

Opinnäytetyö (AMK)

Sairaanhoitaja

2019

Bidur Al Take, Janina Chen, Deeqa Hussein

VERTAISPAINEN NUORTEN MAAILMASSA

Bidur Al Take, Janina Chen, Deeqa Hussein

VERTAISPAINEN NUORTEN MAAILMASSA

Vertaispaine eli ryhmäpaine koostuu monesta tekijästä. Nuori itse ja hänen kehityksensä vaikuttaa ryhmäpaineen luonteeseen. Myös ryhmäpaineen sisällä olevat tekijät vaikuttavat.

Nuoruusiässä nuorten kognitiivinen kehitys ei ole vielä ihan täysin kehittynyt, esimerkiksi päätöksen tekeminen on nuorille vaikeata. Tässä vaiheessa vertaispaineen vaikutus on isompi. Vertaispaineen vaikutuksen tulokset riippuvat vertaispiiristä. Normaalisissa tai positiivisissa vertaispiireissä olevat nuoret pystyvät ylläpitämään ja tekemään oikeita päätöksiä. Päinvastoin vertaispaine myös saattaa aiheuttaa nuorten riskikäyttämiseen, jos vertaispiirissä on enemmän negatiivisia altistavia tekijöitä, kuten päihteiden, alkoholin käyttö ja aikainen seksuaalikäyttäytyminen. Riskikäyttäytyminen vaikuttaa selkeästi nuorten terveyteen, jopa myös ennenaikaiseen kuolemaan. Vertaisryhmän yksilöt esimerkiksi ystävät ovat osa syytä, miksi nuoret aloittavat päihteiden käytön. Vertaisryhmällä on vaikutus saamaan nuoren kokeilemaan alkoholia, tupakkaa ja muita päihteitä.

Opinnäytetyö toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Opinnäytetyön tarkoitus on kertoa vertaispaineesta nuorten maailmassa, sen hyvistä ja huonoista puolista sekä sen vaikutuksesta nuoriin. Opinnäytetyö tuo esille miten tärkeää nuorille on kuulua ja olla osa tiettyä ryhmää sekä miten vertaispaine vaikuttaa nuorten päätöksiin. Työssä on noussut esille suojaavia ja altistavia tekijöitä nuoren vertaispaineelle, ja niiden seurauksia. Tutkimuskysymyksiin etsittiin tietoja eri sähköisillä tietokannoilla, kuten Medic, PubMed, Julkari. Tutkimuskysymysten tarkasteluun valittiin 9 tutkimusta sekä suomen että englanninkielisiä tutkimuksia.

Nuoren taustan selvittäminen ja ongelmien hakeminen, jotka aiheuttavat vertaispainetta ja siten riskikäyttäytymistä, voisi auttaa nuoren päihteettömyyden tukemiseen. Silloin osattaisiin hoitaa myös taustatekijät eikä vain riippuvuuden hoitoa ja osattaisiin antaa tukea ja resurssien kohdentaminen oikein erilaisin keinoin.

ASIASANAT:

Vertaispaine, nuori, riskikäyttäytyminen, negatiivinen vertaispaine, positiivinen vertaispaine.

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Degree programme in Nursing

Autumn 2019 | Total number of pages 28, number of pages in appendices 3

Bidur Al Take, Janina Chen, Deeqa Hussein

PEER PRESSURE AMONG YOUTH

Peer pressure which is also called group pressure consists of many factors. A young person's development influences the nature of the group pressure and factors within group influences the type of peer pressure.

The cognitive development of an adolescent is not advanced yet and therefore decision making is hard for the adolescent. In which case the effect of peer pressure has an increased impact. The outcomes of the peer pressure depending on the complex of peer pressure. In normal and positive peer group the adolescents can maintain and make the right decisions. On the contrary peer pressure could also cause risky behavior if the peer group is influencing negative behavior such as substance abuse, alcohol use and early sexual acts. Risky behavior clearly affects in the health of the adolescent and even marks early death. Individuals of the peer group such as friends are the reason why adolescents start the use of substances. Peer group has an effect to adolescent to use alcohol, tobacco and other substances.

The thesis was conducted as descriptive literature review. The aim of the thesis is to bring awareness about the peer pressure among youth and the positive and negative sides and its effect on the youth. The thesis brings up how it is important for the adolescent to belong in certain group and how it can affect the decision making. The results have shown how the protective and exposing factors affect peer pressure and its consequences. The results have been collected from different scientific databases: Medic, PubMed and Julkari. 9 studies were collected in the analysis of the results.

Abstinence of substances among the youth can be supported by solving the background factors and therefore decrease the risky behavior. By then one could treat the background factors and not just the addiction. By that one can give the right kind of support.

KEYWORDS:

Peer pressure, youth, risk behavior, negative peer pressure, positive peer pressure.

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	5
2 NUORUUS	6
2.1 Nuoruuden kehitys	6
3 VERTAISPAINNE	7
3.1 Vertaispaine nuoruudessa	7
3.2 Tyypilliset vertaispaineen tilanteet	8
3.2.1 Nikotiinin tuotteiden käyttö	8
3.2.2 Alkoholin käyttö	9
3.2.3 Nuorten seksuaalikäyttäytyminen	10
3.3 Terveyshaitat	10
4 TYÖTARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	12
5 OPINNÄYTETYÖN MENETELMÄ	13
6 KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TULOKSET	15
6.1 Mitkä ovat riskitekijät nuorten vertaispaineelle?	15
6.2 Mitkä ovat suojaavat tekijät nuorten vertaispaineelle?	17
7 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	19
8 POHDINTA	20
LÄHTEET	22

LIITTEET

Liite 1. Tiedonhakutaulukko

Liite 2. Tutkimustaulukko

KUVA

Kuvio 1. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen vaiheet (Kangasniemi ym. 2013).

1 JOHDANTO

Opinnäytetyön aiheena on vertaispaine nuorten maailmassa. Opinnäytetyön toimeksiantajana on Lounais-Suomen syöpäyhdistys, työ tehdään osana NIKO-projektia.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tehdä kuvaileva kirjallisuuskatsaus vertaispaineesta nuorten maailmassa, sen suojaavista ja altistavista tekijöistä nuoren vertaispaineelle. Opinnäytetyö tuo esille, miten tärkeä nuorille on kuulua ja olla osa tiettyä ryhmää. Opinnäytetyön tavoitteena on antaa tietoa ja tuntemusta vertaispaineesta nuorten kanssa työskenteleville henkilöille.

Vertaispaineesta voidaan käyttää nimitystä myös ryhmäpaine (Van Ryzin & Roseth 2018). Tässä opinnäytetyössä käsitellään teoriassa nuoruuden kehityksestä, vertaispaineesta yleisesti ja riskikäyttäytymisestä ja niiden ilmiöstä (alkoholin- ja nikotiinituotteiden käyttöä ja seksuaalinen riskikäyttäytyminen), jotka ovat yksi osa vertaispaineen aiheuttamista seurauksista. Tuloksissa käsitellään suojaavat ja altistavat tekijät. Suojaavilla tekijöillä tarkoitetaan, jotka johtavat positiiviseen vertaispaineeseen, mikä suojaa nuorta riskikäyttäytymiseltä. Altistavilla tekijöillä tarkoitetaan, mikä johtaa negatiiviseen vertaispaineeseen ja sitä kautta riskikäyttäytymiseen.

Vertaispaine on yksi tekijöistä, jotka vaikuttavat nuoren aikaiseen tupakka kokeiluihin. Nuori, joka koki ryhmäpainetta, kokeili todennäköisemmin tupakkaa verrattuna nuoreen, joka ei kokenut ryhmäpainetta. (Leshargie 2019.) Aineiden kokeilu eli päihteet ja alkoholi tapahtuvat yleensä myös kasvuiässä. Kehitysvaiheessa toleranssi on alhaisempi ja riippuvuuden riski korkeampi. (Glaser ym. 2010.)

2 NUORUUS

Nuoruus on silta lapsuudesta aikuisuuteen. Suomalaisen Lääkäriseura Duodecimin konsensuslausuman mukaan nuoruusikä ajoitetaan yleisesti ikävuosiin 13-22 (Konsensuskokous Duodecim 2010). Finlexin mukaan nuoren määritelmä on alle 29-vuotias (Nuorisolaki 1285/2016).

2.1 Nuoruuden kehitys

Nuoruusiän kehityksen tavoitteena on, että nuori alkaa tulla itsenäiseksi ja päättää omista asioistaan. Nuoruuden kehitys voidaan jakaa yleisesti kolmeen vaiheeseen; varhaisnuoruus, keskinuoruus ja myöhäisnuoruus. Varhaisnuoruus ajoittuu 12-14 ikävuosiin, keskinuoruus 15-17 ikävuosiin ja myöhäisnuoruus alkaa 18 ikävuodesta alkaen. (Marttunen 2009.)

Muutokset tapahtuvat keskushermostossa, hormonitasapainossa, kognitiivisella ja käyttäytymisen tasolla. Kasvussa ja kehityksessä sekä myös tunne-elämässä tapahtuu muutoksia. (Marttunen 2009.)

Nuorten päihdekokeilu alkaa usein alkoholikokeiluilla, keskimäärin 13-14 vuoden iässä. Keski- ja myöhäisnuoruudessa alkavat varsinaiset päihdehäiriöt. (Marttunen 2009.)

Nuori etsii itseään sekä omaa identiteettiään ja miettii, hyväksyvätkö ystävät ja muut ympärillä olevat hänet. He pohtivat keitä he ovat, mitä haluavat tulevaisuudessa ja mitä heidän kehollaan tapahtuu, saavatko ystäviä ja ovatko he normaaleita? Nuori alkaa hakeutumaan ikäistensä seuraan, joiden kanssa hän alkaa viettämään suurimman osan ajastaan. (Hiipakka 2011.)

Nuoret ovat haavoittuvaisia kehityksensä aikana, josta voi aiheutua psyykkisiä häiriöitä. Kognitiivinen kehitys ja aivojen kypsyminen on kesken. Nuoren omat säätelyjärjestelmät eivät ole yhtä kehittyneitä kuin aikuisella. Tämä esiintyy siten, että nuori ei osaa vielä impulssien hallintaa, riskien arviointia tai tunteiden säätelyä. (Konsensuskokous Duodecim 2010.)

3 VERTAISPAINNE

Vertaispaine määritellään subjektiiviseksi kokemukseksi, missä ryhmän yksilöt tuntevat painostusta, kehotusta tai yllytystä tekemään tiettyjä asioita painostuksesta (Santor ym. 2000). Se vaikuttaa nuoren toimintaan tai toimimattomuuteen.

Vertaispaineen sisällä tapahtuvat yksilön tekemät valinnat riippuvat siitä mikä omassa vertaispiirissä katsotaan sosiaalisesti hyväksyttävänä. Luottamus omiin kykyihin ja elämäntavoilla on olemassa yhteys toisiinsa. Tutkimuksissa todettiin, että niillä henkilöillä, joilla on kyky rajoittaa omaa juomistaan, joivat vähemmän ja niillä, joilla on korkea luottamus itseensä, pystyivät vastustamaan seksin harrastamista ryhmän painostuksesta ja siten näin välttämään riskikäyttäytymistä. (Upton & Thirlaway 2010.)

Ryhmäpaine eli myös vertaispaine voi olla positiivista tai negatiivista. Vertaisryhmä voi kannustaa nuoren positiivisiin asioihin, kuten hyvään suoriutumiseen. Vertaispaine voi myöskin vaikuttaa nuoren negatiivisiin valintoihin, kuten esimerkiksi päihdekokeilut. (Aaltonen 2012.)

3.1 Vertaispaine nuoruudessa

Ystävapiirillä on suuri rooli lasten ja nuorten sosiaalisessa ja emotionaalisisessa kehityksessä. Heidän vaikutuksensa alkaa varhaisessa iässä ja lisääntyy ajan myötä. On luonnollista, terveellistä ja tärkeää, että nuorella on ystäviä, joihin voi luottaa kasvaessaan ja kypsyessään. (American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP)2018.)

Vertaiset voivat olla positiivisia ja kannustavia. He voivat auttaa toisiaan kehittämään uusia taitoja tai herättämään kiinnostusta esim. kirjoihin, musiikkiin tai luokan ulkopuolisiin toimintoihin. (AACAP 2018.)

Heillä on kuitenkin myös kielteinen vaikutus. He voivat rohkaista toisiaan lintsamaan, varastamaan, huijaamaan, käyttämään huumeita tai alkoholia, jakamaan sopimattomia aineistoja esim. verkossa tai liittymään muihin riskialttiisiin

käyttäytymisiin. Suurin osa päihteiden väärinkäytöstä kärsivistä teini-ikäisistä alkoivat käyttämään huumeita tai alkoholia vertaispaineen seurauksena. (AACAP 2018.)

Riskikäyttäytyminen on mitä tahansa toimintaa, joka asettaa nuoren negatiivisille seurauksille. Se on usein elämyshakuista tai impulsiivista käyttäytymistä. Riskikäyttäytymisen takana voi olla nuoruusaikaan liittyviä tarpeita tai haluja kokeilla uusia asioita, käyttäytymismalleja ja aistituntemuksia. Riskikäyttäytyminen voi olla sidoksissa myös nuoren haluun tuntea tai tulla kohdelluksi aikuisena. Sosiaalisella ryhmänpaineella, sekä nuoren elinympäristön vaikutuksilla voi olla osuutensa riskikäyttäytymiseen. (Donovan & Molina 2014.)

3.2 Tyypilliset vertaispaineen tilanteet

Vertaispaine linkitetään erilaisiin mahdollisiin ongelmiin, kuten päihteiden väärinkäyttöön, riskinottoon, asenneongelmiin ja seksuaaliseen riskikäyttäytymiseen (Santor ym. 2000).

3.2.1 Nikotiinin tuotteiden käyttö

Tupakka on päihde, joka on luokiteltu stimulantteihin. Yleisin tupakkatuote on tupakka, jota poltetaan savukkeissa, sikareissa, piipussa tai vesipiipussa. Savuttomat tupakat ovat esim. nuuska ja purutupakka. (Päihdelinkki 2017.)

Vuonna 2015 Liimakka ym. (2015) raportoivat Nuorten nuuskaaminen koulu- ja opiskeluterveydenhuollon ammattilaisten näkökulmasta. Raportin mukaan nuuskaaminen on ryhmäilmiö. Lähipiirin tai kavereiden nuuskan käyttäminen vaikuttaa nuorten nuuskaamisen aloittamiseen. Nuorten nuuskaaminen nähdään todennäköisemmin niissä tilanteissa, joissa sosiaalisissa piireissä nuuskaa käytetään yleisesti. Tietyt piirit voivat olla kaveripiiri, vuosiluokka, oppilaitos, urheilupiiri, varsinkin jääkiekkoa harrastavien urheilupiiri. Nuoret aloittavat nuuskaamisen kokeilulla, kun kaveri tai urheiluseuran vanhemmat pelaajat tarjoavat heille nuuskaa. Silla lailla useat nuoret jatkavat nuuskan käyttöä, ja myös vaikea

päästävät nuuskaamisesta irti. (Liimakka ym. 2015.) Nuorten nuuskan käytön syyt ovat siitä saava rentouttava ja mielihyvän vaikutus. Siitä saatava nautinto ja sen käyttäminen, jotta kuuluu omaan sosiaaliseen ryhmään, on myös syy, miksi nuoret käyttävät nuuskaa. (Salomäki & Tuisku 2013.)

3.2.2 Alkoholin käyttö

Alkoholin käyttö on Suomessa yleistä ja laillista päihdettä, ja suomalainen alkoholikulutus on keskitasossa Euroopan mittakaavassa. Suomessa alkoholin käyttöikäraja on 18 vuotta, alle sitä ikävuotta alkoholin käyttö on kiellettyä. Alkoholin liikakäyttö on yleistä ongelmaa Suomessa, koska se aiheuttaa vuosittain noin miljardin euron yhteiskunnalliset haitta kustannukset. (Päihdelinkki 2017.)

Nuorten alkoholin yksin juominen on harvinaisempi kuin porukassa. Nuorten alkoholin käyttö on sosiaalista. Nuorten alkoholiongelmalta altistuvat tekijät ovat mm. helppo alkoholin saatavuus, varhaiset päihdekokeilut, perheenjäsenten päihde- ja mielenterveysongelmat, perheenjäsenten ja ystävien päihdemyönteiset asenteet, ystävien päihteiden käyttö ym. (Seppä ym. 2010.)

Samat kiinnostukset ja tietty samankaltaisuus kuuluvat ystävyysuhteisiin, jotka vaikuttavat nuorten alkoholin käyttöön. Esimerkiksi niissä ystäväpiirissä, jossa nuorten ystävät käyttävät runsaasti alkoholia, myös vertaiskaverit alkavat juoda runsaasti alkoholia. Sosiaalinen ympäristö vaikuttaa nuorten alkoholinkäyttöön, tällöin puhutaan joukkoharhasta, mikä tarkoittaa esimerkiksi, että jos muut juovat, niin yksilö itse tuntee tarvitsevänsä juoda alkoholia, jotta tuntee itsensä kuuluvan ryhmään. (Samposalo 2013.)

Samposalon (2013) tutkimuksesta näkyy, että ystävien alkoholin käytössä tyttöjen juominen on voimaakampi kuin poikien. Tutkimuksesta ilmaistaan, että ystävien alkoholinkäyttö vaikuttaa enemmän naissukupuoliin kuin miessukupuoliin. Eli sukupuoli vaikuttaa kuinka ystävien valinnat vaikuttavat eri sukupuoleen. (Samposalo 2013.)

3.2.3 Nuorten seksuaalikäyttäytyminen

Murrosiässä nuorille tapahtuu fyysiset muutokset, kuten kasvun nopeutuminen, sukupuoliominaisuuksien kehittyminen ja keho koostumuksen muuttuminen. Nuoren seksuaalinen kypsyminen tapahtuu nuoruusiässä, jolloin myös he löytävät oman lopullisen sukupuoli-identiteetti ja seksuaalisen identiteetti. (Reinikainen 2014.)

Seksuaalikäyttäytyminen ilmenee käyttäytymisenä ja tekoina. Lisäksi ihmisen oma seksuaalinen suuntautuminen ja kiinnostus on osa seksuaalikäyttämistä. Seksuaalinen riskikäyttäytyminen tarkoittaa itseään ja kumppania vahingoittavat toimintoja. (Savioja ym. 2015.)

Nykyään nuoret seurustelevat toisten kanssa hiukan nuorempana kuin aiemmin. Yleensä nuoruusiässä seurustelusuhteet ovat lyhyitä, kun nuorten ihastuvat kohteet ovat vaihtelevia (Reinikainen 2014). Nuoret kokevat ensimmäisen yhdynnän noin 16-17-vuotiaan välissä. Seksuaalisen riksikäyttämislle altistavat tekijät ovat esimerkiksi perheeseen ja sosioekonomiseen asemaan liittyvät asiat, kuten perheen rakenne ja toimintamallit. Lisäksi kaverit, naapurusto ja yhteisö sekä koulu ja terveystalvelujen saatavuus vaikuttavat nuoren seksuaaliseen käyttäytymiseen. Nuorityttöjen ensiyhdynnässä kaverit ovat merkittävänä roolina, koska kavereiden mielipiteet, arvot ja toiminta vaikuttavat selvästi tyttöjen seksuaalikäyttäytymiseen. (Kuortti 2012.)

3.3 Terveyshaitat

Lapsuudesta aikuisuuteen on aikaa, missä nuoret kamppailevat tehdäkseen hyviä elämäntapavalintoja ja luodakseen käyttäytymismalleja, jotka vaikuttavat heidän nykyiseen ja tulevien vuosien terveyteen (Lamri ym. 2016).

Riskikäyttäytymisen muotoja ovat muiden muassa suojaamaton seksi, tupakointi, alkoholi, ryyppääminen, ja huumeiden käyttö, joissa yksilöt altistavat itsensä potentiaalisesti erilaisille sairauksille. Ne voivat altistaa masennukselle, herättää

itsemurha-ajatuksia tai lisätä taipumusta käyttäytyä väkivaltaisesti. (Das ym. 2015.)

Varhainen päihteiden käyttö heikentää psykososiaalista ja neurokognitiivista kehitystä ja lisää nuorten haavoittuvuutta laillisten ja laittomien aineiden myöhemmälle käytölle, riskikäyttäytymiseen, ja mielenterveysongelmiin (Atherton ym. 2016).

Tupakointi on yhteydessä hyvin moniin sairauksiin. On arvioitu, että länsimaissa 14 prosenttia kuolemista johtuvat tupakan aiheuttamista sairauksista. Suomessa on arvioitu, että joka 3. syöpäsairaus aiheutuu tupakasta ja joka 5. sydänperäisessä kuolemassa tupakka on tärkein riskitekijä. (THL 2019.)

Alkoholin pitkäaikaisesta käytöstä aiheutuvat haitat näkyvät elimellisinä haittoina, kuten mahavaivoina, maksa- ja sisäelinvaurioina, syöpä (THL 2019).

Seksuaalisen riskikäyttäytyminen ilmenee esimerkiksi ehkäisyn laiminlyöntinä, joka siten lisää nuorten sukupuolitautiltartuntojen määrää (Dimbuene 2014).

Alkoholin, tupakan ja muiden haitallisten päihteiden käytön estäminen nuorten keskuudessa on edelleen jatkuva haaste, etenkin monissa kehittyneissä maissa. Kansanterveyden kannalta järkevin lähestymistapa ennaltaehkäisyyn on estää tai viivyttää päihteiden käytön alkamista mahdollisimman pitkään. (Windle & Zucker 2010.)

4 TYÖTARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Opinnäytetyön tarkoitus oli kertoa vertaispaineesta nuorten maailmassa, sen hyvistä ja huonoista puolista sekä sen vaikutuksesta nuoriin. Opinnäytetyö tuo esille miten tärkeää nuorille on kuulua ja olla osa tiettyä ryhmää sekä miten vertaispaine vaikuttaa nuorten päätöksiin. Opinnäytetyön tavoitteena on antaa tietoa ja tuntemusta vertaispaineesta nuorten kanssa työskenteleville henkilöille.

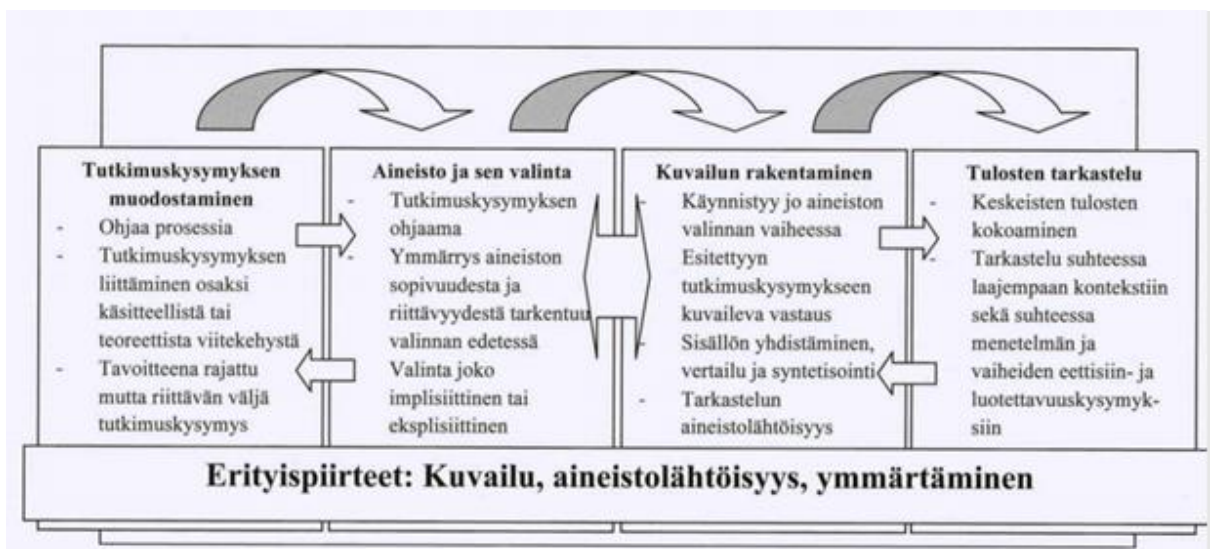
Opinnäytetyön tutkimuskysymykset

1. Mitkä ovat riskitekijät nuorten vertaispaineelle?
2. Mitkä ovat suojaavat tekijät nuorten vertaispaineelle?

5 OPINNÄYTETYÖN MENETELMÄ

Opinnäytetyö toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena on usein etsiä vastauksia kysymyksiin, mitä ilmiöstä tiedetään tai mitkä ovat ilmiön keskeiset käsitteet ja niiden väliset suhteet. Tutkimusmenetelmän avulla rajataan, jäsennellään ja perustellaan kirjallisuutta. Menetelmänä kuvaileva kirjallisuuskatsaus tuo uutta tietoa vanhan tiedon pohjalta. (Kangasniemi ym. 2013.)

Tämän opinnäytetyön toteutettiin neljässä eri vaiheessa (Kuvio 1): ensimmäinen vaihe oli tutkimuskysymyksen muodostaminen, toisena aineiston valitseminen, kolmantena kuvailun rakentaminen ja viimeisenä vaiheena oli tulosten tarkastelu.



Kuvio 1. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen vaiheet (Kangasniemi ym. 2013).

Opinnäytetyössä tiedonhakuun käytettiin eri tietokantoja, kuten Medic, PubMed, Google Scholar ja Julkari (THL). Hakutuloksia pyrittiin valitsemaan pääsäännöllisesti vuonna 2009-2019 julkaistuja tutkimuksia.

Tiedonhakussa käytettiin, että suomen sekä englannin kieliä. Suomenkielisinä hakusanoina käytettiin esimerkiksi "vertaispaine", "nuori", "nuorten käyttäytyminen", "hyväksyntä", "päihdekokeilut", "nikotiini". Englanninkielisinä hakusanoina käytettiin esimerkiksi "adolescence", "social sensitivity", "risk taking", "decision making", "adolescent peer pressure", "peer influence", "risk behavior", "protective

factors”, ”peer relation”. Tutkimukset valittiin otsikoiden, tiivistelmien ja julkaisu-
vuosien mukaan. Tutkimuskysymysten tarkasteluun valittiin 9 tutkimusta sekä
suomen että englanninkielisiä tutkimuksia. Tietohakuprosessista tehtiin tiedonha-
kutaulukko (liite 1) ja tutkimustaulukko (liite 2). Tiedonhakutaulukossa näkyy tar-
kempi kuvaus hakusanojen käytöstä.

Teoreettisessa viitekehyksessä tietoa haettiin luotettavilta verkkosivuilta, kuten
Terveyskirjasto, Duodecimin, Finlexin, Päihdelinkin ja Terveiden ja hyvinvoinnin
laitoksen sivuilta.

6 KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TULOKSET

Ongelmakäyttäytymisteoria määrittelee ongelmakäyttäytymisen millä tahansa käyttäytymisellä, joka aiheuttaa ongelmia tai jota yhteiskunta pitää epätoivottuna, aiheuttaen yleensä jonkinlaista kielteistä vastausta. Se viittaa siihen, että on olemassa tekijöitä, sekä sisäisiä että ulkoisia, jotka vaikuttavat yksilön ongelmakäyttäytymiseen. Teorian mukaan riskikäyttäytymistä voidaan selittää persoonallisuuden (esim. itsetunto, itsenäisyys), koetun ympäristön (esim. vanhempien läsnäolo ja tuki) ja käyttäytymisen (esim. päihteiden käyttö, pidättäytyminen) kautta. Kusakin järjestelmässä on tekijöitä, jotka vastaavat joko ongelmakäyttäytymisen kannustamisesta tai yksilön suojelemisesta ongelmakäyttäytymiseltä. Teoria ehdottaa, että yllyttämistekijöiden (rohkaisevat ongelmakäyttäytymistä) ja suojaavien tekijöiden tasapaino määrää, osoittaako henkilö ongelmakäyttäytymistä vai ei. (Donovan & Molina 2014.)

6.1 Mitkä ovat riskitekijät nuorten vertaispaineelle?

Nuoruuden kehityksen aikana aivot muokkautuvat voimakkaasti ja on tärkein vaihe aivojen kehitykselle. Eri aivojen osat kehittyvät ja kypsyvät ja nämä nopeat muutokset vaikuttavat nuoreen monella eri tasolla: tunteiden käsittely, hormonien vaihtelu, käyttäytyminen ja ajatusten ja päätösten käsittely. Aivojen kehityksen muutokset aiheuttavat lisäävät nuorten kykyä olla ylivalppaita sosiaalisen torjunnan ja hyväksynnän viesteille ja myös tunteita käsittelevät aivoalueet aktivoituvat voimakkaasti sosiaalisissa tilanteissa. (Hermanson & Sajaniemi 2018.)

Päihdekäyttöön altistavat tekijät ovat vanhempien työttömyys, vähäinen koulutus ja päihdehäiriö, nuoren mielenterveysongelmat, varhaiset päihdekokeilut ja negatiiviset kokemukset koulusta. Ikä, persoonallisuuspiirteet, perhe, harrastukset ja kaveripiirit ja pitkäaikainen sairaus vaikuttavat myös altistavina tekijöinä eri päihdehäiriöihin. (Kosola ym. 2018.)

Vertaisryhmän yksilöt esimerkiksi ystävät ovat osa syytä, miksi nuoret aloittavat päihteiden käytön. Vertaisryhmällä on vaikutus saamaan nuoren kokeilemaan

alkoholia, tupakkaa ja muita päihteitä. Nuorten poikkeava käytös ryhmässä voi edistää negatiivista käyttäytymistä esimerkiksi päihteiden käyttöä. Poikkeavaksi käytökseksi tässä tilanteessa olisi se, että ryhmän kavereilla on normaalia rikkoo sääntöjä ja käyttää päihteitä. (Karakos 2014.)

Poikkeava käyttäytyminen vaikuttaa nuoren päihteiden käytön aloittamiseen n. 14 vuotiaana ja käyttö lisääntyy iän myötä. Kun samassa ryhmässä on monta vertaista, joilla on samaa poikkeavaa käytöstä, niin tämä johtaa siihen, että vertaisilla on korkeampi riski omaksua riskikäyttäytymistä kuten päihteiden käyttämistä. (Karakos 2014.)

Nuoren tunne-elämä vaikuttaa riskitekijänä humalanhakuiseen juomiseen. Impulsiivinen nuori, elämänhakuisuus, ahdistuneisuus, toivottomuus ja ulospäinsuuntautuneisuus lisää riskiä liialliseen alkoholinkäyttöön. (Kosola ym. 2018.) Kaverien ryhmäpaineen vaikutus humalanhakuisessa alkoholinkäytössä oli korkeampi, kun kavereiden keskuudessa oli taustaa juomisesta ennestään (Guo ym. 2015).

Nuoren käytöshäiriöt ja mielenterveysongelmat, kuten ADHD lisäävät riskiä päihteiden käyttöön. Nuoruusiän masennus lisää riskiä päihdehäiriöille. Nuorella, jolla on pitkäaikainen hoitoa vaativa sairaus lisää myös riskiä päihdehäiriöille. (Kosola ym. 2018.)

Negatiiviseen ryhmäpaineeseen joutumiseen on enemmän riski niillä nuorilla, joilla on yksinhuoltaja vanhempi ja huonot kotiolosuhteet. Huonot välit vanhempien parisuhteen välillä ja yksinhuoltajuus lisäävät nuoren seksuaalista riskikäyttäytymistä, koska on nähty, että huonotaustaisissa kotiolosuhteissa on vähemmän nuoren valvomista. (Adimora ym. 2018.) Heikot perheolosuhteet lisäävät riskiä nuoren päihdehäiriöitä. Epäjohdonmukaisuus kurinpidossa, valvonnan puute, heikot vanhemmuustaidot, vuorovaikutusongelmat ja perheriidat tekevät perheolosuhteista heikon. Suurin riski on niillä nuorilla, joiden vanhemmat tai sisarukset käyttävät runsaasti päihteitä. (Kosola ym. 2018.)

Harrastuksilla ja kavereilla on lisäävä tekijä päihdehäiriöille. Päihteitä käytetään usein kaveriporukassa. Kaveriporukan suhtautuminen sääntöihin voi lisätä päihdekäyttöä. (Kosola ym. 2018.)

Sosiaaliset vuorovaikutukset ottavat isomman roolin nuoruudessa (Crone & Dahl 2012) ja näissä vuorovaikutustilanteissa nuoret voivat päättää harjoittaa riskikäyttäytymistä, kuten päihteiden käyttöä, suojaamatonta seksiä ja yms.

Vertaispaine nähdään negatiivisena asiana, joka johtaa nuoret riskikäyttäytymiseen. Viimeaikainen huomio on kuitenkin kääntynyt siihen suuntaan, että ryhmäpaine voi suuntautua positiiviseksi ryhmäpaineeksi, missä ryhmän yksilöt sitten omaavat positiivisia käyttäytymistapoja. (Telzer ym. 2018.)

Nuoren vertaispaineeseen liittyy myös yksilön taustatekijät, kuten nuoren vanhemmat. Joillakin vanhemmilla puuttuu tiedot ja taidot, terveelliseen elämiseen, joten nuorelle eivät välity hänelle tarvitsemat terveelliset käyttäytymistiedot ja taidot. Tiedon puute ja vaikeista oloista tulleilta nuorilla voi olla vaikeaa pysyä niiden kanssa, joiden ympärillä vallitsee positiivinen vertaispaine. Tämä on yksi niistä tekijöistä, jotka sitten altistavat nuoren seuraamaan helposti oman ryhmän tekemisiä ja osallistumaan tekemään tekoja. (Adimora ym. 2018)

6.2 Mitkä ovat suojaavat tekijät nuorten vertaispaineelle?

Cittelinon ym. (2014) tutkimuksen tulokset paljastivat, että uskonnollisuus on suojaava tekijä, lisäksi ikä, ystävien toimintamallit tavallisesta käytöksestä ja positiivinen asenne terveyteen voivat lieventää poikkeavien ystävien vaikutusta ja tällä on vaikutus ehkäistä myöhempää murrosikäisen riskikäyttäytymistä. (Cittelino ym. 2014.)

Ryhmäpaineen negatiivinen vaikutus alkoholinkäyttöön oli poissa, kun kaveriryhmässä ei ollut alkoholinkäyttöä. Guon ym. (2015) tekemän tutkimuksen mukaan kaveripiirin läheisyys vaikuttaa alkoholinkäytön altistumiselle. Kun vertaispaineen aiheuttaja on paras ystävä, on vaikutus suurempi nuoreen. (Guo ym. 2015.)

Positiivinen vertaispaine on todettu olevan yhteydessä vähäiseen riskimaaliseen seksuaalikäyttäytymiseen, kun taas nuoren ympärillä vallitseva negatiivinen vertaispaine johtaa riskikäytökseen seksuaalisessa toiminnassaan, näin todetaan Adimoran ym. (2018) tutkimuksen tuloksissa.

Positiivisen vertaispaineen käyttäytymisen mallia on selitetty käsitteellä prososiaalinen käyttäytyminen. Telzer ym. (2018) on tuonut omassa tutkimuksessaan siitä, miten prososiaalinen käyttäytyminen voi edistää positiivista vertaispainetta. Prososiaalinen käyttäytyminen hyödyttää yksilöä itseään ja muita. Prososiaalinen toiminta voi tukea positiivista toimintaa, mikä siis myös vähentää riskikäyttäytymistä. (Telzer ym. 2018.) Prososiaalinen käyttäytyminen hyödyttää muita ja itseään ja se ilmenee suhteessa toisiin heidän hyväksy. Prososiaaliseen käyttäytymiseen kuuluu auttaminen ja yhteistyötoiminta. (Kauppinen 2019.)

Nuoruuden aikaa on vaihe, missä tapahtuu kriittisiä muutoksia esimerkiksi fyysisellä, sosiaalisella, älyllisellä ja tunne tasolla. Nuorelle tässä vaiheessa tulee tapahtumaan epäselviä tilanteita ja konflikteja, johon sisältyy myös irrottautuminen lapsuudesta. Riippuen kodin ympäristöstä, vaikuttaa sekin myös nuoren yksilökehitykseen jokaisessa hänen kehitysvaiheessansa. (Adimora ym. 2018.)

Tobler ja Komro (2010) vahvistivat otoksella, joka koostui 2621 nuorista, että vanhempien rooli päihteiden käytön estämisessä nuoruudessa on välttämätöntä; ja että kommunikointi ja vanhempien seuranta olivat tekijöitä, jotka vaikuttivat eniten näihin tuloksiin. (Tobler & Komro 2010.)

Nuoren hyvä tunne-elämän hallinta, kuten maltillisuus ja harkitsevaisuuskyvyt monilla elämän osa-alueilla on suojaava tekijä päihdehäiriöiltä. Persoonallisuusongelmat voidaan ehkäistä opettamalla nuorille tunteiden hallintaa. (Kosola ym. 2018.)

Positiivinen kouluuyhteisö, koulumenestys ja akateeminen tausta ennustavat alhaista riskiä käyttää päihteitä. Yhdessä tutkimuksessa on saatu selville, että nuoret, jotka tarjoavat tukea toisilleen vieroituksen aikana on positiivista vertaisryhmätoimintaa. Nuoret tarjosivat toisilleen emotionaalista ja informatiivista tukea, mitkä lisäävät suojaavina tekijöinä positiivista vertaistukea. (Karakos 2014.)

7 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Opinnäytetyö toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluvat tiedeyhteisön hyväksymä hyvien toimintatapojen noudattaminen. Hyviin toimintatapoihin kuuluvat rehellisyys, yleinen huolellisuus ja tarkkuus tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa ja niiden arvioinnissa. Tutkimuksessa sovelletaan tieteellisen kriteerien mukaisia ja eettisesti kestäviä tiedonhankinta menetelmiä. Tutkimustyössä kunnioitetaan ja viitataan asianmukaisesti muihin tutkijoihin ja heidän työhönsä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.)

Aiheeseen suoraan liittyvät suomenkieliset tutkimusten määrä olivat vähäisiä, sen takia aineiston keräämisessä käytettiin englanninkielisiä asiasanoja. Englanninkieli on kansainvälinen kieli ja monet julkaisut ovat saatavissa englanniksi. Englanninkielisten tutkimusten käytössä voisi ilmaista kieliharha, jolla tarkoitetaan sitä, että mikäli haut rajataan vain tiettyyn tai tiettyihin kieliin, voi hakujen ulkopuolelle jäädä relevantteja alkuperäistutkimuksia. (Kääriäinen & Lahtinen 2006; Leino-Kilpi ym. 2007.) Englannin kielen kääntämisessä voi tapahtua käännösvirheitä, opinnäytetyössä yritettiin käsitellä ja analysoida huolellisesti aineistoja, jotta saadaan luotettavia tuloksia. Opinnäytetyössä haettiin erilaisista tietokannoista, kuten Medic, PubMed ja Julkari. Aineistoa haettaessa rajataan artikkeleiden julkaisuvuosi 2009-2019 ja yli 10 vuoden vanhojen aineistojen käyttöä pyrittiin välttämään.

Luotettavuutta lisää se, että opinnäytetyössä käytettiin tutkimuseettisesti sopivia toimintatapoja, kuten rehellisyys, huolellisuus, avoimuus ja vastuullisuus. Opinnäytetyöhön haettiin tutkimusta eri maista ja tekijöitä, mikä lisää luotettavuutta.

Luotettavuutta heikentää se, että aihe on uusi ja suoraan aiheeseen viittavia tuloksia ei olla saatu tarpeeksi. Kuitenkin opinnäytetyöhön on valittu kriittisesti ja valittu relevantteja kirjallisuuksia ja tutkimuksia.

8 POHDINTA

Vertaispaine eli ryhmäpaine koostuu monesta tekijästä. Nuori itse ja hänen kehityksensä vaikuttaa ryhmäpaineen luonteeseen. Myös ryhmäpaineen sisällä olevat tekijät vaikuttavat. Vertaispaine voi kuvailla samanlaiseksi kuin ryhmäpaine, koska ryhmä koostuu nuorten kohdalla vertaisista, jotka ovat usein tämän nuoren ystävät. (Van Ryzin & Roseth 2018.)

Tutkimukset osoittavat myös sen, että vertaispaine johtaa nuorten riskikäyttäytymiseen, jolloin tämä kutsutaan negatiiviseksi vertaispaineeksi. Oli monta tekijöitä, miksi negatiivinen vertaispaine johtaa riskikäyttäytymiseen. Riskikäyttäytymisen ilmiöt ovat tupakointi, alkoholinjuonti ja seksuaalinen riskikäyttäytyminen. Ryhmässä, missä pidetään normaalina päihteiden käyttöä, altistaa nuoren käyttämään juuri päihteitä, koska ryhmän tekemiset heijastuvat muihin ja muutkin ryhmän vertaiset kopioivat mitä muut tekevät. Synä pidetään sitä, että nuori haluaa olla osa ryhmää myös nuoren kehitysvaihe ja kotiolosuhteet vaikuttavat. (Leshargie 2019.)

Nuoren kehitysvaihe ja etenkin aivojen kehitysvaihe altistavat nuoren negatiiviseen vertaispaineeseen. Nuoren kehityksessä tapahtuu nopeita ja paljon muutoksia henkisesti, fyysisesti ja sosiaalisesti. Nuoren aivot kehittyvät ja ovat vielä haavoittuvaisessa vaiheessa, kun tarkastellaan nuoren päätöksen kykyä ja tulevaisuuteen katsomista. Aivojen kehityksen näkökulmasta nuoren riskikäyttäytymistä voidaan selittää sillä, että limbinen järjestelmä (manteliumake ja mielihyvakeskus) kypsyvät etuotsalohkoja varhaisemmin. Nuorilla siis mielihyvakeskus reagoi voimakkaasti jännitykseen ja palkintoihin voimakkaammin kuin etuotsalohkojen kontrollialueet. (Hermanson & Sajaniemi 2018.)

Nuoren päihteiden käyttöä ja alkoholin käytön taustaa tulisi tarkastella muun muassa kotiolosuhteiden tarkastelusta. On enemmän hyötyä sekä nuorelle että yhteiskunnalle, että myös nuoren kotiympäristö tuettaisiin. Tästä on hyötyä siltä kannalta, että riskikäyttäytymistä kuten päihteiden käyttöä tai alkoholin käyttöä voitaisiin vähentää tai sitä ei esiinny ollenkaan.

Opinnäytetyön keskeisimpien tulosten mukaan sosiaaliset tekijät vaikuttavat nuorten päätösten tekoon. Tutkimukset toivat esille sitä, että nuorten riskikäyttäminen voi johtua vertaispaineesta, jos kaveri- tai lähipiirissa ilmaistaan enemmän riskikäyttäytymistä, kuten päihteiden, alkoholin käyttö ja aikainen seksuaalikäyttäytyminen. Toisaalta tutkimukset myös osoittavat, että vertaispaine toimii positiivisena roolina nuorten maailmassa. Se saattaa ehkäistä nuorten riskikäyttäymistä. (Adimora ym. 2018; Cittelino ym. 2014; Kosola ym. 2018; Guo ym. 2015.)

Opinnäytetyön tiedonhakuprosessin aikana huomattiin, että suomenkielisiä kirjallisuutta ja tuloksia oli nihkeästi. Tämän kannalta jatkotutkimukset ovat aiheen kannalta tarpeellisia. Muita kohteen tarpeita ovat eri sosiaalipoliittiset ohjelmat siltä kannalta, jotka voivat tukea nuoren päihteettömyyttä. Jatkotutkimuksien ja tai kohteen tarpeita voisi selvittää miten tukea nuoren päihteettömyyttä ja riskikäyttäytymistä ehkäisevästi siis tutkia ja tuoda lisää tietoa nuoren vertaispaineen aiheuttavista tekijöistä. Lisää tutkimuksia vertais/ryhmäpaineesta olisi tärkeää, jotta ymmärrettäisiin nuorta ja miksi nuori esimerkiksi käyttää päihteitä.

Päihteitä käyttävän nuoren kanssa työskentelevä voisi siis lisätä tietouttaan vertaispaineen merkityksestä nuoreen. Nuoren taustan selvittäminen ja ongelmien hakeminen, jotka aiheuttavat vertaispainetta ja siten riskikäyttäytymistä, voisi auttaa nuoren päihteettömyyden tukemiseen. Silloin osattaisiin hoitaa myös taustatekijät eikä vain riippuvuuden hoitoa ja osattaisiin antaa tukea ja resurssien kohdentaminen oikein erilaisin keinoin. Tuloksista päätellen huonot kotiolosuhteet, mielenterveysongelmat ja kouluympäristö vaikuttavat negatiiviseen vertaispaineeseen. Tuki voisi kohdentaa esimerkiksi vanhemmuuden ja/tai perheen tukemiseen, mielenterveysongelmien hoitaminen (taustalla voi olla esim. mahdollisesti diagnosoimaton ADHD) ja sosioekonomisesti parantaa asuinympäristöä ja koulunkäynnin kokemusten kehittäminen.

LÄHTEET

Aaltonen, J. THL. 2012. Turvataitoja nuorille. Opas sukupuolisen häirinnän ja seksuaalisen väkivallan ehkäisyyn. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90817/Opas_21%20_verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Adimora, D.E.; Akaneme, I.N & Aye, E.N. 2018. Peer pressure and home environment as predictors of disruptive and risky sexual behaviours of secondary school adolescent. Department of Educational Foundations, Faculty of Education, University of Nigeria, Nsukka, Nigeria. *Afr Health Sci.* 2018 Jun; Vol. 18 No 2, 218- 226. Viitattu 25.10.2019 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6306969/pdf/AFHS1802-0218.pdf>

Atherton, O.E.; Conger, R.D.; Ferrer, E. & Robins, R.W. 2016. Risk and Protective Factors for Early Substance Use Initiation: A Longitudinal Study of Mexican-Origin Youth. *Journal of research on Adolescence.* Vol. 26, No 4, 864-879. Viitattu 9.10.2019. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5156403/>

Cattelino, E.; Glowacz, F.; Born, M.; Testa, S.; Bina, M. & Calandri, E. 2014. Adolescent risk behaviours and protective factors against peer influence. *Journal of adolescence.* Vol 37, No 8 (2014), 1353-1362. Viitattu 25.11.2019. https://iris.unito.it/retrieve/handle/2318/150912/203807/Testa2014Adolescent%20risk%20behaviours%20and%20protective%20factors%20against%20peer%20influence_4aperto.pdf

Crone, E.A. & Dahl, R.E. 2012. Understanding adolescence as a period of social–affective engagement and goal flexibility : *Nature Reviews Neuroscience* volume. Vol. 13, No 9, 636-650. Viitattu 10.10.2019. <https://www.nature.com/articles/nrn3313>

Das, N.; Chattopadhyay, D.; Chakraborty, S.; Dasgupta, A. & Akbar, F. 2015. A study on health risk behavior of mid-adolescent school students in a rural and an urban area of West Bengal, India. Vol. 3, No 2, 203-208. Viitattu 18.10.2019. <http://www.amhsjournal.org/article.asp?issn=2321-4848;year=2015;volume=3;issue=2;spage=203;epage=208;aulast=Das>

Dimbuene, Z.T.; Jacques, B.O.E & Sankoh, O. 2014. UNAIDS ‘multiple sexual partners’ core indicator: promoting sexual networks to reduce potential biases. *Global Health Action.* Vol. 7, No 1. DOI: [10.3402/gha.v7.23103](https://doi.org/10.3402/gha.v7.23103) Viitattu 1.12.2019. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3955766/>

Donovan, J.E & Molina, B.S.G. 2014. Antecedent Predictors of Children's Initiation of Sipping/Tasting Alcohol. Vol. 38, No 9, 2488-2495. Viitattu 10.10.2019. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4282024/>

El Achhab, Y.; El Ammari, A.; El Kazdouh, H.; Najdi, A.; Berraho, M.; Tachfouti, N.; Lamri, D.; El Fakir, S. & Nejjari C. 2016. Health risk behaviours

amongst school adolescents: protocol for a mixed methods study. *BMC Public Health*. Vol. 29, No 1, 1209. Viitattu: 10.10.2019. <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-016-3873-4>

Glaser, B.; Shelton, K.H. & Van den Bree, M.B.M. 2010. The Moderating Role of Close Friends in the Relationship Between Conduct Problems and Adolescent Substance Use. Vol. 47, No 1, 35-42. Viitattu 20.9.2019. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3032885/>

Guo, G.; Li, Y.; Owen, C.; Wang, H. & Duncan, G.J. 2015. A natural experiment of peer influences on youth alcohol use. *Soc Sci Res*. 2015 Jul. Vol. 52,193-207 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6642063/pdf/nihms-1039106.pdf> Viitattu 13.11.2019

Hermanson, E & Sajaniemi, N. 2018. Nuoruuden kehitys - Mitä tapahtuu pinnan alla? *Duodecim* 2018. Vol. 134, 843–9.

Hiipakka, H. 2011. Opas nuorille ja heidän vanhemmilleen. Viitattu 12.10.2019. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/34059/Liite2_Opas.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kääriäinen, M. & Lahtinen, M. 2006. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus tutkimustiedon jäsentäjänä. *Hoitotiede* Vol. 18, No 1, 37-45.

Kangasniemi, M.; Utriainen, K.; Ahonen, S-M.; Pietilä, A-M.; Jääskeläinen, P. & Liikanen, E. 2013. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon. *Hoitotiede* 2013, Vol. 25, No 4, 291–301.

Karakos, H. 2014. Positive peer support or negative peer influence? The role of peers among adolescents in recovery high schools. *Peabody J Educ*. 2014 Jan 1; Vol. 89 No 2, 214–228. Saatavissa: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4019403/pdf/nihms-578343.pdf> Viitattu 28.11.2019

Karakos, H. 2014. Positive peer support or negative peer influence? The role of peers among adolescents in recovery high schools. *Peabody J Educ*. 2014 Jan 1. Vol. 89, No 2, 214–228.

Kauppinen, T. 2019. Prososiaalinen käyttäytyminen on eläimillä. Prososiaalinen käyttäytyminen on eläimillä hyvä merkki. Viitattu 29.11.2019 <https://www.elaintieto.fi/blogi/prososiaalinen-kayttaytyminen-hyva-merkki/>

Kosola, S.; Niemelä, E. & Niemelä, S. 2018. Päihde kokeilut – normaalia nuoruutta vai alkava häiriö? *Duodecim* 2018. Vol. 134, 865–72.

Kuortti, M. 2012. Suomalaisten tyttöjen seksuaaliterveys ja -kulttuuri, Arvot, riskit ja valinnat. Akateeminen väitöskirja. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print. Viitattu 25.11.2019. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/66913/978-951-44-8806-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Leino-Kilpi, H.; Tähtinen, H.; Puhdas-Tähkä, S-M.; Routasalo, P.; Virtanen, H.; Salanterä, S.; Flinkman, M. & Kontio, E. 2007. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja: Tutkimuksia ja raportteja, ISSN 1236-7370; 51. Sarja A51/2007. Turku: Turun yliopisto.

Leshargie, CT.; Alebel,A.; Kibret,GD.; Birhanu, MY.; Mulugeta,H.; Malloy,P.; Wagnaw,F.; Ewunetie,A.A.; Ketema, D.B.; Aderaw,A.; Assemie, M.A.; Kassa, G.M.; Petrucka,P. & Arora A. 2019. The impact of peer pressure on cigarette smoking among high school and university in Ethiopia: A systematic review and meta-analysis. PLoS One. 2019 Oct. 11. Vol. 14, No 10. Viitattu 1.12.2019

Liimakka, S.; Ollila, H.; Ruokolainen, O.; Sandström, P. & Heloma, A. 2015. Nuorten nuuskaaminen koulu- ja opiskeluterveydenhuollon ammattilaisten näkökulmasta. Tampere: Juvenes Print - Suomen Yliopistopaino Oy. Viitattu 12.10.2019. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126770/THL_RAPO2_2015_web.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Marttunen, M. 2009. 'Nuorten mielenterveysongelmat', Työterveyslääkäri, Vol. 27, no 1, 45-48.

Nuorisolaki 1285/2016. Annettu Helsingissä 21.12.2014. Saatavilla sähköisesti osoitteessa www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285

Päihdelinkki 2017. Viitattu 20.10.2019. www.paihdelinkki.fi >Tietopankki > Pikatieto > Alkoholi.

Päihdelinkki 2017. Viitattu 20.10.2019. www.paihdelinkki.fi >Tietopankki > Pikatieto >Tupakka.

Reinikainen, M. 2014. Seksuaalista kaltoinkohtelu kokeneiden kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisten nuorten seksuaalikäyttäytyminen ja median käyttö. Kouluterveyskysely 2011. Terveyskasvatuksen pro gradututkielma. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Viitattu 25.11.2019. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/44253/URN%3aNB%3afi%3ajyu-201409122788.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Salomäki, S.M. & Tuisku, J. 2013. Nuuska nuorten maailmassa. Nuorten käsityksiä ja kokemuksia nuuskasta ja nuuskan käytöstä. Helsinki: Aldus Oy. Viitattu 13.10.2019 http://www.socca.fi/files/2910/Nuuska-nuorten_maailmassa_julkaisu_2013.pdf

Samposalo, H. 2013. Juomatapojen yhteys alkoholihaittoihin ja riskikäyttäytymiseen 14–16-vuotiailla nuorilla. Tampere: Suomen Yliopistopaino Oy. Viitattu 27.10.2019. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/68106/978-951-44-9091-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Santor, D. A.; Messervey, D. & Kusumakar, V. 2000. Measuring Peer Pressure, Popularity, and Conformity in Adolescent Boys and Girls: Predicting School Performance, Sexual Attitudes, and Substance Abuse. Journal of Youth and Adolescence, Vol. 29, No 2, 163-182. Viitattu 24.11.2019.

http://kuhv.vscht.cz/files/uzel/0017002/n832024_konformita%20u%20adolescentu.pdf?redirected

Savioja, H.; Sumia, M.; Kultiala-Heino, R. 2015. Seksuaalikokemukset ja mielenterveys nuoruusiässä. Katsausartikkeli. 6/2015 Vsk 70, S.309-314. Viitattu: 23.11.2019 <https://www-laakarilehti-fi.ezproxy.turkuamk.fi/tieteessa/katsausartikkeli/seksuaalikokemukset-ja-mielenterveys-nuoruusiassa/>

Seppä, K.; Alho, H. & Kiianmaa, K. Toimitus. 2010. Alkoholien riippuvuus. Hämeenlinna: Oy Duodecim.

Suomalainen lääkärisseura Duodecim. 2010. Nuorten hyvin- ja pahoinvointi. Konsensuskokous 2010. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy. Saatavissa myös: <http://phturvallisuusverkosto.pbworks.com/w/file/fetch/66681228/konsensus2010artikkelikirja.pdf> Viitattu 27.10.2019

Telzer, E.H.; Van Hoorn, J.; Rogers, C.R. & Do, K.T. 2018. Social influence on positive youth development: A developmental Neuroscience perspective. University of North Carolina at Chapel Hill, United States. Adv Child Dev Behav. 2018. Vol. 54,215-258.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6345387/pdf/nihms-1006834.pdf>

The American Academy of Child and Adolescent Psychiatry. 2018. Peer pressure. Viitattu 30.11.2019. https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/Peer-Pressure-104.aspx

THL 2019. Päihdehaitat käyttäjälle, läheisille ja yhteiskunnalle. Viitattu 12.11.2019. <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/paihdehoito/paihdehaitat-kayttajalle-laheisille-ja-yhteiskunnalle>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö. Viitattu 27.11.2019. https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Upton, D. & Thirlaway, K. 2010. Promoting healthy behaviour. Essex: Pearson Education Limited. eISBN-10: 0273746316

Van Ryzin, M. J. & Roeth, C. J. 2018. Peer influence processes as mediators of effects of a middle school substance use prevention program. Addictive Behaviors. Vol. 85,180-185.

Windle, M. & Zucker, R.A. 2010. Reducing underage and young adult drinking: How to address critical drinking problems during this developmental period. Department of Behavioral Sciences and Health Education, Emory University, Atlanta, Georgia. Vol. 33, No 1-2, 29-44 Viitattu 20.11.2019. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3887505/>

Tiedonhakutaulukko (liite 1)

Pvm	Tietokanta	Hakusanat	Rajaukset	Osumat	Valitut työt
10.10.2019	PubMed	adolescence, social sensitivity, risk taking, decision-making	Free full text 2009-2019	16	1
12.10.2019	Medic	Nuorten käyttäytymisen AND vertaispaine AND hyväksyntä,	2009-2019	12	1
19.10.2019	PubMed	peer influence among adolescents positive AND negative	Free full text 2009-2019	56	4
27.10.2019	Medic	Päihdekokeilut, nikotiini AND nuori	2009-2019	2	1
25.11.2019	PubMed	Adolescent peer pressure AND risk behavior AND protective factors	Free full text 2009-2019	42	1
25.11.2019	PubMed	Risk behaviour, well-being, parent relation, peer relation	Free full text 2009-2019	176	1

Tutkimustaulukko (liite 2)

Tutkimuksen tekijät, vuosi, kohdema	Tutkimuksen tarkoitus	Tutkimusmenetelmä, otos	Tutkimuksen keskeiset tulokset
Adimora ym. 2018 Nigeria	Tarkoituksena selvittää kotiolo-suhteiden ja vertaispaineen vaikutus poikkeavaan käyttäytymisiin ja seksuaaliseen riskikäyttäytymiseen.	Kyselylomake Korrelaatio tutkimus	Nuoret, jotka raportoivat kotiolo-suhteiden olevan kunnossa, esiintyi vähemmän seksuaalista riskikäyttäytymistä tai ei yhtään. Kun taas nuoret, jotka raportoivat kotiolo-suhteiden olevan huonosti, esiintyi seksuaalista riskikäyttäytymistä. Negatiiviselle vertaispaineelle altistuneille nuorille, esiintyi seksuaalista riskikäyttäytymistä.
Donovan J.E ym. 2018 USA	Tutkimuksessa tutkittiin joukko 10-vuotiaitten psykososiaalisia muuttujia ja ongelmakäyttäytymisteoriaa mahdollisena edeltävänä riskitekijänä alkoholin käytön aloittamiselle	Empiirinen tutkimus n=286	Juomisen varhainen aloittaminen liittyi merkittävästi joukkoon huonoihin valintoihin riskitekijöitä, jotka lisäsivät nuorten riskikäyttäytymistä enemmän.
Kosola ym. 2018 Suomi	Selvittää millaisia vaikuttavia interventioita nuorten päihteiden käyttöön puuttumiseksi on tarjolla.	Tutkimusartikkeli	Ammattikoululaiset nuoret kouluterveyskyselyn perusteella, käyttävät päihteitä enemmän kuin lukiolaiset. Tulosten mukaan kotinsa aikuisten alkoholinkäyttö aiheuttaa haittaa 12-18 vuotiaisiin. Vanhemmuuden tukeminen lapsuudessa ja varhaisnuoruudessa on hyötyä päihdekeuhujen interventioon.
Guo ym. 2015 USA	Tarkoituksena oli selvittää nuoren juomistavat, toisen saman ikäisen nuoren juomistapojen vaikutuksesta. Toinen tarkoitus oli selvittää ehdollisen vertaisvaikutusten vaikutus. Selvittää miten alkoholia	Empiirinen tutkimus n= 2000	Vertaisryhmän vaikutus alkoholin käyttöön nuoreen riippui siitä, minkälainen tausta alkoholin oli vertaisryhmässä. Vertaisryhmällä, jolla oli taustaa alkoholin käytöstä, vaikutti nuoreen käyttää enemmän alkoholia, kun taas vertaisryhmällä, jolla ei ollut alkoholi taustaa, ei ollut vaikutusta nuoren alkoholin käyttöön.

	<p>käyttävä huonekaveri verrattuna ei alkoholia juova huonekaveri vaikuttaa nuoreen.</p> <p>Tutkimuksessa selvitettiin oliko kavereisuhteen laadulla merkitystä alkoholinkulutukseen (läheinen paras ystävä vs. tavallinen ystävä)</p>		
Cattelino ym. 2014 Italy	Tutkimus tutkitti riskiin osallistuvien nuorten ja ystävien suojaavien tekijöiden ja osallistumisriskikäyttäytymisen välinen suhde.	Kyselylomake, n= 908	Uskonnollisuus on suojaava tekijä, lisäksi ikä, ystävien mallit tavanomaisesta käytöksestä ja positiivinen asenne terveyteen voivat lieventää poikkeavien ystävien vaikutusta myöhemmin murrosikäisen riskikäyttäytymiseen.
Karakos, H 2014 USA	Tarkoituksena tutkia henkilökunnan käsitystä vertaistuesta opiskelijoiden keskuudessa erityislukiossa, joka erityisesti hoitaa vieroituksessa olevia opiskelijoita.	Laadullinen haastattelu tutkimus	Erytislukion henkilökunta tiedostivat positiivisen ja negatiivisen vertaisvaikuttajien koulutoimintaan. Positiiviset vertaisvaikutukset kuten emotionaalisen tuen antaminen nuorelta nuorelle tukivat nuoren vieroitusta. Negatiiviset vertaisvaikutukset, kuten nuoren haavoittuvaisuus vaikuttaa vieroituksen epäonnistumiseen.
Telzer ym. 2018 USA	Selvittää nuoren neurologiset mekanismit ja sitä kautta, miten sosiaaliset vaikutteet vaikuttavat nuoren kehitykseen.	Kirjallisuuskatsaus	Sosiaaliset vaikutteet vertaisista ja perheeltä on vaikutus positiiviseen nuoren kehitykseen.
Hermanson ym. 2018 Suomi	Nuoren aivojen kehityksen tarkastelua nuoren käyttäytymisen kannalta.	tutkimusartikkeli	Aivojen näkökulmasta on helppo ymmärtää, miksi nuorten ajatukset lähtevät herkästi harhailemaan ja tarkkaavuus poukkoilee. Hermostolliset edellytykset suurien asiakokonaisuuksien hahmottamiselle, kaukonäköisyydelle ja harkinnalle eivät todellakaan ole parhaat mahdolliset.
Tome 2012 Portugali	Työn tavoitteena oli tutkia sekä ystävien että perheen vaikutusta nuoren käyttäytymiseen.	Kyselylomake n= 3,639	Tuotoksessa todettiin, että vanhemmilla on voimakas vaikutus nuoren terveyskäyttäytymiseen ja hyvinvointiin.