

# **”PUUTUTAAN TUKEMALLA JA TUETAAN PUUTTUMALLA”**

Nuorten ehkäisevässä päihdetyössä tarvittava osaaminen sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden näkemänä

LAB-AMMATTIKORKEAKOULU  
Sairaanhoitaja (AMK)  
Sosiaali- ja terveysala  
Syksy 2020  
Tiia Falck  
Pepita Ravantti

## Tiivistelmä

Tekijä(t) Falck, Tiia Ravantti, Pepita	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK Sivumäärä 35	Valmistumisaika Syksy 2020
Työn nimi <b>“Puututaan tukemalla ja tuetaan puuttumalla”</b> Nuorten ehkäisevässä päihdetyössä tarvittava osaaminen sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden näkemänä		
Tutkinto Sairaanhoidtaja (AMK)		
Tiivistelmä <p>Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden näkemyksiä nuorten ehkäisevään päihdetyöhön tarvittavasta osaamisesta sekä päihteidenkäytölle altistavista ja suojaavista tekijöistä. Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi HuuMa-hanke. Opinnäytetyön tavoitteena oli hankkia näkemystä osaamistarpeista nuorten ehkäisevässä päihdetyössä, jota HuuMa-hanke pystyisi hyödyntämään työnsä toteutuksessa.</p> <p>Nuorten päihteiden kokeiluun ja käyttöön on monenlaisia altistavia ja suojaavia tekijöitä. Työssä näitä tekijöitä käsiteltiin yksilö-, perhe- ja ympäristötasolla. Nuorten ehkäisevän päihdetyön päämääränä on toteuttaa päihdekasvatusta lisäämällä nuorten tietoutta päihteistä ja tukemalla terveyden kannalta parempiin valintoihin.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisella eli laadullisella tutkimusmenetelmällä. Työssä käytettiin tutkimusaineistona sosiaali- ja terveysalan opiskelijoilta kerättyjä näkemyksiä liittyen nuorten ehkäisevään päihdetyöhön. HuuMa-hanke keräsi aineiston järjestämästään kokemusasiantuntija iltapäivästä sekä ensimmäisen vuoden sosionomiopiskelijoille teettämästä kyselystä. Aineisto analysoitiin sisällönanalyysia käyttäen.</p> <p>Nuorten ehkäisevän päihdetyön osaaminen vaatii monenlaista ammatillista osaamista, joka jaettiin työssä tietojen, taitojen, asenteiden ja minäpystyvyyden rakentamaan kokonaisuuteen. Tiedot ja taidot nousivat tutkimuksessa isoksi osaksi nuorten ehkäisevän päihdetyön osaamista. Altistavia ja suojaavia tekijöitä tutkiessa yksilö-, perhe- ja ympäristötason tekijöistä ei löytynyt merkittäviä eroja tasojen välillä.</p>		
Asiasanat Ehkäisevä päihdetyö, nuoret, osaaminen		

## Abstract

Author(s)	Type of publication	Published
Falck, Tiia	Bachelor's thesis	Autumn 2020
Ravantti, Pepita	Number of pages	
	35	
Title of publication		
<b>Intervene by supporting and support by intervening</b> Substance abuse prevention among young users as seen by Health Care and Social Service students		
Name of Degree		
Bachelor of Nursing		
Abstract		
<p>The purpose of this thesis is to discover the thoughts of the students from the Health Care and Social Services concerning substance abuse prevention among young users, competence and enabling factors. This thesis was commissioned by with Huuma, whom we got the idea from. The goal was to gain knowledge in substance abuse prevention among young people that Huuma could use in their future programs.</p> <p>There are many enabling and protective matters to consider when teenagers experiment with substances. In this thesis these factors have been gone through on an individual, family, and environmental level. In preventing underage substance abuse the goal is to add health education for teens about substance abuse and to help them make better choices.</p> <p>In our thesis we have used a qualitative approach. We have gathered materials from the Social and Health sector students concerning their outlook and thoughts. Huuma collected materials from their own expert by experience afternoon and a questionnaire answered by first year Bachelor of Social Services students. The material was examined through content analysis methods.</p> <p>To understand more about preventing underage substance use, competence is needed that has been gained from information, ability, attitude and self-efficacy. Of these the studies, information and ability appeared to be important elements. There were no significant differences in terms of endangering and protective matters found between the individual level, family level or environmental level.</p>		
Keywords		
Preventive substance abuse, teenagers, competence		

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT.....	3
2.1	Nuorten päihteiden käyttö Päijät-Hämeen alueella.....	3
2.2	HuuMa-hanke.....	4
2.3	Opinnäytetyön tavoite, tarkoitus ja tutkimuskysymykset.....	4
3	PÄIHTEETTÖMYYDEN EDISTÄMINEN.....	6
3.1	Ehkäisevä päihdetyö.....	6
3.2	Nuoriin kohdistuva ehkäisevä päihdetyö.....	8
3.3	Ehkäisevän päihdetyön tasot.....	9
3.4	Osaaminen ehkäisevässä päihdetyössä.....	11
3.5	Ehkäisevän päihdetyön osaamistarpeet.....	12
4	NUORUUS JA PÄIHTEIDEN KÄYTTÖ.....	14
4.1	Nuorten kanssa työskentelyn erityispiirteet.....	14
4.2	Altistavat ja suojaavat tekijät.....	16
4.3	Nuorten päihteiden käyttö ja päihteidenkäytön eri vaiheet.....	17
4.4	Päihteiden vaikutus nuoreen.....	19
4.5	Nuorten ehkäisevän päihdetyön tuottajat.....	20
5	TUTKIMUSPROSESSI.....	22
5.1	Tutkimusmenetelmä ja tutkimusaineiston keruu.....	22
5.2	Analysointi, eettiset näkökulmat ja luotettavuus.....	23
6	TUTKIMUKSEN TULOKSET JA NIIDEN ANALYSOINTI.....	25
6.1	Osaaminen.....	25
6.2	Altistavat tekijät.....	29
6.3	Suojaavat tekijät.....	31
7	POHDINTA.....	33
7.1	Yleistä pohdintaa.....	33
7.2	Johtopäätökset tutkimuksen tuloksista.....	33
7.3	Eettisyys ja luotettavuus.....	35
8	LÄHTEET.....	36

## 1 JOHDANTO

Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen (THL) vuonna 2018 keräämän aineiston mukaan Suomalaisien huumeiden kokeilu ja käyttö on yleistynyt 1990-luvulta lähtien. Yleisimmin kokeiltu ja käytetty huume on kannabis, jonka käyttö on yleistynyt kuudesta prosentista 24 prosenttiin. Tämä näkyy myös nuorten huumeidenkäytön lisääntymisenä. Myös nuorten asenteet päihteidenkäyttöä kohtaan ovat muuttuneet myönteisemmäksi. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2020c.)

Lain mukaan huumeiden käyttö ja hallussapito on kiellettyä ja rangaistavaa. "Päihdehuollon tavoitteena on ehkäistä ja vähentää päihteiden ongelmakäyttöä sekä siihen liittyviä terveydellisiä ja sosiaalisia haittoja sekä edistää päihteiden ongelmakäyttäjän ja hänen läheistensä terveyttä ja toimintakykyä." (Päihdehuoltolaki 2020.)

Päijät-Hämeen asukkaille tehdyssä päihdetilannekyselyssä käy ilmi, että 26 prosenttia 4308 kyselyyn vastanneesta on havainnut alaikäisten kannabiksen käyttöä. Kyselyn mukaan alueen asukkaat ovat huolissaan kannabiksesta ilmenevien haittojen vähätylystä. Päijät-Hämeen alueella on aloitettu HUU-Ma-hanke (Huumeeton maakunta), joka pyrkii nuorten huumeidenkäytön ehkäisemiseen. (Phhyky 2019.)

Opinnäytetyömme toimeksiantajana toimi HUU-Ma-hanke. HUU-Ma-hanke on antanut analysoitavaksemme valmiin aineiston, joka sisältää sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden näkemyksiä ja ajatuksia siitä, mitä osaamista nuorten ehkäisevässä päihdetyössä tarvitaan. Osaamisen lisäksi tarkastelun aiheena on opiskelijoiden käsityksiä nuorten päihteiden käyttöön liittyvistä altistavista ja suojaavista tekijöistä.

Opinnäytetyömme keskiössä ovat nuoret, jotka olemme määritelleet 12-17-vuotiaiden ikäryhmään. Opinnäytetyömme teoriapohjana käsittelemme ehkäisevää päihdetyötä ja siinä vaadittavaa osaamista. Käymme läpi nuorten kanssa työskentelyn erityispiirteitä ja päihdetyön muutoksia sekä osaamistarpeita. Työssämme päihteillä tarkoitamme laittomia huumeita. Lopuksi analysoimme sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden näkemyksiä ennaltaehkäisevässä päihdetyössä tarvittavasta osaamisesta sekä nuorten elämässä ilmenevistä suojaavista ja altistavista tekijöistä päihteiden käytön osalta.

Osa sosiaali- ja terveysalanopiskelijoista, joiden näkemyksiä työssämme analysoimme, ovat osallistuneet HUU-Ma-hankkeen järjestämään kokemuksista osaamiseen kokemusasiantuntijailtapäivään. Tämän lisäksi saimme sosionomiopiskelijoille suunnatun kyselyn vastauksineen, jossa opiskelijat vastasivat nuorten ehkäisevän päihdetyön liittyviin

kysymyksiin. Näiden 80 opiskelijan ajatuksista saimme kattavan aineiston, jonka pohjalta pystyimme saamaan vastaukset tutkimuskysymyksiimme.

## 2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT

### 2.1 Nuorten päihteiden käyttö Päijät-Hämeen alueella

Päijät-Hämeen lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmasta (2018-2021) käy ilmi huumeita vähintään kerran kokeilleiden osuus 8-9. luokkalaisista ja toisen asteen opiskelijoista. Päijät-Hämeessä on kolmanneksi eniten huumeiden kokeiluja maakunnista.

Lahden johtavan sosiaalityöntekijän Tuula Carrollin mukaan Lahti toimii huumausainekaupan keskuksena. Hänen mukaansa ammattilaisen näkökulmasta nuorten päihteidenkäyttö näyttää olevan lisääntymään päin. Kovin huolissaan hän on myös siitä, että epätavallista on kohdata nuori, jonka päihdehäiriö liittyy alkoholiin. (Tuomikoski 2019.)

Poliisina toimiva Päivi Suokas on työnsä vuoksi nähnyt, kuinka Lahden huumetilanne on muuttunut valitettavaan suuntaan. Tämä näkyy huumeiden saannin helppoutena, liikkuvien huumemäärien kasvuna ja nuorempien kokeilijoiden ja käyttäjien lisääntymisenä. (Berg 2019.) Myös poliisina toimiva Ilkka Koskimäki pitää Lahden huumetilannetta vakavana. Koskimäki on nähnyt työssään nuorten kanssa käydyissä keskusteluissa välinpitämättömyyttä ja vähättelyä päihteitä kohtaan. Koskimäen mielestä nuorten asenteiden saaminen huumeikieliseksi olisi tärkeää. (Niemi 2019.)

Perustason mielenterveys- ja päihdepalveluja on tarjolla alaikäisille perheneuvoloissa ja kouluissa sekä osassa terveysasemista. Ehkäisevän päihdetyön sosiaali- ja terveystalouteen sisältyy terveyskeskuksen ja neuvoloiden psykologit sekä lääkärit ja opiskeluterveydenhuollon ammattihenkilöt. Lisäksi kunnilla on omaa opiskeluhoitoa henkilöstöä kasvuympäristössä ja Lahden kaupungilla varhaiskasvatuksen psykologeja. Alaikäisen päihdehoito toteutetaan usein yhdessä lapsiperhepalvelujen kanssa, koska hoidon lisäksi alaikäinen ja hänen perheensä tarvitsevat yleensä myös sosiaalityön apua. Alaikäinen voi hakeutua yksin tai perheen kanssa ilman lähetettä Lahden kaupunginsairaallalla sijaitsevaan päihdepäivystykseen ja virka-ajan ulkopuolella A24-päivystykseen. (Päijät-Hämeen lasten- ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2018-2021, 42.)

Ehkäisevien päihdepalveluiden lisääminen ja lastensuojelutyön resurssien kohdentaminen oikein vähentävät raskaiden korjaavien lastensuojelutoimien tarvetta. Kuntaliiton kyselyn mukaan Päijät-Hämeessä lastensuojelun tilanne on haastavampi kuin aikaisemmin. Palvelujen saatavuuden ongelmat näkyvät erityisesti lasten mielenterveyspalveluissa. Ammattihenkilöiden voimaan tulon takia ennen kaikkea sosiaalityöntekijöiden sijaisuuksien järjestäminen on vaikeutunut. Kuntaliiton kyselyn tulosten perusteella pula työntekijöistä heikentää lastensuojelua ja viranomaistehtävien hoitoa. (Päijät-Hämeen lasten- ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2018-2021, 14.)

## 2.2 HuuMa-hanke

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii HuuMa-hanke, joka on Päijät-Hämeen hyvinvointi-kuntayhtymän Sosiaalialan osaamiskeskus Verson hallinnoima hanke. Verso vastaa Päijät-Hämeessä ja Itäisellä Uudellamaalla sosiaalialan ammatillisen osaamisen tutkimus- ja kehittämistoiminnasta. Osaamiskeskuksien toimintaa ohjaa laki 1230/2001, millä pyritään muun muassa turvaamaan sosiaalialalla tarvittavan asiantuntemuksen kehittyminen ja välittyminen sekä perus-, jatko- ja täydennyskoulutuksen ja käytännön työn yhteyden rakentuminen. Hankeen toteuttajana toimii Verson lisäksi LAB-ammattikorkeakoulu. (PHHYKY 2015.)

Päijät-Hämeessä ja ympäri Suomea on noussut huoli nuorten myönteisyydestä huumeiden käyttöä kohtaan. Myönteisyyden lisäksi huumeiden saatavuus on helpottunut huomattavasti nettikaupan yleistymisen myötä. Hankkeen toimijoiden kesken on herännyt huoli siitä, että yhä nuoremmat kokeilevat huumeita, mikä on erityisen vahingoittavaa nuoren kehitykselle. Hankkeen tarkoituksena on luoda konsepti Päijät-Hämeeseen, jolla pyritään nuorten huumeiden käytön ehkäisyyn ja varhaiseen puuttumiseen. HuuMa-hankeen avulla kehitetään systemaattinen, kustannustehokas malli, jolla saataisiin Päijät-Hämeen päihdetyö riittävälle tasolle. Hanke toteutetaan yhteistyössä nuoren, kokemusasiantuntijoiden ja ammattilaisten kanssa. Yhdessä hankitun nuorisolähtöisen tiedon pohjalta pystytään rakentamaan erilaisia toimintamalleja ja käytäntöjä, joita hyödynnetään palveluiden ja koulutusten kehittämistyössä. Hanke on käynnissä 1.1.2019-31.10.2021, ja se toteutuu terveyden edistämisen määrärahalta. (Haavisto 2020.)

## 2.3 Opinnäytetyön tavoite, tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijoiden ajatuksia nuorten ehkäisevään päihdetyöhön tarvittavasta osaamisesta sekä päihdeidenkäyttöön liittyvistä suojaavista ja altistavista tekijöistä. Työn tavoitteena on laadullisen tutkimuksen avulla hankkia näkemystä osaamistarpeista nuorten ehkäisevässä päihdetyössä, jota HuuMa-hanke pystyisi hyödyntämään työnsä toteutuksessa.

Opinnäytetyön tutkimuskysymys:

- 1) Mitä osaamista nuorten parissa työskenteleviltä tarvitaan nuorten ehkäisevässä päihdetyössä?

- 2) Mitkä tekijät nuorten kohdalla altistavat päihteiden käytön aloitukselle/kokeilulle?
- 3) Mitkä tekijät suojaavat nuoria päihteiden käytön aloitukselta/kokeiluilta?

### 3 PÄIHTEETTÖMYYDEN EDISTÄMINEN

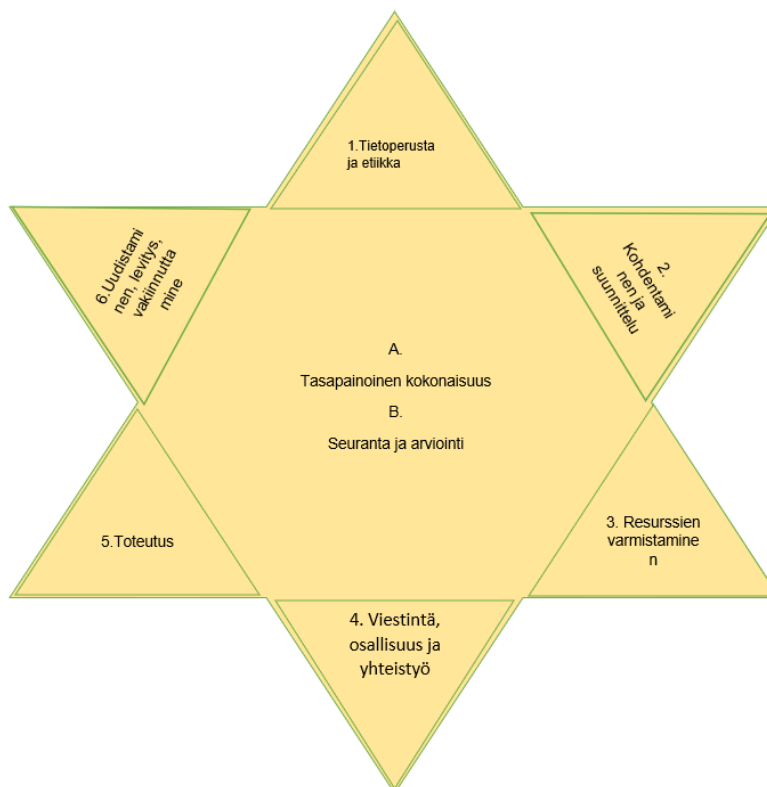
#### 3.1 Ehkäisevä päihdetyö

Laki ohjaa ehkäisevää päihdetyötä. Laki määrittelee ehkäisevän päihdetyön ”toimintana, jolla vähennetään päihteiden käyttöä ja päihteiden käytöstä aiheutuvia terveydellisiä, sosiaalisia ja yhteiskunnallisia haittoja”. Ehkäisevän päihdetyön on lain mukaan pohjaututtava päihteiden käytön ja siitä johtuvien haittojen seurantaan, saatavilla olevaan tieteelliseen näyttöön ja hyviin käytäntöihin. Suomessa ennaltaehkäisevää päihdetyötä johtaa Sosiaali- ja terveysministeriö ja ennaltaehkäisevän päihdetyön kehittämisestä- sekä ohjaamisesta vastaa terveyden ja hyvinvoinnin laitos yhteistyössä viranomaisten kanssa. (Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 2015.)

Ehkäisevä päihdetyö on kokonaisuus, joka käsittää terveyden edistämisen, terveystieteiden, terveysneuvonnan, haittojen ja sairauksien ehkäisyn sekä terveysriskien pienentämisen. WHO:n määrittelee terveyden fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilaksi eikä vain sairauden tai vamman puuttumiseksi. Ehkäisevällä päihdetyöllä tähdätään päihdehaitoilta suojaavien tekijöiden tukemiseen ja päihteiden käytölle altistavien riskitekijöiden vähentämiseen. (Partanen 2015, 466-467.)

Ehkäisevällä päihdetyöllä tavoitellaan päihteiden saatavuuden, kysynnän, tarjonnan ja päihteistä aiheutuvien haittojen vähenemistä sekä terveyden, hyvinvoinnin ja turvallisuuden edistämistä. Päihteiden kysynnän vähentäminen käsittää päihdeettömyyden lisäämisen ja yrityksen vähentää päihteiden käyttöä. (Partanen 2015, 468.) Ehkäisevällä päihdetyöllä pyritään ehkäisemään ja vähentämään päihteistä johtuvia haittoja käyttäjille, heidän omaisilleen ja yhteiskunnalle. Ehkäisevällä työllä pyritään myös lisäämään ymmärrystä päihteiden käytöstä ja käyttöön liittyvistä ilmiöistä sekä pitämään huolta perus- ja ihmisoikeuksien toteuttamisesta päihteisiin liittyvistä asioista. Kunta on päävastuussa ehkäisevän päihdetyön toteutuksesta. Jokaisella on oikeus laadukkaaseen ehkäisevään päihdetyöhön. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2020a.)

Laadukasta ehkäisevää päihdetyötä varten on Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus laatinut laatukriteerit (Stakes 2006). Laatukriteerit mahdollistavat yhtenäisen kehityksen ja kielen, joka helpottaa yhteistyötä ehkäisevää päihdetyötä tekevien tahojen kesken. Laadukkaalla työllä halutaan varmistaa kyvykkyys tarjota asiakkaiden ja kohderyhmien odotuksien ja tarpeiden mukaista apua. Laadukkaan ehkäisevän päihdetyön muodostaa kahdeksan tehtävää, joiden pohjalta on laadittu ehkäisevää päihdetyötä tukeva laatutähti-työkalu. (Soikkeli, 2013.)



Kuvio 1. Laatutähtityökalu (Laatutähteä kiertämässä 2013, 9).

Kokonaisuudessaan laadukasta ehkäisevää päihdetyötä tukeva laatutähtityökalu muodostuu sisällön, toteutuksen sekä seurannan ja arviointiin kuuluvista tekijöistä (Stakes 2006). Laatutähdessä laatua varmistavat tehtävät on jaettu ytimeen ja kuuteen sakaraan. Laatutähden ydin sisältää tasapainoisen kokonaisuuden sekä seurannan ja arvioinnin. Sakarat sisältävät tietoperustan ja etiikan, kohdentamisen ja suunnittelun, resurssien varmistamisen, viestinnän, osallisuuden ja yhteistyön, toteutuksen ja uudistamisen, levityksen ja vaikuttamisen. Laatutähti toimii visuaalisena työkaluna korkeatasoisen työn suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin. (Soikkeli, 2013.) Laatutähteä pystyvät hyödyntämään terveydenhuollon ja sosiaalialan työntekijät, asiantuntijat, kasvattajat, päättäjät ja järjestötoimijat, jotka työskentelevät päihdekysymysten parissa (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019a).

Ehkäisevän päihdetyön tulee pohjautua tutkittuun tietoon ja tieteelliseen näyttöön. Päihdetyön kysyntään pyritään vaikuttamaan antamalla tietoa päihdeistä ja niiden seurauksista sekä kannustamalla terveyttä edistäviin valintoihin. Hallituksen luomilla rajoitteilla ja sääöksillä voidaan taas vaikuttaa päihdetyön saatavuuteen. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2020b.)

### 3.2 Nuoriin kohdistuva ehkäisevä päihdetyö

Nuorille ja aikuisille suunnatuissa ehkäisevässä päihdetyössä on eroavaisuuksia. Nuorten ehkäisevässä päihdetyössä on kasvatuksellinen tyyli, ja lastensuojelulaki sekä nuorisolaki antavat suuntaa työn toteutukseen. (Viitanen 2010, 47.) Lastensuojelulain päämäärä on *“turvata lapsen oikeus turvalliseen kasvuympäristöön, tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen ja erityiseen suojeluun”* (Lastensuojelulaki 2007.) Nuorisolain viitenä tavoitteena ovat *“edistää nuorten osallisuutta ja vaikutusmahdollisuuksia sekä kykyä ja edellytyksiä toimia yhteiskunnassa, tukea nuorten kasvua, itsenäistymistä, yhteisöllisyyttä sekä niihin liittyvää tietojen ja taitojen oppimista, tukea nuorten harrastamista ja toimintaa kansalaisyhteiskunnassa, edistää nuorten yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa sekä oikeuksien toteutumista” ja viimeisenä “parantaa nuorten kasvu- ja elinoloja.* (Nuorisolaki 2016.)

Nuoriin kohdistuvassa ehkäisevässä päihdetyössä huomio kiinnittyy helposti erityistä tukea tarvitseviin nuoriin, vaikka työtä toteutetaan alustavasti kaikille nuorille. Tukea tarvitsevien nuorien ongelmien esille tuonti hallitsee nuorisokulttuurissa käytyjä puheita, ja näin ongelmakeskeisyys korostuu. Ongelmakeskeisyyden korostamisella tavoitellaan toiminnanresurssien turvaamista. Vaikka nuorten ehkäisevää päihdetyötä arvostetaan suuresti, päihdetyön toteutuksessa sinnitellään jatkuvasti resurssipulan kanssa. (Viitanen 2010, 45.)

Nuorten päihteiden käytön ehkäisy vaatii pitkäjänteisyyttä, mutta monesti pitkäjänteisyys ei toteudu johtuen toiminnan edellyttävien resurssien puutteen vuoksi. Ehkäisevään päihdetyöhön suunnatut väliaikaiset lisärahoitukset mahdollistavat hetkellisesti panostukset työhön. Ehkäisevä päihdetyö nuorten parissa on etsinyt 2000-luvulta lähtien sijaansa nuoriso- ja sosiaalityön alueelta. Stakesin luomat ehkäisevän päihdetyön laatuksiteerit eivät käy erillisesti läpi nuorten ehkäisevää päihdetyötä vaan käsittelevät yleisesti päihdetyötä. (Viitanen 2010, 46.)

Helmiön mukaan nuorten näkökulmasta toteutettu ehkäisevä päihdetyö mahdollistaa nuorten asenteisiin vaikuttamisen. Nuoret toivovat ehkäisevän päihdetyön olevan enemmän kieltämisen ja tuomitsemisen sijaan keskustelemista heidän kanssaan päihteiden käytön syistä sekä niiden haitoista. Nuoret kokevat myös ehkäisevän päihdetyön kohderyhmien jaon päihdeasenteiden mukaan. Jako mahdollistaisi eroavien tavoitteiden toteutuksen ryhmäkohtaisesti. (Helmiö 2010, 112.)

### 3.3 Ehkäisevän päihdetyön tasot

Nuorten päihteiden käytön ehkäisyssä hyödynnetään erilaisia toimintamalleja riippuen siitä, mikä päihteidenkäytön vaihe on menossa. Päihteiden käytön ehkäisyn vaiheet voidaan jakaa primaari-, sekundaari- ja tetriaariprevention vaiheisiin. Primaariprevention päämääränä on pienentää huumausainekokeiluiden ja -käyttäjien määrää tai vähintään pitkittää huumeiden aloitusta mahdollisimman myöhäiseen vaiheeseen. Pyrkimyksenä on minimoida huumeiden käyttöön kuuluvia riskitekijöitä ja tukea ehkäiseviä tekijöitä esimerkiksi vaikuttamalla huumeasenteisiin, tukemalla vanhemmuustaitoja ja puuttamalla aikaisessa vaiheessa lapsen käytöshäiriöihin. Primaaripreventio soveltuu käytettäväksi ennen huumeiden kokeilua. (Aalto, Alho & Niemelä 2018, 263.)

Sekundaariprevention päämäärä on havaita huumeekokeilut ja niistä seuraava ongelmakäyttö aikaisessa vaiheessa. Tämä mahdollistaa varhaisen puuttumisen ja huumeiden käyttöön liittyvien haittavaikutuksien kehittymisen ennaltaehkäisyn. Varhaisen vaiheen puuttumista tulisi toteuttaa matalalla kynnyksellä nuoria tavoittavassa ympäristössä, kuten koulussa tai harrastustoiminnassa. Tetriaariprevention päämäärä on huumeiden ongelmakäytöstä toipuminen, jolla pyritään ehkäisemään yksilön huumeongelman toistumista. (Aalto, Alho & Niemelä 2018, 263.)

2000-luvulla Suomi siirtyi WHO:n käyttämästä primaari-, sekundaari- ja tetriaariehkäisystä käytännöllisempään määrittelyyn jakamalla päihdetyön ehkäisevään ja korjaavaan päihdetyöhön (Partanen, 2015, 470).



Kuvio 2. Päihdetyön kokonaisuus (Laatutähteä tavoittelemassa 2006, 8).

Nuorisoalan ehkäisevä päihdetyö voidaan jaotella kolmeen alueeseen, jotka ovat sosiaalinen vahvistaminen, yleinen ehkäisy ja riskiehkäisy. Nuorisoalan ehkäisevää päihdetyötä on järkevä käsitellä nuorten näkökulmasta. Nuorilla on tietoa, ajatuksia ja kokemuksia päihteistä sekä halua osallistua keskusteluihin omasta näkemyksestään aiheeseen liittyen. (Pylkkänen 2011.)

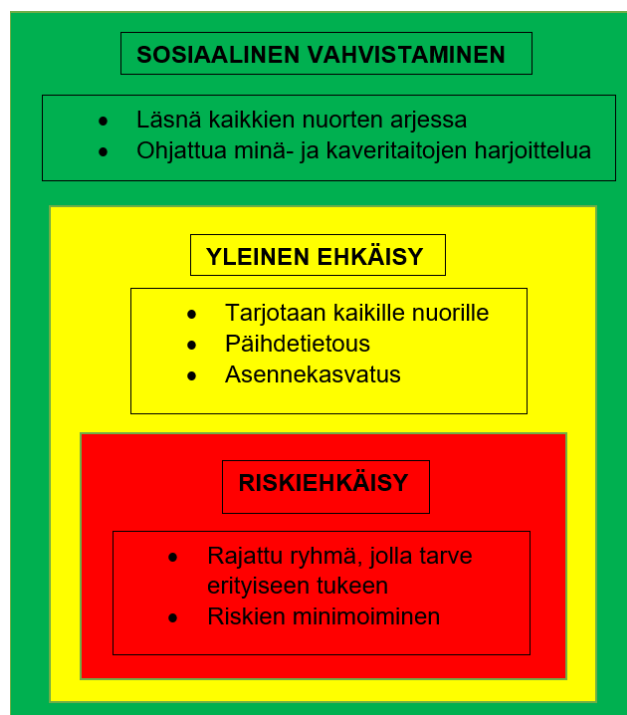
Ehkäisevän päihdetyön sosiaalinen vahvistaminen tarkoittaa nuoren itsetunnon, sosiaalisten taitojen ja arvomaailman tukemista. Pyrkimyksenä on vahvistaa nuoren taitoja ja suhtautumista terveyttä edistävään elämään. Päämääränä on lujittaa nuoren elämään kuuluvia hyvinvointia edistäviä ja suojaavia tekijöitä ja samalla suojata nuorta päihteidenkäytön haitoilta. Ehkäisevää päihdetyötä sosiaalisen vahvistamisen vaiheessa voidaan toteuttaa päihteistä puhumatta. (Preventiimi 2020.) Sosiaalisen vahvistamisen toteuttamisessa tulee huomioida nuorten elämässä ajankohtaisia ilmiöitä ja antaa nuorille mahdollisuus keskustella aiheista aikuisten kanssa. Päihdeilmiöitä voi käydä läpi monesta eri näkökulmasta ja pohtia nuorten kanssa päihdeongelmista seuraavia sosiaalisia, taloudellisia ja yhteiskunnallisia vaikutuksia. Tärkeää on, että nuoret osallistuvat pohdintaan. (Pylkkänen 2011.)

Yleinen ehkäisy kohdistetaan koko kansaan tai johonkin ryhmään, jonka valitsemisen peruste ei ole päihteiden käyttö. Yleisen ehkäisyn tavoite on päihteiden käytön aloituksen ehkäisy tai viivästyttäminen. (Partanen 2015, 470.) Yleinen ehkäisy käsittää päihdekasvatuksen ja tiedon jakamisen päihteiden seurauksista ja terveydellisistä sekä sosiaalisista haitoista nuorten ikätaso huomioiden. Yleisellä ehkäisyllä halutaan painottaa omaa päätöksentekoa päihteisiin liittyviä tilanteita kohdatessa. (Pylkkänen 2011.)

Yleisellä ehkäisyllä halutaan antaa nuorille ajankohtaisin tieto eri päihdeaineista sekä yleisimmistä riskeistä, joita päihteiden käytöstä voi seurata. Nuoret ovat oikeutettuja saamaan päihteistä asianmukaisen ja väärentämättömän tiedon, jonka mukaan he pystyvät pohtimaan omia päätöksiään. Yleisessä ehkäisyssä tulisi huomioida terveydellisten riskien lisäksi päihteiden käytön tuomia hankaluuksia kaverisuhteisiin, koulunkäyntiin ja perhe-elämään liittyen. Nuorten kokemusmaailma tulisi pyrkiä huomioimaan yleisen ehkäisyn toteutukseen kuuluvissa näkökulmissa, käsittelytavoissa sekä hyödynnetyissä esimerkeissä. Näin nuoret pystyvät yhdistämään asiat omaan arkitodellisuuteen eikä aiheuteta nuorille ylimääräistä ahdistusta ja murhetta. (Pylkkänen 2011.)

Riskiehkäisy kohdistetaan henkilöihin, joiden kohdalla päihteiden käytöstä aiheutuvat haitat ovat todennäköisiä. Riskiehkäisyllä tavoitellaan puuttumista päihteiden käyttöön, joka enteilee haittoja tai ongelmakäyttöä sekä puuttumista varhaisessa vaiheessa riskitekijöihin, jotka voivat johtaa myöhemmässä vaiheessa uhkaavaan ongelmakäyttöön. (Partanen 2015, 470.) Riskiehkäisyn toimet ovat kohdistettu ryhmään tai yksilöön, joiden

riskikäyttäytyminen on havaittu tai ilmiselvästi ennakoitavissa. Riskiehkäisyä toteuttaessa sosiaalinen vahvistaminen ja yleinen ehkäisy ovat riittämättömiä. Riskiehkäisyssä päihde- myönteistä elämäntyyliä käsitellään kriittisemmin sekä siitä aiheutuvien vaarojen ilmene- minen eri elämänaalueilla täytyvät tuoda havainnollisesti esille. (Pykkänen 2011.)



Kuvio 3. Nuorisovalan ehkäisevän päihdetyön toimintamuodot. (Preventiimi 2018, 7.)

Yleiseen- ja riskiehkäisyyn tehty jako antaa pohjan ehkäisevän päihdetyön kohdentami- seen. Tämä jako ei välttämättä aina anna vastauksia nuorten päihdeidenkäytön sosiaalisiin kysymyksiin vaan käsittelee enemmän yksilöllisiä vaikuttavia tekijöitä. (Viitanen 2010, 55.) Ammatillaiset, jotka toteuttavat ehkäisevää päihdetyötä nuorten parissa voivat pettyä, jos työ ei tuota haluttuja tuloksia tai päihdevalistuksella ei saavuteta kohderyhmille tarvittavaa tietoutta. Tällöin täytyy miettiä, onko tavoitteet toimivat ja mahdollista saavuttaa tai arvi- oida. Esimerkiksi yleistä ehkäisyä toteuttaessa ei voida olettaa, että riskiryhmään kuulu- vien nuorten kohdalla saadaan tulosta. Tulosten saamiseksi edellytetään yleisen ehkäisyn lisäksi erilaisia toimintatapoja. (Viitanen 2010, 53.)

### 3.4 Osaaminen ehkäisevässä päihdetyössä

Päihdetyö on moninaista ja siksi työssä tarvitaan laajaa tietopohjaa, joka mahdollistaa asi- akkaan kokonaisvaltaisen hoidon toteutuksen. Päihdetyössä päätöksentekoon liittyy

kokemuksen ja tiedon ohella eettisten asenteiden tarkastelua. Tämän lisäksi ammatillisessa osaamisessa päätöksentekoon sisältyy asiakkaan ja hänen läheistensä näkemyksien huomioiminen ja työntekijän taito asettua asiakkaan asemaan. (Holmberg, Kurki 2015, 40.)

Päihdetyöhön tarvitaan monenlaista ammatillista osaamista, joka koostuu tietojen, taitojen, asenteiden ja minäpystyvyyden muodostamasta kokonaisuudesta. Ammatillista pätevyyttä on osata hyödyntää näistä asioista koostuvaa kokonaisuutta työnsä toteuttamisessa. Päihdetyö edellyttää alakohtaista tietopohjaa, jota hyödyntäen ammattilainen pystyy arvioimaan ja ymmärtämään työtilanteiden ilmiöitä ja näkökulmia. Teoreettinen tieto, jota sovelletaan tapaus- ja tilannekohtaisesti luo pohjan ammatilliselle päätöksenteolle. (Hipp, Häggman-Laitila, Kallio, Kangasniemi, Karki, Kinnunen, Pietilä, Saarnio, Viinamäki, Voutilainen & Walldén. 2018,12.)

Ammatillisen osaamisen taidot jaetaan motorisiin, kognitiiviseen ja sosiaalisiin taitoihin. Taito voidaan määritellä yksilön kykyä hyödyntää opittua tietoa tehokkaasti ja epäroimattömästi tavoitteen toteutumiseksi. Osaamiseen sisältyy myös asenteita, jotka ohjaavat suhtautumista johonkin kohteeseen, kuten asiasisältöön, toiseen ihmiseen tai ajattelutapaan. Asenteet ovat muovautuvia ja ne pystyvät muuttumaan kokemuksen tuoman tietoisuuden lisääntyessä. Osaamisalueena minäpystyvyydellä tarkoitetaan yksilön omaa käsitystä kyvystä ja kapasiteetista vaikuttaa toiminnallaan ja valinnoillaan johonkin asiaan. (Hipp, Häggman-Laitila, Kallio ym. 2018, 12.) Päihdetyössä ammatilliseen osaamiseen kuuluu taito yhdistellä ja hyödyntää ammatillista tietoa ja taitoa ja työ edellyttää moninaista osaamista kuten ohjaus-, neuvonta-, motivointi-, vuorovaikutus-, yhteistyö- ja verkosto-osaamista (Holmberg, Kurki, 2015, 40).

Työelämän perustaidot ovat tiedolliset ja oppimiseen liittyvä valmiudet, taidot ja kyvyt. Ne mahdollistavat pohjan työelämän toiminnalle, yhteistyölle ja ammattitaidon kehitykselle. Moniammatillinen työyhteisö vaatii yhteistyötä ja ryhmässä toimimista. Yksilöt, erilaiset persoonat koostavat työyhteisön, jossa jokainen työntekijä pystyy antamaan omat tiedot ja taidot työyhteisön hyödynnettäväksi. Toimivassa yhteistyössä keskustelu on avointa ja keskustelevaa. Itsetuntemus tukee omien vahvuuksien ja kehittämiskohteiden hahmottamista. Arvot ja kiinnostuksen kohteet tulee käytettäväksi ja näkyviksi itsetuntemuksen kautta. (Aarnikoivu 2010, 43,69,117,123.)

### 3.5 Ehkäisevän päihdetyön osaamistarpeet

Valmisteillaan oleva sote-uudistus tulee luomaan uusia osaamistarpeita Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille. Uusiin osaamistarpeisiin kuuluu vahva substanssiosaaminen eli

alakohtainen työelämä osaaminen, geneerinen asiakastyöosaaminen, palvelunkehittämisosaaminen sekä työntekijöiden ja yhteistoiminnan muutososaaminen. Tutkintoon johtavien sote-alan koulutuksien tulee mahdollistaa opiskelijoille yhtenäinen osaamis pohja, joka vastaa näihin osaamistarpeisiin. Sote palvelurakennemuutoksessa korostuu tarve sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten sosiaalisten taitojen sekä kokonaisuuksien ja hyvinvointipalveluiden hallintaan. Tärkeänä pidetään myös asiakaslähtöistä monitoimijuusosaamista, jossa eri ammattiryhmien työnkuvat tunnetaan ja niitä kunnioitetaan sekä osataan hyödyntää omassa työssä. (Hipp, Häggman-Laitila & Kallio 2018, 7-8.)

Tulevaisuuden osaamisessa korostuu muutoksen hallintaa edistävät metataidot, joita ovat ongelmanratkaisutaidot, itseohjautuvuus, oppimiskyky, henkilökohtaisen oppimisen kehittäminen ja johtaminen sekä tiedon arvioimisen taidot. Digitaaliset taidot kasvattavat merkitystään lähes jokaisella alalla, jolloin digitaalisten ratkaisujen ja alustojen hyödyntämisen taito tulee entistä tärkeämmäksi myös päihdetyön toteuttamisessa. (Opetushallitus 2019, 5.)

Osaamistarpeiden muutoksen myötä työssä pärjääminen vaatii aktiivista osaamisen päivittämistä ja täydentämistä. Henkilöstökoulutuksiin ja muuhun ammatilliseen koulutukseen on laitettava enemmän resursseja (rahoitus, ohjaus, tarjonta), jotta jatkuva oppiminen olisi mahdollista. Jatkuvan oppimisen uudistuksen toteuttaminen onnistuu rakentamalla alueellisesti yhtenäiset rakenteet, kehittämällä työelämän osaamista, luomalla digitaalisia alustoja koulutusasteiden ja muun osaamisen modulaarisesta tarjonnasta, verkko-opintoja kehittämällä sekä tarjoamalla joustavia opintopolkuja koulutuksen ja työelämän välille. (Opetushallitus 2019, 37.)

## 4 NUORUUS JA PÄIHTEIDEN KÄYTTÖ

### 4.1 Nuorten kanssa työskentelyn erityispiirteet

Nuorten parissa työskentelyssä on olennaista huomioida nuori aina kokonaisuutena, jotta apu ja tuki tuottaisivat toivotun tuloksen. Nuoren hyvinvointiin vaikuttaa monet eri tekijät, joten kun yhtä asiaa lähdetään korjaamaan, on otettava huomioon myös muut hyvinvointiin vaikuttavat tekijät. Esimerkiksi jos koulussa huolestutaan nuoren poissaoloista, kannattaa huoli ja tuki suunnata myös nuoren vuorokausirytmien seurantaan, psyykkiseen hyvinvointiin, sekä asumis- ja talouskuvioiden mahdolliseen parantamiseen. Oikean avun tarpeen tunnistaminen ja palvelun tarjoaminen riittävän ajoissa ovat nuorten parissa työskentelyn erityispiirteitä. Yksilölliset ja intensiiviset palvelut ovat niitä tarvitsevan nuoren kohdalla kustannustehokkaita, kun huomioidaan hyvinvoinnin pitkäaikaiset vaikutukset nuorelle sekä yhteiskunnalle. Suurin osa nuorista ei tarvitse intensiivisiä ja kokonaisaltaisia tukitoimia, mutta osalle ne ovat välttämättömiä. (Helsingin Diakonissalaitos, 2018.)

Murrosikäisenä nuori ottaa askeleen kohti aikuisuutta, joka näkyy ajattelun ja ulkonäön kypsymisenä. Nuoruuteen kuuluvaan murrosikään sisältyy fyysisiä, psyykkisiä ja tunne-elämän muutoksia. Murrosiässä kavereiden merkitys suurenee, heiltä halutaan hyväksyntää ja otetaan vaikutteita. Murrosikäinen haluaa ottaa etäisyyttä vanhemmistaan, mikä voi näkyä kapinointina tai päihteiden kokeiluna. Samalla ajattelu muuttuu abstraktimmaksi, ja suhteellisuudentaju ja realiteetit vahvistuvat. Fyysiset muutokset tulevat usein ennen henkistä kasvua, mikä saattaa tuoda mukanaan epävarmuutta ja ahdistuneisuutta. Myös seksuaalisuus ja uudenlaiset tuntemukset voivat aiheuttaa nuoressa hämmennystä. (Hammar, Storvik-Sydänmaa & Tervajärvi 2019, 27.)

Nuoruusiässä tullaan entistä tietoisemmaksi omista haluista, mahdollisuuksista ja taidoista. Nuorelle kehittyy kyky sopeuttaa toimintaansa tilanteiden vaatimalla tavalla, johon tarvitaan kykyä tunnistaa ja säädellä omia kognitiivisia toimintoja. Murrosiässä nuori alkaa käsittelemään asioita ajatusten tasolla laajemmin, joka johtaa myös ympäristön mielipiteiden kyseenalaistamiseen. Murrosikäinen rakentaa omaa identiteettiään peilaamalla itseään muihin ja opettelemalla hallitsemaan tunne-elämäänsä. Uskonnollinen ajattelu kypsyä usein muuta ajattelua hitaammin. Käsitykset kuolemasta ovat kiinni pitkälti siitä, miten paljon nuori on joutunut sitä kokemaan. Murrosiässä nuori voi alkaa pelätä kuolemaa, joka voi johtaa ahdistuneisuuteen. (Kaisvuo, Storvik- Sydänmaa, Talvensaari & Uotila 2015, 70-71.)

Nuorilla ongelmana päätöksenteossa on nuoren hetkessä eläminen. Nuorten valmiudet ja halukkuus miettiä tulevaisuutta järin pitkälle eteenpäin on rajallista. (Sinkkonen 2012, 209.) Aivojen alueet, joiden tehtävä on suodattaa yllykkeitä, säädellä käyttäytymistä ja ennakoida tekemistensä seuraamuksia kehittyvät vasta nuoruusiän lopussa tai varhaisaikuisuudessa, tämä selittää nuorten ajattelemattomia tekemisiä nuoruusiällä. (Sinkkonen 2012, 43.) Nuoruuteen liittyy oman itsensä etsiminen ja oman paikan löytäminen. Kaikki haluavat kokea kuuluvansa johonkin. Yhteisö koostuu kavereista ja se tuo yhteen saman mielenkiinnon omaavia henkilöitä. Yhteisön toiminta edellyttää, että kaikki saavat ja pystyvät olemaan omia itsejään. Yhteisöllisyys on yksi nuorten erityispiirre. Oman itsensä etsimisvaiheessa kavereiden vaikutus on merkittävä. Nuoren elämää ja asenteisiin vaikuttaa nuoren saama vertaistuki sekä kokemat tunteet ja vuorovaikutus. Yhteisöllisyydellä on yhteyksiä nuorten päihdeasenteisiin. (Helmiö 2010, 106,113.)

Mannerheimin lastensuojeluliiton Lasten ja nuorten puhelin ja netti on valtakunnallinen ja maksuton alle 21-vuotiaille lapsille ja nuorille suunnattu palvelu, jonka avulla pystyy anonyymisti ottamaan yhteyttä mieltä askarruttavissa asioissa. Palvelussa on kerätty vuosien ajan laadullista kokemustietoa nuorten yhteydenotoista ammattilaisiin ja ammattilaispalveluihin. Yhteydenotoista selviää, että nuorilla on liian vähän tietoa siitä, ketä ammattilaista pitäisi lähestyä ja mitä silloin pitäisi tehdä, kun oma olo on huono. Nuoret kertoivat myös pelkäävänsä seurauksia, mitä avunhakeminen saattaisi aiheuttaa. Monet nuoret eivät muun muassa tiedä minkälaiset vaitiolovelvollisuudet ja ilmoitusvelvollisuudet ammattilaisilla on. Nuoret saattavat pitää sisällään hyvinkin isoja salattuja ongelmia, sillä pelkäävät asioiden leviämistä esimerkiksi koulu-yhteisössä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019b, 9.)

Leimautumisen pelko ja omasta olostaan tuntema häpeä nousevat yleensä kynnyskysymyksiksi nuoren avun hakemisessa. Avun tarve nähdään usein kielteisenä asiana, joka heikentää asemaa kaveripiirissä. Leimautumisen pelkoa saattaa lisätä esimerkiksi koulukuraattorin huoneen sijainti sellaisessa paikassa mihin on näköyhteys muilla koulun oppilaille. Osalla nuorista on myös käsitys siitä, että ongelmien tarvitsee olla todella suuria ennen, kun voi hakea apua. Lisäksi osa nuorista kokee kohtaamisten tuntuvan liian virallisilta ja epämukavilta. Monet nuoret viestivät kasvokkain tapahtuvien kohtaamisten olevan vaikeita ja toivovat muita vaihtoehtoja keskustella ammattilaisten kanssa. Nuoret toivovat ammattilaiselta lämpöä, toivoa ja henkilökohtaista kohtaamista. Yksi perusedellytys toimivan tukisuhteen syntymiselle on, että nuori saisi tarpeeksi aikaa rakentaa luottamussuhdetta turvalliseen ammattilaiseen. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2019b, 10.)

## 4.2 Altistavat ja suojaavat tekijät

Nuoret kokeilevat monia asioita ja osasta testatuista asioista voi muodostua tapa. Suuri riski myöhäisempään päihderippuvuuteen on sellaisilla nuorilla, joilla riskitekijät kerääntyvät. (Lepistö, Marttunen & von der Pahlen 2013, 119.) On monia tekijöitä, jotka voivat kasvattaa riskiä nuorten päihteiden käyttöön. Nämä tekijät voidaan jakaa ympäristö-, perhe- ja yksilötasoon. (Niemelä 2018, 252.) Ehkäisevässä päihdetyössä halutaan vähentää altistavia tekijöitä ja vahvistaa suojaavia tekijöitä. Suojaavilla tekijöillä on nuorta vahvistava ja oikeaan suuntaan ohjaava vaikutus. Altistavat tekijät taas saattavat ajaa nuorta hankaluuksiin. Tämä ei kuitenkaan suoraan tarkoita sitä, että nuoret, joilta löytyy suojaavia tekijöitä paljon ovat turvassa ongelmilta tai nuoret, joiden elämästä löytyy enemmän altistavia tekijöitä, ajautuisivat automaattisesti huonoille teille vaan yksittäiset asiat nuorten elämässä voivat vaikuttaa nuorten päätöksiin. (Pylkkänen, Viitanen & Vuohelainen 2009, 14-15.)

Ympäristötekijät, jotka voivat altistaa päihteiden käytölle on kaveripiiri, päihteiden helppo saatavuus ja hinta sekä päihdemyönteinen ilmapiiri. Merkityksellisin ympäristötekijä nuorten päihteiden kokeiluihin on ystävyys-suhteilla. Päihteitä saadaan useimmiten ystävilta tai tutuilta. Nuoret käyttävät päihteitä harvoin yksin, joten käyttöön liittyy vahvasti sosiaalisuus. Ystäväporukan myönteisyys ja sääntöjen vastainen käyttäytyminen voivat altistaa päihdekokeiluihin. Hintaan ja saatavuuteen liittyviä altistavia tekijöitä voi olla se, että yhden illan annos huumeissa voi olla halvempi kuin humalaan tarvittavan alkoholimäärän hinta. Huumeiden hankinta netistä on helpottunut ja suomalaiset käyttävät eurooppalaisista eniten pimeää verkkoa päihteiden hankinnassa. Yhteiskunnassa havaittavalla päihdemyönteisyydellä voi olla altistava vaikutus nuorten päihdekokeiluihin. (Niemelä 2018, 252-253.) Holmergin ym. mukaan lähiympäristöön liittyviä altistavia tekijöitä on päihteiden vaivaton saatavuus, kaveripiirin hyväksyvä suhtautuminen päihteisiin ja rikollisuus asuin-ympäristössä. (Holmberg, Hämäläinen, Kurki, Salo-Chydenius 2015, 363.)

Päihteiden kokeiluihin ja käyttöön mahdollisesti altistavasti vaikuttavia perhetekijöitä on vanhemmuustaitojen puute, joka sisältää mm. valvonnan riittämättömyyden ja epäjohtomukaisen kurinpidon. Tämän lisäksi perheriidat ja perheen sisäiset vuorovaikutusongelmat lisäävät riskiä. Vanhempien tai sisarusten päihteiden käyttö ja asenteet voivat toimia vaikuttajana nuoren päihteiden käyttöön. Perheessä päihteitä käytettäessä voi nuoren päihteiden hankinta helpottua. Päihdeperheissä epämieluisat olosuhteet kuten perheväkivalta, kaltoinkohtelu sekä seksuaalinen hyväksikäyttö on yleisempiä ja toimivat nuorten kohdalla altistavina tekijöinä päihteiden käytölle. (Niemelä 2018, 254.) Nuorten päihteiden käyttöön vaikuttavia käyttöön altistavia tekijöitä ovat mielenterveys- tai

päihdeongelmat vanhemmilla, perheen heikko sosiaalinen asema, kasvatukseen liittyvät epäjohtonmukaisuudet, etäisyys nuoren ja vanhempien keskinäisessä suhteessa, perheen riidat ja vihamielinen ympäristö (Holmberg ym. 2015, 363).

Suurin altistavatekijä yksilötason kohdalla on käytöshäiriöt. Nuorten päihteiden käyttöä voi kasvattaa myös psykiatriset häiriöt. Joillakin persoonallisuuden piirteillä kuten temperamentiin ja identiteettiin liittyvillä ominaispiirteillä voi olla päihteidenkäyttöä kasvattavia riskejä. (Niemelä 2018, 254.) Riskitekijöitä päihteiden käytölle ovat käyttäytymis- ja keskittymishäiriöt, aggressiivisuus, ahdistuneisuus ja masennus. Seikkailunhalu, pelottomuus ja elämishakuisuus voivat olla päihteiden käytölle altistavia luonteenpiirteitä. Yksilön perinnölliset tekijät yhdistettynä haitallisiin ympäristötekijöihin vaikuttavat mahdollisesti altistavasti päihteiden käytölle. (Stakes 2006, 32.)

Lähiympäristöön liittyviä suojaavia tekijöitä ovat rakenteet, joilla tuetaan kasvua ja kehitystä, tärkeimpänä vanhempien huolenpito. (Holmberg, Hämäläinen, Kurki, Salo-Chydenius 2015, 364.) Perhetasolla suojaavana tekijänä toimii perhesuhteiden läheisyys. Vahva vanhemmuus, joka pitää sisällään toimivan vuorovaikutuksen, tiedostamisen ja vaikutusvallan nuorten menemisiin ja tekemisiin sekä ymmärrettävät odotukset ja säännöt ovat suojaavia tekijöitä. (Stakes 2006, 31.) Yksilötasolla suojaavina tekijöinä voi olla varhaislapsuudessa ilmennyt tasainen temperamentti, joka mahdollistaa mukautumisen ja positiiivisen vuorovaikutuksen ympäristön kanssa. Luonteenpiirteinä varovaisuus ja ujous sekä sosiaalinen ja emotionaalinen taito voivat suojata päihteiden käytöltä. (Stakes 2006, 32.) Nuorten päihdekäyttöä suojaavia tekijöitä ovat nuoren älykkyys, positiivinen temperamentti, ratkaisutaidot ongelmatilanteissa, itseluottamus, kasvua tukeva ilmapiiri. (Holmberg ym. 2015, 364.)

### 4.3 Nuorten päihteiden käyttö ja päihteidenkäytön eri vaiheet

Terveysten ja hyvinvointilaitoksen vuonna 2019 tuottaman tutkimuksen mukaan 15-16-vuotiaiden kannabiskokeilut ja -käyttö ovat viimeisimpien vuosien aikana kasvaneet. Vuodesta 2015 vuoteen 2019 poikien kannabiskokeilut olivat nousseet 10 prosentista 13 prosenttiin ja tytöillä seitsemästä prosentista yhdeksään prosenttiin. Kyselyyn vastanneet nuoret ajattelevat aiempaa yleisemmin kannabiksen käytön olevan riskitöntä tai riskien määrän olevan hyvin pieni. Ekstaasin ja amfetamiinin kokeiluun liittyvä myönteisyys on samalla noussut viime vuosien aikana. Vain kolme prosenttia kyselyyn vastanneista kertoi kokeilleensa muita laittomia huumeita kuin kannabista. Suuri enemmistö nuorista on kuitenkin edelleen sitä mieltä, että laittomien huumeiden käytön riskit ovat suuret. Tutkimuksessa selvitettiin kannabiksen hankintatapaa, joista yleisin oli kaverilta saaminen tai ostaminen. (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2019.)

Nuorten elämään kuuluu itsenäistyminen, vastuun kasvaminen ja yhteiskunnassa oman paikan etsiminen. Uusien käyttäytymismallien kokeilu kuuluu itsenäistymiseen ja identiteetin rakentamiseen. Nuorten keskuudessa päihteillä on vaihtelevia merkityksiä. Päihteitä käyttämällä rentoudutaan ja pidetään hauskaa, haetaan helpotusta arkisen elämän vaikeuksiin tai uusia kokemuksia sekä yritetään kuulua johonkin ryhmään. (Holmberg, Hämmäläinen, Kurki, Salo-Chydenius 2015, 363.) Päihteiden hankinta vaatii valmistelua, joten nuorten päihteiden käyttö on suunniteltua. Tutkimukset osoittavat, että nuorista noin puolet ovat kertoneet päihdyttävien aineiden hankinnan olevan melko helppoa. (Helmiö 2010,108)

Nuoren päihteiden käytössä on usein neljä erotettavaa vaihetta, jotka ovat kokeilu, säännöllinen käyttö, väärinkäyttö ja riippuvuus. Päihteidenkäytön vaiheet etenevät usein nuorella nopeammin kuin aikuisella, ja mitä nuorempana käytön aloittaa sen todennäköisemmin käyttö etenee riippuvuuteen saakka. (Rogers & Goldstein 2012,39-42.) Päihteidenkäytön etenemiseen kokeilusta riippuvuudeksi vaikuttaa käytön säännöllistymisen lisäksi myös perimä. Perintötekijöiden on arvioitu selittävän jopa 50-70% riippuvuuden syntymisestä. (Aalto, Alho & Niemelä 2018, 11.)

Kokeilulle on tyypillistä pienten päihdemäärien suunnittelematon ja harvakseltaan tapahtuva käyttö. Nuoren kokeilevaan päihteidenkäyttöön ajaa yleensä uteliaisuus ja kaverisuhteet. Nuoret, jotka jatkavat päihteidenkäyttöä enemmän kuin yhden tai kahden kerran, ovat edenneet kokeiluvaiheesta säännöllisen käytön vaiheeseen. Tässä vaiheessa päihteiden käytöstä on tullut suunniteltua, mutta nuori hallitsee edelleen käytön. (Rogers & Goldstein 2012, 39-42.)

Päihteiden väärinkäytöstä aletaan puhumaan siinä kohtaa, kun käyttö alkaa syrjäyttämään muuta toimintaa, kuten harrastuksia, koulunkäyntiä ja ystävyysuhteita. Päihteiden käytöstä tulee yhä tärkeämpi osa elämää ja päihteitä käytetään myös yksin ollessa. Väärinkäyttöön liittyy myös kykenemättömyys päihteiden käytön lopettamiselle, mikä saattaa lisätä masennus- ja itsemurha taipumusta. Väärinkäytöstä seuraava vaihe on riippuvuus, jolle tyypillistä on täysi uppoutuminen huumausaineen käyttöön. Riippuvuudessa päihteidenkäyttö on kontrolloimatonta, mikä johtaa tavallisesti fyysisen ja psyykkisen kunnon heikentymiseen. Vaikka huumeiden käytöstä aiheutuvat seuraukset olisivat vakavia, ei nuori pysty lopettamaan omin avuin käyttöä. (Rogers & Goldstein 2012, 44-47.)

#### 4.4 Päihteiden vaikutus nuoreen

Päihteet ovat terveydelle tuhoisia ja ne voivat aiheuttaa vakavia, pitkäaikaisia ja pysyviä sairauksia (Selko 2013). Mitä aikaisemmin päihteiden käyttö on aloitettu, sitä kauaskantoisemmat vaikutukset siitä seuraa (Sinkkonen 2012, 208).

Vakavia haittoja, joita päihteiden käyttö voi aiheuttaa ovat aivoissa ja hermostossa tapahtuvat muutokset, jotka ovat parantumattomia. Muutokset saavat aikaan muutoksia käytössä ja huonontaa oppimiskykyä, heikentää muistia ja kehittää mielisairauksia. (Selko 2013.) Huumeet aiheuttavat äkillisiä ja voimakkaita erityspiikkejä dopamiinin tuotannossa, jonka vaikutuksena aivojen dopamiini tuotanto vähenee. Pitkään jatkuva huumeiden käyttö häiriinnyttää aivojen dopamiini tuotannon rakennetta ja seurauksena käyttäjän mielihyvän kokeminen laskee. Nuoruudessa dopamiinijärjestelmä muuntuu nopeasti ja siksi se on herkästi vahingoittuva dopamiinitasoa keinoitekoisesti muokkaaville aineille. (Sinkkonen 2012, 212.)

Päihteiden käytöllä on huomattava yhteys nuoren mielenterveyteen. Nuorten psyykkiset oireilut ja mielenterveysongelmat ovat tavanomaisempia nuorilla, joiden päihteiden käyttö on ollut runsasta ja alkanut aikaisessa vaiheessa. Mieliala- ja ahdistuneisuushäiriöt sekä käytös- ja tarkkaavaisuushäiriöt ovat yleisimpiä nuorten mielenterveyshäiriöitä. Päihteitä käyttävillä nuorilla on myös suurentunut riski itsemurhiin tai itsemurhayrityksiin. (Lepistö, Marttunen & Von der Pahlen, 2013, 111.) Päihteitä käyttävän nuoren mielenterveyden häiriö tai sen oire saattaa johtua päihteidenkäytöstä tai olla itsenäinen, päihteisiin liittymätön, mielenterveyden häiriö. Mikäli psyykkiset oireet ovat päihteidenkäytön aiheuttamia, hoito keskitetään päihdeongelman käsittelyyn ja hoitoon. Mikäli todetaan kaksoisdiagnoosi, hoidossa otetaan huomioon sekä mielenterveyden oireiden vähentäminen että päihdeongelman hoito. (Aalto, Alho, Niemelä 2018, 200.)

Huumeiden käyttöön liittyvistä somaattisista haitoista keskeisimpiä on tartuntataudit, jotka ovat yhteydessä pistohuumeiden käyttöön ja huumeiden käyttäjän elämäntyyliin. Huumeiden käytötavalla on merkitystä haittojen ilmaantumiseen. Tablettien, esimerkiksi bentso-diatsepaamien tai metadonin, käyttäminen pistämällä saattaa kerryttää apuaineena käytettyä kalkkia keuhkoihin. Oireilu tulee esiin usein rasituksessa hengenahdistuksena. Pitkään kestänyt kannabiksen käyttö sen sijaan aiheuttaa yskää ja lisääntynyttä limaisuutta. Opioidien polttamalla tapahtuvaan käyttöön liittyy suun kuivumista ja hampaiden vaurioitumista. Kroonisia käytötavasta riippumattomia vaikutuksia ovat pahoinvointi, unettomuus, seksuaalinen haluttomuus ja kyvyttömyys, ummetus, suolikrampit, aliravitsemus ja naisilla

epäsäännölliset kuukautiset. (Aalto, Alho, Niemelä 2019, 2012.) Nuorten päihteiden käyttöön liittyviin haittoihin kuuluu myös tapaturmat, kasvavat koulupoissaolot ja toisen asteen opintojen keskeytykset (Lepistö, Marttunen & Von der Pahlen, 2013, 111).

#### 4.5 Nuorten ehkäisevän päihdetyön tuottajat

Kunta on velvollinen järjestämään päihdepalvelut kunnassa ilmenevien tarpeiden mukaisesti. (Päihdehuoltolaki 2020). Päihdepalveluiden järjestämistä määrittelevä lainsäädäntö on tulkinnanvarainen ja sen vuoksi kuntien tulkinta päihdepalveluiden tarpeesta vaihtelee suuresti. Osassa kunnista on ehkäisevän päihdetyön koordinaattori, jonka tehtävänä on keskittyä ehkäisevän päihdetyön toimintaan, jota tuotetaan yhteistyössä eri toimijoiden kanssa. Kunnissa esimerkiksi sosiaalitoimi, terveydenhuolto ja nuorisotyö ovat merkittävänä osana päihdetyötä. Ehkäisevään päihdetyöhön osallistuvat myös järjestöt ja seurakunnat. (Vuohelainen 2016, 16.) Päihdepalveluita tuotetaan kunnan omina ja toisten kuntien kanssa yhteistyössä toteutettuina palveluina sekä ostopalveluina. Säätiöt, järjestöt ja yksityiset toimijat tuottavat yli puolet päihdehuollon erityispalveluista. (THL-raportti 21/2014, 26.)

Suomessa ehkäisevässä päihdetyössä on hyödynnetty WHO:n luomia huumeiden käytön ehkäisyn kriteerejä. Kriteerit perustuvat tieteelliseen näyttöön, jonka perusteella on pystytty luomaan toimenpiteitä ja toimintamalleja, joilla on havaittu korjaavia ja tukevia vaikutuksia huumeiden käytön ennaltaehkäisyssä. Standardien käytön yleisenä tavoitteena on lasten ja nuorten turvallisen kehittymisen tukeminen, jolla pystytään vahvistamaan heidän kykyjään ja potentiaaliaan elämässä sekä liittää heidät osaksi yhteisöään ja yhteiskuntaa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019c.)

Ennaltaehkäisevä päihdetyö alkaa kriteerien mukaan jo varhaislapsuudesta. Neuvolapalvelut tarjoavat tietoa päihteidenkäytön mahdollisista riskeistä odottaville äideille sekä heidän lapsilleen. Raskauden- ja varhaislapsuuden aikaisella terveysseurannalla ja kaikille tasa-arvoisella oikeudella varhaiskasvatukseen pyritään ennaltaehkäisevään päihdetyöhön. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019.)

Lapsuudessa päihdetyön tuottajina toimii vanhempien lisäksi kouluympäristö, jossa tärkeimpänä kasvattajana opettajat. WHO:n kriteereissä tehokkaiksi päihdetyön keinoiksi on todettu sosiaalisten taitojen kehittäminen, jossa korostetaan vuorovaikutteista toimintaa lasten kanssa pyrkien elämänhallintataitojen vahvistamiseen. On myös tärkeää vahvistaa opettajien kykyä hallita opetustilanteita ja auttaa lapsia löytämään paikkansa oppilaana, mikä tukee samalla koulussa pysymistä ja mielenterveyttä. Suomessa näitä asioita on

otettu huomioon koulujen opetussuunnitelmissa pyrkien viemään näitä asioita osaksi opetustyötä lisäämällä opettajien tietoisuutta ja koulutusta aiheeseen. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019c.)

Nuoruudessa ehkäisevän päihdetyön tehokeinoksi on todettu WHO:n mukaan sosiaalisiin kykyihin ja vuorovaikutukseen pohjautuva ehkäisevä opetus ja kasvatus. Nuoruudessa psykologisten haavoittuvuuksien tunnistaminen korostuu, jolloin mentorointi nuoren ja aikuisen välillä voi ehkäistä nuoren syrjäytymistä. Suomessa näitä toimia tuetaan osana opetussuunnitelmaa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019c.)

Opiskeluhoillon palvelut sisältävät koulu- ja opiskeluterveydenhuollon sekä kuraattori- ja psykologipalvelut. Opiskeluhoillon yhteisenä tavoitteena on edistää ja vahvistaa opiskelijoiden osallisuutta, hyvinvointia ja terveyttä. Jotta opiskeluhoito voisi toimia toivotulla tavalla on tärkeää, että nuoret luottavat palveluihin ja avunsaantiin. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019d.) Kaikkien nuorten kanssa työskentelevien tulisi toteuttaa nuorten päihdekasvatusta omien resurssien mukaan. Muutokset eivät tapahdu hetkessä ja siksi työhön tarvitaan pitkäjänteisyyttä. (Helmiö 2010, 113.)

## 5 TUTKIMUSPROSESSI

### 5.1 Tutkimusmenetelmä ja tutkimusaineiston keruu

Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus pyrkii ilmaisemaan tutkimiskohteen laatua, ominaisuuksia ja merkityksiä kokonaisvaltaisesti. (Jyväskylän yliopisto, 2015). Aineistonkeruu toteutuu laadullisissa tutkimuksissa pääasiassa kyselyjen, haastatteluiden, havainnoinnin tai kootun tiedon keräämisellä erilaisista aineistoista. (Sarajärvi & Tuomi 2018.)

Laadullisessa tutkimuksessa käytetään empiiristä analyysitapaa tarkastella havaintoaineistoa ja argumentoida siitä saatuja tuloksia (Sarajärvi & Tuomi 2018). Laadullinen analyysi sisältää kaksi vaihetta, havaintojen pelkistämisen ja tulosten tulkinnan. Aineistoa tarkasteltaessa kiinnitetään huomio siihen mikä on teoreettisen viitekehyksen ja tutkimuskysymyksen kannalta olennaista tietoa. Näin analysoitava aineisto pelkistyy hallittavaksi määräksi ”raakahavaintoja”. Pelkistämisessä edelleen karsitaan havaintomäärää havaintoja yhdistämällä. Kun olennainen tieto on rajattu, pyritään etsimään havaintojen yhteinen piirre tai muotoilemaan sääntö, joka pätee poikkeuksetta koko aineistoon. Toinen vaihe laadullisessa tutkimuksessa arvoituksen ratkaiseminen, toisin sanoen tulosten tulkinta. (Alasuutari 2011.)

HuuMa-hanke järjesti kokemuksista osaamiseen kokemusasiantuntijailtapäivän, johon osallistui 60 Lahden ammattikorkeakoulun ja koulutuskeskus Salpauksen oppilasta. Opiskelijat olivat sosionomi, palvelumuotoilun, sekä nuoriso- ja yhteisöohjaaja linjalla opiskelevia opiskelijoita. Tilaisuuden tavoitteena oli saavuttaa tietoja ja ymmärrystä päihde- ja mielenterveystyön osaamisesta kokemusasiantuntijoiden tarinoiden pohjalta. Kokemusasiantuntijoita oli iltapäivässä neljä ja jokainen opiskelija pääsi kuuntelemaan kaksi kokemusasiantuntijan tarinaa. Kokemusasiantuntijoiden tarinat olivat moninaisia pitäen sisällään koulukiusaamista, päihde- ja mielenterveysongelmaa. Tarinoiden jälkeen ryhmässä käytiin keskustelua tarinoiden herättämistä ajatuksista ja ehkäisevän työn osaamisesta. Keskusteluissa oli opiskelijoiden lisäksi HuuMa-hankkeeseen osallistuvia työntekijöitä. Palvelumuotoilun opiskelijat kirjasivat opiskelijoiden ajatuksia muokkaamattomina ylös. Opinnäytetyömme tutkimusaineistona on käytetty näiden opiskelijoiden ajatuksia päihdetyön osaamisen vaatimuksista.

Lisäksi saimme opinnäytetyöhömme tutkimusaineistoksi kahdellekymmenelle Lahden ammattikorkeakoulun ensimmäisen vuoden sosionomiopiskelijoille suunnatun kyselyn vastaukset, joissa opiskelijoilta kysytään heidän näkemyksiään tarvittavasta osaamisesta nuorten ehkäisevässä päihdetyössä.

Kyselyjen ja haastattelujen ajatus on yksinkertainen. Halutessamme tietää ihmisen ajatuksia johonkin tiettyyn asiaan liittyen, on viisasta kysyä asiasta häneltä. Kyselyihin ja haastatteluihin perustuvat tutkimukset ovat saaneet osakseen kritiikkiä. Esimerkiksi Alasuutari (2011) ajattelee asian niin, että ihmisiä tulee kuulla, mutta hän ei usko yhteen olemassa olevaan tapaan kuten haastatteluun tai kyselyyn jolla ”totuus” tulisi ilmi. (Sarajärvi & Tuomi 2018.)

## 5.2 Analysointi, eettiset näkökulmat ja luotettavuus

Sisällönanalyysi on analyysimenetelmä, joka sopii laadullisen tutkimusaineiston läpikäymiseen. Analyysin tulee olla tarkkaan rajattu ja kaikki rajattuun aiheeseen liittyvä täytyy julkaista. Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymys kertoo, mitä tietoa tutkimuksesta halutaan selvittää, joten näiden asioiden tulee olla yhdistettävissä tutkimusten tarkasteltujen tulosten kanssa. Tutkimusaineistosta täytyy kerätä tutkimukseen tarvittava aineisto erilleen muusta aineistosta, jonka jälkeen tutkimuksessa käytettävä aineisto on mahdollista luokitella, teemoittaa tai tyypitellä. Viimeiseksi aineistosta tehdään yleiskatsaus. (Sarajärvi & Tuomi 2018, 89-91.)

Tutkittavan aineiston saimme HuuMa-hankkeelta sähköisessä muodossa. Aloitimme analysoinnin tulostamalla aineiston paperille, jotta tulosten analysointi oli sujuvampaa. Luimme aineiston useaan kertaan läpi kokonaisuuden hahmottamiseksi. Etsimme aineistosta vastauksia, jotka olivat tutkimuskysymyksiemme kannalta oleellisia. Nämä vastaukset eroteltiin muista tutkimusvastauksista alleviivauksella. Seuraavaksi aloimme luokittelemaan vastauksia valitsemiemme teemojen mukaan. Erottelimme alleviivatut vastaukset toisistaan teemoittain eri värejä käyttäen. Tämän jälkeen leikkasimme väritetyt vastaukset ja liimasimme valitsemiemme teemaotsikoiden alle kokonaiskuvan nähdäksemme. Tavoitelimme vastauksien laaja-alaista ymmärrystä pyrkien rehellisiin ja puolueettomiin tulkituksiin.

Mikä on oikein, on kysymys, johon etiikalla haetaan vastausta (Etene 2011). Luotettava ja eettisesti hyväksytty tutkimus, jonka tulokset ovat uskottavia tulee toteuttaa hyvien tieteellisten käytänteiden mukaisesti (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012).

TENKin toimenkuvaa voi kuvata yleiseettiseksi eikä TENK puutu ammattietiikkaan liittyviin käytäntöihin ja lupamenettelyihin (Varantola 2012). Tutkimusta toteuttaessa täytyy noudattaa tiedeyhteisön hyväksymiä käytänteitä, jotka ovat rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus. Kyseiset käytänteet tulee olla käytössä tutkimustyötä toteuttaessa, tutkimuksen aineiston tallennuksessa ja esille tuomisessa sekä tutkimuksen arviointia tuottaessa.

Tutkimuksessa käytetään tutkimukseen soveltuvia menetelmiä tiedonhankinnan, tutkimuksen ja arvioinnin suorittamisessa. Tutkimuksessa tulee muistaa asianmukaisten viittausten merkintä toisten aineistoa käyttäessä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.)

Ihmistieteellisissä tutkimuksissa täytyy huomioida ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen yleiset eettiset periaatteet. Yleiset periaatteet pitävät sisällään tutkimukseen osallistuvien itsemääräämisoikeuden ja ihmisarvon kunnioituksen sekä tutkimuksen toteutuksen siten, ettei siitä aiheudu riskejä, vahinkoja tai haittoja tutkimukseen osallistuville ihmisille. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 7.) Henkilötietoja käsitellessä täytyy toteuttaa suunnitelmallisuus, vastuullisuus ja lainmukaisuus. Tutkimusaineistoa tulee käsitellä asianmukaisesti läpi koko tutkimuksen elämänkaaren. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 11.) Empiirisessä tutkimuksessa on etiikan näkökulmasta tärkeä pitää huolta, että yksittäistä henkilöä ei tunnisteta (Sarajärvi & Tuomi 2018).

## 6 TUTKIMUKSEN TULOKSET JA NIIDEN ANALYSOINTI

### 6.1 Osaaminen

Opinnäytetyön tulokset muodostuivat HuuMa-hankkeelta saaduista aineistoista, mitkä käsitteivät sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden näkemyksiä nuorten ehkäisevästä päihdetyöstä. Opiskelijoiden näkemyksistä oli löydettävissä vastaukset jokaiseen kolmeen tutkimuskysymykseen. Halusimme käyttää vastauksista suoria lainauksia tulosten esiin tuomiseksi. Opiskelijoiden näkemykset vastasivat opinnäytetyöhön keräämämme tietoperustan kanssa. Olemme käyttäneet laadullisessa tutkimuksessa empiiristä analyysitapaa tarkastella aineistoa ja analysoida siitä saatuja tuloksia.

Ensimmäisenä lähdimme tutkimaan minkälaista osaamista ehkäisevän päihdetyön toteuttajalla pitäisi sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden näkökulmasta olla. Osaamisen ja oimme tietoperustan mukaisesti tietoon, taitoon, asenteisiin ja minäpystyvyyteen. Osaamiseen liittyvä tutkimus aineisto koostui sekä HuuMa- hankkeen toteuttamista kokemusasiantuntija iltapäivistä, että sosionomi opiskelijoille teettämästä kyselystä.

Tieto nousi yhdeksi osaamisen kohteeksi analysoitavassa materiaalissa. Tietoon liittyvä osaaminen jakautui tietoon eri päihteistä, tietoon nuorista ja heidän maailmastaan, tietoon keinoista ja tavoista toteuttaa ehkäisevää päihdetyötä, tietoon päihteitä käyttävien nuorten syistä päihteiden käyttöön ja tietoon nuorten kasvun vaiheista.

Tiedolla tarkoitetaan informaatiota ja tietoisena olemista jostakin asiasta (Merjam-Webster Diktionary 2008 A, Hipp ym. 2018,12 mukaan). Tieto edellyttää informoituna olemisen lisäksi asian ymmärtämisen. (Zenely 2005, Hipp ym. 2018,12 mukaan). Työssä onnistumiseen tarvitaan alakohtaista tietopohjaa, jonka kautta ammattilainen pystyy hahmottamaan, arvioimaan ja ymmärtämään työhön liittyvien tilanteiden ilmiöitä ja eri näkökulmia. Ammatillaisen päätöksen tekoon vaikuttaa tapaus- ja tilannekohtaisesti mukautettu teoreettinen tieto. (Sipilä 2011, Hipp ym. 2018,12 mukaan.) Ammatillisen osaamisen tiedot on mahdollista eritellä opiskelemalla saavutettavaan teoreettiseen tietoon eli formaaliin tietoon, käytännön kokemuksista kerääntyneeseen tietoon eli praktiseen tietoon ja oman toiminnan reflektointiin ja itsearviointiin tarvittavaan tietoon eli metakognitiiviseen tietoon. (Paloniemi 2006, Hipp ym. 2018,12 mukaan).

Tutkittavasta aineistosta nousi opiskelijoiden huomio, että nuorten parissa työskentelevän olisi hyvä tunnistaa nuorten päihteiden kokeiluun ja käyttöön altistavia tekijöitä. Tämä tieto tukisi ehkäisevän päihdetyön kohdentamista riskiryhmässä oleville nuorille. Lisäksi ehkäisevän päihdetyön toteuttajilla olisi hyvä olla ymmärrystä suojaavista tekijöistä päihteiden

kokeilun ja käytön saralla, jotta näitä tekijöitä pystyttäisiin ottamaan huomioon ehkäisevän päihdetyön toteutuksessa.

*“Tietoa päihteistä ja niiden haittavaikutuksista, millaista päihdetyötä ja tukea on olemassa, ja mitkä ovat riskiryhmät lasten ja nuorten kanssa ja miksi”*

*“Tietoa todenmukaisesti “huumemaailmasta”. Tietoa siitä mikä ajaa huumeisiin ja mikä käyttöä ehkäisisi.”*

Vastauksista kävi hyvin ilmi, että on tärkeää ymmärtää nuoren kasvun- ja kehityksenvaiheita, jotta päihteiden käyttöön liittyvää tietoa voidaan nuoren kehitykseen sopivalla tavalla. Tieto tulee jakaa monipuolisesti huomioiden päihteiden käyttöön liittyvät haitat ja vaikutukset elämän eri osa-alueille. Nuorten parissa työskentelijöiden olisi hyvä olla perillä nuorten elämässä tällä hetkellä olevista trendeistä, jotta tiedon jakaminen kohdistuisi esillä olevaan ilmiöön.

*“Tietoa sekä päihteistä, niiden vaikutuksista ja lieveilmiöistä, että lapsista ja nuorista, heidän maailmastaan ja sitä koskettavista yhteiskunnallisista ilmiöistä.”*

*“Tietoisuutta ensinnäkin päihteiden vaaroista ja uusimmista ilmiöistä lasten ja nuorten keskuudessa.”*

*“Täytyy tuntea lasten ja nuorten kehityskriisit ja kasvukaudet sekä niiden aikana piilevät riskit sortua päihteisiin.”*

Taito oli toinen analysoitavasta aineistosta ilmi tuleva osaamisen kohde. Taitoon liittyvä osaaminen ryhmittyi sosiaalisiin taitoihin, yhteistyö taitoon, taitoon kohdata lapset, nuoret ja perheet, tekniikan hallintaan, kuuntelun taitoon ja tukemisen taitoon.

Taito voidaan määritellä yksilön opittuna kykynä hyödyntää tietoa tehokkaasti ja varmasti johonkin toimintaan (Merjam-Webster Diktionary 2008 B, Hipp ym. 2018, 12 mukaan). Tiedot ja taidot vahvistavat toinen toisiaan ammattilaisten osaamisessa. Tieto edistää ammattilaisen ymmärtämistä tarkoituksenmukaisen toimintatavan valinnassa tilanteeseen sopivaksi. Toiminnan toteuttamisessa ammattilainen hyödyntää taitojaan. (Hakkarainen & Paavola 2008, Hipp ym. 2018, 12 mukaan.)

Kohtaamisen taito korostui opiskelijoiden näkemyksissä taito osaamisessa. Nuorten ja perheiden kanssa tehtävä ehkäisevä päihdetyö ei ole yksiselitteistä, vaan työskentelyssä tulee ottaa kokonaisuus huomioon. Siitä syystä ehkäisevää päihdetyötä tekevällä

henkilöllä on hyvä olla taito kohdata haasteellisessa elämäntilanteessa olevia nuoria ja perheitä.

*“Toisen huomioimista ja kohtaamisen taitoa.”*

*“Kohdata lapsi ja nuori, sekä puhua ikätasoisesti ja olla helposti lähestyttävä ja turvallinen aikuinen.”*

*“Pitää osata kuunnella ja kohdata”.*

Ehkäisevässä päihdetyön toteutuksessa oleellisena osa-alueena on taito osata hyödyntää nykyteknologiaa. Nykyaikana nuoret viettävät paljon aikaa netissä, joten tämä mahdollistaa paremman tavoitettavuuden nuorten kohdalla. Nuorten voimavarana toimii laaja teknologian osaaminen, jonka vuoksi ehkäisevän päihdetyön kohdentaminen verkkoympäristöön on keskeistä.

*“Tekniikan hallinta on myös tärkeää, sillä nuoret tavoitetaan ehkä nopeinten sosiaalisen median kautta.”*

*“Nuorten voimavarojen hyödyntäminen.”*

*“Tiettyä “pelisilmää”.*

Nuorten parissa tehtävässä työssä ei riitä, että huomioidaan ainoastaan nuori, vaan työskentelyssä tulee huomioida koko perhe. Nuoren päihteiden käytön tuomat ongelmat heijastuvat koko perheen hyvinvointiin ja tämän vuoksi tuki tulee myös suunnata tarvittaessa nuoren vanhemmille ja perheen muille lapsille. Taito huomioida jokaisen omat tarpeet pysytään ehkäisevä päihdetyö toteuttamaan yksilöllisesti ja tähtäämään toivottuun muutokseen.

*“Yksilöiden ymmärtäminen ja tukeminen.”*

*“Osaamista lasten ja perheiden tukemiseen.”*

Asenteet. Kolmantena tarkastelun aiheena on osaamista tukevat asenteet. Tutkimus aineistosta esille nousevia ehkäisevään päihdetyöhön tarvittavia asenteita olivat aito kiinnostus ja halu auttaa, läsnäolo ja tasa-arvoinen kohtelu sekä ymmärtävä ja avoin ennakkoluuloton asenne.

Osaamiseen kuuluvilla asenteilla tarkoitetaan ihmisen pitkäkestoista valmiutta suhtautua joko suotuisasti tai epäsuotuisasti johonkin aiheeseen kuten asiasisältöön, toiseen ihmiseen tai ajattelutapaan. Kyseessä on asenteita muokkaavat oppimisprosessit eikä

niinkään persoonallisuuden pysyvät piirteet. Kokemukset, jotka lisäävät tietoisuutta kyseisestä asiasta muovaavat asenteita. Näistä kokemuksista muodostunut tietoisuus vaikuttaa yksilön tekemiin ratkaisuihin ja valintoihin tunteen ja käyttäytymisen tasolla. (Hitt ym. 2009, Hipp ym. 2018,12 mukaan.)

Asenteilla on iso merkitys nuorten ehkäisevän päihdetyön toteuttamisessa. Nuori aistii herkästi, jos ehkäisevän päihdetyön toteuttaja toimii rutiinin omaisesti ja aito kiinnostus nuoren elämää kohtaan puuttuu. Tästä syystä nuorten kanssa tehtävässä ehkäisevässä päihdetyössä läsnäolo ja aito halu auttaa on tärkeässä roolissa muutoksen aikaan saamiseksi.

*“Ammattilaisen aito läsnäolo”*

*“Aidosti kiinnostunut nuorista”*

*“Päätäväisyyttä ja halua auttaa”*

Ehkäisevää päihdetyötä toteuttaessa omasta kokemuksesta päihteiden parissa voi olla hyötyä, jos asiat on käsitelty kunnolla. Kokemuksen avulla ymmärrys nuoren päihteiden kokeiluun ja käyttöön liittyvistä tekijöistä voi olla syvemmällä tasolla kuin henkilöllä, jolla omakohtaista kokemusta ei ole. Omakohtaista kokemusta tärkeämpää on kuitenkin avoin ja tuomitsematon asenne nuoren auttamista kohtaan.

*“Ymmärrys yksilön kokemaa kohtaan”*

*“Samanarvoisuus, voisiko ajatella, että toista ei arvota ollenkaan?”*

*“Avoimen ja ennakkoluulottoman asenteen”*

Minäpystyvyys. Neljäntenä osaamisen alueena on minäpystyvyys. Selkeästi suurimpana tekijänä opiskelijoiden ajatuksista nousi kokemus omasta osaamisesta nuorten ennaltaehkäisevään päihdetyöhön liittyen.

Minäpystyvyys osaamisalueena kuvaa yksilön mielikuvaa kyvyistään ja kapasiteetistaan vaikuttaa toiminnallaan ja päätöksillään johonkin tiettyyn asiaan. (Bandura 1977, Hipp ym. 2018,12 mukaan). Itsetunto, itsevarmuus ja itsearvostus ovat minäpystyvyyden lähikäsitteitä, jotka vaikuttavat ihmisen käsitykseen yleisestä pystyvyydestään ja arvostaan kokonaisvaltaisemmin. Minäpystyvyys on muokkaantuvampi ominaisuus kuin yksilön itsetunto ja siihen kuuluvat itsevarmuus ja itsearvostus. (Mruk 2016, Hipp ym. 2018,12-13 mukaan.)

Minäpystyvyyttä vahvistavaksi asiaksi opiskelijat kokivat kokemuksen ehkäisevästä päihdetyöstä nuorten parissa. Kokemuksen tuoma varmuus tukee työn toteutusta ja lisää itseluottamusta ja minäpystyvyyden tunnetta haastavissa tilanteissa. Kokemus vahvistaa ammatillista päätöksentekoa, auttaa löytämään erilaisia ratkaisukeinoja sekä laajentaa osaamista kaikilla nuorten ehkäisevän päihdetyön osaamisen osa-alueilla.

*“Koen tarvitsevani enemmän työkaluja, jotta voisin olla ammatillisesti pätevä toimimaan tässä kontekstissa.”*

*“Omakohtaista kokemusta”*

*“Kokemusta lasten ja nuorten kanssa työskentelystä”*

## 6.2 Altistavat tekijät

Analysoimme sosionomi opiskelijoille suunnattua ehkäisevän päihdetyön tutkimuskyselyä. Opiskelijat valitsivat annetuista vaihtoehdoista nuorten päihteidenkäyttöön vaikuttavia suojaavia ja altistavia tekijöitä. Valittuaan muutaman keskeisen tekijän he perustelivat vastauksensa omin sanoin. Tutkimuskyselyn vastauksia analysoimme ympäristö-, perhe, ja yksilö tekijöiden näkökulmasta.

Riskitekijät eli altistavatekijät vaikuttavat heikentävästi terveyteen ja hyvinvointiin. Nämä tekijät voivat vaarantaa elämän ja toiminnan pysyvyyttä ja turvallisuuden tunnetta, kun elämänhallinta ja selviytyminen hankaloituvat. Altistavat tekijät saattavat suurentaa myös monenlaista sairastumisriskiä. (Holmberg, Partanen, Salo-Chydenius 2015, 112.)

Ympäristö tekijät. Tutkittavan materiaalin vastauksista ympäristön altistaviksi tekijöiksi ilmeni kaveripiiri, luotettavien aikuisten puute ja päihteiden helppo saatavuus. Nuoren kasvuun ja kehitykseen kuuluu vanhemmista irtaantumista ja oman identiteetin etsimistä. Kaverit tulevat entistä isompaan rooliin oman minäkuvan kehittämisessä ja arvomaailman rakentumisessa. Kavereihin liittyy luottoa enemmän kuin vieraisiin ihmisiin. Nuoruuteen sisältyy uusien asioiden kokeilua, jolloin ensimmäiset päihdekokeilut aloitetaan kaverien kesken. Turvattomassa kasvu-ympäristössä kasvaneen lapsen arvomaailma on voinut kehittyä jo aikaisemmassa vaiheessa vääränlaiseen suuntaan, jolloin riski päihteiden käytön kokeilulle on suurempi.

*“Kaveripiirillä on merkitystä sekä heidän suhtautumisellaan, sillä joukossa helposti tyhmyys tiivistyy ja lähdetään kokeilemaan rajoja toisten mukana...”*

*“Kaveriporukka on se reitti mistä yleensä päädytään käyttämään. Jos kaverit käyttävät on päihteiden saaminen heidän kauttaan helppoa...”*

Ympäristötekijöinä luotettavien aikuisten puute voi altistaa päihteiden kokeilulle ja käytölle. Nuorella voi olla huonoja kokemuksia luottamuksesta, joka voi olla lähtöisin omista vanhemmista tai muusta ympäristöstä. Nuoren voi olla tällöin vaikea luottaa ihmisiin ja hakea tukea. Voi olla, että nuorella ei ole ketään luotettavaa henkilöä kenen kanssa keskustella itselle heräämistä ajatuksista. Nuorella voi olla käsittelemättä jääneitä tunteita, joita turrutetaan päihteiden käytöllä. Ympäristö voi altistaa päihteiden käyttöön helpolla saatavuudella ja päihteidenkäytön sallivalla ilmapiirillä.

*“Luotettavien aikuisten puute vaikuttaa siinä mielessä, että ei ole ketään kelle avautua huolista, joita lapsi tai nuori kohtaa, mikä voi johtaa ahdistukseen ja tätä voidaan yrittää turruttamaan päihteiden käytöllä.”*

*“Päihteiden helppo saatavuus ja valvomattomuus tekevät kokeilut helpoiksi.”*

Perhe tekijät. Perheeseen liittyviksi altistaviksi tekijöiksi ilmeni vastauksista valvottoman vapaa-aika, huonot perheolot, turvattomuus ja kriisit kasvuiässä. Nuori tarvitsee sopivan tasapainon oman tilan ja rajojen välille. Nuoren arviointikyky ei ole riittävä päätösten tekemiseen sekä rajojen luomiseen ja siksi nuorilla tulisi olla turvallinen aikuinen perheessä tukemassa nuoren kasvua aikuisuuteen. Huonot perheolot voivat johtua muun muassa vanhempien päihde- tai mielenterveysongelmat, huono taloudellinen tilanne tai heikoista vanhemmuustaidoista, johon kuuluu puhumattomuutta ja turvattomuutta.

Turvallisen aikuisen puuttuminen voi olla altistava tekijä. Yleisesti turvallinen aikuinen perheessä on nuoren vanhempi, mutta turvallinen aikuinen voi olla myös muu sukulainen tai sijaiskoti.

*“Turvattomuuden kautta voi tulla tavaksi paeta pahaa oloa päihteiden kautta, etenkin jos on saanut pienestä pitäen nähdä esim. vanhempien käyttävän päihteitä.”*

*“Päihteet voi olla myös pakokeino huonoista perheoloista.”*

*“valvottoman vapaa-aika, mihin voi liittyä vanhempien uupumusta ja välinpitämättömyyttä lapsen asioihin”*

Yksilö tekijät. Yksilötekijöihin liittyviksi altistaviksi tekijöiksi ilmeni yksinäisyys, koulunkäytön ongelmat, heikko itsetunto ja perimä. Nuorten halu kuulua johonkin ryhmään on yleensä voimakas ja siksi nuoret voivat lähteä mukaan päihdekokeiluihin saadakseen ryhmän suosion. Huonoa itsetuntoa nuori voi lähteä kohottamaan päihteillä, joilla olo saadaan

itsevarmemmaksi ja sosiaalisemmaksi muiden seurassa. Koulunkäyntiongelmät voivat lisätä riskiä. Perimällä on enemmän vaikutusta päihteiden riskikäyttöön kuin päihdekokeiluihin.

*“Yksinäisyys on tila, jossa saattaa myös hakea helpotusta oloonsa.”*

*“Koulunkäyntiongelmät luovat ahdistuneisuutta ja voivat saada aikaan mitättömyyden tunteen omista kyvyistään ja jos muutenkin on heikko itsetunto niin päihteisiin ajautumiselle tulee suotuisat olot.”*

*“...mielestäni oma biologia, neurologia sekä sosiaalinen “perimä” ovat tärkeitä päihteiden käytön hallinnassa pysymiseen vaikuttavia tekijöitä.”*

### 6.3 Suojaavat tekijät

Kolmannen tutkimusanalyysin teimme päihteiden käytöltä suojaavista tekijöistä. Tarkastelimme aineistoa saman luokittelun avulla kuin altistavissa tekijöissäkin. Suojaavat tekijät totesimme pitkälti altistavien tekijöiden vastakohtiksi, joten luokittelu ympäristö, perhe ja yksilö tekijöihin oli mielestämme selkeintä. Analysoinnin toteutimme samalla menetelmällä, kun kaksi aikaisempaa tutkimusanalyysia; alleviivaten, luokitellen, ja pelkistäen raa-  
kahavaintoja.

Suojaavat tekijät vaikuttavat vahvistavasti ihmisen omaan identiteettiin. Nämä tekijät auttavat myös selviytymään kriisitilanteista ja tekemään parempia valintoja oman hyvinvointinsa suhteen. Suojaavat tekijät voivat tasapainottaa tai vähentää riskitekijöiden vaikutusta. (Holmberg, Partanen, Salo-Chydenius 2015, 112).

Tutkittavasta aineistosta nousi ympäristöön liittyviin suojaaviin tekijöihin luotettavat aikuiset, harrastukset ja muu vapaa-aika sekä kaverit. Vapaa-aika, jossa nuorella on mieluisaa tekemistä tai mielekäs harrastus antaa nuorille onnistumisen elämyksiä sekä luo uusia tai-toja ja muodostaa kaverisuhteita. Mielekkäällä harrastuksella voi olla positiivista vaikutusta myös nuoren itsetuntoon, mikä suojaa päihteidenkäytöltä.

*“Mielekäs vapaa-ajan tekeminen ehkäisee turhautumista, syrjäytymistä ja vapaa-ajan täyttämistä negatiivisilla kokeiluilla.”*

*“Harrastukset yms. suojaa päihteiden käytöltä, koska ne antavat mielekästä tekemistä ja estävät tylsyyttä”*

*“Kaverit ovat elintärkeitä nuoren kasvussa, joten heidän kielteinen suhtautuminen päihteisiin pitää ajatukset muissa toiminnoissa, heillä on jo oma yhteisönsä ja omat vapaa-ajan viihdykkeensä rakentuneet ilman päihteitä.”*

Perheen suojaaviin tekijöihin lukeutuivat vastausten perusteella turvallinen perhe ja kasvuympäristö. Turvallinen perhe pitää sisällään vahvan vanhemmuuden, jossa vuorovaikutus perheen jäsenten välillä toimii ja nuorelle asetetaan perustellut rajat. Tästä muodostuu turvallinen kasvuympäristö, jossa nuoren on mahdollista kehittyä ikätasolle sopivalla tahdilla ja luoda itselleen terve hyvä itsetunto.

*“Turvallinen perhe ja kasvuympäristö luo nuorelle turvaa ja vaikuttaa myös hyvinvointiin.”*

*“Turvallinen perhe ja kasvuympäristö luovat pohjan terveelle itsetunnolla ja tukee vaikeina hetkinä.”*

*“Perheessä tulee olla turvalliset rajat ja rakkaus.”*

Yksilötasolla suojaaviksi tekijöiksi lukeutuivat myönteinen minäkuva ja itsetunto. Myönteisen minäkuvan ja itsetunnon omaavien nuorten ei tarvitse hakea hyväksyntää muilta, vaan he pystyvät seisomaan omien valintojensa takana. Hyvällä itsetunnolla päätösten teko oman hyvinvoinnin kannalta parempiin valintoihin on helpompaa. Vahvalla itsetunnolla haasteelliset elämäntilanteet eivät altista päihteiden kokeilulle yhtä helposti, kuin huonon itsetunnon omaavalla henkilöllä.

*“myönteinen minäkuva ja itsetunto antavat rohkeutta sanoa ei päihteille kavereiden yllyttämisestä huolimatta”*

*“nuoren hyvä itsetunto ja myönteinen minäkuva edesauttavat sitä, ettei nuori ole helposti toisten vietävissä ja ns. “pakotettavissa” kokeilemaan tai käyttämään päihteitä.”*

*“Hyvä itsetunto antaa rohkeutta kieltäytyä päihteistä ja pystyä tekemään itsenäisiä valintoja mahdollisesta ryhmäpaineesta huolimatta.”*

## 7 POHDINTA

### 7.1 Yleistä pohdintaa

Olimme innoissamme opinnäytetyön aiheesta, koska päihdetyö kiinnostaa molempia. Työskentelemme mielenterveyspuolella, jossa asiakaskunnasta suurella osalla on myös päihdeongelma. Kiinnostuksestamme huolimatta opinnäytetyön valmistumiseen vaikutti maailmalla levinnyt koronavirus, jonka vuoksi Suomessa määrättiin poikkeustila. Virustartuntojen vähentämiseksi muun muassa kirjastot suljettiin ja Uudenmaan raja laitettiin kiinni. Kirjastojen sulkeutuminen toi haasteita tietolähteiden hankintaan. Uudenmaan sulkeminen esti yhdessä työskentelyn, joka oli meille luontevin työskentelytapa. Rajoitustoimenpiteiden hellittäessä pääsimme etenemään työskentelyssä toivottuun tahtiin.

Suomessa määrätty poikkeustila oli erilainen tilanne, joka muutti normaalia elämää monella tapaa. Koulujen sulkeminen ja harrastustoimien tauottaminen johti monen nuoren yksinäisyyteen ja ahdistuksen lisääntymiseen. Myös ehkäisevän päihdetyön toteutuksesta tuli haastavampaa, johtuen lähikontaktien minimoimisesta. Ehkäisevän päihdetyön oli saatava nuoret tavoitettua uudella tavalla, jossa verkon käyttö korostui huomattavasti. Uskomme verkossa tapahtuvan ehkäisevän päihdetyön lisääntyvän entisestään tulevaisuudessa.

Tietoperustan rakentamiseen käytimme monipuolisesti laadukkaita lähteitä. Tietoperustaan pyrimme saamaan opinnäytetyömme aiheeseen liittyvät oleelliset asiat, mitkä toimivat tukena tutkimuksen toteutukselle. Laadulliseen tutkimukseen saamamme tutkittava aineisto ei ollut suoraan suunniteltu työtämme varten, mutta aineistosta löytyi hyvin tarvittava tieto suunniteltuun tutkimuskysymykseemme. Työn edetessä lisäsimme vielä kaksi uutta tutkimuskysymystä, jotta saimme työstä monipuolisemman ja laajemman. Tutkimusaineisto antoi mielestämme riittävät vastaukset tutkimuskysymyksiin. Tulosten analysointi oli helppo toteuttaa, mutta analysoinnista tehtävä kirjallinen tuotos vei runsaasti aikaa. Olemme tyytyväisiä työn lopputulokseen, sillä kumpikaan meistä ei kokenut vahvuudekseen näin laajan kirjallisen työn tekemistä. Pyrimme tekemään työstä mahdollisimman monipuolisen, jotta HuuMa-hanke voisi löytää työstämme jotain uutta näkökulmaa.

### 7.2 Johtopäätökset tutkimuksen tuloksista

Opiskelijat, joilta tutkimusaineisto oli kerätty eivät olleet vielä nykyisen opiskelun puolesta työskennelleet ehkäisevän päihdetyön parissa. Opiskelijoiden vastauksilla oli paljon yhteneväisyyksiä tietoperustan kanssa. Ehkäisevään päihdetyöhön vaadittavasta osaamisesta

selkeästi suurimmiksi tekijöiksi opiskelijoiden näkökulmasta nousi tiedot ja taidot. Vain muutama opiskelija oli tuonut esille asenteiden ja minäpystyvyyden osuutta osaamisessa. Olemme molemmat sitä mieltä, että nuorten ehkäisevässä päihdetyössä osaamisen tekijöistä keskeisin on asenne päihdetyötä kohtaan. Nuori huomaa negatiivisen ja arvostele- van asenteen helposti, joka voi nostaa kynnystä avun hakemiseen ja vastaanottami- seen. Myönteisellä asenteella tietoja ja taitoja on helpompi oppia sekä työssä jaksaminen ja motivaatio säilyvät paremmin. Myönteinen asenne vaikuttaa myös positiivisesti minä- pystyvyyteen.

Työmme nimellä ”Tuetaan puuttumalla ja puututaan tukemalla” tiivistyy mielestämme nuorten ehkäisevän päihdetyön ydin. Ehkäisevässä päihdetyössä voidaan puuttua nuor- ten tilanteisiin aikaisessa vaiheessa, jos osataan tunnistaa ongelmallisia tilanteita. Puuttu- misen ei tarvitse tarkoittaa sitä, että reagoidaan tilanteeseen, kun päihdeongelma on jo syntynyt. Puuttuminen on välittämistä, läsnäoloa ja kiinnostusta nuoren asioita kohtaan. Puuttuminen on altistaviin tekijöihin reagoimista ja tuen tarjoamista matalalla kynnyksellä.

Altistavissa ja suojaavissa tekijöissä ei ollut niin suurta hajontaa kuin osaamista tutkitta- essa. Yhteneväisyyttä osaltaan selittää se, että sosionomi opiskelijat olivat kyselyssä va- linneet valmiista vaihtoehdoista päihteiden käytölle suojaavia ja altistavia tekijöitä. Valin- nan lisäksi he kirjoittivat perusteluja valintoihin, jotka laajensivat näkemyksiä päihteiden käyttöön vaikuttavista tekijöistä. Ajattelemme, että hajonnan vähyyteen vaikuttaa osaltaan myös tekijöiden yhteys toisiinsa. Koska tekijät vaikuttavat toisiinsa niin paljon ei voida nos- taa yhtä tekijää ylitse muiden.

Lasten ja nuorten päihteiden käytön tunnistaminen on tärkeässä roolissa, jotta ehkäisevää päihdetyötä voidaan toteuttaa tarpeeksi varhaisessa vaiheessa. Sairaanhoidajakoulutus- sessa ennaltaehkäisevän päihdetyön käsittely jää todella vähäiseksi ja pääasiassa keski- tytään jo syntyneisiin ongelmiin. Lasten ja nuorten päihteiden käytön yleistyessä ehkäise- vää päihdetyötä voitaisiin käydä sairaanhoitaja koulutuksessa tarkemmin läpi.

Toivomme, että opinnäytetyömme antaa uutta näkökulmaa ja herättää ajatuksia ehkäise- vän päihdetyön toteutukseen. Tavoitteemme oli, että HuuMa-hanke pystyy hyödyntämään opinnäytetyömme tutkimustuloksia ehkäisevän päihdetyön palveluiden ja koulutusten ke- hittämistyössä.

### 7.3 Eettisyys ja luotettavuus

Noudatimme hyvää tutkimuskäytäntöä opinnäytetyötä tehdessämme. Pyrimme opinnäytetyötä tehdessä ottamaan huomioon lähteiden laadun ja lähdemateriaalien tuoreuden, jotta tietoperusta olisi tällä hetkellä paikkaansa pitävää. Olemme työssämme huolehtineet oikeat lähdemerkinnät toisten tuottamia materiaaleja käyttäessämme ja keränneet tietoa monipuolisesti eri lähteistä, jotta pystyimme vertaamaan tuottavatko tietolähteet toisiaan tukevaa tietoa.

Tutkimusta tehdessä pyrimme huomioimaan aineistosta kaikki näkemykset samanarvoisina ja tuomaan vastaukset esiin täysin alkuperäisessä muodossa. Toteutuksessa noudatimme tiedeyhteisön hyväksymiä käytänteitä, jotka ovat rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus. Tutkimuksessa käytimme tutkimukseen soveltuvia menetelmiä tiedonhankinnan, tutkimuksen ja arvioinnin osalta.

Tutkimuksen luottamuksellisuuden takaamme siten, että emme antaneet tutkimusaineistoa ulkopuolisten ihmisten käsiteltäväksi. Tutkimusaineistosta ei selvinnyt tutkittavien henkilöllisyys, sillä ne olivat anonymisti kirjoitettuja. Lisäksi säilytämme tutkimusaineistoa vain niin kauan kuin on tarpeen opinnäytetyön valmistumisen kannalta.

## 8 LÄHTEET

- Aalto, M., Alho, H. & Niemelä S. 2018. Huume- ja lääkeriippuvuudet. 1. Painos. Kustannus Oy Duodecim
- Aarnikoivu H. 2010. Menesty ja voi hyvin. Alma Talent.
- Alanen, L., Harrikari, T., Pekkarinen, E. & Satka, M. 2011. Lapset, nuoret ja muuttuva hallinta. Bookwell Oy. Jyväskylä.
- Alasuutari, P. 2011. Laadullinen Tutkimus 2.0. Vastapaino
- Berg, T. 2019. Uusi Lahti. Huumetilanne näkyy ja tuntuu Lahdessa- ”Näitä tulee niin paljon esille kuin pystytään tutkimaan” [viitattu 1.5.2020]. Saatavissa: <https://www.uusilahti.fi/paikalliset/803624>
- ETENE. 2011. Sosiaali- ja terveysalan eettinen perusta. [viitattu 28.3.2020]. Saatavissa: <https://etene.fi/documents/1429646/1559058/ETENE-julkaisuja+32+Sosiaali-+ja+terveysalan+eettinen+perusta.pdf/13c517e8-6644-4fa5-8c5f-193cfdce9841/ETENE-julkaisuja+32+Sosiaali-+ja+terveysalan+eettinen+perusta.pdf>
- Goldstein L. & Rogers P. 2012. Tunnista nuoren huume- ja alkoholiongelmat. Minerva
- Haavisto A. 2020. Projektipäällikkö. HUU-Ma-hanke. Haastattelu 12.3.2020
- Hammar A., Storvik-Sydänmaa S. & Tervajärvi L. 2019. Lapsen ja perheen hoitotyö. Sanoma Pro.
- Helmiö, S. 2010 Nuorten yhteisöllisyyden piirteitä päihdekulttuurissa. [viitattu 6.6.2020]. Saatavissa: [https://www.humak.fi/wp-content/uploads/2014/12/yhteisollisia\\_nakokulmia1.pdf](https://www.humak.fi/wp-content/uploads/2014/12/yhteisollisia_nakokulmia1.pdf)
- Helsingin Diakonissalaitos. 2018. Vamoksen käsikirja etsivään nuorisotyöhön. [viitattu 26.4.2020]. Saatavissa: <https://www.hdl.fi/wp-content/uploads/2018/01/Helsingin-Diakonissalaitos-julkaisu-valittamisen-ammattilaiset-vamos.pdf>
- Herranen J & Lundbom P. 2011. Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Humanistinen Ammattikorkeakoulu. [viitattu 30.5.2020]. Saatavissa: <https://www.humak.fi/wp-content/uploads/2014/12/humak-sos-vahvistaminen-verkko.pdf>
- Hipp K., Häggman-Laitila A., Kallio H., Kangasniemi M., Karki S., Kinnunen P., Pietilä A., Saarnio R., Viinamäki L., Voutilainen A. & Walldén A. 2018. Optimoitu sote-ammattilaisten koulutus- ja osaamisuudistus. [viitattu 28.5.2020]. Saatavissa:

<http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160883/39-2018-Optimoitu%20sote-osaaminen.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Holmberg, J., Inkinen, M., Kurki, M., Partanen, A. & Salo-Chydenius, S. 2015. Päihdehoitotyö. 1. Painos. Sanoma Pro Oy

Kaisvuo T., Storvik- Sydämaa S., Talvensaari H. & Uotila N. 2015. Lapsen ja nuoren hoitotyö. Sanoma Pro.

Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 523/2015 [viitattu 20.3.2020]. Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150523>

Lastensuojelulaki 417/2007 [viitattu 25.5.2020] Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>

Lepistö J., Marttunen M. & von der Pahlen B. 2013. Päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt. [viitattu 3.6.2020]. Saatavissa: [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110484/THL\\_OPA025\\_2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110484/THL_OPA025_2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Lundbom P. & Vuohelainen E. 2016. Humanistinen Ammattikorkeakoulu. Ehkäisevä päihdetyö Ammattikorkeakoulussa – Miksi ja miten. [viitattu 25.5.2020]. Saatavissa: <https://www.humak.fi/wp-content/uploads/2016/10/preventiimi-a5-netti.pdf>

Niemi, P. 2019. Yle Uutiset. Vuosi sitten huumekohussa rypenyt Lahti etsii yhä ratkaisua ongelmaansa. [viitattu 1.5.2020]. Saatavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-10912327>

Norman M., Odell H., Tapio M. & Vuohelainen E. 2018. Nuorisolan ehkäisevä päihdetyö. Hyppää kyytiin. [viitattu 6.8.2020]. Saatavissa: [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-4.pdf](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-4.pdf)

Nuorisolaki 1285/2016 [viitattu 25.5.2020]. Saatavissa: <https://finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285>

Opetushallitus. 2019. Osaaminen 2035 [viitattu 3.4.2020]. Saatavissa: [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/osaaminen\\_2035.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/osaaminen_2035.pdf)

Pylkkänen S., Viitanen R. & Vuohelainen E. 2009. Mitä on nuorisolan ehkäisevä päihdetyö. Laadukkaan päihdekasvatuksen tukimateriaali. [viitattu 18.5.2020]. Saatavissa: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/43252/978-952-456-092-4.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Pylkkänen, S. 2011. Preventiimi. Mitä on nuorisolan ehkäisevä päihdetyö? Laadukkaan päihdekasvatuksen kokonaisuus [viitattu 24.5.2020]. Saatavissa:

<https://docplayer.fi/12569569-Mita-on-nuorisoalan-ehkaiseva-paihde-tyo-laadukkaan-paihdekasvatuksen-kokonaisuus.html>

Päihdehuoltolaki 41/1986 [viitattu 25.5.2020]. Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041>

Päijät-Hämeen hyvinvointiyhtymä. 2019. HuuMa- Päijät-Häme, huumeeton maakunta. [viitattu 3.5.2020]. Saatavissa: <https://www.phhyky.fi/fi/yhtyma/verso/kehittamishankkeet/huuma-paijat-hame-huumeeton-maakunta/>

Päijät-Hämeen hyvinvointiyhtymä. 2019 Päihdetilannekysely [viitattu 9.5.2020]. Saatavissa: [https://www.phhyky.fi/assets/files/2019/11/P-H\\_P%C3%A4ihdetilannekysely2019.pdf](https://www.phhyky.fi/assets/files/2019/11/P-H_P%C3%A4ihdetilannekysely2019.pdf)

Päijät-Hämeen hyvinvointiyhtymä. 2020. Sosiaalialan osaamiskeskus Verso-liikelaitos [viitattu 20.3.2020]. Saatavissa: <https://www.phhyky.fi/fi/yhtyma/verso/>

Päijät-Häme. Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2018-2021. [viitattu 3.5.2020] Saatavissa: [https://www.phhyky.fi/assets/files/2018/12/P%C3%A4ij%C3%A4t-H%C3%A4meen-lasten-ja-nuorten-hyvinvointisuunnitelma-2018-2021-12.10\\_.pdf](https://www.phhyky.fi/assets/files/2018/12/P%C3%A4ij%C3%A4t-H%C3%A4meen-lasten-ja-nuorten-hyvinvointisuunnitelma-2018-2021-12.10_.pdf)

Sarajärvi A. & Tuomi, J. 2018. Laadullinen Tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannus osakeyhtiö Tammi

Selko. 2013. Asiaa huumeista. [viitattu:7.6.2020] Saatavissa: <https://selko.fi/asiaa-huumeista/>

Sinkkonen J. 2012. Nuoruusikä. 3.Painos. Werner söderström osakeyhtiö

Stakes. 2006. Ehkäisevän päihdetyön laatukriteerit. Työryhmämuistio 25.1.2006. [viitattu 26.4.2020]. Saatavissa: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77187/Tp3-2006-verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Stakes. 2006. Laatutähteä tavoittelemassa. Ehkäisevän päihdetyön laatukriteerit. [viitattu 6.8.2020] Saatavissa: [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/75223/laatutahtea\\_tavoittelemassa1.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/75223/laatutahtea_tavoittelemassa1.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Soikkeli, M. & Warsell, L. 2013. Laatutähteä Kiertämässä. Ehkäisevän päihdetyön laatu-käsikirja. [viitattu 6.8.2020] Saatavissa: [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104420/KID2013\\_021\\_verkkojulkaisu.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104420/KID2013_021_verkkojulkaisu.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Terveyden ja hyvinvointi laitos. 2019a. Ehkäisevän päihdetyön laatutähti. [viitattu 26.4.2020]. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva->

[paihdeyto/ehkaisevan-paihdeyton-johtaminen/ehkaisevan-paihdeyton-arviointi-ja-seuranta/ehkaisevan-paihdeyton-laatusahti](#)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2019b. Kohtaaminen keskiössä - Lapsi- ja nuorilähtöisyys opiskeluhoollon palveluissa [viitattu 4.6.2020]. Saatavissa: [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137983/URN\\_ISBN\\_978-952-343-307-6.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137983/URN_ISBN_978-952-343-307-6.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2019c. WHO:n huumeiden käytön ehkäisyn standardit [viitattu 3.4.2020]. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/huumeet/huumausainepolitiikka/kansainvalinen-huumeepolitiikka/who-n-huumeiden-kayton-ehkaysyn-standardit>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019d. opiskeluhoolto. [viitattu 4.4.2020]. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/opiskeluhoolto>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tilastorapotti 40. 2019. Nuorten päihteiden käyttö ja rahapelaaminen-ESPAD tutkimus 2019 [viitattu 21.3.2020]. Saatavissa: [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138792/ESPAD\\_tilastoraportti06112019.pdf?sequence=3&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138792/ESPAD_tilastoraportti06112019.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2020a. Ehkäisevä päihdeyto [viitattu 21.3.2020]. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeyto>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2020b. Ehkäisevä päihdeyto perustuu tietoon. [viitattu 21.3.2020]. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeyto/mita-ehkaiseva-paihdeyto-on/ehkaiseva-paihdeyto-perustuu-tietoon>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2020c. Mitä ehkäisevä päihdeyto on? [viitattu 3.4.2020]. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeyto/mita-ehkaiseva-paihdeyto-on>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2020d. Suomalaisten huumeiden käyttö ja huumeasenteet 2018. [viitattu 21.3.2020]. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/tilastot-ja-data/tilastot-aiheittain/paihteet-ja-riippuvuudet/huumeet/suomalaisten-huumeiden-kaytto-ja-huumeasenteet>

Tuomikoski, M. 2017. Yle Uutiset. Karu totuus Suomen amfetamiinikaupungista-Huumerikosten määrä selkeässä kasvussa Hämeessä. [viitattu 1.5.2020]. Saatavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-9400111>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa [viitattu 28.3.2020]. Saatavissa: [https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. (Julkaisu3/2019) [viitattu 26.4.2020]. Saatavissa: [https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden\\_eettisen\\_ennakoarvioinnin\\_ohje\\_2019.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2019.pdf)

Varantola, K. 2020. Tutkimusetiikka yliopiston arjessa. [viitattu 26.4.2020] Saatavissa: <https://journal.fi/tt/article/view/6498/5344>

Warsell, L. & Soikkeli, M. 2013. Laatutähteä kiertämässä- Ehkäisevän päihdetyön laatukäsikirja. [viitattu 26.4.2020]. Saatavissa: [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104420/KID2013\\_021\\_verkkojulkaisu.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104420/KID2013_021_verkkojulkaisu.pdf?sequence=1&isAllowed=y)