kaikki ”päihdekasvatusvartteihin” osallistujat yhtä lukuun ottamatta olivat motivoituneina mukana. Eräs yläkouluikäinen osallistuja kapinoi päihdekasvatusta vastaan. Poika uskoi jo tietävänsä kaiken kaikesta, mutta sain hänet kuitenkin lopulta tulemaan mukaan. ”Päihdekasvatusvartit” ovat rohkaisseet nuoria keskustelemaan henkilökohtaisista asioista kanssani.

6.1 Eettiset näkökohdat

Päihdekasvatuksen tarkoituksena on suostutella ihmiset edistämään yhteistä hyvää ja elämään mallikelpoisesti aiheuttamatta itselleen tai muille mitään haittoja. Ihmisen taivuttelemineen ajattelemaan ja toimimaan tietyllä tavalla on propagandaa. Filosofi Vartio on esittänyt selvän kannan ”Propaganda ei koskaan voi olla eettisesti oikein”. (Soikkeli 2002, 55-56.)

Tämän projektin eettisiä asioita miettiessäni olen huomionnut päihdekasvatusta saaneiden lasten ja nuorten yksityisyyden henkilötieto (523/1999) - ja lastensuojelulain (417/2007) nojalla. Heidän henkilöllisyytensä ei paljastu missään vaiheessa. Opinnäytetyön aiheen valinta on itsessään eettinen ratkaisu. Opinnäytetyön aihetta vali-

nessa tulee miettiä sen hyödyllisyys. Aihetta ei tulisi valita vain sen perusteella, mikä on helposti toteutettavissa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2000, 26.) Aiheen valinnassa pohdin myös huostaanotettujen nuorten aikaisempia kokemuksia ja suhdetta alkoholiin. Monella heistä on takana traumaattisia muistoja ja kokemuksia liittyen päihteisiin. Opinnäytetyön aihe syntyi tarpeesta valistaa nuoria, koska työntekijät havaitsivat joidenkin nuorisokodin nuorten kokeilleen päihteitä. Nuorisokodin työntekijät kokivat tärkeäksi, että nuorille annetaan tietoa päihteiden haittavaikutuksista.

Nuoret ovat osallistuneet ”päihdekasvatusvartteihin” vapaaehtoisesti ja olen kertonut heille ”päihdevarttien” kuuluvan osana opiskeluihini. Mahdollisuuksien mukaan olen pyrkinyt käyttämään ajan tasalla olevia lähteitä ja välttämään yli kymmenen vuotta vanhoja lähteitä.

6.2 Kehittämisehdotukset

Vuonna 2004 hallitus käynnisti Alkoholiohjelman. Taustalla vaikutti valtioneuvoston periaatepäätös alkoholipolitiikan linjauksista. Alkoholiohjelman 2008-2011 pääkoordinaattori on Terveyden ja hyvinvoinninlaitos, joka yhteistyössä aluehallintoviraston kanssa ohjaa ja tukee paikallista alkoholihaittojen ehkäisytyötä. Alkoholiohjelman yhtenä tavoitteista on lasten, nuorten ja perheiden alkoholihaittojen vähentäminen. Tavoitteen toteutumisen kannalta olennaisimmat toimijat ovat paikallisella tasolla. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut 2011.)

Päihdehoitotyön kehittäminen on edennyt viimeisen kymmenen vuoden aikana. Päihdetyön valtakunnallisia kehittämishaasteita ovat ehkäisevän päihdetyön kehittäminen, riittävien päihdepalveluiden varmistaminen ja päihdehoidon laadun kehittäminen. Sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijat ovat kysyneet kouluistaan päihdetyön opintoja, joita heille on tuotettu ehkäisevän päihdetyön ja päihdetyön erikoistumisopintojen osalta. Päihdehoitotyön laadusta vastaa jokainen sairaanhoitaja, jonka on tunnettava ehkäisevän päihdetyön laatusuosituksia, päihdepalveluiden laatusuosituksia sekä päihtyneen henkilön akuuttihoito-ohjeet, joiden perusteella hän voi esittää perusteltuja parannusehdotuksia omassa työyhteisössään. Päihdehoitotyön kehittämisessä ja tutkimuksessa hyödynnetään kansainvälisiä suhteita, vaikkakin yhteistyö

perustuu laajalti yksittäisen sairaanhoitajan omaan aktiivisuuteen. (Havio ym. 2008, 7 & 236-238.)

Päihdekasvatusta käsitteleviä ja sivuavia opinnäytetöitä on tehty paljon. Piia Kaarniemi & Meiju Teurajärvi Humanistisesta ammattikorkeakoulusta kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelmasta on tehnyt opinnäytetyön Tornion kaupungin moniammatilliselle päihdeinformaatiotyö-ryhmälle vuonna 2009. Opinnäytetyö oli myös toiminnallinen ja he toivat päihdekasvatusta esiin erilaisten harjoitteiden avulla alakoulussa.

Tämän opinnäytetyön tehtyäni ja ”päihdekasvatusvartit” pidettyäni nuorisokodissa, kehittäisin ideaa ”päihdekasvatusvarteista” ”terveystunniksi”. ”Terveystunteja” voisi järjestää nuorisokodissa kerran viikossa ennalta sovittuna ajankohtana. ”Terveystunnista” voisi tehdä nuorisokodin oman yhteisen hetken, jolloin kaikki 7 lasta ja paikalla olevat työntekijät osallistuisivat siihen. Jokainen nuorisokodin työntekijä järjestäisi vuorollaan ”terveystunnin” oman mielenkiinnon mukaan.

LÄHTEET

Aalto-Setälä, T., Marttunen, M. & Pelkonen, M. 2003. Nuorten päihdehäiriöt ja muut mielenterveydenhäiriöt: tietoa nuorten kanssa työskenteleville aikuisille. Kansanterveyslaitos. Mielenterveyden ja alkoholitutkimuksen osasto, HYKS, Peijaksen sairaala, psykiatrinen tulosyksikkö, Nuorisopsykiatrinen vastuualue. VIITATTU: 26.10.2011. <http://www.ktl.fi/attachments/suomi/osastot/mao/komorbiditeetti.pdf>

Alkoholilaki. 1994. L. 8.12.1994/1143 muutoksineen.

Dahl, P. & Hirschovits, T. 2002. Tästä on kyse - tietoa päihteistä. Helsinki: Hakapaino Oy.

Elämä on parasta huumetta Ry:n www-sivut. Viitattu 11.11.2011. <http://www.eoph.fi/toiminta/oppimispelit/mobihubu/>

Havio, M., Inkinen, M. & Partanen, A. 2008. Päihdehoitotyö. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Henkilötietolaki.1999. L. 22.4.1999/523 muutoksineen.

Himberg, L. & Laakso, J. & Peltola, R. & Näätänen, R. & Vidjeskog, J. 2003. Kehittyvä ihminen – Psykologia 2. Porvoo: WSOY.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy

Holmberg, J. 2010. Päihderiippuvuudesta elämänhallintaan. Helsinki: Edita Prima Oy.

Huoponen, K., Peltonen, H., Mustalampi, S. & Koskinen-Ollonqvist, P. 2002. Päihteiden käytön ehkäisy. Opas koulujen ja sidosryhmien yhteistyöhön. Helsinki: Hakapaino Oy.

Järvinen, M. & Niemi-Turkama, K. (toim.) Alkon esite: alkoholi & liikenne 2004. Helsinki: Lönnberg Painot Oy.

Ketola, J. 2008. Sijoita perheeseen. Perhehoito inhimillisenä ja taloudellisena vaihtoehtona. Jyväskylä: PS-kustannus.

Koistinen, P., Ruuskanen, S. & Surakka, T. toim. 2005. Lasten ja nuorten hoitotyön käsikirja. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Kylmäkoski, M., Pylkkänen, M. & Viitanen, R. (toim.) 2010. Yhteisöllisiä näkökulmia nuorten ehkäisevään päihdetyöhön. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Sarja C. Oppimateriaaleja 21, 2010. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.

Kylmänen, P. 2005. Kun kaikki muutkin... Nuorten ehkäisevä päihdetyö. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Lastensuojelulaki. 2007. L. 13.4.2007/417 muutoksineen.

Liikenneturvan www-sivut. Viitattu 11.11.2011.
http://www.liikenneturva.fi/valppain_mielin/kampanjat/kaannapaa/mopovisa/mopovisa.php

Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut. Viitattu 11.11.2011
http://www.mll.fi/nuortennetti/paihteet/nuorelta_nuorelle/nuorten_tekemat_jutut/elman_kurssi_korkeuksiin/#email

Mäkelä, P., Mustonen, H. & Tigerstedt, C. (toim.) & Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2010. Suomi juo. Helsinki: Yliopistopaino.

Nuorisolaki. 2006. L. 27.1.2006/72 muutoksineen.

Nuorisuomen www-sivut. Viitattu 11.11.2011.
http://www.nuorisuomi.fi/files/ns2/Urheiluseurat_PDF/energiajuomaesite_09.pdf

Orjasniemi, T. 2005. Ottaako vai ei... Raittiuden ja alkoholin käytön sukupolvittaiset muutokset moraalivallin murtumisen ilmentymänä pohjoisella maaseudulla 1980-2000 –luvulla. Väitöskirja. Lapinyliopisto, yhteiskuntatieteiden tiedekunta.

Peltonen, H. 2004. Kasvattajana sosiaali- ja terveysalan ammattiteissa. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Peltonen, H. & Kannas, L. 2005. Terveystieto tutuksi – ensiapua terveystiedon opettamiseen. Helsinki: Hakapaino Oy.

Piisi, R. 2001. Huumetyö. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Raittiustyölaki 1982. L. 19.11.1982/828 muutoksineen.

Rissanen, T. 2002. Projektilla tulokseen – projektin suunnittelu, toteutus, motivointi ja seuranta. Jyväskylä: Kustannusosakeyhtiö Pohjantähti.

Sinkkonen, J. 2010. Nuoruusikä. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Soikkeli, M. 2002. Miten puhua huumeista. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Ehkäisevä päihdetyö. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Terveyden edistämisen keskuksen www-sivut. Viitattu 11.11.2011.
<http://www.hienostisivistynyt.com>

Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut. Viitattu 11.11.2011,
http://www.thl.fi/fi_FI/web/neuvoa-antavat-fi/ehkaiseva-paihdedetyo

Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut. Viitattu 11.11.2011.
<http://info.stakes.fi/kouluterveyskysely/FI/index.htm>

Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen, Tilasto- ja indikaattoripankki SOTKANetin www-sivut. Viitattu 11.11.2011. <http://uusi.sotkanet.fi/portal/page/portal/etusivu>

Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut. Viitattu 11.11.2011
http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tutkimus/ohjelmat/alkoholiohjelma

Terveys ry:n www-sivut. Viitattu 11.11.2011

http://www.terveysry.fi/fi/etusivu/tuotteet_ja_tilaukset/ehkaiseva_paihdeyto

Tigerstedt, C. (toim.) 2007. Nuoret ja alkoholi. Alkoholi- ja huumeututkijain seura & Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 75. Helsinki: Hakapaino Oy.

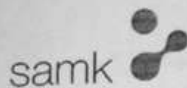
Tupakkalaki. 1976. L. 13.8.1976/693 muutoksineen.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2006. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Vertio, H. 2003. Terveyden edistäminen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

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

Virtanen, P. 2000. Projektityö. Porvoo: WS Bookwell Oy.



SATAKUNNAN AMMATTIKORKEAKOULU
SATAKUNTA UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OP07A

SAMK / Sopimus opinnäytetyön tekemisestä

Opinnäytetyön tekijä: *Minna Stenberg* Opiskelijanumero: *0701897* Aloituserä: *HT07RTT*

Koulutusohjelma: *Heittotyö*

Opinnäytetyötä ohjaavan opettajan nimi, sähköposti, puhelinnumero ja osoite:
Ritva Pirilä, ritva.pirilä@samk.fi

Toimeksiantaja, yhteyshenkilön nimi, sähköposti, puhelinnumero ja osoite:

Yksityinen lastensuojelulaitos Satakunnassa XXXXX, XXXXX, XXXXX, XXXXX.

Opinnäytetyön nimi: *PAIHDERAVITUSARTIT NUORTSOKODISSA*

Työn etenemisaikataulu: *valmis viim. 4.11.11*

Tarkempi selvitys on sopimuksen liitteenä olevassa hyväksytyssä tutkimus-/projektisuunnitelmassa.

Vakuutukset. Jos opinnäytetyö tehdään kokonaan tai osittain työsuhteessa palkkaa vastaan, niin toimeksiantajan on laadittava asianmukainen kirjallinen työsuhteesta. Työnantaja huolehtii lainmukaisista vakuutuksista, sillä ammattikorkeakoulun vakuutukset eivät kata työsuhteesta tehtävän opinnäytetyön tekijää.

Opinnäytetyön kustannukset ja niiden korvaaminen. Opinnäytetyöstä mahdollisesti aiheutuvien kustannusten (ml. Aineiston hankinta, raaka-aineet, matkat, työkorvaus jne.) korvaamisesta sopivat toimeksiantaja ja opiskelija keskenään. Pääsääntöisesti Satakunnan ammattikorkeakoulu ei vastaa yksittäisen opinnäytetyön kustannusten korvaamisesta.

Oikeudet opinnäytetyön tuloksiin. Toimeksiantaja saa käyttöoikeuden opinnäytetyön tuloksiin ja niiden kaupalliseen hyödyntämiseen. Opinnäytetyön tekijä on velvollinen raportoimaan opinnäytetyön tulokset toimeksiantajalle.

Immateriaalioikeudet. Tekijänoikeus ja muut immateriaalioikeudet opinnäytetyöhön kuuluvat opinnäytetyön tekijälle. Opinnäytetyön tekijä ja toimeksiantaja sopivat erikseen, missä laajuudessa tekijänoikeus tai muut immateriaalioikeudet siirtyvät toimeksiantajalle.

Opinnäytetyön ohjaus ja vastuu. Vastuu opinnäytetyön tekemisestä ja tuloksista on opiskelijalla. Ammattikorkeakoulu vastaa työn ohjauksesta, seurannasta ja työn riittävästä laadusta. Ammattikorkeakoulu ei ole taloudellisesti vastuussa työn tuloksista tai aikataulusta. Opinnäytetyön tekijä ei vastaa toimeksiantajalle vahingosta, joka toimeksiantajalle syntyy opinnäytetyön viivästyisestä, ellei erikseen toisin sovita. Toimeksiantaja sitoutuu antamaan opiskelijan käyttöön kaikki opinnäytetyön tekemisessä tarvittavat tiedot ja aineistot sekä ohjaamaan opinnäytetyötä toimeksiantajaorganisaation näkökulmasta. Opiskelija sitoutuu palauttamaan toimeksiantajalle työn aikana saamansa luottamuksellisen aineiston, kun opinnäytetyö on valmistunut, tai kun osapuolet yhdessä toteavat, että yhteistyöedellytyksiä opinnäytetyön loppuun saattamiseksi ei ole.

Tulosten julkistaminen ja luottamuksellisuus. Opinnäytetyö on kokonaisuudessaan julkinen. Mikäli opinnäytetyö sisältää liikesalaisuuksia tai muuta julkisuuslaissa salassa pidettäväksi määrättyjä tietoja, on opinnäytetyön raportti laadittava niin, että tietojen luottamuksellisuus säilyy. Tarvittaessa salassa pidettävät tiedot on jätettävä työn tausta-aineistoon. Opinnäytetyö tai sen osia voidaan julkaista myös internetissä sopimalla niistä erikseen. Opinnäytetyön osapuolet (opiskelija, toimeksiantaja ja opettaja) sitoutuvat pitämään salassa kaikki opinnäytetyön tekemisessä ja sitä edeltävissä tai sen jälkeisissä neuvotteluissa esiin tulevat luottamukselliset tiedot ja asiakirjat sekä pidättäytymään käyttämästä hyväkseen toisen osapuolen ilmaisemia luottamuksellisia tietoja ilman erillistä lupaa.

Tätä sopimusta koskevat erimielisyydet pyritään ratkaisemaan ensisijaisesti neuvottelemalla osapuolten kesken. Mikäli asiasta ei päästä sopimukseen, erimielisyydet ratkaistaan Satakunnan kärjäoikeudessa.

Tätä sopimusta on laadittu kappaleita, yksi kullekin osapuolelle.

Satakunnan ammattikorkeakoululla on oikeus käyttää yhteistyöhanketta referenssinä ammattikorkeakoulun työelämäyhteyksistä, mukaan lukien SAMK:n yhteistyötietokanta, johon voi tehdä hakuja internetissä. Opinnäytetyöstä näkyvät otsikko, organisaatio ja organisaation yhteyshenkilö. Hanketta voidaan lisäksi hyödyntää ammatillisen korkeakoulutuksen tavoitteita edistävällä esim. opetusmateriaalina tai -metodina edellyttäen, ettei hankkeeseen sisällyneiden tietojen luottamuksellisuutta vaarana.

Päiväys: *15.9.2011*

Toimeksiantajan edustajan allekirjoitus, nimi ja nimen selvitys:

Elina Myllykoski, ELINA MYLLYKOSKI, KASVATUSJOHTAJA

Koulutusjohtajan/Toimialajohtajan allekirjoitus ja nimen selvitys:

Mimo Pönnönen

Opinnäytetyön tekijän allekirjoitus:

Minna Stenberg MINNA STENBERG

Sisältövastaava: Anne Sankari

Tarkistettu viimeksi: 22.11.2010

Kerro vielä lopuksi mitä mieltä olit päihdekasvatusvarteista.

Ympyröi sopiva vaihtoehto.

Oliko ”päihdekasvatusvarteista” sinulle jotain hyötyä? KYLLÄ EI

Opitko ”päihdekasvatusvarteista” jotain uutta? KYLLÄ EI

Piditkö ”päihdekasvatusvartteja” tarpeellisena? KYLLÄ EI

Piditkö ”päihdekasvatusvarttien” ilmapiiriä mukavana? KYLLÄ EI

Kirjoita vielä, mikä asia sinulle jäi ”päihdekasvatuksesta” parhaiten mieleen?

Liite 3.

ESIMERKKI IMPPAUSTIEDOTTEESTA

Kun koulussa ESIINTYY IMPPAUSTA

Koululaisten vanhemmat ja nuorten parissa työskentelevä ammattihenkilöstö ovat huolestuneita vaarallisen tupakansytytinkaasun haistelutapauksista ja haluavat muistuttaa kaikkia lasten tarvitsemasta riittävän huolenpidon ja päihteisiin liittyvän valistamisen tärkeydestä.

Imppausta esiintyy yleensä alueittain nuorisoryhmissä tai epidemianomaisesti. Sitä kokeilevat ovat yleensä 8–14-vuotiaita. Impattavat aineet saattavat olla esimerkiksi liuottimia, bensiiniä tai butaanikaasua. Butaani on nesteytetty kaasu, jota tavallisesti käytetään savukkeiden sytyttimissä, sytyttimien täyttöpulloissa ja retkikeittimissä.

Butaani on hapen syrjäyttävä kaasu ja suoraan keuhkoihin hengitettynä se saattaa aiheuttaa seuraavia oireita:

- hämäränäkö huononee, hengitystyö lisääntyy ja pulssi nopeutuu
- suorituskyky ja valppaus huononee
- hengen haukkominen, väsymys, huimaus, päänsärky, sekavuus
- tajuttomuus, rytmihäiriöt ja sydänpysähdys
- iholle tai limakalvolle joutunut butaani voi aiheuttaa pahoja paleltumavammoja.

Kuvatut oireet riippuvat annoksesta. Pienillä annoksilla vaikutus kestää muutamia minutteja, jolloin käytön tunnistaminen vaikeutuu. **Yksi iso kerta-annos aiheuttaa hengenvaaran. Jokainen imppauskerta vaurioittaa osaa aivojen hermosoluista pysyvästi.**

Vanhempien tai huoltajien on tärkeää keskustella imppaamisen vaaroista sekä tarkkailla asuinympäristöään. Havainnoista voi ilmoittaa esimerkiksi oman lähikoulun kuraattorille tai terveydenhoitajalle. Yhteydenoton voi myös tehdä aluepoliisille.

Lisätietoja: Myrkytystietokeskuksen ympärivuorokautinen neuvontapuhelin (09) 471 977.