

Jonna Perttula
Ilona Rannikko
Laura Salorinne

VALINTOJEN PUTKI – ELÄMYKSELLISTÄ TERVEYDEN
EDISTÄMISTÄ ERITYISOPPILAILLE

Hoitotyön koulutusohjelma
Hoitotyön ja terveydenhoitotyön suuntautumisvaihtoehto
2011

VALINTOJEN PUTKI - ELÄMYKSELLISTÄ TERVEYDEN EDISTÄMISTÄ ERITYISOPPILAILLE

Perttula, Jonna
Rannikko, Ilona
Salorinne, Laura
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Hoitotyön koulutusohjelma
Joulukuu 2011
Ohjaaja: Pirilä, Ritva
Sivumäärä: 43
Liitteitä: 5

Asiasanat: terveyden edistäminen, nuori, päihteet

Tämä opinnäytetyö toteutettiin projektityönä yhteistyössä Rauman kriisikeskus Ankkuripaikan kanssa. Opinnäytetyön tarkoituksena oli tukea Ankkurin koulun päihdekasvatusta ja antaa nuorille tietoa päihteistä, omien valintojen, itsetunnon sekä ystävien merkityksestä päihteiden käytössä. Lisäksi projektin tarkoituksena oli testata Valintojen putken soveltuvuutta 7.-9. luokkalaisille erityisoppilaille.

Opinnäytetyön tavoitteena oli kohderyhmänä olevien nuorten päihteidenkäytön aloittamisen myöhentäminen tai ehkäiseminen. Tavoitteena oli, että Ankkurin koulun oppilaat saavat tietoa Valintojen Putken aiheista. Opinnäytetyöntekijöiden tavoitteena oli kehittää projektityöskentelytaitojaan ja ryhmänohjaustaitojaan sekä lisätä tietoaan projektissa käsiteltävistä aiheista.

Valintojen putki on elämyksellinen terveyden edistämistapahtuma, joka on kehitetty Helsingissä vuonna 2001. Valintojen putken kulissirakennelma koostuu neljästä huoneesta, jotka oppilaat kiertävät ryhmissä. Ensimmäisessä huoneessa keskustelun aiheena on ystävyys ja itsetunto, toisessa huoneessa päihteet ja kolmannessa rajat ja rakkaus. Viimeinen huone on ”purkuhuone”, jossa käsitellään kaikkia aiheita.

Projektin suunnittelu aloitettiin lokakuussa 2010. Projektisuunnitelma valmistui huhtikuussa 2011. Projekti toteutettiin toukokuussa 2011. Ensimmäisenä toteutuspäivänä oppilaat kiersivät Valintojen putken, saman päivän iltana pidettiin vanhempainilta ja seuraavana päivänä oppilaille järjestettiin Valintojen putkeen kuuluvat oppitunnit. Projektin kirjallinen osuus viimeisteltiin syksyllä 2011.

Puolet Valintojen putkeen osallistuneista oppilaista oli sitä mieltä, että Valintojen putki oli kokonaisuudessaan hyvä, puolet arvioi sen kohtalaiseksi. Oppilaista puolet vastasi, että Valintojen putken aiheet olivat hyviä, loput pitivät aiheita kohtalaisina. Oppilaat arvioivat Valintojen putkea asteikolla 4-10, jolloin keskiarvoksi muodostui 7,6.

Valintojen putki on käyttökelpoinen aihe projektiluonteiseksi opinnäytetyöksi tai terveydenhoitajaopiskelijoiden projektityöksi. Jatkossa voisi pyrkiä siihen, että Valintojen putki toteutettaisiin Raumalla joka vuosi.

TUNNEL OF CHOICES; Experiment-based Preventive Drug and Alcohol Education for Special Needs Students

Perttula, Jonna; Rannikko Ilona; Salorinne Laura
Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences
Degree Programme in Nursing
December 2011
Supervisor: Pirilä, Ritva
Number of pages: 43
Appendices: 5
Keywords: health promotion, adolescent, drugs

This thesis presents a project, which was conducted in cooperation with the Crisis Center Ankkurpaikk'. The principle purpose of this study was to support and promote drug and alcohol education in one of the secondary schools in Rauma, Ankkurin koulu. The other aim of this project was to share useful knowledge and information about intoxicants and to make students aware of how their own decisions, self-esteem and the pressure from their peers all play a major role in whether they, as teens, will conform to healthy behaviours or start to slide to substance abuse. Moreover, the aim was to determine the suitability of "the Tunnel of Choices", a health promotion project, which employs experiment-based methods, for special needs students in grades 7 -9. This study strived to discourage or, at least, to postpone the onset of alcohol use among the target group by sharing knowledge on the topics incorporated in the project. Additionally, the authors of this thesis aspired to enhance their own project work and team leadership skills and to improve their knowledge of the topics dealt with in the project.

"The Tunnel of Choices", which emphasizes learning through involvement, was started in Helsinki in 2001. The setting constructed for this project consists of four separate rooms, which the students visit in small groups. The topics of discussion in the first room are friendship and self-esteem, the second room deals with drugs and alcohol and the third one focuses on boundaries and love. The last room is for debriefing.

The planning of this project started in October and it was completed in April 2010. The project was conducted in 2011. On the first day of the project the students visited all the four rooms of the setting. A parent meeting was held in the evening of that day and the following day the students were taught in a traditional class room setting on the topics, which had been previously discussed in the four rooms. The written part of the project was completed in autumn 2011.

The results of this study indicate that 50% of the participants felt that the project had succeeded well, the other half satisfactorily. The results were similar regarding the topics of the projects, one half of the respondents were satisfied with the topics, whereas, the other half found them only reasonably successful. All the respondents graded the project on a scale of 4-10 and the average was 7,6. It can be concluded that "the Tunnel of Choices" is well applicable to school educational purposes. In the future it would be worthwhile considering of arranging this project in Rauma on an annual basis.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	VALINTOJEN PUTKI.....	6
2.1	Itsetunto ja ystävyys.....	7
2.2	Päihteet	8
2.3	Rajat ja rakkaus.....	12
3	TOIMINNALLISIA PÄIHDEKASVATUSMALLEJA.....	15
3.1	Selvästi HOT – päihdekasvatusmalli.....	15
3.2	Me ollaan sankareita kaikki – toiminnallinen päihdekasvatusmalli	16
3.3	Aika välittää! –intervention	17
3.4	“En ikinä kokeile huumeita” – Päihdevalistus erityisopetuksessa oleville 7. luokkalaisille.....	18
3.5	Kun mä juon musta tulee Batman. Toiminnallinen päihdekasvatus-projekti.....	19
4	PROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITTEET.....	19
5	PROJEKTIN SUUNNITTELU.....	20
5.1	Projektin vaiheet	20
5.2	Organisaation kuvaus.....	23
5.3	Resurssit ja riskit.....	23
5.4	Toteutussuunnitelma.....	24
5.5	Arviointisuunnitelma	24
6	PROJEKTIN TOTEUTTAMINEN.....	25
6.1	Kulissirakennelman pystytys	25
6.2	Valintojen putki	26
6.3	Vanhempainilta.....	29
6.4	Oppitunnit.....	30
7	ARVIOINTI JA POHDINTA	31
7.1	Projektin toteutuksen arviointi.....	31
7.2	Tavoitteiden saavuttaminen	34
7.3	Projektityön tulosten arviointi	34
7.4	Jatkokäyttöehdotukset.....	41
	LÄHTEET.....	42
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Nuoret käyttävät päihteitä entistä enemmän ja yhä nuorempina. Myös nuorten suhtautuminen päihteisiin on muuttunut entistä suvaitsevammaksi. Tupakoinnin nuoret aloittavat usein 12–16-vuotiaana. (Nykänen & Varjo 2005.) Ensimmäisen humalansa nuoret kokevat pääasiassa 13–14-vuotiaana. Muita päihteitä nuoret kokeilevat yleensä 14–15-vuotiaana. (Metso, Ahlström, Huhtanen, Leppänen & Pietilä 2009.)

Valintojen putki on saanut alkunsa Helsingissä vuonna 2001. Kohderyhmänä olivat peruskoulun kuudesluokkalaiset. Tavoitteena on tukea koulujen päihdekasvatusta ja terveyden edistämistä sekä tarjota työkaluja päihdekysymysten käsittelemiseen oppilaille, koulujen ammattilaisille ja vanhemmille. Valintojen putki on kulissirakennelma, jossa oppilaat kulkevat ryhmissä huoneesta toiseen. (Valintojen putken www-sivut 2007.) Valintojen putki on toteutettu Raumalla kerran aikaisemmin. Se toteutettiin vuonna 2009 Satakunnan ammattikorkeakoulun opiskelijoiden opinnäytetyönä, yhteistyössä Rauman kriisikeskuksen kanssa. Kohderyhmänä olivat silloin Kourujärven koulun kuudesluokkalaiset. (Grönman, Koskinen, Uusikorpi & Virtanen 2010.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tukea koulun päihdekasvatusta sekä antaa nuorille tietoa päihteistä ja omien valintojen, itsetunnon sekä ystävien merkityksestä päihteiden käytössä. Työn tavoitteena on nuorten päihteidenkäytön aloittamisen myöhentäminen tai ehkäiseminen. Lisäksi projektin tavoitteena on testata Valintojen putken soveltuvuutta 7.-9. luokkalaisille erityisoppilaille.

Aihe tuntuu mielenkiintoiselta sekä koulumaailmaan sijoittumisen että käytännöstä tulleen tarpeen vuoksi. Projekti toteutetaan Rauman kriisikeskus Ankkurpaikan tiluksesta.

2 VALINTOJEN PUTKI

Valintojen putki on neljästä huoneesta ja niiden välisestä käytävästä muodostuva kullissirakennelma, jonka oppilaat kulkevat ryhmissä. Huoneiden aiheita käsitellään kehystarinan ja sen henkilöiden avulla. Kehystarina kulkee mukana koko ”putken”. Ensimmäisessä huoneessa teemana on ystävyys, itsetunto ja kaveripaine. Toisessa huoneessa keskustellaan päihteistä ja niihin liittyvistä valinnoista sekä sosiaalisen paineen vaikutuksista. Kolmannessa huoneessa keskustelun aiheita ovat rajat, rakkaus ja erilaisuus. Lopuksi purkuhuoneessa keskustellaan ”putken” kokemuksista, siellä myös kerrotaan, mistä on mahdollista saada apua päihteisiin liittyviin kysymyksiin. Lisäksi valintojen putken toteutukseen kuuluvat oppilaiden vanhemmille järjestettävä vanhempainilta sekä oppilaille pidettävät oppitunnit. (Valintojen putken www-sivut 2007.)

Valintojen putki toteutettiin ensimmäisen kerran Raumalla vuonna 2009, Kourujärven koulussa. Toteutuksesta vastanneiden opiskelijoiden mielestä Valintojen putki toimi hyvin kohderyhmänä olleille kuudesluokkalaisille. Palautetta kerättiin kyselylomakkeiden avulla Valintojen putken osallistuneilta oppilailta, joita oli yhteensä 40. Oppilaat kokivat putken aiheet pääasiassa hyviksi, tytöistä kolme oli sitä mieltä, että aiheet olivat kohtalaisia tai huonoja. Kaikki pojat kokivat aiheiden olleen vähintään kohtalaisia. Yli puolet piti huoneissa käytyjä keskusteluja kohtalaisina, tytöt olivat keskusteluihin poikia tyytyväisempiä. Tytöt olivat poikia tyytyväisempiä myös ”putken” kehystarinaa. Oppilaista kukaan ei pitänyt tarinaa huonona. Suurimman osan mielestä tarinan pituus oli sopiva. Oppilaista valtaosa koki keskustelun ryhmässä helpoksi. Oppilaista kahdeksan vastasi, että Valintojen putkessa käsitellyt asiat olivat ennestään tuttuja, loput 32 vastasivat oppineensa uusia asioita. Yli puolet vastanneista koki käsiteltyjen asioiden liittyvän heidän elämäänsä. Oppilaat arvioivat Valintojen putken asteikolla 4-10. Keskiarvoksi muodostui 8,35. (Grönman ym. 2010, 35–41.)

Valintojen putken toteuttajat keräsivät palautetta myös kahdelta kuudesluokkalaisten opettajalta sekä vanhempainillassa oppilaiden vanhemmilta. Opettajien mielestä Valintojen putki oli päihdekasvatusmenetelmänä hyvä. Toinen opettaja koki saaneensa

Valintojen putkesta uusia työvälineitä päihdekasvatukseen. Opettajat eivät kokeneet oppineensa itse uusia asioita Valintojen putken kautta. Toisen opettajan mielestä käsitellyt asiat liittyivät kuudesluokkalaisten elämään, toisen mielestä ne kuuluivat yläasteikäisille. Molemmat opettajat suosittelisivat tämän kaltaista terveydenedistämistapahtumaa muillekin. Opettajat arvioivat Valintojen putken arvosanoilla 9 ja 10 ja he korostivat aiheen tarpeellisuutta ja tärkeyttä. Vanhempainillassa olleilta vanhemmilta opinnäytetyöntekijät saivat suullista palautetta. Vanhemmat pitivät päivää ja vanhempainiltaa erittäin onnistuneina. Monet vanhemmat kertoivat Valintojen putken herättäneen keskustelua lasten ja vanhempien välille kotona. (Grönman ym. 2010, 42.)

2.1 Itsetunto ja ystävyys

Jos ihminen kokee minäkäsityksessään olevan enemmän positiivisia kuin negatiivisia ominaisuuksia, on hänen itsetuntonsa hyvä. Vastaavasti huono itsetunto on kyseessä, jos ihminen kokee negatiivisia ominaisuuksia olevan enemmän. Hyvän itsetunnon omaavan ihmisen minäkuva on totuudenmukainen, jos hän tunnistaa itsessään heikkoutensa ja huonot ominaisuutensa. Itsetunto ja itsearvostus ovat hyvin lähellä toisiaan. Itsearvostusta on esimerkiksi se, että ihminen pitää kiinni oikeiksi katsomistaan päämääristä sekä oikeuksistaan, ei anna loukata itseään ja osaa olla tyytyväinen omiin suorituksiinsa. Hyvä itsetunto on riippumattomuutta muiden mielipiteistä. Ihminen ei tällöin mieti koko aikaa, mitä muut ajattelevat hänestä tai ei ole huolestunut toisten hyväksynnästä. Hyvän itsetunnon omaava henkilö ei pyri ajattelemaan ja toimimaan yleisen mielipiteen mukaan. Hyvään itsetuntoon kuuluu myös kyky arvostaa muita ihmisiä sekä kyky kestää pettymyksiä ja epäonnistumisia. (Keltikangas-Järvinen 2010, 17–22.)

Käsitykset murrosikäisen itsetunnosta ovat ristiriitaisia. Yleinen käsitys on, että murrosiässä itsetunto haavoittuu herkästi ja itsevarmuudentunne on ailahteleva. Yleisintä itsetunnon vaihtelu on murrosiän alkuvaiheessa 12–14-vuotiailla. Itsetunto vakiintuu vähitellen jo lapsen ensimmäisinä kouluvuosina joten niillä, joilla on lapsena hyvä itsetunto, se yleensä säilyy läpi murrosiän. (Keltikangas-Järvinen 2010, 33.)

Nuoruusvuosina ikätoverien merkitys korostuu, tämä näkyy siten, että murrosikään tullessaan nuori alkaa valita useammin ikätoveriensa kuin perheensä seuran. Ystäväpiiri on yleensä nuorelle elämän sisältö. Toisten nuorten paheksunta on nuorelle hyvin haavoittavaa. (Laukkanen, Marttunen, Miettinen & Pietikäinen 2006, 59–60.)

Nuorten tyttöjen ystävyysuhteet ovat usein tiiviitä ja niissä voi esiintyä mustasukkaisuutta. Tyttöjen toisiaan kohtaan osoittama myötätunto ja ilkeys saattavat vaihdella nopeasti erityisesti varhaisimpina nuoruusvuosina. Ystävyysuhteiden kautta nuorten käsitys omien sanojen ja tekojen vaikutuksesta toiseen alkaa selvitä. Merkittävä osa tyttöjen välisestä vuorovaikutuksesta muodostuu pidetyistä tai pitämättömistä lupauksista ja salaisuuksista. Tytöt puuttuvat nopeasti ystävän epäreiluun käytökseen ja palaute saattaa olla hyvin ilkeää. (Laukkanen ym. 2006, 61.)

Tyttöjen ystävyydelle tyypillistä on, että on yksi paras ystävä toisin kuin pojilla, jotka viettävät aikaa useammin isoissa porukoissa. Tytöille parhaan ystävän puuttuminen voi olla suuri ongelma, vaikka hänellä olisi muita ystäviä. Nuoruusvuosien kuluessa paras ystävä voi vaihtua. Poikien yhdessäolo on tyttöjä useammin toiminnallista tekemistä kuten pelaamista tai urheilua. Yläastevuosina poikienkin toiminnallisuus vähenee, mutta porukassa liikkuminen jatkuu. Yläasteikässä nuoret alkavat viettää enemmän aikaa ryhmissä, joissa on sekä poikia että tyttöjä. (Laukkanen ym. 2006, 61–62.)

2.2 Päihteet

Päihteillä tarkoitetaan sekä laillisia että laittomia päihdyttäviä aineita. Päihdenimitystä käytetään kaikista kemiallisista aineista, jotka aiheuttavat humalatilaa tai päihtymyksen tunteen. Suomessa päihteisiin luetaan tupakka, alkoholi, huumausaineet ja tekniset liuottimet. (Kylmänen 2005, 25.)

Yhteiskunnan tasolla nuorten päihteiden käytölle altistavia tekijöitä ovat muun muassa alkoholin, tupakan ja huumausaineiden saatavuus sekä päihteitä suosivat asenteet. Perheenjäsenten päihteiden käyttö ja sitä suosivat asenteet edesauttavat nuoren päihteiden käyttöä, samoin kuin päihteitä käyttävät kaverit. Nuoren päihteiden käytön

riskiä voivat ennakoida varhainen ja pitkäaikainen häiriökäyttäytyminen, huono koulumenestys tai kielteinen suhtautuminen koulun käyntiin, varhain alkanut päihteiden kokeilu sekä nuoruuteen liittyvä kapinointi. Osalla nuorista saattaa olla perinnöllinen alttius päihteiden käyttöön tai erityinen herkkyys päihteiden vaikutuksille. (Kylmänen 2005, 15.)

Tupakkavalmisteista yleisimpiä ovat savukkeet, sikarit ja piipputupakka. Lisäksi tupakkatuotteisiin kuuluu nuuska, jota yleisimmin käytetään huulen alla, josta nikotiini imeytyy limakalvolta. (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2008, 66.) Tupakkavalmisteiden sisältämä nikotiini aiheuttaa vahvan fyysisen riippuvuuden, joka kehittyy nopeasti ja sen voimakkuuteen vaikuttavat keskushermoston herkkyys nikotiinille ja nikotiinin aineenvaihdunta maksassa. Nikotiinilla on sekä piristävä että lamaava vaikutus. Tupakoinnilla on monia haitallisia terveysvaikutuksia, jotka kohdistuvat muun muassa sydän- ja verenkiertoelimistöön, hengityselimistöön, hormonitoimintaan ja ruoansulatuselimistöön. (Päihdelinkin [www-sivut](#) 2010.)

Tyypillisin tupakoinnin kokeiluikä on 13–15 vuotta sekä tytöillä että pojilla. Vuonna 2009 tehdyssä nuorten terveystapatutkimuksessa selvisi, että 14-vuotiaista kahdeksan prosenttia käytti tupakkatuotteita päivittäin, 16-vuotiaista vastaava osuus oli 23 %. Vuonna 2009 nuuskaa oli kokeillut 14-vuotiaista pojista 12 % ja 16-vuotiaista pojista 31 %. Tyttöjen nuuskan kokeilu oli harvinaista. Yläasteikäisten poikien ajoittainen nuuskan käyttö on lisääntynyt viime vuosina. (Rainio, Pere, Lindfors, Lavikainen, Saarni, & Rimpelä. 2009, 25–33.)

Alkoholi voidaan jakaa tilavuusprosentin mukaan eri vahvuuksiin. Mietoja alkoholijuomia ovat kaikki juomat, jotka sisältävät enemmän kuin 2,8, mutta enintään 22 tilavuusprosenttia etyylialkoholia. Tällaisia ovat esimerkiksi lonkero, olut ja siideri. Väkevällä alkoholijuomalla tarkoitetaan valmisteita, jotka sisältävät enemmän kuin 22 tilavuusprosenttia etyylialkoholia. (Alkoholilaki 1994/1143.)

Alkoholilla ei ole aivoissa erityistä sitoutumis- ja vaikutuskohtaa, vaan se vaikuttaa hermojärjestelmään monella tapaa. Alkoholilla on mielihyvää tuottavia, huumaavia ja lamaavia vaikutuksia. Pitkäaikainen alkoholin käyttö altistaa monille erilaisille

vakaville somaattisille, psyykkisille ja sosiaalisille haitoille. (Päihdelinkin www-sivut)

Alkoholi on Suomessa eniten käytetty ja laillinen päihde (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 67). Vuonna 2009 tehdyn nuorten terveystapatutkimuksen mukaan 14-vuotiaista noin puolet (pojista 56 % ja tytöistä 51 %) ei käyttänyt lainkaan alkoholia, 16-vuotiaista pojista raittiita oli 26 % ja tytöistä 21 %. Tutkimuksessa kävi ilmi, että 14-vuotiaista pojista 16 % ja tytöistä 20 % joi alkoholia kerran kuukaudessa tai useammin, 14-vuotiailla viikoittainen juominen oli harvinaista. Kerran kuukaudessa tai useammin alkoholia joi 16-vuotiasta lähes puolet, tytöistä hieman poikia useammat. Ainakin kerran viikossa alkoholia joi 16-vuotiaista pojista 15 % ja tytöistä 14 %. (Rainio ym. 2009, 37–38.)

Keskipohjanmaan ammattikorkeakoulussa tehdyn opinnäytetyön kohderyhmänä oli 247 Alahärmän ja Toholammin 8.-9.-luokkalaista. Tutkimuksessa selvitettiin kouluoppilaiden alkoholikäyttämistä sekä heidän tietämystään alkoholista ja sen haittavaikutuksista. Tutkimusaineisto kerättiin kyselylomakkeilla. Nuoret kertoivat alkoholin käytön olevan oman tahdon varaista toimintaa. Tutkimukseen osallistuneet nuoret käyttivät alkoholia kavereiden kanssa, kavereiden luona ja hankkivat alkoholia kavereiden kautta, joten kavereilla oli suuri merkitys heidän alkoholin käyttössään. Hyvin harva nuori (3 %) kertoi ryhmän paineen vaikuttavan omaan alkoholin käyttöön. (Mattila & Virkkala 2011, 32.)

Huumausaineiksi luokitellaan kannabis, LSD, heroini ja amfetamiini, jotkut lääkkeet ja sienet. Huumausaineet jaetaan vaikutuksen mukaan alaryhmiin: kannabistuotteet, hallusinogeenit eli harha-aistimuksia aiheuttavat aineet, keskushermostoa stimuloivat aineet ja keskushermostoa lamaannuttavat aineet eli opiaatit. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 73–82.)

Kannabis on Cannabis sativa – ruohokasvista saatava huumausaine, jolla on hallusinogeenisiä, stimuloivia ja sedatiivisiä eli väsyttävä vaikutus. Kannabistuotteita on kolme eri tyyppiä: marihuana, hasis ja kannabisöljy. Päihdekannabista käytetään polttamalla, mutta sitä voi myös syödä tai juoda. Kannabiksen päävaikutus on keskushermostolama, johon liittyy mielihyvän tunne. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 73.)

Hallusinogeeneihin kuuluu aineita, jotka ovat joko synteettisesti valmistettuja tuotteita tai eri kasvien aineosia. Hallusinogeenit aiheuttavat psykoosia muistuttavan tilan, johon kuuluu voimakkaita aistivääristymiä, näkö- ja kuuloharhoja sekä voimakkaita mielialan ja ajatuksen kulun muutoksia. Tunnetuimpia hallusinogeenejä ovat LSD, ekstaasi ja sienet. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 76–78.)

Keskushermostoa kiihottavilla eli stimuloivilla aineilla tarkoitetaan amfetamiineja, kokaiinia ja khatia. Stimulantit lisäävät aktiivisuutta, kiihtymystä, itsetunnon lisääntymistä ja euforisuutta. Stimulanteille on ominaista, että ne aiheuttavat voimakasta psyykkistä, mutta vähäistä fyysistä riippuvuutta. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 74.)

Opiateiksi nimitetään oopiumista peräisin olevia sekä synteettisesti valmistettuja yhdisteitä. Oopiumista valmistetaan morfiinia sekä kodeiinia ja niistä edelleen heroïinia. Opiaatit vaikuttavat lamaannuttavasti keskushermostoon. Opiaatien päihdekäytöllä haetaan euforista passiivisuutta, kivun lievitystä ja tuskaisuuden poistoa. (Päihdelinkin [www-sivut](#); Lappalainen-Lehto ym. 2008, 80.)

Käyttötapaa ja käyttö määrää muuttamalla mitä tahansa psykoaktiivista lääkeainetta voidaan käyttää päihteenomaisesti. Yleisimmin käytetään rauhoittavia lääkkeitä ja unilääkkeitä. Rauhoittavista lääkkeistä yleisimmin käytettyjä ovat bentsodiatsepiinit. Bentsodiatsepiineja käytetään pääasiassa niiden keskushermostovaikutuksen vuoksi eli jännityksen lieventämiseen, ahdistuksen vähentämiseen, rentoutumiseen sekä nukahtamisen ja nukkumisen helpottamiseen. Lääkkeitä käytetään yleensä alkoholin kanssa, jolloin halutaan voimistaa jommankumman aineen vaikutusta tai hakea yhteisvaikutusta. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 71–72.)

Teknisiä liuottimia ja kaasuja nautitaan useimmiten haistelemalla eli imppaamalla. Suomessa imppausta esiintyy tyypillisimmin nuorten keskuudessa ja 1-2 % nuorista kokeilee imppausta. Päihtymystarkoitukseen käytettyjä aineita ovat yleensä tinneri, liimat, lakat, puhdistusaineet ja bensiini. Aine hengitetään pussista tai kangastilkusta hengitysteihin. Inhaloidut aineet imeytyvät nopeasti keuhkoista verenkiertoon ja aiheuttavat euforiaa ja alkoholihumalan kaltaisia käyttäytymisen häiriöitä. Päihtymystilaan voi liittyä myös aistiharhoja, tajunnantason laskua ja kouristuksia. Tylsistyminen ja yleinen passiivisuus ovat jatkuvan käytön vaikutuksia. Muita pitkäaikaiskäy-

tön vaikutuksia ovat maksa-, munuais- ja sydänlihaskauriot sekä psykoosien riski. (Irti-vuosikirja 2010, 24; Lappalainen-Lehto ym. 2008, 71.)

2.3 Rajat ja rakkaus

Kotona on hyvä olla niin sanotut pelisäännöt, joita kaikki perheenjäsenet sitoutuvat noudattamaan. Yhdessä on hyvä sopia myös, että säännön rikkomisesta seuraa jokin rangaistus. Rangaistus voidaan sopia etukäteen tai sopia, että se päätetään tapauskohtaisesti. (Lehtinen & Lehtinen 2007, 25.) Rangaistuksen pitää olla tarpeeksi tuntuva, jotta jatkossa sen noudattaminen tuntuu mukavammalta kuin rangaistuksen kärsiminen. Rangaistus ei saa olla kohtuuton tai muuten siitä aiheutuu uhmaa ja katkeruutta. (Kinnunen 1999, 103.)

Pelisääntöjen noudattaminen ja varsinkin niiden noudattamatta jättäminen aiheuttaa nuoren ja vanhempien välille helposti niin sanottuja tarveristiriitoja. Tarveristiriitoja voivat aiheuttaa kotiintuloajat, kotitöiden tekeminen, viikkoraha, lomien ja viikonloppujen vietto, yhteisten tavaroiden ja kännykän käyttö sekä mahdolliset kotibileet. Tarveristiriitoja tulisi käsitellä neuvotellen ja pyrkiä löytämään ratkaisu, joka tyydyttää sekä nuorta että vanhempaa. Jos vanhemmat välttelevät ristiriitoja tai eivät ole tiukkana sääntöjen rikkomisen seurausten noudattamisesta, nuorelle tulee sellainen kuva, että sääntöjä ei tarvitse noudattaa. (Kinnunen 1999, 94–95.)

Tärkeitä nuoren elämään kuuluvia rajoja ovat vanhempien ja yhteiskunnan asettamat aika- ja ikärajat sekä rajat perheen yhteisestä ajasta. Aikarajoja ovat esimerkiksi harrastuksen alkamisajankohta, tehtävän palautuspäivä, kotiintulo-, nukkumaanmeno- ja heräämisajat sekä tv:n ja tietokoneen ääressä vietetty aika. Lain määrittämiä ikärajoja liittyy esimerkiksi elokuvien katsomiseen ja pelien pelaamiseen, mopolla ajoon sekä päihteiden käyttöön. Valvomalla näiden ikärajojen noudattamista vanhemmat suojelevat nuoren terveyttä ja antavat positiivisen esimerkin nuorelle. Vanhemmat voivat kieltää nuorta menemästä kaverin luo yökylään tai kieltää nuoren kaveria tulemasta yökylään, jos he eivät ole varmoja aikuisen läsnäolosta tai nuorten kotona pysymisestä. Syynä kieltoon voi olla myös halu viettää aikaa perheen kesken niin, että koko perhe on koolla. (Kinnunen 1999, 107–112.)

Lapsi-vanhempisuhteen suojaavia ominaisuuksia ovat: nuoren ja vanhemman lämmin ja avoin keskusteluyhteys, tunne ymmärretyksi ja kuulluksi tulemisesta, luottamus nuoren toimintaan yhdessä sovittujen sääntöjen mukaisesti, vanhempien kiinnostus nuoren asioihin, esimerkiksi koulunkäyntiin, nuoren ja vanhempien yhteinen tekeminen sekä nuoren mahdollisuus uskoutua tarvittaessa vanhemmille. (Pirskanen 2007, 23–24.) Myös se, että vanhemmat tietävät, missä ja kenen kanssa nuori viettää vapaa-aikansa sekä se, että vanhemmat valvovat nuoren illanviettoa myös viikonloppuisin, suojaavat nuorta päihteiden käytöltä (Metso ym. 2009, 34).

Ihminen oppii jo varhaislapsuudessa tietyt toimintamallit kuten ongelmanratkaisukeinot, vuorovaikutustaidot ja toisten ihmisten kohtelun. Suurin vaikutus näiden taitojen oppimisessa on kotikasvatuksella, mutta myös kaverit ja muu ympäristö voivat vaikuttaa nuoren käytökseen. Näitä opittuja toimintamalleja nuori käyttää joutuesaan ristiriitatilanteisiin kaveriporukassa tai kotona vanhempien kanssa. (Lehtinen & Lehtinen 2007, 24.)

Päihteistä keskustelu ja niiden käyttö kotona vaikuttavat siihen, kokeileeko nuori päihteitä vai ei (Lehtinen & Lehtinen 2007, 107). Jotkut vanhemmat saattavat ajatella, että nuoren on parempi kokeilla alkoholia turvallisesti kotona mieluummin kuin kavereiden kanssa salaa. On myös vanhempia, jotka nuoren pyytäessä ostavat hänelle alkoholia. Nämä rajoittaviksi ja suojaaviksi tarkoitetut eleet ovat nuorelle merkki siitä, että hänen alkoholinkäytöllään on vanhempien hyväksyntä. (Lehtinen & Lehtinen 2007, 115–116.)

”Kasvatuksen päämääränä on vastuullinen nuori aikuinen, joka osaa itse asettaa rajoja itselleen”. Nuori oppii vanhemmiltaan vastuuntuntoa ja saa rauhassa opetella pitämään huolta asioistaan ja itsestään asuessaan vanhempiensa luona. Nuoren on turvallista kasvaa kodissa, jossa on rajoja ja, jossa vanhemmat eivät anna periksi kaikkea, mitä nuori pyytää. Kun jo kotona tottuu siihen, että kaikki ei aina mene niin kuin itse haluaa, on aikuisena helpompi kestää pettymyksiä. (Alaja 2007, 37–38.)

Nykyään on paljon lapsia ja nuoria, jotka ovat kokeneet vanhempiensa avioeron. Avioero herättää lapsissa monenlaisia tunteita, joita heidän tulisi saada käsitellä vanhempiensa kanssa. Avioeron vaikutukset saattavat näkyä nuoren kaverisuhteissa,

käytöksessä tai koulutyöskentelyssä. Nuoren elämä on kriisissä, jolloin hän ei jaksa panostaa kaverisuhteisiin ja ne saattavat katketa kokonaan. Koulunkäyntiä vaikeuttaa mahdollinen uuteen kouluun sopeutuminen, jos avioeron seurauksena joudutaan muuttamaan pois paikkakunnalta. Ongelmat kotona heijastuvat nuoren käytökseen ja koulumenestykseen keskittymisen puutteena. (Lehtinen & Lehtinen 2007, 47–49.)

Avioerojen myötä on yleistynyt uusi perhekokonaisuus: uusperheet. Uusperheessä eläminen ei aina ole helppoa, kun jokaisella on omat aikataulunsa ja kodissa asuu eri-ikäisiä ja erilaisia elämänvaiheita läpikäyviä ihmisiä. Uusien perheenjäsenten hyväksyminen ei aina käy käden käänteessä. Vanhojen rutiinien ja pelisääntöjen yhteensovittaminen ja uusien luominen tuo myös haasteita uusperheen arkeen. (Lehtinen & Lehtinen 2007, 51.)

Avioerojen myötä yksinhuoltajaperheitä on entistä enemmän. Yksinhuoltajuus voi avioeron lisäksi johtua myös leskeytymisestä tai sitten nainen tai mies on hankkinut lapsensa tietoisesti yksin. ”Yksinhuoltajaperheiden lapsilla on kohonnut riski erilaiseen ongelmakäyttäytymiseen ja oirehdintaan”. (Erkkola ym. 2007, 152.)

Nuoren päihteiden käytölle altistavia tekijöitä löytyy perheen sisältä niin ennen syntymää, varhaislapsuudessa, kouluiässä ja nuoruudessa. *Ennen syntymää* vaikuttavia tekijöitä ovat syntyminen huono-osaiseen ja/tai yksinhuoltajaperheeseen. Jos äiti tupakoi ja käyttää päihteitä raskauden aikana tai asunnossa yleensä tupakoidaan, saattaa seurauksena olla sikiön kehityshäiriö. Tämä taas aiheuttaa erinäisiä puutteita lapsen myöhemmässä kehityksessä ja saattaa vaikeuttaa lapsen ympäristöön sopeutumista. Sopeutumattomuuttaan lapsi tai nuori voi yrittää paikata päihteiden käytöllä. *Varhaislapsuudessa* päihteiden käytölle altistavia tekijöitä ovat kodin, kasvatuksen ja hyvän huolenpidon puuttuminen, seksuaalisen hyväksikäytön tai muun väkivallan kokeminen sekä mallioppiminen vanhempien tai muiden perheenjäsenten tupakoinnista ja päihteiden käytöstä. Nämä tekijät, poissuljettuna mallioppiminen, altistavat päihteiden käytölle siitä syystä, että ne lisäävät riskiä syrjäytymiselle ja sopeutumisvaikeuksille. *Kouluiässä ja nuoruudessa* päihteiden käytölle altistavia tekijöitä ovat vanhempien keskinäiset ristiriidat, vanhempien ja lapsen tai nuoren väliset ristiriidat sekä päihdeongelmat perheessä. (Ehkäisevän päihdetyön laatukriteerit 2006, 31.)

Metson ym. (2009) tutkimuksen kohdejoukkona olivat peruskoulujen 9. luokkalaiset. Tutkimus toteutettiin vuosina 1995, 1999, 2003 ja 2007. Tutkimusaineisto kerättiin strukturoiduilla kyselylomakkeilla. Vastauksia tukijat saivat kaiken kaikkiaan 14 525. Tutkimuksen mukaan yksinhuoltaja- ja uusperheissä elävät nuoret käyttävät päihhteitä ja tupakoivat enemmän kuin ydinperheessä elävät. Saman tutkimuksen mukaan vanhempien koulutustaso vaikuttaa nuorten tupakointiin ja päihhteidenkäyttöön siten, että vain perustason koulutuksen saaneiden vanhempien lapset käyttävät päihhteitä ja tupakoivat enemmän kuin korkeamman koulutuksen saaneiden vanhempien lapset.

Myös Alhströmin ym. (2008) tutkimuksen kohdejoukkona olivat peruskoulujen 9. luokkalaiset. Tutkimusaineisto kerättiin kyselylomakkeilla. Vastauksia tukijat saivat kaiken kaikkiaan 13 634. Tutkimuksen mukaan tupakointi, humalajuominen, sekakäyttö ja imppaaminen ovat yleisintä vain peruskoulutuksen saaneiden vanhempien lapsilla. Tuoreimpien tietojen mukaan nuorten kannabiskokeilut eivät kuitenkaan ole yhteydessä vanhempien koulutustasoon. Perhemuodon vaikutus nuorten tupakointiin, humalajuomiseen, sekakäyttöön ja imppaamiseen näkyy siten, että eniten tällaista käytöstä esiintyy uusperheiden nuorilla. Kannabiskokeiluita on vähiten ydinperheen nuorilla.

3 TOIMINNALLISIA PÄIHDEKASVATUSMALLEJA

3.1 Selvästi HOT – päihdekasvatusmalli

”Tarkoituksena Selvästi HOT-päihdekasvatusmallissa oli huomioida valtakunnallinen Ehkäisevän päihdetyön viikko nuorisotoimen arjessa. Tämä tapahtui suunnitelmalla sekä järjestämällä alkoholiteemaisen toimintaviikon Espoon nuorisotiloille”. Nuorisotilojen käyttöön suunniteltiin ja koottiin päihdekasvatusmenetelmiksi päihdedraamaharjoituksia, kirjoitustehtävä, asuinympäristö-korttitehtävä, ryhmätarina, tietovisa, pöytäroolipelitehtävä, asenne- ja arvotyöskentelymenetelmiä, sarjakuvatehtävä ja askartelutehtäviä. Menetelmät sisälsivät sekä yksilö- että ryhmätyöskentelyä. Menetelmät koottiin kansioihin ja niihin liitettiin lisäksi julisteita ja postikortteja se-

kä pieniä palkintoja motivaattoreiksi. Kansiot jaettiin kaikkiin Espoon nuorisotiloihin. Kansioiden lisäksi päihdekasvatusmateriaali sisälsi Ainemaatio-dvd:itä ja ohjeen kännykkään ladattavaa MOBIHUBU -tietokilpailupeliä varten. (Lind 2009, 8, 23.)

Askartelutehtävässä nuoret rakensivat annetuista materiaaleista yksin tai ryhmässä päihteiden käyttöön liittyviä teoksia. *Tietovisassa* nuoret täyttivät monivalintalomakkeen ja oikeat vastaukset käytiin ohjaajan kanssa läpi. Vastausten perusteella keskusteltiin aiheesta. *Kirjoitustehtävässä* nuoret valitsivat yhden annetuista lehtiartikkeleista ja kirjoittivat yhden A4-mittaisen tarinan. Tarinat laitettiin esille, jotta niistä oli helpompi keskustella. *Asenne- ja arvotyöskentelyssä* nuorille luettiin aiheeseen liittyviä väittämiä ja he ilmaisivat olevansa joko samaa tai eri mieltä nostamalla joko vihreän tai punaisen lapun ylös. *Sarjakuvatehtävässä* nuoret keksivät tarinan ja hahmot valmiiseen neliruutuiseen sarjakuvaan. Hahmoista yhden tuli olla täysi-ikäinen. *Ryhmätarinassa* nuorille annettiin tarinan ensimmäinen lause ja jokainen ryhmäläinen jatkoi tarinaa vuorollaan yhden lauseen verran. Lopuksi tarinasta ja sen tapahtumista keskusteltiin ryhmässä. *Asuinympäristö-korttitehtävässä* esiteltiin kaksi kuvaa erilaisista asuinympäristöistä, joista toisessa rötösteltiin ja käytettiin päihteitä. Kuvi-
en avulla keskusteltiin alkoholin vaikutuksista. (Lind 2009, liite 1.)

3.2 Me ollaan sankareita kaikki – toiminnallinen päihdekasvatusmalli

Toimintamallin kohderyhmänä oli kahdeksan erityistä tukea tarvitsevaa 7. luokkalaista. Ohjaajat tutustuivat kohderyhmään etukäteen ja kartoittivat heidän päihdekokemuksiaan ja lähtötasoaan kyselylomakkeen avulla. Varsinaisia toteutuskertoja oli neljä. Päihdemallin toteutukseen kuuluu ”kaksi koulun ulkopuolisen asiantuntijan vierailua, joiden erityisosaaminen täydentää päihdekasvatusta.” Nämä ulkopuoliset vierailijat saapuivat ensimmäiselle ja viimeiselle toteutuskerralle. Varsinaisten toteutuskertojen jälkeen ohjaajat kävivät vielä keräämässä oppilailta palautetta ja ”jakamassa nuorille diplomit kiitoksena toimintaan osallistumisesta.” (Saastamoinen & Timonen 2008, 23, 25–27.)

Jokainen toteutuskerta aloitettiin aiheeseen sopivalla musiikkikappaleella ja keskustelulla sen herättämistä tunteista. Jokaisen toteutuskerran puolivälissä pidettiin lyhyt

tauko. *Ensimmäisellä toteutuskerralla* käytiin lisäksi läpi tulevaa toimintaa ja toiminnan pelisäännöt. Ensimmäisen toteutuskerran ohjelmasta vastasi ulkopuolinen asiantuntija tässä tapauksessa poliisi. *Toisen toteutuskerran* ohjelma sisälsi pullonpyöritystä, sarjakuvan piirtoa aiheesta tupakasta kieltäytyminen, draamaharjoitus ja pienimuotoinen näytelmä. Pullonpyörityksessä jokaisella oli lapussa päihteidenkäyttöön liittyvä sana ja pullon osuessa kohdalle oppilas kertoi, mitä sana toi hänelle mieleen. Draamaharjoituksessa oppilaiden piti tarinan pohjalta keskustella päihteidenkäytöstä. Näytelmässä oppilaat jaettiin kahteen ryhmään ja ryhmien piti suunnitella ja näytellä kohtausta bileillasta. Toisen ryhmän kohtausta oli onnellisesta illasta ja toisen kauhukuva illan tapahtumista. Näytelmien lopuksi keskusteltiin valinnoista ja päihteistä kieltäytymisestä. *Kolmannella toteutuskerralla* oppilaille jaettiin pahvikukat ja jokainen kirjoitti toiseen kukkaan positiivisen asian kukan omistajasta. Seuraavaksi keskusteltiin nuorten päihteiden käytön syistä. Tauon jälkeen oppilaat jaettiin kahteen joukkueeseen tietokilpailua varten. Tietokilpailun jälkeen vuorossa oli rentoutusharjoitus. *Neljäs toteutuskerta* sisälsi ulkopuolisen asiantuntijan, sairaanhoitajan vierailun. Asiantuntijan johdolla keskusteltiin päihteiden käytön terveyshaitoista ja harjoiteltiin sammuneen ihmisen auttamista. Tauon jälkeen ohjelmassa oli päihderata, jossa oppilaat vastasivat kysymyksiin. Radan kysymykset ja oikeat vastaukset käytiin yhdessä läpi. Lopuksi juhlittiin toimintakertojen päättymistä napostelun merkeissä. (Saastamoinen & Timonen 2008, liite 1.)

3.3 Aika välittää! –intervention

Interventio oli osa Vantaa Välittää – hanketta, joka on Vantaan kaupungin päihdepalveluihin kuuluvan Ehkäisevän päihdetyön hanke vuosina 2007–2009. Intervention kohderyhmänä oli yhden vantaalaisen yläkoulun 7. luokkalaiset, yhteensä yhdeksän luokkaa. Interventiot järjestettiin kahdeksana päivänä. (Hämäläinen, Ikävalko, Jääskeläinen, Karhu, Karppinen & Kolehmainen 2010, 52–53, 55.)

Hankkeeseen kuului ennen interventiota suoritettava ennakkotehtävä, jonka oppilaat suorittivat opettajan johdolla. Ennakkotehtävään sisältyi elokuva *Haluutsäki?* ja valmiita kysymyksiä valintoihin liittyvistä teemoista. Intervention aihepiirejä olivat alkoholi, tupakka ja koulukiusaaminen. Jokaisesta aihepiiristä oli oma rastinsa. Inter-

ventiotunti alkoi kolmella oikein/väärin – kysymyksillä, joihin oppilaat vastasivat menemällä sille puolelle luokkaa, kummalla heidän mielestään oli oikea vastauskyllä. Seuraavaksi luokka jaettiin kolmeen pienryhmään ja jokainen ryhmä kiersi rastit ohjaajan ja ”kellottajan” kanssa. Jokaisella rastilla kerrottiin aiheeseen liittyvä tarina ja kysyttiin siihen liittyviä kysymyksiä keskustelun avaukseksi. *Alkoholirastilla* oppilaat saivat harjoitella tajuttoman henkilön kylkiasentoon laittamista. Lopuksi oppilaat vastasivat alkoholiaiheisiin väittämiin ja selittivät aiheeseen liittyviä sanoja. *Tupakkarastilla* oppilaat kiinnittivät sana/lause-kortteja tupakointitauluun, jossa oli neljä eri osiota: haitat nyt, pitkäaikaiset vaikutukset, riippuvuus ja vieroitusoireet. Kortit olivat luonteva tapa keskustella aiheista. Rastin lopuksi keskusteltiin siitä, miksi ei kannata tupakoida. Apuna käytettiin aiheeseen sopivia kuvakortteja. *Kiusaamisrastilla* koululaiset laativat adressin siitä, miten koulussa tulisi toimia kiusaamistapauksissa. Ideat ja toimintaehdotukset koottiin paperille, jonka oppilaat allekirjoittivat. Adressi annettiin terveystiedon opettajalle, joka toimitti sen koulun rehtorille. Interventiotunti päätettiin keskustelemalla otsikon aiheista. (Hämäläinen ym. 2010, 53–62, 66.)

3.4 “En ikinä kokeile huumeita” – Päihdevalistus erityisopetuksessa oleville 7. luokkalaisille

Päihdevalistuksen kohderyhmänä olivat erityisopetuksessa olevat 7. luokkalaiset, yhteensä kolme luokkaa. Päihdepäivän sisältönä oli tietopaketti päihteistä ja niiden vaikutuksista sekä sukupuolitaudeista ja niiden leviämisestä. (Lahti & Müller 2009, 23, 26.)

Päihdevalistus alkoi päihderastitehtävällä, jonka oppilaat kiersivät 3-4 hengen pienryhmissä ohjaajan kanssa. Rasteja oli 10. Jokainen pienryhmä kirjoitti tehtävien vastaukset paperille ja rastikierroksen jälkeen vastaukset käytiin läpi korjaten virheelliset vastaukset. Rastitehtävän purun jälkeen oli varsinainen valistusosio, jossa päihteitä käsiteltiin keskustelemalla ja faktatietoa antamalla. Lopuksi nuoret saivat niin halutessaan katsoa kuvia huumeidenkäytön aiheuttamista pistojäljistä. (Lahti & Müller 2009, 27, 30–32.)

3.5 Kun mä juon musta tulee Batman. Toiminnallinen päihdekasvatus-projekti

Projektin kohdejoukkona oli yhdeksän 7.-9. luokkalaista nuorta. Projektin toteutus kesti kolme päivää. Ensimmäisenä päivänä projektin vetäjät tutustuivat nuoriin ja muodostivat heihin luottamuksellisen yhteistyösuhteen. Aiheena oli nuorten päihteidenkäyttö ja päihdetietous. Toisen päivän aiheena oli päihteiden vaikutus ihmissuhteisiin ja käyttäytymiseen sekä toimintamallit päihteiden käyttöön liittyviin ongelmatilanteisiin. Kolmannen päivän aiheita olivat päihhteettömyys ja päihteiden kohtuukäyttö. (Lång & Vehviläinen 2009, 33–34.)

Nuorten päihteidenkäyttöä kartoitettiin keskustelemalla käytön määrästä, kuinka usein nuoret joivat, mistä he alkoholia saivat ja millaisissa tilanteissa nuoret alkoholia käyttivät. Päihdetietoutta kartoitettiin päihdetietovisan avulla. Toisen päivän aiheita käsiteltiin kolmen erilaisen tarinan ja niihin liittyvien kysymysten sekä neljän pienimuotoisen näytelmän muodossa. Näytelmissä nuoret joutuivat asettumaan jonkun toisen rooliin. Päihteistä, päihhteettömyys ja päihteiden kohtuukäytöstä keskusteltiin aluksi tytöt vastaan pojat – asettelulla, jossa molemmat toivat esiin vastakkaisen sukupuolen ärsyttäviä humalatilasta johtuvia piirteitä. Keskustelua jatkettiin yleisellä tasolla. Lopuksi nuoret saivat miettiä, mitä asioita alkoholin kohtuukäyttäjän tai suurkuluttajan elämään voisi kuulua ja mitä seurauksia näistä päihdekäyttämismisistä voi olla. (Lång & Vehviläinen 2009, 33–44.)

4 PROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tukea Ankkurin koulun päihdekasvatusta sekä antaa nuorille tietoa päihteistä ja omien valintojen, itsetunnon sekä ystävien merkityksestä päihteiden käytössä. Lisäksi projektin tarkoituksena on testata Valintojen putken soveltuvuutta 7.-9. luokkalaisille erityisoppilaille.

Työn tavoitteena on kohderyhmänä olevien nuorten päihteidenkäytön aloittamisen myöhentäminen tai ehkäiseminen. Tavoitteena on, että Ankkurin koulun oppilaat

saavat tietoa Valintojen Putken aiheista. Opinnäytetyöntekijöiden tavoitteena on kehittää projektityöskentelytaitojaan ja ryhmänohjaustaitojaan sekä lisätä tietojaan työssä käsiteltävistä aiheista.

5 PROJEKTIN SUUNNITTELU

5.1 Projektin vaiheet

Kirjallisuudessa projektin vaiheet jaetaan lähteestä riippuen 3-9 vaiheeseen. Projektin vaiheita ovat esimerkiksi ideointi ja esisuunnitteluvaihe, suunnitteluvaihe, käynnistysvaihe, toteutusvaihe, päättämisenvaihe, arviointivaihe sekä käyttöönotto ja seuranta-vaihe. Hankkeen vaiheet kuvataan yleensä erillisinä ja toisiaan seuraavina. Käytännössä vaiheet harvoin toteutuvat niin, vaan niihin voidaan palata projektin edetessä. Lisäksi arviointia tehdään jokaisen vaiheen jälkeen, ei vain projektin päättyessä. (Heikkilä, Jokinen & Nurmela 2008, 57–59.)

Terveystieteiden projektit ovat aina käytännöstä lähtöisin. Projektin idea voi lähteä työyhteisöjen ja organisaatioiden strategioista, käytännön työssä esiin nousseista ongelmista, tutkimusten jatkotutkimusehdotuksista, työntekijän aloitteesta tai asiakaspalautteista. Jo projektin ideointi ja esisuunnitteluvaiheessa on tärkeää tutustua aiheeseen liittyvään kirjallisuuteen ja aiempiin tutkimuksiin. Tämä edesauttaa kehittämiskohteen ymmärtämistä. Projektin ideoinnissa osallistujien tulisi saada uusia viikkoja ja pystyä hyödyntämään alitajuntaansa ja mielikuvitustaan. Kun on löydetty projektille toteuttamiskelpoinen idea, laaditaan esisuunnitelma. Esisuunnitelmassa esitellään pääpiirteissään projektin toteuttaminen. Esisuunnitelman onnistunut laadinta vaikuttaa oleellisesti koko projektin onnistumiseen. (Heikkilä ym. 2008, 60–62.)

Opinnäytetyöntekijät löysivät idean opinnäytetyölleen SAMK:n www-sivuilla olevasta opinnäytetyöaihepankista. Ensimmäiseksi otettiin yhteyttä työn tilaajaan eli Kriisikeskus Ankkurpaikkaan ja tiedusteltiin, onko opinnäytetyön tekeminen mahdollista. Yksi opinnäytetyöntekijöistä kävi tutustumassa Kriisikeskuksessa olevaan valmiiseen toteutusmateriaaliin. Kun projektiin osallistujat oli selvillä, alettiin suun-

nitella kirjallisen työn laatimista ja projektin toteutusta. Esisuunnitelma esiteltiin opinnäytetyön aihe-seminaarissa.

Suunnitteluvaihe on tärkein yksittäinen projektin onnistumiseen vaikuttava vaihe. Suunnittelulla voidaan säästää aikaa ja rahaa sekä välttyä ongelmilta ja vaikeuksilta. Kirjallisen projektisuunnitelman sisältö voidaan jakaa määrittelyosaan ja työsuunnitteluosaan. Määrittelyosa sisältää kehittämisen tavoitteet, lähtökohdat ja tuotoksen tai tavoiteltavat tulokset. Työsuunnitelmaosa sisältää toteutussuunnitelman, organisaation kuvauksen, ohjaus- ja viestintäsuunnitelman, budjetin ja arviointisuunnitelman. Projektin suunnittelulla tavoitellaan resurssien koordinoitua, aikataulujen arviointia ja niissä pysymistä sekä tehokasta työskentelyä. Kun projektisuunnitelma on onnistunut, siitä näkee konkreettisesti kehittämisen tavoitteet, kuka projektiin osallistuu, mitä projektissa tehdään, projektissa tarvittavat resurssit ja hankkeesta tiedottaminen. Riskien hallinta on osa projektin suunnittelua ja sisältää analyysin mahdollisista riskeistä sekä toimenpidesuunnitelman niiden ilmetessä. (Heikkilä ym. 2008, 90.)

Kun lupa projektin toteuttamiseen oli saatu, alkoi varsinainen projektin suunnittelu. Suunnitteluvaihe sisälsi yhteydenpitoa sekä Kriisikeskuksen projektityöntekijän ja projektin vastaavan että opinnäytetyöntekijöiden kesken. Yhteispalavereissa suunniteltiin Valintojen putken käytännön toteutusta. Opinnäytetyöntekijät jakoivat kirjallisen työn aiheet Valintojen putken huoneiden mukaisesti ja jokainen kirjoitti teoriaa vastuullaan olevan huoneen aiheista. Varsinainen projektin toteutussuunnitelma laadittiin yhdessä opinnäytetyöntekijöiden kesken. Projektisuunnitelma esiteltiin opinnäytetyön suunnitteluseminaarissa.

Kun projektisuunnitelma on tehty ja hyväksytty, alkaa projektin käynnistämisen vaihe. Käynnistämistilaisuudessa varmistetaan siitä, että kaikki projektiin osallistuvat ovat yksimielisiä projektin toimintatavoista, tavoitteista ja aikataulusta. Tilaisuudessa sovitaan myös vastuista ja työnjaosta ja ne kirjataan ylös. Projektille tulee nimetä ohjausryhmä ja projektipäällikkö. Projektin toteutuksesta vastaa projektiryhmä. Ohjausryhmän tehtävänä on ohjata ja valvoa projektin etenemistä. Projektin ollessa opinnäytetyö laaditaan toimeksiantosopimus, joka on samalla ohjaussopimus. (Heikkilä ym. 2008, 91, 98.)

Tässä projektissa suunnitteluvaihe ja käynnistämisenvaihe etenivät osittain päällekkäin. Ennen kuin projektisuunnitelma oli hyväksytty, oli sovittu projektin toteutuspäivät ja lähetetty vanhempainiltakutsu Ankkurin koulun rehtorille. Näin jouduttiin toimimaan tiukan aikataulun vuoksi.

Projektin toteutusvaiheessa suunnitelmat toteutetaan käytännössä. Toteutusvaihe sisältää projektin organisoinnin, projektiin osallistuvien sitouttamisen, tiedon hankinnan ja tuottamisen, projektin valvonnan, dokumentoinnin, seurannan, viestinnän ja arvioinnin. ”Hallinnoinnilla varmistetaan, että tavoiteltu lopputulos vastaa hankkeen tarkoitusta ja että lopputuloksen laatu, hankkeelle määritelty aikataulu ja kustannukset ovat tasapainossa”. Projektipäiväkirjaan dokumentoidaan kaikki projektin aikana tapahtunut. (Heikkilä ym. 2008, 120.) Tämän projektin toteutuksesta kerrotaan kappaleessa kuusi.

Projektin päättämiseen kuuluu kehittämisen tulosten luovuttaminen toimeksiantajalle, dokumentoinnin loppuun saattaminen, loppuarviointi ja loppuraportin laatiminen. Loppuraportissa tiivistetään se, mitä projektissa on tehty, mitä opittiin, projektin tulokset, käytetyt resurssit, mikä onnistui ja mitä pitää seuraavalla kerralla tehdä toisin. Projektipäällikkö laatii yleensä loppuraportin. (Heikkilä ym. 2008, 126.)

Tämän projektin käytännön toteutus päättyi 6.5.2011. Sen jälkeen opinnäytetyöntekijät arvioivat projektin toteutusta ”omien huoneidensa” osalta. Syksyn 2011 aikana kirjoitettiin opinnäytetyön kirjallinen osa valmiiksi. Opinnäytetyön tulokset esitellään raportointiseminaarissa 11.1.2012.

Projektia arvioidaan koko toteutuksen ajan. Arviointisuunnitelma toteutuu projektin toteutus- ja päätösvaiheessa. Arviointi voidaan suorittaa sisäisesti tai ulkoisesti. Sisäisessä arvioinnissa projektiin osallistuvat henkilöt suorittavat arvioinnin arviointisuunnitelman mukaisesti. Ulkoisen arvioinnin tekee ulkopuolinen konsultti. Ulkoista arviointia käytetään yleensä laajoissa hankkeissa, joissa yhteistyökumppaneita on paljon tai arvioitavaa on paljon. Projektin ollessa opinnäytetyö sitä arvioidaan myös ”ammattikorkeakoulun opinnäytetyön vaatimusten näkökulmasta”. (Heikkilä ym. 2008, 131.) Tämän projektin arviointia on kuvattu kappaleessa seitsemän.

Kehittämiprojektin tavoitteena on tulosten juurtuminen käytäntöön. Tulosten käyttöönotosta ja niiden kehittamisestä vastaa projektin tilaaja. Jotta projektin tulokset jäisivät käyttöön jokapäiväiseen työhön, henkilöstön tulee sitoutua muutokseen sekä haluta uudistaa ja kehittää omaa työtään. Hyvin toteutettuna kehittämiprojekti voi tehostaa toimintakäytäntöjä, tuoda työskentelyyn uutta intoa, uudistaa osaamista ja edistää työssä jaksamista. (Heikkilä ym. 2008, 135.)

5.2 Organisaation kuvaus

Ankkurin koulussa on noin 80 oppilasta, perusopetuksen vuosiluokilta 1-9. Vuosiluokilla 7-9 oppilaita on 36. Koulun toiminta-ajatuksena on antaa oppilaille lakisääteistä, yksilöllistettyä perusopetusta. Oppilaille on eri syistä johtuvia, laaja-alaisia oppimisvaikeuksia. Kaikille koulun oppilaille laaditaan henkilökohtainen opetuksen järjestämistä koskeva suunnitelma ja opiskelu tapahtuu pienryhmissä, joissa on korkeintaan 10 oppilasta. Oppiaineet ovat samat kuin yleisopetuksessakin, oppimäärät ovat kokonaan tai osittain yksilöllistettyjä. Koulun opettajat ovat erityisluokanopettajia ja lisäksi luokissa toimii koulunkäyntiohjaajia. (Rauman kaupungin www-sivut 2010.)

Ankkurin koulu antaa joustavan opetussuunnitelman mukaista mukautettua ja oppilaskeskeistä opetusta. Koulun oppilaille yleisopetuksen oppimäärät ja etenemisnopeus tuottavat ylivoimaisia vaikeuksia. Koulun toiminnassa painotetaan luonnontieteellisiä aihekokonaisuuksia sekä työpainotteista opetusta. (Rauman kaupungin www-sivut 2009.)

5.3 Resurssit ja riskit

Projektissa käytettäviä resursseja ovat henkilöt, osaaminen, aika, materiaalit, toimitilat ja raha. Myös budjetti eli tulo- ja menoarvio taloudellisista resursseista kuuluu resurssisuunnitelmaan. Projektin riskitekijät voivat liittyä kustannuksiin, aikatauluun, lopputuloksen laatuun tai keskeisiin osallistujiin. (Heikkilä ym. 2008, 78, 80–81.)

Tämän projektin henkilöresursseihin kuuluvat opinnäytetyöntekijät eli kolme hoitotyönopiskelijaa, kriisikeskuksen projektityöntekijä, ohjaava opettaja sekä Ankkurin koulun opettajat. Tässä projektissa käytettyjä resursseja ovat Kriisikeskuksessa olevat valmiit materiaalit Valintojen putken toteuttamiseen, kirjastopalvelut, SAMK:n Rauman sosiaali- ja terveystalon yksikön atk-luokka, Ankkurin koulun luokkatilat ja kriisikeskuksen tilat.

Projektin toteuttamiseen liittyviä mahdollisia riskejä ovat jonkun projektin toteuttamiseen osallistuvan henkilön poissaolo toteutusajankohtana, puutteellinen valmistautuminen toteutukseen, puutteellinen tieto kohderyhmän erityispiirteistä, kohderyhmän passiivinen osallistuminen sekä ryhmänohjaustaitojen puute.

5.4 Toteutussuunnitelma

Toteutussuunnitelmassa tulee määritellä projektiin osallistuvien vastuualueet ja projektin aikataulutus (Heikkilä ym. 2008, 77). Projekti sisältää Valintojen putki- kulis- sirakennelman Ankkurin koulun 7.-9. luokkalaisille, vanhempainillan oppilaiden huoltajille sekä päihteitä käsitteleviä oppitunteja kohderyhmälle. Kulissirakennelma ja vanhempainilta toteutetaan samana päivänä ja oppitunnit seuraavana päivänä. Valintojen putken toteutusviikon jälkeen pidetään kriisityöntekijän kanssa lopputapaaminen, jossa todetaan projektin päättyneen. Opinnäytetyön kirjallinen osuus viimeistellään syyslukukauden aikana. Opinnäytetyön aikataulusuunnitelma on liitteenä (Liite 1).

5.5 Arviointisuunnitelma

Projektia arvioidaan koko sen toteutuksen ajan. Arvioinnilla saadaan tietoa siitä, mitä projektissa on tehty, miten tavoitteet on saavutettu ja millaisia tuloksia on saatu aikaan. Arvioitavia osa-alueita voi olla yksi tai useampi. (Heikkilä ym. 2008, 88.)

Projektin arviointi tapahtuu itsearviointina sekä suullisena että kirjallisena palautteenä. Oppilailta ja opettajilta kerätään kirjallinen palaute käyttäen valmiita Valintojen

putken palautelomakkeita. Huoltajilta sekä projektityöntekijältä saadaan suullista palautetta.

6 PROJEKTIN TOTEUTTAMINEN

Suunnitteluseminaarin jälkeen opinnäytetyöntekijät kokosivat lisää kirjallista materiaalia opinnäytetyön kirjoittamista varten sekä suunnittelivat toteutusta omalta osaltaan. Suunnitteluun kuului muun muassa rekvisiitan kokoaminen, ”putken” huoneiden aiheiden työstäminen sekä yhteydenpito työn etenemisestä projektityöntekijän kanssa. Vanhempainilta-kutsu (Liite 1) lähetettiin projektityöntekijän kautta Ankkurin koulun rehtorille, joka toimitti kutsun oppilaiden vanhemmille. Yhteydenpidon Ankkurin koululle hoiti projektityöntekijä.

6.1 Kulissirakennelman pystytys

Valintojen Putken toteutus alkoi 4.5.2011. Opinnäytetyöntekijät menivät Ankkurin koululle iltapäivällä oppituntien päätyttyä pystyttämään kulissirakennelmaa. Aluksi allekirjoitettiin sopimukset opinnäytetyön tekemisestä yhdessä projektityöntekijän kanssa, jonka jälkeen aloitettiin kulissirakennelman pystyttäminen. Kulissirakennelma koostui kolmesta luokkahuoneesta ja käytävätilasta tilanahtauden vuoksi. Huoneet yksi, kaksi ja kolme sijaitsivat luokkahuoneissa ja viimeinen eli purkuhuone käytävällä. Huoneen yksi toteutuksesta vastasi Jonna, huoneen kaksi toteutuksesta Ilona ja huoneen kolme toteutuksesta Laura. Purkuhuone oli projektityöntekijän vastuulla. Sisustimme huoneet aiheeseen sopivasti. Huoneen yksi lattialla oli patjat, joiden päällä oppilaat istuivat, pahlavilakosta tehty pöytä, jonka päällä oli muutamia ystäväyhteyden liittyviä kirjoja sekä valokuvakehys ja seinällä oli muutamia julisteita. Huone kaksi oli vuorattu jätösäkeillä, lisäksi teemaan liittyen oli kaksi diskopalloa, serpentiiniä ja tyhjiä pulloja. Huoneessa oli pimeää bileteeman mukaisesti. Huoneessa istuttiin lattialla patjojen päällä. Huoneessa kolme rekvisiittana oli luokassa ollut pitkä pöytä, joka muokattiin keittiön pöydäksi pöytäliinalla ja muutamalla koriste-esineellä.

6.2 Valintojen putki

Oppilaat kiersivät Valintojen putken 5.5.2011. Päivä alkoi siten, että opinnäytetyöntekijät esittelivät itsensä ja kertoivat, miksi olivat koululla. Koulun kaikki oppilaat olivat kokoontuneet samaan luokkaan. Esittelyn jälkeen projektin toteuttajat menivät vastuullaan oleviin huoneisiin odottamaan ensimmäisiä ryhmiä. Opettajat jakoivat oppilaat sopiviin kolmen-viiden hengen ryhmiin ja ensimmäinen ryhmä lähti liikkeelle. Loput ryhmät jäivät luokkahuoneeseen tutustumaan tarinan henkilöihin ja vastailemaan heidän esittämiinsä kysymyksiin (Liite 4). Vastaukset löytyivät luokan seinällä olevista julisteista.

Ensimmäisen huoneen aiheina olivat ystävyys ja itsetunto. Ensin kuunneltiin nauhalta alkuosa Valintojen putken kehystarinasta (Liite 3) ja sen jälkeen keskusteltiin aiheesta. Oppilailta kysyttiin muun muassa, minkälainen heidän mielestään on hyvä ystävä, mitä he tekevät ystävien kanssa, missä he viettävät aikaa, missä ystäviin on tutustuttu ja onko heillä harrastuksia. Kysyttiin myös, ovatko ystävät saman ikäisiä, tuleeko erimielisyyksiä ja, jos tulee niin, millaisista asioista ja miten niitä selvitetään. Lisäksi keskusteltiin siitä, voiko ystävien seurassa olla oma itsensä ja voiko sanoa ei, jos ystävä ehdottaa jotain, johon ei haluaisi suostua. Lopuksi oppilaat pohtivat, minkälaisia ystäviä itse ovat toisille.

Oppilaat olivat pääasiassa sitä mieltä, että hyvä ystävä on luotettava, rehellinen eikä puhu pahaa selän takana. Lähes kaikki oppilaat kertoivat viettävänsä aikaa ystäviensä kanssa kaupungilla, siellä vain ”hengailaan” tai käydään kauppoissa, kahvilla tai syömässä. Pojista monet kertoivat ajelevansa mopoilla. Muutamilla oppilailla oli myös harrastuksia kuten jääkiekko ja kuntosalilla käynti. Oppilaat olivat tutustuneet ystäviinsä koulussa, toisten kaverien kautta, rippileirillä tai harrastusten kautta. Erimielisyyksiä syntyi esimerkiksi siitä, miten tai missä aikaa vietetään. Erityisesti tytöt kertoivat selvittävänsä erimielisyydet puhumalla. Osa tytöistä sanoi, ettei niitä juuri selvitetä, vaan ne unohdetaan. Muutama pojat kertoivat, että joskus tulee fyysistäkin tappelua, mutta silloin ollaan yleensä humalassa. Lähes kaikki oppilaat sanoivat, että ystävien seurassa voi olla oma itsensä eikä tarvitse suostua kaikkeen, mitä muut ehdottavat.

Huoneen kaksi teema oli bileet, jossa keskusteltiin pääasiassa tupakasta ja alkoholista. Aluksi jatkettiin tarinaa siitä, mihin huoneessa yksi jäätin. Ryhmät kiersivät luokka-asteittain ja se näkyi keskusteluissa. Seitsemäsluokkalaiset olivat hiljaisempia ja ujompia kuin kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaiset oppilaat. Seitsemäsluokkalaista sai johdatella kysymyksillä enemmän kuin vanhempia oppilaita.

Keskustelua syntyi muun muassa siitä, kuka on kokeillut jotakin päihdettä, kaveripaineen vaikutuksesta päihteiden käyttöön ja tilanteista, joissa paikalle tulisi kutsua joku vanhempi. Kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaiset kertoivat kokemuksistaan ja lähes kaikki olivat kokeilleet tupakkaa ja alkoholia. Oli myös niitä, jotka kertoivat, että päihteet eivät kiinnosta. Luokka-asteesta riippumatta kaikki olivat yhtä mieltä siitä, että kaveripaine ei saa vaikuttaa päihteiden käyttöön.

Lopuksi keskusteltiin joka ryhmän kanssa siitä, milloin tulisi pyytää apua vanhemmalta tai muulta aikuiselta. Lähestulkoon jokainen ryhmä oli sitä mieltä, että vaikka kaveri olisi huonossa kunnossa tai omat bileet riistäytyneet käsistä, ei vanhemmille soiteta. Soittamisen kynnystä nostaa pelko siitä, että vanhemmat saavat tietää päihteiden käytöstä. Esimerkkiä käyttäen keskusteltiin siitä, mitä tulisi tehdä tilanteissa, joissa itse ei osaa toimia. Osa oppilaista totesi, että esimerkki auttoi alentamaan kynnystä soittamaan vanhemmille, poliisille tai ambulanssin.

Huoneessa kolme aluksi kerrattiin hieman huoneen kaksi tarinan tapahtumia ja sitten kuunneltiin tarinan loppu. Keskustelua syntyi seuraavista aiheista: voiko vanhemmille kertoa päihteiden käytöstä, kotiintuloajoista, vanhempien kiinnostuksesta nuoren kavereista ja vapaa-ajan vietosta, tv:n ääressä ja tietokoneella vietetyn ajan rajoittamisesta.

Suurin osa nuorista oli alkoholia tai tupakkaa ainakin kokeillut, mutta joukossa oli muutama nuori, joka ei ollut edes maistanut alkoholia. Moni kertoi saaneensa kotona maistaa mietoja alkoholijuomia. Mieleen jäi muutama nuori, jotka sanoivat, että voivat avoimesti kertoa vanhemmilleen ottavansa alkoholia tai polttavansa tupakkaa. Suuri osa ei kertonut vanhemmilleen päihteidenkäytöstään ja keskustelu päihteistä nuoren ja vanhempien välillä tuntui vähäiseltä. Keskusteltaessa siitä, mikä olisi nuorten mielestä sopiva rangaistus, jos vanhemmille selviää nuoren alkoholin tai tupakan

käyttö, nuoret vastasivat: puhuttelu, ei saa nähdä kavereita muutamaan päivään, ei saa olla koneella samana eikä seuraavana päivänä. Erään nuoren mielestä ”rangaistuksesta ei ole mitään hyötyä”.

Lähes kaikki nuoret kertoivat, että kotiin on tultava tiettyyn kellonaikaan mennessä. Arkisin kotiintuloaika vaihteli 19:n ja 22:n välillä, viikonloppuisin nuoret saivat olla pois kotoa 24:ään asti. Joukossa oli nuoria, joiden viikonlopun kotiintuloaika ei poikennut arkiajasta kuin tunnin tai kaksi. Joukossa oli muutama nuori, joka kertoi vain myöhästävnsä kotiintuloajasta sen kummemmin ilmoittamatta. Valtaosa neuvotteli kotiintuloajan myöhentämisestä ennen lähtöä tai soitti kotiin kesken illan pyytääkseen lisääaikaa. Osalle oppilaista vanhemmat soittivat perään, jos kotiintuloaika ylittyi. Valtaosa nuorista kertoi, että kodin yhteisten pelisääntöjen rikkomisesta seuraa tiukennetut kotiintuloajat tai tietokoneen poisotto. Osa nuorista sanoi, että kotiintuloajasta myöhästymisestä ei seuraa mitään rangaistusta.

Nuorten vanhemmat olivat kiinnostuneita nuoren kaveripiiristä ja siitä, missä nuori milloinkin vapaa-aikaansa viettää. Suurin osa oli sitä mieltä, että vanhempien kysely ärsyttää, mutta on ihan oikeutettua huolenpidon osoitusta. Varsinaista lupaa kaupungille jäämiseen tai kaverin luo menemiseen nuoret eivät kysyneet, mutta suurin osa nuorista ilmoitti vanhemmilleen, missä oli. Silloin tällöin nuorille sanottiin, että tänään ei saa poistua kotoa ja kavereita ei saa kutsua kylään.

Nuoret kertoivat saavansa katsoa televisiota tai viettää aikaa tietokoneella niin kauan, kuin halusivat. Muutama nuori sanoi, ettei ehdi olla tietokoneella tai katsoa tv:tä, koska harrastukset vievät vapaa-ajasta ison osan. Osa taas sanoi, ettei katso tv:tä kovin paljon, koska sieltä ei tule mielenkiintoisia ohjelmia. Elokuvien tai pelien ikärajoista keskusteltiin myös. Suurimman osan vanhemmat antavat nuoren katsoa ja pelata myös nuoren ikärajan ylittäviä elokuvia ja pelejä.

Valintojen putken kulissirakennelma päättyi purkuhuoneeseen, jossa oli tarkoitus koota yhteen oppilaiden ajatuksia ja kokemuksia ”putken” toteutuksesta, tarinasta ja toimivuudesta. Tarkoitus oli keskustella oppilaiden kanssa myös muista aiheista, jotka olivat ajankohtaisia heidän elämässään. Purkuhuoneeseen pyrittiin luomaan rento ja mukava tunnelma, jotta keskustelu olisi mahdollisimman luontevaa. Nuorille tar-

jottiin kahvia, mehua ja keksejä, tämä auttoi rennon tunnelman luomisessa. (Laihanen sähköposti 24.11.2011)

Projektityöntekijä keskusteli nuorten kanssa heidän harrastusmahdollisuuksistaan sekä vapaa-ajan viettoon liittyvistä toiveistaan. Nuorilla oli erilaisia toiveita kotikaupunkiinsa, osa niistä oli epärealistisia, esimerkiksi huvipuisto ja crossirata. Nuoret toivoivat enemmän diskoja ja ajanviettopaikkoja. Monet nuoret kertoivat erilaisuuden ja erityiskoulussa olemisen olevan leimaava kokemus ja tämä vaikutti siihen, voiko mennä ”tavallisten nuorten” paikkoihin viettämään vapaa-aikaa. Nuoret eivät kuitenkaan halunneet erityisesti erityisnuorille kohdennettuja paikkoja. (Laihanen sähköposti 24.11.2011)

Lisäksi purkuhuoneessa keskusteltiin erilaisuudesta ja sen herättämistä tunteista. Tämä aihe valittiin, koska kohderyhmänä olivat erityiskoulun oppilaat. Projektityöntekijä kyseli nuorilta, miten he kokivat saaneensa apua erilaisissa ongelmatilanteissa ja tiesivätkö he, mistä voi tarvittaessa hakea apua. Monilla nuorilla oli useita kontakteja niin sanottuihin tukitahoihin ja monien elämään kuului useita hoitokontakteja. Kävi ilmi, että nuoret eivät aina kokeneet tullessa kuulluiksi ja hyväksytyiksi omalla itsenään. Projektityöntekijä kertoi kaikille ryhmille Raumalla olevista erilaisista toimijoista, joihin voi tarvittaessa ottaa yhteyttä. (Laihanen sähköposti 24.11.2011)

Oppilasryhmät olivat hyvin erilaisia. Purkuhuoneen keskusteluissa pyrittiin huomiomaan ryhmän tarpeet, eikä jokaisen ryhmän kanssa käyty läpi samoja asioita. Ryhmät määrittelivät keskustelunaiheensa itse, vaikka kaikkien kanssa sivuttiinkin samoja aiheita. Osa ryhmistä käytti enemmän aikaa vapaa-ajan viettopaikkojen ja muiden parannusehdotusten pohtimiseen, toiset keskustelivat syvällisemmin erilaisuudesta ja siihen liittyvistä haasteista. (Laihanen sähköposti 24.11.2011)

6.3 Vanhempainilta

Vanhempainilta järjestettiin 5.5.2011. Osallistujamäärä jäi hyvin paljon alle sen, mitä aluksi ilmoitettiin. Vanhempia saapui paikalle 16. Ilta alkoi opettajan puheella ja opinnäytetyöntekijöiden esittelyllä. Ankkurpaikan projektityöntekijä kertoi vanhem-

mille Valintojen putkesta ja sen historiasta ja opinnäytetyöntekijät omasta osuudesta projektissa. Vanhemmille soitettiin taustatarina ja ryhmä jaettiin kahtia. Puolet jäi tutustumaan seinäjulisteisiin ja juomaan kahvia, puolet lähti opinnäytetyöntekijöiden kanssa kiertämään Valintojen putkea. Vanhemmat kiersivät Valintojen putken huoneet järjestyksessä ja jokainen opinnäytetyöntekijä kertoi vastuullaan olleesta huoneesta, mistä siellä oli keskusteltu ja mitä ajatuksia nuorilta oli tullut. Kolmannen huoneen jälkeen kulissirakennelman kiertäneet vanhemmat menivät kahville ja loput vanhemmat pääsivät tutustumaan Valintojen putkeen. Vanhemmat saivat tutustua myös tarinan henkilöiden esittämiin kysymyksiin, joihin oppilaat olivat ryhminä vastanneet. Kierrosten jälkeen projektityöntekijä kertoi nuorten ajatuksia purkuhuoneesta ja vähän yleistä asiaa nuorten päihteiden käytöstä. Myös huumeiden käyttöä sivuttiin.

6.4 Oppitunnit

Oppitunnit toteutettiin 6.5.2011. Yhdellä oppitunnilla oli kaksi luokkaa eli neljä ryhmää. Oppitunteja pidettiin kaksi. Luokkien opettajat ja avustajat olivat myös läsnä oppitunneilla rauhoittamassa oppilaita. Tuntien tarkoituksena oli käydä läpi tarinan henkilöiden esittämät kysymykset ja niiden vastaukset. Oppilaat jaettiin samoihin ryhmiin, joissa he olivat kiertäneet Valintojen putken. Ryhmille jaettiin heidän täyttämänsä lomakkeet, joissa oli vastaukset tarinan henkilöiden kysymyksiin. Kysymykset käytiin läpi yksi kerrallaan siten, että jokainen ryhmä luki, mitä he olivat kyseessä olevaan kysymykseen vastanneet. Vastauksia täydennettiin tarvittaessa materiaalissa olleilla tiedoilla. Kun kaikki kysymykset oli käyty läpi, oppilaille jaettiin palautelomakkeet täytettäväksi. Ohjeeksi annettiin, että jokainen yrittää vastata kaikkiin kohtiin muuta kuin ”ihan ok” tai ”en tiedä”. Oppitunnin päätteeksi palautteet kerättiin ja kiitettiin oppilaita osallistumisesta.

7 ARVIOINTI JA POHDINTA

Arvioinnilla tarkoitetaan projektin onnistumisen selvittämistä, se on systemaattista toimintaa, eikä se perustu sattumanvaraisuuteen. Mitä tahansa selvitystä, raporttia tai toimintaa ei siis voida kutsua projektiarvioinniksi. Arviointi on arvottamista eli arvon antamista. Arvioinnin avulla saadaan tietoa projektin toteutumisesta, ongelmista ja hyvistä ominaisuuksista. (Paasivaara, Suhonen, Nikkilä 2008, 140–141.)

Projektin arviointi ajoittuu usein sen toteuttamis- tai päättämisvaiheeseen. Arviointia voidaan suorittaa ennakoarviointina, toimeenpanon aikaisena arviointina tai jälkiarviointina. Arviointi voidaan jakaa karkeasti itsearviointiin ja ulkopuoliseen arviointiin, silloin puhutaan projektin sisällä tapahtuvasta ja ulkopuolelta tulevasta arvioinnista. Arviointiaineisto voi olla subjektiivista kuten haastattelut ja kyselyt tai objektiivista kuten tilastot tai niiden yhdessä muodostama aineisto. Tärkeintä on saada aikaan mahdollisimman luotettava käsitys projektin merkityksestä. (Paasivaara ym. 2008, 140–141.)

7.1 Projektin toteutuksen arviointi

Kohderyhmän erityispiirteistä opinnäytetyöntekijöillä ei ollut etukäteen juuri tietoa, erityispiirteet eivät käytännössä vaikuttaneet projektin toteuttamiseen. Opinnäytetyöntekijät olivat valmistautuneet kukin oman huoneensa aiheeseen hyvin etukäteen. Oppilaille esitettävät kysymykset ja keskustelun aiheet oli suunniteltu melko tarkasti, lisäksi oli keksitty lisäkysymyksiä siltä varalta, että jäisi ylimääräistä aikaa. Hyvän etukäteisvalmistelun ansiosta ryhmien ohjaaminen sujui lähes ongelmitta.

Ensimmäisen ryhmän oppilaat eivät vastailleet kysymyksiin kuin yhdellä sanalla, jos ollenkaan. Ensimmäisen ryhmän jälkeen keskustelun johtaminen oli helpompaa, sillä loput ryhmät olivat aktiivisempia. Etukäteen valmistellut, aiheeseen liittyvät kysymykset autoivat keskustelun syntymisessä. Lähes jokaisessa ryhmässä kysymyksiin tuli vastaukset, joskin oli ryhmiä, joissa vain yksi tai kaksi nuorta sanoi jotain. Vapaata aiheeseen liittyvää keskustelua syntyi aika vähän. Osasy keskustelun puutteeseen saattoi olla liika pitäytyminen valmiissa kysymyksissä. Näin nuorten ajatuksille

ja niistä puhumiseen ei ollut tarpeeksi aikaa. Yhdessä ryhmässä keskustelua häiritsi se, että ryhmän energia kului yhden ryhmän jäsenen mitätöintiin ja kiusaamiseen. Pääsääntöisesti ryhmät jaksoivat keskittyä aiheisiin. Muutamassa ryhmässä oli levottomia oppilaita, joiden käytökseen jouduttiin jonkun verran puuttumaan. Tämä tietysti vei aikaa aiheen käsittelyltä. Muutamien ryhmien mukana oli opettaja tai koulunkäyntiavustaja ainakin ensimmäisessä huoneessa. Heidän läsnäolonsa rauhoitti levottomia oppilaita, mutta myös heikensi oppilaiden aktiivisuutta kertoa omista kokemuksistaan.

Vanhempainillan työnjako projektin toteuttajien kesken oli sovittu hyvissä ajoin. Oli loogista, että kriisityöntekijä otti päävastuun vanhempainillasta. Hän kertoi oppilaiden ajatuksia purkuhuoneesta, jossa käytiin läpi kaikkia Valintojen putken aiheita ja kokemuksia kulissirakennelman kiertämisestä. Lisäksi kriisityöntekijä kertoi yleisesti nuorten päihteiden käytön tilanteesta Raumalla. Opinnäytetyöntekijöiden vastuulla oli itse Valintojen putken ja käytännön toteutuksen esittely. Vanhempainiltaan osallistui odotettua vähemmän vanhempia, vain noin puolet kutsutuista. Vanhemmat kyselivät vähän kiertäessään kulissirakennelmaa tai ollessaan kokoontuneina luokkahuoneeseen. Tuntui siltä, että heitä ei kiinnostanut koko asia tai he eivät kokeneet aiheiden koskettavan heitä. Myös vanhempien vähäinen määrä saattoi vaikuttaa siihen, että keskustelua ei syntynyt. Isommassa joukossa keskustelua olisi voinut syntyä helpommin. Toisaalta pienessä ryhmässä on yleensä helpompi esittää kysymyksiä ja tuoda esiin omia ajatuksiaan kuin isossa ryhmässä. Valintojen putken aiheet, esimerkiksi kodin säännöt tai nuoren päihteiden käyttö saattavat olla niin henkilökohtaisia asioita, etteivät vanhemmat senkään vuoksi olleet kovin aktiivisia keskustelemaan niistä. Kysyttäessä suullista palautetta vanhemmilta Valintojen putkesta juuri kukaan ei sanonut mitään. Vanhemmilta ei saatu käyttökelpoista palautetta opinnäytetyössä hyödynnettäväksi.

Valintojen putken toteutusta seuraavana päivänä oppilaille järjestetyt oppitunnit sujuivat suunnitelmien mukaisesti. Osassa ryhmistä oli selvästi yksi jäsen, joka kertoi ryhmän vastauksen kaikkiin kysymyksiin. Useissa ryhmissä vastauksen kertomista edelsi lomakkeen kierrättäminen kaikilla ryhmäläisillä ennen, kun vastaus kerrottiin julki. Yhdestä ryhmästä huomasi selvästi, että vastauksia oli etsitty luokan seinällä olevista julisteista. Muissa ryhmissä julisteita oli hyödynnetty vaihtelevasti. Vastauk-

set olivat yleensä hyvin lyhyitä ja sisälsivät vain yhden asian. Muiden ryhmien vastauksille naureskelua esiintyi jonkin verran. Oppilaat olivat luokkatilanteessa selvästi levottomampia kuin kiertäessään kulissirakennelmaa pienryhmissä. Oppilaiden suuri määrä yhdessä luokkahuoneessa aiheutti melua ja yleistä hälinää, joka hieman häiritsti oppituntien kulkua.

Kaikki projektityöhön osallistuneet henkilöt tekivät sovitut asiat määräaikaan mennessä. Työnjako ja yhteistyö opinnäytetyöntekijöiden kesken onnistui hyvin. Projektin käytännön toteutuksen aikataulu oli suunniteltu hyvin etukäteen. Kulissirakennelman pystyttämiseksi oli varattu aikaa noin kaksi tuntia, ja se riitti hyvin. Valintojen putken kiertämistä varten Ankkurin koulun opettaja oli suunnitellut aikataulun heidän oppituntiansa mukaan. Oppilaat oli jaettu kahdeksaan ryhmään ja jokaiselle ryhmälle oli varattu 15 minuuttia aikaa yhteen huoneeseen. Tähän 15 minuuttiin sisältyi siirtyminen seuraavaan huoneeseen, mutta siirtymiseen ei käytännössä mennyt juuri aikaa, koska huoneet sijaitsivat vierekkäin. Huoneisiin varattu 15 minuutin aika oli keskimäärin sopiva, eivätkä oppilaat joutuneet juurikaan odottelemaan käytävässä seuraavaan huoneeseen pääsyä. Vanhempainillan aikataulua ei oltu suunniteltu kovin tarkasti. Aikaa olisi riittänyt vapaalle keskustelulle hyvin, mutta vanhempien vähäisestä aktiivisuudesta ja määrästä johtuen sitä ei paljoa hyödynnetty. Vanhempainilta kesti kokonaisuudessaan vähän yli tunnin. Oppilaille pidetyillä oppitunneilla 45 minuutin aika oli melko sopiva, asiat ehdittiin käsitellä, mutta ylimääräistäkään aikaa ei jäänyt. Etukäteen suunniteltua purkutilaisuutta opinnäytetyöntekijöiden ja kriisityöntekijän kesken ei onnistuttu järjestämään ajan puutteen vuoksi. Projektin kirjallisen osuuden kirjoittaminen oli hankalaa, koska opinnäytetyöntekijöillä oli samanaikaisesti muita opintoja, jotka veivät aikaa.

Opinnäytetyön kirjallinen osuus muodostui siten, että tietyt kohdat kirjoitettiin yhdessä ja esimerkiksi teoriaosan kirjoitus jaettiin opinnäytetyöntekijöiden kesken ”omien huoneiden” mukaan. Ankkuripaikan projektityöntekijä teki heti alussa selväksi, että hän osallistuu ainoastaan Valintojen putken toteutukseen. Opinnäytetyöntekijöille jäi sellainen tunne, että projektityöntekijältä ei saatu tarpeeksi apua Valintojen putken suunnitteluvaiheessa. Tämä osittain ehkä siksi, että opinnäytetyöntekijät eivät osanneet pyytää tarpeeksi apua. Opinnäytetyöntekijät huomasivat toteutuksen jälkeen, että käytössä olleet arviointilomakkeet eivät aivan palvelleet tarkoitustaan. Ar-

viointilomakkeiden perusteella ei saatu käsitystä Valintojen putken vaikuttavuudesta. Tässä kohtaa opinnäytetyöntekijöiden olisi kannattanut pyytää ohjausta opettajalta.

7.2 Tavoitteiden saavuttaminen

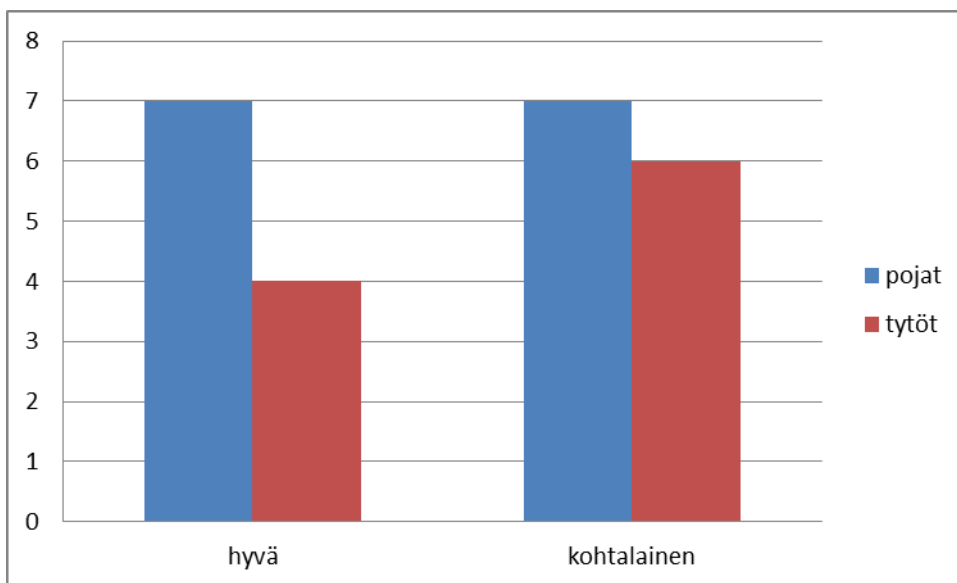
Tämä opinnäytetyön tavoitteena oli kohderyhmänä olevien nuorten päihteidenkäytön aloittamisen myöhentäminen tai ehkäiseminen. On mahdotonta arvioida vielä, tuleeko se toteutumaan. Opinnäytetyöntekijät olettavat oppilaiden kanssa käytyjen keskustelujen perusteella, että ainakin osa nuorista jäi pohtimaan päihteiden käytön haittoja. On siis todennäköistä, että edes osa nuorista saattaa siirtää päihteiden kokeilua myöhemmäksi tai jättää kokeilematta. Tavoitteena oli myös, että oppilaat saavat tietoa Valintojen putken aiheista. Oppilailta saadun palautteen perusteella suurin osa pojista ja puolet tytöistä oli saanut uutta tietoa käsitellyistä aiheista. Oppilaiden palautelomakkeessa ei ollut oikeastaan kuin tämä yksi kysymys, jonka avulla voi suoraan arvioida tämän tavoitteen toteutumista. Kyselylomakkeessa olisi voinut olla enemmän tähän liittyviä kysymyksiä, niin tavoitteen toteutumista olisi voitu arvioida monipuolisesti.

Opinnäytetyöntekijöiden projektityöskentelytaidot kehittyivät opinnäytetyön myötä samoin ryhmän ohjaamistaidot. Opinnäytetyöntekijöillä oli hyvin vähän kokemusta vastaavanlaisesta ryhmän ohjaamisesta. Opinnäytetyöntekijät havaitsivat, että hyvä etukäteissuunnittelu ja mahdollisiin ongelmiin varautuminen ovat välttämättömiä, jotta ryhmän ohjaus sujuu hyvin. Myös tiedot Valintojen putken aiheista kehittyivät projektin myötä.

7.3 Projektityön tulosten arviointi

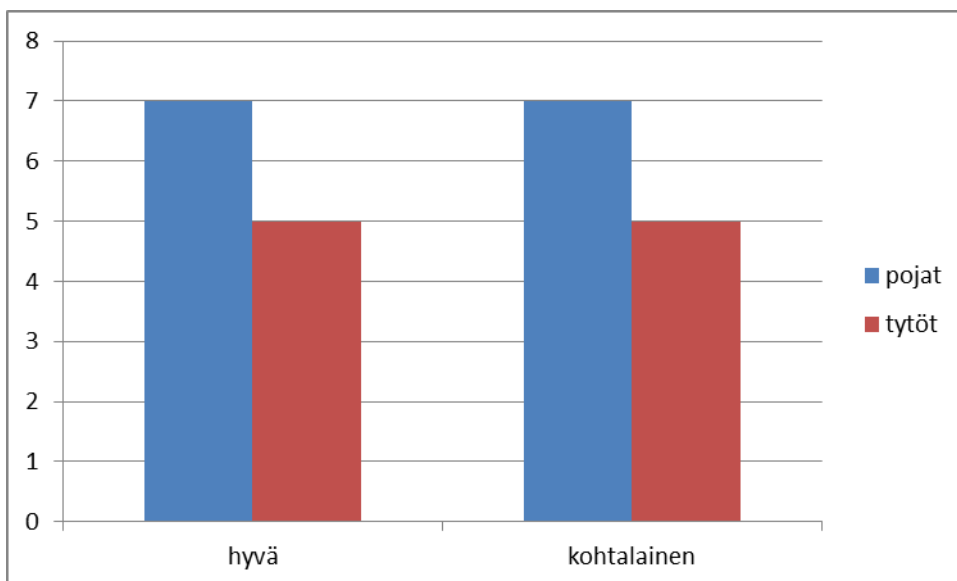
Valintojen putken kiertäneet nuoret antoivat palautetta valmiiden palautelomakkeiden (Liite 5) avulla. Palautelomakkeissa oli 10 vaihtoehtokysymystä ja neljä avointa kysymystä. Palautelomakkeita saatiin takaisin 31 kappaletta, joista karsittiin pois seitsemän, joissa oli jokin puutteellinen kohta. Vastauksia ei analysoitu luokka-asteittain, sillä esimerkiksi 7-luokkalaisien tyttöjen palautteita oli vain kolme kappaletta.

Palautelomakkeiden kysymyksiin 1-4 vastausvaihtoehdot olivat hyvä/kohtalainen/huono. Palautelomakkeessa hyvä arvosanaa vastasi hymyilevä naama, kohtalaista vakava naama ja huonoa surullinen naama. Viides kysymys koski ”putken” pituutta ja sen vastausvaihtoehdot olivat lyhyt/sopiva/pitkä. Kysymysten 6-9 vastausvaihtoehdot olivat kyllä tai ei. Lopuksi oppilaat antoivat arvosanan Valintojen putkelle asteikolla 4-10.



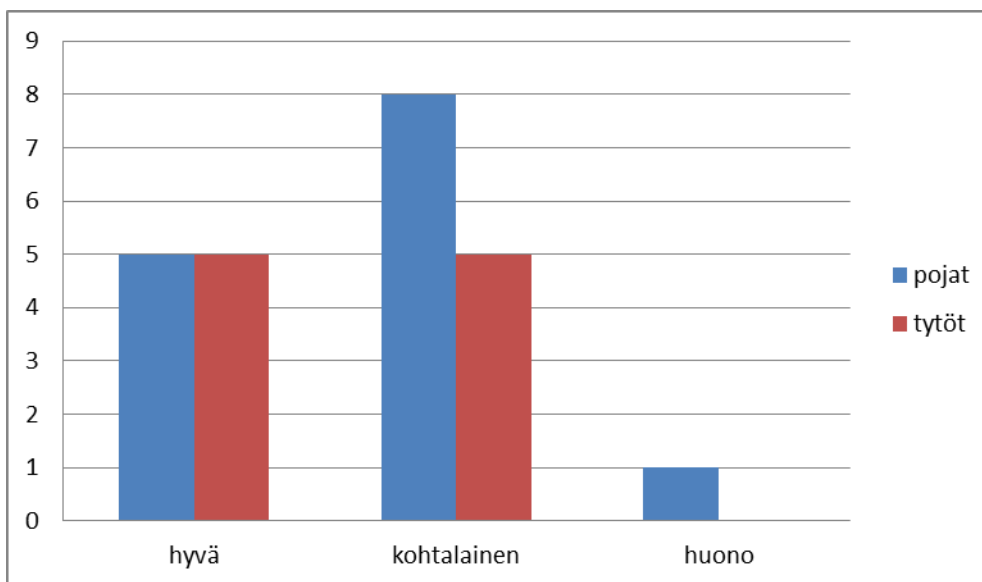
Taulukko 1. Vastaajien (n=24) arvio putkesta kokonaisuudessaan.

Puolet 7.-9. – luokkalaisista pojista oli sitä mieltä, että ”putki” kokonaisuudessaan oli hyvä ja puolet sitä mieltä, että se oli kohtalainen. Tytöistä 40 % piti ”putkea” hyvänä ja 60 % kohtalaisena.



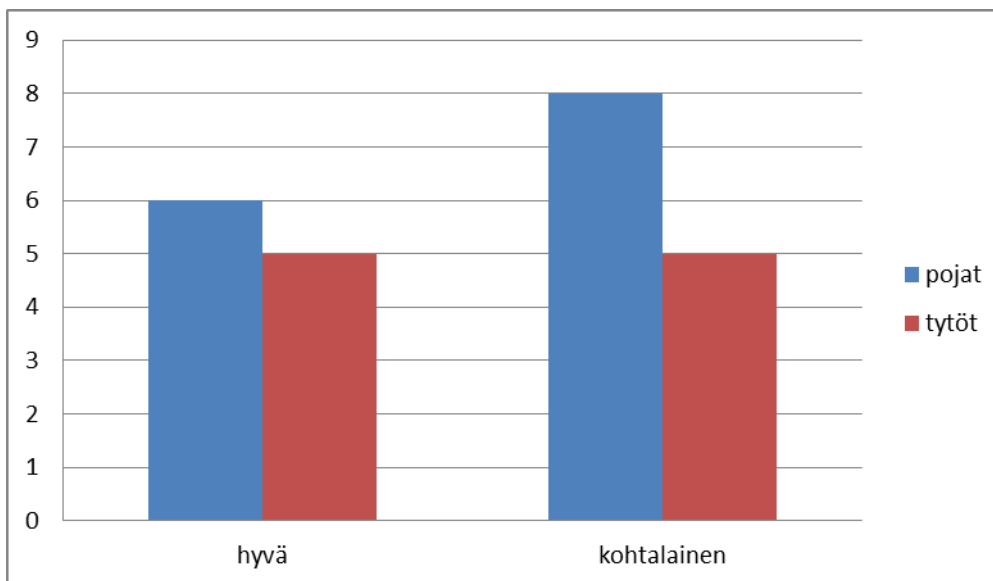
Taulukko 2. Vastaajien (n=24) arvio valituista aiheista.

Puolet pojista ja puolet tytöistä oli sitä mieltä, että valitut aiheet olivat hyviä ja puolet sitä mieltä, että ne olivat kohtalaisia.



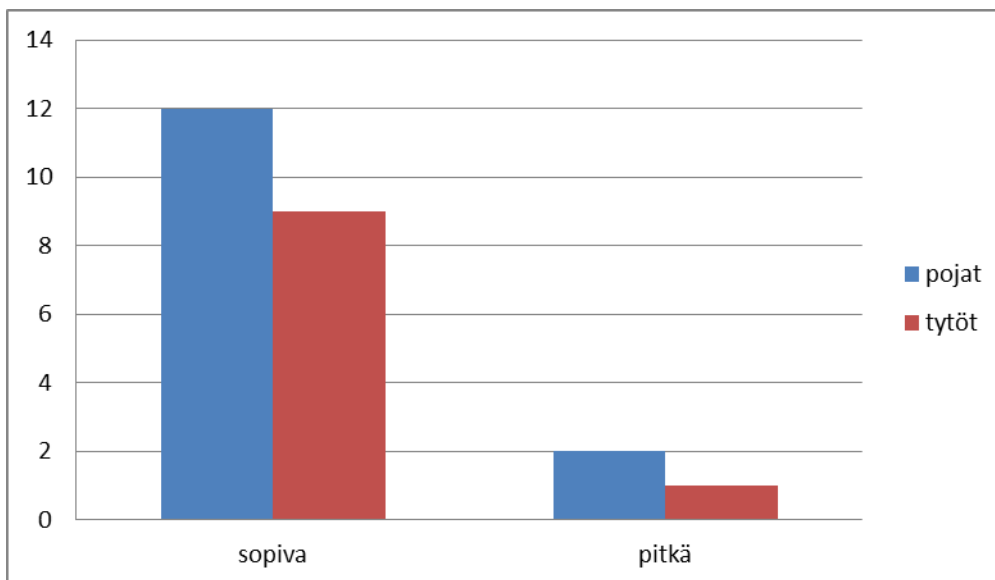
Taulukko 3. Vastaajien (n=24) arvio putken aikana käydyistä keskusteluista.

Suurin osa pojista oli sitä mieltä, että keskustelut olivat kohtalaisia. Yksi poika oli sitä mieltä, että keskustelut olivat huonoja. Tyttöjen mielipiteet jakautuivat puoliksi hyvän ja kohtalaisen välillä.



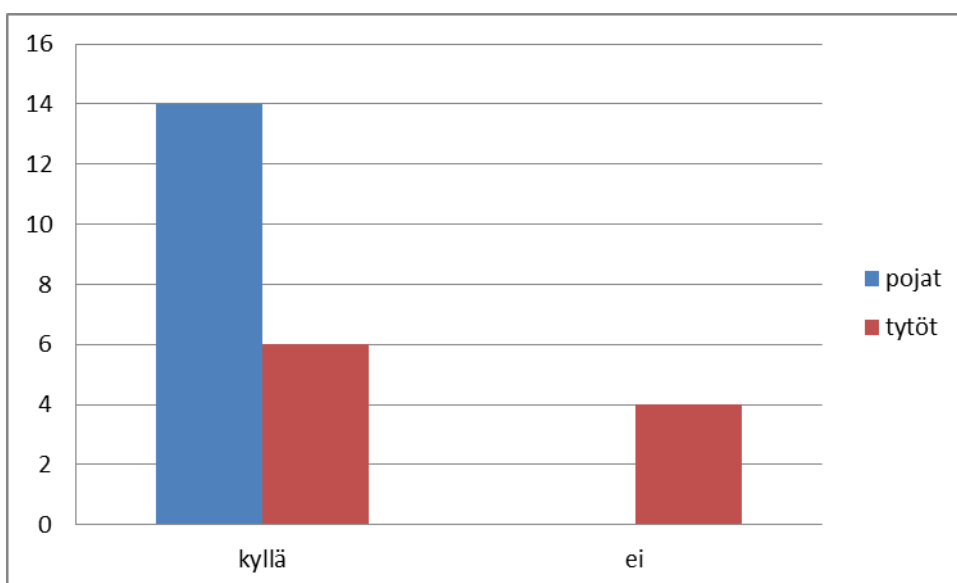
Taulukko 4. Vastaajien (n= 24) arvio taustatarinasta.

Pojista 57 % oli sitä mieltä, että tarina oli kohtalainen ja 43 % sitä mieltä, että tarina oli hyvä. Tyttöjen mielipiteet jakaantuivat tässäkin kysymyksessä puoliksi hyvän ja kohtalaisen välillä.



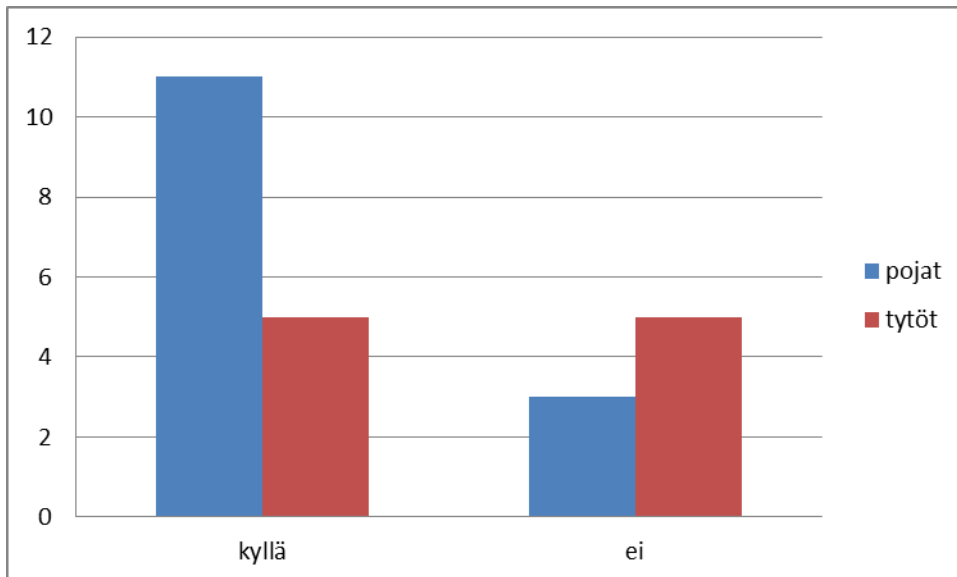
Taulukko 5. Vastaajien (n=24) arvio putken kestosta.

Kukaan vastaajista ei ollut sitä mieltä, että Valintojen putki olisi ollut lyhyt. Suurin osa pojista ja tytöistä oli sitä mieltä, että valintojen putken kesto oli sopiva. Kaksi poikaa ja yksi tyttö oli sitä mieltä, että Valintojen putki oli kestoltaan liian pitkä.



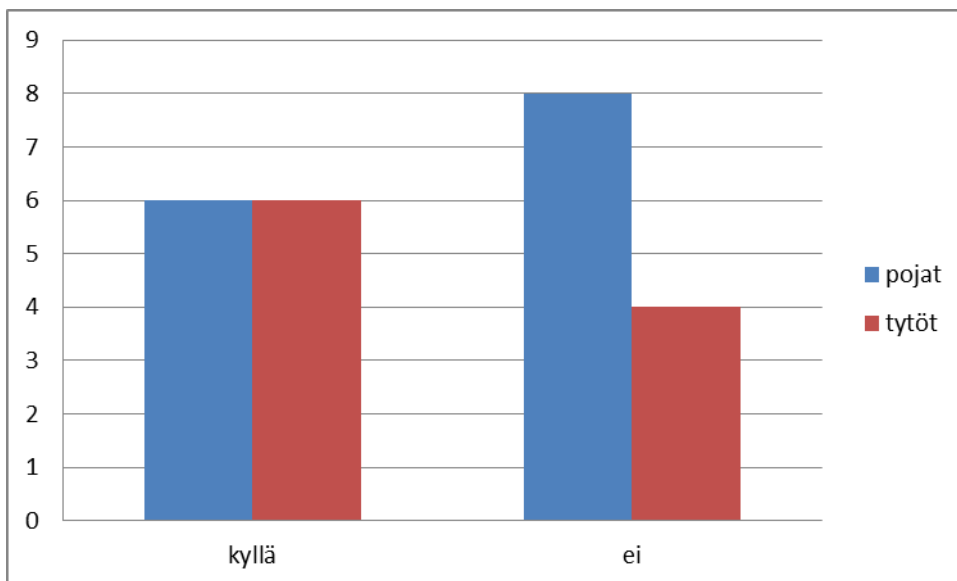
Taulukko 6. Vastaajien (n=24) arvio ryhmässä keskustelun helppoudesta.

Kaikki pojat vastasivat myöntävästi, että ryhmässä oli helppo jutella. Tytöistä 60 % oli sitä mieltä, että ryhmässä oli helppo jutella ja 40 % sitä mieltä, ettei ryhmässä jutteleminen ollut helppoa.



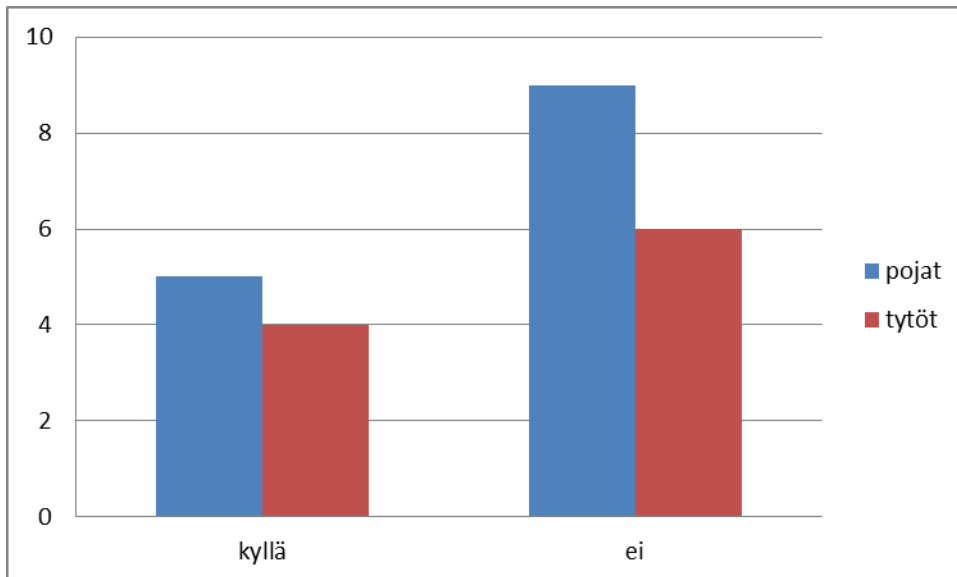
Taulukko 7. Vastaajien (n=24) arvio uusien asioiden oppimisesta/oivaltamisesta putken aikana.

Suurin osa pojista oli oppinut/oivaltanut uusia asioita Valintojen putken aikana. Kolme poikaa vastasi, ettei ollut oppinut/oivaltanut uusia asioita. Tytöistä puolet oli sitä mieltä, että oli oppinut/oivaltanut jotakin uutta.



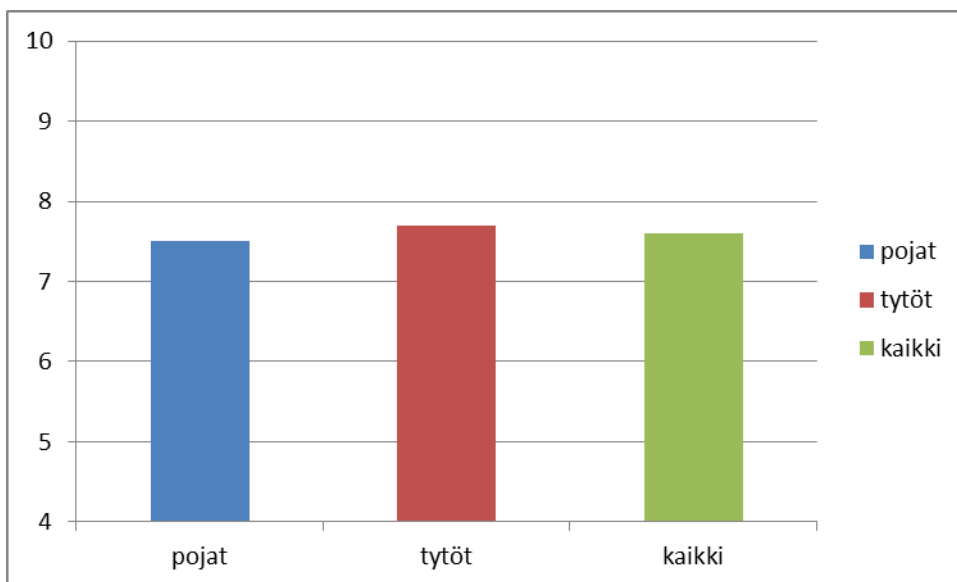
Taulukko 8. Vastaajien (n=24) arvio aiheiden ajankohtaisuudesta.

Hieman yli puolet pojista oli sitä mieltä, ettei Valintojen putkessa käsitellyt asiat liittynyt heidän elämäänsä. Tytöistä taas 60 % oli sitä mieltä, että Valintojen putkessa käsitellyt asiat liittyivät heidän elämäänsä.



Taulukko 9. Vastaajien (n=24) mielipiteet osallistumisesta Valintojen putkeen uudelleen.

Yli puolet pojista ja tytöistä oli sitä mieltä, etteivät he osallistuisi Valintojen putkeen uudelleen.



Taulukko 10. Vastaajien (n=24) Valintojen putkelle antaman arvosanan keskiarvo.

Lopuksi nuoret saivat antaa Valintojen putkesta arvosanan asteikolla 4-10. Tyttöjen arvioinnin keskiarvoksi tuli 7,7, poikien 7,5 ja kaikkien yhteenlaskettujen arvosanojen keskiarvoksi tuli 7,6.

Palautelomakkeen kääntöpuolella oli avoimia kysymyksiä neljä kappaletta. Ensimmäisenä kysymyksenä kysyttiin, mikä putkessa oli parasta.

- *"se rasti, jossa puhuttiin ystävydestä."* (9)
- *"kun juteltiin 2-huoneessa niistä kaikista alkoholin käytöstä ym. päih-teistä."* (20)
- *"se viimeinen keskustelu koska sai ilmaista mielipiteen."* (24)
- *"kun sai mehua ja herkuja"* (1)

Toisena avoimena kysymyksenä kysyttiin, mistä oppilaat olisivat halunneet kuulla enemmän.

- *"kuulin juuri sopivasti kaikista."* (17)
- *"huumeista ja vaikutuksista."* (5)
- *"En mitään."* (11)

Kolmantena avoimena kysymyksenä kysyttiin, mikä oppilaiden mielestä oli Valintojen putken turhin juttu.

- *"kyseleminen."* (22)
- *"huumeiden ja nuuskan käyttö, koska en tule koskaan käyttämään näitä."* (18)
- *"Ei mikään."* (23)

Lopuksi oppilailta kysyttiin, onko heillä jotain muuta sanottavaa.

- *"Se oli hieno ja opettavainen. Haluaisin oppia lisää. Toivoisin että tulisi uudestaan samat asiat."* (1)
- *"Oli ihan kiva."* (11)
- *"Idea oli hyvä!"* (14)

- *"Mielestäni valintojen putki oli hyvä juttu."* (9)

- *"Hyvää kesälomaa."* (5)

7.4 Jatkokäyttöehdotukset

Valintojen putki on muokattavissa sekä kuudesluokkalaisille että yläkouluikäisille oppilaille. Näin ollen se on käyttökelpoinen projektiluonteiseksi opinnäytetyöksi tai terveydenhoitajaopiskelijoiden projektityöksi. Kriisikeskus Ankkurpaikassa on valmiit materiaalit Valintojen putken toteuttamiseksi, joten työlle on tilaajakin valmiina. Kriisikeskus voisikin jatkossa pyrkiä siihen, että he saavat joka vuosi jonkun toteuttamaan Valintojen putken.

LÄHTEET

Ahlström, S., Metso L., Huhtanen, P. & Ollikainen, M. 2008. Missä nuorisoryhmissä päihteiden käyttö on vähentynyt? Suomen ESPAD-aineiston tuloksia 2007. Yhteiskuntapolitiikka 1, 77–78. Viitattu 7.3.2011. <http://yp.stakes.fi/NR/rdonlyres/A772-C405-5DF4-4819-871B-C8B74F9F680C/0/ahlstrom.pdf>

Alaja, K. 2007. Kasvun keskellä. Elämää murrosikäisen vanhempana. Helsinki: Kirjapaja.

Alkoholilaki. Viitattu 7.3.2011 <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1994/19941143>

Ehkäisevän päihdetyön laatuksiteerit. Työpapereita 3/2006. Stakes. Helsinki. Viitattu 28.2.2011. <http://www.stakes.fi/verkkojulkaisut/tyopaperit/Tp3-2006-verkko.pdf>

Erkkola, M., Fogelholm, M., Huuskonen, M. S., Komulainen, H., Korhonen, M., Leino, T., Nevalainen, A., Paile, W., Pekkanen, J., Sala, E., Salonen, R. O., Suni, J., Taskinen, S., Tuomisto, J., Vartiainen, T. & Viluksela, M. 2007. Lasten ympäristö ja terveys. Kansallinen CEHAP-selvitys. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja, 11b. Kuopio. Viitattu 25.2.2011. http://www.ktl.fi/attachments/suomi/julkaisut/julkaisusarja_b/20-07/2007b11.pdf

Heikkilä, A., Jokinen, P. & Nurmela, T. 2008. Tutkiva kehittäminen. Avaimia tutkimus- ja kehittämishankkeisiin terveysalalla. Helsinki: WSOY

Hämäläinen, M., Ikävalko, K., Jääskeläinen, A., Karhu, H., Karppinen, K. & Kolehmainen, T. 2010. Aika Välittää! –terveyskasvatustunnit Peltolan yläkoulussa. Opinnäytetyö. Laurea-ammattikorkeakoulu. Viitattu 2.3.2011. https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/15408/alainen_Minna_Ikavalko_Kaisa_Jaaskelainen_Annamari_Karhu_Heidi_Karppinen_Kirsi_Kolehmainen_Tiina.pdf?sequence=1

Irti huumeista ry. 2010. IRTI-VUOSIKIRJA. Huumetyön erikoisjulkaisu. Porvoo.

Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Hyvä itsetunto. Helsinki: WSOY.

Kinnunen, S. 1999. Murrosikäinen perheessä. Tasapainoilua tilan ja rajojen välissä. Helsinki: Karas-Sana.

Kylmänen, P. 2005. Kun kaikki muutkin... Nuorten ehkäisevä päihdetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Lahti, J. & Müller, H. 2009. ”En ikinä kokeilen huumeita” – Päihdevalistus erityisopetuksessa oleville 7. luokkalaisille. Opinnäytetyö. Kymenlaakson ammattikorkeakoulu. Viitattu 2.3.2011. https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/5121/lahti_johanna.pdf.pdf?sequence=1

Laihanen, M. Purkuhuone. Vastaanottaja: laura.salorinne@student.samk.fi. Lähetetty 24.11.2011 klo 11:34. Viitattu 1.12.2011.

Lappalainen-Lehto, R., Romu, M-L. & Taskinen, M. 2008. Haasteena päihteet, ammatillisen päihdetyön perusteita. Helsinki: WSOY.

Laukkanen, E., Marttunen, M., Miettinen, S. & Pietikäinen, M. (toim.) 2006. Nuorten psyykkisten ongelmien kohtaaminen. Helsinki: Duodecim.

Lehtinen, T. & Lehtinen, I. 2007. Mikä mättää? Murrosiän muutokset kotona ja koulussa. Helsinki: Edita.

Lind, S. 2009. ”Selvästi HOT” – päihdekasvatusmateriaalin kehittäminen. Opinnäytetyö. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Viitattu 3.3.2011. https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/5752/Lind_Sanna.pdf?sequence=1

Lång, M. & Vehviläinen, N. 2009. Kun mä juon musta tulee Batman. Toiminnallinen päihdekasvatus- projekti Mäntyharjussa. Opinnäytetyö. Lahden ammattikorkeakoulu. Viitattu 2.3.2011. https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/2493/Lang_Miia.pdf?sequence=1

Mattila, J. & Virkkala, S. 2011. Nuorten alkoholinkäyttö Alahärmän ja Toholammin 8.-9.- luokkalaisten kokemana. Opinnäytetyö. Keskipohjanmaan ammattikorkeakoulu.

Metso, L., Ahlström, S., Huhtanen, P., Leppänen, M. & Pietilä, E. 2009. Nuorten päihteiden käyttö Suomessa 1995-2007. ESPAD-tutkimusten tulokset. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 6. Helsinki. Viitattu 7.3.2011. <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/1bdd2d77-b36d-499c-b8de-dd714abf80d8>

Paasivaara, L., Suhonen, M. & Nikkilä, J. 2008. Innostavat projektit. Helsinki: Suomen sairaanhoitajaliitto ry.

Pirkanen, M. 2007. Nuorten päihteettömyyden edistäminen. Varhaisen puuttumisen malli koulu- ja opiskeluterveydenhuoltoon. Väitöskirja. Kuopion yliopisto. Viitattu 25.2.2011. http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-951-27-0510-8/urn_isbn_978-951-27-0510-8.pdf

Päihdelinkin www-sivut. Viitattu 7.3.2011. <http://www.paihdelinkki.fi>

Rainio, S., Pere, L., Lindfors, P., Lavikainen, H., Saarni, L. & Rimpelä, A. 2009. Tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö 1977–2009. Nuorten terveystapatutkimus. Helsinki. Sosiaali – ja terveysministeriön selvityksiä. Viitattu 28.2.2011. <http://www.stm.fi>

Saastamoinen, H. & Timonen, R. 2008. Me ollaan sankareita kaikki. Toiminnallinen päihdekasvatusmateriaali yläkoulun seitsemäsluokkalaisille. Opinnäytetyö. Lahden ammattikorkeakoulu. Viitattu 3.3.2011. <https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/11814/2008-05-07-03.pdf?sequence=1>

Valintojen putken www-sivut. Viitattu 3.11.2011. <http://www.ehkapa.fi/valintojen-putki>

AIKATAULUSUUNNITELMA

- 22.10.2010: ensimmäinen yhteydenotto projektityöntekijään puhelimitse
- 25.10.2010: ensimmäinen tapaaminen kriisikeskus Ankkurpaikk':ssa
- 8.11.2010: toinen yhteydenotto projektityöntekijään puhelimitse
- 1.12.2010: suunnittelupalaveri opinnäytetyöntekijöiden kesken
- 13.12.2010: aihe-seminaariryön valmistelu
- 4.1.2011: aihe-seminaariry
- 7.1.2011: kolmas yhteydenotto projektityöntekijään puhelimitse
- 14.1.2011 toinen tapaaminen kriisikeskus Ankkurpaikk':ssa
- 2.2.2011: neljäs yhteydenotto projektityöntekijään puhelimitse
- 4.2.2011: viides yhteydenotto projektityöntekijään puhelimitse
- 9.2.2011: suunnittelupalaveri opinnäytetyöntekijöiden kesken
- 2.3.2011: kuudes yhteydenotto projektityöntekijään puhelimitse
- 8.3.2011: suunnitteluseminaariryön valmistelu
- 16.3.2011: suunnitteluseminaariryön valmistelu
- 18.3.2011: kolmas tapaaminen kriisikeskus Ankkurpaikk':ssa sekä Ankkurin koulun tiloihin tutustuminen
- 7.4.2011: seitsemäs yhteydenotto projektityöntekijään puhelimitse sekä sähköpostia häneltä
- 18.–19.4.2011: kahdeksas yhteydenotto projektityöntekijään puhelimitse sekä sähköpostia hänelle
- 26.4.2011: suunnitteluseminaariry ja projektisuunnitelman korjaus
- 4.5.2011: kulissirakennelman pystyttäminen koululle
- 5.5.2011: Valintojen putken toteutus ja kulissirakennelman purkaminen sekä vanhemmilta
- 6.5.2011: oppitunnit ja palautteiden kerääminen

KUTSU VAHNEMPAINILTAAN

Ankkurin koulun 7.- 9.-luokkalaiset osallistuvat elämykselliseen päihdevalistusta-
pahtumaan, Valintojen Putkeen. Valintojen Putken toteuttavat kolme Satakunnan
ammattikorkeakoulun hoitotyön opiskelijaa yhteistyössä Rauman Kriisikeskus Ank-
kurpaikk`n Nuorten ehkäisevän kriisityön hankkeen kanssa. Valintojen Putki on ku-
lissirakennelma, jossa oppilaat kulkevat ja keskustelevat nuoruuteen liittyvistä asiois-
ta, kuten ystävydestä, kaveripaineesta, oman valinnan tekemisen vaikeudesta, ra-
joista ja päihdekokeiluista.

Vanhempainilta järjestetään Ankkurin koululla torstaina 5.5.2011 klo 18. Tilaisuus
alkaa kahvitarjoilulla. Vanhempainillassa vanhemmilla on mahdollisuus tutustua Va-
lintojen Putkeen ja siinä käsiteltyihin asioihin sekä keskustella muiden vanhempien
kanssa. Osallistuminen on tärkeää, jotta vanhemmat tietävät, mistä asioista koulussa
on keskusteltu ja keskustelua voidaan jatkaa nuoren kanssa myös kotona.

TERVETULO!



✂-----

Oppilaan nimi

Luokka

Perheestämme osallistuu _____ henkilöä vanhempainiltaan.

Pyydämme, että palauttaisitte tämän osan, vaikka perheestänne kukaan ei pääsisi
osallistumaan vanhempainiltaan. Kiitos.

VALINTOJEN PUTKI

Tarina

Tarinan hahmot:

- | | |
|----------------------|--|
| 1. Vertti Vuorinen | 13 vuotta, seiskalla |
| 2. Veera Vuorinen | 12 vuotta, edellisen pikkusisko, kuudennella |
| 3. Salla Suomalainen | 12 vuotta, Veeran paras kaveri, vähän pihkassa Verttiin |
| 4. Serda Kobez | 12 vuotta, vanhemmat muuttaneet entisestä Jugoslaviasta Suomeen 1995 |
| 5. Toni Korhonen | 13 vuotta, kuudennella, jäänyt luokalleen kolmannella |
| 6. Juuso Niemi | 15 vuotta, ysillä, kovis |

Tyypit on esitelty ennen putkea ystäväkirjan sivuina. Jokainen kysyy kaksi pähteisiin liittyvää kysymystä, joihin oppilaat etsivät vastauksia seinille ripustetusta valistusmateriaalista.

Alustus ja tyyppien esittely ennen putkeen menoa



Vertti on kova poika pelaamaan lätkää ja futista, kavereita on paljon joista osa myös vanhempia. Vertti on kokeillut kaljaa ja tupakkaa kun niitä on ollut tarjolla vanhempien kavereiden toimesta. Omia askeja Vertti ei kuljettele, eikä kotona sitä hyväksyttäisikään. Jos Vertti on pihojen porukoiden kanssa heittelemässä korista tai hengailmassa, niin siellä ei tulisi mieleenkään poltella. Pihaporukkaan kuuluu myös sisko ja muita nuorempia kavereita. Vertti tietää yhden 15 vuotiaan Juuson, joka on polttanut pilveä. Se tapahtui yksissä kotibileissä, joissa Vertti oli käymässä alkuillasta salaa vanhemmiltaan, -ainakin niin on kerrottu Vertin pelikavereiden toimesta. Vertti on varsin reilu ja iloinen kaveri. Vertti haluaisi järjestää kotibileet, ja tästä aiheesta on keskusteltu kotona, sillä salaa Vertti ei niitä halua pitää.



Veera on myös suosittu ja iloinen tyttö, joka pelaa jalkapalloa kesällä. Veera tykkää paljon eläimistä, kotona onkin koira, jota ulkoiluttaessa näkee kaikenlaista. Kerran Veera näki veljen tupruttelevan tupakkaa, mutta asiasta ei ole puhuttu sen jälkeen, eikä Veera ole kertonut asiasta vanhemmilleen. Koulun discossa kävi ilmi, että eräs tyttö nimeltä Serda harrastaa tanssia, ja Veera toivoisi että Serda voisi opettaa häntä. Veera on miettinyt, että liikuntapainotteisella yläasteella voisi saada lisäkursseja etenkin tanssin opiskeluun. Veerasta tuntuu vaan siltä, ettei ystävänsä Salla hyväksy Serdaa lainkaan, lisäksi Salla väittää että Serdan isommat sisarukset ovat uhkailleet häntä.

Salla on Veeran paras kaveri. Salla on poikatyttö joka harrastaa jalkapalloa ja pianon soittoa. Musaleireillä on eri kaverit kuin normaalisti. Sallan lisäksi vain Toni samalta luokalta harrastaa pianon soittoa. Salla on reipas ja menestyy koulussa hyvin. Kotona on aika tiukka kuri, josta johtuen Salla ei pääse ulos niin usein kuin haluaisi, ja Sallasta tuntuu että hänen menojaan voidaan jatkuvasti. Vanhemmat toivovat, että Salla hakeutuu musiikkipainotteiselle yläasteelle. Salla ei haluaisi eri kouluun kuin Veera. Salla on ihastunut Verttiin ja toivoo jollain keinolla pääsevänsä ehkä tulossa oleviin kotibileisiin. Kotona on usein ahdistavaa. Tuntuu etteivät vanhemmat oikein ymmärrä, ettei Salla ole enää mikään lapsi. Veera ei ymmärrä miksei Salla aina pääse ulos. Salla on päättänyt näyttää kaikille, ettei hän ole mikään nynny jos vain saa tilaisuuden siihen. Hänen mielestään moni kaveri pitää häntä vähän nynnynä...



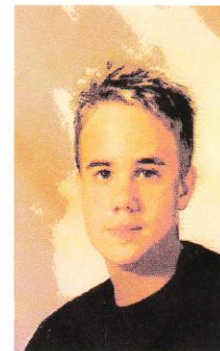
VALINTOJEN PUTKI

Tarina



Serda on kaunis pitkähiuksinen tyttö, joka harrastaa taitoluistelua ja discotanssia. Perheessä on kolme isompaa sisarusta. Serda toivoo voivansa ystäväystyä Veeran ja Sallan kanssa. Serda opettaisi mielellään discotanssia tytöille, ongelmana on vain sopivan tilan löytäminen. Serda ei ymmärrä miksi Salla on hänelle kylmä ja väittää Serdan veljien uhkailleen häntä. Salla pitää Serdaa uhkana koska tämä iloinen ja kaunis tyttö on luikerrellut Veeran suosioon.

Toni on vähän hiljainen poika, joka tykkää tietokoneista ja musiikin kuuntelusta. Toni tekee musiikkia omalla koneellaan, mutta siitä ei tiedä kukaan muu kuin Salla, jolle Toni kertoi musaleirillä. Toni haaveilee olevansa seuraava Darude. Piholla Toni hengailee muiden kanssa, mutta on myös paljon yksin omissa maailmoissaan. Tonia on kiusattu lukihäiriön takia ensimmäisillä luokilla, mutta koulu alkoi sujua paremmin kun hän aloitti kolmannen uudelleen nuorempien porukassa. Edelleen entiset kaverit jaksavat naljailla. Vertti on ollut Tonin luokalla ennen, mutta ei ole ollut pahimpia kiusaajia. Pojat eivät kuitenkaan ole ystäviä keskenään. Toni toivoisi pääsevänsä suosittujen poikien joukkoon joskus.



Juuso on hieman vanhempi kuin muut tarinan henkilöt. Juuso on 15-vuotias ja yhdeksännellä luokalla. Koulussa Juusolla on kovan tyyppin maine ja Juuso itsekin pitää mainetta yllä. Juuso ei ole erityisen innostunut koulunkäynnistä ja viettääkin mieluummin aikansa lähimetsässä tupakalla tai kahvilla läheisellä bensiksellä. Juuso liikkuu isoveljensä ja tämän kaverien seurassa. Viikonloput Juusolla kuluvat yleensä isoveljen auton takapenkillä mäyräkoira sylissä. Juusosta kulkee huhuja, että Juuso on kokeillut pilveäkin. Kukaan tarinan muista hahmoista ei tunne Juusoa, mutta Vertti on nähnyt Juuson eräissä vanhemman lätkäkaverin kotibileissä. Juuso myös tietää, että Vertti on poltellut tupakkaa ja maistanut kaljaa, mutta ei ole sitä kenellekään kertonut, koska ei tunne Verttiä sen kummemmin.

Tällaisten nuorten elämää lähdemme nyt Vuoristen kotiin seuraamaan. Ensimmäinen ryhmä pääsee liikenteeseen nyt, muut jäävät tänne tutustumaan tarinan hahmoihin paremmin ja vastaamaan heidän teille esittämiin kysymyksiin.

Ensimmäinen ryhmä oppaineen lähtee putkeen

Ennen ensimmäistä huonetta: Tutustuminen 1 minuutti

Ennen Vuorisille astumista, on Vuoristen kodin oven takana hyvä pysähtyä ja rauhoittaa ryhmä. Käydään läpi ryhmäläisten etunimet, muistutetaan kuuntelemisesta ja hitaasta äänettömästä liikkumisesta putkissa, mainitse että huoneissa saa ja kannattaa puhua.

Huoneissa voi kysyä äänistä joita kuului nauhalta ja mitä ajatuksia ne herättivät? Korosta myös sitä, että tässä tarinassa ei ole oikeita vastauksia vaan jokainen joutuu miettimään kuinka itse tekisi vastaavassa tilanteessa. Jokainen meistä päättää itse mikä on oikein.

Opas menee ensimmäisenä putkeen ja kellottaja tulee ryhmän perässä sulkien oven Vuorisille. Vilkkaan ryhmän sattuessa kohdalle opas voi mennä istumaan seuraavan putken suulle siksi aikaa, että ryhmä asettuu istumaan.

1. Huone: Ystävät ja itsetunto - 10 min per ryhmä

Astutaan Vuorisen kotiin, kyseessä on nuorten huone, jossa alustuksen pohjalta keskustelua siitä, millainen on hyvä ystävä?

Vihdoin Vuorisen vanhemmat päättivät antaa luvan bileisiin. Perjantaina klo 17-22, ja kutsuttujen listalla korkeintaan 20 ystävää. Veera saisi myös jäädä paikalle ja kutsua kaksi ystäväänsä Sallan ja Serdan. Vanhemmat tulisivat kotiin klo 22.30 jolloin kaikki paikat pitäisi olla kunnossa ja talo tyhjänä.

Vertillä oli kova paine kutsua myös vanhempia kavereita näyttääkseen että heilläkin on juhlat. Pihoiltakin pitäisi kutsua kavereita, ettei joudu valikoivan maineeseen, ja omalta luokalta tietysti.

Toni mietti miten voisi saada tekemänsä biisin soittolistoille, koska kutsua ei varmaan kuuluisi. Sallan kautta se ehkä päätyisi soittoon, ja Salla lupautui viemään minidiscin Vertille, olisi asiaa että pääsee sen varjolla puhumaan Vertille. Salla vaati vastapalvelukseksi Tonia hankkimaan hänelle keinolla millä hyvänsä jotain juotavaa, että voisi näyttää olevansa rohkea. Toni sai vanhemman serkun hankkimaan 6 kaljaa Sallalle.

Serda oli iloinen saadessaan kutsun Veeran kotiin. Olisi mukavaa tutustua tyttöihin paremmin illan aikana. Tytöillä oli lupa vanhemmiltaan jäädä yökylään. Salla oli vaatimalla vaatinut että pääsisi Veeralle yöksi, mutta kotibileistä hän ei ollut maininnut vanhemmilleen. **Miksi?**

Juuso jengeineen oli saanut myös vihiä bileistä, vaikka hän ei ollut kutsuttujen listalla. Sitä Juuso ei tiennyt että Vertin ja Veeran vanhemmat palaisivat kotiin jo 22.30.

Kysymyksiä tarinan lomaan:

- Millainen on hyvä ystävä?
- Oletteko te erilaisia koulussa kuin kotona tai kaverin kanssa? Onko rooleja?
- Voiko kaverin kanssa olla oma itsensä?
- Voiko kaverin kanssa olla eri mieltä?
- Miten voin itse olla sellainen ystävä, jonka seurassa voi olla oma itsensä?
- Onko vaikeaa on sanoa kaverille ei?
- Vaikuttavatko ystävät yläasteen valintaan?

2. Huone: Bileet - 10 min per ryhmä

Bileet, olohuone: tarinan avulla keskustelua alkoholista ja tupakasta.

Kaikki alkoi ihan mukavasti. Oli popcornia, pepsi maxia ja pringleseja. Oli hyvää musaa ja tanssittiin olohuoneessa. Mukana oli pääasiassa selvinpäin olevia nuoria. Jotkut vanhemmat pojat tosin kehuivat ottaneensa olutta ennen paikalle tulemistä. Tytöt katsoivat vähän sivusta Vertin juhlia, mutta pääsivät illan kuluessa mukaan meininkiin. Vertti kävi kulman takana polttamassa isojen nuorten jämiä, mutta piti huolen, ettei juonut mitään. Kaverit olivat luvanneet olla kunnolla, joten Verttiä ei huolettanut parin tyypin bissen juominen. Salla otti rohkaisua vessassa ja pikku hiprakassa uskalsi mennä viemään Tonin minidiscin Vertille ja juttelemaan. Vertti vähän ihmetteli miten tytöllä riitti juttua vaikka kuinka, vaikka normaalisti Sallalla oli vain tapana punastella hänen seurassaan.

Yksin ei ole kiva juoda, joten Salla päätti tarjota juomaa Veeralle.

- Kieltäytyykö Veera vai maistaako?
- Olisivatko tytöt ystäviä vaikka Veera ei suostuisi maistamaan?
- Meneekö Veeralta maine jos ei maista?

Ilta eteni ja klo 21 ovikello sitten soi Juuson jengin toimesta. Vertti yritti kieltää toisia tulemasta sisään, mutta Juuso osasi vetää oikeasta narusta kiristämällä Verttiä että kertoo tämän juomisesta ja polttamisesta kotiväelle jos ei pääse kavereineen mukaan menoon...

Sallan kaljat olivat lopussa ja tyttö humalassa. Salla laukoi Serdalle päin naamaa kuinka tämä on viemässä hänen ystävänsä, ja huusi "Antakaa mun bailaa!" kun tytöt yrittivät saada Sallaa Veeran huoneeseen. Salla liimautui Vertin vanaveteen ja horjahteli tanssilattialla holtittomasti. Veera ja Serda mieltivät pitäisikö Sallan kotiin soittaa, mutta eivät lopulta uskaltaneet. Salla hoiperteli ulos paritalon takapihalle oksentamaan pihapuskaan 21.30.

Toni näki Sallan kun piti silmällä bileitä koska odotti milloin hänen kappaleensa kajahtaa soimaan. Poika kapusi aidan yli auttamaan tyttöä. "Et sitten kerro kuka hommasi juomat, jos joku kysyy", Toni vannotti Sallaa.

Juuso ja kumppanit olivat päässeet vauhtiin, eikä ollut puhuttakaan että talo olisi tyhjentynyt kutsumattomista vieraista klo 22.00. Lopulta kello 22.30 vanhemmat saapuivat paikalle...

- Mitä luulette että tapahtui?
- Oliko Vertti huojentunut kun vanhemmat tulivat?
- Soitettiin Sallan kotiin?
- Soitettiin Serdan kotiin?
- Soitettiin poliisit?

Juuso jengeineen luikki kotiin Vertin ja Veeran isän korotettua äänensä. Sallan vanhemmat soitettiin paikalle. Tilanne oli kauhea. Sallan äiti itki ja isä antoi tytön kuulla kunniansa ja myös Veeran vanhempien, kun antavat tuollaisia bileitä lastensa järjestää! Salla oli valehdellut kun ei ollut kertonut bileistä, vain kättänyt luvan olla Veeralla yökylässä vastineeksi matikan kokeen kypystä. -Ja minä vielä hellyin ja näin siinä sitten käy, peppureita kaikki! Huusi Sallan isä. Tyttö vanhempineen lähti kotiin, ja äiti seurasi Sallan tilaa koko yön. Poliisia ei soitettu paikalle. Vertti oli huojentunut kun vanhemmat pelastivat hänet, ja myönsi sen seuraavana päivänä isälle. Vertti, Veera ja Serda laitettiin nukkumaan.

3. Huone: Keittiö - Rajat, rakkaus ja erilaiset kodit - 10 min per ryhmä

Seuraavana päivänä Sallan isä yritti selvittää mistä Salla sai juomat.

- Kertoiko Salla kuka osti juomat?

Salla vaikenä kuin muuri. Sallan isä huusi lisää ja langetti työlle kolmen viikon kotiarestin.

- Tekivätkö Sallan vanhemmat oikein? Entä Salla?
- Paljastuiko Vertin kaljan juonti ja tupakointi Juuson toimesta?
- Oliko Veera vielä Sallan ystävä?
- Pyysikö Salla Serdalta anteeksi?
- Miksi vanhemmat asettavat rajoja?
- Voivatko rajat olla liian tiukat?
- Voivatko rajat olla liian löysät? Mitä jos ei ole mitään rajoja?

Tarkoitus on saada lapsille ajatus: "Rajat ovat merkki siitä että vanhemmat välittävät teistä ja huolehtivat että kaikki on hyvin. Jos jossain kodissa on vähemmän rajoja, tarkoittaa se yleensä sitä että vanhemmat luottavat teihin. Silloin kannattaa itse pitää huolta siitä että on luottamuksen arvoinen tai sitten voitte pyytää vanhemmiltanne, että teidän rajoista keskusteltaisiin, jos haluatte niitä enemmän. On kivaa lähteä kotiin silloin kun haluaa, jos voi sanoa kavereille että "pitää mennä".

Tarina jatkuu...

Seuraavana päivänä Vertti ja Veera siivosivat sotkut. Onneksi rikki ei mennyt kuin takan reunalla ollut Aalto vaasi.

- Pitäisikö Vertille antaa rangaistus?

Vertin vanhemmat juttelivat lastensa kanssa, mutta varsinaisesti tapahtumat eivät olleet Vertin vika, joten rangaistuksia ei tullut.

- Toimivatko Vuorisen vanhemmat mielestänne oikein?

Veera kuitenkin päätti kertoa äidille illalla saunassa, että oli nähnyt ison veljen tupakoimassa. Samassa keskustelussa hän puhui myös Sallan epäluulosta Serdaa kohtaan. Veeran äiti lupasi puhua Sallan äidille kun näkisi tämän seuraavana keskiviikkona luokkatoimikunnassa. Vertti otettiin tiukkaan puhutteluun tupakka-asiassa, ja hän myönsi polttaneensa satunnaisesti.

Serda ei kertonut kotona mitään. Toni ei kertonut kotona mitään.

- Olisiko pitänyt kertoa, ja tuleeko asia jossain vaiheessa ilmi?

Sallaa nolotti kovasti, ja koulussa hän pyysi heti anteeksi molemmilta tytöiltä. Selvisi että Sallan isä ei voi sietää ulkomaalaistaustaisia, joten Sallakin suhtautuu heihin varauksella. Tytöt sopivat riitansa. Veeraa oikeastaan säählitti kova kohtelu, jonka Salla vanhemmiltaan sai.

Tonin musakappale päätyi Vertin isälle, joka mainitsi siitä ystävälleen, joka toimitti sen tutulleen levy-yhtiöön. Toni pääsi levyttämään singlen ja jos se myy tarpeeksi, on tiedossa albumi...

4. Purkuhuone - 15-20 min per ryhmä

Purkuhuone sisältää henkilökohtaisempia ajatuksia päihde- ja kaveripainekysymyksissä. Tila on avara ja tunnelmallinen, siellä lapset jotka eivät ole uskaltaneet ilmaisemaan mielipidettään putkessa voivat osallistua liikkumalla. Purkuhuoneessa myös kerrotaan keneltä kaikilta on mahdollista saada apua ja lisätietoa päihteisiin liittyvissä kysymyksissä. Pyritään lopettamaan positiiviseen oloon. Lopeta purkuhuone sopivassa välissä vaikka kysymyksellä, mitä kivaa aiotte tehdä loppuviikon aikana tai viikonloppuna.

Yleistä purkuhuoneesta:

- ✓ Kannattaa selittää, että kaksi samanlaista huonetta, jos nuoret päyilevät siihen suuntaan. Mitään ei jää näkemättä vaikka toiseen ei päästäkään.
- ✓ Purkuhuoneessa voi mainostaa mitä kivaa tekemistä alueella on vapaa-aikana. Nuoret voivat itse kertoa omista harrastuksistaan, nuorisotoimen tarjonta alueella, seurakunnan jne. Esitteitä jakoon jos niitä alueelta toimitetaan ja on jotain mainostettavaa.
- ✓ Valitse seuraavan sivun keskustelun aiheista omaan suuhusi sopivia palasia ja sellaisia, joita ei putken aikana ole käsitelty. Kaikkea ei tarvitse ehtiä käymään läpi, aikaa on kuitenkin vain vartti tunti. Saat myös ohittaa osan kysymyksistä, mikäli nuorista itsestään lähtee keskustelua.
- ✓ **HUOM! Kysy kuitenkin lopuksi harmaalla taustalla olevat kysymykset.**

Kyllä / Ei (valitse yksi seinistä kyllä seinäksi ja vastakkainen seinä ei seinäksi)

- Ovatko tupakoivat nuoret siistejä?
 - o Miksi? Miten muuten voi olla siisti?
- Pitääkö maistaa tupakkaa tai alkoholia jos paras kaveri tarjoaa?
 - o Miksi paras kaveri tarjoaisi tupakkaa? Melko raukkamainen teko ”parhaalta kaverilta” asettaa oma kaveri sellaiseen tilanteeseen.
- Pitääkö maistaa jos tarjoaja on poika- tai tyttöystävä?
- Voika selvin päin pitää hauskaa?
 - o Softis-discoja, päihitteettömiä reivejä ja muuta hupia on vaikka kuinka.
 - o Juominen on kallista ja sillä rahalla saa kallitakin harrastuksia, kuten ratsastustunteja, Megazonea tai splättäämistä, lintsin-rannekkeen tai leffoja.

Keskustelun aiheita istuttaessa lattialla piirissä

- Pitääkö tupakkaa maistaa?
 - o Nikotiini-riippuvuus voi syntyä jo parista askillisesta tupakkaa.
 - Entä pitääkö alkoholia kokeilla?
 - o Täysin alkoholittomien nuorten osuus kasvaa koko ajan!
 - Voiko huumeita kokeilla?
 - o Huumeet ovat laittomia täysikäisiltäkin eikä ikinä tiedä mitä saa. Huono valinta!
 - Pitääkö yläasteelle siirtyessä olla kova?
Mitä tapahtuu jos ei olekaan kova?
 - o Voi joutua kiusatuksi
 - Kuinka sen voisi ratkaista?
 - Aikuisille kertomalla
 - Sovitaan oman luokan kavereitten kanssa, että vedetään yhtä köyttä, jos joku ylempiluokkalainen tulee kiusaamaan. Kiusaajia on yleensä vain pari ja ne ovat tyypillisesti vain vuoden vanhempia.
 - o Ei saa kavereita
 - Entä oman luokan kaverit? Koulun ulkopuoliset kaverit?
 - Tarinan hahmojen kuvat ringiin ja kyselyä jokaiselta vuorollaan:
 - o Keneen haluaisit tutustua paremmin? Kuka hahmoista tuntui läheiseltä? Miksi?
 - o Kuka valitsi väärin? Kuka toimi fikusti? Kuka toimi niin kuin olisit itsekin toiminut?
 - o Tässä voi käyttää myös enemmän tyyppien tarinaa - kenen tilanne helpoin/vaikein?
 - o Kuka itse olisit tarinassa?
-
- Onko teillä jotain ajatuksia tai kysymyksiä?
 - o Kenelle menisit puhumaan jos haluaisit jutella lisää näistä asioista?
 - o Voiko omien vanhempien kanssa jutella?
 - o Kertokaa vanhemmille mistä tänään on juteltu ja pyytäkää heitä tulemaan torstaina vanhempainiltaan, niin sen jälkeen on helpompi jutella niiden kanssa.
-

Jatkotyöstö tapahtuu luokissa luokan oman opettajan johdolla. Tarinan hahmojen esittämät kysymykset käydään läpi ja täytetään palautekaavake (45 min). Palautekaavakkeet toimitetaan Valintojen putki työryhmälle osoitteeseen: Pohjoinen Klaari PL 70801 00099 Helsingin kaupunki

**VALINTOJEN
PUTKI**

KOULU
RYHMÄLÄISET _____

LUOKKA _____

Serda:

1. Miksi jotkut kokeilee tupakkaa tai alkoholia ennen kuin on täyttänyt 18-vuotta?
2. Miksi huumeita ja tupakkaa tehdään, jos ne kerran tappaa?

Toni:

1. Miksi ihminen tekee kännipäissään ilkitekoja?
2. Mitä seurauksia päihteiden käytöstä voi tulla?

Veera:

1. Miks alkoholista humaltuu?(tiedän.. tyhmä kysymys..)

2. Kuinka äkkiä huumeisiin voi kuolla, heti ensimmäisestä kokeilustako?

Vertti:

1. Miksi jääkiekkopelaajat käyttää nuuskaa, onks tupakka vaarallisempaa kuin nuuska?

2. Miks ihmiset sortuu huumeisiin, onks niil ongelmii kotona vai miks?

Salla:

1. Miksi lapset voivat kuolla liiasta alkoholin käytöstä helpommin kuin aikuiset?

2. Mitä mä teen jos joku ihana tyyppi tarjoaa mulle röökiä?

Juuso:

1. Miksen mä muka saa juoda kaljaa jos joku hakee?

2. Mitä tapahtuu jos vetää alkoholia ja lääkkeitä yhdessä?

VALINTOJEN PUTKI

Oppilaan palautelomake

Koulu: _____ Luokka: _____ Rastita: Olen

Tyttö

Poika

YMPYRÖI TAI RASTITA MIELEISESI VAIHTOEHTO

	Hyvä	Kohtalainen	Huono
Putki oli kokonaisuudessaan mielestäni	☺	☹	☹
Aiheiden valinta (kaveruus, alkoholi, rajat...)	☺	☹	☹
Keskustelut olivat	☺	☹	☹
Tarina oli	☺	☹	☹
Pituus/kesto	LYHYT	SOPIVA	PITKÄ

Minun oli helppo jutella ryhmässä	KYLLÄ	EI
Oivalsin ja/tai opin uusia asioita	KYLLÄ	EI
Asiat joista puhuttiin liittyvät elämääni	KYLLÄ	EI
Menisin mielelläni putken uudestaan läpi	KYLLÄ	EI

Anna arvosana Valintojen putkelle	4	5	6	7	8	9	10
--------------------------------------	---	---	---	---	---	---	----

JATKUU KÄÄNTÖPUOLELLA



Putkessa parasta oli:

Olisin halunnut kuulla enemmän:

Turhin juttu oli:

Muuta sanottavaa?

KIITOS PALAUTTEESTASI!

