



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Choices - Sun oma valinta

Ehkäisevän päihdetyön kehittämistyö

Etholén Emilia
&
Rosenqvist Annette

2016 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

Choices - Sun oma valinta

Etholén Emilia &
Rosenqvist Annette
Hoitotyön koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Marraskuu, 2016

Etholén Emilia & Rosenqvist Annette

Choices - Sun oma valinta

Vuosi 2016 Sivumäärä 51

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää nuorten ennaltaehkäisevää päihdetyötä jo olemassa olevan hankkeen, Choices - Sun oma valinta, näkökulmasta. Tavoitteena oli selvittää ja kuvata millaisia suojaavia tekijöitä nuorilla on, arvioida missä määrin nuoret ovat tietoisia omista valinnoistaan sekä millaista sosiaalista painetta tapahtuman aikana oli havaittavissa.

Choices - Sun oma valinta on ehkäisevän päihdetyön tapahtuma peruskoulun 6.-luokkalaisille nuorille, joka järjestettiin neljännen kerran keväällä 2016. Choices-tapahtuman tavoitteena oli herättää keskustelua ja ajatuksia nuorten päihdekokeilujen taustalla olevista tekijöistä. Tapahtuman järjestelyjä koordinoi Porvoon kaupungin nuorisopalvelut.

Opinnäytetyön aineisto kerättiin havainnointi- sekä kyselylomakkeella. Lopullinen aineisto koostui 52 nuoren täyttämästä kyselylomakkeesta sekä 11 havainnointilomakkeesta. Kyselyyn vastasivat havainnoinnin kohteena olleista luokista myös ne oppilaat, jotka eivät osallistuneet Choices-tapahtumaan. Koottu aineisto analysoitiin SPSS-ohjelman avulla.

Nuorten suojaaviksi tekijöiksi nousivat keskusteluyhteys vanhempien kanssa ja vanhempien valvonta, myönteinen elämänsenone sekä itsensä arvostus. Myös ydinperhe, sosiaalinen itseenäisyys, ystävien tuki päihdeettömyyteen ja asennoituminen itseensä myönteisesti suojasivat nuoria varhaisilta päihdekokeiluilta. Lisäksi tupakoimattomuus sekä käsitys tupakan ja alkoholin vaikutuksista terveyteen vähensivät nuorten varhaisia alkoholikokeiluja.

Nuoret olivat hyvin tietoisia vastuustaan omasta terveydestään sekä elintapojen ja päihteiden käytön vaikutuksesta omaan terveyteen ja hyvinvointiin. Paine mukautua ikätoverien joukkoon oli kuitenkin selvästi havaittavissa tapahtuman aikana niin tytöillä kuin pojillakin.

Opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää tapahtumassa korostamalla esiin nousseita tekijöitä, kuten nuoren ja vanhempien välistä suhdetta. Vahvistamalla nuoren sosiaalista itsenäisyyttä parannetaan nuoren mahdollisuuksia tehdä terveyttä edistäviä valintoja kaveripaineesta huolimatta. Opinnäytetyön pohjalta nouseva kehitysehdote on määritellä tapahtuman yhteydessä pidettävän vanhempainillan merkitys nuorten päihdekokeilujen näkökulmasta sekä sen sisällön kehittäminen.

Asiasanat: Nuoret, Päihteet, Päihdekasvatus, Suojaavat tekijät, Sosiaalinen paine

Etholén Emilia & Rosenqvist Annette

Choices - Sun Oma Valinta

Year	2016	Pages	51
------	------	-------	----

The purpose of the thesis was to develop the substance abuse prevention among adolescents from the point of view of an already existing project called "Choices - Sun oma valinta". The objective was to clarify and to describe what kind of protective factors the young people have, to estimate to what extent the young people are aware of their own choices and what kind of social pressure it was possible to perceive during the event.

"Choices -Sun oma valinta" is an event of the substance abuse prevention for sixth graders in comprehensive school that was arranged in the spring of 2016 for the fourth time. The objective of the Choices event was to provoke discussion and thoughts on the factors in the background of adolescents' experiments with intoxicants. The arrangements of the event were coordinated by the youth services of the town of Porvoo.

The material of the thesis was collected with an observation form and a questionnaire. The final material consisted of the questionnaire filled by 52 young people and 11 observation forms. The inquiry was also answered by those pupils who did not participate in the Choices event from the classes which had been the subject of the observation. The collected material was analysed with the help of the SPSS-programme.

The dialogical connection with parents and the supervision of parents, the positive attitude towards life and the self-appreciation turned out to be the factors which protect the young people. Nuclear family, social independence, support of friends to be intoxicant-free, and reacting to themselves positively also protected young people from early intoxicant experiments. Furthermore, abstaining from smoking and an understanding of the effects of cigarettes and alcohol on health reduced the early alcohol experiments of the adolescents.

The young people were well aware of their responsibility for their own health and of the effects of lifestyles and of the use of intoxicants on their own health and welfare. However, during the event it was distinctly possible to perceive the pressure to conform with peers among the girls as well as the boys.

The results of the thesis can be utilised in the event by emphasising out factors which have risen such as the relationship between an adolescent and the parents. The possibilities of the adolescent to make choices which promote health in spite of the pressure from friends are improved by strengthening the social independence of the adolescent. Based on the thesis the development proposal is to define the significance of the parents' meeting, which is kept as a part of the event, from the point of view of adolescents' experiments with intoxicants, and the developing of its contents.

Keywords: Adolescents, intoxicants, Drug education, Protective factors, Social pressure

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Nuorten tupakka- ja päihdekokeilut	7
2.1	Nuoret ja tupakka	7
2.2	Nuoret ja alkoholi	8
2.3	Nuoret ja muut päihteet	9
3	Päihdekasvatus	9
3.1	Päihdekasvatuksen periaatteet	10
3.2	Keskeisimmät päihdekasvatusta ohjaavat lait	11
3.3	Päihdekasvatuksen laatuksiteerit	12
3.4	Päihdekasvatuksen menetelmät	13
4	Nuoren päihdeongelmalle altistavat ja siltä suojaavat tekijät	15
4.1	Suojaavat tekijät	15
4.2	Kuormittavat tekijät	16
4.3	Sosiaalinen paine	17
5	Choices- Sun oma valinta	18
5.1	Choices tapahtuman sisältö	18
5.2	Tapahtumaorganisaatio ja -ympäristö	20
6	Opinnäytetyön tarkoitus ja tutkimuskysymykset	20
7	Opinnäytetyön empiirinen toteutus	20
7.1	Havainnointilomake aineiston keruumenetelmänä	21
7.2	Kyselylomake aineiston keruumenetelmänä	22
7.3	Aineiston analyysi	23
8	Tulokset	24
8.1	Vastaajien taustatiedot	24
8.2	Nuorten suojaavat tekijät	25
8.3	Nuorten tietoisuus omista valinnoistaan	30
8.4	Tapahtumassa havaittu sosiaalinen paine	32
9	Opinnäytetyön pohdinta	33
9.1	Tulokset	33
9.2	Luotettavuus	34
9.3	Opinnäytetyön eettiset kysymykset	36
9.4	Kehittämisehdotukset	37
	Lähteet	39
	Liitteet	42

1 Johdanto

Päihteet kiinnostavat ja houkuttelevat nuoria alaikäisyytensä vuoksi, sillä päihteet kuvastavat aikuisten maailmaa ja siihen kuuluvaa valinnanvapautta. Nuori elää hetkessä, minkä vuoksi päihdekokeiluja tekee mieli tehdä. Kuitenkin kokeilusta syntyvät vaarat jäävät, sillä nuorella ei ole vielä aikuisten kaltaista valmiutta ajatella tulevaisuutta sekä syy-seuraussuhteita. Nuorille tulee kertoa päihteistä sekä niihin liittyvistä vaaroista ja riskeistä vaikutusvaltaisesti ja totuudenmukaisesti, minkä vuoksi ehkäisevällä päihdekasvatuksella on suuri merkitys tässä asiassa. (Nuorten mielenterveystalo.)

Päihdekasvatus määritellään päihteiden aiheuttamien haittojen ennaltaehkäisyksi. Ennaltaehkäisevää päihdetyötä toteutetaan vaikuttamalla päihteitä koskeviin tietoihin, asenteisiin ja oikeuksiin sekä päihteistä aiheutuvilta haitoilta suojaaviin ja altistaviin tekijöihin. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2016b.) Päihdeongelmille altistavia riskitekijöitä sekä niiltä suojaavia tekijöitä tiedetään monia. Avainasema riskitekijöiden ja suojaavien tekijöiden tunnistamisella on lähinnä ehkäisevässä toiminnassa, mutta myös päihdeongelmien hoidossa. Hoidossa voidaan keskittyä suojaavien tekijöiden vaikutuksen vahvistamiseen sekä vähentämään riskitekijöiden vaikutusta. (Niemelä 2015, 144-145.)

Alkoholi ja tupakka ovat nuorten kulutusluokassa eniten käytettyjä päihteitä, joista aiheutuu lähes kaikki nuorten päihteiden käyttöön yhdistyvät ongelmat, kuten esimerkiksi riippuvuus. Riippuvuus voi syntyä minkä tahansa aineen käytön, asian tai toiminnan seurauksena, jonka avulla pyritään etsimään pikaista tyydytystä ja mielihyvää. Tutkimuksien mukaan Suomalaisnuoret aloittavat humalajuomisen selvästi aiempaa myöhemmin (Raitasalo ym. 2016, 27). Kuitenkin usein ensimmäinen päihdekokeilu liittyy tupakkaan ja tupakkakokeilut aloitetaan keskimäärin 13-15 -vuotiaana (Nuorten mielenterveystalo).

Tämän opinnäytetyön taustalla oli kiinnostus nuorten ennaltaehkäisevää päihdetyötä kohtaan, joka kehittyi varsinaiseksi opinnäytetyön aiheeksi Choices - Sun oma valinta päihdekasvatus hankkeen myötä. Työhön on sisällytetty saadut tulokset nuorten suojaavista ja altistavista tekijöistä, nuorten tietoisuudesta koskien omia valintoja sekä sosiaalisen paineen ilmenevyydestä. Opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää jatkossa päihdekasvatustapahtuman kehittämiseen. Tukemalla enemmän nuoren sosiaalista itsenäisyyttä edistetään nuoren omia mahdollisuuksia tehdä hyvinvointia ja terveyttä edistäviä valintoja. Opinnäytetyön myötä syntyi myös jatkotutkimusehdotus vanhempainillan merkityksestä nuorten päihdekokeilujen näkökulmasta ja sen kokonaisuuden kehittäminen entistä toimivammaksi kokonaisuudeksi.

2 Nuorten tupakka- ja päihdekokeilut

Nuorten päihteiden käyttöä tutkitaan jatkuvasti useammassa eri tutkimuksessa. Eurooppalainen ESPAD-tutkimus on keskittynyt nuorten päihteiden käyttöön, käyttötapoihin ja päihdeasenteisiin, mutta Suomessa tehdään myös muita tutkimuksia, joissa kartoitetaan nuorten tupakan, alkoholin ja huumeiden käyttöä. (Raitasalo, Huhtanen, & Miekkala 2016, 12.)

Sosiaali- ja terveysministeriön rahoittamassa Nuorten terveystapatutkimuksessa on seurattu valtakunnallisin postikyselyin 12-18-vuotiaiden nuorten terveyttä ja terveystottumuksia vertailukelpoisin menetelmin joka toinen vuosi vuodesta 1977 lähtien (Kinnunen, Pere, Lindfors, Ollila & Rimpelä 2015, 3). Tutkimusta toteuttaa Tampereen yliopiston terveystieteiden yksikkö (Kinnunen ym. 2015, 59).

Jyväskylän yliopisto toteuttaa Maailman terveysjärjestön WHO:n kanssa yhteistyössä kansainvälistä Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) -tutkimusta, joka kutsutaan Suomessa nimellä WHO-Koululaistutkimus. HBSC-tutkimus tarkastelee neljän vuoden välein 11-, 13- ja 15-vuotiaiden koululaisten koettua terveyttä, hyvinvointia sekä terveystottumuksia, jossa yhtenä osa-alueena on päihteiden käyttö. (Jyväskylän yliopisto.) Ensimmäinen HBSC-tutkimus suoritettiin vuosina 1983 ja 1984 viidessä maassa, mutta nykyisin se kattaa tiedot 44 maasta Euroopassa ja Pohjois-Amerikassa (World Health Organization 2016, 2).

Nuorten päihteiden käyttöä tutkitaan myös Terveyden- ja hyvinvoinnin laitoksen kahden vuoden välein tehtävässä Kouluterveyskyselyssä, mutta tutkimuksessa ei tarkastella nuorten päihdekokeiluja vaan käyttöä. Nuorten elinoloja, kouluoloja, terveyttä, terveystottumuksia sekä oppilas- ja opiskelijahuoltoa selvittävään kyselyyn vastaavat peruskoulun 8. ja 9. luokkien oppilaat sekä lukion ja ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijat. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016a.)

Tässä opinnäytetyössä edellä mainituista tutkimuksista tarkastellaan erityisesti päihteiden kokeiluun sekä kuudesluokkalaisten ikäryhmään liittyviä tutkimustuloksia. Tarkasteltuja tuloksia verrataan myöhemmin myös opinnäytetyössä saatuihin tuloksiin.

2.1 Nuoret ja tupakka

Eurooppalaisen ESPAD-tutkimuksen mukaan suomalaisnuorten varhaiset tupakkakokeilut ovat vähentyneet niin pojilla kuin tytöilläkin. Vuonna 1995 50 % pojista ja 33 % tytöistä ilmoitti kokeilleensa ensimmäisen kerran tupakkaa 12-vuotiaana tai nuorempana. Vuonna 2015 vastaavat luvut olivat 22 ja 12 prosenttia. Vuonna 1995 14. ikävuoteen mennessä tupakkaa oli kokeillut 69 % nuorista ja vuonna 2015 39 %. (Raitasalo ym. 2016, 26, 78.)

Sosiaali- ja terveysministeriön rahoittaman Nuorten terveystapatutkimuksen mukaan prosentiosuudet ovat huomattavasti matalampia. Tutkimus osoittaa, että vuonna 2015 12-vuotiaista tytöistä tupakkaa oli kokeillut vain 3 % ja pojista 6 %. Suunta on kuitenkin ollut sama, sillä terveystapatutkimuksessa 12- ja 16-vuotiailla pojilla tupakointikokeilut ovat vähentyneet koko tutkimusjakson aikana vuodesta 1977 alkaen. Tyttöillä tupakointikokeilut lähtivät laskuun vasta vuosituhaten vaihteessa kaikissa ikäryhmissä ja lasku jatkui kahden viime vuodenaikana muissa ikäryhmissä paitsi 18-vuotiailla. Koko tutkimusjaksoa tarkasteltaessa sukupuolten väliset tupakkakokeilujen erot ovat kuitenkin vähäiset. Silti 12-vuotiaat pojat kokeilevat tupakkaa edelleen hieman enemmän kuin saman ikäiset tytöt. (Kinnunen ym. 2015, 21.)

HBSC-tutkimuksen tulokset ovat puolestaan enemmän ESPAD-tutkimuksen tulosten kaltaiset. WHO:n mukaan suomalaisista 15-vuotiaista nuorista on polttanut tupakkaa ensimmäisen kerran 13-vuotiaana tai nuorempana 20 % tytöistä ja 31 % pojista. Määrät ovat 7 ja 9 prosenttiyksikköä enemmän kuin kaikkien tutkimukseen osallistuneiden maiden keskiarvot. Suomi kuului myös niihin 18 maahan, joissa ero tyttöjen ja poikien välillä oli tilastollisesti merkitsevä. (World Health Organization 2016, 149.)

2.2 Nuoret ja alkoholi

Suomalaisnuoret aloittavat humalajuomisen selvästi aiempaa myöhemmin. Vuonna 2015 3 % 15-16-vuotiaista nuorista kertoi ikänsä olleen ensimmäisellä humalakerralla korkeintaan 12 vuotta. Vastaava luku vuonna 1995 oli 11 %. Ensimmäisen humalansa 14. ikävuoteen mennessä vuonna 1995 oli kokenut 60 % nuorista ja vuonna 2015 23 % nuorista. (Raitasalo ym. 2016, 27, 82.)

Nuorten terveystapatutkimuksen mukaan vuonna 2015 selvä enemmistö 12-vuotiaista tytöistä (99 %) ja pojista (97 %) ilmoitti, ettei juo alkoholijuomia pieniäkään määriä. Eroa tyttöjen ja poikien välillä raittiudessa ei ollut muissa ikäryhmissä kuin 16-vuotiaissa. Terveystapatutkimuksen kahden viimeisen tutkimusvuoden aikana raittiiden 14-vuotiaiden osuudet nousivat 10 prosenttiyksikköä ja vuonna 2015 raittiiden nuorten osuus 12-16-vuotiaista tytöistä ja pojista oli suurimmillaan koko 2000-luvun aikana. (Kinnunen ym. 2015, 41.)

HBSC-tutkimuksen mukaan selvästi suurempi osuus suomalaisnuorista kokee ensimmäisen humalansa jo 13 ikävuoteen mennessä. 15-vuotiaista pojista 14 % ja tytöistä 12 % ilmoitti olleensa ensimmäisen kerran humalassa 13-vuotiaana tai nuorempana. Suomalaisten nuorten prosentiosuudet ovat tyttöillä 5 ja pojilla 4 prosenttiyksikköä enemmän kuin kaikkien tutkimukseen osallistuneiden maiden keskiarvot. (World Health Organization 2016, 162.)

2.3 Nuoret ja muut pähteet

ESPAD-tutkimuksen mukaan alkoholin ja pillereiden yhteiskäytön tyypillisin aloitusikä niitä kokeilleilla on 14-15 vuotta, mutta 15-vuotiailla pojilla alkoholin ja pillereiden kokeilu on harvempaa kuin tytöillä. Myös rauhoittavien ja unilääkkeiden ensimmäiset kokeilut ilman lääkärin määräystä ovat yleisimpiä 14-15-vuotiailla. Tätä nuorempina kokeilut ovat harvinaisia. Liimojen, liuottimien ja muiden haisteltavien aineiden kokeiluja esiintyy sen sijaan jopa alle 12-vuotiailla. Näiden aineiden kokeilujen aloitusikä on pysynyt suunnilleen samana vuosien 1995 ja 2015 välillä. (Raitasalo ym. 2016, 27.)

Kannabista kokeillaan tyypillisesti ensi kerran 15-16-vuotiaana ja ekstaasia sekä amfetamiinia kokeillaan vasta vanhempana (Raitasalo ym. 2016, 27). 15-vuotiaista suomalaisista tytöistä 7 % ja pojista 13 % on HBSC-tutkimuksen mukaan käyttänyt kannabista vähintään kerran elämänsä aikana. Pojilla kannabiksen käyttö on yleisempää kuin tytöillä. Samainen tutkimus osoittaa myös, että 15-vuotiaista tytöistä 1 % ja pojista 3 % kertoo käyttäneensä kannabista ensimmäisen kerran 13-vuotiaana tai nuorempana. Kannabiksen osalta suomalaisnuorten prosenttiosuudet ovat puolestaan pienemmät kuin kaikkien tutkimukseen osallistuneiden maiden keskiarvot. (World Health Organization 2016, 172-173.)

Terveystapatutkimuksessa kysyttiin energianuuskan kokeilusta ensimmäisen kerran vuonna 2015. Kaikista 12-18-vuotiaista 48 % ei tiennyt, mitä energianuuska on, mutta tietoisuus kasvoi iän myötä ja tytöistä energianuuskaa oli kokeillut ainakin kerran 1,3 % ja pojista 9,2 %. Myös ilokaasun kokeilusta kysyttiin ensimmäisen kerran vuonna 2015 ja sen kokeilu sekä käyttö päihteenä oli harvinaista vuonna 2015 12-18-vuotiaiden keskuudessa. 99,1 % ei ollut kokeillut ilokaasua ja suurin osa käyttäneistä oli kokeillut sitä vain kerran tai pari. (Kinnunen ym. 2015, 47.)

3 Päihdekasvatus

Ehkäisevä päihdetyö määrittellään pähteiden aiheuttamien haittojen ennaltaehkäisyksi ja vähentämiseksi. Ehkäisevän päihdetyön tavoitteena on vähentää pähteiden kysyntää, niiden saatavuutta ja tarjontaa sekä päihdehaittoja. Työn tarkoituksena on myös edistää terveyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia. Ehkäisevä päihdetyö suuntaa työalueensa alkoholiin, huumausaineisiin, tupakkaan ja muihin päihtymiseen käytettyihin aineisiin. Myös rahapeliriippuvuudet ja muut toiminnalliset riippuvuudet kuuluvat työhön. Työtä toteutetaan vaikuttamalla päih-teitä koskeviin tietoihin, asenteisiin ja oikeuksiin sekä niiltä päih-teistä aiheutuvilta haitoilta suojaaviin tekijöihin ja riskitekijöihin. Lisäksi kiinnitetään huomiota pähteiden eri käyttöta-poihin, niiden saatavuuteen ja tarjontaa sekä haittoihin. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016b.)

Ehkäisevän päihdetyön eri menetelmiä on olemassa laaja kirjo, joita kutsutaan nimillä työväline, työkalu, toimintaprosessi tai intervention toteutustapa. Päihdetyön tavoitteenasettelun näkökulmasta oikeanlaisen menetelmän valitseminen on yksi tärkeimmistä tunnusmerkkeistä laadukkaana ehkäisevän päihdetyön toteutuessa. Menetelmän tulee olla oikea suhteessa niin työn tavoitteisiin kuin myös kohderyhmään sekä resursseihin. Käytettävän menetelmän valinnassa on huomioitava, mitkä päihdetyön menetelmät ovat suunnattu alaikäisille ja mitkä puolestaan täysi-ikäisille. Tämä luokittelu perustuu lainsäädäntöön, jonka päätarkoituksena on suojata kasvuvaiheessa olevia lapsia päihteiden aiheuttamilta haitoilta. (Preventiimi 2009.)

Porvoossa keväisin toteutettava ennaltaehkäisevän päihdetyön tapahtuma hyödyntää nuorten valistuksessa kehystarinaa ja pyrkii saamaan oppilaita osallistumaan keskusteluun. Oppilaiden kanssa käytävissä keskusteluissa ei keskitytä niinkään itse päihteisiin ja niiden haittoihin, vaan painotetaan erityisesti omien valintojen vaikutusta. Tässä opinnäytetyössä on aiheellista tarkastella päihdekasvatusta ohjaavaa lainsäädäntöä, sillä työssä arvioidaan myös tapahtuman sisällön suhdetta toimintaa ohjaaviin lakeihin.

3.1 Päihdekasvatuksen periaatteet

Päihdekasvatuksen lähtökohta pohjautuu kohderyhmän tunnistamiseen ja kohdentaminen kohderyhmän tarpeisiin. Päihdekasvatuksen sisältö tulee olla nuorten arvomaailmaan kohtavaa sekä heidän näkemyksiään ja kokemuksiaan kunnioittavaa. Olennaisinta on, että päihdekasvatuksen ymmärrettävyys on yksinkertaista ja helppoa. Nuorten näkemyksien huomioiminen ja kuuleminen edesauttavat niin päihdekasvatuksen sisällön ymmärtämistä kuin kommunikation sujumista. Kuulluksi tuleminen on yksi tärkeä osa kohtaamista. Olennaista on kuitenkin säilyttää tietynlainen herkkyys ja mukauttaa päihdekasvatustilanteita jokaisen kohderyhmän mukaiseksi. (Pylkkänen & Vuohelainen 2012, 51.)

Nuorten kohtaaminen ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta vaatii erityisesti ammatillista herkkyyttä. Päihdekasvatuksessa on huomioitava monia asioita, mutta ammattilaisesta näkökulmasta tärkeintä on huomioida eettinen kestävyys, joka kulkee vahvasti käsi kädessä laadun kanssa. Arvopohjaltaan heikko tai menetelmällisesti kyseenalainen työ ei välttämättä ole laadukasta. (Pylkkänen & Vuohelainen 2012, 50.)

Pohjonen (2015) puolestaan tutki Pro gradu - tutkielmassaan päihdetaustaisten nuorten aikuisten syitä tehdä kokemusasiantuntijuuteen pohjautuvaa päihdekasvatustyötä nuorten parissa. Pohjonen osoittaa tutkimuksessaan, että kokemusasiantuntijoiden ajatukset nuorten kohtaamiseen liittyvistä vaikutusmahdollisuuksista olivat maltillisia. Parhaimmillaan nuoren ja kokemusasiantuntijan välinen kohtaaminen kuitenkin lisää suvaitsevuuutta, vähentää ennakkoluuloja sekä lisää nuoren valmiuksia ja taitoja omassa elämässään.

Päihdekasvatuksen yleisin ja virheellisin luulo on odotus siitä, että muutos nuoren asenteissa tapahtuisi välittömästi yksittäisen päihdekasvatustilaisuuden jälkeen. Nuoren asenteet ja käyttäytyminen eivät muutu hetkessä, vaan siihen kuuluu useita eri vaiheita ja jokaiseen vaiheeseen voi kuulua lukuisia eri muuttujia. Päihdekasvatuksessa on haasteellista osoittaa ne tekijät, jotka ovat vaikuttaneet nuoren päihdeasenteiden muodostumiseen, sillä jokainen nuori on omanlaisensa yksilö ja päihdekasvatustilanteet vaikuttavat eri nuoriin eri tavoin. Lisäksi on olemassa muita vaikuttavia tekijöitä, kuten ystäväpiiri, perhe tai elämäntilanteen muutokset, jotka vaikuttavat vahvasti nuoren ajatus- ja toimintamalleihin. Tämän vuoksi ei voida olettaa, että kertaluontoisen päihdekasvatuskerran jälkeen voidaan osoittaa muutoksia nuorten päihdeasenteissa. (Pylkkänen & Vuohelainen 2012, 53.)

3.2 Keskeisimmät päihdekasvatusta ohjaavat lait

Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä säätelee alkoholin, tupakan, huumausaineiden ja muiden päihtymiseen käytettävien aineiden sekä rahapelaamisen aiheuttamien haittojen ehkäisystä yhteistyössä eri yhteisöjen kanssa. Lisäksi laissa ohjataan kiinnittämään huomiota myös muille kuin päihteiden käyttäjille aiheutuviin haittoihin. Sosiaali- ja terveysministeriö johtaa ja Terveyden ja hyvinvoinnin laitos kehittää ja ohjaa ehkäisevää päihdetyötä Suomessa yhteistyössä eri viranomaisten kanssa. Aluehallintovirastot puolestaan ohjaavat toimialueensa ehkäisevää päihdetyötä, suunnittelevat ja kehittävät sitä yhdessä muiden viranomaisten ja yhteisöjen kanssa sekä tukevat oman toimialueensa kuntia ehkäisevän päihdetyön toteuttamisessa ja kehittämisessä. (L 523/2015.)

Nuorisolain tarkoituksena on antaa tukea nuorten kasvulle ja itsenäistymiselle, edistää nuorten aktiivista kansalaisuutta ja sosiaalista vahvistamista sekä parantaa heidän kasvu- ja elinoloja. Tavoitteen toteutumisen lähtökohtina ovat yhteisöllisyys, yhteisvastuu, yhdenvertaisuus ja tasa-arvo, monikulttuurisuus ja kansainvälisyys, terveelliset elämäntavat sekä ympäristön ja elämän kunnioittaminen. Nuorisolaki korostaa ehkäisevän työn merkitystä nuorten parissa ja samalla se tarjoaa ehkäisevälle päihdetyölle kasvatuksellisen perustan. (L 72/2006.)

Alkoholilain tarkoituksena on alkoholin kulutusta ohjamaalla ehkäistä alkoholipitoisista aineista aiheutuvia yhteiskunnallisia, sosiaalisia ja terveydellisiä haittoja. Alkoholilaki edistää nuorten juomattomuutta, sillä vähittäismyyntikielto estää alkoholin myymisen alle 18-vuotta täytäneelle henkilölle. Lisäksi alkoholilaki kieltää alkoholin anniskelun ja alkoholin välittämisen alle kahdeksantoista vuotiaalle. (L 1143/1994.)

Tupakkalaissa säädetään eri toimenpiteitä, joilla ehkäistään muun muassa tupakkatuotteiden käytön aloittamista, edistetään käytön lopettamista ja suojellaan väestöä tupakansavulle altistumiselta. Laki asettaa tavoitteeksi lopettaa myrkyllisiä aineita sisältävien ja riippuvuutta aiheuttavien tupakkatuotteiden käyttö. Tupakkalaki kieltää tupakkatuotteiden ja tupakointi-

välineiden myynnin ja luovutuksen alle kahdeksantoista vuotta täyttäneelle henkilölle. Lisäksi alle 18-vuotiaalta on kielletty tupakkatuotteiden maahantuonti ja hallussapito. (L 693/ 1976.)

Päihdehuoltolaki asettaa tavoitteeksi ehkäistä ja vähentää päihteistä syntyvää ongelmakäyttöä sekä siihen liittyviä sosiaalisia ja terveydellisiä haittoja sekä edistää päihteiden ongelmaikäyttäjän ja tämän läheisten toimintakykyä ja turvallisuutta. Laki kehottaa kiinnittämään huomiota päihdehuollon alalla toimivien viranomaisten ja yhteisöjen yhteistyöhön, mutta erityisesti päihdehuollon ja muun sosiaali- ja terveydenhuollon, raittiustoimen, asuntoviranomaisten, työvoimaviranomaisten, koulutoimen, nuorisotoimen sekä poliisin keskinäiseen yhteistyöhön. (L 41/1986.)

Lastensuojelulaki turvaa lapsen oikeuden turvalliseen kasvuympäristöön, tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen sekä erityiseen suojeluun. Lapsen vanhemmilla ja muilla huoltajilla on ensisijaisesti vastuu lapsen hyvinvoinnista. Lasten ja perheiden kanssa toimivien viranomaisilla on velvollisuus auttaa ja tukea vanhempia ja huoltajia kasvatustehtävässään ja pyrittävä tarjoamaan perheelle oikeanlaista ja tarpeellista apua riittävän ajoissa sekä ohjattava lapsi ja perhe tarvittaessa lastensuojelun piiriin. Lastensuojelulaki velvoittaa lastensuojelua tukemaan vanhempia, huoltajia ja muita lapsen hoidosta tai kasvatuksesta vastaavia henkilöitä lapsen kasvatuksessa ja huolenpidossa järjestämällä tarvittavia palveluja ja tukitoimia. (L 417/ 2007.)

Ehkäisevällä lastensuojelulla puolestaan edistetään ja turvataan lasten kasvu, kehitys ja hyvinvointi sekä tuetaan vanhemmuutta. Ehkäisevässä lastensuojelussa tavallisen tuen lisäksi on erityinen tuki, jota annetaan esimerkiksi opetuksessa, nuorisotyön piirissä, päivähoitossa, äitiys- ja lastenneuvolassa sekä muualla sosiaali- ja terveydenhuollossa. Lastensuojelulaki pitää sisällään moniammatillisen yhteistyöryhmän, joka on joukko lasten- ja nuorten parissa työskenteleviä alan ammattilaisia, kuten sosiaali- ja terveysalan ja sivistystoimialan toimijoita. (L 417/ 2007.)

Lisäksi lastensuojelulain 25:ssä pykälässä määritellään ilmoitusvelvollisuus, joka velvoittaa viipymättä ilmoittamaan kunnan sosiaalihuollosta vastaavalle toimielimelle lapsesta, jonka hoidon ja huolenpidon tarve, kehitystä vaarantavat olosuhteet tai oma käyttäytyminen edellyttää lastensuojelun tarpeen arvioimista. (L 417/ 2007.)

3.3 Päihdekasvatuksen laatukriteerit

Ehkäisevän päihdetyön laatukriteerit koostuvat 12 kriteeristä, joista jokainen on jaettu osatekijöihin. Työssä on tärkeää löytää tasapaino näiden eri osien välillä niin, että kaikki otetaan huomioon, jonka pohjalta syntyy laadukasta ehkäisevää päihdetyötä. Näiden kriteerien paino-

arvo vaihtelee työn joka vaiheessa sekä eri töissä ja niitä sovelletaan eri tilanteiden mukaisesti. (Stakes 2006, 14.)

Työn mukana kulkee käsi kädessä niin tietoperusta, arvot ja etiikka kuin tavoitteellisen yhteistyön kriteeritkin. Käytännön toteutuksen kannalta tavoitteen, resurssien ja toteutusprosessien on oltava tasapainossa. Onnistunut työ kuitenkin etenee mutkattomasti vaiheesta toiseen ikään kuin prosessi luontoisesti. Ensin on tiedostettava työn tarve ja toiseksi täsmennettävä se. Kolmanneksi edetään suunnitteluvaiheeseen ja neljänneksi toteutukseen. Viidentenä päästään jo työn lopputuloksiin ja kuudentena kohtana tulokset vakiinnutetaan ja levitetään, mikäli se koetaan tarpeelliseksi. Tärkeää on kuitenkin muistaa, että työtä on seurattava ja arvioitava jatkuvasti jokaisessa kuudessa vaiheessa. Tällöin voidaan tarpeen mukaan kohdentaa tai suunnata uudelleen kesken hankkeen toteutuksenkin, mikäli tilanne osoittaa niin. (Stakes 2006, 14.)

Ehkäisevän päihdetyön tulokset eivät usein ole numeroin mitattavissa ja selkeästi osoitettavissa, etenkin työn ollessa kesken tai heti työn valmistumisen jälkeenkään. Tämän vuoksi hyvä työn tulos muodostuu siten, että työ täyttää asetetut laatuksiteerit eli käytännössä se on tehty laadukkaasti. Tällöin tiedetään, että työ on ollut perusteltua ja siinä on alkujaan ollut pää-tavoitteena pyrkiä parhaaseen mahdolliseen lopputulokseen. (Stakes 2006, 14.)

3.4 Päihdekasvatuksen menetelmät

Ehkäisevän päihdetyön kohteena voivat olla joko nuorten ryhmä tai yksittäinen nuori. Kohde määrittää erilaisten menetelmien käyttöä ja tavoitteenasettelua. Ryhmäkoon suuruus vaikuttaa myös menetelmän valintaan. Lisäksi yksittäisten nuorten parissa työskennellessä on huomioitava nuorten yksilöllinen kehittyminen sekä ajattelu- ja kokemusmaailma. Tämän vuoksi suojaavien tekijöiden ja riskitekijöiden suhde on tärkeä merkitys menetelmien valinnassa. Olennaista on kuitenkin lähestyä asiaa oikean ehkäisyn tason näkökulmasta ja perustella menetelmien valinnat valitun kohderyhmän näkökulmasta. Lisäksi menetelmien valintaan vaikuttavat kohderyhmän ikä, käytössä olevat resurssit ja tekijöiden henkilökohtainen ammattitaito. Tässä kuitenkin olennaista on, että eri menetelmien valinnat toteutuvat tietoisesti ja niitä käyttävät henkilöt tuntevat niiden käyttötarkoitukset, perustelut ja rajoitteet. (Preventiimi 2009.)

Yleisen ehkäisyn keskeisenä tavoitteena on antaa nuorille ajankohtaista tietoa eri päihteistä ja niiden käytön aiheuttamista riskeistä. Saamalla pätevää ja väärentämätöntä tietoa, pystyvät nuoret harkitsemaan omia valintojaan tämän avulla. Terveystieteiden riskien käsittelyn lisäksi kuuluu myös pohdinta päihteiden aiheuttamista vaikeuksista kaverisuhteissa, koulunkäynnissä ja perhe-elämässä. Riskinä tässä menetelmässä on se, että yleinen päihdetietous ei herätä tarpeeksi mielenkiintoa riskiryhmiin kuuluvissa nuorissa. (Preventiimi 2009.)

Terveyden- ja hyvinvointilaitos on koonnut yhteen eri päihdekasvatusohjelmissa vaikuttaviksi todettuja yhteisiä piirteitä. Näitä ovat muun muassa vuorovaikutukselliset menetelmät, jotka antavat nuorelle tilaisuuden keskustella ja nostaa esille omia näkemyksiään ja mielipiteitään. Tämä mahdollistaa myös kriittisten käsitysten vapaan ilmaisun. Kohderyhmän ottaminen mukaan ohjelman suunnitteluun ja toteutukseen lisää viestinnän vaikuttavuutta, samoten ohjelman kohdistuminen sekä laillisiin että laittomiin päihteisiin lisää uskottavuutta ja herättää mielenkiintoa kohderyhmässä. Lisäksi viestiminen monenlaisille yleisöille eri tavoin mahdollistaa pienempien osayleisöjen tavoittamisen. On myös katsottu, että sosiaalisen vaikuttamisen malliin perustuvien ohjelmien olevan muita menetelmiä tehokkaampi. Niistä elämäntaitomalli eli life skills on hyödyllisempi kuin kieltäytymistaitojen opettelu. Ajatus, että nuoret alkavat käyttämään päihteitä, koska ei pysty kieltäytymään kaveripiirin aiheuttaman sosiaalisen paineen vuoksi, ei saa juuri lainkaan tukea jo olemassa olevasta tutkimustiedosta. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2016c.)

Sosiaalisen vahvistamisen lähtökohdasta tarkasteltuna on huomioitava, että päihdekasvatuksen kohderyhmä tarvitsee luottamuksellisia aikuissuhteita ja antaa tilaisuuksia pohtia ilmiöitä, jotka ovat heidän elämässään ajankohtaisia. Sosiaalista vahvistamista tapahtuu kaikissa kasvuympäristöissä niin yksilö- kuin ryhmätasolla. Ympäristöinä voivat toimia esimerkiksi kerhot, nuorisotilat, avoimet kahvilat, järjestötoiminta sekä nuorten omat ryhmät. Riskiehkäisyllä puolestaan tarkoitetaan toimia, jossa kohdennetaan tiettyyn yksilöön tai ryhmään. Riskiehkäisyntasolla sosiaalisen vahvistamisen ja yleisen ehkäisyntimenetelmät eivät välttämättä riitä. Silloin on otettava huomioon nuorelle kertyneet omakohtaiset kokemukset liittyen päihteisiin. Päihdemyönteisestä elämäntavasta on keskusteltava kriittisesti ja sen tuomia todellisia ilmiöitä ja vaaroja on tuotava konkreettisesti esille. Työskentelymenetelminä voidaan käyttää erilaisia pienryhmätoimintoja ja yksilöllisiä tukitoimia. Näitä käytetään esimerkiksi sosiaalityön, kohdennetun ja etsivän nuorisotyön, erityisnuorisotyön, työpajojen sekä järjestöjen toiminnassa. (Preventiimi 2009.)

Ehkäisevässä päihdetyössä käytettävät menetelmät perustuvat aina tietoon, jossa on perusteltu esimerkiksi ne pedagogiset lähtökohdat, joihin kyseisissä menetelmissä viitataan. On huomioitava, että mikään päihdetyön menetelmä ei ole automaatti, jota käyttämällä saa toivomia tuloksia. Eri-laisia menetelmiä käyttävien ammattilaisten tulee tunnistaa ja tietää soveltamiensa menetelmien perusteet sekä osata käyttää ja soveltaa niitä oikeaoppisesti ja oikeissa tilanteissa. (Preventiimi 2009.)

Talonen (2013) tarkasteli Pro gradu - tutkielmassaan nuorten asenteita päihteisiin ja päihdekasvatukseen EHYT ry:n kehittämän päihdekasvatusmenetelmän avulla. Tutkimuksen perusteella Talonen toteaa, että kyseisen päihdekasvatusmenetelmän avulla pyritään vaikuttamaan alaikäisten mielikuviin yleisistä käyttäytymisäännöistä ja päihteiden käytön vaikutuksista se-

kä heidän ikätovereidensa asenteista. Talonen toteaa tutkimuksensa pohdinnassa, että nuorten itsetunnon tukeminen ja heidän sosiaalisten taitojensa kehittäminen johtavat pysyvään ja vahvempaan muutokseen nuoren omissa asenteissa päihteitä ja päihdekasvatusta kohtaan kuin pelkkä aine- ja häiritsevä esitys perinteisellä tavalla.

Talosen mukaan päihdekasvatus on kätevää sijoittaa kouluympäristöön ja yhdistää koulussa tehtävään kasvatukseen ja sivistystyöhön, mutta päihdetyön ammattilaisten on tiedostettava paikan ja ihmisten vaikutus toisiinsa. Talonen lisää, että tutkimuksesta voidaan havaita myös se, että kirkkaimpana oppilaiden mieliin olivat jääneet luokkatovereiden vastaukset päihteitä koskeviin kysymyksiin sekä kertomukset siitä, mitä päihteiden käytöstä voi seurata. (Talonen 2013.)

4 Nuoren päihdeongelmalle altistavat ja siltä suojaavat tekijät

Päihteiden käytön kehitys päihteettömydestä haitalliseen käyttöön ja riippuvuuteen on usein yksilöllistä ja vaikka alkoholikokeilut ja kuukausittainen käyttö ovatkin nuorilla yleisiä, suurin osa käyttää alkoholia myöhemmin kohtuullisesti. Päihdeongelmille altistavia riskitekijöitä sekä niiltä suojaavia tekijöitä tiedetään kuitenkin useita. Riskitekijöiden ja suojaavien tekijöiden tunnistaminen on avainasemassa ehkäisevässä toiminnassa, mutta myös päihdeongelmien hoidossa, jossa voidaan pyrkiä keskittymään suojaavien tekijöiden vaikutuksen vahvistamiseen sekä vähentämään riskitekijöiden vaikutusta. (Niemelä 2015, 144-145.)

4.1 Suojaavat tekijät

Suojaavat tekijät ovat psykososiaalisia tekijöitä, jotka joko suoraan tai välillisesti vähentävät päihteiden käyttöä. Solja Niemelä (2015) kuvaa nuorta alkoholiongelmilta suojaaviksi tekijöiksi huolehtivan vanhemmuuden, terveyttä arvostavan ja päihteisiin kielteisesti suhtautuvan ilmapiirin, älykkyyden ja koulumenestyksen sekä aktiivisuuden koulussa ja harrastuksissa. Myös varhaisiin päihdekokeiluihin puuttuminen, niiden estäminen tai lykkääminen on yksi tärkeimmistä ehkäisevistä toimenpiteistä.

Lintonen, Konu ja Rimpelä (2001) selvittivät runsaasti alkoholia käyttävien 14-vuotiaiden nuorten päihteiden käyttöön liittyviä ominaisuuksia. Tutkimuksessaan Lintonen tutkijakollegoineen osoitti, että ydinperheessä elävät nuoret sekä nuoret, joiden vanhemmat ovat tietoisia lastensa tekemisistä iltaisin ja ovat kykeneviä keskustelemaan asioista helposti perheen sisällä, juovat alkoholia todennäköisesti vähemmän.

Tiilikainen (2009) toi tutkimuksessaan esiin nuorten terveyttä ja päihteettömyyttä edistäviksi tekijöiksi oman terveyden arvostuksen, taidon hoitaa terveyttään sekä hyvät sosiaaliset suh-

teet ystäviin. Myös hänen tutkimuksessaan korostui vanhempien huolenpito, tuki sekä kannustus ja valvonta nuoren itsetuntoa ja päihteettömyyttä tukevin tekijöinä.

Myös Mämmilä-Satta (2015) tutki Pro gradussaan nuorten päihteiden käyttöä ja siihen yhteydessä olevia sosiaalisen pääoman tekijöitä. Hänen mukaansa käytön kannalta merkittävien tekijä on tietävätkö vanhemmat, missä nuori viettää viikonloppuitansa. Samoin ne nuoret, jotka saavat tukea vanhemmiltaan, asuvat ydinperheessä ja joiden vanhemmat tuntevat heidän ystävänsä käyttävät muita päihteitä harvemmin kuin ne nuoret, joilla ei ole tällaista sosiaalista pääomaa.

Päihteettömyyden kannalta merkittävää on myös nuoren itsetunnon taso sekä vapaa-ajan viettotavat. Ne nuoret, jotka viettävät vapaa-aikaansa usein joko yksin tai vanhempien kanssa tupakoivat vähemmän. Lisäksi ne nuoret, jotka kokevat tärkeäksi osata puhua aikuisten kanssa huolistaan käyttävät vähemmän alkoholia. (Tiilikainen 2009, 51-56.)

Myös yleiset osallistumismahdollisuudet sekä myönteiset kokemukset yhteisiin asioihin osallistumisesta edistävät nuoren päihteettömyyttä. Kaiken kaikkiaan toimiva sosiaalinen verkosto ja kehittyneet sosiaaliset taidot suojaavat nuorta päihteiden käytöltä. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2014.)

4.2 Kuormittavat tekijät

Riskitekijät voidaan jakaa joko yksilöön tai ympäristöön liittyviksi ominaisuuksiksi, olosuhteiksi tai tapahtumiksi, joiden on havaittu lisäävän jonkin määrätyn häiriön todennäköisyyttä tietyssä ryhmässä. Riskitekijöitä voidaan myös tarkastella yhteiskunnan, yhteisön sekä yksilön tasolla ja lähisuhteissa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014.)

Niemelä (2015) nimeää nuoren päihdehäiriön riskiä lisääviksi tekijöiksi alkoholin helpon saatavuuden ja halvan hinnan, varhaiset päihdekokeilut sekä lapsuus- ja nuorisoiän psyykkiset ongelmat. Lisäksi Niemelä korostaa perhe- ja kaverisuhteiden vaikutusta. Vanhempien valvonnan puute ja epäjohtonmukainen kurinpito lisäävät päihteiden käytön riskiä. Myös perheen päihdemyönteinen ilmapiiri sekä ystävien päihteiden käyttö altistavat nuorta alkoholiongelmille.

Lintonen tutkijakollegoineen (2001) tunnisti päihdeongelmille alttiin 14-vuotiaan muotokuvassa viisi ominaisuutta, jotka lisäävät runsaan alkoholin käytön riskiä. Tällainen nuori on todennäköisesti tupakoitsija ja elää ilman vanhempien valvontaa, mutta saa kohtuullista viikkorahaa. Lisäksi hän voi olla ikäistään hieman kypsempi ja on aloittanut seurustelun. Lintonen, Konu ja Rimpelä osoittavat Health Education-lehdessä julkaistussa tutkimuksessaan (2001), että 14-vuotiaat nuoret, jotka tupakoivat, juovat todennäköisemmin myös alkoholia, kuin

nuoret, jotka eivät tupakoi. Lisäksi korkeampi käyttöraha ja seurustelu lisäävät alkoholin käytön riskiä.

Pirskanen (2007) kuvasi väitöskirjassaan 14-18vuotiaidennuorten päihteiden käyttöä ja päihteiden käyttöön yhteydessä olevia taustatekijöitä. Hänen mukaansa vanhempien puutteellisella huolenpidolla, äidin alhaisella koulutustasolla, vähäisellä päihdetietoudella sekä vähäisellä ystävien tuella oli yhteyttä nuorten vaaralliseen päihteiden suurkulutukseen. Myös muualla kuin kotona tai yhden huoltajan perheessä asuminen sekä äidin tupakointi olivat yhteydessä nuorten päihteiden vaaralliseen suurkulutukseen. Lisäksi nuoren ja vanhempien välinen puutteellinen keskusteluyhteys sekä harrastusten puute ja heikko terveys itsearvioituna lisäsivät päihteiden käyttöä.

Mämmilä-Satta (2015) toteaa tutkielmassaan, että vertaistuen kautta saatu sosiaalinen pääoma ei vähennä nuorten alkoholin käyttöä, vaan päinvastoin lisää käytön riskiä. Muita alkoholin käytön riskitekijöitä ovat nuoren käytettävissä oleva raha, isäntäkoulutuksen puute sekä seurustelu. Myös vaikeudet koulussa sekä kouluun sitoutumisen heikkous voivat lisätä riskiä päihteiden käytön aloittamiseen sekä riskikäyttöön. Lisäksi kavereiden ihannoiva asennoituminen päihteisiin sekä kaveripiirin epäsosiaalinen käytös ja runsas päihteiden käyttö voivat edistää nuoren päihteiden käytön aloittamista. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014.)

4.3 Sosiaalinen paine

Ryhmän paine voidaan liittää nuorten tekoihin, joihin nuori ei muuten ryhtyisi. Ryhmänpaine voi olla sekä positiivista että negatiivista riippuen asiayhteydestä. Tilanteissa ryhmä voi kannustaa nuorta kiitettäviin suorituksiin, joihin hän ei olisi uskonut pystyvänsä. Toisaalta ryhmä voi äärimmillään painostaa nuorta vahingoittaviin tekoihin. Hyväksytyksi tulemiseen liittyy usein vahva sosiaalinen ulottuvuus, jossa ympäristön vaatimukset on otettava huomioon. Tämä mahdollistaa myös vallankäytön esimerkiksi ystävyys-suhteissa. Ryhmä itsessään voi luoda yhteenkuuluvuutta, mutta sillä on myös merkittävästi valtaa nujertaa. Nuori voi ryhmänpaineen vaikutuksesta toimia omien periaatteidensa vastaisesti saadakseen hyväksyntää ryhmältä tai päästääkseen osaksi johonkin tiettyyn ryhmään. Eristäminen ryhmästä on yksi yleisimmistä sosiaalisen vallankäytön väline, minkä vuoksi nuori kaipaa hyväksyntää sekä kokemusta siitä, että on tervetullut. Se, ettei ryhmään hyväksytä, on yksilöstä riippuen merkittävä isku nuoren itsetunnolle. (Aaltonen 2012.)

Valtakunnallisen sosiaali- ja terveysalan eettisen neuvottelukunnan ETENEn raportissa tutkimusprofessori Tommi Hoikkala korostaa, ettei koe ryhmäpaineen ja siihen liittyvän mikrota-son normatiivisen säätelyn kadonneen yksilöllisen sukupolven pienryhmäelämän käytänteistä ja tavoista. Esimerkiksi ryhmänpaine voi tuottaa toisissa ryhmissä humalakokeilua, kun se tuottaa jossain muussa ryhmässä humalakielteisyyttä. Yksilölle ryhmänpaine voi tuottaa ky-

symyksen siitä, millaisena kelpaa ystäville. Ajatukset ja kysymykset vaatestyylisestä, puheta-
vasta, millä varusteilla, kokemuksilla ja mediaprofiilein on riittävän hyvä ja samanlainen ys-
täviin verrattuna. Usein monen nuoren eksistentiaalinen kysymys kuuluu edelleen: millaisin
performanssein kuulun piireihin sekä porukoihin ja tulen sekä nähdäkseni että hyväksytyksi?
(Hoikkala 2010.)

Hoikkala jatkaa kirjoituksessaan nuorten ryhmittymistä ja niiden vuorovaikutuksista. Hänen
mukaansa ne näyttävät olevan laadullisesti erilaisempia nettiaikakaudella kuin sitä ennen.
Esimerkiksi netin anonyymisyys voi tuottaa ennen näkemättömiä tunnekuiltoja sekä vihan
ja muiden negatiivisten tunteiden ilmaisemisen keinoja. Toisaalta se tuottaa myös laajan kir-
jon erilaisia vertaistuen muotoja sekä myönteistä nettisosiaalisuutta. Maisema nähdään para-
doksaalisena, minkä vuoksi nuoren on entistä vahvemmin oltava pärjäävä, menestyvä ja ryh-
mänsä hyväksymä. (Hoikkala 2010.)

5 Choices- Sun oma valinta

Choices - Sun oma valinta on ehkäisevän päihdekasvatuksen tapahtuma peruskoulun 6. -
luokkalaisille nuorille, joka on toteutettu aikaisemmin nuorisotila Zentrassa vuosina 2013,
2014 ja 2015. Tapahtuma järjestettiin neljännen kerran keväällä 2016. Päihdekasvatustapahtu-
man juuret johtavat Suomea kiertäneeseen Päihdeputki- ja Klaari Helsingin kuudesluokka-
laisille kehittämään Valintojen Putki- tapahtumaan. Valintojen Putki - tapahtumaa on toteu-
tettu jo yli kymmenen vuotta, josta on tehty Porvooseen oma kaksikielinen versio. Choices -
tapahtuman järjestelyitä koordinoi pääsääntöisesti Porvoon kaupungin nuorisopalvelut. (Hilska
2013.)

Choices tapahtuman tavoitteena on herättää keskustelua ja ajatuksia nuorten päihdekokeilu-
jen taustalla olevista tekijöistä. Näitä ovat esimerkiksi valinnat, ystävyys ja vanhempien huo-
lenpito. Tapahtuman kehystarina pohjautuu yläkouluikäisten nuorten ystävyteen ja sitä
haastaviin asioihin, kuten mahdollisuuteen kokeilla päihteitä. Oppilaiden kanssa käytävissä
keskusteluissa painottuvat enemmän omien valintojen vaikutus kuin itse päihteet ja niiden
aiheuttamat haitat. Tarinan ja keskustelun myötä kannustetaan nuoria tekemään hyvinvointia
ja päihteettömyyttä edistäviä itsenäisiä päätöksiä. (Hilska 2013.)

5.1 Choices tapahtuman sisältö

Choices tapahtumassa oppilaille tarjotaan tilaisuus pohtia omia tietojaan ja asenteitaan päih-
teiden, kuten tupakan ja alkoholin käyttöä tarinan roolihenkilöiden kautta. Tapahtuma aloite-
taan katsomalla aloitusvideo. Videossa käydään läpi tarinan alku, jossa esitellään lähtötilanne
ja päähenkilöt. Tämän jälkeen nuoret jaetaan tapahtuman ajaksi pienryhmiin ja kehystarinaa

jatketaan oppaiden johdolla tarinassa esiintyvien nuorten valinnoista ja niiden vaikutuksista keskustellen erillisissä huoneissa.

Tarinan edetessä oppilaille esitetään apukysymyksiä, jotka ovat määritelty oppilaille värisymbolien mukaan tarinan eri kohtiin. Musta symboloi mielipide kysymystä, jossa tarkoituksena on ylläpitää vapaata keskustelua ja violetti puolestaan ”porina-menetelmää”, jossa oppilaat voivat keskustella vierustoverin kanssa hetken aikaa. Punainen symboloi kyllä/ei - kysymyksiä, joissa käytetään mielipidelappuja. Mielipidelaput ovat kaksipuoleisia, jossa toisella puolella vihreä peukaloa ylöspäin osoittava kuva ja käänteisellä puolella punainen peukaloa alaspäin näyttävä kuva. Tarkoituksena on pitää mahdollisimman helppona oman mielipiteen ilmaiseminen. Vihreä väri kuvastaa ”fiiliskysymystä”, jossa käytetään tunnekortteja. Tunnekortit sisältävät erilaisia kuvia, joista oppilaat voivat valita tilanteen mukaan itselle sopivan kuvan ja perustella valintansa muille ryhmäläisille. Lisäksi yhtenä apuvälineenä käytetään nelinurkka-menetelmää, joka kuvastaa monivalintakysymystä. Apukysymykset on tehty helpottamaan keskustelun avauksia ja tarinan sisällön analyysiä, jonka avulla oppilaat pystyvät paremmin ymmärtämään valintojen vaikutukset ja niistä syntyvät mahdolliset seuraamukset.

Tarinassa nousee esille nuorten suhteet vanhempiinsa, ystäväpiiriin ja heidän vastuunsa huolehtia omasta terveydestään. Luokanopettaja ei kierrä oppilaiden mukana, sillä tarkoituksena on, että hän saa kuulla osan kaikkien pienryhmien keskusteluista. Tarinan päätyttyä ryhmät kokoontuvat noin puoli tuntia kestävään keskusteluun, jossa käydään läpi tarinan myötä esille nousseita ajatuksia ja mielipiteitä. Tähän keskusteluun saa osallistua myös luokanopettaja. Keskustelua johdattavat tapahtuman järjestäjät, joita ovat muun muassa nuorisotyöntekijät, koulujen terveydenhoitajat ja sosiaalityöntekijät. Toteutuneen tapahtuman jälkeen oppilailta, opettajilta, vanhemmilta sekä toimijoilta kerätään palautetta toiminnan kehittämiseksi. (Hiiska 2013.)

Choices-tapahtumaan sisältyvät myös vanhempainillat. Vanhempainillassa vanhemmilla on mahdollisuus keskustella nuorten päihteiden käyttöön liittyvissä kysymyksissä ja annetaan vinkkejä päihdekasvatukseen kotiolosuhteissa. Vanhempain esitettyihin kysymyksiin on vastaamassa kasvatus- ja terveydenhoitoalan ammattilaisten ja viranomaisten muodostama asiantuntijapaneeli. Asiantuntija-paneeliin kuuluu nuorisotyöntekijä, kouluterveydenhoitaja, koulukuraattori, sosiaalityöntekijä, poliisi, vanhempainyhdistyksen edustaja sekä päihdekliniikan ennaltaehkäisevän päihdetyön työntekijä. Choices-tapahtumaan ja vanhempainiltoihin saa osallistua kaikki kuudesluokkalaiset ja heidän vanhempansa, opettajat ja yhteistyötahot. (Sorvali 2015.)

5.2 Tapahtumaorganisaatio ja -ympäristö

Choices -tapahtuma toteutettiin moniammatillisen työryhmän yhteistyönä. Työryhmään kuuluivat Porvoon kaupungin ja seurakuntien nuorisotyöntekijät, kuraattorit, terveydenhoitajat sekä Porvoon päihdekliniikka. Choices-tapahtumalla tuetaan koulujen ja perheiden päihdekasvatustyötä. Tapahtuman kehittämistä ja toteuttamista tukevat taloudellisesti Luciafonden ja LC Porvoo mlk-Borgå lk. (Hilksa 2013.)

Choices-tapahtuma toteutui nuorisotila Zentrassa, joka on nuorten ajanviettopaikka. Zentrassa löytyy aktiviteetteja, kuten esimerkiksi kokkikerhoja ja ala-ikäisille suunnattuja Discoja. Nuorisotilassa on mahdollisuus viettää aikaa yhdessä kavereiden kanssa, tehdä läksyjä, askarrella tai jutella nuorisotilan nuorisotyöntekijöiden kanssa. Nuoret voivat osallistua nuorisotilan toiminnan suunnitteluun ja olla osana järjestämässä erilaisia tapahtumia. Toiminta on suunnattu iltapäivisin viidesluokkalaisille ja sitä vanhemmille nuorille ja iltaisin seitsemäs luokkalaisista ylöspäin. (Kinosmaa 2016.)

Porvoon nuorisotoimi järjesti tapahtumaan ohjaajina osallistuville terveydenhoitajille, kuraattoreille sekä muille yhteistyötahoille koulutuspäivän 5.4.2016, jonka aikana tutustuttiin Choices - Sun oma valinta -tapahtuman sisältöön. Lisäksi koulutuspäivänä EHYT ry:n edustaja luennoi nikotiinituotteista ja lääkkeiden päihdekäytöstä.

6 Opinnäytetyön tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää nuorten ennaltaehkäisevää päihdetyötä jo olemassa olevan hankkeen, Choices - Sun oma valinta, näkökulmasta. Tavoitteena oli selvittää ja kuvata millaiset taustatekijät vaikuttavat nuoren valintoihin ja arvioida missä määrin nuoret ovat tietoisia omista valinnoistaan.

Opinnäytetyötä ohjaavat tutkimuskysymykset:

1. Millaisia suojaavia tekijöitä Choices-tapahtuman kohderyhmän nuorilla on?
2. Millä tavalla nuoret ovat tietoisia omista valinnoistaan koskien päihdekokeiluja?
3. Millaista sosiaalista painetta tapahtumaan osallistuneilla nuorilla oli havaittavissa tapahtuman aikana?

7 Opinnäytetyön empiirinen toteutus

Haastattelu, havainnointi, erilaisiin dokumentteihin perustuva tieto sekä kysely ovat laadullisen tutkimuksen yleisimmät aineistonkeruumenetelmät ja niitä voidaan käyttää joko rinnan tai tarvittaessa yhdisteltynä tutkimusasetelmasta riippuen. Jos tutkimusasetelma on hyvin strukturoitu, soveltuu tarkkaan jäsennelty kysely parhaiten aineistonkeruumenetelmäksi. Tut-

kimusasetelman ollessa vapaampi, on luontevampaa käyttää havainnointia, keskustelua tai omaelämäkertoja aineiston keräämiseksi. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 71.)

Määrällistä tutkimusta voidaan nimittää myös tilastolliseksi tutkimukseksi. Se edellyttää kuitenkin riittävän suurta otosta, sillä sen avulla selvitetään lukumäärin ja prosenttiosuuksiin liittyviä kysymyksiä. Aineisto kerätään yleensä käyttämällä standardoituja kyselylomakkeita valmiine vastausvaihtoehtoineen. (Heikkilä 2014, 15.)

Opinnäytetyön aineiston keruu tehtiin havainnointilomakkeen sekä kyselylomakkeen avulla. Aineisto kerättiin keväällä 2016.

7.1 Havainnointilomake aineiston keruumenetelmänä

Vaikka havainnointi onkin yksi yleisimmin käytetyistä laadullisen tutkimuksen aineistonkeruumenetelmistä, on se ainoana tiedonkerukeinona analyysin kannalta suuritöinen ja aikaa vievä. Toisaalta yhdistettynä johonkin toiseen aineistonkeruumenetelmään, havainnointi voi yhdistää saadun tiedon oikeaan kontekstiin. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 81.)

Havainnoinnin avulla voidaan selvittää toimivatko ihmiset niin kuin sanovat toimivansa. Sen etuna on, että havainnoinnin avulla saadaan välitöntä tietoa yksilöiden, ryhmien sekä organisaatioiden toiminnasta ja käyttäytymisestä. Se soveltuu erinomaisesti vuorovaikutuksen tutkimiseen tai vaikeasti ennakoitaviin ja nopeasti muuttuviin tilanteisiin. Lisäksi havainnointi palvelee aineistonkeruumenetelmänä lasten kanssa kielellisen ilmaisun ongelmien vuoksi tai kun tutkittavalta halutaan tietoa, jota hän ei tahdo kertoa suoraan haastattelijalle. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 212-213.)

Havainnointi voi olla hyvin systemaattista ja tarkasti jäsenneiltyä tai täysin vapaata ja luonnolliseen toimintaan mukautuvaa. Lisäksi havainnointi voidaan toteuttaa tarkkailtavan ryhmän jäsenenä tai täysin ulkopuolisena. Systemaattisen havainnoinnin käyttö painottuu kvantitatiiviseen tutkimukseen ja kvalitatiivisessa käytetään enemmän osallistuvaa havainnointia. Käytännössä kuitenkin esiintyy paljon näiden välimuotoja ja kumpaakin voidaan käyttää sekä laadullisiin, että määrällisiin arviointeihin. (Hirsjärvi ym. 2009, 214-215.)

Havainnointi toteutettiin Choices-tapahtumassa 20.4.2016 sekä 27.4.2016 tarkkailemalla tapahtumaan osallistuvia nuoria ja heidän käyttäytymistään mahdollisen sosiaalisen paineen alla. Havainnointipäivistä sovittiin suullisesti koulutuspäivän yhteydessä tapahtuman vetovastuussa olleen nuorisotyöntekijän kanssa. Sosiaalisen paineen havainnointiin käytettiin havainnointilomaketta (Liite 2), joka koostui kolmesta väittämästä. Väittämät poimittiin Maarit Kumpulán (2012) Pro gradu -tutkielmasta ja niiden toteutumista arvioitiin pienryhmätilanteis-

sa ja mielipideajan aikana. Väittämät arvioitiin rastittamalla kolmesta vaihtoehdosta kuvaavin. Havainnointilomakkeita kertyi kaiken kaikkiaan 11 kappaletta.

7.2 Kyselylomake aineiston keruumenetelmänä

Kyselyn ideana on selvittää, mitä kyselyyn vastaaja ajattelee ja miksi hän toimii niin kuin toimii. Haastattelun etuna on joustavuus, mutta toisaalta kysely on aineistonkeruumuotona edullisempi ja nopeampi. Tavoitteena Kyselyssä on saada vastaus jokaiseen kysymykseen annettujen vaihtoehtojen sisällä ennalta määrättyssä järjestyksessä. Lisäksi kysymysten on oltava tutkimuksen tarkoituksen kannalta merkityksellistä ja jokaiseen kysymykseen on löydettävä perustelu tutkimuksen viitekehystä. Yleensä lomakekyselyä sovelletaan kvantitatiivisen tutkimuksen aineistonkeruumenetelmänä, mutta sitä voidaan käyttää yhtä hyvin laadullisessa tutkimuksessa, kuten jakamalla kyselyyn vastanneet henkilöt vastaustensa perusteella laadullisiin luokkiin. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 72-75.)

Heikkilän (2014) mukaan Likertin asteikko on yksi tavallisimmin käytetyistä mielipidettä kuvaavista asteikoista. Se on usein 4- tai 5-portainen järjestysasteikon tasoinen asteikko, jossa vastaajan tulee valita parhaiten omaa käsitystään vastaava vaihtoehto. Vaihtoehtoa *En osaa sanoa* on syytä harkita, sillä se saattaa olla liian houkutteleva, eikä vastaaja tällöin varsinaisesti ota kantaa itse väittämään. Asteikkotyypin kysymyksen etuna on kuitenkin vähään tilaan saatavan runsaan tiedon, mutta toisaalta vastauksista ei voida päätellä kohteen painoarvoa eri vastaajille.

Kyselyt toteutettiin noin kahden viikon kuluttua tapahtuman jälkeen samoille luokille, jotka olivat myös havainnoinnin kohteena itse tapahtumassa. Havainnoitujen luokkien opettajiin oltiin yhteydessä sähköpostitse 13.5.2016 ja tiedusteltiin mahdollisuutta toteuttaa kysely opituntien aikana luokissa. Vastaukset kyselylomakkeisiin kerättiin lopulta yhteensä kolmella eri koululla 20.5.2016 ja 23.5.2016. Kaksi kouluista oli niin sanottuja pienempiä maalaiskouluja, joissa viides ja kuudes luokka työskentelevät yhdistettyinä. Kolmannessa koulussa kuudesluokkalaiset oli jaettu kolmeen rinnakkaisluokkaan, joista kaksi vastasi kyselyyn. Havainnoiduista luokista kolmannen maalaiskoulun ja yhden kaupunkikoulun kuudennen luokan opettajia ei tavoitettu.

Opinnäytetyön kyselylomakkeen yhteydessä vastaajille annettiin saatekirje (Liite 3) vietäväksi kotiin vanhemmille, jossa heitä informoitiin opinnäytetyön tarkoituksesta ja kyselyyn vastaamisesta. Itse kyselylomakkeella (Liite 4) tarkasteltiin nuorten suojaavia tekijöitä ja heidän tietoisuutta omista valinnoistaan. Kysely rakentui poimimalla jo olemassa olevista mittareista opinnäytetyön kannalta mielekkäimmät kysymykset, joilla on aiemmissa tutkimuksissa kartoitettu nuorten päihdekokeiluja sekä siihen yhteydessä olevia tekijöitä. Kyselyyn poimittuja kysymyksiä ei muutettu, vaan käytettiin kyselylomakkeessa sellaisenaan.

Strukturoidussa kyselylomakkeessa oli yhteensä 24 kysymystä. Kysymykset 1-3 käsittelevät nuorten taustatietoja ja kysymykset 4-24 nuoren suhdetta vanhempiin, koulunkäyntiä ja vapaa-aikaa, terveyttä, sosiaalisia suhteita sekä päihteitä. Nuorten suojaavia tekijöitä kartoitettavia kysymyksiä oli yhteensä 17. Kysymykset 2-3, 5-8, 11, 13, 14, 17 ja 24 poimittiin Kouluterveyskyselyssä käytetystä mittarista. Kysymykset 4, 9, 10, 16 ja 18 ovat Birgit Tiilikaisen Pro gradussaan käyttämästä mittarista ja kysymys 12 Lintosen, Konun ja Rimpelän tutkimukseen käyttämästä mittarista.

Nuorten tietoisuutta omista valinnoistaan arvioitiin kysymyksillä 15 ja 19. Näistä ensin mainittu on poimittu kouluterveyskyselyn mittarista ja jälkimmäinen Tiilikaisen käyttämästä mittarista. Lisäksi näihin kysymyksiin saatuja vastauksia tarkasteltiin myös suojaavien tekijöiden näkökulmasta. Vaikka sosiaalista painetta arvioitiin pääasiassa havainnoimalla, sen merkitystä päihdekokeiluihin kartoitettiin myös kyselylomakkeen kysymyksillä 17 ja 18.

Nuorten päihdekokeiluja koskevat kysymykset kysyttiin kyselyn lopussa. Kysymys 20 on poimittu ESPAD-tutkimuksessa käytetystä mittarista ja kysymykset 21-23 Nuorten terveystapa-tutkimuksessa käytetystä mittarista.

7.3 Aineiston analyysi

Kyselylomakkeella koottu aineisto analysoitiin IBM SPSS Statistics 23-ohjelman avulla. Tulosten tarkastelussa hyödynnettiin myös Excel-taulukko-ohjelman toimintoja. Kyselylomakkeet koodattiin ja saadut tulokset syötettiin SPSS-tilastointiohjelmaan. Aineiston analysointiin käytettiin frekvenssejä sekä ristiintaulukointia ja muuttujien välistä riippuvuutta arvioitiin Khiin neliö (χ^2) -testillä. Khiin neliö -testin käyttö edellyttää, että korkeintaan 20 % odotetuista frekvensseistä saa olla pienempiä kuin 5 ja jokaisen odotetun frekvenssin on oltava suurempi kuin 1. Jos testin edellytykset eivät ole voimassa, johtaa se helposti nollahypoteesin hylkäämiseen ja virheellisen johtopäätöksen tekemiseen. (Heikkilä 2014, 201.) Koska tämän opin- näytetyön aineisto oli pieni ($n=52$), eikä Khiin neliö-testin ehdot näin ollen toteutuneet, kysymyksen 20 muuttujat muutettiin dikotomisiksi eli kaksiluokkaiseksi.

Merkitsevyystaso ilmoittaa, kuinka suuri riski on, että saatu ero tai riippuvuus johtuu sattumasta ja siitä käytetään usein lyhennettä p (probability). Tuloksen ajatellaan olevan sitä merkitsevämpi, mitä pienempi riski on. Testatun eron tai riippuvuuden voidaan sanoa olevan tilastollisesti erittäin merkitsevä, jos $p \leq 0,001$, tilastollisesti merkitsevä, jos $0,001 < p \leq 0,01$, tilastollisesti melkein merkitsevä, jos $0,01 < p \leq 0,05$ ja tilastollisesti suuntaa antava, jos $0,05 < p \leq 0,1$. Ennen testiä tutkijan on siis päätettävä raja, joka riskitason on alitettava ennen kuin nollahypoteesi hylätään. Usein käytetään merkitsevyystasoja 0,05, 0,01 ja 0,001 ja harvemmin 0,1:tä. Rajoista käytetyin on 0,05, mikä on myös opinnäytetyössä riittävä raja.

(Heikkilä 2014, 184-185.) Tässä opinnäytetyössä tilastollisesti merkitsevyytason rajaksi asetettiin p -arvo $\leq 0,05$.

Havainnoinnilla koottu aineisto analysoitiin pääasiassa manuaalisesti. Tulosten yksityiskohtaisempaan tarkasteluun hyödynnettiin kuitenkin myös IBM SPSS Statistics 23-ohjelmaa. Havainnointilomakkeet koodattiin ja saadut tulokset syötettiin tilastointiohjelmaan. Tuloksia tarkasteltiin frekvenssi- ja prosenttitaulukoina.

8 Tulokset

Opinnäytetyön tulokset on kuvattu tutkimuskysymysten mukaisessa järjestyksessä. Teoreettisesta viitekehystä poimittujen taustamuuttujien yhteyttä päihdekokeiluihin esitettiin p -arvo-taulukoina ja nuorten päihdekokeiluja sekä asenteita terveyteen ja päihteisiin esitettiin frekvenssi- ja prosenttitaulukoina. Sosiaalista painetta kuvattiin saatujen havaintojen perusteella sanallisesti.

8.1 Vastaaajien taustatiedot

Kyselyyn vastasi kolmen eri koulun kuudesluokkalaiset, jotka olivat ottaneet osaa Choices - Sun oma valinta -tapahtumaan. Aineisto muodostui 54 nuoren vastauksesta, joista kaksi jouduttiin hylkäämään, sillä vastaajat olivat vastanneet alle puoleen kysymyksistä ($n = 52$).

Vastaajat olivat syntyneet vuosina 2002-2003. Tyttöjä heistä oli 29 (56 %) ja poikia 23 (44 %). Selvästi suurin osa vastaajista (83 %) ilmoitti osallistuneensa Choices-tapahtumaan. Vastaajista neljä ei ollut osallistunut tapahtumaan ja viisi ei vastannut kysymykseen tapahtumaan osallistumisesta. Nuorista 37 (71 %) asui äidin ja isän kanssa. Äidin ja isän kanssa vuorotellen asui 7 (13 %) ja vain äidin kanssa 4 nuorta (8 %). Kolme vastaajaa (6 %) asui äidin tai isän ja hänen kumppaninsa kanssa ja yksi nuori (2 %) muun aikuisen tai aikuisten kanssa. Vanhempien koulutusta koskevaan kysymykseen vastasi kaikkiaan 44 nuorta (85 %). Enimmälti sekä äidin (33 %) että isän (27 %) korkein koulutus oli lukio tai ammatillinen oppilaitos. Nuorten äideistä 36 (69 %) ja vastaavasti isistä 25 (48 %) ei ole koskaan tupakoinut.

Vastanneista 13 (25 %) kertoi juoneensa jotakin alkoholijuomaa vähintään kerran elämänsä aikana. Heistä tyttöjä oli 4 (15 %) ja poikia 9 (41 %). Vastanneista 4 (8 %) ilmoitti juoneensa enemmän kuin kaksi kertaa elämänsä aikana ja 1 (2 %) jopa 20-39 kertaa. Tupakkaa oli kokeiltu kyselyyn vastanneista nuorista 6 (12 %), yksi (4 %) tyttö ja viisi (22 %) poikaa. Viisi (10 %) tupakkaa kokeilleista kertoi olleensa silloin 12-vuotias tai vanhempi. Yksi (2 %) kertoi olleensa 9-vuotias tai nuorempi kokeillessaan ensimmäisen kerran tupakkaa.

8.2 Nuorten suojaavat tekijät

Suhdetta vanhempiin, koulunkäyntiä, itsetuntoa, sosiaalisia suhteita sekä asennetta terveyteen ja päihteisiin sekä niiden yhteyttä alkoholi- ja tupakkakokeiluihin tarkasteltiin ristiintaulukoinnilla (Khiin neliö -testi). Tässä opinnäytetyössä taustamuuttujan katsotaan olevan tilastollisesti merkitsevä, kun p-arvo on yhtä suuri tai pienempi kuin 0,05 ja tilastollisesti suuntaa antava, kun $0,05 < p \leq 0,1$.

Vanhempien tuki ja valvonta olivat yhteydessä päihdekokeiluihin tilastollisesti merkitsevällä tasolla (Taulukko 1). Nuorten kokema kyky pystyä keskustelemaan omista asioistaan vanhempiensa kanssa ($p = 0,035$) oli yhteydessä alkoholin kokeilemattomuuteen. Myös se, että vanhemmat ovat tietoisia siitä, missä nuori viettää viikonloppuillaan oli vahvasti yhteydessä alkoholin ($p = 0,002$) ja tupakan kokeilemattomuuteen ($p = 0,007$). Samoin vanhempien jämäkällä valvonnalla oli yhteyttä tupakoimattomuuteen ($p = 0,050$). Merkittävää oli myös huomata, että ne nuoret, joiden vanhemmat olivat antaneet maistaa alkoholia kotona ($p = 0,001$) olivat sitä hyvin todennäköisesti myös maistaneet. Yhteyttä päihteiden kokeilemattomuuteen tilastollisesti suuntaa antavalla tasolla ($p < 0,1$) oli myös vanhempien valmiudella auttaa erilaisissa ongelmissa, valintojen pohdinnalla yhdessä vanhempien kanssa sekä vanhempien kannustuksella päihteettömyyteen.

Taulukko 1. Vanhempien tuki ja sen yhteys nuorten tupakka- ja alkoholikokeiluihin (N = 52) (p-arvo) (Khiin neliö -testi)

Vanhempien tuki ja suhteet vanhempiin	n	Tupakkakokeilu p-arvo	Alkoholikokeilu p-arvo
Pystyn keskustelemaan vanhempieni kanssa omista asioistani.	52	0,617	0,035*
Vanhempani ovat valmiita auttamaan, jos minulla on esim. kouluun liittyviä ongelmia.	52	0,178	0,055
Vanhempani tukevat minua harrastuksissani. (n=51)	51	0,888	0,795
Pohdimme yhdessä erilaisia valintojani.	52	0,062	0,270
He tietävät missä vietän perjantai- ja lauantai-iltani.	51	0,007***	0,002**
Vanhempani valvovat jämäkästi tekemisiäni.	51	0,050**	0,416
Vanhempani kannustavat minua päihteettömyyteen.	50	0,090	0,779
Vanhempani ovat antaneet maistaa kotona alkoholia.	52	0,538	0,001*
Tunnen, että vanhempani rakastavat minua.	52	0,123	0,377

*odotettu arvo (50 % soluista) pienempi kuin 5. **odotettu arvo (62,5 %) pienempi kuin 5. ***odotettu arvo (75 %) pienempi kuin 5.

Kouluoloja käsittelevästä kysymyksestä (Taulukko 2) nousi esiin ainoastaan yksi väittämä. Luokan hyvä työrauha ($p=0,020$), joka oli yhteydessä tupakkakokeiluun tilastollisesti merkitsevällä tasolla, vähensi nuorten tarvetta tupakkakokeilulle. Opettajien vaatuvuus ja luokan yh-

teishenki olivat kuitenkin yhteydessä alkoholikokeiluun ($p < 0,1$) tilastollisesti suuntaa antavalla tasolla ja ne puolestaan edistivät alkoholikokeilun tarvetta lievästi.

Taulukko 2. Kouluolojen yhteys nuorten tupakka- ja alkoholikokeiluihin (N = 52) (p-arvo) (Khiin neliö -testi)

Kouluolot	n	Tupakkakokeilu	Alkoholikokeilu
		p-arvo	p-arvo
Opettajat rohkaisevat minua ilmaisemaan oman mielipiteeni oppitunneilla.	52	0,718	0,265
Opettajat ovat kiinnostuneita siitä, mitä minulle kuuluu.	52	0,784	0,923
Opettajani odottavat minulta liikaa koulussa.	52	0,815	0,094
Opettajat kohtelevat meitä oppilaita oikeudenmukaisesti.	51	0,132	0,596
Luokkani oppilaat viihtyvät hyvin yhdessä.	51	0,107	0,095
Luokassani on hyvä työrauha.	52	0,020*	0,757
Luokan ilmapiiri on sellainen, että uskallan vapaasti ilmaista mielipiteeni.	51	0,101	0,287
Oppilaiden mielipiteet otetaan huomioon koulutyön kehittämisessä.	52	0,222	0,916
Tiedän, miten koulussani voin vaikuttaa koulun asioihin.	52	0,554	0,173

*odotettu arvo (62,5 %) pienempi kuin 5.

Poissaolon syistä (Taulukko 3) lintsamisella ($p = 0,016$) oli yhteyttä tupakkakokeiluun tilastollisesti merkitsevällä tasolla ja lisäsi nuoren tupakkakokeilun todennäköisyyttä. On syytä kuitenkin huomioida, että vastaajista 96 % vastasi, ettei ollut ollut lintsamisen takia pois koulusta viimeisen kuukauden aikana ja tulos perustuu yksittäistapaukseen. Lisäksi poissaolo muusta syystä ($p = 0,014$) oli yhteydessä alkoholikokeiluun tilastollisesti merkitsevällä tasolla lisäten nuoren alkoholikokeilun tarvetta.

Taulukko 3. Poissaolojen yhteys nuorten tupakka- ja alkoholikokeiluihin (N = 52) (p-arvo) (Khiin neliö -testi)

Poissaolon syy	n	Tupakkakokeilu	Alkoholikokeilu
		p-arvo	p-arvo
Sairauden takia	52	0,796	0,622
Pinnaamisen tai lintsauksen takia	46	0,016**	0,529
Muusta syystä	46	0,383	0,014*

*odotettu arvo (50 %) pienempi kuin 5. **odotettu arvo (83,3 %) pienempi kuin 5.

Terveyttä ja siihen liittyviä tekijöitä käsittelevistä väittämistä (Taulukko 4) oli yhteyttä alkoholikokeiluun myönteisellä elämän asenteella ($p = 0,031$) tilastollisesti merkitsevällä tasolla. Ne nuoret, jotka kokivat, että myönteisellä elämänsenteella on vaikutusta terveyteen, eivät todennäköisemmin olleet maistaneet alkoholia. Myös käsityksellä tupakan ($p = 0,001$) ja alkoholin ($p = 0,001$) vaikutuksista terveyteen oli selvää yhteyttä tupakkakokeilun puuttumiseen. Samoilla väittämillä oli yhteyttä myös alkoholikokeilun puuttumiseen ($p = 0,012$) tilastollisesti merkittävällä tasolla.

Taulukko 4. Nuorten terveyden yhteys tupakka- ja alkoholikokeiluihin (N = 52) (p-arvo) (Khiin neliö -testi)

Terveys ja siihen liittyvä tekijä	n	Tupakkakokeilu	Alkoholikokeilu
		p-arvo	p-arvo
Terveys merkitsee minulle hyvää oloa.	50	0,862	0,622
Osaan hoitaa terveyttäni.	50	0,925	0,240
Luon perustaa tulevaisuudelleni hoitamalla terveyttäni.	50	0,795	0,652
Olen itse vastuussa omasta terveydestäni.	51	0,324	0,474
Hyvät ihmissuhteet edistävät terveyttä.	51	0,772	0,915
On tärkeää osata puhua huolistaan ystävien kanssa.	51	0,859	0,445
On tärkeää osata puhua huolistaan aikuisten kanssa.	51	0,711	0,745
Myönteinen itsetunto edistää terveyttäni.	50	0,687	0,252
Myönteinen elämänsenteeni edistää terveyttäni.	50	0,668	0,031*
Elintapani (liikunta, ravinto, tupakointi, alkoholin käyttö yms.) vaikuttavat terveyteeni.	49	0,886	0,748
Terveyteni voi helposti muuttua elintapojeni vuoksi.	50	0,516	0,265
Tupakointi vaarantaa terveyttä.	50	0,001**	0,012**
Jatkuva alkoholin käyttö on vaaraksi terveydelle.	50	0,001**	0,012**
Marihuanan tai hasiksen käyttö on vaaraksi terveydelle.	50	0,238	0,174

*odotettu arvo (50 % soluista) pienempi kuin 5. **odotettu arvo (66,7 %) pienempi kuin 5.

Itsetunnon osalta korostui vain kaksi väittämää (Taulukko 5). Myönteisesti itseensä suhtautuminen vähensi nuoren tarvetta tupakkakokeiluun ($p = 0,032$) ja ne nuoret, jotka kokivat itsensä hyödyttömäksi ($p = 0,005$) oli yhteyttä alkoholikokeiluun tilastollisesti merkitsevällä tasolla ja olivat todennäköisemmin myös maistaneet alkoholia.

Taulukko 5. Itsetunnon yhteys nuorten tupakka- ja alkoholikokeiluihin (N = 52) (p-arvo) (Khiin neliö -testi)

Itsetunto	n	Tupakkakokeilu	Alkoholikokeilu
		p-arvo	p-arvo
Mielestäni olen ihmisenä ainakin yhtä arvokas kuin muut.	50	0,663	0,343
Mielestäni minulla on useita hyviä ominaisuuksia.	50	0,254	0,102
Olen taipuvainen pitämään itseäni epäonnistujana.	48	0,671	0,163
Kykenen tekemään asioita yhtä hyvin kuin useimmat muutkin ihmiset.	50	0,638	0,487
Minulla ei ole paljoakaan ylpeilemisen aihetta.	47	0,442	0,212
Asenoidun itseäni myönteisesti.	46	0,032**	0,360
Suurin piirtein olen tyytyväinen itseäni.	49	0,795	0,236
Toivoisin, että minulla olisi enemmän itsekunnioitusta.	49	0,700	0,388
Tunnen itseni joskus todella hyödyttömäksi.	50	0,705	0,005*
Joskus ajattelen, etten kelpaa mihinkään.	50	0,625	0,198

*odotettu arvo (50 % soluista) pienempi kuin 5. **odotettu arvo (66,7 %) pienempi kuin 5.

Nuorten ystävyysuhteita päihteiden käyttöön liittyvänä tilanteena ja niiden yhteyttä päihdekokeiluihin tarkasteltiin myös ristiintaulukoinnilla (Taulukko 6). Ystävien tuki päihdeettömyyteen ($p = 0,048$) edisti tupakoimattomuutta tilastollisesti merkitsevällä tasolla. Yhtä lailla yhdessä päätetty päihdekokeilu oli yhteydessä sekä tupakka- ($p = 0,015$) että alkoholikokeiluun ($p = 0,011$) tilastollisesti merkitsevällä tasolla ja edistivät päihdekokeilujen todennäköisyyttä. Myös ystävien painostus ($p < 0,1$) edisti nuoren tupakkakokeilun tarvetta tilastollisesti suuntaa antavalla tasolla. Lisäksi nuoren pelko leimautumisesta ($p = 0,016$) oli yhteydessä tupakkakokeiluun tilastollisesti merkittävällä tasolla.

Taulukko 6. Päihteiden käyttöön liittyvien tilanteiden yhteys nuorten tupakka- ja alkoholiko- keiluihin (N = 52) (p-arvo) (Khiin neliö -testi)

Päihteiden käyttöön liittyvä tilanne	n	Tupakkakokeilu	Alkoholikokeilu
		p-arvo	p-arvo
Ystäväni ja minä haluamme viettää sellaista vapaa- aikaa, johon ei liity päihteiden käyttöä.	49	0,131	0,176
Ystäväni tukevat päihteettömyyteen.	50	0,048***	0,872
Pystyn kieltäytymään päihteiden ottamisesta, vaikka muut käyttäisivätkin niitä.	50	0,233	0,289
Olen kokeillut päihteitä, koska olemme porukalla päät- täneet kokeilla niitä.	49	0,015***	0,011*
Olen kokeillut päihteitä, koska en halua tulla leimatuk- si "niuhoittajaksi" tai "tiukkapipoiseksi".	49	0,016**	0,190
Olen kokeillut päihteitä, koska kaveriporukkani painos- taan siihen.	48	0,064	0,225
Ystäväni hyväksyvät minut sellaisena kuin olen.	49	0,634	0,172

*odotettu arvo (70 % soluista) pienempi kuin 5. **odotettu arvo (75 %) pienempi kuin 5. ***odotettu arvo (80 %) pienempi kuin 5.

Myös kotona asuvien aikuisten sekä sukupuolen yhteyttä päihdekokeiluihin tarkasteltiin ristiin- taulukoinnilla. Sekä sukupuoli ($p = 0,030$), että kotona asuvat aikuiset ($p = 0,043$) olivat yh- teydessä tupakkakokeiluun tilastollisesti merkitsevällä tasolla. Tupakkaa kokeilleista suurin osa oli poikia. Ne nuoret, jotka asuivat sekä isän ja äidin kanssa eivät todennäköisemmin ol- leet kokeilleet tupakkaa.

Alkoholikokeiluun oli yhteyttä niin sukupuolella ($p = 0,015$) kuin sillä, onko koskaan kokeillut tupakkaa ($p = 0,005$) tilastollisesti merkittävällä tasolla. Myös suurin osa alkoholia maistaneis- ta oli poikia ja nuoret, jotka olivat kokeilleet tupakkaa, olivat todennäköisesti myös maista- neet alkoholia. Lisäksi säännöllisellä harrastuksella sekä sillä hyväksyykö tupakoinnin silloin tällöin, oli yhteyttä tupakkakokeiluun tilastollisesti suuntaa antavalla tasolla ($p < 0,1$). Kui- tenkin huomion arvoista lienee se, että tämän opinnäytetyön tulosten perusteella harrastus ei toiminut suojaavana tekijänä, vaan ne nuoret, jotka eivät kertoneet harrastavansa mitään säännöllisesti olivat todennäköisemmin maistaneet tupakkaa.

Opinnäytetyön tulosten perusteella nuoren päihdekokeiluilta ja näin ollen käytön aloittami- selta suojaavina tekijöinä voidaan pitää siis nuoren hyvää suhdetta vanhempiin sekä ystäviin. Kun vanhemmat tietävät missä nuori viettää perjantai- ja lauantai-iltansa ja valvoo nuoren tekemisiä, ei tarvetta päihdekokeiluille synny. Myös hyvä itsetunto ja kyky asennoitua itseensä myönteisesti vahvistavat nuoren päihteettömyyttä. Toisaalta ilman ystävien tukea päih- teettömyyteen sekä pelko leimautumisesta voivat johtaa päihdekokeiluihin ja näin heikentää nuoren sosiaalista itsenäisyyttä.

Opinnäytetyön tulosten mukaan myös tieto ja ymmärrys päihteiden käytön sekä myönteisen elämäntapojen merkityksestä terveydelle suojaavat nuoria päihdekokeiluilta. Kun nuoret ovat tietoisia terveyttä edistävästä ja heikentävästä tekijöistä, he osaavat tehdä päihdekokeiluihin liittyviä valintoja terveyttä vaalivasti. Samaten luokassa vallitseva työrauha ja yleisesti läsnäolo koulussa vähentävät nuorten tarvetta kokeilla päihteitä. Lisäksi ydinperheessä eläminen suojaa nuorta erityisesti tupakkakokeiluilta. Varhaisnuorten tupakkaintia olisikin syytä valvoa, sillä opinnäytetyössä saadut tulokset osoittavat, että tupakkakokeilun puuttuminen suojaa nuorta myös alkoholikokeilulta.

8.3 Nuorten tietoisuus omista valinnoistaan

Nuorten käsitystä omien valintojensa vaikutuksesta terveyteen (Taulukko 7) mitattiin mittarin kysymyksellä 15. Melkein jokainen vastaaja (98 %) oli lähes tai täysin samaa mieltä siitä, että päihteiden käyttö (tupakka, alkoholi ja marihuana tai hasis) on vaaraksi terveydelle. Vastaajista 86 % katsoi elintapojen vaikuttavan terveyteen ja 76 % koki, että terveys voi muuttua elintapojen vuoksi. Vastuusta omasta terveydestään oltiin hieman epävarmempia, sillä täysin samaa mieltä oli alle puolet vastaajista (45 %), mutta 47 % vastaajista oli asiasta kuitenkin lähes samaa mieltä. Silti vastanneista 8 % ajatteli vastuun omasta terveydestään kuuluvan mahdollisesti jollekulle muulle. Myönteisen itsetunnon terveyttä edistävästä vaikutuksesta oli yhtä mieltä 42 % vastaajista ja lähes samaa mieltä 52 % vastaajista.

Taulukko 7. Nuorten käsitys terveyteen yhteydessä olevista tekijöistä (N = 52) (%)

Terveys ja siihen liittyvä tekijä	n	Täysin sama mieltä %	Lähes sama mieltä %	Lähes eri mieltä %	Täysin eri mieltä %
Terveys merkitsee minulle hyvää oloa	50	76	22	-	2
Osaan hoitaa terveyttäni	50	68	30	2	-
Luon perustaa tulevaisuudelleni hoitamalla terveyttäni	50	60	38	-	2
Olen itse vastuussa omasta terveydestäni	51	45	47	6	2
Hyvät ihmissuhteet edistävät terveyttä	51	53	46	6	-
On tärkeää osata puhua huolista ystävien kanssa	51	73	25	-	2
On tärkeää osata puhua huolistaan aikuisten kanssa	51	76	18	2	4
Myönteinen itsetunto edistää terveyttäni	50	42	52	6	-
Myönteinen elämänsenteeni edistää terveyttäni	50	58	36	6	-
Elintapani (liikunta, tupakointi, alkoholin käyttö yms.) vaikuttavat terveyteeni	49	86	12	-	2
Terveyteni voi helposti muuttua elintapojeni vuoksi	50	76	18	6	-
Tupakointi vaarantaa terveyttä	50	94	4	2	-
Jatkuva alkoholin käyttö on vaaraksi terveydelle	50	94	4	-	2
Marihuanan tai hasiksen käyttö on vaaraksi terveydelle	50	94	4	2	-

Nuorten suhtautumista päihteiden käyttöön (Taulukko 8) tarkasteltiin kysymyksellä 19. Vastaajista selkeä enemmistö (84 %) ei hyväksy 10 tai useamman savukkeen polttoa päivässä. Samoin humalaan kerran viikossa (82 %) sekä marihuanan polttamiseen silloin tällöin (84 %) tai säännöllisesti (92 %) suhtauduttiin selvästi kriittisesti. Parin alkoholiannoksen juominen muutamana kerran viikossa (50 %) katsottiin kuitenkin olevan hyväksyttävämpää kuin satunnaisen tupakoinnin (28 %).

Taulukko 8. Nuorten suhtautuminen päihteiden käyttöön (N = 52) (%)

Suhtautuminen päihteisiin	n	Ei hyväksy %	Hyväksyy %	Ei osaa sanoa %
Tupakointi silloin tällöin	50	52	28	20
10 tai useamman savukkeen poltto päivässä	49	84	-	16
Parin alkoholiannoksen juominen muuttaman kerran viikossa	50	38	50	12
Humala kerran viikossa	50	82	8	10
Marihuanan polttaminen silloin tällöin	50	84	2	14
Marihuanan polttaminen säännöllisesti	50	92	2	6

8.4 Tapahtumassa havaittu sosiaalinen paine

Nuorten kokemaa sosiaalista painetta havainnoitiin Choices-tapahtumassa 20.4.2016 ja 27.4.2016. Havainnoinnin apuna käytettiin havainnointilomaketta, jossa oli kolme väittämää; Ryhmään kuulumisen tuo mukanaan paineita sen normien mukaiseen käyttäytymiseen, Ryhmän paine on suurempi tytöillä kuin pojilla sekä Samanlaisuuden ja tavallisuuden vertaispaine synnyttävät tarpeen eristää ja erottaa ne, jotka jollakin tavalla poikkeavat ryhmän määrittelemästä "normaalista". Vastausvaihtoehdot väittämiin olivat "Toteutuu", "Toteutuu osittain" ja "Ei toteudu". Havainnointilomakkeissa oli myös tilaa lisäkommenteille. Havainnointilomakkeita kertyi yhteensä 11 kappaletta.

Väittämä ryhmään kuulumisen mukanaan tuomasta paineesta arvioitiin toteutuvan pienryhmätilanteissa vähintäänkin osittain (91 %). Erityisesti mielipidekysymyksissä, joissa vastaukset osoitettiin peukalokuvia näyttämällä, esiintyi paljon vilkuilua vierustoverin valintoihin ja saatettiin muuttaa omaa vastausta viime hetkellä sen mukaiseksi. Myös keskusteluissa esitetyt mielipiteet ohitettiin hiljaisella hyväksynnällä, eikä eriäviä mielipiteitä tuotu esiin.

Ryhmän paine ei ollut selkeästi suurempi tytöillä kuin pojilla, vaan jakautui tasaisesti vastausvaihtoehtojen välille. Puolessa havainnoituista pienryhmätilanteista väittämä ei toteutunut, mutta toteutui vähintäänkin osittain loppuissa havainnointilomakkeista. Lisäksi suurimmassa osassa havainnoituista tilanteista väittämä tarpeesta korostaa ryhmästä poikkeavaa käytöstä ei toteudu (64 %). Kuitenkin neljässä havainnointilomakkeesta väittämä toteutui ainakin osittain (34 %).

Sosiaalisen paineen vaikutukset havaittiin jokaisella kerralla mielipidejanan aikana. Nuoret liikkuvat mielipidejanalla hyvin vahvasti ryhmissä ja mielipidettä saatettiin muuttaa muiden mukaiseksi tai mentiin kaverin tueksi eri kohtaan, kuin muut. Eriäviä mielipiteitä myös her-

kästi kommentoitiin kriittiseen sävyyn ja korostettiin muusta joukosta eriytymistä. Eroa tyttöjen ja poikien välillä mielipidejanaan aikana ei havaittu, vaan vertaispaine ilmeni molemmilla sukupuolilla yhtä voimakkaasti.

9 Opinnäytetyön pohdinta

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää ja kuvata millaisia päihteiden käytöltä suojaavia tekijöitä Choices - Sun oma valinta -tapahtuman kohderyhmään kuuluvilla kuudesluokkalaisilla nuorilla on sekä missä määrin he ovat tietoisia päihteitä koskevista valinnoistaan. Lisäksi tavoitteena oli arvioida tapahtuman aikana koettua sosiaalista painetta. Opinnäytetyön otosjoukoksi valikoitui kuusi luokkaryhmää, joita myös havainnoitiin tapahtumassa. Kahden luokan opettajiin ei saatu yhteyttä, joten kyselyyn vastasi lopulta neljä luokkaryhmää.

Nuorten päihteiden käyttöä kartoitettiin vain alkoholin ja tupakan osalta, sillä muiden päihteiden, kuten marihuanan tai hasiksen käytön arvioitiin olevan hyvin marginaalista. Lisäksi päihteiden kokeilu aloitetaan yleensä tupakasta ja alkoholista.

9.1 Tulokset

Erityisesti poikien osalta opinnäytetyössä saatu tulos alkoholikokeilujen suhteen on selvästi suurempi kuin esimerkiksi ESPAD-tutkimuksessa. Myös verrattuna HBSC-tutkimuksen tuloksiin poikien osuus on selvästi suurempi. Tyttöjen osuus oli myös suurempi, mutta ei yhtä merkittävästi. Tuloksia ei voida kuitenkaan verrata suoraan toisiinsa, sillä tässä opinnäytetyössä alkoholin ensimmäiseksi käyttökerraksi laskettiin myös ne kerrat, jolloin alkoholia käytettiin pienikin määrä.

Tyttöjen osuus tupakkakokeilujen osalta on puolestaan selvästi pienempi kuin ESPAD-tutkimuksen tulos poikien osuuden ollessa sama. Verrattuna taas HBSC-tutkimuksen tuloksiin tupakkaa kokeilleiden osuus on sekä tyttöjen, että poikien osalta huomattavasti pienempi. Verrattuna Nuorten terveystapatutkimukseen tulokset ovat niin tupakan kuin alkoholinkin osalta suuremmat. Opinnäytetyön tulokset ovat kuitenkin siinä määrin saman suuntaiset aiempien tutkimusten kanssa, että pojat kokeilevat päihteitä tyttöjä herkemmin ja selvästi suurin osa vastanneista ei ole kokeillut tupakkaa eikä alkoholia.

Aiemmissä tutkimuksissa esitetyt nuorta päihteiden käytöltä suojaavat tekijät korostuivat myös opinnäytetyössä osittain. Vanhempien valvonnalla oli selvä yhteys nuorten päihdekokeiluihin ja on erityisen tärkeää, että vanhemmat tietävät missä nuori viettää aikaansa viikonloppuillain. Myös Tiilikainen (2009), Mämmilä-Satta (2015) sekä Lintonen (2001) tutkijakollegoineen painottivat tutkimuksissaan erityisesti vanhempien valvonnan suojaavaa merkitystä. Hyvää vanhempien ja nuoren välistä suhdetta korosti myös Niemelä (2015) kirjoituksessaan.

Hyvä itsetunto sekä ystävien tuki päihteettömyyteen ovat Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen (2014) sekä Tiilikaisen (2009) tutkimuksen mukaan nuorta suojaavia tekijöitä. Nämä korostuivat myös opinnäytetyössä ja etenkin ystävien kanssa tehty päätös kokeilla tai olla kokeilematta päihteitä vaikuttivat nuorten tupakka- ja alkoholikokeiluun. Opinnäytetyössä harrastuksen merkitys oli sen sijaan päinvastainen kuin Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen määritelmässä, jonka mukaan säännöllinen harrastus toimii suojaavana tekijänä. Tulos oli kuitenkin merkitysvyystasoltaan vain suuntaa antava, minkä vuoksi opinnäytetyön otannan ollessa suhteellisen pieni tuloksen voidaan ajatella aiheutuneen virheellisesti.

Tämän opinnäytetyön keskeinen havainto oli se, että tapahtuman runkona toimivassa tarinassa nuorten päihteiden käytöltä suojaavat tekijät on huomioitu hyvinkin kattavasti. Myös nuorten tietoisuutta omista valinnoistaan voidaan pitää hyvällä tasolla. On silti tärkeää muistaa, että kyseessä olevat nuoret ovat iältään 12- ja 13-vuotiaita, eikä tämän ikäisten arkeen päihteiden tulisi kuulua. Silti neljännes vastanneista kertoi jo maistaneensa alkoholia sekä reilu kymmenesosa tupakkaa. Huolestuttavana voidaan pitää myös sitä, että hieman yli viidennes vastanneista (21 %) kertoi vanhempien antaneen heidän maistaa alkoholia kotona. Nämä vanhemmat kuitenkin mahdollisesti ajattelevat voivansa näin paremmin valvoa nuoren alkoholikokeilua ja sen seurauksia.

Merkittävänä havaintona voidaan pitää myös sitä, että vaikka nuoret ovat hyvin tietoisia päihteiden vaikutuksesta terveyteen sekä sosiaalisen paineen vaikutuksesta omiin valintoihin, paine koettiin tapahtumassa kuitenkin niin suureksi, ettei sitä voitu helposti vastustaa. Tämän vuoksi on tärkeää luoda ilmapiiri, joka tuo nuorille painetta toimia positiivisella tavalla ja näin ollen edistää terveitä elämäntapoja. Yleisen suhtautumisen päihdekokeiluihin ollessa kriittinen, nuorelle syntyy paine välttää päihteitä ja hakea hyväksyntää ystäviensä parissa pysymällä raittiina.

9.2 Luotettavuus

Tieteellisen työn luotettavuutta tarkastellaan usein luotettavuuskäsitteiden avulla, joilla arvioidaan tutkimustulosten hyvyttä. Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuus jää kuitenkin arvion varaan. Silloin luotettavuutta ei voida mitata samalla tavalla, kuin kvantitatiivisessa tutkimuksessa, vaan luotettavuus on tutkijan arvioinnin ja näytön varassa. (Kananen 2014, 146.)

Tieteellisen tutkimuksen yleiset luotettavuusmittarit ovat reliabiliteetti ja validiteetti. Reliabiliteetilla tarkoitetaan tulosten pysyvyyttä, joka osoittaa tutkimuksen toistettavuutta. Validiteetilla tarkoitetaan sitä, että tutkitaan oikeita asioita ja mittauksen kohde ja käytetty mittari ovat yhteensopivia. Molempia käsitteitä käytetään sekä kvalitatiivisessa, että kvantitatiivisessa tutkimuksessa.

visessa tutkimuksessa, mutta niiden sisältö on määritelty eri tavoin kummassakin tutkimusmuodossa. (Kananen 2014, 147.)

Karkeasti sanottuna validius tarkoittaa systemaattisen virheen puuttumista ja sitä on hankala tarkastella jälkikäteen. Käytettävän mittarin validius on varmistettava huolellisella suunnittelulla ja tarkasti harkitulla tiedonkeruulla. Lisäksi tutkimuslomakkeen kysymysten tarkka kohdentaminen tutkimusongelmaan sekä edustava otos vahvistavat validin tutkimuksen toteutumista. (Heikkilä 2014, 27.) Kyselytutkimuksessa validiteettiin vaikuttaa ensisijaisesti käytetyt kysymykset (Heikkilä 2014, 177). Tässä opinnäytetyössä käytetyn mittarin validius perustui jo aiemmin käytettyjen mittareiden pätevyYTEEN. Opinnäytetyötä varten muodostettu kyselylomake testattiin myös ennen varsinaista kyselyä kohderyhmää vastaavalla henkilöllä. Toisaalta osassa Likertin asteikkoa hyödyntävissä kysymyksissä vaihtoehto ”En osaa sanoa” toi selkeästi hajontaa vastauksiin. Lisäksi osassa kysymyksistä eivät kaikki väittämät olleet saman suuntaisia, vaan esimerkiksi itsetuntoa käsittelevät väittämät olivat sekä positiivisia, että negatiivisia. Myös kysymys vanhempien koulutuksesta koettiin selvästi vaikeaksi ja se jätettiin usein vastaamatta.

Validiteetti voidaan myös jakaa useisiin alalajeihin kuten sisäiseen ja ulkoiseen validiteettiin. Sisäinen validiteetti tarkoittaa oikeaa syy-seuraussuhdetta ja tutkijan on kyettävä osoittamaan väittämänsä oikeiksi ja perustelemaan päätöksensä. Ulkoinen validiteetti, eli yleistettävyys määrittää voidaanko otoksesta saatu tutkimustulos laajentaa koskemaan koko kohderyhmää. (Kananen 2014, 148.) Opinnäytetyössä nuorten suojaavien tekijöiden tarkastelussa käytettiin perustana aiempia tutkimustuloksia ja saatuja tuloksia vertailtiin teoreettiseen viitekehykseen. Vaikka opinnäytetyön otos olikin pieni, sitä voitiin kuitenkin pitää riittävänä, sillä saadut tulokset olivat yhdensuuntaisia aiempien tutkimusten kanssa.

Tutkimuksen reliabiliteetti määritellään kyvyksi tuottaa ei-sattumanvaraisia tuloksia ja sen puute johtuu usein satunnaisvirheistä, kuten otoskoosta sekä mittaus- ja käsittelyvirheistä. Satunnaisvirheitä aiheuttavat myös esimerkiksi valehtelu tai muistivirhe, mutta niihin voi sisältyä myös systemaattista asioiden kaunistelua tai vähättelemistä. (Heikkilä 2014, 177-178.) Tässä opinnäytetyössä satunnaisvirhettä arvioitiin aiheutuneen kyselyn vastaustilanteista. Kyselyyn vastanneissa luokissa pulpetit oli järjestetty joko yksittäin tai pieniin ryhmiin. Luokissa, joissa istumajärjestys oli järjestetty ryhmittäin, oli ilmapiiri kyselyyn vastaamisen aikana selvästi levottomampi kuin niissä luokissa, joissa oppilaat istuivat yksittäin ja sen voitiin arvioida vaikuttaneen nuorten vastausrehellisyyteen. Tulosten käsittelyssä ja analysoinnissa pyrittiin noudattamaan tarkkuutta ja huolellisuutta.

Opinnäytetyön luotettavuuden tarkastelussa havainnoinnin osalta voidaan käyttää laadullisen tutkimuksen laatukriteerejä. Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuustarkastelu kohdentuu

objektiivisuuteen, sillä tutkija päättää, mitä tutkitaan, mitä kysytään ja miten kerätty aineisto analysoidaan ja tulkitaan. Luotettavuustarkastelun edellytys on riittävä dokumentointi sekä valintojen ja ratkaisujen perustelu. (Kananen 2014, 150-151). Opinnäytetyössä havainnointi koettiin haasteelliseksi niin teoreettiselta osuudeltaan kuin toteuttamisensa osalta. Sosiaalista painetta käsittelevän ajantasaisen tutkimustiedon löytäminen oli vaikeaa ja sen vuoksi havainnointilomakkeen rakentaminen koettiin haasteelliseksi. Lisäksi opinnäytetyön tekijöiden kokemattomuus käyttäytymiseen kohdistuvan havainnoinnin toteuttamisessa arvioitiin vaikuttavan tulosten luotettavuuteen. Myös kohderyhmä ja ryhmäkoot itse tapahtumassa koettiin havainnoinnissa haasteellisiksi. Ryhmäkoot vaihtelivat seitsemästä kymmeneen henkeen ja jokaisessa ryhmässä tyttöjen ja poikien määrä jakautui epätasaisesti, mikä osittain vaikeutti havainnointilomakkeen täyttöä.

9.3 Opinnäytetyön eettiset kysymykset

Suomessa tutkimuksen eettisyys on sitouduttu turvaamaan Helsingin julistuksen mukaisesti vuonna 1964, joka on kansainvälisesti hyväksytty tutkimusetiikan ohjeistus. Hoitotieteellistä tutkimusta ohjaavat myös kansallinen lainsäädäntö ja erilaiset ohjeistukset. Lisäksi Suomessa tutkimusetiikkaa ohjeistavat Tutkimuseettinen neuvottelukunta ja Terveystieteiden neuvottelukunta. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 212, 227.)

Asiakkaiden itsemääräämisoikeus on kuitenkin tutkimusta tehdessä yksi osallistumisen lähtökohta, minkä vuoksi tietoinen suostumus ja tutkimuksen osallistumisen aito vapaaehtoisuuden korostuminen on tärkeää. Myös anonymiteetti on ensiarvoisen huomioitava asia tutkimustyössä. Lasten osallistumista hoitotieteelliseen tutkimukseen voidaan perustella sillä, että he tulevat kuulluksi ja nähdyksi sekä heidän näkemyksensä tulevat tietoisuuteen. Suomessa lapsi voi antaa oman suostumuksensa tutkimukseen osallistumiselle 15-vuotiaana ja sitä nuoremmilta lapsilta on pyydettävä vanhemman tai holhoojan suostumus. Tutkimuksen peruspilarina pidetään kuitenkin tutkimusluvan hankintaa, joka mahdollistaa tutkimusaineiston keruun. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 218-222, 228.) Porvoon kaupungin koulutusjohtaja myönsi opinnäytetyölle tutkimusluvan (Liite 1) 3.5.2016.

Tässä opinnäytetyössä noudatettiin tieteellistä käytäntöä sekä huomioitiin kohderyhmän tietosuoja. Kyselylomakkeeseen vastattiin nimettömästi, jonka myötä yksittäisiä vastaajia ei ollut tunnistettavissa. Kyselylomakkeen yhteydessä vastaajille annettiin myös saatekirje, joka vietiin kotiin vanhemmille luettavaksi. Saatekirjeessä kerrottiin opinnäytetyön tarkoituksesta ja kyselyyn vastaamisesta. Lisäksi ennen kyselyyn vastaamista korostettiin, että vastaaminen oli vapaaehtoista. Tutkimusaineisto analysoitiin SPSS 23-tilastointi ohjelmalla, jonka jälkeen aineisto hävitettiin asianmukaisesti.

9.4 Kehittämisehdotukset

Tämän opinnäytetyön myötä muodostuneet tulokset nähdään osittain hyvin samanlaisina, kuin mitä jo olemassa olevat tutkimustulokset osoittavat. Tämän vuoksi tuloksia voidaan hyvin hyödyntää kehittämään Choices - Sun oma valinta -tapahtumaa entistä vaikuttavammaksi kokonaisuudeksi.

Opinnäytetyön työstämisen aikana nousi esille erilaisia ajatuksia ja kehittämisideoita liittyen päihdekasvatuksen toteutumiseen ja sen suuntaamiseen kohderyhmän tarpeisiin. Choices - Sun oma valinta - ennaltaehkäisevän päihdekasvatuksen tapahtuma on kehitetty Porvooseen Valintojen Putki -tapahtumasta, jossa runkoa on muutettu ja kehitetty vuosittain Porvoon kaupungin nuorisopalveluiden toimesta. Tapahtuma on kohtalaisen tuore ja uusi päihdekasvatusmenetelmä, minkä vuoksi sen kehittäminen on tässä vaiheessa edullista.

Kehittämisideoista koettiin tärkeimmiksi nuoren sosiaalisen itsenäisyyden vahvistamisen tapahtuman aikana pienryhmätilanteissa esimerkiksi korostamalla sitä keskusteluissa. Nuoren sosiaalinen itsenäisyys, vahva oma tahto ja ymmärrys oikeasta ja väärästä ovat niitä elementtejä, jotka ohjaavat nuorta terveyttä edistäviin valintoihin elämässä. Lisäksi pienryhmätilanteissa havaittiin lahjontaa "oikeiden" vastauksien yhteydessä, joka ei todennäköisesti edistä nuoren päihitteettömyyttä. Nuoren oman oivaltamisen voisi ajatella olevan vaikuttavampi keino. Toisaalta lahjonta on voinut olla myös ohjaajan tietoinen valinta keinosta hyödyntää positiivista sosiaalista painetta.

Pienryhmätilanteissa käytettiin aktiivisesti tunnekuvakortteja, joiden tarkoituksena oli keventää ja luoda keskustelua ryhmän välille. Tunnekuvat koettiin kuitenkin selvästi epämääräisiksi ja vaikeasti tulkittaviksi, joka näkyi nuorten turhautumisena, hiljaisuutena ja "en mä tiedä" -kommenteina. Kehittämisideaksi nousi tunnekuvakorttien muokkaaminen kohderyhmään sopivammaksi. Kuvakortit voisi muuttaa hymiökorteiksi, sillä nuoret tunnistavat olemassa olevat hymiöt niiden ollessa jo osa heidän arkipäiväänsä. Tunnetilojen ja ajatusten ilmaiseminen helpottuisi ja syntyisi mahdollisesti spontaanimpaa keskustelua ryhmien välille. Keskustelun lisääminen pienryhmätilanteisiin oli myös yksi kehittämisideoista. Tätä voisi kehittää esimerkiksi lisäämällä parikeskusteluita ja varmistamalla jokaisen oman puheenvuoron käytön. Tämä mahdollistaisi jokaisen nuoren osallistumisen tapahtumaan.

Päihdekasvatusmenetelmiä on lukuisia ja niitä voidaan soveltaa eri kohderyhmille sopivaksi. Choices - Sun oma valinta -tapahtumaa voisi kehittää esimerkiksi Mannerheimin lastensuojeluliiton Alkoholi - jokaisen oma asia? - menetelmäkäsikirjan avulla. Menetelmäkäsikirjassa on esimerkiksi nuorten osallistamiseen sopivia keinoja, jolla saataisiin tapahtumaan enemmän roolia nuorten osallistumiselle. Tapahtumaan osallistuvat nuoret jaksaisivat olla paremmin läsnä ja kokisivat olevansa tärkeässä osassa tapahtuman aikana.

Työskentelyn aikana nousi esiin myös jatkotutkimusaihe liittyen vanhempainillan merkityksestä suhteessa tapahtumaan ja sen sisällön kehittäminen paremmaksi. Vanhempainillan merkitys oli mitä ilmeisemmin jäänyt avoimeksi ja epäselväksi kokonaisuudeksi, minkä vuoksi konkreettisen tiedon saaminen tästä olisi hyödyllistä jatkokehittelyn näkökulmasta tarkasteltuna. Keskustelun myötä nousi tärkeimmäksi ajatukseksi selkeä ennaltaehkäisevän päihdekasvatuksen tapahtuman kokonaisuus, jolla olisi pintaraapaisua merkittävämpi tarkoitus. Päihdekasvatustapahtuman nimi herätti myös ajatuksia ja keskustelua. Tapahtuman nimi koettiin hieman kömpelöksi ja epäselväksi, minkä vuoksi sen ajateltiin vaikuttavan myös kohderyhmän kiinnostukseen osallistua itse tapahtumaan ilman ohjaavia ennakkoluuloja.

Kaiken kaikkiaan tapahtuma oli kuitenkin monipuolinen ja kattava sisällöltään sekä ensisijaisesti kohderyhmää huomioiva. Tärkeät asiat tuotiin esille ymmärrettävällä tavalla ja nostettiin esille myös ajankohtaisia esimerkkejä tositapahtumista. Tapahtumassa oli kuultavissa myös hienoja ja ainutlaatuisia havaintoja, ajatuksia ja oivalluksia liittyen nuorten omien valintojen merkityksestä terveyteen ja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin.

Lähteet

- Aaltonen, J. 2012. Turvataitoja nuorille. Tampere: Terveyden ja hyvinvoinninlaitos.
- Heikkilä, T. 2014. Tilastollinen tutkimus. 9. uudistettu painos. Helsinki: Edita Prima.
- Hilksa, S. 2013. CHOICES – Sun oma valinta? Viitattu 4.7.2016. Ei käytössä.
<https://www.porvoo.fi/fi/porvoo-tietoa/uutiset/?a=viewItem&itemid=12315>
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Hoikkala, T. 2010. Mielenterveys lasten ja nuorten elämässä. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Jyväskylän yliopisto. Terveyden edistämisen tutkimuskeskus. WHO-Koululaistutkimus. Viitattu 8.4.2016.
https://www.jyu.fi/sport/laitokset/tutkimusyksikot/tetk/vahvuus/lapset_nuoret_terveys/who
- Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. 3. uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro.
- Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyötä. Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Kinnunen, J., Pere, L., Lindfors, P., Ollila, H. & Rimpelä, A. 2015. Nuorten terveystapatutkimus 2015. Nuorten tupakkatuotteiden ja päihdeiden käyttö 1977-2015. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Kinosmaa, P. 2016. Nuorisotila Zentra. Viitattu 4.7.2016. Ei käytössä.
http://www.porvoo.fi/fi/palvelut/kohderyhmat/nuoret/nuorisopalvelut/nuorten_tilat/keskustan_zentra
- Kumpula, M. 2012. Nuorten sosiaalisen pääoman muotoutuminen kaverisuhteissa. Lapin yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Pro gradu-tutkielma.
- Lintonen, T., Konu, A. & Rimpelä, M. 2001. Identifying potential heavy drinkers in early adolescence. Health Education 101.4, 159-168.
- L 1143/1994. Alkoholilaki. Viitattu 7.4.2016
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1994/19941143?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=alkoholilaki>
- L 523/2015. Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä. Viitattu 6.4.2016
<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150523>
- L 417/ 2007. Lastensuojelulaki. Viitattu 6.4.2016
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=lastensuojelulaki#L5P25>
- L 72/2006. Nuorisolaki. Viitattu 5.4.2016
<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2006/20060072?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=Nuorisolaki#Pidm1748784>
- L 41/1986. Päihdehuoltolaki. Viitattu 7.4.2016
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=P%C3%A4ihdehuoltolaki>

L 693/1976. Tupakkalaki. Viitattu 7.4.2016

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1976/19760693#L5>

Mämmilä-Satta, S. 2015. Nuorten pähteiden käyttö ja siihen yhteydessä olevat sosiaalisen pääoman tekijät. Lapin yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Pro gradu-tutkielma.

Niemelä, S. 2015. Nuoren alkoholi-ongelmalle altistavat ja siltä suojaavat tekijät. Teoksessa Aalto, M., Alho, H., Kiiänmaa, K. & Lindroos, L. (toim.) Alkoholiriippuvuus. 3. uudistettu painos. Tallinna: Printon.

Nuorten mielenterveystalo. Häiriöt ja ongelmat. Päihdeongelmat. Viitattu 13.11.2016

https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/tietoa_mielenterveydesta/nuorten_mielenterveysongelmat/Pages/paihdeongelmat.aspx

Pirskanen, M. 2007. Nuorten päihdeettömyyden edistäminen. Varhaisen puuttumisen malli koulu- ja opiskeluterveydenhuoltoon. Kuopion yliopisto. Hoitotieteen laitos. Väitöskirja.

Pohjonen, P. 2015. "TÄTÄ MUN KUULUU TEHDÄ" -Päihdetaustaisten nuorten aikuisten motiiveja tehdä kokemustietoon pohjautuvaa päihdekasvatusta. Viitattu 31.3.2016

<http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/97694/GRADU-1435930486.pdf?sequence=1>

Preventiimi - nuorisoalan ehkäisevän päihdetyön osaamiskeskus. 2009. Mitä on nuorisoalan ehkäisevä päihdetyö? Viitattu 11.10.2016

<http://www.preventiimi.fi/wp-content/uploads/sites/28/2015/11/Nept-fin-2-painos-taitettu.pdf>

Pylkkänen, S., Viitanen, R. & Vuohelainen, E. 2009. Mitä on ehkäisevä päihdetyö? Viitattu 4.4.2016.

<http://www.koordinaatti.fi/sites/default/files/mita-on-nuorisoalan-ehkaiseva-paihdeetyo.pdf>

Pylkkänen, S. & Vuohelainen, E. 2012. Ammatillisen päihdekasvatuksen eettiset toimintaperiaatteet. Teoksessa Inkinen, A., Kokkonen, J. & Ruuska, V. (toim.) Selvää synergiaa- eettisesti kantavaa päihdekasvatusta. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu.

Raitasalo, K., Huhtanen, P. & Miekka, M. 2016. Nuorten pähteiden käyttö Suomessa 1995-2015 ESPAD-tutkimusten tulokset. Tampere: Terveyden ja hyvinvoinninlaitos.

Sorvali, A. 2015. CHOICES - ehkäisevän päihdetyön keskusteluilta 6.-luokkalaisten vanhemmille 28.4. Viitattu 31.3.2016. Ei käytössä.

<http://www.porvoo.fi/fi/porvoo-tietoa/uutiset?a=viewItem&itemid=16335>

Stakes. 2006. Laatutähteä tavoittelemassa. Ehkäisevän päihdetyön laatukriteerit.

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/75223/laatutahtea_tavoittelemassa1.pdf?sequence=1

Talonen, H. 2013. Nuorten päihdeasenteet ja -kasvatus. Hubu-päihdekasvatusmenetelmän merkitys nuorten päihdeasenteissa. Helsingin yliopisto. Sosiaalitieteiden laitos. Pro-gradu-tutkielma.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2014. Riski- ja suojaavat tekijät. Viitattu 11.4.2016.

<https://www.thl.fi/fi/web/terveyden-edistaminen/toimijat/terveyden-edistaminen-eri-toimialoilla/terveyden-ja-hyvinvoinnin-edistaminen-ammattillisessa-koulutuksessa/ehkaiseva-paihdeetyo/riski-ja-suojaavat-tekijat>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2016a. Väestötutkimukset. Viitattu 8.4.2016.

<https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2016b. Ehkäisevä päihdetyö. Viitattu 9.4.2016

<https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeetyo>

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. 2016c. Vaikuttaako päihdevalistus? Viitattu 11.10.2016
<https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdevalistus/ehkaisevan-paihdevalistuksen-menettelyt/paihdekasvatus-ja-valistus/vaikuttaako-paihdevalistus->

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

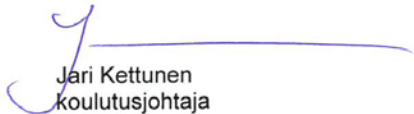
Tuomi, J. & Sarajarvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

World Health Organization. 2016. Growing up unequal: gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: International report from The 2013/2014 survey. Viitattu 23.10.2016.
http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/303438/HSBC-No7-Growing-up-unequal-full-report.pdf

Liitteet

Liite 1: Tutkimuslupa.....	43
Liite 2: Havainnointilomake.....	44
Liite 3: Saatekirje.....	45
Liite 4: Kyselylomake	46

Liite 1: Tutkimuslupa

PORVOON KAUPUNKI	VIRANHALTIJAPÄÄTÖS	
Koulutusjohtaja	3.5.2016	54 §
Vireillepanija		
Asia	TUTKIMUSLUPA-ANOMUS/ETHOLÉN JA ROSENQVIST	
Perustelut	Laurea ammattikorkeakoulun opiskelijat Emilia Etholén ja Annette Rosenqvist anovat lupaa opinnäytyölleen Porvoon kouluissa viikolla 19. Aiheena on nuorten ennaltaehkäisevän päihdetyön kehittäminen ja se toteutetaan laadullisena tutkimuksena havainnoinnein ja kyselylomakkein kahtena päivänä 20. ja 27.4.2016 sekä vanhempainilta 3.5.2016.	
Päätös	<p>Myönnän Emilia Etholénille ja Annette Rosenqvistille luvan opinnäytetyöhön Porvoon kouluissa. Aiheena on nuorten ennaltaehkäisevän päihdetyön kehittäminen ja se toteutetaan laadullisena tutkimuksena havainnoinnein ja kyselylomakkein.</p> <p>Luvan edellytys on että tutkimus tulee valmistuttuaan Porvoon kaupungin sivistystoimen käyttöön.</p>	
	 Jari Kettunen koulutusjohtaja	
Lisätietoja antaa:	Jari Kettunen puh. 040 514 1133 tai jari.kettunen@porvoo.fi	
JAKELU	hakijat koulut	
MUUTOKSENHAKU		
Oikaisuvaatimusperuste	Kunnan viranomaisen päätökseen saa jokainen hakea muutosta sillä perusteella, että päätös loukkaa hänen oikeuttaan. Kunnan jäsen saa hakea muutosta päätökseen myös sillä perusteella, että päätös on syntynyt virheellisessä järjestyksessä taikka menee viranomaisen toimivaltaa ulommaksi tai muutoin on lainvastainen.	
Oikaisuvaatimusviranomainen	Sivistyslautakunta Taidetehtaankatu 1 06100 Porvoo	
Tiedoksianto	Lähetetty postitse/luovutettu <u>4.5.2016</u>	
Oikaisuvaatimusaika	Oikaisuvaatimus on tehtävä 14 päivän kuluessa päätöksen tiedoksisaannista. Asianosaisen katsotaan saaneen päätöksestä tiedon, jollei muuta näytetä, seitsemän päivän kuluttua kirjeen lähettämisestä.	
Oikaisuvaatimus	Oikaisuvaatimus on tehtävä kirjallisesti. Oikaisuvaatimuksessa on ilmoitettava <ul style="list-style-type: none"> - hakijan nimi, asuinkunta ja postiosoite - päätös, johon haetaan muutosta - miltä osin päätöksestä haetaan muutosta - muutosvaatimuksen perusteet 	

Liite 2: Havainnointilomake

Havainnointilomake
Sosiaalinen paine

Ryhmän koko

tyttöjä

poikia

Ryhmään kuuluminen
tuo mukanaan paineita sen normien mu-
kaiseen käyttäytymiseen

Toteutuu	Toteutuu osittain	Ei toteudu
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Huomioitavaa:

Ryhmän paine on suurempi tytöillä kuin
pojilla

Toteutuu	Toteutuu osittain	Ei toteudu
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Huomioitavaa:

Samanlaisuuden ja tavallisuuden vertais-
paine synnyttävät tarpeen eristää ja erot-
taa ne, jotka jollakin tavalla poikkeavat
ryhmän määrittelemästä 'normaalista'

Toteutuu	Toteutuu osittain	Ei toteudu
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Huomioitavaa:

Liite 3: Saatekirje



KYSELYLOMAKE CHOICES - SUN OMA VALINTA TAPAHTUMAAN OSALLISTUNEILLE 6. LUOKKALAISILLE

Hei 6. luokkalainen! ☺

Olemme neljännen vuoden terveydenhoitajaopiskelijoita Laurea-ammattikorkeakoulusta. Tämä kysely kuuluu opinnäytetyöhömmme, jonka tarkoituksena on kehittää Choices - Sun oma valinta tapahtumaa entistä vaikuttavammaksi. Kyselyssä tarkastellaan tapahtumaan osallistuneiden suojaavia tekijöitä, ymmärrystä omista valinnoistaan ja sosiaalisen paineen esiintymistä.

Osallistuit yhdessä muun luokkasi kanssa Choices - Sun oma valinta päihdekasvatustapahtumaan, jonka vuoksi sinut on valittu vastaamaan tähän kyselyyn. Tutkimuksen luotettavuuden kannalta olisi tärkeää, että vastaat kysymyksiin itsenäisesti ja rehellisesti. Kyselyn vastaukset käsitellään nimettömästi.

Vastaaminen kyselyyn on helppoa ja aikaa siihen kuluu noin 15 min.

Vastaathan kaikkiin kysymyksiin.

Kiitos osallistumisestasi!

Mikäli sinulla tai vanhemmillasi herää vielä kysymyksiä tähän kyselyyn liittyen, voi meihin olla yhteydessä sähköpostitse.

Emilia Etholén

emilia.etholen@laurea.fi

Annette Rosenqvist

annette.rosenqvist@laurea.fi

Aurinkoista kesää!

Liite 4: Kyselylomake

Koulu _____

Luokka _____

Syntymävuosi _____

Syntymäkuukausi _____

Osallistuitko Choices-tapahtumaan keväällä 2016?

Kyllä

En

1. Olen...

 tyttö poika

2. Keiden AIKUISTEN kanssa asut? Valitse yksi tilannettasi parhaiten kuvaava vaihtoehto.

 äidin ja isän kanssa äidin ja isän kanssa vuorotellen, vanhempi eivät asu yhdessä vain äidin kanssa vain isän kanssa äidin/isän ja hänen kumppaninsa kanssa muun aikuisen tai aikuisten kanssa asun muulla tavoin

3. Mikä on korkein koulutus, minkä vanhempasi ovat suorittaneet?

Äiti

Isä

Peruskoulu tai kansakoulu/kansalaiskoulu

Lukio tai ammatillinen oppilaitos

Lukion tai ammatillisen oppilaitoksen lisäksi ammattillisia opintoja

Yliopisto, ammattikorkeakoulu tai muu korkeakoulu

Ei koulutusta

4. Seuraavien väittämien avulla arvioidaan sinun ja vanhempiesi välistä suhdetta. Rastita jokaisesta väittämästä vaihtoehto, joka kuvaa parhaiten mielipidettäsi.

Vanhempien tuki ja suhteet vanhempiin

Yleensä
ainaMelkein
aina

Harvoin

Ei
koskaan

Pystyn keskustelemaan vanhempieni kanssa omista asioistani.

Vanhempani ovat valmiita auttamaan, jos minulla on esimerkiksi kouluun liittyviä ongelmia.

Vanhempani tukevat minua harrastuksissani.

Pohdimme yhdessä erilaisia valintojani.

He tietävät missä vietän perjantai- ja lauantai-iltani.

Vanhempani valvovat jämäkästi tekemisiäni.

Vanhempani kannustavat päihteettömyyteen.

Vanhempani ovat antaneet maistaa kotona alkoholia.

Tunnen, että vanhempani rakastavat minua.

5. Mitä pidät koulun käynnistä tällä hetkellä?

Pidän koulunkäynnistä...

- hyvin paljon
 melko paljon
 melko vähän
 en lainkaan

6. Seuraavaksi esitetään koulun ilmapiiriin liittyviä väittämiä. Rastita vaihtoehto, joka kuvaa parhaiten omaa mielipidettäsi.

Kouluolot	Täysin samaa mieltä	Lähes samaa mieltä	Lähes eri mieltä	Täysin eri mieltä
Opettajat rohkaisevat minua ilmaisemaan oman mielipiteeni oppitunneilla.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Opettajat ovat kiinnostuneita siitä, mitä minulle kuuluu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Opettajani odottavat minulta liikaa koulussa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Opettajat kohtelevat meitä oppilaita oikeudenmukaisesti.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Luokkani oppilaat viihtyvät hyvin yhdessä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Luokassani on hyvä työrauha.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Luokan ilmapiiri on sellainen, että uskallan vapaasti ilmaista mielipiteeni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Oppilaiden mielipiteet otetaan huomioon koulutyön kehittämisessä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tiedän, miten koulussani voin vaikuttaa koulun asioihin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. Miten koulunkäyntisi sujuu? Onko sinulla vaikeuksia seuraavissa asioissa?

Koulunkäynnin haasteet	Ei lainkaan	Melko vähän	Melko paljon	Erittäin paljon
Opetuksen seuraaminen oppitunneilla	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Työskentely ryhmissä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Läksyjen tai muiden vastaavien tehtävien tekeminen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kokeisiin valmistautuminen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Itselleni parhaiten sopivan opiskelutavan löytäminen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Omatoimisuutta vaativien tehtävien aloittaminen tai valmiiksi hoitaminen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kirjoittamista vaativien tehtävien tekeminen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lukemista (esim. kirjasta) vaativien tehtävien tekeminen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Laskemista vaativien tehtävien tekeminen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Koulukavereiden kanssa toimeentuleminen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Opettajien kanssa toimeen tuleminen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

8. Kuinka monta kokonaista koulupäivää olet ollut seuraavien syiden takia poissa viimeisen kuukauden aikana?

Poissaolon syy	En yhtään	Yhden päivän	2-3 päivää	Yli 3 päivää
Sairauden takia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pinnaamisen tai lintsauksen takia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Muusta syystä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

9. Onko sinulla tällä hetkellä jokin säännöllinen harrastus?

ei

kyllä, mikä? _____

10. Miten paljon vietät vapaa-aikaasi ystäväsi ja perheesi kanssa? Rastita

Vapaa-ajan vietto	Vähän aikaa päivittäin	Useita tunteja päivittäin	Useita tunteja viikottain	En juuri koskaan
koulukavereiden kanssa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
harrastuskavereiden kanssa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
yhden ystävän kanssa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
olen yksin omista puuhistani	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
olen vanhempieni kanssa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
olen sisarusten kanssa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
vietän aikaani muuten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

11. Tuntevatko vanhempsii useimmat ystäväsi?

molemmat tuntevat

vain isä tuntee

vain äiti tuntee

ei kumpikaan tunne

12. Seurusteletko? Onko sinulla tyttö- tai poikaystävä?

ei

kyllä

13. Kuinka paljon sinulla on rahaa käytettävissä keskimäärin VIIKOSSA (viikkorahaa, jota saat käyttää niin kuin haluat)?

alle 5 euroa

5-9 euroa

10-19 euroa

20-29 euroa

30-39 euroa

40-49 euroa

50 euroa tai enemmän

14. Onko sinulla tällä hetkellä todella läheistä ystävä, jonka kanssa voit keskustella luottamuksellisesti lähes kaikista omista asioistasi?

ei ole läheisiä ystäviä

on yksi läheinen ystävä

on kaksi läheistä ystävä

on useampia läheisiä ystäviä

15. Seuraavaksi esitetään terveyteen liittyviä väittämiä. Rastita vaihtoehto, joka kuvaa parhaiten omaa mielipidettäsi.

Terveys ja siihen liittyvä tekijä	Täysin samaa mieltä	Lähes samaa mieltä	Lähes eri mieltä	Täysin eri mieltä
Terveys merkitsee minulle hyvää oloa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Osaan hoitaa terveyttäni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Luon perustaa tulevaisuudelleni hoitamalla terveyttäni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Olen itse vastuussa omasta terveydestäni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hyvät ihmissuhteet edistävät terveyttä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
On tärkeää osata puhua huolistaan ystävien kanssa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
On tärkeää osata puhua huolistaan aikuisten kanssa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Myönteinen itsetunto edistää terveyttäni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Myönteinen elämänsänteeni edistää terveyttäni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Elintapani (liikunta, ravinto, tupakointi, alkoholin käyttö yms.) vaikuttavat terveyteeni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Terveyteni voi helposti muuttua elintapojeni vuoksi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tupakointi vaarantaa terveyttä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jatkuva alkoholin käyttö on vaaraksi terveydelle.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Marihuanan tai hasiksen käyttö on vaaraksi terveydelle.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. Seuraavaksi esitetään itsetuntoon liittyviä väittämiä. Rastita vaihtoehto, joka kuvaa parhaiten omaa mielipidettäsi.

Itsetuntoa kuvaava väittäjä	Täysin samaa mieltä	Lähes samaa mieltä	Lähes eri mieltä	Täysin eri mieltä
Mielestäni olen ihmisenä ainakin yhtä arvokas kuin muut.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mielestäni minulla on useita hyviä ominaisuuksia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Olen taipuvainen pitämään itseäni epäonnistujana.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kykenen tekemään asioita yhtä hyvin kuin useimmat muutkin ihmiset.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Minulla ei ole paljoakaan ylpeilemisen aihetta.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Asennoidun itseäni myönteisesti.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Suurin piirtein olen tyytyväinen itseäni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Toivoisin, että minulla olisi enemmän itsekunnioitusta.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tunnen itseni joskus todella hyödyttömäksi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Joskus ajattelen, etten kelpaa mihinkään.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

17. Kuinka paljon seuraavat ongelmat ovat vaivanneet sinua viimeksi kuluneen viikon aikana?

	Ei yhtään	Vähän	Kohtalaisesti	Hyvin paljon	Äärimmäisen paljon
Nolostumisen pelko saa minut välttämään joidenkin asioiden suorittamista tai puhumista toisille ihmisille.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vältän tekemisiä, joissa olen huomion keskipisteenä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nolostuneeksi tuleminen tai tyhmyltä vaikuttaminen kuuluvat pahimpiin pelkoihini.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

18. Olet ehkä ystäväsi kanssa pohtinut päihteiden käyttöön liittyviä asioita tai joutunut tilanteisiin, joissa on päihteitä saatavilla. Rastita seuraavista päihteiden käyttöön liittyvistä väittämistä vaihtoehto, joka kuvaa parhaiten omaa mielipidettäsi.

Päihteiden käyttöön liittyvä tilanne	Täysin samaa mieltä	Lähes samaa mieltä	Lähes eri mieltä	Täysin eri mieltä	En osaa sanoa TAI tilanne ei ole tuttu
Ystäväni ja minä haluamme viettää sellaista vapaa-aikaa, johon ei liity päihteiden käyttöä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ystäväni tukevat päihteettömyyteen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pystyn kieltäytymään päihteiden ottamisesta, vaikka muut käyttäisivätkin niitä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Olen kokeillut päihteitä, koska olemme porukalla päättäneet kokeilla niitä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Olen kokeillut päihteitä, koska en halua tulla leimatuksi "niuhohtajaksi" tai "tiukkapoiseksi".	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Olen kokeillut päihteitä, koska kaveriporukani painostaa siihen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ystäväni hyväksyvät minut sellaisena kuin olen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

19. Ihmisillä on erilaisia käsityksiä siitä, mikä on hyväksyttävää ja mikä ei. Hyväksytkö sinä seuraavat asiat?

	Kyllä	En	En osaa sanoa
Tupakointi silloin tällöin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 tai useamman savukkeen poltto päivässä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Parin alkoholiannoksen juominen muutaman kerran viikossa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Humala kerran viikossa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Marihuanan polttaminen silloin tällöin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Marihuanan polttaminen säännöllisesti.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

20. Kuinka monta kertaa olet juonut jotakin alkoholijuomaa elämäsi aikana?

- En kertaakaan
- 1-2 kertaa
- 3-5 kertaa
- 6-9 kertaa
- 10-19 kertaa
- 20-39 kertaa
- 40 tai enemmän

21. Oletko koskaan polttanut (kokeillut) tupakkaa?

- en
 olen

Minkä ikäinen silloin olit?

9-v. tai nuorem-pi	10-v.	11-v.	12-v.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

22. Kuinka monta savuketta, piipulista ja sikaria olet polttanut yhteensä tähän mennessä?

- en yhtään
 vain yhden
 noin 2-50
 yli 50

23. Mikä seuraavista vaihtoehdoista kuvaa parhaiten nykyistä tupakointiasi?

- tupakoin kerran päivässä tai useammin
 tupakoin kerran viikossa tai useammin, en kuitenkaan päivittäin
 tupakoin harvemmin kuin kerran viikossa
 olen lakossa tai lopettanut tupakoinnin
 en tupakoi

24. Ovatko vanhempasi tupakoineet sinun elinaikanasi? Vastaa molempien

	Äiti	Isä
Ei ole koskaan tupakoinut.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
On tupakoinut, mutta lopettanut	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tupakoi nykyisin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
En osaa sanoa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>