

Saimaan ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysala Lappeenranta
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosionomi (AMK)

Tea Sissonen

Opiskelijakunnan merkitys opiskelijoiden päih- teettömyysvalinnoissa

Opinnäytetyö 2015

Tiivistelmä

Tea Sissonen

Opiskelijakunnan merkitys opiskelijoiden päihteettömyysvalinnoissa,
40 sivua, 1 liite

Saimaan ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan koulutusohjelma, Lappeenranta

Sosionomi (AMK)

Opinnäytetyö 2015

Ohjaajat: lehtori Anne Backman, Saimaan ammattikorkeakoulu, hallituksen puheenjohtaja Osmo Riikonen, Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta SAIKO

Tässä opinnäytetyössä valmistin Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunnalle toimintaohjeistuksen. Toimintaohjeistuksessa tutkin merkitystä opiskelijoiden päihteettömyysvalinnoissa. Saimaan ammattikorkeakoululla on olemassa varhaisen välittämisen malli, jonka pohjalta opinnäytetyötä on työstetty. Apuna toimi myös Saimaan ammattiopisto Sampon päihdeohjelma, jonka avulla opinnäyteohjeistuksen esitellyt kaaviot ovat tehty. Teoriaosuuden pohjalta opinnäytetyöstä koostettiin toimintaohjeistus PowerPoint-muodossa, jossa esiteltiin toimintamalleja päihteiden käytön puuttumiseen ja päihteettömän elämäntavan edistämiseen.

Teoriaosuudessa esiteltiin lyhyesti lainsäädäntöä, johon opiskelijakunnan toiminta perustuu. Lisäksi teoriassa kerrottiin, millainen organisaatio opiskelijakunta on, miten opiskelijakunta järjestää erilaisia tapahtumia ja miten opiskelijakunta omalta osaltaan voisi auttaa opiskelijoita päihteettömyysvalinnoissa. Opinnäytetyössä esiteltiin, miten muuan muassa opiskeluterveydenhuolto voisi auttaa opiskelijoita päihteettömän elämäntavan etsimisessä. Työn tarkoitus oli palvella opiskelijakuntaa erilaisissa koulutuksissa ja perehdytyksissä, jolloin toiminnallista osuutta saataisiin hiljalleen jalkautettua opiskelijoiden keskuuteen.

Jatkossa opiskelijakunta voisi hyötyä erilaisista strategioista tai oppaista, jotka antaisivat suuntaviivoja opiskelijakunnan toimintaan opiskelijoiden toiveisiin pohjautuen. Tällaisia strategioita voivat olla esimerkiksi hyvinvointistrategia tai tapahtumien järjestämiseen liittyvä opas. Toistaiseksi opiskelijakunnalle ei ole suunnattu paljoa opinnäytetöitä. Opiskelijakunta opinnäytetöiden toimeksiantajana olisi potentiaalinen vaihtoehto esimerkiksi liiketalouden tai sosiaali- ja terveysalan opiskelijoille.

Asiasanat: opiskelijakunta, päihteettömyys, opiskeluterveydenhuolto

Abstract

Tea Sissonen

The Student Union's role in students' choice of non-intoxicant lifestyle, a Directive to the Student Union of Saimaa University of Applied sciences, 40 pages, 1 appendix

Saimaa University of Applied Sciences

Health Care and Social Services, Lappeenranta

Degree programme in Social services

Bachelor's Thesis 2015

Instructor(s): Senior Lecturer Ms Anne Backman, Saimaa University of Applied Sciences, Chairman of the board Osmo Riikonen, Student Union of Saimaa University of Applied Sciences (SAIKO)

The purpose of this study was to investigate Student Union of Saimaa University of Applied Science's role and importance to the students' choice of non-intoxicant lifestyle. Saimaa University of Applied sciences has its own early care model for employees, and that model was used as a basis in this study. In addition, an intoxicant model from Saimaa Vocational School, Sampo, helped doing the charts in this study.

Based on theory, part of this study devised operating instructions that were compiled in PowerPoint-format, which presented policies by addressing substance use, and the promotion of non-intoxicant lifestyle. The theoretical part briefly discusses legislation, a description of the kind of organization the Student Union is, how the Student Union organizes a variety of events and how the Student Union can help students in their search for possible choice of a non-intoxicant lifestyle.

In the future, the Student Union could benefit from the various strategies or guide books that would provide guidelines for the Student Union's activities, based on the wishes of the students.

Keywords: student union, non-intoxicant lifestyle, student health care

Sisällys

Sisällys.....	4
1 Johdanto.....	5
2 Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta SAIKO	6
2.1 Opiskelijakunta osana ammattikorkeakoulu yhteisöä	6
2.2 Opiskelijakunnan hallinto	9
2.3 Suomen opiskelijakuntien liitto SAMOK ry	10
2.4 Erilaiset tapahtumat	11
3 Päihteettömyyden tukeminen Saimaan ammattikorkeakoulussa	13
3.1 Saimaan ammattikorkeakoulun opiskeluterveydenhuolto	15
3.2 Huolen puheeksiottaminen	16
4 Varhainen välittäminen	21
4.1 Opiskelijan hyvinvointi Saimaan ammattikorkeakoulussa	22
4.2 Opiskelijakunnan vastuu päihteettömyydestä korkeakoulu yhteisössä	27
4.3 Toimintamallien käyttö päihteettömyyden edistämiseksi	28
4.4 Nuorten kuulumisen yhteisöön	29
5 Opiskelijakunnan varhaisen välittämisen toimintamallit	30
5.1 Opinnäytetyön kehittämistehtävä	30
5.2 Toimintaohjeistuksen tuottamisen prosessi	30
5.3 Eettiset näkökulmat	32
6 Pohdinta.....	33
Kuvat.....	36
Taulukot.....	37
Lähteet.....	38
Liite	40

1 Johdanto

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa opiskelijoiden päih-teettömyyttä edistävä toimintaohjeistus powerpoint-muodossa Saimaan ammat-tikorkeakoulun opiskelijakunta SAIKOille. Toiminnallisessa ohjeistuksessa anne-taan opiskelijakunnalle toimintavälineitä, joilla edistää opiskelijoiden päih-teettömyyttä opintojen aikana.

Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta on tärkeä toimija ammattikorkea-koulun sisällä. Opiskelijakunnan rooli perustuu ammattikorkeakoululakiin, jonka pohjalta opiskelijakunnalla on lakisääteisiä tehtäviä, joita opiskelijakunta toteut-taa. Lisäksi opiskelijakunnan omat sisäiset dokumentit ohjaavat opiskelijakunnan toimintaa. Opiskelijakunnassa on kaksi työntekijää. Jäsenpalvelusihteeri toimii kokopäiväisenä työntekijänä ja pääsihteeri puolipäiväisenä työntekijänä. Opiske-lijakunnan hallitukseen kuuluvat hallituksen puheenjohtajan lisäksi varapuheen-johtaja ja kansainvälisyysvastaava, tutorointivastaava, edunvalvontavastaava, kulttuuri- ja liikuntavastaava sekä yrityssuhdevastaava.

Toive opinnäytetyöstä on tullut jo vuonna 2012 opiskelijakunnan hallituksen pu-heenjohtajalta. Minä olen toiminut opiskelijakunnan hallituksessa vuodesta 2012 kevääseen 2015 asti. Työn tarkka aihe hioutui kuitenkin vuoden 2014 aikana. Työn aiheen tarkentuessa opinnäytetyötä varten allekirjoitettiin yhteistyösopi-mus, jonka allekirjoittivat hallituksen puheenjohtaja, opinnäytetyön ohjaava opet-taja sekä minä. Pohjautuen opinnäytetyötoiveeseen ja kyselyihin opinnäyte-työssä pohditaan alkoholiongelman vaikutuksia opiskelijoihin ja sitä, kuinka on-gelmia voidaan ehkäistä tai kuinka niihin voidaan puuttua. Opiskelijoiden tapah-tumissa sekä kyselyissä alkoholin käyttö opiskelijoiden vapaa-aikana nousee suureksi huolenaiheeksi ja yksittäiseksi nimetyksi päih-teeksi tapahtumissa.

Työ tukeutuu Saimaan ammattikorkeakoulun henkilöstön varhaisen välittämisen malliin sekä Saimaan ammattiopiston Sampon päihdeohjelmaan. Pääpainoalu-eksi valitsin yhdessä hallituksen puheenjohtajan kanssa päih-teettömyyden.

Opiskelijakunnan järjestämät vapaa-ajan tapahtumat ovat merkittävä osa opiskelijoiden vapaa-aikaa, joten opiskelijakunnalla on hyvä olla selkeä ohjeistus opiskelijoiden päihteettömyyden edistämiseksi.

Opinnäytetyötä ja diaesitystä voidaan käyttää tarvittaessa vuosittain vaihtuvan opiskelijakunnan hallituksen perehdytyksessä. Näin hallituksen perehdytys pysyy laadukkaana ja tasaisena vuodesta toiseen. Opiskelijakunnan toiminta saa myös selkeät raamit päihteettömien tapahtumien järjestämiseen sekä sitä kautta opiskelijoiden päihteettömän elämäntavan edistämiseen. Monella suomalaisella suuryrityksellä sekä pienemmälläkin työ- tai harrastusyhteisöllä on olemassa varhaisen välittämisen malli. Se kertoo, että malli on tervetullut yhteisöihin.

Vuonna 1984 perustettu valtakunnallinen Nyyti ry edistää opiskelijoiden hyvinvointia ja elämänhallintaa. Nyyti ry:n julkaisema raportti uusien opiskelijoiden kyselystä kertoo, että opiskelijat selkeästi kaipaavat päihteettömiä tapahtumia opiskelijaelämään. Opinnäytetyössä on hyödynnetty Nyyti ry:n uusien opiskelijoiden kyselyä, johon voivat vastata kaikki korkea-asteen opiskelijat.

Opiskelijajärjestöjen roolia pidetään merkittävänä, ja moni opiskelija kuuluukin jonkinlaiseen yhteisöön, esimerkiksi opiskelija- tai harrastusjärjestöön. Päihteiden käytön vähentämisellä on selkeästi myös myönteisiä terveysvaikutuksia. Positiiviset terveysvaikutukset näkyvät esimerkiksi opintojen sujuvuutena sekä vähentyvinä poissaoloina. Huomioitavaa on myös se, päihderiippuvuus voi estää mahdollisesti kokonaan alalla opiskelun.

2 Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta SAIKO

2.1 Opiskelijakunta osana ammattikorkeakouluyhteisöä

Saimaan ammattikorkeakoulun yhteisössä tärkeänä osana on Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta SAIKO. Opiskelijakunnan rooli perustuu ammattikorkeakoululakiin (Ammattikorkeakoululaki, n:o 41 §). Ammattikorkeakoululain mukaan ammattikorkeakouluissa on oltava opiskelijakunta. Opiskelijakuntiin voivat kuulua ammattikorkeakoulututkintoon johtavat, koulutuksessa läsnä olevat

opiskelijat (Ammattikorkeakoululaki, n:o 41 §). Opiskelijakunnan jäsenyyden lu-
nastaminen on kuitenkin jokaiselle opiskelijalle vapaaehtoista.

Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta SAIKOn ensimmäinen virallinen
toimintavuosi oli vuonna 2009. Opiskelijakunta oli aikaisemmin toiminut Etelä-
Karjalan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta EKAMKO-nimikkeellä vuosina
2006 – 2009. Tällöin toiminta oli vielä yhdistysmuotoista ennen vuotta 2006 (Toi-
mintakertomus SAIKO 2011, 2). Myöhemmin opinnäytetyössä Saimaan amat-
tikorkeakoulun opiskelijakunta SAIKOsta käytetään lyhennettä opiskelijakunta.

Opiskelijakunnalla on ammattikorkeakoululakiin pohjautuvia tehtäviä, jotka opis-
kelijakunnan on hoidettava vuosittain. Ammattikorkeakoululaissa pykälässä 41 §
sanotaan, että opiskelijakunnan yksi tärkeimmistä tehtävistä on valmistaa opis-
kelijoita aktiiviseen, valveutuneeseen ja kriittiseen kansalaisuuteen. Muita tär-
keitä opiskelijakunnan tehtäviä ovat jäseniensä yhdysiteenä toimiminen sekä
yhteiskunnallisten, sosiaalisten ja psyykkisten sekä opiskeluun ja opiskelijan ase-
maan liittyvät pyrkimykset yhteiskunnassa. Opiskelijakunta valitsee myös opiske-
lijaedustajat ammattikorkeakoulun hallitukseen ja muihin toimielimiin. Sen lisäksi
opiskelijakunta osallistuu ammattikorkeakoulun muihin toimintoihin (Ammattikor-
keakoululaki, n:o 41 §). Opiskelijakunnat eivät tavoittele voittoa yhdistykselleen
(Yhdistyslaki, n:o 2 §).

Ammattikorkeakoululaissa n:o 41§ todetaan näin:

*Opiskelijakunnan tehtävien toteuttamisesta aiheutuvat menot suoritetaan opiske-
lijakunnan omaisuudesta ja toiminnasta saatavilla tuloilla sekä jäsenmaksuilla,
joita opiskelijakunnalla on oikeus määrätä jäsentensä suoritettaviksi (Ammatti-
korkeakoululaki, n:o 41 §).*

Uusien opiskelijoiden mielestä erilaiset opiskelijajärjestöt ovat tärkeitä. Vuonna
1984 perustettu Nyyti ry edistää opiskelijoiden kokonaisvaltaista hyvinvointia ja
elämänhallintaa. Yhdistys aloitti Opiskelijoiden mielenterveys- ja yhteisöasumis-
kokeiluprojektina, josta myöhemmin yhdistyksen toiminta laajentui valtakunnal-
liseksi. Perustamisen aikoina opiskelijoiksi katsottiin vain yliopistossa opiskelevat
opiskelijat. Myöhemmin Nyytin sääntöjen mukaisiksi kohderyhmiksi lasketaan

myös korkeakouluopiskelijoiden lisäksi sekä lukiossa että ammatillisessa koulutuksessa opiskelevat oppilaat. (Nyyti ry. 2015.)

Yhdistyksen toimialueena toimii koko Suomi. Erilaisia toimintamuotoja yhdistykselle ovat nettiryhmät, hengailuilta-konsepti, elämäntaitokurssitoiminta, projekti-kehittäminen ja opiskelijoita hyödyttävän tiedon tarjoaminen verkkosivuilla. Opin- näytetyössä on hyödynnetty Nyyti ry:n uusien opiskelijoiden kyselyä vuodelta 2013, johon voivat vastata kaikki korkea-asteen opiskelijat. (Nyyti ry. 2015.)

Nyyti ry:n kyselyn mukaan runsas 40 % piti opiskelijajärjestöjen toimintaa hyvin kiinnostavana tai kiinnostavana. Kyselyyn vastanneet opiskelijat ovat myös kokeneet, että erilaisten opiskelijajärjestöjen rooli on merkittävä. Roolia eritoten korostetaan silloin, kun kyse on uusien tuttavuus- ja ystävyysuhteiden solmimisesta tai tutustumisesta korkeakouluelämään. (Nyyti ry. 2013, 16-17.) Saimaan ammattikorkeakoulun kaikista opiskelevista noin 43,4 % on opiskelijakunnan jäseniä. Se käsittää noin 1399 opiskelijaa Saimaan ammattikorkeakoulussa. (Toimintakertomus SAIKO 2014, 8.) Opiskelijakunta ajaa myös opiskelijakuntaan kuulumattomien opiskelijoiden edunvalvonnallisia asioita. Näin ollen opiskelijakunta valvoo noin 3088 opiskelijan etuja.

Opiskelijakunnan rooli tapahtumien järjestäjänä on merkittävä. Opiskelijakunnan suurimpiin yksittäisiin tapahtumiin kuuluu uusien opiskelijoiden kaste eli fuksiais- set. Lisäksi opiskelijakunnalla on muitakin vuosittain järjestettäviä tapahtumia, joilla on merkitystä opiskelijoiden vapaa-ajan kannalta. Opiskelijakunta järjestää yhdessä opiskelijayhdistysten, Lappeenrannan insinööriopiskelijat LapIO ry:n, Lappeenrannan tradenomiopiskelijat LapTOP ry:n ja Lappeenrannan korkeakou- luopiskelijat sosiaali- ja terveysalalta LaKOSTE ry:n, kanssa yhteisiä tapahtumia. Yhdistysten rooli tapahtumien järjestäjinä on myös merkittävässä roolissa ajatel- len opiskelijoiden vapaa-ajan viettoa.

2.2 Opiskelijakunnan hallinto

Jokaisen ammattikorkeakoulun opiskelijakunnalla on oltava itsehallinto. Lisäksi jokaisella opiskelijakunnalla on hallintoa varten edustajisto ja hallitus. (Ammattikorkeakoululaki, n:o 41 §.) Vuonna 2013 opiskelijakunnan hallitukseen kuului puheenjohtajan lisäksi kuusi hallituksen jäsentä (Toimintakertomus SAIKO 2013, 2).

Edustajisto valitaan vuosittain toteutettavalla vaalilla, johon jokainen opiskelijakuntaan kuuluva opiskelija voi asettua ehdolle. Vuonna 2014 edustajistoon valittiin 21 opiskelijakunnan jäsentä. (Toimintakertomus SAIKO 2014, 4.) Edustajistossa on puheenjohtaja ja varapuheenjohtaja. Edustajiston tärkeimpiin tehtäviin kuuluu käyttää ylintä päätösvaltaa opiskelijakunnassa. Tärkeimpiä tehtäviä ovat talousarvion, sääntöjen, ohjesääntöjen ja toimintasuunnitelman hyväksyminen. Edustajisto myös vahvistaa tilinpäätöksen ja toimintakertomuksen, nimittää ja vapauttaa hallituksen sekä he valitsevat edustajat tiettyihin toimielimiin. Nämä mainitut dokumentit ohjaavat opiskelijakunnan toimintaa ja määrittävät suuntia sekä tavoitteita, joita kohti pyritään vuosittaisessa toiminnassa. Edustajistolla on olemassa kolme kertaa vuodessa sääntömääräisiä kokouksia, jotka ovat järjestäytymiskokous marras-joulukuussa ennen toimikauden alkua, kevätkokous helmikuussa sekä syyskokous loka-marraskuussa. Kokoukset kutsuu koolle joko hallitus tai edustajiston puheenjohtaja. Edustajisto voidaan myös kutsua koolle tarvittaessa, jos esimerkiksi pitää päättää vapautetaanko hallitus tehtävistään. (Edustajiston perehdytys SAIKO 2013, 7.)

Hallituksen jäsenille on jaettu erikseen omat vastuualueet eli sektorit, joissa he työskentelevät vuoden. Toimikausi kestää tammikuusta joulukuuhun. Sektoreina toimivat varapuheenjohtaja ja liikuntasektori, projektivastaava, edunvalvontavastaava tai -vastaavat, tutorointivastaava ja kansainvälisyysvastaava sekä tarpeen mukaan viestintävastaava. (Toimintakertomus SAIKO 2013, 3.)

Opiskelijakunnan työntekijät ovat tärkeä osa opiskelijakunnan arkea. Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunnassa toimii puolipäiväinen pääsihteeri sekä kokopäiväinen jäsenpalvelusihteeri. Pääsihteeri vastaa opiskelijakunnan talous-

ja hallintoasioista. Jäsenpalvelusihteeri vastaa osaltaan toimiston päivittäisistä rutiineista, kuten esimerkiksi postiasioiden hoitamisesta, jäsenyysasioista, tiedotuksesta sekä tapahtumanjärjestelyihin liittyvistä tehtävistä. (Toimintakertomus SAIKO 2013, 3.)

Hallitus tekee ja toteuttaa toimikautensa alussa operatiivisen toimintasuunnitelman, joka määrittää tarkemmin toimikauden aikana tehtävät asiat. Operatiivisen toimintasuunnitelman toteuttamisesta vastaa hallitus. Toimintasuunnitelma toteutetaan hallituksen kanssa ennen toimikauden alkua. Suunnitelmaa laadittaessa pohjana käytetään opiskelijakunnan toimintaa ohjaavia dokumentteja, talousarviota sekä edellisen vuoden toimintasuunnitelmapohjaa. Toimintasuunnitelmassa lyhyesti arvioidaan erityisiä kehittämiskohteita seuraavalle vuodelle sekä mitä hallinto toteuttaa. Suunnitelmassa käsitellään erikseen vaikuttamisen ja edunvalvonnan painopisteet sekä palvelut, joihin toimikauden aikana pyritään puuttumaan. (Toimintasuunnitelma SAIKO 2015, 1-4.)

Opiskelijakunnalla on myös käytössään toimintaa ohjaava strategia sekä poliittinen ohjelma. Poliittisessa ohjelmassa linjataan asioita, joihin opiskelijakunta haluaa vaikuttaa pitkällä aikatahtimella. Näitä asioita voivat olla esimerkiksi korkeakouluun, opiskelukaupunkiin ja yhteiskuntaan liittyvät asiat. Korkeakoulussa opiskelijakunta haluaa vaikuttaa muun muassa yhteisöllisyyteen, laadukkaaseen koulutukseen, opiskelijoiden hyvinvointiin, kansainvälisyyteen, opintojen joustavuuteen, työelämäyhteistyöhön, tutkimus-, kehitys- ja innovaatiotoimintaan, korkeakoululiikuntaan, kampuksiin, opintojen ohjaukseen, uraohjaukseen sekä opiskelijakunnan tunnettuuteen. (Poliittinen ohjelma SAIKO 2012, 1-8.) Poliittinen ohjelma tehtiin ensimmäistä kertaa vuonna 2011 ja päivitettiin vuonna 2012. Molemmat dokumentit ovat edustajiston hyväksymiä.

2.3 Suomen opiskelijakuntien liitto SAMOK ry

SAMOK (2015) on ammattikorkeakouluopiskelijoiden valtakunnallinen edunvalvonta- ja palvelujärjestö. Suomen opiskelijakuntien liitto SAMOK ry tuottaa perehdytysmateriaalia opiskelijakunnille. SAMOKilla ei suoraan ole päihteettömyy-

teen liittyviä julkaisuja tai materiaalia opiskelijakunnille. Liiton tarkoitus on olla sitoutumaton ja riippumaton. SAMOK huolehtii, että kaikkien opiskelijoiden näkemykset tulevat näkyviksi. Näkyvyyttä tuodaan esille valtionhallintoon sekä muihin yhteistyötahoihin. Yhteistyötahoja ovat esimerkiksi Suomen ylioppilaskuntien liitto SYL ry, Nyyti ry ja erilaiset nuoriso- ja opiskelijapoliittiset järjestöt. SAMOK järjestää myös erilaisia palveluja ja alennuksia opiskelijoille. SAMOKiin kuuluvat kaikki Suomen ammattikorkeakoulujen opiskelijakunnat, joiden kautta jäseniä SAMOKissa on noin 59 000. SAMOK toimii yhteensä 140 000 ammattikorkeakouluopiskelijan edustajana. (Suomen opiskelijakuntien liitto SAMOK ry 2015.)

Tärkeimmät suuntaviivat SAMOKin toiminnassa ovat muuan muassa laadukas korkeakoulutus, maksuton koulutus, opetus ja opintopolku, arjen tukipalvelut, toimeentulo ja opiskelijaterveydenhuolto. SAMOK tekee kannanottoja, tiedotteita, lausuntoja ja kommentteja liittyen valtakunnalliseen poliittiseen keskusteluun. SAMOK julkaisee lisäksi blogia, uutiskirje Säväystä ja julkaisuja. Nämä ovat julkisesti nähtävillä liiton verkkosivuilla. (Suomen opiskelijakuntien liitto SAMOK ry 2015.)

2.4 Erilaiset tapahtumat

Fuksiaiset ovat vuosittain järjestettävä uusien opiskelijoiden kaste. Tapahtuma järjestetään syksyllä muutaman viikon kuluessa uusien opiskelijoiden saapumisesta kampukselle. Opiskelijakunnan operatiivisen toimintasuunnitelman mukaan tavoitteena on järjestää kattavasti erilaisia kulttuuri-, liikunta- ja bile tapahtumia tavoitteena yhteisöllisyyden lisääminen ja opiskelijakunnan tunnettuuden kasvattaminen. (Operatiivinen toimintasuunnitelma SAIKO 2014). Fuksiaisten lisäksi opiskelijakunta järjestää vapputapahtuman ja pikkujoulut yhteistyössä opiskelijayhdistysten kanssa sekä tarvittaessa vuosijuhlat ja hankipalloturnauksen. Fuksiaiset ovat opiskelijakunnan suurin tapahtuma osallistujamäärältään. Osallistujat muodostavat neljän-kuuden hengen joukkueen, joten kaikkiaan osallistujia tapahtumassa on vuodesta riippuen 300 - 600.

Toimintakauden alussa hallitus määrittelee fuksiaisiin käytettävän budjetin. Fuksiaisten suunnittelu aloitetaan keväällä huhti-toukokuussa, jolloin opiskelijakunta saa tietää saapuvien opiskelijoiden aloituspäivämäärät. Näin opiskelijakunta voi miettiä tapahtumalle sopivan päivämäärän ja markkinoinnin aikataulun. Suunnitteluun otetaan tarpeen mukaan tapahtumajaosto, joka koostuu yhdistysten kulttuurivastaavista.

Syksyn alussa aloitetaan fuksiaisten markkinoinnin toteuttaminen. Tapahtuman markkinointi tapahtuu julistein, uutiskirjeellä, sosiaalisen median tapahtumilla sekä lipunmyynnillä. Lipunmyynnin yhteydessä osallistujat ilmoittavat 4-6 hengen joukkueen osallistujat.

Fuksiaiset ovat iso rasti tapahtuma, jossa opiskelijakunnan ja koulun tutorit ylläpitävät ja järjestävät rasti muutaman hengen työpareina. Joka vuosi yksi joukkue palkitaan parhaimpana fuksiaisten jatkotapahtumassa.

Opiskelijakunta huolehtii rastivälineiden järjestämisestä, tarvittavien lupien hankkimisesta, tutoreiden organisoimisesta, palkinnoista, lippumyynnistä sekä tapahtuman kustannuksista. Lisäksi opiskelijakunnan hallitus tarpeen mukaan valvoo rastien pitoa sekä jatkotapahtumassa hallitus hoitaa pisteiden laskun sekä palkintojen jaon. Opiskelijakunnan tapahtumissa päävastuuhenkilönä toimii hallituksen kulttuurivastaava. Tapahtuman rasteja ylläpitävät opiskelijakunnan hallitus sekä tutorit. Tutorit ovat opiskelijakunnan kouluttamia sekä opiskelijakunta hyödyntää tutoreiden osaamista monenlaisissa tapahtuman järjestelyissä ja rastien ylläpidossa.

Tapahtumien suunnitteluun opiskelijakunnalla ei ole olemassa erillistä ohjeistusta. Opiskelijakunnan yhteiselle palvelimelle sähköisesti tallennetut tiedot antavat suuntaviivoja tapahtumien järjestämiseen ja suunnitteluun. Edellisten vuosien kokemusten ja ohjeistusten kerääminen tapahtuu yleensä suullisesti ja näinollen dokumentointi tapahtuman järjestämisestä jää vähänlaiseksi.

Opiskelijakunnan resursseja fuksiaisten järjestämiseen hyödynnetään myös muilla tavoin. Esimerkiksi tulostukseen tarvittava materiaali sekä julisteiden ja

muun markkinoinnin suunnittelu on opiskelijakunnan päävastuussa fuksiaisia järjestettäessä. Jokainen Saimaan ammattikorkeakoulussa oleva opiskelijayhdistys osallistuu myös omalta osaltaan fuksiaisten järjestelemiseen. Näin ollen opiskelijayhdistykset ja opiskelijakunta tavoittavat mahdollisimman paljon ihmisiä fuksiaisiin muun muassa markkinoinnin kautta.

3 Päihteettömyyden tukeminen Saimaan ammattikorkeakoulussa

Opiskeluterveydenhuollon merkitys opiskelijoiden päihteettömyyden tukena on tärkeä. Puhuttaessa varhaisesta puuttumisesta opiskeluterveydenhuollossa on tärkeää muistaa, mikä opiskeluterveydenhuollon rooli on. Opiskeluterveydenhuollon tarkoitus on havaita opiskelijan ongelmat ajoissa. Tällöin mahdollisiin ongelmiin voidaan keksiä ratkaisu varhaisessa vaiheessa. Ainoastaan ratkaisut eivät riitä tärkeässä työssä. Tällöin tueksi otetaan varhaisessa välittämisessä myös ehkäisevä työ, joka pureutuu ongelmiin. Moniammatillinen yhteisö osaltaan tukee ja rakentaa varhaisen välittämisen rakenteet parhaiten. Tällöin päihdeongelmaiset opiskelijat saavat kokonaisvaltaista hoitoa. (Opiskeluterveydenhuollon opas 2006, 139.)

Päihdeongelmista puhuttaessa opiskeluterveydenhuollolla on oltava parhain tieto alueensa päihdepalveluista. Moniammatilliset yhteistyöverkostot ja hyväksi havaitut toimintamallit ovat valmiina ennen kuin asiakas ilmaantuu opiskeluterveydenhuoltoon. Opiskeluterveydenhuollon henkilöstön on oltava tarpeeksi ammatitaitoista. Henkilöstöllä on taito auttaa ja ohjata asiakasta. Lisäksi henkilöstön kyky ottaa puheeksi opiskelijan päihteiden käyttö on tärkeä ammatillinen taito. Jokaisella henkilöstöstä on tieto erilaisista hoitovaihtoehdoista ja interventioista. Myös tieto erityispalveluista helpottaa asiakkaan ohjausta palveluiden piiriin. (Opiskeluterveydenhuollon opas 2006, 147.)

Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta määrittellään

neljännessä luvussa terveyden- ja sairaanhoitopalveluiden järjestäminen opiskelijoille. Palveluiden järjestämisestä todetaan 17 §:ssä näin:

Opiskeluterveydenhuoltoon kuuluvat 2 ja 3 luvussa säädettyjen terveystarkastusten ja terveysneuvonnan lisäksi kansanterveyslain (66/1972) 14 §:n 1 momentin 6 kohdassa säädettyt terveyden- ja sairaanhoitopalvelut kuten:

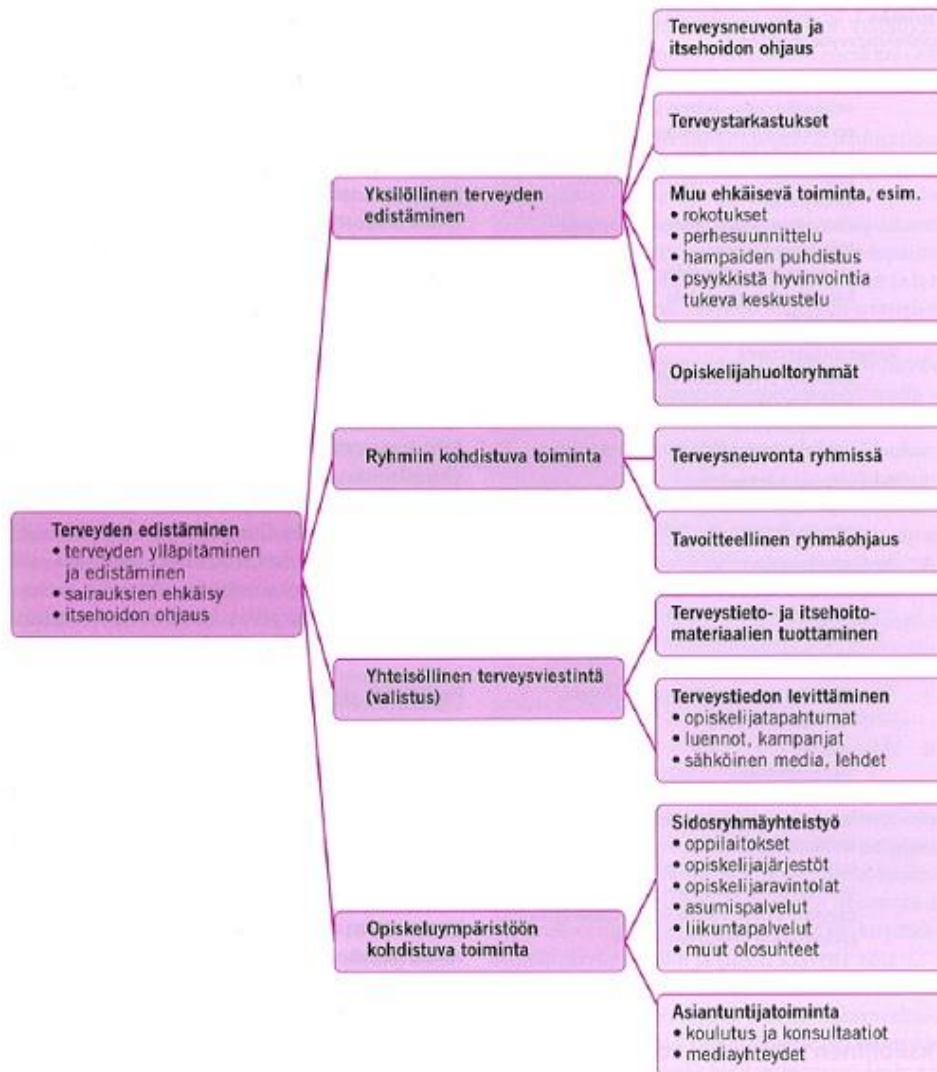
1) mahdollisten mielenterveyshäiriöiden varhainen toteaminen, hoito ja jatkohoittoon ohjaus;

2) mahdollisten päihdeongelmien varhainen toteaminen, hoito ja jatkohoittoon ohjaus;

3) seksuaaliterveyttä edistävät palvelut;

4) suun terveydenhuollon palvelut, jotka sisältävät terveysneuvonnan, suun- ja hampaiden yksilöllisen tarpeen mukaiset tutkimukset ja hoidon sekä suun terveydenhuollon ammattihenkilön terveystarkastuksen perusteella laatiman omahoidon sisältävän hoitosuunnitelman.

Taulukossa 1 esitellään terveyden edistämistoimintaa opiskeluterveydenhuollossa. Edistämistoiminnalla voidaan yksilöllisesti tai yhteisöllisesti lisätä suojaavia tekijöitä opiskelijoiden hyvinvoinnissa. Toiminnan tavoitteena on saada opiskelijalle lisää tietoa henkilökohtaisesti ja ymmärrystä erilaisista terveyteen liittyvistä ja vaikuttavista asioista. Toimintamuotoina opiskeluterveydenhuollossa toimivat sidosryhmä- ja asiantuntijatoiminta, terveystiedon tuottaminen ja jakaminen, terveystarkastukset ja ehkäisevän työn muodot. (Kunttu ym. 2011, 102, 103.)



Taulukko 1. Terveystiedon edistämistoiminta opiskeluterveydenhuollossa (Kunttu ym. 2011, 103)

3.1 Saimaan ammattikorkeakoulun opiskeluterveydenhuolto

Saimaan ammattikorkeakoulun opiskeluterveydenhuollosta ovat vastuussa Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveystieteiden keskusyksikön (Eksote) sekä Imatran kaupunki. Lappeenrannan kampuksella toimii päivittäin opiskeluterveydenhoitajan vastaanotto, jonne voi mennä ilman ajanvarausta maanantaista perjantaihin aamupäivän aikana. Lääkärin vastaanotto toimii torstai-iltapäivisin ja sinne voi tarvittaessa saada ajan terveydenhoitajan kautta. Imatralla opiskeluterveydenhuollossa on kaksi terveydenhoitajaa, joiden asiakaskunta on jaettu koulutusohjelmien mukaan.

Tiistaisin ammattikorkeakouluopiskelijoille toimii Lappeenrannassa psykiatrisen sairaanhoitajan vastaanotto, jonne ohjataan esimerkiksi päihdeongelmistaan huolestuneita opiskelijoita. Vastaanottoaikoina terveydenhoitajat voivat teetättää opiskelijalla AUDIT-testin sekä päihdeongelmista voidaan keskustella avoimesti. Jos havaitaan huoli opiskelijan päihdeidenkäytöstä, opiskelija ohjataan Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveystieteiden mielen- ja mielenterveyspäivystys- ja arviointipoliklinikalle. (Kupiainen 2015.)

MTPA eli mielen- ja mielenterveyspäivystys- ja arviointipoliklinikka on tarkoitettu kaikille yli 18-vuotiaille mielen- ja päihdepotilaille. Palvelun tarjoaa Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveystieteiden mielen- ja mielenterveyspäivystys- ja arviointipoliklinikka. Klinikalle voi mennä ilman lähetystä vuorokauden ympäri. Poliklinikalla voidaan esimerkiksi antaa neuvontaa ja ohjausta päivystyspotilaille sekä klinikalla on terveysneuvontapiste päihdeongelmallisille. Klinikalla arvioidaan myös asiakkaan tarve saada jatkohoitoa. Haastavissa päihdetapauksissa opiskelijat voidaan ohjata Pajarilan päihdekuntoutumisyksikköön, jonne tarvittaessa voi mennä myös ilman lähetystä. (Eksote 2015.)

Lappeenrannassa toimii Pajarilan päihdekuntoutumisyksikkö, jonne voi tarvittaessa mennä lyhytaikaiseen katkaisuhoidon tai pitkäkestoiseen päihdekuntoutukseen hoito- ja kuntoutumisosastolle. Hoitoon voi hakeutua myös ilman lähetystä. Päihdekuntoutumisyksikkö palvelee kaikkia Etelä-Karjalan kuntien asukkaita. (Eksote 2015.)

3.2 Huolen puheeksiottaminen

Huolen puheeksiottaminen on jokaista osapuolta kunnioittava keskustelu, jossa huoli voidaan ilmaista ilman pelkoa toisen loukkaamisesta. Yleensä kahden ihmisen tavallinen kahden keskinen keskustelu on omia kantoja esiintuovaa keskustelua. Huolen puheeksiotto on dialoginen menetelmä keskustella. Dialogi on vuoropuhelua ja tavoitellaan uutta ymmärrystä keskustelun kummallekin osapuolelle. (Eriksson & Arnkil 2012, 12, 37.) Puheeksiotossa pitää olla kiinnostusta nähdä toinen ihminen aidosti. Parhaimmillaan dialogi toteutuu niin, että keskustelijat käyvät keskustelua sekä ulkoisesti että sisäisesti.

Taulukossa 2 on esitelty huolen jakaminen neljään vyöhykkeistöön. Näin huolen puheeksi ottaja voi tarkastella oman huolensa aiheellisuutta.

HUOLETON TILANNE	PIENI HUOLI		HARMAA VYÖHYKE		SUURI HUOLI	
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
Ei lainkaan huolta.	Pieni huoli tai ihmettely käynyt mielessä; luottamus omiin mahdollisuuksiin vahva.	Huoli tai ihmettely käynyt toistuvasti mielessä; luottamus omiin mahdollisuuksiin hyvä. Ajatuksia lisävoimavarojen tarpeesta.	Huoli kasvaa; luottamus omiin mahdollisuuksiin heikkenee. Mielessä toivomus lisävoimavaroista ja kontrollin* lisäämisestä.	Huoli tuntuva; omat voimavarat ehtymässä. Selvästi koettu lisävoimavarojen ja kontrollin lisäämisen tarve.	Huolta paljon ja jatkuvasti; lapsi/nuori vaarassa. Omat keinot loppumassa. Lisävoimavaroja ja kontrollia saattava mukaan heti.	Huoli erittäin suuri; lapsi/nuori välittömässä vaarassa. Omat keinot lopussa. Muutos lapsen tilanteeseen saatava heti.

* kontrolli = tilanteen hallinnan lisääminen esimerkiksi rajoittamalla jotain epätoivottavaa asiaa.

Taulukko 2. Huolen vyöhykkeistö (Eriksson & Arnkil 2012, 25)

Huolen vyöhykkeistö jaetaan neljään osaan. Ensimmäisessä osassa on huoleton tilanne, jolloin ei tarvitse potea lainkaan huolta. Ääripäässä on suuri huoli, jolloin on jo syytä tarkastella huolen aihetta tarkemmin ja muutos tilanteeseen on saatava heti. (Eriksson & Arnkil 2012, 12, 13.) Huoli toisesta on konkreettista. Huolen tullessa voi kirjata ylös huolta aiheuttavia havaintoja, jotka helpottavat keskustelun aloituksessa (Eriksson & Arnkil 2012, 22, 23). Keskustelussa olisi syytä nostaa esille nuoren voimavaroja, jotka auttavat käsittelemään esille tullutta huolta.

Huolen puheeksiotto voi jännittää. Eriksson ja Arnkil ovat tehneet lomakkeen tuksi tilanteisiin, jossa puheeksiottaja haluaa kehittää itseään puheeksioton avajana sekä hänellä on aito huoli nuoren tekemisestä. Lomake koostuu kolmesta osiosta: A-, B- ja C-osasta. Ensimmäisessä osassa lomakkeessa on kolme kohtaa, jotka täytetään ennen tilanteen valitsemista. Tässä vaiheessa lomakkeeseen täytetään perustiedot nuoresta sekä syy, mistä huoli on muodostunut. Kuvassa 1 esitellään kysymykset puheeksiottajan tueksi.

A. Täytettäväksi, kun valitset tilannetta (kysymykset 1–3)

1a. Perustiedot lapsesta/nuoresta, perheestä (ilman tunnistetietoja)
1b. Perustiedot sinusta: toimipisteesi, ammattisi
2. Keitä perheenjäseniä tapaavat ja mitä teet heidän kanssaan?
3a. Mistä olet huolissasi lapsen/nuoren tilanteesta?
3b. Mitä tapahtuu, jos et ota huoltasi puheeksi?
3c. Mille vyöhykkeelle huolesi sijoittuu? (rastita)
<input type="checkbox"/> Pieni huoli <input type="checkbox"/> Harmaa vyöhyke <input type="checkbox"/> Suuri huoli

Kuva 1. Huolen puheeksioton ennakointilomake, osa A (Eriksson & Arnkil 2012, 45)

Kun huolen puheeksiottaja on varmistunut keskustelun tarpeesta, ennakointilomakkeen osa B on tarkoitettu tueksi valmistautumaan nuoren kohtaamiseen. Se täytetään silloin, kun ollaan juuri valmistautumassa tapaamiseen. Lomakkeessa kartoitetaan esimerkiksi nuoren voimavaroja ja ennakoidaan, mitä puheeksiottaminen voi tuottaa itse tilanteessa ja lähitulevaisuudessa. Kuvassa 2 esitellään valmistavat kysymykset.

B. Täytettäväksi ennen tapaamista (kysymykset 4–8)

<p>4. Missä asioissa (arviosi mukaan) lapsen/nuoren huoltaja(t) kokee saavansa sinulta tukea? Onko asioita, joissa hän (he) voi kokea sinut uhkaavaksi?</p> <p>Tuki:</p> <p>Uhka:</p>
<p>5a. Mitä voimavaroja lapsessa/nuoressa ja hänen tilanteessaan näet ja mitä voisit niistä kertoa huoltajalle/huoltajille?</p> <p>5b. Mitä sinä ja huoltaja(t) voisitte tehdä tahoillanne ja/tai yhdessä lapsen/nuoren tilanteen parantamiseksi?</p>
<p>6. Miten otat huolesi ja yhteistyötoiveesi esille? Sanoita; mieti vaihtoehtoisia tapoja ilmaista huolesi, se miten kerrot voimavaroista ja ehdotat yhteistyötä.</p>
<p>7a. Ennakoi, mitä tapahtuu puheeksiottamistilanteessa. Kuka reagoi ja miten?</p> <p>7b. Ennakoi, mihin puheeksiottaminen johtaa lähitulevaisuudessa.</p> <p><i>Jos ennakoit, että puheeksiottaminen heikentää mahdollisuuksia huojentaa lapsen/nuoren tilannetta, palaa pohtimaan a) missä todella tarvitset huoltajan/huoltajien apua ja b) miten saat tuon avun; eli sanoita yhteistyötarjojoksesi uudestaan.</i></p>
<p>8. Millainen tila tai aika olisi tällaiselle kohtaamiselle otollinen eli milloin ja missä otat asian puheeksi?</p>

Kuva 2. Huolen puheeksioton ennakointilomake, osa B (Eriksson & Arnkil 2012, 46)

Ennakointilomakkeen osa C on tarkoitettu täytettäväksi pian tapaamisen jälkeen. Huolen puheeksiottaja voi näiden kysymysten avulla kehittää itseään puheeksiottajan roolissa sekä tarkastella, miten tapaaminen kokonaisvaltaisesti sujui. Kuva 3 esittelee C-osion kysymyksiä.

C. Täytettäväksi pian tapaamisen jälkeen (kysymykset 9–11)

9. Miten toteutit puheeksiottamisen?
10. Mitkä olivat tunnelmasi puheeksioton a) alla b) aikana c) jälkeen
11a. Katso ennakoitteesi kysymyksessä nro 7. Tapahtuiko niin kuin ennakoit vai jotakin muuta? Koitko jotain yllättävää?
11b. Miltä toiminta lapsen/nuoren tilanteen helpottamiseksi nyt näyttää? Mitkä herättää toiveikkuuttasi? Mikä huolestuttaa edelleen?
11c. Mitä aiot tehdä tämän huolesi vähentämiseksi?

Kuva 3. Huolen puheeksioton ennakointilomake, osa C (Eriksson, E. & Arnkil 2012, 47)

Suurin osa nuorista ja nuorista aikuisista toivoo, että heille puhuttaisiin suoraan. Myös selkeys keskustelussa on tärkeä piirre. Kun nuorelle halutaan kommunikoida toimivasti päihteiden käytöstä, on tärkeää ottaa huomioon viestin sisältö sekä koko tilanne. Viesti on tärkeää suunnitella toimivaksi, että nuori osaa ottaa huomioon huolen. (Maunu 2012, 156.) Huolen puheeksiotossa on hyvä muistaa

vaitiolovelvollisuus sekä tilat, jossa keskustelu voidaan käydä. Huolen puheeksiotto voi nostattaa tunteita pintaan, joten tilanteeseen on varattava tarpeeksi aikaa. Mahdollisesti hankalissa tilanteissa on hyvä tehdä huolen puheeksiotto parityöskentelynä, joka luo turvallisuuden tunnetta puheeksiottajille. (Eriksson & Arnkil 2012, 16.)

4 Varhainen välittäminen

Varhainen välittäminen on osa opiskelijan hyvinvoinnin kokonaisvaltaista prosessia. Mallia voidaan soveltaa myös opiskelijaelämään. Varhaisella välittämällä voidaan ehkäistä opiskelijan syrjäytymistä koulutuksesta sekä tukea opiskelijan opintojen loppuun saattamista. Päihteisiin ja opiskeluun liittyviä lainsäädäntöjä ovat työsopimuslaki, alkoholilaki ja päihdehuoltolaki. Myös salassapitosäädöksistä säädetään eri laeissa. (Opiskelijoiden päihdeohjelma 2015, 10-11.) Koko oppinäytetyössä käytettyjä lainsäädännöllisiä näkökulmia tuovat muun muassa ammattikorkeakoululaki, yhdistyslaki, alkoholilaki, tutkintosääntö ja Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta.

Varhaisen välittämisen ohjeistus opiskelijakunnalle on tervetullut toiminnan rikastuttamiseen. Kuten Saimaan ammattikorkeakoulun varhaisen välittämisen mallissa sanotaan, *välittäminen koskee jokaista joka päivä* (Varhaisen välittämisen malli 2009, 5). Jokainen opiskelija on vastuussa itsestään opiskeluaikana, mutta hyvässä korkeakouluyhteisössä voi jokainen osaltaan tukea toista välittämällä varhaisessa vaiheessa mahdollisten päihdeongelmien ilmetessä.

Nyytin ry:n vuonna 2013 teettämässä uusien opiskelijoiden tutkimuksessa 70 % opiskelijoista koki, että opiskelijaelämän tapahtumissa käytetään alkoholia joko erittäin runsaasti tai runsaasti. Jopa 57 % kyselyyn vastanneista opiskelijoista toivoi lisää alkoholittomia tapahtumia. Kyselyssä opiskelijat toivat huolensa esille siitä, että liiallinen alkoholinkäyttö tapahtumissa voisi mahdollisesti rajoittaa sosiaalista elämää ja toisiin ihmisiin tutustumista. Opiskelijat pelkäsivät, että alkoholia

vähän tai ollenkaan käyttävät opiskelijat jäävät opiskelijaporukan ulkopuolelle. (Nyyti ry 2013, 23, 28-29.)

Varhaisen välittämisen malleja käytetään monessa suomalaisessa yrityksessä tai korkeakoulussa. Saimaan ammattikorkeakoululla on koulun henkilöstölle vuonna 2009 hyväksytty ja toteutettu varhaisen välittämisen malli (Varhaisen välittämisen malli 2009, 3). Varsinaisesti muilla Suomen ammattikorkeakoulujen opiskelijakunnilla ei ole olemassa vastaavaa mallia. Saimaan ammattiopisto Sampon päihdeohjelmassa mainitaan, kuinka tärkeää olisi, että jokaisella oppilaitoksella olisi konkreettinen päihdeohjelma (Opiskelijoiden päihdeohjelma 2015, 2.)

4.1 Opiskelijan hyvinvointi Saimaan ammattikorkeakoulussa

Ammattikorkeakoululaki määrittelee, että *jokaisella opiskelijalla on oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön* (Ammattikorkeakoululaki n:o 31 §). Opiskeluympäristö koostuu monista asioista, jotka vaikuttavat kokonaisvaltaisesti opiskelijan hyvinvointiin. Turvallisuutta opiskeluympäristöön luovat fyysiset opiskeluolot, opintojen järjestäminen, opintojen ohjaus, erilaiset oppimisympäristöt, oppilaitosten opiskeluyhteisöt ja opiskelijoiden omat yhteisöt. Hyvä opetus, fyysisesti turvalliset olosuhteet ja kulttuurisesti tukeva ilmapiiri on yksi edellytys hyvälle ja turvalliseen opiskeluympäristölle. (Kunttu ym. 2011, 105, 132.)

Turvallista opiskeluympäristöä tukevat erilaiset lait. Terveysturvallisuuslaki, työturvallisuuslaki, työterveyshuoltolaki sekä valtioneuvoston asetus määrittelevät lain-säädännöllisen näkökulman oppilaitosten terveelliseen ja turvalliseen opiskelu-ympäristöön. (Kunttu ym. 2011, 133.)

Saimaan ammattikorkeakoulun tutkintosääntö määrittelee ammattikorkeakoululain mukaisesti opiskelijan kurinpidosta. Kurinpito on osa turvallista opiskelu-ympäristöä. Jokaisella opiskelijalla sekä ammattikorkeakoulun henkilöstöllä on oikeus opiskella ja työskennellä turvallisesti opiskelu- ja työympäristössään. Ammattikorkeakoululaki sanoo, että opiskelijalle voidaan antaa kirjallinen varoitus jos opiskelija:

1) häiritsee opetusta;

- 2) käyttäytyy väkivaltaisesti tai uhkaavasti;
- 3) menettelee vilpillisesti tai muuten rikkoo ammattikorkeakoulun järjestystä,
- 4) kieltäytyy ammattikorkeakoululain 36 §:ssä tarkoitetun huumausainetestistä koskevan todistuksen esittämisestä; taikka
- 5) on 36 §:ssä tarkoitetun selvityksen perusteella käyttänyt huumausaineita muihin kuin lääkinnällisiin tarkoituksiin siten, että hänen toimintakykynsä on heikentynyt (Ammattikorkeakoululaki n:o 39 §).

Saimaan ammattikorkeakoulussa ei ole erikseen olemassa järjestyssääntöjä. Ammattikorkeakoululaki määrittelee kuitenkin, missä tapauksissa kirjallinen varoitus opiskelijalle voidaan antaa.

Saimaan ammattikorkeakoulussa opiskelijan kurinpitoon liittyvissä asioissa voidaan käyttää kolmea erilaista keinoa. Ensimmäisenä tulee koulutuspäällikön puhuttelu. Puhuttelu kirjataan ylös. Toisena toimenpiteenä tulee rehtorin antama kirjallinen varoitus ja kolmantena ammattikorkeakoulun hallituksen kirjallinen päätös opiskelijan erottamisesta. Erottaminen voi olla enintään yhden vuoden mittainen. Kirjallisesta varoituksesta opiskelijalle päättävät ammattikorkeakoulun opetuksesta vastaava vararehtori. Määräaikaisesta erottamisesta päättää ammattikorkeakoulun hallitus. (Tutkintosääntö 2014, 10.)

Ammattikorkeakoululaki ja Saimaan ammattikorkeakoulun tutkintosääntö määrittelevät sosiaali- ja terveysalan tutkintoon hakeville opiskelijoille mahdolliset esteet, jotka rajoittavat opiskelijaa hakeutumasta opiskelemaan alalle. Tutkintosääntö sanoo, että:

Sosiaali- ja terveysalan ammattiin hakeutuvan tulee huomioida, että

- *opiskelu ja ammatissa toimiminen edellyttävät hyvää henkistä tasapainoa*
- *tuki- ja liikuntaelimestön sairaudet, krooniset ihosairaudet ja allergiat voivat muuttua terveydelliseksi ongelmaksi opiskeluaikana tai myöhemmin työelämässä*
- *veriteitse tarttuva tauti saattaa rajoittaa työhön sijoittumista*
- *ala ei sovellu huumeiden käyttäjälle eikä alkoholin tai lääkkeiden ongelma-käyttäjälle.* (Tutkintosääntö 2014, 13.)

Muilla Saimaan ammattikorkeakoulussa opetettavilla aloilla ei määritellä terveydentilaan liittyviä esteitä hakemiselle.

Mahdollisen päihdeongelman tultua ilmi ammattikorkeakoululla on velvollisuus velvoittaa opiskelijaa menemään huumausainetestaukseen. Opiskelu-oikeus voidaan peruuttaa lain määrittelemällä tavalla, jos opiskelijalla huomataan esimerkiksi päihdeongelma. Ammattikorkeakoululaissa todetaan seuraavasti, että:

Ammattikorkeakoulu voi velvoittaa opiskelijan esittämään huumausainetestiä koskevan todistuksen, jos on perusteltua aihetta epäillä, että opiskelija on huumausainelain (373/2008) 3 §:n 1 momentin 5 kohdassa tarkoitettujen huumausaineiden vaikutuksen alaisena opintoihin kuuluvissa käytännön tehtävissä tai harjoittelussa tai että opiskelijalla on riippuvuus huumausaineista. Edellytyksenä on lisäksi, että testaaminen on välttämätöntä opiskelijan toimintakyvyn selvittämiseksi ja opiskelija toimii sellaisissa tehtävissä, jotka edellyttävät erityistä tarkkuutta, luotettavuutta, itsenäistä harkintakykyä tai hyvää reagointikykyä ja jossa huumeiden vaikutuksen alaisena tai huumeista riippuvaisena toimiminen:

1) vakavasti vaarantaa opiskelijan itsensä tai toisen henkeä tai terveyttä;

2) vakavasti vaarantaa liikenteen turvallisuutta;

3) vakavasti vaarantaa salassapitosäännöksiin suojattujen tietojen suojaa tai eheyttä; tai

4) merkittävästi lisää ammattikorkeakoulun tai sen ylläpitäjän tai harjoittelupaikan hallussa olevien huumausaineiden laittoman kaupan ja leviämisen riskiä. (Ammattikorkeakoululaki n:o 36 §).

Päihteiden kokeilulla voi olla merkittävä vaikutus opintoihin. Päihteet vaikuttavat ihmisiin eri tavoin. Ne voivat aiheuttaa mahdollisia häiriöitä esimerkiksi sukupuolija kasvuhormonin tuotantoon. Mahdollisesti päihteet vaarantavat myös aivojen ja keskushermoston kehitystä. (Kunttu ym. 2011, 183.)

Päihdeongelmaiseksi opiskelijaksi voidaan laskea ihminen, jolle on syntynyt tai on syntymässä alkoholista, huumeista tai muiden päihteiden käytöstä opiskelua haittaava tekijä. Jos opiskelu-ympäristö tai -yhteisö vaarantuu opiskelijan päihteidenkäytöstä, se voidaan laskea turvallisen opiskelu-ympäristön uhkaksi. Jos päihdeongelmainen opiskelija ei ole oma-aloitteisesti halunnut tai pystynyt saamaan parantavaa muutosta käyntiin, tällöin apu ongelmien purkamiseen on tarpeen. (Varhaisen välittämisen malli 2009, 17.)

Nuoruusikää voidaan kutsua mahdolliseksi päihteiden käytön kokeilun riskiajaksi. Nuoruusaika voidaan jakaa kolmeen erilaiseen ryhmään. Tällöin jaossa käytetään apuna psyykkistä kehitystä. Esinuoruuteen lasketaan iät 10-12 vuotta, varhaisnuoruuteen 12-14 vuotta, varsinaisnuoruuteen 14-16 vuotta ja myöhäisnuoruuteen 16-20 vuotta. Aikuisiällinen identiteetti kuitenkin saavutetaan usein 22-25 vuoden iässä. Aikuisikä käsittää suurimman osan korkeakouluopiskelijoiden ikäjakaumasta. (Pirskanen 2007, 19.)

Päihteettömyyteen liittyvää ja päihdekäytön ehkäisemiseen liittyvää neuvontaa on tärkeintä saada 13 ikävuodesta noin 28 vuotiaaksi asti. Alkoholin käytön väheneminen 28 ikävuoden jälkeen voi selittyä sillä, kun nuorten aikuisten elämäntilanne alkaa vakiintua. Esimerkiksi työhön siirtyminen, vakituisen työpaikan saaminen tai perheen perustaminen tulee ajankohtaiseksi. (Pirskanen 2007, 20.) Alkoholin mukaan alkoholipitoisella aineella tarkoitetaan ainetta tai tuotetta, joka sisältää enemmän kuin 2,8 tilavuusprosenttia etyylialkoholia. Alkoholipitoisia aineita ovat alkoholijuomat, alkoholivalmisteet ja väkiviina. (Alkoholilaki, 3 §.) Nuoret useimmiten käyttävät mietoja alkoholijuomia. Mietoihin alkoholijuomiin lasketaan esimerkiksi olut ja siideri. Erilaisiin päihteisiin lasketaan tupakka, alkoholi, huumausaineet sekä lääkkeet ja liuottimet. Näitä aineita käytetään nimenomaan päihtymistarkoitukseen. (Pirskanen 2007, 29-28.)

Tilastojen mukaan humalahakuisen juomisen rajan ylittäviä miespuolisia opiskelijoita on 49 % ammattikorkeakoulu- ja 32 % yliopisto-opiskelijoista (Kunttu ym. 2011, 181). Taulukossa 3 esitellään korkeakouluopiskelijoiden alkoholin käyttöä AUDIT-kyselyn perusteella.

Ryhmittely AUDIT-pisteiden mukaan	Ammatti- korkea- koulu	Yliopisto		
		miehet	naiset	miehet
0-7 p / kohtuu- käyttö	43	68	50	72
8-10 p	22	17	19	15
11 p tai enem- män / mahdollii- nen alkoholi- riippuvuus	35	16	31	13

Taulukko 3. Korkeakouluopiskelijoiden alkoholin käyttö AUDIT-kyselyn perusteella (Kunttu ym. 2011, 182)

AUDIT (the Alcohol Use Disorders Identification Test) soveltuu alkoholin käytön arvioimiseen. Testillä voidaan tunnistaa pitkäaikaista, haittoja aiheuttavaa alkoholin suurkulutuksesta tai riippuvuuden tunnistamista terveydenhuollossa. Saimaan ammattikorkeakoulun opiskeluterveydenhuollossa voidaan käyttää AUDIT-testiä opiskelijan alkoholikäytön havaitsemisessa. Testi on sovellettavissa parhaiten aikuisille. Nuorille on kehitelty varhaisen puuttumisen mallin tueksi nuorten päihdemittari ADSUME (Adolescent's Substance Use Measurement). Parhaiten nuorten päihdemittari soveltuu kuitenkin 16-21-vuotiaille oppilaille ja opiskelijoille. Korkeakouluopiskelijoiden optimaalinen ikäjakauma on 20-28 vuotta. (Kunttu ym. 2011, 184.)

Mahdollisista muista opiskelijoiden päihdeongelmista ei välttämättä puhuta avoimesti yhteisön sisällä. Mahdollisesti myös muunlaisien päihdeongelmien tunnistaminen on vaikeaa asiasta keskusteltaessa. Saimaan ammattikorkeakoulussa osa henkilöstöstä kuitenkin kokee, että päihdeongelmat ovat huolestuttava ja yleistyvä asia korkeakoulumaailmassa. Taulukossa 4 eritellään erikseen ammattikorkeakoulu- ja yliopisto-opiskelijoiden päihteidenkäyttöä.

		lukio	ammattill. oppilaitos	amk	yliopisto
Tupakoi päivittäin	miehet	10	38	15	7
	naiset	10	40	17	6
Nuuskan käyttö (satunnaisesti tai säännöllisesti)	miehet	15	21	11	11
	naiset	2	4	1	1
Humalajuominen*	miehet	28	43	49	32
	naiset	23	37	43	30
Huomattava alkoholin riskikulutuksen rajan ylittäminen, miehet: vähintään 10 annosta kerralla ja naiset: vähintään 7 annosta kerralla	miehet	–	–	26	18
	naiset	–	–	17	10
Kokeillut huumausaineita ainakin kerran	miehet	12	17	23	30
	naiset	9	17	21	21

* Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa olleiden osuus (lukio ja ammatillinen koulutus) / Humalajuominen käyttäen alkoholia vähintään 7 annosta kerralla miehet, 5 annosta naiset (ammattikorkeakoulu ja yliopisto)

Taulukko 4. Opiskelijoiden päihteidenkäyttö (Kunttu ym. 2011, 182)

4.2 Opiskelijakunnan vastuu päihteettömyydestä korkeakoulu yhteisössä

Opiskelijakunta on suuri osa korkeakoulu yhteisöä. Yhteisöllisyydellä voidaan tarkoittaa erilaisia ryhmämuodostelmia, joiden koko voi vaihdella muutamasta ihmisestä koko ihmiskunnan kokoiseksi yhteisöksi. Saimaan ammattikorkeakoulu ja Lappeenrannan teknillinen yliopisto toimivat samalla kampuksella. Tällöin korkeakoulu yhteisöön voidaan laskea noin 10 000 ihmistä opiskelijoista henkilöstöön asti.

Korkeakouluun opiskelemaan pääseminen on useammalle nuorelle uusi elämänvaihe, jolloin nuori joskus voi joutua muuttamaan opiskelun perässä uudelle paikkakunnalle. Korkeakouluopintojen aloittaminen on elämänmuutos, jossa opiskelijakunnalla, opiskelijayhdistyksillä ja korkeakoulun henkilöstöllä on tärkeä rooli tukea opiskelijaa uudessa elämänvaiheessa.

Pirskasen (2007) mukaan nuoret hakevat turvaa kaveripiireistä itsenäistymisvaiheessa. Niissä opitaan ryhmään kuulumista, sääntöjen noudattamista ja sosiaalisia käyttäytymistapoja. Päihdehaittojen ehkäisyyn kannalta tärkeimmät ikävuodet keskittyvät 13-21 ikävuoteen asti. Myös korkeakouluopiskelijoiden ikäjakauma on

tärkeää ottaa huomioon päihdehaittojen ehkäisyssä. Päihteiden käytössä voidaan Pirskasen (2007) tunnistaa neljä kokemusten etsimiseen liittyvää piirrettä. Näitä piirteitä ovat potkua ja seikkailua tavoittelevat, sosiaalisesti estotonta olotilaa etsivät, kokemuksia etsivät ja tylsyyttä torjuvat nuoret. (Pirskanen 2007, 19-20.)

4.3 Toimintamallien käyttö päihteettömyyden edistämässä

Puhuttaessa opiskelijoiden alkoholi- tai päihdetottumuksista on tärkeää muistaa, että opiskelijayhteisöt ja -yhdistykset ovat tärkeässä roolissa mielipideilmaston muuttamisessa. Kolmella erilaisella toimintamallilla voidaan pyrkiä vähentämään opiskelijoiden alkoholinkäyttöä. Näihin kolmeen toimintamalliin kuuluvat kulttuurinen intressi, terveysintressi ja pelisääntöintressi.

Kulttuurisella intressillä voidaan muuttaa alkoholinkäyttöä hallitummaksi ja haitattomammaksi. Tällöin tärkeintä on lisätä opiskelijoiden tietoisuutta omasta juomisesta. Samalla mielikuvia hallitummasta alkoholinkulutuksesta vahvistetaan. Lähestymistavaksi otetaan teoreettinen lähtökohta ja innoittaminen. Sen ajatuksena toimii virittävä valistus, jonka vaikutuksena kohderyhmälle saadaan vallitsemaan laajempi kulttuuri- ja mielipideilmasto. Käytännön tavoitteet voidaan jakaa kahteen päätavoitteeseen; opiskelijatapahtumiin tulisi saada ryhmäyttävää ohjelmaa sekä tarjolle pitäisi saada alkoholittomia juomavaihtoehtoja edulliseen hintaan. (Kunttu ym. 2011, 188-189.)

Terveysintressillä voidaan yksinkertaisesti lisätä opiskelijoiden tietoisuutta alkoholista ja sen terveysvaikutuksista. Opiskeluterveydenhuollon henkilökunnan kanssa tehtävä mini-interventio on helpoin tapa saada keskustelu käyntiin nuoren kanssa. Jos halutaan tehokkain tapa ehkäistä riskikuluttajien alkoholin käyttöä, on mini-interventio toteutettava riittävän varhaisessa vaiheessa. Tällöin siitä on hyötyä nuorellekin. Interventiossa keskustellaan opiskelijan alkoholin käytöstä, riskikulutuksen tunnistamisesta, informaation antamisesta, kuuntelusta ja motiivoinnista sekä opiskelijan henkilökohtaisista tavoitteista, niiden asettamisesta ja seuraamisesta. (Kunttu ym. 2011, 188-189.)

Mini-intervention perusteella voidaan kartoittaa, onko alkoholin käytöstä aiheutunut jo selviä haittoja. Tällöin hoitomuotoina toimii joko mini-interventio tai lyhytinterventio. Lyhytinterventio sisältää enemmän kuin kolme käyntiä. (Kunttu ym. 2011, 188, 304.)

Pelissäntöintressillä lisätään näkyviksi päihteettömyyteen ja alkoholin käyttöön liittyviä asioita opiskelijajärjestöjen strategioihin. Tällaisia strategioita voivat opiskelijajärjestöillä olla esimerkiksi päihde-, hyvinvointi- ja yhdenvertaisuusstrategia. Esimerkiksi Helsingin yliopiston ylioppilaskunnan yhdenvertaisuusohjelmasta ja Turun yliopiston lääketieteellisen tiedekunnan päihdeohjelmassa on opiskelijoiden päihteettömyyttä koskevia linjauksia. Useimmiten opiskelijat eivät ole strategioista tietoisia. Linjaukset ovatkin tärkeitä opiskelijajärjestöissä toimiville henkilöille miten toimintaa halutaan järjestää. (Kunttu ym. 2011, 189.)

4.4 Nuorten kuulumisen yhteisöön

Vuoden 2013 Nuorisobarometrin teettämässä kyselyssä nuorista 40 % vastasi kuuluvansa johonkin ryhmään tai yhteisöön. Ryhmällä tai yhteisöllä tarkoitetaan esimerkiksi oppilaskuntaa, harrastusyhteisöä, järjestöä, vapaaehtoistoimintaa tai muuta vastaavaa. Kyselyyn ovat voineet vastata kaikki 15-29 -vuotiaat suomalaiset nuoret. Ammattikorkeakoulututkinnon omaavista tai sitä suorittavista 41 % kuuluu johonkin ryhmään tai yhteisöön. (Myllyniemi 2014, 55, 56.)

Opiskelijajärjestöjen roolia opiskelijoiden hyvinvoinnin tukena korostetaan paljon. Järjestöt ovat oikeutettuja osallistumaan opiskelijoiden hyvinvointiin liittyviin hyvinvointitöihin ja erilaisiin projekteihin. Järjestöt voivat omalta osaltaan tukea opiskelijakulttuurin muuttamisessa opiskelijan hyvinvointia tukevampaan suuntaan. Lisäksi järjestöt toimivat opiskelijoiden äänen esiintuojina. Järjestöjä tulisi kin kuunnella aidosti ja ottaa heidän mielipiteitä huomioon suunnittelussa ja päätöksenteossa kaikilla tasoilla. Opiskelijajärjestöillä on laissa määrättyjä tehtäviä hyvinvointityön suhteen. (Opiskeluterveydenhuollon opas 2006, 95.)

5 Opiskelijakunnan varhaisen välittämisen toimintamallit

5.1 Opinnäytetyön kehittämistehtävä

Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunnalla ei ole olemassa varhaisen välittämisen mallia entuudestaan. Kyseisellä opinnäytetyöllä voidaan antaa opiskelijakunnalle hyvä suuntaviiva siihen, miten varhaista välittämistä opiskelijakunnassa voidaan toteuttaa.

Opiskelijakunta voisi hyötyä heille tuotettavista opinnäytetöistä. Tällaisia opinnäytetöitä voisivat esimerkiksi olla erilaiset strategiat sekä markkinointiin ja tapahtumien suunnitteluun liittyvät oppaat ja ohjeistukset. Opiskelijakunta on potentiaalinen vaihtoehto opinnäytetöiden tarjoajana.

Opinnäytetyöstä opiskelijakunnan hallitus voi halutessaan kehittää esimerkiksi operatiiviseen toimintasuunnitelmaan osion, jossa päihdeettömyyden edistämistä ja opiskelijoiden hyvinvointia korostetaan opinnäytetyön avulla. Tällaisia mahdollisia tehtäviä ovat erilaiset esittelypisteet kampuksilla ja muunlainen markkinointi julisteiden, sosiaalisen median ja muun toiminnan kautta.

5.2 Toimintaohjeistuksen tuottamisen prosessi

Ohjeistuksen tuottamisessa on toiminut tärkeänä pohjana Saimaan ammattiopisto Sampon päihdeohjelma opiskelijoille. Opiskelijakunnalle tuotettava ohjeistus toimii PowerPoint-muotoisena diaesityksenä, joka on helppo linkittää esimerkiksi opiskelijakunnan verkkosivuille.

Ohjeistus on toiminnallisen opinnäytetyön tuotos. Toiminnallisissa opinnäytetöissä tarkoituksena on tuottaa uusi tuote, toimintatapa tai malli. Myös ohjeistus lasketaan toiminnallisen opinnäytetyön prosessin lopputulokseksi. Toiminnallista opinnäytetyötä voidaan käyttää vaihtoehtoisena opinnäytetyönä tutkimuksellisen opinnäytetyön sijaan. Toiminnallisen opinnäytetyön tuotoksena voi olla ohjeistus, opastus tai toiminnan selkeyttäminen ja järjeistäminen yhteistyötaholle, jonne opinnäytetyö kirjoitetaan. (Nummela 2012.)

Toiminnallisten opinnäytetöiden tuotoksista voidaan yhteenvedona sanoa, että kaikilla tuotoksilla, toimintatavalla, mallilla tai tuotteella, on yksi yhteinen piirre. Tavoiteltu päämäärä saadaan luotua visuaalisella sekä viestinnällisellä keinolla. Näillä saadaan muodostettua kokonaisilme tuotokselle. Opinnäytetyöraportin lisäksi toiminnallisen opinnäytetyön oleellisin osa on tuottaa tuotos. Tuotoksessa on tärkeää muistaa kohde- tai käyttäjäryhmä. Siksi tuotoksessa useinkin puhutellaan ryhmää eri lailla kuin opinnäytetyöraportissa. (Vilka & Airaksinen 2003, 51, 65.)

Opiskelijakunnan ohjeistuksen ajatuksena on lähteä liikenteelle teoriasta ja syventyä myöhemmin toimintamalliin teorian avulla. Ensimmäisenä ohjeistus käsittelee yleisen tiedon, mikä opiskelijakunta on ja miten erilaiset dokumentit ohjaavat opiskelijakunnan toimintaa. Prosessin aikana on tärkeää ajatella, että lukijat haluavat perustiedot siitä, kenelle ohjeistus tulee ja miten organisaatio ohjeistuksen taustalla toimii. Teoriaa esitellään lyhyesti, koska tärkeimmän tiedon, eli ohjeistuksen, tulee olla nopeasti opiskelijoiden saavutettavissa.

Toive opinnäytetyöstä on tullut jo vuonna 2012 opiskelijakunnan hallituksen puheenjohtajalta. Minä olen toiminut opiskelijakunnan hallituksessa vuodesta 2012 kevääseen 2015 asti. Työn tarkka aihe hioutui kuitenkin vuoden 2014 aikana. Työn aiheen tarkentuessa opinnäytetyötä varten tehtiin yhteistyösopimus, jonka allekirjoittivat hallituksen puheenjohtaja, opinnäytetyön ohjaava opettaja sekä minä.

Ohjeistuksessa käsitellään päihteiden käyttöön puuttumisen toimintaohjeet erilaisissa tapauksissa. Ohjeistuksessa tarjotaan myös toimintamalleja, miten opiskelijakunta voi omalta osaltaan edistää opiskelijoiden päihteetöntä elämäntapaa. Näissä kaavioissa on sovellettu Saimaan ammattiopisto Sampon päihdeohjelman kaavioita, jotka soveltuvat suurimmaksi osaksi myös opiskelijakunnan työskentelyyn ja toimintatapoihin. Työssä käsitellään myös lainsäädännöt, jotka ohjaavat päihdeongelmiin puuttumista ja niiden ennaltaehkäisyä. Opiskelijakunta toimii varhaisen välittämisen pohjalta oleellisena organisaationa opiskelijoiden hyvinvoinnissa. Ohjeistukseen on lisätty huolen puheeksioton lomakkeita, joita opiskelijakunta voi hyödyntää puheeksioton tilanteissa. Lisäksi ohjeistukseen on

lisätty muutama taulukko opiskelijoiden päihteidenkäytöstä korkeakouluissa. Toimintaohjeiden, lomakkeiden ja lainsäädäntöjen lisäksi mietitään, miten muuten opiskelijakunta sekä opiskeluterveydenhuolto voivat toimia tukena opiskelijoille koko opiskeluiden ajan. Työn loppuun lisätään tärkeitä yhteystietoja, joihin halutessaan opiskelija voi itse ottaa yhteyttä tai opiskelijat voivat etsiä lisää tietoa heidän internetsivustoiltansa. Jokainen opiskelija voi itse valitessaan haluta paikan, jonne voi ottaa yhteyttä.

Työstä hyötyvät myös opiskelijakunnan operatiivisen toimintasuunnitelman toteuttajat eli hallitus sekä työntekijät. Opiskelijakunta voi hyödyntää ohjeistusta vuosittain uuden opiskelijakunnan hallituksen perehdytyksessä. Lisäksi on tärkeää laittaa ohjeistus julkiseen jakoon verkkosivuille, josta opiskelijat voivat tarvittaessa etsiä tiedon helposti ja nopeasti. Opiskelijakunta voi myös erilaisissa koulutustilaisuuksissa hyödyntää diaesitystä. Näin työtä saadaan hiljalleen jalkautettua myös opiskelijoiden keskuuteen, jotta he ovat tietoisia tällaisesta avusta opiskelijakunnassa.

5.3 Eettiset näkökulmat

Clarkeburnin ja Mustajoen (2007) mukaan etiikka on tukeva taito arkipäiväisessä päätöksenteossa. Kun pohditaan eettisiä kysymyksiä, niille ominaista on, että vastaukset eivät välttämättä ole yksiselitteisiä tai selkeitä. Useimmiten eettisiin kysymyksiin vastauksia etsittäessä ei voida selittää loogisesti vaikkapa mittaus- tai strukturoitujen havaintojen perusteella. (Clarkeburn & Mustajoki 2007, 22.)

Eettisissä näkökulmissa voidaan pohtia, toteutuuko opinnäytetyön kirjoittaminen puolueettomasti. Jos otetaan huomioon, että kirjoittaja itse on toiminut opiskelijakunnan hallituksessa, voi huolellisuuden eettinen kysymys nousta esiin aika-ajoin. Myös päihteiden käytöstä puhuminen ja asian esille nostaminen pitää eettisen pohdinnan kautta miettiä huolellisesti valmiiksi.

Opinnäytetyö opettaa lähestymään vaikeitakin asioita uusien näkökulmien kautta. Huolen puheeksiotto toimii hyvänä tukena niissä tilanteissa, kun puhuminen nousseesta huolesta jännittää. Opinnäytetyössä esitetyt lomakkeet ja ohjeet

huolen puheeksiotossa toimimiseen antavat puhujalle valmiudet toimia huolellisesti ja eettisesti oikein. Opinnäytetyö siis antaa eväitä puuttua vaikeisiinkin tilanteisiin.

6 Pohdinta

Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunnan merkitys korkeakouluyhteisössä on merkittävä. Opiskelijakunnan toiminta ohjautuu monien sisäisten dokumenttien mukaan. Ulkoisten dokumenttien, kuten opinnäytetöiden, hyödyntäminen ja ohjauksellinen toiminta opiskelijakunnan työssä ovat jääneet vähäisiksi. Opiskelijakunnan lakisäätteiset tehtävät myös antavat osaltaan olettaa, että opiskelijakunnan tärkeimpien tehtävien toteutus antaa mahdollisuuden hyödyntää ulkoisia dokumentteja opiskelijakunnan työn rikastuttamiseen.

Korkeakouluopiskelijoiden päihteiden käytöstä on vähän tutkittua tietoa. Lähteitä etsiessäni huomasin, että suurin osa päihteiden käyttöön liittyvästä kirjallisuudesta on suunnattu peruskouluikäisille sekä työyhteisöihin. Päihteiden käytön vaaroja ja hoitovaihtoehtoja on tutkittu kattavasti, mutta ennaltaehkäisevään työhön materiaalia oli saatavilla harvasta.

Kun lähdin rakentamaan opinnäytetyötä, ajattelin että jos muilla opiskelijakunnilla olisi käytössään päihteiden puuttumiseen liittyviä toimintamalleja tai -ohjeistuksia, joita olisin voinut hyödyntää niitä. Valitettavasti muilla opiskelijakunnilla ei löytynyt puhtaasti omaan työhöni sovellettavaa toimintaohjeistusta. Parhaimpana ja selkeimpänä pohjana toimi Saimaan ammattiopisto Sampon päihdeohjelma, jossa selkeästi esitetyt kaaviot auttoivat minuakin havaitsemaan, miten päihteidenkäyttöä voidaan ennaltaehkäistä ja miten siihen voidaan puuttua. On kuitenkin otettava huomioon, että toisen asteen oppilaitoksessa oppilaat voivat olla alaikäisiä, kun taas kaikki korkeakouluopiskelijat ovat saavuttaneet täysi-ikäisyyden.

Työtä kirjoittaessani pohdintaani helpotti oma, pitkäaikainen työskentelyni opiskelijakunnassa. Teoriapohjani opiskelijakunnan toiminnasta ja erilaisista lakisäätteisistä tehtävistä oli valmiiksi vankka. Työtä kirjoittaessani minusta oli yllättävää

huomata, kuinka edistyksellisesti opiskelijakunnalla on sisäisiä dokumentteja, jotka ohjaavat toimintaa. Toisaalta huomasin myös dokumentoinnin puutoksen, koska suurin osa opiskelijakunnan omista materiaaleista oli käytettävissä yhteisellä sähköisellä palvelimella, jonne pääsevät vain opiskelijakunnan hallituksen jäsenet sekä työntekijät. Julkisesti olevia dokumentteja muun muassa opiskelijakunnan nettisivuilla ei ole päivitetty hetkeen. Onnekseni minulla oli oikeus päästä palvelimelle tutkimaan dokumentointia. Se helpotti suuresti työni kirjoittamista.

Vaikka lähdemateriaalia löytyikin vähänlaisesti, oli työ aloitettava silti nollatilanteesta. Koko kirjoittamisprosessin ajan piti pohtia, miten opiskelijakunta sekä opiskelijat työstä hyötyvät. Opinnäytetyöllä voidaan läpivalaista opiskelijoille opiskelijakunnan toimintaa, ja näin ollen opiskelijat saavat mielikuvan opiskelijakunnan työstä. Vaikkei käymissäni keskusteluissa opiskelijoilta suoraan nousut kysymyksiä tai suurta huolta opiskelijakavereiden päihteidenkäytöstä, silti opiskelijat sekä koulun henkilöstö tiedostavat päihteidenkäytön ongelmat.

Opinnäytetyön aihe oli minulle hieman vaikea; osittain siitä syystä, ettei tutkittua tietoa löytynyt niin paljoa mitä alkuun ajattelin. Opiskelijoiden keskuudessa ei avoimesti puhuta päihteiden käytöstä tai miten ongelmaan pitää puuttua. Työn tekemistä helpottivat lähteet, joissa käsiteltiin laadukkaasti päihteiden käytön ennaltaehkäisyä. Lähteistä löytyneet selkeät kaaviot auttoivat minua havainnoimaan erilaisia toimintamalleja. Ilokseni huomasin, kuinka paljon työyhteisöt ovat ottaneet varhaista välittämistä ja päihdeohjeistusta haltuunsa. Myös keskustelu opiskeluterveydenhoitajan kanssa auttoi minua näkemään, että opiskeluterveydenhuollon kautta annettava apu on vähäistä ohjaustoimintaa. En tiennyt tätä entuudestaan ja ajattelin, että opiskeluterveydenhuollolla olisi ollut enemmän annettavaa ennaltaehkäisevään työhön.

Koen onnistuneeni opinnäytetyössä kaikesta huolimatta. Uskon, että pienistä asioista on hyvä lähteä liikkeelle ja tuottamani toimintaohjeistus on hyvä alku opiskelijakunnalle oman toimintansa rikastuttamiseen. Vaikka koenkin pääasiallisesti onnistumisen tunnetta, olisin voinut hoitaa muutamia asioita huolellisemmin. Olisin voinut järjestää enemmän yhteisiä tilaisuuksia, jossa olisimme voineet kes-

kustella aiheesta vaikka erilaisten kysymyspohjien kautta. Uskon, että keskustelut olisivat rikastuttaneet enemmän työtäni ja ajatusmaailmaani, jos keskusteluun oltaisi saatu kaikki osapuolet mukaan.

Opinnäytetyöni tukee ammatillista identiteettiäni. Uskon, että sosiaalialan koulutuksella ja niistä tulevilla positiivisilla arvoilla on suuri vaikutus tällaisten opinnäytetöiden syntymiseen. Toiminnallinen opinnäytetyö tuki omaa oppimistani sekä koin opinnäytetyömuodon mieluisaksi itselleni. Vaikka aihe olikin hankala, työtä oli mieluisaa toteuttaa koko prosessin ajan. Koen saaneeni laadukasta opinnäytetyön ohjausta juuri silloin, kun opinnäytetyössä on tullut vastaan solmukohtia, joita en ole osannut itse aukaista. Näitä tilanteita ovat olleet esimerkiksi lähteiden löytäminen, ohjeistuksen muodostaminen sekä teorian kirjoittaminen.

Kuvat

Kuva 1. Huolen puheeksioton ennakointilomake, osa A, s. 17.

Kuva 2. Huolen puheeksioton ennakointilomake, osa B, s. 18.

Kuva 3. Huolen puheeksioton ennakointilomake, osa C, s. 19.

Taulukot

Taulukko 1. Terveysten edistämistoiminta opiskeluterveydenhuollossa, s. 15.

Taulukko 2. Huolen vyöhykkeistö, s. 17.

Taulukko 3. Korkeakouluopiskelijoiden alkoholinkäyttö AUDIT-kyselyn perusteella, s. 26.

Taulukko 4. Opiskelijoiden päihteidenkäyttö, s. 27.

Lähteet

Alkoholilaki 8.12.1994/1143.

Ammattikorkeakoululaki 14.11.2014/932.

Clarkeburn, H. & Mustajoki, A. 2007. Tutkijan arkipäivän etiikka. Tampere. Vastapaino.

Edustajiston perehdytys. 2013. Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta SAIKO. Luettu 24.2.2015.

Eksote 2015. Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveystieteiden keskus. <http://www.eksote.fi/fi/Sivut/default.aspx>. Luettu 5.4.2015.

Eriksson, E. & Arnkil, T.E. 2012. Huoli puheeksi. Opas varhaisista dialogeista. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Tampere.

Kunttu, K., Komulainen, A., Makkonen, K. & Pynnönen, P. 2011. Opiskeluterveys. Duodecim. Helsinki.

Kupiainen, S. 2015. Opiskeluterveydenhoitaja. Henkilökohtainen haastattelu. 12.3.2015.

Maunu, A. 2012. Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry. Ryyppämällä ryhmäksi? Ehkäisevän päihdetyön karttalehtiä nuorten ja nuorten aikuisten juomiskulttuureihin. Helsinki.

Myllyniemi, S. 2014. Vaikuttava osa. Nuorisobarometri 2013. Helsinki.

Nummela, T. 2012. Toiminnallinen opinnäytetyö.

Nyyti ry. 2013. Kokemuksia, kontakteja ja kannustavia haasteita. Raportti kyselystä uusille opiskelijoille. <https://www.nyyti.fi/nyyti-ry/julkaisut/>. Luettu 29.1.2015.

Nyyti ry. 2015. <https://www.nyyti.fi/>. Luettu 2.3.2015.

Operatiivinen toimintasuunnitelma 2014. Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta SAIKO. Luettu 26.2.2015.

Opiskelijoiden päihdeohjelma 2015. Saimaan ammattiopisto Sampo. Toimintaohje päihtyneen tai päihteiden käytöstä epäillyn opiskelijan kohtaamiseen. http://www.edusampo.fi/files/454/Paihdeohjelman_paivitys_2015.pdf. Luettu 23.3.2015.

Opiskeluterveydenhuollon opas. 2006. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki.

Pirskanen, M. 2007. Nuorten päihteettömyyden edistäminen. Varhaisen puuttumisen malli koulu- ja opiskeluterveydenhuoltoon. Kuopio. http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-951-27-0510-8/urn_isbn_978-951-27-0510-8.pdf. Luettu 29.1.2015.

Poliittinen ohjelma SAIKO. 2012. Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta. Luettu 24.2.2015.

Suomen opiskelijakuntien liitto SAMOK ry. 2015. <http://samok.fi/>. Luettu 26.2.2015.

Toimintakertomus SAIKO. 2011. Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta. http://www.saiko.fi/files/docs/paatokset/hallitus2011/20120326_SAIKO_toke2011_korjattu.pdf. Luettu 22.9.2014.

Toimintakertomus SAIKO. 2013. Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta. Luettu 19.11.2014.

Toimintakertomus SAIKO. 2014. Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta. Luettu 1.4.2015.

Toimintasuunnitelma SAIKO. 2015. Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta. Luettu 24.2.2015.

Tutkintosääntö 2014. Saimaan ammattikorkeakoulu. Luettu 3.3.2015.

Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta.

Varhaisen välittämisen malli 2009. Saimaan ammattikorkeakoulu. Luettu 29.1.2015.

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Gummerus kirjapaino Oy. Jyväskylä.

Yhdistyslaki 26.5.1989/503.



JOHDANTO

- Opiskelijakunnan rooli perustuu ammattikorkeakoululakiin
- Opiskelijakunnalla on ammattikorkeakoululakiin perustuvia tehtäviä
- Erilaiset dokumentit ohjaavat opiskelijakunnan toimintaa
- Saimaan ammattikorkeakoululla on varhaisen välittämisen malli



YLEISTÄ OPISKELIJAKUNNASTA 1

- Asema perustuu ammattikorkeakoululakiin § 42 a
- Edustaa **kaikkia** ammattikorkeakoulun opiskelijoita, olivat he jäseniä tai ei
- Jäseniä yhteensä 1399, Saimiassa opiskelee yhteensä noin 3088 opiskelijaa (2014)
- Voittoa tavoittelematon järjestö
- Työntekijöitä kaksi, jäsenpalvelusihteeri ja pääsihteeri. Hallitukseen kuuluu puheenjohtajan lisäksi viisi hallituksen jäsentä (2015)



YLEISTÄ OPISKELIJAKUNNASTA 2

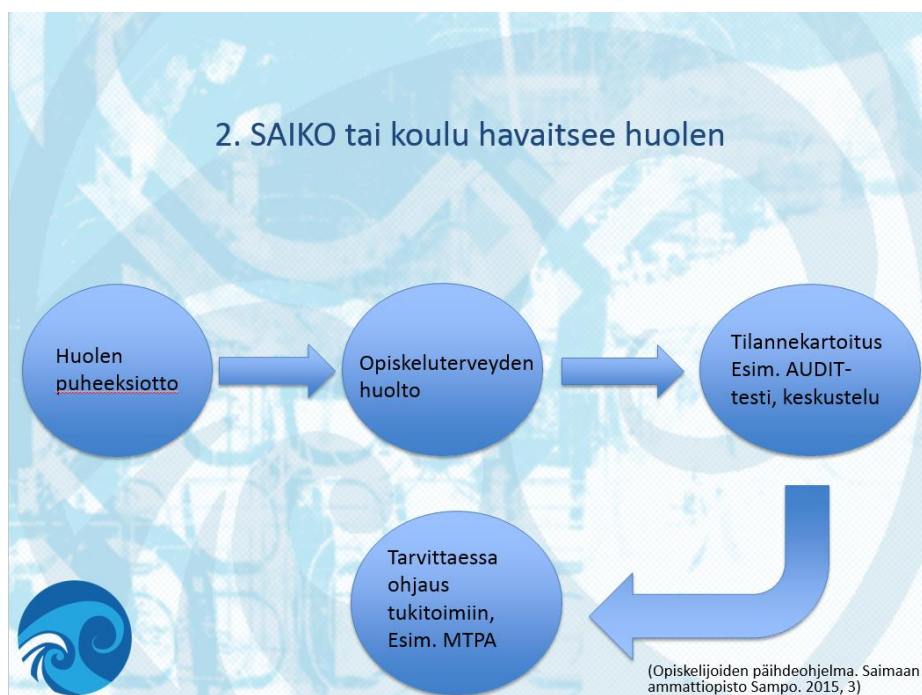
OPISKELIJAKUNNAN TOIMINTAA OHJAAVAT DOKUMENTIT

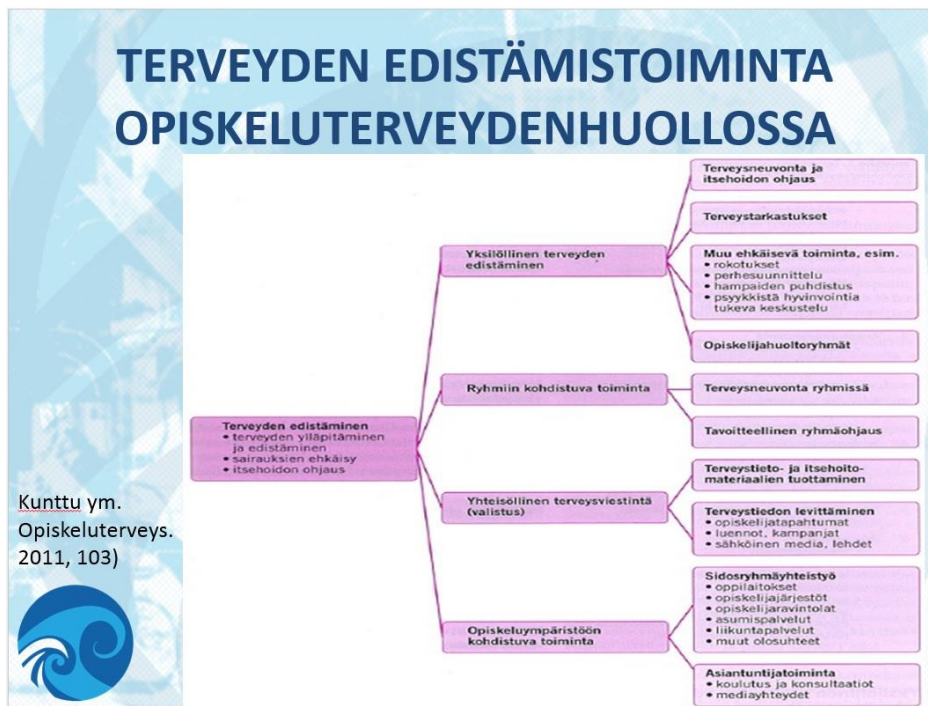
- [Lait](#)
- [Säännöt](#)
- [Ohjesäännöstö](#)
- [Strategia](#)
- [Poliittinen ohjelma](#)
- [Toimintasuunnitelma ja talousarvio](#)



PÄIHTEIDEN KÄYTTÖÖN PUUTTUMISEN TOIMINTAOHJEITA







HUOLEN VYÖHYKKEISTÖ

HUOLETON TILANNE	PIENI HUOLI		HARMAA VYÖHYKE		SUURI HUOLI	
	(1)	(2) (3)	(4)	(5)	(6)	(7)
Ei lainkaan huolta.	Pieni huoli tai ihmettely käynyt mielessä; luottamus omiin mahdollisuuksiin vahva.	Huoli tai ihmettely käynyt toistuvasti mielessä; luottamus omiin mahdollisuuksiin hyvä.	Huoli kasvaa; luottamus omiin mahdollisuuksiin heikkenee.	Huoli tuntuu vaaralliseksi; omat voimavarat ehjässä.	Huolta paljon ja jatkuvasti; lapsi/nuori vaarassa. Omat keinot loppumassa.	Huoli erittäin suuri; lapsi/nuori välittömässä vaarassa. Omat keinot loppussa.
		Ajatuksia lisävoimavarojen tarpeesta.	Mielessä toimivus lisävoimavaroista ja kontrollin* lisäämisestä.	Selvästi koettu lisävoimavarojen ja kontrollin lisäämisen tarve.	Lisävoimavaroja ja kontrollia saatava mukaan heti.	Muutos tilanteeseen saatava heti.

* kontrolli = tilanteen hallinnan lisääminen esimerkiksi rajoittamalla jotain epätoivottavaa asiaa.

Huolen vyöhykkeistöllä voidaan tarkistella oman huolen aiheellisuutta.
(Eriksson & Arnkil. Huoli puheeksi. Opas varhaisista dialogeista. 2012, 25)

LOMAKKEITA HUOLEN PUHEEKSIOTTAJALLE

Lomakkeen A-osio:
täytetään perustiedot nuoresta ja
mistä huoli on muodostunut.
(Eriksson & Arnkil. Huoli puheeksi.
Opas varhaisista dialogeista. 2012,
45)



A. Täytettäväksi, kun valitset tilannetta (kysymykset 1–3)

1a. Perustiedot lapsesta/nuoresta, perheestä (ilman tunnistetietoja)
1b. Perustiedot sinusta: toimipiteesi, ammattisi
2. Keitä perheenjäseniä tapaavat ja mitä teet heidän kanssaan?
3a. Mistä olet huolissasi lapsen/nuoren tilanteesta?
3b. Mitä tapahtuu, jos et ota huoltasi puheeksi?
3 c. Mille vyöhykkeelle huolesi sijoittuu? (rastita)
<input type="checkbox"/> Pieni huoli <input type="checkbox"/> Harmaa vyöhyke <input type="checkbox"/> Suuri huoli


Lomakkeen B-osa:
Täytettäväksi ennen tapaamista.
(Eriksson & Arnkil. Huoli puheeksi.
Opas varhaisista dialogeista. 2012,
46)



B. Täytettäväksi ennen tapaamista (kysymykset 4–8)

4. Missä asioissa (arviosi mukaan) lapsen/nuoren huoltaja(t) kokee saavansa sinulta tukea? Onko asioita, joissa hän (he) voi kokea sinut uhkaavaksi?
Tuki:
Uhka:
5a. Mitä voimavaroja lapsessa/nuorella ja hänen tilanteessaan näet ja mitä voisit niistä kertoa huoltajalle/huoltajille?
5b. Mitä sinä ja huoltaja(t) voisitte tehdä tahoillanne ja/tai yhdessä lapsen/nuoren tilanteen parantamiseksi?
6. Miten otat huolesi ja yhteistyötoiveesi esille? Sanoita; mieti vaihtoehtoisia tapoja ilmaista huolesi, se miten kerrot voimavaroista ja ehdotat yhteistyötä.
7a. Ennakoi, mitä tapahtuu puheeksiottamistilanteessa. Kuka reagoi ja miten?
7b. Ennakoi, mihin puheeksiottaminen johtaa lähitulevaisuudessa.
<i>Jos ennakoit, että puheeksiottaminen heikentää mahdollisuuksia huojentaa lapsen/nuoren tilannetta, palaa pohtimaan a) missä todella tarvitsit huoltajan/huoltajien apua ja b) miten saat tuon avun; eli sanoita yhteistyötarjoukseksi uudestaan.</i>
8. Millainen tila tai aika olisi tällaiselle kohtaamiselle otollinen eli milloin ja missä otat asian puheeksi?

Lomakkeen C-osio:
Täytettäväksi pian tapaamisen jälkeen. (Eriksson & Arnkil. Huoli puheeksi. Opas varhaisista dialogeista. 2012, 47)



C. Täytettäväksi pian tapaamisen jälkeen (kysymykset 9–11)

9. Miten toteutit puheeksiottamisen?

10. Mitkä olivat tunnelmasi puheeksioton

a) alla

b) aikana

c) jälkeen

11a. Katso ennakoitteesi kysymyksessä nro 7. Tapahtuiko niin kuin ennakoit vai jotakin muuta? Koitko jotain yllättävää?


11b. Miltä toiminta lapsen/nuoren tilanteen helpottamiseksi nyt näyttää? Mitkä herättää toiveikkuuttasi? Mikä huolestuttaa edelleen?

11c. Mitä aiot tehdä tämän huolesi vähentämiseksi?

TILASTOJA OPISKELIJOIDEN PÄIHTEIDENKÄYTÖSTÄ

Ryhmittely AUDIT-pisteiden mukaan	Ammatti- korkea- koulu		Yliopisto	
	miehet	naiset	miehet	naiset
0–7 p / kohtuu- käyttö	43	68	50	72
8–10 p	22	17	19	15
11 p tai enem- män / mahdolini- nen alkoholi- riippuvuus	35	16	31	13


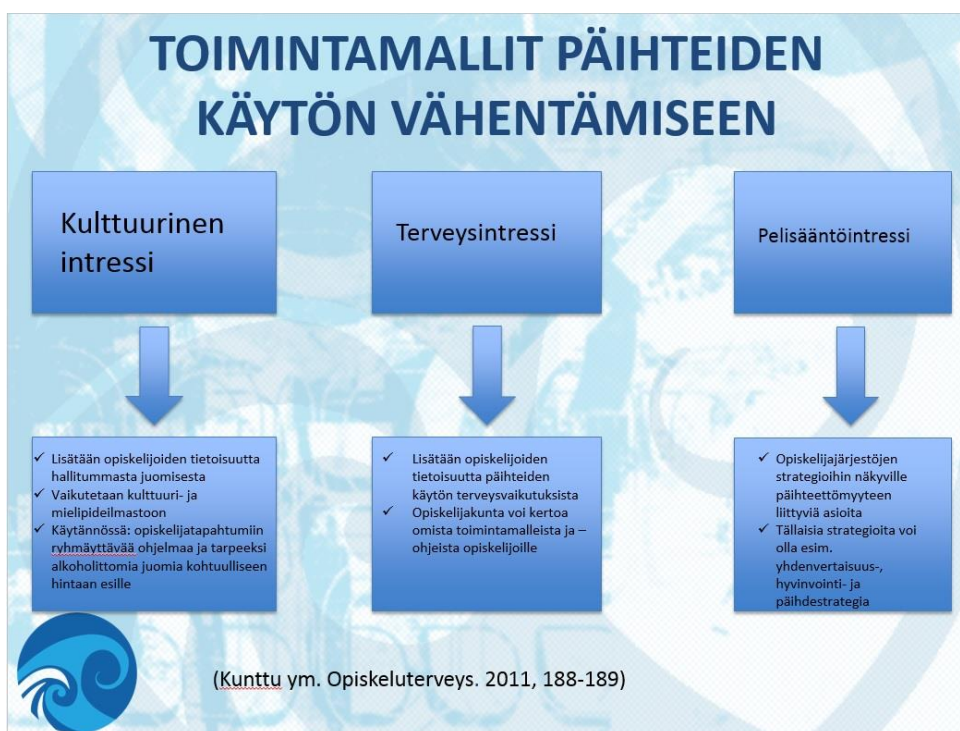
Korkeakouluopiskelijoiden päihteidenkäyttö AUDIT-
kyselyn perusteella (Kunttu ym. Opiskeluterveys.
2011, 182)



		lukio	ammattill. oppilaitos	amk	yliopisto
Tupakoi päivittäin	miehet	10	38	15	7
	naiset	10	40	17	6
Nuuskan käyttö (satunnaisesti tai säännöllisesti)	miehet	15	21	11	11
	naiset	2	4	1	1
Humalajuominen*	miehet	28	43	49	32
	naiset	23	37	43	30
Huomattava alkoholin riskikulutuksen rajan ylittäminen, miehet: vähintään 10 annosta kerralla ja naiset: vähintään 7 annosta kerralla	miehet	–	–	26	18
	naiset	–	–	17	10
Kokeillut huumausaineita ainakin kerran	miehet	12	17	23	30
	naiset	9	17	21	21

* Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa olleiden osuus (lukio ja ammatillinen koulutus) / Humalajuominen käyttäen alkoholia vähintään 7 annosta kerralla miehet, 5 annosta naiset (ammattikorkeakoulu ja yliopisto)

Opiskelijoiden päihteidenkäyttö (Kunttu ym. Opiskeluterveys. 2011, 182)

LAINSÄÄDÄNTÖ

- Ammattikorkeakoululaki
- Yhdistyslaki
- Työsopimuslaki
- Alkoholilaki
- Päihdehuoltolaki
- Tutkintosäätö
- Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta



Yhteystietoja (8.4.2015)

- Opiskeluterveydenhuolto
Lappeenranta
Sanna Kupiainen,
p. 040 651 1697
sanna.kupiainen@eksote.fi
Yliopiston 6. rakennusvaihe, 6. kerros
- Imatra**
Mervi Hasu (kuvataide)
p. 020 617 3213
Marja Luoma (hotelli-, ravintola- ja matkailuala)
p. 020 617 3238
Koulukatu 5, Imatra

<http://www.saimia.fi/fi-FI/opiskelu/opintososiaaliset-asiat/opiskeluterveydenhuolto>



- Opiskelijakunta
Toimisto
p. 045 357 6991
Skinnarilan kampus, Saimia-talo
Tila 1095
Imatran toimisto
p. 045 357 6991
Linnalan kampus, väestönsuoja

<http://www.saiko.fi/fi/>



- Eksote
Mielenterveyspäivystys- ja arviointipoliklinikka
Valto Käkelän katu 1, Lappeenranta
p. 05 352 4610
Yhteyshenkilöt:
ylilääkäri Juha Kemppinen 040 146 3196
palveluesimies Kati Nirikko 040 198 8964

<http://www.eksote.fi/fi/terveyspalvelut/mielenterveysjapaihdepalvelut/sivut/default.aspx>





- Imatran kaupunki
Päihdepäivystys ja katkaisuhoito
Honkaharjun sairaala
Honkaharju 4
55800 Imatra
p. 020 617 3590
Päihdepoliklinikka
Päihdepoliklinikka
Mielenterveyskeskus
Käpykuja 3
55800 Imatra
Puh. 020 617 3650

 <http://www.imatra.fi/>



Lähteet

- <http://www.saimia.fi/fi-FI/opiskelu/opintososiaaliset-asiat/opiskeluterveydenhuolto>
- <http://www.saiko.fi/fi/>
- <http://www.eksote.fi/fi/terveyspalvelut/mielenterveysjapaihdepalvelut/sivut/default.aspx>
- <http://www.imatra.fi/>
- <http://www.eksote.fi/fi/terveyspalvelut/terveyshyvinvointiasemat/sivut/default.aspx>
- Alkoholilaki 8.12.1994/1143. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1994/19941143>
- Ammattikorkeakoululaki 14.11.2014/932. <http://www.finlex.fi/fi/laki/akup/2014/20140932>
- Opiskelijoiden päihdeohjelma. 2015. Saimaan ammattiopisto Sampo. Toimintaohje päihtyneen tai päihteiden käytöstä epäillyn opiskelijan kohtaamiseen. http://www.edusampo.fi/files/454/Paihdeohjelman_paivitys_2015.pdf



- Yhdistyslaki 26.5.1989/503.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1989/19890503>
- [Kunttu, K.](#), [Komulainen, A.](#), [Makkonen, K.](#) & [Pynnönen, P.](#) Opiskeluterveys. Duodecim. Helsinki. 2011.
- [Eriksson, E.](#) & [Arnkil, T.E.](#) Huoli puheeksi. Opas varhaisista dialogeista. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Tampere. 2012.
- Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta. 2009.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2011/20110338>
- Edustajiston perehdytys. 2013. Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta SAIKO.
- Toimintakertomukset. 2011, 2013, 2014. Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta SAIKO.



Kiitos!

