



LAUREA

"Että voi sitä silloin tällöin nauttia, mutta vasta kun se on laillista." Seitsemäsluokkalaisten ajatuksia alkoholista ennen ja jälkeen Aika Vä-littää! -intervention



Vartiainen, Hanna

Viitanen, Jenni

2010 Tikkurila

Laurea-ammattikorkeakoulu  
Laurea Tikkurila

" ETTÄ VOI SITÄ SILLOIN TÄLLÖIN NAUTTIA, MUTTA VASTA KUN SE  
ON LAILLISTA." SEITSEMÄSLUOKKALAISTEN AJATUKSIA ALKOHOLISTA ENNEN JA  
JÄLKEEN AIKA VÄLITTÄÄ! -INTERVENTION

Hanna Vartiainen  
Jenni Viitanen  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Opinnäytetyö  
Marraskuu 2010

Hanna Vartiainen  
Jenni Viitanen

” Että voi sitä silloin tällöin nauttia, mutta vasta kun se on laillista.” Seitsemäsluokkalaisten ajatuksia alkoholista ennen ja jälkeen Aika Välittää! -intervention

Vuosi 2010 Sivumäärä 36 + 12 (4 liitettä)

---

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa Vantaa välittää - hankkeen Aika Välittää! - interventioihin osallistuneiden seitsemäsluokkalaisten suhtautumista alkoholiin ja intervention vaikutusta siihen, sekä kerätä palautetta interventioon liittyvien ohjaustuntien alkoholiosuudesta. Vantaa välittää -hanke toteutui vuosien 2007-2009 aikana, ja sen ensisijaisena tavoitteena oli vähentää alaikäisten päihteiden käyttöä.

Vantaalaisen yläkoulun kahden seitsemännen luokan oppilaiden suhtautumista alkoholiin kartoitettiin puolistrukturoiduilla kyselylomakkeilla ennen interventiota ja sen jälkeen. Sanalliset vastaukset analysoitiin sisällön analyysiä hyödyntäen ja numeraaliset vastaukset määrällisen tutkimuksen menetelmin.

Tutkimuksissa on todettu, että nuorten ennaltaehkäisevälle päihdetyölle on tarvetta. Kuten muuallakin Suomessa, vantaalaisille yläkouluikäisille nuorille tehdyissä päihteiden käyttöä koskevissa kyselyissä on havaittu, että yhä useampi nuori ei käytä päihteitä lainkaan, mutta ne jotka käyttävät, aloittavat päihteiden käytön entistä nuorempana ja käyttö on runsaampaa. Varhain aloitettu päihteiden käyttö on erityisen haitallista kehittyville nuorille, ja siitä aiheutuvilla seurauksilla voi olla kauaskantoiset vaikutukset.

Opinnäytetyön tulosten mukaan oppilaat kokivat saaneensa riittävästi tietoa alkoholista jo ennen interventiota. Siitä huolimatta heidän tietämyksensä erityisesti alkoholin haittavaikutuksista lisääntyi intervention aikana. Lisäksi nuoret uskoivat alkoholin käytön olevan yleisempää ikäistensä keskuudessa, kuin mitä se todellisuudessa on.

Opinnäytetyön tulosten perusteella Aika Välittää! -interventiota voi kehittää edelleen soveltuvammaksi keräämällä intervention kohderyhmältä, seitsemäsluokkalaisilta, palautetta ja ideoita ohjausmateriaalin kehittämiseksi.

Laurea University of Applied Sciences  
Laurea Tikkurila

"You can drink alcohol every now and then, but not until it's legal." Seventh graders thoughts about alcohol before and after the Time to Care! -intervention

Hanna Vartiainen  
Jenni Viitanen  
Degree Programme in Nursing  
Thesis  
November 2010

Hanna Vartiainen  
Jenni Viitanen

"You can drink alcohol every now and then, but not until it's legal."  
Seventh graders thoughts about alcohol before and after the Time to Care! -intervention

Year                      2010    Pages                      36 + 12 (4 appendixes)

The purpose of this thesis was to survey 7th graders stances towards alcohol and the influence of intervention on those among seventh graders who took part in Vantaa Cares -project's Time to Care! -intervention and to collect their feedback and opinions about the alcohol part of the intervention. Vantaa Cares -project was carried out between years 2007-2009 and its primary goal was to reduce the use of alcohol among adolescents.

The stances were surveyed from two classes of 7th graders from a junior high school at Vantaa with a semi structured questionnaire before and after the intervention. After the intervention written answers were analysed with contents analysis and numeral answers were analysed with quantitative methods.

Several studies have shown a need for preventive work against the use of intoxicants among adolescents. As in the rest of Finland, inquiries made to adolescents in junior high schools of Vantaa have shown that many of them don't use intoxicants at all, but those who do start the use even younger than before and they use intoxicants more than before. Early intoxicant use is especially harmful for adolescents growing up and the consequences may be far reaching.

The results of this thesis showed that 7th graders already felt they had enough information of alcohol before the intervention. Despite that their knowledge of especially the disadvantages of alcohol increased during the intervention. The adolescents also believed that alcohol use among people of same age is more common than it actually is.

The results of this thesis showed that Time to Care! -intervention and its teaching material could be improved to being more suitable for 7th graders by collecting feedback and ideas from themselves.

Key words: alcohol, preventive work against intoxicants, intervention, adolescent

## Sisällys

1	JOHDANTO .....	7
2	NUORUUS JA ALKOHOLI .....	8
2.1	Nuoren psykofyysissosiaaliset muutokset .....	8
2.2	Suomalainen alkoholikulttuuri nuorten päihdekasvatuksen taustana .....	11
2.3	Suomalaisnuorten alkoholinkäyttö .....	13
2.4	Alkoholin käytön haittavaikutukset nuorille .....	16
2.5	Nuorten ryhmäohjaus .....	17
3	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA OPINNÄYTETYÖKYSYMYKSET .....	21
4	KUVAUS OPINNÄYTETYÖN EMPIIRISESTÄ TOTEUTUKSESTA .....	22
4.1	Vantaa välittää -hankkeen Aika välittää! -intervention suunnittelu ja toteutus .....	22
4.2	Ohjaustunnin toteutuksen arviointi .....	24
4.3	Opinnäytetyön aineiston keruun, käsittelyn ja analysoinnin kuvaus .....	26
5	TULOKSET .....	27
5.1	Nuorten suhtautuminen alkoholiin ennen ja jälkeen intervention .....	27
5.2	Nuorten alkoholitietämys ennen ja jälkeen intervention .....	29
5.3	Nuorten kokemus intervention alkoholiosuudesta ja palaute interventiosta .....	31
	POHDINTA .....	33
	LÄHTEET .....	36
	LIITTEET 1-4 .....	38

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa Vantaa välittää -hankkeen Aika välittää! -interventioihin osallistuneiden seitsemäsluokkalaisten suhtautumista alkoholiin ja intervention vaikutusta siihen, sekä kerätä palautetta interventioon liittyvien ohjaustuntien alkoholiosuudesta. Jatkossa viitattaessa interventioon, tarkoitetaan sillä Aika välittää! -interventiota.

Vantaa Välittää -hanke on osa Vantaan kaupungin päihdepalveluiden ehkäisevää päihdetyötä. Hankkeen tavoitteena on vähentää alaikäisten päihteiden käyttöä ja vaikuttaa nuorten päihteiden käyttöä koskeviin asenteisiin. Hanke toteutui vuosien 2007-2009 aikana. (Vantaa Välittää -hanke 2007-2009.) Hanke toteutettiin yhteistyössä poliisin, alkoholilupaviranomaisten, terveydensuojelutarkastajan, nuorisopalveluiden ja Helsingin nuorten ehkäisevän päihdetyön yksikön -Klaarin kanssa. (Hörkkö, Lindqvist, Markkula. 2009: 2, 6.)

Interventio on osa Vantaa välittää -hanketta. Se on kohdistettu seitsemännen luokan oppilaille. Keskeinen osa interventiota on koululla pidettävät ohjaustunnit. Ohjaustunteja varten on luotu yhtenäiset salkut, jotka sisältävät kaiken tarvittavan materiaalin ja tiedon. Ohjaustunnit koostuvat kolmesta rastista, jotka nuoret kiertävät läpi. Rasteilla käsitellään alkoholia, tupakkaa ja kiusaamista. Intervention ensisijaisena tavoitteena on alaikäisten nuorten päihteidenkäytön vähentäminen. Interventio toteutetaan prosessiluontoisesti, koska päihdekasvatuksen on todettu olevan hyödyllisintä niin toteutettuna. Interventio toteutetaan kolmessa erillisessä vaiheessa. Intervention materiaali antaa mahdollisuuden aiheen käsittelyyn nuorten kanssa vielä intervention päätyttyä. (Vantaa välittää -hanke. 2007-2009.)

Hankkeelle on todettu olevan tarvetta, sillä Vantaalaisille yläkouluikäisille nuorille tehdyissä päihteiden käyttöä koskevissa kyselyissä on havaittu, että yhä useampi nuori ei käytä päihteitä lainkaan, mutta ne jotka käyttävät, aloittavat päihteiden käytön entistä nuorempana ja käyttö on runsaampaa. (Vantaa välittää -hanke. 2007-2009.) Sama ilmiö on ollut havaittavissa myös muualla Suomessa. Nuorten alkoholinkäyttöön tulisi puuttua mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, sillä siitä aiheutuvat haitat ovat kiistattomia (Karlsson 2009: 23). Varhain aloitettu alkoholin käyttö voi vaarantaa nuoren normaalin aikuiseksi kehittymisen (Nuoret ja alkoholi 2006). Alkoholin käyttö vaikuttaa nuoren fyysiseen ja psyykkiseen kehitykseen, ja siitä aiheutuvat terveysriskit ovat jopa kaksinkertaiset aikuisiin verrattuna. Näin olleen nuoren alkoholin käyttö voi vaikeuttaa koulunkäyntiä ja siten johtaa jopa syrjäytymiseen. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2005.)

## 2 NUORUUS JA ALKOHOLI

Ihmisen elämä muodostuu useista vaiheista. Näiden vaiheiden aikana hän kehittyy ja muuttuu, niin fysiologisesti kuin psykologisesti. Yhden merkittävän muutoksen ihminen kokee nuoruusvaiheessa. Lapsen kehittyminen aikuiseksi, mieheksi tai naiseksi, on suurten henkisten ja ruumiillisten mullistusten tulos. (Aalberg & Siimes 2007: 11.) Alkoholin käyttö voi vaikuttaa haitallisesti näihin muutoksiin. Lisäksi nuorena aloitettu alkoholin käyttö on suurin myöhemmää alkoholiriippuvuutta ennustava tekijä. Alkoholin haittojen ennaltaehkäisyn näkökulmasta onkin erityisen tärkeää tukea nuoria päihteettömyyteen. (Alkoholi ja aivot 2007: 9-10.)

### 2.1 Nuoren psykofyysissosiaaliset muutokset

Nuoruus voidaan määritellä psyykkiseksi kehitysvaiheeksi, joka sijoittuu ikävuosien 12-22 väliin. Nuoruuden alkuvaiheeseen sijoittuu varsinainen murrosikä, jonka tytöt kokevat poikia aiemmin. Nuoret voidaan ikänsä perusteella jakaa karkeasti kolmeen ryhmään, 12-14-vuotiaat varhaisnuoriin, 15-17 -vuotiaat varsinaisiin nuoriin ja 18-22 -vuotiaat jälkinuoruuttaan eläviin (Aalberg & Siimes 2007: 15, 68; Nurmi 2006: 257). Nuoruuden vaiheiden jaotteluun ei kuitenkaan ole olemassa mitään yleisiä, yhteisesti sovittuja kriteereitä. Tiettyjen ikävaiheiden tarkkan seuraamisen sijaan on tärkeää muistaa, että nuorten kehitys ja siihen vaikuttavat tekijät ovat yksilöllisiä ja voivat vaihdella paljonkin eri ikävaiheiden välillä. Yksilön kehitys nuoruudessa on monimutkainen ja yksilöllinen tapahtuma, jonka ymmärtämistä eivät yksinkertaisuudet juuri helpota. (Nurmi 2006: 257.)

Nuoruuden alkua voidaan rajata puberteetin alkamisella (Nurmi 2006: 256). Pojilla murrosiän kehitys alkaa keskimäärin 12-vuotiaana. Tyttöillä murrosiän fyysinen kehitys alkaa puolestaan noin pari vuotta poikia aiemmin, keskimäärin 10-vuotiaana. Kehityksen aikataulut voivat kuitenkin vaihdella huomattavasti yksilöiden kesken. Murrosikä eli puberteetti kestää keskimäärin 2-5 vuotta. Se koostuu biologisesta ja fysiologisesta kehityksestä ja sen aikana lapsi kehittyy fyysisesti aikuiseksi. Murrosiän aikana alkavat myös nuoren sukupuolisuus ja seksuaalisuus kehittyä ja kypsyä. Hormonitoiminta lisääntyy ja fyysinen kasvu kiihtyy. (Aalberg & Siimes 2007: 15, 37, 51.) Varhain aloitettu alkoholin käyttö voi vaarantaa nuoren normaalia fyysistä kehitystä aikuiseksi (Nuoret ja alkoholi 2006), esimerkiksi vaikuttamalla aivojen kehitykseen (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2005).

Kehon muutosten mukana muuttuu myös psyykinen tasapaino. Nuoruusiässä yksilö joutuu melkoisen tehtävän eteen, sillä hänen on sopeuduttava näihin suuriin sisäisiin ja ulkoisiin muutoksiin. Nuori joutuu, toisin sanoen, määrittelemään itseään uudelleen. Koska tytöt ja pojat kehittyvät nuoruudessa eri tahtiin, myös heidän ongelmansa ovat erilaisia. Yhdellä kou-



luluokalla on aina nuoria, jotka voivat olla kehitykseltään hyvinkin eri vaiheissa. (Aalberg & Siimes 2007: 11, 15, 68.)

Nuoruudessa tapahtuu ajatusmaailman muokkautumista kohti aikuiselle tyypillistä ajattelua ja sen muotoja. Tässä ikävaiheessa saavutetaan usein se abstraktisuuden ja loogisuuden taso, joka tulee olemaan yksilön ajattelulle ominaista aikuisuudessa. (Nurmi 2006: 256.) Nuoren maailma avartuu ja ajatteluun, käyttäytymiseen ja tunne-elämään tulee merkkejä aikuisuudesta (Turunen 2005: 113).

Murrosiässä ajattelun kehittyminen on hyvin merkittävässä asemassa. Nuoren ajattelu itsenäistyy, nuori havahtuu arvioimaan ympäristöään. Nuori alkaa huomata epätäydellisyyttä aikuisissa ympärillään, myös omissa vanhemmissaan. Nuori saattaa kohdistaa arviointia ja kritiikkiä aikuisiin, esimerkiksi opettajiin, joiden voi olla hankala ottaa sitä vastaan. Kritiikki on usein asiatonta, mutta nuoren tuottama arviointi kehittää osaltaan "ajattelevan ja itsenäistyvän mielen uutta suhdetta todellisuuteen". (Turunen 2005: 129-130.)

Teini-ikäisiä puhuttelevat usein laajat, maailmankatsomukselliset kysymykset. Opetettävien asioiden liittäminen inhimillisesti merkittäviin yhteyksiin toimii pedagogisena keinona nuorten motivoimiseen. Opetuksessa ja kasvatuksessa on tärkeää, että nuorella on mahdollisuus saada kosketus inhimillisesti arvokkaisiin asioihin. (Turunen 2005: 133-134.)

Nuoruutta pidetään ihmisen toisena yksilöitymisvaiheena. Ensimmäinen yksilöitymisvaihe alkaa lapsuudessa, kolmen ensimmäisen ikävuoden aikana, jolloin lapsi alkaa ymmärtää eron itsen ja muiden välillä. Löytääkseen uuden, aikuisemman identiteettinsä, on nuoren pystyttävä irtautumaan lapsuudesta. Nuoruudessa yksilö kohtaa uudelleen lapsuudesta tuttuja ja lapsenomaisia toiveita ja ristiriitoja. Tästä johtuen nuoruutta pidetään ikään kuin toisena mahdollisuutena, tilaisuutena korjata mennyttä ja muokata tulevaisuutta. "Nuoruudessa on toinen mahdollisuus muuttaa persoonallisuutta ratkaisevalla ja lopullisella tavalla. Nuoruus on mahdollisuuksien aikaa." (Aalberg & Siimes 2007: 15, 68.)

Eräs olennainen nuoruuteen liittyvä kehityksen piirre on tunteiden esiintulo ja niiden voimistuminen; esimerkiksi häpeän ja syyllisyyden tunteet vahvistuvat moraalitietoisuuden voimistuessa. Nuoruuden kuohunta, josta usein puhutaan, on seurausta tästä tunteiden esiinnoususta. Nuori ajautuu tunteidensa vietäväksi enemmän kuin ennen. Nuoren voi olla hankala hallita tunteitaan ja sisäistä tunne-elämäänsä. Tunne-elämän uudenlaisen korostumisen ohella myös itsekorostus ja omapäisyys saattavat lisääntyä. Uusien kokemusten ja uuden kokemisen tavan vuoksi nuori saattaa kokea hämmennystä ja siitä johtuvaa ujoutta ja arkuutta. Nuorten kanssa tekemisissä olevien aikuisten tulee muistaa, että nuoret ovat herkkiä, eikä heidän tunnekuohuillansa saa leikitellä. (Turunen 2005: 114-120.)

Nuoruudessa tapahtuu samanaikaisesti sekä kognitiivisten kykyjen kehitystä että psykososiaalisen puolen taantumaa. Nuoruus poikkeaa muista ikävaiheista siinä, että se on ainoa ikävaihe jossa tällaista kognitiivista kehitystä ja psykososiaalista taantumaa tapahtuu yhtäaikaista. Nuoren kehitys vaihtelee etenemisen ja taantumisen välillä nopeastikin. (Aalberg & Siimes 2007: 11, 67, 76.)

Nuoruuden kehityksellisenä tavoitteena voidaan pitää itse hankitun autonomian saavuttamista. Saavuttaakseen tämän aikuisuuden autonomian on nuoren kyettävä ratkaisemaan ikäkautensa kuuluvia kehitystehtäviä. Näihin kuuluu irrottautuminen lapsuuden vanhemmista ja uuden aikuisemman suhteen heihin luominen. (Aalberg & Siimes 2007: 67-68.) Samalla nuoren itsenäisyys omaan elämään liittyvien päätösten teossa lisääntyy. (Nurmi 2006: 256.) Nuori haluaisi kokea ja nähdä maailmaa, viettää aikaa kodin ulkopuolella toveripiirissään. Tämä saattaa aiheuttaa perheessä kiistoja, esimerkiksi kotiintuloaikojen suhteen. Vanhemmat voivat kokea itsensä hyvinkin avuttomiksi nuoren vapauden halun ja nuoruudenkiihkon suhteen. (Turunen 2005: 115.)

Ikävaiheessaan nuori valmistautuu myös aikuiselämän rooleihin tekemällä valintoja liittyen koulutukseen, ammatinvalintaan, ihmissuhteisiin ja elämäntapaan. Nuoren tekemät valinnat ohjaavat häntä kohti aikuiselämänsä tulevia rooleja. Näiden valintojen tekoa ja roolien omaksumista voidaan pitää kriteerinä aikuistumisesta. (Nurmi 2006: 256.)

Nuoruuden kehityksen aikana nuori alkaa vanhempiensa sijaan turvata ja tukeutua yhä enemmän ikätovereihin (Aalberg & Siimes 2007: 68). Ystävyysuhteet tulevat syvemmiksi ja niiden tärkeys korostuu entisestään. Nuori löytää uusia toveripiirejä, joihin hän voi samaistua ja joista ottaa vaikutteita. Jotkut nuoret saattavat kuitenkin kokea kaiken sosiaalisen kanssakäymisen kiusallisena ja tukalana, jolloin nuori vetäytyy omaan kuoreensa, pois sosiaalisista tilanteista. Murrosikäinen alkaa ymmärtää ympäröivän maailman ja yhteiskunnan yhteisiä sääntöjä ja vaatimuksia sekä niiden noudattamisen tärkeyttä. Murrosikää onkin kutsuttu sosiaaliseksi syntymäksi. (Turunen 2005: 115-120.)

Murrosiässä nuori herkistyy ympäristön vaatimuksille ja odotuksille. Vaatimukset ovat esimerkiksi tapoja, arvostuksia ja normeja, jotka ovat vallalla yhteiskunnassa, tai sen pienemmissä osaryhmissä, kuten nuorisoyoukossa. Käyttäytyminen vastoin näitä vaatimuksia saattaa aiheuttaa nuorella häpeää ja pelkoa torjutuksi tai häväistyksi tulemisesta. Nuoren hyväksytyksi tulemisen tarve onkin korostunut suhteessa alempiin ikävaiheisiin. Paine hyväksytyksi tulemisesta saattaa johtaa nuoren uhmakkaaseen käyttäytymiseen, esimerkiksi alkoholin ja tupakan käyttöön. Vaikka nuoren toveripiirissä tapahtuva toiminta voi vaikuttaa aikuisten silmissä huonolta ja se saattaa johdattaa nuorta niin sanotusti huonoille teille, on se silti luonnollinen

vaihe nuoren sosiaalisessa kehityksessä. Näin nuori matkaa kohti itsenäisyyttä ja lapsuuden perheestä irtautumista. Nuoren on usein ensin kuuluttava johonkin ryhmään epäitsenäisenä jäsenenä, jotta hän myöhemmin voisi toimia sosiaalisesti itsenäisemmin ja omaehtoisemmin. (Turunen 2005: 116-117.)

Nuori voi kokea tilanteensa ristiriitaiseksi yrittäessään samanaikaisesti sopeutua sekä nuorisjoukkoon että aikuisten maailmaan ja niiden erilaisiin odotuksiin. Hyvä menestyminen koulussa ja harrastuksissa sekä hyvä käytös ovat arvostettuja ominaisuuksia, joita nuori tavoittelee saavuttaakseen hyväksyntää ja arvostusta myös yhteiskunnan perinteisten arvojen suunnalta. (Turunen 2005: 117.)

## 2.2 Suomalainen alkoholikulttuuri nuorten päihdekasvatuksen taustana

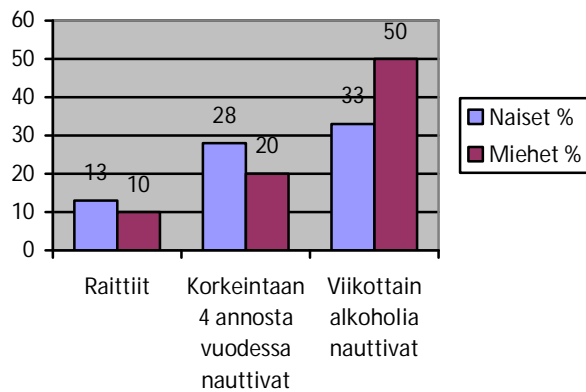
Suomessa alkoholipitoisista aineista aiheutuvia yhteiskunnallisia, sosiaalisia ja terveydellisiä haittoja pyritään ehkäisemään alkoholilailalla, joka osaltaan säätelee alkoholin kulutusta. Alkoholilaki kieltää ostamasta alkoholia alaikäisenä ja alkoholin välittämisen alaikäisille. (L 1994/1143.) Kuitenkin yli puolet nuorista kokee alkoholin saamisen helpoksi (Holmila, Karlsson, Raitasalo 2005: 305-308). Alkoholilain lisäksi Suomessa alkoholin käyttöä ja saatavuutta säädellään alkoholipolitiikalla. Sen tavoitteena on hillitä ja vähentää alkoholinkäytöstä aiheutuvia haittoja. (Alkoholipolitiikan kuluttajaopas 2004.)

Lain määritelmän mukaan alkoholijuoma on nautittavaksi tarkoitettua nestettä, joka sisältää yli 2,8 tilavuusprosenttia etyylialkoholia. Mieto alkoholijuoma saa sisältää enintään 22 % etyylialkoholia ja väkevä alkoholijuoma sisältää enemmän kuin 22 % etyylialkoholia. Suomessa kahdeksantoista vuotta täyttänyt saa ostaa mietoja alkoholijuomia vähittäismyynnistä. Kaksikymmentä vuotta täytettyään nuori saa oikeuden ostaa myös väkeviä alkoholijuomia. Edellä mainitut ikäraajat koskevat myös alkoholin hallussapitoa ja kuljettamista (L 1994/1143.) Siitä huolimatta kolmannes 13-vuotiaista on kokeillut mietoja alkoholijuomia ja väkeviä alkoholijuomia on kokeillut 15 % samanikäisistä nuorista. Tyypillisesti nuoret nauttivat yhdellä juomakerralla useita erilaisia alkoholijuomia. (Metso, Ahlström, Huhtanen, Leppänen, Pietilä 2009: 17.)

Vuosien 2008-2011 alkoholiohjelmassa on erikseen mietitty kuinka nuorten alkoholihaittoja voitaisiin vähentää. Vaikka alkoholin käyttöä ei pystyttäisi täysin estämään, olisi haittojen vähentämisen kannalta tärkeää, että aloittamisikää saataisiin siirrettyä myöhemmäksi. Lainsäädännöllisten keinojen lisäksi pyritään lisäämään yhteistyötä vanhempien ja erilaisten toimijoiden, kuten koulun ja järjestöjen välillä. Yksi tärkeä tavoite on vähentää nuorten altistumista alkoholimainonnalle ja lisätä päihdekasvatuksella mediakriittisyyttä alkoholia koh-

taan. Myös luomalla vaihtoehtoista toimintaa alkoholinkäytölle, pyritään vähentämään sen käyttöä. (Valtioneuvoston periaatepäätös terveys 2015 -kansanterveysohjelmasta 2001.)

Suomalaiset ovat pitäneet kiinni perinteisestä humalahakuisesta alkoholikulttuurista, mikä heijastuu myös nuorten alkoholinkäyttöön. Vuonna 2008 yhdeksän kymmenestä 15-69 -vuotiaasta suomalaisesta oli nauttinut viimeisen vuoden aikana alkoholia. Sukupuolten välisiä eroja ei juuri ollut. (Päihdetilastollinen vuosikirja 2009: 20.) Alkoholien kulutus Suomessa ei kuitenkaan ole tasaista. Suurkuluttajat, joita on noin 10 % kaikista alkoholista nauttivista, juovat yli 40 % kaikesta kulutetusta alkoholista. Kuvio 1. havainnollistaa prosenttein, kuinka raittiiden, korkeintaan neljä annosta alkoholia vuodessa nauttivien ja viikoittain alkoholia käyttävien 15-69 -vuotiaiden suomalaisten alkoholien käyttökerrat jakautuivat vuonna 2006. (Karlsson 2009 17-19).



Kuvio 1. Alkoholien käytön jakautuminen vuonna 2006

Alkoholien käytön jakautumien on nähtävissä myös nuorten keskuudessa. Yhä useampi nuori on täysin raitis, mutta ne jotka käyttävät päihteitä, aloittavat käytön nuorempina ja niiden käyttö on entistä runsaampaa. (Vantaa välittää -hanke 2007-2009.) Kehitys on huolestuttavaa, sillä varhain aloitetusta alkoholinkäytöstä seuraavat ongelmat jatkuvat siten todennäköisemmin aikuisuuteen ja ovat suurempia kuin niillä, jotka aloittavat alkoholien käytön myöhemmällä iällä (Aalto-setälä, T., Marttunen, M., Pelkonen, M. 2005: 4).

Nykyään Suomessa alkoholien käyttö on arkistunut ja sen saatavuus on huomattavasti helpottunut. Alkoholien käyttö on kuitenkin viikonloppupainotteista ja se mielletään liittyväksi vapaa-aikaan, erityistilanteisiin ja juhlaan. Nykyään on vaikea kuvitella esimerkiksi kesäfestivaaleja tai terassilla käymistä ilman että alkoholien käyttö liittyisi siihen keskeisesti, tai että sitä ei olisi helposti saatavilla. Ennen saatettiin kutsua ystävä kahville, kun nykyään varsinkin nuorten keskuudessa lähdetään oluelle ravintolaan tai terassille. Siitä huolimatta alkoholien käyttö on edelleen humalahakuista, ja hyvin harva valitsee alkoholipitoista juomaa ruokajuomaksi,

toisin kuin esimerkiksi Välimeren maissa. Myös käytettävissä olevat tulot vaikuttavat alkoholin käyttöön. (Karlsson 2009: 11, 17, 19, 37.)

Nykyisen alkoholikasvatuksen edeltäjänä voidaan pitää raittiustyötä. Raittiustyö sai alkunsa vuonna 1919, kun tarvittiin toimijoita valvomaan ja ohjaamaan kieltolain toteutumista. Nykyisen raittiustyölain (1982/828) tarkoituksena on ohjata kansalaisia terveisiin elämäntapoihin ja päihteiden käytön välttämiseen. Siinä päihdetyö on säädetty ensisijaisesti kuntien ja valtion tehtäväksi. Alkoholikasvatus on osa ehkäisevän päihdetyön kokonaisuutta. On todettu, että alkoholikasvatuksen yhteydessä olisi hyvä käsitellä myös muita päihteitä, huumeita ja tupakkaa. Ennaltaehkäisevä päihdekasvatus tulee kohdistaa suunnitelmallisesti koko väestöön hyvän vaikuttavuuden takaamiseksi. Moniammatillisuus ja verkostoyhteistyö vaikuttavat osaltaan ehkäisevän päihdetyön kokonaisvaltaiseen tavoitavuuteen. Hyvä ehkäisevä päihdetyö on tutkittuun tietoon perustuvaa pitkäjänteistä toimintaa. (Warpenius: 2002: 67.)

Suomessa toteutettavan alkoholikasvatuksen on todettu tavoittavan hyvin koululaiset ja opiskelijat. Siitä huolimatta ei ole saatu näyttöä siitä, että alkoholivalistuksella olisi pysyviä vaikutuksia alkoholin käyttöön. (Alkoholipolitiikan kuluttajaopas 2004: 10, 16.) Toisaalta alkoholikasvatuksen menetelmät ovat muuttuneet vuosien saatossa, jonka vuoksi eri sukupolvet voivat olla tiedollisesti eriarvoisessa asemassa. Se voi osaltaan näkyä alkoholikasvatuksen vaikuttavuudessa. (Warpenius: 2002: 67.)

Alkoholin käytöstä seuraavat haitat ovat kiistattomia. Mietittäessä niiden ehkäisyä, tulisi toimet kohdistaa koko väestöön, ei vain suurkuluttajiin. Monet alkoholin käytöstä aiheutuvat kertaluontoiset haitat kohdistuvat muihin kuin suurkuluttajiin. On myös todettu, että kaiken kulutetun alkoholin määrä korreloi usein siitä aiheutuneita haittoja. (Karlsson: 23, 25.) Kansanterveydellisistä syistä nuorten alkoholinkäytön ehkäisyyn tulisi panostaa jo mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. He näkevät ympärillään jatkuvasti alkoholiin liittyvää mainontaa, joka puolestaan voi olla omiaan lisäämään mielikuvaa siitä, että alkoholin käyttö kuuluu ”normaaliin elämänmenoon”. (Rainio ym. 2009: 50, 51.)

### 2.3 Suomalaisnuorten alkoholinkäyttö

1960-luvulla alkoholin käyttö alkoi yleistyä myös nuorten keskuudessa (Karlsson 2009: 18). Suomalaisnuorten alkoholin käytöstä on kerätty systemaattisesti tietoa nuorten terveystapatutkimuksilla vuodesta 1977 lähtien. Tutkimukseen osallistuneet ovat olleet 12-18 -vuotiaita nuoria. (Rainio ym. 2009.) Suomalaisille yhdeksäsluokkalaisille eli 16 vuotta täyttävälle nuorille on teetetty neljästi neljän vuoden välein toteutettava Eurooppalainen koululaistutkimus. Jatkossa tästä kaksivaiheisesta ositetusta ryväotantana tehdystä tutkimuksesta käytetään

lyhennettä ESPAD (The European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs). Tutkimuksella on kerätty tietoa nuorten alkoholin ja huumeiden käytöstä vuosien 1995-2007 aikana. (Metso ym. 2009: 4-5.)

Lähes koko 2000-luvun jatkunut suomalaisnuorten alkoholijuomien kuukausittaisen käytön väheneminen on vuonna 2009 pysähtynyt. (Rainio, Pere, Lindfors, Lavikainen, Saarni, Rimpelä 2009: 49.) Vuonna 2007 suomalaisnuoret olivat ensimmäistä kertaa humalassa tavallisimmin 13-14 vuoden iässä. Vuonna 2007 yhdeksäsluokkalaisista yli puolet oli ollut joskus humalassa. Heistä 10 % joi itsensä humalaan viikoittain. (Metso ym. 2009: 3, 16, 19, 23.) Terveys 2015 -kansanterveysohjelman tavoitteeksi on asetettu, että itsensä tosi humalaan kuukausittain juovien 14-vuotiaiden osuus vuonna 2015 olisi korkeintaan 11 % tyttöjen ja 7 % poikien keskuudessa (Valtioneuvoston periaatepäätös Terveys 2015 -kansanterveysohjelmasta 2001).

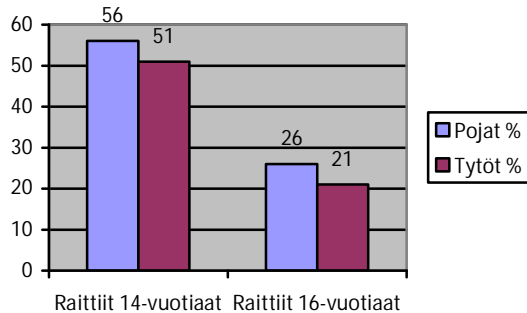
On tutkittu, että nuorten alkoholinkäyttöön vaikuttavat perinnölliset, psykologiset, sosiaaliset ja ympäristötekijät. Yksittäisistä tekijöistä käytettävissä olevalla rahamäärällä on yhteys käytetyn alkoholin määrään. Jos rahaa on niukasti käytettävissä, myös käytetyn alkoholin määrä on vähäisempi. (Ahlström, Metso, Tuovinen 2002: 423-424.) Hyvin koulussa menestyvien ja siellä säännöllisesti käyvien nuorten keskuudessa käytetään keskimääräisesti vähemmän alkoholia kuin muiden nuorten keskuudessa (Metso ym. 2009: 36).

Perhe voi vaikuttaa monin tavoin nuoren alkoholinkäyttöön. Vanhemmat toimivat nuorelle esimerkkinä myös alkoholin käytössä. Usein nuoren omat asenteet ja alkoholin käyttötottumukset heijastelevat vanhempien käyttöä ja asenteita. (Rainio ym. 2009: 51.) Jos vanhemmat suhtautuvat nuoren alkoholin käyttöön kielteisesti ja ilmaisevat sen myös nuorelle, on todennäköistä, että nuoren alkoholinkäyttö on silloin vähäisempää. Kasvatuksen voidaan katsoa olevan ikään kuin suojaverkko, joka ehkäisee alkoholin ongelmakäyttäjäksi joutumista. Vanhempien ja lapsen riittämättömän vuorovaikutuksen on huomattu olevan yhteydessä nuoren runsampaan alkoholinkäyttöön. Jos vanhemmat eivät tiedä missä nuori viettää iltansa, lisää se riskiä alkoholin käyttöön. Lisäksi sisarusten esimerkki vaikuttaa nuorten asenteisiin ja alkoholin käyttöön. (Ahlström ym. 2002: 423-426.)

Hyvin harvat nuoret saavat itse ostettua alkoholia sitä myyvistä liikkeistä tai anniskelupaikoista, joten jonkun muun täytyy välittää sitä heille. Yleisimmät hakijat ovat nuorten täysi-ikäiset kaverit tai sisarukset. Nuoret voivat nauttia alkoholia myös jonkun toisen tarjotessa sitä. Joillekin nuorille omat vanhemmat ostavat alkoholia. Vanhempien alkoholivarastolla käyminen on yksi tapa alkoholin hankkimiseen. (Metso ym. 2009: 27.)

15-16 -vuotiaiden koululaisten päihteidenkäyttöä on selvitetty ESPAD-tutkimuksella. Siinä on todettu, että raittiita nuoria on enemmän kuin koskaan aikaisemmin ja he ovat jakautuneet

aikaista tasaisemmin ympäri Suomea. (Metso ym. 2009: 32-34.) Vuoden 2007 jälkeen nuorten raittius on kuitenkin lähtenyt laskuun ja täysi-ikäisyyden lähestyessä nuorten raittius laskee entisestään. Kuviossa 2 näkyy raittiiden nuorten osuus vuonna 2009. (Rainio ym 2009: 37.)



Kuvio 2. Raittiiden nuorten osuus vuonna 2009 (Rainio ym. 2009: 37)

Täysin raitis nuori tulee todennäköisimmin ydinperheestä, jossa vanhemmat ovat korkeasti koulutettuja ja tietävät kuinka nuori viettää iltansa. Monesti raittiit nuoret menestyvät hyvin koulussa. (Metso ym. 2009: 32-34.) Winterin (2004: 46-48, 52-53, 60.) mukaan geneettiset tekijät eivät juuri vaikuta nuorten raittiuteen. Sen sijaan ympäristötekijöillä, kuten vanhempien esimerkillä näyttää olevan vaikutusta asiaan. Raittiiden tai hillitysti alkoholia käyttävien vanhempien lapsetkin ovat todennäköisemmin raittiita. Nuoren ja hänen perheensä uskonnollisuus on nuoren raittiutta lisäävä tekijä, vaikka suoraa yhteyttä asiaan ei olekaan. Sen on kuitenkin todettu lisäävän todennäköisyyttä, että raitis nuori pysyy vielä aikuisenakin raittina.

On todettu, että erityisesti isän kriittinen suhtautuminen alkoholiin vähentää tyttöjen alkoholinkäyttöä. Humalajuomiseen rahan määrällä on selvä yhteys. (Ahlström ym. 2002: 424, 426.) Miedoista alkoholijuomista tytöt käyttävät erityisesti siideriä, vaikka long drinkit ovat hieman vähentäneet sen suosiota vuosien saatossa tyttöjen keskuudessa (Metso ym. 2009: 17).

Pietilä (2001: 48, 60-90.) on tutkinut Pro gradu -työssään nuorten tyttöjen alkoholikulttuuria heidän omasta näkökulmastaan nuortenlehtien mielipidekirjoitusten kautta. Mielipidekirjoitukset olivat vuosilta 1994-1997. Niissä nuoret tytöt yhdistivät alkoholinkäytön normaaliuteen, hauskanpitoon, positiiviseen vapauden tunteeseen ja arjen auktoriteettien uhmaamiseen. Pietilä puhuu työssään niin kutsutusta katujen karnevaalista. Tytöt viettävät perinteisesti aikaa pareittain, parhaan ystävänsä kanssa. Silti alkoholin nauttimiselle oli tyypillistä, että se tapahtui suuremmissa joukoissa, joihin liittyi myös vastakkaisen sukupuolen tapaaminen.

Pojilla puolestaan vähäisetkään käyttövarat eivät olleet yhteydessä humaltumiseen. Pojilla erityisesti ydinperheessä biologisten vanhempien kanssa asuminen vähensi riskiä alkoholin

käyttöön. (Ahlström ym. 2002: 428.) Miedoista alkoholijuomista vuodesta toiseen olut on ollut poikien suosiossa (Metso 2009: 17). Raittius näyttää olevan yleisempää poikien kuin tyttöjen keskuudessa (Rainio ym. 2009: 37).

Kouluterveystutkimuksissa on huomattu viimeisen kahdenkymmenen vuoden aikana nuorten asenteiden muuttuneen selvästi myönteisemmäksi alkoholin käytön suhteen. Nuoret kokevat sen olevan osa tavallista elämää. (Rainio 2009: 50.) Toisaalta taas ESPAD -tutkimuksen mukaan nuoret ovat entistä tietoisempia alkoholin käytön riskeistä ja siten suhtautuvat siihen myös aikaisempaa kielteisemmin. Tytöt suhtautuvat poikia hieman kielteisemmin alkoholin humalajuomiseen. (Metso ym. 2009: 27, 38.)

Suomessa nuoret nauttivat alkoholia useimmiten jonkun kotona. Tulokseen vaikuttavat ”koti-bileet” ja kotona maistettu alkoholi. Vuodenajasta riippumatta suomalaisnuoret käyttävät eurooppalaisia ikätovereitaan enemmän alkoholia ulkona. (Metso ym. 2009: 27.)

#### 2.4 Alkoholin käytön haittavaikutukset nuorille

Kaikista Pohjoismaista Suomessa esiintyy eniten alkoholin aiheuttamia terveydellisiä ja sosiaalisia ongelmia. Ongelmat kasvavat usein samassa suhteessa kulutetun alkoholimäärän kanssa (Pohjoismaainen alkoholitilasto 2008: 6.) Päihdehäiriöitä esiintyy myös nuorten keskuudessa. Arviolta 5 %:lla nuorista voitaisiin diagnosoida päihdehäiriö, jonka lisäksi huomattavasti useampi nuori kärsii erilaisista päihdeongelmista. (Aalto-setälä ym. 2005: 6.)

Vuonna 2008 Suomessa tilastoitiin 3119 kuolemantapausta, joiden arvioitiin olevan seurausta alkoholin käytöstä. (Alkoholijuomien kulutustilasto 2009-2010). Alkoholimyrkytys ja alkoholin käytöstä seuranneet sairaudet ovatkin työikäisten yleisin kuolinsyy (Karlsson 2009: 25). Yhteiskunnallisesti alkoholi aiheuttaa paljon kustannuksia välittömästi ja välillisesti. Kustannukset syntyvät terveyspalveluiden lisäksi eläkkeistä, sosiaalisista tuista ja lastensuojelusta. (Mellin, Vihmo, Österberg 2006.) Haitat eivät synny vain pitkäaikaisesta alkoholin käytöstä, vaan myös yksittäinen kerta voi aiheuttaa haittoja, esimerkiksi onnettomuuksia. Yllättäen kertaluontoiset haitat koskettavat useimmiten niitä, joiden juominen on satunnaisempaa. Alkoholin haitat eivät rajoitu vain alkoholia nauttineeseen henkilöön, vaan usein ne koskettavat myös lähiympäristöä ja sivullisia. Esimerkiksi rattijuopumuksesta aiheutuu monesti henkilövahinkoja myös muille kuin päihtyneelle kuskille. Ongelma koskettaa erityisesti nuoria kuljettajia. Välillisiksi kärsijöiksi voivat joutua myös lapset. (Karlsson 2009: 22-24, 26-27, 29.)

Alkoholinkäytöstä aiheutuvat terveysriskit ovat nuorilla kaksinkertaiset verrattuna aikuisiin. Nuoren fyysinen ja psyykinen kasvu ja kehitys häiriintyvät alkoholinkäytöstä. Varhainen alko-



holin käyttö vaikuttaa aivojen kehitykseen. Kognitiiviset kyvyt kuten muisti, oppimiskyky ja tarkkavaisuus kärsivät alkoholista erityisesti. Nuoren humalahakuinen alkoholin käyttö vaikeuttaa näin koulunkäynnistä selviytymistä ja se voi johtaa jopa nuoren syrjäytymiseen. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2005.) Varhain aloitettuun alkoholinkäyttöön voi usein liittyä myös käyttäytymisen ja mielen häiriöitä, näistä esimerkkeinä ovat käytöshäiriöt ja ahdistuneisuus. Tämänkaltaisia häiriöitä esiintyy aikaisessa vaiheessa alkoholin käytön aloittaneista noin 50-80 %:lla. (Nuoret ja alkoholi 2006)

Nuoren liiallinen alkoholinkäyttö on pystytty yhdistämään oppimisvaikeuksiin ja se voi aiheuttaa ongelmia päätöksenteossa aikuisuudessa. Nuorena aloitettu alkoholin käyttö altistaa riippuvuuteen ja voi olla osallisena alkoholiongelman syntyyn aikuisuudessa. (Rainio ym. 2009: 51.) Lapsilla ja nuorilla alkoholiriippuvuus kehittyy helpommin kuin aikuisilla (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2005).

Pitkäaikaishaittojen lisäksi alkoholin humalahakuinen nauttiminen voi altistaa tapaturmille ja alkoholimyrkytykselle. Toistuvasti alkoholia nauttivat nuoret ovat muita alttiimpia seksuaaliseen riskikäyttäytymiseen ja laittomuuksien tekoon. (Rainio ym. 2009: 51.) Jo yksittäinen itsensä humalaan juominen altistaa nuorta tapaturmille ja harkitsemattomaan käyttäytymiseen, kuten väkivaltaan. Vaarallisimmillaan harkitsematon käytös on liikenteessä tai seksuaalisessa käyttäytymisessä. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2005.) Alkoholia käyttämällä nuori siis altistaa itsensä monenlaisille riskeille ja uhkatekijöille. Se voi myös lisätä riskiä joutua poliisin kanssa tekemisiin. Pojista jopa 20 % oli joskus mopoillut nautittuaan alkoholia. Sama ilmiö on lisääntynyt myös tyttöjen keskuudessa. (Metso ym. 2009: 29.)

## 2.5 Nuorten ryhmäohjaus

Ohjausta on perinteisesti määritelty esimerkiksi käytännöllisen opastuksen antamiseksi tai ohjaajan ohjeiden mukaan toimimiseksi. Ohjaus voidaan käsittää myös ohjattavan johdattamiseksi kohti jotakin päämäärää, tai ohjattavan toimintaan vaikuttamiseksi. Ohjauksen sanakirjamääritelmässä korostuu perinteinen ajattelu ohjauksesta, ohjaajan asiantuntemus ja ohjattavan passiivisuus, sekä yksilöohjaus. (Kyngäs, Kääriäinen, Poskiparta, Johansson, Hirvonen & Renfors 2007: 25.) Myös interventio on eräs ohjauksen useista muodoista. Kappaleessa ohjaamisesta käsitteenä puhuttaessa käytetään siitä nimitystä ohjaus.

Nykyisin ohjauksen ajatellaan olevan ohjattavalähtöistä, ohjattavan omien kykyjen ja aloitteellisuuden edistämistä tasa-arvoisessa ohjaussuhteessa kohti ohjattavan haluamia parannuksia elämäänsä. Ohjattava ei olekaan passiivinen ohjauksen vastaanottaja, vaan aktiivinen ongelman ratkaisija. Ohjaajan rooliin kuuluu tukea ohjattavaa oivaltamisessa, mutta ei antaa

tälle valmiita ratkaisuja. Ohjauksen rakenne on usein suunnitelmallisempi kuin tavallisissa keskusteluissa. (Kyngäs ym. 2007: 25.)

Kyngäs ym. (2007: 25-26) määrittelevät ohjauksen ohjattavan ja ohjaajan tavoitteelliseksi ja aktiiviseksi, molempien taustatekijöihin sidoksissa olevaksi toiminnaksi, joka tapahtuu vuorovaikutteisessa ohjaussuhteessa. Tämän määritelmän mukaan ohjauksen keskeiset piirteet voidaan jakaa kolmeen osaan, ohjattavan ja ohjaajan taustatekijöihin, tavoitteelliseen ja aktiiviseen toimintaan sekä vuorovaikutteiseen ohjaussuhteeseen.

Päihdevalistus, eli ehkäisevä päihdetyö on jo kauan ollut keskeinen keino pyrittäessä vaikuttamaan nuorten päihteisiin tutustumiseen. Suhtautuminen valistukseen ehkäisevän päihdetyön keinona vaihtelee suuresti nuorempien ja hieman vanhempien nuorten välillä. Seitsemäsluokkalaiset pitävät valistusta periaatteessa mahdollisena vaikutuskeinona, kun yhdeksäsluokkalaiset nuoret puolestaan jo kokevat perinteisen valistusidean lähes turhaksi. Tämä kertoo ehkäisevän päihdetyön oikean ajoituksen tärkeydestä, sekä siitä, kuinka kohderyhmän erilaiset tilanteet ja tarpeet tulee tarkkaan huomioida. (Jaatinen 2002: 98, 100.)

Nuoret itse arvioivat saamansa päihdekasvatuksen jakautuvan kahteen luokkaan, toimivaan ja toimimattomaan tapaan. Toimimattomassa tavassa nuorta pidetään pelkkänä passiivisena tiedonvälityksen kohteena. Lisäksi nuoret kokevat, että toimimattomassa asetelmassa tarjottava tieto ei ole asiantuntevaa, ymmärrettävästi esitettyä eikä sitä esitetä nuorten perspektiivistä. Kieltävä valistus, jota perinteisesti on harjoitettu, johtaa nuorten mukaan nimenomaan päihteiden kokeiluun. Kun ympäristö viestii päihtymisen olevan hauskaa ja juhlatilaisuuksien vaativan alkoholia, on nuorista käsittämätöntä, että arvostettu hauskanpito halutaan kieltää. (Jaatinen 2002: 98-99.)

Toimivassa päihdekasvatuksessa nuoren ja aikuisen, ohjattavan ja ohjaajan välillä ei ole vastakkainasettelua. Nuori kykenee omaksumaansa saamansa tiedon, kun hänen ei tarvitse käyttää kaikkea energiaansa ohjaustilanteessa esitettyjen asioiden vastustamiseen ja omien näkemyksensä puolustamiseen. Nuoret ovat arvioineet päihdekasvatuksen olevan toimivaa, kun nuori nähdään tilanteessa järkevänä ja aktiivisena toimijana. Ohjaustilanne olisi nuorten kannalta ideaali, jos puhujina olisi toisia nuoria. Toisten nuorten antama tieto koetaan luotettavaksi ja helpommin ymmärrettäväksi, kuulijan on myös helpompi samaistua puhujaan, joka on suunnilleen samanikäinen. (Jaatinen 2002: 99.)

Jokainen ohjaustilanne on ainutkertainen, sillä se etenee ohjaajan ja ohjattavan välisen vuorovaikutussuhteen perusteella. Onnistunut vuorovaikutus ohjaustilanteessa vaatii sekä ohjaajalta että ohjattavalta halua yhteistyöhön, tavoitteellisuutta ja samansuuntaisia odotuksia sekä uskoa muutoksen mahdollisuuteen. Onnistuneen ohjauskokemuksen saavuttamiseksi on

tärkeää ennen ohjausta selvittää, mitä ohjattava jo aiheesta tietää. Lisäksi on tärkeää tunnistaa, mitä ohjattava haluaa tietää ja mitä hänen täytyy aiheesta tietää, sekä mikä on hänelle paras tapa omaksua tietoa aiheesta. Ohjauksen päämäärä ja ohjattavan tapa omaksua asioita vaikuttavat ohjausmenetelmien valintaan. On tehty arvioita, joiden mukaan ohjattavat muistavat 75 prosenttia näkemästään ja 10 prosenttia kuulemastaan ohjaustilanteissa. Sen sijaan kun asioita käydään läpi sekä näkö- että kuuloaistia hyödyntäen, muistavat ohjattavat jopa 90 prosenttia käsitellystä. Näin ollen voidaan sanoa, että useampien ohjausmenetelmien käyttö lisää ohjauksen vaikutusta. (Kyngäs ym. 2007: 47-48, 73.) Esimerkiksi nuorille mieluisampi tiedonvälitystapa pelkän puheen sijaan olisivat päihdeistä kertovat todenmukaiset videot ja kuvat. Nuoria ohjattaessa tulisi muistaa, että he ovat innostuneita osallistumaan itse ohjaus- tai valistustilanteen lisäksi myös sen suunnitteluun ja toteutustavan pohdintaan. Vuorovaikutussellisuus onkin päihdeasioita koskevissa ohjaustilanteissa merkittävässä asemassa. (Jaatinen 2002: 99-100.)

Ryhmäohjaus on yksi yleisimmistä ohjauksen muodoista. Ohjauksen tavoitteet vaihtelevat ryhmäläisten tavoitteiden mukaan. Ryhmät voivat olla erikokoisia ja eri tarkoituksia varten koottuja. Ryhmäohjaus voi joskus olla parempi ohjauksen muoto kuin yksilöohjaus, osana ryhmää oleminen saattaa tukea ja kannustaa ryhmäläisiä kohti tavoitteitaan. Ryhmäohjausta voidaan myös pitää taloudellisena ohjauksen muotona, sillä tietoa voidaan jakaa samalla suuremmalle ryhmälle. (Kyngäs ym. 2007: 104.)

Ryhmän määritelmä on hyvin vaihteleva. Ryhmä voi olla esimerkiksi perhe-, harrastus- tai opintoryhmä ja se voi koostua hyvinkin erilaisista kokoonpanoista. Ryhmä voi olla joukko toisilleen lähes tuntemattomia ihmisiä, tai toisaalta kiinteä, toisensa hyvin tuntevista ihmisistä koostuva joukko. Ryhmän koko vaikuttaa ryhmädynamiikkaan ja toimintaan, näin ollen on ohjauksen näkökulmasta tärkeää tunnistaa ryhmäkoon vaikutus ohjaustilanteeseen. Ryhmän keskinäinen vuorovaikutus on eräs tärkeimmistä ryhmän tunnuspiirteistä. Jotta ryhmää voidaan tietoisesti hyödyntää voimavarana, on ryhmällä oltava yhteinen tavoite, johon ryhmäläiset sitoutuvat. Lisäksi ryhmällä on aina rajat, ne voivat olla sekä fyysisiä että psyykkisiä ja niistä tulee sopia yhdessä ryhmän kesken. Psyykkisiin rajoihin kuuluu esimerkiksi hyväksyttävän ja sallitun toiminnan määrittäminen. Fyysiset rajat koostuvat puolestaan käytettävissä olevasta tilasta, aikataulusta ja osallistujajoukosta. Selkeästi määritellyt rajat ja tavoitteet edistävät ryhmän vuorovaikutusta ja luovuutta sekä luovat turvallisuutta ryhmäläisille. (Kyngäs ym. 2007: 104-105.)

Jotta ryhmä on toimiva ja hyvä, on kaikkien sen jäsenten tunnettava toisensa. Sen lisäksi heillä tulee olla jokin yhteinen päämäärä. Ryhmäohjauksen alkaessa on ryhmäläiset hyvä tutustuttaa toisiinsa. Muiden ryhmän jäsenten tunteminen edistää ryhmän luottamusta ja tur-

vallisuutta, sekä muihin ryhmäläisiin että ohjaajaan. Toimivassa ryhmässä on hyvä henki, joka kannustaa ryhmäläisiä eteenpäin. (Kyngäs ym. 2007: 106.)

Kyngäs ym. (2007: 107) esittävät teoksessaan seuraavan tiivistelmän hyvän ja toimivan ryhmän tunnuspiirteistä. "Ryhmän vuorovaikutus on avointa, monipuolista ja rakentavaa ja ryhmän jäsenet pyrkivät ymmärtämään toistensa viestejä. Ryhmä on sitoutunut yhteisesti hyväksytyihin tavoitteisiin. Ryhmällä on yhteisesti sovitut säännöt. Ryhmän jäseniä kuunnellaan, ja he huomioivat toisensa ja rohkaisevat toisiaan osallistumaan. Ryhmä pyrkii tekemään päätöksiä, jotka tyydyttävät sen jäseniä. Ryhmä kykenee kehittämään toimintatapojaan, käsittelemään ongelmia ja sopeutumaan uusiin tilanteisiin. Ryhmän työnjako ja ryhmän roolit ovat muodostuneet jäsenten kykyjen, kiinnostuksen ja koulutuksen perusteella. Ryhmä kykenee ottamaan vastaan palautetta, käsittelemään sitä ja oppimaan siitä. Ryhmä on kiinteä ja toimii vastuullisesti ja motivoituneesti. Ryhmän sisäisten ongelmien merkitys ei ole suuri."

Ryhmällä on aina oltava joku, joka huolehtii siitä ja ohjaa sitä. Esimerkiksi terveydenhoitoalan ohjaustilanteissa ohjaajan rooli perustuu asiantuntemukseen ja tietämykseen aiheesta, ja rooli on usein ulkoapäin annettu. Jotta työskentely onnistuu, on ohjaajalla oltava asiantuntemuksen lisäksi myös ryhmäohjaustaitoja ja tuntemusta erilaisista ryhmäohjausmenetelmistä, jotka valitaan aina tapauskohtaisesti ryhmän ja sen tavoitteiden mukaan. Hänen tulee tuntea ryhmädynamiikkaa ja ryhmäilmiöitä, sekä omattava tarpeellista herkkyyttä havaitakseen ryhmässä ilmeneviä tarpeita ja sen kehitysvaiheita. Ohjaaja on samaan aikaan ryhmän suunnannäyttävä, ryhmän sisäisen työnjaon organisoija, vuorovaikutuksesta ja resursseista huolehtija sekä tiedon ja palautteen antaja. Ryhmäohjauksen jälkeen, ryhmän on hyödyllistä ohjaajan johtamana käydä läpi osallistujien kokemuksia ja tunteita ohjaukseen liittyen, sekä esimerkiksi koota käsiteltyjä tietoja ja tiivistää ohjauksen antia. (Kyngäs ym. 2007: 107-108, 111, 114.)

### 3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA OPINNÄYTETYÖKYSYMYKSET

Opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa Vantaa välittää -hankkeen Aika välittää! -interventioihin osallistuneiden seitsemäsluokkalaisten suhtautumista alkoholiin ja intervention vaikutusta siihen, sekä kerätä palautetta interventioon liittyvien ohjaustuntien alkoholiosuudesta.

Opinnäytetyöllä haetaan vastauksia seuraaviin kysymyksiin:

- Miten nuoret suhtautuivat alkoholin käyttöön ennen ja jälkeen intervention?
- Millaiseksi nuoret kokivat alkoholitietämyksensä ennen ja jälkeen intervention?
- Millaiseksi nuoret kokivat intervention alkoholiosuuden?

#### 4 KUVAUS OPINNÄYTETYÖN EMPIIRISESTÄ TOTEUTUKSESTA

Aika Välittää! -interventio on osa Vantaa Välittää! -hanketta. Interventiot suunnattiin Vantalaisille seitsemäsluokkalaisille. Interventiot ovat strukturoituja, näin ollen intervention pitäjä ei voi itse vaikuttaa niiden sisältöön. Interventio koostuu etukäteen käsiteltävästä materiaalista ja ohjaustunneista. Interventiota varten on luotu neljä niin kutsuttua salkkua, jotka sisältävät kaiken tarvittavan materiaalin, sekä ohjeet intervention kulusta ja siinä tarvittavan tiedon. Salkuista löytyy muun muassa erilaisia oppaita opettajalle, DVD-elokuva katsottavaksi ennen ohjaustunteja ja tarvikkeita ohjaustuntien eri rastien pitämiseksi. Intervention ohjaustunneilla ohjaajat käsittelevät keskustelevasti yhdessä nuorten kanssa tupakkaan, alkoholiin ja kiusaamiseen liittyviä asioita. Salkkujen tarkoituksena on luoda yhdenmukaisuutta yläkouluisten ennaltaehkäisevään päihdetyöhön. (Hörkkö ym. 2009: 9-10.) Opinnäytetyössä keskitytään intervention alkoholiosuuteen.

##### 4.1 Vantaa välittää -hankkeen Aika välittää! -intervention suunnittelu ja toteutus

Interventioihin valmistautuminen alkoi projektikoordinaattorin esittelyllä. Esittelyssä painotettiin sitä, että valmisteltaessa interventiota ohjaajien tärkein tehtävä on tutustua salkkujen strukturoituun sisältöön huolellisesti ja miettiä etukäteen, kuinka he vaikuttaisivat nuorten silmissä mahdollisimman uskottavilta. Ohjaajat olivat yhteydessä koululle ja sopivat ajankohdan intervention pitämiseksi. Samassa yhteydessä varmistettiin, että koululla on kolme erillistä tilaa ohjaustuntia varten.

Opinnäytetyöhön liittyvät interventiot pidettiin joulukuussa 2009. Kohderyhmänä oli kaksi vantaalaisen yläkoulun seitsemäsluokkaa. Intervention ohjaajina toimi viisi Laurea-ammattikorkeakoulun hoitotyön opiskelijaa. Intervention ohjaustunnit toteutettiin peräkkäin molemmille luokille saman päivän aikana. Opiskelijoista kolme teki Vantaa välittää! -hankkeessa muita opintoja, kun kaksi opiskelijaa osallistui interventioiden ohjaustuntien pitämiseen opinnäytetyöhönsä liittyen.

Interventiot toteutettiin prosessiluonteisesti ryhmäohjauksena. Ensimmäisessä osassa oppilaat katsoivat yhdessä luokan opettajan kanssa Haluutsäki? -nimisen DVD-elokuvan, joka kertoo kahden nuoren ystävydestä. Elokvassa toinen nuorista alkoi käyttää päihteitä toisen pysyessä täysin raittiina. DVD-elokuva kuvasi erilaisia valintoja joiden eteen nuoret saattavat joutua. Elokuva toimi keskustelun avaajana ja alustuksena ohjaustunnin aiheeseen. Toisessa osassa oppilaat tutustuivat opettajan johdolla DVD-elokuvan ekstramateriaaleihin, jossa esiteltiin filmin syntyä. Filmi on suunniteltu ja toteutettu hieman vanhempien nuorten toimesta. Ekstramateriaalien katsomisen jälkeen nuoret keskustelivat opettajan johdolla niistä. Inter-

vention kolmannessa osassa ulkopuoliset ohjaajat, ammattikorkeakouluopiskelijat, tulivat koululle pitämään ohjaustunteja.

Ohjaustunnin ohjeen mukaan ohjaajien tuli jakautua rasteilla pysyviin ohjaajiin ja nuorten mukana kulkeviin kellottajiin. Kellottajan tehtävänä oli olla ryhmän oma aikuinen, joka luo positiivista ilmapiiriä ja tukee aiheen käsittelyssä. (Aika välittää! 2008: 3.) Ohjaajien vähyyden vuoksi ohjaustunneilla jouduttiin kuitenkin luopumaan kellottajista. Rastien ohjaajat pysyivät valitsemillaan rasteilla kummankin ohjaustunnin ajan.

Ohjaustuntien pituus oli 105 minuuttia. Oppilaiden kanssa sovittiin, että kaksi 45 minuutin mittaista oppituntia ja välitunti pidetään yhteen, jolloin aika riitti suunnitellusti. Ohjaustunti käynnistettiin 15 minuutin mittaisella aloituksella, joka toimi johdantona ohjaustuntien aiheeseen. Aloituksessa kerrottiin ohjaustunnin kulusta, säännöistä ja ohjaajien roolista. Samassa yhteydessä esiteltiin kuvitteellinen hahmo, Peke. Hän on lähellä asuva seitsemäsluokkalainen, jonka avulla rastien aiheita käsiteltiin. Alustuksen aikana yksi ohjaajista perehdytti luokanopettajan aiheeseen, ja ohjausmateriaalin suunnitelman mukaisesti ohjasi hänet pois luokasta ohjaustunnin ajaksi, jotta oppilaat voisivat helpommin rohkaistua kysymään mieltään askarruttavia asioita. Sen jälkeen oppilaat jaettiin kolmeen ryhmään antamalla heille järjestyksessä luvut yhdestä kolmeen. Näin tehden ryhmien muodostamiseen ei kulunut ylimääräistä aikaa, eikä kukaan jäänyt ulkopuoliseksi. Suositeltu ryhmäkoko oli 4-8 oppilasta.

Ohjaustunnin aikana oppilaat kiersivät ryhminä kolmella eri rastilla. Jokaisen rastin pituus oli 25 minuuttia. Rastit sisälsivät paljon erilaista vuorovaikutteista materiaalia, eikä kaikkea tarvinnut ehtiä käydä läpi. Ohjaajille painotettiin, että on tärkeää ehtiä kuuntelemaan ja vastaamaan ohjaustunnin aikana nuorten esittämiin kysymyksiin.

Alkoholia käsittelevän rastin tavoitteena oli, että nuori tietäisi mitä haittaa alkoholin käytöstä hänelle on, eikä aloittaisi sitä. Lisäksi tavoitteena oli, että nuori osaisi antaa ohjaustunnin jälkeen ensiapua tajuttomalle henkilölle. Alkoholistin salkku sisälsi tarinan Peken perjantai-illasta, erilaisia symboleita mahdollisesti tajuttomuutta aiheuttavista sairauksista, ohjeet kylkiasentoon laittamisesta ja alkoholiin liittyvän sananselityspelin.

Aiheen käsittely alkoi tarinalla Peken perjantai-illasta. Oppilaille esitettiin kysymyksiä tarinan pohjalta. Samalla keskustellen oppilaat saivat oikeaa tietoa alkoholiin liittyvistä asioista. Tarinassa Peke kavereineen löytää tajuttoman ihmisen. Oppilaat saivat pohtia mahdollisia syitä tajuttomuuteen, jonka jälkeen heidän kanssa käytiin läpi erilaisia sairauksia jotka voivat olla tajuttomuuden syynä ja niihin liittyviä symboleja. Mietittäessä kuinka tajutonta ihmistä voidaan auttaa, oppilaille opetettiin tajuttoman laittaminen kylkiasentoon. Ohjaajien johdolla

oppilaat harjoittelivat sitä pareittain. Lopuksi rastilla pelattiin peliä, jossa oli alkoholiin liittyviä kysymyksiä ja sanaselityksiä.

Oppilaiden kierrettyä kaikki rastit, interventio päätettiin yhteisellä ohjaustunnin lopetuksella. Lopetuksessa oppilaat saivat purkaa ohjaustunnin herättämiä ajatuksia ja tuntemuksia. Samassa yhteydessä oppilaat täyttivät opinnäytetyöhön liittyvän kyselylomakkeen. Myös luokanopettaja oli kutsuttu lopetukseen paikalle, ja hän sai Aika välittää Ope! -vihkosien. Vihkosessa on esitelty keinoja, kuinka aiheiden käsittelyä voisi jatkaa vielä intervention jälkeenkin oppilaiden kanssa.

#### 4.2 Ohjaustunnin toteutuksen arviointi

Ennen ohjaustuntia ohjaajat olivat tutustuneet huolellisesti intervention materiaaleihin ja tehneet työnjaon valmiiksi. Ohjaustunnin toteutuksessa huomasi, että työnjako toi selkeyttä, eikä esimerkiksi päällekkäin puhumista tapahtunut. Ohjaustuntien välissä ja intervention päätyttyä ohjaajat kävivät keskenään pienet palautekeskustelut.

Ohjaustunti käynnistettiin 15 minuutin mittaisella aloituksella, jossa kerrottiin ohjaustunnin kulusta ja ohjaajien roolista sekä sovittiin yhteiset säännöt. Kyngäs (2007: 107) ym. esittävät teoksessaan, että yksi toimivan ryhmän tunnuspiirteistä on yhteisten sääntöjen sopiminen. Ryhmällä tulee aina olla yhteisesti sovitut psyykkiset ja fyysiset rajat, jotka määrittävät esimerkiksi ryhmässä sallittua käytöstä sekä ryhmän aikataulua ja osallistujajoukkoa. Selkeät rajat ja yhteinen päämäärä parantavat ryhmän vuorovaikutusta ja luovuutta sekä tuovat turvallisuudentunnetta. Hyvä ja toimiva ryhmä koostuu toisensa tuntevista jäsenistä ja omaa yhteisen tavoitteen. (Kyngäs ym. 2007: 105-106.)

Oppilaat harjoittelivat pareittain ohjaajan johdolla tajuttoman kylkiasentoon laittamista. Oppilaat vuorottelivat tajuttoman ja auttajan roolissa. Poikien keskuudessa harjoitus aiheutti levottomuutta, joka ilmeni tajuttoman liian rajuna kohteluna. Ohjaajat muistuttivat useaan kertaan, ettei tajutonta ihmistä tai sitä esittävää luokkakaveria retuuteta, lyödä tai muutoinkaan vahingoiteta. Ilmeisesti maassa makaaminen ja toiseen koskeminen koettiin haasteellisenä ja hieman nolottavana asiana, siitäkin huolimatta, että luokkakaverit olivat jo ennestään tuttuja toisilleen.

Ohjaustunnin jälkeen osa oppilaista antoi kirjallisen palautteen lisäksi vielä suullista palautetta. Monet kokivat, että asioita on käsitelty koulun toimesta jo riittävästi. Seitsemäsluokkalaiset kokivat suorastaan tietävänsä jo kaiken aiheeseen liittyvän. Kyngäksen ym. (2007: 47) mukaan onnistuneen ohjauskokemuksen saavuttamiseksi on tärkeää ennen ohjaustilaisuutta



selvittää, mitä ohjattava tietää aiheesta jo ennestään, mitä hän haluaa ja mitä hänen täytyy siitä tietää.

Osa oppilaista piti ohjaustunteja turhina, sillä he eivät kokeneet saavansa niistä uutta tietoa. Jos näin ei olisi ollut, olisivat oppilaat varmasti kokeneet ohjaustunnit mielekkäämpinä. Ohjaustuntien sisältöä olisi voinut muokata kunkin ryhmän jo valmiiden tietojen pohjalta. Toisaalta ongelmana olisi ollut se, ettei kaikilla oppilailla ole ennestään samanlaista tietopohjaa, jolloin osa olisi kokonaan saattanut jäädä ilman uusia tärkeitä tietoja. Lisäksi strukturoidun ohjausmateriaalin muokkaaminen olisi ollut haasteellista.

Monet oppilaat olivat kokeneet alkoholiin liittyvän vuorovaikutteisen pelin pelaamisen mielekkäänä. Siinä yhteydessä tuli kuin huomaamatta uutta tietoa. Luokan opettajalta saadun suullisen palautteen mukaan oppilaat olivat puolestaan kokeneet ennakkomateriaalina katsomansa DVD-elokuvan huvittavaksi. Elokuvan tarkoituksen oli, että nuoret voisivat samaistua siinä oleviin henkilöihin ja miettiä, millaisien valintojen eteen he itse tulevaisuudessa saattavat joutua.

Ohjaajat yllättyivät hieman siitä, kuinka vaativaa oli pitää ilmapiiri rauhallisena ja keskustelulle otollisena. Tässä suhteessa näki hyvin sen, kuinka erilaisia ryhmät voivat olla. Kaikille ryhmille eivät samanlaiset ohjauksen keinot sopineet.

Ohjauksen onnistumisen kannalta on tärkeää valita etukäteen sopivat ohjausmenetelmät kyseiselle ryhmälle sekä selvittää mikä heidän kannaltaan olisi paras tapa uuden tiedon vastaanottamiseen. Lisäksi arvioiden mukaan useampien ohjausmenetelmien käyttö tehostaa ohjauksen vaikuttavuutta. Toisin sanoen uusi tieto jää muistiin varmemmin, kun sen saa useampien väylien kautta, useampia aisteja hyödyntäen. (Kyngäs ym. 2007: 47, 73, 111.) Tästä syystä oli hyvä, että valmiit ohjausmateriaalin sisältävät salkut koostuivat monipuolisista ja myös eri aisteja aktivoivista materiaaleista. Monenlaiset ohjausmateriaalit tarjoavat paremmat oppimismahdollisuudet erilaisille oppijoille.

Ohjaustunti päätettiin yhteiseen lopetukseen, jossa oppilaat saivat purkaa ohjaustunnilla heränneitä ajatuksiaan ja tuntemuksiaan. Ryhmäohjauksen jälkeen on hyvä käydä läpi ohjauksen herättämiä kokemuksia ja tunteita, sekä koota yhteen ohjauksessa käsiteltyä asiasisältöä (Kyngäs ym. 2007: 114).

Ohjaus on määritelty ohjattavan ja ohjaajan tavoitteelliseksi sekä aktiiviseksi, molempien taustatekijöihin sidoksissa olevaksi, vuorovaikutteisessa ohjaussuhteessa tapahtuvaksi toiminnaksi (Kyngäs ym. 2007: 25). Toteutetut ohjaustunnit toteutettiin vuorovaikutteisessa ohjaussuhteessa ohjaajien ja oppilaiden kesken. Ohjauksella oli tavoite, jota kohti aktiivisesti pyrittiin.

tiin. Ohjaajien ja oppilaiden taustatekijöiden huomioimiseen jäi kuitenkin parannettavaa, sillä oppilaat esimerkiksi kokivat ohjaustuntien tiedon olevan heille jo ennestään tuttua ja tylsääkin kuunneltavaa. Ryhmätyöskentelyn onnistumiseksi ohjaajalla on oltava asiantuntevasta käsiteltävästä aiheesta, ryhmäohjaustaitoja ja tuntemusta ryhmäohjausmenetelmistä, sekä tietoa ryhmädynamiikasta ja ryhmäilmioista (Kyngäs ym. 2007: 108, 111). Ennen ohjaustuntia ohjaajat olivat huolella perehtyneet ohjausmateriaaliin ja ohjauksen etenemissuunnitelmaan. Ohjaajilla oli ennestään jonkin verran tietoa ohjauksesta ja ohjausmenetelmistä, sekä tuntemusta ryhmädynamiikasta ja ryhmäilmioista.

#### 4.3 Opinnäytetyön aineiston keruun, käsittelyn ja analysoinnin kuvaus

Ennen interventiota kahdelle seitsemäsluokalle toimitettiin täytettäväksi puolistrukturoitu esikyselylomake (liite 1). Intervention jälkeen nuoret täyttivät puolistrukturoidun varsinaisen kyselylomakkeen (liite 2). Lomakkeilla haettiin vastauksia seuraaviin opinnäytetyökysymyksiin. Kuinka nuoret suhtautuivat alkoholiin ennen ja jälkeen intervention? Millaiseksi nuoret kokivat alkoholitietämyksensä ennen ja jälkeen intervention? Millaiseksi nuoret kokivat intervention alkoholiosuuden?

Esikyselylomakkeen ja varsinaisen kyselylomakkeen kysymykset perustuvat Aika Välittää! -intervention materiaaleihin sekä aihetta käsittelevään kirjallisuuteen. Lomakkeiden kysymykset on kehitetty vastamaan vastaamaan opinnäytetyökysymyksiin.

Luokanopettajien oli tarkoitus antaa esikyselyt oppilaille täytettäväksi etukäteen, ennen intervention ohjaustuntien pitämistä, mutta sekaannuksen vuoksi kumpikaan luokista ei ollut täyttänyt esikyselylomakkeita ennen ohjaustunteja. Toisen luokan oppilaat täyttivät esikyselyn juuri ennen intervention aloittamista, mutta toiselta seitsemäsluokalta esikysely jäi lopulta kokonaan täyttämättä. Esikyselylomakkeita saatiin täytettynä takaisin yhteensä 19 kappaletta. Esikyselyyn vastanneista tyttöjä oli 8 ja poikia 6, 5 nuorta ei ilmoittanut kyselylomakkeessa sukupuoltaan. Ottaen huomioon vastaajien pienen lukumäärän sekä sukupuolen ilmoittamatta jättäneiden suuren osuuden vastanneista, ei esikyselyn vastauksia ole erikseen eritelty sukupuolen mukaan. Esikyselyn numeraaliset vastaukset löytyvät liitteestä 3.

Välittömästi intervention ohjaustuntien jälkeen oppilaita pyydettiin täyttämään varsinaisen kyselylomake interventioon ja sen alkoholiosuuteen liittyen. Täytettyjä kyselylomakkeita saatiin takaisin yhteensä 42 kappaletta, joista kolme jouduttiin hylkäämään vastausten puutteellisuuden vuoksi. Hyväksytyjen 39 lomakkeen vastaajista 26 oli tyttöjä, 11 oli poikia ja kaksi vastaajaa ei ilmoittanut sukupuoltaan. Varsinaisen kyselyn numeraaliset sukupuolen mukaan jaotellut vastaukset löytyvät liitteestä 4.

Alkuperäisenä suunnitelmana oli, että oppilaat täyttäsivät esikyselyn ennen interventiota ja varsinaisen kyselyn intervention jälkeen, jolloin kyselylomakkeiden vastauksia voitaisiin myöhemmin vertailla keskenään. Koska esikyselyn ja varsinaisen kyselyn lopullisissa vastaajamäärissä on eroa, vertailu toteutettiin alkuperäistä suunnitelmaa pienemmässä mittakaavassa.

Aineiston keruun jälkeen takaisin saadut esikyselyt ja varsinaiset kyselyt jaettiin omiksi pinoiksi. Kyselylomakkeiden vastauksia ryhdyttiin kokoamaan käsin paperille kirjoittaen, jolloin kunkin yksittäisen kysymyksen vastaukset ryhmiteltiin eri luokkiin, kysymyksen muodosta riippuen. Sanallisesti vastattavien kysymysten vastaukset jaoteltiin esimerkiksi vastauksen positiivisuuden tai negatiivisuuden mukaan. Numeraalisesti vastattujen kysymysten vastaukset jaoteltiin vastausten numeroiden mukaan laskemalla, tukkimiehenkirjanpitoa hyödyntäen. Kun kysymysten vastaukset oli jaoteltu ryhmiin, laskettiin kuhunkin ryhmään sijoittuvien vastausten lukumäärät yhteen. Jaotellut ja yhteenlasketut vastaukset syötettiin Word-ohjelmaan, jotta niistä saatiin koottua taulukot.

Kyselylomakkeiden vastausten koonnin, laskemisen ja jaottelun jälkeen vastaukset analysoitiin. Numeraalisesti vastattavien kysymysten vastaukset analysoitiin, määrällisen tutkimuksen menetelmien keinoin laskemalla. Sanallisesti vastattavien kysymysten vastaukset analysoitiin laadullisen tutkimuksen menetelmin, sisällön analyysia hyödyntäen. Samansuuntaiset ja -sisältöiset vastaukset ryhmiteltiin omiksi joukoikseen. Kyselylomakkeiden vastausten analysoinnilla selvitettiin, millaisia tuloksia, ja merkityksellisiä suuntia vastauksien pohjalta nousi esille.

## 5 TULOKSET

Esikyselyn ja varsinaisen kyselyn tuloksia verrattaessa oli havaittavissa nuorten alkoholiin liittyvien uskomusten ja suhtautumisen muuttuneen intervention aikana. Yksi intervention tavoitteista olikin vaikuttaa nuorten päihteiden käyttöä koskeviin asenteisiin.

### 5.1 Nuorten suhtautuminen alkoholiin ennen ja jälkeen intervention

Usein nuoret uskovat alkoholin käytön olevan todellista yleisempää ikäistensä keskuudessa. Ennen intervention alkua oppilaista yli puolet uskoi, ettei alkoholin käyttö ole kovin yleistä ikäistensä keskuudessa. Osa oppilaista oli kuvannut uskomustaan sanallisessa muodossa.

*"Useimmat eivät varmaan käytä."* Osa oli ilmaissut vastauksensa myös prosenttein. *"Se on aika yleistä. Uskoisin että n. 20 - 40 % meidän ikäisistä käyttää alkoholia."*

Intervention jälkeen suurin osa oppilaista oli sitä mieltä, ettei ettei alkoholin käyttö ole yleistä ikäistensä keskuudessa. Niin uskovien osuus kasvoi noin 20 % intervention aikana. Sukupuolten välillä ei havaittu eroja vastausten suhteen. *"Ei kovin yleistä, kuitenkin monet haluavat maista."* *"Jotkut käyttää, useimmat ei varmaankaan."*

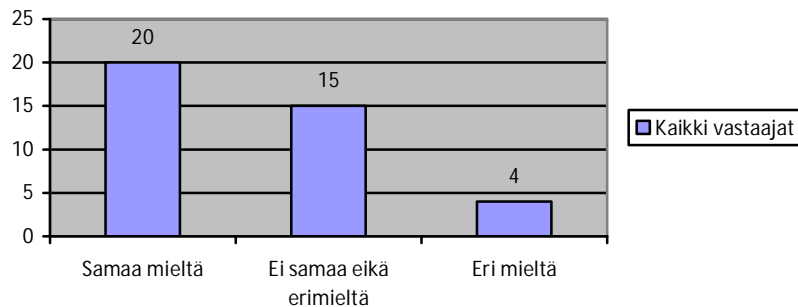
Ennen interventiota kaikki vastaajat uskoivat alkoholin käytön olevan yleistä aikuisten keskuudessa. *"Moni juo, mutta suurin osa juo kohtuullisesti."* *"Melkein kaikki käyttää ehkä 80 % - 90 %."* Intervention jälkeen enää hieman yli puolet oppilaista uskoi alkoholin käyttö olevan yleistä aikuisten keskuudessa. Pojat keskuudessa uskomus oli hieman yleisempi. *"Riippuu aikuisesta.. Jotkut ei juo lainkaan, jotkut juovat joka viikonloppu."* *"Aika yleistä, varmaan puolet ja puolet 50%."*

Kaikki oppilaat ajattelivat alkoholin vaikuttavan ihmisen käyttäytymiseen. Yli puolet toi esille alkoholin käytön negatiivisia vaikutuksia, kuten sekavuuden. *"Jotkut ihmiset ovat ärtyisiä, mutta osa on humoristisia."* *"Saattaa tulla väkivaltaisemmaksi, eikä välttämättä tajua mitä tekee -> saattaa tehdä tyhmiä asioita."*

Omaa suhtautumista ennen interventiota arvioitaessa kolmannes oppilaista ilmaisi suhtautuvansa alkoholin käyttöön negatiivisesti. *"Se on turhaa, ja se aiheuttaa paljon ongelmia."* Neljännnes oppilaista ajatteli, että alkoholia voi käyttää joskus. *"Sitä saa käyttää kohtuudella."* Loput pitivät sitä omana valintana, tai eivät osanneet sanoa kuinka suhtautuvat asiaan. *"Alkoholin käyttö on oma valinta."*

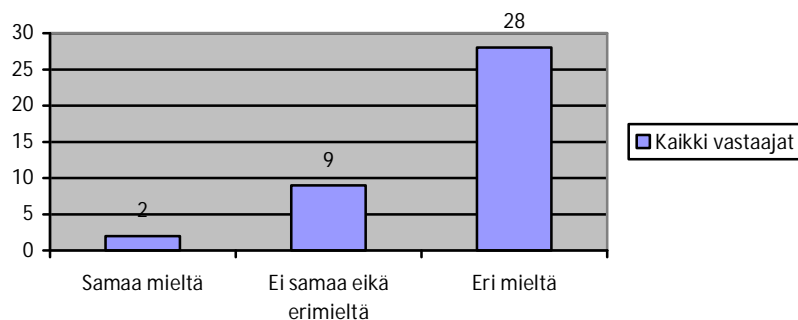
Intervention jälkeen hieman yli puolet vastaajista ilmaisi suhtautuvansa alkoholin käyttöön negatiivisesti. Nuorten vastauksista tuli esille, että alkoholia nauttineiden ihmisten käyttäytyminen koetaan pelottavana. *"Se on tyhmää. Sitä voi käyttää järkevästi. Humalaiset on pelottavia."* Pojat suhtautuivat tyttöjä useammin alkoholin käyttöön hyväksyvästi. *"Se on ymmärrettävää, että juo joskus."*

Kyselyyn vastanneista nuorista monet mielsivät alkoholin käytön kuuluvan juhlatilanteisiin. Se kuvastaa Suomessa yleisesti olevaa ajatusta, jossa alkoholin käyttö yhdistetään usein vapaa-aikaan, erityistilanteisiin ja juhlaan (Karlson 2009: 11). Interventiolla ei ollut havaittavaa vaikutusta uskomukseen, kuten kuvioista 3. ilmenee. Sen jälkeenkin puolet pojista liitti alkoholin käytön juhlatilanteisiin, kun toinen puoli ei ollut samaa eikä eri mieltä asiasta.



Kuvio 3. Alkoholi kuuluu mielestäni juhlatilanteisiin N: 39

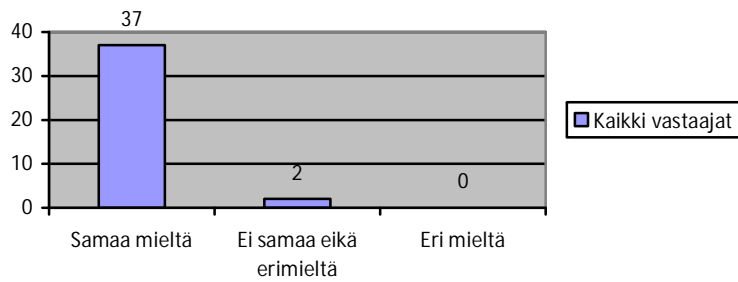
Jo ennen intervention alkua oppilaat olivat sitä mieltä, ettei alkoholin käyttö olisi merkki aikuisuudesta. Intervention jälkeen enää muutama oppilas (kuvio 4.) piti alkoholia merkkinä aikuisuudesta. Erityisesti pojat olivat lähes yksimielisiä siitä, ettei alkoholi ole merkki aikuisuudesta.



Kuvio 4. Alkoholin käyttö on mielestäni merkki aikuisuudesta N: 39

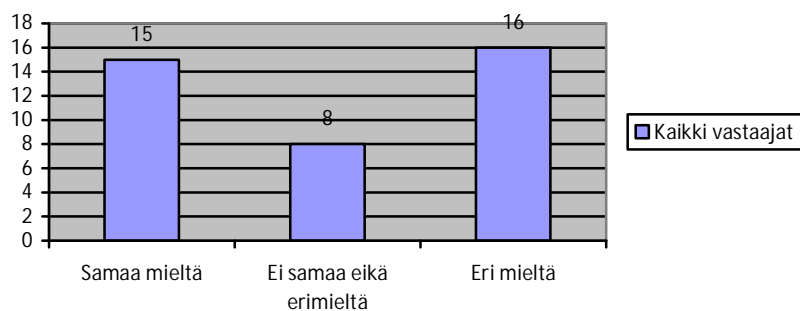
## 5.2 Nuorten alkoholitietämys ennen ja jälkeen intervention

Oppilaiden vastauksia analysoitaessa tuli selvästi esille se, että nuoret kokevat alkoholitietämyksensä hyväksi, mikä näkyy kuviosta 5. Osa oppilaista koki vanhan tiedon kertaamisen turhauttavana, mutta siitä huolimatta moni sai uutta tietoa interventioista. Alkoholipolitiikan kuluttajaoppaassa (2004: 10) onkin todettu Suomessa annettava alkoholikasvatus kattavaksi. Oppilaat kertoivatkin saaneensa paljon tietoa alkoholista ja sen haittavaikutuksista jo aikaisemmin koulun kautta. Intervention jälkeen lähes kaikki oppilaat olivat sitä mieltä, että he olivat saaneet riittävästi tietoa alkoholista. Vastausten näin selkeä jakautuminen antaa viitteitä siitä, että intervention kohderyhmänä olleet seitsemäsluokkalaiset kokevat todella saaneensa riittävästi tietoa alkoholista.



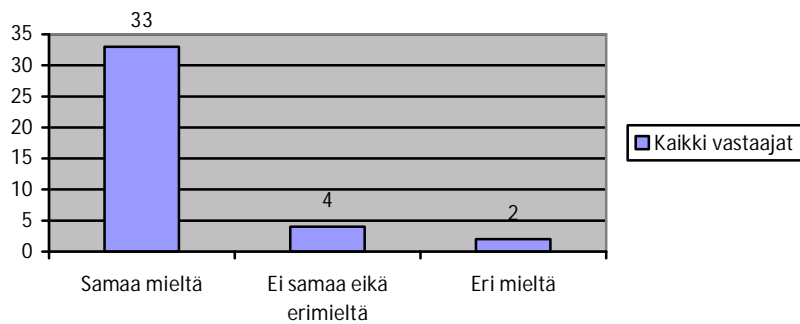
Kuvio 5. Olen saanut mielestäni riittävästi tietoa alkoholista N: 39 intervention jälkeen arvioituna

Ennen interventiota neljännes oppilaista koki, ettei riittävästä alkoholitietämyksestään huolimatta tiedä vielä tarpeeksi alkoholin haittavaikutuksista. Intervention jälkeen lähes 40 % nuorista koki tietämyksensä alkoholin haittavaikutuksista lisääntyneen intervention aikana, kuten kuviosta 6. ilmenee. Asiaan kantaa ottaneiden keskuudessa vastaukset jakautuivat tasaisesti puoliksi molempien sukupuolten keskuudessa.



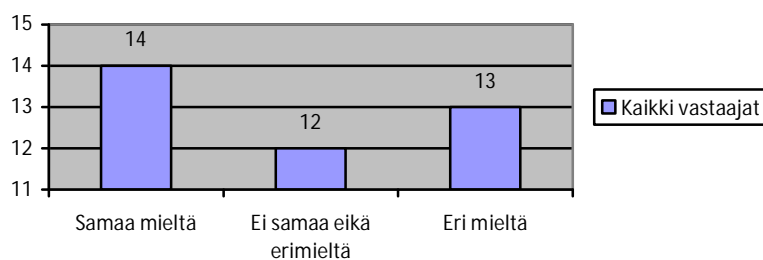
Kuvio 6. Tietoni alkoholin haittavaikutuksista lisääntyi N: 39

Yksi alkoholirastin tavoitteista oli, että nuori osaisi antaa ohjaustunnin jälkeen ensiapua tajuttomalle henkilölle. Oppilaat saivat tajuttoman ihmisen auttamisesta teoriatietoa ja harjoittelivat käytännössä tajuttoman ihmisen kylkiasentoon laittamista. Suurin osa kaikista oppilaista koki ohjaustunnin jälkeen osaavansa auttaa tajutonta ihmistä, kuten kuviosta 7. näkyy. Sukupuolten välisiä eroja ei ollut.



Kuvio 7. Osaisin auttaa tajutonta ihmistä N:39

Oppilaat kokivat alkoholitietämyksensä hyväksi jo ennen intervention alkua. Kuvio 8. ilme-nee kolmanneksen oppilaista saaneen uutta tietoa alkoholista intervention yhteydessä. Vaikka kaksi kolmasosaa koki, ettei tieto lisääntynyt, tai ei osannut ottaa kantaa asiaan, voidaan ajatella, että interventiosta oli hyötyä kohderyhmälle.



Kuvio 8. Interventio antoi uutta tietoa alkoholista N: 39

### 5.3 Nuorten kokemus intervention alkoholiosuudesta ja palaute interventiosta

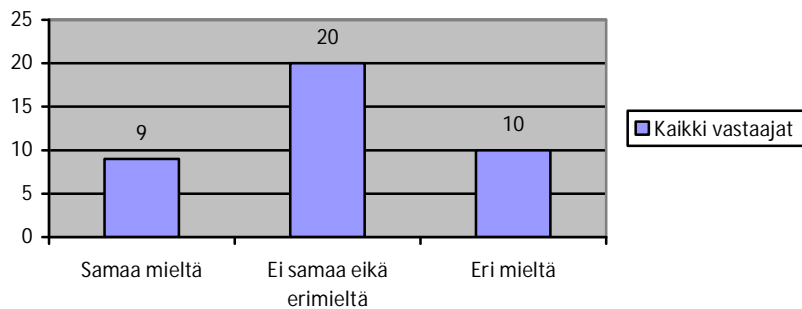
Ohjaustunnin päätteeksi oppilaat antoivat kirjallista palautetta interventiosta ja sen alkoholiosuudesta. Hieman alle puolet vastaajista oli kirjoittanut tai piirtänyt jotain palauteosioon. Viidennes oppilaista oli kirjoittanut, ettei heillä ole mitään kommentoitavaa asiaan. Loput olivat jättäneet varsinaisen kyselyn palauteosion täysin tyhjäksi. Palautetta antamatta jättäneistä suurin osa oli poikia.

Nuorten kokemus intervention hyödyllisyydestä vaihteli kovasti. Osa vastaajista mainitsi oppineensa uusia asioita ja piti interventiota mukavana. "=> Oli oikein kiva tunti!! Opin joitakin asioita!" Osa oppilaista oli antanut palautetta koko interventioon viitaten. "Oli hyvä ja opin, ja sain paljon tietoa alkoholista, tupakasta ja väkivallasta." Ohjaustunnin alkoholiosuuden

alkoholiin liittyvä kysymys- ja sananselityspeli oli koettu mielekkäänä, se sai erikseen positiivista palautetta. *"Kysymykset oli hyviä."*

Osa oppilaista koki, etteivät he oppineet intervention aikana mitään uutta, mikä näkyi myös sanallisissa vastauksissa. Intervention tieto koettiin samanlaiseksi, mitä koulussa oli aiemmin opetettu. *"Kyl tän ikäiset nuoret tietää jo ihan tarpeeks alkoholist, me tietään et se on myrkkyä elimistölle, siit tulee darra (riippuen juomisen määrästä) ja että lapset ei saa juoda alkoholia, jne. Eli miks meille tuputetaan tätä tietoa vielä? Ärsyttävää. Ja aika turhaaki."*

Kuviosta 9. ilmenee, että neljäsos oppilaista piti intervention alkoholia käsittelevää osuutta mielenkiintoisena. Erityisesti pojat eivät osanneet sanoa, pitivätkö intervention alkoholia käsittelevää osuutta mielenkiintoisena vai eivät. Tyttöjen keskuudessa kolmannes vastaajista piti intervention alkoholiosuutta täysin kiinnostamattomana.



Kuvio 3. Intervention alkoholia käsittelevä osuus oli mielenkiintoinen N: 39



## POHDINTA

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa Vantaa välittää -hankkeen Aika välittää! - interventioihin osallistuneiden seitsemäsluokkalaisten suhtautumista alkoholiin ja intervention vaikutusta siihen, sekä kerätä palautetta interventioon liittyvien ohjaustuntien alkoholiosuudesta. Opinnäytetyöllä haettiin vastausta seuraaviin kysymyksiin: Kuinka nuoret suhtautuivat alkoholiin ennen ja jälkeen intervention? Millaiseksi nuoret kokivat alkoholitietämyksensä ennen ja jälkeen intervention? Millaiseksi nuoret kokivat intervention alkoholiosuuden?

Opinnäytetyön luotettavuutta arvioitaessa tulee ottaa huomioon aineiston pieni määrä. Kyselyillä saadut vastaukset ovat suuntaa antavia, mutta ne eivät ole yleistettävissä. Esi- ja varsinaisen kyselyn vertailu on viitteellistä, koska vastaajamäärissä oli suuri ero, eikä yksittäisiä vastaajia pystytty yhdistämään. Näin ollen ei saatu tietoa yksilötasolla tapahtuneesta muutoksesta. Työn eettisyyttä lisäsi se, että kyselyiden vastaajat saivat ennen lomakkeiden täyttämistä luettavakseen saatekirjeen, joka sisälsi tietoa opinnäytetyöstä, kyselylomakkeista ja lomakkeiden käsittelystä. Kyselyyn osallistuminen oli täysin vapaaehtoista, eikä vastaajien henkilöllisyys tullut ilmi missään vaiheessa. Yksittäistä vastaajaa ei pysty tulosten perusteella tunnistamaan.

Verrattaessa opinnäytetyön teoreettista viitekehystä ja opinnäytetyön tuloksia, on samansuuntaisia havaintoja tehtävissä. Tutkimuksissa on todettu Suomessa annettava alkoholikasvatus kattavaksi (Alkoholipolitiikan kuluttajaopas 2004: 10). Kohderyhmän kokemus oli samansuuntainen, suurin osa oppilaista koki intervention jälkeen saaneensa riittävästi tietoa alkoholista.

Suomessa alkoholinkäyttö usein yhdistetään vapaa-aikaan, erityistilanteisiin ja juhlaan (Karls-son 2009: 11). Kyselyyn vastanneista nuorista puolet mielsi alkoholin kuuluvaksi juhlaan ja hieman alle puolet eivät olleet samaa, eikä eri mieltä. Ryhmässä oli vain pieni joukko niitä, jotka selkeästi ilmaisivat, etteivät liittäisi alkoholia juhlatilanteisiin.

Kysyttäessä oppilaiden omaa suhtautumista alkoholiin, hieman yli puolet toi esille sitä, että suhtautuu siihen negatiivisesti tai mainitsi käytön huonoja puolia. Pojista noin kolmannes toi esille myönteisen suhtautumisen alkoholiin, kun tytöistä ainoastaan neljännes hyväksyi alkoholin käytön ja silloinkin vain kohtuulliset määrät. Vastaavasti ESPAD tutkimuksessa on todettu, että nuoret ovat alkoholikriittisiä ja tietoisia sen riskeistä (Metso ym. 2009: 27, 38). Toisaalta kouluterveyskyselyissä on huomattu nuorten asenteiden muuttuneen kahdessa vuosikymmenessä entistä alkoholimyönteisemmiksi (Rainio 2009: 50).

Oppilaiden miettiessä alkoholin käytön yleisyyttä aikuisten keskuudessa, hieman yli puolet vastaajista uskoi intervention jälkeen sen olevan yleistä. Pojat uskoivat tyttöjä useammin alkoholi käytön yleisyyteen. Vuonna 2008 yhdeksän kymmenestä 15 - 69 -vuotiaasta suomalaisesta oli nauttinut alkoholia viimeisen vuoden aikana. (Päihdetilastollinen vuosikirja 2009: 20).

Vantaalaisella yläkoululla järjestetyt ohjaustunnit sujuivat ohjauksen määritelmän mukaisesti. Ohjaus on ohjattavan ja ohjaajan tavoitteellista ja aktiivista, molempien taustatekijöihin sidoksissa olevaa, vuorovaikutteisessa ohjaussuhteessa tapahtuvaa toimintaa (Kyngäs ym. 2007: 25). Ohjaajat valmistautuivat ohjaustunteihin hyvin ja tutustuivat huolella intervention ohjaustunnin materiaaleihin ennen ohjaustunteja. Ohjaajilla oli lisäksi ennestään jonkin verran tietoa ohjauksesta, ohjausmenetelmistä, ryhädynamiikasta ja ryhmäilmiöistä. Mikä Kyngäksen ym. (2007: 108, 111) mukaan on osa onnistunutta ohjausta.

Ennen ohjaustunnin aloitusta käytiin ryhmän kanssa läpi ohjaustunnin kulku, ohjaajien roolit ja yhteiset säännöt. Oppilaat tunsivat toisensa, mikä tärkeää ryhmäohjauksen onnistumisen kannalta. Ryhmällä oli myös yhteinen tavoite, uuden tiedon saaminen alkoholista. Ohjaustunnin lopuksi pidettiin yhteinen lopetustilaisuus, jossa purettiin ohjaustunnin aikaansaamia tunteita ja kokemuksia. Mitkä kaikki Kyngäksen ym. (2007: 105-107, 114) mukaan ovat tärkeitä asioita hyvän ohjauksen näkökulmasta.

Opinnäytetyön tulosten pohjalta ilmeni, että jotkin intervention ja ohjaustuntien osuudet voisivat kaivata jatkokehittelyä. Luokanopettajalta saadun suullisen palautteen perusteella oppilaat kokivat ennakkomateriaalina katsomansa Haluutsäki? -nimisen DVD-elokuvan jopa huvittavana. DVD-elokuvan tarkoituksena oli saada oppilaat samaistumaan tarinan nuoriin ja tätä kautta pohtimaan elämässä tehtävien valintojen tärkeyttä ja haasteellisuutta. Epäuskottavuutensa vuoksi DVD-elokuva ei täysin täyttänyt tarkoitustaan. Ohjaustunnin jälkeen saadun palautteen perusteella osa oppilaista koki, etteivät he saaneet ohjaustunnilla uutta tietoa. Osa piti ohjaustunnin jopa tylsänä ja turhana. Osa oppilaista kuitenkin koki saaneensa ohjaustunnilta uutta tietoa. Oppilaat olisivat varmasti kokeneet ohjaustunnin mielekkäämpänä, jos he olisivat saaneet sen kautta enemmän uutta tietoa.

Interventiota ja sen ohjaustuntia voitaisiin tämän pohjalta kehittää tulevaisuudessa enemmän nuorten jo olemassa olevia tietoja tukevaksi. Nuorilta voitaisiin esimerkiksi kerätä ideoita ja ehdotuksia intervention ja ohjaustunnin sisällön muokkaamiseen ja uudelleen rakentamiseen. Kyngäksen ym. (2007: 47) mukaan onnistuneen ohjauksen saavuttamiseksi tulee ennen ohjaustilaisuutta selvittää mitä ohjattava ennestään aiheesta tietää sekä mitä hän haluaa ja mitä hänen täytyy tietää.

Jotta onnistunut ohjaus mahdollistuu, on etukäteen selvitettävä soveltuvat ohjausmenetelmät sekä paras tapa tiedon vastaanottamiseen kyseisen ryhmän kannalta. Lisäksi arvioiden mukaan useampien ohjausmenetelmien käyttö tehostaa ohjauksen vaikuttavuutta ja asioiden mieleen jäämistä. (Kynäs ym. 2007: 47, 73, 111.) Hyvää ohjaustunnissa oli sen materiaalin monipuolisuus. Valmiit salkut sisälsivät monenlaista, useita aisteja aktivoivaa ohjausmateriaalia, ja tarjosivat näin paremmat mahdollisuudet tiedon muistiin jäämiselle usean oppimistavan kautta.

Opinnäytetyöprosessi kesti yhteensä puolitoista vuotta. Sinä aikana opinnäytetyön aihetta ja opinnäytetyökysymyksiä päädyttiin vaihtamaan ja tarkentamaan kesken prosessin. Syynä tähän oli kyselylomakkeissa ilmenneet puutteet suhteessa alkuperäisiin opinnäytetyökysymyksiin, sekä esikyselyyn vastanneiden oppilaiden pieni lukumäärä. Koska kyselylomakkeilla oli keskeinen osa opinnäytetyössä, oli vaikeaa korjata niistä aiheutuneita puutteita enää jälkikäteen, aloittamatta työtä aivan alusta. Tämä heijastui myös valmiiseen työhön. Kyselylomakkeiden luomiseen ja tarkastamiseen olisi tullut varata enemmän aikaa ja tutustua vielä enemmän aihetta käsittelevän teorian tietoon. Koska kyselylomakkeiden kysymykset on tehty ennen lopullisten opinnäytetyökysymysten tarkentumista, ne eivät vastaa täysin tarkoitustaan. Lisäksi kysymyslomakkeiden analysoinnin haasteellisuutta lisäsivät erityisesti sanalliset kysymykset, joihin oppilaat olivat vastanneet hyvin monimuotoisesti.

Jos kyselylomakkeita lähdetäisiin nyt uudelleen kehittämään, kiinnitettäisiin huomiota erityisesti kysymysten vastaustavan selkeämpään rajaukseen. Tämä helpottaisi kysymysten analysointia, joka oli nyt haasteellista vaihtelevien vastausmuotoisten vuoksi. Kyselylomakkeet voisi luoda valmiiden ja ennalta testattujen kyselylomakkeiden pohjalta. Esimerkiksi koulu-terveystutkimukset sisältävät samaan aiheeseen liittyviä kysymyksiä.

Opinnäytetyöprosessi oli opettavainen. Siinä onnistui teoriaosuuden luominen ja ohjaustuntien pitäminen. Strukturoitujen ohjeiden mukaan eteneminen on selkeää ja tunteja pitäneet opiskelijat kokivat onnistuneensa ohjaustyössä. Eräänä käytännön haasteena opinnäytetyötyöskentelyssä havaittiin olevan se, että työtä tehtiin samanaikaisesti kahdella eri tietokoneella. Käytännössä tämä vaati vielä lisää tarkkuutta työskentelyyn, sillä koko ajan oli pidettävä huoli, että kaikki uudet muutokset päätyvät samaan versioon opinnäytetyöstä.

Opinnäytetyön tulosten perusteella Aika Välittää! -interventiota voi kehittää edelleen soveltuvammaksi keräämällä intervention kohderyhmältä, seitsemäsluokkalaisilta, palautetta ja ideoita ohjausmateriaalin kehittämiseksi. Opinnäytetyön tuloksista selvisi, että esimerkiksi Haluutsäki? -DVD-elokuva kaipaisi kohderyhmän mielestä kehitystä.

## LÄHTEET

Aalberg, V. & Siimes, M. A. 2007. Lapsesta aikuiseksi. Nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi. Helsinki: Nemo.

Aalto-setälä, T., Marttunen, M., Pelkonen, M. 2003. Nuorten päihdehäiriöt ja muut mielenterveyden häiriöt: tietoa nuorten kanssa työskenteleville aikuisille. [PDF-dokumentti]. <<http://www.ktl.fi/attachments/suomi/osastot/mao/komorbiditeetti.pdf>>. (Viitattu 5.10.2010).

Ahlström, S., Metso, L., Tuovinen, E. 2002. Mikä lisää nuoren riskiä tupakoida, humaltua ja kokeilla marihuanaa? Yhteiskuntapolitiikka: 67:5, 423-429.

Aika välittää! 2008. Ehkäisevän päihdetyön yksikkö & Tanja Rantala. Vantaan kaupunki. Sosiaali- ja terveystoimi. Vantaa välittää -hanke. Vantaa: Vantaan kaupungin paino.

Alkoholi ja aivot. 2007. Alko Oy. Lönnberg print.

Alkoholijuomien kulutustilasto 2009. 2010. Valvira. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. [PDF-dokumentti]. <[http://www.stakes.fi/tilastot/tilastotiedotteet/2010/Paihde/kulutusennakko\\_2009\\_suomi.pdf](http://www.stakes.fi/tilastot/tilastotiedotteet/2010/Paihde/kulutusennakko_2009_suomi.pdf)>. (Viitattu 11.4.2010).

Alkoholipolitiikan kuluttajaopas. (Yhteenveto kirjasta Alcohol: No ordinary commodity.) 2004. Stakes: esitteitä 2004: 6. Vantaa: Keili Oy.

Holmila, M., Karlson, T., Raitasalo, K. 2005. Alaikäisten alkoholiostot. Yhteiskuntapolitiikka 70. (2005):3.

Hörkkö, T., Lindqvist, M., Markkula, K. 2009 "VANTAALLA ROKATAAN NYT ENEMMÄN" Vantaa välittää hankkeen loppuraportti. [PDF-dokumentti]. <[http://www.vantaa.fi/i\\_alaetusivu.asp?path=1;220;4724;6948;59722;59690](http://www.vantaa.fi/i_alaetusivu.asp?path=1;220;4724;6948;59722;59690)>. (Viitattu 25.4.2010).

Jaatinen, J. 2002. Päihteiden käyttö nuorten näkökulmasta. Teoksessa M. Holmila (toim.) Asuinalue ja päihdehaitat. Arviointitutkimus ehkäisevästä paikallistoiminnasta Tikkurilassa ja Myllypurossa. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy, 98-100.

Kaarne, T. 2009. Alkoholin suurkuluttajan lyhytneuvonta. Lääkärin käsikirja. [WWW-dokumentti]. <[http://nelli.laurea.fi:2056/dtk/ltk/koti?p\\_haku=alkoholi](http://nelli.laurea.fi:2056/dtk/ltk/koti?p_haku=alkoholi)>. (Viitattu 15.4.2010).

Karlsson, T. 2009. (toim.) Suomen alkoholiolot 2000 -luvun alussa. Kulutus, haitat ja politiikka. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Kyngäs, H., Kääriäinen, M., Poskiparta, M., Johansson, K., Hirvonen, E. & Renfors, T. 2007. Ohjaaminen hoitotyössä. WSOY.

L 1982/828 = raittiustyölaki. Finlex. [WWW-dokumentti]. <<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1982/19820828>>. (Viitattu 3.5.2010).

L 1994/1143 = alkoholilaki. Finlex. [WWW-dokumentti]. <<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1994/19941143>>. (Viitattu 15.3.2010).

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2005. Alkoholi ei kuulu lapsuuteen. Kannanotot ja lausunnot. [WWW-dokumentti]. <[http://www.mll.fi/ajankohtaista/kannanotot\\_ja\\_lausunnot/?x41070=48055](http://www.mll.fi/ajankohtaista/kannanotot_ja_lausunnot/?x41070=48055)>. (Viitattu 21.4.2010).

Mellin, N., Vihmo, J., Österberg, E. 2006. Alkoholihaittojen yhteiskunnalliset kustannukset Suomessa vuonna 2003. Stakes. Helsinki: Valopaino Oy.

Metso, L., Ahlström, S., Huhtanen, P., Leppänen, M. Pietilä, E. 2009. Nuorten päihteiden käyttö Suomessa 1995-2007 ESPAD-tutkimusten tulokset. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Nuoret ja alkoholi. Potilaan sivu. Suomen Lääkärilehti 21-22/2006 vsk 61, 2448.

Nurmi, J-E. 2006. Nuoruusiän kehitys: etsintää, valintoja ja noidankehiä. Teoksessa P. Lyytinen, M. Korkiakangas & H. Lyytinen (toim.) Näkökulmia kehityspsykologiaan. Kehitys kontekstissaan. Helsinki: WSOY, 256-257.

Pietilä, N. 2001. Tyttöjen karnevalistinen humala. Tulkintoja tyttöjen alkoholikultuurista. Jyväskylän yliopisto. [PDF-dokumentti].  
<<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12795/npietila.pdf?sequence=1>>. (Viitattu 30.3.2010).

Pohjoismainen alkoholitilasto 2008. Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos. [PDF-dokumentti].  
<[http://www.stakes.fi/tilastot/tilastotiedotteet/2009/Tr20\\_09.pdf](http://www.stakes.fi/tilastot/tilastotiedotteet/2009/Tr20_09.pdf)>. (Viitattu 17.4.2010).

Päihdetilastollinen vuosikirja 2009. Alkoholi ja huumeet. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [PDF-dokumentti].  
<<http://www.stakes.fi/tilastot/tilastotiedotteet/2009/paihde/Paihdetilastollinen2009.pdf>>. (Viitattu 7.4.2010).

Rainio, S., Pere, L., Lindfors, P., Lavikainen, H., Saarni, L., Rimpelä, A. 2009. Nuorten terveystapatutkimus 2009. Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö 1977-2009. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2009:47. Helsinki : Sosiaali- ja terveysministeriö.

Turunen, K. E. 2005. Ikävaiheiden kriisit. Juva: Atena Kustannus Oy.

Valtioneuvoston periaatepäätös Terveys 2015 -kansanterveysohjelmasta. 2001. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2001:4. Helsinki.

Vantaa välittää -hanke. (2007-2009). [WWW-dokumentti].  
<[http://www.vantaa.fi/i\\_aletusivu.asp?path=1;220;4724;6948;59722;59690](http://www.vantaa.fi/i_aletusivu.asp?path=1;220;4724;6948;59722;59690)>. (Viitattu 29.12.2009).

Warpenius: K. 2002. Kuka ottaisi vastuun? Ehkäisevän päihdetyön yhdyshenkilöverkoston perustamisen arviointi. Stakes raportteja 270: 2002. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.

Winter, T. 2004. Nuorten raittius ja siihen vaikuttavat tekijät. Helsingin yliopisto: kansanterveystieteen julkaisuja. [PDF-dokumentti].  
<[http://www.vantaa.fi/i\\_aletusivu.asp?path=1;220;4724;6948;59722;59690](http://www.vantaa.fi/i_aletusivu.asp?path=1;220;4724;6948;59722;59690)>. (Viitattu 29.3.2010).

## LIITTEET 1-4

Liite 1.: Esikysely

Liite 2.: Varsinainen kysely

Liite 3.: Esikyselyn vastaukset

Liite 4.: Varsinaisen kyselyn vastaukset

Liite 1. Esikysely

01.12.2009

Hei nuoret,

Opiskelemme sairaanhoitajiksi Laurea-ammattikorkeakoulussa Tikkurilan toimipisteessä. Teemme opinnäytetyötämme Vantaa välittää - hankkeessa, liittyen nuorten suhtautumiseen ja tietämykseen alkoholista sekä interventioiden vaikutuksesta siihen.

Oheisen kyselylomakkeen avulla keräämme tietoa opinnäytetyötämme varten. Kyselylomakkeisiin vastataan nimettömäksi ja ne käsitellään luottamuksellisesti. Yksittäisen vastaajan henkilöllisyys ei tule missään vaiheessa ilmi. Lomakkeessa on sekä avoimia kysymyksiä joihin vastataan omin sanoin, että monivalintakysymyksiä joihin valitaan vastaukseksi parhaiten omaa näkemystä vastaava vaihtoehto.

Terveisin Hanna Vartiainen ja Jenni Viitanen

1. Sukupuoli
  
2. Kuinka yleistä uskot alkoholin käytön olevan
  - a) Ikäistesi keskuudessa
  
  
  - b) aikuisten keskuudessa
  
3. Kuinka alkoholi vaikuttaa mielestäsi ihmisten käyttäytymiseen?
  
  
  
  
4. Suhtautumiseni alkoholiin on mielestäni:



Alla on lueteltu erilaisia väittämiä. Ympäroi vaihtoehdoista se, joka parhaiten kuvaa omaa näkemystäsi.

- 1 = täysin samaa mieltä
- 2 = osittain samaa mieltä
- 3 = ei samaa, eikä eri mieltä
- 4 = osittain eri mieltä
- 5 = täysin eri mieltä

5. Alkoholi kuuluu mielestäni juhlatilanteisiin.  
1            2            3            4            5
6. Alkoholin käyttö on mielestäni merkki aikuisuudesta.  
1            2            3            4            5
7. Olen saanut mielestäni riittävästi tietoa alkoholista.  
1            2            3            4            5
8. Koulussa on käsitelty riittävästi alkoholiin liittyviä asioita.  
1            2            3            4            5
9. Tiedän riittävästi alkoholin haittavaikutuksista.  
1            2            3            4            5

Liite 2. Varsinainen kysely

14.12.2009

Hei nuoret,

Opiskelemme sairaanhoitajiksi Laurea-ammattikorkeakoulussa Tikkurilan toimipisteessä. Teemme opinnäytetyötämme Vantaa välittää - hankkeessa, liittyen nuorten suhtautumiseen ja tietämykseen alkoholista sekä interventioiden vaikutuksesta siihen.

Oheisen kyselylomakkeen avulla keräämme tietoa opinnäytetyötämme varten. Kyselylomakkeisiin vastataan nimettömäksi ja ne käsitellään luottamuksellisesti. Yksittäisen vastaajan henkilöllisyys ei tule missään vaiheessa ilmi. Lomakkeessa on sekä avoimia kysymyksiä joihin vastataan omin sanoin, että monivalintakysymyksiä joihin valitaan vastaukseksi parhaiten omaa näkemystä vastaava vaihtoehto.

Olet luultavasti jo aiemmin, ennen interventioihin osallistumista, vastannut ensimmäiseen kyselyymme. Tämä toinen kyselymme on samankaltainen ja osa kysymyksistä on samoja kuin ensimmäisessä. Tällä kyselyllä haluamme kerätä tietoa interventioiden pidon jälkeen, sekä saada mielipiteitä interventioista.

Terveisin Hanna Vartiainen ja Jenni Viitanen

1. Sukupuoli

2. Kuinka yleistä uskot alkoholin käytön olevan  
a) Ikäistesi keskuudessa

b) aikuisten keskuudessa

3. Suhtautumiseni alkoholiin on mielestäni:

Alla on lueteltu erilaisia väittämiä. Ympäroi vaihtoehdoista se, joka parhaiten kuvaa omaa näkemystäsi.

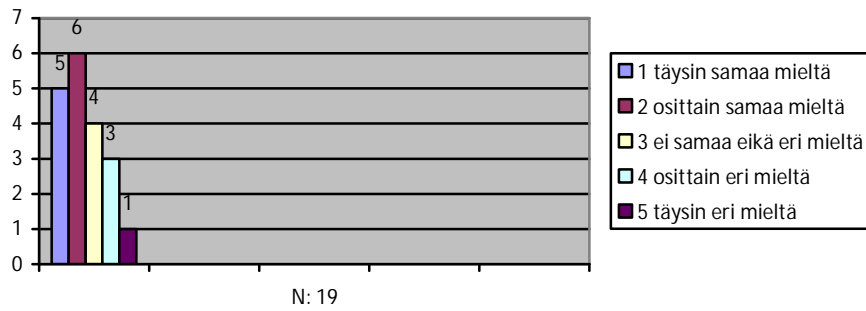
- 1 = täysin samaa mieltä
- 2 = osittain samaa mieltä
- 3 = ei samaa, eikä eri mieltä
- 4 = osittain eri mieltä
- 5 = täysin eri mieltä

4. Interventio antoi uutta tietoa alkoholista.  
 1            2            3            4            5
5. Tietoni alkoholin haittavaikutuksista lisääntyi.  
 1            2            3            4            5
6. Intervention alkoholia käsittelevä osuus oli mielenkiintoinen.  
 1            2            3            4            5
7. Osaisin auttaa tajutonta ihmistä.  
 1            2            3            4            5
8. Alkoholi kuuluu mielestäni juhlatilanteisiin.  
 1            2            3            4            5
9. Alkoholin käyttö on mielestäni merkki aikuisuudesta.  
 1            2            3            4            5
10. Olen saanut mielestäni riittävästi tietoa alkoholista.  
 1            2            3            4            5

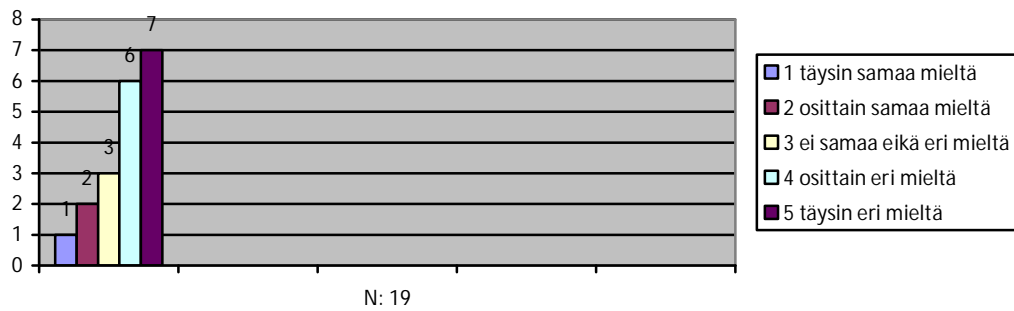
11. Onko Sinulla vielä jotain, mitä haluaisit erityisesti mainita liittyen esimerkiksi interventi-  
 oihin tai teettämiimme kyselyihin? Otamme mielellämme kaikki kommentit ja mielipiteet  
 vastaan! ☺  
 Tässä sana on siis vapaa:

Liite 3. Esikyselyn numeraaliset vastaukset

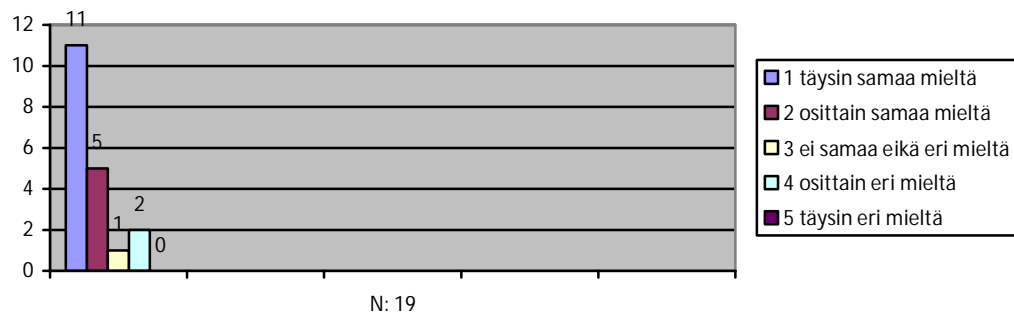
5. Alkoholi kuuluu mielestäni juhlatilanteisiin.



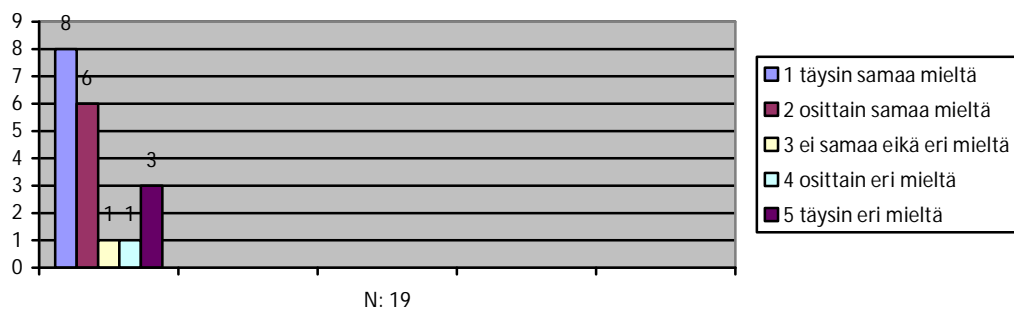
6. Alkoholin käyttö on mielestäni merkki aikuisuudesta.



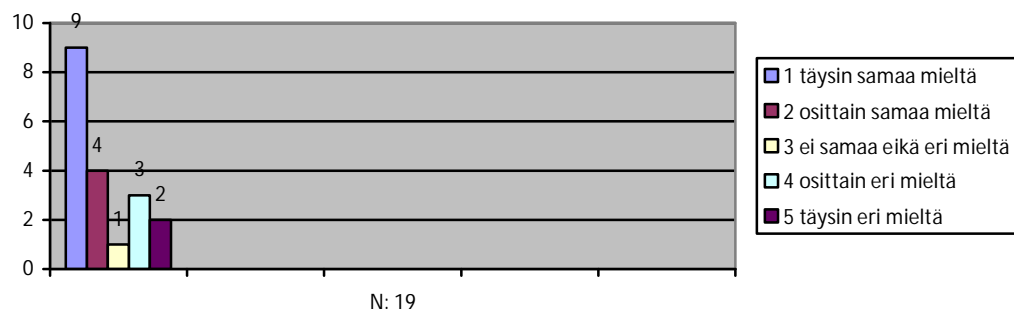
7. Olen saanut mielestäni riittävästi tietoa alkoholista.



8. Koulussa on käsitelty riittävästi alkoholiin liittyviä asioita.



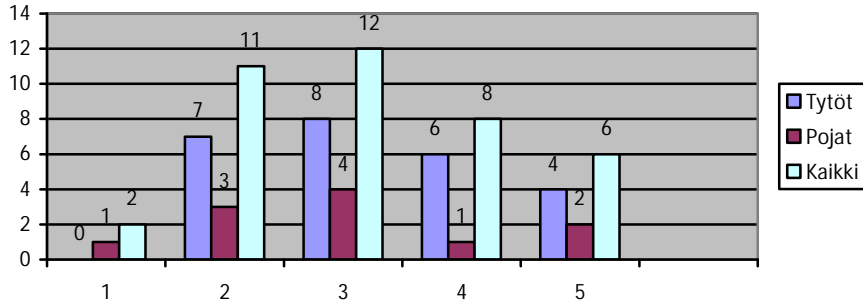
9. Tiedän riittävästi alkoholin haittavaikutuksista.



Liite 4. Varsinaisen kyselyn numeraaliset vastaukset

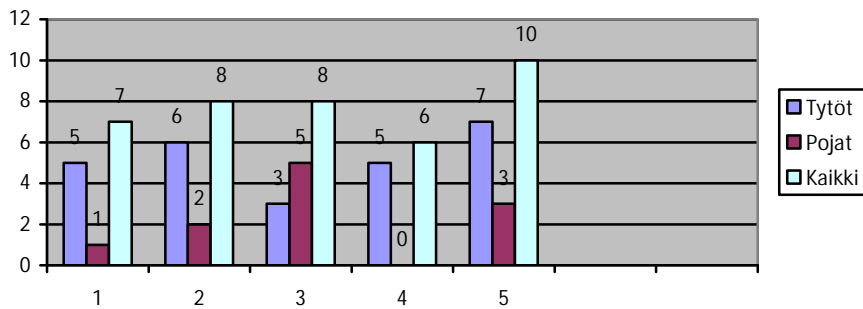
- 1 = täysin samaa mieltä
- 2 = osittain samaa mieltä
- 3 = ei samaa, eikä eri mieltä
- 4 = osittain eri mieltä
- 5 = täysin eri mieltä

4. Interventio antoi uutta tietoa alkoholista.



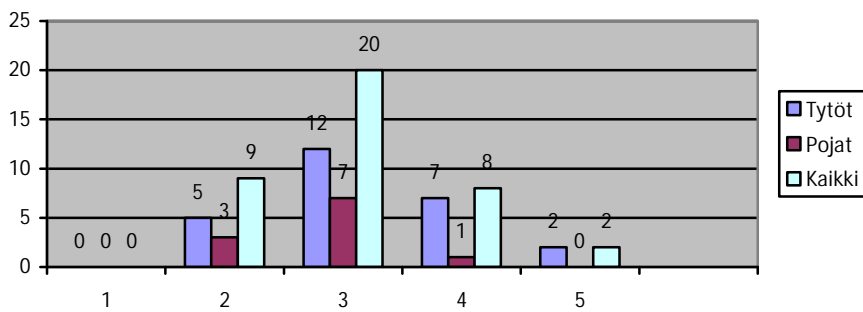
N:39

5. Tietoni alkoholin haittavaikutuksista lisääntyi.



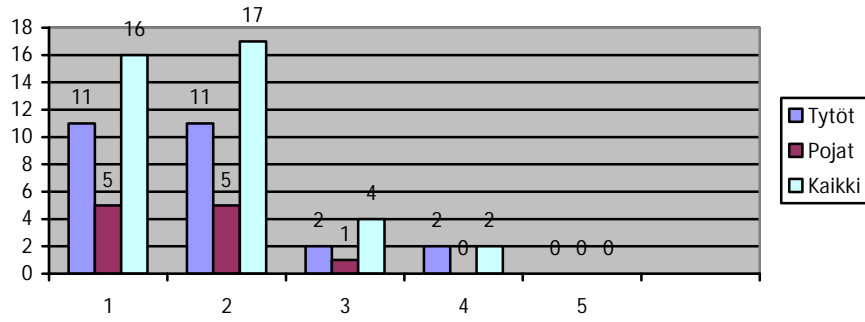
N:39

6. Interventio alkoholia käsittelevä osuus oli mielenkiintoinen.



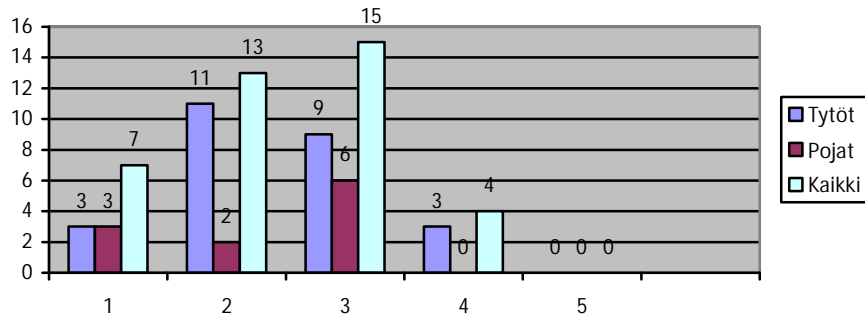
N:39

7. Osaisin auttaa tajutonta ihmistä.



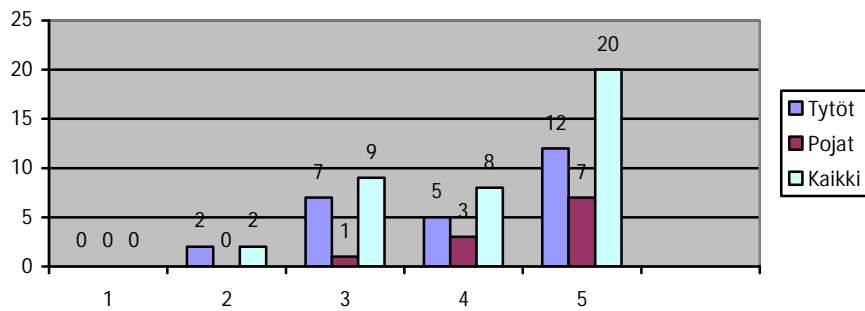
N:39

8. Alkoholi kuuluu mielestäni juhlatilanteisiin.



N:39

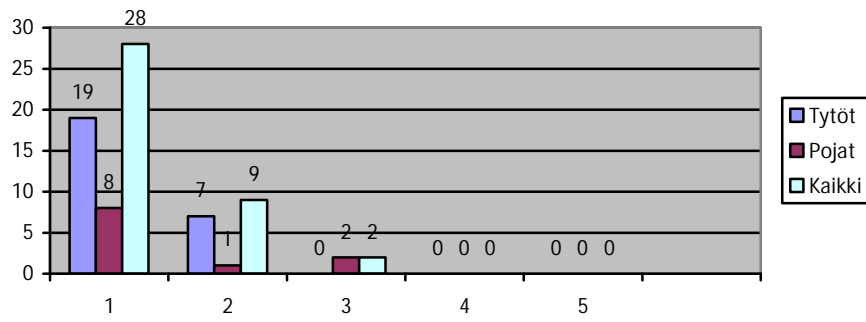
9. Alkoholin käyttö on mielestäni merkki aikuisuudesta.



N:39



10. Olen saanut mielestäni riittävästi tietoa alkoholista.



N:39