



VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Riikka Metso

KORKEAKOULUOPIISKELIJOIDEN ALKOHOLINKÄYTTÖ

Selvitys Vaasan ammattikorkeakoulussa

Sosiaali- ja terveysala
2019

TIIVISTELMÄ

Tekijä	Riikka Metso
Opinnäytetyön nimi	Korkeakouluopiskelijoiden alkoholinkäyttö Selvitys Vaasan ammattikorkeakoulussa
Vuosi	2019
Kieli	suomi
Sivumäärä	59 + 2 liitettä
Ohjaaja	Heidi Blom

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli saada tietoa Vaasan ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveystieteiden, tekniikan alan ja liiketalouden alan päiväopiskelijoiden alkoholinkäyttötottumuksista. Opinnäytetyön avulla saadaan tietoa, millaista opiskelijoiden alkoholinkäyttö on, ja onko sukupuolten tai alojen välillä merkittäviä eroja alkoholinkäytössä sekä onko siviilisäädyllä merkitystä alkoholinkäyttöön. Lisäksi opiskelijoilla oli mahdollisuus kertoa, millaista tukea he haluaisivat saada päihdeasioissa ja miten päihdeettömyyttä voitaisiin kehittää.

Tutkimus toteutettiin määrällisenä eli kvantitatiivisena tutkimuksena. Kysymyksiä e-lomakekyselyssä oli 22. Kysymykset jakautuivat kolmeen osioon: perustiedot, alkoholinkäyttö ja opiskelijoille järjestettävä toiminta. E-lomakekysely sisälsi sekä avoimia että suljettuja kysymyksiä. Tutkimuksessa on käytetty menetelmänä aineistolähtöistä sisällönanalyysiä ja tutkimustuloksia on havainnollistettu kuvioin ja taulukoin.

Saatujen tutkimustulosten perusteella voidaan sanoa, että miehet juovat naisia useammin. Silti myös sekä naiset että miehet juovat keskimäärin yli riskirajojen. Koulutusaloista taas tekniikan alan opiskelijat juovat useimmin. Tekniikan alalla juodaan myös määrällisesti kaikkein eniten ja sosiaali- ja terveystieteiden alalla maltillisimmin. Riippumatta siviilisäädystä keskimäärin eniten juodaan alkoholia 1-2 kertaa kuukaudessa. Useimmiten naimisissa olevat eivät juo koskaan, ja naimattomat juovat alkoholia määrällisesti eniten muihin siviilisäättyihin verrattuna.

ABSTRACT

Author	Riikka Metso
Title	Alcohol Use among Students A Survey in Vaasa University of Applied Sciences
Year	2019
Language	Finnish
Pages	59 + 2 Appendices
Name of Supervisor	Heidi Blom

The aim of this bachelor's thesis was to get information about alcohol use among the students in the different units in Vaasa University of Applied Sciences – social services and healthcare, engineering and business economics. The author of the thesis wanted to find out what the alcohol use among students is like and if there are any significant differences to be found between sexes, fields of education or between people with different marital status. In addition, the students had an opportunity to tell in the survey what kind of support they would like to have for example in issues concerning the use of alcohol and drugs and how one could enhance a substance-free life.

The survey was quantitative. There were 22 questions in the electronic questionnaire, and the questions were divided in three different sections: basic information, alcohol use and activities arranged for the students. There were both open-ended and closed questions in the questionnaire. The author of the thesis used material-based content analysis and the results were demonstrated with figures and tables.

According to the results it can be stated that men drink more often than women. However, both women and men drink on average over the risk limits. The highest level of alcohol consumption was found among the engineering students (both on the amount of alcohol and times of drinking alcohol during a certain period of time) and the social services and healthcare students consumed least alcohol of these three research groups. Regardless of marital status, students usually drink alcohol on average 1-2 times in a month. Most often the married students do not drink alcohol at all, and single students drink biggest amounts of alcohol when compared to students with other marital status.

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	8
2	OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET JA LÄHTÖKOHDAT.....	10
	2.1 Tutkimuksen rajaaminen.....	10
	2.2 Tutkimusongelmat	11
3	KESKEISET KÄSITTEET JA TEOREETTINEN TAUSTA	12
	3.1 Hyvinvointi	12
	3.1.1 Hyvinvointiohjelma	12
	3.2 Päähteet.....	14
	3.3 Ehkäisevä päihdetyö	15
	3.4 Keskeinen lainsäädäntö.....	16
	3.5 Aikaisemmat tutkimukset aihepiiristä.....	18
4	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	21
	4.1 Toteutusorganisaatio	21
	4.1.1 Vaasan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta	21
	4.2 Aineiston kerääminen	22
	4.3 Aineiston käsitteleminen.....	23
5	TUTKIMUSTULOKSET	24
	5.1 Taustatiedot.....	24
	5.1.1 Vastaajien ikäjakauma ja opiskeluvuosi	24
	5.2 Miesten ja naisten väliset erot alkoholikäyttäytymisessä	25
	5.3 Alojen väliset erot alkoholikäyttäytymisessä.....	32
	5.4 Siviilisäädyn vaikutus alkoholikäyttäytymiseen.....	36
	5.5 Opiskelijoiden kokemukset avun saamisesta oppilaitokselta	38
	5.6 Opiskelijoiden kokemukset opiskelijoille järjestettävästä toiminnasta ..	42
6	JOHTOPÄÄTÖKSET	45
	6.1 Miesten ja naisten väliset erot alkoholikäyttäytymisessä	45
	6.2 Alojen väliset erot alkoholikäyttäytymisessä.....	47

6.3	Siviilisäädyn vaikutus alkoholikäyttäytymiseen.....	48
6.4	Opiskelijoiden kokemukset avun saamisesta oppilaitokselta	49
6.5	Opiskelijoiden kokemukset opiskelijoille järjestettävästä toiminnasta ..	50
7	POHDINTA.....	52
7.1	Opinnäytetyö prosessina	53
7.2	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	54
7.3	Jatkotutkimushaasteet	54
	LÄHTEET.....	56

LIITTEET

KUVIO- JA TAULUKKOLUETTELO

Kuvio 1. Vastaajien ikäjakauma (n=266).	25
Kuvio 2. Vastaajat opiskeluvuosittain (n=266).	25
Kuvio 3. Naisvastaajien ilmoittama alkoholin käytön määrä (n=166).	26
Kuvio 4. Miesvastaajien ilmoittama alkoholin käytön määrä (n=100).	26
Kuvio 5. Naisten annosmäärät alkoholinkulutuksessa (n=166).	27
Kuvio 6. Miesten annosmäärät alkoholinkulutuksessa (n=100).	27
Kuvio 7. Millaisissa tilanteissa yleensä käytät alkoholia (%).	28
Kuvio 8. Millaiseksi naiset ja miehet kokevat oman alkoholin käyttönsä tällä hetkellä (%).	32
Kuvio 9. Kuinka usein käytetään alkoholia koulutusaloittain (%).	33
Kuvio 10. Koulutusaloittain kuinka monta annosta yleensä juodaan (%).	34
Kuvio 11. Opiskelijoiden suosituimmat vaihtoehdot kysymyksessä, miten haluaisivat saada tarvittaessa apua esimerkiksi päihdeasioissa.	39
Kuvio 12. Opiskelijoiden suosituimmat tahot kysymyksessä keneltä haluaisivat saada tarvittaessa apua esimerkiksi päihdeasioissa.	41
Kuvio 13. Eniten esille nousseet teemat päihdeettömien tapahtumien kehittämiseksi.	43
Taulukko 1. Opiskelijoiden kokema sosiaalinen paine käyttää alkoholia (n=266).	29
Taulukko 2. Alkoholinkäytön lisääntyminen opiskelujen aikana (n=266).	29

Taulukko 3. Koulupäivien väliin jääminen alkoholin käytön vuoksi (n=266).	30
Taulukko 4. Useamman kuin yhden päivän peräkkäin juovien opiskelijoiden määrä (n=266).	30
Taulukko 5. Alkoholismin seuraaminen lähipiirissä (n=266).	31
Taulukko 6. Alkoholin vaarallisena kokevien määrä (n=266).	31
Taulukko 7. Opiskelijoiden koulupäivien väliin jääminen alkoholin käytön vuoksi (n=266).	35
Taulukko 8 . Alkoholismin seuraaminen lähipiirissä (n=266).	35
Taulukko 9. Alkoholin vaarallisena kokevien määrä (n=266).	36
Taulukko 10. Opiskelijoiden vastaukset siviilisäädettäin, kuinka usein he käyttävät alkoholia (n=266).	37
Taulukko 11. Opiskelijoiden vastaukset siviilisäädettäin siitä, montako annosta he yleensä juovat alkoholia (n=266).	38

LIITELUETTELO

LIITE 1. Saate-kirje

LIITE 2. Kopio e-lomakekyselyn kysymyksistä

1 JOHDANTO

Jokaisella opiskelijalla tulisi olla oikeus antoisaan opiskeluaikaan, niin opiskelujen mutta myös erilaisten vapaa-ajan tapahtumienkin osalta. Tapahtumia järjestetään opiskelijoille paljon, mutta yhä enemmän niihin liittyy päihteiden, lähinnä alkoholin käyttöä. Päihteettömiä tapahtumia järjestetään aina vain harvemmin, vaikka niitä toivotaankin opiskelijakyselyjen mukaan enemmän. Opiskelijat, jotka eivät käytä päihteitä, jäävät tällöin helposti tapahtumista ulkopuolisiksi.

Psykiatrisena sairaanhoitajana nuorten kanssa työskentelevä Kimmo Jouhki on huolissaan nuorten suvaitsevaisuuden lisääntymisestä päihteitä kohtaan. Nuoren päihteiden käyttö on vakava vaara nuoren fyysis-psykkis-sosiaaliselle kehitykselle. Nuoren suotuisan kehityksen turvaamiseksi avainasemassa ovat niin koulut kuin nuoren vanhemmatkin. (Tapio & Kuula 2013, 156.)

Alkoholikulttuuri kuuluu suomalaisuuteen ja alkoholin käytön lisääntyminen opiskeluaikana voi olla hyvinkin mahdollista monen opiskelijan kohdalla. Vaikka korkeakouluopiskelijoiden täysin raittiiden määrä onkin kasvanut viime vuosina huomasti, silti alkoholia käytetään vielä runsaasti. Ammattikorkeakoulussa opiskeleva mies juo keskimäärin 4,3 kg puhdasta alkoholia vuodessa. (Yle 2017.)

Enni Sahlman (2018) kirjoittaa alkoholin olevan edelleen iso osa opiskelijakulttuuria, vaikka nuorten alkoholinkäyttö onkin vähentynyt 2000-luvulla. Myös Åbo Akademiasta kauppatieteiden kandidaatiksi valmistunut Sofia Nelson, ihmettelee, ettei kyseenalaistanut suurta alkoholinkulutusta opiskelijabileissä. Alkoholin käyttö on niin vahva osa opiskelijakulttuuria, että jos haluaa kuulua porukkaan, ei ole muuta vaihtoehtoa kuin osallistua tapahtumiin. Myös Helsingin sanomissa, toimittaja Sara Vainion (2019 a) julkaisemassa artikkelissa puhutaan opiskelijoiden alkoholikeskeisestä bilekulttuurista. Julkaisussa Tampereen yliopiston lääketieteen uusi opiskelija ihmettelee, kuinka suuressa osassa alkoholin käyttö on lääketieteen opintojen ohessa. Alkoholi kuuluu edelleen vahvasti opiskelijakulttuuriin, mutta viimeaikainen palaute on antanut kuitenkin ainejärjestölle aihetta pohtia, olisiko aika ajanut joidenkin asioiden ohi. Fukseilta kerätään joka vuosi palautetta tapahtumiin liittyen, jossa kysytään myös, kokevatko opiskelijat painostusta alkoholin käyttöön. Joka

vuosi pieni osa opiskelijoista kertoo kokeneensa painostusta. Sara Vainio (2019 b) kertoo tuoreemmassa julkaisussaan, että lääketieteen opiskelijat eivät juo sen enempää kuin muutkaan opiskelijat, vaan ovat opiskelijoiden terveydenhoitosäätiön YTHS:n tilastoissa vasta kahdeksantena. Eniten juovat keskimäärin kauppatieteilijät. Tekniikan ja liiketalouden aloilla opiskelijat juovat keskimäärin selvästi eniten ammattikorkeakoulussa. Kyselyn mukaan he myös juovat selvästi enemmän kuin kauppatieteilijät yliopistossa.

Idea aiheeseen syntyi omasta mielenkiinnosta päihdetyöhön ja ideaa muokattiin prosessin aikana useaan otteeseen opinnäytetyöhön soveltuvaksi. Opiskelijoiden alkoholinkäyttötottumuksista ei ole tehty aikaisemmin selvitystä Vaasan ammattikorkeakoulussa, joten myös siksi aiheen tutkiminen on tärkeää, niin opiskelijoiden, terveydenhuollon kuin koko organisaationkin kannalta. Tutkimuksen avulla saadaan tärkeää tietoa opiskelijoiden alkoholinkäyttötottumuksista sekä siihen mahdollisesti vaikuttavista tekijöistä. Lisäksi opiskelijoilla on mahdollisuus kertoa, millä tavoin ja miltä taholta he toivoisivat saavansa tarvittaessa apua päihdeasioissa sekä miten päihdeettömiä tapahtumia voisi kehittää. Vaasan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta VAMOKin toiminta on yhtenä osana mukana kyselyssä, koska opiskelijakunta pääasiassa järjestää tapahtumia opiskelijoille, ja on täten merkittävä osa opiskeluympäristöä. Kyselyn avulla opiskelijoilla oli mahdollisuus kertoa mielipiteensä opiskelijoille järjestettävästä toiminnasta ja antaa toiminnalle kehittämisideoita.

Toimeksiantaja opinnäytetyölle on Vaasan ammattikorkeakoulu. Tutkimus toteutettiin sähköisenä kyselytutkimuksena Vaasan ammattikorkeakoulun suomenkielisille päiväopiskelijoille; tekniikan, liiketalouden ja sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijoille.

2 OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET JA LÄHTÖKOHDAT

Opinnäytetyössä tutkitaan Vaasan ammattikorkeakoulun opiskelijoiden alkoholin-käyttötottumuksia; millaista opiskelijoiden alkoholinkäyttö on, millaisia eroja löy-tyy eri alojen opiskelijoiden tai sukupuolten välillä sekä onko siviilisäädyltä merki-tystä alkoholin käyttötottumuksiin. Kyselyn avulla Vaasan ammattikorkeakoulu voi saada myös kehittämissideoita opiskeluhyvinvoinnin edistämiseksi ja ideoita opiske-lijakunnan toiminnan kehittämiseksi. Aihetta ei ole aiemmin organisaatiossa tut-kittu, joten aihe on siinäkin mielessä hyödyllinen. Tässä opinnäytetyössä opiskeli-joilla on mahdollisuus antaa palautetta opiskelijakunnan toiminnasta ja tapahtu-mista, ja näin vaikuttaa toiminnan kehittämiseen. Kyselyn avulla opiskelijoilla on mahdollisuus myös pohtia omaa alkoholinkäyttöään.

Aihetta tutkitaan ensinnäkin tutkimuksen tekijän mielenkiinnosta aihetta kohtaan, mutta myös siksi, että saadaan tärkeää tietoa alkoholin käyttöön vaikuttavista teki-jöistä, ja onko alkoholin käytöllä vaikutusta opintoihin. Tutkimustuloksia tarkastel-laan Vaasan ammattikorkeakoulun hyvinvointityöryhmän laatiman hyvinvointioh-jelman näkökulmasta.

2.1 Tutkimuksen rajaaminen

Opinnäytetyön rajaaminen on muuttunut opinnäytetyöprosessin aikana useaan ot-teeseen. Alun perin tarkoituksena oli tutkia yleisesti opiskelijoiden päihteiden käyt-töä, mutta tutkimussuunnitelmaa tehtäessä todettiin, että tutkimus olisi paisunut tur-han laajaksi. Lopulta päädyttiin keskittymään vain alkoholin käyttöön ja siihen mahdollisesti vaikuttavien tekijöiden tutkimiseen. Näin tutkimuksesta saadaan tar-kempaa ja hyödyllisempää tietoa organisaatiota ajatellen.

Myös kohderyhmä on muuttunut prosessin aikana useasti. Jotta tutkimus ei olisi paisunut liian laajaksi, päädyttiin lopulta rajaamaan siten, että kyselyyn osallistuvat vain Vaasan ammattikorkeakoulun suomenkieliset päiväopetuksessa opiskelevat sosiaali- ja terveysalan, liiketalouden ja tekniikan opiskelijat. Tutkimuksen ulko-puolelle rajattiin monimuoto-opiskelijat, ylemmän AMK:n opiskelijat sekä kan-sainväliset opiskelijat.

2.2 Tutkimusongelmat

Päätutkimusongelma

- 1) Millaista opiskelijoiden alkoholinkäyttö on Vaasan ammattikorkeakoulussa?
 - a) Millaisia eroja alkoholinkäytössä on sukupuolten, koulutusalojen ja siviilisäätyjen välillä?
 - b) Millaista tukea opiskelijat toivoisivat päihdeasioissa?

Lisätutkimusongelma

- 2) Miten päihteettömyyttä voisi kehittää?

3 KESKEISET KÄSITTEET JA TEOREETTINEN TAUSTA

Keskeisiä käsitteitä opinnäytetyössä on hyvinvointi, päihteet ja ehkäisevä päihdetyö, joita käsitellään tässä kappaleessa. Hyvinvointi-osiossa avataan myös Vaasan ammattikorkeakoulun hyvinvointiohjelman sisältöä, johon tutkimustuloksia peilataan opinnäytetyön johtopäätöksissä. Lisäksi kappaleessa esitellään aiempia tutkimuksia aiheeseen liittyen sekä opinnäytetyön kekseistä lainsäädäntöä.

3.1 Hyvinvointi

Suomalaisten hyvinvointi on kehittynyt myönteisempään suuntaan, mutta silti väestöryhmien väliset erot ovat kasvaneet. Hyvinvointivaltion tehtävänä on tarjota hyvän elämän lähtökohdat kaikille kansalaisille. (THL 2015.)

Hyvinvoinnin osatekijät jaetaan kolmeen osaan: terveyteen, materiaaliseen hyvinvointiin sekä koettuun hyvinvointiin. Yksilöllisen hyvinvoinnin osatekijöitä ovat sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttaminen, onnellisuus sekä sosiaalinen pääoma. (THL 2015.)

Kun opiskelija muuttaa toiselle paikkakunnalle opintojen perässä, se tuo elämään paljon uusia muutoksia. Edessä saattaa olla muutto ensimmäistä kertaa omaan asuntoon ja tämän lisäksi myös asuinympäristö on uusi. Sopeutumisen kannalta on tällöin tärkeää integroitua opiskelijayhteisöön ja opiskelukavereiden kanssa, jotta ei jää uudessa kaupungissa ulkopuoliseksi. Kun arki rullaa, mielikin voi hyvin, ja toisin päin. Omaan hyvinvointiin voi vaikuttaa yksinkertaisilla, päivittäisillä asioilla. Omaa hyvinvointiaan voi edistää esimerkiksi mielekkäällä tekemisellä, kuten harrastuksilla, sosiaalisilla suhteilla tai liikkumalla. (Mielenterveystalo 2019.)

3.1.1 Hyvinvointiohjelma

Vaasan ammattikorkeakoulun hyvinvointiohjelman tavoitteena on turvata ja kehittää niitä keinoja, joilla tehdään Vaasan ammattikorkeakoulusta turvallinen ja hyvinvointia tukeva opiskelu- ja työympäristö. Hyvinvointiohjelmassa käsitellään varhaista puuttumista, mielenterveyden tukemista, päihteitä opiskeluympäristössä,

netti ja peliriippuvuutta sekä epäasiallista kohtelua ja kiusaamista. (Hyvinvointiohjelma 2019.)

Oleellinen osa hyvinvointiohjelmaa on varhainen puuttuminen. Varhaisella puuttumisella tarkoitetaan, että opiskelijan ja opiskeluyhteisön ongelmat havaitaan ajoissa ja niihin pyritään myös löytämään ratkaisuja mahdollisimman aikaisessa vaiheessa. Avoin ja luottamuksellinen ilmapiiri on tärkeä, eikä opiskelijan kohtaamisessa saisi ilmetä leimaamista tai moralisointia. Puheeksiottotilanteessa opiskelijalle tulee kertoa, että hänestä ollaan huolissaan ja hänelle tulee tarjota apua. (Hyvinvointiohjelma 2019, 1-2.)

Hyvinvointiohjelman (2019, 4) mukaan, päihteet ja huumausaineet aiheuttavat merkittävän riskin opiskeluympäristössä yksilö ja yhteisötasolla. Päihteiden käyttöä epäiltäessä, tilanteen havainnut henkilö velvoitetaan keskustelemaan henkilön kanssa välittömästi. Puheeksiottotilanteessa tulisi tuoda esille opiskeluyhteisön hyvinvointiohjelma sekä oppilaitoksen käyttäytymisohjeet, toimenpiteet ja seuraamukset. Päihtyneen henkilön kohdalla päihtynyttä pyydetään poistumaan välittömästi oppilaitoksesta. Yhteistyöryhmässä, johon koulutuspäällikkö kutsuu koolle opiskelijan, opiskeluterveydenhoitajan ja päihteiden käytön havainneen henkilön, tilanne otetaan puheeksi. Puheeksiottotilanteessa opiskelijalta selvitetään käytön jatkuvuutta ja sovitaan toimintatavoista, jos käyttö on jatkunut pitempään. Tästä puheeksiottotilanteesta laaditaan muistio. Tarvittaessa opiskelijan kanssa tehdään hoitoonohjaussopimus, jonka opiskelija allekirjoittaa ja koulutuspäällikkö ja toinen edustaja todistaa. Lähiomaiset pyritään aina saamaan mukaan suunnitelmiin. Yhteydenotto lähiomaisiin tapahtuu kuitenkin aina opiskelijan luvalla. Myös omaisille pyritään järjestämään tukea. Jos opiskelu joudutaan keskeyttämään, tehdään suunnitelma ammattikorkeakouluun paluusta silloin, kun hoito onnistuu ja paluu voisi olla mahdollista. Tarvittaessa opiskelija ohjataan toiselle opiskelualalle.

Vaasan ammattikorkeakoulun hyvinvointiohjelman (2019, 5) mukaan, opiskeluterveydenhuolto antaa tietoa yksilöllisillä vastaanotoilla ja jakaa tietoa päihteiden vaikutuksesta opiskelijan terveyteen, hyvinvointiin ja opiskelukykyyn erilaisten kam-

panjoiden avulla. Päihteiden käytön ennaltaehkäisy, varhainen toteaminen ja hoitoonohjaus ovat osa opiskeluterveydenhuoltoa. Osa Vaasan ammattikorkeakoulun ehkäisevää päihdetyötä on myös opiskeluterveydenhuollon harjoittama päihteiden riskikulutuksen seulonta, joka on jatkuvaa toimintaa. Myös opiskelijakunta ottaa toiminnan suunnittelussa huomioon päihteettömyyden esimerkiksi järjestämällä myös päihteettömiä tapahtumia sekä varmistaa, että tapahtumissa on mahdollisuus myös alkoholittomiin juomiin.

3.2 Päihteet

Päihdehuoltolain mukaan päihteellä tarkoitetaan alkoholijuomaa sekä muuta päihdetyöntarkoituksessa käytettävää ainetta (L17.1.1986/41). Päihteiksi luetaan tupakka, alkoholi, huumeet sekä lääkkeet. Tupakkatuotteita ovat savukkeet, sikarit, piipputupakka ja nuuska. Alkoholi tarkoittaa yleensä etyylialkoholia eli etanolia. Etyylialkoholi on päihdyttävä aine, joka vaikuttaa hermoston toimintaan. Etyylialkoholi on solumyrkky, joka aiheuttaa kudosvaurioita muun muassa maksassa. Huumeilla tarkoitetaan kaikkia aineita, joita käytetään huumaantumistarkoituksessa. Suomessa huumausaineita ovat huumausaineasetuksessa (L1603/1993) luetellut aineet. Huumaavasti vaikuttavia aineita ovat myös tietyt lääkkeet (uni-, rauhoittavat tai kipulääkkeet), jos niitä käytetään lääkärin ohjeiden vastaisesti. Liuottimia, puhdistusaineita, lakkoja ja liimoja haistellaan myös huumaavassa tarkoituksessa. Suomessa yleisesti käytettäviä huumausaineita ovat kannabis, erilaiset lääkkeet, amfetamiini ja sen johdannaiset, opiaatit, etenkin heroini, kokaiini ja sen johdannaiset, LSD sekä nuuhkimalla käytettävät liimat, lakat ja liuottimet. (Duunioppi 2005.)

Alkoholin riskiraja miehillä on maksimissaan 7 annosta ja naisilla enintään 5 annosta päivässä, kun yksi annos on 0,33 l keskiolutta, lonkeroa tai siideriä, 12cl viiniä tai 4cl vahvaa alkoholia (Kohtuullisesti.fi 2019). Kohtalaisen riskin rajana naisilla pidetään noin 7 annosta viikossa ja miehillä noin 14 annosta viikossa. Kohtalaisen riskin rajan ylitti vuonna 2016 yli 550 000 15-79-vuotiasta suomalaista. Suuren riskin rajana, eli ”hälytysrajana”, pidetään naisilla noin 12 annosta ja miehillä noin 23 annosta viikossa. ”Hälytysrajan” vuonna 2016 ylitti yli 200 000 15–79-vuotiasta suomalaista. Riskirajojen ylittäjistä yli 60 % on miehiä. (Mäkelä, 2019.)

Päihteiden käyttö aiheuttaa muutoksia ihmisen fyysiseen terveyteen, mutta ne vaikuttavat myös psyykkisiin toimintoihin, mielialaan ja tajuntaan. Päihteitä nautitaan juuri näiden muutosten toivossa. Monesti päihteiden käyttö kertoo käyttäjän avun- tarpeesta. Päihdeongelmat rinnastetaan usein mielenterveysongelmiin, koska päih- teiden käyttöön liittyy erilaisia käytös-, tarkkaavaisuus- ja mielialahäiriöitä. Psyyk- kisen sairastumisen myötä päihteiden käyttö saattaa lisääntyä. (YTHS 2019.)

Päihdeongelmia voidaan selittää erilaisten mallien avulla. Selitysmalleja ovat mo- raalimalli, raittiusmalli, sairausmalli, valistusmallit, psykologiset mallit, sosiaalisen oppimisen mallit, systeeminen malli, sosiokulttuuriset mallit sekä kansanterveys- malli. Sosiaalisen oppimisen mallin mukaan, päihteen käyttö on ennen kaikkea vuo- rovaikutustoimintaa, jonka vuoksi saatetaan kokea sosiaalisia paineita käyttäjä al- koholia. (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2008, 18-19.)

Usein päihteiden käyttö liittyy sosiaaliseen kanssakäymiseen, ja sillä on psykologi- sia ja sosiokulttuurisia merkityksiä. Päihteiden käytön perustelut liittyvät usein myönteiseen yhdessäoloon, hauskanpitoon, juhlimiseen tai suhdetoimintaan. Kun tutkitaan haitallista ongelmakäyttöä, on hyvä muistaa, että käytön lähtökohta on käyttäjälle aina positiivinen tai ainakin mielekäs. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 31.)

3.3 Ehkäisevä päihdetyö

Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen (2019) mukaan, ehkäisevällä päihdetyöllä tarkoite- taan päihteiden aiheuttamien haittojen ennaltaehkäisyä sekä vähentämistä. Ehkäi- sevän päihdetyön tavoitteena on vähentää päihteiden kysyntää, saatavuutta ja tar- jontaa sekä edistää terveyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia. THL koordinoi Ehkäi- sevän päihdetyön toimintaohjelmaa, joka sisältää runsaasti keinoja, jotka auttavat ehkäisemään terveydellisiä ja sosiaalisia haittoja, joita päihteistä aiheutuu.

Ehkäisevän päihdetyön tarkoituksena on edistää päihteettömiä elintapoja, vähentää ja ehkäistä päihdehaittoja sekä pyrkiä ymmärtämään ja hallitsemaan päihdeilmiöitä. Ehkäisevässä päihdetyössä päihteiksi luetaan yleensä alkoholi, huumeet ja tupakka. Myös lääkkeet, liuottimet ja muut aineet lasketaan päihteiksi, jos niitä käytetään

päihtymistarkoitukseen. Toiminnalliset riippuvuudet, kuten esimerkiksi peliriippuvuus, kuuluvat myös nykyään ehkäisevään päihdetyöhön. Ehkäisevän päihdetyön tavoitteena on pyrkiä vaikuttamaan päihteitä koskeviin tietoihin, asenteisiin ja oireuksiin, päihdehaitoilta suojaaviin riskitekijöihin sekä päihteiden käyttötappoihin, saatavuuteen, tarjontaan ja haittoihin. Laatusuosituksissa edellytyksenä on, että jokaisella kunnalla tulee olla päihdestrategia, jossa määritellään, miten kunnassa ehkäistään päihdehaittojen syntymistä ja miten päihdepalvelut on järjestetty. (Ehkäisevä päihdetyö 2013, 59-60.)

Ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä on olemassa laki, joka ohjaa päihdehaittojen vähentämiseksi tehtävää työtä. Se kattaa alkoholin, huumausaineiden ja rahapelaaamisen haittojen sekä tupakoinnin vähentämisen. Lain ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (L523/2015) tarkoituksena/tavoitteena on edistää terveyden ja hyvinvoinnin tasa-arvoa, varmistaa ehkäisevän päihdetyön edellytykset koko maassa sekä tukea kuntien työn kehittämistä ja tehostamista. (THL 2018.)

Vaasan ammattikorkeakoulussa ennaltaehkäisevä päihdetyö keskittyy vapaaehtoisuuteen perustuvaan terveystarkastukseen, opinto-ohjaustilanteisiin ja kehityskeskusteluihin. Päihteiden käytön ennaltaehkäisy, varhainen toteaminen ja hoitoonohjaus ovat osa opiskeluterveydenhuoltoa. (Hyvinvointiohjelma 2019, 5.)

3.4 Keskeinen lainsäädäntö

Ammattikorkeakoululain (L14.11.2014/932) mukaan, ammattikorkeakoulun tehtävänä on antaa työelämän ja sen kehittämisen vaatimuksiin sekä tutkimukseen, taiteellisiin ja sivistyksellisiin lähtökohtiin perustuvaa korkeakouluopetusta ammatillisiin asiantuntijatehtäviin ja tukea opiskelijan ammatillista kasvua. Lisäksi ammattikorkeakoulun tehtävänä on harjoittaa ammattikorkeakouluopetusta palvelevaa sekä työelämää ja aluekehitystä edistävää ja alueen elinkeinorakennetta uudistavaa soveltavaa tutkimustoimintaa, kehittämis- ja innovaatiotoimintaa sekä taiteellista toimintaa. Tehtäviään hoitaessaan ammattikorkeakoulun tulee tarjota mahdollisuuksia jatkuvaan oppimiseen.

Ammattikorkeakoulussa on opiskelijakunta, johon voivat kuulua tutkintoon johtavassa koulutuksessa olevat opiskelijat. Opiskelijakunta voi hyväksyä jäsenikseen myös muita ammattikorkeakoulun opiskelijoita. Opiskelijakunnan tarkoituksena on toimia jäsentensä yhdyssiteenä ja edistää heidän yhteiskunnallisia, sosiaalisia ja henkisiä sekä opiskeluun ja opiskelijan asemaan yhteiskunnassa liittyviä pyrkimyksiään. Opiskelijakunnan tehtävänä on omalta osaltaan valmistaa opiskelijoita aktiiviseen, valveutuneeseen ja kriittiseen kansalaisuuteen. (L14.11.2014/932.)

Päihdehuoltolain (L17.1.1986/41) tavoitteena on ehkäistä ja vähentää päihteiden ongelmakäyttöä sekä siihen liittyviä sosiaalisia ja terveydellisiä haittoja sekä edistää päihteiden ongelmakäyttäjän ja hänen läheistensä toimintakykyä ja turvallisuutta. Päihdehuoltolaissa päihteellä tarkoitetaan alkoholijuomaa sekä muuta päihetymistarkoituksessa käytettävää ainetta.

Päihdehuoltolaki määrää, että kunnan on huolehdittava siitä, että päihdehuolto järjestetään sisällöltään ja laajuudeltaan sellaiseksi kuin kunnassa esiintyvä tarve edellyttää. Päihdehuollon palvelujen ja toimenpiteiden järjestäminen ja kehittäminen kuuluu sosiaalihuollon osalta sosiaalilautakunnalle ja terveydenhuollon osalta terveyslautakunnalle. (L17.1.1986/41.)

Julkinen valta huolehtii lain ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (L523/2015) mukaisesti alkoholin, tupakan, huumausaineiden ja muiden päihtymiseen käytettävien aineiden sekä rahapelaamisen aiheuttamien haittojen ehkäisystä yhteistyössä yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa.

Laissa ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (L523/2015) päihteellä tarkoitetaan alkoholipitoisia aineita, huumausaineita sekä päihtymiseen käytettäviä lääkkeitä ja muita aineita; ehkäisevällä päihdetyöllä toimintaa, jolla vähennetään päihteiden käyttöä ja päihteiden käytöstä aiheutuvia terveydellisiä, sosiaalisia ja yhteiskunnallisia haittoja. Mitä tässä laissa säädetään päihteistä, koskee myös tupakkatuotteita ja rahapelaamista.

Ehkäisevän päihdetyön on perustuttava päihteiden käytön ja siitä aiheutuvien haittojen seurantaan, käytettävissä olevaan tieteelliseen näyttöön ja hyviin käytäntöihin. Ehkäisevässä päihdetyössä tulee kiinnittää huomiota myös muille kuin päihteiden käyttäjille aiheutuviin haittoihin. (L523/2015.)

3.5 Aikaisemmat tutkimukset aihepiiristä

Alkoholia ja muita päihteitä tutkivan Euroopan koulututkimus projektin eli ESPAD Report 2015 (2016, 85) mukaan Euroopassa alkoholin käyttö nuorten keskuudessa on edelleen melko korkea. Neljä viidestä opiskelijasta kertoi kokeilleensa alkoholia elämänsä aikana, ja joka toinen kertoi käyttäneensä alkoholia viimeisen 30 päivän aikana. Kuitenkin Pohjoismaista Suomi, Islanti, Norja ja Ruotsi käyttävät perinteisesti vähiten alkoholia verrattuna muihin maihin. Eniten alkoholia käytetään Itävallassa, Bulgariassa, Kroatiassa, Tanskassa, Unkarissa, Liechtensteinissa ja Monacossa.

Tilastojen mukaan, alkoholikuolemien määrä vuonna 2016 kokonaisuudessaan oli 2311 ihmistä, kun kuolemien määrä alkoholin seurauksena vuonna 2005 oli 3011 (THL 2017, 72). Raittiiden 20-64-vuotiaiden miesten määrä tilastollisesti vuonna 2016 oli 10%, kun vastaajien otanta oli 540. Vastaavasti raittiiden naisten määrä vuonna 2016 oli 16%, kun vastaajien otanta oli 780. Humalahakuisesti viikoittain alkoholia nauttivien 20-64-vuotiaiden miesten määrä vuonna 2016 oli 25%, kun otanta oli 1411 ja naisten määrä taas oli 6%, kun otanta oli 675. (THL 2017, 45-46.)

Opiskelijatapahtumat mahdollistavat alkoholin kulutuksen milloin minkäkin teeman alla, vaikka yhä enemmän toivotaankin päihteettömiä tapahtumia. Alkoholin käyttö voi vaikuttaa negatiivisesti myös itse opiskeluun. Erään tutkimuksen mukaan kuitenkin väitetään, että alkoholin juominen voi auttaa oppimaan. Tutkimuksessa oli kaksi ryhmää, jotka opettelivat muistamaan sanoja, minkä jälkeen puolet ryhmästä sai luvan juoda alkoholia. Seuraavana aamuna opittuja sanoja testattiin kuvien avulla. Alkoholia illan aikana nauttineet suoriutuivat paremmin edellisiltana opiskeltujen sanojen muistamisesta. Alkoholi itse asiassa paransi suoritusta edellisiltaan verrattuna. Alkoholin nauttiminen ei siis heijastunut negatiivisesti kuvien

muistamiseen, kuten tutkijat olivat odottaneet. Molemmat ryhmät suoriutuivat tehtävästä yhtä hyvin. Ilmiötä selitettiin sillä, että alkoholi lisää syvän unen määrää, joka on merkittävässä osassa oppimista ajatellen. Tutkijat kuitenkin totesivat, että tulisi suhtautua varauksella siihen, että alkoholin nauttiminen oppimisen jälkeen tehostaisi tiedon muistamista. (Nature.com 2017.)

Vastuu päihteettömien tapahtumien järjestämisestä on monesti opiskelijajärjestöillä, joten siksi olisi tärkeää ottaa riskit huomioon tapahtumia järjestettäessä. Itä-Suomen yliopiston ylioppilaskunta ISYY tarkastelee opiskelijatapahtumien sisältöä tarkemmin opiskelijoiden toiveesta. Heillä rahaa saavat eniten päihteettömät tapahtumat. (Yle 2017.) Myös Yhdysvalloissa on aloitettu taistelu opiskelijoiden lisääntyvän alkoholin ja päihteiden käytön estämiseksi. Tennesseeen yliopistossa perustettiin Turvallisuus, ympäristö ja koulutus -keskus, jonka tarkoituksena oli muun muassa rajata opiskelijoiden mahdollisuutta käyttää alkoholia kampuksella, ja jo vuoden kuluttua riskialttiin juomisen määrä vähentyi huomattavasti. Minnesotan yliopistossa taas otettiin käyttöön rangaistukset opiskelijoille, jotka rikkoivat koulun alkoholipolitiikkaa. (Recointensive 2018.)

Ammattikorkeakouluopiskelijoiden päihteiden käyttöä on tutkittu yhtenä terveys-tutkimuksen osana valtakunnallisesti vuodesta 2008, aina neljän vuoden välein (YTHS 2019). Seuraavan kerran tutkimus toteutetaan vuonna 2020. Kyselystä selviää vastaajan ikä, sukupuoli, opiskelupaikkakunta, korkeakoulu ja koulutusala. Kyselyn teemoja ovat terveydentila, terveyspalvelut, liikunta, ravinto, tupakka, alkoholi, huumeet, rahapelaaminen, opiskelu, netin käyttö, toimeentulo ja työssäkäynti, ihmissuhteet, kokemukset kiusaamisesta, vainoamisesta ja väkivallasta, opiskelun ja perheen yhteensovittaminen.

Kemi-Tornion ammattikorkeakoulussa Emmi Iivari ja Maija Keskimaunu tutkivat ennaltaehkäisevää päihdetyötä omassa korkeakoulussaan, Kemi-Tornion ammattikorkeakoulussa. He tutkivat päihteiden roolia opiskelijan arjessa ja opiskelijatapahtumien kautta, ja sitä onko ehkäisevällä päihdetyöllä todellista hyötyä omassa ammattikorkeakoulussaan. (Iivari & Keskimaunu 2013.)

Myös Tea Sissonen Saimaan ammattikorkeakoulusta on tutkinut opiskelijakunnan merkitystä opiskelijoiden päihteettömyysvalinnoissa. Opinnäytetyössään hän valmisti Saimaan ammattikorkeakoulun opiskelijakunnalle toimintaohjeistuksen. Toimintaohjeistuksessa hän tutki opiskelijoiden päihteettömyysvalintojen merkitystä ja käytti tutkimuksessaan pohjana Saimaan ammattikorkeakoulun varhaisen välittämisen mallia. (Sissonen 2015.)

4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Tutkimus toteutettiin kvantitatiivisena eli määrällisenä tutkimuksena. Määrällinen tutkimus on suunniteltu keräämään faktoja, lukuja. Määrälliset tiedot ovat luonteeltaan tilastotieteellisiä sekä jäsenneltyjä. Ne tarjoavat tukea, kun on tehtävä yleisiä johtopäätöksiä tutkimusaineistosta. Määrällinen aineisto voi auttaa näkemään myös laajemman kuvan. (SurveyMonkey 2019.) Kvantitatiivisen tutkimuksen tulokset ja sen tarjoama numeeriseen tietoon perustuva aineisto on tieteen ulkopuolella arvioitu usein päteväksi (Hakala 2018, 21).

Tutkimus toteutettiin kyselytutkimuksena e-kyselylomakkeella, joka suunnattiin Vaasan ammattikorkeakoulun suomenkielisille päiväopiskelijoille (liiketalous, sosiaali- ja terveysala, tekniikka). Tutkimuksen tarkoituksena on saada tietoa opiskelijoiden alkoholinkäyttötottumuksista, ja siitä vaikuttaako alkoholinkäyttöön mahdollisesti opiskeltava ala, sukupuoli tai siviilisäätty. Opiskelijoilta kysyttiin myös, millaista tukea he haluaisivat saada oppilaitokselta sekä miten päihitteettömyyttä voitaisiin kehittää.

4.1 Toteutusorganisaatio

Tutkimus toteutettiin Vaasan ammattikorkeakoulussa. Vaasan ammattikorkeakoulu on kansainvälinen ja monialainen, ja kouluttaa työelämän vaativiin tarpeisiin insinöörejä, tradenomeja, sairaanhoitajia, sosionomeja ja terveydenhoitajia suomen ja englannin kielellä. VAMK:n vahvuuksia ovat energiateknologian ja kansainvälisen liiketoiminnan osaaminen kiinteässä yhteistyössä alueen työelämään. Opiskelijoita VAMKissa on 3250, joista monimuoto-opiskelijoita on 600. Henkilöstöä VAMK:ssa on noin 200. (VAMK 2019.)

4.1.1 Vaasan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta

Vaasan ammattikorkeakoulun opiskelijakunta VAMOK on noin 1900 opiskelijan muodostama opiskelijoiden palvelu- ja edunvalvontaorganisaatio. VAMOKin keskeisenä tehtävänä on valvoa opiskelijoiden etua koulutus- ja sosiaalipoliittisissa asioissa. Edunvalvonta on opiskelijoille näkymätöntä vaikuttamistyötä esimerkiksi

ammattikorkeakoulun hallinnon toimielimissä, jonne opiskelijakunta valitsee edustajansa. Opiskelijakunta tekee yhteistyötä myös muiden opiskelija- ja ylioppilaskuntien kanssa. Opiskelijoiden etua valvotaan siis sekä paikallisesti että valtakunnallisesti. (VAMOK 2019.)

VAMOKin tehtäviin kuuluu esimerkiksi toimia opiskelijoiden äänenä ja valvoa opiskelijoiden etuja, esimerkiksi tekemällä kyselyitä ja välittämällä tietoa VAMOKin hallinnolle. VAMOK ottaa myös kantaa opiskelijoita koskeviin ajankohtaisiin ongelmiin ja asioihin. Tärkeitä tehtäviä ovat myös opetuksen laadun seuraaminen ja tuen tarjoaminen opiskelijoille. Arjessa VAMOKin edunvalvonta näkyy esimerkiksi opiskelijakortilla saatavissa eduissa sekä VAMOKin järjestämässä liikuntavuoroissa ja tapahtumissa. Myös tutortoiminta on tärkeä osa VAMOKin edunvalvontaa, koska tutorit ovat monesti uusien opiskelijoiden ensimmäinen kontakti opiskelijakuntaan ja ammattikorkeakouluun. (VAMOK 2019.)

4.2 Aineiston kerääminen

Kyselylomake on yksi perinteisimmistä tavoista kerätä aineistoa tutkimukseen ja sen perinteisin toteutustapa onkin paperilla toteutettu kysely. Sen rinnalle ovat tulleet nykyään myös sähköiset kyselyt, joita voi lähettää esimerkiksi sähköpostin välityksellä. Ihmistieteissä kyselylomakkeen käyttö on vähäisempää kuin vaikkapa taloustieteissä, koska muun muassa laadullinen tutkimus on hallinnut tutkimuskenttää. (Valli 2018, 92.)

Aineisto kerättiin kyselylomakkeella, joka lähetettiin kohderyhmälle sähköisesti e-kyselylomakkeena saatekirjeineen, kts. liite 1 ja liite 2. Lomake koostuu 22:stä kysymyksestä liittyen alkoholin käyttöön sekä opiskelijakunnan opiskelijoille järjestettävään toimintaan. Osa kysymyksistä oli suljettuja kysymyksiä ja osa avoimia kysymyksiä. Avoimilla vastauksilla opiskelijoilla oli mahdollisuus kertoa, miltä taholta, ja millä tavalla he haluaisivat saada tarpeen tullen apua päihdeasioissa. Lisäksi vastaajilla oli mahdollisuus antaa kehittämisideoita päihdeasioiden opiskelijatapahtumien järjestämiseksi.

4.3 Aineiston käsitteleminen

Tutkimusmenetelmänä käytettiin aineistolähtöistä sisällönanalyysiä, mutta lisäksi tuloksia havainnollistettiin kuvioin ja taulukoin. Vastaukset purettiin manuaalisesti paperille. Apuna ei siis käytetty esimerkiksi SPSS-ohjelmaa. Teoriana käytän Vaasan ammattikorkeakoulun hyvinvointiohjelmaa ja tarkemmin ennalta ehkäisevän päihdetyön osiota, johon viitataan johtopäätöksissä. E-lomake-kyselyistä saadut avoimien kysymysten tulokset purettiin suosituimpiin teemoihin, joiden pohjalta aineiston analyysi tehtiin. Lisäksi vertailtiin, millaisia eroja löytyy eri alojen ja sukupuolten välillä, sekä vaikuttaako siviilisäätö opiskelijan alkoholikäyttäytymiseen.

Ensimmäisenä tutkimustuloksia tarkasteltiin yleisesti; vastaajien ikäjakaumaa sekä vastaajia opiskeluvuosittain. Tämän jälkeen tarkasteltiin kyselylomakkeen avoimia kysymyksiä: ensin vastaajien kokemuksia avun saamisesta oppilaitokselta; miten ja keneltä he haluaisivat saada tarvittaessa apua, ja seuraavaksi miten vastaajat kehittäisivät päihdeettömiä tapahtumia. Avointen kysymysten jälkeen tarkasteltiin tarkemmin suljettuja kysymyksiä.

5 TUTKIMUSTULOKSET

Kysely toteutettiin e-lomakekyselynä Vaasan ammattikorkeakoulun suomenkielille päiväopiskelijoille, tekniikan, liiketalouden sekä sosiaali- ja terveysalan opiskelijoille. Kysely saatekirjeineen lähetettiin opintotoimiston avustuksella sähköpostitse oikealle kohderyhmälle, ja vastausaika kyselyssä oli toukokuun alusta ke- säkuun 2019 loppuun.

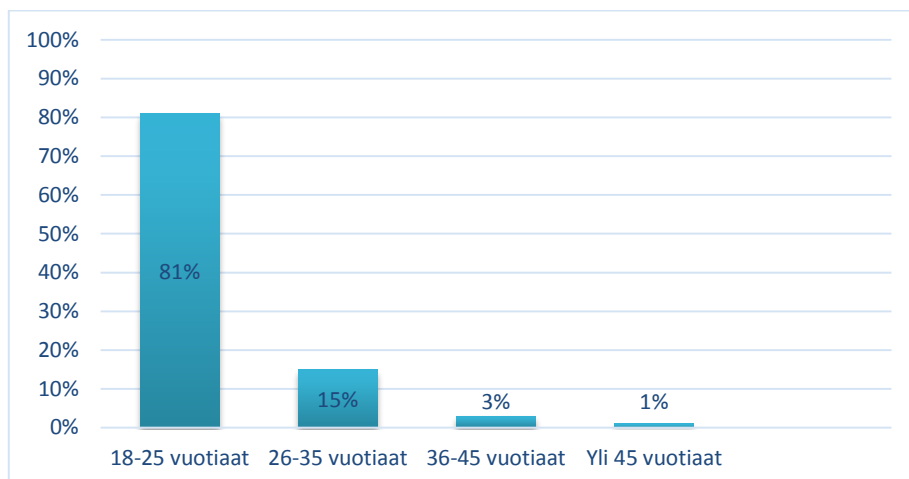
Tutkimustuloksia tarkastellaan aluksi yleisellä tasolla, kaikki vastaajat mukaan lukien; vastaajien ikäjakauma ja opiskeluvuosi. Seuraavaksi saatujen tutkimustulosten perusteella vertaillaan erikseen miesten ja naisten välisiä, tekniikan, liiketalouden ja sosiaali- ja terveysalan välisiä sekä siviilisäätyjen välisiä alkoholinkäyttötottumuksia. Tarkastelussa käytetään apuna havainnollistavia kuvioita ja taulukoita. Lopuksi tarkastellaan opiskelijoiden kokemuksia avun saamisesta (esimerkiksi päihdeasioissa) ja opiskelijoille järjestettävästä toiminnasta Vaasan ammattikorkeakoulussa. Havainnollistan tutkimustuloksia hyödyntämällä opiskelijoiden vastauksia suorilla lainauksilla kursivoidulla tekstillä. Tutkimustulokset esitetään prosentteina, mutta kuvioissa ja taulukoissa vastaajamäärät näkyvät myös lukuina, joista tarkemmat vastaajamäärät ovat laskettavissa. Tässä opinnäytetyössä vastanneista käytetään termiä opiskelija.

5.1 Taustatiedot

Kyselyyn vastanneita saatiin kaikilta aloilta yhteensä 266. Vastaajista naisia oli 166 eli 62,4 % vastaajista ja miehiä oli 100 eli 37,6 % vastaajista. Muu sukupuolisia vastaajia ei kyselyyn saatu lainkaan. Aloittain vastaajia saatiin tekniikan alalta 81 vastaajaa eli 30,5 %, liiketalouden alalta 69 vastaajaa eli 25,9 % sekä sosiaali- ja terveysalalta 116 vastaajaa eli 43,6 % kaikista vastaajista.

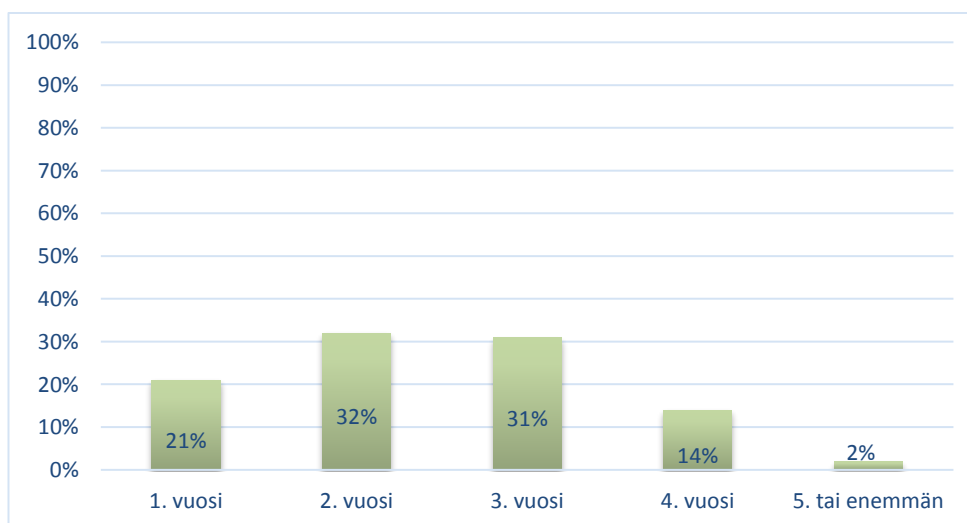
5.1.1 Vastaajien ikäjakauma ja opiskeluvuosi

Kuten kuvioista 1 näkyy, 18-25 vuotiaita vastaajia saatiin selvästi eniten, eli yli 80 %. 26-35 vuotiaita vastaajia saatiin 15 %, ja 36-45 vuotiaita sekä yli 45 vuotiaita saatiin vain muutama prosentti.



Kuvio 1. Vastaajien ikäjakauma (n=266).

Kuviosta 2 voidaan nähdä, että vastaajista selvästi suurin osa oli joko 2.vuoden tai 3.vuoden opiskelijoita, 2.vuoden opiskelijoita 32 % ja 3.vuodenopiskelijoita 31 %. 5. tai enemmän vuotisia vastaajia saatiin vain 2 %.

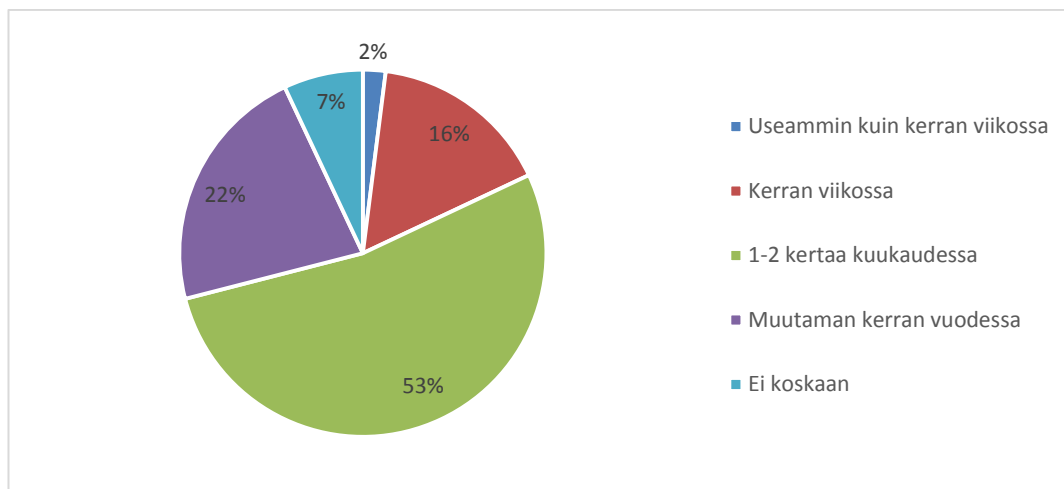


Kuvio 2. Vastaajat opiskeluvuosittain (n=266).

5.2 Miesten ja naisten väliset erot alkoholikäyttäytymisessä

Kaiken kaikkiaan vastaajia kyselyyn saatiin 266, joista naisvastaajia saatiin 166 ja miehiä 100. Tässä kappaleessa tarkastellaan miesten ja naisten välisiä eroja heidän alkoholin käyttötottumuksissa.

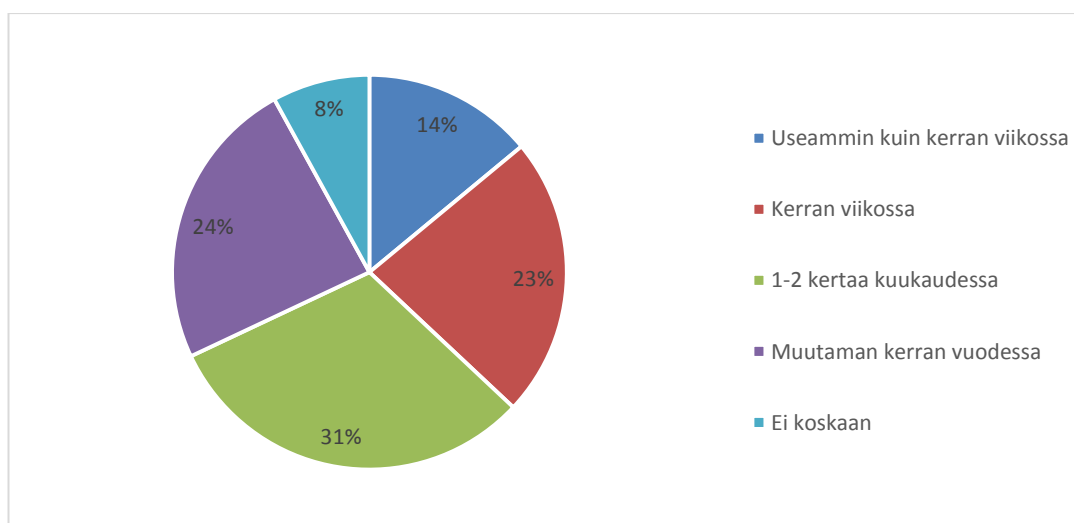
Kysymys 6 liittyi alkoholin käytön tiheyteen. Kuviossa 6 ja 7 havainnollistettuna kuinka usein naiset ja miehet käyttävät alkoholia.



Kuvio 3. Naisvastaajien ilmoittama alkoholin käytön määrä (n=166).

Naisista suuriosa, eli yli puolet vastasivat käyttävänsä alkoholia 1-2 kertaa kuukaudessa. Naisista 16 % vastasi käyttävänsä alkoholia kerran viikossa ja vain 2 % vastasi käyttävänsä alkoholia useammin kuin kerran viikossa.

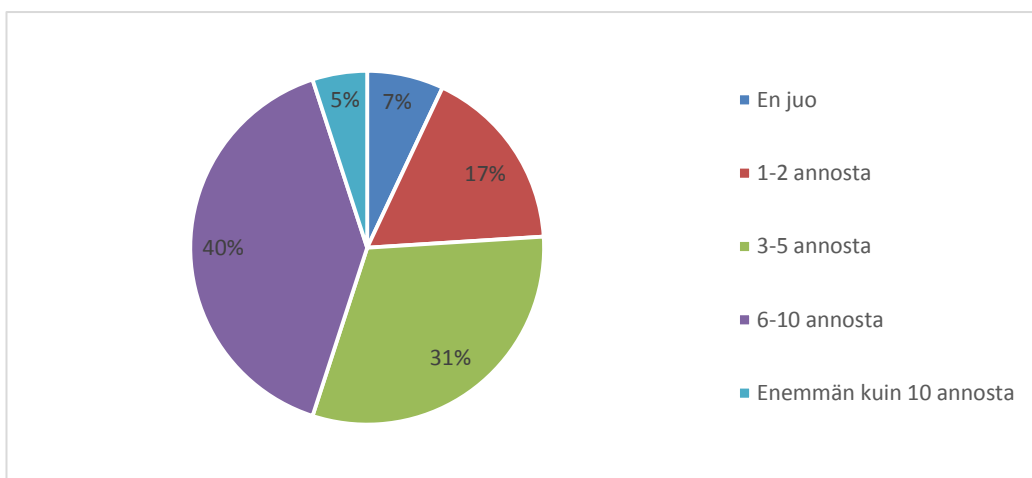
Myös miesvastaajista suurin osa, lähes kolmasosa, vastasi käyttävänsä alkoholia 1-2 kertaa kuukaudessa. Kerran viikossa miehistä alkoholia käyttää 23 % ja jopa 14 % vastasi käyttävänsä alkoholia useammin kuin kerran viikossa.



Kuvio 4. Miesvastaajien ilmoittama alkoholin käytön määrä (n=100).

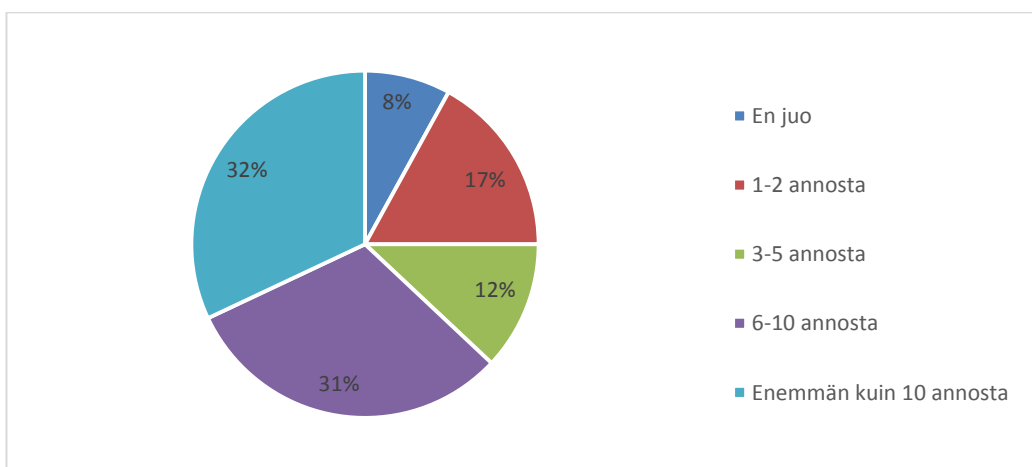
Kysymyksessä 7 opiskelijoilta kysyttiin, montako annosta he yleensä juovat alkoholia (yksi annos=0,33 l keskiolutta, lonkeroa tai siideriä, 12cl viiniä tai 4cl vahvaa alkoholia). Kuviossa 8 ja 9 on havainnollistettuna, montako annosta naiset ja miehet yleensä juovat alkoholia.

Naisista selvästi suurin osa vastasi juovansa 6-10 annosta kerrallaan, mutta vain 5 % vastasi juovansa enemmän kuin 10 annosta kerrallaan. Lähes kolmasosa naisista juo kerrallaan 3-5 annosta.



Kuvio 5. Naisten annosmäärät alkoholinkulutuksessa (n=166).

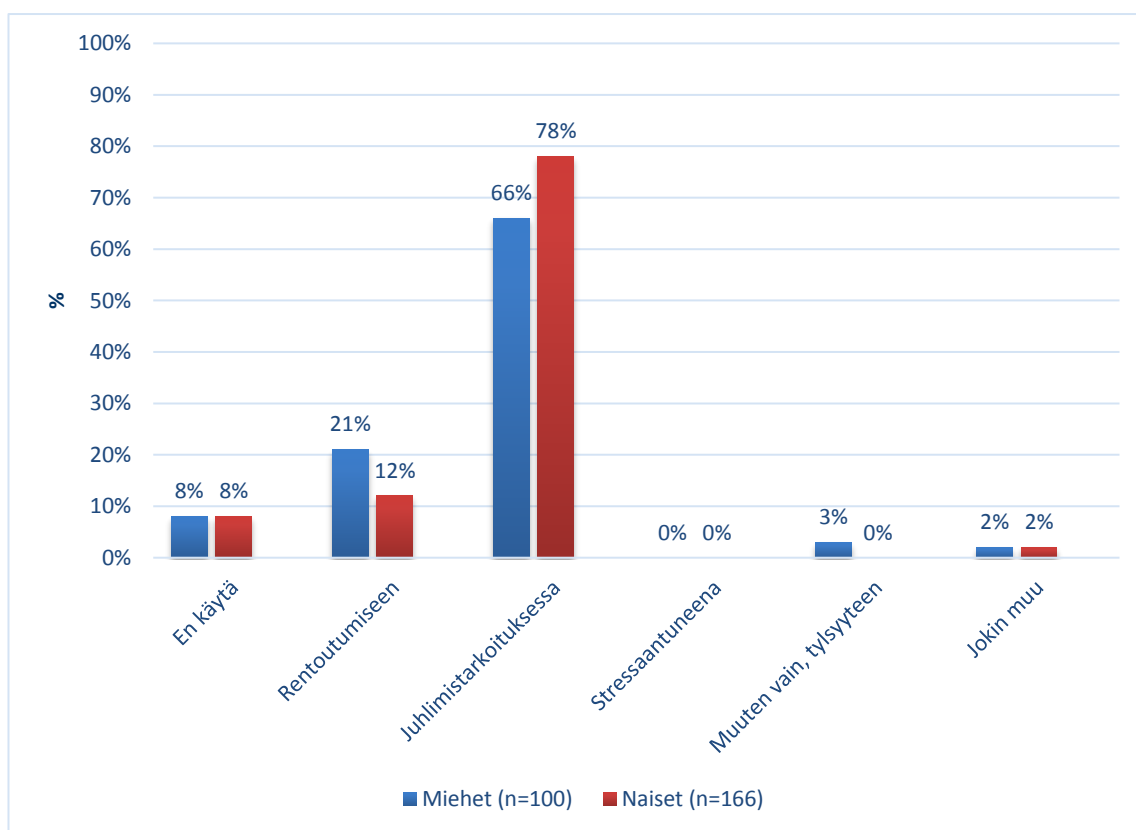
Miehistä lähes kolmasosa juo 6-10 annosta ja myös lähes kolmasosa enemmän kuin 10 annosta kerrallaan. Miehistä vain 12% juo kerrallaan 3-5 annosta.



Kuvio 6. Miesten annosmäärät alkoholinkulutuksessa (n=100).

Kysymyksessä 8 opiskelijoilta kysyttiin tilanteista, joissa he yleensä käyttävät alkoholia. Kuviossa 10 havainnollistettuna prosenttein naisten ja miesten välisiä eroja alkoholin käyttötilanteista.

Naisista selvästi suurin osa, lähes 80 %, vastasi käyttävänsä alkoholia juhlimistarkoituksessa, seuraavaksi eniten he vastasivat käyttävänsä alkoholia rentoutumiseen. Naisista kukaan ei vastannut käyttävänsä alkoholia stressaantuneena tai muuten vaan.



Kuvio 7. Millaisissa tilanteissa yleensä käytät alkoholia (%).

Myös miehistä selvästi suurin osa vastasi käyttävänsä alkoholia juhlimistarkoituksessa, seuraavaksi eniten miehet vastasivat käyttävänsä alkoholia rentoutumiseen. Yksikään miesvastaajista ei vastannut käyttävänsä alkoholia stressaantuneena.

Kysymyksessä 9 vastaajilta kysyttiin, kokevatko he sosiaalista painetta käyttäessään alkoholia (esimerkiksi opiskelijabileissä).

Taulukon 1 mukaan, naisvastaajista lähes 80% ja miesvastaajista 71% vastasi, ettei koe sosiaalista painetta käyttää alkoholia. Kuitenkin pieni osa naisista ja miehistä vastasi kokevansa sosiaalista painetta juoda alkoholia.

Taulukko 1. Opiskelijoiden kokema sosiaalinen paine käyttää alkoholia (n=266).

	Naiset (n=166)	Miehet (n=100)
Kyllä	17 %	18 %
Ei	78 %	71 %
En osaa sanoa	5 %	11 %

Kysymyksessä 10 opiskelijoilta kysyttiin alkoholinkäytön lisääntymisestä opiskelujen aikana.

Taulukon 2 mukaan, naisista ja miehistä yli puolet vastasi, ettei alkoholin käyttö ole lisääntynyt opiskelujen myötä. Kuitenkin yli kolmasosa naisista ja yli kolmasosa miehistä vastasi, että alkoholinkäyttö on lisääntynyt opiskelujen myötä.

Taulukko 2. Alkoholin käytön lisääntyminen opiskelujen aikana (n=266).

	Naiset (n=166)	Miehet (n=100)
Kyllä	38 %	38 %
Ei	58 %	54 %
En osaa sanoa	4 %	8 %

Kysymyksessä 11 kysyttiin ”Onko sinulla jäänyt koulupäiviä väliin alkoholin käytön vuoksi?”

Taulukon 3 mukaan naisista ja miehistä suurin osa vastasi, ettei heillä ole jäänyt koulupäiviä väliin alkoholin käytön vuoksi. Kuitenkin naisista kolmasosa ja miehistä 40% vastasi, että koulupäiviä on jäänyt väliin alkoholin käytön vuoksi.

Taulukko 3. Koulupäivien väliin jääminen alkoholinkäytön vuoksi (n=266).

	Naiset (n=166)	Miehet (n=100)
Kyllä	33 %	40 %
Ei	67 %	58 %
En osaa sanoa	0,6 %	2 %

Kysymyksessä 12 kysyttiin, ”Kun juot alkoholia, juotko useamman kuin yhden päivän peräkkäin?”

Taulukon 4 mukaan, naisista suurin osa ja miehistäkin yli puolet vastasi, etteivät he juo useampaa kuin yhden päivän peräkkäin. Naisista pieni osa ja miehistä yli kolmasosa vastasi, että juo silloin tällöin useamman kuin yhden päivän peräkkäin.

Taulukko 4. Useamman kuin yhden päivän peräkkäin juovien opiskelijoiden määrä (n=266).

	Naiset (n=166)	Miehet (n=100)
Kyllä	2 %	6 %
Ei	81 %	56 %
Silloin tällöin	17 %	38 %

Kysymyksessä 13 opiskelijoilta kysyttiin, ”Oletko elämäsi aikana joutunut lähipiirissäsi seuraamaan alkoholismia sivusta?”

Taulukon 5 mukaan, Naisista yli puolet ja miehistä yli 70 % vastasi, ettei ole joutunut elämänsä aikana seuraamaan alkoholismia sivusta. Kuitenkin naisista yli 40 % kertoo joutuneensa seuraamaan alkoholismia sivusta elämänsä aikana. Miehistä taas vain reilu 20 % kertoo joutuneensa seuraamaan alkoholismia sivusta elämänsä aikana.

Taulukko 5. Alkoholismin seuraaminen lähipiirissä (n=266).

	Naiset (n=166)	Miehet (n=100)
Kyllä	41 %	24 %
Ei	56 %	73 %
En osaa sanoa	3 %	3 %

Kysymyksessä 14 opiskelijoilta kysyttiin alkoholin vaarallisuudesta.

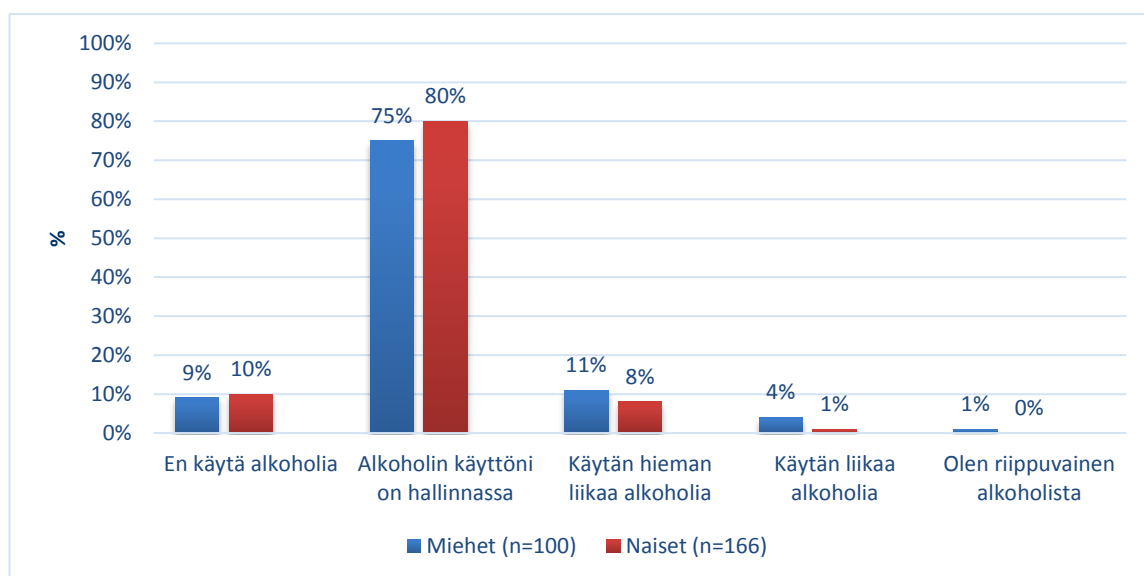
Taulukosta 6 voidaan nähdä, että naisista jopa 40 % kokee alkoholin vaarallisena, kun taas miehistä vain 28 % kokee alkoholin vaarallisena. Naisista lähes 40 % ja miehistä lähes 60 % ei koe alkoholia vaarallisena.

Taulukko 6. Alkoholin vaarallisena kokevien määrä (n=266).

	Naiset (n=166)	Miehet (n=100)
Kyllä	40 %	28 %
Ei	38 %	59 %
En osaa sanoa	22 %	13 %

Viimeisenä alkoholin käyttöön liittyvänä kysymyksenä kysyttiin, ”Millaiseksi koet oman alkoholinkäyttösi tällä hetkellä?” Kuviossa 11 on havainnollistettuna prosenttein, millaiseksi naiset ja miehet kokevat oman alkoholin käyttönsä tällä hetkellä.

Vastaukset sekä naisilta että miehiltä olivat lähes samanlaiset. Naisista 80 % ja miehistä 75 % vastasi alkoholinkäyttönsä olevan hallinnassa. Miehistä hieman useampi vastasi käyttävänsä hieman liikaa tai liikaa alkoholia verrattuna naisiin. Naisista kukaan ei vastannut olevansa alkoholista riippuvainen ja miehistäkin vain 1 %.



Kuvio 8. Millaiseksi naiset ja miehet kokevat oman alkoholin käyttönsä tällä hetkellä (%).

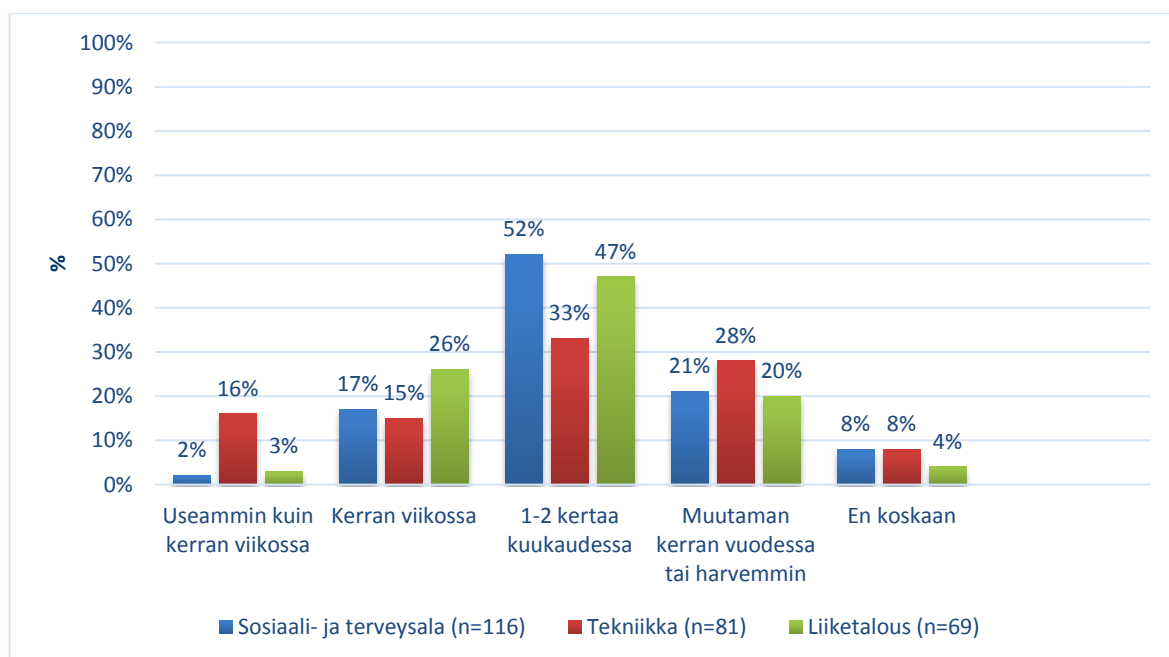
5.3 Alojen väliset erot alkoholikäyttäytymisessä

Kaiken kaikkiaan opiskelijoiden vastauksia saatiin 266. Sosiaali- ja terveystieteiden vastaaajia saatiin 116, tekniikan alalta 81 ja liiketalouden alalta 69. Kuviot ja taulukot esitetään prosentteina. Vastaajamäärät näkyvät kuvioissa, joista vastaajien kokonaismäärä on laskettavissa.

Seuraavassa on poimittu mielenkiintoisimmat tutkimustulokset koulutusaloittain. Tuloksia on myös havainnollistettu kuvioin ja taulukoin.

Kysymyksessä 6 opiskelijoilta kysyttiin, ”Kuinka usein käytät alkoholia?” Kuviossa 12 on havainnollistettuna prosenttein, kuinka usein kunkin alan opiskelijat käyttävät alkoholia.

Jokaisella alalla juodaan useimmiten 1-2 kertaa kuukaudessa. Tekniikan alalla juodaan eniten useammin kuin kerran viikossa verrattuna muihin aloihin. Liiketalouden alalla juodaan eniten kerran viikossa verrattuna muihin aloihin. Tuloksien perusteella Sosiaali- ja terveysalalla juodaan maltillisimmin verrattuna muihin aloihin.

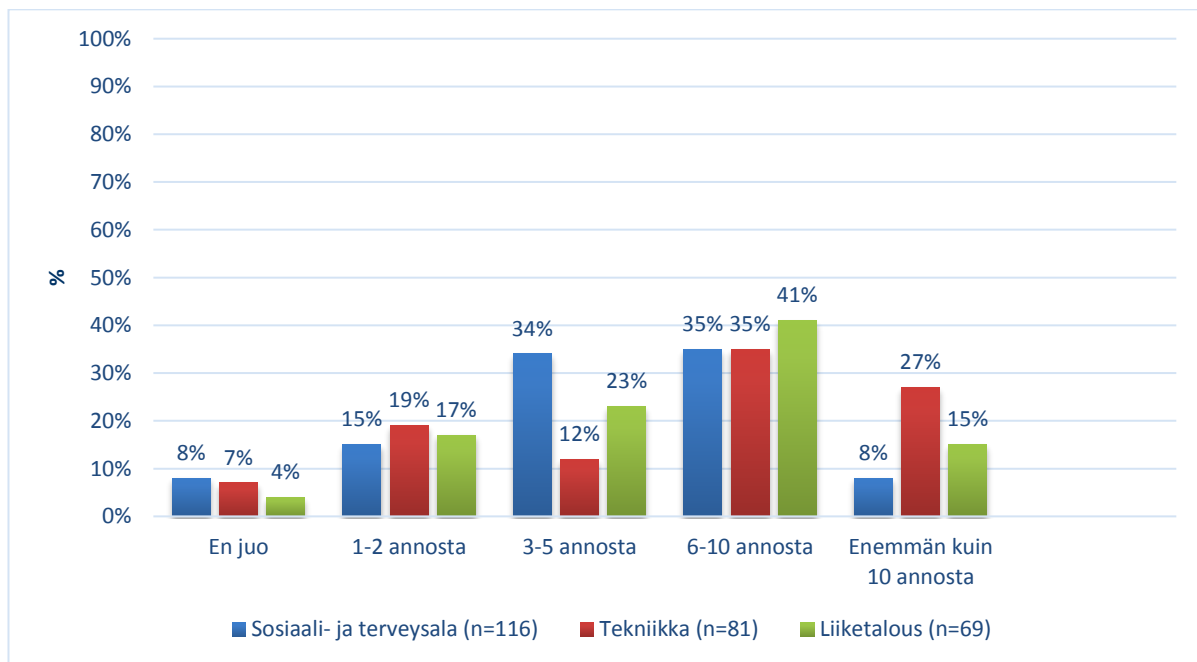


Kuvio 9. Kuinka usein käytetään alkoholia koulutusaloittain (%).

Kysymyksessä 7 opiskelijoilta kysyttiin, ”Kun juot, montako annosta yleensä juot alkoholia? (yksi annos=0,33 l keskiolutta, lonkeroa tai siideriä, 12cl viiniä tai 4cl vahvaa alkoholia)”

Kuviossa 13 on havainnollistettuna koulutusaloittain, montako annosta opiskelijat yleensä juovat.

Kaikilla aloilla juodaan keskimäärin eniten 6-10 annosta kerrallaan. Tekniikan alalla juodaan eniten enemmän kuin 10 annosta kerrallaan verrattuna muihin aloihin. Sosiaali- ja terveystalalla juodaan eniten 3-5 annosta kerrallaan verrattuna muihin aloihin.



Kuvio 10. Koulutusaloittain kuinka monta annosta yleensä juodaan (%).

Kysymyksessä 11 opiskelijoilta kysyttiin, ”Onko sinulla jäänyt koulupäiviä väliin alkoholinkäytön vuoksi?”

Kuten taulukosta 7 voidaan nähdä, sosiaali- ja terveystalalta 70 % vastasi, ettei heillä ole jäänyt koulupäiviä väliin alkoholinkäytön vuoksi. Myös tekniikan alalta suurin osa vastasi, ettei heillä ole jäänyt koulupäiviä väliin. Liiketalouden alalta 49 % vastasi, että ei ole jäänyt ja 49 % vastasi, että heillä on jäänyt koulupäiviä väliin alkoholinkäytön vuoksi.

Taulukko 7. Opiskelijoiden koulupäivien väliin jääminen alkoholin käytön vuoksi (n=266).

	Sosiaali- ja terveysala (n=116)	Tekniikka (n=81)	Liiketalous (n=69)
Kyllä	29 %	32 %	49 %
Ei	70 %	67 %	49 %
En osaa sanoa	1 %	1 %	2 %

Kysymyksessä 13 opiskelijoilta kysyttiin, ”Oletko elämäsi aikana joutunut lähipiirissäsi seuraamaan alkoholismia sivusta?”

Kuten taulukosta 8 voidaan nähdä, sosiaali- ja terveysalalta jopa 46 % on joutunut seuraamaan alkoholismia sivusta elämänsä aikana, kun taas tekniikan alalla vain 24 % ja liiketalouden alalla 29 % on joutunut seuraamaan alkoholismia sivusta. Kaikilta aloilta suurin osa ei ole joutunut seuraamaan alkoholismia sivusta elämänsä aikana.

Taulukko 8 . Alkoholismin seuraaminen lähipiirissä (n=266).

	Sosiaali- ja terveysala (n=116)	Tekniikka (n=81)	Liiketalous (n=69)
Kyllä	46 %	24 %	29 %
Ei	52 %	75 %	65 %
En osaa sanoa	2 %	1 %	6 %

Kysymyksessä 14 opiskelijoilta kysyttiin, ” Koetko alkoholinkäytön vaarallisena?”

Taulukon 9 mukaan, sosiaali- ja terveystieteiden alalta 40 % vastasi, että kokee alkoholin vaarallisena, kun vastaava luku tekniikan alalta oli vain 28 % ja liiketalouden alalta 36 %. Tekniikan alalta suurin osa, lähes 60 % vastasi, ettei koe alkoholia vaarallisena. Sosiaali- ja terveystieteiden alalla 40 % ja liiketalouden alalla 44 % vastasi, ettei koe alkoholia vaarallisena.

Taulukko 9. Alkoholin vaarallisena kokevien määrä (n=266).

	Sosiaali- ja terveystieteiden ala (n=116)	Tekniikka (n=81)	Liiketalous (n=69)
Kyllä	40 %	28 %	36 %
Ei	40 %	57 %	44 %
En osaa sanoa	20 %	15 %	20 %

5.4 Siviilisäädyn vaikutus alkoholikäyttämiseen

Tässä kappaleessa tarkastellaan vastaajien siviilisäädyn merkitystä alkoholin käyttöön. Vastaajia kyselyyn saatiin 266, joista naimattomia 110, parisuhteessa 117, kihloissa 20, naimisissa 13 ja muu 6. Tarkastelussa on käytetty apuna taulukointia tuloksien havainnollistamiseksi. Tulokset näkyvät taulukoissa prosenttein.

Kysymyksessä 6 opiskelijoilta kysyttiin, ” Kuinka usein käytät alkoholia?”

Taulukosta 10 voidaan nähdä, että useammin kuin kerran viikossa juo useimmiten muu-siviilisäättyiset, kun taas naimisissa olevat eivät juo lainkaan. Muu-siviilisäättyiset juovat myös alkoholia useimmiten kerran viikossa. Tähän ryhmään kuului

jopa puolet vastanneista. Keskimääräisesti eniten juodaan 1-2 kertaa kuukaudessa, riippumatta siviilisäädystä. Useimmiten naimisissa olevat eivät juo koskaan.

Taulukko 10. Opiskelijoiden vastaukset siviilisäädystä, kuinka usein he käyttävät alkoholia (n=266).

	Useammin kuin kerran viikossa	Kerran viikossa	1-2 kertaa kuukaudessa	Muutaman kerran vuodessa tai harvemmin	En koskaan
Naimaton (n=110)	9 %	16 %	40 %	29 %	6 %
Parisuh-teessa (n=117)	4 %	21 %	51 %	21 %	3 %
Kihloissa (n=20)	5 %	15 %	60 %	10 %	10 %
Naimisissa (n=13)	0 %	8 %	23 %	23 %	46 %
Muu (n=6)	17 %	50 %	33 %	0 %	0 %

Kysymyksessä 7 opiskelijoilta kysyttiin, ”Kun juot, montako annosta yleensä juot alkoholia? (yksi annos=0,33 l keskiolutta, lonkeroa tai siideriä, 12cl viiniä tai 4cl vahvaa alkoholia)

Määrällisesti eniten, enemmän kuin 10 annosta juovat muihin verrattuna useimmiten naimattomat. 6-10 annosta juovat useimmiten muu-siviilisäättyiset. Parisuh-teessa ja kihloissa olevat juovat muihin verrattuna useimmiten 3-5 annosta. Naimisissa olevat eivät juo useimmiten lainkaan.

Taulukko 11. Opiskelijoiden vastaukset siviilisäädystä, montako annosta he yleensä juovat alkoholia (n=266).

	En juo	1-2 annosta	3-5 annosta	6-10 annosta	Enemmän kuin 10 annosta
Naimaton (n=110)	6 %	18 %	14 %	41 %	21 %
Parisuh- teessa (n=117)	3 %	11 %	34 %	37 %	15 %
Kihloissa (n=20)	10 %	30 %	35 %	20 %	5 %
Naimisissa (n=13)	46 %	30 %	8 %	8 %	8 %
Muu (n=6)	0 %	17 %	17 %	66 %	0

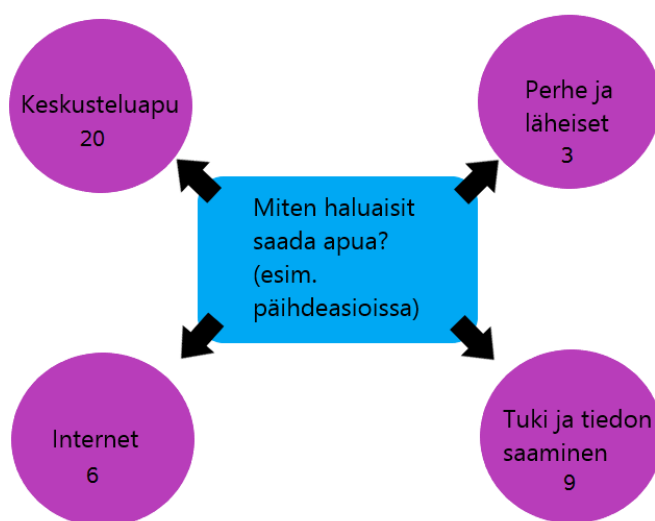
5.5 Opiskelijoiden kokemukset avun saamisesta oppilaitokselta

Kysymyksissä numero 16-18 (kts. liite 2), kysyttiin opiskelijoiden kokemuksista avun saamisesta oppilaitokselta.

Kysymyksessä numero 16 kysyttiin, onko vastaajien mielestä helppo saada/hakea apua oppilaitokselta esimerkiksi päihdeasioissa. Opiskelijoista 33% vastasi kyllä, 12% vastasi ei ja selvästi enemmistö, eli 55% vastasi, ettei osaa sanoa.

Kysymykseen 17 saatiin 48 vastausta eli 18% kaikista vastanneista. Selvästi suosituin ehdotus oli keskusteluapu, joka sai opiskelijoilta 20 mainintaa. Keskusteluapua

toivottiin terveydenhoitajan kanssa tai jonkun muun terveydenhuollon ammattilaisen kanssa, joko soittamalla tai kasvotusten. Seuraavaksi eniten toivottiin tukea ja lisää tietoa, joka sai opiskelijoilta 9 mainintaa. Internetiä ehdotettiin helppona yhteydenottovälineenä, esimerkiksi chat-palvelun muodossa, ja se sai opiskelijoilta 6 mainintaa. Myös perheen ja läheisten tukea arvostettiin. Se sai opiskelijoilta 3 mainintaa. Kuviossa 3 havainnollistettuna esille nousseet teemat.



Kuvio 11. Opiskelijoiden suosituimmat vaihtoehdot kysymyksessä, miten haluaisivat saada tarvittaessa apua esimerkiksi päihdeasioissa.

Keskusteluapu. Selvästi suurin osa toivoi jonkinlaista keskusteluapua joko terveydenhoitajan tai jonkun muun terveydenhuollon ammattilaisen kanssa.

”Soittamalla, tai keskustelemalla tilanteestani terveydenhoitajan kanssa.”

Tuki ja tiedon saaminen. Opiskelijat kokivat, että tuen ja ymmärryksen saaminen on tärkeää vaikeassa tilanteessa. Tiedon saamista ja ohjausta toivottiin enemmän.

”Tietoa siitä mistä voi apua hakea tulisi olla saatavilla todella helposti, esim. Tiedottamisen kautta, netissä, koulun tiloissa”

Internet. Internetin välityksellä koettiin olevan helpompi ottaa yhteyttä arkaluontoisissa asioissa. Myös anonyymiä yhteydenottotapaa toivottiin. Myös helppoutta yhteydenottamisessa korostettiin.

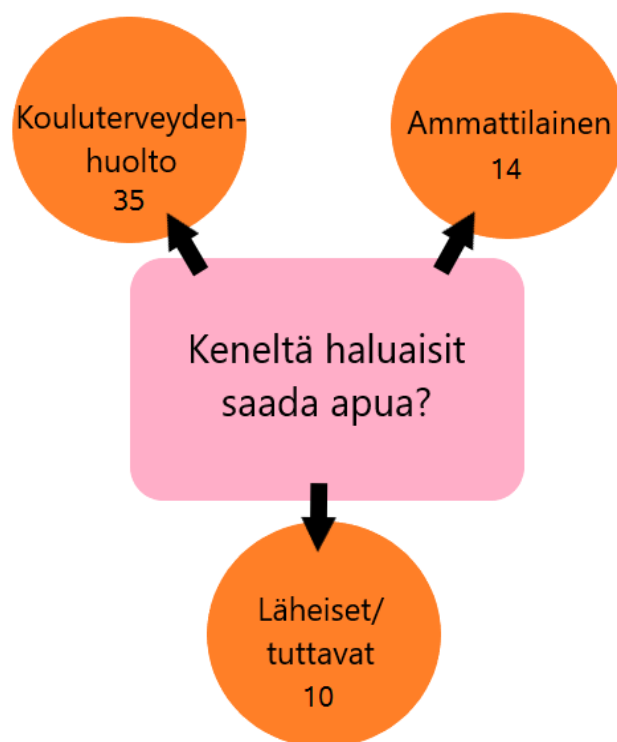
”Helpon yhteydenottolomakkeen kautta johon pääsee käsiksi ilman isoja varmuksia (vertaa esim. Vamkin terveydenhuollon ajanvaraukseen)”

” Monet vuosikurssilaiset ovat kertoneet vastanneensa ensimmäisen vuoden terveystarkastukseen liittyvissä kysymyksissä alakanttiin alkoholinkäytöstään. He kokevat, että terveydenhoitajien asenne on liian tuomitseva ja asia kääntyy enemmän jankkaamiseen alkoholin vaaroista ... esimerkiksi jokin anonyymi viestintävaihtoehto netissä terveydenhoitajalle tai muulle ammattilaiselle voisi olla kokeilemisen arvoinen”

Perhe ja läheiset. Perheen ja ystävien tukea korostettiin, koska heitä on helpompi lähestyä vaikeissa asioissa.

” Perheen ja ystävän tuella. Tosin tarvetta ei ole.”

Kysymys 18:ssa kysyttiin, keneltä he haluaisivat saada tarvittaessa apua esimerkiksi päihdeasioissa. Vastaaajia saatiin 56 eli 21% kaikista vastanneista. Selvästi enemmistö vastasi haluavansa apua kouluterveydenhuollolta. Mainintoja opiskelijoilta saatiin 35. Kouluterveydenhuollolta toivottiin jalkautumista enemmän oppilaitoksen käytäville jakamaan infoa päihteistä sekä avusta, jota he opiskelijoille tarjoavat. Toiseksi eniten opiskelijat toivoivat apua ammattilaisilta. Tämä vaihtoehto sai mainintoja 14. Myös läheisten ja tuttavien avun merkitystä korostettiin, mainintoja saatiin 10. Kuviossa 4 havainnollistettuna esille nousseet teemat.



Kuvio 12. Opiskelijoiden suosituimmat tahot kysymyksessä keneltä haluaisivat saada tarvittaessa apua esimerkiksi päihdeasioissa.

Kouluterveydenhuolto. Eniten toivottiin apua kouluterveydenhuollolta, esimerkiksi terveydenhoitajalta tai koulupsykologilta.

” Jostain tutusta paikasta, kuten opiskelijaterveydenhuolto ”

”Koulupsykologi”

Ammattilainen. Toiseksi eniten toivottiin apua ammattilaisilta, myös oppilaitoksen ulkopuolisilta ammattilaisilta.

” Päihde- ja mielenterveystyön koulutetulta ammattihenkilöltä ”

” Joltain jolla on koulutusta ja osaamista auttaa alkoholismiin ja päihteiden käyttöön liittyvissä asioissa ”

Läheiset/tuttavat. Myös läheisten avun merkitystä korostettiin monen vastaajan kohdalla.

”Ystäviltä ja perheeltä.”

”Mieheni ja sukulaiseni sekä asiantuntijoilta.”

5.6 Opiskelijoiden kokemukset opiskelijoille järjestettävästä toiminnasta

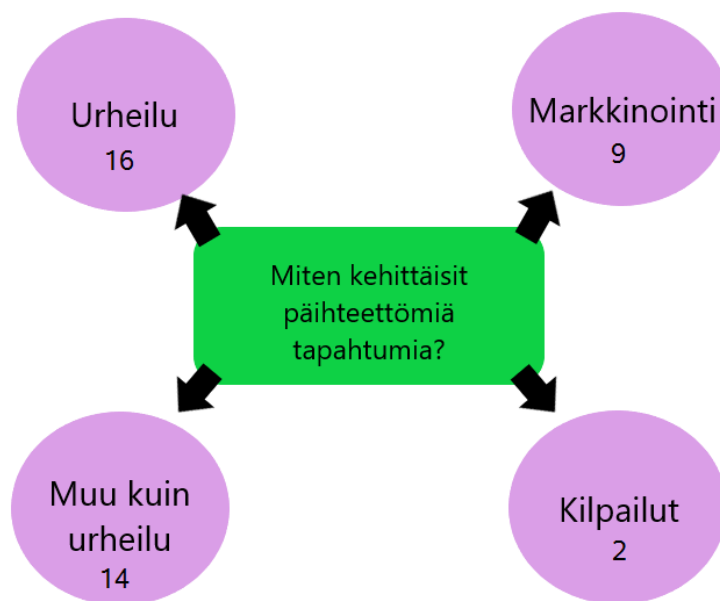
E-lomake-kyselyn kysymykset 19-22 käsittelivät VAMOKin toimintaa päihteettömyyden mahdollistajana.

Kysymykseen 19 suurin osa opiskelijoista, eli 76%, vastasi osallistuneensa VAMOKin toimintaan ainakin kerran ja 24% vastasi, ettei ole osallistunut VAMOKin toimintaan koskaan.

Kysymyksessä numero 20 opiskelijoilta kysyttiin, onko opiskelijakunnan järjestämä toiminta helpottanut tutustumista muihin opiskelijoihin. Suurin osa opiskelijoista, eli 60% kaikista vastanneista, vastasi kyllä. 23% vastaajista vastasi ettei osannut sanoa ja 17% vastaajista vastasi ei.

Kysymyksessä numero 21 opiskelijoilta kysyttiin, tarjoaako opiskelijakunta heidän mielestään riittävästi päihteetöntä toimintaa. Suurin osa opiskelijoista, eli 41% kaikista vastanneista vastasi, ettei osaa sanoa. 30% opiskelijoista vastasi kyllä ja 29% opiskelijoista vastasi ei.

Kysymyksessä numero 22 opiskelijoilta kysyttiin kehittämisideoita. Vastauksia saatiin yhteensä 55 eli 21% kaikista 266 vastaajasta. Urheilua toivottiin eniten lisää (16 mainintaa). Toiseksi eniten toivottiin jotain muuta kuin urheilua, joka sai 14 mainintaa. Markkinointia toivottiin päihteettömille tapahtumille enemmän. Tämä sai 9 mainintaa. Myös erilaisia kilpailuja esimerkiksi alojen välillä toivottiin lisää. Tämä sai 2 mainintaa. Kuviossa 5 havainnollistettuna esille tulleet teemat.



Kuvio 13. Eniten esille nousseet teemat päihteettömien tapahtumien kehittämiseksi.

Urheilu. Eniten opiskelijat toivoivat lisää urheilua eri muodoissa sekä monipuolisempaa lajikokeilua.

”Enemmän urheilu-tapahtumia (matalan kynnyksen), pelailemista ja muita aktiviteetteja.”

”Panostamalla lisää urheilullisiin tapahtumiin, tai muunlaisiin tapahtumiin joihin alkoholi ei tuo lisäarvoa.”

Muu kuin urheilu. Myös muutakin kuin urheilua toivottiin enemmän, esimerkiksi illanviettoja ilman alkoholia. Ehdotuksia tuli peli-illoista elokuva- ja teatteri-iltoihin.

”Leffa -iltoja olis kiva saada”

”Oikeasti jotain hauskaa tekemistä, esim vaikka paintball”

Markkinointi. Tapahtumien mainostamista toivottiin enemmän, erityisesti päihteettömien tapahtumien mainostamista muuallakin kuin somessa.

”Joka viikko on runsaasti päihteettömiä aktiviteetteja. Niitä tulisi mainostaa enemmän, jotta ihmiset kävisi niissä useammin...”

” markkinoimalla niitä enemmän ja yrittämällä madaltaa osallistumiskynystä”

Kilpailut. Erilaisten kilpailujen ja urheilutapahtumien järjestämistä toivottiin enemmän. Myös VAMKin oman sählyjoukkueen perustamista ehdotettiin.

”Lisäisin päihteettömien tapahtumien määrää, esimerkiksi liikunta-approja tai urheilupäiviä.”

” En kyllä tiedä oikeasti olisiko mielenkiintoa, mutta esim. Voisi olla jotain kilpailuja joissa hyödynnetään omaa alaa ... Ja palkinnoksi esim merkkejä osallistumisesta ja voittajalle/voittajille erilaiset merkit päälle.”

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä kappaleessa käsitellään tutkimustuloksista tehtyjä johtopäätöksiä, joita peilataan teoriaan. Johtopäätöksissä edetään loogisesti siinä järjestyksessä, kun tutkimustuloksiakin on käsitelty. Ensin tarkastellaan miesten ja naisten, koulutusalojen ja siviilisäätyjen eroja alkoholikäyttäytymisessä. Lopuksi tarkastellaan erikseen opiskelijoiden kokemuksia avun saamisesta oppilaitokselta (esimerkiksi päihdeasioissa) ja opiskelijoille järjestettävästä toiminnasta Vaasan ammattikorkeakoulussa.

6.1 Miesten ja naisten väliset erot alkoholikäyttäytymisessä

Kyselystä saatujen tulosten perusteella vaikuttaa siltä, että miehet juovat naisia useammin, mutta sekä naiset että miehet juovat keskimäärin yli riskirajojen. Alkoholin riskiraja naisilla on enintään 5 annosta ja miehillä maksimissaan 7 annosta päivässä (Kohtuullisesti.fi 2019). Kohtalaisen riskin rajana naisilla pidetään noin 7 annosta viikossa ja miehillä noin 14 annosta viikossa. Suuren riskin rajana, eli ”hälytysrajana”, pidetään naisilla noin 12 annosta ja miehillä noin 23 annosta viikossa. (Mäkelä, 2019.)

Tulosten perusteella voidaan myös sanoa, että suurin osa vastaajista, sekä naisista että miehistä, käyttää alkoholia yleensä juhlimistarkoituksessa. Alkoholien käyttö liittyykin yleensä sosiaalisiin tapahtumiin. Usein päihteiden käyttö liittyy sosiaaliseen kanssakäymiseen, ja sillä on psykologisia ja sosiokulttuurisia merkityksiä. Päihteiden käytön perustelut liittyvät usein myönteiseen yhdessäoloon, hauskanpitoon, juhlimiseen tai suhdetoimintaan. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 31.)

Aamulehden (2019) Viinan viemä-kirjoitussarjassa Anonyymi Alkoholisti kertoo juhlapyhien vietosta näin:

Join kymmenen vuotta joka päivä eli kannissa ei sinänsä ollut mitään ihmeellistä. Mutta juhlapyhinä muutkin joivat. Se on alkoholistille todella kiva asia. Silloin saa juoda luvalla ja hyvällä omatunnolla. Muut eivät huomaa, kuinka kannissa itse on. Muut eivät huomaa, jos juo salaa. Muut eivät huomaa, jos hengitys haisee konjakille, vaikkei vielä olla jälkiruoassa. - -

Totta kai alkoholi kuuluu juhlatilanteisiin. - - Silloin kannattaa kuitenkin huolestua, kun juhlapyhistä ei yksinkertaisesti enää voi nauttia selvin päin.

Selvästi suurin osa sekä nais- että miesopiskelijoista vastasi, ettei koe sosiaalista painetta käyttää alkoholia, mutta kuitenkin pieni osa vastasi kokevansa paineita. Sara Vainion (2019 a) julkaisemassa artikkelissa puhutaan opiskeluajan alkoholi-keskeisestä bilekulttuurista. Artikkelin mukaan Tampereen yliopiston fukseilta kerätyn palautteen perusteella joka vuosi pieni osa opiskelijoista kertoo kokeneensa painostusta. On siis ihan tavallista, että vuosittain pieni osa opiskelijoista kokee painostusta käyttää alkoholia. Tutustuminen muihin opiskelijoihin voi monen mielestä helpottaa sekä tunne, että kuuluu porukkaan, vahvistua.

Nais- ja miesopiskelijoista yli kolmasosa kertoi alkoholin käytön lisääntyneen opiskelujen myötä. Alkoholin käytön lisääntymiseen voivat vaikuttaa osaltaan opiskelijakunnan järjestämät alkoholipitoiset tapahtumat. Jo opiskelujen alusta alkaen, kun opiskelijat tutustuvat toisiinsa, järjestetään erilaisia bileitä, joihin alkoholin käyttö vahvasti kuuluu. Toki alkoholin nauttiminen rentouttaa ja voi helpottaakin tutustumista uusiin ihmisiin, mutta entä ne, jotka eivät halua juoda tai muiden juomisen sivusta seuraaminen ei kiinnosta? Kysyttäessä opiskelijakunnan järjestämästä toiminnasta, monet vastaajista totesivat toiminnan keskittyvän liikaa alkoholin käyttöön. Opiskelijakunnan järjestämän toiminnan tulisi kuitenkin ensisijaisesti keskittyä opiskelijoiden hyvinvointiin, ei alkoholiin ja bilettämiseen. Toisaalta taas, näyttää vastausten perusteella tapahtuvan myös niin, että kun päihteettömiä tapahtumia järjestetään, niihin eivät osallistu ne, jotka sitä ovat alun perin ehdottaneet. Voisiko markkinointia tehostaa, jotta päihteettömät tapahtumat tavoittaisivat kaikki opiskelijat? Vuosittaiset opiskelijakunnan tyytyväisyyskyselyt antaisivat arvokasta palautetta mm. päihteettömien tapahtumien järjestämisestä ja toiveista. Näin opiskelijat saisivat äänensä kuuluviin ja opiskelijakunta voisi kehittää toimintaansa palautteen perusteella.

Saatujen tutkimustulosten mukaan naisopiskelijoista lähes kolmasosalla ja miesopiskelijoista jopa 40 %:lla on jäänyt koulupäiviä väliin alkoholin nauttimisen takia. Tulosten perusteella saattaa olla, että pidemmällä tähtäimellä alkoholinkäyttö

voi vaikuttaa opintojen etenemiseen. Järjestettävän toiminnan laatuun ja ajankoh-
tiin voisi kiinnittää huomiota. Esimerkiksi viikolla voisi järjestää enemmän päih-
teettömiä tapahtumia, ja pyrkiä järjestämään bileitä loppuviikosta. Toki se ei aina
ole mahdollista, koska tapahtumien järjestämisessä on monta muutakin muuttujaa.

Naisista vain 17 % ja miehistä yli kolmasosa vastasi, että juo silloin tällöin useam-
man kuin yhden päivän peräkkäin. Kohtalaisen riskin rajana naisilla pidetään noin
7 annosta viikossa ja miehillä noin 14 annosta viikossa. Suuren riskin rajana pide-
tään naisilla noin 12 annosta ja miehillä noin 23 annosta viikossa. Riskirajojen ylit-
täjistä yli 60 % on miehiä. (Mäkelä, 2019.)

Koska naisista 41 % kertoo joutuneensa seuraamaan alkoholismia sivusta, saattavat
naiset myös tämän vuoksi kokea miehiä useammin alkoholin vaarallisena. Naisten
alkoholinkäyttö onkin maltillisempaa annoskulutukseltaan kuin miesten. Miehistä
jopa 59 % ei koe alkoholia vaarallisena, minkä huomaa myös heidän annoskulutuk-
sessaan (31 % juo 6-10 annosta ja 32% yli 10 annosta kerrallaan). Kun alkoholin-
käyttöä ei koeta vaarallisena, sen käytön riskeistä ei osata välittää. Toisaalta, alko-
holinkäytön riskirajoista tai muista riskeistä ei välttämättä ole edes tietoa.

Tiivistettynä voidaan sanoa, että kyselystä saatujen tulosten perusteella miesopis-
kelijat juovat naisia useammin ja kerta-annoksina suurempia määriä kuin naisopis-
kelijat. Miehillä jää myös koulupäiviä välistä alkoholinkäytön vuoksi useammin
kuin naisopiskelijoilla. Myös alkoholia useamman päivän peräkkäin juo useammin
mies- kuin naisopiskelija. Sosiaalisia paineita alkoholin käytöstä ei juurikaan koeta
miesten eikä naisten kohdalla. Koska naiset kertovat miehiä useammin joutuneensa
seuraamaan alkoholismia sivusta, saattavat he myös tämän vuoksi kokea miehiä
useammin alkoholin vaarallisena.

6.2 Alojen väliset erot alkoholikäyttäytymisessä

Kyselystä saatujen tulosten perusteella voidaan sanoa, että tekniikan alan opiskeli-
jat juovat aloista useimmin ja toisena tulevat liiketalouden opiskelijat. Sosiaali- ja
terveysalan opiskelijat juovat maltillisimmin. Kaikilla aloilla juodaan enimmillään
6-10 annosta kerrallaan. Tekniikan alalla juodaan kuitenkin määrällisesti kaikkein

eniten, kun jopa 27 % juo enemmän kuin 10 annosta kerrallaan. YTHS:n tilastojen mukaan, tekniikan ja liikenteen alojen opiskelijat juovat keskimäärin selvästi eniten ammattikorkeakoulussa. He myös juovat selvästi enemmän kuin kauppatieteilijät yliopistossa, jotka taas juovat keskimäärin eniten yliopistossa. (Vainio 2019 b.) Näyttää siis siltä, että tekniikan alalla juodaan myös valtakunnallisesti enemmän kuin muilla aloilla.

Selvästi useimmiten koulupäiviä on jäänyt väliin alkoholin käytön vuoksi liiketalouden opiskelijoilla, mutta niin on myös lähes kolmasosalla tekniikan ja sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijoilla. Pidemmän päälle koulupäivien väliin jättäminen alkoholin vuoksi voi alkaa vaikuttaa opintoihin ja niiden etenemiseen.

Sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijat vastasivat joutuneensa seuraamaan alkoholismia sivusta selvästi useammin verrattuna tekniikan ja liiketalouden opiskelijoihin. Sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijat vastasivat myös pitävänsä alkoholia vaarallisena useammin verrattuna muihin aloihin. Sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijat ehkä osaavat katsoa ja arvioida alkoholinkäyttöä eri tavalla, siksi että ovat terveystietä ja hyvinvointia opiskelevilla aloilla.

Tiivistettynä voidaan sanoa, että kyselystä saatujen tulosten mukaan, tekniikan opiskelijat juovat muiden alojen opiskelijoita useammin sekä määrällisesti eniten kerrallaan, ja sosiaali- ja terveystieteillä juodaan maltillisimmin. Kaikilla aloilla on jäänyt koulupäiviä väliin alkoholin käytön vuoksi, eniten liiketalouden alalla. Sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijat ovat joutuneet seuraamaan alkoholismia sivusta elämänsä aikana useimmin ja myös alkoholi koetaan useammin vaarallisena kuin muiden alojen opiskelijoiden keskuudessa.

6.3 Siviilisäädyn vaikutus alkoholikäyttämiseen

Useammin kuin kerran viikossa ja kerran viikossa juovat useimmiten muu-siviilisäättyiset. Keskimääräisesti eniten juodaan 1-2 kertaa kuukaudessa, riippumatta siviilisäädystä. Useimmiten naimisissa olevat eivät juo koskaan. Tämä voi johtua siitä, että naimisissa olevat ovat vakiintuneita suhteeseen, ja heillä saattaa olla jopa

lapsia, mikä rajoittaa alkoholin käyttöä. Myös uskonnolliset syyt voivat vaikuttaa, koska moneen uskontoon kuuluu vahvasti täyspäiheteettämyys.

Määrällisesti eniten, enemmän kuin 10 annosta juovat muihin verrattuna useimmiten naimattomat. Tämä voi johtua ”villistä sinkkuudesta”. Aikaa ja vapautta voi olla enemmän kuin vakiintuneissa suhteissa olevilla. Toki voi olla myös, että alkoholia käytetään ajankuluksi, jolla täytetään vapaata aikaa. Parisuhteessa ja kihloissa olevat juovat muihin verrattuna useimmiten 3-5 annosta kerrallaan. Tämä voi johtua siitä, että suhteessa ei ole tarvetta bilettää enää niin usein ja niin sanotusti harjoitellaan sivistynyttä illanviettoa yhdessä kumppanin kanssa. Alkoholia saatetaan nauttia esimerkiksi ruuan tai rentoutumisen merkeissä. Naimisissa olevat eivät juo useimmiten lainkaan. Jälleen kerran syynä voivat olla uskonnolliset tai perhesyyt.

Tiivistettynä voidaan sanoa, että muu-siviilisäättyiset juovat useimmin verrattuna muihin siviilisäättyihin. Naimisissa olevat eivät juo useimmiten lainkaan. Määrällisesti eniten juovat useimmiten naimattomat. Parisuhteessa ja kihloissa juodaan maltillisimmin.

Tuloksia tulkittaessa tulee ottaa huomioon muu-siviilisäättyisten ja naimisissa olevien vähäinen vastaajamäärä.

6.4 Opiskelijoiden kokemukset avun saamisesta oppilaitokselta

Saatujen tutkimustulosten perusteella kolmasosa kyselyyn vastanneista opiskelijoista on sitä mieltä, että oppilaitokselta on helppo hakea/saada apua tarvittaessa, mutta yli puolet vastasi, ettei osaa sanoa. Tämä saattaa johtua siitä, ettei vastaajilla ole ollut tarvetta hakea oppilaitokselta apua tämänkaltaisissa asioissa, joten ei osata sanoa, onko se helppoa vai ei. Joillakin se voi taas tarkoittaa sitä, että avun pyytämiseen liittyy jotakin epävarmuutta tai epäluottamusta oppilaitosta kohtaan niin, että ei uskalleta pyytää apua, vaikka tarvetta olisikin. Onko avun pyytämisen kynys siis liian korkea?

Opiskelijat toivoivat eniten keskusteluapua sekä lisää tukea ja ohjausta, kun heiltä kysyttiin, miten he haluaisivat saada apua esimerkiksi päihdeasioissa. Keskustelu-

apua toivottiin puhelimitse sekä kasvotusten, mutta toivottiin myös anonyymiä lähestymistä, esimerkiksi jonkin chat-palvelun kautta. Vastaajat toivoivat myös, ettei apua hakiessa tarvitsisi kokea häpeää, ja ettei avun antaja olisi liian tuomitseva. Myös Vaasan ammattikorkeakoulun hyvinvointiohjelmassa (2019) sanotaan, että avoin ja luottamuksellinen ilmapiiri on tärkeä, eikä opiskelijan kohtaamisessa saisi ilmetä leimaamista tai moralisointia. Olisi siis hyvä, että opiskelijoita lähestyttäisiin arkaluonteisissa asioissa hienotunteisesti. Pääteiden haittoja ei ehkä kannata korostaa liiaksi.

Opiskelijat toivoivat apua eniten kouluterveydenhuollolta. Myös muiden ammattilaisten, myös koulun ulkopuolisten, sekä läheisten apua arvostettiin. Kouluterveydenhuollolta toivottiin jalkautumista enemmän oppilaitoksen käytävillä jakamaan infoa päihteistä sekä avusta, jota he opiskelijoille tarjoavat. Kuten hyvinvointiohjelmassakin (2019) sanotaan, varhaisen puuttumisen tarkoituksena on opiskelijan ja opiskeluyhteisön ongelmien havaitseminen ajoissa ja niiden ratkaisemiseen pyritään myös mahdollisimman aikaisessa vaiheessa. Kouluterveydenhuolto voisi siis jalkautua enemmän ”lähelle asiakkaita” jakamaan tietoa heidän tarjoamastaan avusta.

6.5 Opiskelijoiden kokemukset opiskelijoille järjestettävästä toiminnasta

Vastaajista suurin osa oli sitä mieltä, että opiskelijakunta VAMOKin järjestämä toiminta on helpottanut tutustumista muihin opiskelijoihin. Tämän perusteella voidaan siis sanoa, että opiskelijakunnan järjestämällä toiminnalla on huomattavan suuri merkitys opiskelijoiden tutustumisessa toisiinsa.

Opiskelijoista suurin osa vastasi, ettei osaa sanoa, tarjoaako opiskelijakunta riittävästi päihteetöntä toimintaa. Tämä voi johtua siitä, että vastaajat eivät välttämättä tiedä, mitä kaikkea opiskelijakunta opiskelijoille järjestää, ja tämän vuoksi ei osata sanoa, onko päihteettömiä tapahtumia riittävästi. Tiedon lisäämiseksi tapahtumien markkinointia päihteettömyydestä tulisi lisätä.

Opiskelijat kehittäisivät päihteettömiä tapahtumia lisäämällä urheilua sekä lisäämällä jotain muuta kuin urheilua. Myös markkinoinnin merkitystä korostettiin. Osa

vastaajista tuntui tietävän, että päihteettömiä tapahtumia järjestetään runsaasti viikoittain, kun taas osa vastaajista kertoi, että niitä ei ole juuri lainkaan. Tässä mielessä markkinoinnin lisääminen ja mainostamisen monipuolistaminen tulisi olla tasavertaista suhteessa alkoholipainotteisiin tapahtumiin, jotta kaikki saisivat infoa tapahtumista tasapuolisesti.

7 POHDINTA

Kokonaisuudessaan opinnäytetyö oli raskas, mutta mielenkiintoinen prosessi. Kyselystä saatujen tulosten mukaan tekniikan opiskelijat juovat eniten ja useimmin kuin muiden alojen opiskelijat, miesopiskelijat juovat naisopiskelijoita enemmän ja naimattomat juovat määrällisesti siviilisäädystä eniten. Tulokset eivät ole yllättäviä. Mietin, voisiko niihin silti vaikuttaa. Kuten kyselyyn vastanneet opiskelijatkin ehdottivat, opiskeluterveydenhuolto voisi jalkautua enemmän oppilaitoksen käytävälle kertomaan tarjoamistaan avuista sekä jakamaan tietoutta päihteisiin liittyen. Moralisointia ja tuomitsevaa lähestymistapaa tulisi kuitenkin välttää, kuten Vaasan ammattikorkeakoulun hyvinvointiohjelmassakin (2019) todetaan. Se vain karkottaa opiskelijat pois. Asiaa voisi lähestyä esimerkiksi jonkun hyvinvointitapahtuman kautta, yhteistyössä VAMOKin kanssa.

Nyt kun pohdin laatimiani kysymyksiä kyselylomakkeessa, on siellä joitain kysymyksiä, jotka olivat turhia ja jotka ottaisin sieltä pois. Ikä ja opiskeluvuosi osoittautuivat turhiksi tutkimuksen kannalta. Niillä saatiin yleistä tietoa vastaajista, kuinka vastaajat jakautuivat ikävuosittain ja opiskeluvuosittain. Myös kysymys 13: ”Oletko elämäsi aikana joutunut lähipiirissäsi seuraamaan alkoholismia sivusta?” ja kysymys 14: ”Koetko alkoholin käytön vaarallisena?” olivat tulosten kannalta yhdentekeviä ja irrallisia.

Jäin myös pohtimaan, miksi oppilas- ja opiskelijahuoltolaki (L1287/2013) ei päde ammattikorkeakoulun opiskelijoihin. Lain tarkoituksena on kuitenkin edistää opiskelijoiden oppimista, terveyttä ja hyvinvointia sekä osallisuutta ja ehkäistä ongelmien syntymistä. Lain tarkoitus on edistää oppilaitosyhteisön ja opiskeluympäristön hyvinvointia, terveellisyttä ja turvallisuutta, esteettömyyttä, yhteisöllistä toimintaa sekä kodin ja oppilaitoksen välistä yhteistyötä. Laissa halutaan turvata varhainen tuki sitä tarvitseville sekä turvata opiskelijoiden tarvitsemien opiskeluhuoltopalvelujen yhdenvertainen saatavuus ja laatu. Laki vahvistaa opiskeluhuollon toteuttamista ja johtamista toiminnallisena kokonaisuutena ja monialaisena yhteistyönä. Perus- ja toisen asteen koulutusta koskeva oppilas- ja opiskeluhuoltolaki toimisi hyvin ja tukisi hienosti ammattikorkeakoulun tavoitteita.

7.1 Opinnäytetyö prosessina

Opinnäytetyön aihetta mietin jo kesän lopulla 2018, ja ajatus siitä vain vahvistui loppuvuotta kohden. Aihe on muokkaantunut matkan varrella monta kertaa, jotta siitä saatiin rajattua toteuttamiskelpoinen.

Opinnäytetyön tekeminen oli prosessina melko raskas. Alun perin olin ajatellut, että en saa kyselyyn riittävästi vastaajia. Lopulta vastaajia saatiin 266 kappaletta, mikä tuli suurena yllätyksenä. Olin vastaajamäärästä jopa otettu. Vastaajien suuri määrä kertoo opiskelijoiden halusta ottaa kantaa tärkeään asiaan.

Vastausaikaa kyselyllä oli toukokuun alusta kesäkuun loppuun, joka opinnäytetyön ohjaajani mielestä oli liian pitkä. Olisi pitänyt uskoa. Kyselyyn ei saatu vastaajia enää viimeisen 3 viikon aikana. Jos vastausaika olisi ollut lyhyempi, olisin päässyt työstämään opinnäytetyötä aikaisemmin.

Vastausten analysointi vei paljon aikaa. Kaikki vastaukset katsoin yksitellen ja kirjoitin kaiken vihkoon ylös. Osan vastauksista jouduin tarkistamaan uudestaan. SPSS-ohjelman käyttö olisi helpottanut ja nopeuttanut prosessia huomattavasti. Myös puhtaaksi kirjoittaminen ja lukujen ja prosenttien selkeä esittämistapa oli haastavaa.

Vaasan ammattikorkeakoulun hyvinvointiohjelma oli päivittynyt keväällä 2019, jonka huomasin syksyllä 2019 opinnäytetyötä kirjoittaessani. Olin käyttänyt vanhaa vuonna 2016 päivitettyä hyvinvointiohjelmaa lähteenä, ja jouduin muuttamaan keväällä 2019 päivitetyn mukaiseksi.

Prosessin aikana koin monessa vaiheessa stressiä ja välillä jopa epätoivoa. Onneksi tässä auttoi läheisten tuki, mutta ennen kaikkea ohjaajan pitkäjänteisyys prosessin aikana sekä hyvät ja selkeät neuvot. Ilman niitä olisin ollut pulassa.

Työprosessina työ oli erittäin mielenkiintoinen. Tuloksia selailleena, eri alojen, sukupuolten ja siviilisäätyjen näkökulmista ja useampaan kertaan työn läpi lukeneena, olen onnellinen, että prosessi on nyt ohi. Tämä oli hieno ja opettavainen matka, ja opetti minulle ainakin pitkäjänteisyyttä ja stressinhallintaa.

7.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

E-lomakekyselyyn vastattiin anonymisti, eikä kenenkään henkilöllisyyttä voida vastausten perusteella saada selville. Aineiston keräämisen jälkeen säilytin aineistoa vain omaan käyttöön tarkoitetuissa laitteissa sekä varmuuskopiona muistitikulla siihen asti, kunnes opinnäytetyö oli saatu kokonaan päätökseen. Tämän jälkeen tuhosin aineiston asianmukaisesti.

Anonymisoinnilla tarkoitetaan suorien ja epäsuorien tunnisteiden poistamista tai muuttamista aineistosta. Lain mukaan anonymisointi on tehty, kun yksittäisiä tutkittavia ei voi tunnistaa aineistosta helposti. Olennaista lain soveltamisen näkökulmasta on, että ulkopuolinen ei pysty yksiselitteisesti aineistosta päättelemään, keitä ihmisiä tutkittavat ovat. (Kuula 2011, 112.)

Tutkimusaineisto oli tarkoitettu vain tutkimuskäyttöön eikä aineistoa tai sen osia luovutettu ulkopuolisille. Opiskelijoille ilmoitettiin, että tutkimusaineistoa käytettiin vain aihetta koskevassa tutkimuksessa. (Kuula 2011, 115.)

Aineiston luottamuksellisen sisällön muodostaa luottamuksella annettujen tietojen suojaaminen yhdessä aineiston käyttötarkoituksen määrittämisen kanssa. Yksityisyydensuojasta yleensä huolehditaan lupaamalla, että tutkittavia ei voi tunnistaa tutkimusjulkaisusta. Mitään muuta aineistosta ja sen käytöstä ei välttämättä sovita. Tällöin aineistojen, jotka sisältävät henkilötietoja, kohtalo on pulmallinen: aineistoja voidaan säilyttää vain niin kauan, kuin tutkimuksen käytännön toteutus sitä edellyttää. Siksi on tärkeää kertoa tutkittaville, säilytetäänkö aineistossa tutkittavien tunnistetietoja ja miten näiden säilytettävien tunnistetietojen luottamuksellisuus turvataan. (Kuula 2011, 108-109.)

7.3 Jatkotutkimushaasteet

Vaasan ammattikorkeakoulun hyvinvointiohjelman (2019) innoittamana, tutkimusta voisi laajentaa tekemällä tutkimuksen Vaasan ammattikorkeakoulussa muista päihteistä, joihin kuuluvat kannabis, erilaiset lääkkeet, amfetamiini ja sen johdannaiset, opiaatit, etenkin heroïini, kokaiini ja sen johdannaiset, LSD sekä liimat, lakat ja liuottimet, jotka ovat Suomessa yleisesti käytettäviä huumausaineita

(Duunioppi 2005). Jatkotutkimusaiheena voisi olla myös netti- ja peliriippuvuus, jotka kuuluvat myös osana Vaasan ammattikorkeakoulun hyvinvointiohjelmia.

LÄHTEET

Aamulehti. 2019. Alkoholisti rakasti juhlapyyhiä. Viinan viemä-kirjoitussarja 20.4.2019.

Duunioppi. 2005. Päihteet. Viitattu 29.3.2019. <https://www11.edu.fi/duunioppi/index.php?id=110>

Ehkäisevä päihdetyö. 2013. Teoksessa Alkoholit Suomessa – Kulutus, haitat ja poliittikkatoimet. Raportti. 59-61. Toim. Karlsson, T., Kotovirta, E., Tigerstedt, C. & Warpenius, K. Tampere. Juvenes Print - Suomen Yliopistopaino Oy.

ESPAD Report 2015. 2016. Results from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs. Luxemburg. Publications Office of the European Union.

Hakala, J. T. 2018. Toimivan tutkimusmenetelmän löytäminen. Teoksessa Ikku-noita tutkimusmetodeihin 1 – Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle, 14-26. Toim. Valli, R. Jyväskylä. PS-kustannus.

Hyvinvointiohjelma. 2019. Vaasan ammattikorkeakoulu. Viitattu 1.10.2019. http://www.puv.fi/fi/study/opintososiaaliset_asiat/hyvinvointiohjelma/hv-ohjelma_2019.pdf

Iivari, E. & Keskimäen, M. 2013. ”Ei se hallaa tee, mut onko siitä hyötyäkään?” Ennaltaehkäisevä päihdetyö Kemi-Tornion ammattikorkeakoulussa. Opinnäytetyö. Kemi. Viitattu 9.4.2019. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/64403/Opinnaytetyo_Iivari_Keskimäen_3.10.2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kohtuullisesti.fi. 2019. Paljonko on liikaa? Viitattu 3.10.2019. <https://www.kohtuullisesti.fi/kohtuukayton-rajat/paljonko-on-liikaa/>

Kuula, A. 2011. Tutkimusetiikka – Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere. Vastapaino.

Lappalainen-Lehto, R., Romu, M-L. & Taskinen, M. 2008. Haasteena päihteet – Ammatillisen päihdetyön perusteita. Helsinki. WSOY Oppimateriaalit OY.

L 14.11.2014/932. Ammattikorkeakoululaki. Säädös säädöstietopankki Finlexin sivuilla. Viitattu 15.4.2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20140932?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=ammattikorkeakoululaki>

L 523/2015. Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä. Säädös säädöstietopankki Finlexin sivuilla. Viitattu 15.4.2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2015/20150523?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=Laki%20ehk%C3%A4isev%C3%A4n%20p%C3%A4ihdety%C3%B6n%20j%C3%A4rjest%C3%A4misest%C3%A4>

L 1287/2013. Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki. Säädös säädöstietopankki Finlexin sivuilla. Viitattu 7.10.2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2013/20131287>

L 17.1.1986/41. Päihdehuoltolaki. Säädös säädöstietopankki Finlexin sivuilla. Viitattu 15.4.2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=p%C3%A4ihdehuoltolaki>

Mielenterveystalo. 2019. Arjen hyvinvointi. Viitattu 29.3.2019. https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/maahanmuuttajat/Pages/arjen_hyvinvointi.aspx

Mäkelä, P. 2019. Lääkärikirja Duodecim. Alkoholi ja terveys. Viitattu 3.9.2019. https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk01120

Nature.com. 2017. Improved memory for information learnt before alcohol use in social drinkers tested in a naturalistic setting. Viitattu 3.10.2019. <https://www.nature.com/articles/s41598-017-06305-w>

Recointensive. 2018. Alcohol and Drug Abuse on Campus: How to Prevent Addiction Among College Students. Viitattu 24.11.2018. <https://recointensive.com/resources/alcohol-drug-abuse-campus-prevent-addiction-among-college-students/>

Sahlman, E. 2018. Alkoholi on edelleen iso osa opiskelijakulttuuria. Viitattu 10.9.2019. <https://www.alko.fi/vastuullisesti/nofilter/alkoholi-on-edelleen-iso-osa-opiskelijakulttuuria>

Sissonen, T. 2015. Opiskelijakunnan merkitys opiskelijoiden päihde- ja mielenterveysvalinnoissa. Opinnäytetyö. Lappeenranta. Viitattu 9.4.2019. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/91154/sissonen_tea.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2019. Ehkäisevä päihdetyö. Viitattu 10.9.2019. <https://stm.fi/ehkaiseva-paihde-tyo>

SurveyMonkey. 2019. Määrällisen ja laadullisen tutkimuksen ero. Viitattu 1.10.2019. <https://fi.surveymonkey.com/mp/quantitative-vs-qualitative-research/>

Jouhki, K. 2013. Nuorten aikuisten päihde- ja mielenterveysongelmien kohtaaminen sosiaalityössä. Viitattu 16.4.2019. http://www.humak.fi/wp-content/uploads/2014/09/humak_selkenevaa_myoatauulta_verkko2_2.pdf. Teoksessa Selkenevää, myötätuulta – Ehkäisevä päihde- ja mielenterveystyö nuorisosalalla. Toim. Kuula, T & Tapio, M. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Helsinki. 156-162.

THL. 2018. Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma. Viitattu 21.3.2019. <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/ehkaisevan-paihde-tyon-toimintaohjelma>

THL. 2015. Hyvinvointi. Viitattu 29.3.2019. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi>

THL. 2017. Päihdetilastollinen vuosikirja 2017 - Alkoholi ja huumeet. Viitattu 17.4.2019. <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135657/Paihde-tilastollinen%20vuosikirja%202017%20verkkoversio%20päivitetty%20kuolemat%203.1.2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Vainio, S. 2019 a. ”Pirtua suoneen”, ”verinäyte krapulassa” – lääkäriopiskelijoiden alkoholikeskeinen bilekulttuuri yllätti uuden opiskelijan. Viitattu 26.9.2019. <https://www.hs.fi/kotimaa/art-2000006243607.html>

Vainio, S. 2019 b. Raittiiden opiskelijoiden määrä kasvaa: Tilastot näyttävät, minkä alan opiskelijat juovat eniten ja minkä vähiten. Viitattu 26.9.2019. <https://www.hs.fi/kotimaa/art-2000006246168.html>

Valli, R. 2018. Aineistonkeruu kyselylomakkeella. Teoksessa Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1 – Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle, 92-116. Toim. Valli, R. Jyväskylä. PS-kustannus.

VAMK. 2019. VAMK - Kaikki meistä. Viitattu 25.4.2019. <http://www.puv.fi/fi/about/>

VAMOK. 2019. Edunvalvonta opiskelijakunnassa. Viitattu 26.9.2019. <https://vamok.fi/fi/vamok-opiskelijakunta/edunvalvonta-opiskelijakunnassa/>

Yle.fi. 2017. Haalaribileiden kulta-aika on ohi – paineita kännätä on silti. Viitattu 24.11.2018. <https://yle.fi/uutiset/3-9812483>

YTHS. 2019. Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus. Viitattu 4.4.2019. https://www.yths.fi/tutkimukset/korkeakouluopiskelijoiden_terveystutkimus

YTHS. 2019. Päihteet ja terveys. Viitattu 29.3.2019. https://www.yths.fi/paihteet_ja_terveys

LIITE 1

Saate-kirje

Hei,

olen kolmannen vuoden sosionomi-opiskelija ja teen opinnäytetyötä Vaasan ammattikorkeakoulun suomenkielisten päiväopiskelijoiden alkoholinkäyttötottumuksista.

Tutkimuksen tavoitteena on kerätä kyselyn avulla tietoa liiketalouden, sosiaali- ja terveysalan sekä tekniikan opiskelijoiden alkoholin käyttöön vaikuttavista tekijöistä, ja onko alkoholin käytöllä vaikutusta opintojen etenemiseen.

Vastaajat päätettiin rajata suomenkielisiin päiväopiskelijoihin, jotta tutkimus ei paisu liian laajaksi. Opin-äytetyön ohjaajana toimii Vaasan ammattikorkeakoulun sosiaalialan lehtori Heidi Blom. Vaasan ammattikorkeakoulun rehtori Tauno Kekäle on antanut tutkimusluvan opinnäytetyölle 29.04.2019.

Aineisto tutkimukseen kerätään e-lomakekyselyllä ja toivoisinkin ystävällisesti vastaamaan kyselyyn 30.6.2019 mennessä. Vastaamiseen kuluu sinulta vain pari minuuttia.

Vastauksista saadaan tärkeää tietoa opinnäytetyötä varten, joten vastaathan mahdollisimman totuudenmukaisesti. Kyselyyn vastataan anonymiminä, eikä ketään vastaajista voida tunnistaa vastausten perusteella.

Linkki kyselyyn:

<https://e-lomake.puv.fi/elomake/lomakkeet/7929/lomake.html>

Jos sinulla on kysyttävää opinnäytetyöstä, voit ottaa yhteyttä opinnäytetyön ohjaajaan Heidi Blomiin sähköpostilla heidi.blom@vamk.fi tai puhelimitse +358 207 663 348. Voit myös ottaa yhteyttä suoraan minuun sähköpostitse e1600805@edu.vamk.fi.

Kiitos jo etukäteen kaikille vastaajille ja hyvää kesää!

Terveisin,

Riikka Metso, sosionomi-opiskelija, Vaasan ammattikorkeakoulu

LIITE 2

Kopio e-lomakekyselyn kysymyksistä

Kiitos, että päätit tulla vastaamaan kyselyyn alkoholinkäyttötottumuksistasi sekä omasta kokemuksestasi opiskelijoille järjestettävästä toiminnasta. Kyselyn tuloksia hyödynnetään opinnäytetyössä, joten vastaathan mahdollisimman totuudenmukaisesti.

Perustiedot

1. Sukupuoli (mies / nainen / muu)
2. Ikä (18-25 / 26-35 / 36-45 / 45 tai yli)
3. Siviilisääty (naimaton / parisuhteessa / kihloissa / naimisissa / muu)
4. Koulutusala (liiketalous / tekniikka / sosiaali- ja terveysala)
5. Opiskeluvuosi (1. vuosi / 2. vuosi / 3. vuosi / 4. vuosi / 5. vuosi tai enemmän)

Alkoholinkäyttö

6. Kuinka usein käytät alkoholia?
(useammin kuin kerran viikossa / kerran viikossa / 1-2 kertaa kuukaudessa / muutaman kerran vuodessa tai harvemmin / en koskaan)
7. Kun juot, montako annosta yleensä juot alkoholia? (yksi annos=0,33 l keskiolutta, lonkeroa tai siideriä, 12cl viiniä tai 4cl vahvaa alkoholia)
(en juo / 1-2 annosta / 3-5 annosta / 6-10 annosta / enemmän kuin 10 annosta)
8. Millaisissa tilanteissa yleensä käytät alkoholia?
(en käytä / rentoutumiseen / juhlimistarkoituksessa / stressaantuneena / muuten vain, tylsyyteen / jokin muu, mikä?)
9. Koetko sosiaalista painetta käyttää alkoholia? (esimerkiksi opiskelijajabeleissä)
(kyllä / ei / en osaa sanoa)
10. Onko alkoholin käyttösi lisääntynyt opiskelujen myötä?
(kyllä / ei / en osaa sanoa)

11. Onko sinulla jäänyt koulupäiviä väliin alkoholin käytön vuoksi?
(kyllä / ei / en osaa sanoa)
12. Kun juot alkoholia, juotko useamman kuin yhden päivän peräkkäin?
(kyllä / ei / silloin tällöin)
13. Oletko elämäsi aikana joutunut lähipiirissäsi seuraamaan alkoholismia sivusta?
(kyllä / ei / en osaa sanoa)
14. Koetko alkoholin käytön vaarallisena?
(kyllä / ei / en osaa sanoa)
15. Millaiseksi koet oman alkoholinkäyttösi tällä hetkellä?
(en käytä alkoholia / alkoholin käyttöni on hallinnassa / käytän hieman liikaa alkoholia / käytän liikaa alkoholia / olen riippuvainen alkoholista)
16. Koetko, että sinun on helppo saada/hakea tarvittaessa apua (esimerkiksi päihdeasioissa) oppilaitokselta?
(kyllä / ei / en osaa sanoa)
17. Miten haluaisit saada apua?
(vapaa sana)
18. Keneltä haluaisit apua?
(vapaa sana)

Opiskelijoille järjestettävä toiminta

19. Oletko osallistunut VAMKin opiskelijakunnan eli VAMOKin järjestämään toimintaan?
(kyllä / ei)
20. Onko opiskelijakunnan järjestämä toiminta helpottanut tutustumista muihin opiskelijoihin?
(kyllä / ei / en osaa sanoa)
21. Tarjoaako opiskelijakunta mielestäsi riittävästi päihteetöntä toimintaa?
(kyllä / ei / en osaa sanoa)
22. Miten kehittäisit päihteettömiä tapahtumia?
(vapaa sana)

Kiitos ajastasi ja vastauksistasi!

