

Nuorten alkoholikäyttäytyminen

Kirjallisuuskatsaus nuorten alkoholinkäytön ennaltaehkäisystä
ja varhaisesta puuttumisesta

**Mirva Kesonen
Niina Korolainen
Heidi Lappalainen**

Opinnäytetyö

21.5.2012

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Koulutusohjelma Hoitotyön koulutusohjelma	
Työn tekijä(t) Mirva Kesonen, Niina Korolainen ja Heidi Lappalainen	
Työn nimi Kirjallisuuskatsaus nuorten alkoholinkäytön ennaltaehkäisystä ja varhaisesta puuttumisesta	
Päiväys	21.05.2012
Sivumäärä/Liitteet	42
Ohjaaja(t) Raija Pulkkinen ja Annikki Jauhiainen	
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Ylä-Savon SOTE kuntayhtymä	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Nuorten alkoholinkäyttö on vähentynyt 2000-luvulla, mutta osalle nuorista alkoholi kuuluu vapaa-ajan viettoon. Varhaiseen puuttumiseen pitää löytää oikeanlaiset keinot, jotta nuoret ymmärtävät alkoholin aiheuttamat haitat. Nuoren alkoholikäyttäytymiseen vaikuttaa kasvatuskulttuuri ja vanhempien antama kuva alkoholinkäytöstä.</p> <p>Opinnäytetyössä selvitetään mitkä asiat vaikuttavat nuorten alkoholikäyttäytymiseen, ennaltaehkäisevän työn onnistumiseen ja varhaisen käytön puuttumiseen. Opinnäytetyössä tuodaan esille myös kansainvälistä näkökulmaa alkoholinkäytön ennaltaehkäisevään työhön. Tavoitteena oli saada tietoa minkälaisesta alkoholinkäytön ennaltaehkäisevästä työstä nuoret voi hyötyä eniten ja mitkä olisivat ne keinot, joilla voidaan varhaista puuttumista toteuttaa.</p> <p>Työ toteutettiin kirjallisuuskatsauksena. Kirjallisuuskatsaukseen etsittiin aineistoa eri sosiaali- ja terveysalan tietokannoista. Opinnäytetyössä käytettiin sekä suomalaisia että kansainvälisiä tutkimuksia.</p> <p>Tutkimustulosten mukaan alkoholinkäytön ennaltaehkäisevää työtä tehdään, mutta kohdistamiseen tulee kiinnittää tulevaisuudessa huomiota enemmän. Yhteistyötä kouluterveydenhuollon, perusterveydenhuollon ja perheiden välillä tulee kehittää. Myös median vaikutusta voidaan hyödyntää paremmin. Varhaisessa puuttumisessa pitää huomioida nuori ja hänen perheensä. Nuoren omaa osallisuutta tulee korostaa varhaisesta puuttumisesta ja antaa positiivista palautetta.</p> <p>Opinnäytetyön aineisto kerättiin seitsemästä erilaisesta tutkimuksesta, jotka valittiin työhön niiden sisällön perusteella. Aineisto analysoitiin sisällönanalyysin avulla. Opinnäytetyön tulosten perusteella jatkotutkimusaiheiksi ja kehittämisideoiksi nousivat yhtenäisen ennaltaehkäisynmallin luominen, vanhemmuuden tukeminen sekä siihen ohjaus, rajallisten resurssien oikeanlainen kohdentaminen, moniammatillisen työryhmän hyödyntäminen ennaltaehkäisevässä toiminnassa sekä koulun, kodin ja vapaa-ajan toiminnan yhteistyön kehittäminen.</p>	
Avainsanat Nuoret, alkoholi, alkoholikäyttäytyminen, alkoholinkäytön ennaltaehkäisy ja varhainen puuttuminen	

SAVONIA UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES
THESIS

Abstract

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programme Degree Programme of Nursing			
Author(s) Mirva Kesonen, Niina Korolainen and Heidi Lappalainen			
Title of Thesis A literature review on prevention of alcohol misuse among young people and on early intervention work			
Date	21.05.2012	Pages/Appendices	42
Supervisor(s) Raija Pulkkinen and Annikki Jauhiainen			
Client Organisation/Partners Ylä-Savon SOTE kuntayhtymä			
Abstract <p>Alcohol consumption amongst young people in Finland has dropped in the 21st century. Still many young people use alcohol on their free time. Early intervention, upbringing culture and parents drinking habits are all things that influence the way young people react to alcohol use.</p> <p>The purpose of this thesis was to examine what things contribute to young people's alcohol use, the right way to do early intervention work and how to intervene when young people use alcohol. In this thesis both international and Finnish perspectives on the prevention of alcohol use among young people in Finland were brought out. The objective of this thesis was to gather information about what kind of preventive work is suitable for young people and what would be the best ways to implement preventive work.</p> <p>The thesis was made as a literature review on the subject. The material for the thesis was gathered from many different databases in the field of social services and health. Both Finnish and international literature was used.</p> <p>According to the research results more attention needs to be paid to where to focus preventive work. Cooperation with school health care, basic health care and families should be developed. The media's influence on prevention of young people's alcohol use should be recognized and utilized. Young people and their families should be taken into account when using early intervention. Young people's own participation in early intervention work should be encouraged and positive feedback to them should be given.</p> <p>The material for the thesis was gathered from seven different studies. The studies were chosen on the basis of their content. According to the results further research topics and development ideas would be as followed: a uniform model for the prevention of alcohol misuse among young people, supporting parenting skills, the right kind of targeting of limited resources, multi-disciplinary task force use in preventive action as well as co-developing cooperation between school, home and leisure-time activities.</p>			
Keywords Young people, alcohol, alcohol behavior, prevention of alcohol misuse, early intervention work			



SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	7
2	NUORUUS IKÄVAIHEENA	9
3	NUORTEN ALKOHOLIKÄYTTÄYTYMINEN	11
	3.1 Nuorten alkoholinkäyttöön vaikuttavat tekijät	13
	3.2 Nuorten alkoholinkäyttömäärät.....	14
	3.3 Nuorten päihteettömyyttä tukevat kehittämissuunnitelmat.....	16
4	NUORTEN ALKOHOLINKÄYTTÖÖN LIITTYVÄ LAINSÄÄDÄNTÖ	17
5	NUORIIN KOHDISTUVA PÄIHDETYÖ	19
6	TYÖN TAVOITTEET JA TOTEUTUS.....	22
	6.1 Opinnäytetyön tavoitteet, tarkoitus ja tutkimustehtävät.....	22
	6.2 Opinnäytetyön keskeiset käsitteet.....	22
	6.3 Tutkimusmenetelmä, aineiston keruu ja sen analysointi.....	23
	6.4 Työvaiheet	24
	6.5 Opinnäytetyön toteutuksen kuvaus.....	24
7	TULOKSET	28
	7.1 Ennaltaehkäisy ja sen muodot.....	28
	7.2 Käsitteitä nuorten alkoholinkäytöstä ja ennaltaehkäisystä	29
	7.3 Perhe kasvattajana.....	30
	7.4 Varhainen puuttuminen	31
	7.5 Motivoiva haastattelu	31
8	POHDINTA.....	33
	8.1 Tutkimustulosten tarkastelu	33
	8.2 Jatkotutkimusaiheet ja kehittämissuunnitelmat.....	34
	8.3 Eettisyys ja luotettavuus.....	35
	8.4 Opinnäytetyö prosessina.....	36
	LÄHTEET	38

1 JOHDANTO

Suomalaisten alkoholinkäyttö on kolminkertaistunut 40 vuoden aikana. Samalla alkoholinkäytöstä on tullut arkipäiväinen asia leviten uusiin tilanteisiin ja väestöryhmiin. Suomen aikuisväestöstä noin 90 % käyttää alkoholia ja suurkuluttajia arvioidaan olevan noin 300 000–600 000. Nuorten alkoholinkäyttö on yleistä, vaikka sen katsotaan vuonna 2011 tehdyn kouluterveyskyselyn perusteella vähentyneen peruskoulu- ja lukioikäisillä. Samalla sukupuolten välisen eron nuorten alkoholinkäytössä katsotaan pienentyneen huomattavasti. (Suomen ASH.)

Suomessa nuorten päihteettömyyttä tukevat monet eri lait, ja monissa kehittämissuunnitelmissa on puututtu nuorten päihteiden käyttöön. Nuorilla alkoholinkäyttö voi liittyä vapaa-ajan viettoon ja alkoholinkäyttöön vaikuttaa paljon kaveripiiri. Tiedetään, että nuorella iällä aloitettu alkoholinkäyttö lisää riskiä sairastua päihdeongelmiin tai mielenterveysongelmiin aikuisiässä. Alkoholikäyttäytymisestä puhuttaessa tulee kiinnittää muuhunkin huomiota kuin pelkästään alkoholin käyttömääriin. Alkoholikäyttäytyminen kuvastuu nuorilla esimerkiksi heidän asenteina ja arvoina alkoholia kohtaan. (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2007, 37.)

Nuorten alkoholinkäyttöön pyritään vaikuttamaan varhaisen puutumisen kautta. Varhaisen puutumisen päätavoitteena on päihteidenkäytön aloitusten lykkääminen ja muuhun riskikäyttäytymiseen puuttuminen. (Niemelä, Poikolainen & Sourander 2008.) Varhaisen puutumisen yhtenä keinona on motivoiva haastattelu, joka asettaa nuoren pohtimaan omaa elämäänsä ja valintojaan. Nuorta motivoiva työskentely antaa paremmat lähtökohdat päihteettömyyden toteutumiselle kuin pelkkä päihdevalistus. (Mikkola 2004, 63.)

Valitsimme aiheeksemme nuorten alkoholikäytön ennaltaehkäisyä, koska se aiheena kiinnosti meitä. Saimme opinnäytetyömme yhteistyökumppaniksi Ylä-Savon SOTE kuntayhtymän. Ylä-Savon SOTE kuntayhtymän yhteyshenkilöt Terttu Korhonen ja Merja Sahlström kertoivat, että tällaiselle opinnäytetyölle olisi tarvetta.

Olemme kaikki valinneet mielenterveystyön vaihtoehtoiset opinnot, joten oli luonnollista, että valitsimme aiheen siihen liittyen. Tällöin voimme hyvin hyödyntää koulussa saamaamme tietopohjaa. Uskomme, että tämä opinnäytetyö hyödyttää meitä tulevaisuudessa työelämässä. Lisäksi meitä kaikkia kiinnosti nuoriin liittyvä aihe, ja niinpä

päätimme selvittää nuorten alkoholinkäytön ennaltaehkäisyn keinoja ja varhaisen puuttumisen keinoja.

Opinnäytetyömme avulla pystyimme tarkastelemaan käytössä olevien ennaltaehkäisyn keinojen toimivuutta sekä niiden soveltuvuutta käytäntöön. Opinnäytetyömme voisi olla yksi työkalu nuorten parissa työskenteleville eri tahoille, kuten kouluille, perusterveydenhuollolle ja lasten vanhemmille. Mielestämme opinnäytetyömme tuo esille hyviä keinoja nuorten alkoholinkäytön ennaltaehkäisystä ja varhaisesta puuttumisesta. Opinnäytetyöstämme saatuja tuloksia voitaisiin hyödyntää nuoriin kohdistuvassa päihdetyössä.

2 NUORUUS IKÄVAIHEENA

Nuoruusikä nähdään ihmisen elämänkaareissa noin kymmenen vuoden pituisena siirtymävaiheena lapsuudesta aikuisuuteen. Tälle ajanjaksolle ovat ominaista nopeat biologiset, psykologiset ja sosiaaliset muutokset. Tavallisesti nuoruus jaetaan kolmeen eri vaiheeseen; varhaisnuoruus on 11–14-vuotiaana, keskinuoruus on 15–18-vuotiaana ja myöhäisnuoruus on 19–21-vuotiaana. Kaikki nämä ajanjaksot sisältävät tyypilliset kehitystehtävät. Nuoruus on suurten muutosten aikaa sillä matka aikuisuuteen edellyttää kehitystehtävien ratkaisemista: identiteetin löytymistä, itsenäistymistä, vastuuseen kasvamista ja oman paikan löytämistä. Pyrkinessään itsenäistymiseen ja identiteetin rakentamiseen nuori kokeilee uusia käyttäytymismalleja. Nuoruusikä näkyy ulospäin eri tavoin, jotkut nuoret ilmaisevat käyttäytymisellään enemmän kuin toiset. (Savolainen 2008, 166–167.)

Nuoruusikä muovaa nuorelle elämäntavat ja asenteet, jotka ovat usein pysyviä ja joilla on aikuisiässä terveyttä määräävä vaikutus. Nuoren elämäntapojen muotoutumisessa keskeisessä asemassa ovat koulu, perhe, vertaisryhmät ja lähiyhteisö. Nuorilla on halu kokeilla erilaisia vaihtoehtoja tulevaisuuden kohtaamisessa ja siksi on tärkeää luoda nuorelle tulevaisuuden uskoa ja positiivisia visioita. Nuoret itse suunnittelevat tulevaisuuttaan, mutta he kaipaavat lisäksi kunnioitusta ja tukea läheisiltä aikuisilta sekä samanikäisiltä ystäviltä. Hyödyllisiä nuorten selviytymisen tukijoita ovat erilaiset tukiverkostot kodin, koulun ja ympäröivän yhteisön välillä. Merkkejä siitä, että nuori on kehityksellisissä vaikeuksissa ja avun tarpeessa ovat kuohuva kehitys tai yritys hypätä suoraan aikuisuuteen. Nuoren kuohuva kehitys voi ilmetä esimerkiksi epäsosiaalisuutena, käytöshäiriöinä tai päihteiden käyttönä. (Sirola 2004, 30–33.)

Nuorilla on suurempi riski päihteiden ongelmakäyttöön jos lapsuudessa on ollut esimerkiksi psyykkistä oireilua. Erityisesti käytösongelmat ja ylivilkkaus lisäävät runsasta päihteidenkäyttöä ja riskiä näiden ongelmien tapahtumaan myös myöhemmällä iällä. Traumaattiset elämäntapahtumat nuorelle, esimerkiksi seksuaalinen hyväksikäyttö ja pahoinpitely, voivat lisätä myöhempää päihteidenkäytön riskiä. Yksinhuoltajien lasten päihdeongelmat ovat yleisempiä kuin ydinperheessä asuvilla nuorilla. Nuorten kehittyvä keskushermosto on erittäin altis päihteidenkäytön haitallisille vaikutuksille. Tärkeää on myös huomioida, että mitä nuoremmalla iällä alkoholikokeilut alkavat, sitä suurempi on myöhemmän päihderiippuvuuden riski. Porttiteorian avulla voidaan kuvata kuinka päihteestä toiseen siirtyminen etenee; usein tupakointi ja alkoholi altistavat kannabiksen käytölle. Tämä puolestaan altistaa taas muiden laittomien päihteiden

käytölle. Varhainen alkoholi-altistus muokkaa kehittyvän keskushermoston mielihyväjärjestelmää ja sitä kautta herkistää päihteiden vaikutuksia. Jos lapsi joutuu jo sikiöaikana varhaiseen päihdealtistumiseen, todennäköisyys päihdehäiriön synnylle kasvaa. (Niemelä ym. 2008.)

Suomalaisessa yhteiskunnassa perhemalli on hajanainen ja perheen malli kasvattajana on heikentynyt (Siljander 1997, Sirolan 2004, 16 mukaan). Suomalaisissa perheissä korostetaan yhä enemmän vapaata kasvatusta, jolloin nuoreen suhtaudutaan kuin aikuiseen. Tällöin nuoret jäävät ilman välittävää aikuista ja kasvattajaa (Käräjämäki & Kadar 1999, Sirolan 2004, 16 mukaan). Samanaikaisesti koulun rooli kasvattajana on korostunut ja koululta odotetaan vastuunottamista yhä enemmän nuoren hyvinvoinnista. Koulun ja kouluterveydenhuollon resursseja on kuitenkin koko ajan vähennetty. (Sirola 2004, 16.)

3 NUORTEN ALKOHOLIKÄYTTÄYTYMINEN

Alkoholin käyttöä ilmenee eri puolilla maailmaa eri kulttuureissa, mutta käytetyt aineet vaihtelevat kulttuureittain. Osa tästä päihteiden käytön säätelystä tapahtuu yksilöiden omaehtoisesti ja siihen vaikuttavat oma kulttuuri ja sosiaaliset normit. Osaltaan päihteiden käytön säätelyyn vaikuttaa yhteiskunta, sillä se pyrkii vaikuttamaan säätelyyn kysynnän ja tarjonnan avulla. Alkoholin saatavuutta on rajoitettu Suomessa myyntiin liittyvillä ikärajoilla. Käyttöä pyritään ohjailemaan muun muassa kaupunkien järjestys- säännöillä, mutta kuitenkin alkoholin saatavuus ja sen käyttö on myös lisääntynyt nuorten parissa. (Havio, Inkinen & Partanen 2008a, 51.) Esimerkiksi nuorten kouluikäisten poikien humalakäyttämisluvut olivat kansainvälisessä vertailussa maailman kärkeä suomalaisten tyttöjen johtaessa tilastoa (Sosiaali- ja terveysministeriö 2005). Tämä voi johtua osin siitä, että määräyksiin suhtaudutaan välinpitämättömästi ja valvonta vaikuttaa tehottomalta (Almqvist ym. 2004, 275).

3.1 Nuorten alkoholikäyttämisen mallit ja muodot

Nuorten alkoholikäyttämiseen soveltuvia käyttämismalleja ovat järkevän toiminnan teoria, suunnitellun käyttämisen teoria ja spontaanin käyttämisen malli. Järkevän toiminnan teorian mukaan nuoren alkoholikäyttäminen riippuu nuoren asennoitumisesta alkoholiin ja nuoren henkilökohtaisesta arvomaailmasta. Suunnitellun käyttämisen teorian mukaan nuoren alkoholikäyttäminen riippuu nuoren omasta tahdosta ja mahdollisuudesta hallita käyttämistään. Spontaanin käyttämisen mallilla tarkoitetaan sitä, kun nuorelle alkoholin käyttö ei merkitse mitään tai että hän ei kykene toimimaan tahtonsa mukaisesti. (Stroebe & Strobe 1997, Sirolan 2004, 30 mukaan.)

Alkoholikäyttämistä ja sen muotoja voidaan tarkastella myös sosiokulttuurisesti sen mukaan, miten käyttäminen liittyy kulttuurikäytäntöihin ja elämäntapaan. Sosiokulttuuristen tekijöiden lisäksi yksilön alkoholikäyttämiseen vaikuttaa hänen tekemänsä valinnat. Yhtenä tekijänä yksilölliseen käyttämiseen vaikuttaa yksilön sosiaalinen toimintakyky eli hänen arkielämän taitonsa ja kykynsä toimia yhteiskunnassa suhteessa toisiin ihmisiin. (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2007, 17–29.) Yksilöominaisuuksista kokeilunhalu on vaikuttavin tekijä nuoren alkoholikäytön ajoittamiselle. Nuoret käyttävät alkoholia pääasiassa hauskanpidon ja sosiaalisen kanssakäymisen takia osana juhlimiskulttuuria. Nuoret voivat myös käyttää myös alkoholia itselääkintäkeinona esimerkiksi ahdistus- tai masennusoireiden lievittämi-

seen. Usein kaveripiirin paine korostuu vahvaan humalutilaan pyrkivän juomisen yhteydessä jolloin nuoren oma käyttötottumus menettää merkityksensä. Myös alkoholin saatavuus vaikuttaa nuorten alkoholikäyttäytymiseen, sillä mitä helpompi on saada alkoholia, sitä enemmän sitä käytetään. Nuorten alkoholikäyttäytymisessä huolestuttavinta on, että salassa juodaan kerralla nopeasti suuria määriä vahvaa alkoholia. Tällöin vaaratilanteiden syntyminen on suuri riski. Vaaratilanteisiin voidaan luokitella esimerkiksi sammuminen lumihankeen, väkivallan kohteeksi joutuminen sekä seksuaalinen hyväksikäyttö. Salassa juominen on kuitenkin yleisin nuorten alkoholikäyttäytymisen muoto. (Niemelä 2010, 109–110.)

Nuorten alkoholikäyttäytyminen voidaan jakaa viiteen portaaseen; kokeilukäyttäytyminen, säännöllistyvä käyttäytyminen, riskikäyttäytyminen, haitallinen käyttäytyminen ja riippuvuus alkoholiin. Kokeilukäyttäytymisellä tarkoitetaan satunnaista alkoholin käyttöä, joka voi jäädä myös yksittäiseksi käyttökerraksi. Osalla nuorista alkoholikäyttäytyminen voi olla säännöllisempää, esimerkiksi kuukausittaista. Riskikäyttäytymistä on toiminta, josta voi seurata haittaa. Riskikäyttäytyminen tarkoittaa nuorten kohdalla viikoittaista humalahakuista alkoholikäyttöä sekä nuoren riskialtista juomistapaa kuten humalajuomista yksin tai päihteiden sekakäyttöä. Haitallisesta käyttäytymisestä voidaan puhua silloin kun se aiheuttaa fyysisiä, psyykkisiä, sosiaalisia ja taloudellisia haittoja. Nuoren haitallista alkoholinkäyttäytymistä on aina juominen sammumispiiteeseen saakka tai juomiseen liittyvää muistinmenetys. Alkoholin aiheuttaessa nuorelle vieroitusoireita, elimellisiä ja psyykkisiä haittoja, ongelmia sosiaalisissa suhteissa ja koulunkäynnissä, kuvastaa se alkoholin aiheuttaneen nuorelle riippuvuuden. (Niemelä 2010, 113.)

Nuorilla yleensä siirtyminen murrosikään voi tuoda muutoksen heidän alkoholikäyttäytymiseen. Kokeilunhalu alkoholia kohtaan herää nuoruudessa, ja hän saattaa kuulla kaveripiiriltä jännittäviä ja myönteisiä kokemuksia alkoholista, mitkä muokkaavat hänen asennetta alkoholia kohtaan. Ensimmäinen alkoholinkokeilu voi olla joko hyvä tai huono ja siten vaikuttaa nuoren alkoholiin suhtautumiseen. Nuoruus on muutenkin tärkeä kehitysvaihe, joten silloin on tärkeää huomioida millaiset nuoren itsetunto ja identiteetti ovat sekä millaista elämäntapaa hän rakentaa. (Lappalainen-Lehto ym. 2007, 37.)

Alkoholikäyttäytyminen selvittää yksilön kokemuksia alkoholikäytöstä, tietoa juomisen erilaisista motiiveista, yksilön erityisistä tavoista säädellä omaa ja kaveriporukkinsa juomista ja ajatuksia niistä tilanteista, joihin alkoholinkäyttö liittyy (Salasuo & Tiger-

stedt 2007, 25). Inka Silvennoisen (2007) pro gradu -työssä haastatellut raittiit nuoret aikuiset toivat esille paljon negatiivisia merkityksiä alkoholista ja se koettiin uhkana ja riskinä, jopa mahdollisuutena hallinnan menettämiseen ja kaaokseen. Haastatellut kokivat, että jos kieltäytyy alkoholista on vaikea saavuttaa yhteisöllistä tilaa. Haastateltavat tunsivat itsensä ulkopuolisiksi ja alkoholista kieltäytyminen vähensi heidän sosiaalista tilaa ja elämää. Alkoholilla on melko itsestään selvä ja kyseenalaistamaton asema suomalaisessa vapaa-ajan ja juhlinnan kulttuurissa haastateltujen mukaan ja raittius koettiin poikkeavaksi verrattuna alkoholia käyttävien valtavirtaan.

3.2 Nuorten alkoholinkäyttöön vaikuttavat tekijät

Nuori kiinnittyy yhteiskuntaan perheen ja koulun avulla. Nuoren onnistunut sitouttaminen yhteiskuntaan edellyttää perheen ja koulun onnistunutta yhteistyötä, sillä nuorten lisääntynyt alkoholin käyttö on yksi osoitus tämän yhteistyön heikkoudesta. Vanhemmilla on suuri vastuu nuorten alkoholinkäytön ehkäisyssä, koska he näyttävät nuorille alkoholimallia. Koulussa voidaan opetella toimimista ja alkoholista kieltäytymistä. (Valli 1998, Sirolan 2004, 42 mukaan.)

Nuorilla alkoholin käytön aloitus voi johtua monista eri syistä sekä tilanteista. Alkoholinkäytön alkamisajankohtaa tutkittaessa on havaittu kaksi tärkeää ajankohtaa, mihin se sijoittuu. Ensimmäinen ajankohta on siirryttäessä alakoulusta yläkouluun ja toinen kahdeksannen luokan aikana. Erinäiset tapahtumat, esimerkiksi vanhempien avioero, ovat kytköksissä nuorten alkoholin käytön aloittamiseen. (Kettunen & Leikas 2005, 16.) Myös pelkkä kokeilunhalu, kaverien painostus, sosiaaliset kokemukset sekä muilta opittu käyttäytymismalli vaikuttavat osin nuorten alkoholikäyttämiseen (Kemppinen 2000, 15–16).

Päihteiden käyttö on lisäksi keino vastustaa auktoriteetteja ja pyrkimys irrottautua vanhemmista (Sirola 2004, 33). Joissakin tilanteissa alkoholin nauttimista sekä humaltumista jopa odotetaan, jolloin päihtymystä voidaan myös liioitella. Myös ongelmakäyttö eli riippuvuus ilmenee nuorten alkoholinkäytön kohdalla. Erityisesti nuorilla voidaan puhua enemmänkin henkisestä kuin fyysisestä riippuvuudesta eli psykologisesta riippuvuudesta. (Salmi 2004, 120–127.)

Alkoholinkäytön ehkäisyssä nuorten kohdalla tulisi kiinnittää huomiota vahvistamalla heidän suojaavia tekijöitä ja vähentää sekä muuttaa riskitekijöitä. Nuorten päihteiden käytön aloittaminen näyttää riippuvan eniten ulkoisista tekijöistä kuten kaveripiiristä.

Päihteiden avulla kavereiden kanssa pidetään hauskaa ja rentoudutaan ja halutaan kokeilla miten ne vaikuttavat sekä yritetään kestää arkielämän hankaluuksia. Osalle nuorista päihde on väylä tiettyyn ystäväpiiriin. (Niemelä ym. 2008.)

Myös perinnöllisillä tekijöillä on vaikutus nuorten päihteiden käyttöön. E erityisen merkittävä tekijä se on niille nuorille, joilla on päihderiippuvuudelle altistavat perintötekijät. Riskitekijöinä nuoren alkoholin käytön aloittamiselle näyttää olevan alkoholin käyttöä suosiva lainsäädäntö, poikkeuksellisen huono taloudellinen asema, ystävien hylkäämäksi tuleminen, huono koulumenestys, perheen heikko sosiaalinen asema, vanhempien asettamien rajojen epäjohdonmukaisuus, perheen konfliktit esimerkiksi avioero, vihamielinen ympäristö ja vanhempien päihde- ja mielenterveysongelmat. (Sirola 2004, 33.)

Lisäksi altistavina tekijöinä ovat lähiympäristön riskitekijät kuten asuinympäristön rikollisuus, päihteiden helppo saatavuus ja myönteisesti päihteisiin suhtautuva kaveripiiri. Alkoholin käytön aloittamista suojaavia tekijöitä näyttäisi olevan älykkyys, positiivinen temperamentti, nuoren hyvä ongelmien ratkaisutaito, usko omiin kykyihinsä, kasvua tukeva ilmapiiri ja vanhempien huolenpito. (Savolainen 2008, 166–167.)

3.3 Nuorten alkoholinkäyttömäärät

2000-luvulla nuorten raittius on lähtenyt yleistymään, mutta humalajuomisessa ei ole kuitenkaan tapahtunut vastaavanlaista laskua. Peruskoululaisten 8.–9. luokkalaisten tosi humalassa -osuus on laskenut 26 %:sta 17 %:n. (Savolainen 2008, 166.) Viime vuosina yläkouluikäisten nuorten humalajuominen on kuitenkin vähentynyt ja koulu-terveystutkimuksen 2011 mukaan 15 % yläkouluikäisistä nuorista joi itsensä tosihumalaan vähintään kerran kuukaudessa. (Väestöliitto 2011.)

WHO:n 2001/2002 suorittamassa HBSC (Health behaviour in school-aged children) -tutkimuksessa kysyttiin nuorilta muun muassa kuinka useasti he viikon aikana nauttivat alkoholia sekä miten usein he joivat itsensä humalaan asti. Kysely toteutettiin 32 eri maassa, joista Suomi oli yksi. Nuorten 15-vuotiaiden keskuudessa viikoittainen alkoholin juominen Suomessa jäi alle 17 %:iin (tytöt 15,5 %, pojat 18,1 %) kun se esimerkiksi Englannissa ja Alankomaissa nousi yli 50 %:iin. Iän tuomat sukupuolten väliset erot alkoholinkäytön suhteen olivat pienet muun muassa Suomessa, Norjassa sekä Itävallassa. Yleisesti vastauksia tarkastellessa pojat olivat tyttöjä enemmän humalanhakuksia. Noin 20 % kyselyyn vastanneista kertoi, ettei ole ikinä juonut alkoholo-

lia. Itävallassa ja Liettuassa nuoret aloittivat alkoholin käytön suhteellisen varhain, kun taas Suomessa, Italiassa ja Israelissa alkoholin käyttö aloitettiin vasta myöhemmässä vaiheessa. Kysely todisti, että nuorten alkoholin käyttö vaihtelee huomattavasti eri maiden välillä, heijastaen erilaisia juomiskulttuureita. Esimerkiksi Italiassa nuoret aloittavat alkoholin käytön myöhempään ja humalanhakuinen juominen on vähäistä, mutta normaali alkoholin käyttö on suurta. Suomessa taas humalaan asti juominen on suuressa osassa ja viikoittainen alkoholin käyttö on vähäistä. (Schmid & Gabhainn 2001/2002, 73–83.)

Rimpelän, Lintosen, Peren, Rainion ja Rimpelän (2003) julkaiseman Nuorten terveystapatutkimus 2003 Tupakkatuotteiden ja päihteiden käytön muutokset 1977–2003 - tutkimuksen mukaan valtaosalla nuorista alkoholikokeilut ajoittuivat ikävuosiin 12–15. 14-vuotiaista tytöistä 28 % ja pojista 18 % ilmoitti juovansa alkoholia ainakin kerran kuukaudessa, myös pienet alkoholimäärät huomioitiin tutkimuksessa. Humalanhakuinen juominen yleistyi 1980-luvun alkupuolelta 1990-luvun lopulle asti (tytöistä noin 16 %, pojista noin 10 %). Vuosina 1999–2003 14-vuotiaiden humalanhakuinen juominen alkoi laskea. Vuonna 2003 tytöistä 9 % ja pojista 4 % joi itsensä tosi humalaan asti.

Nuorten terveystapatutkimuksen mukaan vuonna 2005 nuoret Suomessa tutustuivat alkoholiin ensimmäisen kerran 12–16 ikävuoden aikana, useimmiten kuitenkin 13–14 vuotiaana. Nuorten alkoholinkäyttö lisääntyi Suomessa 1990-luvulla huomattavasti, mutta 2000-luvulla on tapahtunut positiivisia muutoksia. Nuoret ovat siirtäneet alkoholikokeiluja myöhemmälle iälle ja nuorempien ikäryhmien humalajuominen näyttää vähentyneen. Lisäksi raittiiden nuorten osuus on kasvanut 2000-luvulla. Kuitenkin osan nuorten juomatavoista näyttäisi pysyneen ennallaan tai jopa lisääntyneen ja lisäksi näille nuorille usein kasaantuu myös muita ongelmia. (Sirola 2004, 33.)

Eurooppalaisen koululaistutkimuksen nuorten päihteiden käytöstä mukaan nuorten humalajuominen oli vielä 1990-luvun loppupuolella Suomessa erittäin yleistä, mutta se on selkeästi vähentynyt 2000-luvulla. Vuonna 2007 kuitenkin vielä runsas kymmenesosa nuorista humaltui noin viikoittain, ja näillä nuorilla on usein muitakin ongelmia. Raitistuminen on alkanut pääkaupunkiseudulta ja korkeasti koulutettujen vanhempien lapsista sekä nuorista, jotka asuvat ydinperheissä. Alueelliset erot raitistumisen suhteen ovat pienentyneet koko ajan 2000-luvulla. Vuonna 2007 yli puolet tutkimukseen osallistuneista nuorista oli ollut joskus humalassa, noin kolmannes oli ollut humalassa edeltäneen kuukauden aikana ja reilu kymmenesosa nuorista humaltui noin viikoittain. (Metso, Ahlström, Huhtanen, Leppänen & Pietilä 2009,3.)

3.4 Nuorten päihteettömyyttä tukevat kehittämisohjelmat

Suomessa on tehty myös valtakunnallisia sosiaali- ja terveyshuollon kehittämisohjelmia, joilla pyritään puuttumaan nuorten alkoholin käyttöön. Yksi näistä sosiaali- ja terveydenhuollon kansallisista kehittämisohjelmista on Kaste. Sen tavoitteina on lisätä osallisuutta, vähentää syrjäytymistä, lisätä terveyttä ja hyvinvointia ja kaventaa alueellisia eroja. Näihin tavoitteisiin pyritään ennaltaehkäisemällä ongelmia ja puuttumalla niihin mahdollisimman varhain, varmistamalla henkilöstön osaaminen sekä luomalla sosiaali- ja terveydenhuoltoon ehyet palvelukokonaisuudet. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008.)

Terveys 2015 yhteistyöohjelmalla pyritään väestön terveyden tukemiseen ja edistämiseen kaikilla sektoreilla. Siinä on otettu huomioon terveydenhuollon lisäksi myös muut hallinnon alat sillä väestön terveyteen vaikuttavat paljon terveydenhuollon ulkopuoliset asiat, kuten ympäristö, elämäntavat sekä muut terveyttä tukevat ja vaarantavat tekijät. Ohjelmassa nuorten päihteiden käytön ehkäiseviä tahoja ovat koulut ja muut oppilaitokset, sosiaali- ja terveyshuolto, kunnat ja eri liikunta- ja järjestötoimet. Näiden tahojen tehtävänä on vaikuttaa nuorten elämänhallintaan ja terveystietouteen sekä vähentää nuorten syrjäytymistä. Kuntien tehtävänä on kehittää yhteistyötä elinkeinoelämän, viranomaisten, vanhempien ja nuorten kanssa. Yhteistyön tarkoituksena on löytää keinoja, jolla vaikuttaa nuorten alkoholinkäytön vähentämiseen. Toisena pyritään kehittämään yhteistyötä kunnissa eri viranomaisten elinkeinoelämän, vanhempien ja nuorten kanssa alkoholi käytön vähentämiseksi sekä alkoholin käyttöön liittyvien sosiaalisten tilanteiden välttämiseksi. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2001, 23–24.)

4 NUORTEN ALKOHOLINKÄYTTÖÖN LIITTYVÄ LAINSÄÄDÄNTÖ

Päihdehuollon päätavoite on ehkäistä ja vähentää päihteiden ongelmakäyttöä sekä siihen liittyviä terveydellisiä ja sosiaalisia haittoja. Päihdehuollon tavoitteena on lisäksi edistää ongelmakäyttäjän ja hänen läheistensä hyvinvointia ja turvallisuutta. Päihteellä tarkoitamme työssämme alkoholiuomaa. Kunnan on huolehdittava päihdehuollon järjestämisestä niin että sisältö ja sen laajuus vastaa tarvetta. (Päihdehuoltolaki L 1986/41.)

Sosiaalihuollolle kuuluu vastuu päihdehuoltopalveluiden järjestäminen ja kehittäminen yhdessä terveyshuollon ja terveyslautakunnan kanssa. Sosiaalilautakunnan ja kunnan viranomaisten tehtävänä on ehkäistä alkoholin ongelmakäyttöä ja sitä lisäävien olosuhteiden ja elämäntapojen syntymistä. Sosiaalilautakunta ja terveyslautakunta on vastuussa seurata alkoholin ongelmakäytön esiintyvyyttä omassa kunnassa ja olla asiantuntijana ja tiedon välittäjänä eri viranomaisille. Päihdehuoltotyössä on tärkeää eri viranomaisten ja yhteisöjen yhteistyö. (Päihdehuoltolaki L 1986/41.)

Alkoholilain tarkoitus on ehkäistä alkoholipitoisista aineista aiheutuvia terveydellisiä, sosiaalisia ja yhteiskunnallisia haittoja ohjaamalla alkoholin kulutusta. Alkoholilaki kieltää alkoholiuomien myymisen alle 18- vuotiaille sekä kieltää myös alkoholin välittämisen alaikäisille. Siksi alkoholilaki on yksi tärkeimmistä laeista koskien nuorten ehkäisevää päihdetyötä. (Alkoholilaki L 1994/1143.)

Raittiustyölain tarkoituksena on totuttaa koko väestö terveisiin elämäntapoihin ja tukea väestöä päihdeettömään elämäntapaan. Vastuu raittiustyöstä kuuluu kunnille ja järjestöille, mutta valtio turvaa työn tekemisen edellytykset. Jokaisessa kunnassa on toimielin, joka vastaa raittiustyön toimeenpanosta ja alkoholikulutuksen seurannasta. (Raittiustyölaki L 1982/ 828.)

Lastensuojelulaki velvoittaa tukemaan lapsen kasvatusta ja turvaamaan lapselle turvallisen kasvuympäristön, tasapainoisen ja monipuolisen kehityksen sekä erityisen suojelun. Vastuu lapsen hyvinvoinnista on ensisijaisesti lapsen vanhemmilla tai muilla huoltajilla. Ehkäisevällä lastensuojelulla pyritään edistämään ja turvaamaan lapsen normaali kasvu, kehitys ja hyvinvointi. (Lastensuojelulaki L 2007/417.)

Nuorisolain tavoitteena on tukea nuorisoon kohdistuvaa ehkäisevää päihdetyötä. Lain tarkoituksena on tukea nuoren itsenäistymistä ja kasvua, edistää nuorten sosiaalista

vahvistamista sekä parantaa nuorten kasvu ja elinoloja. Nuorisolaki korostaa ennaltaehkäisevän työn merkitystä ja lain piiriin kuuluvat kaikki alle 29- vuotiaat kansalaiset. Kunnat vastaavat lain toteutumisesta. (Nuorisolaki L 2006/72.)

5 NUORIIN KOHDISTUVA PÄIHDETYÖ

Päihdetyö jakaantuu ehkäisevään ja korjaavaan työhön. Ehkäisevä päihdetyö määritellään toiminnaksi, jonka tavoitteina on edistää terveyttä, hyvinvointia ja turvallisuutta. Ehkäisevällä päihdetyöllä pyritään vaikuttamaan päihteitä koskeviin tietoihin, asenteisiin ja oikeuksiin sekä kuinka päihdehaitoilta voi suojautua ja mitkä ovat niiden riskitekijöitä. Ehkäisevä päihdetyö on yksi näistä muodoista ja se jaetaan yleiseen koko väestöä koskevaan ehkäisyyn tai rajattuihin tilanteisiin, kuten riskiryhmiin kohdistuvaan riskiehkäisyyn. Yleinen ehkäisy kohdistuu koko väestöön ja silloin tavoitteina on väestön päihteiden käytön aloittamisen ehkäisy tai myöhentäminen. Riskiehkäisyssä kohderyhmä on sellainen, jossa toteutuminen on todennäköinen. Riskiehkäisyä on puuttuminen sellaiseen päihteen käyttöön, joka ennakoii ongelmakäyttöä. Ehkäisevän päihdetyön keinoja ovat muun muassa alkoholivalvonta, päihdetiedotus, terveystkasvatus, päihteiden ympäristö, syrjäytymisen ehkäiseminen ja päihteiden käytön haittojen vähentäminen. Ehkäisevän päihdetyön vaikuttamiskohteena ovat päihteitä koskevat tiedot, taidot, asenteet, riskitekijät ja päihteiden käyttö ja käyttötavat. Nuorten ehkäisevässä päihdetyössä keskeiset tahot ovat nuoret sekä heidän vanhempansa ja lisäksi koulu, nuorisotoimi, lähipoliisi, vähittäismyyntien edustajat, urheiluseurat, liike-elämä ja sosiaali- ja terveystpalvelut. (Havio, Inkinen & Partanen 2008b, 104–110.)

Ehkäisevään päihdetyöhön kuuluvia käsitteitä ovat terveyden edistäminen, terveystkasvatus, terveystneuvonta, haittojen ja sairauksien ehkäisy ja terveystriskien vähentäminen. Päihdetyöhön toisena muotona kuuluu korjaava päihdetyö, jota voidaan tehdä esimerkiksi yhdessä mielenterveystpalvelujen kanssa, koska usein nämä ongelmat linkittyvät nuorilla toisiinsa. Terveyden edistäminen on sellaista toimintaa jossa terveys katsotaan yksilön ja yhteisön voimavaraksi. Terveyden edistämisen avulla pystytään tukemaan, lisäämään ja mahdollistamaan yksilöiden ja yhteisöjen hyvinvointia ja omatoimisuutta. Terveyden edistämisen osa-alueita ovat terveyttä lisäävä ja suojaava yhteiskuntapolitiikka, terveellisen ympäristön suunnittelu ja rakentaminen ja perustpalveluiden kehittäminen. Terveyden edistämässä ja ehkäisevässä päihdetyössä on otettava huomioon yksilölliset voimavarat sekä niiden rajat. Pelkkä tieto terveellisistä elämäntavoista ei ole riittävä edellytys terveyttä edistävään käyttäytymiseen, sillä tiedon lisäksi tarvitaan terveyden arvostamista, motivaatiota ja halua toimia tavalla, joka edistää terveyttä. (Havio ym. 2008b, 104–110.)

Nuorten alkoholinkäytön ennaltaehkäisyssä pääpaino on primaaripreventiossa ja sen avulla pyritään vaikuttamaan ennen päihdeongelman syntymistä. Primaariprevention haasteena on kuinka saada nuoret etsimään elämässään kiinnostavampia kokemuksia ja tyydyttävämpiä elämyksiä kuin päihteet antavat. (Koponen, Hakulinen & Pietilä 2002, Sirolan 2004, 42 mukaan.) Primaaripreventiossa on kyse väliintulosta ja sen avulla pyritään poistamaan ne yhteydet, jotka aiheuttaisivat ongelmia. Tällöin siis pyritään vaikuttamaan kohderyhmän käyttäytymiseen ja käsityksiin sekä kohderyhmää motivoimaan muuttamaan elämää toivottuun suuntaan. Primaaripreventiossa korostetaan henkilön omaa valinnan mahdollisuutta, ja nuorten kohdalla olisi tärkeää opettaa heille, kuinka he voivat toimia itsenäisesti erilaisissa tilanteissa. Elämänasenteella ja sosiaalisilla taidoilla on suuri merkitys, ja sosiaalisten taitojen opettaminen nuorille kuuluu vanhemmille ja kouluille. Vanhempien ja koulujen esimerkillä ja toiminnalla on merkittävä vaikutus, ja niinpä he voivat ehkäistä alkoholinkäyttöä tietämättään. (Van Der Stel & Voordewind 1999, 39.)

Nykyään nuorten kohdalla on usein myös tarpeellista sekundaaripreventio. Sekundaaripreventiolla tarkoitetaan varhain puuttumista kehittyvään terveysongelmaan. (Koponen, Hakulinen & Pietilä 2002, Sirolan 2004, 42 mukaan.) Varhaisella puuttumisella halutaan hoitaa mahdollisesti kehittyvä sairaus tai terveysongelma. Sekundaariprevention vaihe sosiaali- ja terveysalalla lisää jo hoito- ja tukipalveluiden kysyntää. (Van Der Stel & Voordewind 1999, 39.)

Annettava interventio täytyy kohdistaa tarkasti jokaisen nuoren henkilökohtaisiin tarpeisiin vastaavaksi. Yleisväestötasoisesta primaaripreventiosta ei koeta olevan niin paljon hyötyä kuin esimerkiksi kohdennetuista puuttumismallien käyttöönotosta. Todennäköistä on, että perinteinen päihdevalistus ei tavoita niitä nuoria, joiden päihteidenkäyttö on osa muuta ongelmakäyttäytymistä. Kohdennettu interventio voidaan toteuttaa valikoidulle riskiryhmälle jo varhain, ennen kuin todennäköistä päihteidenkäyttöä on edes aloitettu. (Niemelä ym. 2008.)

Varhaisen interventioiden päätavoitteena on päihteidenkäytön aloitustiä lykkääminen ja muuhun riskikäyttäytymiseen puuttuminen. Käytös- ja tunne-elämän ongelmista kärsivät lapset tulisi tunnistaa aikaisemmin, koska tällöin pystyttäisiin ennaltaehkäisemään moniongelmaisuuksien kasautuminen kehityskaaren aikana. Neuvola- ja kouluterveystarkastusten yhteydessä voitaisiin psyykkisten oireiden seulontaa toteuttaa. Jo pelkästään päihde-, mielenterveys- ja sosiaalipalveluja käyttävien aikuisten perheenjäsenten hyvinvointi tulisi kartoittaa rutiininomaisesti. (Niemelä ym. 2008.)

Riskikäyttäjiä ei kuitenkaan välttämättä saada tunnistettua perusterveydenhuollossa tehtävillä seulakyselyillä vaan tavanomainen haastattelu ja nuoren kuuleminen tarjoittaa laajemmin nuoren psykososiaalista tilannetta. Hoitomalleilla, joilla parhaat tulokset saataisiin nuorten kohdalla alkoholinkäytön varhaiseen puuttumiseen, ovat motivoiva haastattelu, kognitiivisbehavioraalinen terapia, yhteisö vahvistushoitomalli ja perheterapia. Nuoria tulisikin ohjauksessa palkita päihdetttömyyteen. Harvoin kuitenkaan pelkkä keskustelu riittää kannustimeksi muuttaa päihdetottumuksia. Päihdetottumusten muuttaminen on etenkin hankalaa, jos se edellyttää muutoksia ystäväpiirissä. Varhaisessa puuttumisessa on tärkeää määrittää selkeästi tavoitteet, joihin nuori pystyy sitoutumaan, ja jotka ovat oleellisia intervention onnistumisen kannalta. Tärkeää on vanhempien rooli osana tätä toimivaa interventiota. Sillä mitä nuoremasta lapsesta on kyse, sen tärkeämpää on perhenäkökulma. Nuoren ja vanhempien väliseen vuorovaikutukseen tulee kiinnittää huomiota ja auttaa heitä käymään läpi myös kuinka vaikeita asioita käsitellään, sekä keinoja, joilla puuttua päihdeidenkäyttöön. Yhteistyö perheiden, kouluterveydenhuollon ja opettajien välillä on keskeistä päihdeidenkäyttöön liittyvien ongelmien ehkäisyssä. Erilaisten ehkäisymenetelmien haasteena ovat se kuinka resurssit riittävät. (Niemelä ym. 2008.)

Nuorten päihdehuoltotyössä on tärkeää tietoisesti pyrkiä luomaan nuorelle edellytykset kokea itsensä hyväksytyksi. Nuorten parissa tehtävä päihdetyön tavoitteena on tukea nuorta elämänhallinnan kehittämisessä, jotta nuori pystyy tekemään itsenäisiä terveyttä edistäviä valintoja. Nuorten päihdekokeiluihin tulee reagoida välittömästi ja siksi päihdeet tulisi olla osana nuoren terveyttä edistämiseen liittyvissä kysymyksissä. Nuori ei pysty ajattelemaan päätöksiä pitkällä aikavälillä vaan nuorta kiinnostaa elämä tällä hetkellä. Tietoa ei tule tuputtaa ja kovin runsas päihteisiin keskittyvä terveyskasvatus voi lisätä nuoren uteliaisuutta kokeilla päihdeitä. Kaveripiirin merkitys korostuu alkoholin käytön aloittamisessa, kokeilussa ja käytön jatkamisessa. Tällöin korostuu se, kuinka nuori pystyy vastustamaan sosiaalisia paineita. Siksi nuorten keskuudessa tehtävässä päihdetyössä korostuu sosiaalisten taitojen harjoittelu. Näillä harjoitteilla nuori voi kehittää päätöksentekokykyään, itseluottamustaan ja yksilöllisyyden kunnioittamista, jolloin nuoren on helpompi tehdä hyviä valintoja jos hänelle tarjotaan päihdeitä. Nuorten terveyttä edistävässä päihdetyössä on tärkeää ottaa huomioon nuoren tilanne hänen näkökulmastaan eikä katsoa tilannetta yksittäisenä irrallisenä tapahtumana. Nuorten terveyden edistämiseen tulisi ottaa mukaan vanhemmat ja nuoren lähiyhteisö. Nuorten tukeminen tapahtuu parhaiten heille luonnollisissa ympäristöissä, kuten kouluissa tai harrastuspiireissä. (Savolainen 2008, 168–169.)

6 TYÖN TAVOITTEET JA TOTEUTUS

6.1 Opinnäytetyön tavoitteet, tarkoitus ja tutkimustehtävät

Tarkoituksena opinnäytetyössä on selvittää, miten nuorten ehkäisevää päihdetyötä toteutetaan alkoholinkäytön osalta. Tavoitteena on selvittää nuorten alkoholinkäytön ennaltaehkäisyn muotoja ja niiden toimivuutta. Toimeksiantajallamme ei ole käytössä yhteneväistä toimivaa ennaltaehkäisyn mallia nuorten alkoholinkäyttöön, joten uskomme että he voivat tulevaisuudessa hyödyntää opinnäytetyötämme sellaisen laatimiseksi.

Opinnäytetyön tutkimustehtävät ovat

1. Mitkä ovat tutkimusten mukaan toimivia ennaltaehkäisevän työn keinoja nuorten alkoholinkäytön ennaltaehkäisemiseksi?
2. Miten tutkimusten mukaan nuorten alkoholinkäytön ennaltaehkäisevää työtä toteutetaan?

6.2 Opinnäytetyön keskeiset käsitteet

Keskeiset käsitteet ovat nuoret, alkoholi, alkoholikäyttäytyminen, alkoholinkäytön ennaltaehkäisy ja varhainen puuttuminen. Nuorilla tarkoitamme 12–17-vuotiaita nuoria. Alkoholilla tarkoitamme juomaa, joka sisältää enemmän kuin 2,8 tilavuusprosenttia etyylialkoholia. Alkoholijuomia ovat esimerkiksi oluet, viinit ja siiderit. (Sosiaali- ja terveydenhuollon tuotevalvontakeskus 2009.) Alkoholikäyttäytymisellä tarkoitamme alkoholin käytön lisäksi arvoja, asenteita ja suhtautumista alkoholiin.

Alkoholinkäytön ennaltaehkäisyllä tarkoitamme työtä, joka pyritään tekemään ennen kuin ongelmia alkoholin käytön suhteen esiintyy (Havio ym. 2008b, 104). Varhaisella puuttumisella tarkoitamme niitä keinoja ja työvälineitä, joita nuorten keskuudessa työskentelevät ammattilaiset voivat käyttää alkoholin ennaltaehkäisyssä. (Mikkola 2004, 63.)

6.3 Tutkimusmenetelmä, aineiston keruu ja sen analysointi

Opinnäytetyö toteutettiin kirjallisuuskatsauksena. Tällä tutkimusmenetelmällä tarkoitamme tietoa, joka saadaan identifioimalla ja keräämällä olemassa olevaa teoriaa. Kirjallisuuskatsauksessa arvioimme tiedon laatua sekä syntetisoimme tuloksia tutkitavasta ilmiöstä. Tällä tutkimusmenetelmällä voidaan perustella ja tarkentaa työn tutkimuskysymyksiä ja siten voimme tehdä luotettavia yleistyksiä aiheestamme. Kirjallisuuskatsaus koostuu tutkimussuunnitelmasta, tutkimuskysymysten määrittämisestä, alkuperäistutkimusten hausta, valinnasta, laadun arvioinnista ja analysoinnista sekä tulosten esittämisestä. (Johansson, Axelin, Stolt & Ääri 2007, 5–7.)

Opinnäytetyön aineisto perustuu alan tutkittuun kirjallisuuteen ja tieteellisiin tutkimuksiin. Aineiston valinnassa meitä on ohjannut määrittelemämme tutkimustehtävät. Aineistoa haimme manuaalisesti eri kirjastoista sekä sähköisten tiedonhakukanavien kautta. Haut olemme rajanneet 2000-luvulle ja hakukielenä käytimme suomea ja englantia. Sähköisinä tiedonhakukanavina käytimme PubMedia, Cinahlia, Joskua, Mediciä, ARTOa, Cohcranea ja Lindaa. Etsimme tutkimuksia myös julkaistujen tutkimusten lähdeluetteloista sekä Internetin hakukoneiden avulla. Suomenkielisiä tutkimuksia aiheeseen löytyi niukasti, minkä takia haimme tutkimustietoa myös ulkomaalaisista lähteistä. Hakutermeiksi valittiin muun muassa keskeisiä käsitteitä sekä englanninkieliset termit valikoitui tehtyjen hakujen löydösten perusteella. Suomenkielisiä hakutermejä olivat muun muassa ”alkoholinkäytön ennaltaehkäisy”, ”nuoret ja alkoholi”, ”nuorten päihdetyö”, ”nuorten alkoholikäyttäytyminen” ja ”alkoholin ennaltaehkäisy koulussa”. Englanninkielisiä hakutermejä olivat muun muassa ”teenagers and alcohol”, ”alcohol prevention and young people” ja ”prevention and alcohol misuse”. Teimme haut sosiaali- ja terveystietokantoihin, jotta parantaisimme työn luotettavuutta ja tutkimuksien sopivuutta aiheeseen.

6.4 Työvaiheet

Valmis aihealue löytyi keväällä 2011 Ylä-Savon SOTE kuntayhtymän antamista opinnäytetyön aihealueista, jota lähdimme työstämään yhteishenkilömme Terttu Korhosen kanssa. Kesällä 2011 aihe selkeni meille ja aloitimme aihekuvauksen suunnittelua. Suunnittelimme tekevämme laadullisen tutkimuksen haastatteleamalla yläasteikäisiä nuoria liittyen heidän kokemuksiinsa alkoholinkäyttöön liittyen. Aihekuvaus esitimme 1.9.2011. Tämän jälkeen otimme yhteyttä koululle, jossa haastattelun toivoimme suoritettavan ja saimme koululta suostumuksen tutkimuksen tekoon. Aiheeseen perehtymistä jatkettiin koko syksyn 2011 ajan. Suunnitelmaseminaarin valmistautuminen alkoi heti aihekuvaus jälkeä. Suunnitelmaseminaarin pidimme 2.2.2012. Seminaarin jälkeen yhteistyökumppanimme toiminut koulu vetäytyi opinnäytetyöstä, ja näin ollen jouduimme miettimään opinnäytetyön toteutusta uusiksi. Päädyimme toteuttamaan työn kirjallisuuskatsauksena. Tutkimukseen tutustuminen ja aineistojen valikoituminen opinnäytetyöhön sopivaksi ajoittui maaliskuulle 2012 ja sisällön analyysit teimme heti huhtikuun alussa 2012. Näin pystyimme kirjoittamaan tutkimustulokset puhtaaksi huhtikuun puolella välissä. Opinnäytetyön viimeistely ja esittäminen ajoittui toukokuulle 2012.

6.5 Opinnäytetyön toteutuksen kuvaus

Työn tekemisen aloitimme teoritiedon etsimisellä sekä löydetyn aineiston rajaamisella. Taulukossa 1, on kuvattu aineistohakua eri tietokannoista ja kuinka olemme valinneet työhömmä sopivan aineiston.

TAULUKKO 1. Aineistohaku prosessina

Tietolähde	Cinahl	Cochrane	Medic	Josku	Linda
Hakusanoilla osumat	157	22	4	6	4
Otsikon perusteella valitut	40	10	3	3	3
Tiivistelmän perusteella valitut	20	3	2	2	2
Tekstin perusteella valitut	1	2	1	2	1

Tekstin perusteella valitsimme seitsemän tutkimusta työhömmе, jotka olivat

TAULUKKO 2. Käytetty aineisto

Vuosi	Tekijä / menetelmä	Tutkimus	Tutkimuksen pääkohdat
2008	Goombes, L., Allen, D., Foxcroft, D.R. & Gyudish, J. kirjallisuuskatsaus	Motivational interviewing for prevention of alcohol misuse in young people	tutkittiin motivaationallisen haastattelun vaikutusta nuorten alkoholinkäytön ehkäisyssä
2002	Foxcroft, D.R., Ireland, D., Lister-Sharp, D.J., Lowe, G. & Breen, R. kirjallisuuskatsaus	Primary prevention for alcohol misuse in young people	tutkimuksessa tuotiin esille primaari-prevention hyötyjä nuorten alkoholin väärinkäytön ehkäisemiseksi
2011	Foxcroft, D.R. & Tsertvadze, A. kirjallisuuskatsaus	Universal multi-component prevention programs for alcohol misuse in young people	tutkijat toivat esille erilaisten ehkäisyohjelmien merkityksen alkoholinkäytön ehkäisyssä
2004	Mikkola, L. pro gradu -tutkielma	Nuoret ja päihteet pilottitutkimus nuorten päihteiden käytön varhaisesta toteamisesta	tutkittiin varhaisen puuttumisen merkitystä alkoholinkäytön ennaltaehkäisyssä
2007	Pirskainen, M. väitöskirja	Nuorten päihteettömyyden edistäminen	tutkimuksessa tuotiin keinoja kuinka edistää nuorten päihteettömyyttä
2000	Schinke, S.P., Tepavac, L. & Cole, K. kolmen vuoden seurantaohjelma	Preventing substance among native American youth: three-year results	tutkimuksessa seurattiin kolmen vuoden ajan ehkäisyohjelmien vaikutusta nuorten päihteiden käyttöön
2004	Sirola, K. väitöskirja	Porilaisten yhdeksäsluokkalaisten ja kasvattajien käsityksiä nuorten alkoholinkäytöstä ja alkoholinkäytön ehkäisystä	tutkija toi esille nuorten, vanhempien ja opettajien mielipiteitä nuorten alkoholinkäytöstä ja kuinka siihen voitaisiin puuttua

Valikoituamme tieteelliset tutkimukset opinnäytetyöhön sopiviksi analysoimme ne sisällöllisesti tutkimustehtävien mukaisesti. Sisällönanalyysin toteutimme kolmivaiheisen prosessin mukaan. Ensimmäisessä vaiheessa teimme alkuperäisilmauksista

pelkistetyt ilmaukset. Toisessa vaiheessa kokosimme pelkistettyjä ilmauksia alakategoria kokonaisuuksiin. Viimeiseksi alakategoriat jaoteltiin eri teemojen, yläkategorioiden, alle. Taulukossa 3 on esimerkki kuinka teimme sisällön analyysiä aineistosta.

TAULUKKO 3. Sisällön analyysi

Alkuperäinen ilmaus	Pelkistetty ilmaus	Alakategoria	Yläkategoria
<p>”Arvioitaessa nuoren päihteiden käyttöä on muodostettava kokonaiskäsitys nuoren asioista.”</p> <p>”Tietoa hankitaan nuorelta itseltään, hänen vanhemmiltaan, kouluviranomaisilta ja muilta viranomaisilta.”</p>	<p>Nuoren elämäntilanteen ja päihteiden käytön arviointi.</p> <p>Yhteistyötahot, joiden kanssa työskennellään.</p>	<p>Elämäntilanne ja päihteiden käyttö.</p> <p>Muilta saatu palaute.</p>	<p>Varhainen puuttuminen</p>
<p>”Universal prevention strategies address to entire population within a particular setting, schools, colleges, families, community”</p> <p>“the aim of universal prevention is to deter or delay a disorder or problem by providing an individuals the in-</p>	<p>Ehkäisystrategiat kohdistuvat yksityiskohtaisilla ase-tyksillä kouluihin, perheisiin ja yhteisöihin.</p> <p>Ehkäisyyn tavoitteena on tarjota informaatiota ja taitoja estää ongelmien synty.</p>	<p>Ehkäisystrategioiden kohdentuminen</p> <p>Ehkäisyllä tarjotaan informaatiota</p> <p>Taidot estää ongelmien synty</p>	<p>Ehkäisymallit</p> <p>Ehkäisymuodot</p>

formation and skills necessary to prevent to problem”			
”multi-component prevention programs are defined as both school and family settings”	Moniosaiset ehkäisyohjelmat on määritetty kouluihin ja koteihin.	Ehkäisyohjelmat kotona ja koulussa	Ehkäisymallit

Luokittelujen perusteella yläkategorioiksi, teemoiksi, muodostui:

1. ehkäisymallit
2. ehkäisymuodot
3. vanhemmuus
4. perhenäkökulma alkoholikäytön ehkäisyssä
5. kulttuurisuus
6. ehkäisyn muodot

7 TULOKSET

Käytetyn aineiston perusteella nuorten alkoholinkäytön tunnistamisen avainhenkilöinä voidaan pitää perhettä, ystäviä, kouluja ja oppilaitoksia. Nykyään tiedetään, että perhe on isossa osassa vaikuttamassa nuorten alkoholinkäytön ennaltaehkäisyyn ja vanhemmille tulisi tarjota tukea vanhemmuuteen ja nuorten kasvattamiseen. Vaihtoehtoisten aktiviteettien tulisi tukea nuoren raittiutta. Nuorelle tulisi tarjota keinoja kieltäytyä toverien painostuksesta alkoholinkäytölle. Terveystieteiden palvelut, kuten kouluterveydenhuolto, vastaa Suomessa pitkälti ennaltaehkäisevästä työstä teettämällä muun muassa erilaisia alkoholinkäyttö seurantakyselyjä. Kouluterveydenhuollon tavoitteena on lapsen ja nuoren edun mukainen toiminta. Ehkäisevässä päihdetyössä nuorten kanssa suositaan käytettäväksi valmiita kysymyssarjoja, kuten AUDIT-seulontaa. Nuorten käyttäytymisen perusteella on hyvin vaikeaa havaita alkoholinkäyttöä sen kokeiluvaiheessa.

7.1 Ennaltaehkäisy ja sen muodot

Schinken, Tepavacin ja Colen (2000) tutkimuksen ”Preventing substance use among native american youth: three-year results” mukaan monet eri tekijät vaikuttavat nuorten päihteidenkäytön ennaltaehkäisyyn. Ehkäisyn muotoihin kuuluu elämäntapojen harjoittelu, ongelmatarkeutaidot, yksilöllinen sopeutuminen ja henkilöiden välinen kommunikointi. Ehkäisyä voidaan toteuttaa nuorille myös erilaisilla roolipelitalanteilla ja valmistamalla nuoria alkoholinkäyttö riskitalanteisiin. Tutkijoiden mukaan päihteiden ehkäisyn muodoissa tulee tarjota nuorille malleja kieltäytyä toverien vaikutuksesta alkoholiin ja toiminnallisia muotoja, kuten seinämaalauksia tai piirtämistä, sekä tarjota terveellisiä aktiviteetteja. Ehkäisyn muotoihin kuuluu lisäksi alkoholitietoisuuden lisäämistä nuorille. Tutkimuksen mukaan kulttuurisuus vaikuttaa myös siihen kuinka ennaltaehkäisyä tulisi tarjota ja ehkäisy tulisi räätälöidä kulttuurisesti. Kulttuurisuus voi siten myös vaikuttaa terveyden edistämiseen.

Schinken, Tepavacin ja Colen (2000) mukaan ehkäisyyn tulisi osallistua monien tahojen, jotta se voi onnistua, ja näitä tahoja ovat perheet, opettajat, koulujen ohjaajat, lain edustajat ja mainosteollisuuden vallanpitäjät. Ehkäisyä toteutetaan kaupoissa, terveys- ja sosiaalivirastoissa, kouluissa ja kirkoissa. Mediaa ja sen vaikutusta tulisi hyödyntää enemmän nuorten alkoholinkäytön ennaltaehkäisyyn, koska sen avulla voidaan tuoda esille alkoholin väärinkäytön ehkäisyn hyödyt.

Foxcroftin ja Tsertsavadzen (2011) tutkimuksen ”Universal multi-component prevention programs for alcohol misuse in young people” mukaan ehkäisyssä nuorille on huomioitava ehkäisymallit ja ehkäisyn muodot. Ehkäisymalleihin kuuluu kohdentaa ehkäisystrategiat ja erilaisia ehkäisyohjelmia on kotona ja kouluissa. Tutkimuksen mukaan myös paikallinen media tulisi ottaa osaksi nuorten ehkäisyä viestittämään raittiudesta. Ehkäisyn muotoina ovat informaation tarjoaminen, taidot estää ongelmien synty, alkoholitietoisuus, sosiaaliset taidot, toverien vastustamisen taidot, päätöksentekotaidot ja tietoisuuden lisääminen haitoista. Näitä kaikkia ehkäisyn muotoja tarjotaan nuorille kouluissa ja kotona. Ehkäisyyn vaikuttaa vanhempien saama tuki rajojen ja sääntöjen asettamiseen nuorille.

Mikkolan (2004, 22–23) mukaan ennaltaehkäisevä päihdetyö Suomessa voidaan jakaa kolmeen tasoon: lapsiin kohdistuvaksi, valikoivaan ennaltaehkäisyyn ja kaltoinkohtelun jatkumisen tai uusiutumisen ehkäisyyn. Lapsiväestöön kohdistuvassa ehkäisevässä työssä pidetään tärkeänä yhteiskunnallista päätöksentekoa ja vaikuttamista sekä valtakunnallisella että paikallisella tasolla. Tällöin juuri avainasemassa ovat terveydenhuollon seuraavat palvelut: neuvolapalvelut, kouluterveydenhuolto ja opiskelijaterveydenhuolto. Valikoivalla ehkäisyllä pyritään huomioimaan perheet joiden elämäntilanne on vaikea. Tällä ehkäisevällä työllä pyritään turvaamaan lapselle mahdollisimman hyvä kasvu- ja kehitysympäristö. Ennaltaehkäisyn kolmannella tasolla tarkoitetaan toimintaa, joka pyrkii estämään lasten kaltoinkohtelun jatkumisen tai uusiutumisen. Hyvä alkoholinkäytön ennaltaehkäisevä työ vaatii moniammatillisuuden osaamista ja työnjakoa.

7.2 Käsitteitä nuorten alkoholinkäytöstä ja ennaltaehkäisystä

Sirolan (2004) tutkimuksen ”Porilaisten yhdeksäsluokkalaisten ja kasvattajien käsityksiä nuorten alkoholikäytöstä ja alkoholikäytön ehkäisystä” mukaan nuoret mielsivät nykyisen kouluissa toteutettavan ennaltaehkäisevän työn tylsäksi ja riittämättömäksi. Tutkimuksessa ilmeni, että oppilaiden mielestä opetus ei sisällä kaikkea sitä, mistä he haluaisivat tietää, kuten alkoholilainsäädännöstä, vaihtoehtoista alkoholille sekä median vaikutus nuorten alkoholin käyttöön. Tehokkaimpana ja mieluisimpana alkoholinkäytön ehkäisykeinona nuoret pitivät harrastuksien ja erilaisten tapahtumien ja tempauksien yhteydessä tehtävää työtä.

Sirolan (2004, 96–98) tutkimuksessa opettajat kokivat hyvänä sen, että nuorten alkoholinkäytön ehkäisevää toimintaa on lisätty. Kuitenkin rahalliset resurssit koettiin riittämättömiksi. Terveystoimijat kokivat hankalaksi muun muassa resurssien niuk-

kuuden, toimintamallin puuttumisen sekä opettaja voittoisen opetuksen. Yhteistyötä kouluterveydenhuollon ja opettajien välillä toivottiin lisättävän nuorten alkoholinkäytön ennaltaehkäisemiseksi ja opetukseen kaivattiin uusia muotoja.

Sirolan (2004, 92–106) tutkimuksessa tutkija korostaa opettajien kuvaamien yhteistyömuotojen, kuten oppilashuoltoryhmien, tärkeyttä nuorten alkoholinkäytön ennaltaehkäisemiseksi. Oppilashuoltoryhmä mahdollistaa oppilaiden asioiden yksilöllisen tarkastelun, jolloin esimerkiksi nuorten alkoholinkäyttö pystytään havainnoimaan jo alkuvaiheessa. Tutkimuksessa ilmeni, että vanhempien kanssa tehtävän yhteistyön esteeksi nousi usein välttelevä asenne vanhempien puolelta. Luokanvalvojan ja vanhempien välinen yhteistyö koettiin kuitenkin hyväksi keinoksi nuorten alkoholinkäytön ehkäisemiseksi.

7.3 Perhe kasvattajana

Foxcroft, Ireland, Lister-Sharp, Lowe ja Breen (2002, 7–10) tutkimuksessa ”Primary prevention for alcohol misuse in young people” vanhemmuuden tukeminen on osa nuorten alkoholiongelmiin ehkäisyssä. Tutkimuksessa korostettiin vanhemmuutta ja perhenäkökulmaa alkoholinkäytön ehkäisyssä. Vanhemmuuden osa-alueella tulee ottaa huomioon vanhempien rooli, tukea vanhemmuutta ja kohentaa vanhemmuustaitoja. Tutkijoiden mielestä perhenäkökulman huomiointi ehkäisyssä todetaan vähentävän nuorten alkoholinkäytön aloittamista ja alkoholinkäyttöä myöhemmin. Perhenäkökulmassa tulisi olla tapaamisia lasten ja vanhempien kanssa erikseen sekä molempien yhteistapaamisia. Näissä tapaamisissa voidaan kohentaa vanhemmuustaitoja ja tukea lasten tavoitteita sekä tarjota nuorelle keinoja kieltäytyä toverien painostuksesta. ”Perheen ja lapsen auttamisessa tarvitaan hienotunteisuutta ja herkkyyttä sekä uskallusta ja ammattitaitoa ottaa esiin tulleet vaikeudet puheeksi mahdollisimman varhain”, (Mikkola 2004, 67). Perhenäkökulman tarkoituksena on lisätä perheen yhteenkuuluvuutta ja perheen vuorovaikutusta (Foxcroft ym. 2002, 10).

Sirolan (2004, 98–106) tutkimuksen mukaan opettajat ja kouluterveydenhoitajat pitivät perheen kasvatuksen merkitystä nuorten alkoholinkäytön ehkäisyssä suurena, tosin uskottiin myös, että perheelle ei saisi asettaa liian suurta merkitystä. Hyvään kasvatukseen koettiin kuuluvan nuorten alkoholinkäyttöön puuttuminen, selkeät kasvatuslinjat sekä aikuisten ja lasten maailmojen erojen selkiyttäminen. Koulun ja kouluterveydenhuollon katsottiin tukevan vanhempien tekemää kasvatustyötä toimimalla pääasiassa tiedonjakajana.

7.4 Varhainen puuttuminen

Mikkolan (2004, 63) pro gradu -tutkielmassa ”Nuoret ja päihteet: pilottitutkimus nuorten päihteiden käytön varhaisesta toteamisesta” käy hyvin ilmi kuinka kouluterveydenhuollossa terveydenhoitajan teettämää päihdekyselyä voidaan pitää varhaisen puuttumisen keinona. Tällöin terveydenhoitajalla on mahdollisuus ilmaista huolensa nuorelle hänen alkoholinkäytöstä. Tutkijan mukaan nuorten kanssa työskennellessä on tärkeää kohdata nuori avoimesti, tuomitsematta ja moralisoimatta. Tärkeänä voidaan pitää, että varhainen puuttuminen aktivoi nuorta miettimään oman elämän valintojaan ja tekemisiään.

Myös Pirskaisen (2007, 45–46) tutkimuksen mukaan hyvänä varhaisen puuttumisen keinona voidaan käyttää lyhyt neuvontaa eli mini-interventiota. Mini-interventio tarkoittaa terveydenhuollossa tehtävää alkoholinkäytön puheeksi ottamista ja riskikuluttajiin kohdistuvaa ohjausta ja kulutuksen seurantaa. Mini-interventio toteutetaan esimerkiksi lääkärin tai hoitajan tapaamisena. Tapaamisia voi olla esimerkiksi yhdestä neljään kertaan. Joissakin tapauksissa kuitenkin yksikin kerta riittää varhaisen puuttumisen toteuttamiseksi. Mini-interventiota voidaan toteuttaa myös portaittain etenevänä. Tällöin riskikäytön tunnistamisen jälkeen annetaan motivoivaa neuvontaa ja autetaan nuorta muutoksen suunnitteluun sekä tarjotaan siihen tarvittavaa tukea. Pirskainen korostaa, että onnistuneen hoitotuloksen kannalta on hyvä saavuttaa luottamuksellinen hoitokontakti nuoreen. Pirskainen ja Mikkola tuovat esille tutkimuksissaan varhaisen puuttumisen vaiheessa annettavan nuorelle positiivisen palautteen merkitystä. Tämä kannustaa nuorta päihteettömyyteen ja luo paremman pohjan luottamuksellisen hoitosuhteen synnylle (Mikkola 2004, 63; Pirskainen 2007, 45–46).

7.5 Motivoiva haastattelu

Pirskainen (2007, 46–49) esittelee tutkielmassaan yhtenä varhaisen puuttumisen keinona motivoivaa haastattelua, jossa nuorta valmennetaan muutokseen. Tarkoituksena on vahvistaa nuoren valmiutta, tahtoa ja kykyä uuteen elämänmuutokseen. Motivoidussa haastattelussa hoitohenkilö neuvoo nuorta kuinka olisi hyvä toiminta tarjoamalla vaihtoehtoja, mutta ei saa painostaa nuorta. Hyvää tässä haastattelussa on vastuun pysyminen nuorella itsellään ja leimaamattomuuden säilyminen. Terveystalkoot nuorten kohdalla toteutuvat terveystapaamisissa ja terveystarkastuksien yhteydessä.

Motivoivassa haastattelussa pyritään välttämään konflikteja ja väkivaltaisia yhteenottoja, jonka vuoksi sen koetaan soveltuvan hyvin nuorten kanssa toteutettavaan varhaiseen puuttumiseen. Nuori kohdataan tasavertaisena yksilönä, ilman omien mielipiteiden korostamista, mikä mahdollistaa yhteistyön jopa haasteellisempienkin nuorten kanssa ja luo perustan nuoresta itsestään lähtevälle muutoshalulle. (Coombes, Allen, Foxcroft & Guydish 2008.)

8 POHDINTA

8.1 Tutkimustulosten tarkastelu

Nuorten alkoholinkäytön ennaltaehkäisyn merkitys ymmärretään, mutta sen toteuttaminen on puutteellista ja hajanaista. Ennaltaehkäisyn toteuttamiseen vaikuttavat suurelta osalta rajalliset resurssit. Siksi kouluissa toteutettava ennaltaehkäisevä työ on suppeaa ja koulut toivoisivat tiiviimpää yhteistyötä kodin ja koulun välillä. Tällöin myös vähäiset resurssit tulisi käytettyä paremmin ja ne tukisivat samalla toisiaan.

Vanhempien rooli ennaltaehkäisyn toteuttajana on korostunut ja sen takia vanhemmat kaipaavat tukea vanhemmuuden taitoihinsa ja kuinka asettaa rajoja nuorelle. Ennaltaehkäisyn tulisi kohdistua nuoriin sekä heidän perheisiinsä. Perheeseen kohdistuva ennaltaehkäisevä työ tulisi olla kasvatusta tukevaa. Perhenäkökulman huomioon ottaminen lisää perheen yhteenkuuluvuuden tunnetta ja sisäistä vuorovaikutusta.

Ennaltaehkäisyn tulee olla tavoitteellisempaa ja siinä tulisi hyödyntää enemmän moniammatillista osaamista. Meidän mielestä valikoivaa ennaltaehkäisyä erityisesti riskiperheisiin tulisi kohdentaa huomiota nykyistä enemmän. Riskiperheissä pelkkä nuoreen kohdistuva työ ei riitä, koska yleensä ongelmat koskettavat jokaista perheenjäsentä. Nuoren alkoholinkäyttö voi olla vain jatkumo esimerkiksi vanhempien alkoholin väärinkäyttämistä. Tällä tarkoitamme sitä, että nuori voi saada vääristyneet mallit alkoholinkäytöstä. Mielestämme valikoiva ennaltaehkäisy on kustannustehokasta. Perusteluna on, että sillä saadaan tietoon joukko nuoria, johon työ olisi kohdistettava ja lisäksi tehdyn työn saavutuksia olisi helpompi seurata. Valikoivassa ennaltaehkäisyssä tulee pitää pääpaino, mutta tarvitaan myös yhteiskunnallista ennaltaehkäisevää työtä. Lisäksi media tulisi saada tukemaan nuorten päihteettömyyttä. Nykyisin median antama kuva alkoholin käytön vaaroista on liian suppea.

Yhteiskunnallisessa alkoholikäytön ennaltaehkäisyssä työssä tulisi korostaa enemmän alkoholitietoisuuden lisäämistä nuorille. Tietoisuuden lisääminen aktivoi nuorta miettimään omia valintojaan ja tekemisiään. Tämän avulla nuoret saataisiin vähentämään humalahakuista juomista. Nuoret pitävät kouluissa toteutettavaa alkoholitiedotamista tylsänä ja uusia opetuksen muotoja kaivataan. Ennaltaehkäisyn tulisi huomioida sukupuolierot, koska tytöt kaipaavat syvällisempää keskustelua asioista kun taas pojat kaipaavat käytännön läheisempää ohjausta esimerkkien avulla. Nuoret kokevat

kouluterveydenhoitajan kanssa käydyt terveyst keskustelut myönteisinä kokemuksina. Voidaan ajatella, että tulevaisuudessa alkoholinkäytön ennaltaehkäisy tulisi olla koulussa enemmän nuorten mielenkiinnon mukaista ja yhteistyöhön pitäisi ottaa enemmän kouluterveydenhoitajan kanssa käytävät terveyst keskustelut.

Nuoren oman elämän hallintaa ja omaa päätöksentekoa tulee vahvistaa, koska tällöin pystytään nuorelle tarjoamaan keinoja kieltäytyä tovereiden painostuksesta alkoholin käyttöön. Ennaltaehkäisyssä korostuu myös nuorten harrastusten merkitys ehkäisevänä tekijänä alkoholin käytön aloittamiselle. Myös perheen sisäinen suhtautuminen alkoholin käyttöön muokkaa nuoren arvoja ja asenteita alkoholia kohtaan. Siksi tulisi kiinnittää huomiota miten yhteiskunnallisesti luodaan kuvaa alkoholinkäytöstä, koska vanhemmat ovat esimerkki lapsilleen.

Amerikassa ennaltaehkäisyssä korostetaan pidättäytymistä alkoholista, mikä kuitenkin näyttää vain lisäävän nuorten alkoholinkäyttöä. Euroopassa ennaltaehkäisy tavoitteena viestittää alkoholin haitoista ja sitä kautta saada nuorista alkoholin kohtuukäyttäjiksi. Suomessa tapahtuvan nuorten alkoholinkäytön ennaltaehkäisy tulisi olla eurooppalaisen tyylin mukaista, jotta vältyttäisiin käyttöä lisäävältä vaikutukselta. Valistava ja auktoriteettisyyteen perustuva ennaltaehkäisevä työ saa helposti nuoret kapinoimaan sitä vastaan. Ei ole tarkoituksena kieltää alkoholinkäyttöä kokonaan vaan siirtää alkoholinkäytön aloittamista myöhempään ikään. Myöhemmällä iällä nuoren harkintakyky on kehittynyt ja alkoholinkäyttö ei välttämättä olisi humalahuakuista.

8.2 Jatkotutkimusaiheet ja kehittämisideat

Opinnäytetyömme selvitti nuorten alkoholinkäytön ennaltaehkäisy toimivuutta ja varhaista puuttumista. Jatkotutkimusaiheeksi mielestämme sopisi yhtenäisen ennaltaehkäisymallin luominen. Tällöin meidän tutkimus antaisi pohjan, mitkä ovat toimivia keinoja nuorten alkoholinkäytön ennaltaehkäisevän työn toteuttamiseen. Koemme, että resurssit ovat rajalliset ennaltaehkäisevään työhön joten jatkotutkimusehdotus on miten saadut resurssit tulisi kohentaa, jotta työ olisi tehokasta.

Kehittämisideoiksi ehdotamme tiiviimpää moniammattillista työtä nuorten kanssa työskentelevien ammattilaisten ja vanhempien kesken. Vanhemmuuteen tulisi tarjota enemmän tukea ja ohjausta. Vanhemmat tulisi sitouttaa nykyistä paremmin osaksi

nuoren kehitystä tukevaksi tekijäksi. Vanhemmille tulisi tarjota paremmin tietoa koulussa toteutettavasta ennaltaehkäisevästä työstä.

8.3 Eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyön aihe on ajankohtainen. Kirjallisuuskatsauksen avulla voimme tunnista kriittisesti parhaimpia käytäntöjä käsiteltäväämme aihepiiriin ja osoittaa sisällöllisiä ja menetelmällisiä tutkimustarpeita (ks. Patala-Pudas 2008). Eettisyyttä tarkastelemme jo kirjallisuuskatsauksen aiheenvalinnasta työn tekemisen loppuun saakka. Vaatimuksia ovat tekijöiden rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus. Meidän tulee kunnioittaa aikaisempia tutkijoita ja heidän tutkimuksien saavutuksia eikä kenenkään tutkijan osuutta tulisi vähätellä. Luotettavuuteen ja eettisyyteen työssämme vaikuttaa, että raportointi ei ole puutteellista eikä harhaanjohtavaa sekä ettei aikaisempia tutkimustuloksia ole vääristelty. Tekstissämme käytetyt viittaukset täytyy merkitä oikein eikä työ saa sisältää plagioituja kohtia. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2000, 27–29.) Luotettavuuden kannalta on tärkeää, että pystymme tuomaan esille luokittelujen syntymisen perusteet, jotta ei pääse syntymään sattumanvaraisia tulkintoja (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 232). Opinnäytetyössämme tarkka kirjaaminen kaikista vaiheista on tärkeää katsauksen onnistumisen sekä tulosten oleellisuuden osoittamiseksi. (Johansson, Axelin, Stolt & Ääri 2007, 6.)

Meillä ei ollut aikaisempaa kokemusta kirjallisuuskatsauksen tekemisestä, mutta pyrimme, ettemme vääristele tutkimustuloksia tai johda lukijaa harhaan. Tutustuimme käytettyyn materiaaliin huolellisesti ja puolueettomasti. Lisäksi käytetyn materiaalin ja sen hakuprosessin olemme kuvanneet työhön, ja se on kaikkien luettavissa.

Olemme tehneet työn yhdessä suunnitelmallisesti, ja se on lisännyt opinnäytetyön eettisyyttä ja luotettavuutta. Keskustelumme ja pohdintamme yhdessä ovat johtaneet meitä näihin ratkaisuihin työssämme, ja siten olemme mielestämme lisänneet työn luotettavuutta, kun päätökset ovat olleet yhdessä hyväksyttävä. Työnteossa käytimme teemoittelua, jolloin tulokset nostettiin esille valituista materiaaleista niissä muodoissa, että ne eivät muokkautuneet erilaiseksi kuin alkuperäisessä tai vääristyneet. Kaikki käytetty materiaali on löydettävissä helposti ja ne ovat tunnetuista julkaisuista, mikä lisää työn luotettavuutta ja eettisyyttä.

8.4 Opinnäytetyö prosessina

Opinnäytetyömme aihetta lähdimme etsimään omien kiinnostuskohteiden perusteella. Kaikkia meitä kiinnosti nuorten kanssa työskenteleminen. Koimme tärkeäksi siten selvittää nuorten alkoholikäyttäytymistä, sen ennaltaehkäisyä ja varhaista puuttumista. Läpi opinnäytetyöprosessin oma motivaatio aiheeseen on auttanut meitä selviytymään työn haasteista. Alkuun aiheen rajaaminen tuntui haastavalta, mutta työn edetessä aihealue selkiytyi.

Jo heti työn alkuvaiheessa tutustuimme aiheesta löytyneeseen kirjallisuuteen, jonka avulla pystyimme selkeyttämään työmme viitekehystä ja rajaamaan aihetta. Teoreettisen viitekehysten työstämisen vaiheessa luimme paljon erilaisia aineistoja aiheesta. Huomasimme jo heti alkuun, että nuorten alkoholinkäytöstä oli paljon tietoa, mutta nuorten alkoholikäyttäytymisestä teorian tiedon osuus oli vähäinen.

Alun perin olisimme halunneet tutkia nuoria haastattelemalla heitä alkoholikäyttäytymisestä. Meistä riippumattomista syistä jouduimme kuitenkin muuttamaan tutkimusmenetelmää kirjallisuuskatsaukseksi. Meidän mielestä saamamme tuki ja opetus kirjallisuuskatsauksen tekoon koulun puolelta ei ollut riittävää. Sen takia tutkimusmenetelmään tutustuminen vaati paljon itsenäistä opiskelua ja aikaa meiltä jokaiselta.

Aineiston keruuvaiheessa ilmenneitä haasteita oli aineistojen saatavuus. Monista aineistoista oli saatavilla pelkästään tiivistelmä ja useat niistä olivat myös maksullisia. Aineiston analyysi vaiheessa koimme hankalaksi ulkomaalaisten artikkelien suomentamisen, jotta alkuperäisilmaus ei muuttuisi. Mielestämme onnistuimme tässä hyvin. Tutkimustulosten tulkinta ja opinnäytetyön viimeistely sujui vaivattomasti.

Mielestämme opinnäytetyö on lisännyt taitoja ja kykyä hankkia tietoa. Työn tekemisen myötä olemme oppineet myös kriittistä ajattelua eri tietolähteitä kohtaan, kun olemme valinneet kirjallisuutta työhömmä. Kirjallisuuskatsauksen tekeminen oli mielenkiintoista ja antoisaa. Koemme myös, että tällä tavoin saatu tieto vastaa paremmin tutkimustehtäviimme. Työn tekeminen on lisännyt vuorovaikutustaitojamme sekä kykyä organisoida suuremman työn kulkua. Uskomme, että voimme hyödyntää työstämme saatuja tietoja ja taitoja nuorten alkoholinkäytön ennaltaehkäisyssä. Opinnäytetyömme ansiosta meillä on tietotaitoa kuinka nuorten alkoholinkäytön ennaltaehkäisyä voidaan toteuttaa ja omat varhaisen puuttumisen taitomme ovat vah-

vistuneet. Voimme tuoda tietoamme työyhteisön käyttöön ja sitä kautta kehittää vielä eteenpäin asiantuntijuuttamme. Olemme siis mielestämme osanneet yhdistää teorian ja käytännön opinnäytetyöllämme. Se on mielestämme tärkeä asia tulevaisuudessa toimiessamme sairaanhoitajina.

LÄHTEET

Alkoholilaki L 1994/1143. Finlex. Lainsäädäntö [viitattu 13.10.2011]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1994/19941143?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=alkoholilaki>

Almqvist, F., Kumpulainen, K., Moilanen, I., Piha, J., Tamminen, T. & Räsänen, E. 2004. *Lasten- ja nuorisopsykiatria*. 3. uudistettu painos. Jyväskylä: Gummerus.

Coombes, L., Allen, D., Foxcroft, D. & Guydish, J. 2008. *Motivational interviewing for the prevention of alcohol misuse in young people (Protocol)*. The Cochrane collaboration © [viitattu 9.4.2012]. Saatavissa:

<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/14651858.CD007025/pdf>

Foxcroft, D.R. , Ireland, D. , Lister-Sharp, DJ., Lowe, G. & Breen, R. 2002. *Primary prevention for alcohol misuse in young people (Review)*. The Cochrane collaboration © [viitattu 9.4.2012]. Saatavissa:

http://alcoholresearchuk.org/downloads/finalReports/AERC_FinalReport_0017.pdf

Foxcroft, D.R. & Tsertsvadze, A. 2011 *Universal multi-component prevention programs for alcohol misuse in young people (Review)*. The Cochrane collaboration © [viitattu 9.4.2012]. Saatavissa:

<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/14651858.CD009307/pdf>

Havio, M., Inkinen, M. & Partanen, A. 2008a. Päihteet ja niiden käyttö. Teoksessa Havio, M., Inkinen, M. & Partanen, A. (toim.). *Päihdehoitotyö*. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: Gummerus, 50–53.

Havio, M., Inkinen, M. & Partanen, A. 2008b. Terveyttä edistävä ja ehkäisevä päihdehoitotyö. Teoksessa Havio, M., Inkinen, M. & Partanen, A. (toim.). *Päihdehoitotyö*. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: Gummerus, 104–105.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2000. *Tutki ja kirjoita*. 5. painos. Tampere: Tammer-Paino.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. *Tutki ja kirjoita*. 15. uudistettu painos. Hämeenlinna: Karisto Kirjapaino Oy.

Johansson, K., Axelin, A., Stolt, M. & Ääri, R-L. 2007. *Systemaattinen kirjallisuuskat-
saus ja sen tekeminen*. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitos. Turku: Digipaino-Turun
yliopisto.

Kemppinen, P. 2000. *Lasten ja nuorten tunne-elämän häiriöt*. Tallinna: Kustannus-
valmennus P. & K. Oy.

Kettunen, H. & Leikas, H. 2005. *Nuoret alkoholin käyttäjinä. Tutkimus varkautelaisten
yhdeksäsluokkalaisten nuorten alkoholinkäytöstä ja siihen liittyvistä tekijöistä*. Diako-
nia-ammattikorkeakoulu. Diakoninen sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteiden koulutusoh-
jelma. Opinnäytetyö [viitattu 27.1.2012]. Saatavissa:
http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Pieksamaki2005/kettunenleikas.pdf

Lappalainen-Lehto, R., Romu, M-L. & Taskinen, M. 2007. *Haasteena päihteet: am-
matillisen päihdetyön perusteita*. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy

Lastensuojelulaki L 2007/417. Finlex. Lainsäädäntö [viitattu 13.10.2011]. Saatavissa:
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=lastensuojelulaki>

Metso, L., Ahlström, S., Huhtanen, P., Leppänen, M. & Pietilä, E. 2009. *Nuorten päih-
teidenkäyttö Suomessa 1995–2007 ESPAD -tutkimusten tulokset*. Jyväskylä: Gum-
merus Kirjapaino Oy.

Mikkola, L. 2004. *Nuoret ja päihteet pilottitutkimus nuorten päihteiden käytön varhai-
sesta toteamisesta*. Kuopion yliopisto. Hoitotieteen laitos. Pro gradu -tutkielma.

Niemelä, S. 2010. *Nuorten alkoholikäyttö*. Teoksessa Seppä, K., Alho, H. & Kiian-
maa, K. (toim.). *Alkoholiriippuvuus*. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy, 107–118.

Niemelä, S., Poikolainen, K. & Sourander, A. 2008. *Miten nuorten päihteidenkäyttöön
voi puuttua?* [verkojulkaisu] Suomen Lääkärilehti [viitattu 16.11.2011]. Saatavissa:
[http://www.terveysportti.fi/dtk/ltk/koti?p_artikkeli=ykt00833&p_haku=nuorten%20alko
holin%20k%E4ytt%E4](http://www.terveysportti.fi/dtk/ltk/koti?p_artikkeli=ykt00833&p_haku=nuorten%20alko
holin%20k%E4ytt%E4)

Nuorisolaki L 2006/72. Finlex. Lainsäädäntö [viitattu 13.10.2011]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2006/20060072?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=nuorisolaki>

Patala-Pudas, L. 2008. *Kirjallisuuskatsaukset hoitotieteessä*. Oulun yliopisto, Terveystieteiden laitos, hoitotieteen valtakunnallinen tutkijakoulu, tutkimusmenetelmät I, luentomonisteet 31.3.2008. [viitattu 27.3.2012]. Saatavissa: <http://www oulu.fi/hoitotiede/LeenaP-P.ppt>

Pirskainen, M. 2007. *Nuorten päihteettömyyden edistäminen*. Kuopion yliopisto. Hoitotieteen laitos. Väitöskirja.

Päihdehuoltolaki L 1986/41. Finlex. Lainsäädäntö [viitattu 13.10.2011]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041>

Raittiustyölaki L 1982/828. Finlex. Lainsäädäntö [viitattu 13.10.2011]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1982/19820828?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=raittiusty%C3%B6laki>

Rimpelä, A., Lintonen, T., Pere, L., Rainio, S. & Rimpelä, M. 2003. *Nuorten terveys- tapatutkimus 2003. Tupakkatuotteiden ja päihteiden käytön muutokset 1977-2003*. Helsinki: Stakesin monistamo.

Salmi, V. 2004. *Varhaisnuorten normirikkomukset - ongelma vai osa nuoruutta?* Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto, nuorisotutkimusseura.

Salosuo, M. & Tigerstedt, C. 2007. *Miten nuorten juomista on tutkittu 1950–2007?* Teoksessa Tigerstedt, C. (toim.). *Nuoret ja alkoholi*. Helsinki: Hakapaino Oy, 9-32.

Savolainen, M. 2008. *Nuoruus ja päihteet*. Teoksessa Havio, M., Inkinen, M. & Partanen, A. (toim.). *Päihdehoitotyö*. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: Gummerus, 166–170.

Schmid, H. & Gabhainn, S. N. 2001/2002. *Alcohol use*. Teoksessa Currie, C., Roberts, C., Morgan, A., Smith, R., Settertobulte, W., Samdal, O. & Barnekov Rasmussen, V. (toim.) *Young people's health context. Health behaviour in school-aged children (HBSC) study: international report from the 2001/2002 survey* [verkkojulkaisu].

WHO [viitattu 7.11.2011]. Saatavissa:

http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0008/110231/e82923.pdf

Schinke, S. P., Tepavac, L. & Cole, K. C. 2000. *Preventing substance use among native American youth: three-year results*. Addictive Behaviours, 25, 387-397.

Silvennoinen, I. 2007. *Ilo ilman viinaa on teeskentelyä? Raittiuden vaikutus nuorten aikuisten elämään, itsemäärittelyyn ja sosiaalisuuteen* [verkkojulkaisu]. Helsingin yliopisto. Sosiologian laitos. Pro gradu -tutkielma [viitattu 12.12.2011]. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/11911>

Sirola, K. 2004. *Porilaisten yhdeksäsluokkalaisten ja kasvattajien käsityksiä nuorten alkoholikäytöstä ja alkoholikäytön ehkäisystä*. Jyväskylän yliopisto. Liikunta- ja terveystieteiden tiedekunta. Väitöskirja.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2001. *Valtionneuvoston periaatepäätös Terveys 2015 – kansanterveysohjelmasta* [verkkojulkaisu]. STM [viitattu 11.1.2012]. Saatavissa: http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=42733&name=DLFE-6214.pdf

Sosiaali- ja terveysministeriö 2005. *Suomalaisten terveyden viimeaikainen kehitys* [verkkojulkaisu]. STM [viitattu 11.12.2011]. Saatavissa: <http://pre20031103.stm.fi/suomi/eho/julkaisut/sosteker/luku3.htm>

Sosiaali- ja terveysministeriö 2008. *Sosiaali- ja terveydenhuollon kehittämisohjelma KASTE 2008–2011* [verkkojulkaisu]. STM [viitattu 11.12.2011]. Saatavissa: <http://pre20090115.stm.fi/hl1212563842632/passthru.pdf>

Sosiaali- ja terveydenhuollon tuotevalvontakeskus 2009. *Alkoholijuomat* [verkkojulkaisu]. STTV [viitattu 1.11.2011]. Saatavissa: http://www.sttv.fi/alkoholi_frameset.htm

Suomen ASH. *Alkoholi Suomessa* [verkkojulkaisu]. Suomen ASH [viitattu 25.4.2012]. Saatavissa: <http://www.suomenash.fi/fi/alkoholi/alkoholi+suomessa/>

Van Der Stel, J. & Voordewind, D. 1999. *Ehkäisevän päihdetyön käsikirja*. Jyväskylä: Gummerus.

Väestöliitto 2011. *Alkoholi* [verkkosivu]. Väestöliitto [viitattu 12.12.2011]. Saatavissa: http://www.vaestoliitto.fi/murkun_kanssa/tietoa/riskikayttaytyminen/paihteet/alkoholi/

