

Opinnäytetyö (AMK)

Sosionomi

2024

Kehittämistyö

Tiina Luusua, Anna Mäkipää

Päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma

– Elisenvaaran yhtenäiskoululle



Opinnäytetyö (AMK) | Tiivistelmä

Turun ammattikorkeakoulu

Sosionomi

2024 | 48 sivua, 7 liitesivua

Tiina Luusua, Anna Mäkipää

Päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma

- Elisenvaaran yhtenäiskoululle

Tämän kehittämistyö on tehty toimeksiantona Pöytyän kunnan, Elisenvaaran yhtenäiskoululle. Kehittämistyömme tavoitteena oli laadukkaan päihdekasvatuksen toteutuminen yhtenäiskoulun, Elisenvaaran yksikössä. Kehittämistehtävänä oli laatia konkreettinen, käytännönläheinen ja realistinen päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma vuosiluokille 5.–9.

Kehittämismenetelminä käytimme dialogista keskustelua, kyselyitä toimijoille, sekä oppilaille, työpajaa ja seinätyöskentelyä. Dialoginen keskustelu oli keskeinen osa kaikkea vuorovaikutusta kehittämistyömme aikana. Työpajan valmistelussa hyödynsimme keräämiemme kyselyiden tuloksia, sekä teoreettista tietoperustaa päihdekasvatuksen sisällöistä. Seinätyöskentelyn avulla työpajan osallistujat osallistettiin vuosisuunnitelman laadintaan. Työpajan tuloksena syntyi valmis pohja päihdekasvatuksen vuosisuunnitelmalle.

Kehittämistyön tuotoksena valmistui tehtävää vastaavat Päihdekasvatuksen vuosisuunnitelmat vuosiluokille 5–9, jotka ovat hyödynnettävissä työkaluna jatkuvan ja laadukkaan päihdekasvatuksen toteuttamisessa Elisenvaaran yksikössä. Tuotoksessa on selkeät aihealueet, aikataulut, sekä vastualueet toimijoille. Tuotos voidaan jalkauttaa tulevaisuudessa Pöytyän kunnan muihinkin kouluihin.

Asiasanat:

ehkäisevä päihdetyö, päihdekasvatuksen sisällöt, päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma, nuoruus

Bachelor's Thesis | Abstract

Turku University of Applied Sciences

Bachelor of Social Services

2024 | 48 pages, 7 pages in appendices

Tiina Luusua, Anna Mäkipää

The annual plan for substance abuse education

- For Elisenvaara Comprehensive School

This development work was done by the order of the Elisenvaara Comprehensive School in the municipality of Pöytyä. The aim of this development work was that quality education of substance abuse will be implemented at the Elisenvaara unit. The development task was to create concrete, practical, and realistic annual plan for substance abuse education to grades 5 -9.

As development methods, we used dialogic conversations, surveys for actors and students, a workshop, and Wallwork method. Dialogue was a central part of all interaction during our development work. In preparing the workshop, we utilized the results from the surveys, as well as the theoretical knowledge base about the contents of substance abuse education. Wallwork method was used to involve all participant to create the annual plan. The outcome from the workshop was basis for the annual plan for substance abuse education.

The output of the development work was made corresponding for a task, annual plans for substance abuse education to grades 5–9, which can be used as a tool for the continuous and quality implementation of substance abuse education in the Elisenvaara unit. The plans could be implemented in other schools within the municipality of Pöytyä in the future.

Keywords:

Substance abuse prevention, substance abuse education contents, annual plan for substance abuse education, youth

1 Johdanto	7
2 Kehittämistyön lähtökohdat	9
2.1 Kehittämistyön tarve	10
2.2 Kouluterveyskyselyn tulokset Pöytyällä vuosina 2021 ja 2023	11
2.3 Kehittämistyön toimintaympäristö ja toimijat	14
2.4 Kehittämistyön tehtävä ja tavoite	14
3 Päihdekasvatuksen ajankohtaisuus nuoruudessa	16
3.1 Varhaisnuoruus ajankohtana päihdekasvatukselle	16
3.2 Keskinuoruus ajankohtana päihdekasvatukselle	16
3.3 Päihteiden käytöltä suojaavat tekijät ja riskitekijät nuoruudessa	18
4 Ehkäisevä päihdetyö kouluissa	19
4.1 Päihdekasvatus ja sen toimintaympäristöt	20
4.2 Päihdekasvatus Elisenvaaran yhtenäiskoulussa	21
5 Vaikuttavan päihdekasvatuksen sisällöt	23
5.1 Tunne- ja vuorovaikutustaitojen vahvistaminen	23
5.2 Alkoholi	24
5.3 Rahapelaaminen	24
5.4 Tupakka- ja nikotiinituotteet	25
5.5 Huumausaineet	26
5.6 Kannabis	26
6 Kehittämistyön toteutus ja menetelmät	27
6.1 Kehittämistoiminta konstruktivistista mallia mukaillen	27
6.2 Dialoginen kehittämiskeskustelu	28
6.3 Kyselytutkimus kehittämismenetelmänä	28
6.4 Työpaja kehittämismenetelmänä	28
6.5 Seinätekniikka kehittämismenetelmänä	29
7 Kehittämistyön prosessin kuvaus	30
7.1 Kehittämistyön aikataulu ja eteneminen	30
7.2 Toimijoille tehdyn kyselyn tulokset	33

7.3 Oppilaille tehdyn kyselyn tulokset	34
8 Päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma	36
8.1 Päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma kehittämistyön tuotoksena	36
8.2 Tuotoksen arviointi	37
9 Kehittämistyön arviointi	39
9.1 Toteutuksen arviointi	39
9.2 Ammatillinen kehittyminen ja eettisyys	43
Lähteet	44

Liitteet

Liite 1. EPT-toimintaohjelman ohjaavat kysymykset

Liite 2. Kyselylomake kehittämistyön toimijoille

Liite 3. Kyselylomake oppilaille

Liite 4. Päihdekasvatuksen vuosisuunnitelmat

Kuvat

Kuva 1. Päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma 7.-luokalle. 36

Kuva 2 Seinätyöskentelyä työpajassa 41

Kuviot

Kuvio 1. Kehittämistyön etenemisprosessi ja aikataulu 30

Taulukot

Taulukko 1. Kyselytulokset 4.–5.- luokka (THL/ Kouluterveyskysely 2023). 12

Taulukko 2. Kyselytulokset 8.–9.- luokka (THL/ Kouluterveyskysely 2023). 13

1 Johdanto

Kouluissa ja oppilaitoksissa toteutettavan päihdekasvatuksen merkitys korostuu ajankohtaisesti, kun Petteri Orpon hallituksen suunnittelemat sosiaali- ja terveystieteiden leikkaukset kohdistuvat myös ehkäisevään päihdetyöhön. Tämän johdosta nuorisotyön valtakunnallinen päihdehaittojen ehkäisy on vaarassa päättyä. Nuorten päihdekulttuurin jatkuva muutos, kuten päihteiden käytön monipuolistuminen tulee vaatimaan entistä enemmän toimia eri tahoilta, kuten kouluilta ja nuorisotyöltä. (Mikkonen ym. 2024; Jokinen 2024.)

Kunnilla on yleisvastuu lasten ja nuorten terveydestä, turvallisuudesta ja hyvinvoinnista. Osaksi terveyden ja hyvinvoinnin edistämistehtävää kuuluu ehkäisevä päihdetyö, jonka toteutuksessa kouluilla ja oppilaitoksilla on merkittävä rooli. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023.) Päihdekasvatus on osa koulujen ehkäisevää päihdetyötä ja sen tavoitteena on lasten ja nuorten terveen kasvun tukeminen ja päihteidenkäyttöön ja rahapelaamiseen altistavien, sekä niiltä suojaaviin ja altistaviin tekijöihin vaikuttaminen. (THL 2023a).

Kehittämistyön raporttimme etenee päihdekasvatuksen tarpeesta yhteiskunnalliselta tasolta, edeten yhtenäiskoulun ja kunnan tarpeisiin. Raportissa tarkastellaan päihdekasvatuksen ajankohtaisuutta nuoruudessa, jolloin päihdekokeilut ovat tavanomaisia (THL 2023b). Nuoruuden kehitysvaiheet, etenkin aivojen muutokset ja dopamiinin tuotannon tehostuminen lisäävät impulsiivisuutta ja riskinottoa, jotka altistavat päihdekokeiluille ja riippuvuuksille. Samanaikaisesti lisääntyy elämyshakuisuus ja sosiaalisten suhteiden merkitys nuorten elämässä korostuu, päihteidenkäyttö nuoruudessa liittyykin useimmiten sosiaalisiin tilanteisiin. (Siegel 2019, 19–20, 89–90; Kosola ym. 2018.) Raportissa ehkäisevää päihdetyötä ja päihdekasvatusta oppilaitoksissa on tarkasteltu tavoitteiden ja sisältöjen kautta. Olemme avanneet kehittämistyön toteutusta ja tuotosta, sekä arvioineet ja reflektoineet onnistumistamme. Lopussa on kuvaus ammatillisen kasvun prosessista kehittämistyömme aikana.

Tässä kehittämistyössä tehtävänäimme oli luoda päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma toimeksiantajana toimineelle Pöytyän kunnan Elisenvaaran yhtenäiskoululle, Elisenvaaran yksikköön vuosiluokille 5–9. Kokoamamme tietoperustan, teetettyjen kyselyiden ja työpajan avulla syntyi tuotoksena päihdekasvatuksen vuosisuunnitelmat Elisenvaaran yksikön vuosiluokille 5-9. Tuotoksella vastattiin toimeksiantajan tarpeeseen toteuttaa koulussa laadukasta päihdekasvatusta, jonka työkaluna päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma toimii.

2 Kehittämistyön lähtökohdat

YK:n lapsen oikeuksien komitea on suosittanut Suomea tehostamaan toimiaan ehkäistäkseen nuorten tupakointia, sekä alkoholin ja huumeiden käyttöä. Suomen tulisi myös varmistaa lasten ja nuorten tuen ja avun saanti muun muassa peliriippuvuuksiin- ja häiriöihin (Sosiaali- ja terveysministeriö 2023). Petteri Orpon hallitusohjelmassa onkin linjattuna, että hallituskaudella kiinnitetään erityistä huomiota ehkäisevään mielenterveys- ja päihdetyöhön lasten ja nuorten toiminnassa, sekä nuorten huumeidenkäytön ehkäisyyn ja nuorten huumekuolemien vähentämiseen (Valtioneuvosto 2023). Valitettavasti hallituksen toimet kuvautuvat sosiaali- ja terveysministeriön 5.9.2024 antaman tiedotteen mukaan tällä hetkellä päinvastaisena. Sote- järjestöjen avustusleikkaukset kohdistuvat myös päihde- ja riippuvuusjärjestöihin vaikuttaen vakavimmillaan myös lasten ja nuorten ehkäisevän päihdetyön toiminnan karsimiseen. (Mikkonen ym. 2024.)

Päihdekokeilut ovat nuorilla yleisiä, suomalaisnuorten yleisimmin käytettyjä päihteitä ovat alkoholi ja tupakkatuotteet. Suomessa arvioiden mukaan noin 5 % nuorista kärsii diagnoositasoisesta päihdehäiriöstä, joka liittyy yleisimmin alkoholiin. Huomattavasti useammalla nuorella on kuitenkin eriasteista päihdeongelmaa. Päihdehäiriö alkaa useimmiten kehittyä n. 14–15-vuotiaana. Päihdeongelmilla on suora yhteys nuorten mielenterveyteen ja mitä varhaisemmin ja mitä runsaampaa nuoren päihteidenkäyttö on, sen todennäköisemmin nuori oireilee myös muutoin psyykkisesti (THL 2023b.)

Suomessa huumeiden käyttö on yleisempää kuin muissa Pohjoismaissa, ja alle 25-vuotiaiden nuorten huumekuolemien määrällä mitattuna Suomi on Euroopan kärjessä (Diakonissalaitos 2023). Vaikka nuorten huumekuolemat ovat kääntyneet vuoden 2020 jälkeen laskuun, ovat huumeet nuorilla yleinen kuolinsyy. Vuonna 2022, 15–24-vuotiaana kuolleista nuorista joka viides kuoli huumeisiin (SVT 2023).

Suomen Poliisi on myös ottanut kantaa ilmaisten huolensa lasten- ja nuorten päihteidenkäytön kasvusta. Huolta on herättänyt erityisesti lasten- ja nuorten

lisääntynyt huumausaineiden käyttö ja tästä ikäryhmästä etenkin nuorten tyttöjen huumeiden käytön kasvu (Poliisi 2021.)

2.1 Kehittämistyön tarve

Kehittämistyömme toimeksiantajana toimi Pöytyän kunnan Elisenvaaran yhtenäiskoulu. Tähän asti koulussa on toteutettu päihdekasvatusta vuosiluokille 5. ja 6. vaihtelevasti opettajien resurssien puitteissa. Yläkoulun puolella päihdekasvatusta on järjestetty muun muassa erinäisinä tempauksina, kuten ”säkitön syyskuu”, joka on nuuskattomuuteen kannustava kampanja (Salakari 2020), sekä terveystiedon oppitunneilla. Yhtenäiskoululla liikunnan ja terveystiedon opettajat vastaavat päihdekasvatuksen opettamisesta opetussuunnitelman mukaisesti. Kouluterveydenhuollossa tehdään ennaltaehkäisevää päihdetyötä 5.vuosiluokasta lähtien yksilöllisesti. Terveystarkastuksissa kartoitetaan alkoholin ja muiden päihteiden käyttöä ikätaso ja kehitysaste huomioiden. Tarvittaessa käytetään erilaisia interventiotyökaluja ja tarpeen ilmetessä ohjataan hoitoon. Nuorisotoimi on ollut mukana järjestämässä ehkäisevän päihdetyön tapahtumia ja tempauksia.

Kehittämistyö päihdekasvatuksen vuosisuunnitelmasta koettiin tarpeelliseksi, koska koululla ei ole ollut yhtenäistä päihdekasvatuksen suunnitelmaa, joka olisi jatkumoa alakoulun vuosiluokilta, yläkoulun loppuun saakka. Tarpeelliseksi koettiin myös se, että päihdekasvatusta toteutettaisiin suunnitellusti kuukausittain. Jatkuvuus on vaikuttavan päihdekasvatuksen perusta (Opetushallitus 2024a).

Suunnitelman tarpeeseen herättiin koulun johdon vaihdoksen, sekä hyvinvointialueuudistuksen tuomien henkilöstömuutosten takia. Koulussa koettiin myös, että koulun opetushenkilöstön sekä oppilashuollon henkilöstön keskuudessa ei ole ollut selvää, mikä on kenenkin toimijan rooli, sekä vastuualue yhtenäiskoulun päihdekasvatuksessa. Päihdekasvatuksen laatuun halutaan panostaa aiempaa määrätietoisemmin. Jatkossa koulun

päihdekasvatukseen osallistuisi Pöytyän kunnan nuorisotoimi ja heidän resurssinsa tulisi myös huomioida vuosisuunnitelmassa.

Yhtenäiskoulun myötä opettajat ovat huomanneet nuorempien oppilaiden ihannoivan vanhempia oppilaita. Alakouluikäiset matkivat vanhempien oppilaiden pukeutumistyyliä sekä hakeutuvat välitunneilla vanhempien oppilaiden seuraan. Opettajien mukaan lapset oppivat nuorilta median käyttöä ja osaavat näin ollen paremmin etsiä tietoa sosiaalisesta mediasta heitä kiinnostavista aiheista, jotka eivät aina ole ikätasolle sopivia ja voivat sisältää päihteisiin liittyvää materiaalia. Päihdekasvatus on erityisen tärkeää aloittaa jo alakoulun luokka-asteilla. Turvataitoja tulisi harjoitella jo vuosiluokilla 3–6 ja taitojen harjoittelussa tulisi huomioida muun muassa päihteet (OPH 2024a).

Kehittämistyön taustalla on Sosiaali- ja terveysministeriön laatima Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma, joka on laadittu vuosille 2015–2025.

Toimintaohjelmassa kiinnitimme erityisesti huomiota siihen, miten EPT sisällytetään koulu- ja opiskeluyhteisöihin ja tämä ohjasi työskentelyämme. Kehittämistyössä huomioimme soveltuvin osin kysymykset, joita EPT:ssä todetaan olevan hyvä pohtia oppilaitoksien ehkäisevän päihdetyön osalta (Sosiaali- ja terveysministeriö 2015, 56–59.) Kysymykset ohjasivat työskentelyämme ja otimme huomioon vastaako kehittämistyömme kysymyksiin (Liite 1.).

2.2 Kouluterveyskyselyn tulokset Pöytyällä vuosina 2021 ja 2023

Tarkastelimme THL:n kouluterveyskyselyn tuloksia Pöytyältä vuosilta 2021 ja 2023 sekä 4.–5.-luokkalaisten osalta, että 8.–9.-luokkalaisten osalta.

Tarkoituksena oli saada käsitystä kohderyhmämme päihdekokeiluista, päihteiden käytöstä sekä siitä, millainen on päihteiden käytön kehittymisen suunta. Tarkastelimme myös rahapelaamista sekä netin käyttöä.

Taulukko 1. Kyselytulokset 4.–5.- luokka (THL/ Kouluterveyskysely 2023).

	Vuosi 2021	Vuosi 2023	Muutos
Kokeillut nuuskaa vähintään kerran %	2,3	1,6	-0,7
Kokeillut sähkösavukkeita vähintään kerran %	3,2	5,1	+1,9
Tupakoinut vähintään kerran %	3,7	3,6	-0,1
Kokeillut jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta vähintään kerran %	5,0	6,2	+1,2
Yrittänyt viettää vähemmän aikaa netissä, muttei ole onnistunut	38,6	40,1	+1,5
Viettänyt aikaa netissä, vaikkei ole huvittanut %	28,2	32,3	+4,1
Vanhemman liiallinen alkoholin käyttö haitannut %	1,9	2,1	+0,2

Tupakkatuotteiden ja sähkösavukkeiden käytössä 4.–5.- luokkalaisten keskuudessa on tapahtunut hienoista muutosta. Nuuskan sekä tupakan kokeilun kohdalla on laskua, mutta muiden tupakkatuotteiden kokeilussa on nousua. Suurin muutos prosentteina lisääntyvänä kokeiluna näkyy sähkösavukkeiden kohdalla. Netissä vietetään myös enemmän aikaa, kuin aikaisemmin. (THL/ Kouluterveyskysely 2023.)

Taulukko 2. Kyselytulokset 8.–9.- luokka (THL/ Kouluterveyskysely 2023).

	Vuosi 2021	Vuosi 2023	Muutos
Tupakoi päivittäin %	6,5	4,2	-2,3
Nuuskaa päivittäin %	2,6	4,3	+1,7
Käyttää sähkösavukkeita päivittäin %	3,9	2,1	-1,8
Käyttää päivittäin jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta %	11,0	8,3	-2,7
Käyttänyt jotakin tupakkatuotetta tai sähkösavuketta vähintään kerran %	33,3	41,3	+8,0
Käyttää nikotiinipusseja silloin tällöin tai päivittäin %	-	7,0	
Käyttää alkoholia viikoittain %	3,9	4,2	+0,3
Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa %	4,6	9,5	+4,9
Raittius %	63,2	66,7	+3,5
Yrittänyt viettää vähemmän aikaa netissä, muttei ole onnistunut %	28,9	31,1	+2,2
Pelaa rahapelejä viikoittain %	3,5	2,7	-0,8
Kokeillut kannabista ainakin kerran %	5,2	4,3	-0,9
Kokeillut laittomia huumeita ainakin kerran %	5,3	4,3	-1,0
Omalla paikkakunnalla helppo hankkia huumeita %	38,4	43,5	+4,1
Vanhemman liiallinen alkoholin käyttö aiheuttanut haittaa %	2,0	4,2	+2,2

Kouluterveyskyselyssä 8.–9.- luokkalaisten päivittäinen tupakointi ja sähkösavukkeiden käyttö on vähentynyt, mutta tupakkatuotteiden ja sähkösavukkeiden kokeilu on kasvanut. Nikotiinipussien käyttö on tullut uutena kouluterveyskyselyyn ja sen käyttöä on kokeiltu prosentuaalisesti huomattavan

paljon. Raittiiksi itsensä ilmoittaneiden määrä on kasvanut, mutta alkoholia käyttävät juovat itsensä useammin humalaan. Omalla paikkakunnalla huumeiden saatavuus koetaan myös helpommaksi. (THL/ Kouluterveyskysely 2023.)

2.3 Kehittämistyön toimintaympäristö ja toimijat

Kehittämistyömme toimintaympäristönä on Pöytyän kunnan Elisenvaaran yhtenäiskoulun, Elisenvaaran yksikkö. Elisenvaaran yhtenäiskoulun yksikössä on oppilaita kolmannelta luokalta yhdeksänteen luokkaan. Lisäksi koulun tiloissa toimii lukio. Elisenvaaran koulurakennus on verrattain uusi, sillä toiminta siellä on alkanut syksyllä 2022. Aikaisemmin alakoulun oppilaat ovat opiskelleet erillisessä rakennuksessa muutaman kilometrin päässä uudesta yhtenäiskoulusta. Kehittämistyömme kohdentuu vuosiluokkiin 5–9.

Päihdekasvatusta koulussa tulee toteuttamaan moniammatillinen työryhmä, jotka ovat kaikki toimijoina kehittämistyössämme. Toimijoita ovat; Oppilashuollosta terveydenhoitaja ja kuraattori, liikunnan ja terveystiedon opettaja, Pöytyän kunnan nuorisotoimesta koulunuorisotyöntekijä, sekä etsivä nuorisotyöntekijä. Toimijana kehittämistyössä on myös toimeksiantajana toimivan koulun apulaisrehtori sekä luokanopettajat vuosiluokilta 5–6.

2.4 Kehittämistyön tehtävä ja tavoite

Kehittämistyön tavoitteena on laadukkaan päihdekasvatuksen toteutuminen Elisenvaaran yksikössä. Laajempaan tavoitteena on edistää lasten ja nuorten terveyttä ja hyvinvointia, sekä antaa ajantasaista tietoa päihteidenkäytöstä ja siitä koituvista haitoista, sekä vahvistaa yksilöiden suojaavia tekijöistä, kuten itsetuntoa ja tunnetaitoja ja tätä kautta tukea heitä päihteettömyyteen. Kehittämistyön tavoitteena on lasten ja nuorten päihdekokeilujen siirtyminen myöhemmäksi, ja ryhmäpaineen vähentäminen päihdekokeilujen suhteen

Kehittämistehtävänä oli laatia päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma Pöytyän Elisenvaaran yhtenäiskoulun, Elisenvaaran yksikköön. Toimeksiantajan toiveena oli, että tuotos on konkreettinen, käytännönläheinen ja realistinen päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma koulun vuosiluokille 5–9.

Vuosisuunnitelmasta oli käytävä ilmi kuukausittain pääteemat, jotka vuosiluokittain käydään läpi, sekä kunkin toimijan vastuut päihdekasvatuksen toteuttamisesta. Vuosisuunnitelman avulla jokainen toimija tietää, vastuualueensa päihdekasvatuksen toteuttamisen osalta. Suunnitelmana on ollut, että vuosisuunnitelmaa voitaisiin myöhemmin hyödyntää myös Pöytyän kunnan muissa kouluissa.

3 Päihdekasvatuksen ajankohtaisuus nuoruudessa

3.1 Varhaisnuoruus ajankohtana päihdekasvatukselle

Loogisen ajattelun kyky sekä taito suunnitelmalliseen toimintaan kehittyvät noin 10–12 vuoden iässä. Tässä iässä opitaan myös empatiataitoja ja syy-seuraussuhteita. (Aivoliitto 2023.) Esimurrosikä noin 9–12 vuoden välillä voi aiheuttaa lapsessa epävarmuuden tunteita ja toisten hyväksynnästä omana itsenään tulee entistä tärkeämpää. Lapsi ei oikein tiedä, ollako lapsi vai nuori. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2023.) Kosola ja Marttinen (2021) puhuvat myös varhaisnuoruudessa tapahtuvista fyysisistä suurista muutoksista niin pojilla, kuin tytöilläkin sekä puberteetin vaikutuksista kaverisuhteisiin. Puberteetti eli murrosikä alkaa yleensä varhaisnuoruudessa hiukan eri tahtia yksilökohtaisesti. Ikävuodet noin 10–13 katsotaan varhaisnuoruuden ajaksi. Nuori alkaa kaivata yksityisyyttä ja kavereiden tarve lisääntyy. (Kosola & Marttinen 2021, 14.) Päihdekokeilut tehdään yleensä ensimmäistä kertaa 10–15-vuotiaana. Päihteitä nuoret käyttävät pääsääntöisesti porukassa. (Kosola ym. 2018.)

3.2 Keskinuoruus ajankohtana päihdekasvatukselle

Abstrakti ajattelu kehittyy noin 13–15 vuoden iässä, jolloin aivot ovat isossa muutoksen vaiheessa. Nuoren aivoissa tapahtuu taaperoiän jälkeen suurin muutos ja aivojen toiminta alkaa tehostua. Nuori alkaa ajatteleman oikeaa ja väärää sekä omia ajatuksiaan niistä. (Aivoliitto 2023.) Aivot tuottavat myeliiniä, jolloin aivojen sisäiset verkostot ja yhteydet muuttuvat, tällöin aivoissa tapahtuu hermoyhteyksien karsintaa. Nuoren aivot järjestäytyvät uudelleen ja sen seurauksena nuoresta tulee itsetietoisempi. Itsetietoisempi nuori on kiinnostunut elämän syvemmistä merkityksistä, omasta itsestään ja persoonallisuudestaan. (Siegel 2019, 117.)

Keskinuoruuden aikaa ovat ikävuodet noin 14–17. Keskinuoruudessa

vanhemmat menettävät merkitystään ja kaveriporukoihin kiinnittyminen on entistäkin tärkeämpää. Nuoren oma ainutlaatuisuus korostuu ja nuori voi kokea itsensä jopa kuolemattomaksi. (Kosola 2021, 14.) Neljä mielen ominaisuutta, jotka katsotaan nuorille ominaisiksi, ovat elämyshakuisuus, sosiaalisuus, luovuus ja tunteikkaus. Aivojen muutokset varhaisnuoruudessa luovat pohjan näille ominaisuuksille. Elämyshakuisuudessaan nuoret tavoittelevat voimakkaita elämyksiä ja kokemuksia, jolloin nuori voi impulsiivisuuttaan ottaa turhia riskejä ja käyttäytyä vaarallisesti. Sosiaalisuuden haittapuolena voi olla aikuisista eristäytymistä sekä aikuisten tiedon torjumista ja kiinnostus ikätovereihin kasvaa. Tunteikkaus saa nuoren mielen kuohumaan, jolloin nuori kokee sekä innostusta, että hämmennystä. Luovuus mielenominaisuutena voi altistaa nuorta identiteettikriisiin, joka voi johtaa siihen, että nuori antaa ryhmäpaineen vaikuttaa omiin päätöksiinsä ja valintoihinsa. Aivojen muutoksiin nuoruuden aikana liittyy mahdollisuuksien lisäksi myös riskejä. (Siegel 2019, 18–21.)

Puberteetti vaikuttaa aivojen kehitykseen. Stressi vaikuttaa nuoren aivoihin voimakkaasti ja aivojen vahingoittuminen on herkempää. Aivojen kehittymisen keskeneräisyys vaatii aikuisilta ymmärrystä ja välittämistä. Nuori tarvitsee aikuisen ohjausta, vaikkei nuori sitä aina näytä tarvitsevan. Nuori käyttäytyy impulsiivisesti ja harkitsemattomasti, sekä ottaa turhia riskejä juuri aivojen kehittymisen keskeneräisyyden vuoksi. Dopamiini on mielihyvä hormoni, jonka tuotanto kiihtyy nuoruudessa. Mielihyvän kokeminen palkitsee ja nuorella on tarve saada kokea yhä enemmän mielihyvää. (Hermanson & Sajaniemi 2018.) Varhaisnuoruudessa dopamiinin tuotanto alkaa voimistua ja nuoruuden keskivaiheilla sen erityis on voimakkaimmillaan. Nuorille on tärkeää saada kokea dopamiinin tuottamaa mielihyvää, joka altistaa myös erilaisille riippuvuuksille, kuten alkoholi. Nuoria kiinnostavat aineet, jotka vauhdittavat dopamiinin tuotantoa. Nuori haluaa kokeilla erilaisia tajuntaan vaikuttavia aineita kokeilunhaluisuuttaan ja ystävien seurassa. (Siegel 2019, 89–91, 323–326.)

Nuorten terveydenedistämässä aivojen kehittymisen eri vaiheet tulisi ottaa huomioon, koska sitä kautta voimme paremmin ymmärtää nuoruuden kehitysvaiheisiin kuuluvia käyttäytymismalleja. Nuorille suunnatussa

terveydenedistämisessä olisi myös syytä kiinnittää huomiota aivojen kehitykseen, koska nuorille on tärkeää tiedostaa heidän tekemiensä valintojen seuraukset välittöminä eikä pitkällä aikavälillä tapahtuvina seurauksina. (Kosola 2021, 16–17.)

3.3 Päihteiden käytöltä suojaavat tekijät ja riskitekijät nuoruudessa

Erilaiset kokeilut, kuten päihdekokeilut ja pukeutumistyyli kokeilut kuuluvat nuoruuteen ja ovat olennainen osa nuoren minäkuvan rakentumisessa. Päihdekokeiluista huolimatta suurin osa nuorista pärjää elämässään hyvin ilman myöhempää päihdeongelmaa. Päihdeongelman riski kuitenkin kasvaa, mikäli nuoren elämäntilanne, sosiaaliset suhteet ja psyykinen hyvinvointi eivät ole tasapainossa. Hoitamattomana lapsen ja nuoren mielenterveydenhäiriöt sekä ADHD voivat lisätä päihdekokeiluja ja myöhempiä ongelmia päihteidenkäytössä. Toisaalta näyttää siltä, että ajoissa aloitettu tehokas hoito mahdollisesti vähentää riskiä päihdehäiriölle. (Kosola ym. 2018.)

Hyvin nuorena aloitetut päihdekokeilut lisäävät riskiä myöhemmille ongelmille päihteiden käytössä. Perheen sisäiset suhteet ja toimintamallit voivat lisätä nuoren riskiä päihteiden käytölle. Vanhempien runsas päihteiden käyttö, heikot vanhemmuustaidot, epäjohtonmukaisuus, perheriidat ja vuorovaikutusongelmat ovat riskitekijöitä nuoren päihteiden käytölle. Suojaavia tekijöitä ovat läheiset suhteet vanhempiin, lämmin ja toimiva vuorovaikutus sekä vanhempien kielteinen asenne alaikäisten päihteiden käytölle. (Kosola ym. 2018.)

Nuorten päihteidenkäyttö liittyy yleensä sosiaalisiin tilanteisiin kavereiden kanssa tai harrastuspiireihin. Kaveripiirin asenteilla ja suhtautumisella onkin merkittävä vaikutus siihen, onko kyseessä nuoren kannalta suojaava- vai riskitekijä. Persoonallisuuspiirteissä on sekä suojaavia tekijöitä, että riskitekijöitä, mutta nämä piirteet eivät itsestään johda päihdeongelmiin. Nuorille voidaan opettaa tunteiden tunnistamista ja hallintaa, sosiaalisia taitoja sekä päätöksen tekoa, jolloin on vielä mahdollista vaikuttaa nuoren persoonallisuuteen. (Kosola ym. 2018.)

4 Ehkäisevä päihdetyö kouluissa

Ehkäisevä päihdetyö (EPT) on osa terveyden, hyvinvoinnin ja turvallisuuden edistämistä. Tavoitteena on ennaltaehkäistä, sekä vähentää päihteiden käytöstä aiheutuvia haittoja päihteiden käyttäjille, heidän läheisilleen, sekä yhteiskunnalle. EPT:n päämääränä on myös ymmärryksen lisääminen päihteiden käytöstä, sekä siihen liittyvistä ilmiöistä ja parantaa ihmis- ja perusoikeuksien toteutumista päihteisiin liittyvissä kysymyksissä. EPT työtä toteutetaan monissa eri muodoissa, mutta sitä yhdistävänä tekijänä on aina työn perustuminen tutkittuun tietoon, sekä tieteelliseen näyttöön päihteiden käytöstä ja sen aiheuttamista haitoista. (THL 2023c.)

EPT:n perustana on Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015), joka on astunut voimaan 1. joulukuuta vuonna 2015. Ehkäisevä päihdetyö on laissa määritelty tarkoittamaan toimintaa, jolla vähennetään päihteiden käyttöä ja siitä aiheutuvia terveydellisiä, sosiaalisia ja yhteiskunnallisia haittoja. Ehkäisevään päihdetyöhön kuuluu lain mukaan alkoholi-, tupakka-, huume- ja rahapelihaittojen, sekä päihtymiseen käytettävien lääke- ja muiden aineiden käyttöön liittyvien haittojen ehkäisy. (Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 523/2015 2.) Laissa säädetään, että kunta huolehtii ja organisoii tarpeen mukaista ehkäisevää päihdetyötä ja nimeää tehtävästä vastaavan toimielimen. Näin ollen päävastuu ehkäisevästä päihdetyöstä kuuluu kunnille. Hyvinvointialue tukee alueen kuntia ehkäisevän päihdetyön toteutuksessa ja kehittämisessä, ja huolehtii sosiaali- ja terveystalouksissa niiden tehtävien toteutumisen. Kunnan tulee lisäksi lain mukaan esittää ja edistää ehkäisevän päihdetyön toimia hallinnossaan, esimerkiksi nuoris- ja sivistystoimissa. Lain mukaan ehkäisevää päihdetyötä tulee toteuttaa yhdessä eri toimijoiden kanssa, kuten viranomaisten ja yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa, jotka ovat erityisesti mukana ehkäisevässä päihdetyössä ja sen tukemisessa. Näin ollen laki asettaa raamit ja velvoitteet ehkäisevälle päihdetyölle. (Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 523/2015 5.)

4.1 Päihdekasvatus ja sen toimintaympäristöt

Päihdekasvatuksella tarkoitetaan päihteiden käyttöön liittyvää kasvatustyötä, joka tähtää ehkäisevän päihdetyön tavoin väestön terveyden ja hyvinvoinnin kokonaisvaltaiseen edistämiseen (EHYT Ry 2023). THL:n (2023a) mukaan päihdekasvatuksessa opetellaan taitoja, jotka auttavat huolehtimaan yksilön omasta ja muiden hyvinvoinnista, vaikuttamalla yksilön altistaviin- ja suojaaviin tekijöihin.

Päihdekasvatuksessa annetaan ikä- ja kehitystasoisesti sopivaa tietoa päihteiden käytöstä ja rahapelaamisesta, niiden seurauksista, sekä niiden esiintymisestä omassa ikäluokassaan. Opetettavat taidot, kuten vuorovaikutus- ja tunnetaidot tukevat yksilöiden kykyä selvitä haastavissa elämäntilanteissa ilman päihteiden, tai rahapelaamisen tarvetta. Tarkoitus on myös vahvistaa yksilöiden kykyä käsitellä sosiaalista painetta ja kykyä tarkastella kulttuurisia normeja kriittisesti, näitä voidaan tukea vahvistamalla lasten ja nuorten itsenäistä ajattelua, ongelmanratkaisukykyä ja tunteiden tunnistamista, sekä hallintaa. (THL 2023a.)

Päihdekasvatusta voidaan tehdä erilaisissa ympäristöissä ja sitä aletaan toteuttamaan jo varhaiskasvatuksessa ja jatketaan läpi koulu ja oppilaitosajan. Nuorisotoimi, sekä sosiaali- ja terveystyö toteuttavat myös päihdekasvatusta. On tärkeää nähdä päihdekasvatus lasten- ja nuorten näkökulmasta, jolloin voi ajatella kaikkien aikuisten olevan oman esimerkkinsä kautta kasvattajia, ilman työtehtävän mukaista auktoriteettiasemaakin. (EHYT Ry 2023.)

Päihdekasvatusta suunniteltaessa on erityisen tärkeää kiinnittää huomiota siihen mikä on kohderyhmän ikä- ja kehitystaso. Ikätasoon sopimaton tyyli toteuttaa päihdekasvatusta voi pahimmillaan lisätä kiinnostusta päihteisiin ja niiden kokeiluun. Myöskään pelotteluun perustuva päihdekasvatus ei ole hyvää kasvatusta. Päihteistä ja rahapelaamisesta käsiteltäessä tulee muistaa sensitiivisyys ja huomioida aiheen saattavan koskettaa läheisesti lapsen, tai nuoren arkea. (Opetushallitus 2024a.) THL (2023a) mukaan hyvä

päihdekasvatus perustuu vuorovaikutukseen. Pelkästään yksisuuntaiseen tiedon jakoon perustuvan päihdekasvatus ei ole yhtä vaikuttavaa.

Vuorovaikutteisessa päihdekasvatuksessa lapsille ja nuorille tarjotaan mahdollisuus mietiskellä, kyseenalaistaa, sekä harjoitella uusia ikä- ja kehitystasoisia taitojaan, aktiivisen toimijan roolissa.

Jatkuvuus on perusta vaikuttavalle päihdekasvatukselle. Jatkuvuudella tarkoitetaan, että sitä toteutetaan säännöllisesti eri toimijoiden toimesta ja sillä tavoitetaan jokainen lapsi ja nuori. (THL 2023a). Kouluissa toteutettava ehkäisevä päihdetyö on jatkumoa varhaiskasvatuksessa aloitetulle työlle (STM 2015, 57). Systemaattisesti koulujen- ja oppilaitosten arjessa toteutettava ehkäisevä päihdetyö on tärkeä osa kuntien ehkäisevän päihdetyön kokonaisuutta. (THL 2023a.)

4.2 Päihdekasvatus Elisenvaaran yhtenäiskoulussa

Elisenvaaran yhtenäiskoulun päihdekasvatus on perustunut toimeksiantajan mukaan opetussuunnitelmaan ja terveystiedon oppiaine kirjaan ”Lähde”. Lähde 7–9 Terveystieto teoksessa päihdekasvatuksen aihealueita ovat kappale kolme, jossa käsitellään mielen hyvinvointia, sekä tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Kappaleeseen viisi, päihteet ja riippuvuudet, sisältyvät tupakkatuotteet, alkoholi sekä huumeet (Suviranta ym. 2022.) Soveltuvien osien Elisenvaaran yhtenäiskoulun päihdekasvatus on perustunut Pöytyän kunnan mielenterveys- ja päihdesuunnitelmaan 2021–2025.

Pöytyän kunnan mielenterveys- ja päihdesuunnitelman mukaisesti koulussa on toteutettu kolmen vuoden välein paikallisena laaja-alaisena yhteistyönä Camera obscura- arvokasvatustapahtuma, joka perustuu kokemosoppimiseen.

Tapahtumassa on vaihtuvia painopisteitä ja edellisellä kerralla on painotus ollut nuuskan haitoissa. Koulussa on ollut ennen korona aikaa savuttomat seiskat-toimintamalli. Toimintamallia kehitellään uudelleenlaiseksi, jossa tullaan huomioimaan myös nuuskan käyttö. Toimintamallin nimi tulee jatkossa olemaan ”Nikotiinittoman nuoret”. Ehkäisevässä päihdetyössä on ollut mahdollista

hyödyntää Ankkuritoimintaa tarpeen mukaan arvokasvatuksessa ja päihdeaiheisten tuntien pitämisessä ja he käyvät kouluilla vuosittain. (Pöytyä 2021, 20.) Ankkuritoiminta on moniammatillinen tiimi, jossa työskentelee poliisi, sosiaalityöntekijä ja psykiatrinen sairaanhoitaja. Toiminta kohdistuu nuorten hyvinvoinnin edistämiseen ja rikosten ehkäisyyn varhaisessa vaiheessa. Pöytyä kuuluu Loimaan poliisilaitoksen toiminta-alueeseen. (Pöytyä, 2024)

5 Vaikuttavan päihdekasvatuksen sisällöt

Lasten ja nuorten vaikuttavan päihdekasvatuksen keskeiset sisällöt liittyvät yksilöä päihteidenkäytöltä ja rahapelaamiselta suojaavien tekijöiden vahvistamiseen. Suojaavia tekijöitä ovat; itsenäisen ja kriittisen ajattelun harjoittelu, taidot ongelmanratkaisuun, itsetunnon- ja sosiaalisten taitojen vahvistamiseen sekä tunteiden tunnistamiseen ja hallintaan. Näiden taitojen tiedetään vähentävän yksilön myöhemmissä elämänvaiheissa päihdeongelmien syntymistä. (OPH 2024a; THL 2023a.; THL 2023c.)

Tietosisällöt päihdekasvatuksessa ovat eri päihteet, nikotiini- ja tupakkatuotteet, sekä rahapelaaminen. Tietoa annetaan käyttöön liittyvistä riskeistä ja vaikutuksista, etenkin lyhyen aikavälin vaikutuksista. Tiedetään, että nuoret eivät yleensä koe pitkän aikavälin vaikutuksien koskevan itseään. Tietosisältöjä koskevat normi- ja arvokasvatus on keino vaikuttaa nuorten asenteisiin ja aikeisiin päihteiden- ja rahapelaamisen käyttöön liittyen. Keinot suojautua ongelmatilanteilta, sekä taito hakea apua päihteisiin liittyviin ongelmatilanteisiin, kuten riippuvuuteen ovat myös osa tietosisältöä. (THL 2023a.)

5.1 Tunne- ja vuorovaikutustaitojen vahvistaminen

Tunteet luovat taustan kaikelle vuorovaikutukselle ihmisten välillä. Tunteet vaikuttavat ihmissuhteiden laatuun, ihmissuhteiden pysyvyyteen sekä niiden mielekkyyteen. Tunteet ovat yksi viestinnän muoto. Tunnetaitoja opitaan vuorovaikutuksessa, sillä ilman vuorovaikutusta tunteita ei voida omaksua pelkän tiedollisen oppimisen kautta. Tunnetaitojen opettelu vahvistaa itsetuntemusta. Itsetuntemus vahvistuu harjoittelemalla itsehavainnointia ja reflektointia. Harjoittelun avulla omien tunteiden nimeäminen, tunnistaminen, erottelu, arviointi sekä säätely kehittyvät ja niiden hallinta helpottuu. Omien tunteiden tiedostaminen ennustaa sosiaalista pätevyyttä, hyviä sosiaalisia taitoja ja muiden ihmisten hyväksyntää. Tunteiden tunnistaminen ja niiden käsitteleminen luo hyvinvointia sekä edistää terveyttä. Hyvät tunnetaidot

vaikuttavat muun muassa sosiaaliseen kyvykkyyteen, taitoon auttaa muita, omaan kykyyn pyytää apua, omaan ratkaisuntaitokykyyn, aikuisiän terveyteen sekä päihteiden käytön määrään. Tunnetaitojen oppimisessa aikuisen malli on merkityksellinen. Tunnetaitoja voidaan harjoitella esimerkiksi myötätunnon ja empatian kokemusten kautta. (OPH 2024b.)

5.2 Alkoholi

Suomen eniten käytetty päihde on alkoholi. Alkoholin haittojen vuoksi saatavuuden sääntely tapahtuu lainsäädännöllä. Alkoholijuomat ovat etanolipohjaisia juomia ja etanoli on keskushermostoa lamaava aine. Välittöminä vaikutuksina alkoholin nauttimisesta seuraa motoriikan heikentymistä sekä huonontunutta harkintakykyä. (EHYT Ry 2024a.)

Alkoholilain mukaan alkoholijuomien vähittäismyynti ja anniskelu sekä niiden välittäminen on kielletty alle 18- vuotiaille. Väkevien alkoholijuomien vähittäismyynti on kielletty alle 20- vuotiaille. (Alkoholilaki 2017/1102, 5:37.)

Lapsille ja nuorille alkoholi on erityisen haitallista, koska aivojen kehitys on voimakkaimmillaan lapsuudessa ja nuoruudessa. Alkoholi voi aiheuttaa pysyviä vaurioita kehittyviin aivoihin. Alkoholi aiheuttaa nuorille myös herkemmin riippuvuutta. Useista tutkimuksista käy ilmi, että mitä aikaisemmin alkoholia alkaa käyttämään, sitä suurempi riski on myöhemmässä vaiheessa ongelmakäyttöön. (EHYT Ry 2024a.)

5.3 Rahapelaaminen

Rahapelaamisella viitataan kaikkiin erilaisiin peleihin, joissa mukana on rahaa. Pelaamisessa voittaminen tai häviäminen liittyy rahaan tai on muuten rahan arvoista. Suomalaiset pelaavat rahapeleistä eniten lottoa, rahapeliautomaatteja sekä raaputettavia arpoja. Rahapelien pelaaminen perustuu usein onneen. Sattumalla ja hyvällä tuurilla on mahdollisuus voittoihin. Rahapelien pelaaminen on helpottunut ja tarjonta on laajentunut. Tämän mahdollistaa kehittynyt

teknologia ja rahapeliin pelaaminen on mahdollista myös netissä. Rahapeleissä Suomessa on 18 vuoden ikäraja perustuen arpajaislain (2001/1047 3.) muutokseen vuonna 2010. Muutoksen taustalla oli tutkimustietoa siitä, että rahapelaamisen varhain aloittaneet ovat suuremmassa vaarassa myöhemmille ongelmille ja ongelmapelaamiselle. (Nuortenlinkki 2024.) Uusia haasteita lasten ja nuorten rahapelihaittojen ehkäisyyn tuo rahapelielementtien siirtyminen digipeleihin. Lapsilla ja nuorilla hämärtyy rahaja digipelien raja, joka asettaa omat haasteensa ehkäisevään pelikasvatukseen. (OPH 2024a.)

5.4 Tupakka- ja nikotiinituotteet

Tupakkalaissa (2016/549 2.) tupakkatuotteella tarkoitetaan tupakasta (Nicotiana) kokonaan, tai osittain valmistettua tuotetta. Tupakkatuotteita on erilaisia, kuten poltettavia, imeskeltäviä, nuuskattavia, tai purtavia tuotteita ja ne kaikki ovat kiellettyjä alle 18-vuotiailta. Tupakkalain 2. pykälässä luokitellaan kaikki erilaiset tupakkatuotteet. Tupakkalaissa säädetään myös sähkösavukkeista ja nikotiinipusseista, vaikka ne eivät sisällä tupakkaa (EHYT Ry 2024b).

Kaikki tupakka- ja nikotiinituotteet ovat terveydelle haitallisia. Niissä käytetty nikotiini aiheuttaa voimakasta riippuvuutta ja on myrkyllinen kemikaali. (THL 2024.) 2000-luvulla nuorten tupakointi on vähentynyt, mutta sitä korvaamaan on tullut uusia nikotiinivalmisteita. Poikien keskuudessa nuuskan käyttö on lisääntynyt viime vuosina ja on oletettavaa, että nuuskan kaltaisten nikotiinipussien hankinta on helppoa nuorille (OPH 2024a.) Alaikäisten keskuudessa sähkötupakan käyttö on lisääntynyt ja ilmiö näkyy voimakkaasti oppilaitoksissa ja erilaisissa sosiaalisen median alustoilla (EHYT Ry 2024c).

5.5 Huumausaineet

Huumausainelaki (373/2008) säätelee mitä aineita pidetään Suomessa huumeina. Suomen huumausainelainsäädäntö perustuu Sosiaali- ja terveysministeriön päätöksellä YK:n huumausaineyleissopimukseen (1961), joka sisältää listan aineista ja valmisteista, jotka on kielletty terveydelle vaarallisina ja joita käytetään huumausainetarkoituksiin (Sosiaali- ja terveysministeriön päätös huumausaineista ja huumausaineen valmistuksessa käytettävistä aineista 1709/1993). Lisäksi kaikki muut aineet, jotka on tunnistettu terveydelle vaarallisiksi ja niitä käytetään huumausainetarkoituksiin, voidaan luetella kiellettyjen aineiden listalle. Suomessa (Huumausainelaki 373/2008).

Päihdekasvatuksessa on tärkeä keskittyä huumausaineisiin, jotka oikeasti koskettavat oppilaita eniten, vaikka laittomat huumeet aiheena herättävät nuorissa mielenkiintoa (THL 2023a). THL:n kouluterveyskyselyn (2023) mukaan Pöytyällä nuoret ovat käyttäneet/kokeilleet kannabista (16,2 %) ja kokeillut laittomia huumeita ainakin kerran (16,6 %).

5.6 Kannabis

Kannabiksen sisältämät kannabioidit mahdollistavat sen lääkinnällisen ja päihdyttävän vaikutuksen. THC on psykoaktiivinen aine ja keskeisin päihtymisen kannalta ja CBD on lääkinnällisen vaikutuksen kannalta keskeinen kannabioidi. Kannabiksen ja alkoholin käyttöön liittyy samankaltaisia sosiaalisia syitä ja käyttö tapahtuu usein yhdessä muiden kanssa. Käytöllä tavoitellaan yhteisöllisyyden tunteen lisääntymistä, hyvää oloa, sekä rauhoittavia ja tajuntaa laajentavia vaikutuksia. Kannabiksen käytöllä on, sekä välittömiä, että pitkäaikaisia haittavaikutuksia. Runsaalla ja pitkäaikaisella käytöllä on kohonnut riski riippuvuuden, sekä masennuksen ja psykoosin kehittymiseen. Kannabiksen käyttö ja kokeilut ovat Suomessa yleistyneet, etenkin nuorilla aikuisilla ja se on suomalaisten eniten käyttämä huumausaine. (EHYT ry 2024d.)

6 Kehittämistyön toteutus ja menetelmät

6.1 Kehittämistoiminta konstruktivistista mallia mukaillen

Kehittämistoiminta on aikaan, paikkaan ja kontekstiin sidottua prosessinomaista toimintaa. Kehittämistoiminnan tavoitteena on yhteistyöllä saavuttaa työelämälähtöisen konkreettisen asian tai toiminnan muutos. Kehittämisessä hyödynnetään jo olemassa olevaa tietoa, sekä tuotetaan lisää oleellista tietoa käyttäen apuna erilaisia tutkimuksellisia menetelmiä, kuten haastatteluja ja kyselyjä. Tavoitteen saavuttamiseksi on kehittämisen kohde rajattu ja toiminta on perusteltua, vaiheistettua, suunnitelmallista, tavoitteellista ja tuotoksen hyödyntämiseen perustuvaa yhteistoimintaa. (Salonen ym. 2017, 29, 34–35.)

Kehittämistoiminnan etenemistä voidaan hahmottaa perinteisesti kahden prosessimallin avulla. Linearisessa mallissa vaiheet etenevät suoraviivaisesti alusta loppuun. Spiraalimallissa puolestaan eteneminen kuvataan syklisenä jatkumona, jossa kehittämistoiminnan vaiheet muodostavat kehän. Uusia kehiä muodostuu jatkumona, kun edellisen vaiheen tuotosta arvioidaan uudelleen, sillä mallissa reflektiivisyys, vuorovaikutus ja arviointi ovat avainasemassa. (Salonen 2013, 15.)

Kahden perinteisen prosessimallin rinnalle Salonen (2013,16) on kehittänyt konstruktivistisen mallin, jossa on yhdistetty kehittämistoiminnan logiikka ja kahden edellä mainitun perinteisen mallin vahvuudet. Mallissa painottuu osallistava ja yhteisöllinen näkökulma, toimintaa ohjaa sosiaalipedagoginen työote. Kehittämisprosessin aikana pysähdytään refleктоimaan kehittämistoimintaa, sekä tehdään tarvittaessa muutoksia tasavertaisen ja vuorovaikutteisen keskustelun avulla, suunnaten työskentelyä eteenpäin.

Konstruktivistinen malli sisältää seitsemän eri työvaihetta, jossa ensimmäiset aloitus- ja suunnitteluvaiheet etenevät lineaarisesti, toteutusvaiheessa esi-, työstö-, tarkistus- ja viimeistelyvaihe etenevät spiraalisesti valmiiseen tuotokseen, eli päätösvaiheeseen. (Salonen 2013, 16–20.)

6.2 Dialoginen kehittämiskeskustelu

Suunnitteluvaiheessa edistääksemme keskustelua, käytimme menetelmänä dialogista keskustelua. Dialogisella keskustelulla tavoitellaan yhteistä ymmärrystä, suoran ja avoimen keskustelun avulla. Menetelmässä erilaisille näkemyksille tarjotaan keskustelussa tilaa, hyväksyen ettei kenenkään näkemys ole kokonainen totuus, vaan tilannetta tutkitaan yhdessä.

Organisaatioiden kehittämistyössä dialogisuus auttaa löytämään uusia tapoja toimia muutoksissa. Onnistuessaan dialogi motivoi osallistujia käyttämään luovuuttaan ja osaamistaan kehittämistyössä. (Salonen ym. 2017, 61.)

6.3 Kyselytutkimus kehittämismenetelmänä

Kyselyt ovat yksi eniten käytetty määrällisen tutkimuksen menetelmä tiedonkeruussa. Menetelmänä kyselyt ovat tehokkaita ja nopeita, jotka tuottavat numeroihin perustuvia tuloksia. Etuna kyselytutkimuksissa on, että niillä voidaan kerätä laajaa aineistoa suurelta joukolta ihmisiä. Erilaisten ilmiöiden ja aiheiden tutkimukseen kyselyt ovat hyvin soveltuvia. Kyselyiden heikkoutena on tiedon pinnallisuus sekä vastaajien suhtautuminen kyselytutkimukseen. Vastaajien tietoisuus tutkitusta aiheesta vaikuttaa myös pinnallisuuteen. (Ojasalo ym. 2014, 121–122.)

6.4 Työpaja kehittämismenetelmänä

Työpajaa menetelmänä voidaan toteuttaa tapaamisena, tapahtumana tai seminaarina. Erilaisten vuorovaikutuksellisten menetelmien ja välineiden kautta työpajaan osallistujat saatetaan yhteistoimintaan. Yhteistoiminnan tarkoituksena on osallistujien mielipiteiden, ajatusten, tietojen, näkemysten ja ideoiden vaihto yhdessä keskustellen ja toimien. (Salonen ym. 2017, 63.)

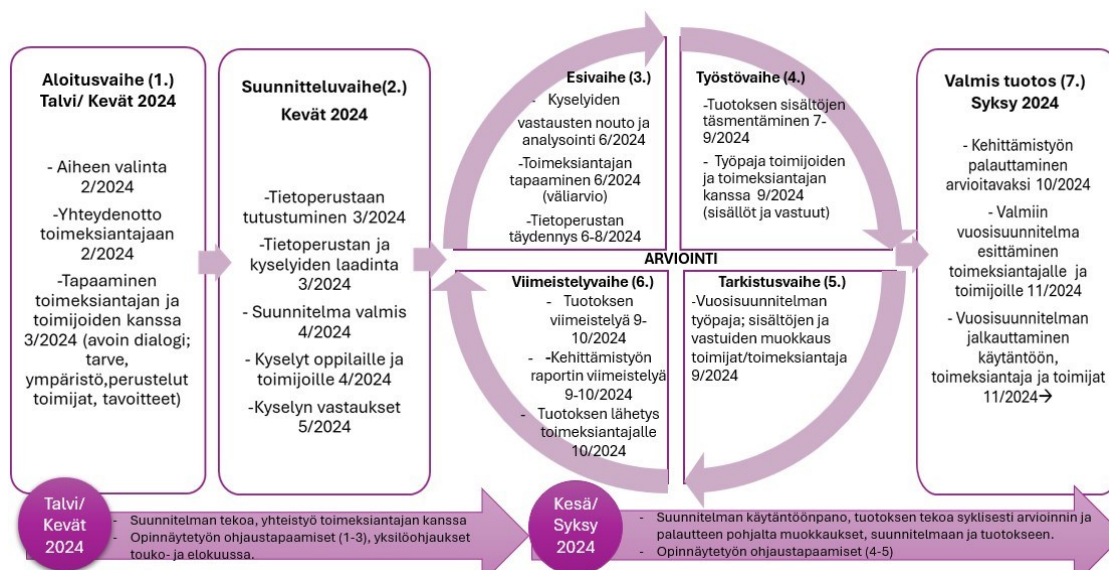
6.5 Seinätekniikka kehittämismenetelmänä

Kari Saaren-Seppälän kehittämä seinätekniikka on suunnittelutyössä asioiden kuvaamiseen sovellettava menetelmä. Seinätekniikan tiedetään lisäävän yhteistoiminnassa osallistujien aktiivisuutta ja luovuuden käyttöä, menetelmä parantaa siis suunnittelun laatua. Menetelmän avulla kuvataan paperin ja eri värien avulla haluttu asia seinälle. Menetelmän etuna on se, että yhteistoiminnalla syntyvä tuotos on koko työskentelyn ajan kaikkien nähtävillä. Tällöin virheitä syntyy vähemmän ja ne on helppo havaita ja korjata varhaisessa vaiheessa. Menetelmä mahdollistaa myös suunnitelmien helpon muutoksen ja korjauksen. Menetelmän huonona puolena voidaan nähdä sen tilantarve ja suunnitelman esilläpito, jos riskinä tiedon päätyminen ulkopuolisille. (Virkki & Somerniemi 2000, 106–107.)

7 Kehittämistyön prosessin kuvaus

7.1 Kehittämistyön aikataulu ja eteneminen

Mukailimme kehittämistyömme etenemisprosessissa Salonen ym. (2017) ja Salonen (2013) mukaista konstruktivistista mallia (Kuvio 1.), jonka mukaan kehittämistyötä kuvataan seitsemän eri vaiheen prosessina.



Kuvio 1. Kehittämistyön etenemisprosessi ja aikataulu

Aloitimme työskentelyn aloitusvaiheesta (1), kehittämistarpeiden tunnistamisella, perusteluilla ja ideoinnilla (Salonen 2013, 17; Salonen 2017, 54). Emme itse työskentele toimeksiantajalla, joten tietomme kehittämistarpeista perustui heidän näkemyksiinsä. Aiheen valinnan jälkeen otimme sähköpostitse yhteyttä toimeksiantajaan ja sovimme tapaamisen. Näkemysten kuulemista varten kokoonnuimme kehittämistyömme toimeksiantajan ja toimijoiden kanssa Elisenvaaran yhtenäiskoululla. Tapaamisella keskustelimme dialogisesti kehittämistyön toimintaympäristöstä, sekä toimeksiantajan tarpeista, toiveistaan ja tavoitteistaan päihdekasvatuksen kehittämiseen liittyen. Aloitusvaiheessa teimme myös aiheen rajausta, koska koko oppilaitoksen päihdekasvatuksen suunnittelu olisi ollut liian laaja toteuttaa.

Aihe rajautui konkreettiseen vuosikelloon. Teimme jokaisesta tapaamisesta muistiinpanot, joita hyödynsimme työskentelyn eteenpäin suuntaamisessa.

Tämän jälkeen siirryimme suunnitteluvaiheeseen (2), jossa keräsimme aineistoa ja tietoperustaa kehittämistyöllemme. Pehdyimme nuoruuteen ikävaiheena päihdekasvatuksen näkökulmasta, sekä ehkäisevään päihdetyöhön, jotta voimme luoda käsiteltävät aihealueet päihdekasvatuksen vuosisuunnitelmaan. Syvennyimme myös kehittämistyön metodeihin ja valitsimme menetelmiä kehittämistyön toteuttamisen tueksi. Laadimme kyselyt kokoamamme tietoperustan pohjalta. Tuotoksen sisältöalueet vastaavat Opetushallituksen (2024a,) sekä THL:n (2023b.) suosituksia vaikuttavan päihdekasvatuksen sisällöistä. Toimijoille suunnatulla kyselyllä kartoitimme heidän aikataulullisia resurssejansa päihdekasvatuksen toteuttamiseen. Kyselyllä halusimme myös eri toimijoiden näkemykset siihen, mitä aihealuetta kukin mieluiten toteuttaisi. (Liite 2.) Oppilaille suunnatulla kyselyllä halusimme kartoittaa heidän toiveitaan ja tarpeitaan päihdekasvatukseen liittyen (Liite 3.).

Kehittämistyön toteutus (3–6), eteni syklisesti, jolloin havaintojen ja reflektion perusteella tehtiin työn uudelleen suuntausta ja arviointia (Salonen ym. 2017, 54). Vaiheistimme toteutusvaiheen mukailen Salonen (2013, 54) konstruktivistista mallia; esi-, työstö-, tarkistus- ja viimeistelyvaihe. Koimme toteutuksen vaiheistuksen selkeyttäneen omaa toimintaamme. Esivaiheessa analysoimme teettämiemme kyselyiden tulokset, joiden pohjalta laadimme alustavia sisältöjä tuotokseemme. Alun perin ajatuksenamme oli koota vuosisuunnitelma kyselyiden tulosten pohjalta. Luonnostelimme jo suunnitelmaa tämän ajatuksen perusteella, mutta ymmärsimme nopeasti, että meidän on mahdotonta tehdä vuosisuunnitelma irrallisena kehittämistyön toimijoista. Muutimme suunnitelmaa ja päädyimme suunnittelemaan työpajan, jossa toimijat saavat itse osallistua vuosisuunnitelman tekemiseen. Esivaiheessa tapasimme toimeksiantajan ja teimme väliarviota dialogisesti keskustellen kehittämistyön etenemisestä ja annoimme kehittämistyön suunnitelman hänelle kommentoitavaksi.

Työstövaiheessa (4.) pidimme suunnittelemamme Päihdekasvatuksen suunnittelu- työpajan, jossa toimijoiden, toimeksiantajan ja meidän välistämme yhteistoimintaa käynnisteltiin dialogisella keskustelulla ja seinätekniikkaa hyödyntäen. Seinätekniikan avulla saimme suunnitelman kaikkien osallistujien nähtävälle, jolloin yhteistoiminnalla sitä muokattiin ja aikataulutettiin osallistujien toiveiden mukaisesti (Virkki & Somermeri 2000, 106–107). Työpajaan osallistui lisäksi toimeksiantaja ja osa toimijoista; terveystiedon opettaja, koulukuraattori ja etsivä nuorisotyöntekijä. Koulunuorisotyöntekijä vaihtui kehittämistyömme aikana, uusi koulunuorisotyöntekijä ei valitettavasti päässyt osallistumaan työpajaan. Työpajatyöskentely mahdollisti ajatusten, ideoiden ja näkemysten jakamisen keskustellen (Salonen ym. 2017, 63) Valmistauduimme työpajaan koostamalla kyselyiden tuloksia ja tekemällä vuosiluokittain pohjat suunnitelmille. Toimijoille teimme ammattinimikekohtaiset Post-it- laput, jotka vastasivat heidän ennalta ilmoittamiaan resursseja. Olimme tehneet Post-it- lapuille myös aihealueet valmiiksi kokoamme tietoperustan ja kyselyiden vastausten perusteella. Oppilaille teetettyjen kyselyiden vastauksista nostimme esiin heidän toivomiaan aihealueita. Toivottuja ja tarpeelliseksi koettuja aihealueita olivat itsetunnon vahvistaminen ja tunnetaidot. Koulun resurssit päihdekasvatukseen ovat rajalliset, eikä jokaiselle kuukaudelle ollut toimijaa Ehdotimme yhdeksi toimijaksi Ankkuri-tiimiä, koska Pöytyän kunnan ajantasaisen Mielenterveys ja päihdetyön suunnitelman mukaan heitä voi tarvittaessa osallistaa oppilaitosten päihdekasvatuksessa (Pöytyä, 2021). Tämä jätettiin yhteisen keskustelun myötä pois suunnitelmasta. Keskustelun pohjalta nousi kuitenkin lisää toimijoita vuosisuunnitelmaan, kuten tukioppilaat, 5. ja 6.- luokan luokanopettajat ja Pöytyän kunnan nuorisopalvelut ja seurakunta. Nämä lisättiin työpajassa vuosisuunnitelmaan. Työpajan päätteeksi käydyn kokoavan keskustelun pohjalta, tehtiin päätös muuttaa vuosikello vuosisuunnitelmaksi toimeksiantajan ehdotuksesta.

Työpajan pohjalta aloitimme tuotoksen tekemisen, jokainen työpajaan osallistunut pääsi vaikuttamaan yhteistoiminnan kautta vuosisuunnitelman sisältöjen ja vastuualueiden ajankohtiin. Kehittämistyön tuotoksena laadimme päihdekasvatuksen vuosisuunnitelman vuosiluokittain.

Tarkistusvaiheessa (5.) Teimme täydennyksiä kehittämistyön raporttiimme työpajassa esiin nousseiden asioiden, sekä saamamme palautteen perusteella. Saimme työpajassa toimeksiantajalta korjausehdotuksia kehittämistyön raporttiimme, jotka teimme hänen toiveidensa mukaisesti. Työpajan päätteeksi saimme toimijoilta, sekä toimeksiantajalta vahvistuksen päihdekasvatuksen vuosisuunnitelman olevan valmis viimeistelyvaiheeseen. Tarkistusvaiheen arvioinnin lisäksi, olemme koko kehittämisprosessin ajan reflektoineet työskentelyämme ja olemme tehneet tarvittavia muutoksia suunnaten työskentelyä eteenpäin (Salonen 2013, 16).

Viimeistelyvaiheessa (6.) Salonen (2013, 18) mukaisesti hioimme ja viimeistelimme kehittämistyön tuotosta- ja raporttia. Tuotoksen viimeistelimme tekniseen muotoon, ottaen toimeksiantajan toiveet muokattavuudesta ja selkeydestä huomioon. Toimitimme valmiin tuotoksen toimeksiantajalle, jotta voimme huomioida hänen viimeistelytoiveensa vuosisuunnitelmalle.

Viimeinen vaihe, valmis tuotos (7.) Palautimme kehittämistyön raporttimme arvioitavaksi ja esittelemme valmiin tuotoksen toimeksiantajalle, heidän toivomassaan aikataulussa marraskuussa 2024. Tämän vaiheen kannalta Salonen (2017, 66) mukaan oleelliset asiat, eli tuotoksemme käyttöönotto, levittäminen ja juurruttaminen jäävät toimeksiantajan vastuulle, sillä kehittämistyömme päättyy Päihdekasvatuksen vuosisuunnitelman esittelyn jälkeen. Koko työskentelyn ajan huomioimme toimeksiantajan ajatuksen, siitä että tuotosta voidaan hyödyntää Pöytyän kunnan muissakin kouluissa. Tuotoksen esittämisessä otamme huomioon edellä mainitut ja esityksen päätteeksi käymme yhdessä toimeksiantajan kanssa läpi, miten he voivat muokata tuotosta toimimaan Pöytyän kunnan eri yksiköissä.

7.2 Toimijoille tehdyn kyselyn tulokset

Eri toimijoille teetetyn kyselyn perusteena oli kartoittaa resurssit, miten he pystyvät vuositasolla osallistumaan päihdekasvatukseen koulussa ja mitkä aihealueet olisivat lähinnä heidän osaamistaan. Kyselyssä tiedusteltiin myös

mahdollisia haasteita päihdekasvatusta toteutettaessa. Kyselyistä kävi ilmi eri toimijoiden hyvin erilaiset resurssit sekä epätietoisuus päihdekasvatuksen vastuu alueista, suunnitelmallisuudesta ja päihdekasvatuksen jatkuvuudesta. Huomioitavaa oli, että opettajien rooli päihdekasvattajina koettiin liian arkisena ja ulkopuolisen toteuttama vaikuttavampana. Toiminnallisuutta korostettiin vaikuttavana päihdekasvatuksena. Päihdekasvatuksen osa-alueet jakoutuivat kyselytulosten perusteella tasa-puolisesti kaikkien toimijoiden kesken.

Kyselyistä ilmeni, että koulun sisällä ainoastaan liikunnan- ja terveystiedon opettajalla ja koulun nuorisotyöntekijällä oli resursseja toteuttaa päihdekasvatusta yläkoulussa. Ulkopuolisista toimijoista etsivä nuorisotyö keskittyy ainoastaan yläkouluun. Ala- ja yläkoulun puolella terveydenhoitaja toteuttaa päihdekasvatusta yksilöllisesti terveystarkastuksien yhteydessä. Vastaava kuraattori keskittyy alakoulun puolelle ja koulun nuorisotyöntekijällä oli resursseja myös alakoulun puolella toteutettavaan päihdekasvatukseen.

7.3 Oppilaille tehdyn kyselyn tulokset

Kyselyiden avulla halusimme osallistaa oppilaat osaksi kehittämistyötämme. Tavoitteena oli saada tietoa siitä, mistä päihdekasvatuksen aihealueista oppilaat tahtovat lisää tietoa, tai taitojen vahvistusta. (Taulukko 3.)

Taulukko 3. Kysely 5.–9.- luokkalaisille.

	5 lk.	6 lk.	7 lk.	8 lk.	9 lk.
Tupakkatuotteet	16,9 %	13,3 %	40,5 %	34,2 %	53,6 %
Alkoholi	9,8 %	8,6 %	24,3 %	18,4 %	53,6 %
Huumeet	12,8 %	12,4 %	43,2 %	42,1 %	71,4 %
Rahapelaaminen	17,8 %	9,5 %	18,9 %	31,6 %	35,7 %
Tunnetaidot	2,7 %	8,6 %	21,6 %	15,8 %	39,3 %
Itsetunnon vahvistaminen	2,7 %	9,5 %	46,0 %	23,7 %	35,7 %

Vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot	0 %	4,8 %	35,1 %	21,1 %	39,3 %
Medialukutaito	1,8 %	7,6 %	13,5 %	13,6 %	28,5 %
Riippuvuudet	14,2 %	14,3 %	51,4 %	28,9 %	57,1 %
Vastaajia yhteensä	42	36	37	38	28

Vastausten perusteella voimme todeta, että joka ikäryhmässä vastaajamääristä riippumatta huumeet, riippuvuudet, rahapelaaminen, tupakkatuotteet sekä alkoholi kiinnostavat ja niistä halutaan lisää tietoa. Yläkoulun puolella myös itsetunnon vahvistaminen ja vuorovaikutustaidot kiinnostavat. (Taulukko 3.) Kyselylomakkeiden avoimissa kysymyskohdissa esiin nousi halu saada faktatietoa kyseisistä asioista. Vuosisuunnitelman sisällöissä on vuosiluokittain huomioitu oppilaille teetettyjen kyselyiden analysoinnin pohjalta nousseita heidän tärkeiksi kokemia aiheita, kuten itsetunnon vahvistaminen.

8 Päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma

8.1 Päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma kehittämistyön tuotoksena

Kehittämistyömme tuotoksena syntyi päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma Elisenvaaran yhtenäiskoulun Elisenvaaran yksikölle (Liite 4.). Kehittämistyön tuotoksen tarkoitus oli luoda yhtenäinen, selkeä ja jatkuva päihdekasvatussuunnitelma koulun sisäisille- ja ulkoisille toimijoille. Tuotoksesta jokainen toimija näkee selkeästi omat vastualueensa sekä aikataulun päihdekasvatuksen toteutukseen (Kuva 1.). Tuotos toteutettiin Canva työkalua käyttäen. Tuotos on tehty tulostettavaksi, sekä helposti muokattavaksi vuosittaisia resursseja ajatellen. Tuotoksessa on huomioitu myös visuaalinen näkökulma. Tuotos on tehty Canvan ilmaisversiolla. Canvan ilmaisversio saa tekijänoikeuksien mukaan käyttää kolmansille osapuolille jaettavissa asiakirjoissa (Canva 2024). Jaamme käyttöoikeuden pohjaan toimeksiantajalle. Toimeksiantajalta olemme saaneet tuotoksesta hyvän palautteen.



Päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma
7.-luokka

SYSSLUKUKAUSI:	AIHE:	TOTEUTTAJA:	KEVÄTLUKUKAUSI:	AIHE:	TOTEUTTAJA:
Elokuu	Kaveritaidot	Koulukuraattori	Tammikuu	Uni, liikunta ja ravinto	Terveystiedon opettaja
Syyskuu	Rahapelaaminen, medialukutaito	Terveystiedon opettaja	Helmikuu	Riippuvuudet	Terveystiedon opettaja
Lokakuu	Päihteet/ Media/ Kiusaaminen	Tukioppilaat	Maaliskuu	Nikotiini tuotteet	Terveystiedon opettaja
Marraskuu	Päihteet yleisesti	Etsivä nuorisotyöntekijä	Huhtikuu	Itsetunnon vahvistaminen/ vuorovaikutustaidot	Koulunuorisotyöntekijä
Joulukuu	Mielen hyvinvointi	Terveystiedon opettaja	Toukokuu	Jalkautuva nuorisotyö	Pöytyän kunnan nuorisopalvelut, Pöytyän seurakunta

Koko lukuvuosi:
Kouluterveydenhuolto: Yksilöllinen ennaltaehkäisevä päihdetyö
Nikotiinittomat nuoret

Kuva 1. Päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma 7.-luokalle.

Kehittämistyömme tuotoksessa on huomioitu eri sektoreiden toimijat päihdekasvatuksen toteuttajina. Laki ehkäisevä päihdetyön järjestämisestä (523/2015 5.) korostaa eri tahojen välistä yhteistyötä kokonaisvaltaisen ja ehkäisevän päihdetyön toteuttamiselle. Elisenvaaran yksikössä on aiemminkin toteutettu päihdekasvatusta moniammatillisesti, vaikka heillä ei ole ollut selkeää päihdekasvatus suunnitelmaa. Kehittämistyömme tuotoksessa on huomioitu moniammatillisen verkoston vahvuudet toteuttaa päihdekasvatusta.

8.2 Tuotoksen arviointi

Kehittämistyömme tuotos vastaa kehittämistehtäväämme, joka oli luoda päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma Elisenvaaran yksikköön. Kehittämistyön tavoite lasten ja nuorten terveyden edistämisestä ja päihhteettömyydestä, sekä päihdekokeilujen siirtyminen myöhemmäksi on arvioitavissa vasta myöhemmässä vaiheessa, koska tuotoksemme jalkautetaan käyttöön vasta kehittämistyömme päättymisen jälkeen. Arviomme mukaan tavoitteeseen on mahdollista päästä toteutettaessa vaikuttavaa päihdekasvatusta kehittämistyönä laatimamme vuosisuunnitelman mukaisesti. Arvioimme haasteena tavoitteeseen pääsyyn olevan, ettemme kehittämistyössämme ole päässeet vaikuttamaan valitsemiemme aihealueiden sisältöihin. Toimijoiden vastuulle jää sisällön konkreettinen suunnittelu ja toteutus. Tuotoksemme mahdollistaa kuitenkin jatkuvuuteen perustuvan päihdekasvatuksen, joka on perusta vaikuttavalle päihdekasvatukselle (THL 2023a).

Toimeksiantajan ja muiden toimijoiden resurssien takia, kaikille kuukausille vuosisuunnitelmaan ei löytynyt tekijää, eikä täten niille asetettu aihealuetta. Toimeksiantaja otti vastuun täyttää tyhjät kuukaudet parhaalla katsomallaan tavalla, kuten Ankkuri-tiimiä ja erilaisia teemaviikkoja hyödyntäen. Päätös jättää vuosisuunnitelmaan tyhjiä kohtia antaa toimeksiantajalle vapautta, mutta myös vastuuta. Tämän voi nähdä, sekä hyvänä, että huonona ratkaisuna. Jos olisimme täyttäneet sisällöt valmiiksi, olisi kokonaisuus mahdollisesti yhtenäisempi, mutta se ei ratkaise resurssiongelmaa.

Kehittämistyön tuotoksen arvioinnissa kiinnitetään huomiota tuotoksen helppokäyttöisyyteen, merkitsevyyteen, sovellettavuuteen sekä levitettävyyteen (Ojasalo ym. 2014,47). Kehittämistyömme tuotoksen arvioimme olevan levitettävissä Pöytyän kunnan muihin kouluihin, joissa mahdollista hyödyntää samoja toimijoita. Tuotoksen pohja on muokattavissa vastaamaan kunkin koulun omia tarpeita. Tuotos on konkreettinen työväline, joka helpottaa sen jalkauttamista arjen työhön. Tuotoksen tekemisessä käytetyn Canva työkalun koimme helpoksi ja se mahdollisti ulkoasultaan visuaalisen ja selkeän tuotoksen.

9 Kehittämistyön arviointi

9.1 Toteutuksen arviointi

Kehittämistyössä viimeinen vaihe on arviointi, jonka tarkoituksena on kehittämistyön onnistumisen osoittaminen. Tarkastelun kohteena arvioinnissa on tyypillisesti kehittämistyön suunnittelu, tavoitteet ja niiden saavuttaminen sekä kehittämistyön selkeys. Kehittämistyön aikaisemmissa vaiheissa tehdään arviointia, jonka tarkoituksena on kehittämistyön eteneminen tavoitteita kohti. Väliarvioinnin tavoite on tuottaa palautetta kehittämistyön toimijoille ja kehittäjille. (Ojasalo ym. 2014, 47.) Arvioinnin tehtävänä kehittämistoiminnassa on ohjata kehittämisprosessia. Prosessiarviointi selkeyttää kehittämistoiminnan tavoitteita sekä toimintatapoja. (Toikko & Rantanen 2009, 61.)

Kehittämistyömme aihe oli toimeksiantovaiheessa Elisenvaaran yhtenäiskoulun päihdekasvatuksen toimintamallin luominen ja kehittäminen. Toimeksiantajan ensimmäisen tapaamisen yhteydessä kävi ilmi, että koululla ei ole ollut olemassa olevaa päihdekasvatussuunnitelmaa ja toimeksianto kohdistuu siihen. Päihdekasvatussuunnitelma kokonaisuudessaan, olisi ollut varsin laaja aihe opinnäytetyölle. Tapaamisella käydyn keskustelun pohjalta aihetta rajattiin vastaamaan toimeksiantajan tarpeita ja kehittämistehtäväksi täsmentyi konkreettisen päihdekasvatuksen vuosikellon luominen vuosiluokittain. Meille tuli yllätyksenä, ettemme osallistu toiminnallisesti päihdekasvatukseen, emmekä toimintamallin luomiseen, vaan tehtävänäimme oli tehdä konkreettinen työväline.

Aloitimme tietoperustan kokoamisen perehtymällä ehkäisevään päihdetyöhön ja päihdekasvatukseen. Perehdyimme myös kouluikäisten lasten- ja nuorten eri kehitysvaiheisiin päihdekasvatuksen näkökulmasta. Tarkastelimme kehittämistyön alkuvaiheessa Pöytyän alueen kouluterveyskyselyjä, saadaksemme käsityksen lasten ja nuorten tämänhetkisestä tilanteesta päihteisiin liittyen. Tietoperustaa laatiessa huomasimme aihealueesta löytyvän varsin vähän ajankohtaista kirjallisuutta. Tästä syystä olemme käyttäneet luotettaviksi arvioimiamme internet lähteitä. Ehkäisevän päihdetyön ja

päihdekasvatuksen osalta olemme käyttäneet viranomaislähteitä THL ja OPH, sekä EHYT ry, joka on valtakunnallinen ehkäisevän päihde- ja pelihaittatyön asiantuntijajärjestö (EHYT ry 2024e).

Laadimme alustavan aikataulun kehittämistyön etenemisestä, joka helpotti työskentelyprosessia. Pääosin pitäydyimme aikataulussa, mutta muokkasimme sitä myös tarpeen mukaan. Ajoittain aikatauluhaastetta loi aikataulujen yhteen sovittaminen toimeksiantajan ja myös meidän välillämme erilaisten työtilanteiden vuoksi. Kehittämistyö saatettiin kuitenkin valmiiksi sovitun aikataulun mukaisesti vastaten toimeksiantajan toiveeseen saada valmis tuotos viimeistään syksyllä 2024.

Dialoginen keskustelu menetelmänä toimi meillä onnistuneesti tapaamisilla toimeksiantajan ja toimijoiden kanssa. Käymiemme keskustelujen avulla saimme yhtenäisen käsityksen toimeksiantajan tarpeista ja eri toimijoiden toimintamahdollisuuksista. Keskustelut käytiin kaikkien osapuolien näkemyksiä kunnioittaen ja tilaa keskustelussa tarjottiin kaikille. Yhteisen ymmärryksen saavuttamiseksi käytimme keskusteluissa kokoavia ja ymmärryksen varmistavia kysymyksiä. Onnistuessaan avoin dialogi kannustaa osallistujia luovuuteen ja oman osaamisen hyödyntämiseen kehittämistyössä (Salonen ym. 2017, 61).

Kyselytutkimuksen koimme hyvänä menetelmänä toimijoiden resurssien ja valmiuksien kartoittamiseen. Kyselyssä käytettiin avoimia kysymyksiä, jotka sallivat vastaamisen omin sanoin ja tarjoavat mahdollisuuden tunnistaa omaa motivaatiota päihdekasvatuksen toteuttajana (Hirsjärvi ym. 2014, 201).

Laadimme kyselyn myös oppilaille käyttäen avoimia kysymyksiä ja monivalintakysymystä. Kyselytutkimuksella saimme tietoa oppilailta sisällöistä, joista oppilaat toivovat lisää tietoa ja taitojen vahvistamista päihdekasvatukseen liittyen. Kysely toteutettiin erilaisena ala- ja yläkoulussa (Liite 2(2)). Kyselyn vastauksista huomasimme oppilaiden suhtautuneen kyselyyn eri tavoin motivoituneina. Avoimet kysymykset olivat kehittämistyömme tuotoksen kannalta lopulta turhia. Epähuomiossa alakoululaisille suunnatussa kyselyssä oli monivalintakysymyksessä vastausvaihtoehtona huumeet, jotka eivät kuulu hyvän päihdekasvatuksen mukaisesti vielä alakoululaisten päihdekasvatukseen.

Jälkeenpäin ajateltuna kyselyiden laadintaan olisi pitänyt käyttää enemmän työaikaa ja miettiä enemmän ennakoiden mikä tieto on oleellista tuotoksen kannalta. Toisaalta koimme kuitenkin oppilaille teetetyn kyselyn olleen ainoa mahdollinen keino saada välillisen käyttäjäryhmän tarpeita ja toiveita näkyväksi.

Kehittämistyön edetessä ja tietoperustan valmistuessa ymmärsimme, että emme voi laatia vuosisuunnitelmaa tai aikataulua, vain kyselyiden ja tietoperustan pohjalta, ilman toimijoiden osallistamista. Tämä olisi myös ollut vastoin kehittämistyötämme ohjannutta konstruktivistista mallia, jossa osallisuus ja yhteisöllisyys ovat tärkeässä roolissa (Salonen 2013, 16). Tekemämme havainnon jälkeen aloimme suunnittelemaan vaihtoehtoista kehittämismenetelmää.

Valitsimme menetelmäksi työpajan, jonka avulla saatiin innostettua toimijat ja toimeksiantaja meidän kanssamme yhteistoimintaan, eli luomaan päihdekasvatuksen vuosisuunnitelmaan kuukausittaiset toteuttajat ja heidän aihealueensa. Hyödynsimme yhteistoiminnassa myös seinätekniikkaa, jonka arvioimme olevan toimiva menetelmä, koska se mahdollisti kaikkien osallistumisen ja kokonaisuuden hahmottumisen kaikille samanaikaisesti.

7. LUOKAN PÄIHDEKASVATUKSEN VUOKELLO

VIIKKI	AIHE	VASTUU:	VIIKKI	AIHE:	VASTUU:
SYYSKUU	KANVEI-TALLOT	KURAATTORI	JÄMMIKUU	8. 7. LUOKAN, LUOKKUNTA, RAHVITTO	TERV. TIEDON OPEKKA
LOKAKUU	8. RAHAPELÄMINEN MEDIANLUKUTAITO	TERV. TIEDON OPEKKA	HEMIKKUU	7. RIIPPUVUDET	TERV. TIEDON OPEKKA
NOVAKUU	PÄIHTEET MEDIA KUVAKAMINEN	TUKEI OPLINANT	MALISKUU	7. NIKOTINJI TUOTEET	TERV. TIEDON OPEKKA
JOUKOKUU	7. PÄIHTEET YLEISESTI	ETSIVA NUORISOTYÖ	HUHTIKUU	7. TIE TOIMIJAN VAIKUSTUS / VUOKELLO TAILOT	KOULUN NUORISO TT.
TAMMIKUU	7. MIELIEN HYVINVOINTI	TERV. TIEDON OPEKKA	TOUKOKUU	UJALEKATUVA NUORISOTYÖ	SRK NUORISO-PARLU

Kuva 2 Seinätyöskentelyä työpajassa

Läpi työpajan kävimme avointa dialogia ja teimme osallistujien toivomia muutoksia sisältöihin ja toteuttajiin. Työpaja ja seinätekniikka olivat todella onnistuneet valinnat menetelmiksi. Menetelmien avulla saimme kaikkien osallistujien osallisuuden ja yhteistoiminnan tuloksena valmiin pohjan vuosisuunnitelmalle (Kuva 2.). Työpajan onnistumisen takasi hyvä ennakkoon valmistautuminen.

Kehittämistyömme prosessimallina toimi konstruktivistinen malli. Valinta oli mielestämme toimiva, selkeä ja kehittämistyötä edistävä. Mallissa jatkuvan arvioinnin ja reflektoinnin läsnäolo tukivat kehittämistyömme toivotun lopputuloksen saavuttamista. Ajatus siitä, että työskentelyn ei tarvitse edetä lineaarisesti alusta loppuun, vaan reflektion kautta voidaan työtä suunnata uudelleen, mahdollisti meille idearikkaan ja sallivamman kehittämisotteen. Palautetta saimme prosessin aikana toimeksiantajalta ja kehittämistyötämme ohjaavalta opettajalta. Hyödynsimme ohjaavan opettajan yksilöllisiä väliohjauksia päästäksemme työskentelyssä eteenpäin. Olimme välillä aika hukassa kehittämistyön prosessissa ja yksilöohjauksista saimme työkaluja etenemiseen. Vertaispalautetta emme työskentelyn aikana saaneet, johtuen osittain ryhmämme eri vaiheisista etenemisistä.

Kaiken kaikkiaan olemme tyytyväisiä kehittämistyömme toteutukseen ja tekemiimme valintoihin, sekä kehittämistyön tuotokseen. Olemme mielestämme vastanneet hyvin kehittämistehtävään. Toimeksiantajalta olemme saaneet hyvää palautetta kehittämistyön raportista. Huomasimme kehittämistyölle asettamamme tavoitteen olevan liian laaja ja mahdoton saavuttaa kehittämistyömme aikana. Kehittämistyön tavoitteen saavuttaminen jää toimeksiantajan ja toimijoiden vastuulle. Koemme tuotoksen mahdollistavan tavoitteeseen pääsyn, eli Elisenvaaran yksikön lasten- ja nuorten terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen laadukkaan päihdekasvatuksen toteutumisen kautta. Tavoitteen saavuttamista ja tuotoksen vaikuttavuutta voidaan mitata tulevaisuuden THL:n kouluterveyskyselyn tuloksia tarkastelemalla ja vertaamalla niitä vuoden 2023 kyselyn tuloksiin.

9.2 Ammatillinen kehittyminen ja eettisyys

Kehittämistyössä eettiset säännöt ovat samat, kuin yhteiskunnassa yleensäkin, kun kyseessä on ihmisten välinen vuorovaikutus. Korkea moraali, rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus ovat kehittämistyön tavoitteita, mihin pyritään.

Puhuttaessa kehittämistyöstä, toiminta on aina inhimillistä. Kehittämistyössä mukana olevien toimijoiden on oltava perillä kehittämistyön tavoitteista ja päämäärästä sekä omasta roolistaan kehittämistyön eri vaiheissa.

Työelämälähtöisessä kehittämistyössä olettamuksena on, että työyhteisö on sitoutunut tekeillä olevaan kehittämistyöhön ja sen toteuttamiseen. (Ojasalo ym. 2014, 48–49.)

Kehittämistyössämme eettiset kysymykset nousivat esiin kyselyitä laatiessamme. Päätimme laatia oppilaille anonyymit kyselyt, jotta oppilaita ei voida yksilöidä. Toimijoille suunnatuissa kyselyissä pyysimme ainoastaan ammattinimikkeen. Koko kehittämistyömme ajan olimme huolellisia lähdeviitteissä ja siinä että kirjoitamme viittaukset kunnioittaen tekstin alkuperäistä laatijaa. Kehittämistyömme aikana pidimme toimeksiantajan ajan tasalla kehittämistyön etenemisestä. Kehittämistyön raportti on toimitettu toimeksiantajalle kahdesti prosessin aikana ja hän on vahvistanut asioiden tulleen kirjatuksi, kuten on puhuttu. Varmistimme toimeksiantajalta, saako kehittämistyön tuotoksen julkaista ja hän antoi luvan julkaista Päihdekasvatuksen vuosisuunnitelmat kokonaisuudessaan.

Ammatillisen kehittymisen näkökulmasta koemme kehittyneemme kehittämistyöskentelyssä. Koemme saaneemme paljon uutta tietoa päihdekasvatuksesta teoriassa ja päihdekasvatuksen toteuttamisesta kouluissa. Kehittämistyömme alussa olimme toisillemme täysin tuntemattomia, mutta yhteistyö alkoi sujumaan alusta asti hyvin. Tämän kaltaiset yhteistyötaidot luovat vahvaa pohjaa työelämään työskenneltäessä monimuotoisissa työyhteisöissä sekä moniammatillisissa verkostoissa. Kehittämistyön prosessi on myös kehittänyt meidän kriittistä ajattelukykyämme ja kykyä hyödyntää tutkittua tietoa työskentelyn pohjana.

Lähteet

Aivoliitto 2023. Aivojen kehitys sikiöajasta murrosikään. Viitattu 25.3.2024

<https://www.aivoliitto.fi/aivoterveys/artikkelit/aivojen-kehitys-sikioajasta-murrosikaan/#a7b4ffcd>

Alkoholilaki 28.12.2017/1102

Arpajaislaki 23.11.2001/1047 muutoksineen

Canva. 2024 Canva's Content License Agreement. Viitattu 4.10.2024

<https://www.canva.com/policies/content-license-agreement/>

Diakonissalaitos 2023. Nuorten huumekuolemat saatava vähenemään- keinoja on olemassa. Oy. Suomen Tietotoimisto. Viitattu 17.6.2024.

<https://www.sttinfo.fi/tiedote/70019544/nuorten-huumekuolemat-saatava-vahenemaan-keinoja-on-olemassa?publisherId=4268&lang=fi>

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry 2023. Päihdekasvatus. Viitattu 25.3.2024

<https://ehyt.fi/paihde-peli-info/mita-on-ehkaiseva-paihde-tyo/paihdekasvatus/>

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry 2024a. Alkoholit. Viitattu 2.4.2024

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

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry 2024b. Nikotiinituotteet. Viitattu 6.4.2024.

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

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry 2024c. Sähkösavukkeet. Viitattu 6.4.2024

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

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry 2024d. Kannabis. Viitattu 6.4.2024

<https://ehyt.fi/paihde-peli-info/huumeet/kannabis/>

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry 2024e. Tietoa yhdistyksestä. Viitattu 13.10.2024

<https://ehyt.fi/ehyt-ry/tietoa-yhdistyksesta/>

Hermanson E. & Sajaniemi N. 2018. Nuoruuden kehitys- mitä tapahtuu pinnan alla? Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim 2018. Viitattu 2.4.2024

<https://www.duodecimlehti.fi/duo14286>

Hirsjärvi, S.; Remes, P. & Sajavaara, P. 2019. Tutki ja kirjoita 19. uudistettu painos. Porvoo: Bookwell Oy.

Huumausainelaki 30.5.2008/373.

Jokinen, I.2024. Nuorisotyön valtakunnallinen päihdehaittojen ehkäisy päättyykö nuoria tukee jatkossa?. EHYT ry- Blogi. Viitattu 17.10.2024.

<https://ehyt.fi/uutishuone/blogit/nuorisotyön-valuation-paihdehaittojen-ehkaisy-paattyy-kuka-tukee-nuoria-jatkossa/>

Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä. 24.4.2015/523

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2023. 9–12-vuotiaan persoonallisuuden kehitys. Viitattu 2.4.2024 <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/9-12-v/9-12-vuotiaan-persoonallisuuden-kehitys/>

Nuortenlinkki 2024. Rahapelaaminen. Viitattu 2.4.2024

<https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/tietoartikkelit/pelaaminen/rahapelaaminen/>

Kosola, S. 2021. Aivojen kehitys. Teoksessa Kunttu, K; Komulainen, A; Kosola, S; Seilo, N.& Väyrynen, T. (toim.) Opiskeluterveys. 2. uudistettu painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim. 16–18

Kosola, S. & Marttinen, E. 2021. Nuoruusikä- elämä toinen mahdollisuus. Teoksessa Kunttu, K; Komulainen, A; Kosola, S; Seilo, N.& Väyrynen, T. (toim.) Opiskeluterveys. 2. uudistettu painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim. 13–16

Kosola, S.; Niemelä, E.& Niemelä, S. 2018. Päihdekokeilut- normaalia nuoruutta vai alkava häiriö? Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim 2018. Viitattu 28.5.2024 <https://www.duodecimlehti.fi/duo14288>

Mikkonen, J.; Koskelo, J. & Lund, P.2024. Päihdehaittojen ehkäisystä leikkaaminen on väärä arvovalinta. Tiedote. EHYT ry; A-klinikkasäätiö & Sininauhaliitto. Viitattu 17.20.2024 <https://ehyt.fi/uutishuone/tiedotteet/paihdehaittojen-ehkaisysta-leikkaaminen-on-vaara-arvovalinta/>

Ojasalo, K.; Moilanen, T.& Ritalahti, J. 2014. Kehittämistyön menetelmät- Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. 3. uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Opetushallitus 2024a. Päihteet, tupakkatuotteet ja rahapelaaminen terveystiedon opetuksessa. Viitattu 9.4.2024 <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/paihteet-tupakkatuotteet-ja-rahapelaaminen-terveystiedon-opetuksessa>

Opetushallitus 2024b. Tunteesta tunteeseen- ihmismielen tarina kuvin ja sanoin. Viitattu 28.5.2024 <https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/tunteesta-tunteeseen-ohjaajan-opas>

Poliisi 2021. Poliisi on huolestunut lasten ja nuorten huumeiden käytön kasvusta. Viitattu 17.6.2024. <https://poliisi.fi/-/poliisi-on-huolestunut-lasten-ja-nuorten-huumeiden-kayton-kasvusta>

Pöytyä kunta 2021. Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2021–2025. Viitattu 17.6.2024. <https://www.poytya.fi/client/poytya/userfiles/mielenterveysjapaihdesuunnitelma1713512818.pdf>

Pöytyän kunta 2024. Ankkuritoiminta. Viitattu 11.9.2024. <https://www.poytya.fi/voi-hyvin/nuoriso/ankkuritoiminta/>

Salakari, M. 2020. Säkätön syyskuu – nuuskattomuuteen kannustava kampanja. Viitattu 18.10.2024. <https://innokyla.fi/fi/toimintamalli/sakiton-syyskuu-nuuskattomuuteen-kannustava-kampanja>

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI- henkilöstölle. Turun ammattikorkeakoulu. Viitattu 12.9.2024. <https://www.theseus.fi/handle/10024/821112>

Salonen, K.; Eloranta, S.; Hautala, T. & Kinos, S. 2017. Kehittämistoiminta ja kehittämisen menetelmiä ammatillisessa korkeakoulutuksessa. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. Viitattu. 12.9.2024. <https://www.theseus.fi/handle/10024/817817>

Siegel, D. J. 2019. Brainstorm, Nuoruuden aivomyrskyn voima ja merkitys. Suomentanut Teija Hartikainen. Uudistettu painos. Helsinki: Viisas Elämä

Sosiaali- ja terveysministeriön päätös huumausaineista ja huumausaineen valmistuksessa käytettävistä aineista 31.12.1993/1709

Sosiaali- ja terveysministeriö 2015. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2015:19. Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma– Alkoholi-, huume- ja rahapelihaittojen sekä tupakoinnin vähentäminen. Helsinki 2015. Viitattu 27.3.2024 https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74726/STM_EPT-kansi_sisus_netti.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Sosiaali- ja terveysministeriö 2023. YK:n lapsen oikeuksien komitean suosituksia Suomelle. Valtioneuvosto 2024. Viitattu 17.6.2024

<https://valtioneuvosto.fi/-/1271139/yk-n-lapsen-oikeuksien-komitean-suosituksia-suomelle>

Suomen virallinen tilasto (SVT). Kuolemansyyt [verkkajulkaisu]. Viiteajankohta: 2023. Helsinki: Tilastokeskus. Viitattu: 17.6.2024.
<https://stat.fi/julkaisu/ckte7a0005dj90d09soc5utvm>

Suviranta, L.; Hiltunen, K.; Tikkanen, H. & Kääpä, M. 2022. Lähde 7–9 Terveystiето. Sanoma Pro Oy. Helsinki.

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2023. Oppilaitokset kuntien ja hyvinvointialueiden ehkäisevän päihdetyön kumppanina. Viitattu 13.10.2024
<https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeetyo/ehkaiseva-paihdeetyo-kouluissa-ja-oppilaitoksissa/oppilaitokset-kuntien-ja-hyvinvointialueiden-ehkaisevan-paihdeetyon-kumppanina>

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2023a. Päihdekasvatus. Viitattu 25.3.2024
<https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeetyo/ehkaiseva-paihdeetyo-kouluissa-ja-oppilaitoksissa/paihdekasvatus>

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2023b. Nuorten päihteidenkäyttö ja päihdehäiriöt. Viitattu 17.6.2024.
<https://thl.fi/aiheet/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot/nuorten-paihteiden-kaytto-ja-kaytoshairiot>

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2023c. Ehkäisevä päihdetyö. Viitattu 23.3.2024
<https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeetyo>

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2024. Tupakka. Viitattu 6.4.2024.
<https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/tupakka>

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2024. Kouluterveyskysely 2023. Viitattu 27.3.2024 <https://thl.fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely/kouluterveyskyselyn-tulokset#alueittain>

Tupakkalaki 15.8.206/549.

Valtioneuvosto 2023. Vahva ja välittävä Suomi Pääministeri Petteri Orpon hallituksen ohjelma. Viitattu 17.6.1014.
<https://valtioneuvosto.fi/hallitukset/hallitusohjelma#/>

Virkki, P. & Somermeri, A. 1997. Projektityö, kehittämisen moottori. 4. uudistettu painos. Helsinki. Edita: Helsingin liiketalouden ammattikorkeakoulu.

Liite 1. EPT-toimintaohjelman ohjaavat kysymykset

Kysymyksiä, joita oppilaitoksessa kannattaa pohtia ehkäisevän päihdetyön osalta:

- Miten eri toimijat osallistuvat oppilaitoskohtaisen oppilas- ja opiskeluhoitosuunnitelman päihdetyötä koskevan kuvauksen valmisteluun, arviointiin ja tarkistamiseen?
- Mitkä ovat koulun tai oppilaitoksen erityispiirteet, jotka kannattaa huomioida?
- Miten päihteiden, tupakkatuotteiden käyttöä ja rahapelaamista ehkäistään oppilaitoksessa?
- Miten päihdekasvatus on osa opetustyötä?
- Mikä on oppilas- ja opiskeluhoitoryhmässä toimivien tehtävä ja työnjako päihteiden käytön ehkäisyssä?
- Miten pidetään yhteyttä huoltajiin?
- Miten oppilaat ja opiskelijat on otettu mukaan ehkäisytyöhön?
- Miten ollaan yhteistyössä alueen järjestöjen ja yhteistyökumppaneiden kanssa?
- Miten päihteiden ja tupakkatuotteiden käyttöön ja rahapelaamiseen puututaan ja miten ne otetaan puheeksi?
- Mitä päihteiden ja tupakkatuotteiden käytöstä tai niiden välittämisestä oppilaitoksessa seuraa?
- Minne tarvittaessa ohjataan hoitoon?
- Kuinka suunnitelmat muutetaan toiminnaksi?
- Miten ehkäisevään päihdetyöhön liittyvää toimintaa seurataan ja arvioidaan?

Lähde mukailten: Ehkäisevä päihdetyö peruspalveluissa, Alkoholiohjelma 2012.

(Sosiaali- ja terveysministeriö 2015, 58)

Liite 2. Kyselylomake kehittämistyön toimijoille

KYSELY ELISENVAARAN KOULUN PÄIHDEKASVATUKSEN TOIMIJOILLE
LUOKILLA 5-9, SEKÄ KOULUN ULKOPUOLISILLE TOIMIJOILLE.

Olemme sosionomi opiskelijoita (Tiina Luusua ja Anna Mäkipää) Turun ammattikorkeakoulusta ja olemme tekemässä opinnäytetyönä päihdekasvatuksen vuosikelloa koululle. Tällä kyselyllä kartoitamme teidän opettajien ja muiden toimijoiden resursseja ja toiveita päihdekasvatuksen toteuttamisen suhteen, jotta voimme laatia selkeän vuosikellon, missä jokaisella on vastuualueensa.

1. Mikä on ammattinimikkeesi tai työtehtäväsi?
2. Minkä verran (tunneissa) lukuvuonna, kuukausitasolla olisi aikaa toteuttaa päihdekasvatusta?
3. Mikä aihealue päihdekasvatuksessa kiinnostaa, jota voisit toteuttaa, miten ja mille vuosiluokalle? (alkoholi, tupakkatuotteet, rahapelaaminen, huumeet, tunne- ja vuorovaikutustaidot sekä muut yksilöllä vahvistavat taidot, arvot/uskomukset päihteisiin liittyen, medialukutaito, joku muu?)
4. Minkä näet haastavaksi päihdekasvatuksessa?
5. Onko päihdekasvatus entuudestaan tuttua, oletko toteuttanut ja miten?

Liite 3. Kyselylomake oppilaille

Kysely päihdekasvatuksesta (5.-6.-luokkalaiset)

Olemme Turun Ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijat Tiina Luusua ja Anna Mäkipää. Teemme koululenne päihdekasvatuksen suunnitelmaa ja haluaisimme kuulla teidän oppilaiden mielipiteitä päihdekasvatuksesta ja toiveistanne sen suhteen. Vastaukset kerätään nimettöminä.

Ympyröi millä luokalla olet: 5 6 7 8 9

1. Mistä asioista toivot saavasi päihdekasvatuksessa lisää tietoa tai taitoja?

- Tupakkatuotteet (tupakka, nuuska, sähkötupakka)
- Alkoholi
- Huumeet
- Rahapelaaminen
- Tunnetaidot
- Itsetunnon vahvistaminen
- Vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot
- Medianlukutaito
- Riippuvuudet (päihderiippuvuudet, peliriippuvuus, nettiriippuvuus)
- Joku muu asia, mikä?

2. Toiveita tai odotuksia päihdekasvatukselta:

Kiitos vastauksestasi 😊

Kysely päihdekasvatuksesta (7.-9.-luokkalaiset)

Olemme Turun Ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijat Tiina Luusua ja Anna Mäkipää. Teemme koululenne päihdekasvatuksen suunnitelmaa ja haluaisimme kuulla teidän oppilaiden mielipiteitä päihdekasvatuksesta ja toiveistanne sen suhteen. Vastaukset kerätään nimettöminä.

Ympyröi millä luokalla olet: 5 6 7 8 9

1. Mistä asioista toivot saavasi päihdekasvatuksessa lisää tietoa tai taitoja?

- Tupakkatuotteet (tupakka, nuuska, sähkötupakka)
- Alkoholi
- Huumeet
- Rahapelaaminen
- Tunnetaidot
- Itsetunnon vahvistaminen
- Vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot
- Medianlukutaito
- Riippuvuudet (päihderiippuvuudet, peliriippuvuus, nettiriippuvuus)
- Joku muu asia, mikä?

2. Mitkä ovat mielestäsi tehokkaimmat keinot ehkäistä päihteiden käyttöä nuorten keskuudessa?

3. Vapaa sana:

Kiitos vastauksestasi 😊

Liite 4. Päihdekasvatuksen vuosisuunnitelmat

Päihdekasvatuksen
vuosisuunnitelma

5.- luokka

SYYSLUKUKAUSI:	AIHE:	TOTEUTTAJA:	KEVÄTLUKUKAUSI:	AIHE:	TOTEUTTAJA:
Elokuu	Ystävyys, Kaveritaidot	Luokanopettaja	Tammikuu	Terveellisten elämäntapojen vaikutus hyvinvointiin	Luokanopettaja
Syyskuu	Tunnetaidot	Koulunuoriso- työntekijä	Helmikuu	Pähteet: nikotiini tuotteet	Koulukuraattori
Lokakuu	Pähteet: energiajuomat, alkoholi	Koulukuraattori	Maaliskuu	Pelikasvatus: puhelin	Koulunuoriso- työntekijä, Koulukuraattori
Marraskuu	Turvataidot	Koulukuraattori	Huhtikuu		
Joulukuu	Medialukutaito	Luokanopettaja	Toukokuu	Jalkautuva nuorisotyö	Pöytyän kunnan nuorisopalvelut, Pöytyän seurakunta

Koko lukuvuosi:
Kouluterveydenhuolto: Yksilöllinen ennaltaehkäisevä päihdetyö

Päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma

6.- luokka

SYYSLUKUKAUSI:	AIHE:	TOTEUTTAJA:	KEVÄTLUKUKAUSI:	AIHE:	TOTEUTTAJA:
Elokuu	Ystävyys	Luokanopettaja	Tammikuu	Kasvu ja kehitys, riippuvuudet	Koulukuraattori
Syyskuu	Itsetuntemus, itsetunnon vahvistaminen	Koulukuraattori	Helmikuu	Alkoholi	Koulunuorisotyöntekijä
Lokakuu	Nikotiini-tuotteet	Koulukuraattori	Maaliskuu	Pelikasvatus, puhelin	Koulunuorisotyöntekijä, koulukuraattori
Marraskuu	Medialukutaito	Luokanopettaja	Huhtikuu		
Joulukuu			Toukokuu	Jalkautuva nuorisotyö	Pöytyän kunnan nuorisopalvelut, Pöytyän seurakunta

Koko lukuvuosi:
Kouluterveydenhuolto: Yksilöllinen ennaltaehkäisevä päihdetyö

Päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma

7.- luokka

SYYSLUKUKAUSI:	AIHE:	TOTEUTTAJA:	KEVÄTLUKUKAUSI:	AIHE:	TOTEUTTAJA:
Elokuu	Kaveritaidot	Koulukuraattori	Tammikuu	Uni, liikunta ja ravinto	Terveystiedon opettaja
Syyskuu	Rahapelaaminen, medialukutaito	Terveystiedon opettaja	Helmikuu	Riippuvuudet	Terveystiedon opettaja
Lokakuu	Päihtet/ Media/ Kiusaaminen	Tukioppilaat	Maaliskuu	Nikotiinituotteet	Terveystiedon opettaja
Marraskuu	Päihtet yleisesti	Etsivä nuorisotyöntekijä	Huhtikuu	Itsetunnon vahvistaminen/ vuorovaikutustaidot	Koulunuorisotyöntekijä
Joulukuu	Mielen hyvinvointi	Terveystiedon opettaja	Toukokuu	Jalkautuva nuorisotyö	Pöytyän kunnan nuorisopalvelut, Pöytyän seurakunta

Koko lukuvuosi:
Kouluterveydenhuolto: Yksilöllinen ennaltaehkäisevä päihdetyö
Nikotiinittomat nuoret

Päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma

8.- luokka

SYYSLUKUKAUSI:	AIHE:	TOTEUTTAJA:	KEVÄTLUKUKAUSI:	AIHE:	TOTEUTTAJA:
Elokuu	Alkoholi	Terveystiedon opettaja	Tammikuu	Medialukutaito	Koulunuorisotyöntekijä
Syyskuu	Laittomat huumeainekset	Terveystiedon opettaja	Helmikuu	Itsetunnon vahvistaminen	Terveystiedon opettaja
Lokakuu	Vuorovaikutus, sosiaaliset taidot	Koulunuorisotyöntekijä	Maaliskuu	Tunnekasvatus-	Koulukuraattori
Marraskuu	Pähteet yleisesti	Etsivä nuorisotyöntekijä	Huhtikuu	tunti	ja psykologi
Joulukuu	Tunnetaidot	Aineen opettaja	Toukokuu	Jalkautuva nuorisotyö	Pöytyän kunnan nuorisopalvelut, Pöytyän seurakunta

Koko lukuvuosi:
Kouluterveydenhuolto: Yksilöllinen ennaltaehkäisevä päihdetyö

Päihdekasvatuksen vuosisuunnitelma

9.- luokka

SYYSLUKUKAUSI:	AIHE:	TOTEUTTAJA:	KEVÄTLUKUKAUSI:	AIHE:	TOTEUTTAJA:
Elokuu	Kansansairaudet, mielenterveys	Terveystiedon opettaja	Tammikuu		
Syyskuu			Helmikuu	Pelikasvatus: rahapelaaminen	Koulunuorisotyöntekijä
Lokakuu	Mielen hyvinvoinnin vahvistaminen	Terveystiedon opettaja	Maaliskuu	Medialukutaito	Äidinkielen opettaja
Marraskuu	Pähteet yleisesti	Etsivä nuorisotyöntekijä	Huhtikuu	Itsetunnon vahvistaminen	Koulunuorisotyöntekijä
Joulukuu			Toukokuu	Jalkautuva nuorisotyö	Pöytyän kunnan nuorisopalvelut, Pöytyän seurakunta

Koko lukuvuosi:
Kouluterveydenhuolto: Yksilöllinen ennaltaehkäisevä päihdetyö