



**LAUREA**  
AMMATTIKORKEAKOULU

*Uuden edellä*

# Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten ajatukset ja kokemukset kannabiksesta

Pulkinen, Marika

Viljanen, Mira

Laurea-ammattikorkeakoulu  
Otaniemi

Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten ajatukset ja kokemukset kannabiksesta

Pulkkinen, Marika  
Viljanen, Mira  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Opinnäytetyö  
Toukokuu, 2014

Laurea-ammattikorkeakoulu  
Otaniemi  
Hoitotyö

Tiivistelmä

Pulkinen, Marika  
Viljanen, Mira

### Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten ajatukset ja kokemukset kannabiksesta

Vuosi	2014	Sivumäärä	66
-------	------	-----------	----

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kyselylomakkeella selvittää Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten ajatuksia, tietämystä ja kokemuksia kannabis-huumeesta. Lisäksi tavoitteena on saada selville, miten ikätovereiden ajatukset vaikuttavat nuorten kannabiksen käyttöön sekä miten koulun 8.-9.-luokkalaisten kokevat päihdetietouden muokkaavan heidän suhtautumiseensa kannabiskokeiluihin. Saaduista vastauksista koostettiin Kuitinmäen koulun seinille sekä terveydenhoitajan käyttöön tarkoitettuja postereita, joissa painotetaan tärkeitä asioita, jotka nousevat esille tutkimuksen tuloksista. Tavoitteena on oikaista nuorten mahdollisia vääriä uskomuksia kannabis-huumeesta.

Kyselyyn vastasi 195 Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaista. Tulosten perusteella erityisesti yhdeksäsluokkalaisten pojat suhtautuvat muita myönteisemmin kannabikseen. Parhaimman kannabistietämyksen puolestaan esittivät yhdeksäsluokkalaisten tytöt. Huolestuttavana ilmiönä voidaan nostaa esille nuorten ryhmäpainostus, sillä yli 80 % kysymykseen vastanneista nuoresta oli sitä mieltä, että kannabiksen käyttö aloitetaan kaverin painostuksen takia. Muita syitä kannabiksen käytön aloitukselle nuorten mielestä olivat masentuneisuus, halu olla ”cool”, ongelmat kotona sekä vaikutuksen teko kavereihin. Toisaalta ystävien kannabiksen käyttöön ei puututtaisi herkästi. Lisäksi yli puolet 9.-luokkalaisten pojista valitsivat kannabiksen alkoholin sijasta. Vastanneista oppilaista 3,6 % myönsi kokeilleensa kannabista.

Kuitinmäen koulussa oppilaiden päihdetietous on toteutettu yhdeksännellä luokalla, mikä myös tutkimuksessa näkyi selvästi. Suuri osa oppilaista koki, että koulun antama päihdetietous on nuorille tärkein lähde saada tietoa huumeista. Moni nuori toivoi päihdetietouden olevan totuudenmukaista ja tositarinoihin perustuvaa. Hyvän päihdetietouden uskottiin vähentävän nuorten halua kokeilla kannabista. Jatkotutkimuksena olisi hyvä selvittää enemmän kannabiksen käyttöön liittyviä asioita. Lisäksi nuorille olisi tärkeä järjestää toiminnallista huumetietoutta, joka ennen kaikkea puuttuisi ryhmäpainostuksen vähentämiseen.

Avainsanat: kannabis, nuoret, päihdetietous

Laurea University of Applied Sciences

Abstract

Otaniemi  
NursingPulkkinen, Marika  
Viljanen, Mira**Thoughts and experiences about cannabis among 8<sup>th</sup> and 9<sup>th</sup> graders of Kuitinmäki School**

Year	2014	Pages	66
------	------	-------	----

The purpose of this thesis is to find out 8<sup>th</sup> and 9<sup>th</sup> graders' thoughts, knowledge and experiences of the drug cannabis in Kuitinmäki school. In addition, the objective is to find out how the peers' thoughts affect the use of cannabis and how the pupils experience that knowledge about intoxicants reforms their attitude towards cannabis experiments. Based on the acquired answers a poster was composed to be put on the walls of Kuitinmäki school and for the use of the school's public health nurse. In the poster, there are important themes are emphasized that emerged from the pupils' answers. The aim is to correct possible wrong beliefs about cannabis among the pupils.

195 pupils of Kuitinmäki School answered the questionnaire. Based on the results, especially the 9<sup>th</sup> grader boys reacted more positively towards cannabis than others, whereas the best cannabis knowledge was presented by the 9<sup>th</sup> grader girls. The peer pressure is an alarming phenomenon among the youths that must be taken into consideration. Over 80 % of the pupils who answered think the use of cannabis is started because of peer pressure. Other reasons to start cannabis use were depression, desire of being cool, problems at home and making an impression to friends. On the other hand, pupils say that they would not easily intervene on their friends cannabis use. In addition, more than half of the 9<sup>th</sup> graders boys would choose marijuana instead of alcohol. 3,6 % of them admitted that they have tried cannabis.

At Kuitinmäki school, intoxicant education is carried out during the ninth grade. This was also visible in this thesis. The majority of the pupils experienced that intoxicant knowledge provided by the school is the most important source information about the drugs. Most of the pupils wished intoxicant knowledge to be truthful and based on true stories. Well-conducted intoxicant knowledge was believed to reduce the experiments with cannabis. In the future it would be useful to study cannabis use further. In addition, young people should have more functional drug-related knowledge, which could mostly focus on lowering the group pressure among young people.

Keywords: cannabis, the young, intoxicant knowledge

## Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Nuoruus .....	7
	2.1 Kouluterveyskysely.....	8
3	Kannabis .....	10
	3.1 Suomen huumeaallot .....	10
	3.1.1 Kannabiksen historiaa .....	11
	3.2 Huumeiden käytön tasot.....	11
	3.2.1 Kokeilu .....	12
	3.2.2 Viihdekäyttö.....	12
	3.2.3 Ongelmakäyttö.....	12
	3.3 Kannabiksen vaikutukset.....	13
	3.3.1 Akuutti käyttö.....	13
	3.3.2 Pidempiaikainen käyttö .....	14
	3.3.3 Riippuvuus ja vieroitusoireet.....	15
	3.4 Kannabis ja nuorten mielenterveys .....	16
	3.5 Kannabis vs. alkoholi .....	17
	3.6 Kannabis ja seksuaalisuus.....	19
	3.7 Kannabiksen kotikasvatus.....	19
	3.8 Huumeidenkäytön tunnistaminen .....	20
	3.8.1 Nuoren huumeidenkäyttöön reagointi .....	20
4	Päihdetietous .....	21
	4.1 Koulujen merkitys päihdetietouden antajana.....	21
5	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset.....	22
6	Opinnäytetyöprosessi.....	23
	6.1 Tutkimusmenetelmä.....	23
	6.2 Kyselylomakkeiden toteuttaminen .....	23
	6.3 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys .....	25
	6.3.1 Kyselylomakkeiden esitestaus.....	27
7	Opinnäytetyön toteutus.....	27
	7.1 Kyselyiden tulokset .....	27
	7.2 Posterit.....	46
8	Pohdinta .....	46
	8.1 Kehittämisehdotukset .....	48
	Lähteet .....	49
	Liitteet.....	53
	Kaaviot.....	59

## 1 Johdanto

Kannabis on yleisimmin käytetty laiton huumeaine Suomessa, ja se on rantautunut Suomeen 1960-luvulla alkaneen ensimmäisen huumeaallon seurauksena. (Kekoni, 2007,13, Salasuo, 2004, 18.) Kannabiksen käyttö ei siis itsessään ole uusi ilmiö suomalaisessa kulttuurissa, mutta viimevuosien aikana erityisesti nuorten kannabiksen käyttö on yleistynyt merkittävästi. Tuoreen Kouluterveyskyselyn (2013) mukaan pääkaupunkiseudun peruskoulujen 8.-9.-luokkalaisten keskuudessa huumeokeilut erityisesti poikien keskuudessa ovat yleistyneet entisestään. Lisäksi peruskoulun oppilaat suhtautuvat entistä myönteisemmin kannabiskokeiluihin. (Luopa, Kivimäki, Nipuli, Vilkki, Jokela, Laukkarinen, Paananen, 2013.)

Nuoruus on aikaa, johon kuuluu paljon muutoksia niin fyysisissä kuin psyykkisissäkin toiminnoissa. Murrosiän uteliaisuus ja kokeilunhalu ovat osa nuorten ryhmäkäyttäytymistä, mikä saattaa johtaa nuoren tekemisiin päihteiden kanssa. (Päihdelinkki, 2009, Väestöliitto, 2013.)

Suomen ja erityisesti pääkaupunkiseudun peruskouluissa on nykyisin enenemissä määrin havaittu kannabiksen käyttöä yläkouluikäisillä, niin vapaa-ajalla kuin koulupäivienkin aikana. Myös ala-asteikäisten on huomattu jo kokeilleen kannabista, joskin vähemmän kuin vanhempien koululaisten. Tämän vuoksi nuorten päihteiden käyttöön, erityisesti kannabiksen käyttöön on alettu kiinnittämään entistä enemmän huomiota.

Syksyn 2013 kannabis ja nuoret -koulutuksessa tuotiin esille Espoon poliisilta huolestuttavaa tietoa myös nuorten kannabiksen kotikasvatukseen liittyen. Kannabiksen kasvattaminen kotona on kasvanut suuresti, ja tämän vuoksi Suomessa on otettu yhtenäinen linja kannabiksen kotikasvatuksen rankaisemisessa. Vuonna 2013 nuorin kannabiksen kotikasvatuksesta kiinni jäänyt on ollut vain 12-vuotias. (Paasio, 2013.)

Opinnäytetyön aiheena on kartoittaa Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten kannabikseen kohdistuvia ajatuksia ja aineen mahdollista käyttöä. Tutkimuskouluksi valikoitui Kuitinmäen koulu, sillä Laurea-ammattikorkeakoulu toimii pitkäaikaisessa yhteistyössä heidän kanssaan, niin sanottuna Kuitinmäki-hankkeena. Kuitinmäki-hankkeen tavoitteena on nuorten terveys- ja hyvinvointikäyttäytymisen edistäminen. Opinnäytteen aiheeksi nuorten kannabiksen käyttö valikoitui juuri lisääntyneiden kannabiskokeiluiden sekä kohdekoulun terveydenhoitajan huolen takia. Kuulopuheiden mukaan moni nuori itse uskoo kannabiksen olevan terveellisempi päihdevaihtoehto, joten tarkoituksena on saada nuoret ymmärtämään kannabiksen käytön haitat omalle terveydelleen.

Oppinnäytetyö on tutkimusluontoinen, ja se toteutetaan jakamalla Kuitinmäen koulun 8.- ja 9.-luokkalaisille kyselykaavakkeet, joissa kartoitetaan heidän kannabistietämystään, asenteita ja aineen käyttöä. Tarkoituksena on, että jokainen nuori pystyy lomakkeen täyttämään, vaikka hän itse ei kannabiksen kanssa olisi ollutkaan tekemisissä. Kyselyn tuloksista tuotetaan Kuitinmäen koululle seinille laitettaviksi postereita, joissa käydään läpi esille tulleita asioita. Toiveissa on oikaista nuorten väärää luuloja kannabista kohtaan tutkimustietoon pohjautuen. Tutkimuksessa halutaan pääsääntöisesti selvittää, mitä Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkien oppilaat ajattelevat ja tietävät kannabiksesta ja sen käytöstä, miten kaveripiiri vaikuttaa nuoren kannabiksen kokeiluun tai käyttöön, ja miten oppilaat kokevat jo saamansa päihdetietouden vaikuttavan ajatuksiinsa kannabiksesta.

## 2 Nuoruus

Ihminen on fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen kokonaisuus. Fyysiseen osa-alueeseen kuuluvat kasvu ja motorinen kehitys; fyysisen kehittymisen lisäksi tähän sisältyy myös puberteettikehitys ja siihen liittyvät hormonaaliset muutokset. Psyykinen kehitys taas sisältää persoonallisuuden kehittymisen ja kognitiivisen kehityksen. Kognitiiviseen kehitykseen kuuluvat oppiminen, havaitseminen, ajattelu, muisti sekä motivaatio. Nuori etsii vastausta kysymykseen mikä on tarkoitukseni ja paikkani tässä maailmassa. Ympäristötekijät ja perimä vaikuttavat fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen kasvuun ja kehitykseen. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén, 2003, 51.)

Murrosiän fyysinen kasvu ja kehitys ovat yksilöllisiä, ja tähän vaikuttaa perimä. Puberteetin ajankohta vaihtelee tytöillä ja pojilla suuresti. Tytöillä kehittyminen alkaa 9-13 vuoden iässä ja pojilla murrosiän ensimmäiset muutokset alkavat 9,5 - 13,5 iässä. Keskimäärin kahden vuoden kuluttua ensimmäisestä puberteetin merkistä pojilla alkaa voimakkaimman pituuskasvun aika, keskimäärin 14-vuotiaana. Tytöillä kasvupyrähdyksen nopein vaihe ajoittuu yleensä 12 - 13 -vuoden ikään. (Aaltonen, ym. 2003, 52 - 57.)

Termiä ”nuoruus” on vaikea määritellä tarkasti tiettyyn ikään kuuluvaksi, sillä jokainen nuori kehittyy hieman eri tavalla ja eri tahdissa. Katsotaan, että nuoruus alkaa biologisista muutoksista, puberteetista. Nuorelle on tyypillistä oman fyysisen minän tutkiskelu. Nuori muuttuu fyysisesti sekä psyykkisesti, jolloin hän käy läpi omia tunteitaan, muuttumisprosessiaan ja muodostaa pikkuhiljaa omaa itsenäisempää identiteettiään. Nuori rupeaa myös pohtimaan eettisiä kysymyksiä syvemmin kuin aikaisemmin. Hän voi kyseenalaistaa kodin ihanteita ja sääntöjä, ja vastustaa näitä. Tämä vastustaminen ja kyseenalaistaminen ovat osa nuoruutta. Nuori voi haluta taistella näitä normeja vastaan ja muodostaa vähitellen oman maailmankatsomuksensa. (Aaltonen, ym. 2003, 18.)

Varhaisnuorelle ikätoverit, suuret meluisat joukot, ovat korvaamattomana peilinä ja tukena kohti aikuistumista. Hyvin harva nuori on sisältäpäin ohjautuva, joten suurin osa nuorista peilaa käyttäytymistään ja itseään muihin nuoriin, ja toisilta tuleva malli ja mielipiteet vaikuttavat nuoriin hyvin vahvasti. Ystävyysuhteissa opitaan ottamaan toiset huomioon, mutta myös kohtaamaan ja selvittämään ristiriitoja ja pettymyksiä. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto, 2013; Pruuki, 2008, 90.)

Nuoruus on aikaa, johon kuuluu paljon muutoksia. Ennen kaikkea murrosiässä kasvaa uteliaisuus sekä itseä että elämää kohtaan, mikä näkyy uusien asioiden kokeiluna ja testaamisena. Päihteiden kokeilu on yksi tämän aikakauden merkki kokeilunhalusta. (Päihdelinkki, 2009.) Myös päihdekokeilut ovat osa nuoren ryhmäkäyttäytymistä, jolloin todistellaan kavereille omaa uskallusta ja ”aikuisuutta” (Väestöliitto, 2013).

Nuoren kielteiset asenteet päihteitä kohtaan muuttuvat helposti uteliaisuuden ja kokeilujen kautta jopa positiivisiksi. Murrosiässä osa kokeilee tupakan ja alkoholin lisäksi myös kannabista ja muita huumeita, mutta useimmille se jää kokeiluksi. Toisille nuorille siitä tulee osa viihdettä ja toisille henkireikä aina ongelmakäyttöön ja riippuvuuteen asti. (Lappalainen-Lehto, ym. 2007, 43.)

Irti Huumeista ry:n (2013) mukaan yksilön riskitekijöitä huumausainekokeiluun on monia, mitkä pätevät hyvin myös nuoreen. Kokeilun haluun vaikuttavat yksilön omat asenteet, kuten onnistumisen tunteiden puute tai kykenemättömyys mielihyvänkokemiseen selvin päin. Toisaalta kokeiluun voi ajaa juurikin sosiaalinen paine ja huumeiden helppo saatavuus. Lisäksi geneettisellä alttiudella, lähipiirin vähäisellä puuttumisella, lähipiirin arvoilla ja normeilla sekä luotettavien ja turvallisten ihmissuhteiden puuttumisella tiedetään olevan yhteyttä huumausainekokeiluihin.

Uuden ja jännittävän kokeminen ei kuitenkaan aina ole nuoren päihteidenkäytön takana, vaan taustalla voi olla keino purkaa pahaa oloa ja ahdistusta.

## 2.1 Kouluterveyskysely

Tuoreessa vuoden 2013 Kouluterveyskyselyssä pääkaupunkiseudun 8.-9.-luokkalaisten kohdalla huolestuttavana asiana nousee esille juurikin huumeiden käytön yleistyminen, erityisesti poikien kohdalla. Tulosten mukaan erityisesti yläasteikäisten asenteet kannabiskokeiluihin ovat yhä myönteisempiä. Pääkaupunkiseudulla tänä vuonna kohtaan ”kokeillut laittomia huumeita ainakin kerran” vastasi 13 prosenttia 8.-9.-luokkalaisista. Indikaattori ei kuitenkaan kuvaa pelkästään kannabiksen käyttöä, vaan myös ekstaasia, Subutexia, heroiinia, kokaiinia, amfetamiinia, LSD:tä, gammaa tai muita vastaavia huumeita. Koko Suomeen verrattuna (9 %) laittomia huumeita käytettiin pääkaupunkiseudulla siis huomattavasti enemmän.



Kaupungeista Helsinki oli selvästi kärjessä huumekokeiluissa ja Espoo seuraavalla sijalla. (Luopa, ym., 2013.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos THL (2013) on koostanut taulukon (Kuva 1.) myös edellisvuosien pääkaupunkiseudun peruskouluikäisten marihuanan ja hasiksen käytöstä. Taulukon ensimmäinen sarake on vuodelta 2000, seuraava 2002, sitten 2004, 2006, 2008 ja 2010. Viimeinen sarake kuvaa tuoreen 2013 kyselyn tuloksia.

Marihuanan ja hasiksen käyttö- % pääkaupunkiseudulla, vuonna	2000	2002	2004	2006	2008	2010	2013
En koskaan	85	87	90	92	92	88	88
Kerran	5	5	4	3	3	5	4
2-4 kertaa	5	4	3	2	2	3	4
5 kertaa tai useammin	5	5	3	2	3	4	5
N	14147	15456	16745	16920	18268	16885	16205

*Kuva 1. Marihuanan ja hasiksen käyttö prosentteina käytön taso eroteltuna pääkaupunkiseudun 8.-9.-luokkalaisten keskuudessa vuosina 2000-2013.*

Taulukon (Kuva 1.) vuosittaisten käyttö-prosenttien mukaan marihuanan ja hasiksen käyttäjiä käyttöasteesta riippumatta peruskoulun 8.-9.-luokkalaista vastanneista on esitetty seuraavassa taulukossa (Kuva 2.)

Marihuanan ja hasiksen käytön yhteenlasketut % -osuudet käytöntasosta riippumatta pääkaupunkiseudun 8.-9.-luokkalaisten keskuudessa, vuonna						
2000	2002	2004	2006	2008	2010	2013
15 %	14 %	10 %	7 %	8 %	12 %	13 %

*Kuva 2. Marihuanan ja hasiksen yhteenlasketut käyttöprosentit pääkaupunkiseudun 8.-9.-luokkalaisten keskuudessa käytöntasosta riippumatta vuosina 2000-2013.*

Näin ollen verrattuna aiempiin vuosiin vuoden 2013 kouluterveyskyselyn perusteella peruskouluikäisten huumeiden käyttö on jatkanut nousuaan, vaikka vastaajia kyselyssä on ollut aiempia vuosia vähemmän. Yhden kerran kokeilut näyttävät vähentyneen, mutta pidempiaikainen käyttö puolestaan kasvaneen. (THL, 2013.) A-klinikkasäätiön ylilääkäri Simojoen (2013) mukaan kokonaisuudessaan kannabiksen käyttötaso kaikilla ikäryhmillä on korkeampi kuin 1990-luvun alussa ja näyttäisi muuttuvan pysyvämmäksi. Hänen mukaansa

kannabis ei myöskään ole korvannut muita päihteitä, vaan tullut niiden rinnalle. Näin ollen nuorten päihteiden käyttö lisääntyy entisestään.

### 3 Kannabis

Kannabis on yleisimmin käytetty huume. Se on valmistettu Cannabis Sativa - nimisestä hampukasvista, ja sen tärkein kannabinoidi eli huumaava aine on THC (tetrahydrokannabinoli). Kannabistuotteita ovat marihuana, hasis ja kannabisöljy. Kannabista poltetaan piipussa tai savukkeena sekä lisätään ruokiin ja leivonnaisiin. (Irti Huumeista ry, 2013.) Kannabista nautitaan myös esimerkiksi teehen sekoitettuna. Uudempi käyttötapa on kannabiksen höyryttäminen, jossa kuumaa höyryä päästetään marihuanan läpi. (Tacke & Sairanen, 2009.)

Marihuana on vihertävä, kellertävä tai ruskea kuivattu rouhe, jota saadaan kasvin kuivatuista lehdistä ja varsiosista. Hasis puolestaan on harmahtava, ruskea tai lähes musta levy, jota saadaan pihkasta. Kannabisöljy on rusehtavaa, vihertävää tai lähes väritöntä öljyä, jota saadaan tislamalla. (Irti Huumeista ry, 2013.) Kannabisöljy on kannabistuotteista vahvinta ja marihuana yleensä miedointa (Tacke, ym., 2009). Seppälä & Mikkola (2004, 76) kirjoittavat, että hasis on ainetta, jonka joukkoon on saatettu sekoittaa mitä erilaisimpia aineita aasinlannasta ja hennasta moottoriöljyyn ja muoviin.

Kannabikselle on katukielessä monia eri nimiä, kuten blaadi, hiisi, hitti, imu, paukku ja poltto. Hasista kutsutaan yleisimmin pilveksi tai hatsiksi, mutta muitakin nimiä on kuten, dulla ja fymi. Marihuana tunnetaan useimmiten marina tai budina, mutta yrtti ja kukka - nimiäkin käytetään. (Irti Huumeista ry, 2013; Klaari, 2013.)

#### 3.1 Suomen huumeaallot

Suomessa huumeiden käytön pitkiä kehitystrendejä on kutsuttu huumeaalloiksi, joilla viitataan kokeilujen ja käytön yleisyyteen. Suomen ensimmäinen huumeaalto tapahtui 1960-luvulla, jolloin erityisesti kannabiksen käytön kokeilu kasvoi koululais- ja varusmiespiireissä.

Ominaista käytön aloittamiselle ja kannabiksen ensikosketukselle alkuvaiheessa olivat matkustaminen Euroopassa tai Yhdysvalloissa (Kekoni, 2007, 26). Ensimmäisen huumeaallon taittumisen 1970-luvun puolivälin tienoilla kuvattiin olleen poikkeuksellisen jyrkkä, mihin vaikutti nuorisokulttuurissa vallinneiden radikaalien ajatusmallien hiipuminen sekä ikäpolven siirtyminen työelämään, ja niiden seurauksena kannabiksen kollektiivisen vastakulttuurisymboliikan merkityksen menettäminen. Tähän vaikuttivat hyvin voimakkaasti median luoma huumeiden negatiivinen julkisuus, huumevalistuksen alkaminen,

viranomaiskontrollin lisääntyminen sekä tietysti joidenkin kannabiksen käyttäjien siirtyminen kovempiin huumeisiin. (Salasuo, 2004, 18-19, 97-98.)

1990-luvun loppupuolella uusi globaali nuorisokulttuuri rantautui Suomeen, mikä toi mukanaan kannabiksen uuden tulemisen. Kannabiksen osalta toinen huumeaalto oli edellistä voimakkaampi, ja sen ajan tutkimusten perusteella maahamme saapuivat myös kovemmat huumeet. (Salasuo, 2004, 19.) Nykypäivänä elämme siis tuon aallon jälkimaininkeja, ja vuonna 2006 tehdyn tutkimuksen mukaan kannabiksen käyttö painottui 15-24-vuotiaiden keskuuteen (Kekoni, 2007, 27).

Lintonen, Rönkä, Kotovirta ja Konu (2012, 5,37,49) kertovat tulevaisuudentutkimuksessaan, että asiantuntijat ovat ennustaneet kannabiksen ja muiden huumeiden kolmatta käyttöhuippua vuoden 2020 tienoille. Heidän mukaansa huumeiden käyttö ja hallussapito ovat edelleen todennäköisesti rangaistava teko, mutta huumausainerikoksesta asiantuntijoiden arvion mukaan tulee pääsemään päihdehoitolaitoksella. Alaikäisten osalta arvioidaan, että heidän huumeidenkäyttönsä johtanee myös tahdonvastaiseen hoitoon. Poikkeuksena tästä asiantuntijat näkivät kannabiksen hallussapidon ja käytön, josta ei heidän arvionsa mukaan tulla enää 2020-luvulla rankaisemaan, toisinkuin nykyään voimassa olevassa Huumausainelaissa (2008) sanotaan.

### 3.1.1 Kannabiksen historiaa

Cannabis sativa on yksi ihmiskunnan vanhimpia viljelykasveja ja arvelujen mukaan vanhin ei pääasialliseksi ravinnoksi kasvatettu kasvi. Aasiassa se on tunnettu jo 5000 vuoden ajan ja Amerikoihin se kulkeutui orjaliikenteen mukana viitisen sataa vuotta sitten. Euroopassa ensimmäiset merkinnät kannabiksesta ovat vain muutaman sadan vuoden takaa, silloinkin lääkinnällisissä tarkoituksissa. Nykypäivänä YK:n arvion mukaan koko maailmassa on 163 miljoonaa tämän laittoman huumausaineen käyttäjää. (Kekoni, 2007, 27.)

### 3.2 Huumeiden käytön tasot

Huumeiden käyttö voidaan jakaa kolmeen eri tasoon, kokeiluun, viihdekäyttöön sekä ongelmakäyttöön. Nämä tasot siis ilmenevät myös kannabiksen käytössä. Usein huumeiden käytössä ei voida luoda suoraa rajaa viihdekäytön ja ongelmakäytön kanssa, sillä huumeiden käyttö saattaa kausiluontoisesti vaihdella. Luokat eivät muutenkaan ole stabiileja, vaan huumeidenkäyttäjä saattaa siirtyä tasosta toiseen tai lopettaa käytön myös kokonaan. (Salasuo, 2004, 150.)

### 3.2.1 Kokeilu

Huumeidenkäytön kokeilemisesta on kyse silloin, kun kokeilukertojen määrä jää alle kymmeneen. Suurin osa huumeiden käytöstä onkin kokeilukäyttöä. Vuodesta 1960 lähtien noin 80 % kaikista Suomen huumeidenkäyttäjistä on ollut kokeilijoita. Huumekokeilut ovat pääasiassa hasiksen kokeilua ja noin puolessa tapauksista ne ovat jääneet yhteen kertaan. Jo ensimmäisestä huumeaallostaa vuodesta 1960 lähtien nuorison kiinnostus huumeidenkäyttöön on lisääntynyt, ja samalla suvaitsevaisuus kasvanut. (Salasuo, 2004, 150-151.)

Nuoret ovat kertoneet huumeiden kokeilemisen suurimmiksi syiksi ystäväpiirin paineen ja pyrkimyksen päihtymiseen. Osa kokeilevista on kertonut, etteivät halua elää hallittua ja selkeää elämää, vaan he pyrkivät huumeiden kokeilulla vastustamaan yhteiskunnan normeja ja sääntöjä. (Salasuo, 2004, 150-151.)

### 3.2.2 Viihdekäyttö

Puhuttaessa huumeiden viihdekäytöstä, käyttö tarkoittaa yleensä aineen käyttöä vapaa-ajalla, jolloin työ tai opiskelu ei siitä kärsi. Useimmiten käyttö rajoittuu viikonlopun juhlimiseen tai ystävien kanssa hengailuun. Viihdekäyttöön liittyy usein oletus siitä, että aineen käyttöä pystytään kontrolloimaan ja että käyttäjä saa sillä myönteisiä seurauksia, kuten hyvänolon tunnetta. Viihdekäyttöön harvemmin liittyy huumeiden käytön ja hallussapidon lisäksi rikollisuutta, vaikka usein huumeidenkäyttäjät jatkavat aineen myyntiä ystäväpiirissään. (Salasuo, 2004, 153.)

Viihdekäyttö itsessään voidaan jakaa kolmeen eri käytön muotoon, tapakäyttöön, juhlimiseen ja tajunnanlaajentamiseen. Tapakäyttö kehittyi Suomessa ensimmäisen huumeaallon aikana ja jäi lopulta pysyväksi osaksi huumeidenkäyttöä. Yleisintä tapakäyttö on kannabiksen käyttäjillä, koska cannabis ei aiheuta nopeasti riippuvuutta ja sitä on helpointa hallita. Se on usein elämäntapa, joka voidaan myös tuntea osaksi musiikkikulttuuria. Viihdekäytöstä käytetään myös nimityksiä virkistyskäyttö, huvikäyttö, trendikäyttö ja hupikäyttö. (Salasuo, 2004, 153-155.)

### 3.2.3 Ongelmakäyttö

Euroopan huumausaineiden ja niiden väärinkäytön seurantakeskus EMCDDA on vuonna 1999 määritellyt seuraavasti huumeiden ongelmakäytön: ”Kun käytetään erittäin vaarallisia aineita, käyttö on suonensisäistä, käyttöön on voimakas riippuvuus tai käytöstä aiheutuu käyttäjälle vakavia terveydellisiä tai sosiaalisia haittoja”. (Salasuo, 2004, 152.)

Huumeiden ongelmakäyttö aiheuttaa ihmiselle usein psyykkisiä ja fyysisiä oireita, kuten psykoosia. Psykkisten ja fyysisten oireiden lisäksi merkki ongelmakäytöstä on huumeiden

aiheuttama riippuvuus, jolloin käyttäjän tärkeimmäksi tavoitteeksi nousee aineen jatkuva saanti ja vieroitusoireiden välttäminen. Yleisimpiä ongelmakäyttöön johtavia huumeita ovat heroini ja amfetamiini. Myös kannabiksen käyttäjät voivat olla ongelmakäyttäjiä, mutta tämä on harvinaisempaa kannabiksen mietouden vuoksi. (Salasuo, 2004, 152.)

Ongelmakäyttö Suomessa on kuitenkin onneksi vielä melko vähäistä muihin Euroopan maihin verrattuna. Suomen ongelmakäyttäjistä on arvio noin 10 000-15 000. (Salasuo, 2004, 152.)

### 3.3 Kannabiksen vaikutukset

Kannabinoidit eli kannabiksen huumaavat ainesosat ovat rasvaliukoisia, joten ne varastoituvat elimistöön. Näin ollen ne häviävät elimistöstä hyvin hitaasti. Aineen pitoisuuden puoliintumisaikana pidetään noin kahdeksaa vuorokautta. Säännöllisen käytön lopettamisen jälkeen huumeseulessa kannabis voi kuitenkin näkyä useita viikkoja päihteettömän jakson jälkeenkin. Myös kannabissavussa oleskelu voi aiheuttaa päihdetuntemuksia ja niin ollen näkyä huumeseulessa. (Lappalainen-Lehto, ym. 2007, 73.)

Kannabiksen vaikutukset vaihtelevat yksilöllisesti riippuen käytön tasosta ja aineen (THC) määrästä. Kannabinoidit vaikuttavat sitoutumalla reseptoreihin, joita tavataan pääosin vain keskushermostossa ja immuunijärjestelmässä. Näin ollen kannabiksen päävaikutus on keskushermostolama, joka aiheuttaa mielihyvätunteen. (Lappalainen-Lehto, ym. 2007, 73; Päihdelinkki, 2011a.) Käytettäessä kannabista vaikutuksen alkaminen riippuu käyttötavasta. Poltettaessa kannabista vaikutukset alkavat sekunneissa ja kestävät kolmesta neljään tuntia. Suun kautta käytettynä vaikutukset alkavat hitaammin, mutta kestävät pidempään, kuudesta kahdeksaan tuntia. (Päihdelinkki, 2011a.)

Alttius lukuisille kannabiksen käytön vaikutuksille ja haitoille ilmenee erityisesti nuoruusiässä. Nuoren aivot ovat haavoittuvaisin osa-alue myrkyille. Mitä aiemmin kannabiksen käyttö on aloitettu, sitä suurempi riski on riippuvuudelle sekä psykiatrisille ja psykososiaalisille ongelmille. Tiedetään myös, että kannabista käyttävät nuoret saavat heikommin kiinni kehitystehtävistä, kuten itsensä tuntemuksesta, elämäntarkoituksesta tai uravalinnoista. (Swedish National Institute of Public Health, 2008.)

#### 3.3.1 Akuutti käyttö

Akuutti kannabispäihtymys saa aikaan puheliaisuutta ja aktiivisuutta, ja käyttäjä on usein ulospäin suuntautunut, naureskeleva ja hilpeä. Vaikutukset voidaan Päihdelinkin (2011a) mukaan jakaa toivottuihin ja ei-toivottuihin. Toivottuja vaikutuksia ovat rentoutuminen ja hyväntuulisuus, lievät aistiharhat sekä subjektiivisen ajantajun heikentyminen. Kannabiksen käytöllä haetaan myös sosiaalisuutta ja ajatusten lentoa. Ei-toivottuja vaikutuksia varsinkin

kokemattomilla käyttäjillä voivat olla ahdistus ja paranoia. Myös harhaisuudet, sekavuustilat, paniikkikohtaukset ja verenpaineen vaihdellessa huimaukset ja pyörtymiset ovat tavallisia. Epämiellyttävät mielentilat ja motorinen epävarmuus sekä kuulo- ja näköharhat voivat johtaa myös outoon ja jopa väkivaltaiseen käyttäytymiseen. (Päihdelinkki, 2011a.)

Somaattisia oireita kannabiksen käyttöön liittyen ovat silmänvalkuaisen punoitus, valoherkkyys, suun kuivuminen, verensokerin lasku, ajan ja paikan orientaation katoaminen, nopeuden ja etäisyyden hahmottamisen vaikeudet sekä koordinaatio- ja reaktiokyvyn laskeminen. (Lappalainen-Lehto, ym. 2007, 74). Tästä syystä kannabiksen käyttö pieninäkin annoksina heikentää ajokykyä merkittävästi, ja lisää selvästi riskiä onnettomuuksiin, myös tottuneimmilla käyttäjillä. (Päihdelinkki, 2011a.)

Kannabiksen käytössä on teoreettinen riski yliannostukseen, mutta se on mahdollisuus saavuttaa vain niin suurilla määrillä kannabista, etteivät tiedemiehet usko ihmisen pystyvän tai suostuvan nauttimaan ainetta niin paljon. Kannabiksella tiedetään olevan alhainen akuutti myrkytystaso, joten käytännössä kannabiksella ei ole yliannostusriskiä. (Päihdelinkki, 2011a.)

### 3.3.2 Pidempiaikainen käyttö

Pidemmässä käytössä kannabis aiheuttaa persoonallisuuden, tunteiden sekä sosiaalisuuden muutoksia. Pitkäaikainen käyttö vaikuttaa lisäksi myös haitallisesti lyhytkestoiseen muistiin sekä kognitiiviseen kapasiteettiin pienentäessä aivoja. Aineen passivoiva vaikutus voi kehittyä amotivaatio-oireyhtymäksi, joka tarkoittaa kaiken kiinnostuksen katoamista. Oireyhtymä lisää siis välinpitämättömyyttä, heikentynyttä ongelmanratkaisukykyä, ärsyyntyneisyyttä, keskittymisvaikeuksia sekä normaalin vuorovaikutuksen vaikeutumista. (Lappalainen-Lehto, ym. 2007, 74; Päihdelinkki, 2011a.) Nuorilla amotivaatio aiheuttaa koulumenestyksen laskua, omaa huonouden tunnetta, masennusta, tärkeiden lähipiiri-suhteiden kariutumista sekä henkisen kasvun ja kehityksen hidastumista (Simojoki, 2013).

Erityisessä vaarassa ovat nuorten aivot, sillä tutkimuksen mukaan kannabiksen epäillään häiritsevän nuorten aivojen kehitystä (Large, Sharma, Compton, Slade, Nielssen, 2011). Lisäksi nuorena aloitettu säännöllinen käyttö vaikuttaa henkiseen kehittymiseen heikentävästi. On todettu myös, että kannabiksen käyttö altistaa oppimisvaikeuksille, mikä on nuorelle haitallista vielä kesken olevan koulutuksen saralla. (Päihdelinkki, 2011a.)

Kannabiksen poltto on keuhkojen kannalta yhtä haitallista kuin tupakointi, ja jopa haitallisempaa, sillä se sisältää tavallista savuketta enemmän karsinogeneeneja eli syöpää aiheuttavia aineita. Siispä kannabiksen poltto aiheuttaa samoja oireita ja sairauksia kuin tupakointi. (Lappalainen-Lehto, ym. 2007, 74.) Yksi marihuana-jointti vastaa 2,5 - 5 savuketta tupakkaa (Simojoki, 2013). Päihdelinkin (2011a) mukaan nuorilla tavataan myös suun alueella

kasvaimia, joita ei heidän ikäluokassaan muuten normaalisti esiinny. Lisäksi polttaminen vahingoittaa hengitysteitä lisäten limakalvon tulehduksia, kroonisia keuhkoputkentulehduksia, yskää ja keuhkolaajentumia.

Sydän- ja verisuonihäiriöt ovat mahdollisia kannabiksen käytöstä johtuvia ongelmia, sillä kohonnut verenpaine ja pulssi ovat riski esimerkiksi aivoinfarkteille (Päihdelinkki, 2011a). Täten päihtyneen puheen sammallusta ja sekavuutta voi esimerkiksi nuoren olla vaikea erottaa oikeasti hengenvaarallisesta tilasta.

Päihteiden käyttäjillä esiintyy normaalia enemmän infektiota. Kuten aiemmin todettiin, kannabis sitoutuu immuunijärjestelmän reseptoreihin, mikä on tähän suorassa yhteydessä. Suurempi riski infektioiden on toki suonensisäisten huumeiden käyttäjillä, joilla mahdollinen sepsis eli verenmyrkytys on hengenvaarallinen tila. Päihtyminen vähentää usein myös sukupuolista estyneisyyttä, minkä johdosta erityisesti nuorilla kondomin käyttö unohtuu, ja kasvaa riski sukupuolitautitartuntoihin. (Lappalainen-Lehto, ym. 2007, 98-100.)

Vuoden 2012 kannabiksen Käypä hoito suositusten mukaan kannabiksen käytön kroonisiin vaikutuksiin ja riskeihin nuorilla luetaan myös syrjäytyminen, rikoksiin ajautumisen riskin kasvu, alkoholin ja muiden huumeiden liikakäyttö sekä mielialuongelmat, jotka häiritsevät ihmissuhteita.

Tutkimuksissa on todettu, että kannabis vaikuttaa todennäköisesti negatiivisesti miesten ja naisten hedelmällisyyskykyyn laskien testosteronitasoa ja ovulaation kehittymistä, tyttöjen kuukautiskierron säännöllisyyteen sekä seksuaaliseen halukkuuteen heikentävästi. Kannabiksen käyttö raskausaikana on sikiön kannalta hengenvaarallista, sillä kannabiksen THC läpäisee helposti istukan vähentäen sikiön verenkiertoa ja aiheuttaa sikiölle hapensaantiongelmia. Lisäksi ennenaikainen synnytys ja vastasyntyneen pienipainoisuus ovat riskejä, kuten myös mahdolliset sikiövauriot. Kannabis erittyy myös äidinmaitoon mitä kautta se siirtyy suoraan lapseen. (Päihdelinkki, 2011a; Lappalainen-Lehto, ym., 2007, 74.)

### 3.3.3 Riippuvuus ja vieroitusoireet

”Riippuvuus on tärkeä osa normaalia ja tervettä elämää”, mutta siitä voi kehittyä myös sairaus. Riippuvuuden syntyyn vaikuttaa monet tekijät, kuten käyttäjän yksilölliset ominaisuudet, sosiaalinen ympäristö ja niihin liittyvät toimintamallit, asenteet lähiympäristössä sekä käyttäjän vuorovaikutussuhteet. (Irti Huumeista ry, 2013b.) Simojoen (2013) mukaan päihdehäiriöiden riskeinä ovat geenit, lapsuuden perhe ja sen toimintakyky sekä myöhemmin muu lähipiiri. Lisäksi hänen mukaansa yhteiskunta kannabiksen laillistamiskeskusteluineen ja ristiriitaisine asenteineen sekä nykynuorison koko elämänaikana vellonut huumemaailma ovat osatekijöitä riskikäyttäytymiseen.

Irti Huumeista ry:n (2013c) mukaan riippuvuuden kehityttyä siinä voidaan nähdä tiettyjä piirteitä. Riippuvuuden aiheuttajasta on tullut elämässä tärkein asia, ja se syrjäyttää muut tärkeät elämänalueet. Lisäksi kaikki henkilön toiminta tähtää vain tyydytyksen saamiseen aineen avulla. Simojoki (2013) puhui myös tähän yhteyteen liittyen motivaatiojärjestelmästä, joka ohjaa jokapäiväistä toimintaamme. Sen avulla nousemme aamulla sängystä ja lähemme kouluun, emmekä käännä kylkeä jatkaaksemme unta. Päihde on kuitenkin sellainen aine, joka saa tämän järjestelmän sekaisin. Motivaatio kääntyy tyystin aineen ympärille, eikä esimerkiksi koulun läksyihin ja oppimiseen.

Kannabiksen käyttäjistä 10 % arvellaan tulevan riippuvaiseksi (Päihdelinkki, 2011a). Lisäksi psyykkisen toimintakyvyn palautumiseen saattaa kestää useita viikkoja tai kuukausia. (Lappalainen-Lehto, ym. 2007, 74.) Riippuvuudesta voi kuitenkin toipua, mutta se vaatii hurjasti motivaatiota sekä aikaa (Irti Huumeista ry, 2013d). Tällöin täytyy huomioida, että kannabiksen käyttö aiheuttaa vieroitusoireita, joiden määrä ja laatu riippuvat täysin käyttäjän persoonallisista rakenteista, kannabiksen käytön kestosta ja käyttömääristä. Tavallisimpia oireita ovat levottomuus, hikoilu, univaikeudet, pelkotilat, ärtyneisyys, masentuneisuus, keskittymiskyvyttömyys sekä ruokahaluongelmat. (Päihdelinkki, 2011a; Lappalainen-Lehto, ym. 2007, 74.)

#### 3.4 Kannabis ja nuorten mielenterveys

Sääski (2008) kirjoittaa, että 15-20 %:lla nuorista arvioidaan olevan mielenterveyden häiriöitä, jotka juontavat juurensa ikäkauden haavoittuvuudesta sekä stressitekijöistä. Tähän kun yhdistetään kannabiksen käyttö, ovat nuoret suuren riskin alla sairastua mielenterveyden häiriöihin yhä enemmän. Monissa kansainvälisissä tutkimuksissa on selvitetty kannabiksen käytön ja mielenterveydellisten ongelmien yhteyttä, ja sen on todettu olevan ilmeinen.

Tutkimusten mukaan kannabis lisää akuutin psykoosin riskiä sekä voi aiheuttaa pitkäaikaisia seurauksia ja sairauksia kuten skitsofreniaa ja masennusta. Myös ahdistuneisuus- ja mielialahäiriöt ovat mahdollisia. Mielenterveysongelmien riski on erityisesti nuorena aloittaneilla kannabiksen käyttäjillä. (Large, ym. 2011; Päihdelinkki, 2011a.) Rayer, Haughwout & Keller (2013) toteavat tutkimuksessaan, että nuorena aloitettu kannabiksen käyttö saattaa pysyvästi heikentää nuorten kognitiota ja aiheuttaa aivoissa poikkeavuuksia, mikä vaikuttaa juurikin mielenterveydellisten häiriöiden syntyyn kiihdyttävästi.

National cannabis prevention and information centre (2012) on julkaissut tiedotteen, jonka mukaan kannabiksen käyttö voi johtaa yleisimpiin psyykkisiin häiriöihin, kuten masennukseen sekä ahdistuneisuuteen. Todisteet viittaavat myös siihen, että ihmisillä, joilla on piilevänä alttius mielenterveydellisille ongelmille, saavat kannabiksen käytöstä helpommin psykoosioireita.



Vaikka kannabiksen käytön ja mielenterveysoireiden välillä tiedetään olevan yhteys, ei voida tarkoin tietää sen luonnetta. McLaren, Lemon, Robins, Mattick (2008) ovat kuitenkin sitä mieltä, että tietyt johtopäätökset voidaan vetää. Kuten edellä todettiin, kannabiksen käyttö voi johtaa piilevien mielenterveysongelmien puhkeamiseen. Lisäksi jos kannabiksen käyttäjän perheessä tai suvussa on taipumusta mielenterveydellisiin ongelmiin, on syytä kannabiksen käyttöä välttää. Nuorena aloitettu käyttö on ehdottomasti suurena riskitekijänä mielenterveysongelmille, kuten psykoosille. Nuorena aloitetun kannabiksen käytön tiedetään vaikuttavan nuoren koulunkäyntiin, millä on yhteys tällöin myös nuoren saamaan koulutustasoon sekä myöhemmin työllistymiseen. On näyttöä myös siitä, että cannabis vaikuttaa negatiivisesti erityisesti tyttöjen mielenterveyteen.

Nuori, joka on aloittanut kannabiksen käytön alle 16-vuotiaana, omaa kaksinkertaisen riskin sairastua skitsofreniaan (Simojoki, 2013). Lisäksi tutkimuksissa on todettu, että nuorena käytetty cannabis on riskitekijä vanhemmalla iällä puhkeavalle psykoosille. On myös mahdollista, että kannabiksen käyttö pahentaa jo ollutta mielenterveysairautta. Nuorten kannabiksenkäytön ja itsemurha-ajatusten välillä tiedetään myös olevan yhteys. (Volkow, 2012.)

Cannabis on psykoaktiivinen aine, ja koska se vaikuttaa keskushermostoon, sen vaikutukset ovat yksilöllisiä myös mielenterveyden häiriöiden osalta. On olemassa niin kutsuttu cannabispsykoosi, jossa käyttäjälle tulee voimakkaita todellisuudentajun häiriöitä ja vainoharhaisia ajatuksia kannabiksen käytön aikana tai sen jälkeen, jotka voivat pahimmassa tapauksessa kroonistua. Näyttöä on myös siitä, että mielenterveyden häiriöiden riski kasvaa samalla kun kannabiksen käyttö lisääntyy. (Lappalainen-Lehto, 2007, 123.)

### 3.5 Cannabis vs. alkoholi

Kuitinmäen koululta kantautui viestiä, jonka mukaan nuorten keskuudessa ajateltaisiin kannabiksen olevan terveellisempi ja turvallisempi valinta kuin alkoholi. Tähän liittyen seuraavassa on etsitty väitteelle teoreettista kannanottoa.

Armentanon (2013) mukaan U.S. National Institute on Drug Abuse (NIDA) on julkaissut kannanottonsa väitteelle, jonka mukaan cannabis olisi turvallisempi valinta. "Claiming that marijuana is less toxic than alcohol cannot be substantiated since each possess their own unique set of risks and consequences for a given individual." Eli lyhyesti suomennettuna kannabiksen vähemmän myrkyllisyyttä ei voida näyttää toteen, sillä jokaiseen aine vaikuttaa yksilöllisesti aiheuttaen yksilöllisiä riskejä ja seurauksia.

Aiemmin tässä työssä on jo käyty läpi kannabiksen vaikutuksia, mutta seuraavassa niitä vertaillaan vaikutuksen, elimistöstä poistumisen, riippuvuuden, vieroitusoireiden, ajokyvyn, yliannostuksen sekä laillisuusaseman osalta alkoholiin lyhyesti taulukkomuodossa (Kuva 3.).

	Kannabis	Alkoholi
Vaikutuksen kohde	Keskushermosto ja immuunijärjestelmä <sup>1</sup>	Hermojärjestelmä <sup>2</sup>
Ei-toivotut vaikutukset	Ahdistus, paranoia, paniikkikohtaukset, harhaisuus, epämiellyttävät mielentilat. Pulssin ja verenpaineen muutos, mikä aiheuttaa huimausta ja pyörtyilyä <sup>1</sup>	Pahoinvointi, puheen sammallus, kömpelyys <sup>2</sup>
Poistuminen elimistöstä	Saattaa kestää viikkoja <sup>1</sup>	Yksi alkoholiannos palaa n. 1,5-2 tunnissa riippuen henkilön painosta ja maksan kunnosta <sup>4</sup>
Ajokyky	Suorituskyky heikentyy <sup>1</sup>	Suorituskyky heikentyy <sup>2</sup>
Riippuvuus	Aiheuttaa riippuvuutta yhtä paljon kuin alkoholi	Aiheuttaa riippuvuutta yhtä paljon kuin kannabis
Vieroitusoireet	Levottomuus, hermostuneisuus, ärsyntyminen, ruokahalu- ja unihäiriöt, riippuen käytön laajuudesta <sup>1</sup>	Satunnaisessa käytössä krapula. Pitkittyneessä käytössä levottomuus, vapina, pahimmillaan tajuttomuuskouristuskohtaukset <sup>3</sup>
Yliannostus	Ei yliannostusriskiä <sup>1</sup>	Alkoholimyrkytys <sup>2</sup>
Laillisuus	Laiton <sup>1</sup>	Laillinen yli 18-vuotiaille <sup>2</sup>

*Kuva 3. Kannabiksen ja alkoholin vertailua vaikutuksen, poistumisen, ajokyvyn, riippuvuuden, vieroitusoireiden, yliannostuksen ja laillisuusaseman osalta.*

Lähteet:

<sup>1</sup> Päihdelinkki, 2011a.

<sup>3</sup> Päihdelinkki, 2011c.

<sup>2</sup> Päihdelinkki, 2011b.

<sup>4</sup> Päihdelinkki, 2011d.

Nuorille suunnatussa A-klinikasäätiön ja Sosiaali- ja terveysministeriön tuottamassa internetsivustossa puhutaan myyteistä kannabista kohtaan, ja yksi myytti on, että ”alkoholi on haitallisempaa kuin kannabis”. Tähän Youth Against Drugs ry:n toiminnanjohtaja Juurinen

(2013) on kommentoinut että ”totta ja tarua”. Hänen mukaansa haitallisuus on suhteellinen käsite, ja se riippuu tarkastelun näkökulmasta. Alkoholin osalta korostuvat siis fyysiset, ja kannabiksen osalta psyykkiset haitat. Kumpaankin päihteeseen liittyy ongelmakäytön riski. Kannabis on kuitenkin laiton, ja sen käytön tiedon leviäminen saattaa johtaa hankaluuksiin opinnoissa ja työpaikoilla.

### 3.6 Kannabis ja seksuaalisuus

Kannabiksen käytöllä on useita positiivisia ja negatiivisia vaikutuksia seksuaalisuuteen. Satunnaiskäyttäjät saattavat käyttää kannabista voimistaakseen seksuaalista haluaan ja vähentämään estoja. Tiedetäänkin, että käytön alussa seksuaalinen halu voi lisääntyä ja voimistua, mutta jatkuvien suurien kerta-annosten vaikutus usein on kuitenkin päinvastainen. Pitkäaikaisessa käytössä kannabiksen käyttö voi aiheuttaa totaalista haluttomuutta. Nuorena aloitettu kannabiksen käyttö vaikuttaa pitkäkestoisesti nuoren elämään, tytöillä kuukautiskierto muuttuu usein epäsäännölliseksi sekä kannabiksen käyttö vaikeuttaa muullakin tavalla normaalia hormonaalista kehitystä. Kannabista käyttävän nuoren murrosikä myös pitenee. (Bergman, 2012, 13-14.)

Kuten aiemmin mainittu, päihteiden käyttö johtaa estojen vähenemiseen jolloin turvaseksi usein unohtuu ja suunnittelemattomien raskauksien ja sukupuolitautien riski kasvaa. Riskit on aina suuremmat, mitä useimpia suojaamattomia yhdyntöjä ja seksikumppaneita on. Rungas ja pitkäaikainen huumeiden käyttö saattaa pitkällä aikavälillä aiheuttaa miehille pysyviä erektio-ongelmia ja naisille orgasmin saannin kyvyttömyyttä käytön lopettamisen jälkeenkin. (Bergman, 2012, 27-29.) Nykypäivänä varsinkin nuorten keskuudessa on yleistynyt huumeiden käytön rahoittaminen seksiä myymällä. Tämä on erittäin vaarallista ja surullista, sillä nuori saattaa jättää ehkäisykäytön pois omasta tai asiakkaan tahdosta, jolloin riski sukupuolitaudeille, jopa HIV-tartunnalle kasvaa.

Päihteiden käyttö ei ole ihmiselle koskaan täysin turvallista, varsinkaan raskausaikana tai lasta yritettäessä. Kannabiksen tiedetään heikentävän siittiöiden laatua ja määrää sekä siittiöissä on huomattu epämuodostumia, jotka nostavat riskiä lapsettomuudelle. Tämä huomioon ottaen myös poikien/miesten on kiinnitettävä huomiota elintapoihinsa, tässä yhteydessä, kannabiksen käyttöön ei-toivottujen seurausten välttämiseksi. Kannabis myös läpäisee istukan ja kannabis kerääntyy sikiöön aiheuttaen sikiön pienimuotoisuutta ja ennenaikaisen synnytyksen riskin kasvamisen (Bergman, 2012, 13-14.)

### 3.7 Kannabiksen kotikasvatus

Tutkimuksen mukaan noin 40 000-60 000 suomalaista on joskus kasvattanut itse kannabista, ja vuonna 2010 joka kymmenes kertoi tuntevansa yhden kannabiksen kasvattajan. Suomalainen

kannabiksen kotikasvatus on tyypillisimmillään niin sanottua ideologista viljelyä, eli kasvi kasvatetaan omaan ja kaverin käyttöön. Motiivina pidetään usein kannabiksen helppoa saatavuutta, laatua sekä edullista hintaa. (Hakkarainen, Perälä & Metso, 2011.)

Rikoskomisario Paasion (2013) mukaan kannabiksen kotikasvatusvälineet kustantavat noin tuhannen euroa. Yhdestä kannabiskasvista saadaan 25g marihuanaa, ja jos 1g myydään noin 20 eurolla, saa kannabiksen kasvattaja rahansa kasvatusvälineistä takaisin jo kahdella kasvilla. 1kg marihuanaa ja 60 kasvia tai kasvin alkua vastaavat jo törkeää huumausainerikosta. Huumausaineen hallussapidosta tulee rikosrekisteriin merkintä, sormenjäljet, kuvat sekä DNA, ja merkintä pysyy rekisterissä, jollei syytettä kumota. Paasio (2013) muistuttaa myös, että marihuanassa on tyypillinen haju, joka helposti leijailee kotikasvatuksessa kasvattajan kannalta väärille alueille.

### 3.8 Huumeidenkäytön tunnistaminen

Huumeidenkäyttö näkyy useimmiten ensin ihmisen käytöksessä, asenteissa ja arvoissa, eli onko ihmisen käytös muuttunut, miten hän puhuu ja kohtaa läheisensä. Entiset rakkaat harrastukset ja ihmiset ovat saattaneet jäädä kokonaan ja tilalle on tullut jotain mitä ei voi paljastaa. Huumeidenkäyttäjän mielialat vaihtelevat tiheästi ja käyttäjä yrittää salata käytöstään ja muuttua salaperäiseksi. Käytöksen muutokset voivat olla esimerkiksi poikkeuksellista väsymystä tai jopa sekavuutta, yllättäviä voimakkaita raivokohtauksia, unettomuutta, asioiden unohtelua ja poissaoloja koulusta tai töistä. (Irti Huumeista ry, 2013.)

Pidempään jatkunut käyttö näkyy jo ihmisen ulkoisessa olemuksessa, käyttäjä saattaa yrittää peittää pistojälkiä tai mustelmiaan, pupillit laajenevat tai pienevät sekä useimmiten käyttäjä näyttää olevansa humalassa ilman alkoholin tuoksua. Huumeidenkäyttäjällä harvemmin on tarpeeksi rahaa aineiden käytön rahoittamiseen, jolloin rahaa yritetään lainata tai tehdä jopa rikoksia rahan saamiseksi. Kannabiksen käyttäjiltä löytyy usein asunnostaan voimakkaita hajusteita tai suitsukkeita joilla pyritään peittämään kannabiksen hajua (Irti Huumeista ry, 2013.)

Nuorten kohdalla erityisesti ystäväpiirin äkillinen muutos ja uudet epämääräiset ystävät voivat kertoa huumausaineiden käytöstä. Koulunkäynti kiinnostaa entistä vähemmän, ja arvosanat lähtevät laskuun. Yllättävä ja radikaali muutos nuoren pukeutumisessa ja ulkonäössä saattaa myös olla merkki päihteiden käytöstä. (Lusikka, 2008.)

#### 3.8.1 Nuoren huumeidenkäyttöön reagointi

Mitä aikaisemmin nuoren huumeiden käyttö huomataan, sitä helpompaa siihen on puuttua. Syyllistäminen on aina turhaa, sillä syyllistämällä keskustelu käyttäjän kanssa ei etene, ja se

voi aiheuttaa vain lisää ongelmia. Nuorelle on hyvä kertoa millaisia tunteita ja ajatuksia huumeidenkäyttö herättää. On tärkeää kuunnella nuorta ja keskustella huumeiden käytöstä ja sen haitoista. Nuorelta kannattaa kysyä huumekekeiluista ja sen syistä, jolloin saadaan pohja sille kuinka kauan tilanne on jatkunut. Kannattaa varautua myös siihen, että nuori kieltää täysin huumeiden käytön. Nuorta kannattaa muistuttaa siitä, että hänellä on aina läheisiä ihmisiä jotka hänestä välittää ja tukevat häntä, vaikka kuinka kävisi. Jos nuoren huumeiden käyttöön ei pystytä vaikuttamaan kotikonstein, on hyvä ottaa yhteyttä ammattilaisiin. (Irti Huumeista ry, 2013.)

#### 4 Päihdetietous

Päihdetietous, joka aiemmin tunnettiin käsitteenä huumevalistus, on yksi osa ehkäisevää päihdetyötä, jonka tarkoituksena on ehkäistä ja vähentää päihteiden käyttöä vaikuttamalla päihteitä koskeviin tietoihin ja asenteisiin, päihdekulttuuriin, käyttötapoihin ja jopa hintaan ja saatavuuteen (Kylmänen, 2005, 9).

Pelkkä ”valistus” ei sellaisenaan välttämättä toimi, vaan päihteistä ja tässä tapauksessa huumeidenkäytöstä tulisi puhua yksinkertaisesti riskien ja hyötyjen kautta. ”Perinteinen yksisuuntainen ja yksinkertaistava valistus on tehnyt eniten hallaa lasten ja nuorten oman ajattelun kehittymiselle” (Soikkeli, 2002, 5). ”Asioiden kieltäminen tai kiertäminen, liiallinen päihteiden vaikutuksista puhuminen ja mielikuvavirheet saattavat jopa yllyttää kokeiluun”. (Kylmänen, 2005, 31-32.)

##### 4.1 Koulujen merkitys päihdetietouden antajana

Hakkaraisen ja Metson (2002) mukaan nuoriin uppoaa hyvä koulun puolelta järjestetty päihdetietous, (artikkelissa käytettiin sanaa huumevalistus), ja sen koettiin olleen nuorten (15-24 v.) keskuudessa tärkein huumetiedon lähde. Vaikka media on täynnä huumekeskustelua, kokivat nuoret koulun huumevalistuksen silti tärkeimpänä. Näin ollen yhtenä tärkeimpänä nuorten ehkäisevän päihdetyön onnistumisen väylänä voi pitää onnistunutta koulun huumevalistusta. Kylmäsen (2005, 135) mukaan kouluyhteisössä tulisi käydä keskustelua siitä, mikä kouluyhteisön välittämä asenneilmapiiri ja johdonmukaisuus nuorten päihteettömyyden edistämässä ovat.

Kylmäsen (2005, 26) mukaan suuri osa nuorista haluaa keskustella avoimesti päihteisiin liittyvistä asioista, ja erilaiset ryhmätyöt ynnä muut ovat olleet suosittuja. Nuoret odottavat pääsevänsä kuulluiksi, ja he pitävätkin koulua luontevana paikkana päihdekeskusteluille. Tärkeää on myös saada selville, mistä nuoret ovat tietonsa huumetietoutensa hankkineet. (Kylmänen, 2005, 26.) Kouluissa toteutettavalle huumevalistukselle tärkeä lähtökohta on nuorten maailman tunteminen ja erityisesti siihen liittyen päihteiden käyttöön liittyvät ilmiöt

(Jaakkola, Mustalampi, Peltonen, Soikkeli, Tammi, Turkama, Ulmanen, Vuorenpää, 2001, 130.)

Kylmäsen (2005, 45) mukaan kouluterveyskyselyt muodostavat tärkeän tiedonlähteen peruskoulun yläluokkien terveystietämisen tilasta, ja tänä vuonna pääkaupunkiseudun kouluterveyskysely (Luopa, ym., 2013) toi ilmi, että erityisesti yläaste-ikäisten keskuudessa ovat huumekekoilut kasvaneet ja näin ollen päihdetietouttakin olisi syytä kasvattaa.

## 5 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten ajatuksia kannabikseen liittyen ja heidän mahdollista kannabiksen käyttöään. Kartoitusta toteutetaan kyselykaavakkeella, johon oppilaat vastaavat oman kannabistietämyksensä mukaisesti. Tutkimukseen osallistuminen ja lomakkeeseen vastaaminen eivät edellytä minkäänlaista kontaktia itse aineeseen. Tutkimustulosten perusteella on tarkoitus luoda Kuitinmäen koulun seinille ja terveydenhoitajan käyttöön postereita, joihin on kerätty tutkimustietoa kannabiksesta sekä näitä nuorten ajatuksia.

Opinnäytetyön tavoitteena on saada tietoa nuorten käsityksistä kannabista kohtaan, jotta nykypäivän trendin mukaisesti lisääntyviin nuorten huumekekoiluihin osattaisiin puuttua ajoissa. Tavoitteena on myös saada tietoa nuorten ryhmäkäyttämisen vaikutuksista heidän päihdekäyttämiseensä. Tutkimuksen tavoitteena on myös selvittää, kuinka nuoret ovat kokeneet terveydenalan henkilöstön tai koulun päihdetietouden vaikuttaneen heihin, ja miten nuorten vastausten perusteella kouluissa pystyttäisiin mahdollisesti enemmän ehkäisemään nuorten päihdekäyttämistä. Lisäksi opinnäytetyön tavoitteena on oikaista posterin muodossa oppilaiden mahdolliset väärät uskomukset kannabista kohtaan tutkimustietoon peilaten.

Opinnäytetyön tutkimuskysymyksiä ovat

- Mitä Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten ajattelevat ja tietävät kannabiksesta?
- Miten ikätovereiden ajatukset vaikuttavat Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten kannabiksen käyttöön?
- Miten Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten kokevat päihdetietouden muokkaavan heidän suhtautumistaan kannabiskokeiluihin?

## 6 Opinnäytetyöprosessi

### 6.1 Tutkimusmenetelmä

Tutkimuksen menetelmä määräytyy sen mukaan, minkälaista tietoa tarvitaan ja halutaan. Määrällinen tutkimus on aiheellinen silloin, kun halutaan numeraalista tietoa. Laadullinen tutkimus on puolestaan oikea tapa selvittää ihmisten mielipiteitä, kokemuksia tai uskomuksia. (Vilka, 2007, 13, Vilka, 2010.) Näin ollen tämä opinnäytetyö on pääsääntöisesti laadullinen, sillä tarkoitus on selvittää nuorten ajatuksia sekä kokemuksia itse kannabiksesta mutta myös heidän saamastaan huometietoudesta. Toisaalta tavoitteena on myös saada määrällisin keinoin tietoa nuorten kannabiksen käytön asteista eli määrästä. Kuten Vehkalahti (2008, 13) toteaa, ”sanallisia vastauksia voi olla antoisampaa analysoida laadullisilla menetelmillä, mutta saatuja tuloksia voi tiivistäen esittää määrällisillä menetelmillä.”

Näin ollen opinnäytteessä on käytetty kahden tutkimusmenetelmän yhdistelmää eli monimenetelmää, triangulaatiota. Airan ja Sepän (2010) mukaan ”laadullisen ja määrällisen tutkimuksen yhdistäminen on usein hyödyllistä, sillä kummallakin tutkimustavalla on vahvuutensa ja heikkoutensa”, erityisesti kyselylomakkeella toteutetussa tutkimuksessa. Jyväskylän yliopiston (2013) mukaan monimenetelmäisyystutkimuksessa kohteesta voidaan saada monipuolista ja kattavaa tietoa ja tuloksia. Samaa toteaa Virtuaaliammattikorkeakoulu (2013), jonka mukaan tällainen triangulaatio kohottaa tutkimuksen luotettavuutta.

Lisäksi opinnäytetyö on luonteeltaan toiminnallinen, sillä opinnäytetyön lopputuotoksena syntyy posterit, johon on koottu Kuitinmäen yläkoulun nuorten ajatuksia kannabiksesta sekä tutkittuun tietoon perustuvaa teoriaa, ja se on tarkoitettu Kuitinmäen koululle muun muassa terveydenhoitajan sekä esimerkiksi päihdetietoudesta vastaavan henkilön käyttöön. Vilkan (2010) mukaan toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistetään niin itse toiminnallisuus kuin teoreettisuus, tutkimuksellisuus ja raportointi.

Hypoteesi on tutkimuksen tekijän oletus tutkimustuloksista, ja sen asettaminen määrällisissä tutkimuksissa on tavanomaista. Kuvailevissa ja kartoittavissa tutkimuksissa sitä ei kuitenkaan aseteta. (Vilka, 2007, 24.) Näin ollen tässä opinnäytetyössä ei ole lähdetty oletamaan nuorten kannabiksen käyttöön liittyvistä aatteista tai käytön määristä mitään.

### 6.2 Kyselylomakkeiden toteuttaminen

Kysely on yksi aineiston keräämisen tapa, jolla on hyvä mitata henkilöä koskevia mielipiteitä ja asenteita. Lisäksi kysely sopii aineistonkeruutavaksi, kun tutkittavia on paljon, tai jos aiheena ovat henkilökohtaiset asiat. (Vilka, 2007, 28.)

Kyselyssä kysymysten muoto tulee olla standardoitu eli vakioitu. Tämä tarkoittaa sitä, että kaikilta kyselyyn vastaajilta kysytään samat kysymykset, samassa järjestyksessä ja samalla tavalla. (Vilka, 2007, 28.) Lisäksi kysymysten tulee olla niin selkeitä, jotta tutkittava kykenee niihin vastaamaan ilman tutkijan läsnäoloa ja apua (Vehkalahti, 2008, 11).

Kyselylomakkeella suoritettussa tutkimuksessa hyviä puolia on muun muassa se, että kaikki tutkittavat vastaavat samoihin kysymyksiin, eikä tutkija voi vaikuttaa vastauksiin, kuten esimerkiksi haastatteluissa vaikuttamalla äänenpainoon. Lisäksi tutkimus on melko alhainen kustannuksiltaan, eikä tutkijan välttämättä tarvitse olla paikalla, kun tutkittavat kyselyyn vastaavat. Tämä mahdollistaa myös laajemman otoksen maantieteellisesti katsottuna. Vastausprosenttiin pystyy myös jollain tasolla vaikuttamaan valitsemalla kyselylomakkeen täytön ajankohdan, esimerkiksi antaako kyselyn koulun oppilaille kotiin täytettäväksi, vai täyttävätkö he sen koulupäivän aikana luokassa. (Aaltola & Valli, 2001, 101.)

Vehkalahtien (2008, 12) mukaa kyselytutkimuksessa on kuitenkin myös lukuisia epävarmuuksia, kuten vastausten riittävä määrä, vastausten kattavuus, kysymysten asettelu suhteessa tutkimuskysymyksiin sekä esimerkiksi kyselyn toteuttamisen ajankohta. Myös tutkimuksen saatekirjeellä on suuri merkitys (Vehkalahti, 2008, 48).

Näin ollen kyselylomake on tutkimuksen luotettavuuden kannalta tärkeää esitettävä ennen varsinaisen tutkimuksen toteuttamista, jotta on mahdollista saada kiinni ohjeiden ja kysymysten ulkoasun oikeellisuus ja ymmärrettävyys, tarpeettomat kysymykset ja mahdolliset olennaiset asiat, jotka ovat jääneet kysymättä. Myös saatekirje on tärkeä luetuttaa etukäteen, jottei se ole puutteellinen, ja vaikuta vastaajien uskallukseen osallistua tutkimukseen. Testauksen voi suorittaa osa haastattelijajoukosta, mutta myös tutkijan kollegat tai muut asiantuntijat. (Vehkalahti, 2008, 48; Vilka, 2007, 78, 100-101; Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 54.) Tämän opinnäytteen kyselylomake on lähetetty tarkastettavaksi ja esitettäväksi ammattikorkeakoulun lehtorille, Kuitinmäen koulun rehtorille, terveydenhoitajalle sekä koululääkärille.

Tämän opinnäytetyön kyselylomakkeessa on käytetty avoimia, positio- sekä valintakysymyksiä ja niiden lisäksi vastaajan tietämystä mittaavia totta vai tarua - vastausvaihtoehtoja. Avoimet kysymykset kartoittavat oppilaiden ajatuksia, ja ovat näin ollen laadullista menetelmää käyttäviä. Lisäksi lomakkeessa käytetyt valintakysymykset (samaa tai eri mieltä) ovat niin sanottuja puoliavoimia laadullisia kysymyksiä, sillä niissä pyydetään samaa tai eri mieltä - vastauksen lisäksi lyhyt avoin perustelu. Määrällisiä kysymyksiä ovat oppilaiden tietämystä mittaavat totta vai tarua - vastausvaihtoehdot, käyttökokemuksia mittaavat pienet kysymykset sekä oppilaiden suhtautumista ja tietämystä kysyvät janamuotoiset positio-kysymykset. Kyselylomake saatekirjeineen löytyy työn lopusta liitteistä (Liite1; Liite2).



### 6.3 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksen luotettavuuteen ja laatuun vaikuttaa moni asia eikä tutkimuksen tekeminen ole niin suoraviivaista kuin moni voisi kuvitella. Luotettavuuteen ja laatuun vaikuttavat tilastolliset, sisällölliset, kulttuuriset, kielelliset sekä teknisetkin seikat. Vehkalahti (2008) mukaan puhuttaessa mittauksen luotettavuudesta täytyy erotella kaksi perustetta; validiteetti (validity eli pätevyys) ja reliabiliteetti (reliability eli luotettavuus). Validiteetti kartoittaa sitä, onko tutkimuksessa mitattu juuri sitä mitä piti. Jos tutkija ei itse tarkasti tiedä mitä haluaa tutkimuksen ajavan takaa, saattaa hän valita vääränlaisen mittarin. Tällöin tutkimuksessa ei välttämättä ole mitattu sitä asiaa mitä alun perin oli suunniteltu ja tutkimus ei tuota luotettavaa perustaa, reliabiliteettia. Validiteetti on myös tutkimuksen luotettavuuden kannalta ensisijainen peruste, sillä ellei tutkimuksessa mitata oikeaa asiaa, ei jatkossa reliabiliteetilla ole mitään virkaa. (Vehkalahti, 2008, 40-41.)

Hyvässä tutkimuksessa pidetään huolta siitä, ettei tutkimuksen kysymysten asettelu, tavoitteet, aineiston keruu ja käsittely sekä tulosten esittäminen loukkaa tutkimuksen kohderyhmää. Tutkijan tehtävänä on myös minimoida tutkittaville aiheutuvat haitat. (Vilkka, 2007, 90-91.) Tutkimusta tehdessä täytyy myös muistaa luottamus tutkittavia kohtaan. Tässä opinnäytetyössä tämä tulee erittäin hyvin esille, sille aihe on monille nuorille tuttu, mutta he eivät halua vanhempien saavan tietää mahdollisista kannabiksen kokeiluistaan. Tällöin on tärkeitä ilmaista luottamusta tutkittavia kohtaan, jotta tutkimusaineisto ei vääristy. Tutkimusaineiston anonymiteetistä tulee huolehtia koko aineiston keruun ajan, ja vielä tutkimuksen valmistuttua. Tutkimusaineiston anonymiasointia edellyttää kaksi Suomen lakia, Henkilötietolaki 1999/523 ja Laki viranomaisten toiminnan julkisuudesta 1999/621. Kyseisillä lakisäädännöillä pyritään turvaamaan tutkittavien yksityisyys. Tämä käytännössä velvoittaa tutkijaa huolehtimaan siitä, ettei tutkittavia pystytä tunnistamaan vastauksiensa perusteella eikä tutkittavien yksityisyyden suojaa loukata. (Vilkka, 2007, 95.)

Määrällisessä tutkimuksessa on mahdollista tehdä myös virheitä, jotka vaikuttavat vahvasti tutkimuksen luotettavuuteen. Tyypillisiä virheitä ovat, että tutkija itse ei tunne tarpeeksi hyvin tutkimuskohdettaan, jolloin tutkimusjoukon, aineiston keräämisen ja tutkimusmenetelmän valitseminen ovat ristiriidassa keskenään. Tutkija saattaa myös valita aihealueekseen liian laajan aiheen, jolloin tutkimus levähtää käsiin. Rajaamalla tutkittava aihe johonkin tiettyyn aiheeseen tai kategoriaan taataan se, että tutkimus saadaan tehtyä alusta loppuun ja, että tutkimus vastaa myös tutkimusongelmiin. (Vilkka, 2007, 97.)

Tutkimusaineiston keruu on tärkeä osa opinnäytetyöprosessia, sillä ilman teoreettista tietoa kerätyistä tutkimusvastauksista ei ole hyötyä. Etsittäessä tietoa internetistä, tulee olla erittäin tarkka ja valikoiva siitä mitä aineistoa tutkimukseensa sieltä ottaa. Yleisesti ottaen

kannattaa luottaa vain tietoon tunnetuilta sivustoilta. Tutkimuseettisesti on eri asia ottaako aineistoa tunnettujen organisaatioiden sivuilta, kuin Chat-sivustoilta. (Vilka, 2007, 97.)

Tutkimuksessa otanta vaikuttaa tutkimuksen luotettavuuteen, sillä mitä suurempi otanta, sitä luotettavampi tutkimus yleensä on. Otokoko vaikuttaa siihen, miten tarkasti otos kuvaa perusjoukkoa. Kuitenkaan aina tutkittavien määrä ei ole suoraan verrannollinen tutkimuksen luotettavuuteen. Vaikka tutkittavien määrä olisi suuri, ei vastaajien määrä aina täytä tarvittavia kriteerejä. Tämän vuoksi kysymysten asettelu vaikuttaa suuresti vastausprosenttiin. (Vehkalahti, 2008, 43-44.) Tässä tutkimuksessa otanta tulee olemaan kattava, sillä tutkimusta tehdään Espoolaisella yläasteella, jossa on noin 330 oppilasta. Näistä oppilaista tutkimukseen osallistuu Kuitinmäen koulun kahdeksas ja yhdeksäsluokkalaiset, yhteensä noin 200 oppilasta. Tutkimuksesta on jätetty pois seitsemäs luokka, koska he ovat juuri aloittaneet koulunkäyntinsä Kuitinmäen koulussa, ja kannabiksen käyttöä on aiemmin tavattu enemmän ylempillä luokilla.

Tutkimuksen tekoon vaikuttaa luotettavuuden huomioinnin lisäksi vahvasti myös etiikka. Tutkijan tulee omaksua tutkijan ammattietiikka, sillä se määrittää tutkimusta koskevat säännöt suhteessa tutkimuskohteeseen ja kollegoihin (Vilka, 2007, 89). Tutkimusetiikka on käsitteenä monimuotoinen, ja määrittää jokaiselle tutkijalle tietyt eettiset vaatimukset, joita ovat muun muassa kiinnostus aiheeseen, rehellisyys, tunnollisuus, vastuu sekä kollegiaalinen arvostus. (Yhteiskuntatieteellinen tietokirjo, 2010.)

Tutkimusetiikkaan liittyy vahvasti myös tutkijan eettisten vaatimusten lisäksi tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmät sekä avoin tulosten julkistaminen. Näin ollen huolellinen, rehellinen ja tarkka ote koko tutkimusprosessin ajan on tärkeää eettisten periaatteiden mukaan. Lisäksi tutkijan on arvostettava muiden tutkijoiden työtä ja saavutuksia asianmukaisesti. (Itä-Suomen yliopisto, 2014.) Näin ollen opinnäytetyössä on tärkeää jo luotettavuudenkin pohjalta kriittisesti arvioida lähdemateriaalia, käytettyä tutkimusmenetelmää ja ennen kaikkea tuloksia. Varsinkin silloin, kun tutkimuksen kohteena on erinäisiä mielipiteitä ja asenteita herättävä aihe, kuten tässä tapauksessa kannabishuume, on tutkijan erittäin tärkeää pitää omat ajatuksensa ja asenteensa erillään tutkimuksesta ja ennen kaikkea tutkimustuloksista, jottei niihin pääse vääristymiä, tutkijan tulkitessa niitä oman näkemyksensä mukaisesti, kumpaankaan suuntaan. Lisäksi lainatun teoria- ja tutkimustiedon oikein merkitseminen on osa eettisesti oikeaa tutkimustoimintaa, ja näin ollen kunnioittaa muiden tutkijoiden työtä.

National Institute of Environmental Health Sciences -yhdistyksen puheenjohtaja Resnik (2011) toteaa, että on olemassa useita syitä, miksi on tärkeää noudattaa eettisiä periaatteita tutkimusta tehdessä. Ensinnäkin normit edistävät tutkimuksen tavoitteita, kuten tietoa ja

totuutta. Toiseksi hänen mukaansa tutkimuksen tekemiseen liittyy useimmin useampi henkilö, jolloin yhteiset arvot ovat välttämättömiä yhteistyön toimivuuden ja luotettavuuden sujumiseksi. Lisäksi eettiset normit varmistavat sen, että tutkijat pysyvät työnsä takana. Resnikin (2011) mukaan moniin tutkimuseettisiin säädöksiin pätee seuraavanlainen karkea yhteenveto: rehellisyys kaikessa viestinnässä, objektiivisuus ja puolueettomuus tulosten julkistamisessa, eheys, huolellisuus, avoimuus ja vastuu koko prosessin ajan.

### 6.3.1 Kyselylomakkeiden esitestaus

Kuten aiemmin todettiin, kyselylomakkeiden esitestaus on yksi osa tutkimuksen luotettavuutta. Kyselylomaketta kommentoivat etukäteen Kuitinmäen koulun rehtori, terveydenhoitaja sekä ammattikorkeakoulun lehtori. Heiltä saadun palautteen perusteella muutaman kysymyksen kieliasua parannettiin ja yhdestä kysymyksestä poistettiin avustavat vaihtoehdot, jotta oppilaat voisivat vastata oman ajattelunsa perusteella ilman ohjaavia vastausehdotuksia. Hieman mieltä askarrutti myös se, jaksavatko oppilaat keskittyneesti vastata kaikkiin avoimiin kysymyksiin. Tämän perusteella päädyttiin siihen, että yksi kolmen kohdan (mitä tekisit, jos saisit tietää ... käyttävän kannabista?) avoin kysymys poistettiin, ja yhteen neljän puoliavoimeen kysymyksenasetteluun lisättiin yksi aiheita koskeva kysymys. Näin kyselylomaketta saatiin hieman lyhyemmäksi, mutta kaikki suunnitellut aihe-alueet pysyivät silti mukana.

## 7 Opinnäytetyön toteutus

Opinnäytetyön kyselylomakkeet toimitettiin Kuitinmäen koululle, ja ne täytettiin helmimaaliskuussa 2014. Koululle toimitettiin jokaiselle oppilaalle varattuna yksi kyselykaavake, yhteensä 242 kaavaketta. Yhteensä kyselyyn vastasi 195 oppilasta, joista kolme lomaketta jouduttiin hylkäämään virheellisesti merkatun esitetietokohdan takia. Näin ollen opinnäytetyön tutkimusmateriaali koostuu 192 täytetystä kyselylomakkeesta (n=192.) Vastaajista 50,5 % oli 8.-luokkalaisia ja vastaavasti 49,5 % 9.-luokkalaisia. Tyttöjen osuus vastaajista oli 51 % ja poikien 49 %.

### 7.1 Kyselyiden tulokset

Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaiset oppilaat vastasivat kyselylomakkeessa esitetietojen lisäksi 10-11 kysymykseen riippuen siitä, onko heillä kokemusta kannabiksen käytöstä vai ei. Kysymykset käsittelivät heidän kannabistietämystään, mielipidettä huumeiden käyttöä kohtaan, kannabiksen laillista asemaa, aineen vaikutuksia nuoren elimistöön, kannabiksen ja alkoholin suhdetta, syitä nuoren kannabiksen käytön aloittamiselle, kokemuksia kannabiksen käytöstä sekä heidän käsityksiään päihdetietoudesta ja sen vaikutuksista. Seuraavassa on käyty läpi

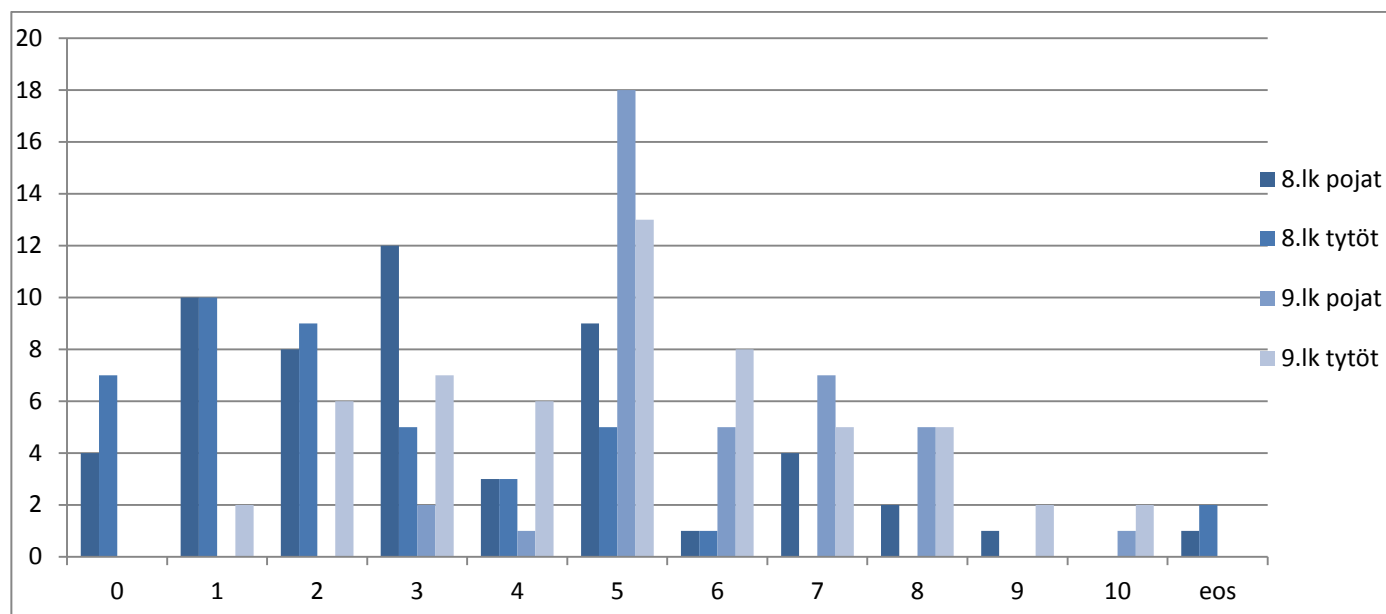
aihekohtaisesti nuorten ajatuksia ja vastauksia. Tulosten arvioinnissa on hyvä muistaa, että Kuitinmäen koulussa toteutetaan vasta 9-luokkalaisten terveystiedon tunnilla päihdetietoutta.

Aluksi kyselylomakkeella kartoitetaan nuoren uskomusta omaa kannabistietämystään kohtaan ajatuksella ”uskon tietäväni kannabis-huumeesta”. Heitä pyydettiin rastittamaan oma sijoittumisensa janalle, jonka alkupiste kuvaa ajatusta ”en mitään” ja loppupiste ”paljon”. Jana pisteytettiin arvoihin 0-10, jolloin arvo 0 kuvaa ajatusta olemattomasta tiedosta, arvo 5 ajatusta vähäisestä tiedosta ja arvo 10 paljosta tiedosta.

Jana-arvo	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	eos	yht.
8.lk pojat	4	10	8	12	3	9	1	4	2	1	0	0	55
8.lk tytöt	7	10	9	5	3	5	1	0	0	0	0	2	42
9.lk pojat	0	0	0	2	1	18	5	7	5	0	1	0	39
9.lk tytöt	0	2	6	7	6	13	8	5	5	2	2	0	56

*Kuva 4. Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisten jakautuminen jana-arvoille, 0=en mitään ja 10=paljon, suhteessa heidän ajatuksiinsa omasta kannabistietämyksestään.*

Luokka-asteittain nuorten ajatuksista omasta kannabistietämyksestään oli havaittavissa selvää nousua siirryttäessä kahdeksannelta yhdeksännelle luokalle (Kuva 4., Kuva 5.). Kahdeksasluokkalaisten kokivat tietämyksensä painottuvan olemattoman tiedon sekä vähäisen tiedon välille. Yhdeksäluokkalaisten puolestaan kokivat tietämyksensä olevan vähäisen tiedon molemmin puolin painottuen kuitenkin enemmän paremman tietämyksen puolelle. Kaavioista työn lopussa löytyvät luokka- ja sukupuolijakaumakohtaisesti nuorten sijoittuminen janalle suhteessa heidän ajatuksiinsa omasta kannabistietämyksestään (Kaaviot 1-4).



Kuva 5. Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisten ajatukset omasta kannabistietämyksestään ja sijoittumisesta sen puitteissa asteikolle 0 = en mitään, 10 = paljon.

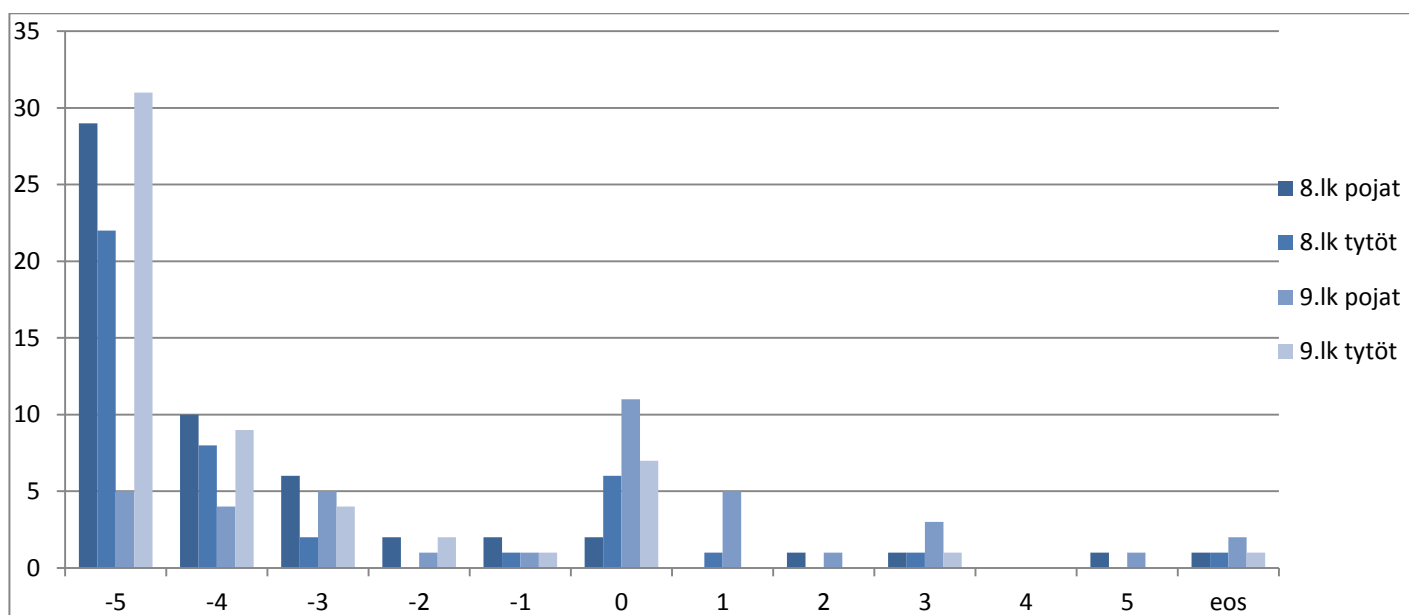
Seuraavaksi nuorilta kysyttiin heidän suhtautumistaan kannabikseen. Jana pisteytettiin arvoihin [-5,5], jolloin arvo -5 kuvaa kielteistä suhtautumista, arvo 0 neutraalia, ja arvo 5 myönteistä suhtautumista kannabis-huumeeseen (Kuva 6.).

Jana-arvo	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	eos	yht.
8.lk poika	29	10	6	2	2	2	0	1	1	0	1	1	55
8.lk tyttö	22	8	2	0	1	6	1	0	1	0	0	1	42
9.lk poika	5	4	5	1	1	11	5	1	3	0	1	2	39
9.lk tyttö	31	9	4	2	1	7	0	0	1	0	0	1	56

Kuva 6. Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisten jakautuminen jana-arvoille, -5=kielteisesti ja 5=myönteisesti, suhteessa heidän suhtautumiseensa kannabis-huumeeseen.

Nuorten vastauksista ei käy ilmi suurta vaihtelua luokkatasojen välillä. Kuitenkin yhdeksäsluokkalaisten pojat ovat selvästi enemmän myönteisiä kannabiksen suhteen kuin vastaavan ikäluokan tytöt tai kahdeksäsluokkalaisten (Kuva 7.). Lähes 60 % yhdeksäsluokkalaisten pojista suhtautuvat kannabikseen neutraalista myönteiseen suuntaan (arvot 0-5). Kahdeksäsluokkalaisten pojista 53 % ja tytöistä 52 % sekä yhdeksäsluokkalaisten tytöistä 55 % suhtautuvat kannabikseen kielteisesti (arvo -5). 9.-luokkalaisten pojista vastaava luku on vain noin 13 %. Kaiken kaikkiaan 75,5 % nuorista kokivat suhtautuvansa kannabis-huumeeseen enemmän kielteisesti (arvot [-5,-1]). Työn lopusta löytyvät kaavioina

luokka- ja sukupuolijakaumakohtaisesti nuorten suhtautuminen kannabis-huumeeseen (Kaaviot 5-8).



Kuva 7. Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisten suhtautuminen kannabis-huumeeseen asteikolla -5 = kielteisesti, 5 = myönteisesti.

Ensimmäinen varsinainen kysymys kyselylomakkeella käsitteli nuorten tietämystä kannabiksen käyttötavoista ja käytön tasoista. Vastaus hyväksyttiin, mikäli siinä oli enemmän oikeaa kuin väärää asiaa. Kysymys asetettiin lähtökohtaisesti haastavaksi, jotta sillä pystyttiin hahmottamaan sitä nuorten tietoa, jota he aiemmin kyselylomakkeella olivat uskoneet tietävänsä suhteuttaessaan itsensä janan arvoille. Vastauksia analysoidessa tutkijat kuitenkin huomasivat, että mitä korkeammalle nuoret uskoivat oman kannabistietämyksensä nousevan, sitä enemmän asiavirheitä he esimerkiksi ensimmäisessä käyttötapa ja käytön taso - kysymyksessä tekivät. Toisaalta nuoret myös aliarvioivat oman tietämyksensä, ja vastasivat silti oikein muun muassa kannabiksen käyttöä koskevaan kysymykseen.

Kannabistietämys kohosi nuorten keskuudessa selvästi yhdeksäsluokkalaisten keskuudessa. Yhdeksäsluokkalaisista pojista 90 % ja tytöistä 68 % osasivat vastata oikein kannabiksen käyttötapoja ja käytön tasoja kartoittavaan kysymykseen. Kahdeksasluokkalaisista pojat vastasivat 53 % oikein ja tytöistä vain 24 % (Kaavio 9). Oikeaksi vastaukseksi hyväksyttiin ajatukset siitä, että kannabista poltetaan ”jointtina” tai piipusta, tai syödään leivoksissa, mutta vastauksissa tarjottiin myös imppaamista, hallusinaatioita, suoneen piikittämistä ja nenään ”sniffaamista”, eli tapaa jolla nenän limakalvojen kautta imeytetään huume elimistöön. Vain muutama kysymykseen vastannut otti kantaa kannabiksen käytön tasoihin, muun muassa viihde- tai ongelmakäyttöön. Toisaalta nuoret eivät tainneet täsmällisesti

ymmärtää kysymystä, sillä vastauksista löytyi myös ajatuksia kannabiksen riippuvuustekijöistä, fyysisistä vaikutuksista, laillisesta asemasta sekä kavereiden painostuksesta käyttökokeiluihin.

Kuten aiemmin jo todettiin, 9. luokkalaiset pojat suhtautuivat muita huomattavasti myönteisemmin kannabikseen. Samaa ilmiötä oli huomattavissa, kun tiedusteltiin nuorten huumeiden käytön hyväksymistä sekä mielipidettä kannabiksenkäyttäjiä kohtaan. Yhdeksäsluokkalaisista pojista 26 % sanoo hyväksyvänsä huumeiden käytön. Suurin osa heistä oli kuitenkin sitä mieltä, että he hyväksyvät kannabiksen käytön, mutta ei muita vahvempia huumeita. Vastauksissa oltiin myös sitä mieltä, että huumeiden käyttö on sallittua siihen asti, kunhan ei häiritä muiden elämää. Muissa vastausryhmissä huumeiden käytön hyväksyi 9-10 % vastaajista (Kaavio 10). Perusteluissa otettiin kantaa myös siihen, että kannabiksen käyttö on hyväksyttävää, sillä alkoholilla ja tupakalla on enemmän haittavaikutuksia. Toisaalta kannabista ei myöskään pidetty huumeena. Lisäksi kannabiksen käyttäjää ei toivottu kaveriksi, jottei joudu rahavarkauden kohteeksi kaverin ollessa veloissaan.

Seuraavaksi nuorilta kartoitettiin heidän ajatuksiaan kannabiksen turvallisuudesta, riippuvuudesta, aineen vaikutuksesta ihmisen olemukseen ja koulumenestykseen sekä siitä, mitä he tekisivät jos saisivat tietää kaverinsa käyttävän kannabista. Kaikista Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisista 85 % olivat sitä mieltä, että kannabiksen käyttö ei ole turvallista. Kahdeksäsluokkalaisista sekä yhdeksäsluokkalaisista tytöistä yli 90 % olivat sitä mieltä, että kannabis ei ole turvallista. Yhdeksäsluokkalaisista pojista vastaava luku oli 59 % (Kaavio 11). Perusteluita turvallisuuden puolesta esitettiin muun muassa vedoten alkoholin turvattomuuteen sekä siihen ettei kukaan kannabikseen ole kuollut. Erityismaininnan perusteluissa ansaitsee huomio, jonka mukaan pähkinät tappavat enemmän ihmisiä kuin kannabis.

Ajatuksesta, jonka mukaan kannabikseen voi jäädä riippuvaiseksi ensimmäisen käytön jälkeen, mielipiteet vaihtelivat jonkin verran. 39 % yhdeksäsluokkalaisista pojista oli sitä mieltä, että riippuvuuden synty on mahdollinen jo ensimmäisellä kerralla. Yhdeksäsluokkalaisista tytöistä 70 %, kahdeksäsluokkalaisista pojista 56 % ja tytöistä 76 % olivat tätä mieltä (Kaavio 12).

93 % kahdeksäsluokkalaisista oli sitä mieltä, että kannabiksen käyttö muuttaa ihmisen olemusta ja käytöstä. Yhdeksäsluokkalaisista tytöistä samaa mieltä oli 95 %. Yhdeksäsluokkalaisista pojista puolestaan 77 % ajattelivat niin (Kaavio 13). Perusteluita vastauksille ei tässä kohtaa kovinkaan montaa annettu, mutta pääsääntöisesti oltiin sitä mieltä, että jatkuva käyttö vaikuttaa. Toisaalta oltiin myös sitä mieltä, että kannabis muuttaa olemusta - mutta vain parempaan suuntaan.

Kannabiksen vaikutuksesta koulumenestykseen Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaiset ottivat hyvin perustellusti kantaa. Kahdeksaluokkalaisista 87 % ja yhdeksäluokkalaisista 73 % olivat sitä mieltä, että kannabiksen käyttö vaikuttaa laskevasti koulumenestykseen (Kaavio 14). Yleisesti oltiin sitä mieltä, että jatkuva tai säännöllinen käyttö vaikuttaisi, ja hyvinä perusteluina käytettiin ajatuksia siitä, että jos huumeet alkavat kiinnostaa, koulu ei ole enää etusijalla. Lisäksi peräänkuulutettiin keskittymisen vaikeutta, motivaation laskua ja aivosolujen tuhoutumista. Eräs vastaaja pohdiskeli, ettei ainakaan ole kuullut kannabiksen terävöittävän muistia tai keskittymiskykyä.

Yksi tämän opinnäytetyön tutkimuskysymyksistä käsitteli ikätovereiden ajatusten vaikutusta kannabiksen käyttöön. Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisilta tiedusteltiin, että jos he saisivat tietää ystävänsä käyttävän kannabista, yrittäisivätkö se saada tämän lopettamaan. Vastaukset vaihtelivat suuresti sukupuolten välillä. Tytöistä luokka-asteesta riippumatta 91 % olivat sitä mieltä, että ehdottomasti yrittäisivät puuttua ystävän kannabiksen käyttöön (Kaavio 15). Perusteluina käytettiin muun muassa ajatuksia, joiden mukaan kannabiksen käytöstä ei ole muuta kuin haittaa, ystävästä oltaisiin huolissaan, haluttiin estää ystävän ajautuminen väärille teille, haluttiin estää ystävän riippuvuutuminen aineeseen ja ystävälle hankittaisiin apua. Hienona ajatuksena tutkijat nostavat ilmaan lauseen, jonka mukaan ystävän auttaminen on vastaajan mielestä ainoa oikea vaihtoehto. Muutama tytöistä oli kuitenkin sitä mieltä, että kannabiksen käyttö heidän ystäviensä piirissä olisi hyväksyttävää siihen asti, kun aine ei hallitse elämää. Toisaalta tilanteeseen alettaisiin puuttua vasta, kun se on käynyt jo vaikeaksi.

Poikien vastaukset samaiseen aiheeseen vaihtelivatkin sitten enemmän. Kahdeksaluokkalaisista pojista 86 % ja yhdeksäluokkalaisista vain 46 % puuttuisivat ystävän kannabiksenkäyttöön (Kaavio 15). Kahdeksaluokkalaiset perustelivat mielipiteitään muun muassa sillä, etteivät halua ystävistään ”narkkareita”, eivät halua menettää ystävää, eivätkä halua itse joutua ystävänsä painostamaksi kannabiskokeiluihin. Ystävä haluttiin säästää elämänsä tuhoamiselta ja rahojen menettämiseltä. Toisaalta 8.-luokkalaisista pojista löytyi myös heitä, jotka olivat sitä mieltä että puuttuisivat ystävän kannabiksen käyttöön vain jos ystävä apua pyytäisi. Yhdeksäluokkalaiset puolestaan olivat monelta osin sitä mieltä, että kannabiksen käyttö olisi ystävän oma asia, eikä siihen tule puuttua. Ilmoille heitettiin myös kysymys, että miksi pitäisi. Vahvimman mielipiteen asian suhteen antoivat sellaiset pojat, joilla itsellään oli kokemusta kannabiksen käytöstä. Toisaalta heitettiin ilmoille myös sellainen peruste, ettei henkilö uskonut oman huolensa vaikuttavan ystävän kannabiksen käyttöön millään tavalla. Oltiin yhdeksäluokkalaisten poikien keskuudessa toki myös huolissaan ystävästä, eikä haluttu tämän muuttuvan ”huumehörhöksi”. Jatkuvaan ja vakavaan käyttöön puututtaisiin myös herkemmin kuin satunnaisesti kokeiluihin. Lisäksi ystävän hyvinvoinnista oltiin huolissaan, eikä haluttu hänen alkavan voimaan huonosti.



Seuraavaksi nuoria pyydettiin ottamaan kantaa huumeiden lailliseen asemaan Suomessa. Ensimmäiseksi tiedusteltiin, onko nuorten mielestä oikein, että huumeet ovat Suomessa laittomia. Tässä kysymyksessä luokka-asteiden välinen vertaaminen prosenttiosuuksin ei vaikuta järkevältä, sillä osa nuorista vastasi kysymykseen kyllä, mutta perusteluihin kirjoitti ”paitsi kannabis” ja toisaalta vastattiin että ei, ja perusteluihin ”paitsi vahvemmat huumeet”. 9.-luokkalaisista pojista reilu 20 % oli kuitenkin sitä mieltä, että muut huumeet saavat pysyä laittomina Suomessa, paitsi kannabis. Muiden keskuudessa vastaava prosentti oli yhteensä noin kaksi.

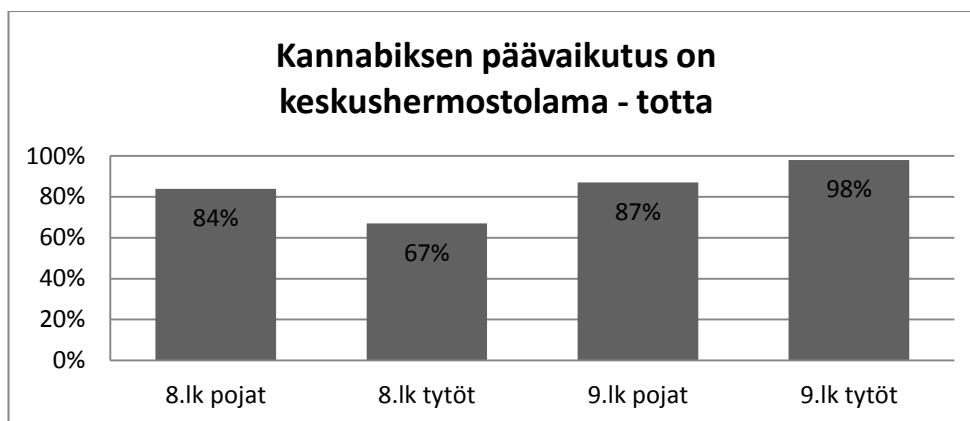
Selkeämmät vastaukset saatiin kysymykseen, jossa tiedusteltiin nuorten mielipidettä kannabiksen viihdekäytöstä, hallussapidosta ja kasvatuksesta. Kahdeksaluokkalaisista yhteensä 14 % olivat sitä mieltä, että kannabis tulisi laillistaa. Yhdeksäluokkalaisista tytöistä samaa mieltä oli 5 %, ja pojista jopa 46 %. Pojat perustelivat vastauksiaan muun muassa sillä, että tupakka ja alkoholi olisivat vaarallisempaa, kannabis tulisi täysi-ikäiselle olla laillista ja sillä voitaisiin saada rahaa valtiolle. Yhden diplomaattisen vastauksen mukaan valtion talouden kohentumisen lisäksi vähentyisivät rikollisuus ja harmaa talous.

Kyselylomakkeessa tiedusteltiin nuorilta heidän tietämystään kadunkielisistä kannabiksen, marihuanan ja hasiksen nimityksistä. Tällä opinnäytetyön tekijät hakivat ajatusta siitä, kuinka paljon nuorten kaveripiireissä liikkuvat käsitteet kannabis-huumeesta. Eniten kadunkielisistä nimityksistä tietoisia olivat yhdeksäluokkalaiset pojat, jotka saivat kasaan yhteensä 45 eri nimitystä kannabisaineille, ja kaiken kaikkiaan yhteensä 78 kadunkielistä nimitystä. Marihuanasta suosituimmat nimet olivat mari, budi, weed ja kukka. Hasikselle tarjottiin muun muassa hasaa, lätkää, peruslätkeä ja luotia. Kannabikselle kannattavimpia nimityksiä olivat kukka, budi, pilvi, ruoho ja heinä. Myös kahdeksaluokkalaiset pojat saivat kasaan runsaan määrän kadunkielisiä nimityksiä, kaiken kaikkiaan 67, joista 29 erilaista. He tarjosivat marihuanalle nimityksiä weed, mari, ruoho ja budi. Myös hasikseen ja kannabiksen tarjottiin eniten weed’ia ja ruohoa. Tytöistä yhdeksäluokkalaiset saivat kasaan 32 erilaista nimitystä, ja kaiken kaikkiaan 66 termiä. Kahdeksaluokkalaiset tytöt tiesivät kaikkiaan 8, joista viisi oli erilaista nimitystä.

Seuraavaksi nuorille esitettiin 12 väitettä kannabiksen vaikutuksista, joihin heidän tuli vastata joko totta tai tarua. Tämä kysymys on yksi tärkeimmistä kohdista, jolla mitataan tämän opinnäytetyön tutkimuskysymyksissäkin ollutta nuorten kannabistietämystä. Seuraavassa on käyty kaikki väittämät kohta kohdalta läpi, ja kuvissa näkyvät ne prosenttiosuudet oppilaista, jotka ovat vastanneet väittämään oikein.

## 1. Kannabiksen päävaikutus on keskushermostolama

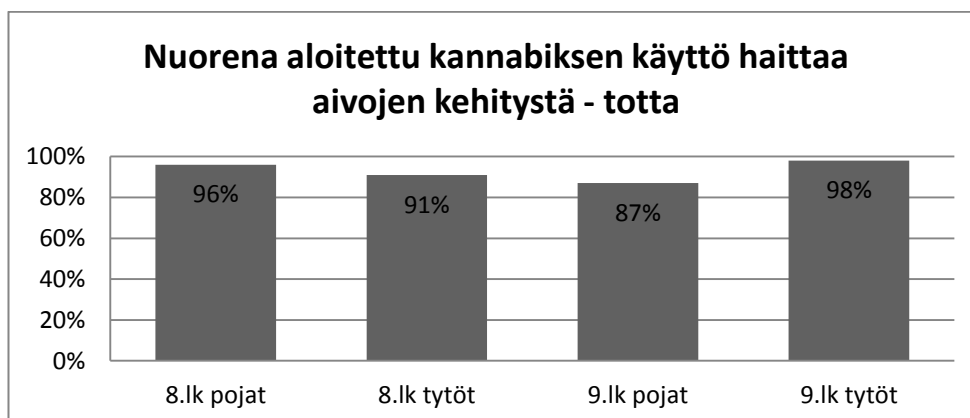
Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisten keskuudessa kannabiksen päävaikutus eli keskushermostolama oli melko hyvin tiedossa. Kahdeksasluokkalaisista pojista 84 % ja tytöistä 67 % sekä yhdeksäsluokkalaisista pojista 87 % ja tytöistä hienosti 98 % tiesivät oikean vastauksen (Kuva 8.).



Kuva 8. Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisten tietämys kannabiksen päävaikutuksesta.

## 2. Nuorena aloitettu kannabiksen käyttö haittaa aivojen kehitystä

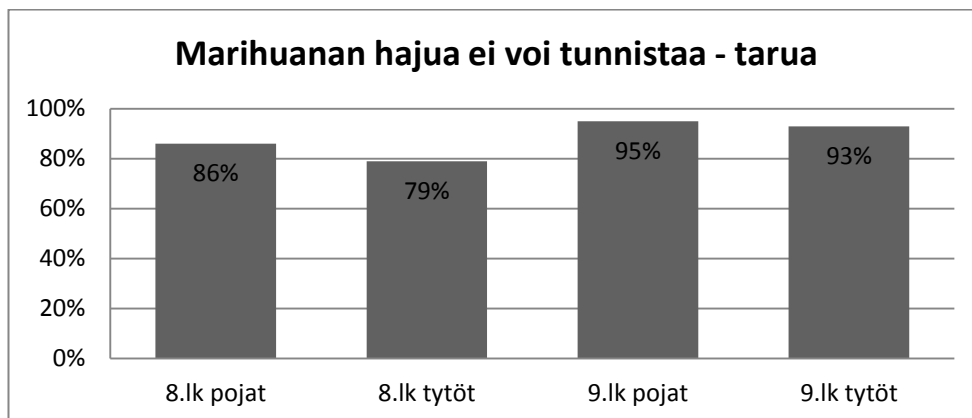
Useissa tutkimuksissa on todettu, että nuorena ja erityisesti alle 16-vuotiaana aloitettu kannabiksen käyttö haittaa aivojen kehitystä. Parhaimman tietämyksen esittivät yhdeksäsluokkalaiset tytöt 98 %:lla oikeita vastauksia. Seuraavaksi tulivat 8.-luokkalaiset pojat 96 %:lla ja tytöt 91 %:lla. Heikoimmin kannabiksen vaikutuksista aivojen kehitykseen uskoivat yhdeksäsluokkalaiset pojat (87 %). (Kuva 9.)



Kuva 9. Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisten tietämys kannabiksen vaikutuksesta aivojen kehitykseen.

### 3. Marihuanan hajua ei voi tunnistaa

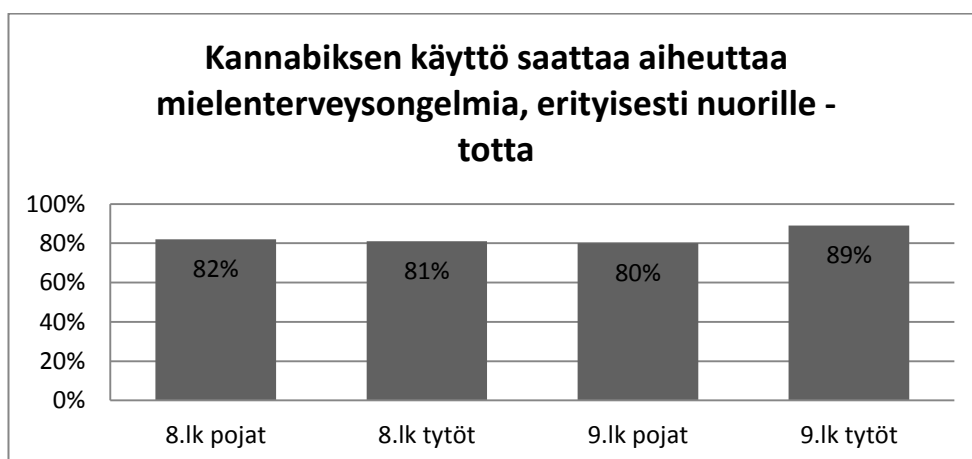
Marihuanassa tiedetään olevan tietty imelä haju, joka on tunnistettavissa. Parhaiten tähän kysymykseen vastasivat yhdeksännen luokan pojat (95 %) ja tytöt (93 %). Kahdeksannen luokan tytöistä vain 79 % tiesi oikean vastauksen. Pojista oikean vastauksen tiesi 86 % (Kuva 10.).



Kuva 10. Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisten tietämys marihuanan hajun tunnistamisesta.

### 4. Kannabiksen käyttö saattaa aiheuttaa mielenterveysongelmia, erityisesti nuorilla käyttäjillä

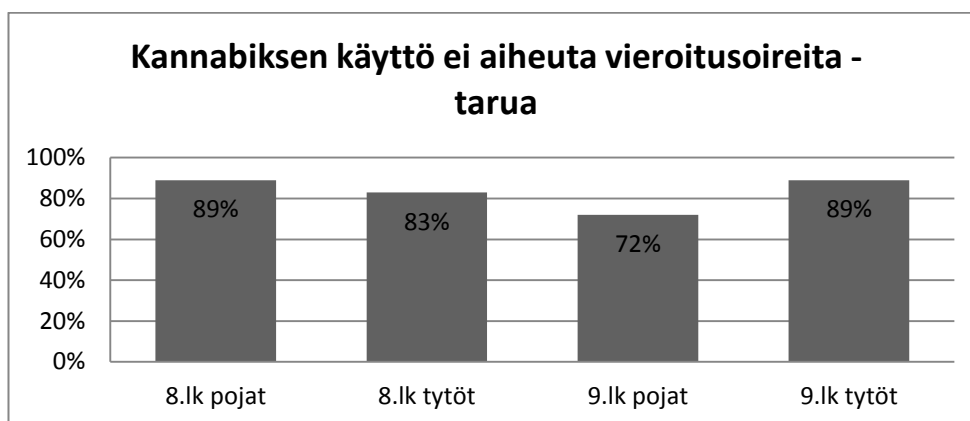
Eryteisesti nuoret kannabiksen käyttäjät omaavat riskin mielenterveysongelmien syntyyn. Kahdeksasluokkalaiset sekä yhdeksäsluokkalaiset pojat uskovat tämän olevan totta reilun 80 % osuudella. Eniten oikeita vastauksia keräsivät 9.-luokkalaiset tytöt, 89 % osuudella (Kuva 11.).



Kuva 11. Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisten tietämys kannabiksen mahdollisesta yhteydestä mielenterveysongelmiin nuorten keskuudessa.

## 5. Kannabiksen käyttö ei aiheuta vieroitusoireita

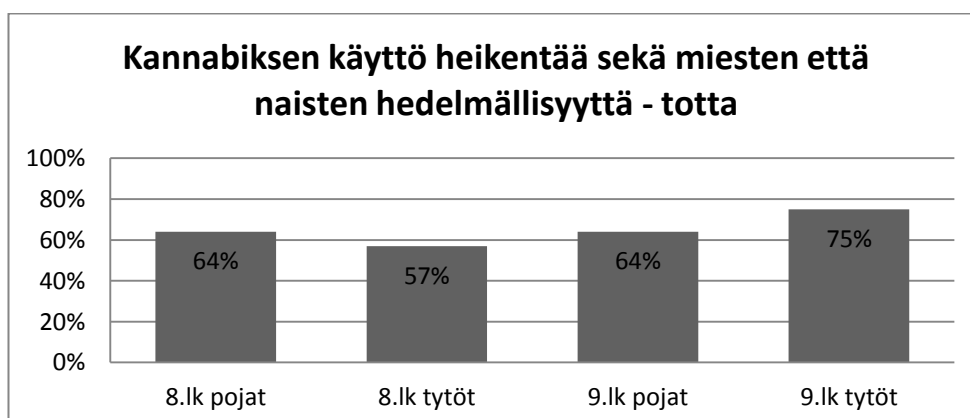
Pidempiaikaisen kannabiksen käytön tiedetään aiheuttavan vieroitusoireita. 8.-luokan pojat sekä 9.-luokan tytöt tiesivät samoilla prosenttiarvoilla oikean vastauksen (89 %). Seuraavaksi eniten oikeita vastauksia tiesivät 8.-luokan tytöt (83 %). 9.-luokan pojat uskoivat kannabiksen aiheuttavan vieroitusoireita vain 72 %:lla (Kuva 12.).



Kuva 12. Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisten tietämys kannabiksen aiheuttamista vieroitusoireista.

## 6. Kannabiksen käyttö heikentää sekä miesten että naisten hedelmällisyyttä

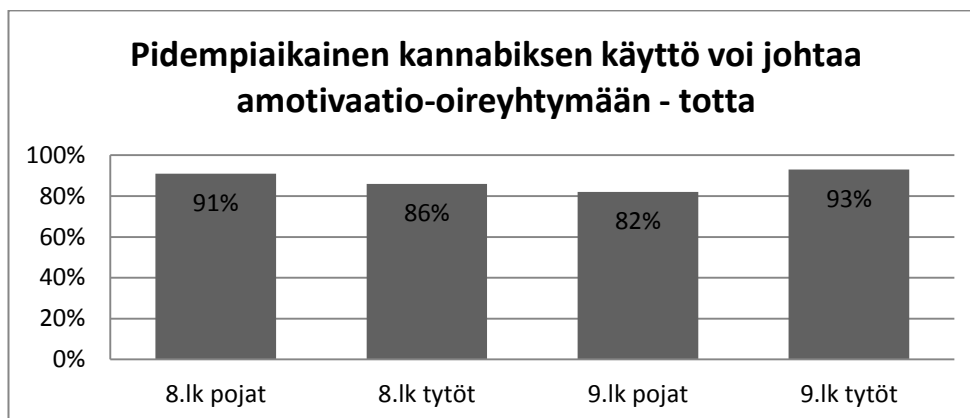
Kannabiksen käytön on todettu heikentävän molempien sukupuolten hedelmällisyyttä. Eniten tähän uskoivat yhdeksäsluokkalaiset tytöt, joista 75 % vastasivat oikein. Seuraavana tulivat molempien luokka-asteiden pojat 64 %:lla. Kahdeksäsluokkalaisista tytöistä vain reilu puolikas (57 %) uskoivat hedelmällisyyden laskuun kannabista käytettäessä (Kuva 13.).



Kuva 13. Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisten tietämys kannabiksen vaikutuksesta ihmisen hedelmällisyyteen.

7. Pidempiaikainen kannabiksen käyttö voi johtaa amotivaatio-oireyhtymään, eli tilaan, jossa mikään ei kiinnosta

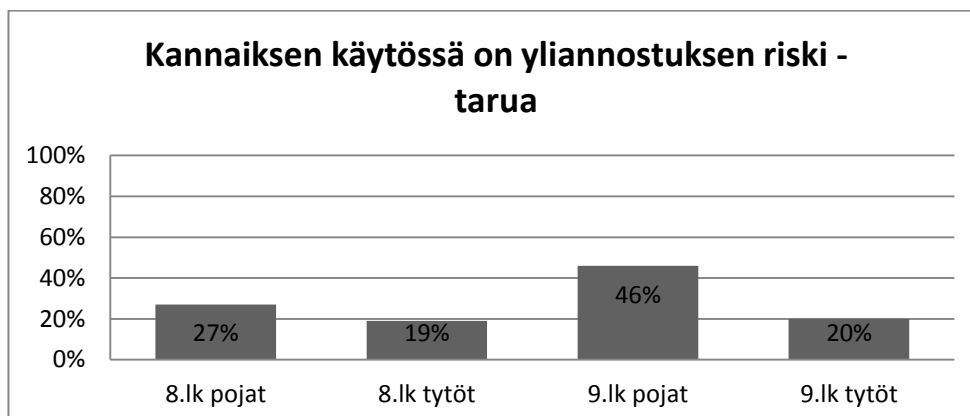
Tutkimuksissa on todettu, että amotivaatio-oireyhtymä seuraa usein pitkään kannabista käyttäneitä. Valveutuneimpia vastaajia olivat yhdeksännen työt, joista 93 % vastasi oikein. Toisesta sijasta vastasivat kahdeksannen luokan pojat 91 %:lla. 8.-luokan tytöistä 86 % ja 9.-luokan pojista 82 % tiesivät oikean vastauksen. (Kuva 14.)



Kuva 14. Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisten tietämys kannabiksen vaikutuksesta amotivaatio-oireyhtymän syntyyn.

8. Kannabiksen käytössä on yliannostuksen riski

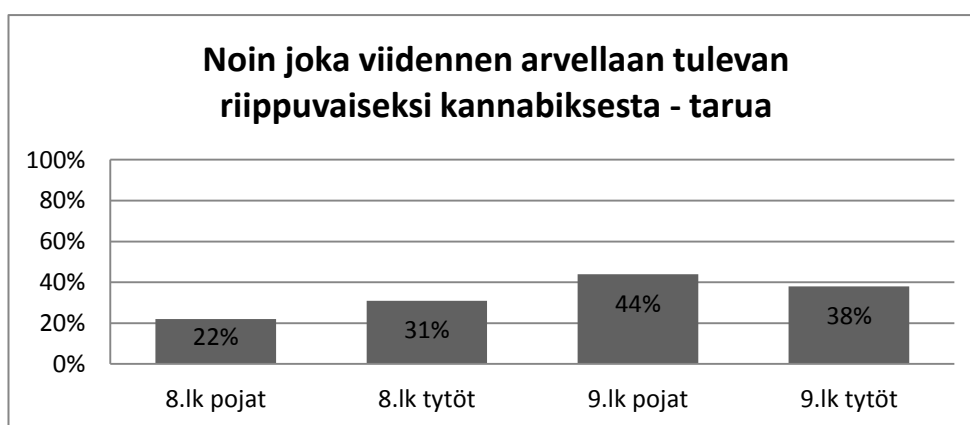
Kannabiksen käytössä piilee teoreettinen mahdollisuus yliannostukseen, mutta käytännössä yliannostuksen riski on lähes olematon. Lähemmäksi oikeaa teoriaa pääsivät 9.-luokan pojat (46 %). Yhdeksännen luokan tytöistä 20 %, kahdeksannen luokan pojista 27 % ja tytöistä 19 % olivat tutkijoiden kanssa samaa mieltä. (Kuva 15.)



Kuva 15. Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisten tietämys kannabiksen yliannostusriskistä.

### 9. Noin joka viidennen käyttäjän arvellaan tulevan riippuvaiseksi kannabiksesta

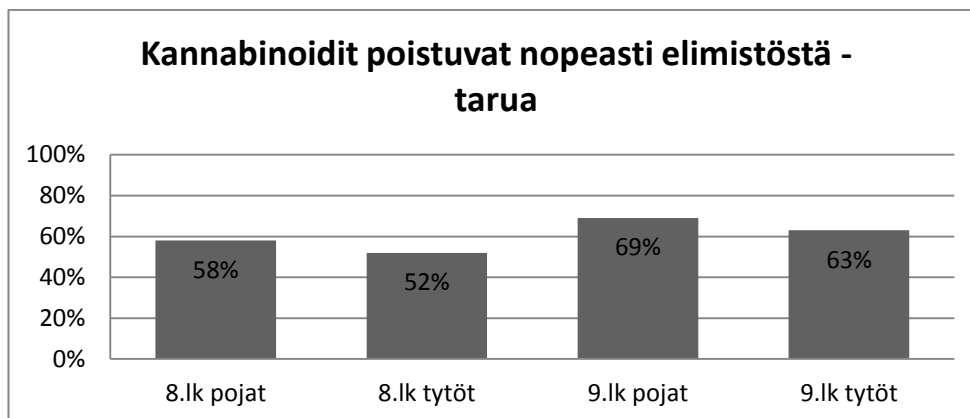
Tutkimusten mukaan joka kymmenennen arvellaan tulevan riippuvaiseksi kannabiksesta. Tämä kysymys poikkeaa jonkin verran muista väittämistä, sillä todellisuudessa on mahdollista, että kysymykseen vastanneet nuoret ovat joko tienneet prosenttiosuuden olevan väärä tai vastanneet tarua vain koska eivät esimerkiksi usko riippuvuuden kehittymiseen. Näin ollen olisi ollut parempi että opinnäytetyön tekijät olisivat asettaneet kysymyksen niin, että siihen olisi vain yksi selkeä oikea vastaus. Tämä asia vaikuttaa tässä kohtaa vastausten luotettavuuteen. Joka tapauksessa, yhdeksäsluokkalaisten pojista 44 % ja tytöistä 39 % sekä kahdeksäsluokkalaisten pojista 22 % ja tytöistä 31 % eivät usko joka viidennen jäävän riippuvaiseksi kannabiksesta. (Kuva 16.)



Kuva 16. Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisten tietämys kannabiksen riippuvuusasteesta.

### 10. Kannabinoidit eli kannabiksen huumaavat ainesosat poistuvat nopeasti elimistöstä, joten käyttö ei näy huumeselässä enää parin päivän kuluttua

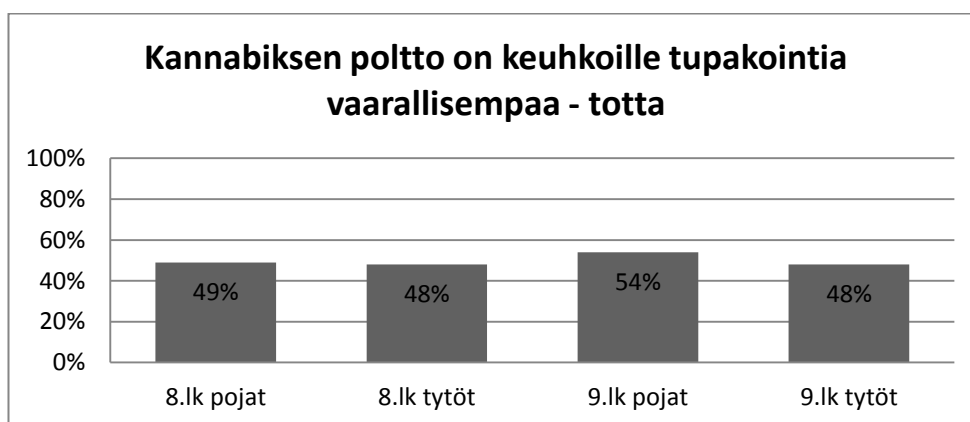
Kannabinoidit ovat rasvaliukoisia, joten ne varastoituvat elimistöön, ja niiden poistuminen elimistöstä kestää kauan. Näin ollen pidempiaikaisen käytön jälkeen kannabis saattaa näkyä huumeselässä useiden viikkojen ajan. Myös passiivisena kannabissavussa oleskelu saattaa jättää jälkensä, ja näkyä huumeselässä. Näin ollen edellä esitetty väittämä on tarua. Eniten oikeita vastauksia saivat kasaan yhdeksännen luokan pojat (69 %) ja tytöt (63 %). Kahdeksäsluokkalaisten pojista 58 % oli sitä mieltä, ettäannabinoidit poistuvat hitaasti elimistöstä, ja tytöistä vain reilu puolikas vastaajista (52 %). (Kuva 16.)



Kuva 16. Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisten tietämys kannabiksen poistumisesta elimistöstä.

#### 11. Kannabiksen poltto on keuhkoille tupakointia vaarallisempaa

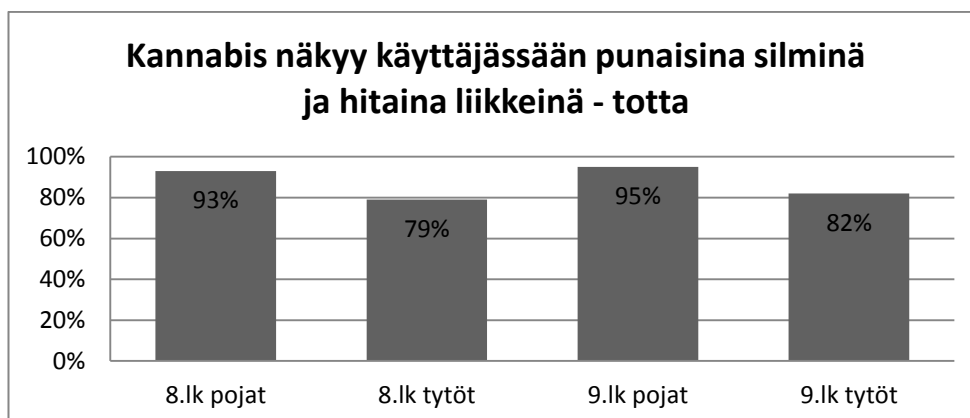
Kannabiksen polton tiedetään olevan keuhkoille jopa tupakointia vaarallisempaa, sillä huumeen sisältämä karsinogeeni on tupakkaa voimakkaampaa ja määrällisesti suurempaa. Lisäksi kannabisjointit sisältävät vaihtelevan, ja usein tupakkaa suuremman määrän keuhkoille haitallisia aineita. Tähän uskoivat kahdeksaluokkalaisten sekä yhdeksännen tyttöjen vain reilulla 48 %:lla. 9.-luokan pojista samaa mieltä olivat 54 % vastaajista. (Kuva 17.)



Kuva 17. Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisten tietämys kannabiksen vaarallisuudesta keuhkoille suhteessa tupakointiin.

#### 12. Kannabis näkyy käyttäjässään punaisina silminä ja hitaina liikkeinä

Tutkimuksissa on todettu, että kannabis aiheuttaa akuutissa käytössä silmien valkuaisten punoitusta ja motoristen liikkeiden hidastumista. Samaa mieltä tutkijoiden kanssa olivat 95 % yhdeksäsluokkalaisten pojista, 93 % kahdeksäsluokkalaisten pojista, 82 % yhdeksäsluokkalaisten tytöistä sekä 79 % kahdeksäsluokkalaisten tytöistä. (Kuva 18.)



Kuva 18. Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisten tietämys kannabiksen näkyemisestä käyttäjässään.

Seuraavaksi kyseltiin oppilailta miten he uskovat kannabiksen käytön vaikuttavan nuoren elimistöön. Nuoret saivat vastata omin sanoin miten he uskovat kannabiksen käytön vaikuttavan nuoren elimistöön. Kahdeksaluokkalaisten pojat olivat keksineet viisitoista erilaista vaikutusmekanismia, joista yleisimmiksi nousi elimistöä heikentävä vaikutus 26 %, aivojen kehitystä haittaava vaikutus 23 % ja elimistöä tuhoava vaikutus 19 %. Kahdeksaluokkalaisten tyttöjen vastaukset ovat jakautuneet laajemmin, heillä mieleen nousi 23 vaikutustapaa. Eniten vastatuksi vaikutustavaksi nousi aivojen kehitystä haittaava vaikutus (17 %). Myös haitallinen ja huono vaikutus sekä kehitystä sotkeva vaikutus ovat olleet nuorten mielessä (8 %). Kahdeksaluokkalaisten tytöt sekä pojat ovat vastanneet ainoastaan negatiivisia vaikutusmekanismeja. Yhdeksäluokkalaisten pojista 23 % uskoo, että cannabis vaikuttaa nuoren elimistöön negatiivisesti, mutta joukosta löytyy myös kaksi vastaajaa, joiden mielestä cannabis ei vaikuta nuoren elimistöön lainkaan. Myös 9-luokkalaisten poikien mielestä cannabis aiheuttaa aivojen kehittymättömyyttä (14 %). Yhden vastaajan mielestä cannabis vaikuttaa nuoren elimistöön samalla tavalla kuin tupakka. 9-luokkalaisten tytöt ovat miettineet vaikutustapoja monelta kantilta, vastauksista löytyy muun muassa masennusta, skitsofreniaa, apaattisuutta ja syrjäytyneisyyttä. Yleisimmäksi vastaukseksi nousee kuitenkin aivojen kehittymistä haittaava vaikutus 15 %:lla vastaajista. Yhdeksäluokkalaisten tytöt pitävät kuitenkin kannabiksen käyttöä elimistölle haitallisena, eikä positiivisia tai neutraaleja vaikutusmekanismeja tule vastauksissa esiin lainkaan.

Kysymyksessä numero kahdeksan oppilaiden haluttiin miettiä, kumpi on heidän mielestään turvallisempi vaihtoehto, cannabis vai alkoholi. Kysymys on ajankohtainen, sillä osa nuorista pitää kannabista turvallisempaan vaihtoehtona kuin alkoholi ja myöskään kannabiksen käyttöä ei aina vanhemmat huomaa, toisin kuin alkoholin ottamisen. Pääosin koko Kuitinmäen koulun kahdeksas ja yhdeksäluokkalaisten kielteisempiä kannabista kohtaan, mutta luokka-asteerojakin esiintyy. Koulun 8-luokkalaisten pojista 64 prosenttia on sitä mieltä, että alkoholi on turvallisempi vaihtoehto, mutta kuitenkin 32 % vastanneista pitää kannabista turvallisempaan.



Vastanneista yksi eli 4 % ei osaa sanoa kumman puolelle kallistuu. Tämän yhden vastaajan mielestä alkoholi on turvallisempaa jos otettu määrä on sama. Alkoholin vastanneiden mielestä alkoholi poistuu yön aikana elimistöstä mutta kannabis ei sekä kannabikseen jää helpommin koukkuun. Toisaalta vastaajat jotka pitävät kannabista turvallisempana ajattelevat, että kannabis ei aiheuta vaurioita maksaan, ja että alkoholiin kuolee, mutta kannabikseen ei. Kahdeksaluokkalaiset tytöt ovat enemmän kriittistä kannabista kohtaan, sillä 78 % vastanneista pitää alkoholia turvallisempana. Kannabis on kahden vastaajan, eli 7 prosentin mielestä turvallisempi vaihtoehto, syinä he ovat kertoneet, että alkoholiin kuolee ihmisiä. Neljä vastaajaa (15 %) ajattelee kannabiksen ja alkoholin olevan yhtä vaarallisia, koska alkoholikin aiheuttaa riippuvuutta sekä kuolemia ja tapaturmia. Molemmat ovat myös vaarallisia jos niitä ottaa yliannostuksen.

Yhdeksäluokkalaiset pojat ovat muista vastanneista eniten kannabiksen puolella. Vastaajista vain 24 % on sitä mieltä, että alkoholi olisi turvallisempaa käyttää kuin kannabis. Alkoholin puolesta liputtavien mielestä alkoholi on kohtuullisesti käytettynä parempi ja kannabis voi johtaa jatkossa kovempiin aineisiin. Kannabis myös koukuttaa vastaajien mielestä helpommin. Kannabista 9-luokkalaisista pojista turvallisempana pitää 58 % pojista, sillä se on kalliimpaa jolloin käyttöä olisi vähemmän. He myös pitävät kannabiksen käyttäjää vaarattomampana kuin alkoholia ottanutta, sillä itsekontrolli on parempi. Vastaajien mielestä myös alkoholin käytön huomaa helpommin. Kannabiksen puolestapuhujien mielestä alkoholi myös tuhoaa elimistöä enemmän kuin kannabis, eikä kannabis voi tappaa käyttäjänsä, koska se ei voi aiheuttaa yliannostusta eikä väkivaltaisuutta. Vastaajista 17 prosentin mielestä kannabis ja alkoholi ovat yhtä vaarallisia, mutta alkoholin ja kannabiksen käytetty määrä vaikuttaa turvallisuuteen. Kannabis rentouttaa ja rauhoittaa, kun taas alkoholi aiheuttaa aggressiivisuutta. Liika käyttö on molemmissa vaarallista. 9-luokkalaisten tyttöjen mielestä alkoholi on turvallisempi vaihtoehto (72 %), koska alkoholista tietää, paljonko sitä on käyttänyt. Kannabis myös vahingoittaa keuhkoja toisin kuin alkoholi, ja alkoholi ei ole niin vaarallista kuin kannabis. Tytöistä joku on myös ajatellut, että jos kannabis olisi laillista, olisi sen käyttö myös turvallista. Yhdeksäluokkalaisista tytöistä vain 15 % on kannabiksen puolella, syiksi kannabiksen paremmuudelle vastaajat ovat kertoneet kannabiksen ehkä aiheuttavan enemmän riippuvuutta, mutta sen käyttöön ei kuitenkaan voi kuolla. Esiin nousee myös alkoholin runsaan käytön vaikutukset elimistöön ja se, että alkoholin vaaroista puhutaan paljon enemmän kuin kannabiksen vaaroista elimistölle. Vastaajista 8 % pitää alkoholia ja kannabista yhtä vaarallisina, sillä alkoholin vaikutuksen alaisena ihminen muuttuu aggressiiviseksi, mutta kannabis vaikuttaa rentouttavasti ja tekee ihmisestä rauhallisen ja levollisen. Kääntöpuolena kannabiksen käytölle on kuitenkin se, että ihminen saattaa tehdä tyhmiä asioita. Yksi vastaajista on muistanut kannabiksen vaikutuksen keuhkoihin, sekä alkoholin vaikutuksen maksaan. 9-luokkalaisista tytöistä 5 prosenttia pitää kannabista ja alkoholia yhtä turvallisina.

Kannabiksen käytön aloittamiseen syyt vaihtelevat vastaajien keskuudessa paljon. Kyselylomakkeessa olevaan kannabiksen käytön aloituksen syitä kartoittavaan kysymykseen saatiin kahdeksaluokkalaisten poikien kohdalla 23 eri syytä aloittaa kannabiksen käyttö. Suurin osa vastaajista antoi monta syytä aloittamiselle, osa ei vastannut mitään. Seitsemäntoista (28 %) kahdeksaluokkalaisten pojan mielestä kavereiden painostus ja yllyttäminen on suurin syy kannabiksen käytön aloittamiselle. Myös halu olla ”cool” on 14 prosentin mielestä yleinen syy kokeilla kannabis-huumetta. 8-luokkalaisten poikien kohdalla vastauksia tuli paljon, jopa 60 vastausta. Osa kannabista kokeilevista haluaa tehdä vaikutuksen kavereihin (5 %), osa taas tuntee halua kokeilla jotain kiellettyä (2 %) ja saada päänsä sekaisin (2 %). Myös mediasta otetaan mallia näkemällä useiden räppärien polttavan kannabista (2 %). Myös 8-luokkalaisista tytöistä moni on sitä mieltä, että kavereiden painostus (20 %) ja kavereille näyttäminen (16 %) vaikuttavat kaikista eniten käytön aloitukseen. Tytöt haluavat myös olla ”cooleja” (9 %) ja näyttää muille, että hekin polttavat kannabista. Kahdeksaluokkalaisten tytöt ajattelevat myös, että ongelmat kotona perheen kanssa (9 %) olisi syy aloittaa kannabiksen käyttö sekä yhden vastaajan mielestä myös on sopivaa itse käyttää kannabista jos vanhemmatkin käyttävät. Masentuneisuus (10 %) ja huono itsetunto (3 %) sekä vaikeudet koulussa (3 %) saattavat ajaa nuoren kannabis-päihteen pariin.

Yhdeksäsluokkalaisista pojista moni pitää ryhmäpainetta (20 %) suurimpana syynä kannabiksen käyttöön, mutta suurin osa vastauksista jakautuu myös 28 muuhun syyhyn. Kokeilunhalu (11 %) ja kavereiden käyttö (8 %) sekä uusien kokemusten kerääminen (5 %) vaikuttaa kyselyn mukaan eniten aloittamiseen. Omaan vointiin ja jaksamiseen liittyvät syyt, kuten huono itsetunto (3 %), kapinallisuus (2 %), perheongelmat (5 %) ja masennus (8 %) nousevat selkeästi esille. Pintaan nousee myös kolme vastaajien mielestä positiivista syytä aloittaa kannabiksen käyttö, se on hauskaa, kivaa ja houkuttelevaa. Yhdeksäsluokkalaisten tytöt ovat tämän kysymyksen ottaneet hyvin vastaan, vastauksia saatiin jopa 115 kappaletta, joista 39 eri syytä aloittaa kannabiksen käyttö. Yleisimmäksi syyksi nousi ryhmäpäine (17 %), niin kuin muillakin vastaajilla. Kavereiden kannabiksen käyttö on myös 10 prosentille 9-luokkalaisista tytöistä yleinen syy aloittamiselle. Myös ongelmat perheessä (7 %) ja kokeilunhalu (8 %) nousevat listan kärkeen. Oma hyvinvointi ja jaksaminen nousevat selvästi esille vastauksia tutkiessa. Masennus (6 %), henkilökohtaiset ongelmat (4 %), huono elämäntilanne (7 %) ja kiusaamiseksi joutuminen (3 %) ovat yleisimpiä omaan hyvinvointiin ja jaksamiseen kohdistuvia vastauksia. Yhden vastaajan mielestä televisio ja elokuvat antavat katsojille mielikuvan huumeiden käytön hyvydestä ja siitä, että se on normaalia. Osa 9-luokkalaisista tytöistä pitää myös kannabiksen ostamista helppona (1 %), jolloin ilmaisten kokeilujen (3 %) määrät myös kasvavat.

Kannabiksen käyttäjiä ei onneksi kyselyyn vastanneissa ollut montaa. Kahdeksaluokkalaisista yksikään nuori ei myöntänyt käyttöönsä, mutta yhdeksäsluokkalaisista käyttäjiä tuli muutama

esille. Yhdeksäsluokkalaisista pojista viisi oppilasta myöntää joskus kokeilleensa kannabiksen käyttöä tai käyttävänsä ainetta edelleen. Yhdeksäsluokkalaisista tytöistä käyttäjiä löytyi kaksi kappaletta. Näin ollen Kuitinmäen 8.-9.-luokkalaisista noin 4 % on joskus ainakin kokeillut kannabista. Yksi vastaaja myös kertoo, ettei itse käytä, mutta kaverit käyttävät. Hän myös mainitsee, että käytetty kannabis-huume on ostettu Matinkylästä. Kannabista kokeilleilta tiedusteltiin, mistä syystä he kokeilivat kannabista ensimmäisen kerran, ja vastaukset olivat joko kokeilunhalu tai kavereiden painostus. Lisäksi lähes jokainen vastaajista oli saanut kannabista käyttöönsä kaveriltaan, yksi vastaaja suoraan diileriltä. Lisäksi kannabiksen saanti koettiin helpoksi. Kukaan vastaajista ei myönnä, että heidän kaverinsa olisi millään tapaa yrittänyt puuttua heidän kannabiskokeiluihinsa, ja pääsääntöisesti koettiin, että kaverit ajattelevat vain positiivista heidän kannabiksen käytöstään. Lisäksi suurimmalla osalla myös kaverit käyttivät kannabista heidän kaveriporukassaan. Kyselylomakkeessa tiedusteltiin myös, kaipaisiko joku vastaajista apua kannabiksesta irrottautumiseen, mutta kukaan ei tähän tarttunut.

Televisio ja internet vaikuttavat kyselyn mukaan olevan kahdeksäsluokkalaisten nuorten yleisimmät kannabistietouden tuottajat. 8-luokkalaisista pojista 23 prosenttia ovat saaneet tietoa kannabiksesta television kautta ja 21 prosenttia internetistä. Kavereiden kautta saatu tieto kannabiksesta on myös yleinen tiedonsaantimenetelmä 8-luokkalaisille pojille. Vastaajista 16 % on keskustellut kannabiksesta ja sen käytöstä omien kavereidensa kanssa. Pieni osa (7 %) on myös keskustellut vanhempien kanssa huumeista ja kannabiksesta erityisesti. Terveystiedon opetuksen merkityksen huomaa 8-luokkalaisten poikien vastauksissa, sillä koulusta saatu tieto (2 %) on häntäpäässä yhdessä elokuvien antaman tiedon (2 %) ja kadulta saadun tiedon (2 %) kanssa. Kahdeksäsluokkalaiset pojat lähtisivät mieluiten etsimään lisää tietoa kannabiksesta internetin kautta (47 %). Vain murto-osa vastanneista kysyisi tai juttelisi kannabiksesta omien vanhempiensa (9 %), koulun (6 %) tai lääkärin (6 %) kanssa. Kahdeksäsluokkalaiset tytöt ovat poikia enemmän saaneet tietoa koulusta (20 %) kannabiksesta, mutta heillä myös internet (15 %) ja kaverit (15 %) sekä televisio (13 %) ovat antaneet lisää tietoa kannabis-huumeesta. Uutisista (7 %) ja huhuista (4 %) myös murto-osa 8-luokkalaisista tytöistä uskoo saaneensa luotettavaa tietoa kannabiksesta. Ylivoimaisesti eniten tytöt etsisivät lisää tietoa internetin (45 %) kautta, osalla myös vanhemmat (10 %) olisivat hyviä kertomaan lisää tietoa. Koulun (17 %) antamaan tietoon luotetaan myös hienosti. Terveystiedon opettaja (2 %), terveyskeskus (2 %) ja yllättäen myös kaverit (2 %) ovat vähiten tärkeitä tiedonhakukohteita.

Yhdeksäsluokkalaiset nuoret ovat melko pitkälle yksimielisiä siitä mistä he ovat tähän mennessä saaneet kannabis-tietoutta ja mistä he etsisivät lisää tietoa, jos tuntevat tarvetta sille. Yhdeksäsluokkalaisilla on jo ollut terveystiedon tunnilla huumevalistusta, jonka vuoksi heidän vastauksesta eroavat ajoittain suuresti kahdeksäsluokkalaisten vastauksista.

Yhdeksäsluokkalaisten pojat on kyselyn mukaan saanut eniten tietoa koulusta (20 %) ja koulun terveystiedon tunnilta (28 %). Tässä huomaa hyvin jo olleiden terveystiedon tuntien tärkeyden yläasteikäisten huumevalistuksessa. Myös kaverit (16 %) ja internet (12 %) ovat osoittautuneet tietoa antaviksi. Yksi vastaajista (2 %) on jopa sitä mieltä, että oma perusjärki on hänelle riittänyt tiedoksi kannabis-huumeesta. Lisää tietoa 9-luokkalaisten pojat hakivat internetistä (43 %) ja koulusta (39 %). Myös lääkäri (8 %) olisi muutamalle vastaajalle sopiva kertomaan lisää kannabiksesta. Yksi vastaajista (2 %) on myös maininnut hakevansa lisää tietoa huumeiilereiltä ja yksi (2 %) suoraan huumeeklinikalta. Yhdeksäsluokkalaisten tytöt ovat tähän mennessä saaneet suurimman osan omasta päihdetietoudestaan koulusta (22 %) ja terveystiedon tunneilta (36 %). Osa vastaajista luottaa vielä kavereiden antamaan tietoon (11 %) ja internetistä (12 %) löytyvään tietoon. Pieni osa vastaajista kertoo saaneensa tietoa kannabiksesta opettajalta (1 %), viihdemaailmasta (1 %) ja omista kokemuksista (3 %). Suurin osa, 35 prosenttia hakisi lisää tietoa koulusta. Muutamia vastaajia löytyy jotka keskustelisivat vanhempiensa (14 %) tai jonkun luotettavan henkilön (12 %) kanssa ja toivoisivat saavansa lisää tietoa. Kavereilta ei enää kysyisi lisää tietoa kuin yksi vastaajista. Internet (14 %) pitää pintansa edelleen etsittäessä lisää tietoa, kaksi vastaajista (3 %) on tarkentanut vielä, että he etsisivät tietoa suoraan Päihdelinkin sivuilta.

Kahdeksäsluokkalaisten ja yhdeksäsluokkalaisten kertoivat kyselyssä, minkälainen huumevalistus olisi heidän mielestään hyvä ja toimiva toteuttaa esimerkiksi kouluissa. 8-luokkalaisten mielestä valistus joka kertoisi huumeiden käytön vaikutuksista ja haitoista elimistölle, myös mahdollisista hyödyistä halutaan kuulla. Annetun tiedon on oltava totuudenmukaista ja suoranaista. Eniten kerrottaisiin huumeiden käytön huonoista puolista, jotta nuoret eivät uskaltaisi käyttää huumeita. Huumevalistusta antavan on oltava myös henkilö joka todella tietää paljon huumeista, mutta ei kuitenkaan itse käytä. Valistuksen on kuitenkin hyvä olla naseva ja ei-tuomitseva. Hyvä paikka toteuttaa huumevalistusta on kahdeksäsluokkalaisten mielestä koulu. Syitä tähän ei tuloksista ilmennyt. Luennot joissa olisi paljon kuvia, eikä väkinäistä luennoimista, on vastanneiden mukaan oikeanlaista valistustyötä. Ennen ja jälkeen kuvat ovat 8.-luokan oppilaiden mukaan tehokkaita.

Yhdeksäsluokkalaisten oppilaiden mukaan myös vaikutuksista ja haitoista kertova valistus on toimivaa. Valistuksessa tulisi olla kaikki tarpeellinen, mutta ei kuitenkaan liikaa asiaa. Huumevalistus ei myöskään saisi olla liian jyrkkää, vaan sopivan opettavaista. Huumevalistuksen on oltava totuudenmukaista ja huumeiden käytön riskeistä kertovaa. Valistuksessa voisi käyttää esimerkkeinä tositarinoita tai huumevalistusta pitävä voisi olla huumeiden käyttäjä tai käytön jo lopettanut henkilö. Osa oppilaista haluaisi kuitenkin, että luennon pitäjä tietäisi huumeista, mutta ei itse niitä käyttäisi. Koulu ja varsinkin terveystiedon tunnilla pidettävä huumevalistus on 9-luokkalaisten mielestä oikea paikka toteuttaa huumevalistusta.

Kysyttäessä uskovatko Kuitinmäen koulun 8.- ja 9.-luokkalaiset nuoret päihdetietämyksen vähentävän nuorten kannabiskokeiluja, suurin osa tähän kysymykseen vastanneista uskoo tämän vaikuttavan. Kahdeksaluokkalaisista pojista noin 72 prosenttia uskoo riittävän päihdetietämyksen vaikuttavan nuorten kannabiksen käyttöön ja sen kokeiluihin, mutta 17 % on kuitenkin vastakkaista mieltä. Syiksi kieltävästi vastanneet ovat antaneet, että he eivät usko kannabistietouden välttämättä vaikuttavan, koska kielletyt aineet ovat ”cool”. Tiedon täytyy myös olla tarpeeksi laajaa, jotta annetulla päihdetietoudella olisi merkitystä. Myös nuorten uhkarohkeus ja uteliaisuus lisäävät nuorten kannabiskokeiluja. Neljä vastaajista (11 %) ei osaa sanoa mitä mieltä ovat. Tytöistä 66 % uskoo päihdetietoudella olevan merkitystä kannabiksen kokeilujen määrään, koska he uskovat, että kokeilut vähenevät kun nuoret näkevät seuraukset. Myös riittävä vaaroista ja seurauksista tietäminen vähentää kokeiluja. 8.-luokkalaisista tytöistä 18 prosenttia ei usko päihdetietouden olevan kannabiskokeilujen määrien laskun syynä, koska nuoria ei vain yksinkertaisesti kiinnosta kannabiksen käytön seuraukset ja nuoret tekevät mitä vain ryhmäpaineen alla. Tytöistä 16 % ei osaa sanoa mitä mieltä he ovat tai uskovat päihdetietouden ehkä vaikuttavan positiivisesti kannabiskokeilujen määrän vähenemiseen.

Yhdeksäsluokkalaisista pojista suurin osa, 57 prosenttia uskoo riittävän päihdetietouden vaikuttavan nuorten kannabiksen käytön lisääntymiseen, mutta 25 % vastaa kuitenkin etteivät usko sen vaikuttavan. Syiksi he ovat kyselyssä kertoneet, että käyttäjät käyttävät kuitenkin, eikä heitä saa lopettamaan. Osa uskoo myös kavereitaan ja toimii heidän esimerkin mukaan. 14 prosenttia ei osaa sanoa mitä mieltä ovat, yhden mielestä riippuu täysin henkilöstä vaikuttaako annettu kannabistietous hänen mahdollisiin kokeiluihin tai käyttöön. Yhdeksäsluokkalaiset tytöt ovat kyselyyn vastanneista vastanneet päihdetietoutta koskevaan kysymykseen kaikista aktiivisimmin. Jopa 70 % uskoo annetun päihdetiedon vaikuttavan positiivisesti, jos vain nuori saadaan ymmärtämään aineen vahingollisuus. Vastanneista vain 13 prosenttia on vastannut kielteisesti, koska he ajattelevat, että päätöksen on lähdeittävä nuoresta itsestään, mutta kavereiden painostus on usein kovaa. Myös yksi vastaaja uskoo huumevalistuksen lisäävän nuorten kannabiskokeiluja. 17 prosenttia yhdeksäsluokkalaisista ei osaa vastata kysymykseen mitä mieltä ovat, osa epäilee, että annettu päihdetietous ehkä vähentäisi nuorten kokeiluja.

Kyselyn mukaan Kuitinmäen koulun 8.- ja 9.-luokkalaiset nuoret suhtautuvat negatiivisesti kannabiksen ja ylipäättänsä huumeiden käyttöön. Osa nuorista on myös maininnut, että heidän kielteinen mielipide on vahvistunut ajan saatossa vahvasti. Myös kokeilunhalu nuorilla on laskenut. Kyselyn tuloksista ei noussut kuin yksi vastaus, jossa on myönnetty, ettei saatu päihdetietous kiinnosta lainkaan. Yhtään päihdetietouden lisäämää käyttöä tai kokeilua ei vastauksissa tullut ilmi. Osa oppilaista ei vastannut kysymykseen lainkaan, joten jää

epäselväksi olisiko näistä murto-osasta vastaajista löytynyt nuoria, joilla päihteistä puhuminen olisi lisännyt heidän kokeilujaan.

Kahdeksasluokkalaisista 23 haluaisi lisää tietoa huumeista ja huumeiden haitoista ja vaikutuksista. Yksi pojista sanoo, ettei mitään huumevalistusta ole vielä ollut ja hän kaipaisi paljon lisää tietoa. Kaksikymmentäkahdeksan vastaajaa uskoo saaneensa jo tarpeeksi huumevalistusta. Kaksi vastaajaa haluaisi ehkä vielä kuulla lisää huumeista ja yhden pojan mielestä annettu huumevalistus on ollut hänen mielestään huonoa. Yhdeksäluokkalaisista yksitoista vastaajaa haluaisi vielä jo annetun päihdevalistuksen lisäksi saada lisää tietoa. Vastaajista 61 on sitä mieltä, että he ovat jo saaneet tarpeeksi huumevalistusta, eivätkä halua enää lisää. Kolme nuorta vielä harkitsee asiaa.

Avoimeen tilaan saatiin muutamia hyviä vastauksia. Yksi vastaajista miettii onko kyselylomakkeen laatijat olettanut, että ne nuoret jotka oikeasti käyttävät kannabista ja pyrkivät peittelemään sitä, myöntäisivät käyttönsä tai kokeilunsa koulussa luokkahuoneessa jollekin paperille. Myös yksi vastaaja on sitä mieltä, että kannabiksesta on tehty aivan liian iso asia, koska jos tupakka ja alkoholi ovat laillista, miksei myös kannabis. Kannabis on halpaa ja sitä on helppo saada. Eräs nuori neiti koventaisi alaikäisille päihteitä ostavien rangaistuksia, jotta aineiden välittäminen vähenisi. Yksi yhdeksäluokkainen tyttö myöntää joskus halunneensa kokeilla kannabista, mutta lähipiirin kokeilu sai hänen mielensä muuttumaan. Myös osuvampia kysymyksiä olisi toivottu opinnäytetyön tekijöiltä.

*”Jos tupakka ois mansikanmakuista ja ois terveellistä niin kuka sitä polttais. Sama pätee kannabikseen.”*

## 7.2 Posterit

Posterit on eräänlainen juliste tai tietotaulu, ja se on hyvin yleinen tapa julkaista tutkimustyön tuloksia (Itä-Suomen yliopisto, 2014). Tämän opinnäytetyön tekijät päätyivät tekemään tutkimustuloksiin liittyen A3-kokoisen posterin Kuitinmäen koulua varten. Posterin tarkoituksena on oikaista nuorten mahdollisia vääriä uskomuksia kannabista kohtaan, ja toisaalta tuottaa jotain konkreettista oppilaiden nähtäväksi tutkimuksesta, johon he osallistuivat. Posterissa (Liite3) on korostettu asioita, joista nuorilla oli hieman vähemmän tietoa.

## 8 Pohdinta

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten ajatuksia ja kokemuksia kannabikseen liittyen. Tavoitteeksi asetettiin tiedon saanti nuorten käsityksistä kannabista kohtaan, jotta nykypäivän trendin mukaisesti lisääntyviin nuorten

huumekokeiluihin pystyttäisiin puuttumaan ajoissa. Lisäksi tavoitteena oli selvittää nuorten saamaa päihdetietoutta ja se, miten nuoret ovat kokeneet päihdetietouden vaikuttaneen heidän ajatuksiinsa tai kokemuksiinsa kannabiksesta. Tutkimuksen tuloksista koostettiin Kuitinmäen koulun seinille ja terveydenhoitajan käyttöön tarkoitettu posterit, jossa käsitellään tutkimustuloksista nousevia tärkeitä aiheita. Tämän opinnäytetyön tavoitteet toteutuivat hyvin. Tutkimuksessa kävi hyvin esille, että koulun toteuttama päihdetietous oli nuorille tärkeä huumetietouden lähde, joka hyvin toteutettuna koettiin vaikuttavaksi. Lisäksi nuoren kannabistietämys vaihteli melko suuresti luokka-asteiden sekä sukupuolten välillä. Päähuomiona voidaan pitää sitä, että suurin osa nuorista kokee ryhmäpaineen olevan suurin syy kannabiksen käytön aloitukselle. Lisäksi yhdeksäsluokkalaisten pojat suhtautuivat jopa huolestuttavan myönteisesti ja kevyesti kannabikseen sekä sen vaikutuksiin. Kuitinmäen koulun 8.- ja 9.-luokkalaisten vastaukset nuorten huumeiden käytön yleistymisestä täsmäivät hyvin muun muassa vuoden 2013 Kouluterveyskyselyn tuloksiin.

Vastaajia tutkimuksessa oli paljon (n=195), ja tietoa ja tuloksia saatiin laajasti Kuitinmäen koulun 8.- ja 9.-luokkalaisten kannabistietämyksestä. Kuten tutkimuksen tekijät osasivat odottaa, työstä tuli laaja ja opinnäytetyö vastasi hyvin asetettuihin tutkimuskysymyksiin nuorten tiedoista ja ajatuksista kannabista kohtaan, ikätovereiden ajatusten vaikutuksista nuorten kannabiksen käyttöön sekä järjestetyn päihdetietouden merkityksestä nuorten ajatteluun suhteessa kannabiskokeiluihin.

Opinnäytetyöprosessissa luotettavuustekijät ovat suuressa roolissa. Tässä opinnäytetyössä valittu tutkimusmenetelmä, triangulaatio, oli sopiva. Sekä määrälliset että laadulliset kysymykset toivat hyvin vastauksia asetettuihin tutkimusongelmiin. Yksi luotettavuustekijä on alueen rajaus. Tässä opinnäytetyössä tutkittava alue rajattiin Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisiin ja pääosin heidän ajatuksiinsa kannabiksesta. Tutkimustuloksiin nähden luotettavuutta nostavana tekijänä voidaan pitää suurta vastaajamäärää. Lisäksi oppilaiden anonymiteetistä huolehdittiin tulosten keruun ja analysoinnin aikana. Kyselylomakkeella toteutetussa tutkimuksessa tärkeätä on kaavakkeen esitestaus. Tämän opinnäytetyön kyselylomake esitettiin sekä Laurea-ammattikorkeakoulun että Kuitinmäen koulun henkilökunnan toimesta, ja parannuksia tehtiin. Näin ollen tutkimuksen validiteettia, eli on mitattu sitä mitä piti, voidaan pitää onnistuneena.

Tämän opinnäytetyön tekijänä koimme, että työ onnistui suunnitellusti ja saimme ajankohtaista tietoa nykyajan trendistä, nuorten kannabiksen käytöstä. Tutkimme kannabiksen käytön tasoja ja yleistyvyyttä monipuolisesti teoreettisen ja Espoon kaupungin järjestämän koulutusilmapäivän avulla. Pidimme myös kannabis-aiheen valintaa erittäin mielenkiintoisena juuri sen yleistyvyyden vuoksi sekä halusimme auttaa ja tukea Kuitinmäen

koulun opetushenkilökuntaa kannabiksen puheeksi ottamisessa ja toimintakäytäntöjen valitsemisessa nuorten kanssa.

Tutkimuksen tärkeimmän tiedonhakumenetelmän, kyselylomakkeen, koimme olevan juuri sopiva tiedonhakumenetelmä työllemme. Kyselylomake oli helppo ja monipuolinen tapa kerätä tietoa nuorilta, joista osalla kuitenkin on omakohtaista tai ympäristön tuottamaa kokemusta kannabiksesta ja sen käytöstä. Oppilaat ottivat kyselyn yllättävän hyvin vastaan, ja jaksoivat hienosti myös perustella vastauksiaan.

Koimme, että saimme enemmän tietoa kuin mitä osasimme odottaa. Opinnäytetyön kyselylomakkeen tuottamat tulokset tukivat hyvin hakemaamme teoretietoa. Tiesimme jo kyselylomaketta tehdessämme, että oppilaat joutuvat varmasti osallistumaan moniin Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijoiden tuottamiin opinnäytetöihin ja mietimme nuorten suhtautumisesta tähän. Pyrimme myös tekemään kyselylomakkeesta mahdollisimman sujuvan vastata, mutta kuitenkin sellaisen, että se tuottaisi tuloksia. Vastaaajista noin 4 % myönsi joskus kokeilleensa kannabista, mutta tuloksia tarkastellessa uskoimme kuitenkin, että todellisuudessa kokeilleiden nuorten määrä saattaisi olla hieman todettua suurempi.

Olemme molemmat erittäin tyytyväisiä tekemäämme työhön ja työn tuloksiin. Opinnäytetyön teko oli mielestämme vaativaa, mutta kuitenkin mukavaa ja opettavaista. Opinnäytetyön ohjaajalta saimme tukea, kannustusta ja kehittämisohjeita aina kun niitä pyysimme, myös Kuitinmäen koulun henkilökunta oli mielestämme hienosti mukana.

Haluamme kiittää kyselyyn vastanneita Kuitinmäen koulun 8- ja 9-luokkalaisia sekä myös Kuitinmäen koulun opettajia, rehtoria ja koulun vahtimestaria opinnäytetyömme mahdollistamisesta.

## 8.1 Kehittämisohjeet

Opinnäytetyöstä olisi voinut tehdä vielä laajemmin ja tutkia juurikin enemmän nuorten kannabiksen käyttöä ja esimerkiksi sitä, mitä nykyään kannabiksen käyttö maksaa käyttäjälleen sekä mistä nuoret pääosin saavat tai ostavat kannabiksensa. Pidimme kuitenkin hyvänä ratkaisuna rajata opinnäytetyön aihetta nykyiseen eli pääosin nuorten ajatuksiin ja tietämykseen kannabiksesta, sillä muuten tuotos olisi paisunut liian suureksi. Jatkoehdotuksena olisi mielestämme hyvä järjestää Kuitinmäen koulun oppilaille tietoutta tapahtuman tai tekemisen merkeissä koskien pelkästään huumeita, sillä kokemamme mukaan huumeista puhuminen jää helposti muiden päihteiden jyräämäksi opetuksessa. ”Huumevalistustunnin” voisi pitää esimerkiksi Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijat osana opintojaan.



## Lähteet

Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) 2001. Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Jyväskylä: Gummerus.

Aaltonen, M., Ojanen, T., Vihunen, R., Vilén, M. 2003. Nuoren aika. Porvoo: WSOY.

Aira, M. & Seppä, K. 2010. Laadullinen ja määrällinen tutkimus lääketieteessä. Viitattu 19.12.2013.  
<http://www.laakarilehti.fi/files/sv/SLL92010-805.pdf>

Armentano, P. 2013. Alcohol or Cannabis? No Question Which Substance Poses a Greater Risk to Health. Viitattu 20.10.2013.  
[http://www.huffingtonpost.com/paul-armentano/alcohol-or-cannabis\\_b\\_3799972.html](http://www.huffingtonpost.com/paul-armentano/alcohol-or-cannabis_b_3799972.html)

Bergman E. 2012. Seksuaalineuvonta osana päihteiden käyttäjien terveysneuvontaa. Viitattu 24.10.2013.  
<http://www.suomenkatiloliitto.fi/static/Seksuaalineuvonta.pdf>

Hakkarainen, P., Perälä, J., Metso, L. 2011. Kukkaa pukkaa - kannabiksen kotikasvatus Suomessa. Viitattu 29.10.2013.  
<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/102949/hakkarainen.pdf?sequence=1>

Hakkarainen, P., Metso, L. 2002. Suomalaisten suhtautuminen huumeisiin ja huumeepolitiikkaan. Mielenpitoet ja asenteet väestössä 2002. Viitattu 18.11.2013.  
<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/100302/104hakkarainen.pdf?sequence=1>

Huumausainelaki. 2008. Finlex. Viitattu 23.9.2013.  
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2008/20080373>

Irti huumeista ry. 2013. Mistä tunnistat kokeilun ja käytön. Viitattu 24.10.2013  
[http://www.irtihuumeista.fi/tietoa\\_ja\\_tukea/tunnista\\_ja\\_toimi/.kokeilun\\_ja\\_kayton\\_merkke\\_ja](http://www.irtihuumeista.fi/tietoa_ja_tukea/tunnista_ja_toimi/.kokeilun_ja_kayton_merkke_ja)

Irti huumeista ry. 2013a. Miten toimit kun epäilet. Viitattu 24.10.2013  
[http://www.irtihuumeista.fi/tietoa\\_ja\\_tukea/tunnista\\_ja\\_toimi/vanhemmille\\_ja\\_muille\\_kasvattajille/miten\\_toimit\\_kun\\_epailet](http://www.irtihuumeista.fi/tietoa_ja_tukea/tunnista_ja_toimi/vanhemmille_ja_muille_kasvattajille/miten_toimit_kun_epailet)

Irti huumeista ry. 2013b. Kannabis, hasis, marihuana ja kannabisöljy. Viitattu 5.10.2013  
[http://www.irtihuumeista.fi/tietoa\\_ja\\_tukea/huumausaineet/kannabis](http://www.irtihuumeista.fi/tietoa_ja_tukea/huumausaineet/kannabis)

Irti Huumeista ry. 2013b. Riippuvuuden syntyminen. Viitattu 22.10.2013.  
[http://www.irtihuumeista.fi/tietoa\\_ja\\_tukea/riippuvuus/riippuvuuden\\_syntyminen](http://www.irtihuumeista.fi/tietoa_ja_tukea/riippuvuus/riippuvuuden_syntyminen)

Irti Huumeista ry. 2013c. Riippuvuuden ominaispiirteitä. Viitattu 22.10.2013.  
[http://www.irtihuumeista.fi/tietoa\\_ja\\_tukea/riippuvuus/riippuvuuden\\_ominaispiirteita](http://www.irtihuumeista.fi/tietoa_ja_tukea/riippuvuus/riippuvuuden_ominaispiirteita)

Irti Huumeista ry. 2013d. Riippuvuudesta toipuminen. Viitattu 22.10.2013.  
[http://www.irtihuumeista.fi/tietoa\\_ja\\_tukea/riippuvuus/riippuvuudesta\\_toipuminen](http://www.irtihuumeista.fi/tietoa_ja_tukea/riippuvuus/riippuvuudesta_toipuminen)

Irti Huumeista ry. 2013a. PowerPoint-tietopaketti huumeista. Tietopaketti vanhemmille. Viitattu 21.10.2013.  
[http://www.irtihuumeista.fi/tietoa\\_ja\\_tukea/huumausaineet](http://www.irtihuumeista.fi/tietoa_ja_tukea/huumausaineet)

Itä-Suomen yliopisto. 2014. Hyvä tieteellinen käytäntö. Viitattu 3.2.2014.  
<http://www.uef.fi/fi/uef/tutkimusetiikka>

Itä-Suomen yliopisto. 2014. Posterin teko-ohjeita. Viitattu 29.4.2014.  
<https://wiki.uef.fi/display/opkmateriaalit/Posterin+teko-ohjeita>

Jaakkola, T., Mustalampi, S., Peltonen, H., Soikkeli, M., Tammi, T., Turkama, A., Ulmanen, K., Vuorenpää, J. (työryhmä). 2001. Suomi ja huumeet. Tietopaketti huumeista.

Juurinen, R. 2013. Päihdekäyttö. Viitattu 21.10.2013.  
<http://www.nuortenlinkki.fi/tietopiste/tietoartikkelit/paihdekatyto>

Jyväskylän yliopisto. 2013. Monimenetelmäisyys. Viitattu 19.12.2013.  
<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/monimenetelmaisyys>

Kankkunen, P., Vehviläinen-Julkunen, K. 2009. Tutkimus hoitotieteessä. WSOYpro.

Kannabis ja nuoret - luento 22.10.2013. Espoon valtuustosalin.

- Simojoki, K. 2013. A-klinikkasäätiö.

- Paasio, J. 2013. Rikospoliisi.

Kekoni, T. 2007. Kannabiksen käyttö, yhteiskunnallinen reagointi ja siihen vastaaminen. Akateeminen väitöskirja. Tampere: Yliopistopaino Oy.

Klaari. 2013. Kannabis ja nuoret. Lasten ja nuorten ehkäisevää päihdetyötä. Viitattu 16.10.2013.

<http://www.ehkapa.fi/klaarihelsinki/wp-content/uploads/2009/06/Vinkkej%C3%A4-vanhemmille-kannabis-20122.pdf>

Kylmänen, P. 2005. Kun kaikki muutkin... Nuorten ehkäisevä päihdetyö. Helsinki: Tammi.

Käypä hoito suositus. 2012. Kannabiksen aiheuttamat terveyshaitat. Viitattu 16.10.2013.  
<http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/naytaartikkeli/.../nix01881>

Lappalainen-Lehto, R., Romu, M-L., Taskinen, M. 2007. Haasteena päihteet. Ammatillisen päihdetyön perusteita. Helsinki: WSOY.

Large, M., Sharma, S., Compton, M., Slade, T., Nielssen, O. 2011. Cannabis Use and Earlier Onset of Psychosis. A Systematic Meta-analysis. Viitattu 16.10.2013.  
<http://archpsyc.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=211301>

Lintonen, T., Rönkä, S., Kotovirta, E., Konu, A. 2012. Huumeet Suomessa 2020 - ennakointitutkimus. Poliisiammattikorkeakoulun raportteja 101. Tampere: Yliopistopaino Oy.

Luopa, P., Kivimäki, H., Nipuli, S., Vilkki, S., Jokela, J., Laukkanen, E. & Paananen, R. 2013. Kouluterveys 2013: Pääkaupunkiseudun raportti. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2013. Kaverisuhteet. Vanhempainnetti. Viitattu 16.10.2013.

[http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu\\_ja\\_kehitys/12\\_15-vuotias/kaverisuhteet/](http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/12_15-vuotias/kaverisuhteet/)

McLaren, J., Lemon, J., Robins, L., Mattick, R. 2008. Cannabis and Mental Health: Put into context. Viitattu 29.10.2013.

<http://ncpic.org.au/static/pdfs/young-people-training-package/cannabis-and-mental-health-put-into-context.pdf>

National cannabis prevention and information centre. 2012. Cannabis and mental health. Viitattu 29.10.2013.

<http://ncpic.org.au/ncpic/publications/factsheets/article/cannabis-and-mental-health>

Pruuki, H. (toim.) 2008. Nuorten sielunhoidon käsikirja. Helsinki: LK-kirjat.

- Päihdelinkki. 2009. Nuorten huumekeuilut. Viitattu 16.10.2013.  
<http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/362-nuorten-huumekeuilut>
- Päihdelinkki. 2011a. Kannabis. Laaja versio. Viitattu 16.10.2013.  
<http://www.paihdelinkki.fi/pikatieto/?c=Kannabis>
- Päihdelinkki. 2011b. Alkoholi. Viitattu 20.10.2013.  
<http://www.paihdelinkki.fi/pikatieto/?c=Alkoholi>
- Päihdelinkki. 2011c. Alkoholin aiheuttamat vieroitusoireet. Viitattu 20.10.2013.  
<http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/232-vieroitushoidon-kehittyminen>
- Päihdelinkki. 2011d. Alkoholin palaminen. Viitattu 20.10.2013.  
<http://www.paihdelinkki.fi/alkoholineuvonnan-opas/alkoholin-palaminen>
- Rayer, S., Haughwout, S., Keller, A. 2013. Adolescent Cannabinoid Exposure Permanently Suppresses Cortical Oscillations in Adult Mice. Viitattu 29.10.2013.  
<http://www.nature.com/npp/journal/v38/n12/full/npp2013164a.html>
- Resnik, D. 2011. What is Ethics in Research & Why is it Important? Viitattu 3.2.2014.  
<http://www.niehs.nih.gov/research/resources/bioethics/whatis/>
- Salasuo, M. 2004. Huumeet ajankuvana. Huumeiden viihdekäytön kulttuurinen ilmeneminen Suomessa. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus STAKES: tutkimuksia 149. Saarijärvi: Gummerus.
- Seppälä, P., Mikkola, T. 2004. Huumeet Internetissä ja nuorisokulttuureissa. Havaintoja huumeiden merkityksestä ja riskikäsitteistä käyttäjäpiireissä. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus STAKES: Raportteja 287. Saarijärvi: Gummerus.
- Soikkeli, M. 2002. Miten puhua huumeista. Stakes. Jyväskylä: Gummerus.
- Swedish National Institute of Public Health. 2008. Adverse health consequences of cannabis use. Viitattu 12.11.2013.  
<http://www.fhi.se/PageFiles/10761/R2010-19-Adverse-Health-Consequences-Cannabis-Use-.pdf>
- Tacke, U., Sairanen, S. 2009. Kannabis (marihuana ja hasis). Viitattu 5.10.2013  
<http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/312-kannabis-marihuana-ja-hasis>
- Terveiden ja hyvinvoinninlaitos THL. 2013. Uudenmaan tulokset. Viitattu 10.12.2013.  
[http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/fi/tilastot/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/alueittain/etela/uusimaa](http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tilastot/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/alueittain/etela/uusimaa)
- Vantaan kaupunki. 2008. Kannabis, ”Ei mieto eikä vaaraton huume”. Tietoa nuoren vanhemmille ja nuorten parissa työskenteleville. Viitattu 24.10.2013  
[http://www.edu.vantaa.fi/www/nuorisoasema/files/file/Kannabis\\_-esite\\_net%5B1%5D.pdf](http://www.edu.vantaa.fi/www/nuorisoasema/files/file/Kannabis_-esite_net%5B1%5D.pdf)
- Vehkalahti, K. 2008. Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. Helsinki: Tammi.
- Vilkka, H. 2007. Tutki ja mittaa. Helsinki: Tammi.
- Vilkka, H. 2010. Toiminnallinen opinnäytetyö. Viitattu 27.11.2013.  
[http://vilkka.fi/hanna/Toiminnallinen\\_ont.pdf](http://vilkka.fi/hanna/Toiminnallinen_ont.pdf)
- Virtuaaliammattikorkeakoulu. 2013. Triangulaatio. Viitattu 19.12.2013.  
<http://www2.amk.fi/digma.fi/www.amk.fi/opintojaksot/0709019/1193463890749/1193464114103/1194104920968/1194107257373.html>

Volkow, N. 2012. Marijuana abuse. Research report series. Viitattu 22.10.2013.  
<http://www.drugabuse.gov/sites/default/files/rrmarijuana.pdf>

Väestöliitto. 2013. Riskikäyttäytyminen. Viitattu 16.10.2013.  
[http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa\\_vanhemmille/murrosikaisten-vanhemmat/tietoa/riskikayttaytyminen/](http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/murrosikaisten-vanhemmat/tietoa/riskikayttaytyminen/)

Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. 2010. Tutkimusetiikka ja lakipykälä. Viitattu 5.2.2014.  
[http://www.fsd.uta.fi/fi/laki\\_ja\\_etiikka/etiikka\\_lait.html](http://www.fsd.uta.fi/fi/laki_ja_etiikka/etiikka_lait.html)

Liitteet

Liite1 Saatekirje

Liite2 Kyselylomake

Liite3 Posterit

## Liite1

Hei!

Olemme Laurea-ammattikorkeakoulun terveydenhoitajaopiskelijoita ja teemme opinnäytetyötä, jonka tarkoituksena on kartoittaa nuorten ajatuksia ja kokemuksia kannabis-huumeesta sekä päihdetietoudesta.

Laurea-ammattikorkeakoululla ja Kuitinmäen koululla on yhteinen hanke, nuorten terveys- ja hyvinvointikäyttäytymisen edistäminen, minkä johdosta te Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaiset olette valikoituneet tämän tutkimuksen kohdejoukoksi.

Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista, mutta toivottavaa. Kysely on toteutettu niin, että siihen pystyy vastaamaan, vaikka ei olisi minkäänlaista kokemusta itse huumausaineesta.

Kyselyiden vastaukset käsitellään erityisellä luottamuksella. Kyselyiden perusteella saaduista vastauksista koostetaan koulunne seinille/terveydenhoitajan käyttöön postereita, jossa vertaillaan nuorten ajatuksia kannabiksesta suhteessa tutkittuun teorian tietoon. Posterin sisältämästä tutkimusmateriaalista ei ketään yksittäistä vastaajaa voi tunnistaa.

Kiitos yhteistyöstä! Mikäli tutkimus herättää jotain kommentoitavaa tai kysyttävää, olkaa rohkeasti yhteydessä.

Terveisin,  
terveydenhoitajaopiskelijat

Marika Pulkkinen  
marika.pulkkinen@laurea.fi

Mira Viljanen  
mira.viljanen@laurea.fi

## Liite2

## Kysely Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten ajatuksista ja kokemuksista kannabis-huumeesta

### Olen

- 8.-luokkalainen                       tyttö  
 9.-luokkalainen                       poika

### Rastita oma sijoittumisesi janalle

Uskon tietäväni kannabis-huumeesta      en mitään      |-----|      paljon  
 Suhtaudun kannabikseen                      kielteisesti      |-----|      myönteisesti

1. Kerro lyhyesti sen mitä tiedät kannabiksen käyttötavoista ja käytön tasoista. Mikäli tila ei riitä tässä tai tulevissa kysymyksissä, voit jatkaa vastausta kyselylomakkeen lopussa oleville riveille.

---



---



---

2. Hyväksytkö huumeiden käytön? Mitä mieltä olet kannabiksen käyttäjistä, jne.? Perustele lyhyesti.

---



---



---

3. Vastaa seuraaviin väittämiin *kyllä (= samaa mieltä)* tai *ei (= eri mieltä)*. Perustele lyhyesti vastauksesi.

Kannabiksen käyttö on mielestäni turvallista                       kyllä       ei

Mielestäni yhden kerran kokeilusta ei voi jäädä riippuvaiseksi                       kyllä       ei

Mielestäni kannabiksen käyttö muuttaa ihmisen olemusta ja käytöstä                       kyllä       ei

Kannabiksen käyttö vaikuttaa mielestäni koulumenestykseen laskevasti                       kyllä       ei

Jos saisin tietää ystäväni käyttävän kannabista, yrittäisin saada hänet lopettamaan       kyllä       ei

4. Seuraavat kysymykset koskevat kannabiksen laillista asemaa. Perustele vastauksesi.

Onko mielestäsi oikein, että huumeet ovat Suomessa laittomia?

---



---

Pitäisikö kannabiksen viihdekäyttö, hallussapito ja kasvatus mielestäsi laillistaa?

---



---

5. Kirjoita kannabiskasvin terälehtiin kyseiselle aineelle niin monta katukielen nimitystä kuin tiedät.



Marihuana



Hasis



Kannabis

6. Seuraavassa on esitetty 12 väitettä kannabiksen vaikutuksista. Vastaa väittämiin *totta* tai *tarua*.

- |   |                                |                                |
|---|--------------------------------|--------------------------------|
| * Kannabiksen päävaikutus on keskushermostolama   | <input type="checkbox"/> totta | <input type="checkbox"/> tarua |
| * Nuorena aloitettu kannabiksen käyttö haittaa aivojen kehitystä  | <input type="checkbox"/> totta | <input type="checkbox"/> tarua |
| * Marihuanan hajua ei voi tunnistaa   | <input type="checkbox"/> totta | <input type="checkbox"/> tarua |
| * Kannabiksen käyttö saattaa aiheuttaa mielenterveysongelmia, erityisesti nuorilla käyttäjillä  | <input type="checkbox"/> totta | <input type="checkbox"/> tarua |
| * Kannabiksen käyttö ei aiheuta vieroitusoireita  | <input type="checkbox"/> totta | <input type="checkbox"/> tarua |
| * Kannabiksen käyttö heikentää sekä miesten että naisten hedelmällisyyttä   | <input type="checkbox"/> totta | <input type="checkbox"/> tarua |
| * Pidempiaikainen kannabiksen käyttö voi johtaa amotivaatio-oireyhtymään, eli tilaan, jossa mikään ei kiinnosta                                   | <input type="checkbox"/> totta | <input type="checkbox"/> tarua |
| * Kannabiksen käytössä on yliannostuksen riski  | <input type="checkbox"/> totta | <input type="checkbox"/> tarua |
| * Noin joka viidennen käyttäjän arvellaan tulevan riippuvaiseksi kannabiksesta  | <input type="checkbox"/> totta | <input type="checkbox"/> tarua |
| * Kannabinoidit eli kannabiksen huumaavat ainesosat poistuvat nopeasti elimistöstä, joten käyttö ei näy huumeeseulassa enää parin päivän kuluttua | <input type="checkbox"/> totta | <input type="checkbox"/> tarua |
| * Kannabiksen poltto on keuhkoille tupakointia vaarallisempaa   | <input type="checkbox"/> totta | <input type="checkbox"/> tarua |
| * Cannabis näkyy käyttäjässään punaisina silminä ja hitaina liikkeinä   | <input type="checkbox"/> totta | <input type="checkbox"/> tarua |

7. Miten uskot kannabiksen käytön vaikuttavan nuoren elimistöön?

---



---



---



---

8. Mitä mieltä olet väitteestä, että cannabis olisi turvallisempi vaihtoehto kuin alkoholi? Perustele.

---



---



---



---

9. Mitkä voisivat mielestäsi olla syitä nuoren kannabiksen käytön aloittamiselle?

---



---



---



---



**10. Seuraavat kysymykset koskevat kokemuksiasi kannabiksen käytöstä. Jos et ole ollut tekemisissä kannabiksen kanssa, voit siirtyä eteenpäin kohtaan 11.**

- \* Kuinka monta kertaa olet kokeillut kannabista? \_\_\_\_\_
- \* Onko käyttö jäänyt yksittäisiin kokeiluihin vai käytätkö säännöllisesti? \_\_\_\_\_
- \* Mistä syystä kokeilit kannabista ensimmäisen kerran? \_\_\_\_\_
- \* Kuinka usein ja missä tilanteissa käytät/käytit kannabista? \_\_\_\_\_
- \* Mitä kaverisi ajattelevat/ajattelivat kannabiksen käytöstäsi? \_\_\_\_\_
- \* Ovatko kaverisi yrittäneet saada sinua lopettamaan? \_\_\_\_\_
- \* Käyttävätkö kaveripiirissäsi muut kannabista? \_\_\_\_\_
- \* Mistä olet saanut kannabista käyttöösi? \_\_\_\_\_
- \* Millaiseksi koet kannabiksen saannin? \_\_\_\_\_
- \* Mitä jos vanhempasi saisivat tietää? \_\_\_\_\_
- \* Haluaisitko apua kannabiksen käytöstä irrottautumiseen? \_\_\_\_\_
- \* Onko saamasi päihdetietous vaikuttanut kokeiluihisi/käyttöösi? \_\_\_\_\_

**11. Seuraavassa kartoitetaan hieman käsitystäsi päihdetietoudesta ja sen vaikutuksista.**

Mistä oma kannabis-tietämyksesi on peräisin?

\_\_\_\_\_

Mikä on mielestäsi tärkein reitti ja lähde saada tietoa huumeista?

\_\_\_\_\_

Minkälainen on mielestäsi hyvä "huumevalistus"?

\_\_\_\_\_

Uskotko päihdetietämyksen vähentävän nuorten kannabiskokeiluja? Perustele lyhyesti vastauksesi.

\_\_\_\_\_

Millä tavoin saamasi päihdetietous on vaikuttanut sinun ajatuksiisi kannabiksesta?

\_\_\_\_\_

Kuinka teidän koulussanne on päihdetietous toteutettu ja kaipaisitko enemmän tietoa huumeista koulun puolesta?

\_\_\_\_\_

**12. Sana on nyt vapaa. Kerro lisää ajatuksiasi ja aihealueita kannabiksesta, joita lomakkeessa ei kysytty. Tähän voit myös tarvittaessa kirjoittaa aiempiin vastauksiisi jatkoa.**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Kiitos vastauksistasi!

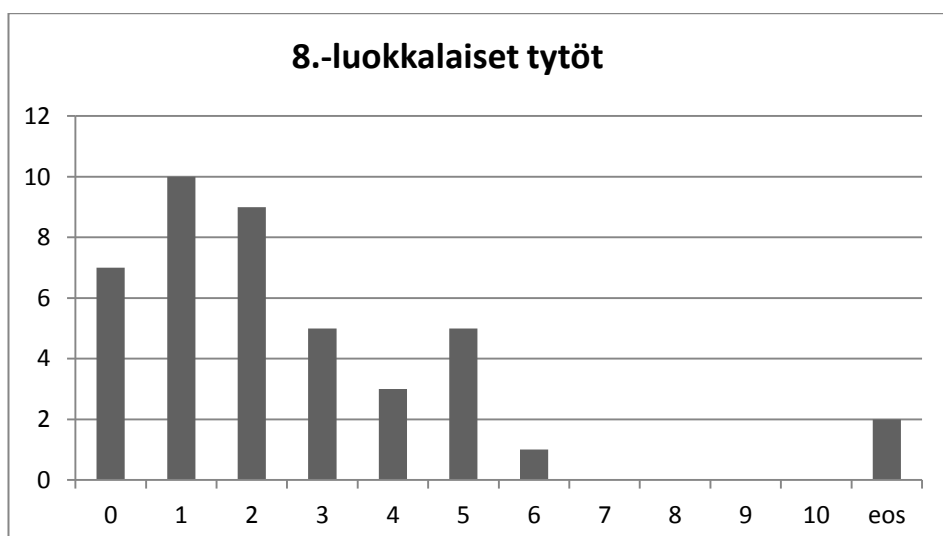


## Kaaviot

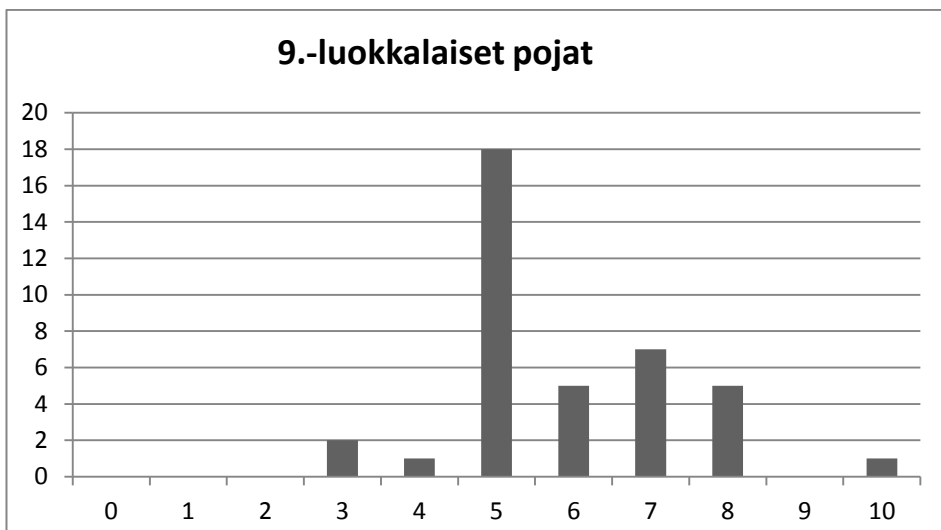
Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten käsitykset omasta kannabistietämyksestään



*Kaavio 1. Kuitinmäen 8.-luokkalaisten poikien uskomus omaan kannabistietämykseen asteikon alkaessa ajatuksesta ”en mitään” kohti lopun ”paljon”.*



*Kaavio 2. Kuitinmäen 8.-luokkalaisten tyttöjen uskomus omaan kannabistietämykseen asteikon alkaessa ajatuksesta ”en mitään” kohti lopun ”paljon”.*



*Kaavio 3. Kuitinmäen 9.-luokkalaisten poikien uskomus omaan kannabistietämykseen asteikon alkaessa ajatuksesta ”en mitään” kohti lopun ”paljon”.*

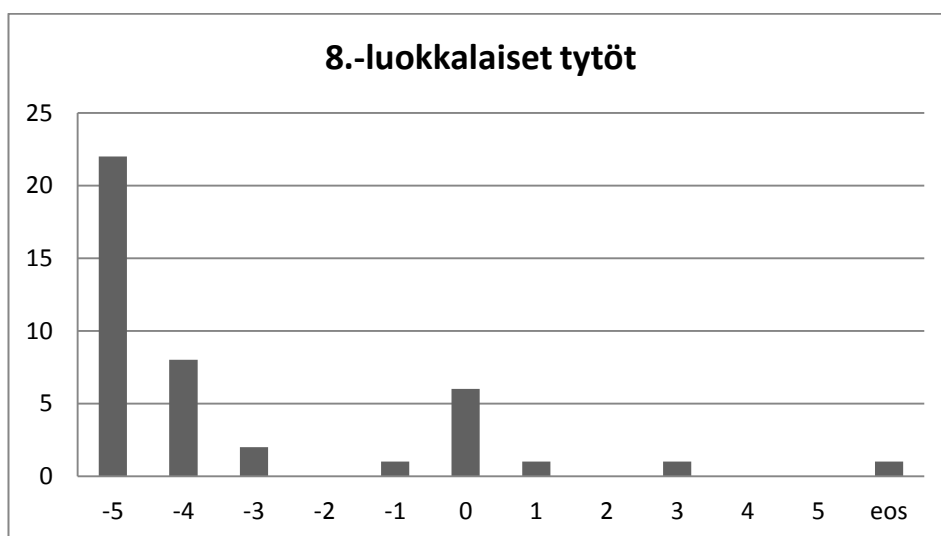


*Kaavio 4. Kuitinmäen 9.-luokkalaisten tyttöjen uskomus omaan kannabistietämykseen asteikon alkaessa ajatuksesta ”en mitään” kohti lopun ”paljon”.*

Kuitinmäen koulun 8.-9.- luokkalaisten suhtautuminen kannabis-huumeeseen.



*Kaavio 5. Kuitinmäen 8.-luokkalaisten poikien näkemys omasta suhtautumisestaan kannabikseen asteikon alkaessa negatiivisesta päättyen positiiviseen.*



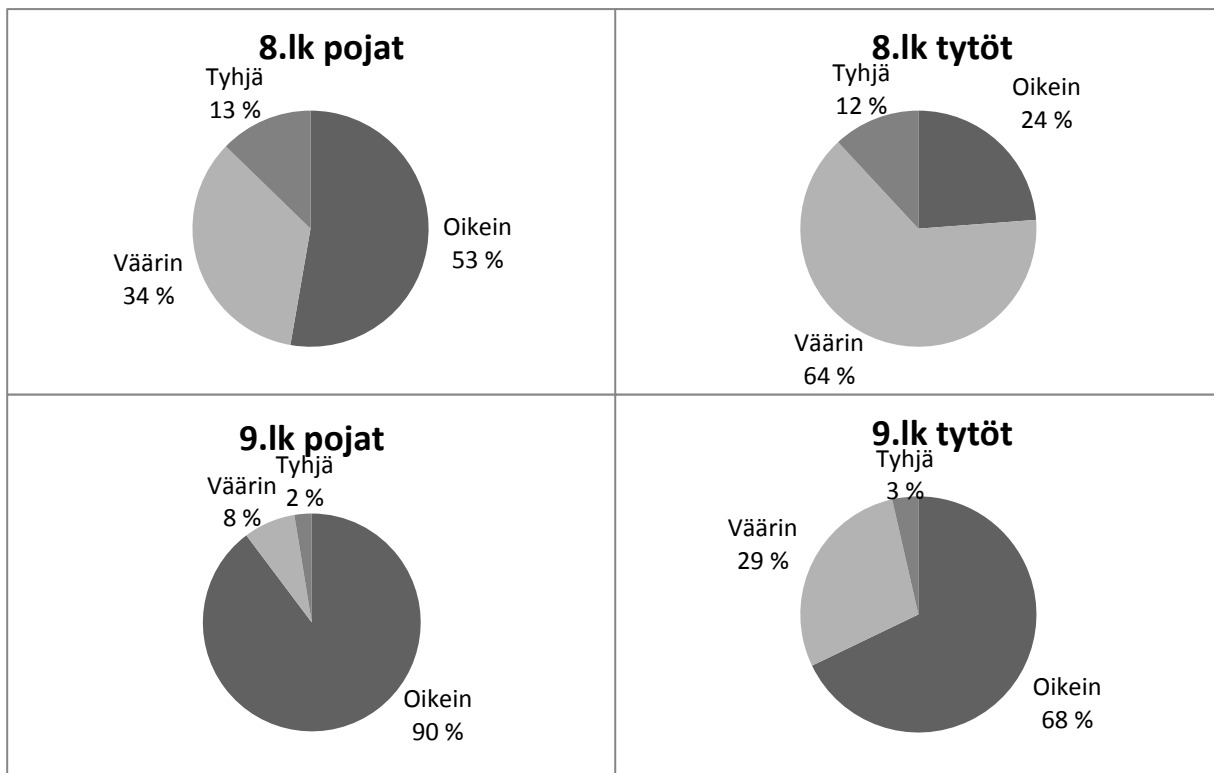
*Kaavio 6. Kuitinmäen 8.-luokkalaisten tyttöjen näkemys omasta suhtautumisestaan kannabikseen asteikon alkaessa negatiivisesta päättyen positiiviseen.*



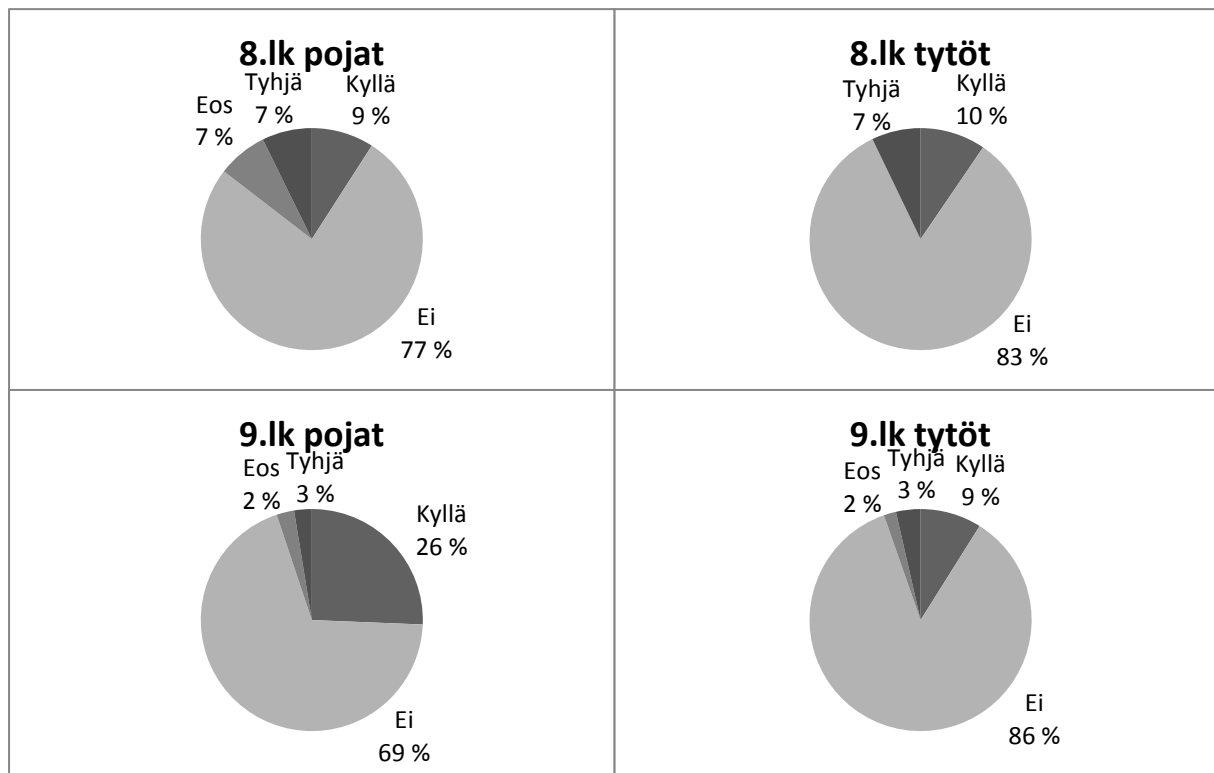
*Kaavio 7. Kuitinmäen 9.-luokkalaisten poikien näkemys omasta suhtautumisestaan kannabikseen asteikon alkaessa negatiivisesta päättyen positiiviseen.*



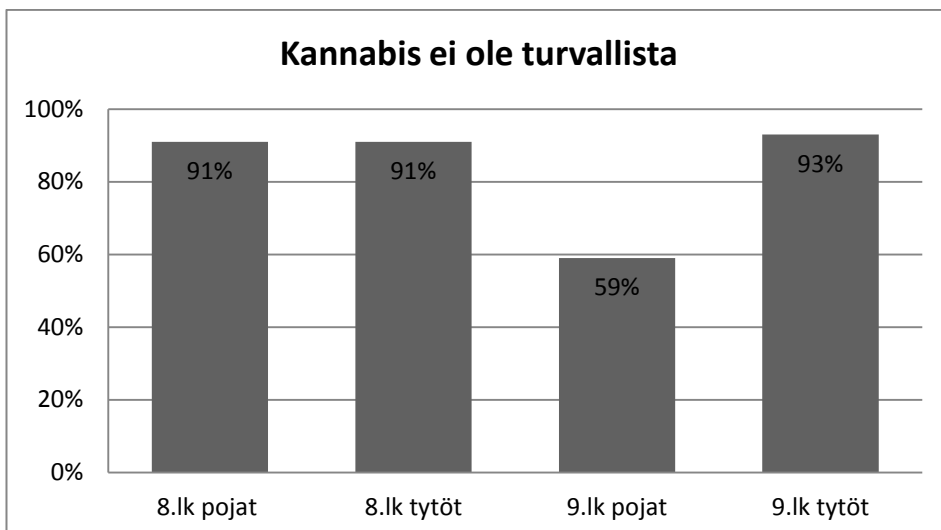
*Kaavio 8. Kuitinmäen 9.-luokkalaisten tyttöjen näkemys omasta suhtautumisestaan kannabikseen asteikon alkaessa negatiivisesta päättyen positiiviseen.*



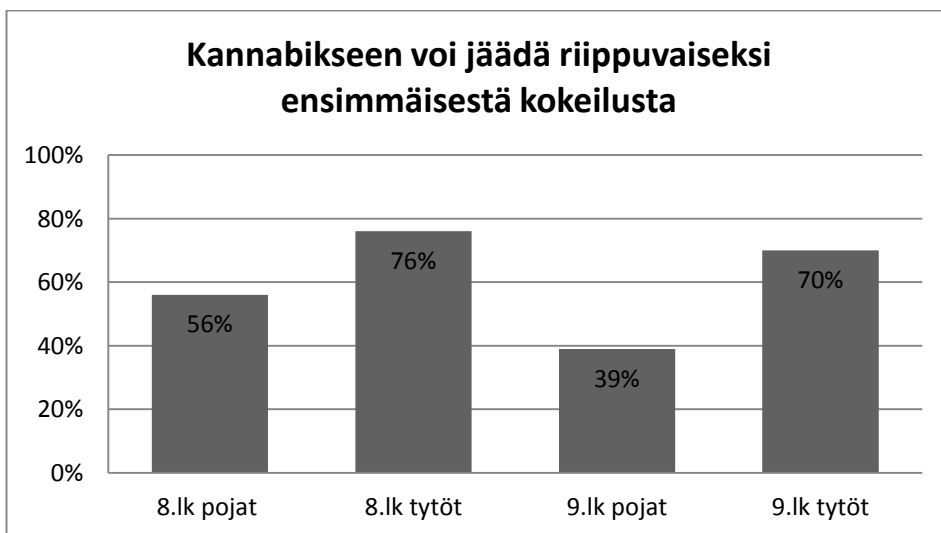
Kaavio 9. Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten tietämys kannabiksen käyttötavoista ja käytön tasoista.



Kaavio 10. Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten huumeidenkäytön hyväksyminen.

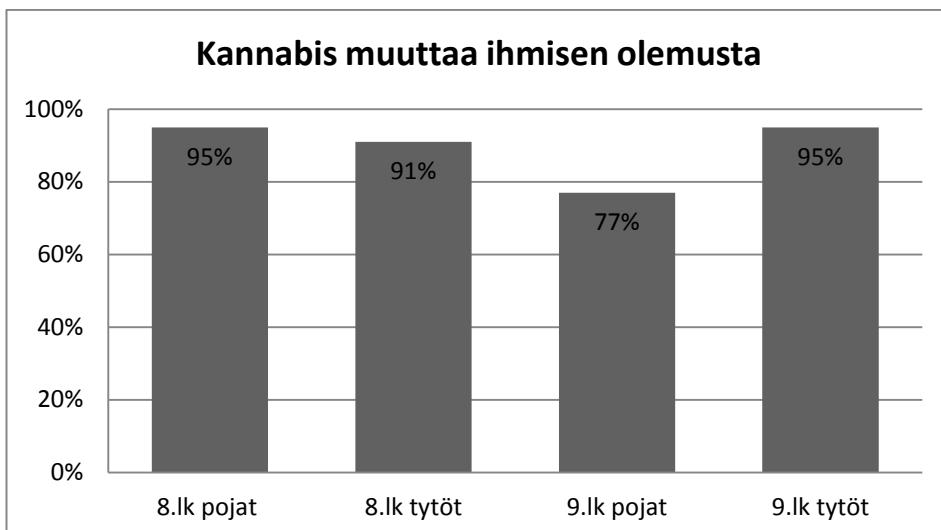


*Kaavio 11. Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten ajatukset kannabiksen turvallisuudesta.*

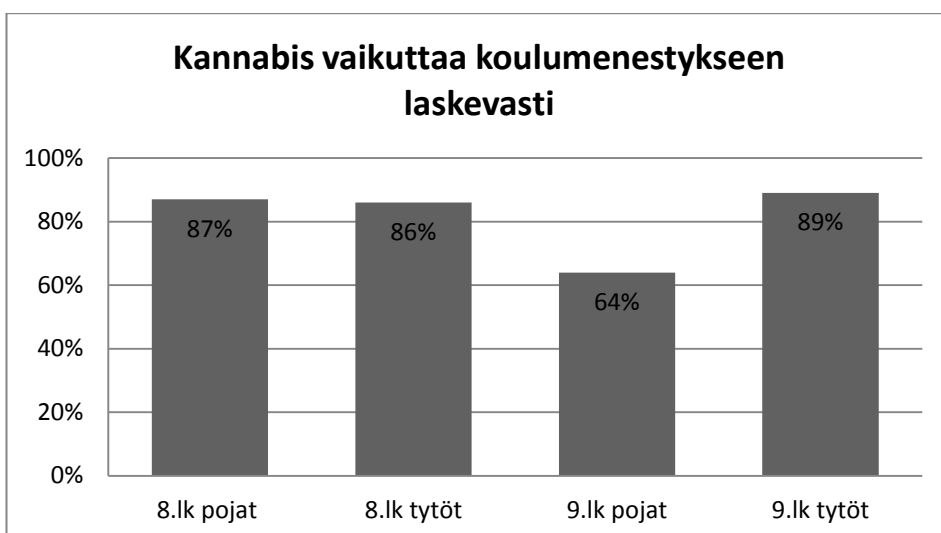


*Kaavio 12. Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten ajatukset kannabiksen aiheuttamasta riippuvuudesta ensimmäisen kokeilukerran jälkeen.*

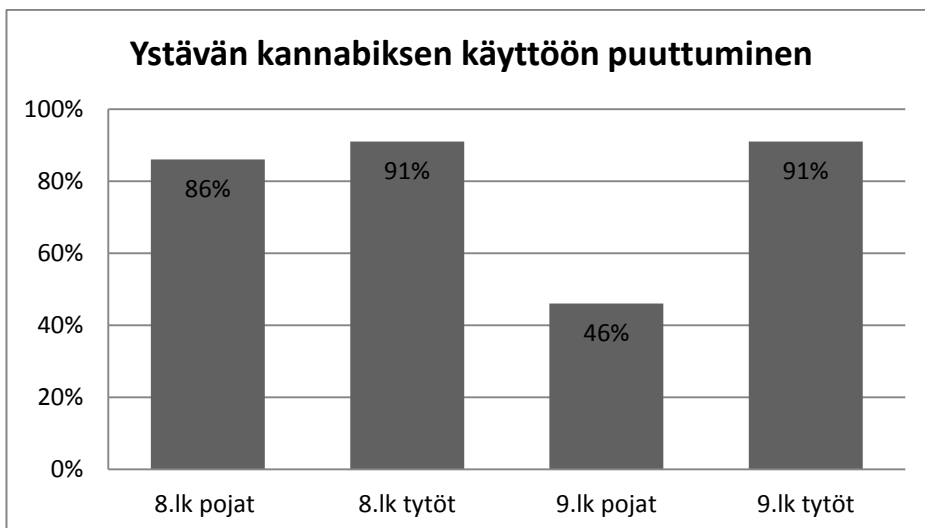




*Kaavio 13. Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten mielestä kannabis muuttaa ihmisen olemusta.*



*Kaavio 14. Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten mielestä kannabis vaikuttaa koulumenestykseen laskevasti.*



*Kaavio 15. Kuitinmäen koulun 8.-9.-luokkalaisten puuttuminen ystävän kannabiksen käyttöön.*