



Vapen varjossa: Nuorten sähkö tupakoinnin ehkäiseminen Pornaisten Yhtenäiskoulussa

Taija Larmo

2024 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

Vapen varjossa: Nuorten sähkötupakoinnin ehkäiseminen Pornaisten Yhtenäiskoulussa

Taija Larmo
Sosionomi (AMK)
Opinnäytetyö
Toukokuu, 2024

Taija Larmo

Vapen varjossa: Nuorten sähkö tupakoinnin ehkäiseminen Pornaisten Yhtenäiskoulussa

Vuosi 2024

Sivumäärä 56

Nuorten kiinnostus sähkö tupakointia kohtaan on viime vuosina lisääntynyt merkittävästi. Tutkimusten mukaan Pornaisissa nuoret käyttävät sähkö savukkeita selvästi enemmän kuin koko maassa keskimäärin. Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa Pornaisten Yhtenäiskoululle sellaista tietoa, jonka avulla koulun henkilökunta pystyisi toteuttamaan vaikuttavampaa sähkö tupakoinnin ehkäisevää työtä. Opinnäytetyön varsinaisena tutkimusongelmana oli, miten huomioida huoltajien näkemykset sähkö tupakoinnin ehkäisevän työn suunnittelussa ja toteutuksessa Pornaisten Yhtenäiskoulussa. Tutkimuksessa pyrittiin selvittämään huoltajien käsityksiä nuorten sähkö tupakoinnista ja miten koulun tulisi menetellä lisääntyneen sähkö tupakoinnin suhteen. Työ toteutettiin määrällisenä tutkimuksena ja aineistonkeruumenetelmänä käytettiin sähköistä kyselylomaketta. Kyselyyn vastasi yhteensä 103 huoltajaa.

Opinnäytetyön tietoperustassa käsiteltiin sähkö savukkeiden terveysvaikutuksia, sähkö savukkeita koskevaa lainsäädäntöä sekä millaisia sähkö savukkeiden käyttäjiä erityisesti nuoret ovat. Lisäksi tietoperustassa käytiin läpi nuoruutta elämänvaiheena kehittyvien aivojen, päihdekokeilujen ja nuorelle merkityksellisten yhteisöjen kannalta. Tietoperustan viimeisessä asiakokonaisuudessa keskityttiin ehkäisevään päihdetyöhön.

Kyselytutkimuksen perusteella pornaislaiset huoltajat olivat tietoisia nuorten sähkö tupakoinnin voimakkaasta lisääntymisestä. Huoltajat kertoivat sähkö tupakointia esiintyvän myös alakoululaisten keskuudessa. Koulun antamaa päihdekasvatusta piti riittävänä vain viidesosa huoltajista, kun taas selvä enemmistö haluaisi saada koululta tiedon jo siitä, mikäli omaa lasta vasta epäiltäisiin sähkö tupakoinnista. Lisäksi huoltajien mielestä valvontaa koululla tulisi lisätä ja sähkö tupakoinnista kiinni jääneitä nuoria tulisi rangaista kovemmin. Tutkimuksen johtopäätöksiä todettiin, että Pornaisten Yhtenäiskoulussa tulisi lisätä sähkö tupakoinnin ehkäisevää työtä myös alakoululaisille. Koulun tulisi myös tehostaa sähkö tupakointiin ja sen epäilyihin liittyvää viestintää koteihin. Sähkö tupakoinnin ehkäisemisen ei tulisi kuitenkaan olla pelkästään koulun asia, vaan päihdekasvatukseen tarvitaan yhtä lailla myös kotien ja koko yhteiskunnan panostusta.

Asiasanat: sähkö tupakointi, nuoruus elämänvaiheena, ehkäisevä päihdetyö

Taija Larmo

Under the Shadow of Vape: Preventing Youth Vaping at Pornainen Comprehensive School

Year

2024

Pages

56

Young people's interest in e-cigarettes has increased significantly in recent years. Young people in Pornainen use e-cigarettes more than on average in the whole country. The objective of this Bachelor's thesis was to produce information for Pornainen Comprehensive School that would enable the school staff to implement more effective e-smoking prevention work. The actual research problem of the thesis was how to consider the views of guardians in the e-smoking prevention work at Pornainen Comprehensive School. The research aimed to find out guardians' perceptions of young people's use of e-cigarettes and how the school should proceed concerning increased e-cigarette use. The survey was carried out as a quantitative study and an electronic questionnaire was used as the data collection method. A total of 103 guardians answered the survey.

The theoretical background of the thesis discussed the health effects of e-cigarettes, legislation regarding e-cigarettes, and the characteristics of young e-cigarette users. In addition, the theoretical background was used to review adolescence as a stage of brain development, substance experimentation, and communities relevant to young people. The last topic of the theoretical background focused on preventive substance abuse work.

Based on the survey, guardians from Pornainen were aware of the strong increase in e-cigarette use by young people. Guardians reported that e-cigarettes are even used among 4th graders. Only a fifth of the guardians considered the substance abuse education provided by the school to be sufficient, while a clear majority would like to receive a message from the school already if their child is suspected of using e-cigarettes. In addition, according to the guardians, supervision at school should be increased and young people caught using e-cigarettes should be punished more severely. The study concluded that Pornainen Comprehensive School should increase the work to prevent e-smoking also for younger students. The school should also be in better contact with homes in matters related to e-cigarettes. However, prevention of e-cigarette use should not only be a matter for schools, but the work on substance abuse also requires the efforts of homes and society.

Keywords: electronic cigarette/e-cigarette/vape, youth, substance abuse education

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Sähkösavukkeet.....	7
2.1	Sähkösavukkeiden terveysvaikutukset	8
2.2	Sähkösavukkeita koskeva lainsäädäntö.....	8
2.3	Nuoret sähkösavukkeiden käyttäjinä	10
3	Nuoruus elämänvaiheena.....	11
3.1	Aivojen kehitys	11
3.2	Päihdekokeilut.....	12
3.3	Vanhempien ja perheen merkitys.....	14
3.4	Koulun merkitys	16
4	Ehkäisevä päihdetyö	16
4.1	Kodeissa tapahtuva päihdekasvatus	17
4.2	Koulun päihdekasvatus	18
4.3	Kodin ja koulun välinen yhteistyö	20
5	Opinnäytetyön tutkimusongelma.....	21
6	Opinnäytetyön tutkimusasetelma	22
6.1	Tutkimusmenetelmät.....	22
6.2	Aineiston kerääminen.....	23
6.3	Tulosten analysointi	24
6.4	Eettisyyden ja luotettavuuden arviointi	25
7	Kyselytutkimuksen tulokset.....	26
7.1	Vastausprosentti ja vastausten jakautuminen	26
7.2	Huoltajien käsityksiä nuorten sähkö tupakoinnista Pornaisissa	27
7.3	Huoltajien toiveet koululle sähkö tupakoinnin vähentämiseksi	28
7.4	Huoltajien ja kodin rooli sähkö tupakoinnin ehkäisemisessä	31
7.5	Muita huomioita huoltajilta.....	35
8	Tutkimuksen johtopäätökset	36
9	Pohdinta	39
	Lähteet.....	43
	Kuviot	46
	Taulukot	46
	Liitteet	47

1 Johdanto

Sähkösavukkeet ovat hyvin nopealla vauhdilla tulleet osaksi nuorten elämää. Apuna maailmanvalloituksessa ovat olleet nuorten suosimat sosiaalisen median alustat. Sosiaalisessa mediassa sähkösavukkeista on onnistuttu luomaan trendikäs ja harmiton mielikuva, joka vetoaa jopa alle 10-vuotiaisiin lapsiin. Perinteinen tupakointi on nuorilla vähentynyt viimeisen 20 vuoden aikana, mutta aivan viime vuosina väheneminen on hidastunut. Lisääntyneen sähkötupakoinnin pelätään lisäävän myös perinteisen tupakan käyttöä.

Tutkimusten mukaan Suomessa asuvat 14-20-vuotiaat nuoret käyttivät vuonna 2023 sähkösavukkeita kaksi kertaa niin paljon kuin kaksi vuotta aiemmin vuonna 2021. Tästä ikäluokasta sähkösavukkeita ilmoitti käyttävänsä päivittäin tytöistä viisi prosenttia ja pojista kuusi prosenttia. Yli 20-vuotiailla aikuisilla sähkösavukkeiden käyttö on pysynyt vähäisenä, mutta nuorten keskuudessa käyttö on viime vuosina kasvanut voimakkaasti. (THL 2023a.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen kahden vuoden välein toteuttama valtakunnallinen Koulu-terveyskysely selvittää hyvin kattavasti, miten eri ikäiset lapset ja nuoret Suomessa voivat ja miten heidän koulunkäyntinsä ja opiskelunsa sujuu (THL 2024a). Viimeisimmän Koulu-terveyskyselyn tulokset julkaistiin syyskuussa 2023. Pornaislaisten nuorten suhteen tulokset olivat hyvin huolestuttavia. Vuoden 2021 Koulu-terveyskyselyn tuloksiin verrattuna niiden 8.- ja 9.-luokkalaisten nuorten, jotka ovat käyttäneet jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta vähintään kerran, osuus on kasvanut 24,2 prosentista 50,5 prosenttiin. Lisäksi vuonna 2023 samanikäisistä nuorista Pornaisissa sähkösavukkeita ilmoitti käyttävänsä päivittäin 18,3 prosenttia, kun koko maassa vastaava luku oli 6,6 prosenttia. (Koulu-terveyskysely 2023.)

Olen työskennellyt Pornaisten Yhtenäiskoulussa koulunkäynninohjaajana lähes kymmenen vuoden ajan ja olen päässyt läheltä seuraamaan, kuinka sähkösavukkeiden käytön yleistyminen on vaikuttanut koulun arkeen. Yläkoululaisia pyrkii jatkuvasti aikuisten silmien välttämiseen menemään porukalla koulun wc-tiloihin. Käytävillä vessojen läheisyydessä haisee jatkuvasti sähkösavukkeista peräisin oleva makunesteen tuoksu. Oppitunneilla on usein levotonta ja tietyt oppilaat saattavat poistua tunnilta useamman kerran ”käydäkseen vessassa”. Välillä jopa kuulee oppilaiden puhuvan koulun käytävillä toisilleen: ”Onks sulla sähkötupakkaa? Mun on ihan pakko saada sähköröökii!”

Pornaisten Yhtenäiskoulussa nopeasti levinnyt sähkösavukeilmiö sekä hämmästyttää että huolestuttaa. Koulussa ilmiöön on pyritty vastaamaan lisäämällä esimerkiksi päihdekasvatusta sähkötupakoinnin osalta. Vaikuttavamman päihdekasvatuksen aikaansaamiseksi tulisi kuitenkin saada kodit vahvemmin mukaan yhteiseen rintamaan. Monet huoltajat tuntuvat vieraantuneen koulumaailmasta, joten koulujen tulisi entistä voimakkaammin korostaa huoltajille sitä

viestiä, että koulun tarkoituksena on toimia lasten ja nuorten parhaaksi yhdessä kodin kanssa. Kun koulun henkilökunta ja lasten huoltajat saataisiin aidosti toimimaan yhteistyössä samojen periaatteiden mukaisesti, voitaisiin paremmin vaikuttaa lasten ja nuorten elämän myönteiseen kehitykseen.

Tässä opinnäytetyössä perehdyttiin pornaislaisten nuorten lisääntyneeseen sähkötupakointiin heidän huoltajiensa näkökulmasta. Kyselytutkimuksen avulla huoltajilta pyrittiin selvittämään, mitä he ajattelevat nuorten sähkötupakoinnista ja mitä asialle tulisi heidän mielestään tehdä. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Pornaisten Yhtenäiskoulun kanssa. Opinnäytetyön tarkoituksena oli saada koottua huoltajien ajatuksista mahdollisimman kattava kokonaisuus, jota Yhtenäiskoulussa pystyttäisiin jatkossa hyödyntämään ehkäisevää päihdetyötä suunnitellessa.

Sähkötupakointi on asiana suhteellisen tuore, joten nimenomaan huoltajien käsityksiin liittyvää tutkimustietoa ei tätä opinnäytetyötä tehdessä löytynyt. Nuorista sähkösavukkeiden käyttäjinä sen sijaan tutkimuksia löytyi. Sähkösavukkeiden vaikutuksia terveyteen on myös tutkittu niiltä osin kuin se on ollut mahdollista. Sähkötupakoinnin pitkäaikaisvaikutuksista saamme tietää vasta tulevaisuudessa. Aiheeseen perehtyneet ammattilaiset jakavat kuitenkin huolen nuorten sähkötupakoitsijoiden terveydestä. Nuorten sähkösavukkeiden käytön ehkäisyyn tulee panostaa niin kotien, koulun kuin yhteiskunnankin taholta. Hyvinvoivista nuorista tulee todennäköisemmin myös hyvinvoivia aikuisia ja se on meidän kaikkien etu.

Tässä opinnäytetyössä käytetään pääasiassa termejä sähkösavuke ja sähkötupakka. Puhekielessä kuulee kuitenkin usein puhuttavan vapestä, joka tulee englanninkielisestä sanasta vaporizer, joka suoraan suomennettuna tarkoittaa höyrystintä. Nuorten keskuudessa sanasta vape on johdettu myös muita muunnoksia, kuten vapettaa ja vapetus.

2 Sähkösavukkeet

Sähkösavukkeet ovat muovista tai metallista valmistettuja laitteita, joiden sisältämä neste muutetaan höyryksi sähköä, eli käytännössä pariston tai akun, avulla. Muodostunutta höyryä hengitetään keuhkoihin samalla tavalla kuin perinteisistä savukkeista. Reilu 10 vuotta markkinoilla olleet sähkösavukkeet kehitettiin alun perin perinteisten tupakkatuotteiden vieroituksen avuksi, mutta tutkimusten perusteella ne toimivat suhteellisen heikosti tähän tarkoitukseen. Sähkösavukkeissa käytettävä neste sisältää usein riippuvuutta aiheuttavaa, tai sitä ylläpitävää, nikotiinia. On olemassa myös nikotiinittomia nesteitä, mutta tutkimusten perusteella nesteet sisältävät useita haitallisia aineita riippumatta siitä, sisältääkö neste nikotiinia vai ei. Erilaisten sähkösavuketuotteiden todellisia terveyshaittoja on haastavaa arvioida, sillä niiden ominaisuudet ja nesteiden koostumukset vaihtelevat paljon. (Aro 2022.)

2.1 Sähkösavukkeiden terveysvaikutukset

Sähkösavukkeet ovat olleet markkinoilla vasta noin vuosikymmenen, joten niiden terveysvaikutuksista on suhteellisen vähän tietoa saatavilla. Nikotiiniriippuvuutta tutkinut Helsingin Yliopiston dosentti Tellervo Korhonen on sitä mieltä, että meillä on nyt sähkösavukkeiden suhteen käynnissä samanlainen ihmiskoe, kuin aikoinaan on ollut perinteisen tupakan kanssa. Todelliset haittavaikutukset tulevat näkymään vasta pitkäkestoisissa seurantatutkimuksissa. Terveydelle haitallisia ainesosia sähkösavukkeista on kuitenkin löydetty jo useita. Tutkijat ovat löytäneet sähkösavukkeista nikotiinin lisäksi esimerkiksi liuottimia ja raskasmetalleja. Sähkösavukkeissa käytettävien makunesteiden sisältöjä voidaan usein vain arvailla. Höyrynä hengitettynä makunesteet kulkeutuvat keuhkojen kautta tehokkaasti kaikkialle elimistöön. (Vallinkoski 2023.)

Seurantatutkimusten puuttuessa sähkösavukkeiden haitallisuutta on tutkittu tutkimalla niiden sisältämiä kemikaaleja. Sähkösavukkeet sisältävät glykosaalia sekä metyylioksaalia, jotka kummatkin ovat tutkitusti haitallisia keuhkoille. Lisäksi sähkösavuketta poltettaessa muodostuu propyleenioksidia, joka on luokiteltu kansainvälisesti syöpää aiheuttavaksi aineeksi. Makuaineiden tutkimuksissa on huomattu, että suurin osa makunesteistä sisältää vähintään yhtä terveydelle haitallista ainetta. On myös vahvoja viitteitä siitä, että makeat makunesteet ovat haitallisempia keuhkoille kuin pelkästään nikotiinia sisältävät nesteet. Nikotiini itsessään on voimakasta riippuvuutta aiheuttava aine, jonka terveyshaitat tunnetaan jo hyvin. Nikotiini vaikuttaa erityisesti verenkierrossa verisuonia supistaen, sydämen sykettä nostaen ja haitallisen kolesterolin määrää lisäten. Näiden seurauksena nikotiinia käyttävällä voi olla kohonnut verenpaine, verisuonten vaurioita sekä harmaantunut iho. Nikotiinin on todettu vaikuttavan myös syövän kehittymiseen. (Aro 2022.) Tutkimusten perusteella tiedetään myös, että nikotiini on erityisen haitallista lapsille ja nuorille. Nikotiiniriippuvuuden on todettu muodostuvan lasten ja nuorten kehittyville aivoille paljon nopeammin ja voimakkaammin kuin aikuisten aivoille. (Vallinkoski 2023.)

2.2 Sähkösavukkeita koskeva lainsäädäntö

Pääsääntöisesti voidaan todeta, että nikotiinia sisältäviä sähkösavukkeita koskevat samat lait ja säädökset kuin perinteisiä savukkeitakin. Sähkösavukkeiden ja nikotiininesteiden myynti on luvanvaraista, eikä sähkösavukkeita saa mainostaa, eikä pitää esillä vähittäismyynnissä. Lain mukaan alle 18-vuotiaalle ei saa luovuttaa eikä myydä sähkösavukkeita. Alaikäinen ei saa myöskään pitää hallussaan nikotiinillisiä sähkösavukkeita. Lisäksi sähkösavukkeiden käyttäminen on kiellettyä kaikissa samoissa paikoissa kuin perinteinen tupakoiminenkin. (Tupakkalaki 549/2016.)

Nikotiinittomien sähkösavukkeiden suhteen tupakkalaki laahaa jälkijunassa. Nikotiinittomien sähkösavukkeiden myyminen on nikotiinia sisältävien sähkösavukkeiden ohella kiellettyä

alaikäisille, mutta tupakkalaki ei kuitenkaan tällä hetkellä kiellä nikotiinittomien tuotteiden hallussapitoa alaikäisillä. Alkuvuonna 2024 Suomen hallitus on aloittanut valmistelemaan lakimuutosta, joka kieltäisi nikotiinittomien sähkösavukkeiden lisäksi myös nikotiinipussien ja energianuuskan hallussapidon alaikäisiltä. Kaikenlaisten tupakanvastikkeiden kieltäminen laissa on erittäin tärkeää, jotta esimerkiksi koulut ja oppilaitokset voivat lain turvin takavarioida alaikäisiltä kaikki haitalliset tuotteet. (Heikkilä 2024.)

Laissa säädetään myös sähkösavukkeissa käytettävistä nesteistä. Suomessa on sallittua ainoastaan tupakanmakuisten sähkösavukenenesteiden myyminen. Esimerkiksi nuorten suosimien hedelmän- tai karkinmakuisten nesteiden myyminen on Suomessa kiellettyä. Kiellettyä on myös sähkösavukkeiden ja nikotiininesteiden myyminen netissä. (Suomen Ash ry 2024.)

Suomessa laillisesti myytävien sähkösavukkeiden tulee täyttää tupakkatuotedirektiiviin perustuvat laatu- ja turvallisuusvaatimukset. Vähittäismyyntipakkauksien tulee sisältää lainmukaiset ainesosaluettelot, terveysvaroitukset sekä muut informaatiotiedotteet. Sähkösavukenenesteet, jotka eivät sisällä nikotiinia, kuuluvat kemikaalilain mukaisesti valvottaviin tuotteisiin. Aikaisemmin kaikki nikotiinia sisältävät sähkösavukkeet kuuluivat lääkelain piiriin, mutta nykyisin lääkkeeksi katsotaan vain tuote, joka sisältää nikotiinia yli 20 mg/ml, tällaisia tuotteita ei kuitenkaan ole Suomessa myynnissä. (Paavola, Rautalahti & Heloma 2022, 69-70.) Suomen sähkösavukkeita koskevasta lainsäädännöstä ja direktiiveistä huolimatta laittomia sähkösavukkeita tilataan paljon internetin välityksellä ulkomailta. Tällaisia tuotteita ei valvota millään tavoin ja ne voivatkin sisältää hyvin suuria annoksia nikotiinia sekä muita terveydelle haitallisia ainesosia.

Perustuslaki määrittelee kansalaisten terveyden edistämisen julkisen vallan tehtäväksi. Tämä tarkoittaa sitä, että yhteiskunnan on järjestettävä kohtuulliset terveys- ja sosiaalipalvelut kaikille kansalaisilleen. Lisäksi päätöksenteossa on otettava huomioon terveyden edistämiseen vaikuttavat tekijät. Hyvinvointiin panostaminen on yhteiskunnalle kannattavaa myös taloudellisesti. Sosiaali- ja terveysministeriö julkisti vuonna 2021 erityisen päihde- ja riippuvuusstrategian, jonka yhtenä tavoitteena on tupakka- ja nikotiinituotteiden käytön ehkäiseminen. Strategia perustuu lakiin ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015). Ehkäisevän päihdetyön tavoitteena on edistää väestön hyvinvointia ja terveyttä. Käytännössä ehkäisevän päihdetyön järjestäminen on kuntien ja hyvinvointialueiden vastuulla. Kunnat ovat myös veloitettuja huolehtimaan siitä, että ihmisille on tarjolla tukea ja apua tupakoinnin lopettamiseen. Suomen tupakkalaki tähtää siihen, että maa on savuton vuoteen 2030 mennessä. Tavoitteeseen päästään, kun erilaisia tupakka- ja nikotiinituotteita käyttää päivittäin alle viisi prosenttia aikuisista. (STM 2023.) Sähkösavukkeiden käytön voimakas lisääntyminen tulee vaikeuttamaan tavoitetta savuttomasta Suomesta.

Kouluissa ja oppilaitoksissa tupakkalaki (549/2016) kieltää kaikkien tupakkatuotteiden käytön hyvin yksiselitteisesti. Kielto koskee kaikkia sisä- ja ulkotiloja. Vaikka kielto mainitaan tupakkalaissa, olisi sen hyvä lukea myös koulun järjestyssäännöissä. Koulun tulisi myös reagoida välittömästi, mikäli kieltoa koulun alueella rikotaan. Koulupäivän aikana rehtorilla ja opettajalla on oikeus ottaa haltuun alle 18-vuotiaalta oppilaalta erilaiset tupakka- ja nikotiinituotteet. Haltuun otetut tuotteet luovutetaan koulupäivän jälkeen oppilaan huoltajalle. (OPH 2024a.)

2.3 Nuoret sähkösavukkeiden käyttäjinä

Pohjoismaisessa tutkimuksessa vuonna 2023 selvitettiin suomalaisten, tanskalaisten ja norjalaisten nuorten sähkö tupakointia ja sen sosiaalista merkitystä heidän elämässään. Tutkimus kohdistui 15-20-vuotiaisiin nuoriin. Tavalliseen tupakointiin ja nuuskaan verrattuna nuoret pitivät sähkö tupakointia hyväksyttävämpänä ja vähemmän haitallisena terveydelle. Monet nuoret pitävät erityisesti sähkö savukkeiden makeista ja hyvänmakuisista makunesteistä, jotka entisestään korostavat sähkö savukkeiden haitatonta mielikuvaa. Sähkö tupakointi kuuluu monelle nuorelle olennaisena osana kavereiden kanssa olemista ja sosiaalista kanssakäymistä. Sähkö tupakointi voidaan kokea myös vahvasti osaksi omaa identiteettiä. Sähkö savukkeiden käyttäminen tarkoittaa monelle nuorelle hauskanpitoa kavereiden kanssa. Sähkö savukkeita ei koeta ollenkaan perinteisen tupakan veroiksi, vaan ennemminkin leluiksi, joilla voi leikkiä ja joiden avulla voi temppuilla höyryn kanssa. Sosiaalisen median merkitys näkyy vahvana sähkö savuketrendissä. Erilaiset tupakkateollisuuden värväämät somepersoonat ja sosiaalisen median vaikuttajat saavat sähkö tupakoinnin näyttämään trendikkäältä ja hauskalta, mikä saa nuoret seuraajat haluamaan samaa omaan elämäänsä. Sähkö savukkeiden markkinointi on pilotettu sosiaalisen median alustoilla niin taitavasti, etteivät nuoret edes huomaa olleensa markkinoinnin kohderyhmänä. Sosiaalisessa mediassa kiertää myös erilaisia haasteita, joiden innoittamina nuoret julkaisevat omilla some-tileillään esimerkiksi sähkö tupakointiin liittyviä höyryllä tehtäviä temppuja. Somessa julkaistut videot ja valokuvat ovat myös tapa hakea huomiota. (Scheffels, Tokle, Linnansaari, Rasmussen, & Pisinger 2023.)

Becker ja Rice (2021) toteavat artikkelissaan *European Journal of Pediatrics* -lehdessä, että eri maissa tehdyissä tutkimuksissa nuorten sähkö tupakoinnissa on nähtävissä samoja trendejä. Eri maissa nuoret ilmoittivat sähkö tupakoinnin syiksi samoja asioita, kuten hauskanpidon, hyvän maun, kokeilunhalun, kavereiden esimerkin sekä uteliaisuuden. Eri maissa toteutetuissa sähkö savuketutkimuksissa yhteneväisyyksiä löytyi lisäksi nuoriin kohdistetun markkinoinnin ja sosiaalisen median näkyvyyden osalta. Lainsäädännön avulla on usein pystytty vaikuttamaan ennalta ehkäisevästi nuorten sähkö tupakointiin, mutta ei kuitenkaan kaikkialla. Saksan lainsäädännössä sähkö tupakointia rajoitetaan verrattain vähän, mutta siellä käyttäjämäärät ovat selvästi pienempiä, kuin esimerkiksi Suomessa ja Irlannissa, joissa lainsäädäntö

sähkötupakoinnin suhteen on hyvinkin tiukkaa. Sähkötupakoinnin haitallisesta vaikutuksesta nuorten terveyteen oltiin kaikissa tutkimuksissa samaa mieltä.

EHYT ry:n teettämän selvityksen mukaan tupakka- ja nikotiinituotteiden hankkiminen on nuorten mielestä helppoa. Tuotteita hankitaan kavereilta ja sosiaalisen median kautta. Sähkötupakoinnista kiinni jäämistä ei pidetä niin pahana kuin muista päihteistä kiinni jäämistä. Nuoret myös kokevat, että kouluissa sähkötupakointia valvotaan huonosti. Sähkötupakoinnin ehkäisemiseksi tarvittaisiin kaikkien aikuisten valvontaa ja yhteisiä pelisääntöjä niin koulussa kuin kotonakin. (EHYT 2024a.)

Yksi sähkötupakoinnin viehätyksistä perustuu nimenomaan sen laittomuuteen alaikäisille käyttäjille. Joillekin nuorille sähkötupakointi on tapa kapinoida omia vanhempia vastaan ja joillekin keino pyrkiä olemaan aikuisempi. Syitä käyttää sähkösavukkeita on nuorilla useita ja se tekee sähkötupakoinnin ehkäisemisestä haastavaa. Omat haasteensa tuo lisäksi sosiaalisen median globaali ympäristö, joka muovaa nuorisokulttuureita ympäri maailman. Kansallisia ja kansainvälisiä säännöksiä tulisikin kiristää ja yhtenäistää, jotta viranomaisilla olisi enemmän keinoja puuttua nuorten sähkötupakointiin. (Scheffels ym. 2023.)

3 Nuoruus elämänvaiheena

Murrosiässä tapahtuu nopealla vauhdilla kehitystä hyvin laajasti. Keho alkaa muuttua aikuismaisemmaksi ja seksuaalisuus sekä tunne-elämän kuohunnat saavat suuremmat merkitykset elämässä. Nuoren ajattelutaidot kehittyvät, minkä myötä hän oppii paljon uutta itsestään ja ympäröivästä maailmasta. Nuoruudessa myös suhde muihin ihmisiin, esimerkiksi omiin vanhempiin, muuttuu. Nuoruus voi olla hyvin hämmentävää aikaa kaikkine muutoksineen ja mielen myllerryksineen. Eikä hämmennys koske pelkästään nuorta, vaan myös vanhemmille tilanne voi olla hyvin haastava. (MLL 2024a.)

3.1 Aivojen kehitys

Aivojen kehityksen kannalta nuoruus on todella merkittävää aikaa. Murrosiässä aivot kaipaavat harjoitusta, ja sellaiset asiat, joita nuori on säännöllisesti harjoitellut, raivaavat aivoista tilaa kaikelta nuorelle vähemmän tärkeältä. Aivojen on todettu kehittyvän noin 25 ikävuoteen asti. Aivojen etuotsalohkot säätelevät ihmisen toimintaa ja tunteita. Näiden aivoalueiden ollessa vielä keskeneräiset on nuoren toiminnan ohjaus ja käyttäytyminen monelta osin vaja-vaista ja harkitsemattonta. Nuoren aivot pyrkivät myös saamaan nopeita mielihyvän tuntemuksia. Harkitsemattomuus ja impulsiivisuus näkyy muun muassa siinä, että nuoren käytös voi olla hyvin riskialtista ja sisältää voimakkaita tunnereaktioita. Tunteiden ja käyttäytymisen säätelyyn nuori tarvitseekin aikuisen apua ja ohjausta. Lisäksi kehittyvät aivot tarvitsevat

riittävästi unta sekä terveellistä ravintoa. Kehittyviä aivoja tulisi suojella myös päihteiden vaikutuksilta. (MLL 2024b.)

Murrosiässä tapahtuvalla aivojen otsalohkojen kehityksellä on todettu olevan selkeä yhteys päihderiippuvuuksien syntyyn. Riippuvuudet kehittyvät nuorille helpommin ja nopeammin kuin aikuisille. Nuoren kehittyvät aivot omaksuvat erityisen helposti uusia taitoja ja uutta tietoa, ja mikäli nuorille aivoille opetetaan päihteiden käyttöä, voivat ne oppia sen hyvinkin tehokkaasti. Toistuva päihteiden käyttö aiheuttaa aivojen mielihyväjärjestelmän herkistymistä päihteiden sisältämille mielihyvää aiheuttaville ainesosille. Tämän seurauksena elimistö haluaa saada koko ajan lisää vastaavia mielihyväkokenemuksia. (YAD 2024.)

Tupakka- ja nikotiinituotteiden sisältämä nikotiini on vahvaa riippuvuutta aiheuttava aine. Nikotiini imeytyy keuhkojen ja limakalvojen kautta verenkiertoon ja verenkierron myötä kaikkialle elimistöön. Toistuva nikotiinin käyttö saa aivoissa aikaan muutoksia. Nikotiini voi synnyttää aivoissa fyysisen riippuvuuden ohella myös psyykkistä ja sosiaalista riippuvuutta. Tällaiset riippuvuudet voivat näkyä sellaisissa tilanteissa, joihin mielessä yhdistyy voimakkaasti nikotiinituotteen käyttö. Fyysinen riippuvuus ilmenee selkeinä vieroitusoireina, kuten esimerkiksi levottomuutena, päänsärkynä, ärtyneisyytenä ja keskittymisvaikeuksina. Vieroitusoireita helpotetaan uudella nikotiiniannoksella. Riippuvuus vaatii aina tietyn ajan kuluttua uuden annoksen ja näin elämää hankaloittava kierre on valmis. Tutkimuksien mukaan riippuvuus voi syntyä nuorilla jopa kuukaudessa, kun viikon aikana saadaan nikotiinia vähintään kahden tupakan verran. Yksilölliset ominaisuudet kuitenkin vaikuttavat riippuvuuden kehitymisessä. (Fressis 2024.)

Nuoruudessa kehittyvien aivojen hyvinvoinnista on pidettävä erityisen hyvää huolta. Aivojen kehitykseen ja hyvinvointiin vaikuttaa biologian lisäksi ympäröivä maailma. Nuori tarvitsee rakastavia aikuisia, jotka vahvistavat nuoren itsetuntoa. Nuori tarvitsee myös rajojen asettajia, sillä rajat edistävät aivojen terveyttä. Esimerkiksi lakien tehtävänä on estää nuorten päihteidenkäyttöä, joten lait suojelevat näin ollen myös aivoja. Hyvät kaverisuhteet tekevät aivoille hyvää edistämällä mielenterveyttä. Nuorten aivot tarvitsevat erilaisten aktiviteettien vastapainoksi myös rauhaa ja lepoa. Lisäksi nuorten aivoja tulisi varjella turhilta huolilta, murheilta ja stressiltä. Pitkään jatkunut stressihormonien erityis vaikuttaa tutkitusti haitallisesti uusien asioiden oppimiseen, muistamiseen, tunteiden käsittelyyn ja mielen hyvinvointiin. Nuorten aivojen, ja nuorten itsensä, tulisi saada kehittyä rauhassa vahvoiksi ilman turhia ärsykejä ja eri päihteiden aiheuttamia haittoja. (Kosola 2020.)

3.2 Päihdekokeilut

Nuoruudessa etsitään itseä ja rakennetaan omaa minäkuvaa. Vaiheeseen kuuluvat myös erilaiset kokeilut. Osa kokeiluista jää kokeiluiksi, mutta osasta tulee vakiintuneita toimintamalleja nuoren elämään. Näin tapahtuu myös päihdekokeiluissa. Suurimmalla osalla nuorena tehdyistä

päihdekokeiluista ei ole juuri vaikutusta myöhempään elämään. Osalla päihdekokeilut johtavat kuitenkin päihteiden ongelmakäyttöön. Tutkimusten mukaan nuorena aloitettu säännöllinen päihteidenkäyttö lisää riskiä päihdeongelmille, syrjäytymiselle sekä mielenterveyden häiriöille. (Kosola, Niemelä & Niemelä 2018.)

Nuoruudessa ensimmäiset päihdekokeilut liittyvät useimmiten alkoholiin, tupakkaan ja sähkötupakkaan, mutta myös nuuskan ja nikotiinikorvaustuotteiden kokeilut ovat lisääntyneet ensimmäisenä päihteenä. Kokeiluja tehdään noin 10-15-vuotiaana. Kokeiluihin ajaa monesti kavereiden esimerkki ja halu kuulua porukkaan. Nuorena ei vielä osata arvioida päihteisiin liittyviä riskejä, vaan itseä pidetään immuunina kaikille haitoille. Nuoren on vaikea kuvitella, millä tavoin päihteet vaikuttavat hänen elämäänsä ja tulevaisuuteensa. (Mielenterveystalo 2024.) Vanhempien ja muiden nuoren elämään kuuluvien aikuisten tulee valvoa nuoren tekemisiä ja tehdä päihteiden käytöstä mahdollisimman vaikeaa. Nuorelle on tehtävä selväksi, että mikäli jää kiinni päihteiden käytöstä, siitä tulee seuraamuksia. Mikäli riski kiinni jäämiselle on todellinen ja seuraamukset nuorelle tarpeeksi vakavia, ei nuori todennäköisesti halua kokeilla päihteitä niin usein, tai ainakin kokeilut ovat maltillisempia. Vähäisempi kokeilujen lukumäärä vähentää myös riskiä riippuvuuden syntymiselle. Nuoren suhtautuminen päihteisiin riippuu paljon siitä, millaisen mallin hän on kotoaan saanut. (Väestöliitto 2018.)

Päihdekokeiluille altistavia tekijöitä on useita. Halu kuulua porukkaan, tai porukan luoma ryhmäpaine, voi saada nuoren kokeilemaan päihteitä. Mikäli kaveriporukassa, tai kotona, käytetään päihteitä, kokee nuori sen olevan normaalia. Päihteiden avulla nuori voi myös yrittää paeta jännityksen, surun tai ahdistuksen tunteita sekä helpottaa yksinäisyydestä ja kiusaamisesta aiheutuneita olotiloja. Nuoruudessa tyypillistä on myös riskien ottaminen ja ymmärtämättömyys otettujen riskien vaikutuksista. Nuori kokee olevansa kuolematon, eikä hän osaa kuvitella, millä tavoin päihteiden haitat voisivat vaikuttaa hänen omaan elämäänsä. Päihdekokeiluita edesauttavat lisäksi eri päihteiden saatavuus. Nuoret kokeilevat sellaisia päihteitä, joita on helposti saatavilla. Päihdekokeilut voivat johtua myös nuorten kapinasta auktoriteetteja kohtaan tai halusta päästä kokeilemaan aikuisten maailmaa. (Mielenterveystalo 2024.)

lällä on suuri merkitys sille, mihin päihdekokeilut voivat johtaa. Mitä nuorempaan aloitetaan päihteiden käyttö, sitä suuremmalla todennäköisyydellä kokeilu voi johtaa ongelmalliseen päihteidenkäyttöön. Alkoholin kohdalla ongelmakäytön kehittyminen voi viedä noin kolme vuotta, mutta nikotiinin ja huumeiden käyttö voi kehittyä ongelmataiseksi paljon nopeammassa ajassa. Päihdekokeiluihin ja päihteidenkäyttöön vaikuttaa myös persoonallisuuden piirteet. Asioihin maltillisesti ja harkitsevasti suhtautuva nuori jättää todennäköisemmin päihdekokeilut tekemättä, kun taas impulsiivinen, elämishakuinen ja herkästi negatiivisiin tunteisiin reagoiva nuori ajautuu helpommin päihteiden pariin. Erilaiset lapsuuden ja nuoruuden mielenterveyden haasteet voivat hoitamattomina lisätä riskiä päihdekokeiluille. Päihteiden käytölle ja kokeilulle altistaa myös, mikäli nuoren kotona on haasteita. Kotona ongelmia voi olla

vanhemmuustaidoissa, vuorovaikutuksessa, nuoren tekemisten valvonnassa tai kurinpidossa. Perheriidat ja muiden perheenjäsenten päihdeidenkäyttö vaikuttaa myös negatiivisesti nuoren päihdekokeiluihin. (Kosola, Niemelä & Niemelä 2018.)

Nuoren päihdekokeiluihin tulee aina suhtautua kielteisesti, mutta kuitenkin asiallisesti. Kaikkien nuoren elämässä mukana olevien aikuisten tulisi välittää nuorelle tätä samaa viestiä. Tärkeää on myös muistaa, että satunnaiset ja yksittäiset kokeilut ja hölmöilyt ovat monen nuoren elämässä yleisiä, eikä niistä yleensä seuraa mitään sen suurempia ongelmia. Nuori tarvitsee kuitenkin ymmärrystä, apua ja tukea kasvaakseen vastuuntuntoiseksi aikuiseksi. Nuoren ongelmien kasvaessa suuremmiksi ja vakavammiksi, tarvitsee hän välitöntä puuttumista tilanteeseen. (Kosola, Niemelä & Niemelä 2018.)

3.3 Vanhempien ja perheen merkitys

Vanhempien rooli lastensa elämässä alkaa muovautumaan heti lapsen syntymän jälkeen. Vanhemman tapa kasvattaa lastaan ja vanhemman antama esimerkki vaikuttavat suoraan siihen, millaiseksi yhteinen arki muodostuu. Auktoriteettiin perustuvaa kasvatustyyliä on pidetty parhaana tapana kasvattaa lapsista elämäänsä tyytyväisiä aikuisia. Tämä kasvatustapa on ollut vallalla 1960-luvulta alkaen. Viime vuosikymmeninä on kuitenkin merkittävästi lisääntynyt niin sanottu neuvotteleva kasvatustapa, jossa aikuiset kyselevät lapsilta, mitä he haluavat. Tapa on saanut paljon kritiikkiä osakseen, mutta tavan puolustajat perustelevat tyyliä sillä, että neuvottelevan kasvatuksen avulla lapsi oppii elämässä tärkeitä neuvottelutaitoja. Kritiikki kohdistuu kuitenkin siihen epäsuhtaan, että aikuinen ja lapsi eivät ole neuvottelukumppaneina tasavertaisia. Ensinnäkin lasten aivot ovat vielä kehittymättömiä tekemään perusteltuja päätöksiä ja toisekseen aikuisella on jo lähtökohtaisesti enemmän valtaa. Aikuisen tulisikin antaa lapselle suoria ohjeita ilman neuvottelua kaikissa sellaisissa asioissa, joissa ei oikeasti neuvottelunvaraa ole, ja joiden tarkoituksena on edistää ja suojella lapsen kehitystä ja terveyttä. Vanhemman tehtävä on myös asettaa riittävät rajat lapselle ja nuorelle, ja olla lisäksi valmis ottamaan lapsen pettymysten aiheuttamat tunnereaktiot vastaan. Tutkimusten mukaan lapset, jotka saavat olla lapsia ilman päätöksenteon vastuuta ja jotka osaavat noudattaa annettuja ohjeita, tulevat menestymään paremmin elämässään. (Tahkokallio 2018, 11-24.)

Perheen kasvatusilmapiirin lisäksi lapsen kehitykseen vaikuttaa keskeisesti myös perheen sisäinen vuorovaikutus ja toiminnallinen rakenne. Psykologi Diana Baumrind jakaa kasvatustyyliä kolmeen eri tapaan. Auktoriteettiin perustuvassa kasvatustavassa lapselle asetetaan rajat, mutta kasvatuksen apuna käytetään keskustelua ja lapsen mielipiteiden kuuntelemista. Tämä tapa kasvattaa lapsista tasapainoisia ja itseensä luottavia aikuisia. Määrävässä kasvatustyyliässä sen sijaan käytetään paljon rangaistuksia ja voimakeinoja lapsen käyttäytymisen ohjaukseksi. Tutkimusten mukaan määräilemällä kasvatetut lapset eivät ole tottelevaisuudestaan huolimatta onnellisia. Sallivassa kasvatustavassa lapsen toimintaa ei rajoiteta, eikä

vanhemmat pidä minkäänlaista kuria. Tällaisen vanhemman tunneside lapseen voi olla kuitenkin hyvä ja lämmin, mutta kasvatuksesta uupuu käyttäytymisen ohjaaminen ja ratkaisukeskeisyys. (Alasuutari 2003, 21.)

Tutkimusten mukaan kasvatusilmapiirit voivat olla joko lapsikeskeisiä tai aikuiskeskeisiä. Lapsikeskeisessä kasvatuksessa lapsella ja aikuisella on hyvä suhde, jossa lapsen tarpeet ovat keskiössä. Vanhempi myös kannustaa ja tukee lasta, sekä kasvattaa keskustellen ja ohjeita antaen. Tämä vaikuttaa positiivisesti lapsen itsehallinnan kehitykseen, vastuunottoon sekä kasvamiseen yhteiskunnan jäseneksi. Aikuiskeskeisessä kasvatuksessa sen sijaan vanhempi toimii epäjohdonmukaisesti, välinpitämättömästi, epäoikeudenmukaisesti sekä rankaisee lasta. Tällaisen kasvatuksen on huomattu aiheuttavan lapselle aggressiivista käyttäytymistä, sosiaalista avuttomuutta, kiinnittymättömyyttä yhteiskuntaan sekä päihteiden käyttöä. (Alasuutari 2003, 22.)

Murrosiässä kaveripiirin merkitys voi olla suurempaa kuin vanhempien merkitys. Nuori saa omalta vertaisryhmältään enemmän vaikutteita kuin omilta vanhemmiltaan. Vanhempien ja kodin rooli vaikuttaa kuitenkin suuresti siihen, millaiseen kaveriporukkaan lapsi hakeutuu. Samaa kaveriporukkaan löytävät yleensä sellaiset henkilöt, jotka ajattelevat asioista samalla tavalla, pitävät samoista jutuista ja arvostavat samanlaisia asioita. Lapsen ajattelu, arvostukset ja tottumukset muovautuvat oman kodin arvojen ja tapojen mukaan. Kotona eletty yhteinen arki määrittelee hyvin pitkälle, millaiseksi lapsen ja nuoren kodin ulkopuolinen elämä rakentuu. Mikäli lapsella on vanhemmilta opitut hyvät elämäntavat, hakeutuu hän todennäköisemmin kaltaistensa joukkoon, jolloin kaveripiirin vaikutus lapseen voi olla samanlaista kuin omien vanhempienkin vaikutus. Haitalliseen seuraan lapsi tai nuori voi puolestaan ajautua muiden tekijöiden ohella myös vanhempien huonon esimerkin seurauksena. Tällaisessa tapauksessa kaveriporukan negatiivinen vaikutus on usein suurempaa kuin vanhempien yritykset saada nuori takaisin kaidalle tielle. (Tahkokallio 2018, 67-68.)

Hyvät ja lämpimät välit omaan vanhempaan, tai johonkin muuhun läheiseen aikuiseen, ovat erittäin tärkeitä nuoren kehityksen ja hyvinvoinnin kannalta. Murrosikäinen koettelee usein vanhempiaan jyrkillä mielipiteillään ja tunteet saattavat vaihdella nopeasti laidasta toiseen. Turvallinen, vahva ja ymmärtäväinen vanhempi tarjoaa nuorelleen sopivassa määrin rajoja ja jämäkkyyttä, mutta myös hyväksyntää ja läheisyyttä. Vanhemman tulisi säilyttää joka tilanteessa keskusteluyhteys lapseensa, vaikka tunnemyrskyt koettelisivat vanhemman ja lapsen välistä suhdetta. Vanhemman tulee myös ymmärtää, kuinka paljon vanhemman sanat, eleet ja viestit vaikuttavat nuoreen. Nuori tarvitsee kannustusta, kehuja, arvostusta ja tunteen siitää, että hän on hyvä ja rakastettu juuri sellaisena kuin on. (MLL 2024c.)

3.4 Koulun merkitys

Koulu on kodin ohella lapsille ja nuorille hyvin tärkeä yhteisö. Ensisijaisesti koulu on oppimisympäristö, jossa oppilaat kehittyvät aikuisten ohjauksessa, mutta myös vertaisryhmien vaikutuksessa. Koulun tuttujen aikuisten, oman ryhmän, päiväjärjestyksen ja sääntöjen avulla lapsille ja nuorille pyritään luomaan turvallinen ympäristö, jossa oppiminen on mahdollista. Koulun tarkoituksena on lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäminen. Koulussa voidaan myös havainnoida kerralla suurta joukkoa, jolloin yksilöiden pahoinvointi voi tulla helpommin esiin. Opettajien mielenterveysosaamista kehittämällä voitaisiin puuttua oirehtivien lasten ja nuorten ongelmiin nykyistä aiemmin sekä ennalta ehkäistä ongelmien syntymistä. Koulun rutiinit ja järjestyssäännöt ovat lisäksi merkityksellisiä paikkaansa etsiville kapinoiville nuorille, jotta he tietävät, mitä vastaan he kapinoivat. (Hietala, Kaltiainen, Metsärinne & Vanhala 2010, 20-22.)

Lasten ja nuorten kasvatuksessa pyritään tasavertaiseen kasvatuskumppanuuteen kodin ja koulun välillä. Nykyisin koulussa vietetään enemmän aikaa kuin aiempien sukupolvien aikana, lisäksi koulutuksen merkitys on kasvanut. Koulun ei ajatella enää antavan pelkästään perustietoja ja -taitoja, vaan myös kehittävän lasten ja nuorten sellaisia ominaisuuksia, joiden avulla he voisivat menestyä tulevaisuudessa. Perusopetuslain (628/1998) mukaan peruskoulussa on tarjottava yleissivistävää opetusta, jossa yhdistyy sekä kasvatus- että opetustehtävä. Lisäksi lapsia ja nuoria on tuettava kasvussa aikuisiksi sekä vastuuntuntoisiksi yhteiskunnan jäseniksi. Samaan aikaan kun vaatimukset koulua kohtaan ovat kasvaneet, on vanhempien kriittisyys koulua ja opettajia kohtaan lisääntynyt. (Alasuutari 2003, 26-27.)

4 Ehkäisevä päihdetyö

Yksi päihdekasvatuksen tavoitteista on ehkäistä tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttöä. Lisäksi päihdekasvatuksella pyritään vaikuttamaan alkoholin ja huumeiden käyttöön sekä rahapelaamiseen. Päihdekasvatuksen avulla tuetaan lasten ja nuorten terveitä elintapoja ja vaikuttetaan haitallisilta asioilta suojaaviin tekijöihin. Koulussa toteutettavalla päihdekasvatuksella pyritään vaikuttamaan lasten ja nuorten asenteisiin sekä koko koulun toimintakulttuuriin. Vuorovaikutukseen perustuvaa päihdekasvatusta pidetään tehokkaampana kuin pelkkää yksisuuntaista tiedonjakamista. Asioiden puhumisesta tulisi tehdä mahdollisimman helppoa, ja lasten ja nuorten tulisi antaa pohtia mieltä askarruttavia asioita ikätasoon sopivalla tavalla. Päihdekasvatuksessa tärkeää on jatkuvuus. Kaikki lapset ja nuoret tulisi tavoittaa säännöllisesti eri ikäkausina. Kouluissa ja oppilaitoksissa tapahtuva päihdetyö on tärkeää, mutta päihdekasvatuksen tulisi näkyä myös muissa toimintaympyröissä, kuten kodeissa ja harrastuksissa. (THL 2024b.)

Valtakunnallisella tasolla voidaan monin eri tupakkapoliittisin keinoin vaikuttaa tupakka- ja nikotiini tuotteiden käytön vähentämiseen. Suomessa osa keinoista on jo käytössä, osa vasta keskusteluiden tasolla. Yksi toimivaksi todettu keino on tupakkatuotteiden hintojen korottaminen tupakan vero- ja hintapolitiikan avulla. Myös myyntipaikkojen merkittäväällä vähentämisellä voitaisiin vaikuttaa tupakka- ja nikotiini tuotteiden käytön vähentämiseen ja käytön aloittamisen ehkäisyyn. Tupakkakokeilut ja nikotiini tuotteiden käytön aloittamiset tapahtuvat suurella osalla alle 20-vuotiaana. Tupakka- ja nikotiini tuotteiden ostamisen ikärajaksi onkin ehdotettu vähintään 20 vuotta. Tämän uskottaisiin vähentävän myös tupakkatuotteiden välittämistä alaikäisille, sillä välittäjienkin tulisi olla aiempaa vanhempia. (STM 2023.)

Nuoret erityisesti ovat alttiita tupakka- ja nikotiini tuotteiden erilaiselle markkinoinnille sosiaalisessa mediassa ja muussa viihdemediassa. Näyttöä on kuitenkin siitä, että tällaiseen markkinointiin pystytään vastaamaan vastamarkkinointikampanjoiden avulla. Laajoja savuttomuutta edistäviä kampanjoita ei ole kuitenkaan tehty Suomessa moneen vuoteen, sillä niiden toteuttaminen vaatisi mittavat resurssit, jotta niiden vaikuttavuus olisi tarpeeksi suurta. Nuorten käytön ehkäisemisessä keskeisessä roolissa on myös tupakka- ja nikotiini tuotteiden tekeminen mahdollisimman vähän houkutteleviksi. Tähän auttaa esimerkiksi eri tuotteiden yhtenäinen ulkoasu, tuotemerkkien poistaminen sekä makuaineiden käytön rajoittaminen. (STM 2023.)

4.1 Kodeissa tapahtuva päihdekasvatus

Kotona tehtävä päihdekasvatus nivoutuu vanhempien tekemään kasvatustyöhön hyvin kokonaisvaltaisesti. Vanhemman työ kasvattajana käynnistyy heti lapsen synnyttyä ja vähitellen lapsen kasvaessa luodaan avointa ja luottamuksellista suhdetta häneen. Ehkäisevän päihdetyön kannalta merkityksellistä on vanhemman kiinnostus nuorta kohtaan ja läsnäolo jokapäiväisessä elämässä. Vanhemman on tärkeää kuunnella, mitä nuorella on sanottavana, ilman analysointia tai tulkitsemista. Vanhemman ja nuoren välinen hyvä vuorovaikutussuhde suojaa tutkimusten mukaan päihdekokeiluilta ja päihteiden aiheuttamilta riskeiltä. Vanhemman tulee myös tuntee vastuuta siitä, millä tavoin hän juttelee päihteistä lapsensa kanssa. Omista päihdekokeiluista ei välttämättä kannata kertoa kaikkea omalle lapselleen, eikä vanhemman tule millään tavoin myötävaikuttaa nuoren kokeiluihin, esimerkiksi tarjoamalla alaikäiselle alkoholia tai tupakkatuotteita. (EHYT 2024b.)

Tutkimusten mukaan tupakoivan vanhemman vaikutus lasten tupakoinnin aloittamiseen on merkittävä. Mikäli tupakoivia vanhempia on kaksi, todennäköisyys lapsen tupakoinnille kasvaa. Ehkäisevää päihdetyötä tulisikin kohdistaa lasten ja nuorten ohella myös aikuisiin, sillä tupakoinnin lopettaneiden vanhempien lasten riski tupakoimiselle vähenee. Vanhempien tupakoinnista huolimatta lasten tupakoinnin aloittamiseen voidaan vaikuttaa siten, että kotona

vallitsisi täydellinen tupakointikielto, jota kaikki perheen aikuisetkin noudattaisivat. (Kannas & Rimpelä 2022, 85.)

Päihdekasvatusta on myös se, millä tavoin vanhempi suhtautuu päihteidenkäytöstä kiinni jääneeseen nuoreen. Vanhemman kannattaa etukäteen miettiä, millainen oma suhtautuminen päihteisiin ja päihdekokeiluihin on, etteivät tunteet ota valtaa nuoren kanssa keskustellessa. Nuorelle voi ilmaista pettymyksensä, mutta samalla tulee myös kääntää katse kohti tulevaisuutta ja antaa nuorelle anteeksi. Nuorelle on tärkeää kertoa, että hän on ihan yhtä tärkeä ja rakas, vaikka joskus virheitä tekisikin. Nuoren kanssa asiat tulee kohdata rehellisesti ja nuoren on itse kannettava väärin toimimisesta aiheutuneet seuraukset. Tällä tavoin nuori oppii vastuunkantoa sekä itsenäisyyttä. (EHYT 2024b.)

Päihdekasvatuksessa, kuten kaikessa kasvatuksessa, aikuisten antaman esimerkin vaikutus on suuri. Lapset ja nuoret saavat vaikutteita koko yhteisöltä, jonka jäseniä he ovat. Kaikkia lasten elämässä mukana olevia aikuisia voidaankin pitää omalla tavallaan kasvattajina. (EHYT 2024c.) Perhe ja koti toimivat päihteidenkäytön suhteen suojaavina tekijöinä silloin, kun lapsella on läheiset suhteet vanhempiinsa ja vuorovaikutus heidän kanssaan on ymmärtäväistä ja toimivaa (Kosola, Niemelä & Niemelä 2018).

4.2 Koulun päihdekasvatus

Kaikki kouluissa tehtävät toimenpiteet, jotka tähtäävät nuoren paremman elämän rakentamiseen, voidaan nähdä ehkäisevänä päihdetyönä. Koululla on tärkeä rooli lasten ja nuorten turvaverkon yhtenä osana. Yhdessä muiden toimijoiden kanssa koulun tavoitteena on luoda turvallinen ja hyvinvointia lisäävä kasvuympäristö kaikille lapsille ja nuorille. Päihdekasvatusta ei tulisi nähdä omana projektina, vaan yhtenä osana kaikkea toimintaa. Koulu kuuluu oman alueensa ehkäisevän päihdetyön verkostoon, jossa tehdään yhteistyötä eri viranomaisten kanssa. Koulun tekemään päihdekasvatukseen kuuluu esimerkiksi terveen kasvun ja kehityksen kokonaisvaltainen tukeminen, hyvien oppimisympäristöjen edistäminen, oppitunneilla toteutettava päihdeopetus, yhteistyö kotien kanssa, opetuksen tukitoimet, oppilashuollon moniammatillinen työ ja yhteistyö päihdetyötä tekevien järjestöjen ja muiden toimijoiden kanssa. (Soikeli, Salasuo, Puuronen & Piispa 2015.)

Ehkäisevän päihdetyön toteuttaminen on kuntien ja hyvinvointialueiden vastuulla. Koulujen ja oppilaitosten rooli on tässä työssä merkittävä. Päihdetyötä koordinoi monessa kunnassa ja hyvinvointialueella ehkäisevän päihdetyön yhdyshenkilö. Kouluissa ehkäisevää päihdetyötä suunnittelee ja toteuttaa monesti moniammatilliset oppilashuoltoryhmät. Kouluissa ja oppilaitoksissa ehkäisevällä päihdetyöllä pyritään ehkäisemään tai lykkäämään eri päihteiden käytön aloitusta. Lisäksi päihdetyöllä yritetään vaikuttaa päihteiden käytöstä aiheutuvien haittojen syntyyn sekä purkaa päihteiden käyttöön ja riippuvuuksiin liittyviä stigmoja. Hyvällä ehkäisevän päihdetyön johtamisella taataan päihdetyön jatkuvuus ja säännöllisyys. Koulun johdon

tulee huolehtia siitä, että koulun henkilökunta on saanut riittävän perehdytyksen koulun sääntöihin ja toimintatapoihin ehkäisevään päihdetyöhön liittyen. Henkilöstöllä tulisi olla yhteneväiset menettelytavat oppilaiden päihteiden käytön tai käytön epäilyn suhteen. (OPH 2024a.)

Käytännön opetustyössä päihdekasvatus näkyy selkeimmin yläkoulussa terveystiedon oppitunneilla ja alakoulussa ympäristöopissa. Terveystiedon opetuksessa pyritään kehittämään oppilaan terveysosaamista monipuolisesti ja oppitunnit sisältävätkin niin itsetuntemuksen ja itsensä arvostamisen kuin tunne- ja vuorovaikutustaitojen oppimiskokonaisuuksia. Varsinaisen päihde- ja riippuvuustietouden lisäksi terveystiedon tunneilla opiskellaan myös mielen hyvinvoinnin merkityksestä nuoren elämään. Päihdekasvatuksessa olennaista on myös ohjata oppilasta ymmärtämään valintojen tekemisen tärkeys ja arvioimaan kriittisesti eri medioista saatua tietoa. (OPH 2024b.)

Kouluissa ehkäisevässä päihdetyössä kannattaa keskittyä erityisesti niihin päihteisiin, jotka ovat lasten ja nuorten saatavilla. Tämän takia koulun henkilöstön tulee kuunnella tarkasti, mistä oppilaat puhuvat, ja vastata oppilaiden mieltä vaivaaviin kysymyksiin. Lapset ja nuoret eivät hahmota päihteiden haittavaikutuksia pitkällä aikavälillä, vaan heille tulisi kertoa millaisia lyhyen aikavälin taloudellisia, sosiaalisia ja fyysisiä vaikutuksia eri päihteet aiheuttavat. Riskeistä kertomalla ei pystytä useinkaan vaikuttamaan nuoren käytökseen, mutta asenteisiin vaikuttamalla voidaan vähentää nuoren kiinnostusta päihteitä kohtaan. Päihdekasvatusta toteutettaessa tulee ottaa aina huomioon kuulijoiden ikä- ja kehitystaso. Pelotteluun perustuvan päihdetyön ei ole todettu olevan kovinkaan tehokasta, sen sijaan sillä voi olla jopa päinvastainen vaikutus. Shokeeraavat materiaalit saattavat vain herätellä joidenkin kiinnostusta päihteitä kohtaan tai vähentää päihdekasvatuksen uskottavuutta, kun ne tuntuvat nuoresta niin kaukaisilta asioilta. Koulun päihdekasvatuksessa tulee lisäksi oikoa nuorten käsityksiä siitä, miten yleistä päihteiden käyttö nuorten keskuudessa on. Lähes poikkeuksetta nuoret kuvittelevat päihteiden käytön olevan yleisempää, kuin se todellisuudessa on. (OPH 2024b.)

Kouluilla tulee olla ehdottoman kielteinen kanta kaikkeen päihteiden käyttöön tiloissaan ja tämän tulee myös näkyä koulujen arjessa. Mikäli oppilas jää kiinni päihteiden käytöstä koulupäivän aikana, sillä tulee olla selkeät seuraukset. Koulujen tulisi myös paremmin hyödyntää niiden asema lapsia ja nuoria kokoavina yhteisöinä. Kouluissa on mahdollista kohdistaa ehkäisevää päihdetyötä ja tiedottaa keskeisistä asioista suurille määrille lapsia ja nuoria kerrallaan. Koulujen tiloja voisi lisäksi entistä enemmän käyttää koulupäivien jälkeen lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja toiminnallisuuden edistämiseksi. (Hietala, Kaltiainen, Metsärinne & Vanhala 2010, 107-108.)

4.3 Kodin ja koulun välinen yhteistyö

Lasten ja nuorten kasvatusta ei voi antaa yksin koulun tehtäväksi, vaan asia tulisi nähdä niin, että koulun on tarkoitus tukea koteja niiden kasvatustehtävässään. Mikäli kodit ja koulut selkeästi ja avoimesti tavoittelisivat samoja asioita lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja oppimisen edistämiseksi, voisivat yhteiset kasvatustoimet olla paljon vaikuttavampia. On paljon asioita, joihin kodit ja koulut eivät pysty yksin vaikuttamaan, mutta yhteistyöllä voitaisiin saada paljon aikaan. Päihdekasvatus on tällaisista asioista yksi.

Kodin ja koulun välinen yhteistyö ei ole vain tapa toimia, vaan se on perusopetuslakiin ja opetussuunnitelmiin kirjattu velvoittava asia (OAJ 2023). Yhteistyöllä tuetaan koulun velvollisuutta järjestää opetus- ja kasvatustehtävät siten, että oppilaat saavat juuri sellaista opetusta ja tukea, mitä kunkin oppilaan kehitystaso ja tarpeet vaativat. Yhteistyöllä pyritään edistämään lasten ja nuorten hyvinvointia ja kehitystä. Koulun toimintakulttuurin tulisi olla sellainen, että huoltajien olisi mahdollista osallistua koulutyöhön sekä sen kehittämiseen. Huoltajien osallisuutta lisäämällä ja koulun avointa toimintakulttuuria edistämällä huoltajat voisivat kokea paremmin olevansa osa kouluyhteisöä. Myös yhdessä toteutettu arvojen pohdinta tekisi kodin ja koulun yhteisvastuullisesta kasvatustyöstä toimivampaa. Yhteistyön lähtökohdana tulisi olla turvallisen oppimisympäristön luominen ja oppimisen tukeminen. (OPH 2024c.) Toimiva yhteistyö perustuu molemminpuoliseen arvostukseen ja siihen, että yhteiset pelisäännöt ovat kaikkien tiedossa (OAJ 2023).

Koulun ja kodin välinen yhteistyö vaihtelee paljon eri kouluissa. Myös koulujen sisältä voi löytyä sekä toimivaa että toimimatonta yhteistyötä kotien kanssa. Yhteistyön näkyvin muoto on usein opettajan ja vanhempien yhteiset tapaamiset, joissa keskustellaan lapsen asioista. Tapaamisten avulla on mahdollista vaikuttaa vanhempien arvioihin koulusta ja kodin kanssa tehtävästä yhteistyöstä. Lähtökohdat yhteistyölle ovat usein paremmat, kun vanhemmat ovat kannustavia ja kiinnostuneita lapsensa koulunkäynnistä ja lapsi pärjää koulussa. Mikäli lapsella on koulunkäyntiin liittyviä haasteita, voi koulun ja kodin yhteistyö vaatia enemmän työtä. (Alasuutari 2003, 90-91.)

Opettajan on kasvatuksen ammattilaisena osattava arvostaa lapsen vanhempia ja otettava heidän näkemyksensä huomioon. Vanhemmat ovat kuitenkin oman lapsensa parhaita asiantuntijoita, ja kun heidän ajatuksiaan arvostetaan, edistää se vanhempien ja opettajan välistä yhteistyötä. On aina ammattilaisen vastuulla pitää vanhempia tasavertaisina kumppaneina ja tehdä yhteistyöstä mahdollisuuksien mukaan helpompaa. Mikäli vanhempi kokee, että hänen mielipiteitään kyseenalaistetaan, saattaa hän kokea koko vanhemmuutensa asetettavan kyseenalaiseksi. (Alasuutari 2003, 170-171.)

Kodin ja koulun yhteistyöstä voidaan tehdä toimivampaa monin keinoin. Yksi merkittävä tekijä on koulun rehtorin johtava rooli yhteistyötä suunniteltaessa ja toteutettaessa. Rehtorin

toiminnalla on suuri merkitys sille, millä tavoin yhteistyöhön suhtaudutaan niin henkilökunnan kuin huoltajienkin taholta. Huoltajien osallisuuden toteutuminen ja yhdenvertainen mahdollistaminen on ennen kaikkea rehtorin vastuulla. Osallisuuden lisäämiseen voidaan vaikuttaa sekä oppilaan, luokan että koulun tasolla. Huoltajia voidaan osallistuttaa enemmän oman lapsen koulunkäynnin tukemiseen etenkin alemmilla luokilla. Lisäksi vanhempaintoimintaa ja mahdollisuuksia osallistua koulun kehittämiseen tulisi lisätä. Mitä aktiivisemmin huoltajat saadaan mukaan koulun toimintaan, sitä paremmin he sitoutuvat koulun tavoitteisiin ja arvoihin. (Vanhempainliitto 2024.)

Yksi tärkeä osa kodin ja koulun välisessä yhteistyössä on toimiva viestintä. Huoltajien kanssa sovitut yhteiset pelisäännöt viestinnän toteuttamisesta ja hyvät vuorovaikutustaidot lisäävät myönteistä ilmapiiriä. Vuorovaikutukselliset vanhempainillat ja muut koulun tapahtumat ovat myös hyviä tilaisuuksia lisätä yhteisöllisyyttä. Monille huoltajille tärkeimpiä yhteistyön muotoja ovat vanhempainvartit tai oppimiskeskustelut, joissa huoltajat pääsevät keskustelemaan opettajan kanssa omaa lasta koskevista asioista. (Vanhempainliitto 2024.)

Koulu voi olla mukana edistämässä myös huoltajien välistä vuorovaikutusta. Huoltajien keskenään sopimat toimintamallit ovat usein tehokkaita, kun suuressa osassa kodeista toimitaan samojen periaatteiden mukaisesti. Koulun ja kodin, sekä kotien välisellä yhteistyöllä pystyttäisiin vahvistamaan koko lähiyhteisön turvallisuutta ja hyvinvointia. Lisäksi koulu voi osana ehkäisevän päihdetyön yhteistyötä pyrkiä tukemaan perheitä ja vanhempia heidän kasvatustehtävässään. Moni vanhempi tarvitsee apua ja tukea vanhemmuustaidoissa ja koulu voisi vaikuttaa tähän järjestämällä esimerkiksi vanhempainillan, jossa käytäisiin läpi erilaisia vanhemmuustaitoja. (OPH 2024a.)

5 Opinnäytetyön tutkimusongelma

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia, millaisia käsityksiä huoltajilla on lasten ja nuorten sähkötapakoinnista Pornaisissa ja miten he toivoisivat koulun menettelevän lisääntyneen sähkötapakoinnin suhteen. Lisäksi pyrittiin kartoittamaan sitä, mitä kodit voisivat asialle tehdä. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa Pornaisten Yhtenäiskoululle sellaista tietoa, jonka avulla koulun henkilöstö, erityisesti oppilashuoltoryhmä, pystyisi tehokkaammin toteuttamaan ehkäisevää päihdetyötä koululla. Pornaisten Yhtenäiskoulun oppilashuoltoryhmään kuuluu koulukuraattori, koulupsykologi, terveydenhoitaja, kouluvalmentaja, koulu yhteisöpedagogi, erityisopettajia sekä yläkoulun terveystiedon opettaja. Lisäksi opinnäytetyön epävirallisena tavoitteena oli herätellä pornaislaisia huoltajia tilanteen vakavuudesta nostamalla esille ajankohtaisia asioita ja tutkittua tietoa sähkötapakointiin liittyen.

Opinnäytetyön tutkimusongelmana oli: Miten huomioida huoltajien näkemykset sähkötu-pakoinnin ehkäisevän työn suunnittelussa ja toteutuksessa Pornaisten Yhtenäiskoulussa?

Tutkimusongelman pohjalta opinnäytetyölle johdettiin seuraavanlaiset tutkimuskysymykset:

- Millaisia käsityksiä ja ajatuksia pornalaisilla huoltajilla on lasten ja nuorten sähkötu-pakoinnista?
- Mitä huoltajien mielestä koulun pitäisi tehdä sähkötu-pakoinnin vähentämiseksi?
- Mitä kodit voisivat huoltajien mielestä tehdä sähkötu-pakoinnin vähentämiseksi?

6 Opinnäytetyön tutkimusasetelma

Tutkimusasetelma tarkoittaa sitä kokonaisuutta, millä tavoin tutkimusongelmaa ryhdytään ratkaisemaan. Tutkimusongelma on alkuperäinen syy, jonka takia koko tutkimukseen on ryhdytty. Tutkimusongelman perusteella muotoillaan tutkimuskysymykset, joiden avulla olisi tarkoitus saada ratkaisu tutkimusongelmaan. Tutkimuksen tarkoitus ja tavoite tulevat usein esille tutkimusongelmasta ja -kysymyksistä, mutta ne voidaan myös muotoilla erikseen. Kaikki tutkimuksessa käytettävät menetelmät valitaan siten, että ne parhaiten palvelevat ongelman ratkaisemista. (Kananen 2019, 21-25.)

6.1 Tutkimusmenetelmät

Tässä opinnäytetyössä tietoa kerättiin kvantitatiivisen eli määrällisen tutkimuksen avulla. Kvantitatiivista tutkimusta käytetään silloin, kun tutkittava ilmiö on entuudestaan tuttu. Kvantitatiivisella tutkimuksella pyritään mittaamaan niitä tekijöitä, jotka vaikuttavat tutkit-tavaan ilmiöön. Kvantitatiivinen tutkimus sopii hyvin isompien ihmismassojen tutkimiseen, jolloin tutkimuksen avulla voidaan myös pyrkiä yleistämään asioita. Yleisimmin kvantitatiivi-ssä tutkimuksessa käytetään tiedonkeruumenetelmänä kyselylomaketta. (Kananen 2011, 17-18.)

Nuorten päihdekokeilut ja päihteiden käyttäminen ovat ilmiöinä tuttuja. Trendit kuitenkin vaihtelevat sen suhteen, millaisia päihteitä milläkin alueella ensisijaisesti käytetään ja mistä niitä hankitaan. Kvantitatiivinen tutkimusote valikoitui tämän tutkimuksen menetelmäksi, sillä tutkimuksessa haluttiin tutkia suurta ihmisjoukkoa ja saada selville heidän mielipitei-tään, joiden perusteella tutkimusongelmaan voidaan löytää toimivia ratkaisuja. Aineistonke-ruumenetelmänä käytettiin sähköistä standardoitua kyselylomaketta (liite 2). Kysely koostui pääasiassa strukturoiduista kysymyksistä, mutta joukossa oli muutama avoin kysymys, joiden avulla pyrittiin saamaan tarkennuksia tiettyihin asioihin. Sähköinen kyselylomake valittiin ai-neistonkeruuseen, koska sen avulla tiedon kerääminen tapahtuu vaivattomasti ja tehokkaasti.

Lomakkeen avulla on mahdollista saada helposti selville vastaajien mielipiteitä, ajatuksia ja näkemyksiä.

Tässä opinnäytetyössä hyödynnettyä kyselytutkimusta voidaan pitää kartoittavana survey-tutkimuksena, jossa pyritään selvittämään tiettyjen mielipiteiden ja asioiden yleisyyttä sekä jakautumista vastaajien kesken. Survey-tutkimuksilla selvitetään, miten asiat todellisuudessa ovat ja niitä käytetään usein päätöksenteon apuna. Standardoidusti kerätty aineisto tarkoittaa sitä, että asiat kysytään täysin samalla tavalla kaikilta vastaajilta. Strukturoidut kysymykset tarjoavat valmiit vastausvaihtoehdot, mikä tekee kyselyyn vastaamisen vastaajille helpommaksi. Strukturoitujen kysymysten avulla on myös helpompi käsitellä suurempia aineistoja. Avoimia kysymyksiä voidaan käyttää kyselyssä strukturoitujen kysymysten tarkentamiseen, jolloin halutuista asioista voidaan saada syvällisempää tietoa. (Hotulainen 2020.)

Kyselylomakkeessa käytettiin sekä monivalintakysymyksiä että avoimia kysymyksiä. Monivalintakysymysten etuna on, että ne ovat vastaajille helpompia ja myös tutkijalle niiden vertaileminen, jäsentäminen ja analysoiminen on helpompaa. Avoimissa kysymyksissä vastaajalla on puolestaan mahdollisuus vastata haluamallaan tavalla, täsmentää kysytyjä asioita ja tuoda esille jotain sellaista, mitä tutkija ei ole itse osannut välttämättä ajatella. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 201.)

Kyselylomakkeen laatimiseksi käytettiin Google Forms -lomaketyökalua sen helppokäyttöisyyden ja monipuolisuuden takia. Lisäksi Google Formsin tarjoamat tietosuojaoimaisuudet olivat opinnäytetyön tekemisen kannalta riittävät. Google Forms tallentaa kaikki vastaukset automaattisesti omaan suojattuun pilvipalveluun ja lisäksi Google Forms noudattaa vahvoja tietosuojasitoumuksia sekä datan suojauskäytäntöjä. (Google Forms 2024.)

6.2 Aineiston kerääminen

Kyselylomakkeen kysymykset laadittiin sen mukaisesti, millaisiin tutkimuskysymyksiin haluttiin saada vastauksia. Kysymysten laatimisessa ja muotoilussa konsultoitin Pornaisten Yhtenäiskoulun oppilashuoltoryhmää. Tämän jälkeen kyselylomakkeesta tehtiin ensin testiversio, joka lähetettiin 20:lle muualla kuin Pornaisissa asuvalle testihenkilölle. Testihenkilöt valikoituivat opinnäytetyöntekijän tuttavapiiristä sillä perusteella, että kaikilla oli tutkimuksen kannalta sopivan ikäisiä huollettavia lapsia. Testihenkilöiltä pyydetyn palautteen myötä kyselyä muokattiin selkeämmäksi ja toimivammaksi.

Kyselytutkimus toteutettiin kokonaisotantana. Tutkimuskohteena olivat Pornaisten Yhtenäiskoulun kaikki 3.-9.-luokkalaisten huoltajat. Oppilaita kyseisillä vuosiluokilla oli yhteensä 359. Käytännössä kysely lähetettiin yhteensä 577 huoltajalle, jotka olivat tavoitettavissa koulun käytössä olevan Wilma-viestijärjestelmän kautta. Saatekirjeen (liite 1) ja linkin sähköiselle kyselylomakkeelle (liite 2) välitti huoltajille Pornaisten Yhtenäiskoulun rehtori. Tällä tavoin

haluttiin lisätä tutkimuksen painoarvoa ja viestin erottautumista muiden Wilma-viestien joukosta. Kyselytutkimus haluttiin kohdistaa nimenomaan huoltajille siitä syystä, että kotien merkitys ehkäisevässä päihdekasvatuksessa on suuri. Mikäli koulu ja kodit toimisivat yhteisrintamassa nuorten päihteettömyyden edistämiseksi, olisivat vaikutukset ehdottomasti tehokkaampia. Taustamuuttujana kyselyssä kysyttiin ainoastaan sitä, millä luokka-asteella vastaajan huollettava on. Muiden taustamuuttujien kysymistä ei pidetty merkityksellisenä, sillä tutkimuksessa oltiin kiinnostuneita nimenomaan vastaajien mielipiteistä ja ajatuksista.

Saatekirje ja kysely laadittiin tarkoituksella informatiivisiksi, jotta ne toimisivat tutkimuksen aineiston keräämisen ohella myös tiedon levittäjinä. Molemmissa sivuttiin tuoreita tilastotietoja nuorten lisääntyneestä sähkötupakoinnista erityisesti Pornaisissa, mutta myös koko maan osalta. Saatekirjeen lopusta löytyi useita linkkejä eri verkkosivustoille, joilta pystyi halutesaan lukemaan lisää sähkötupakoinnista, sen terveysvaikutuksista sekä siihen liittyvistä lieveilmiöistä. Myös kyselylomakkeen kysymyksissä oli hyödynnetty sähkötupakointiin liittyviä faktatietoja. Saatekirjeen ja kyselyn toivottiin näin saavan huoltajat pohtimaan sähkötupakoinnin haitallisuutta. Tämän tavoitteen vaikuttavuutta opinnäytetyössä ei arvioitu millään tavoin, mutta huolta aiheuttavien asioiden esille nostaminen ja esillä pitäminen on kuitenkin jo sellaisenaan tärkeää ja merkityksellistä.

6.3 Tulosten analysointi

Tulosten analysointi aloitetaan saatujen vastausten läpikäynnillä. Tarvittaessa puutteelliset ja virheellisesti täytetyt lomakkeet voidaan poistaa. Aineisto tallennetaan ja siirretään taulukkomuotoon, jotta sitä on helpompi kuvailla, tulkita ja arvioida. Aineiston analyysitavat valitaan sen perusteella, mitkä parhaiten antavat vastauksen tutkimusongelmaan ja tutkimuskysymyksiin. Mikäli tutkimuksessa pyritään selittämään ilmiötä, käytössä on yleensä tilastollinen analyysi ja päätelmien tekeminen. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 223-224.)

Sähköisen kyselylomakkeen avulla saadun aineiston analysoinnissa hyödynnettiin Googlen automaattisesti luomia yhteenvetoja, lisäksi aineisto siirrettiin Excel-taulukko-ohjelmaan ristiintaulukoinnin ja muun analysoinnin mahdollistamiseksi. Pääasiassa aineistoa analysoitiin kuvailtavalla otteella ja vastaajien mielipiteitä koostamalla. Aineistosta laskettiin eri vastausten frekvenssejä eli lukumääriä ja prosenttiosuuksia. Ristiintaulukointia hyödynnettiin, kun haluttiin selvittää, näkyikö vastauksissa eroavaisuuksia eri taustamuuttujien osalta. Avoimia kysymyksiä kyselyssä oli vain muutamia ja ne pääasiassa täydensivät kyselyn strukturoituja kysymyksiä. Analysointia varten osa avoimien kysymyksien vastauksista käsiteltiin yksittäin ja osa teemoitettiin aineistolähtöisesti. Kaiken kaikkiaan aineiston analysoinnilla pyrittiin muodostamaan vastaajien mielipiteistä selkeä ja helposti ymmärrettävä kokonaisuus, jonka avulla päihdekasvatukseen voidaan löytää uusia tehokkaampia näkökulmia.

6.4 Eettisyyden ja luotettavuuden arviointi

Koko opinnäytetyöprosessin ajan noudatettiin hyvää tieteellistä käytäntöä Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeiden mukaisesti. Opinnäytetyön luotettavuuteen kiinnitettiin huomiota niin tutkimuksen suunnittelussa ja toteutuksessa, kuin tietoperustan lähteiden valinnassakin. Tutkimuksen tulokset esiteltiin rehellisesti ja avoimesti. Työelämäkumppaniin sekä tutkimuksen kohteena oleviin henkilöihin suhtauduttiin arvostaen. Opinnäytetyöntekijä kantoi vastuun koko opinnäytetyöprosessista tutkimuksen suunnittelusta työn valmiiseen tuotokseen asti. (TENK 2023.)

Opinnäytetyöstä laadittiin opinnäytetyösopimus tekijän ja toimeksiantajan kesken. Lisäksi hyvän tutkimustavan mukaisesti haettiin Pornaisten kunnalta tutkimuslupa tutkimuksen tekemiseksi. Opinnäytetyö on kirjoitettu hyviä tapoja noudattaen ja lähteisiin on viitattu asiaan kuuluvalla tavalla. Kysely laadittiin huolellisesti ja se toteutettiin anonyymisti. Vastaajilta ei kerätty kyselyn yhteydessä minkäänlaisia henkilötietoja, eikä vastaajia voida vastausten perusteella yhdistää yksittäisiin henkilöihin. Kyselyyn vastaaminen oli vapaaehtoista ja kysely kohdistettiin täysi-ikäisille vastaajille, jolloin jokainen vastaaja pystyi itse päättämään osallistumisestaan. Kyselytutkimuksesta saatuja vastauksia hyödynnettiin ainoastaan tämän opinnäytetyön tekemisessä, mikä ilmoitettiin myös vastaajille selkeästi kyselyn yhteydessä. Opinnäytetyöprosessin jälkeen vastaukset tullaan poistamaan Google Forms -alustalta. Valmis opinnäytetyö on julkinen ja se julkaistaan Suomen ammattikorkeakoulujen opinnäytetöitä ja julkaisuja tallentavassa Theseus-tietokannassa.

Kaikkiin tutkimuksiin kuuluu olennaisena osana tutkimuksen luotettavuuden arviointi. Arviointi on tärkeää, jotta tutkimuksen tuottamaa tietoa voidaan pitää pätevänä. Tutkimuksen luotettavuutta arvioidaan reliabiliteetti- ja validiteettikäsitteiden avulla. Reliabiliteetilla tarkoitetaan sitä, kuinka pysyviä tulokset ovat, eli miten hyvin ne pystyttäisiin toistamaan tekemällä sama tutkimus uudestaan. Validiteetilla tarkoitetaan tutkimuksen pätevyyttä, eli sitä, miten hyvin tutkimuksella on pystytty tutkimaan juuri niitä asioita, mitä haluttiin. Opinnäytetöissä tutkimuksen toistaminen ei ole järkevää, mutta luotettavuuden osoittamiseksi tulee prosessin eri vaiheet dokumentoida huolellisesti ja tehdyt ratkaisut esittää perustellusti. (Kananen 2011, 118-119, 123.)

Tässä opinnäytetyössä tutkimuksen validius ja reliabiliteetti pyrittiin varmistamaan siten, että kyselylomakkeen laatiminen tehtiin huolellisesti Pornaisten Yhtenäiskoulun oppilashuoltoryhmää konsultoimalla. Lisäksi kyselylomakkeen testaamiseen käytettiin riittävästi aikaa lähettämällä se 20 hengen testiryhmälle vastattavaksi. Testiryhmän jäseniltä pyydettiin kommentteja ja korjausehdotuksia, ja niiden perusteella kyselystä muokattiin selkeä ja helposti ymmärrettävä kokonaisuus. Kysymykset pyrittiin pitämään mahdollisimman neutraaleina, jotta ne eivät ohjanneet vastaajia vastaamaan millään tietyllä tavalla.

Tässä opinnäytetyössä tutkimuksen etenemistä pyrittiin kuvaamaan mahdollisimman tarkasti luotettavuuden osoittamiseksi. Tutkimuksen toistettavuus ei ole tässä tapauksessa järkevää, eikä opinnäytetyöprosessia ohjaavan aikataulun takia mahdollista, mutta oletuksena voidaan pitää, että aikuiset vastaajat vastaavat vapaaehtoiseen kyselyyn pääsääntöisesti rehellisesti ja riittävällä vakavuudella. Kyselyn anonyymiuudella haluttiin myös varmistaa se, että vastaajat vastaavat totuudenmukaisesti ilman, että heidän tarvitsee pelätä vastausten vaikuttavan huollettaviensa kohteluun koulussa. Tutkimuksen toteutus kokonaisotantana lisää tutkimuksen luotettavuutta, mutta toisaalta suhteellisen alhaiseksi jäänyt vastausprosentti otettiin kuitenkin huomioon tulosten analysoinnissa ja johtopäätösten teossa.

7 Kyselytutkimuksen tulokset

Kyselytutkimuksen avulla haluttiin selvittää pornaislaisten huoltajien ajatuksia ja käsityksiä nuorten lisääntyneestä sähkötupakoinnista. Tutkimuskysymysten mukaisesti huoltajilta pyrittiin lisäksi saamaan vastauksia siihen, mitä koulun ja kodin tulisi heidän mielestään tehdä nuorten sähkötupakoinnin vähentämiseksi.

7.1 Vastausprosentti ja vastausten jakautuminen

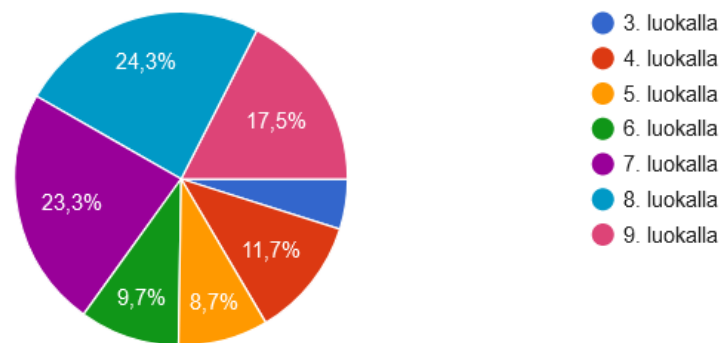
Sähkötupakointiin liittyvä kysely lähetettiin Pornaisten Yhtenäiskoulun Wilma-viestintäjärjestelmän kautta yhteensä 577 huoltajalle. Kysely oli auki yhteensä yhdeksän päivää 19.-27.4.2024 ja vastaamisesta lähetettiin yksi muistutusviesti tuona aikana. Kyselyn vastaanottajiksi valikoitiin Yhtenäiskoulun kaikki 3.-9.-luokkalaisten huoltajat, jotka olivat tavoitettavissa Wilman kautta. Kyselyyn tuli vastauksia yhteensä 103 kappaletta. Kyselyviestin vastaanottajiin suhteutettuna vastausprosentiksi saatiin 17,9 %. Mikäli saatuja vastauksia tarkasteltiin luokka-asteittain ja verrattiin saatujen vastauksien lukumäärää eri luokka-asteilla opiskelevien oppilaiden määrään, saatiin vastausprosentiksi korkeampia lukemia. Taulukossa 1 näkyy eri luokka-asteilla opiskelevien oppilaiden lukumäärät ja luokka-asteittain saadut vastaukset kyselyyn.

Taulukko 1: Vastausprosentti oppilaiden lukumäärään suhteutettuna (n=103)

Luokka-aste	Oppilaita yhteensä	Vastauksia kyselyyn	vastaus-%
3.lk	34	5	14,7
4.lk	32	12	37,5
5.lk	33	9	27,3
6.lk	40	10	25,0
7.lk	64	24	37,5
8.lk	84	25	29,8
9.lk	72	18	25,0
yht.	359	103	28,7

Vastaajien joukossa edukseen erottuivat erityisesti 4.- ja 7.-luokkalaisten huoltajat lähes 40 %:n osuudella. Vähiten vastauksia tuli 3.-luokkalaisten huoltajilta.

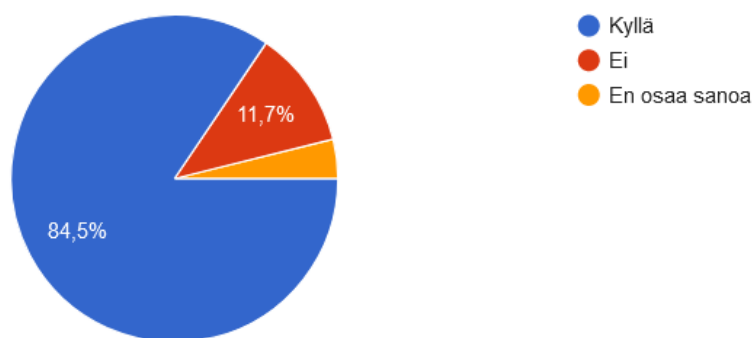
Kuviossa 1 havainnollistetaan sitä, miten saadut vastaukset jakaantuivat luokka-asteittain. Selvästi eniten vastauksia tuli yläluokkalaisten (7.-9.lk) huoltajilta. Lähes neljännes kaikista vastaajista kertoi lapsensa olevan 8. luokalla. Selkeästi vähiten vastauksia tuli 3.-luokkalaisten huoltajilta. Vain 4,9 % vastaajista kertoi lapsensa olevan 3. luokalla.



Kuvio 1: Vastaukset kyselyyn luokka-asteittain (n=103)

7.2 Huoltajien käsityksiä nuorten sähkö tupakoinnista Pornaisissa

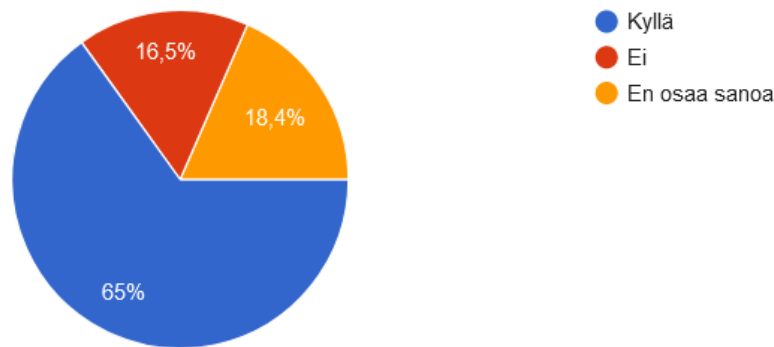
Huoltajilta kysyttiin, ovatko he olleet tietoisia siitä, että 14-20-vuotiaiden sähkösavukkeiden käyttö on Suomessa kaksinkertaistunut vuodesta 2021 vuoteen 2023 (THL 2023a). Kuviossa 2 näkyy selkeästi, että tämä tieto on huoltajat saavuttanut.



Kuvio 2: Huoltajien tietoisuus sähkö tupakoinnin voimakkaasta kasvusta nuorten keskuudessa (n=103)

Vuoden 2023 kouluterveyskyselyn mukaan pornaislaisista 8.- ja 9.-luokkalaisista nuorista 18,3 % ilmoitti käyttävänsä päivittäin sähkösavukkeita. Saman kyselyn mukaan koko maassa samanikäisistä nuorista sähkösavukkeita ilmoitti käyttävänsä vain 6,6 %. (Kouluterveyskysely 2023.)

Tämän opinnäytetyön kyselyssä huoltajilta kysyttiin, ovatko he havainneet sähkötupakoinnin lisääntyneen pornaislaisten 8.- ja 9.-luokkalaisten nuorten keskuudessa näin voimakkaasti. Kuviossa 3 voi huomata, että suurin osa huoltajista oli havainnut sähkötupakoinnin lisääntyneen, mutta reilu kolmannes vastaajista ei ollut tätä havainnut tai ei osannut sanoa, oliko havainnut.



Kuvio 3: Huoltajien havainnot 8.- ja 9.-luokkalaisten lisääntyneestä sähkötupakoinnista kahden viime vuoden aikana (n=103)

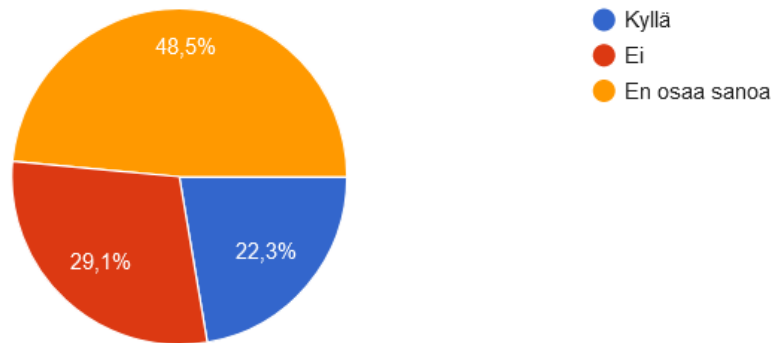
Huoltajien käsityksiä siitä, missä nuorten sähkötupakointia erityisesti tapahtuu, kysyttiin monivalintakysymyksellä, jossa oli mahdollista valita useampi vastausvaihtoehto. Lähes kaikki vastaajat vastasivat sähkötupakointia tapahtuvan nuorten vapaa-ajanviettopaikoissa (92,2 %). Selvä enemmistö (71,8 %) oli sitä mieltä, että sähkötupakointia tapahtuu koulussa. 61,2 % vastaajista oli sitä mieltä, että nuoret sähkötupakoivat kavereiden luona ja 13,6 % vastasi nuorten sähkötupakoivan omilla kodeillaan.

Huoltajilta kysyttäessä, tietävätkö he, mistä pornaislaiset nuoret hankkivat sähkösavukkeita ja niiden oheistarvikkeita, 62,1 % vastasi, ettei tiedä. 37,9 %:lla vastaajista oli jonkinlainen käsitys, mistä nuoret sähkösavukkeita hankkivat. Tarkentavasta monivalintakysymyksestä kävi ilmi, että sähkösavukkeita hankitaan huoltajien käsityksen mukaan enimmäkseen sekä alaikäisiltä tutuilta ja kavereilta (80,5 % vastaajista, n=41) että täysi-ikäisiltä tutuilta ja kavereilta (78 % vastaajista, n=41). Kolmanneksi yleisin vastausvaihtoehto oli 43,9 %:n osuudella ”Snapchatin kautta” (n=41). Lähes kolmasosa vastaajista oli sitä mieltä, että sähkösavukkeita hankitaan myös netistä tilaamalla (n=41).

7.3 Huoltajien toiveet koululle sähkötupakoinnin vähentämiseksi

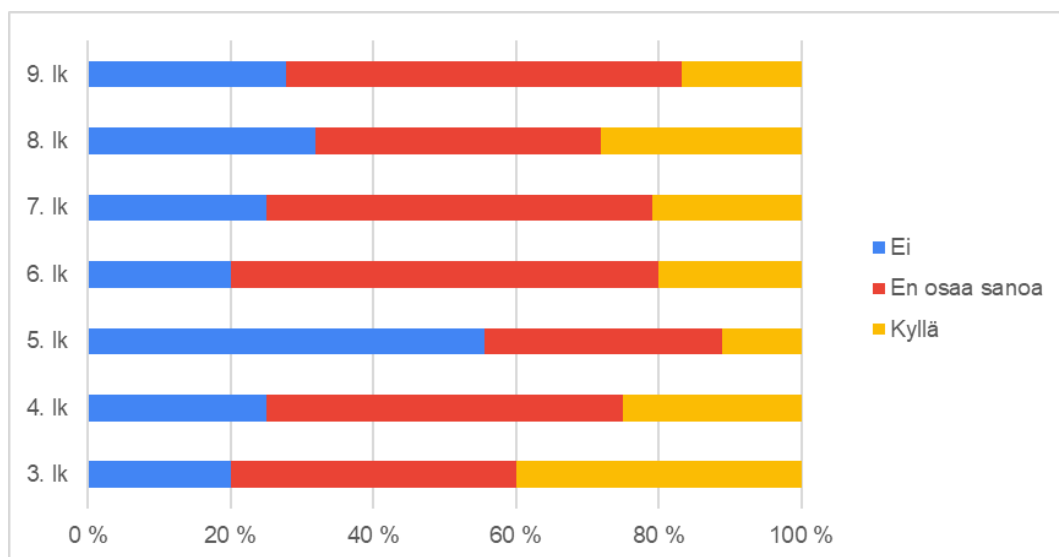
Huoltajilta kysyttiin, onko heidän lapselleen annettu koulussa päihdekasvatusta sähkötupakointiin liittyen. Vastaajista 56,3 % (n=103) tiesi, että lapsi on saanut koulussa päihdekasvatusta, ja 4,9 % (n=103) vastaajista oli sitä mieltä, että ei ole saanut. Reilu kolmannes (38,8 %, n=103) ei osannut sanoa, onko lapsi saanut koulussa päihdekasvatusta sähkötupakoinnista. Kuvio 4 esittää jakaumaa siitä, onko huoltajien mielestä koulussa

annettava päihdekasvatus riittävää. Koulun antamaa päihdekasvatusta sähkötupakoinnista piti riittämättömänä lähes kolmasosa vastaajista ja lähes puolet ei osannut sanoa, onko koulun päihdekasvatus riittävää. Riittävänä päihdekasvatusta piti ainoastaan noin viidesosa vastaajista.



Kuvio 4: Huoltajien mielipide siitä, onko koulussa annettava päihdekasvatus sähkötupakoinnista riittävää (n=103)

Kuviossa 5 tarkastellaan luokka-asteittain, miten huoltajat vastasivat kysymykseen päihdekasvatuksen riittävydestä. ”En osaa sanoa” -vastaukset ja ”ei”-vastaukset muodostavat yhdessä selkeän enemmistön jokaisessa ikäryhmässä.



Kuvio 5: Huoltajien mielipide luokka-asteittain siitä, onko koulussa annettava päihdekasvatus sähkötupakoinnista riittävää (n=103)

Kuviossa 5 erottuu erityisesti 5.-luokkalaisten huoltajien mielipide siitä, että koulun päihdekasvatus ei ole riittävää. 3.-luokkalaisten huoltajia kyselyyn vastasi suhteessa vähiten, mutta

tässä pienessä vastaajien joukossa oltiin kuitenkin eniten sitä mieltä, että sähkö tupakointiin liittyvä päihdekasvatus on riittävää.

Kysyttäessä miten huoltajan haluaisivat koulun menettelevän sähkö tupakoinnista kiinni jääneen oppilaan kanssa, lähes kaikki vastaajat halusivat saada tiedon tapahtuneesta joko puhelimitse tai Wilma-viestillä. Ilmoituksen lisäksi 63,1 % (n=103) vastaajista oli sitä mieltä, että oppilaalle tulee määrätä kasvatuskeskustelu tai jälki-istunto ja 73,8 % (n=103) halusi, että oppilas ohjataan juttelemaan oppilashuoltoryhmään kuuluvan aikuisen kanssa. Lisäksi 12 vastaajaa kertoi avoimessa vastauskohdassa omia ehdotuksiaan, kuinka koulun tulisi menetellä sähkö tupakoinnista kiinni jääneen oppilaan kanssa. Tässä kysymyksessä vastaajat pystyivät valitsemaan useamman vastausvaihtoehdon. Avoimissa vastauksissa muun muassa kehoitettiin koulua takavarikoimaan sähkösavukkeet ja olemaan sekä poliisiin että lastensuojeluun yhteydessä. Koulun sääntöjen rikkomisesta kehoitettiin antamaan kunnan rangaistus. Rangaitukseksi ehdotettiin esimerkiksi oppilaan viimeisimmän koesuorituksen hylkäämistä. Yhdessä vastauksessa ehdotettiin, että oppilaalle tulisi näyttää valistusvideoita sähkö tupakoinnin haitoista ja sen jälkeen testata kokeen avulla, että oppilas on ymmärtänyt materiaalin sisällön. Yksi vastaaja oli sitä mieltä, että asiasta tulisi tiedottaa myös kiinni jääneen oppilaan kavereiden vanhempia. Yhdessä vastauksessa korostettiin kodin merkitystä lasten kasvattajina. Kotien tulisi huolehtia niin lasten terveistä elintavoista kuin päihdekasvatuksestakin.

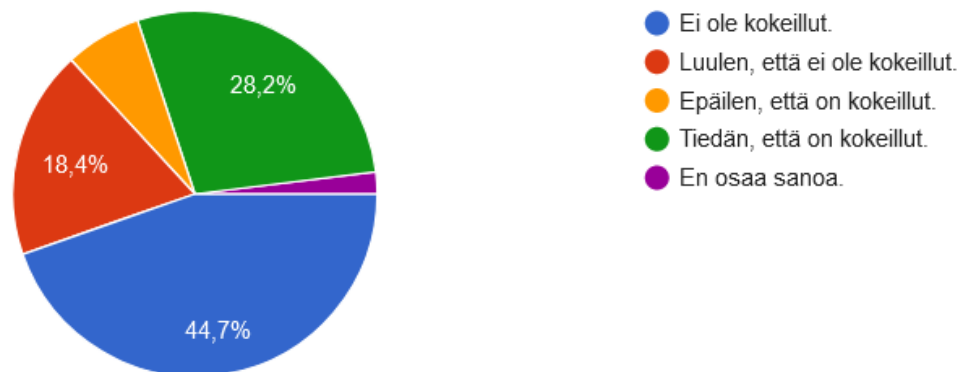
Kyselyssä kysyttiin myös huoltajien ajatuksia koulun toimenpiteistä sellaisessa tilanteessa, kun oppilasta ainoastaan epäillään sähkö tupakoinnista. Mikäli koululla herää epäily oppilaan sähkö tupakoinnista, 85,4 % (n=103) vastaajista haluaisi saada siitä tiedon kotiin joko puhelimitse tai Wilma-viestillä. Reilu puolet vastaajista (55,3 %, n=103) halusi, että oppilas ohjataan keskustelemaan oppilashuoltoryhmään kuuluvan aikuisen kanssa. Kasvatuskeskustelua tai jälki-istuntoa toivoisi epäilyksen takia 22,3 % (n=103) vastaajista. Valmiiden vastausvaihtoehtojen lisäksi tarjolla oli myös avoin vastausvaihtoehto. Kahdessa avoimessa vastauksessa hahutettiin, että epäillyn oppilaan reppu ja taskut tarkastettaisiin. Yhdessä vastauksessa vaadittiin jatkoselvityksiä, onko epäily aiheellinen. Yhdessä vastauksessa ei toivottu epäilyn jälkeen koululta muita toimenpiteitä, kuin ilmoitusta kotiin, mutta kodin tehtävänä pidettiin tämän jälkeen keskustella lapsen kanssa sähkö tupakoinnin haitoista. Tässä kysymyksessä vastaajat pystyivät valitsemaan useamman vastausvaihtoehdon.

Oppilaiden vessa-asiointiin liittyen huoltajilta kysyttiin kaksi kysymystä. 71,8 % (n=103) vastaajista haluaisi saada koululta tiedon, mikäli oma lapsi tai nuori nähtäisiin menevän usean henkilön kanssa samanaikaisesti yhdelle hengelle tarkoitettuun wc-tilaan. Noin viidesosa vastaajista (21,4 %, n=103) ei haluaisi saada asiasta tietoa koululta. 6,8 % (n=103) ei osaa sanoa, millä tavoin haluaisi koulun menettelevän tilanteessa. Lähes kaikki vastaajat (98,1 %, n=103) haluaisivat kuitenkin saada koululta tiedon siitä, mikäli oma lapsi tai nuori poistuisi oppitunnilta useamman kerran saman tunnin aikana ilman mitään selkeää syytä.

Kysyttäessä huoltajilta, saavatko he omasta mielestään koululta tarpeeksi tietoa lapsensa asioista, 66 % (n=103) vastasi tähän myöntävästi. 13,6 % (n=103) vastaajista ei saanut mielestään tarpeeksi tietoa ja 20,4 % (n=103) ei osannut sanoa, saako tietoa tarpeeksi. Lastensuojeluilmoitusta koskevassa kysymyksessä koulussa toistuvasti sähkötupakoinnista kiinni jääneestä oppilaasta tulisi reilun puolen (53,4 %, n=103) mielestä tehdä lastensuojeluilmoitus. Lisäksi huoltajilta kysyttiin, millaisiin koulun järjestämiin tapahtumiin he mieluiten osallistuisivat. Eniten kannatusta sai koulun joulu- ja kevätjuhlat. Toiseksi eniten kannatusta sai kahdenkeskiset keskustelut lapsen luokanopettajan tai -valvojan kanssa. Kolmanneksi eniten vastaajat olivat valmiita osallistumaan perinteisiin vanhempainiltoihin. Avoimeen vastausvaihtoehtoon ei tullut ainuttakaan ehdotusta jostain muunlaisesta koulun tilaisuudesta.

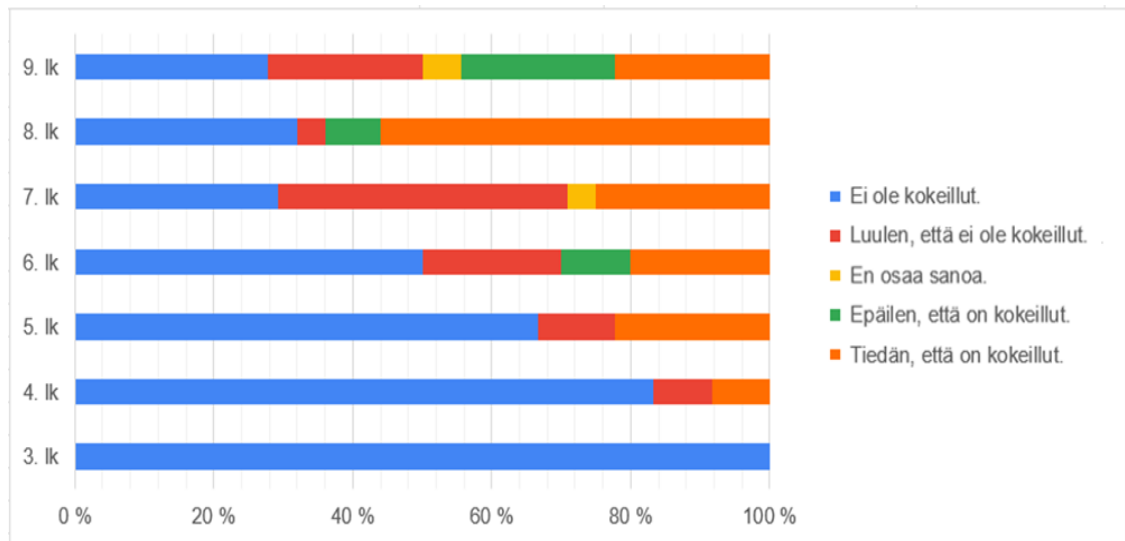
7.4 Huoltajien ja kodin rooli sähkötupakoinnin ehkäisemisessä

Huoltajien käsitys oman lapsen sähkötupakoinnista näkyy kuviosta 6. Lähes puolet huoltajista oli sitä mieltä, että oma lapsi ei ole kokeillut sähkötupakointia. Vajaa viidesosa oli vähän epävarmempi vastaamalla ”luulen, että ei ole kokeillut”. Reilulla neljänneksellä huoltajista oli tieto, että oma lapsi on kokeillut sähkötupakointia.



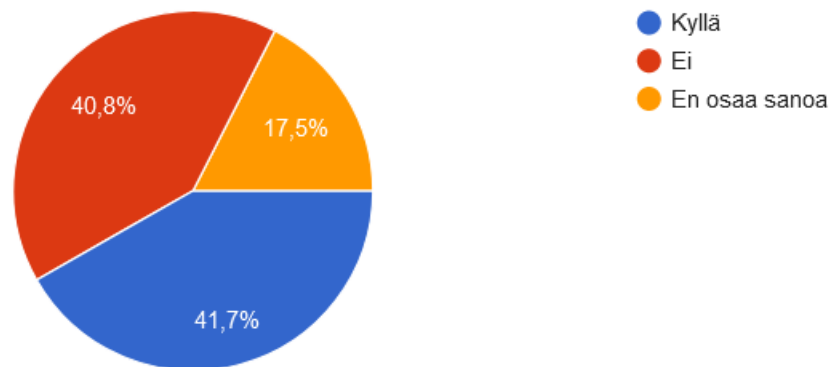
Kuvio 6: Huoltajien käsitys oman lapsen sähkötupakoinnista (n=103)

Kuviossa 7 näkyy huoltajien käsitykset oman lapsen sähkötupakoinnista luokka-asteittain ja oteltuna. Siitä voidaan huomata, että ”ei ole kokeillut” -vastausten osuus vähenee merkittävästi, mitä vanhemmasta lapsesta on kyse. Merkille pantavaa on myös, että huoltajien tiedossa olevia sähkötupakkaa kokeilleita lapsia löytyy myös alakoululaisten joukosta.

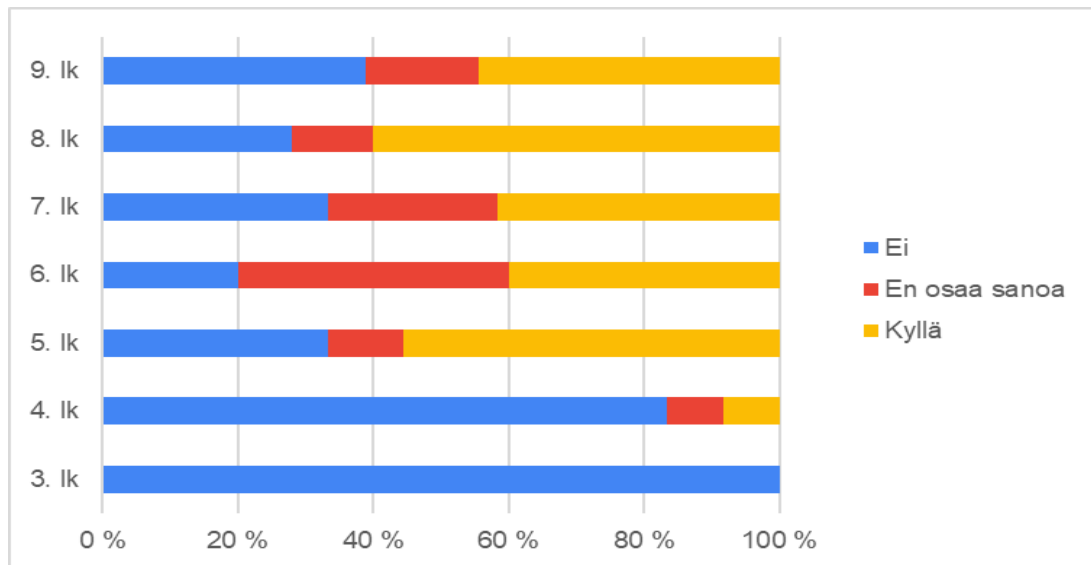


Kuvio 7: Huoltajien käsitys oman lapsen sähkötupakoinnista luokka-asteittain jaoteltuna (n=103)

Kuvioissa 8 ja 9 näkyy huoltajien vastaukset kysymykseen siitä, käytetäänkö lapsen ystäväpiirissä sähkötupakkaa. Reilu 40 % (n=103) vastaajista vastasi ”kyllä”. Luokka-asteittain jaoteltuna sähkötupakkaa käyttäviä ystäväpiirejä löytyi myös alakoululaisten joukosta. Huomionarvoista toki on, että alakoululaisten huoltajien osalta vastaajajoukko on merkittävästi pienempi, kuin yläkoululaisten osalta.



Kuvio 8: Huoltajien käsitys siitä, käytetäänkö oman lapsen ystäväpiirissä sähkötupakkaa (n=103)

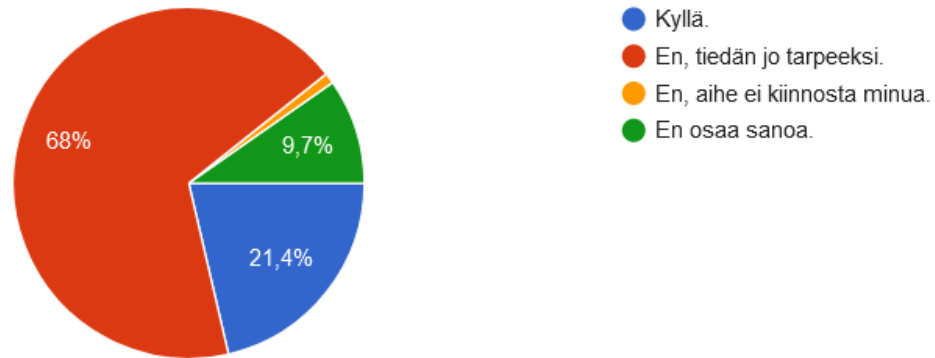


Kuvio 9: Huoltajien käsitys siitä, käytetäänkö oman lapsen ystäväpiirissä sähkötupakka luokka-asteittain jaoteltuna (n=103)

Huoltajista 50,5 % (n=103) vastasi keskustelleensa kotona jonkin verran lapsensa kanssa sähkötupakoinnista ja lähes puolet vastasi keskustelleensa paljon sähkötupakoinnista lapsensa kanssa. Yhdelle vastaajalle asiasta keskusteleminen ei ollut ajankohtaista tai tarpeellista. Kukaan vastaajista ei ollut sitä mieltä, että lapsi saa tarvitsemansa tiedon jostain muualta, eikä siitä näin ollen tarvitse kotona keskustella. Päihdemyönteisyyttä ja kiinnostusta sähkötupakointia kohtaan oli lapsellaan havainnut 22,3 % (n=103) huoltajista. Melkein kolme neljäsosaa (73,8 %, n=103) huoltajista oli sitä mieltä, ettei ole huomannut päihdemyönteisyyttä ja kiinnostusta sähkötupakointiin omalla lapsellaan.

Monivalintakysymyksellä huoltajilta kysyttiin, millä tavoin he ovat pyrkineet vaikuttamaan lapsensa päihteiden käyttöön ja ajatuksiin päihteistä. Tässä oli mahdollista valita useampi vastausvaihtoehto. Lähes kaikki huoltajat vastasivat, että ovat pyrkineet vaikuttamaan asiaan keskustelemalla lapsensa kanssa päihteiden käytön haitoista ja olemalla kiinnostunut nuoren menoista ja kavereista. Kolmanneksi eniten huoltajat valitsivat vastausvaihtoehdon ”suhtautumalla itse kielteisesti päihteiden käyttöön”. Reilu neljäsosa vastaajista pyrki vaikuttamaan lapsensa päihteiden käyttöön rankaisemalla sopivalla tavalla päihteiden käytöstä kiinni jäänyttä lastaan. Kuusi vastaajaa tarkensi ”muulla tavoin” -vastaustaan avoimessa kysymyksessä. Avoimissa vastauksissa kaksi huoltajaa kertoi pyrkivänsä ehkäisemään lapsensa päihteiden käyttöä ohjaamalla hänet jonkin urheiluharrastuksen pariin. Kaksi huoltajaa vastasi keskustelleensa lapsensa kanssa päihteiden terveyshaittojen lisäksi myös muunlaisista seurauksista, joita päihteet aiheuttavat esimerkiksi sosiaaliin suhteisiin. Yksi huoltaja pyrkii pitämään hyvän keskusteluyhteyden lapseensa ja ymmärtämään myös nuoren näkökulmaa päihteistä.

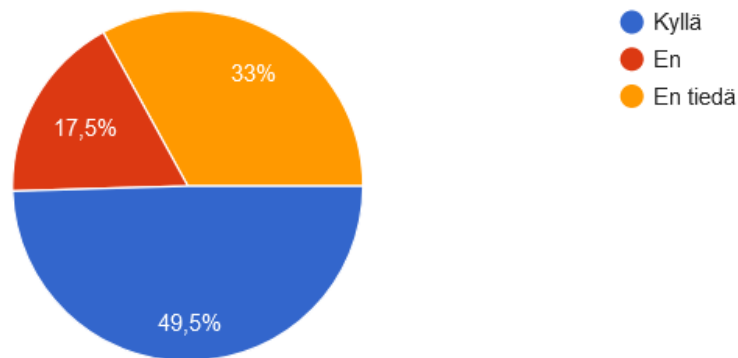
Kuviossa 10 kuvataan sitä, haluaisivatko huoltajat saada enemmän tietoa sähkötupakan haitoista ja sähkötupakkailmiöstä. Selvä enemmistö huoltajista oli sitä mieltä, että eivät tarvitse enempää tietoa sähkötupakasta, koska tietävät jo tarpeeksi. Reilu viidennes vastaajista vastasi kuitenkin haluavansa saada enemmän tietoa.



Kuvio 10: Huoltajien mielipide siitä, haluaisivatko he itse saada enemmän tietoa sähkötupakan haitoista ja sähkötupakkailmiöstä (n=103)

Niiltä vastaajilta, jotka vastasivat haluavansa enemmän tietoa sähkötupakasta, kysyttiin vielä tarkentavana kysymyksenä, millä tavoin he mieluiten vastaanottaisivat tietoa sähkötupakasta. Tässä kysymyksessä oli mahdollista valita useampi vastausvaihtoehto. 58,1 % (n=31) vastasi haluavansa mieluiten perehtyä aiheeseen itsenäisesti esimerkiksi internetissä. Lähes puolet (45,2 %, n=31) olisi kiinnostunut osallistumaan sähkötupakointiin liittyvään webinaariin. Neljännes vastaajista (25,8 %, n=31) kuulisi mielellään sähkötupakoinnista koulun vanhempainilman yhteydessä ja viidesosa (19,4 %, n=31) jossain muussa koululla järjestettävässä tilaisuudessa. Avoimessa vastausvaihtoehdossa vastaajat ilmoittivat mieluisimmaksi tavaksi vastaanottaa tietoa uutisten välityksellä sekä kattavan ja informatiivisen Wilma-viestin muodossa. Lisäksi ehdotettiin tupakkayhtiöiden edustajien mukaan ottamista vastuullisuuskeskusteluihin.

Kyselyn yhteydessä huoltajille kerrottiin erilaisista lieveilmiöistä, joita sähkötupakointiin voi liittyä. Tällaisia voivat olla esimerkiksi sähkösavukkeiden velaksi myyminen ja velkojen väkivaltaisen takaisin periminen, tai sähkösavukkeen ”maksaminen” jollakin varastetulla tuotteella. 58,3 % (n=103) vastaajista ilmoitti olevansa tietoinen tällaisista lieveilmiöistä. Kyselyn lopussa huoltajille esiteltiin muutaman valokuvan avulla erilaisia sähkösavukkeita ja kysyttiin, uskoisivatko he tunnistavansa sähkösavukkeen, mikäli he sellaisen jossain näkisivät. Kuvioista 11 voidaan nähdä, että lähes puolet uskoi tunnistavansa sähkösavukkeen. Reilu puolet vastaajista oli epävarmempia tunnistamisen suhteen.



Kuvio 11: Huoltajien käsitys siitä, uskoisivatko he tunnistavansa sähkösavukkeen sellaisen nähdessään (n=103)

7.5 Muita huomioita huoltajilta

Kyselyn viimeisessä kohdassa huoltajilta kysyttiin avoimen kysymyksen muodossa, haluaisivatko he mainita vielä jotain aiheeseen liittyen. 103 vastaajasta 21 halusi kommentoida asiaa vielä omin sanoin. 11 vastauksessa toivottiin koululta enemmän toimenpiteitä sähkötupakoinnin ehkäisemiseksi. Koulun lisäksi aktiivisempaa roolia asian suhteen haluttiin myös sosiaaliviranomaisilta ja poliisilta. Osassa vastauksissa todettiin, että koulussa pitäisi ottaa käyttöön kovemmat rangaistukset sähkötupakoinnista. Myös valvontaa toivottiin lisää niin koulun sisä- kuin ulkotiloihinkin. Usean huoltajan mielestä ehkäisevää päihdetyötä tulisi niin ikään koulussa lisätä ja myös vanhemmille tulisi enemmän jakaa tietoa aiheesta. Yhdessä vastauksessa haluttiin lisää kodin ja koulun välistä yhteistyötä ilman nuoria tai vanhempia syyllistävää sävyä.

Kolmessa vastauksessa korostettiin kotien ja huoltajien vastuuta. Yhdessä näistä vastauksista todettiin, ettei koululla yksinään ole mahdollisuuksia vaikuttaa sähkötupakointiongelmaan, mikäli vanhemmilla ei ole kiinnostusta tai kykyä puuttua asiaan. Samassa vastauksessa pidettiin erittäin huonona suuntauksena sitä, kuinka monet nykyvanhemmat haluavat olla kavereita lastensa kanssa ja ovat siirtäneet kasvatusvastuun koululle. Vanhempien tulisi olla lastensa ensisijaisia kasvattajia.

Kolmessa vastauksessa tuotiin esille huoli sähkösavukkeiden myynnistä omalla kylällä ja kuinka myyjät tulisi saada kiinni ja vastuuseen. Yhdessä vastauksessa epäiltiin, ettei yleisessä tiedossa olevia myyjiä uskalleta ilmiantaa hankaluuksien pelossa. Yhdessä vastauksessa epäiltiin joidenkin lasten ja nuorten vanhempien edesauttavan sähkösavukkeiden myyntiä. Lisäksi muutamassa vastauksessa oltiin huolestuneita lasten vessarauhasta koulussa, kun vessoja käytetään niin runsaasti sähkösavukkeiden polttamiseen. Jotkut lapset eivät uskalla käydä vessassa koulupäivän aikana, kun eivät halua tulla syyttä epäilyiksi sähkötupakoinnista. Jotkut välttivät vessojen käyttöä sen takia, etteivät he halua altistaa sähkösavukkeiden tuottamalle

höyrylle. Yhdessä vastauksessa tuotiin esille, kuinka koulussa on myös valtava ryhmäpaine sähkötupakan polttamiselle. Oppilaille saatetaan jopa irvailla siitä syystä, ettei hän ole koskaan polttanut sähkösavuketta.

8 Tutkimuksen johtopäätökset

Opinnäytetyössä kerättiin kyselytutkimuksen avulla ajatuksia ja käsityksiä pornaislaisilta huoltajilta liittyen paikallisten nuorten lisääntyneeseen sähkötupakointiin. Sähkötupakointia tapahtuu uutisointien perusteella pienten alakoululaistenkin joukossa, minkä takia kysely haluttiin kohdistaa yläkoululaisten huoltajien lisäksi myös alakoulun 3.-6.-luokkalaisten huoltajille. Selvä enemmistö kyselyn vastaajista oli kuitenkin yläkoululaisten huoltajia, mikä kertoo siitä, että asia on ajankohtaisempi sen ikäisten lasten huoltajille. Kyselyn tuloksista huomataan myös, että valtaosalle huoltajista ei tullut yllätyksenä tieto, että Pornaisissa nuoret sähkötupakoivat huomattavasti enemmän kuin nuoret keskimäärin koko Suomessa.

Kyselyn tuloksissa korostui voimakkaasti, että koululta toivottiin erilaisia toimenpiteitä sähkötupakoinnin ehkäisemiseksi. Koulun haluttiin lisäävän valvontaa, koventavan seuraamuksia sähkötupakoinnista kiinni jääneille oppilaille ja tutkivan useammin oppilaiden reppuja ja taskuja. Samaan aikaan kun koulun vastuuta haluttiin lisätä, niin useampi kuin kaksi kolmasosaa huoltajista oli sitä mieltä, että ei itse tarvitse enempää tietoa sähkötupakoinnin haitoista tai sähkötupakkailmiöstä. Lisäksi lähes 90 % huoltajista ilmoitti, ettei kaipaakaan minkäänlaista tukea tai apua keskustelun aloittamiseksi sähkötupakoinnista lapsensa kanssa. Vastauksista voidaan päätellä, että koululta halutaan enemmän toimenpiteitä, mutta suuri osa huoltajista ei ole valmis näkemään vaivaa oman tietoutensa lisäämiseksi. Lähes kaikki huoltajat vastasivat kuitenkin jutelleensa edes jonkin verran sähkötupakoinnista lapsensa kanssa. Tutkimuksesta ei kuitenkaan käy ilmi, millä tasolla keskustelua on käyty. Huoltajilla oli myös yllättävän paljon epätietoisuutta siitä, annetaanko koulussa edes päihdekasvatusta.

Kyselyn perusteella nuorimmat huoltajien tiedossa olevat sähkösavukkeita kokeilleet lapset olivat 4. luokalla. 4.-luokkalaisten huoltajien joukosta löytyi myös sellaisia vastaajia, jotka tiesivät oman lapsensa kaveripiirissä käytettävän sähkösavukkeita. Tästä voidaan tehdä johtopäätös, että ehkäisevää päihdetyötä tulee aktiivisesti tehdä koulussa jo alakoulun ensimmäisillä luokilla. Pienet oppilaat eivät ole suojassa siltä, mitä isommat oppilaat tekevät. Isot oppilaat toimivat esimerkkinä niin hyvässä kuin pahassakin. Lisäksi sosiaalisen median alustat saavuttavat kaikenikäistä yleisöä, joten erilaiset päihtheisiin liittyvät ilmiöt näkyvät myös pienempien lasten älylaitteiden ruuduilla.

Koulussa sähkötupakointia tapahtuu paljon wc-tiloissa niin välituntisin kuin oppituntienkin aikana. Usein opettajat, ja muut koulun aikuiset, saattavat nähdä vain sen, kun wc:stä poistuu

useita henkilöitä samanaikaisesti. Oppitunneilla opettaja pystyy havaitsemaan sen, mikäli oppilas poistuu useamman kerran tunnilta vessassa käydäkseen. Mitä vessoissa todellisuudessa tapahtuu, jää usein aikuisille arvoitukseksi, vaikka epäilyksiä sähkötupakoinnista olisikin. Tämän takia kyselyssä haluttiin kysyä huoltajilta myös sitä, haluaisivatko he saada koululta tiedon, mikäli oppilas käy wc:ssä useamman kerran oppitunnin aikana, tai mikäli oppilas nähdään menevän vessaan tai poistuvan vessasta usean henkilön kanssa. Selvä enemmistö huoltajista haluaisi molemmissa tapauksissa saada tiedon koululta. Tämä kertoo huoltajien olevan kiinnostuneita lastensa hyvinvoinnista. Etenkin jos yhden oppitunnin aikana oppilaalla on tarve käydä wc:ssä useammin kuin kerran, on asiasta syytäkin olla huolissaan, on todellinen syy luokasta poistumiselle sitten mikä tahansa. Tutkimuksen mukaan suurin osa huoltajista haluaisi saada koululta enemmän tietoa omaan lapseensa liittyvistä asioista. Koulun tulisikin tehostaa viestintää oppilaiden huoltajille. Wilma-järjestelmän ominaisuuksia tulisi muokata siten, että ne palvelisivat mahdollisimman kätevästi niin opettajia kuin huoltajiakin. Esimerkiksi oppilaiden oppituntien aikana tapahtuvien vessakäyntien merkitseminen Wilmaan olisi varmasti monelle huoltajalle hyvin valaisevaa. Tätä käytäntöä olisi syytä kouluissa pohtia. Väittäisin wc-käyntien vähenevän merkittävästi, mikäli joka käynnistä laitettaisiin Wilma-merkintä huoltajien nähtäväksi.

Ensimmäisessä tutkimuskysymyksessä haluttiin selvittää, millaisia käsityksiä ja ajatuksia pornolaisilla huoltajilla on lasten ja nuorten sähkötupakoinnista. Tähän kysymykseen tulokset antoivat hyvin kattavasti vastauksia. Huoltajat tiesivät sähkötupakoinnin runsaasta lisääntymisestä ja heillä oli myös selkeä käsitys, missä nuoret sähkösavukkeita käyttävät. Vastauksia saatiin myös siihen, miten hyvin huoltajat olivat perillä oman lapsensa ja lapsensa kaveripiirin sähkötupakoinnista. Tutkimustulosten perusteella voidaan lisäksi todeta, että sähkösavukkeiden myymiseen ja ostamiseen liittyvistä lieveilmiöistä huoltajille tulisi tarjota enemmän informaatiota. Lisäksi huoltajille tulisi jakaa enemmän tietoutta siitä, miten sähkösavukkeen pystyy tunnistamaan.

Toisessa tutkimuskysymyksessä haluttiin selvittää huoltajien mielipiteitä koulun roolista sähkötupakoinnin vähentämisessä. Kyselyn tulokset antoivat vastauksia myös tähän kysymykseen. Koululta toivottiin lisää päihdekasvatusta oppilaille, sekä valvonnan ja viestinnän tehostamista. Huoltajien vastauksissa koulu korostui, nuorten vapaa-ajanviettopaikkojen ohella, sellaisena paikkana, jossa nuorten sähkötupakointia erityisesti tapahtuu. Vastauksista välittyi näkemys, että koulun vastuuta päihteiden käytön ehkäisemisessä haluttiin lisätä.

Kolmannessa tutkimuskysymyksessä kysyttiin, mitä kodit voisivat huoltajien mielestä tehdä sähkötupakoinnin vähentämiseksi. Tuloksista kävi ilmi, että suuri osa huoltajista ei omasta mielestään kaipaa lisää tietoa sähkötupakkailmiöstä, eivätkä he myöskään tarvitse apua keskustelun aloittamiseksi sähkötupakoinnista lapsensa kanssa. Huoltajat haluaisivat kuitenkin saada koululta enemmän tietoa jo pelkästä oppilaaseen kohdistuvasta

sähkötupakointiepäilyistä sekä koulussa tapahtuvasta normaalia runsaammasta vessa-asioinnista. Ilahduttavan moni huoltaja vastasi myös keskustelewansa lapsensa kanssa kotona päih-teisiin liittyvistä asioista ja olevansa kiinnostunut lapsensa menoista ja kavereista. Kyselylo-makkeen kysymyksiä muokkaamalla tai lisäämällä olisi voinut ollut mahdollista saada katta-vampia vastauksia vielä siitä näkökulmasta, mitä konkreettisia toimia kodit voisivat tehdä sähkötupakoinnin vähentämiseksi. Nyt toteutetussa kyselyssä koulun rooli korostui enemmän, mikä toki on perusteltua varsinaisen tutkimusongelman kannalta, jonka mukaisesti haluttiin kartoittaa sitä, miten huoltajien näkemykset voitaisiin huomioida paremmin koulun ehkäise-vän päihdetyön suunnittelussa ja toteutuksessa.

Vuoden 2023 kouluterveyskyselyyn verrattuna tutkimuksen tulokset antavat samansuuntaisia tuloksia pornaislaisten alakoululaisten sähkötupakointiin liittyen. Kouluterveyskyselyn mukaan Pornaisten 4.- ja 5.-luokkalaisista sähkösavukkeita oli käyttänyt vähintään kerran 11,2 %, kun koko maassa vastaava luku oli 4,5 % (Kouluterveyskysely 2023). Myös tämän opinnäytetyön tutkimuksen mukaan useammalla huoltajalla oli tieto siitä, että oma 4.- tai 5.-luokkalainen lapsi oli sähkösavuketta käyttänyt. Aikaisempaa tutkimusta huoltajien ajatuksista nuorten sähkötupakointiin liittyen ei tätä opinnäytetyötä tehdessä löytynyt, mutta esimerkiksi kodin ja koulun yhteistyötä on tutkittu paljonkin. Esimerkiksi Peeter Saastamoisen (2022) pro gradu -tutkielmassa todetaan, että kodin ja koulun hyvällä yhteistyöllä voidaan vaikuttaa useiden eri tahojen vointiin positiivisesti. Yhteistyön edistämiseen pystyvät vaikuttamaan yhtä lailla kodit kuin koulutkin. Satu Mattila (2022) puolestaan tutki pro gradu -tutkielmassaan sitä, mi-ten huoltajat kokevat kodin ja koulun välisen yhteistyön. Koulun antamaa palautetta omasta lapsesta huoltajat pitivät erittäin tärkeänä. Wilma-järjestelmää viestinnän välineenä huolta-jat arvostivat sen helppouden ja nopeuden takia. Huoltajien toive koulun tehokkaammasta viestinnästä nousi esille myös tämän opinnäytetyön tutkimuksen tuloksissa.

Tutkimuksen perusteella Pornaisten Yhtenäiskoululla suositellaan pohdittavan, millä tavoin valvontaa pystytään entisestään tehostamaan. Lisäksi olisi etsittävä keinoja sille, kuinka saa-daan koko henkilökunta sitoutumaan paremmin yhdessä sovittujen toimintamallien noudatta-miseen. Kyselytutkimuksessa huoltajien kanta oppilaiden vessakäyntien merkitsemisestä oli hyvin selkeä. Koulun kannattaisi ehdottomasti harkita Wilma-merkintöjen laittamista oppilai-den wc-käynneistä oppituntien aikana. Koululla toteutettavaa päihdekasvatusta toivottiin usean huoltajan taholta enemmän. Suuri osa huoltajista ei edes tiennyt, onko oma lapsi saa-nut koulussa päihdekasvatusta. Koululla toteutettavasta ehkäisevästä päihdetyöstä tulisi tehdä huoltajille näkyvämpää. Yksi keino olisi lähettää huoltajille Wilma-viesti siitä, millaisia päih-teisiin liittyviä aihesisältöjä on milloinkin oppitunneilla käsitelty. Näiden viestien myötä huoltajien voisi olla helpompi ottaa aiheet keskusteluun lapsen kanssa myös kotona. Lisäksi tutkimuksesta kävi ilmi sähkötupakkakokeilut jopa alakoulun 4.-luokkalaisten keskuudessa. Tämän tiedon myötä koulun suositellaan miettivän, millä tavoin päihdekasvatusta voitaisiin lisätä alakoulun alemmilla luokka-asteilla.

Mahdollisissa jatkotutkimuksissa voisi yrittää selvittää nuorten itsensä näkökulmasta, miten sähkö tupakoinnista on tullutkin niin yleistä juuri Pornaisissa. Millaiset tekijät ovat vaikuttaneet sähkö tupakoinnin merkittävään kasvuun kahden viimeisen vuoden aikana. Mielenkiintoinen jatkotutkimusaihe olisi myös sosiaalisen median merkitys nuorten sähkö tupakoinnin lisääntymisessä. Millaisin keinoin some syöttää ajatuksia nuorten päähän siitä, mikä on trendikästä ja mikä ei. Esimerkiksi Ehyt ry:n (2024d) tuoreen selvityksen mukaan nikotiinituotteet ovat tällä hetkellä nuorten mielestä selvästi trendikkäämpiä kuin kaksi vuotta sitten. Sähkö savukkeiden ohella suosiotaan kasvattaa tällä hetkellä myös nikotiinipussit ja erityisesti tyttöjen osuus nikotiinipussien käyttäjinä on kasvanut selvästi. Nikotiinipussi-ilmiötä nuorten tyttöjen keskuudessa tulisi ehdottomasti myös tutkia tarkemmin.

9 Pohdinta

Sähkö savukkeet ovat nousseet räjähdysmäisesti nuorison suosioon. Niiden pitkäaikaisista vaikutuksista terveyteen ei vielä tiedetä, mutta lyhytaikaisia vaikutuksia on tutkittu jo paljonkin ja tulokset ovat olleet huolestuttavia. Jostain syystä Pornaisissa tapahtuu nuorten sähkö tupakointia selvästi enemmän kuin muualla maassa, joten aihe oli ehdottomasti tutkimuksen arvoisen. Syitä nuorten päihteidenkäytölle on paljon tutkittu alkoholin, huumeiden ja tavallisen tupakan osalta, joten nuorten tutkimisen sijaan tässä opinnäytetyössä halusin paneutua asiaan huoltajien näkökulmasta. Huoltajien ja kodin merkitys on kuitenkin valtava, kun halutaan vaikuttaa nuorten päihteidenkäyttöön. Tässä opinnäytetyössä pyrin selvittämään huoltajien mielipiteitä ja käsityksiä nuorten sähkö tupakoinnista ja reilulla sadalla vastauksella otoksesta saatiin suhteellisen kattava. Kyselyssä erityisesti yllätti huoltajien innokkuus vastata viimeiseen vapaaehtoiseen avoimeen kysymykseen ”Haluaisitteko lopuksi mainita vielä jotain aiheeseen liittyen?”. Vastauksista kävi ilmi, että monet huoltajat olivat selvästi pohtineet asiaa paljon jo ennen kyselyäkin.

Mielestäni opinnäytetyö onnistui tavoitteessaan tuottaa Pornaisten Yhtenäiskoululle tietoa, jonka perusteella pystytään tehostamaan koulun päihdekasvatusta. Joistakin vastauksista välittyi tunne, että nimenomaan koulussa tapahtuva sähkö tupakointi nähtiin ongelmallisena, mutta ei osattu nähdä kodin roolin merkitystä. Julkisuudessa on käyty viime vuosina paljon keskustelua siitä, kuinka vanhemmat ulkoistavat lastensa kasvatuksen yhteiskunnalle, kuten varhaiskasvatukselle ja kouluille. Sähkö tupakkailmiössä on mielestäni nähtävissä samanlaista kasvatusvastuun puutetta monella vanhemmalla. On myös paljon vanhempia, jotka eivät pidä sähkö tupakkaa niin kovin pahana asiana. Alun perin sähkö tupakkaa mainostettiin tavallista tupakkaa terveellisempänä vaihtoehtona ja julkisen kirjoittelun perusteella tämä käsitys on edelleen monella aikuisella. Välinpitämättömästi ajatellaan, että eihän se ole niin vaarallista, jos vähän hyvänmakuista höyryä hengittelee. Huoltajille osoitetun kyselylomakkeen voidaan

kuitenkin katsoa onnistuneen siinä, että se sai edes hetkeksi suuren osan pornolaisista huoltajista miettimään nuorten sähkötupakkaongelmaa.

Tietoutta sähkötupakasta tulisi ehdottomasti lisätä niin lapsille, vanhemmille kuin lasten kanssa työskenteleville aikuisillekin. Etukäteen oletettiin, että tämän opinnäytetyön kyselyyn vastaisivat nimenomaan sellaiset huoltajat, joita sähkötupakointi aiheena kiinnostaa ja ehkä myös huolestuttaa. Sen takia olikin hieman yllättävää, että lähes 70 % vastaajista oli sitä mieltä, ettei kaipaakaan lisää tietoa sähkötupakan haitoista ja sähkötupakkailmiöstä. Sähkösavukkeita on ollut markkinoilla vasta reilun kymmenen vuoden ajan ja uusia tutkimuksia julkaistaan koko ajan aiheeseen liittyen, joten on todella hämmästyttävää, että joku voisi ajatella tietävänsä jo tarpeeksi aiheesta. Enemmistö vastaajista ei kuitenkaan pitänyt kouluissa tapahtuvaa päihdekasvatusta riittävänä, joten hieman lohduttaa se tosiasia, että vaikka vanhemmat eivät toivo itselleen lisää tietoa, he toivovat tietoutta kuitenkin lapsilleen.

Valvonnan lisäämiseen huoltajilla tuntui olevan selkeä näkemys: lisätään vain valvontaa. Käytännössä asia ei ole kuitenkaan ihan niin yksinkertainen. Jotta valvonnasta voitaisiin oikeasti saada tehokasta ja kattavaa, pitäisi koulun kaikkien aikuisten sitoutua siihen ja olla valmiita uhraamaan oppituntien valmisteluaikaa valvonnalle. Voi olla, että kouluihin pitäisi palkata jopa lisää henkilökuntaa, jotta tarpeeksi tehokasta valvontaa saataisiin toteutettua. Varsinaisen opetustyö kärsii jo nyt paljon levottomista oppilaista, jotka ravaavat vessassa oppituntien aikana. Mikäli jokaista vessareissua pitäisi vahtia, kärsisi opetustyö vielä enemmän. Lisäksi samaan aikaan, kun monet opettajat kokevat kurinpidollisten mahdollisuuksien vähentyneen, oppilaat ovat tulleet yhä tietoisemmiksi omista oikeuksistaan. Esimerkiksi oppilaan tavaroiden tarkistamisen täytyy perustua johonkin konkreettiseen tosiasiaan, kuten vaikka näköhavaintoon sellaisesta esineestä, joka haittaa oppilaan omaa tai muiden turvallisuutta (Perusopetuslaki 628/1998). Laissa todetaan myös, että tarkistamista ei ole lupa ulottaa vaatteiden ja ihon väliin kätettyihin esineisiin, joten mahdollisten sähkösavukkeiden takavarikoiminen on tehty hyvin haastavaksi. Yhteiskunnallisella tasolla lainsäädäntöä tulisi päivittää siten, että koulun henkilökunnalla olisi enemmän mahdollisuuksia puuttua koulussa tapahtuviin häiriöihin.

Pornaisten Yhtenäiskoulussa nuorten sähkötupakointiin on pyritty vaikuttamaan monin eri tavoin. Opettajat ovat pitäneet omille luokilleen sähkötupakointiin liittyviä tietoiskuja. Koulussa on vierailut useita eri kouluttajia ehkäisevää päihdetyötä tekevistä järjestöistä. Välituntivalvontaa koulun käytävillä on lisätty. Oppilaiden saaminen kiinni itse sähkötupakoinnista on kuitenkin hyvin vaikeaa, sen verran taitavasti nuoret osaavat piilotella sähkösavukelaiteita. Erittäin tärkeänä näen kuitenkin sen, että koulun tulee tehdä sähkötupakoinnista nuorille mahdollisimman hankalaa. Koulun tulee viestiä kaikella toiminnallaan, ettei sähkötupakointi ole hyväksyttävää missään tilanteessa. Tammikuussa 2024 uutisoitiin Elimäen yhtenäiskoulusta, joka otti käyttöön Wilma-merkintöjen tekemisen oppilaiden toistuvista vessakäynteistä oppituntien aikana (Värjä 2024). Verkkoartikkelin mukaan tämä herätti osassa

huoltajista ihmetystä, mutta mielestäni kyseessä olisi ehdottomasti varteenotettava keino muissakin kouluissa vessakäyntien suitsemiseksi. Joissain kouluissa vessojen oviin on jopa asennettu lukkoja, jolloin vessaan pääsee vain opettajan avatessa oven avaimella.

Sähkösavukeilmiö tulisi nähdä koko yhteiskuntaa koskevana ongelmana, jonka ratkaisemiseksi tarvitaan kaikkien panostusta lainsäädännöstä alkaen. Tupakkateollisuus toimii täysin vailla moraalialta houkutellessaan uusia nuoria käyttäjiä nikotiinia sisältävien tuotteiden pariin. Tupakkateollisuuden toimintaan ja nikotiinituotteiden markkinoihin tulisi ehdottomasti lainsäätäjien puuttua. Osalla nuorista lisääntynyt päihteiden käyttö johtuu lisääntyneestä pahoinvoinnista. Uskon, että panostamalla koko yhteiskunnan tasolla enemmän nuorten hyvinvointiin, voitaisiin nähdä muutosta parempaan myös nuorten päihteiden käytössä. Eikä missään nimessä nuorten sähkösavukeilmiöön tule suhtautua vain ohi menevänä trendinä, sillä nuorena hankitulla nikotiiniriippuvuudella voi olla hyvin ikäviä seurauksia koko loppuelämän ajaksi. Nikotiinin haitallisia vaikutuksia terveyteen on tutkittu jo paljon ja ne ovat kiistattomia.

Mielestäni erittäin tärkeää olisi myös kodin ja koulun välisen yhteistyön tehostaminen. Koulujen tulisi aktiivisemmin etsiä keinoja huoltajien osallistamiseksi lastensa koulunkäyntiin. Kodin ja koulun välistä suhdetta aletaan rakentamaan jo alakoulun ensimmäisestä luokasta lähtien. Joissain tapauksissa rakennustyö alkaa jo lapsen kuuluessa varhaiskasvatuksen piiriin. Opettajan tavalla viestiä ja kommunikoida kotien kanssa on suuri merkitys. Monet opettajat voisivatkin hyötyä viestintään liittyvästä koulutuksesta. Luottamuksellisen ja arvostavan suhteen luominen kodin ja koulun välillä ei aina ole helppoa, mutta siihen tulisi pyrkiä. Erilaisia eteen tulevia haasteita on helpompi ratkoa, kun koti ja koulu tuntevat olevansa samalla puolella oppilaan hyväksi.

Omaan opinnäytetyöprosessiini olen tyytyväinen. Ohjaavan opettajan ja opinnäytetyöryhmän viitoittaman aikataulun mukaisesti työ eteni koko ajan. Välillä tuli pieniä taantumuksen hetkiä, kun pää tuntui tyhjältä, mutta sellaisina hetkinä pakko toimi hyvänä motivaattorina, kun opinnäytetyön eri osioiden viimeiset palautuspäivät lähestyivät. Usein myös riitti, kun sai kiinni edes jostain pienestä ajatuksesta, jota lähteä työstämään, niin työ lähti jälleen etenevään vauhdikkaammin. Opinnäytetyön tekeminen kaikkienensa oli hyvin opettavaista. Eikä pelkästään oman tietouden lisääntymisenä, vaan myös tutkimuksen tekemisen osalta. Prosessin aikana heräsi myös ajatuksia, miten asioita olisi voinut tehdä paremmin. Huomasin esimerkiksi miettiväni kyselytutkimuksen aineistoa läpikäydessäni, että millaisten kysymysten avulla olisin saanut vastaajilta vieläkin monipuolisemmin tietoa. Asiantuntemuksen ja tutkimustaitojen karttumisen lisäksi opinnäytetyöprosessi kehitti minun ongelmanratkaisukykyjäni sekä itsenäisen työskentelyn taitoja.

Opinnäytetyötä tehdessä pohdin paljon sitä, miten valtavalla nopeudella muotivirtaukset sauttavat nykyisin nuoret. Yksi älypuhelimien ruudun napautus ja lähes koko maailma on

silmien edessä. Ja siinä vaiheessa, kun kaltaiseni keski-ikäinen perheenäiti on päässyt perille jostain asiasta, se on jo auttamattomasti vanhentunut. Olen kuitenkin huomannut, että olen-
naista ei ehkä olekaan se, pysymmekö me aikuiset trendien kilpajuoksussa nuorten mukana, vaan se, millaiset eväät me annamme nuorille uusien asioiden kohtaamiseen. Meidän tulee olla kiinnostuneita nuorten elämästä ja tarjota heille tarvittaessa turvallisen aikuisen olkapäätä. Eikä sosiaalisen median valloittamassa maailmassa voi mielestäni liikaa korostaa lasten ja nuorten medialukutaitoja ja mediakriittisyyttä. Lapsille ja nuorille tulee opettaa, kuinka tunnistaa oikea tieto väärästä. Esimerkiksi päihteisiin liittyen liikkuu paljon harhaan johtavaa tietoa nuorten suosimilla sosiaalisen median alustoilla, joten relevantin tiedon erottaminen väärästä olisi ehdottoman tärkeä taito omata.

Opinnäytetyön työelämäkumppani, Pornaisten Yhtenäiskoulu, oli tyytyväinen tutkimukseni antiin. Tutkimuksesta saatujen tulosten avulla koulu aikoo kehittää niin päihdekasvatuksen suunnittelua kuin huoltajille suunnattua viestintääkin. Erityisesti koulun yhteisöllinen oppilas-
huoltoryhmä kiinnitti huomiota tutkimukseen osallistuneiden 5.-luokkalaisten huoltajien ajatuksiin päihdekasvatuksen riittämättömyydestä. Oppilashuoltoryhmä aikoo pohtia, millä tavoin alakoululaisille suunnattua päihdekasvatusta tulisi kehittää, jotta se paremmin vastaisi tämänhetkiseen tarpeeseen. Oppilashuoltoryhmä arvioi jatkuvasti toimintaansa ja teettää esimerkiksi kyselyitä sekä oppilailla että huoltajilla. Opinnäytetyön tulokset otetaan näiden muiden arviointikeinojen rinnalle tulevan lukuvuoden toimintaa suunnitellessa. Koulussa toteutettavassa päihde- ja elämäntapakasvatuksessa on otettava aina vallitsevat olosuhteet ja ilmiöt huomioon. Maailma muuttuu, kuten myös lasten ja nuorten tarpeet, mutta välittäviä ja huolehtivia aikuisia ei voi koskaan olla liikaa.

Lähteet

Painetut

Alasuutari, M. 2003. Kuka lasta kasvattaa? Helsinki: Gaudeamus Kirja.

Hietala, T., Kaltiainen, T., Metsärinne, U. & Vanhala, E. 2010. Nuori ja mieli. Koulu mielen-terveyden tukena. Helsinki: Tammi.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. painos. Helsinki: Tammi.

Kananen, J. 2011. Kvantti: Kvantitatiivisen opinnäytetyön kirjoittamisen käytännön opas. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kananen, J. 2019. Opinnäytetyön ja pro gradun pikaopas. Avain opinnäytetyön ja pro gradun kirjoittamiseen. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kannas, L. & Rimpelä, A. 2022. Kodin, koulun ja järjestöjen rooli nuorten tupakoinnin ehkäisemisessä. Teoksessa Heloma, A., Korhonen, T., Patja, K., Salminen, O. & Winell, K. (toim.) Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus. Helsinki: Duodecim, 85-87.

Paavola, M., Rautalahti, M. & Heloma, A. 2022. Sähkösavukkeita koskeva lainsäädäntö. Teoksessa Heloma, A., Korhonen, T., Patja, K., Salminen, O. & Winell, K. (toim.) Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus. Helsinki: Duodecim, 69-70.

Tahkokallio, K. 2018. Uskalla olla lapsellesi aikuinen. Kuinka kasvatat lapsistasi onnellisia ja tasapainoisia. Helsinki: Minerva Kustannus.

Sähköiset

Aro, M. 2022. Sähkösavukkeet, sähkötupakka. Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 4.2.2024. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01164>

Becker, T.D. & Rice, T.R. 2021. Youth vaping: a review and update on global epidemiology, physical and behavioral health risks, and clinical considerations. European Journal of Pediatrics. Viitattu 19.3.2024. <https://rdcu.be/dBLQ2>

EHYT 2024a. Lapseni jäi kiinni sähkösavukkeen tai muun nikotiinituotteen käytöstä - mitä minun pitäisi tietää? Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry. Viitattu 6.3.2024. <https://ehyt.fi/paihde-peli-info/tukea-eri-elamantilanteisiin/lapseni-jai-kiinni-sahkosavukkeen-tai-muun-nikotiinituotteen-kaytosta-mita-minun-pitaisi-tietaa/>

EHYT 2024b. Viisi vinkkiä miten vanhempana voit ehkäistä nuorten päihdekokeiluja. Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry. Viitattu 2.3.2024. <https://ehyt.fi/paihde-peli-info/tukea-eri-elamantilanteisiin/viisi-vinkkia-miten-vanhempana-voit-ehkaista-nuorten-paihdekokeiluja/>

EHYT 2024c. Päihdekasvatus. Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry. Viitattu 5.2.2024. <https://ehyt.fi/paihde-peli-info/mita-on-ehkaiseva-paihdeetyo/paihdekasvatus/>

EHYT 2024d. Selvitys: Alaikäisten nikotiinipussien käyttö nousi kahdessa vuodessa 23 %. Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry. Viitattu 15.4.2024. <https://ehyt.fi/ uutishuone/tiedotteet/selvitys-alaikaisten-nikotiinipussien-kaytto-nousi-kahdessa-vuodessa-23/>

Fressis 2024. Nikotiiniriippuvuus. Viitattu 4.3.2024. <https://www.fressis.fi/tietopankki/nikotiinituotteet/terveyshaitat/nikotiiniriippuvuus/>

Google Forms 2024. Google Formsin avulla saat tärkeät tiedot käyttöösi nopeasti. Viitattu 29.3.2024. https://www.google.com/intl/fi_fi/forms/about/

Heikkilä, M. 2024. Vapet pois alaikäisiltä, sanoo sosiaaliturvaministeri Sanni Grahn-Laasonen. Ylen verkkoartikkeli. Viitattu 5.3.2024. <https://yle.fi/a/74-20070437>

Hotulainen, R. 2020. Aineistonkeruu kyselylomakkeella. Helsingin Yliopiston opettajankoulutuslaitos. Viitattu 27.3.2024. <https://www.mv.helsinki.fi/home/hotulain/Tilasto/Kyseloma-keohjeet.htm>

Kosola, S. 2020. Voiko nuorten aivoterveysteen vaikuttaa? Aikakauskirja Duodecim. Viitattu 4.3.2024. <https://www.duodecimlehti.fi/duo15777>

Kosola, S., Niemelä, E. & Niemelä, S. 2018. Päihdekokeilut - normaalia nuoruutta vai alkava häiriö? Aikakauskirja Duodecim. Viitattu 5.2.2024. <https://www.duodecimlehti.fi/duo14288>

Kouluterveyskysely 2023. Kouluterveyskyselyn tulokset. Viitattu 3.2.2024. <https://public.tableau.com/app/profile/.kouluterveyskysely/viz/Lastenjanuortenterveysjahyvinvointi/Navigointisivu>

Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 523/2015.

Mattila, S. 2022. "Kaikki viestintä Wilman avulla on ok": Tapaustutkimus: Huoltajien kokemuksia kodin ja koulun yhteistyöstä. Pro gradu -tutkielma. Turun yliopisto. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2022052037824>

Mielenterveystalo 2024. Nuorten päihteiden käyttö. Viitattu 8.2.2024. <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/paihteet/nuorten-paihteiden-kaytto>

MLL 2024a. 12-15v. Viitattu 6.2.2024. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/12-15-v/>

MLL 2024b. Nuoren aivojen kehitys. Viitattu 6.2.2024. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/12-15-v/nuoren-aivojen-kehitys/>

MLL 2024c. Vanhempi 12-15-vuotiaan persoonallisuuden kehityksen tukena. Viitattu 6.2.2024. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/12-15-v/vanhemmat-12-15-vuotiaan-persoonallisuuden-kehityksen-tukena/>

OAJ 2023. Yhteistyö kodin kanssa. Viitattu 9.2.2024. <https://www.oaj.fi/arjessa/yhteistyokodin-kanssa/#yhteistyon-muotoja-perusopetuksessa>

OPH 2024a. Ehkäisevän päihdetyön johtaminen kouluissa ja oppilaitoksissa. Opetushallitus. Viitattu 3.3.2024. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/ehkaisevan-paihde-tyon-johtaminen-kouluissa-ja-oppilaitoksissa>

OPH 2024b. Päihteet, tupakkatuotteet ja rahapelaaminen terveystiedon opetuksessa. Opetushallitus. Viitattu 3.3.2024. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/paihteet-tupakka-tuotteet-ja-rahapelaaminen-terveystiedon-opetuksessa>

OPH 2024c. Kodin ja koulun yhteistyö. Opetushallitus. Viitattu 3.3.2024. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/kodin-ja-koulun-yhteistyo>

Perusopetuslaki 628/1998.

Saastamoinen, P. 2022. Kodin ja koulun yhteistyö ja työhyvinvointi: Luokanopettajien käsityksiä ja kokemuksia yhteistyöstä ja sen vaikutuksesta työhyvinvointiin. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto. Viitattu 17.5.2024. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:tuni-202204273981>

Scheffels, J., Tokle, R., Linnansaari, A., Rasmussen, SKB. & Pisinger, C. 2023. E-cigarette use in global digital youth culture. A qualitative study of the social practices and meaning of vaping among 15-20-year-olds in Denmark, Finland, and Norway. *International Journal of Drug Policy* 111, 103928. Viitattu 6.3.2024. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:tuni-202212309843>

Soikkeli, M., Salasuo, M., Puuronen, A. & Piispa, M. 2015. Se toimii sittenkin - Kuinka päihdevalituksesta saa selvää. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, verkkojulkaisuja 85. Viitattu 3.3.2024. https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/se_toimii_sittenkin.pdf

STM 2023. Tupakka- ja nikotiinipolitiikan kehittäminen: Työryhmän toimenpide-ehdotukset 2023. Sosiaali- ja terveysministeriö. Raportteja ja muistioita 2023:5. Viitattu 26.2.2024. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-5664-3>

Suomen Ash ry 2024. Sähkösavuke. Valtakunnallinen kansanterveysjärjestö ja tupakkapolitiikan asiantuntija. Viitattu 5.2.2024. <https://suomenash.fi/tupakka/sahkosavuke/>

TENK 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan HTK-ohje 2023. Viitattu 5.4.2023. https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf

THL 2023a. Sähkösavukkeiden käyttö lisääntyy nuorilla - suomalaisten päivittäinen tupakointi väheni hieman vuonna 2022. Viitattu 3.2.2024. <https://thl.fi/-/sahkosavukkeiden-kaytto-lisaantyy-nuorilla-suomalaisten-paivittainen-tupakointi-vaheni-hieman-vuonna-2022>

THL 2024a. Kouluterveyskysely. Viitattu 3.2.2024. <https://thl.fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely>

THL 2024b. Päihdekasvatus. Viitattu 5.2.2024. <https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdetyo/ehkaiseva-paihdetyo-kouluissa-ja-oppilaitoksissa/paihdekasvatus>

Tupakkalaki 549/2016.

Vallinkoski, A. 2023. Sähkötupakan haitat käyvät ilmi vasta vuosikymmenten mittaan – käynnissä on suuri, suunnittelematon ihmiskoe. Helsingin Yliopisto. Uutiset ja tiedotteet. Viitattu 5.2.2024. <https://www.helsinki.fi/fi/uutiset/vaeston-terveys/sahkotupakan-haitat-kayvat-ilmi-vasta-vuosikymmenten-mittaan-kaynnissa-suuri-suunnittelematon-ihmiskoe>

Vanhempainliitto 2024. Kymmenen askelta kohti toimivaa kodin ja koulun yhteistyötä. Viitattu 8.2.2024. <https://vanhempainliitto.fi/johtajalle/kymmenenaskelta/>

Väestöliitto 2018. Nuoret ja päihteet. Viitattu 8.2.2024. <https://www.hyvakysymys.fi/artikkeli/nuoret-ja-paihteet/>

Värjä, J. 2024. Rehtorin viesti: Elimäellä opettajat tekevät Wilma-merkinnän, jos oppilas lähtee vessaan kesken oppitunnin. Kouvolan Sanomat. Viitattu 24.4.2024. <https://www.kouvolansanomat.fi/paikalliset/6493249>

YAD 2024. Riippuvuuden synty aivotoiminnan näkökulmasta. Youth Against Drugs. Viitattu 4.3.2024. <https://yad.fi/huumetietao/riippuvuus-ja-toipuminen/paihderiippuvuus/>

Kuviot

Kuvio 1: Vastaukset kyselyyn luokka-asteittain (n=103)	27
Kuvio 2: Huoltajien tietoisuus sähkö tupakoinnin voimakkaasta kasvusta nuorten keskuudessa (n=103)	27
Kuvio 3: Huoltajien havainnot 8.- ja 9.-luokkalaisten lisääntyneestä sähkö tupakoinnista kahden viime vuoden aikana (n=103)	28
Kuvio 4: Huoltajien mielipide siitä, onko koulussa annettava päihdekasvatus sähkö tupakoinnista riittävää (n=103)	29
Kuvio 5: Huoltajien mielipide luokka-asteittain siitä, onko koulussa annettava päihdekasvatus sähkö tupakoinnista riittävää (n=103)	29
Kuvio 6: Huoltajien käsitys oman lapsen sähkö tupakoinnista (n=103)	31
Kuvio 7: Huoltajien käsitys oman lapsen sähkö tupakoinnista luokka-asteittain jaoteltuna (n=103)	32
Kuvio 8: Huoltajien käsitys siitä, käytetäänkö oman lapsen ystäväpiirissä sähkö tupakkaa (n=103)	32
Kuvio 9: Huoltajien käsitys siitä, käytetäänkö oman lapsen ystäväpiirissä sähkö tupakkaa luokka-asteittain jaoteltuna (n=103)	33
Kuvio 10: Huoltajien mielipide siitä, haluaisivatko he itse saada enemmän tietoa sähkö tupakan haitoista ja sähkö tupakkailmiöstä (n=103)	34
Kuvio 11: Huoltajien käsitys siitä, uskoisivatko he tunnistavansa sähkö savukkeeseen sellaisen nähdessään (n=103)	35

Taulukot

Taulukko 1: Vastausprosentti oppilaiden lukumäärään suhteutettuna (n=103)	26
---	----

Liitteet

Liite 1: Saatekirje kyselylle	48
Liite 2: Kyselylomake	50

Liite 1: Saatekirje kyselylle

Hyvät huoltajat,

pornaislaisten nuorten sähkösavukkeiden käyttö on lisääntynyt viime vuosina huolestuttavasti. Vuoden 2023 valtakunnallisen kouluterveyskyselyn mukaan pornaislaisista 8. - ja 9.-luokkalaista nuorista sähkösavukkeita ilmoitti käyttävänsä päivittäin 18,3 %, kun koko maassa vastaava luku oli vain 6,6 %. Lisäksi, kun verrataan vuoden 2021 kouluterveyskyselyn tuloksia vuoden 2023 tuloksiin, on jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta vähintään kerran kokeilneiden osuus kasvanut Pornaisissa 24,2 prosentista 50,5 prosenttiin 8.-9.-luokkalaisten joukossa.

Vastaamalla anonyymiin kyselyyn autatte löytämään keinoja sille, miten koulu ja koti voisivat paremmin toimia nuorten sähkö tupakoinnin ehkäisemiseksi ja vähentämiseksi.

Kyselyyn pääsette tästä

Kyselytutkimus on osa Laurea-ammattikorkeakoululle toteutettavaa opinnäytetyötäni, jossa tutkin huoltajien ajatuksia nuorten sähkö tupakointiin liittyen. Opinnäytetyön työelämäkumppanina toimii Pornaisten Yhtenäiskoulu ja linkki kyselyyn on lähetetty kaikille yhtenäiskoulun 3.-9.-luokkien oppilaiden huoltajille.

Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista. Vastaukset käsitellään täysin luottamuksellisesti, eikä kyselyn tuloksista voida tunnistaa yksittäisiä vastaajia. Vastaamalla kyselyyn annatte tutkimuksen tekijälle oikeuden käyttää antamianne vastauksia opinnäytetyössä.

Kysely on auki 19.-27.3.2024. Kyselyyn vastaaminen kestää alle 10 minuuttia.

Kiitos, että haluatte olla mukana edistämässä nuorten hyvinvointia!

Ystävällisin terveisin

Taija Larmo

koulunkäynninohjaaja, Pornaisten Yhtenäiskoulu

sosionomiopiskelija, Laurea-ammattikorkeakoulu

Lisätietoa tutkimuksesta ja opinnäytetyöstä: taija.larmo@student.laurea.fi

Mikäli nuorten sähkö tupakointi aiheuttaa huolta, lisätietoa aiheesta löytyy muun muassa seuraavilta sivustoilta:

<https://ehyt.fi/paihde-peli-info/nikotiinituotteet/sahkosavukkeet/>

<https://www.fressis.fi/kanava/nikotiinituotteet/sahkosavuke/>

<https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/pikatieto/sahkotupakka/>

<https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01164>

Aiheeseen liittyviä artikkeleita:

Ylen toimittaja halusi selvittää, mitä aineita vapeista oikeasti löytyy. Yläkoululaisilta takavarikoidut vaped vietiin laboratorioon testattavaksi ja löydöt olivat yllättäviä!

<https://areena.yle.fi/1-66911392>

Muoti-ilmiö leviää: Jopa alakoululaiset käyttävät vapea Vantaalla - ”Jotkut ohjaavat nuoria sähkö tupakan avulla kannabiksen käyttöön” <https://www.vantaansanomat.fi/paikalliset/5716954>

16-vuotias poika sopi vape-kaupat Snapchatissa - Sai puukosta <https://www.iltalehti.fi/kotimaa/a/fcd8fba4-b282-498f-84b7-c4294bf42358>

Tutkijat löysivät uuden tavan, jolla sähkö tupakat voivat aiheuttaa keuhkovaurioita - Sama aine synnyttää popkorniin voin maun <https://tekniikanmaailma.fi/tutkijat-loysivat-uuden-tavan-jolla-sahkotupakat-voivat-aiheuttaa-keuhkovaurioita-sama-aine-synnyttaa-popkorniin-voin-maun/>

Kyselyyn pääsette tästä

Liite 2: Kyselylomake

Nuorten sähkötupakointi Pornaisissa

Tämä kysely on tarkoitettu **Pornaisten Yhtenäiskoulun 3.-9.-luokkien oppilaiden huoltajille**. Vastaamalla anonyymiin kyselyyn annatte arvokasta tietoa sähkötupakoinnin ehkäisevään työhön Pornaisissa.

Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista. Vastaukset käsitellään täysin luottamuksellisesti, eikä kyselyn tuloksista voida tunnistaa yksittäisiä vastaajia. Vastaamalla kyselyyn annatte tutkimuksen tekijälle oikeuden käyttää antamianne vastauksia opinnäytetyössä.

Mikäli teillä on useampia lapsia vuosiluokilla 3-9, vastaattehan ystävällisesti jokaisesta lapsesta erikseen, kiitos!

Kysely on auki 19.-27.4.2024. Kyselyyn vastaaminen kestää alle 10 minuuttia.

Lisätietoa kyselytutkimuksesta ja opinnäytetyöstä: taija.larmo@student.laurea.fi

* Pakollinen kysymys

1 / 23

*

Millä luokka-asteella lapsenne/nuorene on?

- 3. luokalla
- 4. luokalla
- 5. luokalla
- 6. luokalla
- 7. luokalla
- 8. luokalla
- 9. luokalla

2 / 23

*

14–20-vuotiaiden sähkösavukkeiden käyttö on kaksinkertaistunut Suomessa vuodesta 2021 vuoteen 2023.

Oletteko olleet tietoisia sähkötupakoinnin näin voimakkaasta kasvusta nuorten keskuudessa?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

3 / 23

*

Vuoden 2023 kouluterveyskyselyn mukaan pornolaisista 8.- ja 9.-luokkalaisista nuorista sähkösavukkeita ilmoitti käyttävänsä päivittäin 18,3 prosenttia, kun koko maassa vastaava luku oli 6,6 prosenttia.

Oletteko havainneet tulosten mukaista sähkö tupakoinnin lisääntymistä pornolaisien nuorten keskuudessa kahden viime vuoden aikana?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

4 / 23

*

Missä käsityksenne mukaan nuorten sähkö tupakointia erityisesti tapahtuu? (Voitte valita useamman vaihtoehdon)

- Kotona
- Kavereiden luona
- Koulussa
- Nuorten vapaa-ajanviettopaikoissa
- En osaa sanoa
- Muu...

5 / 23

*

Onko lapsenne/nuorene saanut koulussa päihdekasvatusta sähkö tupakointiin liittyen?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

6 / 23

*

Onko mielestänne koulussa annettava päihdekasvatus sähkö tupakoinnista riittävää?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

7 / 23

*

Käytetäänkö lapsenne/nuorene ystäväpiirissä sähkötupakkaa?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

8 / 23

*

Onko oma lapsenne/nuorene kokeillut sähkötupakointia?

- Ei ole kokeillut.
- Luulen, että ei ole kokeillut.
- Epäilen, että on kokeillut.
- Tiedän, että on kokeillut.
- En osaa sanoa.

9 / 23

*

Oletteko keskustelleet kotona lapsenne/nuorene kanssa sähkötupakoinnista?

- Kyllä, aiheesta on keskusteltu jonkin verran.
- Kyllä, aiheesta on keskusteltu paljon.
- Ei. Ei ole ollut vielä ajankohtaista/tarpeellista.
- Ei. Uskon, että lapseni saa tarvitsemansa tiedon jostain muualta.
- Muu: _____

10 / 23

*

Oletteko havainneet lapsellanne/nuorellanne päihdemyönteisyyttä ja kiinnostusta sähkötupakointia kohtaan?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

11 / 23

*

Miten olette pyrkineet vaikuttamaan lapsenne/nuorene päihteiden käyttöön ja ajatuksiin päihteistä? (Voitte valita useamman vaihtoehdon)

- Keskustelemalla päihteiden aiheuttamista haitoista.
- Olemalla kiinnostunut nuoren menoista ja kavereista.
- Suhtautumalla itse kielteisesti päihteiden käyttöön.
- Rankaisemalla sopivalla tavalla päihteiden käytöstä kiinni jäänyttä lasta/nuorta.
- Muulla tavoin.

Mikäli vastasitte edelliseen kysymykseen "muulla tavoin", tarkentaisitteko vastausta. Miten olette pyrkinneet vaikuttamaan lapsenne/nuorene päihteiden käyttöön ja ajatuksiin päihteistä?

Lyhyt vastausteksti _____

12 / 23

*

Haluaisitteko itse saada enemmän tietoa sähkötupakan haitoista ja sähkötupakkailmiöstä?

- Kyllä.
- En, tiedän jo tarpeeksi.
- En, aihe ei kiinnosta minua.
- En osaa sanoa.

Mikäli vastasitte edelliseen kysymykseen "kyllä", millä tavoin vastaanottaisitte tietoa sähkötupakasta mieluiten? (Voitte valita useamman vaihtoehdon)

- Itsenäisesti aiheeseen perehtymällä esimerkiksi internetissä.
- Koulun vanhempainillassa.
- Muussa yhtenäiskoululla järjestettävässä tapahtumassa.
- Sähkötupakointiin liittyvään webinaariin osallistumalla kotona tietokoneella.
- Muu: _____

13 / 23

*

Millaisiin koulun järjestämiin tilaisuuksiin yleisesti ottaen osallistutte mieluiten? (Voitte valita useamman vaihtoehdon)

- Perinteisiin vanhempainiltoihin.
- Kahdenkeskisiin keskusteluihin lapsen/nuoren luokanopettajan/-valvojan kanssa.
- Joulun- ja kevätjuhliin.
- En ole kiinnostunut osallistumaan koulun tilaisuuksiin.
- Muu: _____

14 / 23

*

Kaipaisitteko enemmän tukea ja apua keskustelun aloittamiseksi lapsenne/nuorene kanssa sähkötukokoinnin haitoista?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

15 / 23

*

Miten haluaisitte koulun menettelevän sellaisen oppilaan kanssa, joka jää kiinni sähkötukokoinnista koulupäivän aikana? (Voitte valita useamman vaihtoehdon)

- Ei mitenkään.
- Ilmoitus Wilma-viestillä/puhelimitse kotiin.
- Määrätään oppilas kasvatustietokoneeseen/jälki-istuntoon.
- Ohjataan oppilas kuraattorin/kouluvalmentajan/kouluyhteisöpedagogin/terveydenhoitajan luokse juttelemaan.
- En osaa sanoa.
- Muu: _____

16 / 23

*

Miten haluaisitte koulun menettelevän sellaisen oppilaan kanssa, jonka **epäillään** sähkötukokoinnin koulupäivän aikana? (Voitte valita useamman vaihtoehdon)

- Ei mitenkään.
- Ilmoitus Wilma-viestillä/puhelimitse kotiin.
- Määrätään oppilas kasvatustietokoneeseen/jälki-istuntoon.
- Ohjataan oppilas kuraattorin/kouluvalmentajan/kouluyhteisöpedagogin/terveydenhoitajan luokse juttelemaan.
- En osaa sanoa.
- Muu: _____

17 / 23

*

Haluaisitteko saada koululta tiedon, mikäli lapsenne/nuorene nähtäisiin menevän usean henkilön kanssa samanaikaisesti yhdelle hengelle tarkoitettuun wc-tilaan?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

18 / 23

*

Haluaisitteko saada koululta tiedon, mikäli lapsenne/nuorene poistuisi oppitunnilta useamman kerran saman tunnin aikana ilman mitään selkeää syytä?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

19 / 23

*

Saatteko mielestänne koululta tarpeeksi tietoa lapsenne/nuorene asioista?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

20 / 23

*

Mikäli lapsi/nuori jää toistuvasti kiinni sähkötupakoinnista, tulisiko asiasta teidän mielestänne tehdä lastensuojeluilmoitus?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

21 / 23

*

Alaikäiset hankkivat sähkösavukkeita ja niihin liittyviä tarvikkeita usein sosiaalisen median (kuten Snapchat) kautta, tutuilta ja netistä tilaamalla.

Oletteko tietoisia, mistä pornolaisnuoret hankkivat sähkösavukkeita ja niihin sopivia oheistarvikkeita?

- Kyllä
- Ei

Mikäli vastasitte edelliseen kysymykseen "kyllä", mistä tietojenne mukaan pornolaisnuoret ostavat sähkösavukkeensa? (Voitte valita useamman vaihtoehdon)

- Snapchatin kautta.
- Netistä tilaamalla.
- Täysi-ikäisiltä tutuilta ja kavereilta.
- Alaikäisiltä tutuilta ja kavereilta.
- Muu: _____

22 / 23



Sähkösavukkeisiin liittyy nuorten keskuudessa monia huolestuttavia lieveilmiöitä. Sähkösavukkeita esimerkiksi myydään velaksi ja velkoja peritään väkivaltaisesti. Nuoret saattavat myös käydä vaihtokauppaa, jossa nuori "maksaa" ostamansa sähkösavukkeen jollakin varastamallaan tuotteella.

Oletteko tietoisia sähkösavukkeisiin liittyvistä lieveilmiöistä?



Kyllä

Ei

23 / 23



Oheisessa kuvassa on erilaisia sähkösavukkeita.

Uskoisitteko tunnistavanne sähkösavukkeen sellaiseen törmätessänne?



Kuvat: pennlive.com, brittiläinen lääketieteen aikakauslehti BMJ sekä valmistajat

Kyllä

En

En tiedä

Haluaisitteko lopuksi mainita vielä jotain aiheeseen liittyen?

Oma vastauksesi

Kiitos vastauksestanne!

Lisätietoa aiheesta löydätte esimerkiksi Wilma-viestin saatekirjeessä olevista linkeistä.

Muistattehan lopuksi painaa LÄHETÄ-painiketta, jotta vastauksenne tallentuvat. Kiitos!

Lähetä

Tyhjennä lomake