

Jessica Hakala

PORIN PAKKA-HANKE: VANHEMPIEN KEINOT  
ENNALTAEHKÄISTÄ JA PUUTTUA ALAIKÄISEN LAPSEN  
ALKOHOLINKÄYTTÖÖN.  
OPASLEHTINEN ENNALTAEHKÄISYYN JA PUUTTUMISEEN.

Hoitotyön koulutusohjelma

2013

PORIN PAKKA-HANKE: VANHEMPIEN KEINOT ENNALTAEHKÄISTÄ JA  
PUUTTUA ALAIKÄISEN LAPSEN ALKOHOLINKÄYTTÖÖN.  
OPASLEHTINEN ENNALTAEHKÄISYYN JA PUUTTUMISEEN.

Hakala, Jessica  
Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Huhtikuu 2013  
Ohjaaja: Taavela, Raija  
Sivumäärä: 33  
Liitteitä: 2

Asiasanat: alkoholi, alaikäinen, ehkäisevä alkoholityö

---

Suomen laki ja kansalaisten asenteet painottavat alaikäisten suojaamista alkoholilta. Ikärajoista säättävän lain toimeenpano ontuu pahasti, sillä usein alkoholinkäyttö aloitetaan ennen laillisen ostoiän saavuttamista. Nuoret muodostavat alkoholiasenteensa ensisijaisesti kotikasvatuksesta, joten vanhemmat ovat avainasemassa siinä, miten alaikäisten lasten alkoholinkäyttöä voidaan ennaltaehkäistä.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa, miten vanhemmat voivat puuttua lapsen alkoholinkäyttöön ja myönteisesti ennaltaehkäistä esimerkiksi omalla toiminnallaan ja käyttäytymisellään alaikäisen lapsen alkoholinkäyttöä. Tavoitteena oli laatia kerätyn aineiston perusteella Porin Pakka-hankkeelle opaslehtinen. Tämän kautta opaslehtisen toivottuna tavoitteena olisi myös se, että yhä harvempi porilainen alle 18-vuotias nuori käyttäisi alkoholia. Tällöin myös alkoholinjuomisen aloitusikä nousisi.

Aineisto koottiin teorian tiedon avulla erilaisista lähteistä. Opasta varten etsin mahdollisimman tuoreita tutkimuksia. Löytämieni tutkimusten tulokset ovat kaikki hyvin samanlaisia, mikä lisää niiden luotettavuutta. Tuloksista kävi ilmi, että vanhemmat voivat monin eri tavoin ennaltaehkäistä myönteisesti lapsen alkoholinkäyttöä. Lisäksi vanhemmilla on useita eri keinoja puuttua alaikäisen lapsen alkoholinkäyttöön. Yhtä ainoaa ja oikeaa tapaa ei kuitenkaan ole.

Tulevaisuudessa olisi hyvä saada tietää vanhempien kokemuksia siitä, miten he ovat yrittäneet ennaltaehkäistä lastensa alkoholinkäyttöön sekä miten he siihen ovat puut-

tuneet. Myös se, miten lapset ovat kokeneet vanhempiensa puuttumisen asian suhteen, olisi kiinnostava saada tietää.

PORI PAKKA-PROJECT: IN PARENTS HOW TO PREVENT AND ADDRESS  
THE MINOR'S USE OF ALCOHOL.

PATIENT LEAFLET ON PREVENTION AND INTERVENTION.

Hakala, Jessica

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Nursing

April 2013

Supervisor: Taavela, Raija

Number of pages: 33

Appendices: 2

Keywords: alcohol, minor, prevention

---

Finnish law and the attitudes of the citizens accentuate the protection of minors from alcohol. The age limits law enforcement is limping badly, as it often is initiated with drinking before the legal age. Young people from their attitudes towards alcohol primarily from domestic education, so parents have a key role in preventing the alcohol consumption of under-aged children.

The purpose of this study was to find out how parents can intervene in child's alcohol use and how to be a positive example by their own actions and behavior in prevention of under-aged child's use of alcohol. The aim was to create a guide booklet for Pori Pakka-project by the basis of material collected. Through this the guide booklet is desirable objective would be the fact that fewer teenagers from Pori under 18 years of age would use alcohol. In this case, the alcohol drinking starting age would increase.

The data were collected by means of theoretical knowledge from different sources. I was looking for as fresh studies as possible for the guide. Studies that I found were all very similar, thus increasing their reliability.

The results showed that parents have many different ways to prevent child's alcohol use. In addition, parents have a number of different ways to intervene with the under aged child's use of alcohol. Though there is no one and only right way to do it.

In the future, it would be good to know the parents' experiences of how they have tried to prevent their children's use of alcohol, as well as how they are intervened in it. It would be also interesting to know how the children have experienced their parents' intervention to the subject.

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	7
2	OPINNÄYTETYÖN KESKEISET KÄSITTEET .....	9
2.1	Alkoholi.....	9
2.2	Alaikäinen.....	11
2.3	Ehkäisevä alkoholityö.....	11
2.3.1	Primaaripreventio.....	12
2.3.2	Sekundaaripreventio.....	14
2.3.3	Tertiaaripreventio.....	16
3	PAKKA – PAIKALLINEN ALKOHOLIPOLITIIKKA – HANKE .....	16
3.1	Pakka-hankkeen tausta.....	16
3.2	Pakka-hanke Porissa .....	17
3.3	Pakka-hankkeeseen tehtyjä tutkimuksia .....	18
4	NUORET JA ALKOHOLI.....	18
5	AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET NUORTEN ALKOHOLINKÄYTÖSTÄ.....	19
5.1	ESPAD-tutkimus .....	20
5.2	Nuorten terveystapatutkimus .....	22
5.3	WHO:n nuorten terveyskäyttäytymistä koskeva tutkimus .....	23
5.4	Yhteenveto tutkimuksista .....	23
6	OPINNÄYTETYÖ JA OPAS .....	24
6.1	Opinnäytetyö.....	24
6.2	Opinnäytetyön tuote.....	24
7	OPAS ALAIKÄISTEN LASTEN VANHEMMILLE .....	25
7.1	Oppaan sisältö.....	25
7.2	Oppaan ulkoasu, teksti ja kuvat .....	26
8	POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET .....	27
8.1	Pohdinta .....	28
8.2	Johtopäätökset ja jatkotutkimuksen aiheet .....	28
	LÄHTEET.....	30
	LIITTEET	
	LIITE 1 Sopimus opinnäytetyön tekemisestä	
	LIITE 2 Opas: Vanhempien keinot lapsenalkoholinkäytön ehkäisemisessä ja siihen puuttumisessa	

## 1 JOHDANTO

Suomen laki ja kansalaisten asenteet painottavat alaikäisten suojaamista alkoholilta. Suomen laki kieltää alkoholijuomien anniskelun, myynnin ja välittämisen alaikäisille (Alkoholilaki 1143/1994, 24§). Suurin osa kansalaisista kannattaa myynnin kieltoa alaikäisille ja nuorten kansainvälisestikin katsoen voimakkaasta humalahakuisesta juomisesta ollaan hyvin huolestuneita. Ikärajoista säätävän lain toimeenpano ontuu pahasti: ikärajat vuotavat ja alkoholin käyttö aloitetaan vuosi vuodelta aikaisemmin ennen laillisen ostoiän saavuttamista. (Ahlström, Metso & Tuovinen 2004, 597–602.)

Alkoholin käyttö Suomessa on lisääntynyt huomattavasti kuluneen puolen vuosisadan aikana. Vuonna 2008 alkoholijuomien kulutus 100 prosentin alkoholiksi muutettuna tilastoitiin lähes yhteentoista litraan henkilöä kohden. Matkustajatuontikiintiöiden poistaminen, alkoholiverojen alentaminen ja Viron liittyminen Euroopan unionin jäseneksi ovat myötävaikuttaneet alkoholin kulutuksen kasvuun viidessä vuodessa yli 10 prosenttia. (Karlsson & Österberg 2010, 14–15.)

Alkoholiviranomaiset ovat kiinnittäneet useasti huomiota alkoholin myymiseen alaikäisille. Alkoholin myymistä alaikäisille on yritetty tiukentaa ja erilaisia kampanjoita on järjestetty myynnin estämiseksi. Valvontaan ei kuitenkaan ole ollut riittävästi resursseja. (Holmila, Karlsson & Raitasalo 2005, 305.) Valvontaa ja kampanjoita ovat järjestäneet muun muassa poliisi, Paikallisen alkoholipolitiikan – tutkimus- ja kehittämishanke, Pakka-hanke sekä Lääninhallitusten alkoholitarkastajat (Holmila, Kesänen, Tamminen, Warpenius & Warsell 2010, 30–32).

Viime vuosina on puhuttu paljon siitä, että vanhemmat eivät tiedä riittävästi lastensa tekemisistä. On sanottu, että ”vanhemmuus on hukassa” ja että vanhemmat eivät kannu vastuuta lapsistaan. Lienee kuitenkin riittämätöntä kiinnittää huomio ainoastaan vanhempiin. Vanhempien lisäksi nuorten elämää määräävät erityisesti ikätoverien näkemykset ja asenteet.

Nuorten käsityksiä toisten samanikäisten juomatavoista leimaa joukkoharhaksi kutsuttu ilmiö. Ilmiöllä tarkoitetaan, että enemmistö nuorista luulee muiden nuorten

käyttävän alkoholia enemmän kuin he itse. Sosiaalisen paineen tavoin vaikuttava joukkoharha on omiaan lisäämään nuorten alkoholin käyttöä. Nuorten keskuudessa ilmenevä joukkoharha näyttäisi siirtyvän myös heidän vanhemmilleen. Alkoholia käyttävät nuoret, joista julkisuudessa puhutaan ja ollaan huolestuneita, ovat aina jonkin toisen perheen lapsia. (Holmila ym. 2005, 305.)

Vaikka alkoholin käyttö Suomessa on lisääntynyt, nuorten parissa alkoholin käyttö on vähentynyt viimeisten 10 vuoden aikana. Myös yhä useampi nuori on kokonaan raitis. (Alhström, Huhtanen, Leppänen, Metso & Pietilä 2009, 15–16.) Humalaan vähintään kerran kuukaudessa juovien 8. sekä 9.luokkalaisten nuorten osuus on vähentynyt 2000-luvulla 26 prosentista 17 prosenttiin (Jokela, Kinnunen, Lommi & Luopa 2010, 31). Osa nuorista kuitenkin käyttää alkoholia silti runsaasti (Alho, Kiiänmaa & Seppä 2010, 109).

Alkoholin käytön syitä ovat muun muassa hauskanpito ja kavereiden kanssa seuran vuoksi käyttäminen (Tiilikainen 2009, 50). Nuorten alkoholin käyttöön vaikuttavat myös vanhempien ja kaverien asenteet, ryhmäpaine sekä alkoholin saatavuus ja hinta (Alho ym. 2010, 109).

Nuoret yrittävät salailia alkoholin käyttöä aikuisilta, minkä vuoksi nuoret juovat kerralla paljon ja nopeasti. Yleensä alkoholia juodaan ulkona, julkisilla paikoilla tai kavereiden luona. Kontrolli omasta juomisesta häviää ryhmässä. Juominen koetaan nuorten parissa sosiaalisesti tapahtumaksi, jonka tarkoituksena on pitää hauskaa. Nuoret käyttävät vain harvoin alkoholia yksin. (Alho ym. 2010, 109–110.) Opinnäytetyön yhteistyöhenkilönä toimii Porin Pakka-hankkeen projektipäällikkö Sari Ilvonen. Laaditun teorialiedon avulla teen opaslehtisen Porin Pakka-hankkeelle. Opaslehtisen on tarkoitus antaa vanhemmille keinoja ennaltaehkäistä ja puuttua alaikäisen lapsen alkoholinkäyttöön (LIITE 2).

Opinnäytetyön ja opaslehtisen tutkittavat kysymykset:

1. Miten vanhemmat voivat myönteisesti ennaltaehkäistä alaikäisten lastensa alkoholinkäyttöä
2. Miten vanhemman tulisi puuttua alaikäisen lapsensa alkoholinkäyttöön



Opinnäytetyöprosessi alkoi kun mietin keväällä 2011 aihetta, mistä olisin kiinnostunut tekemään opinnäytetyötä. Katsellessani Satakunnan ammattikorkeakoulun opinnäytetöiden aihepankkia, silmiini osui aihe, josta halusin tehdä opinnäytetyöni. Soitin Porin Pakka-hankkeen projektipäällikölle, Sari Ilvoselle, jonka kanssa sovimme tapaamisen toukokuulle 2011. Tapaamisessa puhuimme, minkälaiselle työlle Pakka-hankkeelle oli tarvetta. Pakka-hankkeesta on tehty muutamia opinnäytetöitä aikaisemmin, mutta tarve toiminnalliseen työhön, vanhemmille suunnattuun opaslehtiin, nousi keskustelumme myötä.

## 2 OPINNÄYTETYÖN KESKEISET KÄSITTEET

Olen valinnut opinnäytetyöni keskeisimmiksi käsitteiksi alkoholin, alaikäisen ja ehkäisevän alkoholityön.

### 2.1 Alkoholi

**Alkoholilla** tarkoitetaan sellaista ainetta tai tuotetta, joka sisältää enemmän kuin 2,8 tilavuusprosenttia etyylialkoholia. Yleisesti alkoholijuomalla tarkoitetaan nautittavaksi tarkoitettua juomaa, joka sisältää enintään 80 tilavuusprosenttia etyylialkoholia. Alkoholijuomiksi luetellaan miedot alkoholijuomat, väkevät alkoholijuomat, väkiviinat ja alkoholivalmisteet.

**Miedoilla alkoholijuomilla** tarkoitetaan juomaa, joka sisältää enintään 22 tilavuusprosenttia etyylialkoholia. **Väkevällä alkoholijuomalla** tarkoitetaan juomaa, joka sisältää enemmän kuin 22 tilavuusprosenttia etyylialkoholia. Väkiviinaksi luokiteltu juoma on etyylialkoholia ja etyylialkoholin vesiliuosta. Juoma sisältää enemmän kuin 80 tilavuusprosenttia etyylialkoholia, eikä juomaa ole denaturoitu. **Denaturoinnilla** tarkoitetaan kaupallisen etanolin eli sprin tekemistä juomakelvottomaksi lisäämällä siihen aineita, jotka tekevät sen juomakelvottomaksi. Alkoholi valmisteella tarkoitetaan alkoholipitoista ainetta, joka ei ole alkoholijuoma eikä väkijuoma. Juoma voi olla denaturoitu. (Alkoholilaki 1994/1143, 3§.)

**Riskillisellä alkoholikäytöllä** tarkoitetaan, kun suurkulutuksen rajat ylittyvät. Suurkulutus määritellään sen perusteella, kuinka paljon henkilö käyttää alkoholia. Suomessa suurkulutuksen katsotaan ylittyvän kun mies juo vähintään 24 alkoholiannosta viikossa tai yli 7 annosta kerralla. Naisilla suurkulutuksen rajat ovat pienemmät. Naisilla viikkoannoksen suurkulutuksen raja ylittyy, kun hän juo yli 16 alkoholiannosta tai yli 5 annosta kerralla. Riskikäytössä ei ilmaannu merkittäviä alkoholihaittoja tai – riippuvuutta. (Alho ym. 2010, 22–32) Alkoholin haitallisessa käytössä on kulutusta, jonka riskit ovat suuria. Alkoholin haitallisen käytön seurauksena on selvästi tunnistettavia ja määriteltävissä olevia alkoholin käytön aiheuttamia fyysisiä tai psyykkisiä haittoja, mutta ei riippuvuutta. (Alho & Öfverström-Anttila 2010, 5-6.) Alkoholin fyysisiä haittoja voivat ovat muun muassa maksakirroosi, alkoholihepatiitti ja kihti (Seppä 2013). Psyykkisiksi haittoiksi voidaan luetella esimerkiksi erilaiset psykoosit ja henkinen taantumus (Mäkelä 2010).

**Alkoholiriippuvuus eli alkoholismi** on oireyhtymä, jolla tarkoitetaan alkoholin jatkuvaa, usein toistuvaa tai pakonomaista käyttöä, riippumatta käytön aiheuttamista sosiaalisista tai terveydellisistä haitoista. Alkoholismiin liittyy usein fysiologisen riippuvuuden kehittyminen, jolloin henkilön kyky sietää alkoholin vaikutuksia eli toleranssi on kohonnut. Alkoholiriippuvaisella henkilöllä ilmenee alkoholin käytön lopettamisen jälkeisinä päivinä eriasteisia vieroitusoireita.

Alkoholiriippuvaisen henkilön alkoholin käytölle on ominaista, että hän käyttää alkoholia suurempia määriä tai pitempään kuin hänen tarkoituksensa oli ennen juomisen alkua. Pakonomainen, jatkuva ja humalahakuinen eli addiktiivinen alkoholin käyttö ei ole luonteeltaan tahdonalaista käytöstä vaan on sairaustila. Pakonomaisen alkoholin taustalla on päihteiden jatkuvan käytön ja/tai pitkäaikaisen stressin aiheuttama keskushermoston toiminnan muutos. Tämän vuoksi addiktiivisesti päihteitä käyttävä ei yleensä pysty katkaisemaan alkoholin käyttöönsä ilman ammatillista apua, katkaisuhoidon sairaalassa tai katkaisuhoidotyksikössä.

Alkoholiriippuvuus kaikkine seuraamuksineen on keskeinen kansanterveydellinen ongelma. On tutkittu, että noin 10–15 % miehistä kärsii jossain elämänsä aikana al-

koholiriippuvuudesta. Vaikka alkoholiriippuvuus on miesten keskuudessa naisia yleisempää, on naisten kärsimä alkoholiriippuvuus viime vuosina selvästi yleistynyt. (Heinilä, Kuoppasalmi & Lönnqvist 2007, 417–430.)

## 2.2 Alaikäinen

Alaikäisellä tarkoitetaan alle 18-vuotiasta henkilöä (Laki holhoustoimesta 1999/442, 2§). Alaikäisen vastakohta on täysi-ikäinen, joka Suomen valtiossa määritellään yli 18-vuotiaaksi. Täysi-ikäisellä henkilöllä on täysi-ikäisen oikeudet ja velvollisuudet lain edessä. 18-vuotias voi muun muassa solmia avioliiton, erota kirkosta sekä ostaa mietoja alkoholijuomia ja tupakkatuotteita Suomen laissa. Näitä oikeuksia ei alaikäisellä ole.

## 2.3 Ehkäisevä alkoholityö

**Ehkäisevä alkoholityö** määritellään toiminnaksi, jolla ehkäistään ja vähennetään alkoholin käyttöä. Tämä onnistuu vaikuttamalla alkoholin saatavuuteen, alkoholia koskeviin tietoihin ja asenteisiin, alkoholin käyttötapoihin sekä alkoholin ongelmakäyttöä synnyttäviin olosuhteisiin. Ehkäisevä alkoholityö on osana laajempaa, ehkäisevää sosiaali- ja terveyspolitiikkaa. (Warsell 2001, 46.) Suomessa käytetään arviolta 4-6,5 miljardia euroa alkoholista aiheutuvien haittojen kustannuksiin. Lienee selvää, että tämän takia kaikella päihdetyöllä on suuri merkitys. Toimivalla ennaltaehkäisevällä alkoholityöllä pystytään vaikuttamaan jo hyvässä vaiheessa ihmisten asenteisiin ennen olemassa olevaa ongelmaa sekä luomaan kaikille ikäluokille sopivia turvallisia, päihteettömyyttä tukevia elinympäristöjä. (Ilvonen 2011, 10)

Käytännön tasolla laadukkaan ja ehkäisevän alkoholityön haasteena on suunnitelmallisuus. Kohderyhmä tulee rajata selkeästi. Sen taustat on tunnettava ja toiminta pitää suunnitella sen lähtökohdista ja tarpeista käsin – tietoja, taitoja ja kokemusta hyödyntäen. Kohderyhmän tulisi olla mukana heti alusta lähtien ennaltaehkäisyn suunnittelussa ja toteuttamisessa. (Huoponen, Koskinen-Ollonqvist, Mustalampi & Peltonen 2002, 69.)

Alkoholia koskevan tiedon siirtäminen eteenpäin ei ole vaikeaa, mutta arvojen siirtäminen on. Ehkäisevää työtä tekevien on otettava aina huomioon, onko ihmisten käyttäytymiseen vaikuttaminen sallittua vai ei. Yleensä kohderyhmät eivät ole pyytäneet apua, ja ihmisiin saatetaan joskus yrittää vaikuttaa heidän sitä tietämättään. Ehkäisevässä työssä on tilaa monille erilaisille lähestymistavoille.

Laaja-alaisesti ajateltuna ehkäisevä päihdetyö edellyttää moniammatillisen viranomaistyöyhteistyön lisäksi erilaisten alalla toimivien järjestöjen ja yksittäisten kansalaisten osallistumista (Huoponen ym. 2002, 59).

### 2.3.1 Primaaripreventio

Primaaripreventio on ennaltaehkäisevää toimintaa, jolla pyritään estämään sairauksien ja muiden haittojen syntyä. Alkoholin kohdalla ennaltaehkäisy tarkoittaa toimia, joilla pyritään estämään tai vähentämään alkoholin käyttöä ja erityisesti runsaasta käytöstä aiheutuvia haittoja. Ensisijaisena kohderyhmänä ovat henkilöt, jotka eivät ole käyttäneet alkoholia, eikä heillä ole alkoholiongelmia tai jotka käyttävät alkoholia siten, ettei käytöstä aiheudu merkittäviä fyysisiä, psyykkisiä, sosiaalisia tai taloudellisia ongelmia. (Mustalampi 2001, 152.)

Nuorten alkoholinkäytön primaariprevention avainasemassa ovat vanhemmat. Suomessa on tehty useita oppaita, jotka tarjoavat vanhemmille tietoa, miten ennaltaehkäistä ja puuttua alaikäisen lapsen alkoholinkäyttöön. Esimerkiksi Huume ei vie huolia -foorumi on aiemmin tehnyt oppaan, joka tarjoaa vanhemmille tietoa, mitä vanhempien on hyvä tietää nuorten päihteiden käyttöön ja ennaltaehkäisyyn liittyen. Opas antaa vanhemmille neuvoja päihteiden vaikutuksista ja haitoista.

Nuoret muodostavat alkoholiasenteensa ensisijaisesti kotikasvatuksesta. Ympäriällä olevat ihmiset ja kulttuuri ilmentävät erilaisia alkoholiasenteita. Vanhempien tehtävä on puhua alkoholista nuoren kanssa ja kertoa esimerkiksi, miten he toivovat nuoren toimivan, jos hänen kaverinsa lähtevät juomaan tai jos hänelle tarjotaan alkoholia. (Helenius 2012, 6.)

Ennaltaehkäisyssä korostetaan, että nuorelle on hyvä tehdä rajat ja yhteiset pelisäännöt. Vanhemmalla on oikeus puuttua lapsen elämään. Rajoihin ja niistä kiinni pitämiseen liittyy se, että vanhemmat tietävät esimerkiksi, missä nuori liikkuu, kenen kanssa ja milloin hän tulee kotiin. Vanhemmilla itse tulisi olla aikaa hakea lapsensa tapahtumista. Tällöin nuori joutuu vastaamaan siitä, missä kunnossa hän on. (Huume ei vie huolia -foorumien opas 2012, 5.) Joskus nuori saattaa olla hukassa oman elämänsä kanssa ja taustasyynä tähän nähdään vanhempien valvonnan puute (Huhtanen 2012, 57).

Lasten ja nuorten ajankäyttöön ja turvattomuuteen on kiinnitetty tutkimuksissa huomiota. Jos lapsi joutuu alle 14-vuotiaana olemaan viikoittain yli kymmenen tuntia yksin ilman aikuisen seuraa, on hänellä selvästi suurempi riski ajautua päihteiden käyttöön ja ilkivallan tekoihin. (Palm 2008. Lakialoite 131/2008.)

Mannerheimin Lastensuojeluliiton tekemässä kyselyssä, vanhemmista 94 % piti yhteistyötä opettajien ja kouluterveydenhoitajan kanssa tärkeänä päihteidenkäytön ennaltaehkäisyssä. Vanhemmista kolmasosa toivoi yhteistyön muodoksi kolmikantakeskusteluja, johon osallistuisi nuori, vanhemmat sekä luokan vastuuopettaja. Noin neljäsosa yhteistyötä tärkeänä pitäneistä vanhemmista toivoi terveydenhoitajaa lisäksi keskusteluihin ja lisää päihdeaiheisia vanhempainiltoja. (Aira, Kannas, Kokko, Kämppe & Villberg 2008, 26.). Vanhemman puhuessa alkoholista lapsensa kanssa, on tärkeää, että lapsi voi luottaa vanhempaan. Keskustelussa on hyvä, että vanhempi puhuu myös itsestään. Tällöin myös lapsen on helpompi kertoa itsestään. Vanhempana, mitä enemmän kuuntelet, sitä enemmän ymmärrät lapsesi tunteita ja tekoja. Näin ollen, tulee vanhemman antaa lapselle aikaa. (Mäkelä & Savisaari 2011.)

Vanhempien kannattaa tutustua nuoren kavereihin sekä heidän vanhempiin. Tällöin vanhemmat tietävät, minkälaisessa porukassa nuori kulkee. Vanhempien vastuu on seurata, mihin nuoren rahat kuluvat. (Helenius 2012, 8-9.)

Lasinen lapsuus -kyselyn nuorista jopa joka neljäs on kokenut haittoja vanhempiensa alkoholinkäytöstä (Ilva & Takala 2012, 12). Vanhempien on siis syytä miettiä omalta osaltaan, millaista perheen alkoholinkäyttö on (Helenius 2012, 14). Nuoret vasta luo-

vat omaa identiteettiään ja omia asenteitaan alkoholia kohtaan, joten ympärillä olevilla aikuisilla ja heidän asenteillaan on todella suuri merkitys erilaisten asenteiden syntymisessä. Jos alkoholiin liittyvät asenteet ovat myönteisiä nuoren omissa yhteisöissä, siirtyvät ne todennäköisesti myös nuoren omiin tapoihin toimia ja ajatella asioista. (Holmila ym. 2009, 16–18.)

Vanhempana on tärkeää tiedostaa, että hän ei ole edesauttamassa oman lapsen päihdeiden käyttöä tarjoamalla tai ostamalla alkoholia. Lasten seurassa – ohjelman verkkosivuille lähetettyjen puheenvuorojen perusteella alaikäisille tarjoaminen näyttää liittyvän vanhempien pyrkimykseen ”kasvattaa” alaikäisiä lapsiaan suhtautumaan luontevasti alkoholiin. Ostamiselle on annettu uusi merkitys – sillä pyritään vähentämään nuoren tarvetta hankkia alkoholia muualta. Alkoholiin ostaminen koetaan suuremmaksi valinnaksi kuin alkoholijuomien tarjoaminen nuorelle esimerkiksi perheaterian yhteydessä. (Piispa 2013). Alkoholin laki määrää, että alle 18-vuotiaalla ei saa olla hallussaan minkäänlaisia alkoholijuomia. Lisäksi vanhemman on syytä muistaa, että alle 18-vuotiaalle alkoholin välittäminen korvauksettakin on kielletty. (Alkoholilaki 1994/1143, 31§.)

Vanhemman on syytä muistaa myös, että jo ensihumalaa ”siirtämällä” voidaan välttää varhaisnuoruuden alkoholi ja muut päihdeongelmat (Härkönen, Mustonen, Salo, Tikkanen, Törmänen & Vuorinen 2010, 20). Vanhempi saattaa pelätä aiheuttavansa nuorelle pahaa mieltä ja tämän takia ei kiellä nuoreltansa päihdekokeiluja, vaan piiloutuu mukavan vanhemman rooliin. Tällöin vanhemmuus hukkuu ja vanhemmasta tulee enemmänkin lapsensa ”kaveri”. Toisin sanoen nuoren päihdekokeiluihin puuttuminen vaatii vahvuutta ja uskallusta olla aikuinen. (Laukkanen & Puolakka 2000, 17–19.)

### 2.3.2 Sekundaaripreventio

Sekundaarinen ehkäisy eli sekundaari-preventio on toimintaa, joilla pyritään estämään esimerkiksi alkoholin varhainen käyttö hyvin varhaisessa, usein oireettomassa vaiheessa. Sekundaaritasolla toimet kohdistetaan ryhmille, joilla useimmiten on jo

kokemuksia alkoholista tai joiden riski altistua alkoholin käytölle on suuri. Alkoholin käytön tunnistaminen, hoitoon motivointi, itsehoito ja hoitoonohjaus ovat oleellista sekundaari-preventiossa. Alkoholin käyttöön pyritään puuttumaan mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, jotta pystyttäisiin ehkäisemään vakavampia haittoja. (Mustalampi 2001, 152.)

Sekundaari-preventiota on esimerkiksi vanhemman puuttuminen lapsen alkoholin käyttöön kun nuori tulee ensimmäisen kerran päihtyneenä kotiin. Nuorille alkoholin käyttö on suuri terveysriski. Tämän takia alkoholinkäyttöön puuttuminen vaatii suurta huomiota. Erityisen tärkeää on kehittää tehokkaita keinoja ehkäistä nuorten alkoholinkäyttöä. (Sterwart, Conrod, Marlatt, Comeau, Trush & Krank 2005, 278.) Nuorelle on tärkeää osoittaa, että vanhemmat eivät hyväksy nuoren alkoholikokeiluja. Vanhempi saattaa suuttua nuorelle alkoholikokeilusta, mutta vanhemman on syytä myös yrittää kuunnella nuorta. (Helenius 2012, 18.)

Nuoren alkoholinkäyttö on otettava perheessä puheeksi. Tämän tarkoituksena on nostaa todellisuus esille. Tavoitteena on motivoida nuori huolehtimaan itsestään sekä terveydestään. Jos lapsi tulee päihtyneenä kotiin, voi olla parempi siirtää perusteellisempi keskustelu seuraavaan päivään. Huutamalla reagoiminen ei kannata, koska se saa lapsen rauhattomaksi. Kotiin tulemisestakaan ei tulisi huutaa, sillä nuori saattaa seuraavalla kerralla jättää tulematta kotiin. (Laukkanen ym. 2000, 17–19). Päih-teidenkäytöstä ei tule ikinä vaieta eikä jättää huomiotta, vaan osoittaa nuorelle, että hänestä välitetään. Puheeksiottoon kannattaa valmistautua huolellisesti. Tärkeää puheeksiotossa on mennä asiaan suoraan ja aidosti. Kysymys on välittämisestä. Jos puheeksiotto eli väliintulo ei toimi, ei vanhemman tule luovuttaa. Interventio toimii aina, sillä päih-teiden käytön tuoma ilo on pilattu, koska joku on huomannut ongelman. (Huume ei vie huolia -foorumien -opas 2012, 7-8.)

Alaikäisen alkoholinkäyttöön tulee puuttua välittömästi, ajoissa ja tiukasti. Vanhemmalla ei ole yhtä ja oikeaa ratkaisua puuttua nuoren alkoholin kokeiluun tai käyttöön. Vanhempien tehtävänä on asettaa nuorelle vastuu tekemisistään. On tärkeää, että nuori kokee esimerkiksi tervettä syyllisyyttä ja häpeää huonosta käytöksestään, katu aidosti ja ottaa asiasta opikseen. Vanhemman tulee varoa tuomitsemasta nuorta hänen teoistaan. (Laukkanen ym. 2000, 17–19.)

Vanhemman sekä nuoren on mahdollista saada keskustelua ja tukea muun muassa A-klinikkasäätiön Internet-sivuilta, Mannerheimin Lastensuojeluliiton Vanhempainpuhelimesta, Suomen Mielenterveysseuran valtakunnallisesta kriisipuhelimesta tai A-klinikkasäätiön Varjomaailma Internet-sivuilta (Helenius 2012, 19).

### 2.3.3 Tertiaaripreventio

Tertiaarisella ehkäisyllä eli tertiaari-preventiolla tarkoitetaan hoitavia ja korjaavia keinoja, kun alkoholin ongelmakäyttöä on jo esiintynyt. Toimilla pyritään torjumaan esimerkiksi alkoholiriippuvuuden eteneminen, komplikaatioiden ilmeneminen tai alkoholiriippuvuudesta aiheutuvien haittojen paheneminen. (Mustalampi 2001, 152.)

## 3 PAKKA – PAIKALLINEN ALKOHOLIPOLITIIKKA – HANKE

### 3.1 Pakka-hankkeen tausta

Pakka-hanke eli paikallinen alkoholipolitiikka-hanke on paikallisen alkoholipolitiikan tutkimus- ja kehittämishanke, jonka toteutus alkoi vuonna 2004. Ensimmäinen tutkimus- ja kehittämisprojekti toteutettiin vuosina 2004 – 2007. Projektin tarkoituksena oli kehittää Hämeenlinnan ja Jyväskylän seutujen paikallistasoista alkoholipolitiikkaa. Hankkeen tavoitteena oli, että nuoret ja nuoret aikuiset juovat vähemmän ja juomisen aloitusikä nousisi, humalajuominen ja tähän liittyvät haitat vähenisivät ja alueellisen ja seudullisen alkoholihaittojen ehkäisyn organisaatio kehittyisi. Lisäksi tarkoituksena oli löytää tehokkaiksi osoitettuja käytäntöjä, joita voitaisiin hyödyntää muissa osissa Suomea. (Holmila ym. 2009, 16–21.)

Pakka-hanke on ollut Stakesin nykyisen terveyden- ja hyvinvointilaitoksen laaja alkoholipolitiikan tutkimus- ja kehittämishanke (Holmila ym. 2009, 22). Tutkittu ko-



keiluvaihe seutukunnissa päättyi vuonna 2007. Seuraavina vuosina jatkettiin tiedon välitystä Pakka-mallista muille paikkakunnille, kuten Poriin, julkaistiin lisää koulutusmateriaalia ja tutkimustuloksia. Pakan toimintamalli on jalostettu työkalu hanke-työnaikaisista toiminnoista päihdehaittojen ehkäisyyn.

Pakka-hankkeen toiminta sisältää muun muassa tehostettua valvontaa, koulutusta sekä kansalaisten, viranomaisten ja muiden aktivointia. Hankkeen tarkoituksena ja pyrkimyksenä on, että toiminnoista tulee osa Porin ja yhteistoiminta-alueen pysyviä prosesseja. (Ilvonen 2011, 4.)

Pakka-hankkeen toimintamalli sisältää paljon konkreettista työtä. Tarkoituksena on esimerkiksi tiukentaa ikärajavaivontaa, kieltäytyä myymästä ja anniskelemasta selvästi päihtyneelle, opetella tunnistamaan hankalia myynti- ja anniskelutilanteita ja selviytymään niistä. Tarkoituksena Pakka-toimintamallissa on tiedottaa kansalaisille alkoholin aiheuttamista haitoista ja mobilisoida kansalaiset mukaan muutostyöhön muun muassa median avulla. Hankkeen tarkoituksena on varmistaa, että alkoholia ei markkinoida alaikäisille. (Holmila ym. 2009, 29.)

### 3.2 Pakka-hanke Porissa

Pakka-hankkeen toimesta Poriin koottiin työryhmä vuonna 2010, joka koostui paikallisista vähittäiskaupan, Alkon, ravintolan, oppilaitoksen, poliisin, alkoholitarkastajan ja ammattiyhdistyksen edustajista. Asiantuntijuutta tullaan hyödyntämään suunniteltaessa ehkäisevän päihdetyön menetelmiä elinkeinon puolelle. Pääteemoina työryhmän työssä on vastuullinen myynti ja anniskelu sekä elinkeinon harjoittajien sitouttaminen vastuulliseen toimintaan. (Ilvonen 2011, 45.)

Pakka-hankkeen toiminta Porissa on ollut näkyvillä muun muassa Tikkulan ABC-liikenneasemalla, Porin Jazzeilla ja porilaisten koulujen terveyspäivillä. Toukokuussa vuonna 2010 Pakka-hanke yhteistyökumppaneineen järjesti Mopox-tapahtuman Tikkulan ABC-liikenneasemalla. Tapahtuman tarkoituksena oli tuoda esiin ja korostaa päihteettömyyttä ja liikenneturvallisuutta. Porin Jazzien yhteydessä vuonna 2010 Pakka-hanke osallistui yhteistyökumppaneidensa kanssa Suomi Arenan yhteydessä

olleeseen kolmipäiväiseen kansalaistori tapahtumaan. Tarkoituksena oli jakaa Pakkan ja päihdetyön tietoutta kansalaisten keskuuteen. Suomi Arena on Porin Jazzien yhteydessä jo useana vuonna ollut valtakunnallinen ajankohtaisasioita käsittelevä keskustelutapahtuma. Lisäksi Pakka-hanke on tullut tutuksi porilaisten koulujen terveyspäivillä. Hanke on osallistunut terveyspäiviin viemällä muun muassa päihdetietoutta nuorille sekä tapahtumiin kutsutuille vanhemmille ja isovanhemmille. (Ilvonen 2011, 15.)

### 3.3 Pakka-hankkeeseen tehtyjä tutkimuksia

Koska Pakka-hankkeen kohderyhmänä ovat nuoret, on heidät haluttu osallistaa hankkeen toimintaan. Nuoria on lähestytty erilaisten verkostojen kautta. Nuoret ovat olleet eri koulutustaustan omaavia: Mukana on ollut nuoria peruskoulusta, ammattikoulusta, ammattikorkeakoulusta, yliopistosta sekä työelämästä.

Tutkimuksia on muun muassa tehty haastattelemalla alkoholin vähittäismyyntipaikkojen esimiehiä, kauppiaita, myymäläpäälliköitä, liikepaikkavastaavia sekä kioskin omistajia. Haastattelun kautta on todettu, että omavalvonta alkoholin myymisessä on koettu hankaloittavan kaupankäyntiä. Kassalla oleva kiire, asiakkaiden negatiiviset ajattelumallit henkilöllisyyspaperien kysymisestä sekä epäily, että kilpailijat eivät noudata samoja sääntöjä on koettu hankaloittavan kaupankäyntiä.

Useat opiskelijat ovat käsitelleet opinnäytetöissään monipuolisesti alkoholipolitiikkaa ja alkoholihaittojen ehkäisyä. Opinnäytetöitä on toteutettu esimerkiksi toiminnallisina töinä kuten järjestämällä alkoholin välittämiseen liittyviä oppitunteja. Lisäksi on suunniteltu postikortteja sekä tehty ohjelehtisiä. (Holmila ym. 2009, 47–49.)

## 4 NUORET JA ALKOHOLI

Alkoholin nauttiminen heikentää ihmisen henkistä ja fyysistä suorituskykyä. Erilaisien onnettomuuksien riskit lisääntyvät kun veren alkoholipitoisuus nousee. Alkoho-

limyrkytyksen riskiryhmän muodostavat ensi kertoja alkoholia nauttivat nuoret, jotka kokemattomuuttaan ovat tulleet juoneeksi liikaa. Runsas alkoholin käyttö lisää ongelmia sosiaalisiin suhteisiin ja aiheuttaa sairauksia ja kuolemia.

Alkoholin käytön vaikutukset nuorilla ja aikuisilla poikkeavat merkittävästi. Aikuiset ovat biologisesti valmiita kun nuoret taas yhä kasvavat. Tämän takia alkoholin käyttö nuorena ja etenkin hyvin nuorena, saattaa haitata vakavasti fyysisiä kasvu- ja kehitysprosesseja. Nuoret ovat usein aikuisia kokemattomampia ja hallitsevan tämän takia huonommin humalan vaikutuksia. Tämän takia kerralla nautitut suuret alkoholimäärät aiheuttavat nuorille onnettomuuksia ja tapaturmia herkemmin kuin aikuisille. Koska nuoret ovat rakentamassa tulevaisuuttaan, alkoholin jatkuva ja joskus jopa yksi ainoa alkoholin suurkulutuskerta saattaa johtaa vakaviin sosiaalisiin ja taloudellisiin ongelmiin. Tämä taas heikentää nuoren mahdollisuuksia toteuttaa elämänuraa koskevia unelmiaan. Mitä nuoremmalla iällä runsas ja humalahakuinen alkoholin käyttö aloitetaan, sitä varhaisemmalla aikuisiällä ilmaantuu elimellisiä alkoholiongelmia. Elimellisiä alkoholiongelmia ovat esimerkiksi maksa- ja haimasairaudet sekä aivovauriot. Lisäksi nuoren alkoholin käyttö lisää sosiaalisia ja taloudellisia alkoholiongelmia. (Österberg 2009, 4.)

Poliklinikoilla yleisin lasten alkoholimyrkytysten oire on pieni verensokeripitoisuus. Tämä on myös yleisin syy alkoholin aiheuttamalle tajuttomuudelle tai kuolemalle. Joidenkin kokeiden ja tutkimusten mukaan alkoholin käyttö nuorella iällä voi lisätä aggressiivista käytöstä ja huonontaa kognitiivisia taitoja. (Marttunen & Kiianmaa 2003, 100–108.)

Yleisimpiä akuutteja haittoja alkoholinkäytön seurauksena ovat tapaturmat. Alkoholinkäyttöön liittyvät tapaturmat ja myrkytykset ovat yleisin kuolinsyy Suomessa alle 40-vuotiailla. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 130-134.)

## 5 AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET NUORTEN ALKOHOLINKÄYTÖSTÄ

Tutkimuksia nuorison alkoholin käytöstä tehdään vuosittain niin paikallisesti kuin valtakunnallisestikin. Paikallisesti tehtyjen kyselyjen tuloksia ei välttämättä pystytä vertaamaan toisiinsa, koska paikkakunnat vaihtelevat ominaisuuksiltaan reilusti. Esimerkiksi pientä maalaiskuntaa ei voi verrata suuren kaupungin kanssa. (Salasuo & Tigerstedt 2007, 22.)

### 5.1 ESPAD-tutkimus

Eurooppalainen koululaistutkimus nuorten päihteiden käytöstä (European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs, ESPAD) on tutkimus, jota on tehty vuodesta 1995 alkaen neljän vuoden välein 23–36 Euroopan maassa.

Kohderyhmänä ovat olleet 16 vuotta täyttävät nuoret eli Suomessa peruskoulun 9-luokkalaiset. Aineisto on kerätty ryväsotantaa käyttäen ja se on tehty anonyyminä luokkakyselynä. Aineiston koko on vaihdellut reilun 2000 ja 5000 oppilaan välillä eri vuosina. (Ahlström, Huhtanen, Miekkala & Raitasalo 2012, 3.)

ESPAD tutkimuksen keskeinen sisältö on nuorten päihteiden käyttö, käyttötavat sekä päihdeasenteet (Ahlström ym. 2012, 9). Suomessa saatujen tutkimustulosten mukaan vuosien mittaan raittiiden osuus alaikäisten keskuudessa on lisääntynyt vuodesta 1999. Vuonna 1999 kymmenesosa tutkitusta ikäluokasta eli 9-luokkalaisista, ei ollut koskaan juonut mitään alkoholijuomaa. Vastaava luku vuonna 2011 oli 16 %. (Ahlström ym. 2012, 15.)

ESPAD tutkimuksen avulla on saatu tietoon, miten muun muassa nuorten runsas kertajuominen on vähentynyt 2000-luvulla. Vuonna 1999 noin puolet nuorista oli juonut vähintään kuusi annosta kerralla viimeisten 30 päivän aikana kun taas vuonna 2011 näin oli tehnyt noin kolmannes pojista sekä tytöistä. Humalajuominen nuorten keskuudessa on vähentynyt selkeästi vuosituhannen jälkeen. Vuonna 1999 noin kolme neljäsosaa 15–16 –vuotiaista nuorista oli ollut humalassa joskus elämänsä aikana. Vastaava luku vuonna 2011 oli hieman alle 60 %. Tyttöjen ja poikien välillä olevat erot humalajuomisessa ovat vähäisiä. Kuitenkin vähintään kuukausittain itsensä humalaan juovien tyttöjen osuus on jonkin verran poikia suurempi. Tutkimuksista on

ilmennyt, että vuonna 2011 noin 10 % nuorista humaltui viikoittain kun vielä vuonna 1995 näin teki 18 % nuorista. (Ahlström ym. 2012, 19–20.)

Alkoholin käytön aloitusikä on noussut alkoholinkäytön vähenemisen myötä. Samalla myös eri juomalajeja kovin nuorena juoneiden osuus on pienentynyt. Yleisimmät alkoholijuomat nuorten keskuudessa ovat yhä olut ja siideri. Vuonna 2011 ja 2007 noin kolmasosa nuorista oli juonut 13-vuotiaana tai nuorempana olutta tai siideriä. Long drink -juomia, viiniä oli nuorista juonut noin neljännes ja väkeviä juomia 15 %. Alkoholinkäytön vähenemisen myötä myös ensimmäiset humalakokemukset ovat jonkin verran myöhentyneet. Vuonna 1995, 1999 ja 2003 ensimmäinen humala koettiin tavallisimmin 13–14 vuoden iässä. Vuonna 2007 13-vuotiaana humaltuneita oli vähemmän verrattuna aiempiin tutkimustuloksiin ja sama kehityssuunta jatkui vuonna 2011. Näin ollen nuorten humalajuomisen aloitusikä on viime vuosina siirtynyt aiempaa myöhäisemmäksi. (Ahlström ym. 2012, 24.)

Vuosien varrella ESPAD tutkimuksen tuloksista selviää, että tutkimusjakson aikana alkoholin saatavuus on kiristynyt selvästi. Edelleen valtaosa nuorista pitää oluen, siiderin ja long drink -juomien saatavuutta helppona. Viinien saatavuutta helppona pitävät puolet nuorista ja lähes puolet väkevien juomien saatavuutta. Ylivoimaisesti yleisin keino saada alkoholia on kaikkina tutkimusvuosina ollut pyytää sisaruksia tai kavereita ostamaan. Vuonna 2011 tytöistä 40 % ja pojista 30 % oli saanut juomia edellä mainitulla tavalla. Yleisin alkoholin nauttimispaikka 15–16-vuotiailla on kaikkina ESPAD:n tutkimusvuosina ollut toisen koti. Ulkona juominen on hieman vähentynyt, mutta edelleen reilu viidennes nuorista oli juonut ulkona viimeisimmällä juomakerralla vuonna 2011. (Ahlström ym. 2012, 26–27.) Alkoholin alaikäisille myynnin valvonta on tiukentunut selkeästi. Muun muassa Pakka-hanke on pitänyt painopisteensä sellaisten paikallisten toimintamallien kehittämisen, jossa valvonta ja alkoholin saatavuuden rajoitukset yhdistyvät nuoria tukeviin ja aktivoiviin toimintoihin. Yksi keskeisistä aiheista Pakka-hankkeella oli ikärajalainsäädännön valvonta. (Ahlström ym. 2012, 35.)

Nuoret kokevat alkoholin käytön vuoksi ongelmia. Seksuaaliseen käyttäytymiseen liittyvät ongelmat kuten sukupuolilyhdyntä, jota nuori on katunut seuraavana päivänä ja poliisin kanssa tekemiseen joutuminen yhdistyvät usein alkoholin käyttöön. Huo-

lestuttavaa tutkimustuloksissa on, että nuorten keskuudessa ei ole mitenkään harvinaista, että nuori on ajanut tai kuljettanut moottoriajoneuvoa juotuaan alkoholia. Vuonna 2007 23 % pojista oli juotuaan ajanut moottoripyörää, mopoa tai autoa alkoholin vaikutuksen alaisena. Vastaava luku tytöillä samana vuonna oli 12 %. Näin ollen alkoholin vaikutuksen alaisena ajaminen on pojilla selvästi yleisempää kuin tytöillä. (Ahlström ym. 2012, 102.)

## 5.2 Nuorten terveystapatutkimus

Nuorten terveystapatutkimuksessa eli NTTTT:ssä on seurattu vuodesta 1977 lähtien tupakan ja alkoholin käyttöä kahden vuoden välein 12-, 14-, 16- ja 18-vuotiaiden keskuudessa (Ahlström ym. 2012, 9). Tutkimustulokset perustuvat Nuorten terveystapatutkimuksessa aineistoihin, jotka kerätään joka toinen vuosi postikyselyllä. Kyselylomakkeen voi nykyään täyttää myös sähköisesti. Tutkimusaineistot on kerätty valtakunnallisesti edustavilta otosryhmiltä. (Lavikainen, Lindfors, Pere, Rainio, Rimpelä & Saarni 2009, 20.)

Nuorten terveystapatutkimuksesta selviää, että vuonna 2011 12-vuotiaista pojista 94 % ja tytöistä 95 % ilmoitti, että ei juo alkoholijuomia edes pieniä määriä. Raittius kuitenkin on vähentynyt iän karttuessa: 18-vuotiaista pojista vain 10 % ja tytöistä 6 % ilmoitti, että ei juo lainkaan alkoholijuomia. Vuonna 2011 kerran kuukaudessa tai useammin alkoholia juovien osuudet prosenteissa olivat 14-vuotiailla pojilla 8 % ja tytöillä 15 %, 16-vuotiailla pojilla 42 % ja tytöillä 54 % sekä 18-vuotiailla pojilla 75 % ja tytöillä 76 %. 12-vuotiaiden ikäryhmässä 3 % pojista sekä 1 % tytöistä ilmoitti juoneensa ainakin pieniä määriä alkoholia vähintään kerran kuukaudessa. (Lindfors, Pere, Raisamo, Rimpelä & Tiirikainen 2011, 32–33.)

Terveystapatutkimuksesta ilmenee, että 12-vuotiaiden ikäryhmässä humalajuominen on ollut läpi tutkimusjakson harvinaista. Lisäksi tulokset osoittavat, että humalajuominen poikien keskuudessa on aavistuksen yleisempää kuin tytöillä. Ikäryhmiä tarkastellessa selviää, että ikäryhmittäisessä tarkastelussa humalajuominen on laskenut

kahden viime vuoden aikana kaikissa ikäryhmissä sekä pojilla, että tytöillä lukuun ottamatta 14-vuotiaita tyttöjä, joilla se on pysynyt samana. (Lindfors ym. 2011, 35.)

### 5.3 WHO:n nuorten terveyskäyttäytymistä koskeva tutkimus

WHO:n eli World Health Organizationin nuorten terveyskäyttäytymistä koskevassa tutkimuksessa (Health Behaviour in School-Aged Children, HBSC) on saatu tietoja 11-, 13- ja 15-vuotiaiden alkoholin käytöstä vuodesta 1985 lähtien. Tutkimusta on tehty vuodesta 1985 lähtien neljän vuoden välein ja vuodesta 2002 lähtien tietoja on saatu myös huumeista. (Ahlström ym. 2012, 9).

Nuorten viikoittaisessa alkoholin kulutuksessa on selkeää vaihtelua Euroopan maiden välillä WHO:n tutkimuksen mukaan. Esimerkiksi pojilla viikoittainen alkoholin kulutus on tyttöjä yleisempää. Lisäksi Suomessa ja Ruotsissa nuorten alkoholin viikoittainen kulutus on Euroopan muita maita huomattavasti vähäisempää. (WHO 2008, 123–125.)

### 5.4 Yhteenveto tutkimuksista

Eurooppalainen koululaistutkimus nuorten päihteiden käytöstä (European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs, ESAD), Nuorten terveystapatutkimus ja WHO:n nuorten terveyskäyttäytymistä koskeva tutkimus osoittavat, että alkoholin käyttö alaikäisten keskuudessa on vähentynyt. Alkoholinkäytön väheneminen näkyy alaikäisten keskuudessa lisääntyneiden raittiiden osuudessa sekä alkoholinkäytön aloitusiän nousemisella. Yhteenvetona voi päätellä, että alaikäisten lasten humalajuominen on vähentynyt ja tämä johtuu osaksi ennaltaehkäisevästä työstä kuten alkoholin saatavuuden kiristymisellä.

## 6 OPINNÄYTETYÖ JA OPAS

### 6.1 Opinnäytetyö

Opinnäytetyö toteutettiin projektimuotoisena opinnäytetyönä, jonka tuotos on opas-lehtinen vanhempien keinoista lapsen alkoholinkäytön ehkäisemiseen ja siihen puutumiseen Porin Pakka-hankkeelle. Projektimuotoinen opinnäytetyö on yksi vaihtoehto tutkimukselliselle opinnäytetyölle. Projekti eli hanke on kestoaltaan rajallinen, ainutkertainen ja muista toiminnoista erillinen toiminto. Tämän tarkoituksena on saavuttaa tietty päämäärä. Projektin eri vaiheita ovat projektin aloittaminen, suunnittelu, toteutus ja päätäntä. (Karlsson & Marttala 2001, 11,15.) Projektimuotoisen tuotoksellisen opinnäytetyön tavoitteena on ammatillisen käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamista, toiminnan järjestämistä tai järjeistämistä. Toteutustapana voi olla esimerkiksi kirja, kansio, opas, cd-rom tai tapahtuma. (Vilka & Airaksinen 2004, 9.)

Opinnäytetyö koostuu tutkimuksista, pro-gardu – tutkielmista, artikkeleista ja oppikirjoista. Opinnäytetyössä on pyritty käyttämään mahdollisimman tuoreita aineistoja. Nämä lisäävät työn luotettavuutta. Lähes kaikki opinnäytetyössäni käytetyt lähteet ovat ilmestyneet 2000-luvulla. Pääosa lähteistä on suomenkielisiä. Opinnäytetyössä käytettiin myös muutamia englanninkielisiä tutkimuksia nuorten alkoholinkäytöstä. Nämä tuovat opinnäytetyöhön kansainvälistä näkökulmaa. Lähdemerkinnät opinnäytetyössä on pyritty tekemään mahdollisimman tarkasti, jotta tekijänoikeuslaki toteutuu ja lukija voi tarvittaessa hakea lisätietoa aiheesta.

### 6.2 Opinnäytetyön tuote

Opinnäytetyön tuotteeksi valikoitui opas-lehtinen Pakka-hankkeen projektipäällikkö Sari Ilvosen mielipiteitä kunnioittaen ja kuunnellen. Toivon, että opas-lehtinen olisi selkeä ja ajatuksia herättävä.

Pakka-hanke päättää opas-lehtisen mahdollisesta levittämisestä eteenpäin. Tämän takia Porin Pakka-hankkeen yhteistyökumppani, mainostoimisto Jabadabadoo sovittelee tekstit lehtiseen sekä asetteli Pakka-hankkeen omat logot opaslehtiseen. Oppaa-



seen koottiin tietoa nuorten alkoholinkäytöstä, vanhempien keinoista ehkäistä alaikäisen lapsen alkoholinkäyttöä sekä puuttua alaikäisen lapsen alkoholinkäyttöön.

## 7 OPAS ALAIKÄISTEN LASTEN VANHEMMILLE

### 7.1 Oppaan sisältö

Aloin suunnitella opaslehtisen sisältöä heti kun olin saanut teoriaosuuden opinnäytetyössäni valmiiksi. Aiheiden valinta oppaaseen oli selkeä, jo aiemmin sovittu toimeksiantajani kanssa. Opaslehtisen sisällön tarkoituksena oli vastata kysymyksiin miten vanhemmat voivat myönteisesti ennaltaehkäistä alaikäisten lastensa alkoholinkäyttöä ja miten vanhemman tulisi puuttua alaikäisen lapsensa alkoholinkäyttöön. Opinnäytetyöni tuotteen, opaslehtisen kohderyhmä ovat vanhemmat, joilla on alaikäisiä lapsia.

Pyrin, että opaslehtisen teksti olisi lyhyttä ja ytimekästä. Aineiston on oltava helppolukuista, sillä luotettavuus vaikuttaa vastaanottajan kokemaan aineiston hyödyllisyyteen. Monimutkaiset lauserakenteet ja vaikeat käsitteet heikentävät luetettavuutta ja tätä kautta myös aineiston hyödyllisyyttä. Ytimekkäät ja lyhyet lauseet ja sanat kiinnittävät lukijan huomion paremmin kuin pitkät ja vaikeaselkoiset. (Parkkunen, Vertio, Koskinen-Ollonqvist 2001, 14–15.)

Opas tehtiin ”haitari”-muotoon ja tämä sisälsi kuusi sivua, joista ensimmäinen sivu oli kansisivu. Toinen sivu käsitteli tiivistetysti alkoholilakia sekä antoi teoriatietoa nuorten alkoholinkäytön haittavaikutuksista. Kolmas sivu käsitteli vanhempien keinoja ehkäistä alaikäisen lapsen alkoholin käyttöä ja neljäs sivu vanhempien keinoja puuttua alaikäisen lapsen alkoholinkäyttöä. Viidennen sivun ”Tiesitkö, että...” – osion tarkoituksena oli herättää faktatiedon kautta vanhemmissa erilaisia ajatuksia. Sivulla esitettiin esimerkiksi faktatieto, että jos lapsi joutuu olemaan 14-vuotiaana viikoittain yli kymmenen tuntia yksin ilman aikuisen seuraa, on hänellä selvästi suurempi riski ajautua päihteiden käyttöön ja ilkeiden tekoihin. Viimeinen sivu sisälsi linkkejä, joista vanhemmat voivat hakea lisää tietoa alaikäisten lasten alkoholinkäy-

töstä. Sivu sisälsi myös lähteitä, joista opaslehtisen tekstisisältö oli koottu. Lähteiden avulla lukija voi selvittää, mistä tieto on peräisin ja tarvittaessa hankkia lisätietoa aiheesta (Parkkunen ym. 2011, 12). Ilvosen toivomuksesta lähdeluetteloa tiivistettiin ja näkyviin jäi niin sanotut ”päälähteet” ja opinnäytetyöni.

Luetutin aikaansaannoksiani muutamaa otteeseen muutamalla ulkopuolisella henkilöllä. Heidän palautteiden pohjalta muokkasin tekstiä täsmällisemmäksi, lyhensin lausemuotoja. Loppujen lopuksi hyväksyin aikaansaannokseni Porin Pakka-hankkeen projektipäällikkö Sari Ilvosella. Ilvonen halusi vaihtaa opaslehtisessä esiintyvän sanan ”ennaltaehkäisevä” sanaan ”ehkäisevä” ja ”Tiesitkö, että...” – osiosta poistettiin kysymysmerkit. Lisäksi Ilvosen toive oli, että opaslehtisessä alun perin olleita lähteitä vähennettäisiin ja yhdeksi lähteeksi laitettaisiin opinnäytetyöni.

Oppaan luotettavuutta ja hyödynnettävyyttä olisi lisännyt se, että vanhemmat, jotka olisivat lukeneen opaslehtisen läpi, olisivat kirjallisesti arvioineet ja kertoneet mikä on hyvää ja mikä kaipaa muutosta. Opaslehtisen käytettävyys ja sisällön ymmärrettävyys jäivät nyt kuitenkin arvioimatta. Oppaaseen tehdyt muutokset tehtiin oppaan tekijän läheisten ja projektipäällikkö Sari Ilvosen avustuksella.

## 7.2 Oppaan ulkoasu, teksti ja kuvat

Opaslehtisen ulkoasusta huolehti Pakka-hankkeen yhteistyökumppani, mainostoimisto Jabadabadoo. Tämä sen takia, että toimeksiantaja halusi käyttää Pakka-hankkeen jo tunnetuiksi tulleita logoja, asetteluja ja värejä opaslehtisessä. Myös opaslehtisen koko ja malli oli toimeksiantajan valitsemaa. Myös tekstin koon ja tyylin valitsi toimeksiantaja.

## 8 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

### 8.1 Pohdinta

Opinnäytetyön tuotoksena syntyi opas vanhemmille, joka antaa keinoja ennaltaehkäistä ja puuttua alaikäisen alkoholinkäyttöön. Projektin tuotos hioutui suunnittelu- vaiheessa paljon alkuperäiseen suunnitelmaan nähden. Muutokset tapahtuivat lähinnä Pakka-hankkeen projektipäällikön toiveesta. Projektin tarkoituksena oli suunnitella ja tuottaa alaikäisten lasten vanhemmille opaslehtinen, joka antaa neuvoja ennaltaehkäistä ja puuttua alaikäisen lapsen alkoholinkäyttöön. Tarkoituksena oli tehdä oppaasta selkeä, mielenkiintoinen ja helposti luettava. Oppaan avulla vanhemmat saavat tärkeää tietoa nuorten alkoholinkäytöstä. Oppaaseen kootut keinot ennaltaehkäistä ja puuttua nuorten alkoholinkäyttöön olivat esimerkkejä ja opaslehtisessä painotettiin, että ei ole yhtä ainoaa ja oikeaa ratkaisua esimerkiksi puuttua nuoren alkoholin kokeiluun tai käyttöön.

Opinnäytetyön aihe oli ajankohtainen ja tarpeellinen. Nuorten alkoholinkäyttö ja alkoholi yleensä ovat jatkuvasti uutisotsikoissa. Lukuisat tutkimukset alkoholinkäytöstä Suomessa ovat osoittaneet, että alkoholin kulutus Suomessa on pienentynyt. Kulutusta halutaan edelleen vähentää ja yhtenä keinona on hallituksen aikomus nostaa noin kymmenellä prosentilla mietojen ja noin viidellätoista prosentilla väkevien juomien alkoholiveroja. Jos tämä tulee toteutumaan, ovat myönteiset vaikutukset nähtävissä myös alaikäisten lasten alkoholinkäytössä. Alkoholijuomien hintojen nousun myötä yhä useampi joutuu puntaroimaan, aikooko hän tuhjata rahansa alkoholiin vai johonkin aivan muuhun.

Mielestäni eri tahojen tulisikin panostaa enemmän alkoholin tuottamien ongelmien ennaltaehkäisyyn eli primaaripreventioon. Tämä tulee pitkällä aikataululla selvästi halvemmaksi kuin se, että vasta ongelmien esiintyessä niihin puututtaisiin. Tällä tarkoitan tertiäristä ehkäisyä eli esimerkiksi tietynlaisella toiminnalla pyritään torjumaan alkoholiriippuvuuden eteneminen. Ennaltaehkäisyä nuorten alkoholinkäytössä on juuri heidän vanhempien tiedottaminen. Uskon, että valitettavan moni vanhem-

pi ei pohdi tarpeeksi, miten heidän oma alkoholikäyttäytymisensä vaikutuksesta lapseen.

Projektiin kului aikaa enemmän kuin alun perin suunnittelin. Projektin toteutustapa muuttui muutamaan otteeseen ja itse aikataulukin venyi. Aikataulun venymisellä ei kuitenkaan koitunut haittaa. Opinnäytetyöprosessi oli opettavainen. Opin paljon aiheeseen liittyen ja mielenkiintoni aihetta kohtaan kasvoi entisestään. Tiedän hyödyntäväni tulevaisuudessa sekä työ- että yksityiselämässäni kyseistä opinnäytetyöprojektiä.

## 8.2 Johtopäätökset ja jatkotutkimuksen aiheet

Tulosten perusteella voidaan tehdä seuraavat johtopäätökset:

1. Vanhemmat voivat myönteisesti ennaltaehkäistä alaikäisen lapsensa alkoholinkäyttöä muun muassa näyttämällä itse esimerkkiä sekä pitämällä lapseensa luottamukselliset välit.
2. Vanhemmat voivat puuttua alaikäisen lapsensa alkoholinkäyttöön esimerkiksi tiukentamalla sääntöjä kuten rahansaantia tai kotiintuloaikoja.

Tässä opinnäytetyössä selvitettiin, miten vanhempi voi puuttua alaikäisen lapsensa alkoholinkäyttöön ja miten alkoholinkäyttöä voidaan vanhempana ennaltaehkäistä. Jatkossa olisi hyvä saada tietää myös niin vanhempien kokemuksia kun he ovat joutuneet puuttumaan alaikäisten lastensa alkoholinkäyttöön. Lisäksi olisi hyvä saada tietää, miten alaikäinen kokee kun hänen alkoholinkäyttönsä on puututtu. Opaslehtisen aiheesta voitaisiin käydä myös yleistä keskustelua esimerkiksi koulun vanhempainillassa. Uskon, että moni vanhempi kokee huonoa omatuntoa joutuessaan puuttumaan alaikäisen lapsensa alkoholinkäyttöön. Vertaistukiryhmä vanhempien kesken, jotka ovat joutuneet puuttumaan alaikäisten lastensa alkoholinkäyttöön, voisi olla myös yksi toiminnallinen idea.

Tutkimukset osoittavat, että erilaiset muutokset kuten vanhempien tiukempi ote alaikäisen lapsen alkoholin käyttöön sekä viranomaisten tiukempi valvonta ikärajojen noudattamiseen ovat vähentäneet nuorimpien ikäryhmien alkoholinkäyttöä. Kuiten-

kin 18-vuotiaiden ja nuorten aikuisten alkoholinkäyttö on pysynyt ennallaan ja jopa lisääntynyt. Tärkeää olisi pohtia, miten alaikäisten parissa ilmenevä alkoholin käytön vähentäminen saataisiin ulottumaan myös 18-vuotiaisiin ja sitä vanhempiin nuoriin aikuisiin.

Opinnäytetyötä tehdessä minulle valottui, kuinka tärkeää on, että alaikäinen ei joisi alkoholia ennen täysi-ikäisyyttä. Lisäksi sain tietoutta Pakka-hankkeesta. Tulevaisuudessa minulla on valmiudet ohjeistaa vanhempia puuttumaan alaikäisen lapsen alkoholinkäyttöön sekä osaan neuvoa, miten omalla esimerkillä pystyy myönteisesti ennaltaehkäisemään lapsen alkoholinkäyttöä.

## LÄHTEET

- Ahlström, S., Huhtanen, P., Leppänen, M., Metso, L. & Pietilä, E. 2009. Nuorten päihteiden käyttö Suomessa 1995-2007. ESPAD-tutkimusten tulokset. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 25.3.2013. <http://thl.fi/thl-client/pdfs/1bdd2d77-b36d-499c-b8de-dd714abf80d8>
- Ahlström, S., Huhtanen, P., Miekka, M. & Raitasalo, K. 2012. Nuorten päihteiden käyttö Suomessa 1995-2011 ESPAD-tutkimusten tulokset. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print.
- Ahlström, S., Metso, L. & Tuovinen, E. 2004. Suomalaisen nuorten päihteiden käyttö 1999 ja 2003. Helsinki: Stakes.
- Aira, T., Kannas, L., Kokko, S., Kämppe, K. & Villberg, J. 2008. Mannerheimin Lastensuojeluliiton ehkäisevän päihdetyön (EPT) hankkeen seuranta tutkimus. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Helsinki: Makeprint Oy.
- Alho, H., Kiiänmaa, K. & Seppä, K. 2010. Alkoholiriippuvuus. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Alho, L. & Öfverström-Anttila, H. 2010. Alkoholinkäytön riskien arviointi, neuvonta ja hoitoonohjaus, työvälineenä Audit. Opas sosiaalialan ja terveydenhuollon ammattilaisille. Helsingin kaupunki.
- Alkoholilaki. 1994. 1994/1143, 3§.
- Alkoholilaki. 1994. 1994/1143, 24§.
- Heinilä, P., Kuoppasalmi, K. & Lönnqvist, J. 2007. Päihteisiin liittyvät häiriöt. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Helenius, J. 2012. Kissa pöydälle - puhu alkoholista nuoren kanssa. Opas vanhemmille. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Porvoo: SLY-Lehtipainot Oy.
- Holmila, M., Karlsson, T. & Raitasalo, K. 2005. Alaikäisten alkoholiostot. Yhteiskuntapolitiikka 3/2005. Viitattu 23.3.2013. <http://julkari.fi/bitstream/handle/10024/100598/053holmila.pdf?...1>
- Holmila, M., Kesänen, M., Tamminen, I., Warpenius, K. & Warsell, L. 2010. Paikallinen alkoholipolitiikka: Pakka-hankkeen loppuraportti. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.
- Huhtanen, M. 2012. Nuoren alkoholinkäyttöön puuttuminen viranomaisnäkökulmasta. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto: Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Viitattu 25.3.2013. <http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu05766.pdf>

Huoponen, K., Koskinen-Ollonqvist, P., Mustalampi, S. & Peltonen, H. 2002. Päih-teidenkäytön ehkäisy. Opas koulujen ja sidosryhmien yhteistyöhön. Opetushallitus. Stakes.

Huume ei vie huolia -foorumin -opas. 2012. Mikä suojaa nuorta päihteiltä?

Härkönen, P., Mustonen, A., Salo, J., Tikkanen, P., Törmänen, T. & Vuorinen, A. 2010. Vauhdilla aikuisuuteen? Selviytymisopas nuorten vanhemmille.

Ilva, M. & Takala, J. 2012. Apua ja tukea päihteitä käyttävien vanhempien lapsille. Lasinen lapsuus 2011 – hankkeen loppuarviointi. A-klinikkasäätiön kehittämissyksikö.

Ilvonen, S. 2011. Porin Pakka-hankkeen toimintakertomus vuodelta 2010. Viitattu 23.3.2013. <http://porinpakka.fi/>

Ilvonen, S. 2011. Terveyden edistäminen alkoholihaittoja vähentämällä, Ehkäisevä päihdetyö Porin seudulla. AMK-opinnäytetyö. Porin Diakonia-ammattikorkeakoulu. Viitattu 23.3.2013. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2011112815834>

Jokela, J., Kinnunen, T., Lommi, A. & Luopa, P. 2010. Nuorten hyvinvointi Suomessa 2000-luvulla. Kouluterveyskysely 2000–2009. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 25.3.2013. [http://thl.fi/thl-client/pdfs\(91431fe2-cfa6-4909-9363-75eda1839dc3](http://thl.fi/thl-client/pdfs(91431fe2-cfa6-4909-9363-75eda1839dc3)

Karlsson, T & Österbeg, E. 2010. Suomi juo: Mitä tilastot kertovat suomalaisten alkoholinkäytöstä? Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki: Yliopistopaino.

Karlsson, Å. & Marttala, M. 2001. Projektikirja - Onnistuneen projektin toteuttaminen. Helsinki: Talentum.

Laki holhoustoimesta. 1999. 1999/442, 2§.

Laukkanen, J. & Puolakka, J. 2000. Lapsi ja päihteet – Tietoa vanhemmille puheeksi ottamiseen ja puuttumisen tueksi. Rovaseudun lasten ja nuorten terveyden ja hyvinvoinnin edistämishanke. Viitattu 26.3.2013. [http://akosote.roiakk.fi/AKOSOTE/hh/toimintamallit/siva\\_malli/getinfoitemembeddedfile\\_ID=85199.pdf](http://akosote.roiakk.fi/AKOSOTE/hh/toimintamallit/siva_malli/getinfoitemembeddedfile_ID=85199.pdf)

Lavikainen, H., Lindfors, P., Pere, L., Rainio, S., Rimpelä, A. & Saarni, L. 2009. Nuorten terveystapatutkimus 2009: Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö 1977–2009. Helsinki. Viitattu 7.4.2013. [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=39503&name=DLFE-10634.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=39503&name=DLFE-10634.pdf)

Lindfors, P., Pere, L., Raisamo, S., Rimpelä, A. & Tiirikainen, M. 2011. Nuorten terveystapatutkimus 2011: Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö 1977-2011. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki.

Marttunen, M. & Kiianmaa, K. 2003. Nuoret ja päihteet. Teoksessa Salaspuro, M., Kiianmaa, K. & Sepeä, K. (toim.) Päihdelääketiede. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino.

Mustalampi, S. 2001. Ehkäisevä päihdetyö- mitä se on? Teoksessa Suomi ja huumeet - tietopaketti huumeista. 3. uud. p. Kirjapaino West Point Oy.

Mäkelä, R. 2010. Juoppohulluus ja muut alkoholipsykoosit. Päihdelinkin www-sivut. Viitattu 6.4.2013. <http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/236-juoppohulluus-ja-muut-alkoholipsykoosit>

Mäkelä, A. & Savisaari, L. 2011. Mitä vanhemmat voivat tehdä? Päihdelinkin www-sivut. Viitattu 7.4.2013. <http://www.paihdelinkki.fi/puheeksi-print?c=kun-kotona-puhutaan-paihteista>

Palm, S. 2008. Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta annetun lain 1§:n muuttamisesta. Viitattu 25.3.2013. [http://eduskunta.fi/faktatmp/utatmp/akxtmp/la\\_131\\_2008\\_p.shtml](http://eduskunta.fi/faktatmp/utatmp/akxtmp/la_131_2008_p.shtml)

Parkkunen, N., Vertio, H. & Koskinen-Ollonqvist, P. 2001. Terveysaineiston suunnittelun ja arvioinnin opas. Terveiden edistämisen keskus.

Piispa, M. 2013. Vanhemmat alkoholin ostajina ja tarjoajina. Lasten seurassa www-sivut. Viitattu 7.4.2013. <http://www.lastenseurassa.fi/>

Salasuo, M. & Tigerstedt, C. 2007. Miten nuorten juomista on tutkittu 1950–2007, teoksessa Nuoret ja alkoholi. Helsinki: Hakapaino Oy.

Seppä, K. 2013. Alkoholin terveyshaitat. Päihdelinkin www-sivut. Viitattu 6.4.2013. <http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/233-alkoholin-terveyshaitat>

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2004. Alkoholiohjelma 2004–2009. Yhteistyön lähtökohdat 2004. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja, ISSN 1236-2050. Helsinki: Edita Prima.

Sterwart, S., Conrod, P., Marlatt, G., Comeau, M., Thush, C. & Krank, M. 2005. New Developments in Prevention and Early Intervention for Alcohol Abuse in Youths. Alcoholism: Clinical and Experimental Research.

Tiilikainen, B. 2009. Nuorten terveys ja päihteiden käyttö. Kysely yläkoulun nuorille. Pro gradu –tutkielma. Kuopion yliopisto: Hoitotieteen laitos.



Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2004. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Warsell, L. 2001. Ehkäisevä päihdetyö verkottuu alueellisesti ja paikallisesti. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskityksen lehti Dialogi. 3/2001, 46.

World health organization (WHO). 2008. Inequalities in young people health. Health behaviour in school-aged children. International report from the 2005/2006 survey. Viitattu 25.3.2013. <http://euro.who.int/Document/E91416.pdf>

Österberg, E. 2009. Nuoret ja alkoholi. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen esite. Erweko.



## SAMK / Sopimus opinnäytetyön tekemisestä

Opinnäytetyön tekijä: Hakala Jessica Henriikka	
Opiskelijanumero	Aloituserhmä: HT09P1
Koulutusohjelma: Hoitotyön koulutusohjelma	
Opinnäytetyötä ohjaavan opettajan nimi, sähköposti, puhelinnumero ja osoite: Taavela Raija, [REDACTED] Satakunnan ammattikorkeakoulu, Tiilimäen kampus; Maamiehenkatu 10, 28500 Pori	
Toimeksiantaja, yhteys henkilön nimi, sähköposti, puhelinnumero ja osoite: Psykososiaaliset palvelut, Porin kaupunki/Perusturva. Projektityöntekijä Sari Ilvonen, [REDACTED]	
Opinnäytetyön nimi: Porin Pakka hanke: Vanhempien keinot ennaltaehkäistä ja puuttua alaikäisen lapsen alkoholinkäyttöä	
Työn etenemisaikataulu:	
Tarkempi selvitys on sopimuksen liitteenä olevassa hyväksytyssä tutkimus-/projektisuunnitelmassa.	
<p><b>Vakuutukset.</b> Jos opinnäytetyö tehdään kokonaan tai osittain työsuhteessa palkkaa vastaan, niin toimeksiantajan on laadittava asianmukainen kirjallinen työ sopimus. Työnantaja huolehtii lainmukaisista vakuutuksista, sillä ammattikorkeakoulun vakuutukset eivät kata työsuhteessa tehtävän opinnäytetyön tekijää.</p> <p><b>Opinnäytetyön kustannukset ja niiden korvaaminen.</b> Opinnäytetyöstä mahdollisesti aiheutuvien kustannusten (ml. Aineiston hankinta, raaka-aineet, matkat, työkorvaus jne.) korvaamisesta sopivat toimeksiantaja ja opiskelija keskenään. Pääsääntöisesti Satakunnan ammattikorkeakoulu ei vastaa yksittäisen opinnäytetyön kustannusten korvaamisesta.</p> <p><b>Oikeudet opinnäytetyön tuloksiin.</b> Toimeksiantaja saa käyttöoikeuden opinnäytetyön tuloksiin ja niiden kaupalliseen hyödyntämiseen. Opinnäytetyön tekijä on velvollinen raporttoimaan opinnäytetyön tulokset toimeksiantajalle.</p> <p><b>Immateriaalioikeudet.</b> Tekijänoikeus ja muut immateriaalioikeudet opinnäytetyöhön kuuluvat opinnäytetyön tekijälle. Opinnäytetyön tekijä ja toimeksiantaja sopivat erikseen, missä laajuudessa tekijänoikeus tai muut immateriaalioikeudet siirtyvät toimeksiantajalle.</p> <p><b>Opinnäytetyön ohjaus ja vastuu.</b> Vastuu opinnäytetyön tekemisestä ja tuloksista on opiskelijalla. Ammattikorkeakoulu vastaa työn ohjauksesta, seurannasta ja työn riittävästä laatusostosta. Ammattikorkeakoulu ei ole taloudellisesti vastuussa työn tuloksista tai aikataulusta. Opinnäytetyön tekijä ei vastaa toimeksiantajalle vahingosta, joka toimeksiantajalle syntyy opinnäytetyön viivästymisestä, ellei erikseen toisin sovita. Toimeksiantaja sitoutuu antamaan opiskelijan käyttöön kaikki opinnäytetyön tekemisessä tarvittavat tiedot ja aineistot sekä ohjaamaan opinnäytetyötä toimeksiantajaorganisaation näkökulmasta. Opiskelija sitoutuu palauttamaan toimeksiantajalle työn aikana saamansa luottamuksellisen aineiston, kun opinnäytetyö on valmistunut, tai kun osapuolet yhdessä toteavat, että yhteistyöedellytyksiä opinnäytetyön loppuun saattamiseksi ei ole.</p> <p><b>Tulosten julkistaminen ja luottamuksellisuus.</b> <u>Opinnäytetyö on kokonaisuudessaan julkinen.</u> Mikäli opinnäytetyö sisältää liikesalaisuuksia tai muuta julkisuuslaissa salassa pidettäväksi määrättyjä tietoja, on opinnäytetyön raportti laadittava niin, että tietojen luottamuksellisuus säilyy. Tarvittaessa salassa pidettävät tiedot on jätettävä työn tausta-aineistoon. Opinnäytetyö tai sen osia voidaan julkaista myös internetissä sopimalla niistä erikseen. Opinnäytetyön osapuolet (opiskelija, toimeksiantaja ja opettaja) sitoutuvat pitämään salassa kaikki opinnäytetyön tekemisessä ja sitä edeltävissä tai sen jälkeisissä neuvotteluissa esiin tulevat luottamukselliset tiedot ja asiakirjat sekä pidättäytymään käyttämästä hyväkseen toisen osapuolen ilmaisemia luottamuksellisia tietoja ilman erillistä lupaa.</p>	
Tätä sopimusta koskevat erimielisyydet pyritään ratkaisemaan ensisijaisesti neuvottelemalla osapuolten kesken. Mikäli asiasta ei päästä sopimukseen, erimielisyydet ratkaistaan Satakunnan käräjäoikeudessa.	
Tätä sopimusta on laadittu kappaleita, yksi kullekin osapuolelle.	
Satakunnan ammattikorkeakoululla on oikeus käyttää yhteistyöhanketta referenssinä ammattikorkeakoulun työelämäyhteyksistä, mukaan lukien SAMK:n yhteistyötietokanta, johon voi tehdä hakuja internetissä. Opinnäytetyöstä	

näkyvät otsikko, organisaatio ja organisaation yhteyshenkilö. Hanketta voidaan lisäksi hyödyntää ammatillisen korkeakoulutuksen tavoitteita edistävästi esim. opetusmateriaalina tai -metodina edellyttäen, ettei hankkeeseen sisältyneiden tietojen luottamuksellisuutta vaaranneta.

Päiväys: 18.3.2013

Toimeksiantajan edustajan allekirjoitus, nimike ja nimen selvitys:

Sari Ilvonen  
PARKKA-HANKKEEN PROJEKTIKÖNTERKIJÄ SARI ILVONEN

Koulujohtajan/ Opetusjohtajan allekirjoitus ja nimen selvitys:

Riitta Oksanen / Tytti Oksanen )

Opinnäytetyön tekijän allekirjoitus:

Jenni Hakala / Jessica Hakala

# VANHEMPIEN KEINOT

lapsen alkoholikäytön  
ehkäisemisessä ja siihen  
puuttumisessa



.....  
 KASTE

PAKKA  
Paikallista alkoholipolitiikkaa

PORI

## ALKOHOLILAKI 1994/1143

---

Lain mukaan alle 18-vuotias ei saa pitää hallussaan mitään alkoholijuomia.

Lain mukaan alkoholin välittäminen korvauksetta tai korvausta vastaan alle 18-vuotiaalle on rangaistava teko.

## NUORET JA ALKOHOLI

---

Alkoholin käyttö nuorena saattaa haitata vakavasti fyysisiä kasvu- ja kehitysprosesseja.

Alkoholin käyttö nuorella iällä voi lisätä aggressiivista käytöstä ja heikentää oppimistaitoja.

Mitä nuoremmalla iällä runsas ja humalahuinen alkoholinkäyttö aloitetaan, sitä varhaisemmalla aikuisiällä ilmaantuu elimellisiä alkoholiongelmia, kuten maksaja haimasairauksia sekä aivovaurioita.



PORI

## VANHEMMAN KEINOT EHKÄISTÄ ALAIKÄISEN LAPSEN ALKOHOLIN- KÄYTTÖÄ:

---

- Pohdi omaa alkoholikäyttäytymistä ja sen vaikutuksista lapseesi.
- Luo lapsellesi rajat ja yhteiset pelisäännöt.
- Tutustu lapsesi kavereihin ja heidän vanhempiinsa. Näin tiedät, minkälaisessa porukassa lapsesi kulkee.
- Keskustele lapsesi kanssa, miten toivot hänen toimivan, jos hänen kaverinsa lähtevät juomaan tai jos hänelle tarjotaan alkoholia.
- Seuraa, mihin lapsesi rahat kuluvat.
- Älä edesauta lapsesi alkoholinkäyttöä tarjoamalla tai ostamalla alkoholia.
- Vietä lapsesi kanssa aikaa yhdessä! Jo lapsen ensihumalaa "siirtämällä" voidaan välttää varhaisuoruuden alkoholiongelmat.

## VANHEMMAN KEINOT PUUTTUA ALAIKÄISEN LAPSEN ALKOHOLIN- KÄYTTÖÖN:

---

- Ei ole yhtä ainoaa ja oikeaa ratkaisua puuttua nuoren alkoholin kokeiluun tai käyttöön.
- Osoita, että et hyväksy alkoholikokeiluja.
- Älä ikinä vaikene tai jätä huomioimatta lapsen alkoholinkäyttöä. Osoita nuorelle, että hänestä välitetään!
- Jos lapsesi tulee päihtyneenä kotiin, on parempi siirtää perusteellisempi keskustelu seuraavaan päivään. Kotiin tulemisesta ei tulisi huutaa, sillä nuori saattaa seuraavalla kerralla jättää tulematta kotiin.
- Anna lapselle aikaa. Mitä enemmän kuuntelet, sitä enemmän ymmärrät lapsesi tunteita ja tekoja.
- Alkoholikokeiluihin puuttuminen vaatii vahvuutta. Uskalla olla aikuinen!
- Älä luovuta!

## TIESITKÖ, ETTÄ...

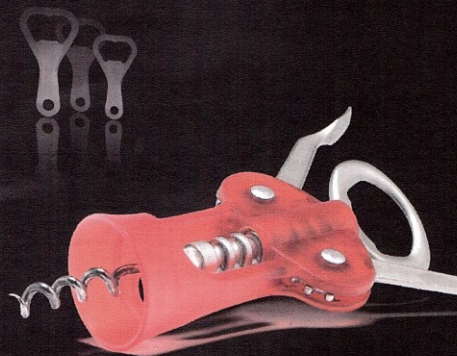
---

Nuoret muodostavat alkoholisenteensa ensisijaisesti kotikasvatuksesta?

Enemmistö nuorista luulee muiden nuorten käyttävän alkoholia enemmän kuin he itse?

Vaikka alkoholin alaikäisille myynnin valvontaa on tiukennettu selkeästi, kokee valtaosa nuorista alkoholijuomien hankintaa helppona?

Jos lapsi joutuu olemaan alle 14-vuotiaana viikoittain yli kymmenen tuntia yksin ilman aikuisen seuraa, on hänellä selvästi suurempi riski ajautua päihteiden käyttöön ja ilkivalan tekoihin?





## LINKKEJÄ:

---

[www.lastenseurassa.fi](http://www.lastenseurassa.fi)

[www.mll.fi](http://www.mll.fi)

[www.porinpakka.fi](http://www.porinpakka.fi)

[www.paihdelinkki.fi](http://www.paihdelinkki.fi)

[www.thl.fi](http://www.thl.fi)

## LÄHTEET:

---

- Ahlström, S., Huhtanen, P., Miekkala, M. & Raitasalo, K. 2012.  
Nuorten päihteiden käyttö  
Suomessa 1995-2011  
ESPAD-tutkimusten tulokset.  
Terveys ja hyvinvoinnin laitos.  
Tampere: Juventes Print.

- Hakala, J. 2013. Porin Pakka-hanke:  
Vanhempien keinot ennaltaehkäistä ja puuttua  
alaikäisen lapsen alkoholinkäyttöön. Opaslehtinen  
ennaltaehkäisyyn ja puuttumiseen.  
AMK-opinnäytetyö.  
Satakunnan ammattikorkeakoulu.

- Österberg, E. 2009. Nuoret ja alkoholi.  
Terveys ja hyvinvointilaitoksen esite.  
Helsinki: Erweko.