

Opinnäytetyö (AMK)

Sairaanhoitajakoulutus

2019

Satu Aikio & Aida Eliassi

VANHEMPIEN TUEN TARVE NUORTEN PÄIHTEETTÖMYYDEN TUKEMISESSA

Satu Aikio & Aida Eliassi

VANHEMPIEN TUEN TARVE NUORTEN PÄIHTEETTÖMYYDEN TUKEMISESSA

Opinnäytetyön tarkoituksena oli narratiivisen kirjallisuuskatsauksen avulla kartoittaa tietoa (n=28) vanhemmille suunnatusta tuesta ja tuen tarpeesta nuorten päihteettömyyden tukemiseksi sekä lisäksi etsiä käytössä olevia toimintamalleja. Tavoitteena oli lisätä vanhempien tietoutta nuorten päihteettömyyden tukemiseksi sekä lisätä tätä kautta koko perheen hyvinvointia. Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii Lounais-Suomen Syöpäyhdistyksen Niko- projekti.

Nuoren käyttäessä päihteitä, vaikuttaa se koko perheeseen. Päihdekasvatuksen päävastuu on vanhemmilla ja tuen saaminen vanhemmuuteen on ensiarvoisen tärkeää. Vanhempien oma asenne päihteisiin sekä aktiivisuus tuen hakemiseen voivat vaikuttaa tuen saantiin. Vanhemmille suunnatun tuen tulisi olla mahdollisimman helposti sekä yhdenvertaisesti saatavilla.

Vanhemmille saatavaa tukea on olemassa, mutta tarjonta on melko pirstaleista. Nuorten päihteettömyyden tukemiseen on kehitetty erilaisia toimintamalleja, joissa vanhempi nähdään usein rajojen asettajana ja auktoriteettina. Vanhempia tuetaan rajojen asettamisessa ja ennaltaehkäisevässä päihdekasvatuksessa, mutta usein vanhempien tarvitsema muunlainen tukeminen näyttäisi olevan melko suppeaa. Käytössä on erilaisia terapiamuotoja, joista esimerkiksi monimuotoinen perheterapia mahdollistaa nuoren lisäksi myös vanhempien yksilökäynnit ammattilaisella. Suomessa myös kolmannen sektorin toimijat tukevat nuorten päihteettömyyttä, kuten erilaiset säätiöt ja järjestöt. Nämä toimivat usein yhdessä sektorirajat ylittävästi ja yleisimmin tarjottava tuki on ennaltaehkäisevää tai vertaistukitoimintaa.

Jatkotutkimuksena aihetta olisi hyvä tarkastella vanhempien kokemusten kautta haastattelun ja kyselyn avulla. Lisäksi aiheesta voisi työstää selkeän verkkosivuston, josta vanhemmat löytäisivät kattavasti tietoa nuorten päihteiden käytöstä ja vanhemmille tukea tarjoavia toimijoita.

ASIASANAT:

Vanhemmat, tuki, vanhempien tukeminen, nuori, päihteiden käyttö, toimintamallit

BACHELOR'S | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Degree programme in Nursing

2019 | 42 pages, 0 pages of attachments

Satu Aikio & Aida Eliassi

THE NEED OF PARENTING SUPPORT FOR SUPPORTING ADOLESCENTS ABSTINENCE

The purpose of this thesis was to find (n = 28) information of support for parents and the need of support to support adolescents abstinence and to search for available forms of support by using narrative literature review. The aim was to raise parents' awareness to support adolescents abstinence and thereby increase the well-being of the whole family. The thesis is commissioned by the NIKO-project of The Cancer Union of South-West Finland.

When an adolescent uses substances, it affects the whole family. Parents have the primary responsibility for substance abuse education, and getting support for parenting is paramount. Parents' own attitudes towards substances and being active in seeking support can influence the availability of support. Support for parents should be made as easy and equal as possible.

There is support for parents, but the supply is rather fragmented. Various forms of support have been developed to support adolescents from substance abuse, where the parent is often seen as a boundary setter and authority. Parents are supported in setting boundaries and in preventive drug education, but often the other kind of support parents need seems to be rather limited. Various forms of therapy are available, such as multifaceted family therapy, which allows not only the adolescent but also the individual visits of the parents with a professional. In Finland, there is also third sector actors such as different foundations and organizations in supporting adolescents abstinence. These often work together across sectors and the most common support is preventive or peer support.

As a follow-up study, it would be good to look at the topic through parents' experience through an interview and a questionnaire. Also a clear website could be developed to provide parents with comprehensive information on adolescent substance abuse and support services for parents.

KEYWORDS:

Parents, support, parents support, adolescent, substance use, forms of support

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	5
2 PÄIHTEET PERHEESSÄ	6
2.1 Vanhempi roolimallina ja perheen vaikutus nuoren päihteiden käyttöön	6
2.2 Nuorten päihteiden käytön vaikutus perheeseen	7
2.3 Yleisimmin käytetyt päihteet nuorten keskuudessa	8
2.4 Nuorten päihteiden käytöltä suojaavia tekijöitä sekä riskitekijöitä	10
2.5 Nuoren päihteiden käytön ilmeneminen ja lastensuojelun rooli nuoren käyttäessä päihteitä	11
2.6 Päihteiden käytön yhteys mielenterveyteen	13
3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE, TUTKIMUSKYSYMYKSET JA TO- TEUTTAMISMENETELMÄ	15
4 TULOKSET	22
4.1 Vanhempien tuen tarve nuorten päihteettömyyden tukemiseen	22
4.2 Vanhemmille tarjolla olevaa tukea nuorten päihteettömyyden tukemiseen	22
4.3 Toimintamalleja nuorten päihteettömyyden tukemiseen	25
5 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	29
6 POHDINTA	31
LÄHTEET	35

KUVIOT

Kuvio 1. Yhteenveto keskeisimmistä tuloksista.	28
--	----

TAULUKOT

Taulukko 1. Tiedonhaku tietokannoista.	16
Taulukko 2. Tiedonhaku verkkosivustoista.	18
Taulukko 3. Manuaalinen haku.	20

1 JOHDANTO

Vanhempi kokee usein riittämättömyyttä ja avuttomuutta nuoren käyttäessä päihteitä (Holmila ym. 2016, 7). Perheelle on kohdennettava tuki juuri niihin ongelmiin mistä nuori tai koko perhe kärsii. Tuen kohdentamisessa kiinnitetään huomiota ongelmia aiheuttavan kuormituksen vähentämiseen sekä kasvu ympäristön vahvuuksiin. (Holmila ym. 2016, 177.) Varhaisessa vaiheessa perheelle annettu tuki on tehokasta ja eettistä (Holmila ym. 2016, 174). Vanhempien tuen tarve vaihtelee perheen voimavarojen, huolta herättäneen syyn ja sosiaalisen tukiverkoston olemassaolon mukaan. Vanhemmat kokevat saavansa hyvin apua varsinkin lapsen kasvuun sekä kehitykseen, mutta perheen tilanteeseen sekä vanhemmuuteen apua on saatavilla selkeästi harvemmin. (Halme & Perälä 2014, 225.)

Vanhempien ja nuoren välistä avointa keskustelua päihteiden käytön riskeistä ilman tiukkojen sääntöjen ja rajojen asettamista koettiin alentavan nuorten päihteiden käytön riskiä (Chaplin ym. 2014). Nuoren käyttäessä päihteitä keskinäinen vuorovaikutus perheessä muuttuu (Rodgers & Goldstein 2012, 93-94). Vanhempia kohtaan voi ilmetä katkeruutta perheen muilta lapsilta, päihteitä käyttävän nuoren viedessä paljon aikaa ja huomiota (Rodgers & Goldstein 2012, 93-94). Hyvän vanhemmuuden tukeminen ennaltaehkäisee nuorta päihteidenkäytöltä (Heikkilä 2019).

Opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa vanhemmille suunnattua tukea ja tuen tarvetta nuorten päihteettömyyden tukemiseksi sekä etsiä käytössä olevia toimintamalleja. Tavoitteena on lisätä vanhempien tietoutta nuorten päihteettömyyden tukemiseksi ja tätä kautta tukea myös nuorten päihteettömyyttä sekä perheen hyvinvointia. Toteuttamismenetelmänä on narratiivinen kirjallisuuskatsaus. Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii Lounais-Suomen Syöpäyhdistyksen Niko -projekti. Tässä opinnäytetyössä vanhempi on henkilö, joka on nuoren biologinen tai biologiseen vanhempaan verrattavissa oleva muu henkilö. Vanhempi on vastuussa nuoren kehityksestä, kasvusta ja hyvinvoinnista (Härkönen & Tikkanen 2011, 5).

2 PÄIHTEET PERHEESSÄ

Nuoruuteen kuuluu keskeisiä kehitystehtäviä, jotka ovat sopeutuminen fyysisiin muutoksiin, seksuaalisen identiteetin jäsentäminen, turvautuminen ikätovereihin vanhempien sijasta sekä vanhemmista irrottautuminen. Murrosiästä alkaa voimakas psyykinen ja fyysinen kasvu ja muutosten vaihe. Ainoastaan varhaislapsuuden kehitysvaihe vetää vertoja nuoruusiän kehitysvauhtiin. Nuoruusikä ajoittuu noin 12-22 ikävuosiin. (Mielenterveystalo 2019.) Kehityksellinen taantuma kuuluu nuoruuteen, tähän aikaan ajoittuvat myös psyykkisten häiriöiden juuret. Nuoren tekevät vaikeasti tavoitettavaksi nuoruuden kehitykselliset paineet. Nuoren ajatuksia sekoittaa puberteetin alku, toiveet, yllykkeet sekä hallitsemattomat ajatukset valtaavat mielen epäjärjestyksessä (Siimes & Aalberg 2019, 203-205). Nuori hakee murrosiässä vaikutteita ja hyväksyntää kavereilta. Ennen nuoren henkistä kypsymistä tapahtuu usein fyysisiä muutoksia, joka voi aiheuttaa ahdistusta ja epävarmuutta. Usein myös seksuaalisuus ja siihen liittyvät tuntemukset ovat hämmentäviä nuorelle. Nuorella on halu irtaantua vanhemmistaan, joka voi ilmetä kapiointina. Nuoren realismi ja suhteellisuudentaju lisääntyy sekä tunne-elämä kehittyy. (Storvik-Sydänmaa ym. 2019, 27.) Nuori, joka on turvallisesti kiintynyt vanhempansa lapsuudessaan, itsenäistyy mutkattomammin ja helpommin (Sinkkonen 2012, 85).

2.1 Vanhempi roolimallina ja perheen vaikutus nuoren päihteiden käyttöön

A-klinikkasäätiön vuonna 2018 teettämän kyselyn mukaan 16 – 20 -vuotiaiden nuorten päihteiden käyttöön vaikuttavat myös vanhempien suhtautuminen päihteisiin, sekä vanhempien oma päihteiden käyttö. Perheen läheiset suhteet näyttävät olevan merkittävässä roolissa nuorten päihteettömyyteen, sillä ongelmista keskusteltiin läheisen aikuisen kanssa. Päihteitä käyttävät nuoret keskustelivat ongelmistaan ystävilleen, eivätkä vanhemmilleen tai läheiselle aikuiselle. (Nuortenlinkki 2019.)

Nuorten päihteiden väärinkäyttö on kasvava globaali terveysongelma ja vanhemmilla on tärkeä tehtävä pienentää riskiä nuoren varhaiseen päihteiden käyttöön (Yap ym. 2017). Vanhemmat käyttivät lähestymistapoja, jotka heidän mielestään pyrkivät minimoimaan haittoja ja edistivät nuorten terveellisiä elämäntapoja. Näiden ohjeistusten noudattaminen oli heikompaa toisilla alueilla ja monet vanhemmat jopa tarjosivat itse nuorilleen alkoholia, sosiaalisten paineiden vuoksi. Vanhemmat tarvitsevat enemmän tukea noudattaakseen suosituksia nuoren päihteettömyyden tukemiseen. (Conor & Kypros 2012.) Päihderippuvuuksien hoitamisessa nuoren oman motivaation lisäksi toinen tärkeä asia

on hänen perhe tai lähipiiri, joiden tietoutta sekä tukea nuoren päihteettömyyteen on lisättävä. On myös vanhempia, jotka tietoisesti vaarantavat nuoren terveyden sekä rikkoivat lakia hankkimalla nuorelleen alkoholia. Päihteitä käyttävän nuoren vanhempien tietoisuutta alkoholin haitoista sekä vastuuta on siis myös korostettava. (Sinkkonen 2012, 224-226.)

Lasten- ja nuorten kasvuun sekä kehitykseen vaikuttavat hyvin paljon myös vanhempien omat päihteisiin liittyvät ongelmat (Ehkäisevä päihdetyö EHYT 2019). Riippuvuusriskiä voi lisätä myös raskaudenaikainen altistuminen päihteille (Niemelä 2016, 311). Lisäksi myös perheen sisäiset ongelmat kommunikoinnissa, perhedynamiikassa ja selviytymismalleissa voivat olla syynä päihdeongelmille (Goldstein & Rogers 2012, 97). Traumaattiset kokemukset elämässä ovat yleisempiä perheissä, joissa päihteitä käytetään. Nämä kokemukset voivat lisätä nuoren riskiä päihdeongelmille. (Niemelä 2016, 311.)

Vanhemman kyky olla sensitiivinen lapsensa tarpeille, vahvistaa lapsen kokemusta psyykkisestä turvallisuudesta. Rajojen asettamisessa on keskeistä se, että kerrotaan minkä vuoksi jotain asiaa ei saa tehdä. Vanhempien kritisointi ja heidän arvomaailmansa sekä kasvatustietojen kyseenalalaistaminen on ominaista nuorille. (Seppänen ym. 2010, 127-131.) Vanhemmilla on merkittävä vaikutusmahdollisuus siihen, minkä ikäisenä nuori alkaa käyttämään alkoholia (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos THL 2014). Keskustelun, neuvomisen sekä rajoittamisen lisäksi vanhempien itse antama malli on erityisen tärkeässä roolissa. Yleensä malliopettaminen onkin tiedostamatonta, ja se alkaakin jo varhaislapsuudessa. (THL 2014.)

2.2 Nuorten päihteiden käytön vaikutus perheeseen

Nuoren käyttäessä päihteitä keskinäinen vuorovaikutus perheessä muuttuu. Päihteiden käytön muuttuessa ongelmallisemmaksi hankaloituu perheen kehitys. Nuoren perhe saattaa eristäytyä muista ja salata ongelmaa lähipiiriltä kuten sukulaisilta. Vanhemmilla voi olla ristiriitoja keskenään siitä, miten asiaa tulisi käsitellä. Nämä ristiriidat voivat pahimmillaan johtaa jopa avioeroon. (Rodgers & Goldstein 2012, 93-94.)

Päihteitä käyttävän nuoren sisarukset reagoivat myös yksilöllisesti. Sisarukset voivat ottaa esimerkiksi päihteitä käyttävästä sisaruksesta ja kapinoida vanhempiaan vastaan. (Rodgers & Goldstein 2012, 93-94.) Perheen nuorempien lasten päihteiden käyttöön vaikuttavat lisäksi vanhempien sisarusten asenteet sekä päihteiden käyttö (Niemelä 2016, 311). Itsenäistyvällä nuorella sisarussuhteet voivat olla koetuksella, sisarus voi olla pahin haastaja, mutta myös iso tuki elämässä (Lehtikangas 2012, 22). Sisarukset saattavat

myös yrittää auttaa ja puolustaa päihteitä käyttävää sisarusta tekemällä esimerkiksi hänelle kuuluvat kotityöt. Vanhempia kohtaan voi ilmetä katkeruutta perheen muilta lapsilta, päihteitä käyttävän nuoren viedessä paljon aikaa ja huomiota. Perheen kehitykseen voivat siis vaikuttaa edellä mainitut seikat pysyvästi ja terveen kehityksen edellytys on eheytyminen ja toipuminen perheenä. (Rodgers & Goldstein 2012, 93-94.)

2.3 Yleisimmin käytetyt päihteet nuorten keskuudessa

Suomessa nuorten keskuudessa merkittävimpiä päihteitä ovat alkoholi, tupakkatuotteet sekä erilaiset huumeet. Näiden käytön on havaittu hiukan vähentyneen kuitenkin 2000-luvulla (Fröjd ym. 2009, 17-18). Riskiajankohtana päihteidenkäytön aloitukselle voidaan pitää siirtymävaihetta alakoulusta yläkouluun, sillä päihdekäyttö alkaa useimmiten tupakkakokeiluna 12-15- vuoden iässä. Valtaosa tupakoivista käyttää lisäksi alkoholia, ja humalanhakuinen juominen on tässä ryhmässä yleisempää kuin muilla. Kynnys kokeilla muita päihteitä madaltuu humalanhakuisen juomisen seurauksena. (Niemelä 2016, 310-311.)

Alkoholi on päihde, joka vaikuttaa pääasiassa keskushermostoon. Nuorilla alkoholin aiheuttaman aivovaurion riski kasvaa, sillä vahvan humalatilan aiheuttama liiallinen verensokerin lasku johtaa aivojen energiansaannin loppumiseen. (Päihdelinkki 2019.) Suomessa humalahakuinen juominen nuorten keskuudessa on huomattava kansanterveydellinen ongelma. Myös Skandinavian muissa maissa sekä Saksassa ja Britanniassa nuoret juovat runsaasti alkoholia. (Sinkkonen 2012, 218.) Ulkomailta sekä Suomessa tehdyistä pitkittäistutkimuksista tulee ilmi, että alkoholinkäytön varhainen aloittaminen altistaa päihdehäiriöille myöhemmin. Nuoruudessa alkoholi-altistus vaikuttaa rakenteelliseen kehitykseen aivoissa niin, että nuori on alttiimpi alkoholiriippuvuudelle sekä alkoholin väärinkäytölle. (Fröjd ym. 2009, 19.) Alkoholi heikentää muistia, tarkkaavaisuutta, reaktionopeutta ja keskittymiskykyä. Pitkään käytettynä alkoholi heikentää älyllisyyttä ja aivosoluja alkaa kuolla. Runsas käyttö voi johtaa riippuvuuteen. Alkoholikäyttö altistaa psyykkisille oireille kuten mielialahäiriöille ja psykoottiselle oireilulle sekä pahentaa jo olemassa olevia masennus ja ahdistusoireita. (THL 2019.)

Tupakka sisältää noin 4000 erilaista kemikaalia ja tupakan sisältämiä useita ainesosia pidetään syöpää aiheuttavina (Sinkkonen 2012, 227). Nuorten tupakoimisen aloittamiseen vaikuttavat merkittävästi perintö- sekä ympäristötekijät (Ollila & Korhonen 2017, 60). Nuorten tupakoinnissa on havaittu merkittävää vähenemistä, kuten myös nuorten altistumisesta tupakansavulle (Rimpelä & Kannas 2017, 57). Nikotiini aiheuttaa

voimakasta riippuvuutta, sillä se on piristävä ja stimuloiva päihde. Sen vaikutus perustuu mielihyvän tuottamiseen, vähentämällä mm. stressin tunnetta ja tuskaisuutta ja samalla kuitenkin piristää ja kiihottaa. (Kiianmaa 2017, 65.) Tupakkatuotteiden käytöstä seuraavien haittojen merkittävin taustatekijä on nikotiiniriippuvuus ja se voi olla sekä fyysistä että psyykkistä (Kiianmaa 2017, 67). Tupakoinnin tilalle on tullut muita nikotiinituotteita, merkittävin näistä on nuuska. (Rimpelä & Kannas 2017, 57).

Nuuska on suussa ikenen ja huulen välissä pidettävä nikotiinivalmiste. Nuuska aiheuttaa voimakkaan riippuvuuden sisältämäänsä nikotiiniin. Nuuska aiheuttaa suuremman riippuvuuden, kuin tupakkatuotteet. Nuuskankäytöllä on lukuisia erilaisia terveyshaittoja, esimerkiksi riski kakkostyypin diabetekseen kasvaa, nikotiinin vähentäessä insuliiniherkkyyttä. Valtimoverisuonille ja sydämelle nuuskan käyttö on haitallista, sen sykettä ja verenpainetta nostavan vaikutuksen vuoksi. Syöpään sairastumisen riski on suurempi nuuskaa käyttävillä. Nuuskaleesio on tavallisin nuuskan aiheuttama haitta, joka on paikallinen suunlimakalvovaurio. (THL 2019.) Ammattiin opiskelevista pojista 20% nuuskaa. Tyttöjen nuuskaaminen on myös yleistynyt viimevuosina (THL 2019).

Huumeiden käyttö ja niistä aiheutuvat ongelmat lisääntyivät 1990 - luvun aikana suomalaisväestössä. Huumeiden käytön kasvu kuitenkin tasaantui 2000 - luvulla, erityisesti nuorten keskuudessa. Ongelmakäyttäjistä nuoria on reilu neljännes. (Fröjd ym. 2009.) Huumeiden kuten ekstaasin, amfetamiinin, lääkkeiden sekä kannabiksen käyttö on uhka nuoren kehitykselle sekä psyykkiselle ja fyysiselle hyvinvoinnille. Päihteiden käyttö näkyy usein poissaoloina koulusta, väsymyksenä, mielialan muutoksina ja lisääntyneenä rahan tarpeena. Mikäli on aihetta epäillä nuoren käyttävän päihteitä, on asiaan aina puuttettava. (Mielenterveystalo 2019.) Syyllistämistä, asenteellisuutta ja moralisointia on syytä välttää päihdenuoren kohtaamisessa. Muutostoiveikkuuden lisääminen on avainasemassa päihteitä käyttävän nuoren tukemisessa. (Suomen Mielenterveys ry. 2019.)

Yleisin käytetty laitoin päihde Suomessa on kannabis, jonka hallussapito, käyttö sekä myyminen ovat kiellettyjä. Sen käyttäminen on alle 20-vuotiailla yleisin päihde, joka johtaa hoitoon hakeutumiseen. (Nuortenlinkki 2019.) Pitkäaikaiseen käyttöön liittyy riippuvuuden riski sekä seurauksena erilaiset haitat psyykkiseen, sosiaaliseen hyvinvointiin. Se voi aiheuttaa myös syöpää pitkän käytön seurauksena. Vieroitusoireet voivat kestää jopa viikkoja. (Sinkkonen. 2012, 230-232.) Tutkimuksen mukaan amfetamiini on kannabiksen jälkeen toiseksi yleisin käytetty huumausaine maailmanlaajuisesti. Amfetamiini on vaarallinen sydämelle, sillä se aiheuttaa korkeaa verenpainetta, sydänlihaksen iskemioita, infarkteja sekä rytmihäiriöitä. (Becker ym. 2019.)

Päihdekäytössä olevia lääkkeitä ovat esimerkiksi vahvat kipulääkkeet, unilääkkeet, ADHD-lääkkeet ja rauhoittavat lääkkeet. Päihdekäyttöön hankitut lääkkeet ovat usein alun perin toiselle henkilölle määrättyjä ja päihdekäyttäjä voi käyttää niitä isompia annoksia, kuin olisi sallittua. Lääkkeitä nuoret ostavat esimerkiksi katukaupasta sekä internetin välityksellä tilaamalla. Lääkkeiden käyttö on usein osa sekakäyttöä. Syitä nuoren sekakäytölle voi olla sosiaalinen paine, psyykinen huono olo ja ihmissuhdeongelmat. Useampaa päihdettä samanaikaisesti käytettäessä seuraukset ovat arvaamattomia. Riski saada myrkytys tai jopa kuolla ovat todellisia. Osa lääkkeistä aiheuttaa nopeasti riippuvuuden ja voi johtaa pysyvään lääkkeiden väärinkäyttöön. (Nuortenlinkki 2019.) Nuorten keskuudessa ilmenevää päihteiden sekakäytön yleisyyttä on haasteellista arvioida. Koska eri lääkeaineiden ja alkoholin yhteisvaikutukset voivat olla arvaamattomia, tekee se siitä hyvin ongelmallista. (Fröjd ym. 2009, 18.)

2.4 Nuorten päihteiden käytöltä suojaavia tekijöitä sekä riskitekijöitä

Suojaavat tekijät jaetaan usein ulkoisiin ja sisäisiin tekijöihin. Ulkoisiin tekijöihin kuuluvat koulunkäynti, opiskelu, läheiset ihmiset ja ystävät sekä perhe ja turvallinen kasvuympäristö. Sisäisiin tekijöihin kuuluvat ongelmienratkaisukyky, itsensä hyväksyminen ja arvostaminen, tunteiden ilmaisukyky sekä fyysisestä terveydestä huolehtiminen. (A-klinikkasäätiö 2019.) Nuoren hyvä itsetunto, myönteinen elämän asenne, kyky ratkaista konflikteja sekä myönteinen kuva itsestä ovat suojaavia tekijöitä yksilötasolla (Espoon kaupunki, sivistystoimi 2011, 4). Vanhempien kyky toimia nuorensa parhaaksi, tiedon ja avun hankinta, jos tilanne niin vaatii sekä kodin ja koulun yhteistyö suojaavat nuorta päihdekäytöltä (Korhonen 2013, 274). Nuoren jo lapsena saatu hyväksyntä ja perusturva, arvostus, turvallinen ja luotettava kasvuympäristö ovat hyvin tärkeitä. Kodin ollessa tärkein suojaava tekijä, myös koulut, nuoriso- ja vapaa-ajanpalvelut ohjaavat nuorta mielekkääseen harrastustoimintaan ja vapaa-ajan viettoon. (Espoon kaupunki, sivistystoimi, 2011, 4-5).

Hyvän vanhemmuuden tukeminen ennaltaehkäisee nuorta päihteidenkäytöltä. Vanheman kiinnostus nuoren harrastuksista, ystävyys-suhteista ja koulunkäynnistä ovat tärkeässä merkityksessä nuoren hyvinvointiin. Kannustava, selkeät rajat laittava sekä nuorta kuunteleva vanhempi edesauttaa nuorensa normaalia kehitystä, johon ei päihteet kuulu. YK:n suosittelema ehkäisevän päihdetyön muoto on oppilaan aktiivista osallistumista tukeva koulukulttuuri. Laaja-alainen nuoren kasvun tukeminen on suojaava tekijä sekä myös ennaltaehkäisee päihdeongelmien syntyä. (Heikkilä 2019.) Meksikossa tehdyn tutkimuksen tulokset antavat todisteita siitä, että vanhempien tuki sekä tietoisuus nuoren

tekemisistä ja ystäväpiiristä voi toimia suojaavana tekijänä vähentämällä nuorten tupakointia, alkoholin ja marihuanan käyttöä murrosikäisten keskuudessa (Becerra & Castillo 2011). Nuoren alkoholin väärinkäytön riski pienenee vanhempien tuella ja osallistumisella nuoren elämään (Yap ym. 2017).

Nuorelle on riskitekijöinä päihteidenkäytölle kontrollin vähäisyys, päihteiden helppo saatavuus, sosiaalisen ympäristön päihdemyönteinen paine sekä hallitsemattomat muutokset elämäntilanteissa. Heikko itsetunto, syrjäytyminen ja yksinäisyys lisäävät riskiä. (Pylkkänen (toim.) ym. 2009.) Nuoret, jotka saavat vähäisempää tukea vanhemmiltaan ovat suuremmassa vaarassa riskikäytökselle, kuten päihteiden käytölle (Wolff & Crockett 2011). Useimmiten lapsena koetut heikot olosuhteet tai nuoruudessa koetut erilaiset ongelmat johtavat päihteiden käyttöön. Myös sosiaaliset tilanteet ajavat päihteiden käyttöön nuoruudessa, sillä niistä kieltäytyminen on vaikeaa. (Fröjd ym. 2009, 21.)

Vanhemman ja nuoren välisen suhteen laatu vaikuttaa päihteiden väärinkäytön riskeihin (Yap ym. 2017). Heikot taidot vanhemmuudessa, esimerkiksi nuorella ei ole sääntöjä tai valvontaa johtaa helpommin päihdekokeiluihin. Riskejä ovat vanhempien oma alkoholin liikkakäyttö, vuorovaikutusongelmat ja riidat perheessä. Kasvu ympäristössä olevia riskitekijöitä ovat nuoren kaltoinkohtelu ja muu väkivalta, joka on yleisintä perheissä, joissa vanhemmilla on päihdeongelma. (Aalto ym. 2009, 50-51; Niemelä 2017, 311) Talousvaikeudet, vanhemman menetys, vanhempien ero, psyykkiset häiriöt perheenjäsenillä ovat mahdollisia ulkoisia riskitekijöitä nuoren päihteiden käytölle (A-klinikkasäätiö 2019). Nuoren psyykkiset ongelmat, kaveripiiri, jossa käytetään päihteitä sekä asuinalue, missä päihteidenkäyttö on yleistä lisää nuoren riskiä päihteidenkäyttöön (Goldstein & Rogers 2012, 114).

2.5 Nuoren päihteiden käytön ilmeneminen ja lastensuojelun rooli nuoren käyttäessä päihteitä

Tyypilliset päihteistä aiheutuvat haitat nuorilla liittyvät koulunkäyntiin sekä sosiaalisiin suhteisiin (Niemelä 2016, 312-313). Huumeiden käyttö voi näkyä monin erin tavoin, mutta havaintojen tekeminen vaatii nuoren näkemistä tarpeeksi usein. Yleensä koulu-suoriutumisen taso laskee ja kaverit vaihtuvat. Sääntöjen rikkomista, rahan ja tavaroiden katoamista voi ilmetä. Lisäksi voi esiintyä mielialan sekä toimintatason nopeita vaihteluita, heikompaan hygieniasta huolehtimista ja vuorokausirytmien kääntymistä täysin erilaiseksi. Opinnot ja tulevaisuuden suunnittelu eivät enää kiinnosta ja aiemmin tärkeät

kaverit sekä harrastukset kiinnostavat myös entistä vähemmän. Nuoren kielenkäytössä voi esiintyä myös sanoja, jotka liittyvät huumeiden käyttöön. (Sinkkonen 2012, 217-218.)

Päihdeongelma olisi hyvä havaita jo silloin, kun se ei ole aiheuttanut riippuvuutta tai psykososiaalisia ongelmia, mutta käyttö on runsasta. Päihteiden satunnaista käyttöä on yleensä vaikeampi huomata. Nuoret näkevät harvoin päihdeongelmaansa tai sitä, että tarvitsevat apua siihen. (von der Pahlen ym. 2013, 116.) Mahdollisimman aikainen päihdeongelmien tunnistaminen on tärkeää, näin voidaan vaikuttaa helpommin ongelmiin (THL 2019). Puheeksi ottamisen tueksi on päihdekäyttöä kartoittavia kyselyitä (Niemelä 2016, 313). Suomalaisen kouluterveydenhuollon tarpeisiin on suunniteltu nuorille suunnattu päihdemittari (ADSUME - Adolescents' Substance Use Measurement) (Pirskanen 2010; Niemelä 2016, 313). CRAFFT- kysely sisältää kuusi suullista kysymystä, joiden avulla kartoitetaan kaikkien päihteiden käyttöä. Alcohol use disorders identification test eli AUDIT- kysely on kehitetty aikuisväestölle alkoholin suurkulutuksen seulontaan, nuorten seulonnassa matalan pisterajan käyttäminen on suositeltavaa. Myöhäisnuoruudessa voidaan käyttää AUDIT-kyselyssä vastaavia pisterajoja kuin aikuisilla. (Niemelä 2016, 313.)

Nuorille ensisijainen hoito on psykososiaalinen hoito, joka voidaan jaotella vaikutuskohteen mukaan ja vain tietyissä erityistapauksissa voidaan tarvita lääkehoitoa (von der Pahlen ym. 2013, 122). Nuoria joiden päihteiden käyttö luokitellaan lievästä kohtuulliseen, voidaan hoitaa tehokkaasti sekä kustannustehokkaasti käyttämällä lyhytinterventioita, jotka pohjautuvat motivoivaan haastatteluun sekä kognitiiviseen käyttäytymisterapiaan. Valmentamalla myös vanhempia näiden hoitomuotojen periaatteiden soveltamiseen, voidaan interventioiden toteutettavuutta sekä saatavuutta parantaa. (Botzet ym. 2019.)

Viranomainen on velvollinen tekemään lastensuojeluilmoituksen viipymättä, jos päihteiden käyttö on kasvua tai kehitystä uhkaavaa. Nuoren suostumusta ei tarvita ilmoituksen tekemiseen. Alle 15-vuotiasta lastensuojeluviranomaisten lisäksi ilmoitetaan aina myös nuoren vanhemmille, mutta 15 vuotta täyttänyt voi kieltää vanhemmille ilmoittamisen ja pääsääntöisesti tätä tulee noudattaa. Lastensuojelulle ilmoitetaan lastensuojelulain 25§ mukaan joka tapauksessa ilman nuoren suostumusta päihtyneestä nuoresta myös yli 15 vuotiaasta. (Niemelä 2016, 317.)

Kotitilanteesta on hyvä keskustella nuoren kanssa sekä arvioida, aiheuttaako vanhemmille ilmoittaminen kaltoinkohtelun riskiä. (Niemelä 2016, 317.) Tietyissä tilanteissa on

lastensuojelulla oikeus ja velvollisuus puuttua perheen yksityisyyteen. Lastensuojelun asiakkaissa sekä kiireellisiä toimia vaativissa tapauksissa nuoruusikäisten osuus kasvaa ja se on ollut kasvussa useiden vuosien ajan. (Heino 2014, 286-295.) Lastensuojelu jaetaan lapsi- ja perhekohtaiseen lastensuojeluun (lastensuojelulaki 3§) sekä ehkäisevään lastensuojeluun (lastensuojelulaki 3a§) (THL 2019).

2.6 Päihteiden käytön yhteys mielenterveyteen

Nuoruusiässä ihminen on haavoittuvainen ja herkempi erilaisille mielenterveys- ja päihdeongelmille, jolloin riski kyseisiin ongelmiin kasvaa (Baker & Velleman 2007, 132). Päihteiden käytöllä ja erilaisilla mielenterveyshäiriöillä on selvä yhteys (Sinkkonen 2012, 223; von der Pahlen ym. 2013, 111), joka taas lisää perheen kuormittuneisuutta sekä voi aiheuttaa nuorten syrjäytymistä (Sosiaali- ja terveysministeriö (STM) 2016). Nämä ongelmat muodostavat myös merkittävää inhimillistä kärsimystä sekä mittavat kustannukset yhteiskunnalle (Rikoksantorjuntaneuvosto 2019). Päihdehäiriöinen nuori kärsii miltei aina myös jostain mielenterveyshäiriöstä kuten depressiosta tai käytöshäiriöstä. Vaikutukset varhain aloitetulla päihteiden käytöllä näkyvät usein ongelmina toimintakyvyssä ja mielenterveydessä aikuisuuteen asti. (Marttunen 2009.)

Sosiaalisia pelkoja, ahdistuneisuutta sekä aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriöitä ilmenee runsaasti alkoholia käyttävillä nuorilla useasti (Sinkkonen 2012, 223). Kannabiksen käytön vaikutuksia mielenterveyteen nuorille miehille on tutkittu ja havaittu, että varhainen kannabiksen käyttö liittyy myöhempään masennukseen ja mielenterveysongelmiin. Kannabiksen käytön välttämiseen tarvitaan ehkäiseviä sekä tehokkaita toimenpiteitä jotta kannabiksen käyttö ei johtaisi myös muiden huumeiden käyttöön. (Henchoz ym. 2016.) Psykologiset ongelmat ja päihteidenkäyttö nuorilla on useasti vaikeaa erottaa toisistaan. Usein herää kysymys kumpi nuorella on ilmennyt ensin, päihteiden käyttö vai masennus. Seurasiko siis nuoren huumeiden käytöstä masennus vai oliko nuori turvautunut masentuneena huumeisiin. Nuori saattaa yrittää helpottaa oloaan ja paeta ongelmia alkoholin tai huumeiden avulla. Usein päihteiden käyttöä on edeltänyt jokin psyykinen häiriö. Mielenterveysongelmiin voi toisaalta johtaa myös alkoholin ja huumeiden käyttö. (Rodgers & Goldstein 2012, 90-91.)

Usein sekä mielenterveys- ja päihdeongelmaa hoidetaan molempia riippumatta siitä, kumpi ilmaantui ensin. On mahdollista sekä useasti välttämätöntä hoitaa masennusta terapialla ja lääkityksellä. Terapia ei ole toimivaa, jos nuori ei ole päässyt irti päihteistä eikä masennuslääkkeiden käyttö ole tehokasta, jos lääkityksen aikana nuori jatkaa

päihteiden käyttämisestä. Nuoren vanhemman on otettava huomioon huumeongelman mielenterveydellisiä sekä sosiaalisia puolia. (Rodgers & Goldstein 2012, 91.) Sairaana nuoren hoitovastuun siirtyminen vanhemmilta hänelle itselleen, hänen itsenäistymisensä johdosta, ovat ongelmallisia vaiheita sairastumisessa (Larivaara ym. 2019, 281). Potilas sekä hänen perheensä on autettavissa, vaikka psyykinen kipu ja ahdistus eivät aina ole ratkaistavissa tai poistettavissa. Potilas nähdään myös perheensä jäsenenä sen lisäksi, että hän on lääkärin yhteistyökumppani ja omanelämänsä asiantuntija. (Larivaara ym. 2019, 281.)

3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE, TUTKIMUSKYSYMYKSET JA TOTEUTTAMISMENETELMÄ

Opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa vanhemmille suunnattua tukea sekä tuen tarvetta nuorten päihteettömyyden tukemiseksi. Tavoitteena on lisätä vanhempien tietoutta nuorten päihteettömyyden tukemiseksi ja lisätä tätä kautta koko perheen hyvinvointia.

Tässä opinnäytetyössä haetaan vastauksia seuraaviin kysymyksiin:

1. Mikä on vanhempien tuen tarve nuorten päihteettömyyden tukemiseen?
2. Millaista tukea vanhemmille on tarjolla päihteettömyyden tukemiseen?
3. Millaisia toimintamalleja nuoren päihteettömyyden tukemiseen vanhemmille on tarjolla?

Toteuttamismenetelmänä on narratiivinen kirjallisuuskatsaus, joka on helppolukuinen ilman tarkkoja ja tiukkoja rajoja laadittu yksi yleisimmin käytetyistä kirjallisuuskatsausmuodoista (Salminen 2011, 6). Yleensä kirjallisuuskatsauksen avulla etsitään vastausta johonkin tiettyyn tutkimusongelmaan (Leino-Kilpi 2007, 2). Laadittaessa kirjallisuuskatsausta olemassa olevaa kirjallisuutta kohtaan on hyvä olla kriittinen. Tavanmukainen narratiivinen kirjallisuuskatsaus kokoaa yhteen ja syntetisoi sanallisesti tutkimustietoa. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2015, 92-94.) Kirjallisuuskatsauksen keskeisin tehtävä on vastata tutkimuksen tarkoitukseen ja tutkimuskysymyksiin. (Kangasniemi & Pölkki 2016, 81) Narratiivinen kirjallisuuskatsaus on tietyltä aihealueelta tehty koonta olemassa olevasta tutkimustiedosta asiantuntijan tai asiantutijoiden toimesta. On huomioitava, että koonta on näiden asiantuntijoiden tai asiantuntijan näkökulmasta tehty joka antaa kokonaiskuvan aiheesta. (Johansson 2007, 4.)

Käytettävä materiaali koostuu kirjallisuudesta sekä eri tietokannoista haetuista artikkeleista. Aineiston valintaa ohjasivat tutkimuskysymykset joiden avulla lähteet valittiin. Kansainvälisiä lähteitä haetaan Turun ammattikorkeakoulun tarjoamista eri tietokannoista, joita ovat PubMed, Cinahl Complete, Medline, Google ja Google Scholar. Haut toteutettiin kahdella kielellä, suomeksi sekä englanniksi. Hakusanoina käytettiin young (nuori), adolescent (nuori), alcohol (alkoholi), parents support (vanhempien tuki), parents (vanhemmat), vanhemmuus (parenting), drugs (huumeet), substance use (päihteiden käyttö), sekä muita alla olevista taulukoista ilmeneviä. Haku rajattiin ajallisesti julkaisuvuosiin 2007-2019. Tuloksista valittiin sisällöltään osuvimmat valitut julkaisut. Osa

hauista tuotti tuloksia jopa tuhansia, näitä ei kaikki käyty läpi vaan ensimmäiset 20 osu-
maa.

Raja yleisen tuen ja toimintamallien nuorten päihteettömyyden tukemisen välillä on häi-
lyvä ja voi olla tulkinnanvarainen, sillä toimintamallit voidaan nähdä yhtenä osana yleistä
tukea. Tämän opinnäytetyön tulosten tarkastelussa toimintamalleiksi katsottiin kuuluvan
esimerkiksi varhainen puuttuminen, ehkäisevä päihdetyö ja nuorten päihteettömyyden
tukemiseen kehitetyt toimintamallit. Vanhempien tuen ja toimintamallien määrittelyyn ei
käytetty tiukkoja kriteereitä tai vaatimuksia. Haun tuloksiksi hyväksyttiin luotettavista läh-
teistä, vanhempien tukemisesta sekä toimintamalleista löytyvää tietoa.

Taulukko 1. Tiedonhaku tietokannoista.

Tietokanta	Hakusanat	Rajaukset	Tulokset	Valitut
Cinahl Complete	Parenting AND support AND adolescent AND substance	Full text. 2007-2019.	6	0
Cinahl Complete	Parents support AND teenagers OR adolescents OR young adults AND substance abuse	2007-2019	29	2 -Irwin ym. 2018 -Pirska- nen ym. 2013
Cinahl Complete	support for parents AND teenagers OR adolescents OR young adults AND alcohol	2007-2019	62	0
Cinahl Complete	Parenting factors AND teenagers OR Adolescents OR young adults AND alcohol	2007-2019	14	1 -Yap ym. 2017
Google Scholar	Nuoret JA päihteet JA van- hempien tuki		13900	1 -Sle- mon ym. 2019

(Taulukko jatkuu)

PubMed	Adolescent AND substance use AND parenting	2007- 2019	435	0
Cinahl Complete	Parenting AND teenagers OR adolescents OR young Adults AND alcohol	2007-2019	393	1 - Ryan ym. 2011
Medline, Ovid	adolescents AND alcohol AND parents	englanninkieli, 2007-2019, full text	191	0
Google Scholar	Nuoret JA päihteet JA vanhempien tukeminen	2007-2019	13 800	2 -Marttunen ym. (toim) 2013. - Marttunen, M. & Hara-vuori, H. 2015.
Google Scholar	Ehkäisevä päihdetyö JA nuoret	2007-2019	7 840	1 - Nor-mann ym. 2018.

(Taulukko jatkuu)

Google scholar	Lapsiperheet JA vanhempien tuki	2007-2019	14 700	1 - Halme ym. 2013.
Google	Päihdehäiriöt JA ehkäiseminen	-	17 300	1 Marttunen & von der Pahlen 2013.

Tietoa haettiin lisäksi ajankohtaisista luotettavista verkkosivustoista, joista löydettiin tietoa muun muassa kolmannen sektorin toimijoista ja toimintamalleista.

Taulukko 2. Tiedonhaku verkkosivustoista.

Toimija/ taho	Suora linkki sivustolle
Ehkäisevä päihdetyö EHYT Ry 2019	http://www.ehyt.fi/fi/kampanja-kannustaa-ottamaan-kannabiksen-puheeksi-nuorenkanssa
Heimo ym. 2012 Päihdetietoa- ja taitoa toimintamalli päihdekasvatukseen. Turun kaupunki, sosiaali- ja terveystoimenjulkaisuja. Preventiimi – nuorisolan ehkäisevän päihdetyön verkkosivusto, päättynyt v. 2018. 2019.	http://www.preventiimi.fi/wp-content/uploads/sites/28/2016/02/Huomak_paihdetietoa_web.pdf

(Taulukko jatkuu)

Irti huumeista 2019	https://irtihuumeista.fi/
Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL) 2019	https://www.mll.fi/vanhemmille/toiminta-lapsiperheille/vanhempainpuhe-lin/?gclid=CjwKCAiAwZTuBRAYEi-wAcr67OTNpzAsUh-LiHcqUChpeh05sUcrh8MSiuDrSgx0JbDrUfx9JewX4ZmhoC5kUQAvD_BwE
Mielenterveystalo 2019	https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/vanhemmille_ammattilaisille/tietoa_vanhemmille/Pages/perhetyo.aspx
Päihdelinkki 2019	https://paihdelinkki.fi/fi/oma-apu/laheiset/kun-lapsi-kayttaa-huumeita-opas-vanhemmille-ja-laheisille/alaikaisen-hoitoonohjaus https://paihdelinkki.fi/fi/oma-apu/laheiset/kun-lapsi-kayttaa-huumeita-opas-vanhemmille-ja-laheisille/teemaan-liittyvia-erityiskysymyksiä
Selvinpään kesään median kampanjatie-dote 2019	http://selvinpainsaan.fi/suomi/mediatiedote/
Sosiaali- ja terveysministeriö (STM) 2019	https://stm.fi/lape/perhekeskukset https://stm.fi/paihdepalvelut
Turku Sosiaali- ja terveystalot 2019	https://www.turku.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/terveyspalvelut/laakarien-ja-hoitajien-vastaanotot/lasten-ja-nuorten-5

Lisäksi tietoa opinnäytetyöhön haettiin manuaalisesti. Alla Taulukko valituista teoksista. Haku rajattiin kirjallisuudessaakin vuosiin 2007 -2019.

Taulukko 3. Manuaalinen haku.

Teos	Julkaisuvuosi
Aalto, M.; Koski-Jännes (toim.). & Tammi, T. Irti päihdeongelmista – Tutkimuksia hoidon ja ehkäisyntämenetelmistä. Helsinki: Edita.	2009
Halme, N. & Perälä M-L., Teoksessa: Lammi – Taskula, J. & Karvonen, S. (toim.). Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy	2014
Halme, N.; Kekkonen, M. & Perälä M-L. 2012. Perhekeskukset Suomessa. Palvelut, yhteistyö ja johtaminen. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Raportti 62/2012. Helsinki.	2012
Heino, T. & Sinkkonen, J. Lasten ja nuorten mielenterveyspalvelujen yhteistyötahot. Teoksessa: Aronen, E.; Ebeling, H.; Kumpulainen, K.; Laukkanen, E.; Marttunen, M.; Puura, K. & Sourander, A. (toim.) Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria. 1.painos. Kustannus Oy Duodecim. Tallinna: Printon.	2016
Niemelä, S. Päihteet ja päihdehäiriöt sekä päihderiippuvuudet. Teoksessa: Aronen, E.; Ebeling, H.; Kumpulainen, K.; Laukkanen, E.; Marttunen, M.; Puura, K. & Sourander, A. (toim.) Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria. 1.painos. Kustannus Oy Duodecim. Tallinna: Printon	2016
Pirkanen, M. Varhaisen puuttumisen malli nuorten päihteettömyyden edistämiseksi - toimintaohjeita	2010

(Taulukko jatkuu)

<p>Pyhäjoki, J. & Koskimies, M. Varhainen puuttuminen ja dialogisuuden edistäminen huolten vyöhykkeillä.</p> <p>Teoksessa: Lammi-Taskula, J.; Karvonen, S. & Ahlström, S. (toim.). THL. Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Helsinki: Yliopiston kirjapaino.</p>	2009
<p>Raitasalo & Holmila Raitasalo, K. & Holmila, M. Teoksessa: Lammi – Taskula, J. & Karvonen, S. (toim.). Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.</p>	2014
<p>Simojoki, K. Päihteitä käyttävät nuoret. Teoksessa: Pesonen, T.; Aalberg, V.; Leppävuori, A.; Räsänen, S. & Viheriälä, L. (toim.) Yleissairaalsykiatria. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.</p>	2019

4 TULOKSET

4.1 Vanhempien tuen tarve nuorten päihteettömyyden tukemiseen

Vanhempien tuen tarve vaihtelee perheen voimavarojen, huolta herättäneen syyn ja sosiaalisen tukiverkoston olemassaolon mukaan. Vanhemmat kokevat saavansa hyvin apua varsinkin lapsen kasvuun sekä kehitykseen, mutta perheen tilanteeseen sekä vanhemmuuteen apua on saatavilla selkeästi harvemmin. (Halme & Perälä 2014, 225.) Vanhemmuuden vahvistamiseen tulee kiinnittää erityistä huomiota, koska vanhemmuuteen liittyvien haasteiden on todettu olevan merkittäviä riskitekijöitä käyttäytymiselle, yleiseen pahoinvointiin, mielenterveysongelmiin, syrjäytymiselle ja kehityksellisiin ongelmiin. Vanhemmuuden vahvistamiseen ja ongelmien varhaiseen tunnistamiseen tulisi olla näyttöön perustuvia työmenetelmiä. (Halme ym. 2013.)

Nuorten päihteiden käytön vähentäminen on maailmanlaajuinen tavoite ja vanhemmat nähdään avainasemassa näiden haittojen vähentämisessä (Yap ym. 2017; Slemon ym. 2019). Vanhempi kokee lapsen huumeidenkäytöstä usein syyllisyyttä, keinottomuutta, pelkoja tulevaisuudesta ja epäonnistumista vanhemmuudessa sekä itsesyytöksiä siitä onko tehnyt kaikkensa nuoren tilanteessa (Päihdelinkki 2019). Vanhemmat voivat kokea epävarmuutta siitä, kuinka lastensa päihteiden käyttöön tulisi puuttua. Tarvitaan näyttöön perustuvaa ohjausta joka tukee vanhempia sekä nuoria omaksumaan herkemmin asiayhteyteen liittyviä lähestymistapoja. (Slemon ym. 2019.) Vanhemmat tarvitsevatkin erityistä tukea rajojen asettamiseen nuorelle (Simojoki 2019, 274). Sairaanhoidajan tulisi rohkaista sekä vanhempia että murrosikäisiä keskustelemaan yhdessä alkoholin käytöstä. Vanhempien vaikutusvaltaa ei tulisi aliarvioida, vaikka heillä voi olla vaikeuksia puhua arkaluontoisista asioista kuten juhlimisesta turvallisesti. Sairaanhoidajan tuki voi olla suureksi avuksi perheelle näiden aiheiden käsittelemisessä. (Irwin ym. 2018.)

4.2 Vanhemmille tarjolla olevaa tukea nuorten päihteettömyyden tukemiseen

Terveystieteiden tutkimuskeskuksen 50§ ja 53 § mukaan päihteiden ongelmakäyttäjälle sekä hänen perheelleen ja läheisille tulee antaa palveluja kaikkina vuorokauden aikoina, myös päivystysluonteisesti (Simojoki 2019, 280). Päihdepalveluiden järjestämisvastuu on kunnilla. Sosiaalipalveluita on saatavana päihteettömyyttä tukevana tai ongelmakäytön vähentämisenä. Kuntoutus, tutkimus ja hoitopalveluita on olemassa päihteiden aiheuttamiin sairauksiin. Myös neuvontaa ja ohjausta on olemassa. (STM 2019.) Ehkäisevä

lastensuojelu tukee vanhempia lasten ja nuorten kasvatuksessa ja vaikuttaa arjen yhteisiin sekä lasten kasvuoloihin. Ehkäisevää lastensuojelutyötä tekee osaltaan myös lasten- ja nuorisopsykiatria, konsultoimalla peruspalveluista sekä järjestämällä tukea perheelle. (Heino & Sinkkonen 2016, 460.) Interventiot jotka tukevat vanhemmuutta vähentävät todetusti päihteiden käytön aloittamista ja niiden myöhempää käyttöä (Marttunen & Haravuori 2015, 93).

Perhetyöllä pyritään selvittämään kuinka eri tahot ja lähipiiri voivat tukea nuoren hyvinvointia. Perhetyö tarkoittaa yhteistyötä, jossa on mukana nuoren vanhemmat, nuori ja tämän sisarukset, mahdollisia muita lähipiiriin kuuluvia sekä ammattihenkilöitä. Perhetyöllä tuetaan vanhemmuutta, selvitetään nuoren tilannetta sekä vointia, tuetaan nuoren ja hänen vanhempiensa välistä vuorovaikutusta sekä mahdollistetaan nuoren tulemistä kuulluksi. Perhetyötä voidaan toteuttaa vastaanotolla nuoren kotona ja puhelimitse. (Mielenterveystalo 2019.) Vanhempien kanssa työskenneltäessä, tuetaan tarpeellisten kasvukäytäntöjen omaksumista ja parannetaan vanhempien yhteistoimintaa. Vanhemmat otetaan huomioon yksilöinä ja selvitetään vanhemman tuen tarve itselleen, ajoittain tapaamiset toteutetaan koko perheen kesken. Työskenneltäessä perheen kanssa, pyritään syventämään lasten ja vanhempien välistä suhdetta, vähentämään ristiriitoja ja parantamaan vuorovaikutustaitoja sekä ongelmienratkaisutapoja. Mukana tapaamisissa voi olla esimerkiksi nuorisopsykiatrian tai lastensuojelun työntekijä. (von der Pahlen ym. 2013, 123.) Multidimensional Family Therapy (MDFT) on monimuotoinen perheterapia, jossa työskennellään ajoittain yksilöllisesti nuoren kanssa niin, ettei tapaamiseen oteta vanhempia mukaan ja toisinaan tavataan vain vanhempia niin, ettei nuori ole mukana tapaamisessa (von der Pahlen ym. 2013, 122).

Monet perheisiin kohdistetut sekä kouluissa toteutetut yleiset ehkäisyohjelmat ovat tehokkaita. Tavoitteina on päihteiden käytön ehkäiseminen tai myöhentäminen. Ohjelmien tavanomaisia sisältöjä ovat sosiaalisten taitojen kehittäminen sekä koulussa tapahtuva valistus. Lisäksi sisällössä tavanomaista on vanhempien tukeminen sekä opettaminen seuraamaan ja tunnistamaan lastensa päihteiden käyttämistä, keskustelemaan käyttämisestä sekä vahvistamaan perheen päihteiden käyttöön liittyviä sääntöjä. (Marttunen & von der Pahlen, 2013.)

Vertaistuen antajana sekä matalan kynnyksen palveluna toimii perhekeskuksia eri puolilla Suomea. Perhekeskusten toimintaperiaatteita ovat esimerkiksi olla kohtaamispaikka perheille, tarjota varhaista tukea, edistää perheiden ja lasten hyvinvointia sekä kohdennettua/erityistä tukea on myös tarjolla perheille. (Halme ym. 2012, 76.)

Perhekeskus tarjoaa moniammatillista tukea ja apua lapsille, nuorille ja perheille. Arviointi avun sekä tuen tarpeesta tapahtuu heidän kanssaan yhdessä. Lisäksi tavoitteena on vahvistaa voimavaroja. Tukea on saatavilla esimerkiksi vanhemmuuteen. (STM 2019.)

Vanhempien voimavaroilla sekä lapsen hyvinvoinnilla on vahva keskinäinen yhteys, perhekeskus perustuu tähän ajatukseen. Lähtökohtana perhekeskustoiminnalle on vahvistaa vanhempana toimimista ja vanhemmuutta, näin voidaan parhaiten edistää lapsen terveyttä ja hyvinvointia. Matalan kynnyksen peruspalveluilla, joilla on tavoitettavissa kaikki lapsiperheet, voidaan vanhemmuutta parhaiten vahvistaa. Ammattilaisten sekä vanhempien tavoite yhdessä on lapsen hyvän kehityksen ja kasvun edistäminen sekä tukeminen perheen arjessa. Perhekeskukset toimivat yhteistoiminnassa kolmannen sektorin kanssa sekä ylittävät toiminnassaan hallinnonalat. Palvelut järjestetään monialaisesti tukien lapsiperheiden arkea, joka on nykyaikainen tapa perhekeskustoiminnalle. (Halme ym. 2012,15.) Kolmannen sektorin toimijoita perhekeskuksissa ovat erilaiset järjestöt ja seurakunta sekä toimijoina voi olla myös yksityisiä palvelutuottajia (Halme ym. 2012, 33).

Mannerheimin lastensuojeluliitolla on vanhempainpuhelin, chatti tai mahdollisuus kirjoittaa nettikirje, joiden kautta vanhempi voi anonyymisti sekä maksutta ottaa yhteyttä missä tahansa vanhemmuuteen liittyvässä asiassa luottamuksellisesti. Yhteydenottoon vastaa Mannerheimin Lastensuojeluliiton kouluttamat päivystäjät. (MLL 2019.) Irti huumeista ry tarjoaa vertaistukiryhmiä päihteitä käyttävien nuorten vanhemmille eri puolella Suomea (Irti huumeista 2019). Lisäksi esimerkiksi päihdelinkin nettisivut tarjoavat nuorten vanhemmille oppaan päihteistä (Päihdelinkki 2019).

Perheestä löytyviä myönteisiä voimavaroja löytämällä sekä vahvistamalla ja vuorovaikutuksen parantamisella voidaan vaikuttaa nuoren päihdeongelmiin. Mitä nuoremasta on kysymys, sitä tärkeämpi perhenäkökulma on. Nuoren motivointi hoitoonsa on tärkeää, mutta myös vanhempien sitoutuminen nuoren hoitoon on yhtä merkittävää. Nuoren päihdeiden käytön hoidossa perhekeskeiset hoitomallit ovat tehokkaita. (Aalto ym. 2009, 62-63.) Kuitenkin hoidon suunnittelussa tulee ottaa huomioon nuoren ikä ja kehitystaso (Aalto ym. 2009, 50). Vanhempien on tärkeää kertoa nuorelle alkoholin haitoista ja vaaroista, sekä on erityisen tärkeää panostaa suhteeseen nuoren kanssa. Näin voitiin viivästyttää nuoren alkoholinkäytön alkamista ja vaikuttaa nuoren myöhempään alkoholinkäytön määrään. (Ryan ym. 2011.)

Vanhempien saamasta tuesta nuoren käyttäessä päihteitä, on tehty opinnäytetyö vuonna 2013 Näivän & Rantasen toimesta. Näivä ja Rantanen havaitsivat, että kehitys-ideana palveluiden parantamiseksi, olisi lisätä tietoutta vanhemmille sekä toivottiin ammattihenkilöiden pitävän enemmän yhteyttä nuoren vanhempiin.

4.3 Toimintamalleja nuorten päihteettömyyden tukemiseen

Alle 18-vuotiaasta nuoresta ovat vastuussa hänen huoltajansa. Alueen sosiaalitoimi, nuorisoasema ja terveystoimi auttavat alaikäisen hoitoonohjauksessa. Mikäli nuori vaarantaa vakavasti omaa kehitystään ja terveyttään päihteidenkäytöllä on hänet lastensuojelulain mukaan otettava huostaan. (Päihdelinkki 2019.) Turussa lasten- ja nuorten poliklinikalle pääsee ilman lähetettä alle 18-vuotiaat, mikäli on huoli päihteiden käytöstä. Huoltaja, viranomaistaho tai nuori itse voi ottaa yhteyttä. Poliklinikalla toimii psykiatrisia sairaanhoitajia, terveydenhoitaja ja päihde- ja nuorisopsykiatrian erikoislääkäri, käynnit ovat nuorelle maksuttomia. Käyntien tavoite on nuoren tukeminen päihteettömyyteen ja käynneillä on käytössä hoito-ohjelma, joka sisältää yksilökäyntien lisäksi myös perhe tapaamisia. (Turku sosiaali- ja terveystoimet 2019.) Tulokselliset hoitomallit sisältävät elementtejä kognitiivisesta käyttäytymisterapiasta, motivoivasta haastattelusta, perheterapiasta ja yhteisö vahvistushoitomallista (Marttunen & Haravuori 2015, 93).

Turussa on käytettävissä Päihdetietoa ja -taitoa päihdekasvatusmalli, joka on tarkoitettu täydentämään koulujen päihdeopetusta. Päihdekasvatusmalli on tarkoitettu peruskoulujen sekä toisen asteen koululaisille ja opiskelijoille. Vanhempia osallistetaan ja otetaan huomioon päihdekasvatusmallissa antamalla tukea ja tietoa sekä pyritään saamaan vanhemmat mukaan päihdekasvatukseen. Päihdekasvatusmallissa ajatellaan vanhemmilla olevan päävastuu nuorten päihdekasvatuksessa. Tämä nähdään erittäin tärkeänä työnä jota opettajat ja muut tahot tukevat. Yksi tärkeä osatekijä päihdetietoa ja -taitoa -mallissa on vanhempien osallisuus. Päihdeasioista kehoitetaan vanhempia keskustelemaan kotona nuorten kanssa ja heille tiedotetaan päihdekasvatustunneista. (Heimo ym. 2012, 20.)

Nuorille on kehitetty nuorten päihdemittari ja varhaisen puuttumisen malli päihteettömyyden edistämiseksi. Mittarin on kehittänyt vapaaseen käyttöön Marjatta Pirskanen. Päihdemittaria voi käyttää 13-18 vuotiaille esimerkiksi koulu- ja opiskeluterveydenhuollossa.

Päihdemittaria käyttävän tahon on käytävä koulutus päihdemittarin käyttöä varten. Toimintamallissa kartoitetaan myös vanhempien tuki nuorelle sekä vuorovaikutus perheessä. Tätä toimintamallia voidaan käyttää varhaiseen puuttumiseen sekä tukeen, päihteiden käytön tunnistamiseen, riskikäytön vähentämiseen ja nuoren hoitoon ohjaukseen. Toimintamalli koostuu varhaisen puuttumisen toimintamallista ja päihdemittarista. (Pirskanen 2010.)

Varhainen puuttuminen tarkoittaa avoimessa yhteistyössä toimimista joustavasti perheen kanssa, joka on myös sektorirajojen ylittävää yhteistyötä. Olennaista on perheiden ja työntekijöiden välinen avoin yhteistyö, jossa perheiden osallisuus korostuu. (Pyhäjoki & Koskimies 2009, 187.) Usein käsitteellä varhainen puuttuminen voidaan viitata myös nuorille suunnattuun ehkäisevään päihdetyöhön. Varhainen puuttumien voidaan tosin nähdä jo riskiehkäisytyönä, jolloin ammattilaisella on jo huoli nuoresta, jolloin hänen on puututtava tilanteeseen ja riskitekijöihin. (Normann ym. 2018, 8.) Joidenkin huolten puheeksi ottaminen voi olla vaikeaa, tai niiden tunnistaminen on riittämätöntä. Palveluihin hakeutumatta jättäminen, viiveet varhaisessa tunnistamisessa sekä puheeksi ottamisessa, ehkäisevien palveluiden heikot resurssit sekä toiminnan, joka tukee yhteisöllisyyttä ja arkea vähäisyys voivat vaikeuttaa avun saamista. Tästä syystä tulisi suhtautua vakavasti aina lieväänkin huoleen, joka vanhemmilla ilmenee. (Halme ym. 2013) Tutkimuksen päätelmiä on että, varhaisen tuen menetelmien vaikuttavuutta on edelleen tutkittava. Nuorten päihteettömyyden edistämiseksi on jatkossa tärkeää arvioida, vanhempainiltojen, ryhmämuotoisten keskustelujen ja moniammatillisen työskentelyn vaikuttavuutta. (Pirskanen ym. 2013)

Ehkäisevä päihdetyö kuuluu kaikille aikuisille, jotka kohtaavat nuoria arjessaan ammattiryhmästä riippumatta. Vanhempien tekemä kasvatustyö antaa pohjan kaikelle ammattilaisten tekemälle työlle. Ammattilaiset ehkäisevässä päihdetyössä tukevat ja tunnistavat nämä vanhempien ja muiden aikuisten roolit ja vahvistavat niitä. (Normann ym. 2018, 26.) Ehkäisevässä päihdetyössä on käytössä lukuisia menetelmiä. Käytössä on esimerkiksi teemaviikkoja, kampanjoita, pelejä, kilpailuita, draamaa, vartaisvalistusta ja elämyksellisyttä. Aito ja välitön kohtaaminen nuorten kanssa on kuitenkin menetelmästä riippumatta ammattilaisen näkökulmasta menetelmää tärkeämpi asia. (Normann ym. 2018, 16.) Ehkäisevän päihdetyön tulisi tukea vanhempien kasvatustoimia jatkamalla yhteiskunnallista keskustelua, joka painottuu alaikäisten alkoholinkäytön rajoituksiin. (Raitasalo & Holmila 2014, 204). Nuorten päihdeongelmien ennaltaehkäisyyn tehokkaita ovat

vanhemmuutta tukevat interventiot ja nuorten päihdeongelmien hoidossa keskeisiä ovat perhekeskeiset hoitomenetelmät sekä lyhytinterventiot (Niemelä 2016, 310).

Yksi ajankohtainen kampanja on EHYT ry:n ja Youth Against Drugs (YAD) ry:n yhteinen Puhu nuorelle kannabiksesta – kampanja, joka käynnistyi ehkäisevän päihdetyön viikolla. Tänä vuonna teemana on kannabis. Kampanja kuuluu useilla radiokanavilla 4.-17.11.2019 sekä näkyy sosiaalisessa mediassa. Aiheeseen liittyen on myös viisi podcast-jaksoa. Tarkoituksena kampanjalla on herätellä nuorten parissa toimivia sekä nuorten vanhempia ottamaan puheeksi kannabis ja pysähtyä kuuntelemaan nuorta. (EHYT 2019.)

Jo 17 kertaa järjestetty Selvin päin kesään -kampanja kannustaa nuoria, nuorten vanhempia sekä muita aikuisia turvallisten ja terveellisten valintojen tekemiseen. Kampanja sijoittuu koulujen päättäjäisviikonloppuun ja kampanjakumppaneita ovat useat kolmannen sektorin toimijat kuten yhdistykset, liitot ja säätiöt kuten esimerkiksi Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry, Pelastakaa Lapset ry, Suomen Punainen Risti ja Sininauhaliitto. Kampanjakumppanit toivovat nuoren terveellisen ja onnellisen elämän tukemista kaikilta maan aikuisilta. Kampanja muistuttaa aikuisia huolehtimaan nuorten vastuullisesta, turvallisesta ja tasapainoisesta sekä terveestä kasvuympäristöstä rohkaisemalla turvallisten ja terveellisten valintojen tekemiseen. (Selvin päin kesään -kampanjan mediatiedote 2019.) Kampanjoita ja muuta ehkäisevää päihdetyötä nuorille järjestetään siis kampanjoin ja monin eri tavoin lukuisten yhteistyökumppanien osallistuessa järjestämiseen. Vanhempia huomioidaan ja tuetaan ehkäisevässä päihdetyössä merkittävänä osana tiedon antajana sekä rajojen asettajana nuorelle.

Lopuksi alla vielä yhteenveto opinnäytetyön tutkimuskysymyksiin saaduista keskeisimmistä tuloksista.

Kuvio 1. Yhteenveto keskeisimmistä tuloksista.

Vanhempien tuen tarve nuorten päihdeettömyyden tukemisessa

Aikio Satu & Eliassi Aida

#Excellence
In Action

Tarkoitus ja tavoite

- Opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa vanhemmille suunnattua tukea ja sen tarvetta nuorten päihdeettömyyden tukemiseksi sekä etsiä käytössä olevia toimintamalleja.
- Tavoitteena oli lisätä vanhempien tietoutta nuorten päihdeettömyyden tukemiseksi ja lisätä tätä kautta koko perheen hyvinvointia.
- Toimeksiantajana toimii Lounais-Suomen Syöpäyhdistyksen (LSSY) NIKO- projekti.

Vanhemman rooli

- Vanhemman itse antama malli päihdeidenkäytöstä voi olla tiedostamaton ja se alkaa jo varhaislapsuudessa
- Vanhempien omat asenteet sekä suhtautuminen päihteisiin ovat
- Vanhemman ja nuoren välisellä suhteella ja vuorovaikutuksella on suuri merkitys päihdeettömyyteen
- Ensisijainen vastuu nuoren päihdekasvatuksesta on vanhemmilla



Copyright: Aikio Satu

Vanhempien tuen tarve

- Tuen tarve vaihtelee perheen voimavarojen, tukiverkoston sekä huolta herättäen syyn mukaan
- Tukea vanhemmuuteen tulisi olla enemmän saatavilla
- Vanhemmuuden haasteet ovat merkittävä riskitekijä käyttäytymiselle
- Vanhempi tarvitsee enemmän tukea negatiivisten tunteidensa käsittelyyn (syyllisyys, häpeä, keinottomuus, epäonnistuminen)
- Tukea tarvitaan rajojen asettamiseen ja päihdeiden käyttöön puuttumiseen
- Ammattilaisten tukea tarvitaan vaikeiden aiheiden käsittelyssä perheessä

Vanhemmille tarjolla olevaa tukea

- Hyvän vanhemmuuden tukeminen ennaltaehkäisee nuorta päihdeiden käyttöä
- Päihdepalveluiden järjestämisvastuu on kunnilla
- Nuoren käyttäessä päihteitä, on tukea järjestettävä myös perheille sekä läheisille (Terveystieteiden tutkimuskeskus 50§ ja 53§)
- Oman alueen terveystoimesta, koulutoimesta sekä sosiaalitoimesta voi hakea apua hoitotoimissa
- Ehkäisevä lastensuojelutyö tukee vanhempiä kasvatuksessa
- Perhetyöllä tuetaan vanhemmuutta sekä vanhemman ja nuoren välistä vuorovaikutusta
- Monimuotoinen perheterapia (MDFT) mahdollistaa myös vanhempien yksilökäynnit
- Saatavilla on erilaisia vertaistukea vanhemmille, useimmiten kolmannen sektorin toimesta
- Suomessa on myös perhekeskuksia, joissa pyritään tukea vanhemmuutta sekä vahvistaa perheen voimavaroja

Toimintamallit

- Esimerkiksi Turun lasten- ja nuorten poliklinikka tarjoaa palveluita päihteitä käyttävälle nuorelle sekä hänen perheelleen ilman lähetettä
- Päihdetieto- ja taitoa päihdekasvatusmalli osallistaa vanhempia antamalla tietoa ja tukee vanhempia ottamaan päävastuun nuoren päihdekasvatuksesta
- Nuorten päihdemittarilla ja varhaisen puuttumisen mallilla seulotaan nuorten päihdeiden käyttöä ja kartoitetaan myös vanhempien tuki nuorelle sekä perheen vuorovaikutusta
- Ehkäisevä päihdetyö

Kolmas sektori osana päihdeettömyyden tukemista

- Kolmannen sektorin toimijoilla on merkittävä rooli nuorten päihdekasvatuksessa ja sitä kautta myös vanhempien tukemisessa
- Usein mukana ehkäisevässä päihdetyössä ja vertaistuen järjestämisessä
- Mahdollisuus myös anonyymiin keskusteluun huolen herätessä (vanhempainpuhelin, chat)
- Kolmannen sektorin toimijoita ovat erilaiset yhdistykset, liitot ja säätiöt kuten mm. Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL), Irti Huumeista ry, EHYT Ry ja Suomen punainen risti (SPR.)

Keskeisiä huomioita

- Hoitojärjestelmän pirstaleisuus vaikuttaa nuorten päihdehäiriöiden hoitoon
- Tarvitaan näyttöön perustuvaa ohjausta vanhempien tueksi
- Hyvän vanhemmuuden tukeminen ennaltaehkäisee tehokkaasti nuorta päihdeiden käytöltä
- Nuorten päihdeiden käytön vähentäminen on maailmanlaajuinen tavoite

5 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Opinnäytetyön suunnittelussa ja toteutuksessa noudatetaan hyviä tieteellisiä käytäntöjä (Hirsjärvi ym. 2007, 23). Opinnäytetyön tekemisessä noudatetaan rehellisyyttä, tarkkuutta ja yleistä huolellisuutta. Lisäksi erilaisia tutkimuksia hyödyntäessä, viitataan kunnioittavasti työn tekijöihin asianmukaisella tavalla. Opinnäytetyö suunnitellaan ja raportoidaan asianmukaisesti ja vaatimusten edellyttämällä tavalla. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK) 2012, 6.)

Opinnäytetyö toteutetaan kirjallisuuskatsauksena, eikä tekemiseen tarvita tutkimuslupia. Tietolähteinä käytetään kirjallisuutta ja Turun ammattikorkeakoulun tarjoamia tietokantoja. Hakukoneita kuten Google ja Google Scholar käytettiin esimerkiksi kolmannen sektorin tarjoamien palveluiden kartoittamiseen. Hakutulosten suuresta osuudesta käytiin läpi 20 ensimmäistä osumaa. Tieteellistä materiaalia hakutuloksiksi antavaa Google Scholar on kehitetty tutkijoiden käyttöön (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2015, 96). Tietokantoja kuten Cinahl, jotka sisältävät hoitotieteellisiä julkaisuja ovat tieteellisesti laadukkaita joiden lähteet ovat kaksoissokkoarvioinnin läpi käyneitä (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2015, 96-97). Lisäksi käytettiin valtakunnallisia luotettavien tahojen ylläpitämiä verkkosivustoja, joita ylläpitävät Terveystieteiden ja hyvinvoinninlaitos (THL) ja Sosiaali- ja terveysministeriö (STM). Sairaanhoidopiirien ja heidän yhteistyökumppaneiden ylläpitämää Terveyskylää on käytetty myös lähteenä. Lisäksi kolmannen sektorin ylläpitämiä verkkosivustoja on hyödynnetty tässä opinnäytetyössä. Opinnäytetyössä käytetty kirjallisuus sekä julkaisut olivat saatavilla julkisesti.

Tutkimuksen tiedon perustana hakua on hyvä rajata ajallisesti käyttäen tuoretta tietoa (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2015, 93). Ajankohtaista tietoa pyrittiin saamaan rajaamalla hakutulokset vuosiin 2007-2019. Valitussa kirjallisuudessa kriittisyys ei kohdistu pelkästään julkaisujen ikään ja luotettavuutta lisää alkuperäislähteiden käyttö, joita pyrittiin käyttämään (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2015, 93). Valinnassa on käytetty puolueetonta ajankohtaista tietoa ja julkaisijat olivat luotettavia tahoja.

Tekijöiden omat arvot ja asenteet eivät ole vaikuttaneet tiedonhakuun ja sen käyttöön kirjallisuuskatsauksessa. Englanninkielen taito on ollut riittävän hyvä kansainvälistä tietoa etsiessä ja hyödyntäessä. Apuna kääntämisessä käytettiin sanakirjaa. Sitoumuksia tai kytköksiä yksityisiin tai kolmannen sektorin toimijoihin ei opinnäytetyön tekijöillä ole.

Luotettavuutta voi heikentää vanhemmuuden tukemiseen ja sen tarpeeseen liittyvän tiedon vähäisyys sekä yhtenäisten kansallisten toimintamallien löytämisen haasteellisuus. Aiheesta materiaalia löytyi vaihtelevasti ja etenkin vanhempien tuen tarpeesta saatavaa tietoa, oli hyvin haasteellista löytää. Aiheesta löydettyjä tutkimuksia oli myös melko niukasti, ja ne olivat kansainvälisiä. Tutkimuksia jotka olisivat ainoastaan vanhemman tuen tarpeesta nuoren päihteettömyyden tukemiseen emme löytäneet. Useimmiten vanhemmat mainittiin kyllä tärkeänä osana nuoren hoitoa, mutta itse vanhempien tukemisesta tai tuen tarpeesta oli heikosti tietoa. Toisinpäin asiaa tarkasteltaessa, kun vanhemmat ovat päihteiden käyttäjiä ja nuori on tästä kärsivä osapuoli löytyi tietoa enemmän ja helpommin.

6 POHDINTA

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa narratiivisen kirjallisuuskatsauksen avulla vanhemmille suunnattua tukea sekä tuen tarvetta nuorten päihteettömyyden tukemiseksi ja etsiä käytössä olevia toimintamalleja. Tavoitteena oli lisätä vanhempien tietoutta nuorten päihteettömyyden tukemiseen ja tätä kautta tukea koko perheen hyvinvointia.

Perheen voimavarat vaikuttavat vanhempien tuen tarpeeseen. Lisäksi tuen tarpeeseen vaikuttavia tekijöitä ovat erilaiset huolta herättäneet syyt sekä sosiaalinen tukiverkosto. Perheen tilanteeseen ja vanhemmuuteen apua saadaan harvemmin kuin esimerkiksi lapsen kasvun ja kehityksen tukemiseen. (Halme & Perälä 2014, 225.) Eryitystä huomiota tulisi kiinnittää vanhemmuuden vahvistamiseen, koska vanhemmuuteen liittyvien haasteiden on todettu lisäävän riskitekijöitä käyttäytymiselle (Halme ym. 2013). Vanhempien epävarmuus rajojen asettamisessa sekä päihteiden käyttöön puuttumisessa on tullut esiin tuloksia kartoittaessa. Nuoren päihteiden käyttö aiheuttaa vanhemmissa epäonnistumisen ja keinottomuuden tunteita, joiden käsittelyyn vanhemmat vaikuttaisivat tarvitsevan enemmän tukea. Näyttöön perustuvia työmenetelmiä tarvitaan vanhempien tukemiseen (Halme ym. 2013; Slemon ym. 2019). Varhaisen tuen vaikuttavuutta ja sen menetelmiä tulisi arvioida jatkossa nuoren päihteettömyyden edistämiseksi (Pirskanen ym. 2013). Tuen tarve on siis selkeästi olemassa ja etenkin vanhemmuuden tukemiseen tulisi kiinnittää enemmän huomiota. Vanhemmat vaikuttaisivat hyötyvän perheen vuorovaikutuksen vahvistamisella ja tukemisella sekä vanhempien omien voimavarojen ja olemassa olevan sosiaalisen tukiverkoston kartoittamisella. Vanhemmat vaikuttaisivat tarvitsevan tukea myös päihteiden käytön puheeksiottoon ja niistä keskusteluun. Vanhempien tuen tarvetta oli haasteellista kartoittaa kirjallisuuskatsauksen avulla ja vanhemmille suunnatulla haastattelulla sekä kyselyllä tähän voisi varmasti saada konkreettista ja tuoretta tietoa lisää.

Perheelle ja vanhemmille olevaa tukea on myös kuntien järjestämät päihdepalvelut. Kunnilla on vastuu järjestää päihdepalveluja, joissa huomioidaan myös vanhemmat ja lähipiiri (STM 2019). Vanhempia tuetaan myös ennaltaehkäisevässä päihdetyössä vahvistamalla vanhempien tietoutta päihteistä ja tuetaan sekä rohkaistaan puhumaan niistä. Ehkäisevän lastensuojelun tarkoituksena on tukea vanhempia lasten ja nuorten kasvatuksessa järjestämällä tukea perheelle (Heino & Sinkkonen 2016, 460). Vanhemmuuden vahvistamiseen on olemassa matalan kynnyksen peruspalveluita, joilla voidaan

vahvistaa vanhemmuutta parhaiten. Perhekeskustoiminnan lähtökohtana on vahvistaa vanhemmuutta ja vanhempana toimimista. Kolmannen sektorin toimijat toimivat yhteistyössä perhekeskusten kanssa. (Halme ym. 2012, 15.) Kolmannen sektorin toimijoita ovat eri järjestöt, liitot, seurakunnat ja yhdistykset. Näillä kolmannen sektorin toimijoilla on myös merkittävä rooli vanhempien tukemisessa, järjestämällä erilaista vertaistukitoimintaa ja antamalla tukea sekä tietoa. Kolmannen sektorin rooli nuoren ja perheiden tukemisessa olikin odotettua huomattavasti suurempi.

Hoitojärjestelmän pirstaleisuus on ongelma nuorten päihdehäiriöiden hoidossa, sillä osa palveluista on sosiaalihuollon ja lastensuojelun piirissä. Osa hoidosta kuuluu psykiatristen palveluiden alle. (Marttunen & Haravuori 2015, 91.) Voi olla mahdollista että, pirstaleisuus hoitojärjestelmässä voi vaikuttaa vanhempien tuen hakemiseen tai sen saamiseen. Tehokkaita ja keskeisiä hoitomenetelmiä ovat vanhemmuutta tukevat interventiot ja perhekeskeiset hoitomenetelmät sekä lyhytinterventiot. Tutkimusten mukaan merkittävä vaikutus on myös vanhemman ja nuoren välisellä suhteella, johon vanhemman tulisi panostaa. Perheen sisäistä vuorovaikutusta voidaan tukea perhetyöllä joka tukee nuoren lisäksi vanhemmuutta.

Vanhempi voi saada tukea käymällä yksilökäynneillä, jotka ovat osana perheterapiaa. Useat kouluissa toteutetut sekä perheisiin kohdistetut ehkäisyohjelmat nähdään tehokkaina, näiden tavoitteina ovat päihteiden käytön ehkäisy sekä myöhentäminen ja vanhempien tukeminen (Marttunen & von der Pahlen 2013). Avoimessa yhteistyössä perheiden kanssa toimiminen voi helpottaa varhaista puuttumista. Usein varhaisen puuttumisen käsitteellä voidaan viitata myös ehkäisevään päihdetyöhön, ja se voidaan nähdä myös riskiehkäisytyönä (Normann ym. 2018, 8). Tukea on siis olemassa, mutta tukea kartoittaessa pohdimme sitä kuinka paljon vanhemman omaa aktiivisuutta tuen hakeminen voi vaatia. Vanhempien tulisi saada tukea helposti ja tasavertaisesti, tähän voi kuitenkin mahdollisesti vaikuttaa perheen elämäntilanne Vanhempi voi vaikuttaa merkittävästi nuoren päihdeettömyyteen, joten vanhempien tukemiseen olisi syytä kiinnittää huomiota entistä enemmän.

Nuorten päihdekäyttöön on kehitetty varhaisen puuttumisen malli sekä päihdemittari, joilla päihteiden käyttöä voidaan seuloa. Toimintamallilla kartoitetaan myös vanhempien tarvitsemaa tukea ja perheen sisäistä vuorovaikutusta. (Pirkanen 2010.) Varhaisen puuttumisen malli kartoittaa lisäksi vanhempien tuen tarvetta ja se vaikuttaisi tärkeältä mallilta tuen tarpeen selvittämiseksi. Olis mielenkiintoista selvittää, kuinka yleisessä käytössä juuri tämä malli on ja kuinka laajasti sitä käytetään Suomessa. Tutkimuksia

hakiessamme erilaisista toimintamalleista, havaitsimme, ettei selkeitä ja yhteydenmukaisia toimintamalleja löytynyt odotusten mukaisesti.

Tulokselliset hoitomallit sisältävät elementtejä kognitiivisesta käyttäytymisterapiasta, motivoivasta haastattelusta, perheterapiasta ja yhteisövahvistushoitomallista (Marttunen & Haravuori 2015, 93). Oman alueen terveystoimesta, koulutoimesta sekä sosiaalitoimesta voi hakea apua hoitoonohjauksessa (Päihdelinkki 2019). Tämän toteutumista esimerkiksi hyvin pienillä paikkakunnilla olisi myös hyvä selvittää, sillä olisi mielenkiintoista tietää saadaanko tukea tasapuolisesti asuinpaikkakunnasta riippumatta. Esimerkiksi Turun lasten- ja nuortenpoliklinikalle voi hakeutua ilman lähetettä, ja myös huoltaja voi ottaa yhteyttä huolen herätessä. Poliklinikoiden hoito-ohjelmien tavoite on tukea päihdeettömyyttä ja hoito-ohjelma sisältää myös perhetapaamisia. (Turku sosiaali- ja terveystoiminta 2019.) Koska tämä käytäntö on käytössä Turussa, on vaikea sanoa miten esimerkiksi muissa kunnissa toimitaan. Toisaalta tällaisen menettelyn vaikuttavuutta hoitoon hakeutumiseen ja avun hakemiseen sekä saamiseen olisi hyvä arvoida. Voisi ainakin ajatella, että tällainen menettely voisi ehkä madaltaa kynnystä hakea apua ja lisäksi nopeuttaa oikeanlaisen hoidon piiriin pääsemistä. Turussa on käytettävissä myös Päihdetietoa ja -taitoa päihdekasvatusmalli, joka tukee vanhemmuutta ja antaa tietoa päihdekasvatuksesta (Heimo ym. 2012, 20). Tässäkin mallissa vanhempi nähdään tärkeänä osatekijänä ja koulutoimi tukee vanhempaa tällä mallilla päihdekasvatuksessa. Olisi hyvä myös selvittää miten monessa koulussa tämä esimerkiksi toteutuu ja voisiko tämä olla myös ihan valtakunnallisesti käytettävä päihdekasvatusmalli.

Päävastuu päihdekasvatuksesta on ensisijaisesti vanhemmilla. Muilla nuorten parissa työskentelevillä katsotaan olevan tärkeä rooli vanhempien tukemisessa päihdekasvatuksessa. (Heimo ym. 2012, 20.) Ehkäisevä päihdetyö kuuluu kaikille aikuisille, jotka kohtaavat nuoria arjessaan, ammattiryhmästä riippumatta (Normann ym. 2018, 26). Ennaltaehkäisevässä työssä voisi korostaa yhä enemmän vanhemman roolia sekä tukea vanhempaa roolissaan.

Johtopäätöksenä aiheesta voidaan todeta, että nuoren käyttäessä päihteitä vanhempien tuen tarve vaikuttaisi olevan ilmeinen. Vanhemmuuden tukemista tulisi huomioida laajemmin sekä riittävän ajoissa, jotta voidaan vaikuttaa tehokkaammin päihdeettömyyteen. Tiedonhaun yhteydessä havaittiin, että vanhemmille suunnattua tietoa nuoren käyttäessä päihteitä voisi olla enemmänkin sekä helpommin saatavilla.

Jatkotutkimuksessa olisi hyvä tarkastella aihetta vanhempien kokemusten kautta haastattelun sekä kyselyn avulla. Olisi tärkeää saada tietää, millainen vanhempien tuen tarve nuorten päihteettömyyden tukemiseen on ja lisäksi myös onko vanhempia tuettu tarpeeksi nuoren käyttäessä päihteitä ja millaista tuki on ollut. Aiheesta voisi jatkossa työstää myös esimerkiksi selkeän verkkosivuston, joista vanhempi löytää nopeasti ja kattavasti kaiken tarvitsemansa tiedon sekä tuen nuoren päihteettömyyden tukemiseen. Sivustoilta olisi hyvä käydä ilmi julkisen- ja kolmannen sektorin toimijat sekä yksityiset palveluntuottajat.

LÄHTEET

Aalto, M.; Koski-Jännes (toim.). & Tammi, T. 2009. Irti päihdeongelmista – Tutkimuksia hoidon ja ehkäisyn menetelmistä. Helsinki: Edita.

A-klinikkasäätiö. Lapset päihdetyössä. Viitattu 1.11.2019

<https://a-klinikkasaatio.fi/a-klinikkasaatio/lapset-nuoret-ja-laheiset/lapset-paihdyossa>.

Baker, A. & Velleman, R. 2007. Clinical Handbook of Co-existing Mental Health and Drug and Alcohol Problems. East-Sussex: Routledge Taylor & Francis Group.

Becerra, D. & J. Castillo, J. 2011. Culturally protective parenting practices against substance use among adolescents in Mexico. Journal of Substance Use, April 2011, 16(2): 136–149.

Beckerd, D; Butterworth, P; Chan, G; Degenhardt, L; Hall, W; Patton, G & Stockings, E. 2019. Longitudinal patterns of amphetamine use from adolescence to adulthood: A latent class analysis of a 20-year prospective study of Australians.

Botzet, A.M.; Dittel, C.; Birkeland, R.; Lee, S.; Grabowski, J. & Winters, K.C. Julkaisussa Journal Of Substance Abuse Treatment. Vol 99. April 2019, 124-133.

Chaplin, T.M.; Hansen, A.; Simmons, J.; Mayers, L.C.; Hommer, R.E.; Crowley, M.J. 2014. Parental-Adolescent Drug Use Discussions: Physiological Responses and Associated Outcomes.

Conor, G. & Kypros, K. 2012. Parent attitudes, family dynamics and adolescent drinking: qualitative study of the Australian parenting guidelines for adolescent alcohol use.

EHYT- Kampanja kannustaa ottamaan puheeksi kannabiksen nuoren kanssa. Viitattu 6.11.2019 <http://www.ehyt.fi/fi/kampanja-kannustaa-ottamaan-kannabiksen-puheeksi-nuoren-kanssa>.

Espoon kaupunki, sivistystoimi, 2011. Päihteiden käytön ennaltaehkäisy ja varhainen puuttuminen lasten ja nuorten palveluissa. Viitattu 8.11.2019

<https://docplayer.fi/1552038-Paihteiden-kayton-ennaltaehkaiseminen-ja-varhainen-puuttuminen-lasten-ja-nuorten-palveluissa.html>.

Fröjd, S.; Kaltiala-Heimo, R.; Marttunen, M.; Ranta & K. Von der Pahlen, B. 2009. Nuorten ahdistuneisuus ja päihteidenkäyttö - tietoa vanhemmille ja nuorten kanssa työskenteleville aikuisille. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Halme, N. & Perälä, M-L. Teoksessa: Lammi – Taskula, J. & Karvonen, S. (toim.). 2014. Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.

Halme, N.; Kekkonen, M. & Perälä M-L. 2012. Perhekeskukset Suomessa. Palvelut, yhteistoiminta ja johtaminen. Terveystieteiden tutkimuskeskus (THL). Raportti 62/2012. Helsinki. Viitattu 8.11.2019

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90890/URN_ISBN_978-952-245-747-9.pdf?sequence=1.

Halme, N.; Perälä M-L. & Kanste, O. 2013, 39-42. Terveys, hyvinvointi ja tuen tarve lapsiperheissä vanhempien näkökulmasta. Julkaisussa: Pelkonen, M.; Hakulinen-Viitonen, T.; Hietanen-Peltola, M.; Taneli Puumalainen (Toim.) Hyvinvointia useammille. Lasten ja nuorten palvelut uudistuvat, Lasten ja nuorten terveyden ja hyvinvoinnin, neuvottelukunnan loppuraportti. Sosiaali- ja terveysministeriö. 2013. Helsinki. Viitattu 29.11.2019

http://www.pohjois-savo.fi/media/muistio_27022015_liitteinen.pdf#page=41.

Heikkilä, H. & Ehkäisevä päihdetyö (EHYT RY)- Lämmin vanhemmuus voi suojata lasta päihteiden käytöltä ja mielenterveysongelmilta. Viitattu 14.10.2019

<http://www.ehyt.fi/fi/lammin-vanhemmuus-voi-suojata-lasta-paihteiden-kaytolta>.

Heimo, T.; Jalo, N.; Tähkävuori, J. & Vahalahti, I. 2012. Päihdetietoa ja –taitoa Toimintamalli päihdekasvatukseen. Turun kaupunki, sosiaali- ja terveystoimen julkaisuja. Viitattu 5.11.2019

http://www.preventiimi.fi/wp-content/uploads/sites/28/2016/02/Hu-mak_paihdetietoa_web.pdf.

Heino, T. & Sinkkonen, J. 2016. Lasten ja nuorten mielenterveyspalvelujen yhteistyötahot. Teoksessa: Aronen, E.; Ebeling, H.; Kumpulainen, K.; Laukkanen, E.; Marttunen, M.; Puura, K. & Sourander, A. (toim.) Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria. 2016. 1.painos. Kustannus Oy Duodecim. Tallinna: Printon.

Heino, T. Teoksessa: Lammi – Taskula, J. & Karvonen, S. (toim.). 2014. Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.

Henchoz, Y. ; Goran, A.; Baggio, S.; Deline, S.; Studer, J. & Gmel, G. 2016. Associations of age at cannabis first use and later substance abuse with mental health and depression in young men. Journal of Subst Use. Vol 21, No 1, 85-91.

Hirsjärvi, S.; Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Holmila, M.; Raitasalo, K. & Tigerstedt, K. 2016. Sukupolvien sillat ja kasvamisen karikot-vanhemmat, lapset ja alkoholi. THL.

http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131418/URN_ISBN_978-952-302-738-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Härkönen, P. & Tikkanen, P. 2011. Vauhdilla aikuisuuteen? Selviytymisopas nuorten vanhemmille. 2.painos., uudistettu painos. Espoon seurakuntayhtymä/ Leppävaaran seurakunta ja Espoon kaupungin nuorisotoimi/Leppävaaran alue. Erweko. Viitattu 15.10.2019

https://www.espoonseurakunnat.fi/documents/5402875/29316235/kasvatusopas_es-poo_netiti2013.pdf/add9de64-588d-e242-4e7d-fa7a693c68ee.

Irti huumeista 2019. Tapahtumakalenteri. Viitattu 11.10.2019

<https://irtihuumeista.fi/>.

Irwin, K.; Hill, P. & Hutton, A. 2018. Parental Concern: Parents Discuss How They Support Their Adolescents Attending Schoolies Events in Australia. *Comprehensive child and adolescent nursing*. Vol. 41, No. 2, 143–156..

Johansson, K. Teoksessa: Johansson, K.; Axelin, A.; Stolt, M. & Ääri, R-L. 2007. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja Tutkimuksia ja raportteja A:51/2007. Turun Yliopisto: Digipaino.

Kangasniemi, M. & Pölkki, T. 2016. Teoksessa: Stolt, M.; Axelin, A. & Suhonen, R. (toim.) Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turku: Juvenes Print.

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2015. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Kiianmaa, K. 2017. Nikotiinin farmakologia ja riippuvuuden neurobiologia. Teoksessa: Heloma, A.; Kiianmaa, K.; Korhonen, T. & Winell, K. (toim.). 1. Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus. DUODECIM. 1.painos. Tallinna: Printon.

Korhonen, U. 2013. Huumeriippuvuus- irti riippuvuuden otteesta. Helsinki: Delfiini Kirjat.

Larivaara, P; Niemelä, M; Räsänen, S, Kokkonen, E-R; Viheriälä, L; Florence, S & Aalberg, V. 2019. Perhenäkökulma. Teoksessa: Pesonen, T.; Aalberg, V.; Leppävuori, A.; Räsänen, S. & Viheriälä, L. (toim.) Yleissairaalapsykiatria. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Lehtikangas, M. 2012. Murkku manuaali Tietoa ja vastauksia teinin vanhemmille. Väestöliitto. Helsinki.: VL-Markkinointi Oy.

Leino-Kilpi, H. Teoksessa: Johansson, K.; Axelin, A.; Stolt, M. & Ääri, R-L. 2007. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja Tutkimuksia ja raportteja A:51/2007. Turun Yliopisto: Digipaino.

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019. Vanhempainnetti/toiminta lapsiperheille/vanhempainpuhelin. Viitattu 8.11.2019

https://www.mll.fi/vanhemmille/toiminta-lapsiperheille/vanhempainpuhelin/?gclid=CjwKCAiAwZTuBRAYEiwAcr67OTNpzAsUh-LiHcqUCHpeh05sUcrh8MSiuDrSgx0JbDrUfx9JewX4ZmhoC5kUQAvD_BwE

Marttunen, M. & Haravuori, H. 2015. Nuorison tilanne - Miksi nuoret syrjäytyvät vai syrjäytyvätkö. Teoksessa: Partanen, A.; Moring, J.; Bergman, V.; Karjalainen, J.; Kesänen, M.; Markkula, J.; Marttunen, M.; Mustalampi, S.; Nordling, E.; Partonen, T.; Santalahti, P.; Solin, P.; Tuulos, T. & Wuorio, S. (Toim.) THL. Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2009-2015. Tampere: Juvenes Print-Suomen Yliopistopaino Oy.

Marttunen, M. & von der Pahlen, B. 2013. Päihdehäiriöiden kehittymistä voidaan ehkäistä. *Duodecim*. 2013. 129(19):2051-6.

Marttunen, M. 2009. Nuorten mielenterveysongelmat. 2009. *Duodecim* 1/09. Vol 1, No 27, 45-48

Mielenterveystalo 2019. Häiriöt ja ongelmat- Johdanto nuoruusikään. Viitattu 15.10.2019

https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/tietoa_mielenterveydesta/nuorten_mielenterveysongelmat/Pages/Johdanto-nuoruusik%C3%A4%C3%A4n.aspx.

Mielenterveystalo 2019. Häiriöt ja ongelmat- päihdeongelmat. Viitattu 11.10.2019
https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/tietoa_mielenterveydesta/nuorten_mielenterveysongelmat/Pages/paihdeongelmat.aspx

Mielenterveystalo 2019. Perhetyö. Tietoa vanhemmille. Viitattu. 15.10.2019
https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/vanhemmille_ammattilaisille/tietoa_vanhemmille/Pages/perhetyo.aspx.

Mielenterveystalo 2019. Tietoa vanhemmille. Perhetyö. Tietoa ammattilaisille. Viitattu 1.11.2019
https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/vanhemmille_ammattilaisille/tietoa_vanhemmille/Pages/perhetyo.aspx.

Niemelä, S. Päihteet ja päihdehäiriöt sekä päihderippuvuudet. Teoksessa: Aronen, E.; Ebeling, H.; Kumpulainen, K.; Laukkanen, E.; Marttunen, M.; Puura, K. & Sourander, A. (toim.) Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria. 2016. 1.painos. Kustannus Oy Duodecim. Tallinna: Printon.

Normann, M.; Odell, H.; Tapio, M. & Vuohelainen, E. 2018. Nuorisolan ehkäisevä päihdetyö – hyppää kyytiin!. Humanistinen ammattikorkeakoulu julkaisuja, 20. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Kolmas, uudistettu painos. Suomen Yliopistopaino Oy 2018. Viitattu 8.11.2019
https://www.humak.fi/wp-content/uploads/2015/08/Nuorisolan-ehk%C3%A4isev%C3%A4-p%C3%A4ihdety%C3%B6_hypp%C3%A4%C3%A4-kyytiin-kolmas-painos.pdf.

Nuortenlinkki 2019. Aikuistuminen ja päihteet – nuorten kysely 2018. Viitattu 8.10.2019
<https://nuortenlinkki.fi/info/aikuistuminen-ja-paihteet-nuorten-kysely-2018>

Nuortenlinkki 2019. Sekakäyttö ja lääkkeiden väärinkäyttö. Viitattu 15.10.2019
<https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/tietoartikkelit/huumeet-ja-laakkeet/sekakaytto-ja-laakkeiden-vaarinkaytto>.

Näivä, K. & Rantanen, P. 2013. Nuorten päihteiden käyttö ja vanhempien saama tuki. Opinnäytetyö. Hoitotyön koulutusohjelma.Lappeenranta: Saimaan ammattikorkeakoulu. Viitattu 12.11.2019
<https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/67105/theseukseen.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Ollila, H. & Korhonen, T. Nuoren tupakoinnin ehkäisy. Nuoren tupakkariippuvuuden kehittyminen. Teoksessa: Heloma, A.; Kiiänmaa, K.; Korhonen, T. & Winell, K. (toim.). 1. Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus. DUODECIM. 1.painos. Tallinna: Printon.

Pirkanen, M. 2010. Varhaisen puuttumisen malli nuorten päihteettömyyden edistämiseksi - toimintaohjeita 2010. Viitattu 15.11.2019
https://thl.fi/documents/605877/3316838/adsume_kayttoohjeet.pdf/9dec081b-85a9-413a-9d55-03017b82d595.

Pirskanen, M.; Laukkanen, E.; Pietilä, A-M.; Varjoranta, P. & Lahtela, M. 2013. Nuorten päihteiden käyttö ja voimavarat — kouluterveydenhoitajan toteuttaman varhaisen tuen intervention arviointi. *Hoitotiede*. Vol 25, No 2, 118-129.

Pyhäjoki, J. & Koskimies, M. 2009. Varhainen puuttuminen ja dialogisuuden edistäminen huoltien vyöhykkeillä. Teoksessa: Lammi-Taskula, J.; Karvonen, S. & Ahlström, S. (toim.). THL. Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Helsinki: Yliopiston kirjapaino.

Pyllkkänen, S.; Viitanen, R. & Vuohelainen, R (toim.). Preventiimi. Mitä on nuorisoalan ehkäisevä päihdetyö? Laadukkaan päihdekasvatuksen tukimateriaali 2. uudistettu painos: – nuorisoalan ehkäisevän päihdetyön osaamiskeskus 2009 Humanistinen ammattikorkeakoulu sarja C. Oppimateriaaleja. Viitattu 14.10.2019

<https://www.koordinaatti.fi/sites/default/files/mita-on-nuorisoalan-ehkaiseva-paihde-tyo.pdf>.

Päihdelinkki 2019. Alaikäisen hoitoonohjaus. Viitattu 4.11.2019

<https://paihdelinkki.fi/fi/oma-apu/laheiset/kun-lapsi-kayttaa-huumeita-opas-vanhemmille-ja-laheisille/alaikaisen-hoitoonohjaus>.

Päihdelinkki 2019. Alkoholi ja aivot. Viitattu 9.10.2019

<https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/alkoholi/alkoholi-ja-aivot>.

Päihdelinkki 2019. Huolesta puheeksi, puheesta teoksi – opas päihteistä nuorten vanhemmille. Viitattu 8.11.2019

<https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/vanhemmille/huolesta-puheeksi-puheesta-teoiksi>.

Päihdelinkki 2019. Teemaan liittyviä erityiskysymyksiä. Viitattu 4.11.2019

<https://paihdelinkki.fi/fi/oma-apu/laheiset/kun-lapsi-kayttaa-huumeita-opas-vanhemmille-ja-laheisille/teemaan-liittyvia-erityiskysymyksia>.

Raitasalo, K. & Holmila, M. Teoksessa: Lammi – Taskula, J. & Karvonen, S. (toim.). 2014. Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.

Rikksentorjuntaneuvosto 2019. Varhainen tuki ja syrjäytymisen ehkäisy. Viitattu 24.10.2019

<https://rikksentorjunta.fi/varhainen-tuki-ja-syrjaytymisen-ehkaisy>.

Rimpelä, A. & Kannas, L. 2017. Nuorten tupakoinnin ehkäisy. Nuorten tupakointikoketilujen muuttuminen ja tupakoinnin ehkäisyn mahdollisuudet. Teoksessa: Heloma, A.; Kii-anmaa, K.; Korhonen, T. & Winell, K. (toim.). 1. Tupakka- ja nikotiiniriippuvuus. DUODE-CIM. 1.painos. Tallinna: Priton

Rogers, P. & Goldstein, L. 2012. Tunnista nuoren huume- ja alkoholiongelmat. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy.

Ryan, S.; Jorm, A.; Kelly, C.; Hart, L.; Morgan, A. & Lubman, D. 2011. Parenting strategies for reducing adolescent alcohol use: a Delphi consensus study. *BMC Public Health*. Vol 11, No 13.

https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf.

Wolff, J. & Crockett, L. 2011. The Role of Deliberative Making, Parenting, and Friends in adolescents Risk Behaviors. *Journal of Youth & Adolescence*, Dec 2011; 40(12): 1607-1622.

von der Pahlen, B.; Lepistö, J. & Marttunen, M. Teoksessa: Marttunen, M.; Huurre, T.; Strandholm, T. & Viialainen, R. (toim.). THL 2013. Nuorten päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt. Viitattu 31.10.2019

http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110484/THL_OPA025_2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Yap, M.; Cheong, T.; Zaravinos-Tsakos, F.; Lubman, D. & Jorm, A.. 2017. Modifiable parenting factors associated with adolescent alcohol misuse: a systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. Jul 2017; 112(7), 1142-1162.

