



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Roosaliina Isopahkala

Nuorten havaintoja alaikäisten päihteidenkäytöstä Seinäjoella

Opinnäytetyö
Kevät 2024
Sosionomi (AMK)



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Tutkinto-ohjelma: Sosionomi (AMK)

Suuntautumisvaihtoehto:

Tekijä: Roosaliina Isopahkala

Työn nimi alaotsikoineen: Nuorten havaintoja alaikäisten päihteidenkäytöstä Seinäjoella

Ohjaaja: Taja Kiiskilä

Vuosi: 2024

Sivumäärä: 41

Liitteiden lukumäärä: 1

Opinnäytetyöni tavoitteena oli lisätä tietoisuutta alaikäisten päihteidenkäytöstä Seinäjoella. Tarkoituksena oli selvittää nuorten havaintoja alaikäisten päihteidenkäytöstä ja päihteiden välittämisestä alaikäisille. Lisäksi tarkoituksena oli selvittää nuorten toiveita ehkäisevään päihdetyöhön liittyen. Yhteistyötahoni oli Seinäjoen kaupungin hyvinvoinnin ja osallisuuden yksikkö. Seinäjoen kaupunki voi hyödyntää opinnäytetyötäni ehkäisevän päihdetyön kehittämisessä.

Opinnäytetyössäni käytettiin määrällistä tutkimusmenetelmää. Tutkimusaineistona käytettiin Seinäjoen kaupungin huhtikuussa 2023 toteuttamaa nuorten päihdetilannekyselyä, johon tuli vastauksia yhteensä 716. Kysely oli suunnattu yläkouluja ja toista astetta käyville seinäjokelaisille nuorille. Aineisto analysoitiin tilastollisin menetelmin. Tuloksien havainnollistamisessa käytettiin apuna ympyrä- ja pylväsdiagrammeja.

Kyselyvastauksista selvisi, että suurin osa vastaajista oli nähnyt alaikäisten päihteidenkäyttöä. Neljä yleisintä alaikäisten käyttämää päihdettä olivat tupakka, sähkötupakka, nuuska ja alkoholi. Kannabis oli huumausaineista yleisin. Kyselyyn vastanneet olivat nähneet myös tupakkatuotteiden, eli tupakan, nuuskan ja sähkötupakan sekä alkoholin ja huumeiden, välittämistä alaikäisille. Seinäjoella tehtävästä ehkäisevästä päihdetyöstä kyselyyn vastanneet toivoivat eniten nuorilta nuorille suunnattua ehkäisevää päihdetyötä. Aihetta toivottiin käsiteltävän myös terveystiedon tunneilla ja nuorisotiloilla. Osa vastaajista toivoi myös aikuisten läsnäoloa ja jalkautumista nuorten tapahtumissa sekä päihteettömiä bileitä.

¹ Asiasanat: nuoruus, päihteet, päihteidenkäyttö, ehkäisevä päihdetyö

Thesis abstract

Degree programme: Bachelor of Social Services

Specialisation:

Author/s: Roosaliina Isopahkala

Title of thesis: Young people observations of minor's substance use in Seinäjoki

Supervisor(s): Taja Kiiskilä

Year: 2024

Number of pages: 41

Number of appendices: 1

The aim of this thesis was to increase awareness of young people's substance use in Seinäjoki. The purpose was to research young people's observations of minors' substance use and how minors get substances. Additionally, the aim was to research young people's expectations regarding preventive substance abuse work. The thesis was carried out in collaboration with the City of Seinäjoki. The City of Seinäjoki can use this thesis in the development of preventive substance abuse work.

Quantitative research method was used in this thesis. The research data was collected through an inquiry that handled young people's substance usage situation in Seinäjoki. The inquiry was made in Seinäjoki in April 2023. The inquiry got 716 responses. The research data was analyzed by using statistical methods. Circle and bar diagrams were used to demonstrate the results.

The research results indicate that the majority of young people had seen minors' substance use. The four most used substances among minors were tobacco, e-cigarettes, snuff, and alcohol. Cannabis was the most common drug. Respondents had also seen distribution of tobacco products, alcohol, and drugs to minors. Young people wished most preventive substance abuse work by young people to young people. The topic could be dealt with during health classes at school and in youth centres. Some participants wished for adults to be more present and active at youth events as well as substance-free parties.

¹ Keywords: young people, substances, substance use, preventive substance abuse work

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä	2
Thesis abstract	3
SISÄLTÖ	4
Kuvioluettelo	6
1 JOHDANTO	7
2 NUORUUS ELÄMÄNVAIHEENA.....	8
2.1 Nuoruuden kehitysvaiheet.....	8
2.2 Sosiaaliset suhteet ja erilaiset ympäristöt nuoruudessa	10
3 PÄIHTEIDEN MÄÄRITTELYÄ	12
3.1 Tupakkatuotteet.....	12
3.2 Alkoholit.....	13
3.3 Kannabis ja muut huumeet.....	13
4 NUORTEN PÄIHTEIDENKÄYTTÖ	15
4.1 Nuorten päihteidenkäytön yleisyys.....	15
4.2 Nuorten päihteidenkäytön altistavat ja suojaavat tekijät.....	17
4.3 Nuorten päihteidenkäytön haitat.....	19
5 EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ	21
6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	23
6.1 Tarkoitus ja tavoite	23
6.2 Yhteistyötaho.....	23
6.3 Tutkimusmenetelmä	23
6.4 Aineisto ja aineiston keruu	24
6.5 Aineiston analyysi.....	25
7 TULOKSET	26
7.1 Taustatiedot.....	26
7.2 Nuorten havainnot alaikäisten päihteidenkäytöstä ja päihteiden välittämisestä alaikäisille.....	28
7.3 Nuorten toiveita ehkäisevästä päihdetyöstä	29
8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	32

8.1	Johtopäätökset.....	32
8.2	Pohdinta	33
8.3	Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys	34
8.4	Sosionomin kompetenssit	35
LÄHTEET		37
LIITTEET		41

Kuvioluettelo

Kuvio 1. Kyselyyn vastanneiden sukupuolijakauma prosentteina.	26
Kuvio 2. Kyselyyn vastanneiden ikäjakauma prosentteina.....	27
Kuvio 3. Kyselyyn vastanneiden koulujen jakautuminen prosentteina.	27
Kuvio 4. Kyselyyn vastanneiden havainnot alaikäisten päihteidenkäytöstä. Luvut ovat vastaajamääriä.	28
Kuvio 5. Kyselyyn vastanneiden näköhavainnot päihteiden välittämisestä alaikäisille. Luvut ovat vastaajamääriä.....	29
Kuvio 6. Kyselyyn vastanneiden toiveiden jakautuminen Seinäjoella tehtävästä ehkäisevästä päihdetyöstä. Luvut ovat vastaajamääriä.	30

1 JOHDANTO

Nuoruus on monelle ainutlaatuista ja ikimuistoista aikaa. Nuorena koetaan uusia asioita ja tunteita, opetellaan sosiaalisia taitoja ja etsitään suuntaa elämälle. Nuorelle on olemassa monenlaisia määritelmiä. Laissa määritellään nuoreksi kaikki alle 29-vuotiaat (Nuorisolaki 1285/2016). Aalbergin ja Siimeksen (2007, s. 15) mukaan nuoruus sijoittuu lapsuuden ja aikuisuuden väliseen ajankohtaan, ikävuosille 12–22. Alaikäisellä tarkoitetaan lain mukaan alle 18-vuotiasta henkilöä.

Nuorten päihteidenkäytöstä puhutaan paljon ja aihetta on myös tutkittu esimerkiksi kouluterveyskyselyiden avulla. Kouluterveyskyselyt tuottavat lisäksi tietoa muun muassa lasten ja nuorten hyvinvoinnista, terveydestä, koulunkäynnistä, osallisuudesta ja avun saamisesta (THL, 2024a). Kyselyitä on toteutettu vuodesta 1996 alkaen joka toinen vuosi. Vuoden 2023 kouluterveyskyselyn tulosten mukaan raittiiden nuorten osuus on kasvanut vuodesta 2006 asti (Helenius & Kivimäki, 2023, s. 9). A-klinikkasäätiön (2024) mukaan päihteiden käyttöön liittyvät muutokset ovat nopeita ja uusia päihdeilmiöitä syntyy jatkuvasti. Nuorten päihteidenkäyttö elää siis nopeasti ajan ja muoti-ilmiöiden mukaisesti.

Opinnäytetyöni aihe on nuorten havaintoja alaikäisten päihteidenkäytöstä Seinäjoella. Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä tietoa alaikäisten päihteidenkäytöstä Seinäjoella. Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää nuorten havaintoja alaikäisten päihteidenkäytöstä ja päihteiden välittämisestä alaikäisille. Lisäksi tarkoituksena on selvittää nuorten toiveita ehkäisevään päihdetyöhön liittyen. Yhteistyötahoni, eli Seinäjoen kaupungin hyvinvoinnin ja osallisuuden yksikkö, voi käyttää opinnäytetyötäni ehkäisevän päihdetyön kehittämisessä. Olin harjoittelussa Seinäjoen kaupungin hyvinvoinnin ja osallisuuden yksikössä keväällä 2023, jossa pääsin osallistumaan nuorten päihdetilannekyselyn tekemiseen. Käytän kyselyn tuloksia opinnäytetyöni tutkimusaineistona.

Valitsin tämän aiheen sen monipuolisuuden ja kiinnostavuuden vuoksi. Nuorten päihteidenkäyttöön liittyy paljon erilaisia näkökulmia ja syy-seuraussuhteita. Päihteitä on myös paljon erilaisia ja kuten todettu, uusia päihdeilmiöitä ilmaantuu jatkuvasti. Mielestäni tämä aihe on aina ajankohtainen, koska erilaiset kokeilut kuuluvat monen nuoruuteen. Oleellista on erottaa päihdekokeilut nuoren hyvinvointia vaarantavasta päihdehäiriöstä (Kosola ym., 2018, s. 865).

2 NUORUUS ELÄMÄNVAIHEENA

2.1 Nuoruuden kehitysvaiheet

Aalbergin ja Siimeksen (2007, s. 15) mukaan nuoruus sijoittuu lapsuuden ja aikuisuuden väliin, ikävuosille 12–22. Jotta nuori pystyy löytämään uuden identiteetin, hänen täytyy ensin irrottautua lapsuudesta. Identiteetin etsiminen voi näkyä ajoittaisena mielialojen vaihteluna, erilaisina kokeiluina ja jyrkinä mielipiteinä (Korhonen, 2021). Identiteetin löytymisen kautta nuorelle on muodostunut elämän ihanteet sekä kyky läheisyyteen, uskollisuuteen ja solidaarisuuteen. Jos taas identiteetin rakentaminen epäonnistuu, voi se näkyä esimerkiksi eristäytymisenä tai epätoivona.

Leskisenojan ja Sandbergin (2019, s. 31–32) mukaan nuoruuteen kuuluu oman osaamisen tunnistamista, uusien taitojen oppimista, itseluottamuksen kehittämistä ja itsenäistymistä. Nuorella on luonnostaan halu oppia uutta, kehittyä ja kouluttautua – kasvaa aikuiseksi. Nuori tarvitsee tässä apunaan ystäviään, vanhempia, opettajia ja muita turvallisia ihmisiä ja läheisiä. Kehittääkseen myönteisen minäkuvan ja vahvan itsetunnon nuori tarvitsee omien vahvuuksien tunnistamista, onnistumisen kokemuksia ja arvostusta. Nuoruudessa valmistetaan itseään tulevaan, pohditaan omaa potentiaalia ja erilaisia kiinnostavia mahdollisuuksia elämässä. Toisaalta nuori voi kokea myös epävarmuuden, hämmennyksen ja yksinäisyyden tunteita. Aikuisen täytyy ohjata nuorta oikeaan suuntaan tämän tunnekuohuissa, jotta nuori saa varmuuden siitä, että nuoruuden eri vaiheista selvitään yhdessä aikuisen kanssa. Vähitellen nuori oppii myös luottamaan itseensä ja omiin päätöksiinsä.

Nuoruudessa persoonallisuusrakenteet järjestyvät uudelleen ja vakiintuvat (Aalberg & Siimes, 2007, s. 67). Nuoruusiän tapahtumat muuttavat persoonallisuutta ratkaisevalla tavalla, johon vaikuttavat aikaisemmat kehitysvaiheet, synnynnäinen kasvun ja kehityksen voima, aikuisuutta kohti pyrkiminen sekä ympäristön ja nuoren vuorovaikutus. Psykkinen kasvu nuoruudessa on sekä voimakasta kehittymistä että ajoittaista psyykkisten toimintojen taantumista. Täten lapsuudenaikaiset toiveet ja traumat palaavat mielen työstettäviksi. Korhosen (2021) mukaan monet mielenterveyden ongelmat alkavat, kun puberteettikehitys käynnistyy. Nuorella voi esiintyä myös unihäiriöitä, vuorokausirytmien ongelmia, epäsosiaalista käytöstä sekä päihdekokeiluja ja päihteidenkäyttöä.

Nuoren on ratkaistava nuoruuden kehitystehtävät, joita ovat irrottautuminen vanhemmista, murrosiän myötä muuttuvan kehon, seksuaalisuuden ja seksuaalisen identiteetin jäsentäminen sekä toisiin nuoriin turvautuminen nuoruuden kasvun ja kehityksen aikana (Aalberg & Siimes, 2007, s. 68). Heidän mukaansa nuoruus jaetaan ikävuosille 12–14 sijoittuvaan varhaisnuoruuteen, varsinaiseen nuoruuteen, joka sijoittuu ikävuosille 15–17 sekä jälkinuoruuteen ikävuosina 18–22.

Aalbergin ja Siimeksen (2007, s. 68–69) mukaan varhaisnuoruus liittyy alkaneeseen murrosikään eli puberteettiin. Tähän aikajaksoon kuuluvat laajat ja nopeat muutokset, kuten tunteiden kuohuminen, kehon muuttuminen ja irrottautuminen vanhemmista (Korhonen, 2021). Irrottautumisprosessin aikana nuorella voi ilmetä riitaisuutta, uhmaa ja vetäytymistä. Varhaisnuoruudessa nuori voi elää ristiriidassa, koska toisaalta hänellä on tarve itsenäistyä ja toisaalta halu palata riippuvuuteen vanhemmistaan (Aalberg & Siimes 2007, s. 68–69). Nuoruudessa tapahtuu myös seksuaalista heräämistä ja erilaisten kokeilujen kautta nuori voi etsiä omaa seksuaalisuuttaan (Korhonen, 2021).

Korhosen (2021) mukaan ikävuosia 15–17 kutsutaan keskinuoruudeksi, Aalbergin ja Siimeksen (2007, s. 69) mukaan varsinaiseksi nuoruudeksi. Korhosen (2021) mukaan tällöin pahin kuohunta on yleensä jo ohitettu ja nuori totuttelee uudenlaiseen kehoon. Myös ajattelu ja tunne-elämä kehittyvät. Toiminnanohjauksen, abstraktin ajattelun ja syy-seuraussuhteiden hahmottamisen taidot saavuttavat aikuisen tason. Ajattelun avulla nuori pystyy hahmottamaan asioiden seurauksia, vaihtamaan näkökantojaan ja ennakoimaan tapahtumia.

Aalbergin ja Siimeksen (2007, s. 69–70) mukaan varsinaisessa nuoruudessa nuoren oman seksuaalisuuden kehitys ja sen vaikutus ihmissuhteisiin on keskeistä. Epävarmuus omasta seksuaalisuudesta on tavallista. Muut nuoret ovat tärkeässä asemassa seksuaalisuuden rakentamisessa, sillä omaa minuutta vahvistetaan seurustelusuhteiden avulla. Varsinaisen nuoruuden aikana nuoresta tulee energinen ja aktiivinen, omia kykyjä ja ympäristöön vaikuttamistapoja etsivä yksilö.

Jälkinuoruus sijoittuu ikävuosille 18–22 (Aalberg & Siimes, 2007, s. 70–71). Tällöin nuori on jo niin irrottautunut vanhemmista, että hän kykenee kohtaamaan heidät yhä tasa-arvoisemmin. Nuori pyrkii ymmärtämään heidän reaktioitaan ja elämäntapahtumien vaikutusta. Jälkinuoruudessa empatiakyky lisääntyy ja itsekeskeiset valinnat vähenevät niiden korvautuessa kaveri- ja seurustelusuhteilla, jotka vaativat myötäelämistä. Nuori tekee valintoja, joilla

on vaikutusta tulevaisuuteen ja hän sijoittaa itsensä aiempaa laajempaan ympäristöön, eli yhteiskuntaan. Vastuunkantaminen korostuu ja omat ammatilliset päämäärät selkenevät. Nuori pohtii myös mahdolliseen perheen perustamiseen liittyviä asioita.

2.2 Sosiaaliset suhteet ja erilaiset ympäristöt nuoruudessa

Nuoret tulevat erilaisista perheistä ja kasvuympäristöistä (Leskisenoja & Sandberg, 2019, s. 39). Kaikilla ei esimerkiksi ole omaa perhettä tai se ei ole turvallinen. Jokainen ympäristö on kehityksellisesti merkityksellinen ja jokainen nuori tarvitsee aikuisen yhteydenpitoa, turvaa ja huolenpitoa. Jos nuorella ei ole omaa perhettä tai se ei ole turvallinen, muiden aikuisten täytyy tarjolla nuorelle tukea. Nuoren itsenäistyessä hän irtautuu hiljalleen lapsuudenkodistaan tai kasvuympäristöstään. Ympäristöllä on suuri vaikutus nuoren kehittymisessä hyvinvoivaksi aikuiseksi. Osa nuorista kaipaa uusia toimintamalleja kodin lisäksi myös muualta ja vähitellen nuori rakentaa itselleen mieluisan, uuden toimintaympäristön. On hyvä muistaa, että nuoren itsenäistyminen ja etäänntyminen vanhemmista ei poista nuoren tarvetta aikuisen läsnäoloon ja turvaan. Leskinen ja Sandberg (2019, s. 41) muistuttavat, että vanhempien tai kasvattajien lisäksi myös koulun henkilökunnalla on tärkeä rooli nuorten hyvinvoinnin tukijoina.

Sosiaaliset suhteet ja tilanteet kehittävät ja kasvattavat nuorta kohti aikuisuutta. Aalbergin ja Siimeksen (2007, s. 71–72) mukaan nuoren irtautuessa vanhemmissa tämä turvautuu ikätovereihinsa yksinäisyyden uhan varalta. Ikätoverit auttavat oman minuuden rakentamisessa ja heidän kanssaan kasvetaan kohti aikuisuutta. Kaverisuhteilla on suuri merkitys nuoruudessa (Korhonen, 2021). Kavereiden avulla voidaan irrottautua vanhemmista ja peilata muiden hyväksyntää. Leskisenojan ja Sandbergin (2019, s. 31) mukaan nuorilla on kyky heittäytyä uusiin asioihin, kokea ja oppia. Nuorella on lupa myös erehtyä ja yrittää uudelleen. Näitä taitoja he voivat harjoittaa ryhmässä tai kaveriporukassa. Varhaisnuoruudessa ryhmät ovat mäsaryhmiä, joita kokoaa ja hallitsee yhteenkuuluvuuden tunne. Ryhmissä on esimerkiksi mahdollisuus ajatusten ja tunteiden ilmaisuun sekä rajojen kokeiluun. Varsinaisessa nuoruudessa ryhmistä tulee eriytyneempiä ja ne ovat pienempiä. Ryhmiä yhdistää usein jokin yhteinen harrastus tai ideologia.

Ryhmällä on suuri merkitys nuoren identiteetin rakentumisessa (Aalberg & Siimes, 2007, s. 72–73). Ryhmä auttaa nuorta yksinäisyyden, ahdistuksen ja omien impulssien hallinnassa. Nuoret voivat myös toimia ryhmässä tavalla, jolla eivät ilman ryhmää uskaltaisi. Ryhmä

edistää lapsuuden siteistä irrottautumista ja lisää nuoren itsevarmuutta. Nuoren tulee toimia ryhmän hyväksymällä tavalla ja koska halu kuulua joukkoon on niin suuri, kriittisimmätkin sisäiset äänet hiljenevät. Jos nuori jää ryhmän ulkopuolelle, terve psyykinen kehitys häiriintyy. Vaikka nuori tarvitsee kehityksessään ryhmää ja ikätovereita, kaikki ryhmät eivät ole hyväksi kasvulle vaan voivat myös vastustaa sitä ja toimia tuhoavasti.

3 PÄIHTEIDEN MÄÄRITTELYÄ

3.1 Tupakkatuotteet

Tässä opinnäytetyössä tupakkatuotteilla tarkoitetaan tupakkaa, nuuskaa ja sähkötupakkaa. Tupakkatuotteiden sisältämä nikotiini on tärkein riippuvuutta aiheuttava aine (THL, 2023b). Nikotiini on piristävä ja stimuloiva aine, joka aiheuttaa vahvaa riippuvuutta. Riippuvuus syntyy sitä helpommin, mitä nuorempana ja mitä enemmän nikotiinia imeytyy elimistöön (Hartikainen, 2023). Nikotiinista aiheutuvia vieroitusoireita ovat ärtyneisyys, levottomuus, kärsimättömyys, univaikeudet, makeanhimo ja päänsärky. Nikotiini myös supistaa verisuonia, rasittaa sydäntä, nostaa sydämen sykettä ja altistaa rytmihäiriöille. Sen runsas käyttö voi lisätä sydän- ja verisuonisairauksiin sekä kakkostyyppin diabetekseen sairastumisen todennäköisyyttä. Nikotiini altistaa myös syöväälle, sillä se edistää syövän syntyyn liittyviä muutoksia soluissa, syöpäkasvaimien kasvua ja heikentää syöpähoitojen vaikutuksia.

Tupakka on stimulantteihin luokiteltu päihde, joka on laillinen Suomessa (A-klinikkasäätiö, i.a.-b). Se on kuitenkin kielletty alle 18-vuotiailta. Tupakan tiedetään olevan yhteydessä moneen eri sairauteen, sillä se kasvattaa esimerkiksi keuhkosyövän, keuhkohtaumataudin sekä sydän- ja verenkiertoelinten sairauksien riskiä (Aro, 2023).

Nuuska on nikotiinituote, joka koostuu jauhetusta tupakasta, johon on lisätty muun muassa maku- ja säilöntäaineita (THL, 2023d). Nuuskaa käytetään ikenen ja ylähuulen välissä annospussissa tai irtonuuskana. Nuuskan myynti on kiellettyä Suomessa. Nuuskan käyttö voi muun muassa aiheuttaa erilaisia suun terveyden vaurioita, syöpää, diabetesta ja nostattaa pitkään käytettynä ennenaikaisen kuoleman riskiä.

Sähkötupakka eli vape taas on akkukäyttöinen laite, jolla kuumennetaan säiliössä olevaa nestettä hengitettäväksi aerosoliksi (THL, 2024b). Sähkötupakassa olevat nesteet voivat olla nikotiinittomia tai nikotiinia sisältäviä. Sähkötupakan käyttö altistaa monille haitallisille aineille, kuten nikotiinille ja metalleille. Sähkötupakointi muun muassa haittaa keuhkojen normaalia toimintaa ja alentaa niiden toimintakykyä.

Tupakkalain (549/2016) mukaan tupakkatuotteita tai nikotiininesteitä ei saa myydä, luovuttaa tai välittää alle 18-vuotiaille. Myöskään tupakan vastikkeita, välineitä tai sähkösavukkeita ei saa elinkeinotoiminnassa luovuttaa tai myydä alle 18-vuotiaalle. Alaikäisiä koskee myös

maahantuontikielto, eli alle 18-vuotias ei saa kuljettaa maahan tupakkatuotteita tai nikotiinesteitä.

3.2 Alkoholi

Alkoholilla viitataan etanoliin, eli etyylialkoholiin, joka on käymisprosessista syntyvä kemiallinen yhdiste (A-klinikkasäätiö, i.a.-a). Alkoholi on laillinen päihde Suomessa. Alkoholi voi aiheuttaa sekä sosiaalisia että terveydellisiä haittoja (Mäkelä & Niemelä, 2022). Alkoholin yleisimpiä terveyshaittoja ovat sen vaikutukset syöpäsairauksiin, mielenterveyteen, verenkierto- ja ruuansulatuselimistön sairauksiin ja uneen. Alkoholin käyttö nostattaa erilaisten tapaturmien, kuten kaatumisten, liikenneonnettomuuksien ja palovammojen riskiä sekä altistaa väkivallan teolle ja sen uhriksi joutumiselle. Runsaasti alkoholia käyttävät sairastavat muita enemmän masennusta ja ahdistuneisuushäiriöitä. Nuoren alkoholinkäyttö on riskikäyttöä, sillä toistuva humalahakuinen alkoholinkäyttö nuorena lisää riskiä päihde- ja mielenterveysongelmille sekä ennenaikaiselle kuolemalle. Mahdollisia sosiaalisia haittoja ovat muun muassa järjestyshäiriöt, riidat ja väkivalta.

Alkoholilain (1102/2017) mukaan alkoholin välittäminen alaikäisille on kiellettyä. Lain mukaan on rangaistavaa, jos tahallaan toimii seuraavasti:

– – tarjoaa alle 18-vuotiaalle alkoholijuomaa tai väkiviinaa niin, että tämä siitä juopuu, ja tarjoamista voidaan alaikäisen ikä, kypsyysaste ja muut olosuhteet huomioon ottaen kokonaisuudessaan pitää moitittavana – –

3.3 Kannabis ja muut huumeet

Huumeet ovat laittomia päihteitä (Tarnanen ym., 2018). Yleisimpiä huumeita ovat kannabis, amfetamiini, LSD, kokaiini, ekstaasi ja heroini. Väärinkäytettyinä myös lääkkeet ovat huumausaineita. Huumeet ovat haitallisia terveydelle niin psyykkisesti kuin fyysisesti ja niihin kehittyy helposti riippuvuus. Huumeiden vaikutukset ovat kiihottavia tai lamaannuttavia. Kiihottavat huumeet kohottavat mielialaa ja vireystilaa. Tällaisia huumeita ovat esimerkiksi amfetamiini ja ekstaasi. Lamaannuttavilla huumeilla, kuten heroiinilla ja morfiinilla on rentouttava ja rauhoittava vaikutus.

Kannabis on yleisin huume Suomessa (Häkkinen, 2023). Kannabiskasvi sisältää kannabinoideja, jotka muun muassa päihdyttävät ja vähentävät ahdistuneisuutta. Kannabiksen

yleisin käyttötapa on polttaminen, mutta sitä käytetään myös suun kautta (Mustonen ym., 2019, s. 1733). Kannabiksen käyttö aiheuttaa päihtymystilan, jonka aikana voi kokea muun muassa euforian tunnetta ja lisääntynyttä sosiaalisuutta. Se voi kuitenkin aiheuttaa myös paniikkia, ahdistusta ja hetkellisiä kognitiivisen toiminnan häiriöitä. Häkkisen (2023) mukaan kannabiksen käytön välittömiä vaikutuksia ovat esimerkiksi rentoutuminen, väsymys, hyvän olon tunne ja ajattelun hajanaisuus. Käyttäjällä voi ilmetä myös huimausta, sydänoireita ja ruokahalun lisääntymistä.

Kannabiksen käytön pitkäaikaisvaikutuksia ovat saamattomuus sekä motivaation, oppimiskyvyn, tarkkaavaisuuden ja muistin heikkeneminen (Häkkinen, 2023). Kannabiksen pitkäaikaisvaikutukset ovat sitä vaikeammat, mitä enemmän kannabista on käyttänyt ja mitä nuorempana kannabiksen käytön on aloittanut. Kannabiksen käyttö altistaa erityisesti nuoria psykoosiin sairastumiselle. Erityisen suuri riski psykoosiin sairastumiselle on, jos henkilö on aloittanut kannabiksen käytön nuorena ja jos hänellä on vakavia mielenterveyden häiriöitä lähisuussa. Nuorena aloitettu kannabiksen käyttö nostattaa myös masennuksen riskiä ja myöhempiä itsemurhariskiä.

Huumausaineiden käyttöä rajoittaa laki. Huumausainelaisissa (373/2008) määritellään lain tavoitteista seuraavasti:

Tämän lain tavoitteena on huumausaineiden laittoman Suomeen tuonnin, Suomesta viennin, valmistuksen, levittämisen ja käytön ehkäiseminen sekä muiden huumaantumistarkoituksessa käytettävien aineiden aiheuttamien terveysriskien vähentäminen.

4 NUORTEN PÄIHTEIDENKÄYTTÖ

4.1 Nuorten päihteidenkäytön yleisyys

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL, 2023c) mukaan päihdekokeilut ovat nuorilla tavallisia. Ensimmäiset päihdekokeilut tehdään tavallisesti 10–15 vuoden iässä tupakalla, mutta nykyään yhä useammin esimerkiksi nuuskalla tai sähkötupakalla (Kosola ym., 2018, s. 865–866). Nuorten tupakoinnin vähennyttyä ensimmäisiä päihdekokeiluja tehdään usein myös alkoholilla. Vaikka erilaiset kokeilut kuuluvat nuoruuteen, vakiintuu osa niistä pysyviksi terveystottumuksiksi tai käyttäytymismalleiksi (Kosola ym., 2018, s. 865). Nuoren säännöllinen päihteidenkäyttö lisää riskiä myöhemmille päihde- ja mielenterveysongelmille.

Alkoholi on suomalaisnuorten yleisin päihde tupakan rinnalla. 12–18-vuotiaiden suomalaisten nuorten tupakointi on kuitenkin vähentynyt 2000-luvun alusta (Syöpäjärjestöt, i.a.). Nuorten tupakointi on vähentynyt huomattavasti osittain sen takia, ettei tupakointi enää kuulu nuorisokulttuuriin (Winell ym., 2022a, s. 16). Nuuskan käyttö on lisääntynyt etenkin ammattiin opiskelevilla ja tyttöjen nuuskan käyttö on lisääntynyt kaikilla koulutusasteilla. Uusin muoti-ilmiö nuorten päihdekokeiluissa on sähkötupakka eli vape.

Alkoholi on nuorten eniten käyttämä päihde, mutta alaikäisten alkoholinkäyttö on vähentynyt viimeisen kahdenkymmenen vuoden aikana (Sote-uudistus, 2022). Tutkimukset osoittavat syyksi tälle ainakin saatavuuden huononemista, eli nuoret kokevat alkoholin hankkimisen aiempaa hankalammaksi. Tähän saattaa vaikuttaa ainakin kauppojen omavalvonnan parantuminen ja vanhempien asenteiden kiristyminen. Päihteiden käytön vähenemiselle voi olla syynä myös se, että päihteiden haitat tiedostetaan entistä paremmin ja nuoret arvostavat nykyään enemmän terveellisiä elämäntapoja (Knaappila ym., 2021).

Huumeidenkäyttö on kasvanut myös lasten ja nuorten keskuudessa (Poliisi, 2021). Erityisesti tyttöjen huumeidenkäyttö lisääntyi vuonna 2020. Von der Pahlenin ym. (2013) mukaan nuoren tuttavapiiriin kuuluu yhä useammin joku, joka on kokeillut huumeita tai tarjonnut niitä. Huumeiden hankkimista pidetään nyt helpompana kuin ennen ja suurin osa niiden tarjonnasta tulee tuttavilta tai ystäviltä. Niistä nuorista, jotka eivät käytä alkoholia tai tupakoi, vain hyvin harva kokeilee huumeita.

Eräässä tutkimuksessa tutkittiin muutoksia kannabiksen käytössä ja asenteissa alaikäisillä ja täysi-ikäisillä nuorilla (Karjalainen ym., 2019). Tutkimuksen mukaan kannabiksen käyttö ja

kokeilu ovat yleistyneet täysi-ikäisillä nuorilla, mutta ei alaikäisten keskuudessa. Kannabiksen käyttöön liittyvät riskikäsitteet olivat lieventyneet sekä täysi-ikäisillä että alaikäisillä nuorilla. Syynä huumeidenkäytön lisääntymiseen voi siis olla se, että nuorten huumeasenteet ovat lieventyneet niin säännöllistä käyttöä kuin satunnaista kannabiksen polttamistakin kohtaan. Jotkut kokeilevat kannabista vain kerran, osa satunnaisesti ja joillekin kannabiksen polttamisesta tulee säännöllinen tapa. Tutkimuksen analyysissä kuitenkin muistutetaan, että nuoret eivät ole yhteneväinen ryhmä, vaan jokainen on oma yksilö ja käyttäytyy omalla tavallaan. Kannabiksen käytössä on vaihtelua myös alueellisesti (Kosola ym., 2018, s. 866). Esimerkiksi Uudellamaalla kannabiskokeiluja on kaksinkertainen määrä Etelä-Pohjanmaahan verrattuna.

Vuoden 2023 kouluterveyskyselystä saatiin seurantatietoa lasten ja nuorten hyvinvoinnista, terveydestä ja palveluista (Helenius & Kivimäki, 2023, s. 1). Kyselyssä selvitettiin myös lasten ja nuorten päihteidenkäyttöä. Tuloksia verrattiin edelliseen tiedonkeruuvuoteen 2021. Heleniuksen ja Kivimäen mukaan (2023, s. 10) mukaan nuorten tupakointi on vähentynyt 2000-luvun alusta lähtien. Yleisintä se on edelleen ammatillisten oppilaitosten opiskelijoilla, joissa 1. ja 2. vuoden opiskelijoiden poikien osuus päivittäin tupakoivista on 13 % ja tyttöjen 14 %. Perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilaista päivittäin tupakoi 6 % pojista ja 4 % tytöistä ja lukioden 1. ja 2. vuoden opiskelijoista 2 % pojista ja 3 % tytöistä.

Nuuskaa käytti vuonna 2023 päivittäin perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilaista 6 % tytöistä ja 2 % pojista (Helenius & Kivimäki, 2023, s. 10). Lukiolaisista nuuskaa käytti päivittäin 4 % pojista ja 1 % tytöistä. Ammatillisten oppilaitosten pojista nuuskaa käytti päivittäin 17 % ja tytöistä 7 %. Luvut eivät juurikaan muuttuneet suuntaan tai toiseen vuoteen 2021 verrattuna. Sähkösavukkeita eli vapea käyttävien nuorten määrä kasvoi hieman verrattuna vuoteen 2021 (mts. 11). Sähkösavukkeita käytti päivittäin vuonna 2023 7 % perusopetuksen 8. ja 9. luokan pojista ja 6 % tytöistä, 2 % lukioden pojista ja 3 % tytöistä sekä 6 % ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevista pojista ja 7 % tytöistä.

Vuoden 2023 kouluterveyskyselyn tulosten mukaan alkoholia käytti vahvaan humalaan asti vähintään kerran kuukaudessa ammatillisissa oppilaitoksissa 23 % pojista ja 20 % tytöistä, kun taas lukioden opiskelijoista (pojat ja tytöt) 15 % (Helenius & Kivimäki, 2023, s. 8). Perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilailla luvut olivat 10 % (pojat) ja 8 % (tytöt). Verrattaessa vuoteen 2021 raittiiden osuus kasvoi hieman kaikilla koulutusasteilla (mts. 9). Kaksi kolmasosaa perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilaista vastasi kyselyyn, ettei käytä alkoholijuomia (pojat 68 % ja

tytöt 67 %). Lukioden opiskelijoista raittiita kertoi olevansa 45 % pojista ja 40 % tytöistä. Ammatillisissa oppilaitoksissa raittiita kertoi olevansa noin kolmasosa opiskelijoista (pojat 38 % ja tytöt 36 %). Raittiiden osuus on kasvanut vuodesta 2006 asti.

Heleniuksen ja Kivimäen (2023, s. 9) mukaan kannabista oli perusopetuksen 8. ja 9. luokan oppilaista kokeillut vähintään kerran pojista 9 % ja tytöistä 6 %. Lukioden pojista kannabista oli kokeillut vähintään kerran 12 % ja tytöistä 11 %, kun taas ammatillisten oppilaitosten pojista 15 % ja tytöistä 18 %.

4.2 Nuorten päihteidenkäytön altistavat ja suojaavat tekijät

Päihteidenkäytölle altistavia ja siltä suojaavia tekijöitä on monia. On tärkeää tunnistaa altistavat ja suojaavat tekijät sekä niiden vaikutus päihteidenkäyttöön. Päihteidenkäytölle altistavat ja siltä suojaavat tietyt persoonallisuuspiirteet (Kosola ym., 2018, s. 867). Esimerkiksi elämishakuisuuteen, impulsiivisuuteen, toivottomuuteen ja suurpiirteisyyteen liittyy lisääntynyt riski humalahakuiseseen juomiseen. Kosola ym. kuitenkin muistuttavat, etteivät nämä piirteet johda automaattisesti päihdeongelmiin, vaan nuoren on mahdollista vaikuttaa omaan persoonallisuuteen opettelemalla tunteiden tunnistamista ja hallintaa, sosiaalisia taitoja sekä päätöksentekoa. Päihteidenkäytöltä taas suojaa harkitsevainen ja maltillinen luonne.

Päihteidenkäytölle voi altistaa lapsuuden käytös- tai uhmakkuushäiriö sekä ADHD (Kosola ym., 2018, s. 867). Ne lisäävät hoitamattomina nuoren päihdekokeilujen ja myöhempien päihdeongelmien riskiä. Päihdehäiriöiden riskiä lisää myös lapsuus- tai nuoruusiän masennus. Myös perheellä on vaikutusta nuoren päihteidenkäyttöön. Esimerkiksi valvonnan puute, epä johdonmukaisuus kurinpidossa, perheriidat ja vuorovaikutusongelmat voivat lisätä riskiä nuoren päihteidenkäytölle (mts. 867–868). Perhe voi suojata nuorta päihteidenkäytöltä, jos suhteet vanhempiin ovat läheiset, vuorovaikutus on toimivaa ja vanhempien suhtautuminen alaikäisten päihteidenkäyttöön on kielteinen.

Eräessä kouluterveydenhoitajan toteuttamassa varhaisen tuen interventiossa tarkasteltiin 14–15-vuotiaiden nuorten päihteidenkäyttöä ja sen yhteyttä voimavaroihin (Pirskanen ym., 2013). Tutkimuksen mukaan nuorten päihteettömyydellä oli yhteys ystävien ja vanhempien kannustavaan tukeen, kun taas päihteidenkäytöllä oli yhteys ystävien päihteidenkäyttöön sekä negatiiviseen itsetuntoon ja terveyteen. Päihteidenkäyttö ja muut elämäntavat ovat yhteydessä nuoren voimavaroihin ja voimavarat suojaavat nuorta haitallisilta valinnoilta.

Sisäisistä voimavaroista tärkeitä ovat sosiaaliset taidot ja itsetunto, kun taas ulkoisista voimavaroista oleellisia ovat vanhempien ja ystävien tuki sekä harrastukset. Puutteellisilla voimavaroilla tiedetään kuitenkin olevan suurempi vaikutus päihteidenkäytön lisääntymisessä murrosiän keskivaiheessa kuin suojaavilla tekijöillä. Tutkimuksen tulosten mukaan nuoret käyttävät päihteitä seuran, hauskanpidon ja rentoutumisen vuoksi.

Tupakkatuotteita käytetään alaikäisenä tupakan 18 vuoden ostoikärajasta huolimatta (Winell ym., 2022b, s. 18). Nuoria altistaa tupakoinnin kokeilemiselle ja aloittamiselle muun muassa kokeilunhalu sekä perheenjäsenen, kaverin tai esikuvana pidetyn aikuisen tupakointi. Myös asenteilla on merkitystä. Nuori, joka näkee tupakoinnin terveydelle haitallisena tai ylipäättään suhtautuu kielteisesti tupakkatuotteiden käyttöön, pysyy todennäköisemmin tupakoimattomana. Mielikuvat siitä, millainen on tyypillinen nuoren omaan vertaisryhmään kuuluva tupakoi ja haluaako nuori samaistua tällaiseen henkilöön, vaikuttavat nuoren kiinnostukseen tupakoinnin aloittamisesta. Nuoret ovat myös alttiita mainonnalle sosiaalisessa mediassa, mikä lisää nuorten tupakkatuotteiden käyttöä.

Tupakointi on yleisempää niillä nuorilla, joilla on huono koulumenestys ja jotka ovat keskeyttäneet tai lopettaneet koulunkäynnin aikaisin (Winell ym., 2022b, s. 18). Nuorten tupakointia lisäävät myös mieliala- ja käyttäytymishäiriöt. Masentuneet nuoret tupakoivat enemmän kuin muut nuoret. Nuuskaaminen on yleistynyt, mikä voi olla yhteydessä nuuskan välittämisen ja sen käytön ympärille syntyneisiin sosiaalisiin verkostoihin (Winell ym., 2022a, s. 16). Nuuskaamisella on yhteys erityisesti joukkueurheilun, kuten jääkiekon harrastamiseen (Kannas & Rimpelä, 2022, s. 86–87). Urheiluseuroihin kuuluvista nuorista nuuskaa käyttävät lähinnä pojat.

Tupakka- ja nikotiiniriippuvuuteen vaikuttavat ja sitä ylläpitävät ympäristötekijät, yksilön psyykkiset ja fysiologiset tekijät sekä perintötekijät (Winell ym., 2022a, s. 15). Nuorilla erityisen merkityksellisiä ovat ympäristötekijät ja perintötekijöiden merkitys voimistuu aikuisuutta kohti mentäessä. Nuoren kiinnostumiseen tupakkatuotteiden kokeiluista tai käytön aloittamisesta vaikuttavat sosiaalinen paine, vertaisryhmän käyttäytyminen ja asenteet (mts. 15–16). Nuorten tupakkatuotteiden kokeiluun tai jo aloitetun käytön jatkamiseen voi houkutella oppilaitoksen tai työpaikan toimintakulttuuri, kuten tauon viettotavat.

Nuorten tupakoinnin aloittamisen ehkäisemisessä keskeistä on yhteiskunnan toimet, koulujen ja oppilaitosten, kotien sekä harrasteseurojen aktiivisuus puuttua varhaisiin kokeiluihin

(Korhonen ym., 2022, s. 81). Tupakointi aloitetaan tyypillisesti 14–18-vuoden iässä, joten aloittamisen ehkäisemisessä onkin hyvä suunnata katse tähän ikäryhmään ja nuorempiin. Tupakoivat vanhemmat lisäävät lastensa tupakoinnin todennäköisyyttä. Myös nuoren ystäväpiirillä on vaikutusta tupakoinnin aloittamiseen.

Nuoret, joiden vanhemmat ovat matalasti koulutettuja, käyttävät alkoholia ja kannabista enemmän kuin nuoret, joiden vanhemmat ovat korkeasti koulutettuja (Knaappila ym., 2021). Vanhempien matala sosioekonominen asema ja työttömyys ovat siis nuoren päihteidenkäytölle altistavia tekijöitä. Vanhempien heikkoon sosioekonomiseen asemaan liittyy myös usein muuta nuoren ongelmakäyttäytymistä. Tätä yhteyttä selittävät muun muassa se, että nuoruuden käytösmallit ovat sosiaalisen ympäristön muovaamia. Työttömät ja matalasti koulutetut aikuiset käyttävät päihteitä enemmän suhteessa muuhun väestöön. Tähän voi olla syynä esimerkiksi tiedon puute päihteidenkäytön haitoista ja sallivampi asenne nuorten päihteidenkäyttöön. Vanhempien päihteidenkäyttö siis altistaa myös nuorta päihteidenkäytölle. Nuori voi kokea matalan sosioekonomisen aseman osaksi identiteettiään ja kokea tässä ryhmässä yleisen käyttäytymisen, kuten päihteidenkäytön, ryhmään kuulumuutta ja identiteettiään vahvistavaksi tekijäksi. Tutkimusten mukaan sosioekonomisen aseman ja ongelmakäyttäytymisen yhteydessä näkyy ylisukupolvisuus, eli matala koulutus, työttömyys ja päihteidenkäyttö siirtyvät sukupolvelta toiselle. Sharminin (ym., 2017) mukaan vanhempien alkoholin tarjonta lapsuudessa liittyy lisääntyneeseen riskijuomiseen myöhemmin murrosiässä.

4.3 Nuorten päihteidenkäytön haitat

Päihdekokeilut alkavat usein 12–13 vuoden iässä (von der Pahlen ym., 2013). Osalla kokeilut pysyvät hillittyinä, kun taas osalla ne muuttuvat nopeasti päihtymisen tavoitteluun (Raitasalo, 2021). Hyvin varhain aloitetusta humalahakuisesta alkoholinkäytöstä seuraa nopeammin sekä fyysisiä että sosiaalisia ongelmia (von der Pahlen ym., 2013). Nuoren runsas alkoholin käyttö vaikuttaa keskeisiin aivotoimintoihin, mutta vaikutusten vakavuus riippuu alkoholin määrästä ja juomatavasta. Toistuvat humalatilat ja niihin liittyvät vieroitusoireet ja krapulat ovat erityisen haitallisia nuorelle. Lisäksi päihteidenkäyttö altistaa riskienotolle ja voi aiheuttaa aggressiivisuutta. Päihtymystilassa nuori voi altistua helpommin väkivallalle sekä tekijänä että uhrina. Päihteidenkäytöstä voi seurata nuorelle haittaa myös esimerkiksi tapaturmien ja lisääntyneiden koulupoissaolojen muodossa. Päihteidenkäyttö lisää ammatillisen koulutuksen tai lukion keskeyttämisistä, jolloin se vaikeuttaa myös jatkokouluttautumista.

Tutkimusten mukaan varhain aloitettu alkoholinkäyttö altistaa myöhemmille päihdehäiriöille (von der Pahlen ym., 2013). Päihdehäiriö alkaa kehittyä yleensä 14–15-vuotiaana (THL, 2023c). Häiriöstä on kyse silloin, kun päihteet alkavat hallita elämää. Häiriön oireita ovat muun muassa pakonomainen halu käyttää päihteitä, halu käyttää entistä suurempia määriä päihteitä ja vieroitusoireet. Päihdehäiriössä päihteidenkäyttö häiritsee muusta elämästä suoriutumista ja päihteidenkäytöstä on tullut elämän keskeinen sisältö. Häiriön oireita on myös päihteiden käytön kontrollin heikentyminen ja se, että päihteiden käyttö jatkuu haitoista huolimatta. Päihdeongelmilla on yhteys nuorten mielenterveyteen, sillä mitä aikaisemmin nuori aloittaa päihteidenkäytön ja mitä runsaampaa se on, sitä todennäköisemmin hän oireilee myös muutoin psyykkisesti tai kärsii jostain mielenterveyden häiriöstä.

Nuorten päihdeongelmissa varhainen puuttuminen on erityisen tärkeää, jotta ongelmiin päästään vaikuttamaan helpommin (THL, 2023c). Keskeistä nuorten päihdeongelmien ehkäisyssä ja hoidossa onkin nopea avun piiriin pääseminen, jotta haasteet eivät pääse pahenemaan (Raitasalo, 2021). Jotta ongelmaa voidaan hoitaa, on tunnistettava päihdehäiriölle altistavat ja siltä suojaavat tekijät (THL, 2023c). Päihdehäiriön hoidossa vahvistetaan suojaavia ja pyritään vähentämään altistavia tekijöitä. On tavallista, että päihdehäiriöisellä nuorella on myös muita haasteita. Hoidossa pyritäänkin huomioimaan nuoren sosiaalinen ympäristö ja yksilöllinen kehitysvaihe. Päihdeongelmien hoidon keinoja ovat esimerkiksi puheeksi ottaminen, voimavarojen selvittäminen, motivoiva haastattelu ja päihteidenkäytön seuraaminen. Nuorta voidaan hoitaa avohoidossa, joka on ensisijainen hoitomuoto nuorelle. Muita keinoja ovat laitos- ja lääkehoito, joita käytetään yleensä vain vakavissa päihdehäiriöissä.

5 EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ

Ehkäisevä päihdetyö on yksi opinnäytetyöni tärkeistä käsitteistä. Ehkäisevä päihdetyö vähentää alkoholi-, huumausaine- ja rahapelihaittoja sekä tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttöä (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2023). Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015) ohjaa päihdehaittojen vähentämiseksi ja ehkäisemiseksi tehtävää työtä. Työn tavoitteena on muun muassa edistää terveyden ja hyvinvoinnin tasa-arvoa, varmistaa ehkäisevän päihdetyön edellytykset ja tukea kuntia ehkäisevän päihdetyön kehittämisessä. Lain toimeenpanoa ohjaa ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma, joka on laadittu vuosille 2015–2025 (Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry, i.a.).

EHYT ry:n (i.a.) mukaan ehkäisevään päihdetyöhön lasketaan alkoholi, nikotiinituotteet, huumausaineet sekä rahapelaaminen. Keskityn opinnäytetyössäni kuitenkin vain päihteidenkäytön ehkäisemisen käsittelyyn. Ehkäisevän päihdetyön tarkoituksena on vähentää päihteiden kysyntää ja saatavuutta sekä päihteidenkäytöstä aiheutuvia haittavaikutuksia. Tavoitteena on ennaltaehkäistä erityisesti lasten ja nuorten päihteidenkäyttöä sekä myöhentää päihdekokeilujen aloittamista. Lisäksi tavoitteena on edistää perus- ja ihmisoikeuksien toteutumista päihteisiin liittyvissä asioissa (THL, 2023a). Ehkäisevä päihdetyö lisää myös ymmärrystä päihteidenkäytöstä ja siihen liittyvistä ilmiöistä.

Päihteidenkäytöstä voi aiheutua haittaa päihteitä käyttävän henkilön lisäksi hänen lähipiirilleen ja koko yhteisölle (EHYT ry, i.a.). Ehkäisevä päihdetyö vaikuttaakin yksilön lisäksi hänen läheisiinsä, paikallisyhteisöihin ja koko yhteiskuntaan. Ehkäisevällä päihdetyöllä vaikutetaan myös päihteitä koskeviin tietoihin, oikeuksiin ja asenteisiin. Toiminnalla halutaan vaikuttaa myös päihteiden käyttötapoihin. Ehkäisevä päihdetyö on osa terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä, sillä toiminnan menetelmät ja kohteet valitaan sen mukaan, mitkä ovat parhaat keinot saada aikaan muutosta parempaan. Ehkäisevän päihdetyön onnistuminen vaatii monelle hallinnonalalle ja yhteiskunnan sektorille ulottuvaa yhteistyötä, ja siinä ovat mukana viranomaiset, yhteisöt, järjestöt sekä yritykset. Esimerkiksi päihteiden saatavuuteen voidaan viranomaisten toimesta vaikuttaa säätelemällä ja rajoittamalla päihteiden myyntiä ja anniskelua ravintoloissa tai julkisissa tapahtumissa ja tiloissa (THL, 2023a). Ehyt ry:n (i.a.) mukaan ehkäisevä päihdetyö on jokaisen kansalaisen asia, koska jokainen voi hankkia tietoa päihdeongelmista ja niiden ehkäisemisestä sekä olla mukana tekemässä ehkäisevää päihdetyötä tukevaa toimintaa.

Normannin ym. (2015, s. 7) mukaan ehkäisevä päihdetyö keskittyy terveiden elämäntapojen edistämiseen ja hyvinvoinnin tukemiseen koko väestön tasolla. Nuorisoalan ehkäisevä

päihdetyö eroaa yleisestä ehkäisevästä päihdetyöstä muun muassa siten, että siinä kohdataan nuoria suurissa määrin ja eri foorumeilla. Siinä korostuu kasvatuksellinen ote ja sosiaalisella vahvistamisella on myös suuri rooli. Sosiaalisella vahvistamisella tarkoitetaan niiden keskeisten elämäntaitojen vahvistamista, joita itse kukin tarvitsee elämässään (Kinnunen, 2022, 0:20). Vahvistamisen tarkoituksena on auttaa nuorta pääsemään eteenpäin elämässään. Nuorisolan ehkäisevässä päihdetyössä myös päihdeasenteisiin on mahdollista vaikuttaa varhaisessa vaiheessa (Normann ym., 2015, s. 7). Ehkäisevän päihdetyön tarkoituksena on luoda ja ylläpitää sellaista kulttuuria, jossa hyvinvointi ja yhteisöllisyys voivat toteutua ilman päihteitä. Työtä tehdään muun muassa kertomalla päihteiden terveysvaikutuksista, tarjoamalla näkökulmia päihdekysymyksiin, lisäämällä vaihtoehtoja päihteidenkäytölle sekä rakentamalla terveellistä ja turvallista arvomaailmaa.

Ehkäisevää päihdetyötä tehdään myös kouluissa ja oppilaitoksissa, joissa annetaan muun muassa päihdekasvatusta sekä edistetään terveellistä ja turvallista oppimisympäristöä yhteisöllisessä oppilashuollossa (THL, 2023a). Ehkäisevää päihdetyötä kouluissa ja oppilaitoksissa määrittelevät lainsäädäntö ja opetussuunnitelman perusteet. Myös ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelmassa tuodaan esille koulujen ja oppilaitosten mahdollisuudet tehdä ehkäisevää päihdetyötä. Kouluissa ja oppilaitoksissa voidaan vaikuttaa nuoren päihteidenkäyttöön, sillä esimerkiksi kouluympäristöön kiinnittymisen vahvistaminen suojaa nuorta päihteidenkäytöltä. Kouluissa ja oppilaitoksissa voidaan vahvistaa nuoren kykyjä yksilöllisesti, auttaa sosiaalisten suhteiden muodostamisessa ja tehdä yhteistyötä kotien kanssa.

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

6.1 Tarkoitus ja tavoite

Opinnäytetyössäni kartoitetaan alaikäisten päihteidenkäyttöä Seinäjoella. Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä tietoisuutta alaikäisten päihteidenkäytöstä Seinäjoella. Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää nuorten havaintoja alaikäisten päihteidenkäytöstä ja päihteiden välittämisestä alaikäisille. Lisäksi tarkoituksena on selvittää nuorten toiveita ehkäisevään päihdetyöhön liittyen. Seinäjoen kaupunki voi hyödyntää opinnäytetyötäni ehkäisevän päihdetyön kehittämisessä.

Tutkimuskysymykset:

- Mitä havaintoja nuorilla on alaikäisten päihteidenkäytöstä Seinäjoella?
- Minkä päihteiden välittämistä alaikäisille nuoret ovat nähneet?
- Millaista ehkäisevää päihdetyötä nuoret toivovat Seinäjoella tehtävän?

6.2 Yhteistyötaho

Tein opinnäytetyöni yhteistyössä Seinäjoen kaupungin hyvinvoinnin ja osallisuuden yksikön kanssa. Seinäjoki on noin 66 000 asukkaan kaupunki Etelä-Pohjanmaalla (Seinäjoen kaupunki, i.a.). Idean opinnäytetyöhöni sain, kun olin Seinäjoen kaupungin hyvinvoinnin ja osallisuuden yksikössä harjoittelussa keväällä 2023. Sain olla mukana tekemässä THL:n Pakkatoimintamalliin pohjautuvaa nuorten päihdetilannekyselyä, joka oli suunnattu yläkoulua ja toista astetta käyville nuorille. Kävimme keräämässä kyselyvastauksia nuorilta vieraillemalla Seinäjoen alueen yläkouluissa, lukioissa ja ammatillisissa oppilaitoksissa. Myöhemmin sovimme yhteistyöstä ja siitä, että käytän päihdetilannekyselyn vastauksia opinnäytetyöni tutkimusaineistona. Yhteistyö on sujunut hyvin ja suunnitellusti. Olemme olleet yhteydessä tarvittaessa pääasiassa sähköpostitse.

6.3 Tutkimusmenetelmä

Opinnäytetyöni on määrällinen eli kvantitatiivinen tutkimus. Kvantitatiivista tutkimusta voidaan nimittää myös tilastolliseksi tutkimukseksi (Heikkilä, 2014, s. 15). Sillä voidaan selvittää lukumääriin ja prosenttiosuuksiin liittyviä kysymyksiä, mutta se edellyttää riittävän edustavaa ja

suurta otosta. Kvantitatiivisella tutkimuksella saadaan yleensä kartoitettua olemassa oleva tilanne, mutta asioiden syitä ei pystytä selvittämään riittävästi.

Vilkan (2021, s. 23) mukaan määrällinen tutkimus perustuu numeeriseen analyysiin, joka on tehty tilasto-ohjelmilla. Määrällisessä tutkimuksessa oletetaan, että oikealla tavalla kokeilemalla ja mittaamalla saavutetaan todellisuutta koskeva ja yksilöstä riippumaton tieto. Tätä tutkimusmenetelmää käytetään erityisesti silloin, kun halutaan selvittää, kuinka paljon tai kuinka usein jokin asia ilmenee ja miksi asiat ilmenevät tutkimuksessa kuvatulla tavalla. Tutkimuksen tavoitteena on muun muassa ihmistä koskevien asioiden, kokemusten, ominaisuuksien tai ilmiöiden kuvaaminen, selittäminen, kartoittaminen tai vertailu. Opinnäytetyöni on kuvaileva tutkimus. Kuvailevassa tutkimuksessa esitetään tarkasti ja järjestelmällisesti tapahtuma, ilmiö, toiminta, tilanne tai henkilö ja asian keskeiset, kiinnostavimmat tai näkyvimvät piirteet (mts. 25).

6.4 Aineisto ja aineiston keruu

Kvantitatiivisia tiedonkeruumenetelmiä ovat esimerkiksi postikysely, puhelin- tai käyntihaastattelu ja informoitu kysely (Heikkilä, 2014, s. 17). Kvantitatiivisessa tutkimuksessa käytetään yleensä aineiston keruussa standardoituja tutkimuslomakkeita valmiiden vastausvaihtoehtojen kera (mts. 15). Määrällisessä tutkimuksessa oman aineiston kerääminen on tavallista, mutta tiedot voidaan hankkia myös valmiista aineistosta (mts. 16). Valmiita aineistoja saateen kuitenkin joutua muokkaamaan, tarkistamaan tai yhdistelemään ennen käyttöä. Joskus aineistojen tiedot eivät riitä tai tietojen ja tutkimuskysymyksen yhteensovittaminen voi olla vaikeaa.

Tässä opinnäytetyössä käytetään valmista aineistoa, joka on Seinäjoen kaupungin huhtikuussa 2023 toteuttama THL:n Pakka-toimintamalliin pohjautuva nuorten päihdetilannekysely. Kyselyssä selvitettiin yläkoulua ja toista astetta käyvien nuorten havaintoja alaikäisten päihteidenkäytöstä Seinäjoella. Lisäksi kyselyssä kysyttiin nuorten toiveita Seinäjoella tehtävään ehkäisevään päihdetyöhön liittyen. Kysely tehtiin Webropolilla ja se sisälsi 15 kysymystä, joista taustatietokysymyksiä oli kolme. Kysely oli avoinna 5.4.–30.4.2023 välisen ajan ja siihen tuli 716 vastausta. Suurin osa kysymyksistä oli monivalintakysymyksiä ja lisäksi oli yksi avoin kysymys. Mihinkään kysymykseen ei ollut pakko vastata. Kyselyn laajuuden ja opinnäytetyöni rajaamisen vuoksi en käyttänyt tutkimusaineistona koko kyselyä, vaan valitsin

viidestätoista kysymyksestä seitsemän kysymystä, joita käytin tässä työssä. Opinnäytetyön liitteenä on päihdetilannekyselystä rajattu versio.

Päihdetilannekysely toteutettiin osana Festaripakka-toimintamallia, jonka tavoitteena on ennaltaehkäistä ja vähentää nuorten päihteidenkäyttöä ja edistää vastuullista juhlimista sekä päihdeetöntä kaupunkiympäristöä (Seinäjoen kaupunki, 2023). Kysely oli saatavilla Seinäjoen kaupungin verkkosivuilla ja sitä mainostettiin sosiaalisen median kautta. Tämän lisäksi Seinäjoen yläkouluille ja toisen asteen oppilaitoksiin jalkauduttiin keräämään vastauksia. Olin itse harjoitteluni myötä mukana tekemässä kyselyä ja keräämässä vastauksia kouluilla. Kyselyyn vastaaminen tapahtui internetin välityksellä, eli vastaamiseen tarvitsi älylaitteen tai tietokoneen ja verkkoyhteyden. Tarjosimme kouluvierailuilla tabletin vastaamiseen sellaisia henkilöitä varten, joilla ei ollut omaa laitetta sillä hetkellä käytössä.

6.5 Aineiston analyysi

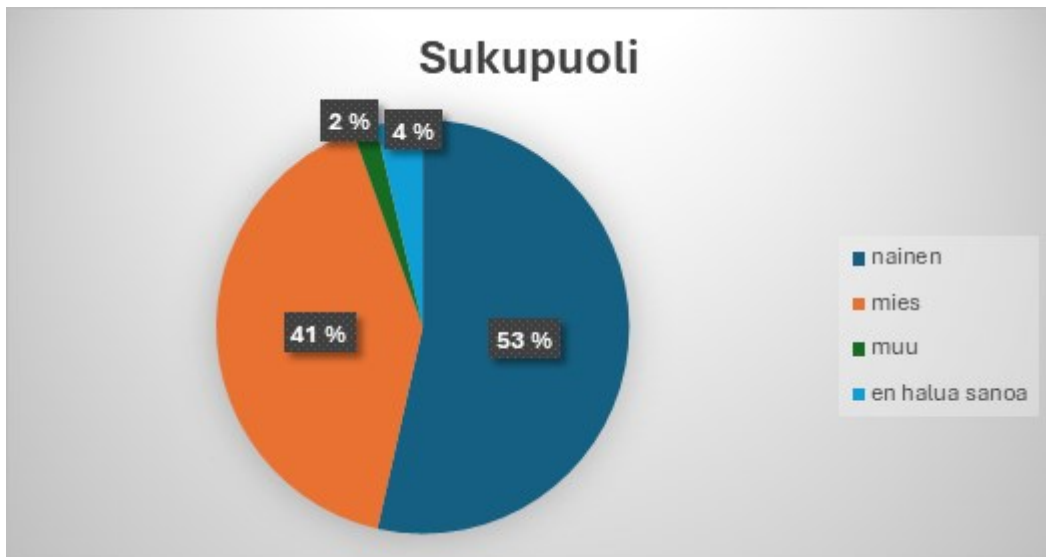
Analysoinnilla tarkoitetaan ongelmanratkaisutapaa, jonka tavoitteena on tiivistää isompi sisältökokonaisuus pienemmiksi kokonaisuuksiksi (Vilkkä, 2021, 129). Analysointiin liittyy muun muassa erittelyä, tulkintaa, ryhmittelyä ja eriteltyjen kokonaisuuksien nimeämistä. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa asioiden kuvaamisessa käytetään apuna numeerisia suureita (Heikkilä, 2014, s. 15). Tuloksia havainnollistetaan usein kuvioiden tai taulukoiden avulla. Määrällisessä tutkimuksessa selvitetään useasti myös eri asioiden välisiä riippuvuuksia tai muutoksia, joita tutkittavassa ilmiössä on tapahtunut. Vilkan (2021, s. 141) mukaan määrällisen tutkimuksen analyysi perustuu matemaattisiin kaavioihin, laskennalliseen todennäköisyyteen, lukumääriin ja prosentteihin. Tulokset esitetään tekstinä ja taulukoiden sekä esimerkiksi pylväs- ja piirakkakuvioiden avulla (mts. 149).

Tässä opinnäytetyössä tutkimusaineisto analysoitiin tilastollisin menetelmin. Päihdetilannekyselyn vastaajamäärä oli 716. Tutkimusaineistona käytin seitsemää kysymystä kyselyn viidestätoista kysymyksestä. Valitsemistani kysymyksistä yksi oli avoin kysymys ja muut monivalintakysymyksiä. Muodostin tuloksista pylväs- ja ympyrädiagrammeja Microsoft Excel -ohjelmalla. Taustatietokysymyksistä (sukupuoli, ikä ja koulu) muodostin ympyrädiagrammeja ja muista kysymyksistä pylväsdiagrammit. Ympyrädiagrammeissa olevat prosenttiluvut ovat kokonaislukuja.

7 TULOKSET

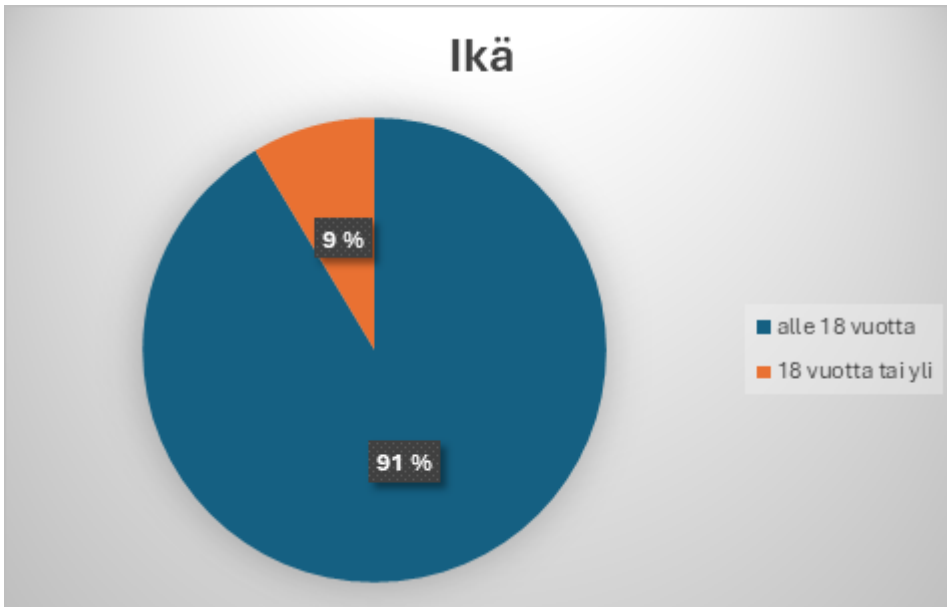
7.1 Taustatiedot

Kyselyn alussa kysyttiin taustatietokysymykset, joissa selvitettiin vastaajan sukupuoli, ikä ja koulu. Jokaiseen taustatietokysymykseen tuli 710 vastausta. Ensimmäisessä kysymyksessä kysyttiin vastaajan sukupuolta. Vastausvaihtoehtoina olivat nainen, mies, muu ja en halua sanoa. Kyselyyn vastanneista 53 % (n=380) oli naisia, 41 % (n=291) miehiä, 4 % (n=26) ei halunnut sanoa sukupuoltaan ja 2 % (n=13) vastasivat kysymykseen sukupuolesta ”muu” (kuvio 1).



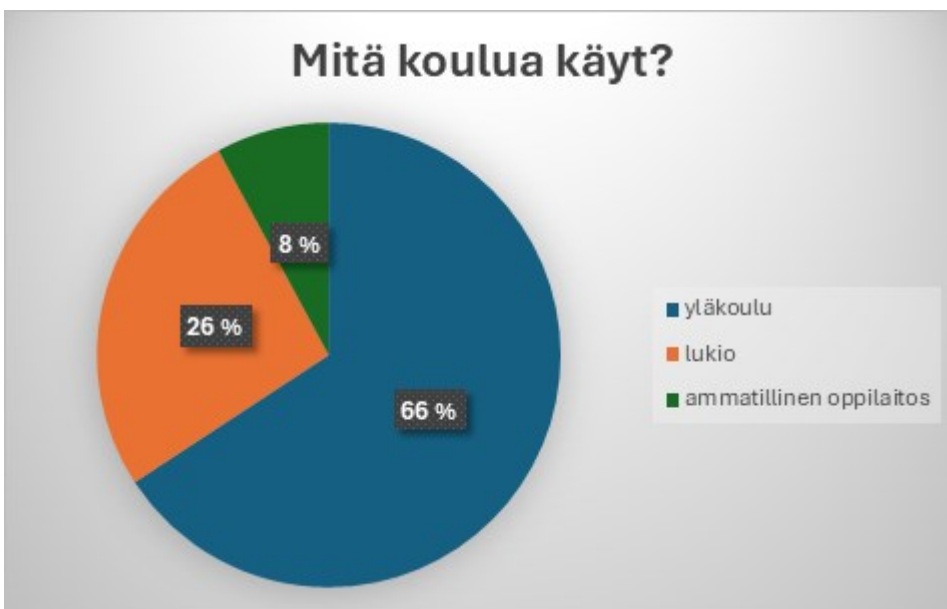
Kuvio 1. Kyselyyn vastanneiden sukupuolijakauma prosentteina.

Toisessa kysymyksessä kysyttiin vastaajan ikää. Vastausvaihtoehtoja oli kaksi ja ne olivat alle 18 vuotta ja 18 vuotta tai yli. Kyselyyn vastanneista 91 % (n=649) olivat iältään alle 18 vuotta ja 9 % (n=61) vastasi olevansa 18-vuotias tai vanhempi (kuvio 2).



Kuvio 2. Kyselyyn vastanneiden ikäjakauma prosentteina.

Kolmannessa kysymyksessä haluttiin selvittää, mitä koulua kyselyyn vastaaja käy. Vastausvaihtoehtoja oli kolme ja ne olivat yläkoulu, lukio ja ammatillinen oppilaitos. Kyselyyn vastanneista 66 % (n=467) kävi yläkoulua, 26 % (n=187) lukiota ja 8 % (n=56) ammatillista oppilaitosta (kuvio 3).



Kuvio 3. Kyselyyn vastanneiden koulujen jakautuminen prosentteina.

7.2 Nuorten havainnot alaikäisten päihteidenkäytöstä ja päihteiden välittämisestä alaikäisille

Seuraavat kaksi kysymystä keskittyvät vastanneiden omiin havaintoihin alaikäisten päihteidenkäytöstä ja päihteiden välittämisestä alaikäisille. Molemmat kysymykset olivat monivalintakysymyksiä, eli vastaaja pystyi valitsemaan useita vaihtoehtoja. Ensin kysyttiin, onko vastaaja nähnyt alaikäisten päihteidenkäyttöä ja jos on, minkä päihteiden. Kysymys ja vastausvaihtoehdot olivat muotoiltu seuraavasti: olen nähnyt alaikäisten alkoholin käyttöä, tupakointia, nuuskaamista, sähkösavukkeiden käyttöä, kannabiksen käyttöä, muiden huumausaineiden käyttöä, lääkkeiden väärinkäyttöä, en ole nähnyt ja en osaa sanoa.

Vastanneista 81 % (n=574) oli nähnyt alaikäisten alkoholin käyttöä, 87 % (n=622) oli nähnyt alaikäisten tupakointia, 82 % (n=587) oli nähnyt alaikäisten nuuskaamista, 86 % (n=613) oli nähnyt alaikäisten sähkösavukkeiden käyttöä, 26 % (n=185) oli nähnyt alaikäisten kannabiksen käyttöä, 15 % (n=109) oli nähnyt alaikäisten muiden huumausaineiden käyttöä, 18 % (n=130) oli nähnyt alaikäisten lääkkeiden väärinkäyttöä, 7 % (n=52) ei ollut nähnyt alaikäisten päihteidenkäyttöä ja 5 % (n=38) ei osannut sanoa (kuvio 4). Annettuja vastauksia oli 713.



Kuvio 4. Kyselyyn vastanneiden havainnot alaikäisten päihteidenkäytöstä. Luvut ovat vastajamääriä.

Seuraavana kysyttiin vastaajien näköhavaintoja päihteiden välittämisestä alaikäiselle. Tarkentavana kysymyksenä kysyttiin, minkä päihteen välittämisestä oli kyse. Vastausvaihtoehtoina oli en osaa sanoa, en ole nähnyt, huumeiden, tupakkatuotteiden (tupakka, nuuska, sähkötupakka) ja alkoholin. Vastanneista 9 % (n=61) ei osannut sanoa, 29 % (n=207) ei ollut nähnyt päihteiden välittämistä alaikäisille, 12 % (n=83) oli nähnyt huumeiden välittämistä alaikäisille, 63 % (n=440) oli nähnyt tupakkatuotteiden välittämistä alaikäisille ja 52 % (n=366) oli nähnyt alkoholin välittämistä alaikäisille (kuvio 5). Annettuja vastauksia oli 703.



Kuvio 5. Kyselyyn vastanneiden näköhavainnot päihteiden välittämisestä alaikäisille. Luvut ovat vastaajamääriä.

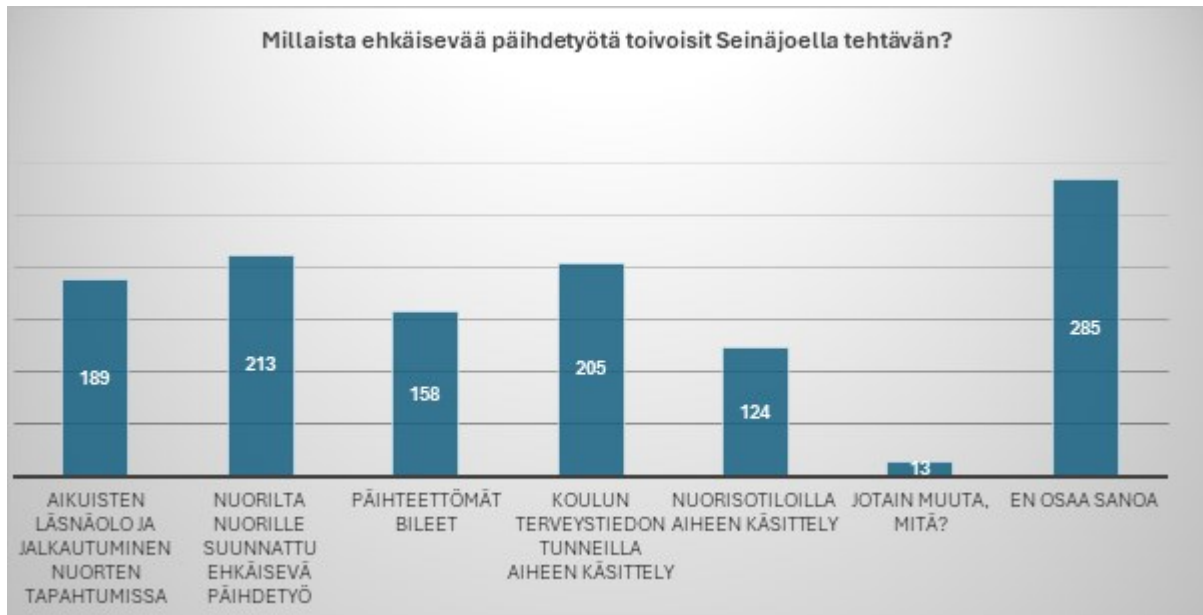
7.3 Nuorten toiveita ehkäisevästä päihdetyöstä

Seuraavaksi käsitellen kysymystä, jossa selvitettiin, millaista ehkäisevää päihdetyötä nuoret toivovat Seinäjoella tehtävän. Vastaja pystyi halutessaan valitsemaan useita vastausvaihtoehtoja. Kysymyksen vastausvaihtoehdot olivat aikuisten läsnäolo ja jalkautuminen nuorten tapahtumissa, nuorilta nuorille suunnattu ehkäisevä päihdetyö, päihteettömät bileet, koulun terveystiedon tunneilla aiheen käsittely, nuorisotiloilla aiheen käsittely, jotain muuta, mitä ja en osaa sanoa. Vastanneista 27 % (n=189) toivoi aikuisten läsnäoloa ja jalkautumista nuorten tapahtumissa, 31 % (n=213) nuorilta nuorille suunnattua ehkäisevää päihdetyötä, 23 % (n=158) päihteettömiä bileitä, 29 % (n=205) koulun terveystiedon tunneilla aiheen käsittelyä, 18 % (n=124) nuorisotiloilla aiheen käsittelyä, 2 % (n=13) valitsi vastausvaihtoehdoista ”jotain muuta, mitä?” ja 41 % (n=285) ei osannut sanoa (kuvio 6). Annettuja vastauksia oli yhteensä 696.

Jotain muuta, mitä -kohtaan tuli kuusi avointa vastausta, joista valitsin muutaman esimerkin:

Päihteiden dekriminalisointi, käytänteiden näyttö ja päihteiden oikeat vaarat näyttävä konkreettisesti

Tuotaisiin päihevalistus hyvään valoon



Kuvio 6. Kyselyyn vastanneiden toiveiden jakautuminen Seinäjoella tehtävästä ehkäisevästä päihdetyöstä. Luvut ovat vastaajamääriä.

Kyselyn viimeinen kysymys oli avoin kysymys ja siinä kartoitettiin nuorten ajatuksia Seinäjoella tehtävästä ehkäisevästä päihdetyöstä. Kysymys oli muotoiltu seuraavasti: "Mitä muuta haluaisit sanoa liittyen tähän kyselyyn tai Seinäjoella tehtävään ehkäisevään päihdetyöhön liittyen? Sana on vapaa!". Avoimeen kysymykseen tuli 190 vastausta. Kriittisen tarkastelun jälkeen olen valinnut tähän niistä oleellimmat. Moni piti ehkäisevää päihdetyötä ja nuorten kuulemista hyvänä asiana.

Aivan mahtavaa, että tällaisista asioista puhutaan avoimesti ja nuorten kautta!

Muutamissa vastauksissa nousi esiin toive siitä, että nuorten päihteidenkäyttö otettaisiin vakavasti ja ehkäisevästä päihdetyöstä tiedotettaisiin enemmän. Esille tuotiin myös nuoren oma vastuu päihteidenkäytöstä ja sen haitoista.

On tärkeää ottaa asia puheeksi ja toivon että se oikeasti otetaan vakavasti.

Nuoria pitäisi tiedottaa enemmän ehkäisevästä päihdetyöstä ja siitä, miten saa apua.

Toivon, että yhä useampi nuori tajuaisi, että päihteiden käyttö on vain noloa ja tekee ainostaan huonoa itselleen. Se ei ole coolia.

Eräs vastaaja kertoi huolensa Seinäjoen tilanteesta ja esitti toiveen siitä, että aikuiset olisivat enemmän nuorten kanssa. Myös sähkö tupakan käyttö tuli esiin avoimissa vastauksissa.

Seinäjoella aika huono tilanne. Suunta ylös ja aikuiset enemmän nuorten kanssa.

yläastelaisten sähkö tupakan käyttö on tosi huolestuttavaa

8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

8.1 Johtopäätökset

Opinnäytetyöni tavoitteena oli lisätä tietoisuutta alaikäisten päihteidenkäytöstä Seinäjoella. Tarkoituksena oli selvittää nuorten havaintoja alaikäisten päihteidenkäytöstä ja päihteiden välittämistä alaikäisille. Lisäksi tarkoituksena oli selvittää nuorten toiveita ehkäisevään päihdetyöhön liittyen. Yhteistahonani toimi Seinäjoen kaupungin hyvinvoinnin ja osallisuuden yksikkö, joka voi hyödyntää opinnäytetyötäni ehkäisevän päihdetyön kehittämisessä. Hain opinnäytetyössäni vastauksia kolmeen eri tutkimuskysymykseen. Tutkimuskysymykset käsittelivät nuorten havaintoja alaikäisten päihteidenkäytöstä Seinäjoella ja nuorten toiveita Seinäjoella tehtävään ehkäisevään päihdetyöhön liittyen.

Tutkimustulokset osoittivat, että lähes kaikki kyselyyn vastanneet nuoret ovat havainneet alaikäisten päihteidenkäyttöä. Neljä yleisintä päihdettä, joita alaikäisten havaittiin käyttävän, olivat tupakka, sähkötupakka, nuuska ja alkoholi. Huumausaineista yleisin oli kannabis. Kyselyyn vastanneet olivat nähneet myös tupakkatuotteiden, alkoholin ja huumeiden välittämistä alaikäisille. Eniten havaittiin tupakkatuotteiden välittämistä ja toiseksi eniten alkoholin välittämistä. Huumeiden välittämistä havaittiin vähiten.

Kyselyssä selvitettiin myös nuorten toiveita Seinäjoella tehtävästä ehkäisevästä päihdetyöstä. Suurin osa vastasi kysymykseen, ettei osaa sanoa. Mielestäni tämä voi kertoa siitä, ettei nuorilla ole käsitystä, mitä ehkäisevä päihdetyö on, kuka tai mikä sitä toteuttaa ja missä. Ehkäisevän päihdetyön muodoista eniten toivottiin nuorilta nuorille suunnattua ehkäisevää päihdetyötä. Aihetta toivottiin käsiteltävän myös terveystiedon tunneilla ja nuorisotiloilla. Osa vastaajista toivoi aikuisten läsnäoloa ja jalkautumista nuorten tapahtumissa. Mielestäni vastauksista näkyi se, että nuoret toivovat aikuisten läsnäoloa ja turvaa. Vaikka nuori itsenäistyy ja etäänny vanhemmistaan, tarvitsee se kuitenkin aikuisen yhteydenpitoa, turvaa ja huolenpitoa, kuten Leskinen ja Sandberg (2019, s. 39) toteavat. Osa nuorista toivoi myös päihteettömiä bileitä. Onneksi päihteettömiä tapahtumia nuorille järjestetäänkin monissa kunnissa. On hyvä muistaa, että hauskaa voi pitää myös ilman päihteitä.

8.2 Pohdinta

Valitsin mielestäni tärkeän ja ajankohtaisen aiheen. Vaikka erilaiset kokeilut kuuluvat nuoruuteen, vakiintuu osa niistä pysyviksi terveystottumuksiksi tai käyttäytymismalleiksi (Kosola ym., 2018, s. 865). Nuoren säännöllinen päihteidenkäyttö lisää riskiä myöhemmille päihde- ja mielenterveysongelmille. Ajankohtaista tietoa alaikäisten päihteidenkäytöstä ja siihen liittyvistä tekijöistä täytyy olla, jotta asiaan pystytään vaikuttamaan mahdollisimman aikaisin.

Opinnäytetyöni tutkimustulokset vahvistivat ennakoajatusani alaikäisten päihteidenkäytöstä. Päihteitä käytetään edelleen, vaikka iso osa nuorista on raittiita (Helenius & Kivimäki, 2023, s. 9). 12–18-vuotiaiden suomalaisten nuorten tupakointi on vähentynyt 2000-luvun alusta (Syöpäjärjestöt, i.a.), mutta nuuskan käyttö on kuitenkin lisääntynyt eteenkin ammattiin opiskelevilla ja tyttöjen nuuskan käyttö on lisääntynyt kaikilla koulutusasteilla. Uusin muoti-ilmiö nuorten päihdekokeiluissa on sähkötupakka, mikä nousi myös kyselyvastauksissa esiin. Ensimmäiset päihdekokeilut tehdään tavallisesti 10–15 vuoden iässä tupakalla, mutta nykyään yhä useammin esimerkiksi nuuskalla tai sähkötupakalla (Kosola ym., 2018, s. 865–866). Nuorten tupakoinnin vähennyttyä ensimmäisiä päihdekokeiluja tehdään usein myös alkoholilla.

Alkoholi on edelleen nuorten eniten käyttämä päihde, mutta alaikäisten alkoholinkäyttö on vähentynyt viimeisen kahdenkymmenen vuoden aikana (Sote-uudistus, 2022). Päihteidenkäytön vähenemiselle voi olla syynä myös se, että päihteiden haitat tiedostetaan entistä paremmin ja nuoret arvostavat nykyään enemmän terveellisiä elämäntapoja (Knaappila ym., 2021). On hienoa, että nuorten tupakan ja alkoholin käyttö ovat vähentyneet, päihteiden haitat tiedostetaan paremmin ja nuoret arvostavat terveellisiä elämäntapoja. On kuitenkin muistettava, että päihteidenkäyttöön liittyvät ilmiöt muuttuvat nopeasti ja nuoret ovat haavoittuvaisessa iässä erilaisia kokeiluja ajatellen. Ehkäisevään päihdetyöhön on edelleen panostettava laajasti koko yhteiskunnassa.

Opinnäytetyön taustateoriaan tutustuessa huomasin, että nuorten huumeasenteet ovat lieventyneet (Karjalainen ym., 2019). Kannabiksen käyttö ja kokeilu ovat yleistyneet täysi-ikäisillä nuorilla, mutta ei alaikäisten keskuudessa. Riskikäsitketykset liittyen kannabiksen käyttöön ovat kuitenkin lieventyneet sekä täysi-ikäisillä että alaikäisillä nuorilla. Von der Pahlenin ym. (2013) mukaan nuoren tuttavapiiriin kuuluu yhä useammin joku, joka on kokeillut tai tarjonnut huumeita. Huumeiden hankkimista pidetäänkin nykyään helpompana kuin ennen. Huumeasenteiden lieventyminen ja huumeiden hankkimisten helpottuminen ovat mielestäni huolestuttavia ilmiöitä, joihin tulisi jatkossa kiinnittää huomiota vielä enemmän. Yksi jatkotutkimusaihe voisikin

olla nuorten lieventyneiden huumeasenteiden tutkiminen ja sen vaikutukset huumeidenkäyttöön. Muita mahdollisia jatkotutkimusaiheita voisi olla myös, mitä kouluissa ja oppilaitoksissa voisi tehdä lisää nuorten päihteidenkäytön ehkäisemiseksi tai miten nuoren kotona kuuluisi kohdata päihteitä käyttävä alaikäinen. Nikotiinipussien käyttö on yleistynyt ilmiö myös nuorten keskuudessa, joten myös sitä voisi tutkia lisää.

Opinnäytetyön tekeminen oli mielenkiintoinen ja monipuolinen prosessi, johon sisältyi suunnittelua, toteutusta ja analysointia. Minulla ei ollut aiempaa kokemusta tutkimuksellisesta työstä, joten opinnäytetyön tekeminen on ollut opettavaista. Opinnäytetyö on vaatinut suunnitelmallisuutta ja itseohjautuvuutta. Uskon, että opinnäytetyön tekeminen on kehittänyt minua myös ammatillisesti. Olen kiitollinen siitä, että sain yhteistyötahoni kautta näin kattavan tutkimusaineiston käyttöni.

8.3 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyössäni on noudatettu Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2023) hyvää tieteellistä käytäntöä. Sen peruseriaatteita ovat rehellisyys, luotettavuus, arvostus ja vastuunkanto. Vilkan (2021, s. 119) mukaan itsemääräämisen kunnioittaminen, loukkaamattomuus, luottamuksellisuus ja yksityisyys ovat tutkimuseettisiä periaatteita kaikissa opinnäytetöissä. Tutkimusaineistoni eli nuorten päihdetilannekysely toteutettiin anonyymina siten, ettei vastauksista voi tunnistaa ketään. Aineisto on säilytetty asianmukaisesti ja huolellisesti. Sitä on käsitelty sensitiivisesti ja luottamuksellisesti kyselyyn osallistuneita kunnioittaen.

Ihmisiin kohdistuvan tutkimuksen periaatteisiin kuuluu tutkittavien itsemääräämisoikeuden ja ihmisarvon kunnioittaminen (Vilkka, 2021, s. 115). Kyselyyn vastaaminen oli vapaaehtoista ja henkilöitä tiedotettiin siitä, että kyselyvastauksia käytetään ehkäisevän päihdetyön kehittämiseen. Henkilötietoja ei kerätty. Niille vastaajille, jotka halusivat osallistua arvontaan, oli erillinen kyselylomake, johon sai jättää yhteystietonsa. Täten yhteystietoja ei voinut yhdistää vastauksiin.

Päihdetilannekyselyn arvoa ja luotettavuutta lisää mielestäni se, että se pohjautuu valtakunnalliseen THL:n Pakka-toimintamalliin. Pakka-toimintamalli on menetelmä, joka on kehitetty paikallisten alkoholi-, tupakka- ja rahapelihaittojen ehkäisyyn (THL, 2023e). Mallin mukaisella työllä voidaan muun muassa parantaa ikärajavaltontaa myyntipaikoissa, tukea alaikäisten raittiutta ja vaikuttaa asukkaiden asenteisiin alaikäisten juomisesta sekä vähentää alaikäisten alkoholin ja nikotiinituotteiden saatavuutta.

Lähteiden valitsemisessa tarvitsee lähdekritiikkiä (Vilkkä, 2021, s. 120). Se tarkoittaa sitä, että arvioi käytettävän lähteen laadun ennen, kun käyttää sitä. Lähteiden ja aineiston laatu vaikuttavat suoraan opinnäytetyön laatuun ja luotettavuuteen sekä sen hyödynnettävyyteen. Mielestäni olen saanut kerättyä teoriaa monipuolisista lähteistä. Yritin kiinnittää huomiota siihen, että teoriatieto olisi mahdollisimman tuoretta, mutta aivan jokaisen lähteen kohdalla tämä ei onnistunut, koska kaikesta ei löytynyt uutta tietoa. Aiheeni on erityisen muuttuva ajan ja muoti-ilmiöiden mukaisesti. A-klinikkasäätiön (2024) toteuttaman kyselyn tulosten mukaan päihteiden käyttöön liittyvät muutokset ovat nopeita ja uusia päihdeilmiöitä syntyy jatkuvasti. Ajankohtaisen ja juuri tähän opinnäytetyön rajaukseen sopivan relevantin tiedon löytäminen oli välillä haastavaa.

8.4 Sosionomin kompetenssit

Sosionomin kompetenssit kuvaavat koulutuksesta saadun osaamisen vastaavuutta työelämän vaatimuksiin. Sosionomin kompetensseihin kuuluvat sosiaalialan eettinen osaaminen, asiakastyön osaaminen, sosiaalialan palvelujärjestelmäosaaminen, kriittinen ja osallisuutta edistävä yhteiskuntaosaaminen, tutkimuksellinen kehittämis- ja innovaatio-osaaminen sekä työyhteisö-, johtamis- ja yrittäjyysosaaminen (Sosiaalialan amk-verkosto, 2023).

Sosiaalialan eettinen osaaminen sisältää muun muassa ihmis- ja perusoikeussäädösten ja sosiaalialan arvojen mukaisesti toimimisen sekä tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden edistämisen (Sosiaalialan amk-verkosto, 2023). Opinnäytetyössäni olen toiminut tutkimuseettisiä periaatteita noudattaen sekä kunnioittanut ihmisoikeuksia ja tutkimukseen osallistuneiden vapaaehtoisuutta. Sosiaalialan asiakastyön osaamiseen kuuluu ammatillisesti ja dialogisesti toimiminen vuorovaikutustilanteissa sekä oman toiminnan kriittinen reflektointi (Sosiaalialan amk-verkosto, 2023). Se sisältää myös asiakastyön toteuttamisen ja dokumentoinnin digitaalisessa toimintaympäristössä tietoturva- ja suojavaatimukset huomioiden. Olen opinnäytetyötä tehdessä reflektoinut omaa työskentelyäni, ja mielestäni olen kehittynyt työn edetessä. Opinnäytetyön tekemisessä on huomioitu tietoturva-asiat.

Sosiaalialan palvelujärjestelmäosaamiseen sisältyy muun muassa alan juridisen säädöspohjan tunteminen ja keskeisen lainsäädännön mukaisesti toimiminen (Sosiaalialan amk-verkosto, 2023). Opinnäytetyössäni olen tuonut esille lain näkökulmaa nuorten päihteidenkäyttöön liittyen. Kriittinen ja osallisuutta edistävä yhteiskuntaosaaminen sisältää muun muassa

yhteiskunnallisten ilmiöiden ja valtarakenteiden merkityksen arvioinnin (Sosiaalialan amk-verkosto, 2023). Se sisältää myös eriarvoisuuden, huono-osaisuuden ja hyvinvointia tuottavien rakenteiden ja prosessien tarkastelun ja marginalisoitumisen ehkäisemisen. Nuoren säännöllinen päihteidenkäyttö lisää riskiä myöhemmille päihde- ja mielenterveysongelmille (Kosola ym., 2018, s. 865), joten tietoisuuden lisääminen nuorten päihteidenkäytöstä ehkäisee marginalisoitumista, kun asiaan päästään puuttumaan mahdollisimman aikaisin.

Tutkimukselliseen kehittämis- ja innovaatio-osaamiseen kuuluu ennakoivaan ja innovatiiviseen ongelmanratkaisuun kykeneminen sosiaalialan kehittämisessä (Sosiaalialan amk-verkosto, 2023). Se sisältää myös tutkimus-, kehittämis- ja innovaatiomenetelmien soveltamisen sekä tiedon tuottamisen ja analysoinnin hyvinvoinnin edistämiseksi. Opinnäytetyötä tehdessä olen kohdannut erilaisia haasteita ja pyrkinyt ratkaisemaan ne parhaani mukaan. Olen soveltanut työhöni määrällistä tutkimusmenetelmää. Työyhteisö-, johtamis- ja yrittäjyysosaaminen sisältää muun muassa monialaisissa tiimeissä ja työyhteisöissä toimimisen, työn laadun ja tuloksien arvioimisen sekä yrittäjämäisen asenteen osoittamisen (Sosiaalialan amk-verkosto, 2023). Olen pyrkinyt tuomaan opinnäytetyössäni esille moniammatillisen työn tärkeyden muun muassa nuorten päihteidenkäytön ehkäisemisessä. Lisäksi olen arvioinut opinnäytetyöni laatua ja tuloksia.

LÄHTEET

- Aalberg, V., & Siimes, M. (2007). *Lapsesta aikuiseksi: Nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi*. Kustannusosakeyhtiö Nemo.
- A-klinikkasäätiö. (28.2.2024). *Sote-ammattilaiset tarvitsevat ajankohtaista tietoa päihteistä*. <https://a-klinikkasaatio.fi/ajankohtaista/sote-ammattilaiset-tarvitsevat-ajankohtaista-tietoa-paihteista/>
- A-klinikkasäätiö. (i.a.-a). *Alkoholi*. <https://paihdelinkki.fi/tietopankki/pikatieto/alkoholi/>
- A-klinikkasäätiö. (i.a.-b). *Tupakka*. <https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/pikatieto/tupakka/>
- Alkoholilaki 1102/2017. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2017/20171102>
- Aro, M. (18.4.2023). *Tupakka ja sairaudet*. *Lääkärikirja Duodecim*. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01066>
- Ehkäisevä päihdetyö ry. (i.a.). *Mitä on ehkäisevä päihdetyö?* <https://ehyt.fi/paihde-peli-info/mita-on-ehkaiseva-paihde-tyo/>
- Hartikainen, E. (31.5.2023). *Nikotiinipussit uhkaavat lasten ja nuorten terveyttä – pallo on nyt lainsäätäjillä ja kauppiaille*. <https://www.syopajarjestot.fi/ajankohtaista/blogit/nikotiinipussit-uhkaavat-lasten-ja-nuorten-terveytta/>
- Heikkilä, T. (2014). *Tilastollinen tutkimus*. Edita Publishing Oy.
- Helenius, J., & Kivimäki, H. *Lasten ja nuorten hyvinvointi – Kouluterveyskysely 2023: Tytöistä yli kolmannes ja pojista joka viides kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL)*. *Julkari* 48/2023. <https://www.julkari.fi/handle/10024/147270>
- Huumausainelaki 373/2008. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2008/20080373>
- Häkkinen, M. (4.5.2023). *Kannabiksen terveysvaikutukset ja kannabisriippuvuus*. *Lääkärikirja Duodecim*. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01324>
- Kannas, L., & Rimpelä, A. (2022). *Kodin, koulun ja järjestöjen rooli nuorten tupakoinnin ehkäisyssä*. Teoksessa A. Heloma, T. Korhonen, K. Patja, O. Salminen, & K. Winell (toim.), *Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus*. (s. 85–87). Kustannus Oy Duodecim.
- Karjalainen, K., Hakkarainen, P., & Raitasalo, K. (2019). *Nuorten huumeiden käyttö: Tarkastelussa alaikäiset ja täysi-ikäiset nuoret*. *Yhteiskuntapolitiikka*, 84(3), 312–321. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138274/YP1903_Karjalainenym.pdf?sequence=2&isAllowed=y

- Kinnunen, R. (1.2.2022). *Mitä on sosiaalinen vahvistaminen? (Into)* [video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=bBczsdeYP2k>
- Knaappila, N., Kosola, S., & Kaltiala, R. (2021). Nuorten ongelmakäyttäytyminen vähenee mutta ongelmat kasautuvat. *Suomen lääkirilehti*, 76(16), 998–1002. <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/e0f2d324-c00a-40b1-852b-115211c3d518/content>
- Korhonen, L. (26.11.2021). Kasvu ja kehitys eri-ikäkausina. *Lääkärikirja Duodecim*. <https://www.terveyskirjasto.fi/pla00018>
- Korhonen, T., Winell, K., & Patja, K. (2022). Nuorten tupakoinnin aloittaminen ja aloittamisen ehkäisy. Teoksessa A. Heloma, T. Korhonen, K. Patja, O. Salminen, & K. Winell (toim.), *Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus*. (1. painos, s. 81). Kustannus Oy Duodecim.
- Kosola, S., Niemelä, E., & Niemelä, S. (2018). Päihdekokeilut – normaalia nuoruutta vai alkava häiriö? *Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim*, 134(8), 865–872. <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/ccd6612a-909e-4335-b140-bfc9694ff1b8/content>
- Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015). <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150523>
- Mustonen, A., Miettunen, J., Laine, P., & Niemelä, S. (2019). Nuorten kannabiksen käyttö, aivojen kehitys ja psykiatriset häiriöt. *Lääkirilehti*, 74(33), 1733. <https://oulu-repo.oulu.fi/bitstream/handle/10024/27514/nbnfi-fe2020092275421.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Mäkelä, P., & Niemelä, S. (25.10.2022). Alkoholi ja terveys. *Lääkärikirja Duodecim*. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01120>
- Normann, M., Odell, H., Tapio, M., & Vuohelainen, E. (2015). *Nuorisoalan ehkäisevä päihde työ – Hyppää kyytiin!* Humanistinen ammattikorkeakoulu. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/97407/978-952-456-204-1.pdf?sequence=1>
- Nuorisolaki 1285/2016. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285>
- Pirskanen, M., Laukkanen, E., Varjoranta, P., Lahtela, M., & Pietilä, A. (2013). Nuorten päihteiden käyttö ja voimavarat – kouluterveydenhoitajan toteuttaman varhaisen tuen intervention arviointi. *Hoitotiede*, 25(2), 118–129. <https://journal.fi/hoitotiede/article/view/128271/77394>
- Poliisi. (8.3.2021). *Poliisi on huolestunut lasten ja nuorten huumeidenkäytön kasvusta*. <https://poliisi.fi/-/poliisi-on-huolestunut-lasten-ja-nuorten-huumeiden-kayton-kasvusta>
- Raitasalo, K. (2020). Nuorten päihdeongelmien hoito – katsaus kansainväliseen tutkimuskirjallisuuteen. Teoksessa T. Heino (toim.), *Mikä auttaa? Tutkimusperustaiset ja käytännössä toimivat työmenetelmät teininä sijoitettujen lasten hoidossa* (s. 127–142). (THL Raportti 12/2020). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. https://www.researchgate.net/profile/Kirsimarja-Raitasalo/publication/348183360_Nuorten_paihdeongelmien_hoito_-

[katsaus kansainvaliseen tutkimuskirjallisuuteen/links/5ff2dd70299bf140886cd332/Nuorten-paihdeongelmien-hoito-katsaus-kansainvaliseen-tutkimuskirjallisuuteen.pdf](https://www.katsaus-kansainvaliseen-tutkimuskirjallisuuteen/links/5ff2dd70299bf140886cd332/Nuorten-paihdeongelmien-hoito-katsaus-kansainvaliseen-tutkimuskirjallisuuteen.pdf)

Seinäjoen kaupunki. (i.a.). *Seinäjoki-tietoa*. <https://www.seinajoki.fi/hallinto/seinajoki-tietoa/>

Seinäjoen kaupunki. (6.4.2023). *Päihdetilannekysely asukkaille*. <https://www.seinajoki.fi/paihdetilannekysely-asukkaille/>

Sharmin, S., Kypri, K., Khanam, M., Wadolowski, M., Bruno, R., & Mattick, R. (2017). Parental Supply of Alcohol in Childhood and Risky Drinking in Adolescence: Systematic Review and Meta-Analysis. *Public Health*, 14(3), 287. <https://www.mdpi.com/1660-4601/14/3/287>

Sosiaalialan amk-verkosto. (2023). *Sosionomi AMK-tutkinnon kompetenssit*. <https://www.sosiaalialanamkverkosto.fi/sosiaalialan-tutkinnot-ja-kompetenssit/>

Sosiaali- ja terveysministeriö. (10.3.2023). *Ehkäisevä päihdetyö*. <https://stm.fi/ehkaiseva-paihde-tyo>

Sote-uudistus. (3.5.2022). *Kirsimarja Raitasalo tutkii nuorten päihteiden käyttöä: Lieventyneet kannabisasenteet saattavat ennakoita käytön lisääntymistä alaikäisillä*. <https://soteuudistus.fi/-/kirsimarja-raitasalo-tutkii-nuorten-paihteiden-kayttoa-lieventyneet-kannabisasenteet-saattavat-ennakoita-kayton-lisaantymista-alaikaisilla->

Syöpäjärjestöt. (i.a.) *Nuorten tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttötilastot*. <https://fressisedu.fi/materiaalit/nuorten-tupakka-ja-nikotiinituotteiden-kaytto-tilastot/>

Tarnanen K., Alho H., & Komulainen, J. (4.10.2018). *Huumeongelmat*. Käyvän hoidon potilasversiot. <https://www.kaypahoito.fi/khp00056>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). (5.12.2023a). *Ehkäisevä päihdetyö*. <https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihde-tyo>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). (7.12.2023b). *Nikotiini*. <https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/tupakka/tupakkatuotteet-ja-sahkosavuke/nikotiini>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). (7.12.2023c). *Nuorten päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt*. <https://thl.fi/aiheet/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot/nuorten-paihteiden-kaytto-ja-kaytoshairiot>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). (7.12.2023d). *Nuuska*. <https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/tupakka/tupakkatuotteet-ja-sahkosavuke/nuuska>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). (7.12.2023e). *Pakka-toimintamalli ehkäisevään päihdetyöhön*. <https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihde-tyo/verkkopakka-ehkaisevaan-paihde-tyohon>

- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). (4.1.2024a). *Kouluterveyskysely*. <https://thl.fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). (6.2.2024b). *Sähkösavuke*. <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/tupakka/tupakkatuotteet-ja-sahkosavuke/sahkosavuke>
- Tupakkalaki 549/2016. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2016/20160549>
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (17.10.2023). *Hyvä tieteellinen käytäntö (HTK)*. <https://tenk.fi/fi/hyva-tieteellinen-kaytanto-htk>
- Vilka, H. (2021). *Näin onnistut opinnäytetyössä: Ratkaisut tutkimuksen umpikujiin*. PS-kustannus.
- von der Pahlen, B., Lepistö, J., & Marttunen, M. (2013). Päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt. Teoksessa M. Marttunen, T. Huurre., T. Strandholm, & R. Viialainen (toim.), *Nuorten mielenterveyshäiriöt: Opas nuorten parissa työskenteleville aikuisille* (s. 109–123). (Opas 25). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. <https://www.julkari.fi/handle/10024/110484>
- Winell, K., Ollila, H., & Korhonen, T. (2022a). Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus ja sitä ylläpitävät tekijät. Teoksessa A. Heloma, T. Korhonen, K. Patja, O. Salminen, & K. Winell (toim.), *Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus*. (1. painos, s. 15–17). Kustannus Oy Duodecim.
- Winell, K., Ollila, H., & Korhonen, T. (2022b). Tupakkakokeiluihin ja säännöllisen käytön aloittamiseen vaikuttavat tekijät. Teoksessa A. Heloma, T. Korhonen, K. Patja, O. Salminen, & K. Winell (toim.), *Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus*. (s. 18–19). Kustannus Oy Duodecim.

LIITTEET

Liite 1. Päihdetilannekysely (rajattu aineisto)

Liite 1

Päihdetilannekysely nuorille 2023

1. Sukupuoli

- a) Nainen
- b) Mies
- c) Muu
- d) En halua sanoa

2. Ikä

- a) alle 18 vuotta
- b) 18 vuotta tai yli

3. Mitä koulua käyt?

- a) Yläkoulu
- b) Lukio
- c) Ammatillinen oppilaitos

4. Olen nähnyt alaikäisten...

Voit valita useita vaihtoehtoja.

- a) alkoholin käyttöä
- b) tupakointia
- c) nuuskaamista
- d) sähkösavukkeiden käyttöä
- e) kannabiksen käyttöä
- f) muiden huumausaineiden käyttöä
- g) lääkkeiden väärinkäyttöä
- h) en ole nähnyt
- i) en osaa sanoa

5. Olen nähnyt päihteiden välittämistä alaikäisille. Minkä päihteen?**Voit valita useita vaihtoehtoja.**

- a) Alkoholin
- b) Tupakkatuotteiden (tupakka, nuuska, sähkötupakka)
- c) Huumeiden
- d) En ole nähnyt
- e) En osaa sanoa

6. Millaista ehkäisevää päihdetyötä toivoisit Seinäjoella tehtävän?

- a) Aikuisten läsnäolo ja jalkautuminen nuorten tapahtumissa
- b) Nuorilta nuorille suunnattu ehkäisevä päihdetyö
- c) Päihteettömät bileet
- d) Koulun terveystiedon tunneilla aiheen käsittely
- e) Nuorisotiloilla aiheen käsittely
- f) Jotain muuta, mitä?
- g) En osaa sanoa

7. Mitä muuta haluaisit sanoa liittyen tähän kyselyyn tai Seinäjoella tehtävään ehkäisevään päihdetyöhön? Sana on vapaa!