

# EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN MENETELMÄT

Toimivia malleja nuorten parissa työskenteleville

Tiia Koskela

Opinnäytetyö  
Marraskuu 2014

Sosiaalialan koulutusohjelma  
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala



JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULU  
JAMK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES



Tekijä(t) Koskela, Tiia	Julkaisun laji <b>Opinnäytetyö</b>	Päivämäärä <b>17.11.2014</b>
	Sivumäärä <b>38</b>	Julkaisun kieli <b>Suomi</b>
		Verkkojulkaisulupa myönnetty: <b>X</b>
Työn nimi <b>Ehkäisevän päihdetyön menetelmät</b> Toimivia malleja nuorten parissa työskenteleville		
Koulutusohjelma Sosiaalialan koulutusohjelma		
Työn ohjaaja(t) Tuija Ketola		
Toimeksiantaja(t) Tarjontatyöryhmä		
Tiivistelmä <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli kirjallisuuden ja tutkimusten avulla selvittää millaisia malleja ja menetelmiä nuorten päihdevalistukseen on käytetty ja mitkä niistä ovat olleet toimivia. Työssä ei kohdistettu huomiota yhteen tietynlaiseen päihdyttävään aineeseen vaan keskityttiin yleisesti kaikkiin päihteisiin (alkoholi, tupakka, huumeet sekä muut päihdyttävät aineet kuten liuottimet ja lääkkeet). Työ on rajattu keskittymällä yläkoulun 9. luokkalaisiin sekä ammattiopiston opiskelijoihin.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin narratiivisena kirjallisuuskatsauksena. Tutkimusaineisto pyrittiin rajamaan mahdollisimman hyvin vastaamaan tutkimuskysymyksiin. Lopulliseen aineistoon valikoitui kolme tutkimusta ja julkaisua, joista yksi oli englanninkielinen ja kaksi suomenkielistä.</p> <p>Kirjallisuuskatsauksen perusteella vuorovaikutuksellisuuteen, yhteisöllisyyteen perustuvat sekä nuorten omaa ajattelua tukevat mallit ovat toimivia päihdevalistuksen menetelmiä. Lisäksi vanhempien rooli ja heidän asenteensa nuorten päihteiden käyttöä kohtaan ovat merkittäviä. Tässäkin vanhemman ja nuoren välinen vuorovaikutus ja keskusteleminen päihteisiin liittyvistä asioista on suuressa roolissa.</p> <p>Työ toteutettiin yhteistyössä Jyväskylän kaupungin Tarjontatyöryhmän kanssa. Tavoitteena oli tuottaa heidän käyttöönsä selkeä ja helposti luettava taulukko, johon on koottuna työhön valikoidut sopivat päihdevalistuksen eri menetelmiin liittyvät tutkimukset ja julkaisut.</p>		
Avainsanat ( <a href="#">asiasanat</a> ) Päihdevalistus, ehkäisevä päihdetyö, ammattioppilaitos, nuoruus		
Muut tiedot		



Author(s) Koskela, Tiia	Type of publication Bachelor's thesis	Date 17.11.2014
		Language of publication: Finnish
	Number of pages 38	Permission for web publication: X
Title of publication <b>Substance abuse prevention methods</b> Working models for those who work with young people		
Degree programme Degree programme in social services		
Tutor(s) Ketola, Tuija		
Assigned by Tarjontatyöryhmä (Supply Working Group)		
Abstract <p>The purpose of this thesis was to examine by reviewing literature and research what kind of models and methods have been used in youth intoxicant education and which of them have been effective. The main focus of this study was not on one type of intoxicant but generally on all intoxicants (alcohol, tobacco, drugs and other intoxicating substances such as solvents and pharmaceuticals). This work was limited to 9th graders of the comprehensive school and to vocational school students.</p> <p>The study was carried out as a narrative literature review. The data was aimed to be limited so that it would answer the research questions as well as possible. The final selection of the data comprised three studies and publications one of which was in English and two in Finnish.</p> <p>On the basis of the literature review, interactive and community-based models as well as those supporting young people's own consideration were effective intoxicant education methods. In addition, the role of parents and their attitudes towards young people's intoxicant use were significant. Moreover, the parent-adolescent interaction and discussion on issues related to intoxicant abuse had a major role.</p> <p>The study was carried out in cooperation with the City of Jyväskylä's Supply Working Group. The aim was to provide them with a table that would be clear and easily readable and that would contain selected studies and publications on different methods of educating youngsters in intoxicant-related issues.</p>		
Keywords intoxicant education, prevention program, vocational school, adolescence		
Miscellaneous		

## Sisältö

<b>1 Johdanto .....</b>	<b>2</b>
<b>2 Päihdekulttuuri .....</b>	<b>3</b>
<b>3 Edistävää ja ehkäisevää päihdetyötä.....</b>	<b>5</b>
3.1 Päihdevalistus .....	6
3.2 Koulu .....	7
3.3 Koti.....	8
3.4 Laki ja toimijat .....	9
<b>4 Mallit ja mallien arviointi .....</b>	<b>10</b>
<b>5 Opinnäytetyön tavoite ja tarkoitus.....</b>	<b>11</b>
<b>6 Kirjallisuuskatsaus.....</b>	<b>12</b>
<b>7 Aineiston kuvaus.....</b>	<b>13</b>
7.1 Aineiston haku ja rajaus .....	13
7.2 Aineiston valinta ja analysointi.....	14
<b>8 Tutkimustulokset .....</b>	<b>15</b>
8.1 Ryhmäinterventio .....	15
8.2 Mindspace .....	18
8.3 Örebro-ohjelma .....	23
<b>9 Pohdinta .....</b>	<b>26</b>
9.1 Päihdevalistuksen menetelmät .....	26
9.2 Luotettavuus ja eettisyys.....	31
<b>Lähteet .....</b>	<b>33</b>
<b>Liitteet .....</b>	<b>36</b>
Liite 1. Taulukko.....	36

## 1 Johdanto

Ehkäisevää päihdetyötä on tehty Suomessa kauan, jo 1870-luvulta raittiusliikkeestä asti. Päihdetyön muodot ovat muuttuneet ajansaatossa paljonkin. Vuonna 2009 on tehty Kansallinen mielenterveys- ja päihdetyön suunnitelma, Mieli, jossa kehitetään sekä mielenterveys- että päihdetyötä aina vuoteen 2015 asti. Suunnitelman tarkoituksena on yhdistää ja yhtenäistää mielenterveys sekä päihdetyö yhtenäiseksi ja toimivaksi valtakunnalliseksi kokonaisuudeksi. Suunnitelman avulla pyritään vahvistamaan asiakkaan asemaa ja osallisuutta omien asioidensa hoidossa sekä edistämään mielenterveyttä ja päihdeettömyyttä sekä ehkäisemään haittojen lisääntymistä. Lisäksi tavoitteena on palvelujen tuottaminen toimivana kokonaisuutena sekä ohjauskeinojen kehittäminen. (Kansallinen mielenterveys- ja päihdesuunnitelma n.d.) Mielenterveys- ja päihdetyötä ohjaavat myös monet lait ja tämän edellä mainitun suunnitelman yhtenä linjauksena on, että Sosiaali- ja terveysministeriön päivittävät mielenterveyslain, päihdehuoltolain sekä raittiustyönlain sekä selvittävät onko mahdollista yhdistää nämä mielenterveyteen ja päihdetyöhön liittyvät lait yhdeksi selkeäksi kokonaisuudeksi. (Linjaukset n.d.) Tämän lisäksi Sosiaali- ja terveysministeriö on tehnyt uuden lakiesityksen, joka koskee ehkäisevää päihdetyötä. Sen tarkoituksena on vähentää sekä ehkäistä muun muassa päihdeistä aiheutuvia haittoja. Uudella lailla haetaan myös alueellista tasa-arvoa, sillä tällä hetkellä päihdeiden ehkäisyyn käytetyt resurssit vaihtelevat kunnittain. Uuden lain myötä kunnat vastaisivat entiseen tapaan omasta ehkäisevän päihdetyön toiminnasta ja organisoinnista, mutta kuhunkin kuntaan nimettäisiin henkilö, joka vastaisi alueen päihdehaittojen koordinoinnista. Tällä tavoin saataisiin pienennettyä kuntien välistä eriarvoisuutta ja lisättyä moniammattilista yhteistyötä. Tällä ehkäisevän päihdetyön lailla korvattaisiin vuoden 1982 raittiustyölaki. Lakiesitys on tarkoitus antaa eduskunnalle syksyn 2014 aikana. (Luonnos uudeksi päihdehaittoja ehkäiseväksi laiksi lausunnoille 2014.)

Voimavarojen ja osallisuuden vahvistaminen sekä riskitekijöiden vähentäminen on yhtenä tärkeänä tavoitteena edistävässä ja ehkäisevässä mielenterveys- ja päihdetyössä. Yhteisöllisyyden ja yksilön osallisuuden vahvistaminen ehkäisee ongelmien

syntyä ja edesauttaa varhaista puuttumista ongelmiin. Yhteisöllisyys ja osallisuus sekä niiden edistäminen ovat vahvasti yhteydessä toisiinsa. Niiden vahvistaminen kuuluu kaikille yhteiskunnan tasoille – hallinnolle, työelämälle ja paikallisille toimijoille, kuten järjestöille. Lasten ja nuorten osalla päihdeongelmien ehkäisyssä yhteisöllisyys ja sosiaalinen vahvistaminen ovat tärkeitä. (Edistävä ja ehkäisevä työ 2012, 32–33.) Nuorisolaissakin tuodaan esille aktiivisen kansalaisuuden edistäminen sekä sosiaalinen vahvistaminen ja näiden tavoitteena on parantaa nuoren elämäntaitoja sekä ehkäisemään syrjäytymistä. (L 27.1.2006/72.) Nuorten kohdalla yhteisöllisyys rakentuu kodin, koulun, harrastusten ja asuinympäristön piireissä. Nuori viettää paljon aikaa kouluympäristössä ja sen vuoksi onkin tärkeää, että kouluterveydenhuollossa huomioitaisiin sekä yksilötason että koko kouluyhteisön kehittäminen. (Edistävä ja ehkäisevä työ 2012, 33.) Nuorten parissa tehtävässä päihdetyössä ja sitä kautta päihdevalistukseen käytetyissä menetelmissä nousee esille vahvasti yhteisöllisyys ja osallisuuden tukeminen ja vahvistaminen.

Tämän narratiivisen kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena on selvittää kirjallisuuden ja tutkimusten avulla millaisia toimivia malleja päihdevalistukseen on käytetty kun kyseessä ovat 15–18-vuotiaat nuoret. Opinnäytetyössä pyrittiin vastaamaan seuraavaan kahteen kysymykseen; millaisia malleja on olemassa ja mitkä mallit ovat osoittautuneet toimiviksi. Työ toteutettiin yhteistyössä Jyväskylän kaupungin Tarjontatyöryhmän kanssa. Tavoitteena oli tuottaa heidän käyttöönsä selkeä ja helposti luettava taulukko, johon on koottuna työhöni valikoidut sopivat päihdevalituksen eri menetelmiin liittyvät tutkimukset ja julkaisut.

## **2 Päihdekulttuuri**

Päihteiden käytön hyväksyttävyyys sekä niiden asema vaihtelevat eri kulttuureissa. Suomessa päihdekulttuuria ylläpitää edelleen vahvana alkoholi. Alkoholilla on kulttuurissamme suuri sosiaalinen asema. (Havio, Inkinen & Partanen 2013, 93.) Päihdekulttuuriimme antaa monenlaisia malleja – alkoholia juodaan sekä suruun että iloon, suomalainen ei voi tanssia selvin päin, juhannus ja vappu kuuluu viettää ympäripäis-

sään ja jouluna maistellaan viiniä usean pullon verran. (Helmiö 2010, 106.) Suomalaiseen kulttuuriin kuuluu omana osana jurous ja sen myötä se, ettei tunteista puhuta muuta kuin alkoholin vaikutuksen alaisena. Tämä näkyy osana myös nuorten päihdekulttuuria. Juhlat ovat myös iso tekijä nuorten päihdekulttuurin parissa, eikä juhlan aihe tarvitse olla mikään erityinen juhlapyhä vaan tavallinen viikonloppu riittää. Alkoholi keventää tunnelmaa ja nuoren on helpompi tuoda itseään esiin humaltuneena. (Helmiö 2010, 109.)

Suurin osa nuorista tutustuu päihteisiin, erityisesti alkoholiin, jo reilusti ennen 18 ikävuotta. Nuoren elämässä ja kulttuurissa ei täysi-ikäisyyden saavuttamisen myötä tapahdu mitään mullistavaa muutosta. Nuorten alkoholin käyttöön oppiminen ei myöskään tapahdu sosiaalisessa yksiossa vaan heille on muodostunut ryhmä ja oma kulttuuri jo ennen alkoholinkäyttöäkin. Nuorten ensimmäiset alkoholinkäyttökokemukset ja myöhemmät juomistilanteet ovat sosiaalisia, kaveriporukoiden yhteisiä toimintoja joihin kuuluu juomisen lisäksi muitakin toimintoja kuten esimerkiksi musiikin kuunteleminen ja seurapelien pelaaminen. Nuorista koostuvien ryhmien ja kaveriporukoiden välillä voi olla suuriakin eroja esimerkiksi päihteiden käytössä. Erot eivät johdu iästä vaan yleensä muista tekijöistä, kuten ryhmien asenteista sekä kulttuurista. Näin ollen usein nuorten kohdalla ensin muodostuvat ryhmä, kulttuuri sekä ryhmän arvot ja vasta näiden jälkeen tulevat päihteet. (Maunu 2012, 10, 17).

Nuorten päihteiden käyttö on aina suunnitelmallista lain säädännön vuoksi. Koska nuori ei pysty itse hankkimaan päihteitä, joutuu hän aina etsimään tähän jonkun välikäden. Päihteillä on näin ollen oma tarkoituksensa ja paikkansa nuorten vapaa-ajassa. Nuorten kulttuurin, myös päihdekulttuurin, parissa yhteisöllisyys nousee merkittäväksi. Yhteisö on nuorelle tärkeä. On tärkeää tuntevansa kuulua johonkin ja tuntea itsensä hyväksytyksi, vaikka se sotisi omia arvoja vastaan. Yhteisöllisyys voi näin ollen vaikuttaa päihdemyönteisyyteen rajoittavasta tai yllyttävästi. Yhteisön aiheuttama paine hyväksytyksi tulemisesta voi saada nuoren kokeilemaan päihteitä. Tärkein tekijä päihteiden käytössä on kuitenkin nuoren oma ajatusmaailma ja ajatukset päihteistä. (Helmiö 2010, 108–110.)

### 3 Edistävä ja ehkäisevä päihdetyö

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen määritelmän mukaan edistävällä ja ehkäisevällä päihdetyöllä pyritään vähentämään alkoholin kokonaiskulutusta, lisäämään yhteisöllisyyttä ja yksilön osallisuutta sekä tunnistamaan ja tätä kautta vähentämään ylisukupolvien siirtyviä ongelmia. Edistävän ja ehkäisevän työn tulee olla osana kunnan toimintaa ja palvelujärjestelmää. (Edistävä ja ehkäisevä työ 2012, 32.) Päihdetyöllä edistetään myös päihteettömiä elintapoja, vähennetään sekä ehkäistään päihdehaittoja ja pyritään ymmärtämään ja näin myös hallitsemaan päihdeilmiöitä. (Ehkäisevä päihdetyö 2014.)

Ehkäisevä päihdetyö on muuttunut ajan kuluessa yleisestä valistuksesta monimuotoiseksi verkostustyöksi sekä palvelujen ketjuttamiseksi. Suomessa ehkäisevää päihdetyötä on tehty 1870-luvulla syntyneestä raittiusliikkeestä asti. Päihdetyöhön tuli jaottelu 1980-luvulla – ehkäisevä ja korjaava päihdetyö. Ehkäisevä päihdetyö kohdistui erityisesti lapsiin ja nuoriin, mutta myös ehkäisevän päihdetyön piirteitä on myös korjaavassa päihdetyössä. Esimerkiksi vanhempien päihdeongelmaa hoidettaessa pyritään samalla ehkäisemään ongelman vaikutusten siirtyminen perheen lapsiin. (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2008, 145.)

Stakesin laatukriteerien (2006) mukaan ehkäisevän päihdetyön tavoitteisiin kuuluvat terveyden, turvallisuuden sekä hyvinvoinnin edistäminen. Näitä pyritään saavuttamaan edistämällä päihteettömiä elintapoja, ehkäisemällä ja pienentämällä päihdehaittoja sekä lisäämällä ymmärrystä päihteistä. Ehkäisevässä päihdetyössä pyritään rajoittamaan ja vähentämään päihteiden kysyntää, saatavuutta, tarjontaa sekä haittoja. Ehkäisevän päihdetyön avulla pyritään vaikuttamaan päihteiden käyttöön sekä päihteisiin liittyviin asenteisiin ja tietoihin. (Laatutähteä tavoittelemassa 2006, 6.) Alkoholi, tupakka, huumeet luetaan päihteiksi. Päihtymistarkoitukseen käytetyt lääkkeet, liottimet ja muut vastaavat aineet luetaan myös päihteiksi. Ehkäisevään päihdetyöhön luetaan lisäksi toiminnalliset riippuvuudet, esimerkiksi peliriippuvuus. (Ehkäisevä päihdetyö 2014.)



### 3.1 Päihdevalistus

Päihdevalistus on yksi keino päihdehaittojen ehkäisyssä ja vähentämisessä. Se ymmärretään usein liian kapea-alaisesti ja ajatellaan, että päihdevalistus on vain päihdeiden vaikutuksia kuvaavaa valistusmateriaalia. (Havio, Inkinen & Partanen 2013, 112–113.) Päihdevalistus ei itsessään tuo suoranaista muutosta käyttäytymiseen vaan sillä pyritään vaikuttamaan ihmisten asenteisiin ja tätä kautta muuttamaan heidän käyttäytymistään. Ihmisillä on oikeus tietää päihdeiden käyttöön liittyvistä vaaroista ja niillä, joilla on tietoa päihdeiden haitoista, on velvollisuus kertoa niistä muille. Jos tästä valistuksesta huolimatta ihmiset haluavat käyttää päihteitä, heitä ei voi asian suhteen estää elleivät he aiheuta käytöllään haittaa muille tai ole lapsia ja nuoria, joilta päihdeiden käyttö on laillakin kielletty. Valistuksen kautta ihmiset saadaan tietoisiksi päihdeiden käytön mahdollisista seurauksista, mutta valistus jättää heille kuitenkin vallan päättää omista asioistaan. (Soikkeli, Salasuo, Puuronen & Piispa 2011, 5.)

Päihdevalistus voidaan jakaa kolmeen osaan: sisäiseen, ulkoiseen ja kulttuuriseen vaikuttamiseen. Jos haluaan saada aikaan muutosta niin näitä kaikki keinoja tulee hyödyntää. Sisäisellä vaikuttamisella pyritään vaikuttamaan ihmisten ajattelumaailmaan ja kykyyn tehdä järkeviä päätöksiä oman toimintansa suhteen. Sisäinen vaikuttaminen tapahtuu osana normaalia kasvatusta, jossa päätekijöinä ovat koulu sekä koti. Näiden kahden tekijän lisäksi sisäistä vaikuttamista ja kasvatusta tarjotaan nuorelle harrastusten ja nuorisotoimen kautta. Kasvatuksen avulla pyritään vaikuttamaan nuoren sisäisten käyttäytymiseen, jotta hän kykenisi tekemään itsenäisesti päätöksiä. Ulkoiseen vaikuttamiseen kuuluvat lait ja yhteiskunnalliset säädökset (verotus, mainonta- ja myyntirajoitukset, ikärajat), joiden avulla vaikutetaan ja puuttumaan käyttäytymiseen. Ulkoisella vaikuttamisella pyritään vaikuttamaan päihdeiden, erityisesti alkoholin, läsnäoloa ihmisten arjessa. Kulttuurinen vaikuttaminen pyritään kohdentamaan yleiseen mielipideilmastoon päihdeiden vaikutuksesta. Erilaiset päihdekampanjat, julkiset keskustelut sekä valistusviestit ovat keinoja saada ihmiset pohtimaan päihdeiden paikkaa yhteiskunnassamme sekä kunkin omassa elämässä. (Soikkeli ym. 2011, 15–18.)

## 3.2 Koulu

Koulu on yksi suuri ja merkittävä tekijä nuoren päihdekasvatuksessa. Koulun tehtävät ennaltaehkäisevässä päihdetyössä nuorten kohdalla liittyvät nuorten kasvun ja kehityksen tukemiseen, laadukkaaseen opetukseen, nuorten vaikutus- ja osallistumismahdollisuuksien tukemiseen, ongelmien varhaiseen havaitsemiseen ja puuttumiseen sekä hyvään yhteistyöhön nuoren muiden tukiverkkojen (koti, oppilashuolto) kanssa. (Danska-Honkala & Krogerus 2010, 73, 77.)

Suomen kouluissa päihdevalistus sisältyy terveystiedon opetukseen ja kuuluu osana opetussuunnitelmaan (Viitanen 2010, 15). Näin ennaltaehkäisevä päihdetyö tavoittaa nuoret parhaiten ja päihdekasvatus saadaan osaksi koulun rakenteita. Terveystietoon kuuluvan päihdevalistuksen lisäksi koulun ehkäisevään päihdetyöhön kuuluu kaikki toiminta, joka suojaa päihteiltä ja niiden haitoilta, esimerkiksi tupakointikiellot koulun alueella. Koulu voi toteuttaa päihdevalistusta itsenäisesti tai täydentää opetustaan ulkopuolisten toimijoiden teemapäivillä ja luennoilla. Päihdevalistusta tarjoavat niin yhdistykset, yritykset kuin viranomaiset. Teemapäivät ja luennot voivat sisältää muun muassa päihdeputkia, joissa nuoret saavat tietoa päihteistä tietoiskujen sekä havaintoesitysten avulla. Lisäksi teemapäiviin voi kuulua erilaiset mielipidemittaukset, päihdebussit, draama- ja tarinamenetelmät sekä videot. (Soikkeli, Salasuo, Puuronen & Piispa 2011, 23–24.) Usein myös entiset päihteidenkäyttäjät eli niin sanotut kokemusasiantuntijat tulevat vierailemaan kouluille päihdevalituksen merkeissä. Tähän menetelmään on kuitenkin koettu liittyvän myös ongelmia. Entisten päihteidenkäyttäjien kertomukset omasta elämästään saattavat joskus saada nuorissa aikaan kokeilunhalua. (Viitanen 2010, 51.)

Perusopetukseen, lukioon ja ammatilliseen koulutukseen terveystieto tuli omaksi oppiaineeksi vuonna 2001 (Opetushallitus 2009). Terveystiedon opetus omana oppiaineena on siis melko uusi asia. Euroopan mittakaavassa se on harvinaista, sillä Suomen lisäksi sitä opetetaan omana oppiaineena vain Irlannissa ja Iso-Britanniassa. Suurimmassa osassa Eurooppaa kouluissa on käytössä ulkopuolisten toimijoiden

tuottamat päihde-ehkäisyohjelmat. (Soikkeli ym. 2011, 25.) Suomessa päihdekasvatus on sisällytetty yhteen oppiaineeseen, terveystietoon, jolloin päihdekasvatuksesta on tullut osa koulun rakenteita.

### 3.3 Koti

Koulu on yksi merkittävä tekijä lasten ja nuorten kasvatuksessa, mutta tärkein kasvattaja on heidän vanhemmat ja koti. Vanhemmilla on vastuu lapsen ja nuoren turvallisen ja tasapainoisen kasvatuksen ja kasvuympäristön varmistamisesta ja näin ollen myös vastuu päihdeongelmien ehkäisemisessä. Aikuinen on nuorille aina auktoriteetti ja nuori ottaa herkästi mallia ympärillään olevien aikuisten käyttäytymisestä. Esimerkiksi aikuisen päihteidenkäytöllä on suuri esimerkkivaikutus nuoreen. (Havio, Inkinen & Partanen 2013, 118.)

Lapsi oppii mallintamalla vanhempiensa käytöstä, vaikka se olisi kuinka huonoa tahansa. Humalajuominen on hyväksyttävää suomalaisessa kulttuurissa ja lasten läsnä ollessa juodaan usein, sillä koti on paikka, jossa alkoholi kulutetaan eniten. Raitasalo (2010, 169) on tutkinut alkoholiin liittyviä asenteita. Lähes kaikki tutkimukseen osallistuneet olivat sitä mieltä, että lasten seurassa ei saisi humaltua. Pienten lasten äitien mielestä lasten seurassa ei saisi käyttää lainkaan alkoholia. Näistä asenteista huolimatta suurin osa vastaajista oli kuitenkin sitä mieltä, että lasten seurassa saa juoda, jos paikalla on joku selvä henkilö, joka pystyy huolehtimaan lapsista.

Lapselle sekä nuorelle aikuisen vähäinenkin alkoholin käyttö ja humalatila voi olla hyvinkin pelottava kokemus ja aiheuttaa lapselle epävarmuutta, sillä tuttu, läheinen ja rakas vanhempi muuttuu joksikin toiseksi humaltuneena. Lapsi voi kokea pelkoa ja häpeää. Alkoholin käyttö uhkaa myös lasten turvallista ja hyvää kasvuympäristöä. (Alkoholi aiheuttaa lasten pahoinvointia n.d.)

Vanhempien ja muiden lapsen elämässä mukana olevien aikuisten olisi tärkeää miettiä omaa alkoholinkäyttöään ja milloin alkoholia käyttää. Vaikka alkoholi kuuluu suomalaisten aikuisten ja nuorten vapaa-ajan viettoon vahvasti ja näin ollen olisikin tär-

keä tukea sellaisia ajanviettomahdollisuuksia, joihin eivät päihteet liity. Vanhempien ja nuoren yhteiset harrastukset sekä päihteettömien viikonloppujen ja vapaa-ajantoimintojen tukeminen ovat hyviä keinoja ehkäistä päihteiden käyttöä. (Havio, Inkinen & Partanen 2013, 118.)

### 3.4 Laki ja toimijat

**Päihdehuoltolain** tavoitteisiin kuuluu päihteiden ongelmakäytön ja siihen liittyvien sosiaalisten ja terveydellisten haittojen ehkäiseminen ja vähentäminen. Lisäksi tavoitteena on päihteiden käyttäjän sekä hänen perheenjäsenten toimintakyvyn ja turvallisuuden edistäminen. Lain 9. pykälässä painotetaan päihdehuolto alalla toimivien viranomaisten sekä muiden toimijoiden (esimerkiksi koulutoimi, nuorisotoimi, päihde-, sosiaali- ja terveydenhuolto) yhteistyötä. (L17.1.1986/41.)

**Terveydenhuoltolain** 28. pykälässä osoitetaan, että kunnan on päihdetyötä kuntansa asukkaille heidän terveytensä ja hyvinvointinsa edistämiseksi. Päihdetyön tarkoituksena on yksilön ja yhteisön päihteettömyyttä suojaavien tekijöiden vahvistaminen sekä päihteisiin liittyvien terveyttä ja turvallisuutta vaarantavien tekijöiden poistaminen. Terveydenhuollossa toteutettavan päihdetyön sekä kunnan muun päihde- ja mielenterveytyksen tulee muodostaa yhtenäinen ja toimiva kokonaisuus. (L 30.12.2010/1326.)

**Nuorisolain** tavoitteena on nuorten kasvun ja itsenäistymisen tukeminen, aktiivisen kansalaisuuden edistäminen, sosiaalinen vahvistaminen sekä nuorten kasvu- ja elinolojen parantaminen. Nuorten sosiaalisella vahvistamisella pyritään parantamaan nuorten elämäntaitoja sekä ehkäisemään nuorten syrjäytymistä. (L 27.1.2006/72.)

Raittiustyön tarkoituksena on terveiden elämäntapojen totuttaminen ohjaamalla välttämään tupakan käyttöä ja muita päihdyttäviä aineita. Tämä on määritelty **raittiustyölaissa**, joka on vielä ainakin osittain voimassa. Aiemmin raittiustilain toivat käytäntöön kunnan raittiustilautakunnat, joita ei enää erillisinä juurikaan ole. (L 19.11.1982/828.) Raittiustilautakunnan tehtävänä oli muun muassa edistää raittiutta

järjestämällä päihdevalistusta (Raittiuslautakunta n.d.) Raittiustyöstä huolehtivat nykyään kunnan määräämä toimielin, joka toimii yhteistyössä sosiaali-, terveys- ja koulutoimen kanssa. (L 19.11.1982/828.)

**Ehkäisevän päihdetyön toimijoiden sekä järjestöjen** kenttä on laaja. Näiden tekijöiden toimintaa ohjaavat yllä esitetyt lait ja säädökset. Lisäksi monet toimijat ovat mukana jossakin valtakunnallisessa ennaltaehkäisevän päihdetyön-ohjelmatyössä, esimerkiksi mielenterveys- ja päihdesuunnitelma Mieli, jossa tuodaan esille, että lasten ja nuorten mielenterveys- ja päihdetyö toteutetaan ensisijaisesti heidän arkiympäristöissään, kotona sekä koulussa.

Valtakunnallisiin toimijoihin kuuluvat ministeriöt (sosiaali- ja terveysministeriö, ope- tus- ja kulttuuriministeriö, sisäministeriö, liikenne- ja viestintäministeriö, valtionva- rainministeriö sekä maa- ja metsätalousministeriö). Ministeriöiden alaisiin toimijoihin kuuluvat muun muassa terveyden ja hyvinvoinninlaitos sekä opetushallitus. Näihin lukeutuvat myös useat nuorisotyön palvelu- ja kehittämiskeskukset, joista yksi mer- kittävä toimija on Preventiimi. Ennaltaehkäisevän päihdetyön toimijoihin kuuluvat myös alueelliset ja paikalliset toimijat kuten kuntien peruspalvelut (esimerkiksi sosi- aali- ja terveydenhuolto, koulutoimi ja nuorisotoimi). Päihdetyöhön osallistuvat myös poliisi, korkeakoulut, toisen asteen oppilaitokset sekä eri sosiaalialan osaamiskeskuk- set. Lisäksi toimijoihin kuuluvat kansalaistoimijat, joita ovat muun muassa vapaaeh- tois-, vertais- sekä kokemustoimijat, vanhempainyhdistykset sekä kaupunginosa- ja asukastoimijat. (Ehkäisevän päihdetyön toimijakenttä järjestönäkökulmasta n.d.)

## **4 Mallit ja mallien arviointi**

Ehkäisevän päihdetyön malli on sellainen, jonka avulla pystyy arvioimaan ja kohden- tamaan omaa työtään sekä lisäämään sen päihdetyön kokonaisuuteen. Toimivilla päihdetyön mallien avulla pystytään vähentämään ja ehkäisemään päihteiden ai- heuttamien haittoja yksilö- sekä yhteiskuntatasolla. (Laatutähteä tavoittelemassa 2006, 5.)

Arvioinnilla tarkoitetaan jonkin toiminnan tai hankkeen ja sen vaikutuksiin liittyvän tiedon keräämistä sekä analysoimista. Esimerkiksi tässä työssä arvioidaan mallien soveltuvuutta ennaltaehkäisevään päihdetyöhön, joten arviota tehdessä tehdään näyttöön perustuvia päätelmiä arvosta eli mallien toimivuudesta. Jotta malleja voidaan arvottaa, on mietittävä mikä mallissa on hyvää sekä onnistunutta ja miksi. Arvottamisen onnistumiseksi on tärkeää määritellä kriteerit joiden perusteella arviointi toteutetaan. (Mitä arviointi on? 2011.)

Tutkimuksia voidaan luokitella niiden tulosten näytön perusteella. Esimerkiksi Käypä hoito-suosituksissa näyttöä on luokiteltu seuraavasti: vahva, kohtalainen, niukka sekä ei tutkimusnäyttöä. Yksittäisen tutkimuksen näytönarvo on kuitenkin vähäinen. Luotettavaa tietoa etsiessä kannattaa tutkia kirjallisuuskatsauksia, joihin on koottu tietystä aihealueesta viimeisimmät tutkimukset ja niiden tulokset yhteen. Kirjallisuuskatsaus kokoaa yhteen tutkimusnäytön, jonka pohjalta voidaan arvioida näytön vahvuutta ja yhdenmukaisuutta. (Tutkimustiedon tulkinta, käyttö ja väärinkäyttö 2014.)

Tässä työssä päihdevalistuksen menetelmissä ja malleissa arvioidaan sen toimivuutta ja hyödyllisyyttä ennaltaehkäisevänä päihdetyönä. Ennen mallien arviointia on hyvä tehdä suunnitelmia mitä tietoja arviointia varten tarvitaan ja kuinka ne hankitaan. Tässä tapauksessa päihdevalistuksen menetelmiin liittyvät tutkimukset ovat tietoja, joita kerätään arviointia varten. Tutkimuksista arvioidaan kunkin päihdevalistusmallin toimivuutta nuorten parissa. Jos malli on ollut toimiva, hyvä ja tehokas, niin se on valikoitunut tähän kirjallisuuskatsaukseen. (Tutkimustiedon tulkinta, käyttö ja väärinkäyttö 2014.)

## **5 Opinnäytetyön tavoite ja tarkoitus**

Opinnäytetyöni tarkoituksena on kirjallisuuden ja tutkimusten avulla selvittää millaisia malleja ja menetelmiä nuorten päihdevalitukseen on käytetty ja mitkä niistä ovat olleet toimivia. Työssäni en kohdistu huomiota yhteen tietynlaiseen päihdyttävään aineeseen vaan keskityn yleisesti kaikkiin päihtheisiin (alkoholi, tupakka, huumeet se-

kä muut päihdyttävät aineet kuten liuottimet ja lääkkeet). Lisäksi rajaan työtäni keskittymällä yläkoulun 9. luokkalaisiin sekä ammattiopiston opiskelijoihin. Lisäksi en pohdi työssäni päihteiden käyttöön johtaneita syitä vaikka nuorten päihteiden käytöstä hieman päihdekulttuurin yhteydessä määrittelenkin. Opinnäytetyön tarkoitusta kuvaavat tutkimuskysymykseni ovat:

Millaisia malleja on olemassa?

Mitkä mallit ovat osoittautuneet toimiviksi?

Tavoitteena on koota opinnäytetyöhön valikoiduista tutkimuksista yksi yhtenäinen taulukko, joka tulee Jyväskylän kaupungin Tarjontatyöryhmän käyttöön.

## 6 Kirjallisuuskatsaus

Kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena on tuoda esille kuinka aihetta ja millaisesta näkökulmasta sitä on jo aiemmin tutkittu. Kirjallisuuskatsauksen avulla pyritään tuomaan esiin aiheeseen liittyvät keskeisimmät näkökulmat, tärkeimmät tutkimustulokset ja käytetyt menetelmät sekä tutkijoiden nimet. Kirjallisuuskatsauksen tuottaminen vaatii paljon työtä, sillä tekstejä on luettava paljon sekä niitä on kyettävä arvioimaan kriittisesti. Tutkimuksen aihealue on tunnettava hyvin, jotta lopulliseen katsausaineistoon saadaan seuloitukseksi tutkimuskysymyksiin vastaavat aineistot ja kirjallisuus. Kirjallisuuskatsaukseen valikoitujen tutkimusten tulkinnoissa on oltava rehellinen ja koko työskentelyn ajan on pidettävä mielessä tutkimuskysymykset sekä tavoitteet. Ristiriitaisten tutkimustulosten edessä on oltava rehellisyyden lisäksi myös puolueeton sekä objektiivinen. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2004, 112–113.)

Kirjallisuuskatsauksesta on olemassa erilaisia tyyppejä, jotka on jaettu kolmeen eri osa-alueeseen – kuvaileva kirjallisuuskatsaus, systemaattinen katsaus sekä meta-analyysi (kvalitatiivinen sekä kvantitatiivinen). Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on yleisimmin käytetty katsaustyyppi, jonka voi luonnehtia niin sanotusti yleiskatsaukseksi,

jossa ei ole tarkkoja sääntöjä. Kuvailevalle kirjallisuuskatsaukselle on ominaista väljemmät tutkimuskysymykset kuin kahdessa muussa katsaustyyppissä. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on vielä jaettu kahteen eri tyyppiin – narratiiviseen ja integroivaan katsaukseen. (Salminen 2011, 6.)

Valitsin tähän opinnäytetyöhöni kuvailevan kirjallisuuskatsaukseen lukeutuvan narratiivisen katsausmuodon. Se on metodisesti kevyin katsauksen muoto, jossa pyritään tuomaan esille helppolukuinen ja laaja kuva tietystä aihe-alueesta, kuten päihdevalistuksen menetelmistä. Narratiivisessa kirjallisuuskatsauksessa tutkimusaineistoa ei käydä läpi erityisen systemaattisesti, mutta kuitenkin tällä katsaustyyppillä on mahdollista tuottaa johtopäätöksiä, vaikkei analyttisintä tulosta tuoteta. Narratiiviseen kirjallisuuskatsaukseen lukeutuu kolme muotoa – toimituksellinen, kommentoiva ja yleiskatsaus. (Salminen 2011, 7.) Opinnäytetyöni aiheen laaja-alaisuuden ja monimuotoisuuden vuoksi koen narratiivisen kirjallisuuskatsauksen parhaimmaksi tavaksi lähestyä aihetta sen vapaamuotoisuuden vuoksi. Työssäni käytän narratiivisen katsauksen kommentoivaa muotoa, jonka tarkoituksena on herättää keskustelua (Salminen 2011, 7). Aiheesta tuon esille tutkimuksia ja julkaisuja, jotka eroavat toisistaan ja jotka herättävät matkan varrella paljon kysymyksiä ja pohdintoja aiheeseen vaikuttavista tekijöistä ja syistä.

## 7 Aineiston kuvaus

### 7.1 Aineiston haku ja rajaus

Hain aineistoa erilaisista tietokannoista, pääasiassa Google Scholar:sta sekä EBSCO:sta. Hakukielenä käytin englantia sekä suomea. Hakusanoina käytin pääasiassa englanninkielisiä käsitteitä ja termejä: *substance abuse, education, adolescence, prevention program* sekä näiden erilaisia yhdistelmiä. Hakua tehdessäni huomioin vain vuodesta 2008 eteenpäin tehdyt tutkimukset. Aineiston valikoituminen alkoi otsikosta. Seuraava valintaperuste oli tutkimuksen tiivistelmä, jonka perusteella joko hylkisin tutkimuksen tai otin sen tarkempaan tutkiskeluun.



Englannin kielisiä tutkimuksia, joita otin tiivistelmän perusteella tarkempaan tutkiskeluun, löytyi yhteensä kolme kappaletta. Näistä vain yksi valikoitui tutkimusaineistoon. Kaksi muuta eivät sopineet ikäjakauman puolesta tai oppilaitoksen puitteissa tutkimusaineistoon. Lisäksi tutkimustuloksissa tuli ilmi, ettei tutkimuksessa käytetyllä ehkäisevän ja edistävän työn menetelmällä ollut todistettua hyötyä päihdehaittojen ehkäisemiseksi tai näytöt olivat vähäiset.

Suomenkielisillä termeillä tutkimuksia etsiessäni hakutulokseksi tuli pääsääntöisesti vain opinnäytetöitä, joita en ottanut tarkempaan tutkiskeluun lainkaan. Suomenkielisten hakutermin lisäksi tutkimusaineistoa kootessani kävin läpi suoraan aiheeseen liittyviä suomenkielisiä teoksia ja niiden lähdeluetteloita, joista etsin päihdevalistukseen liittyviä tutkimuksia sekä julkaisuja. Näin tutkimusaineistooni valikoitui kaksi erilaista suomenkielistä julkaisua, jotka kohdistuivat päihdevalistukseen. Toinen näistä suomenkielisistä julkaisuista tuli ilmi opinnäytetyöni ohjaavan opettajan kautta ja se valikoitui myös sittemmin tutkimusaineistoon. Lisäksi tutkiessani Kylmäkosken, Pylkkäsen ja Viitasen (2010) toimittaman Yhteisöllisiä näkökulmia ehkäisevään päihdetyöhön-teoksen sisällysluettelo löysin toisen tutkimusaineistooni valikoidun suomenkielisen ehkäisevän päihdetyön tutkimuksen.

## 7.2 Aineiston valinta ja analysointi

Tutkimusaineisto on pieni ja lopulliseen aineistoon valitsin yhden tutkimuksen ja kaksi julkaisua. Tutkimus on englanninkielinen ja julkaisut ovat suomenkielisiä. Aineiston valikointi oli haastavaa, sillä päihdevalistuksen erilaisista menetelmistä (tietoiskut, päihdetunnelit, valistuspäivät) on tehty monia tutkimuksia ja erilaisia opinnäytetöitä, mutta monissa tutkimuksissa tulokset ovat hyvin vaihtelevia, eikä niissä ole voitu tuoda esille mallin suoranaista toimivuutta.

Jokainen tutkimus on avattu opinnäytetyön seuraavassa osiossa laajemmin. Työn loppuun kokosin tutkimusaineiston helposti luettavaan taulukkoon, jossa tuodaan esille tutkimuksen tai hankkeen tekijät sekä tutkimuksen nimi sekä toteutus vuosi.

Lisäksi taulukosta käy ilmi tutkimuksessa käytetty aineisto ja tutkimuksen tavoite. Esittelen myös ehkäisevän ja edistävän työn menetelmän, jota tutkimuksessa on käytetty ja viimeisenä osana taulukossa on lyhyesti esitetty johtopäätökset sekä tutkimustulokset. Taulukon tarkoituksena on helpottaa tutkimuksen nopeaa tarkastelua, jonka jälkeen voi tutkimuksen voi ottaa tarkempaa tarkasteluun tutkimustulokset osiosta.

## 8 Tutkimustulokset

### 8.1 Ryhmäinterventio

Danska-Honkalan ja Krogeruksen (2010, 67–68) tekemässä hankkeessa kohteena olivat eteläsuomalaisen toisen asteen ammatillisen oppilaitoksen toisen vuosikurssin opiskelijat. Tutkimuksessa käytettiin **ryhmäinterventiota**. Opiskelijoita oli yhteensä 18 henkilöä, joista kolme oli poikia ja loput 15 tyttöjä. Opiskelijoiden ikäjakauma oli 17–23 vuotta. Hankkeen tavoitteena ja lähtökohtana oli pohdiskella yhteisöllisyyttä ja vaikutusta yhteisön päihdeasenteisiin ja yhteisöllisyyden merkitystä ehkäisevän päihdetyön menetelmänä.

Hanke koostui viidestä tapaamiskerrasta, jotka olivat järjestetty noin kuukauden välein ja olivat kestoltaan kaksi tuntia. Tapaamiskerrat järjestettiin ammattioppilaitoksessa ja olivat osana lukujärjestystä. Tapaamiskerroilla oli mukana ulkopuolinen ohjaaja, opiskelijat sekä heidän ryhmänohjaajansa. Tapaamiskertojen välissä opiskelijoilla oli tehtävä hankkeeseen liittyviä välitehtäviä, jotta asiat pysyisivät helpommin tuoreena mielessä. Hankkeessa oli tarkoituksena luoda tilanteita, jossa opiskelijat pääsevät keskustelemaan ja tuomaan ilmi ajatuksiaan kustakin tapaamiskertaan valitusta aiheesta. Tarkoituksen oli lisätä opiskelijoiden elämönhallinnan valmiutta sekä kielteisestä suhtautumista päihteisiin. Hankkeen viitekehyyksenä oli opiskelijoiden sosiaalinen vahvistaminen. Yksilön oman ajattelun vahvistaminen onnistuu parhaiten hyvässä vuorovaikutuksessa ja toiminnallisuuden kautta osallistamalla opiskelija itse toimintaan. Jokaiseen tapaamiskertaan oli valittu eri menetelmä, jonka avulla aihetta

lähestyttäisiin. Kunkin tapaamiskerran jälkeen kerättiin palautetta opiskelijoita. (Mts. 69.)

Eräällä tapaamiskerralla opiskelijat määrittelivät pienryhmätyönä mitä yhteisöllisyys on ja onko sitä heidän omassa ryhmässään. Lisäksi keskustelussa kysyttiin päihteistä, millaisissa tilanteissa päihteet ovat mukana ja millaisia sosiaalisia tilanteita ne opiskelijoiden mielestä ovat. Aiheita käsiteltiin ja käytiin läpi Learning cafe – ryhmätyöskentelyn avulla. Yhteisöllisyydestä keskusteltaessa opiskelijat toivat muun muassa esille yhteenkuuluvuuden tunteen, ryhmään kuulumisen sekä turvallisuuden tunteen. Opiskelijoiden oman ryhmän sisäistä yhteisöllisyyttä synnyttivät esimerkiksi sama opiskeluala, tuttuus, huumori, sama päämäärä sekä harrastukset. Kaverien polttaminen, kotibileet, juhlapyhät, koulun välitunnit, festarit sekä vanhemmat olivat esimerkkejä sosiaalisista tilanteista, joissa päihteet tulivat mukaan opiskelijoiden arkeen. Suomalainen juhlakulttuuri, johon alkoholi vahvasti kuuluu, nousi merkittävästi esille opiskelijoiden keskusteluissa. (Mts. 70–72.)

Yhdellä ryhmäintervention työskentelymenetelmänä oli interaktiivinen teeman käsittely. Tällä menetelmällä käytiin läpi opiskelijoiden omaa henkilökohtaista suhtautumista päihteisiin. Opiskelijat vastasivat päihteitä koskeviin erilaisiin väitteisiin, joista myöhemmin keskusteltiin. Interaktiivisuus toteutettiin äänestyslaitteilla, joiden avulla opiskelijat pystyvät vastaamaan anonyymisti väitteisiin. Äänestyksessä pystyi laittamaan useamman vastausvaihtoehdon sekä laittamaan vastauksia tärkeysjärjestykseen. Ryhmäintervention suhteen opiskelijoilta tuli hyvää palautetta, he kokivat sen mieleenpainuvana ja hyvänä kokemuksena. He kokivat, että päihteiden käytön ehkäisyyn tulee olla juuri tällaista keskustelemaa ja omaa ajattelua herättävää. Sosiaalinen paine nousi suureksi päihteiden käyttöön vaikuttavaksi tekijäksi. Opiskelijat kertoivat, että on käytettävä alkoholi tai tupakoitava, jotta pysyy mukana porukassa. (Mts. 73–75.)

Yhteistoiminnallinen peli, Oloveli, oli yhden tapaamiskerran työvälineenä. Pelin kautta opiskelijat keskustelivat ehkäisevästä päihdetyöstä, seksuaalisuudesta sekä ihmissuhteista. Pelin avulla pyrittiin haastamaan opiskelijat osallistumaan keskusteluun aktiivisena toimijana. Peli ei ollut heille eikä myöskään heidän opettajalleen tuttu ja

opiskelijat kokivat sen pääosin hyvänä harjoitusmuotona. Pelin kautta ryhmässä syntyi positiivista riippuvuutta, vuorovaikutusta, yhteistyötaitoja sekä vastuuta omasta oppimiskokemuksesta. (Mts. 75–76.)

Hankkeen loppuvaiheessa oli palautekeskustelu, jossa nousi esille, että hanke oli opettavainen ja yhteisöllisyyttä lisäävä kyseiselle opiskelijaryhmälle. Opiskelijat tunsivat itsensä tärkeiksi sekä tulleen huomioituiksi. He kokivat saaneensa aikaa keskustella tärkeistä aiheista. Hankkeen myötä nuorilla oli alkanut ajatusprosessi omasta päihteiden käytöstä. Opiskelijat ilmaisivat, että heidän oma päihteiden käyttö oli hankkeen aikana joutunut itsekritiikin alle heidän omasta toimestaan. Hankkeen onnistumiseksi on tärkeää pystyä esittämään hanke mielenkiintoisena juttuna, johon kannattaa osallistua. On tärkeää, että hankkeeseen valikoitunut ryhmä on sitoutunut. Tämän hankkeen aikana opiskelijoilla ei ollut poissaoloja. Tässä hankkeessa houkuttelevuutta osallistumiseen lisäsi mahdollisuus tehdä yhteinen symboli ja sen saaminen itselleen hankkeen lopuksi – jokainen opiskelija sai hupparin, jossa oli heidän itsesuunnittelemansa päihdevastainen lause. (Mts. 78.)

Toiminnalliset menetelmät olivat olennainen ja tärkeä osa hanketta. Niiden avulla keskusteleminen on usein helpompaa. Yhteisöllisyys on merkityksellinen tekijä päihdetyössä. Vuorovaikutuksellisuuden kautta opiskelijat oppivat kuuntelemaan ja ymmärtämään toisiaan ja tämä taas luo ryhmään turvallisuuden tunnetta, joka on yhteisöllisyydessä tärkeää. Hanke oli onnistunut ja valitut toiminnalliset menetelmät toimivat erittäin hyvin hankkeeseen valikoidussa ryhmässä. Opiskelijat olivat tottuneet toimimaan ryhmässä, innostuivat toiminnoista ja saivat hyvää keskustelua aikaan. Hankkeen lopuksi Danska-Honkala & Krogerus haluaa todeta, että toisen asteen ammatillinen koulutus on alue, johon tulisi satsata ehkäisevän päihdetyön resursseja. Ammattikoulun opiskelijat tarvitsevat vielä aikuisen tukea, mutta ovat kuitenkin kypsiä keskustelemaan päihdeasioista. Opiskelijoilla on mahdollisuus luoda uudenlaista päihdekulttuuria osana omaa ammatti-identiteettiä ja koulu voi tukea nuoria tässä asiassa kyseenalaistamaan suomalaista päihdekäyttäytymistä. (Mts. 79–80.)

## 8.2 Mindspace

Saari (2013, 7) on tehnyt julkaisun **Kuinka narulla voi työntää?** Käyttäytymisen uudet innovaatiot. Julkaisu on osa AMIS – Arjen Ammatillaiset -hanketta. Hankkeen takana on mielenkiinto ammattiin opiskelevien hyvinvointiin ja heidän terveyskäyttäytymiseen. Julkaisussa Saari esittelee MINDSPACE-mallin, jossa halutaan vaikuttaa ihmisten käyttäytymiseen pakottamatta heitä käyttäytymään tietynlaisella tavalla tai luottamatta heidän kykyynsä tehdä rationaalisia päätöksiä ja valintoja.

Taulukko 1. Mindspace-malli

	Avainsana	Suomennos
<b>M</b>	Messenger	Viestintuoja
<b>I</b>	Incentives	Kannustimet
<b>N</b>	Norms	Normit
<b>D</b>	Defaults	Perusratkaisu
<b>S</b>	Salience	Keskeisyys
<b>P</b>	Priming	Alitajunta
<b>A</b>	Affect	Tunne
<b>C</b>	Commitments	Sitoumukset
<b>E</b>	Ego	Minuus

(Saari 2013, 45.)

Terveyden edistäminen ei ole ammattioppilaitosten toimintakäytäntöjen ensimmäinen tavoite, vaan sen tehtävänä on kehittää työelämää ja vastata sen osaamistarpeisiin sekä parantaa työllisyyttä. Terveyden edistäminen ei tule edes toissijaiseksi ta-

voitteeksi. Ainoastaan sen on toissijainen, jos se edistää ja auttaa saavuttamaan ammattioppilaitosten ensisijaisen tavoitteen. Tämän vuoksi terveyden edistäminen levittäminen onnistuu luontevimmin juurruttamalla uusi toimintamalli osaksi olemassa olevia instituutioita ja rakenteita, esimerkiksi ammattioppilaitosta. MINDSPACE-mallissa on kyse juuri tästä ujuttamisesta. Toimintamallilla pyritään muuttamaan käytöstä ja käyttäytymisen muutoksella pyritään vaikuttamaan ammattiin opiskelevien hyvinvointiin ja terveyskäyttäytymiseen. (Mts. 44.)

Uusien toimintamallien luomisessa tulee olla maltillinen – mitä kunnianhimoisempi ja suurempi muutos entiseen nähden on, sitä herkemmin se epäonnistuu. Mikäli uusi toimintamalli on ristiriidassa rutiinien (esimerkiksi tupakkatauko), valtasuhteiden tai instituution (esimerkiksi ammatillinen oppilaitos) kanssa, on sen leviämisen mahdollisuudet huonot. Esimerkiksi jos kyse on terveyden edistämisestä ja ammattioppilaitoksen opiskelijoiden arkirutiineihin kuuluu tupakkatauko. Ja jos tupakkatauko on rutiinin lisäksi opiskelijoita yhteen kiinnittävä tekijä, on sen korvaaminen haasteellista, ellei korvaava tekijä ole samalla tavalla ryhmää yhteen kiinnittävä. (Mts. 59.)

Taulukko 2. Työpajaan tuotu kuvitteellinen malli

	Sisältö
Viestintuoja	Katu-uskottava julkisuuden henkilö, työssään pätevä duunari, työnantajat?
Kannustimet	Viihtyisät taukotilat, jossa ilmaiset kahvit/juomat jne.? Tekstiviestit viikonloppujen alla? Alkoholille vaihtoehtoiset toiminnat viikonlopuiksi – ilmaisia lippuja?
Normit	Hyvä työntekijä, arvostettu ihminen?
Perusratkaisu	Kaikki osallistuvat ohjelmaan, pyydettyä erikseen vapautusta?
Keskeisyys	Ammattiin oppivien terveyskäyttäytymisen eroa muista
Alitajunta	Itsekunnioitus, arvokkuus, seksuaalisuus, hyvä fiilis
Tunne	Hyvä jätkä/nainen, hoitaa asiansa?
Sitoumukset	Palkinnot jatkuvasta osallistumisesta, koko koululle ”kouraantuntuva” palkinto

Minuus	Kunnon duunari?
--------	-----------------

(Saari 2013, 61.)

Saari järjesti työpajan, johon ylläoleva kuvitteellinen malli (taulukko 2) on suunniteltu. Sen avulla työpajassa esiteltiin MINDSPACE-työskentely, sen mahdollisuudet, rajoitteet sekä kuinka sen avulla voitaisiin edistää ja parantaa ammattioppilaitoksen opiskelijoiden terveyskäyttäytymistä. Työpajassa oli reilu tusina osallistujaa, jotka koostuivat opiskelijoiden, Terve AMIS-projektin ja oppilaitosten edustajista. Työpajatyöskentelylle oli varattu kolme tuntia aikaa. Alkuesittelyjen ja teoriaopetuksen jälkeen työpajaan osallistujat jakautuivat kahteen eri ryhmään. Osallistujat kävivät ryhmissä läpi MINDSPACE-mallin (taulukko 2) jokaisen kohdan ja pohtivat yhdessä millainen toimintatapa olisi heidän mielestään parhain ammattioppilaitoksen opiskelijoille. Ryhmissä he työskentelivät noin tunnin ajan, jonka jälkeen kumpikin ryhmä esitteli tuotoksensa. (Mts. 61–62.)

**Viestintuojana** terveyden edistämisen ammattilainen ei osallistujien mielestä ollut parhain mahdollinen, sillä nuoret saavat hänestä herkästi jonkin asian puolesta saarnaavan kuvan. Eikä terveysalan ammattilainen ole välttämättä nuorten mielestä uskottava. Vaikuttavimmiksi viestinviejiksi osallistujat ajattelivat olevan esikuvien (muusikko, näyttelijä, kokemusasiantuntija) sekä vertaisryhmien (samaa kieltä puhuvat vanhemmat jo työelämää kokeneet opiskelijat). (Mts. 63–64.) **Kannustimien** kohdalla ryhmäläiset miettivät millaiset kannustimet ovat riittävän houkuttelevia siirtämään opiskelijat pois tupakkapaikoilta ja muiden päihteiden parista. Kannustimissa oli huomioitava sekä koulu- että vapaa-aika. Koulussa ollessa kannustimena osallistujat miettivät taukotiloja ja niiden houkuttelevuutta ja toimivuutta. Oppilaitosten tulisi rakentaa ja kehittää taukotiloista houkuttelevammat itse tilojen ja sosiaalisuuden suhteen kuin tupakkapaikoista. Vapaa-ajan suhteen ryhmässä pohdittiin erityisesti iltapäivän tunteja, jotka sijoittuvat koulun ja kotiin/erilaisiin tilaisuuksiin menon välissä. Nuorille pitäisi tälle ajalle saada jotakin toimintaa, jotta aikaa ei käytettäisi päihteiden käyttöön, niin sanotusti pohjien ottamiseen. Ehdotuksena oli, että nuorille annettaisiin lippuja, esimerkiksi elokuviin, jolloin päihteiden käyttö jäisi illan osalta väliin tai käytön aloittamista pystyittäisiin siirtämään muutamalla tunnilla eteenpäin ja näin alkoholin kokonaiskulutus jäisi huomattavasti pienemmäksi. (Mts. 64–65.)

**Normeissa** ryhmäläiset keskittyivät opiskelijoiden sosiaalisten normien, oman kontrollin ja itsemääräytymisen, tukemiseen. Ammattioppilaitoksen opiskelijat pitävät pääsääntöisesti erittäin hyvää huolta heidän omista työkaluistaan. Ryhmässä ajateltiin, että tämä samanlainen sosiaalinen normi pitäisi saada terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen. Nousi ajatus niin sanotusta hyvästä työmiehestä/naisesta, jolla on hyvä itsetunto ja arvostus ja joka pystyy vastamaan työelämän asettamiin odotuksiin ja vaatimuksiin, koska on hyvinvoiva ja terve nuori mies/nainen, joka pitää huolta sekä itsestään että työkaluistaan. Tämän kaltaisen sosiaalisen normiston toteuttamista ei ryhmässä ehditty kunnolla pohtia. Mutta kohderyhmänä olisi ne, joilla on ollut hankaluuksia pitää työkalut kunnossa. Ja jos asian suhteen tapahtuu edistymistä, niin sitä voisi palkita ja tätä kautta hiljalleen edetä työkaluista hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen. (Mts. 65–66.)

**Perusratkaisussa** osallistujat kannattivat default-option yhdistämistä kontrollimekanismeihin. Default-optiossa jokaiseen ryhmään otettaisiin käyttöön työkykypassi ja jos joku ei haluaisi osallistua toimintaan, tulisi lupaa erikseen pyytää oppilaitoksen rehtorilta. Samoin tavoin voisi menetellä terveyteen ja hyvinvointiin liittyvien asioiden suhteen. Hankalaksi tämän toimintatavan suhteen muodostuu tupakointi, joka on laillisesti kiellettyä koulussa. Tämän kiellon opiskelijat ovat kuitenkin sivuuttaneet ja näyttää siltä, että ehdoton kiello ei ole parhain mahdollinen ratkaisu. Parempana ratkaisuna voitaisiin pitää tupakoimattomuutta ja jos haluaisin tupakoida, tulisi siihen pyytää lupa suoraan rehtorilta. Näin ollen ilman tupakointilupaa olevat opiskelijat vahtisivat toisiaan, jolloin ryhmäpaine vähentäisi tupakointi enemmän kuin täyskielto, jota moni ei kuitenkaan noudata. Kynnys hakea lupaa vähentäisi myös tupakointia ja erityisesti alaikäisten kohdalla, sillä rehtorin luvan lisäksi heillä tulisi olla lupalapsu vanhempien allekirjoitukset. Luvan hakijoiden määrä olisi hyvin pieni määrä kaikista tupakoitsijoista. (Mts. 66–67.)

**Keskeisyydestä** keskusteltaessa ryhmäläiset olivat yhtä mieltä faktojen esille tuomisesta ja valistuksen tärkeydestä. Eriäviä mielipiteitä oli valistustavoista ja eniten yhteneviä ajatuksia tuli terveystiedon ujuttamisesta viikoittaiseen tekemiseen ja toimiseen oppilaitoksissa. Ajateltiin, että tehokkaampi vaikutus on tuoda esille hyvän terveyden mukana tuomia hyviä puolia, jotka liittyvät esimerkiksi toimintakykyyn ja sek-



suaalisuuteen kuin tuoda esille erilaisia negatiivisia kuvia päihteiden aiheuttamista haitoista. **Alitajunta** oli ryhmäläisille haastavin osio. Myönteisellä palautteella oikeassa paikassa ja oikeassa ajassa nähtiin olevan vaikutusta alitajuntaan ja tätä kautta ihmisen käyttäytymiseen ja valintoihin. Mutta se, että kuinka tämä tuotaisiin käytäntöön, jäi ryhmän tuotoksessa vielä hieman avonaiseksi. (Mts. 67–68.)

**Tunteesta** ryhmäläiset nostivat esille arvokkuuden tunteen tukemisen, johon liittyi myös yhteiskunnallinen arvotus ammattioppilaitosten opiskelijoita kohtaan. Tätä asiaa EHYT ry AMIS-työ on ajanut eteenpäin muun muassa sillä, että ammattiin valmistuvien nimet julkaistaisiin lehdessä kuten ylioppilaiksi kirjoitettavienkin nimet. Näiden ohella esille nousi yhteisöllisyyden tukeminen sekä positiivisen palautteen merkitystä käyttäytymisen muuntajana. (Mts. 68–69.) **Sitoutuminen** on perinteisesti haasteellista ammattioppilaitosten opiskelijoiden parissa. Osallistujat olivat yhtä mieltä siitä, että mitä tahansa toimintaa toteutetaan, niin se tulee sitoa luontevaksi osaksi kokonaisuutta. Yksilölliset sekä yhteisölliset palkinnot vaikuttavat sitoutumiseen. Ryhmän tulee käyttäytyä tietyn tavan mukaiseksi riittävän pitkän ajanjakson ajan, jotta saavuttaa nämä palkinnot. **Minuudesta** osallistujat toivat esille millaisia ihmisiä nuorista halutaan kasvattaa ja kouluttaa. Ammattiylpeys ja hyvä osaamisen hallinta kuvasivat tätä kasvatustavoitetta. Näiden avulla itsekunnioitus yhdistyy yhteiskunnalliseen arvotukseen. (Mts. 69–70.)

Työpajassa vallitsi positiivinen ilmapiiri ja osallistujat olivat aiheesta aidosti kiinnostuneita. MINDSPACE-mallin peruseriaatteet sisäistettiin hyvin työpajaan varatun ajan puitteissa. Riittävän toimeenpanokelpoisuuden takaamiseksi mallia tulee räätälöidä ja kohdistaa oppilaitoskohtaisesti, sillä oppilaitoksissa on erilaisia toimintatapoja, ne ovat fyysisesti tiloiltaan erilaisia (esimerkiksi vapaa-ajan tilojen saatavuus), opettajien näkemykset tavoitteista ovat erilaisia. Nämä kaikki vaikuttavat uusien toimintamallien ujuttamiseen ja opiskelijoiden tuuppaamiseen haluttuun suuntaan. Mallin jalkauttamiseksi oppilaitoksiin tulee toiminnan olla tavoitteellista ja siihen tulee sitoutua riittävän paljon toimijoita eri osa-alueiden (oppilaitos, opiskelijat, järjestöt sekä MINDSPACE-mallin sisäistäneet tekijät) edustajat. Toiminnan tavoitteellisuuden lisäksi on tärkeää, että toiminta ujutetaan osaksi oppilaitoksen kokonaisuutta ja sen perinteitä. Esimerkiksi on hyödyllisempää järjestää terveyttä edistäviä taukoti-

loja kuin pitää aiheesta yhden oppitunnin mittainen esitelmä. Mallin mahdollisuudet nähtiin työpajassa mittavina. (Mts. 70–72.) Lisäksi mallin toimivuudelle on tärkeää, että nuoret sisäistäisivät terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen oman elämän tärkeänä tekijänä (Mts. 67).

Lopuksi Saari (2013, 73) tuo esille, että on tärkeää pitää luodut toimintamallit selkeänä, sillä yksinkertaiset ja selvästi määritellyt mallit huomattavasti monimutkaisia malleja tehokkaampi ja toimeenpantavampi. Mitä useamman ammattioppilaitoksen opiskelijan käyttäytymiseen voidaan vaikuttaa ujuttamalla selkeä toimintamalli osaksi oppilaitoksen arkea, sitä merkityksellisemmäksi toiminta hyvin todennäköisesti muuntautuu.

### 8.3 Örebro-ohjelma

Kolmantena tutkimuksena tähän opinnäytetyöhön valikoitui Ruotsissa toteutettu tutkimus, jonka ovat tehneet Koutakis, Stattin & Kerr (2008, 1629). Tutkimuksen nimi on Reducing youth alcohol drinking through a parent-targeted intervention: The Örebro Prevention Program. Tutkimukseen osallistui yhteensä 900 yläkoulun oppilasta ja heidän vanhempiaan. Tavoitteena oli arvioida 2,5 vuoden ehkäisyohjelman vaikutusta 13–16-vuotiaiden juomiseen kun työskentely tapahtuu vanhempien kautta.

Yhteiskunnalliset ja poliittiset tekijät voivat joskus vaikuttaa lisääntyvästi kansanterveydellisten riskien kasvuun ja näin tapahtui Ruotsissa 1990-luvun loppupuolella. Yhdeksäs luokkalaisten juominen lisääntyi vuodesta 1995 vuoteen 1998 tyttöjen osalta 21 % ja pojilla 30 %. Tähän vastaten Ruotsin kansanterveyslaitos julkaisi ehdotuspyynnön nuorten alkoholikäytön ehkäisyohjelmista. Haluttiin, että ohjelmat toteutetaan yhteisöllisesti, ilman suurempia lisäkustannuksia ja että ne toisivat yhteen virastot sekä asianosaiset. Ehkäisevät ohjelmat kohdistettiin perheisiin, joiden ajateltiin olevan tehokkaimpia vähentää alaikäisten alkoholin käyttöä. Tutkimukset ovat osoittaneet, että mitä armollisemmat ja lievemmat vanhempien asenteet ovat, sitä

enemmän lapset käyttävät alkoholia. Tämä armollinen asenne näyttäisi olevan jopa tärkeämpi tekijä kuin vanhempien omat juomatavat. (Mts. 1629.)

Tutkimuksen tekijät uskoivat, että nuorten osallistuminen järjestäytyneeseen toimintaan voisi vähentää alkoholin käyttöä. Ja että vanhemmat voisivat auttaa lisäämään nuorten osallisuutta ja osallistumista päihteettömään toimintaan kannustamalla ja tukemalla heitä siinä, esimerkiksi kускаamalla nuoret toiminnan pariin. Näistä lähtökohdista suunniteltiin Örebron ehkäisyohjelma. Ja jotta Örebro-ohjelma olisi toteutettavissa sekä kaupungissa että maaseudulla, niin päätettiin tutkimukseen ottaa mukaan kolmenlaisia yhteisöjä – kantakaupunki, julkinen asuminen sekä pikkukaupunki. Interventio suunnattiin vanhemmille ja tutkimuksen tekijät ottivat heihin ensisijaisesti yhteyttä koulun kautta. Tutkimuksessa olivat mukana yläkouluiikäiset, joka sisältää 13–16-vuotiaiden ikäluokat. Lähtötilanteen arviointi tehtiin 7. luokan alussa ja loppuarviointi kevätlukukaudella kun nuoret olivat 8. tai 9. luokalla. (Mts. 1630.)

Juuri ennen tämän Örebro hankkeen alkua the Social Medicine Unit of the County Hospital teki Örebron läänissä tutkimuksen kaikille 9. luokkalaisille. Tutkimus koski alkoholin käyttöä ja muuta terveyteen liittyviä käyttäytymistä. Näiden tulosten pohjalta valikoituivat koulut tutkimukseen. Tutkimuksessa oli kouluja kolmesta erilaisesta yhteisöllisyydestä ja jokaisesta valikoitui sekä testi- että kontrolliryhmä. Interventiossa koulut jakoivat ensisijaisesti tutkimuksesta tietoa vanhemmille. Opettajat olivat itse saaneet tiedon opettajainkokouksissa ja täältä saamansa tiedot ja opit tutkimuksesta he välittivät vanhemmille. Tutkimukseen sisältyi ajallisesti viisi lukukautta ja jokaisen lukukauden ajalla tutkimuksen työntekijät osallistuivat kerran vanhempainiltaan. Ensimmäisessä tapaamisessa kerrottiin projektista ja siinä kehoitettiin vanhempia suhtautumaan tiukasti nuorten alkoholin käyttöön ja pitämään selkeät säännöt. Lisäksi vanhempia kehoitettiin edistämään nuorten osallistumista päihteettömään aikuisten ohjaamaan järjestettyyn toimintaan ja harrastukseen. Vanhemmat saivat kunkin lukukauden aikana vähintään kolme kirjettä, jotka sisälsivät tietoa nuorten alkoholin käytön vähentämisestä sekä vapaa-ajan toiminnan edistämistä. (Mts. 1630–1631.)

Vanhempien asenteet nuorten alkoholin käyttöä kohtaan olivat vaihtelevia. Osan mielestä oli normaalia, että nuoret ovat tässä isässä kiinnostuneita kokeilemaan alkoholia. Ja että he luottavat lastensa kykyyn käyttää alkoholia vastuullisesti. Osa vanhemmista oli puolestaan erittäin tiukkoja mielipiteissään. Heidän mielestään heidän lapsensa ovat aivan liian nuoria juomaan alkoholia lainkaan. Lisäksi mielipiteissä tuli esille, että heidän mielestään alle 18-vuotiaiden ei tule koskea alkoholiin. (Mts. 1631–1632.)

Tässä Örebro-ohjelmassa kannustettiin vanhempia suhtautumaan tiukasti nuorten alkoholin käyttöön ja kehottamaan nuoria osallistumaan järjestettyihin alkoholittomiin toimintoihin. Ja **tulokset** osoittavat, että työskentely vanhempien kautta on tehokas keino vähentää alaikäisten juomista sekä rikollisuutta. Mutta nuorten aktiivista osallistumista ei saatu tutkimuksen aikana lisättyä. Tutkimuksen lopussa humalassa olemisen ja usein tapahtuva humalajuominen olivat matalammat testi- kuin kontrolliryhmässä. Ensisijainen etu tässä ohjelmassa on, että sen jakaminen ja levittäminen on helppoa opettajainkokousten ja vanhempainiltojen kautta. Lisäksi kustannukset ovat vähäisiä, esimerkiksi muita Ruotsin kansanterveyslaitoksen toteuttamat perheiden vahvistamiseen liittyvät ohjelmat maksavat 80 % enemmän kuin tämä kyseinen ohjelma. Ohjelman helpon levittämisen ja kustannus vähäisyyden lisäksi etuna on, että tämä ohjelma voidaan toteuttaa vähäisellä koulutuksella. Hankkeen työntekijöiden ei tarvitse olla asiantuntijoita vaan heille riittää kahden päivän koulutus. (Mts. 1635–1636.)

Hankkeen onnistumisen avain oli ehkä se, että tarkoituksena ei ollut suoranaisesti muuttaa vanhempien asenteita vaan vahvistaa niitä. Sillä useimmat 7. luokkalaisten nuorten vanhemmat ovat lastensa alkoholin käyttöä vastaan, jolloin ohjelman avulla pystyttiin hyvin vaan vahvistamaan tätä heidän ajatelmaansa. Tutkimuksessa oli kuitenkin joitakin rajoituksia, kuten yksilötason muutokset. Ohjelma olisi voinut olla tehokkaampi joissakin luokissa kuin toisissa ja näitä eroja tämän tutkimuksen tulokset eivät paljasta. Lisäksi tutkimustuloksia analysoidessa ei ole pystytty tietämään kuinka humalassa nuoret olivat kun kertoivat käyttäneensä alkoholia. Örebro-ohjelman tulokset ovat kuitenkin pidemmältä aikaväliltä kuin muiden vastaavanlais-

ten ohjelmien tulokset ja näin ollen tulokset ovat huomattavasti paremmat. (Mts. 1636.)

Viimeaikaisissa tutkimuksissa sekä kirjallisuudessa on noussut esille, että nuoret ajattelevat, että jos he menevät juhliin, jossa on alkoholia, niin päätös siitä juovatko he vai eivät on yhteinen vanhempien kanssa, eikä nuoren henkilökohtainen asia. Tämän vuoksi olisi erittäin tärkeää, että vanhemmat keskustelisivat avoimesti nuorten kanssa alkoholiin liittyvistä asioista. Ja tätä avoimuutta ja keskustelevaisuutta haettiin myös tällä Örebro-ohjelmalla. Tutkimuksessa ei tule selville kuinka vanhempien tiukat asenteet muuttivat heidän käytöstään. Keskustelivatko he säännöistä ja rajoituksista nuorten kanssa vai laativatko ja asettivat vanhemmat tiukat rajat nuorille ilman keskustelua. Lisäksi kulttuurikysymys jää tutkimuksen suhteen auki, että olisiko tämän kaltainen toimintatapa toimiva esimerkiksi sellaisessa maassa ja kulttuurissa, jossa alkoholiin liittyviä ikärajoituksia ei toteuteta ja jossa vanhempien suhtautuminen alaikäisten alkoholinkäyttöön on hellempi. (Mts. 1636.)

## 9 Pohdinta

### 9.1 Päihdevalistuksen menetelmät

Tässä opinnäytetyössä haettiin vastauksia kahteen tutkimuskysymykseen, joiden perusteella tutkimusaineistokin valikoitui. Ensimmäisenä lähdettiin selvittämään millaisia päihdevalistuksen menetelmiä 15–18-vuotiaiden nuorten parissa on käytetty ja toiseksi selvitettiin mitkä näistä malleista on ollut toimivia. Päihdevalistukseen on käytetty kautta aikain monenlaisia erityyppisiä malleja. Yleisimpiä malleja ovat erilaiset tietoisut, päihdeputket sekä valistuspäivät. Nämä kaikki herättävät luultavasti lähes jokaisessa valistukseen osallistuneessa henkilössä ajatuksia ja tuntemuksia omasta ja läheisten päihteiden käytöstä, mutta pidemmällä aikavälillä näillä ei ole todistettu olevan vaikutusta päihteiden käytön vähenemiseen. Valistuksen vaikutuksen tutkiminen on hankalaa ja useimmissa tutkimustuloksissa nousee esille päätelmä,

että valistuskampanjoilla on voitu vaikuttaa osallistujien asenteisiin sekä tietoisuuteen muttei suoranaisesti käyttäytymiseen. Lisäksi useimpia valistuskampanjoita pidetään kalliina sekä vaikuttamattomia. (Soikkeli ym. 2011, 37.)

Nuorten kohdalla tutkimustuloksissa ilmenee positiivisia muutoksia myös käyttäytymisen suhteen, mutta vaikutukset jäävät usein lyhytaikaisiksi. Johtopäätöksissä nousee esille, ettei tällaisilla valistuksilla ole vaikutusta eikä valistusta kannata toteuttaa. Haitallisemmat seuraukset päihteiden käytöstä syntyvät jos nuori aloittaa käytön hyvin nuorena kuin myöhemmällä iällä. Siksi nuorten kohdalla on erittäin merkityksellistä, jos tällaisella aiemmin mainitsemani oikeaan ikävaiheeseen osuvalla lyhyen aikavälin valistuksella saadaan siirrettyä päihteiden käytön kokeilua ja säännöllisen käytön aloittamista tai mahdollisesti ehkäistyä se joiden osalla kokonaan. Päihteiden käytön aloittamisen lykkääminen on erittäin tärkeä tavoite ehkäisevällä ja edistävällä päihdetyölle. (Soikkeli ym. 2011, 38.)

Tutkimusaineistooni lukeutui Saaren (2013 63–64) tekemä tutkimus MINDSPACE-mallin käytössä, jossa pyritään ujuttamaan uusia toimintamalleja nuorten arkeen ja elämään. Mallissa tuodaan esille viestintuojan tärkeys, sillä nuorille esikuvat, julkisuuden henkilöt sekä kokemusasiantuntijat ovat merkittävämpiä viestintuojia kuin esimerkiksi päihdetyöntekijä. Mallissa ei pyritä saavuttamaan kuuta taivaalta vaan sillä halutaan vaikuttaa käyttäytymiseen pakottamatta nuoria kuitenkaan käyttäytymään jollakin tietynlaisella tavalla tai luottamatta heidän kykyynsä ajatella ja tehdä valintoja. Mallissa pyritään pienin toimin ujuttamaan uudet toimintamallit oppilaitosten arkeen ja sitä kautta nuorten käytökseen ja heidän terveyteensä. MINDSPACE-mallissa on paljon soveltamisen varaa kunkin oppilaitoksen omien toimintatapojen sekä fyysisten tilojen mukaisesti. Päihteiden käyttöä pyritään ehkäisemään tai siirtämään pienillä keinoilla, kuten ilmaisten leffalippujen jakamisella, jolloin perjantai-iltojen päihteiden käyttöä saataisiin siirtymään myöhemmäksi ja kokonaiskulutus jäisi mahdollisesti vähemmäksi kun käytölle olisi vähemmän aikaa. Tutkimuksessa tuotiin myös esille oppilaitosten alueella tapahtuvaa tupakointi ja sen ehkäiseminen. Tupakointi koulun alueellahan on kiellettyä, mutta silti tupakointi koulupäivien aikana tapahtuu. Tähän ongelmaan tuotiin esille ratkaisuna tupakointi luvat, jotka tulisi erikseen anoa oppilaitoksen rehtorilta. Kynnys hakea lupa voi nousta useimpien nuorten

kohdalla suureksi, erityisesti alaikäisten kohdalla, joilla pitäisi lisäksi olla vanhempien suostumus tupakointiin. Nuorten vahtivat herkästi toistensa toimia, joten ilman lupia olevat tupakoitsijat vahtisivat toisiaan ja näin tupakointi saattaisi vähetä paremmalla prosentilla kuin täystupakointikiellolla, jota ei kuitenkaan noudatettaisi. Mallin onnistumiselle on tärkeää, että sen toteutukseen sitoutuvat projektin työntekijät sekä erityisesti oppilaitokset ja opettajat. Ilman yhteistä päämäärää toimintamallien ujutamisella tuskin on hyötyä, sillä yhden henkilön on melko mahdoton lähteä yksin ujutamaan uutta toimintamallia oppilaitokseen.

Myönteisiä vaikutusarvioita ovat saaneet tutkimukset, joissa on käytetty vuorovaikutuksellisia menetelmiä sekä life skills-elämäntaitomallia. Vuorovaikutuksellisissa menetelmissä nuoret pääsevät keskustelemaan ja tuomaan mielipiteensä avoimesti esille, jolloin heidän ei tarvinnut olla vain vastaanottavana osapuolena. Vuorovaikutuksellisuudessa on myös tärkeää, että mielipiteissään saa olla myös muista eriävä sekä pohdintaa tehdä kriittisesti. Malleilla, joista on tullut myönteisiä tutkimustuloksia, on ollut myös yhtenäistä se, että ne ovat olleet kestoaltaan riittävän pitkiä sekä intensiivisiä. (Soikkeli ym. 2011, 38–39.) Näihin kriteereihin liittyen tutkimusaineistossani on yksi suomalainen julkaisu, jonka lähtökohtana oli tarkastella yhteisöllisyyden vaikutuksia ehkäisevän päihdetyön menetelmänä. Vuorovaikutuksellisuus nousi tässä Danska-Honkalan ja Krogeruksen (2010) hankkeessa vahvasti esille, sillä nuoret pääsivät keskustelemaan erilaisten toiminnallisten menetelmien kautta päihteisiin liittyvistä asioista ja asenteista. Erilaisilla toiminnallisilla menetelmillä haastettiin nuoria tuomaan ajatuksiaan ilmi ja ottamaan kantaa päihdeasioihin. Vuorovaikutuksellisissa menetelmissä sekä päihdevalistus työssä onkin tärkeää, että nuoret haastetaan olemaan vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa ja olemaan itse vastuussa omasta oppimisestaan ja toiminnastaan. Tämä oman vastuun korostaminen ja itsenäisten päätösten tekeminen korostuu näissä kahdessa suomalaisessa päihdevalistustieteen julkaisussa.

Vuorovaikutuksellisuuden myötä nuorilla alkoi ajatusprosessi omasta päihteiden käytöstä. Nuoret kokevat tärkeäksi tekijäksi mahdollisuuden keskustella asioista ja sen tunteen, että heistä välitetään, heidän mielipiteistään ollaan aidosti kiinnostuneita. Toki tuloksiin ja menetelmän vaikuttavuuteen merkittävänä tekijänä ovat toimintaan

osallistuvat nuoret, heidän asennoituminen, elämäntilanteet, nuoren tausta sekä monet muut henkilökohtaiset asiat. Päihdevalituksen onnistumiseen vaikuttavat niin monet eri tekijät ja esimerkiksi ajankohta ja ikävaihe, johon valitus kohdentuu. Tärkeää on kuitenkin, ettei nuoria pidetä tyhminä ja kykenemättöminä tekemään rationaalisia päätöksiä kuten Saari (2013, 7) tutkimuksessaan tuo esille. Jos päihdevalituksessa lähdetään liikkeelle siitä, että nuori ei osaa itse ajatella järkevästi, mennään lähes suorilta epäonnistumisen tielle.

Tässä edellä puhutussa Danska-Honkalan ja Krogeruksen teettämässä hankkeessa kävi ilmi, että nuorten päihdetottumukset olivat joutuneet ajatusprosessin synnyttyä itsekritiikin alle. Johtopäätöksissä ei kuitenkaan tullut esille, että muuttuivatko nuorten päihdetottumukset vai jäikö muutokset ajattelutasolle. Muutosta on kylläkin hankala tutkia, mutta ainakin ajatteluprosessi on nuorilla käynnistynyt. Päihdevalituksessa onkin kyse yhteiskunnalliseen ilmapiiriin vaikuttamisesta, tärkeiden asioiden esille tuomisesta ja keskustelun ylläpitämisestä (Soikkeli ym. 2011, 67). Tässä hankkeessa oli lisäksi ulkoisena kannustimena yhteisen symbolin luominen ja sen saaminen jokaisen omaan käyttöön. Nuoret suunnittelivat yhdessä päihdevastaisen lauseen, joka painettiin huppariin, jonka he saivat hankkeen lopussa itselleen. Tällainen ulkoinen kannustin (elokuvaclip) oli myös Saaren (2013, 64–65) esittämässä MINDSPACE-mallissa. Ja kuten aiemmin toin esille, niin hankkeen onnistumisen tekijöitä ovat myös intensiivisyys sekä kesto. Tämä ammattioppilaitoksessa toteutetussa hankkeessa oli viisi tapaamiskertaa tasaisin väliajoin ja lisäksi näiden tapaamisten välissä oli välitehtäviä, jotta tapaamisilla pohditut asiat pysyisivät koko ajan mielessä. Onnistumisen kannalta on tärkeää, etteivät tapaamiset ole liian harvoin ja että keskustellut aiheet pysyvät tuoreina nuorten muistissa.

Ehkäisevässä ja edistävässä päihdetyössä oppilaitosten lisäksi suuressa roolissa ovat nuorten vanhemmat. Tutkimusaineistoon valikoitui yksi englanninkielinen tutkimus, jossa vanhemmat otettiin päihdetyöhön mukaan. Tutkimus toteutettiin Ruotsissa, Örebron läänissä. Örebro-ohjelmassa tutkijat työskentelivät vanhempien kanssa oppilaitosten kautta. Ohjelmassa haluttiin vaikuttaa ja vahvistaa vanhempien asenteita nuorten päihdeettömyydestä. Tutkimustuloksista tuli ilmi, että työskentely vanhempien kautta on tehokas keino vähentää nuorten alkoholin käyttöä. Lisäksi tutkimuk-



sessä huomioitiin rikollisuus, joka myöskin oli vähentynyt alkoholin käytön myötä. Örebro-ohjelmassa pyrittiin myös lisäämään nuorten osallisuutta tapahtumiin ja harrastuksiin, joissa päihteet eivät ole mukana. Osallisuuden lisääntyminen jäi kuitenkin tutkimuksessa saavuttamatta. Vanhemmilla on suuri rooli lasten ja nuorten päihteiden käytössä. Aikuinen on aina nuorelle esikuva ja henkilö, jonka käytöstä mallinnetaan vaikka aikuisen käyttäytyminen ei olisi hyväksi lapselle. Äiti on aina äiti ja isä on aina isä, vaikka heillä olisi päihderiippuvuus. Lapset ovat aina lojaaleja vanhemmilleen, mikä olisi hyvä muistaa päihdekasvatuksessa. Vanhemman tulisi näyttää hyvää esimerkki kaikessa, myös päihteiden käytössä. Päihdeasioista tulisi keskustella nuorten kanssa – sen haitoista, riippuvuusalttiudesta ja muista siihen liittyvistä vaaroista. Tällä Örebro-ohjelma haluttiin saada vanhemmat mukaan nuorten päihdekasvatukseen ja olemaan osana nuorten arkea. Vanhempia kehoitettiin keskustelemaan nuorten kanssa päihteistä ja asettamaan nuorelle rajat päihteiden käytön suhteen. Tutkimuksessa jäi kuitenkin epäselväksi, että olivatko vanhemmat oikeasti keskustelleet päihdeasioista nuorten kanssa vai olivatko he vain suoraan asettaneet rajat ja säännöt nuorille. (Koutakis, Håkan & Kerr 2008.) Olisi mielenkiintoista tutkia ja selvittää, kuinka tällainen Örebro-ohjelma toimisi Suomessa ja olisivatko tutkimustulokset samansuuntaiset? Maantieteellisesti Ruotsi ja Suomi ovat samalla akselilla, mutta ollaanko me kuitenkin kulttuurisesti ja tavoiltamme sen verran erilaisia kansoja, etteivät toimintatapamme kohtaisi ja tulokset jäisivät erilaisiksi? Keskusteleminen ei ole suomalaisessa kulttuurissa ollut vahvuus ja tämän mallin avulla pystyttäisiin myös kehittämään nuorten ja vanhempien välistä kommunikointia, mikä jo sinällään voisi parantaa nuorten ja perheiden hyvinvointia huomattavasti.

Näistä kolmesta tutkimusaineistooni kuuluvasta tutkimuksesta ja julkaisusta voidaan jokaisesta nähdä jokin aiemmin mainituista onnistuneen päihdevalistuksen elementeistä – yhteisöllisyys, vanhempien rooli, vuorovaikutuksellisuus. Nuorten oman ajattelun ja osallisuuden tukeminen sekä elämäntaitojen vahvistaminen ovat merkittäviä tekijöitä ehkäisevässä ja edistävässä päihdetyössä. Nämä elementit tulevat ilmi myös nuorisolaissa (L 27.1.2006/72). Nämä päihdevalistuksen menetelmät on todettu toimiviksi, mutta voidaanko ehkäisevään päihdetyöhön saada yhtä toimivaa päihdevalistuksen mallia, joka olisi toteutettavissa kaikkialla ja kaikenlaisissa ympäristöissä? Olisi hienoa, jos tällainen malli voitaisiin kehittää, mutta en usko että missään ihmi-

siin liittyvässä tekemisessä ja asiassa se toimisi. Sillä mikä sopii yhdelle, ei välttämättä sovi toiselle. Ihmiset ovat niin heterogeenisiä, ettei kaikille mitenkään voi sopia yksi ja sama malli, vaikka sillä olisi jossakin ryhmässä saavutettu hyvät tulokset. Päihdevalistuksen menetelmiä kehitetään ja luodaan koko ajan lisää, jospa jokaiselle nuorelle ja ryhmälle löytyy jonkinlainen toimiva malli. Tärkeintä on, että nuoren elämään kuuluvat yhteisöt – koti, koulu, harrastukset sekä asuinympäristö osallistuvat nuoren kasvatukseen ja elämäntaitojen kehittämiseen ja vahvistamiseen.

## 9.2 Luotettavuus ja eettisyys

Tiedonhaussa käytin useita eri hakusanoja ja hain tutkimuksia ja julkaisuja sekä ulkomaalaisista että suomalaisista tietokannoista. Aineisto rajattiin vuodesta 2008 eteenpäin toteutettuihin tutkimuksiin ja aineiston valintaan vaikuttivat suuresti nuorten ikäryhmä, oppilaitos sekä päihdevalistukseen käytetty menetelmä ja sen toimivuus. Aineistoa etsiessä pyrin löytämään tutkimuksia, joissa olisi kyse 15–18-vuotiaista nuorista, mutta kuitenkin näin rajalliseen ikäjakaumaan ei tutkimuksissa ja julkaisuissa aivan päästy. Ikäjakauma aineistossani oli 13–23-vuotiaat. Osaltaan ikäjakaumaan vaikuttaa se, että ammattiopistojen opiskelijat ovat hyvin monen ikäisiä, kun taas lukioissa opiskelijat ovat yleensä 15–19-vuotiaita. Lisäksi aineistoon otin mukaan tutkimuksen, jossa oli kyse 13–15-vuotiaista nuorista ja tämän valitsin sen vuoksi, että nämä nuoret olivat mukana tutkimuksessa 7. luokalta 9.luokkaan asti. Suuremmalla ikäjakaumalla olisin saanut enemmän hakuosumia, mutta tämä kirjallisuuskatsaus haluttiin kohdentaa nuoriin, sillä nuoret ovat ryhmä, johon ehkäisevä ja edistävä päihdetyö tulee erityisesti kohdentaa.

Tutkimuksen luotettavuuteen ja yleistettävyyteen vaikuttaa aineiston pieni koko (n=3), lisäksi englanninkielistä aineistoa tutkittaessa on voinut tulla väärinymmärryksiä. Mukana ei tosin ole kuin yksi englanninkielinen tutkimus, mutta katsauksesta on voinut jäädä pois jokin hyväkin englanninkielinen tutkimus väärinymmärryksen vuoksi. Lisäksi aineiston pienuuteen vaikutti suuresti päihdevalistuksen menetelmä ja sen toimivuus – paljon löytyi julkaisuja, joiden tuloksissa tuotiin ilmi että tällä menetel-

mällä ei todettu olevan juurikaan hyötyä tai että sillä oli hieman hyötyä. Tällaiset tutkimukset ja julkaisut jätin kokonaan aineiston ulkopuolelle. Yksi mukaan otetuista julkaisuista valikoitui aineistoon opinnäytetyöni ohjaavan opettajan avustuksella.

Tämän opinnäytetyön eettisyyteen ja luotettavuuteen on myös osaltaan voinut vaikuttaa se, että työn teki vain yksi henkilö. Aineistoa lukiessani on voinut tulla väärinymmärryksiä, joiden määrä olisi voinut pienentyä jos aineiston olisi lukenut läpi kaksi henkilöä. Tällöin tutkimuksen luotettavuus olisi ollut suurempi. Olen työskentelyssäni ja raporttia kirjoittaessa pyrkinyt toimimaan eettisesti ja olemaan tuomatta tuotokseen omia henkilökohtaisia ajatuksia. Omaa pohdintaa halusin tuoda työhön, mutta henkilökohtaisia mielipiteitä ja arvoja olen pyrkinyt välttämään tuomasta raporttiin. Tiedonhaussa käytin luotettavia suomalaisia ja ulkomaisia tietokantoja. Ulkomaisia tietokantoja olisin voinut käyttää monipuolisemminkin, mikä olisi voinut tuoda aineistoon lisää laajuutta.

Päihdevalistus menetelmiä ja niiden toimivuutta on vaikea mitata ja tutkimuksellakin todistettuihin toimiviin malleihin ja niiden luotettavuuteen tulee kuitenkin suhtautua kriittisesti. Kuten jo aiemmin esille toin, niin se mikä sopii yhdelle, ei välttämättä sovi toiselle. Ihmisten kanssa tehtävään työhön vaikuttavat niin monet eri tekijät, että vain kokeilemalla ja soveltamalla pystytään löytämään jokaiselle sopiva tapa toimia. Ulkopuolelta pystytään tukemaan ja vahvistamaan nuoren toimintaa, mutta nuoren itse on tehtävä päätös toiminnastaan ja tämä tuo oman haasteensa päihdevalistukseenkin.

## Lähteet

Alkoholi aiheuttaa lasten pahoinvointia. N.d. Näkökulmia. Lasten seurassa.fi. Viitattu 30.5.2014. <http://www.lastenseurassa.fi/#!/nakokulmia/>

Danska-Honkala, K. & Krogerus, E. 2010. Ehkäisevä päihdetyö toisen asteen ammatillisessa koulutuksessa – esimerkki ryhmäinterventiosta. Teoksessa Yhteisöllisiä näkökulmia nuorten ehkäisevään päihdetyöhön. Toim. M. Kylmäkoski, S. Pylkkänen ja R. Viitanen. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu, 72–73, 77.  
[http://www.humak.fi/sites/default/files/liitteet/yhteisollisia\\_nakokulmia.pdf](http://www.humak.fi/sites/default/files/liitteet/yhteisollisia_nakokulmia.pdf)

Edistävä ja ehkäisevä työ. Ehkäisevän mielenterveys- ja päihdetyön painopisteet. 2012. Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma. Ehdotukset mielenterveys- ja päihdetyön kehittämiseksi vuoteen 2015. Väliarviointi ja toteutumisen kannalta erityisesti tehostettavat toimet. Helsinki. Viitattu 14.1.2014.  
<http://www.hel.fi/wps/wcm/connect/b80df1cf-4cc4-4e82-8206-78040be62de8/Ehdotukset+mielenterveys-+ja+p%C3%A4ihdety%C3%B6n+kehitt%C3%A4miseksi+vuoteen+2015.pdf?MOD=AJPERES&CACHEID=b80df1cf-4cc4-4e82-8206-78040be62de8>

Ehkäisevä päihdetyö. 2014. Alkoholi, tupakka ja riippuvuudet. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 28.10.2014. <http://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeetyo>

Ehkäisevän päihdetyön toimijakenttä järjestönäkökulmasta. N.d. Preventiimi. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Viitattu 16.4.2014. <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/7d75e94e-6810-4432-87cf-634c862b7e40>

Havio, M., Inkinen, M. & Partanen, A. 2013. Päihdehoitotyö. Sanoma Pro Oy, 93, 112–113, 118.

Helmiö, S. 2010. Nuorten yhteisöllisyyden piirteitä päihdekulttuurissa. Teoksessa Yhteisöllisiä näkökulmia nuorten ehkäisevään päihdetyöhön. Toim. M. Kylmäkoski, S. Pylkkänen ja R. Viitanen. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu, 108–110.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2004. Tutki ja kirjoita. 10. uud. p. Helsinki: Tammi.

Kansallinen mielenterveys- ja päihdesuunnitelma. N.d. Hankkeet ja ohjelmat. Tutkimus ja asiantuntijatyö. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki. Viitattu 14.10.2014. <http://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/hankkeet-ja-ohjelmat/kansallinen-mielenterveys-ja-paihdesuunnitelma>

Koutakis, N., Håkan, S. & Kerr, M. 2008. Reducing youth alcohol drinking through a parent-targeted intervention: the Örebro Prevention Program. Sweden. Center of Development Research. Örebro University. Viitattu 3.6.2014.

<http://web.a.ebscohost.com.ezproxy.jamk.fi:2048/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=10&sid=08e61ca8-1fab-420e-87cc-47677e8a62a9%40sessionmgr4001&hid=4109>

L 19.11.1982/828. Raittiustyölaki. Säädös säädöstietopankki Finlexin sivuilla. Viitattu 16.4.2014.

[http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1982/19820828?search\[type\]=pika&search\[pika\]=raittiusty%C3%B6laki](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1982/19820828?search[type]=pika&search[pika]=raittiusty%C3%B6laki)

L 17.1.1986/41. Päihdehuoltolaki. Säädös säädöstietopankki Finlexin sivuilla. Viitattu 16.4.2014.

[http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041?search\[type\]=pika&search\[pika\]=p%C3%A4ihdehuoltolaki#L1P5](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041?search[type]=pika&search[pika]=p%C3%A4ihdehuoltolaki#L1P5)

L 27.1.2006/72. Nuorisolaki. Säädös säädöstietopankki Finlexin sivuilla. Viitattu 16.4.2014.

[http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2006/20060072?search\[type\]=pika&search\[pika\]=Nuorisolaki](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2006/20060072?search[type]=pika&search[pika]=Nuorisolaki)

L 30.12.2010/1326. Terveystieteiden huoltolaki. Säädös säädöstietopankki Finlexin sivuilla. Viitattu 16.4.2014.

[http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326?search\[type\]=pika&search\[pika\]=terveydenhuoltolaki](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326?search[type]=pika&search[pika]=terveydenhuoltolaki)

Laatutähteä tavoittelemassa – Ehkäisevän päihdetyön laatuvaatimukset. 2006. Toim. H. Jokinen. STAKES. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Päihdetyöryhmä. Viitattu 30.5.2014.

[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/75223/laatutahta\\_tavoittelemassa1.pdf?sequence=1](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/75223/laatutahta_tavoittelemassa1.pdf?sequence=1)

Lappalainen-Lehto, R., Romu, M-L. & Taskinen, M. 2008. Haasteena päihde. Ammatillisen päihdetyön perusteita. Helsinki: WSOY oppimateriaalit OY.

Linjaukset. N.d. Kansallinen mielenterveys- ja päihdesuunnitelma. Hankkeet ja ohjelmat. Tutkimus ja asiantuntijatyö. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki. Viitattu 14.10.2014. <http://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/hankkeet-ja-ohjelmat/kansallinen-mielenterveys-ja-paihdesuunnitelma/linjaukset#Ohjauskeinoja>

Luonnos uudeksi päihdehaittojen ehkäiseväksi laiksi lausunnoille. 2014. Tiedote 182/2014. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 28.10.2014.

<http://www.stm.fi/tiedotteet/tiedote/-/view/1890972#fi>

Maunu, A. 2012. Päihdekasvatus on kommunikaatiota. Kohderyhmä herkkyys ja sen vaikeudet. Ryyppämällä ryhmäksi. Ehkäisevän päihdetyön karttalahtiä nuorten ja nuorten aikuisten juomiskulttuureihin. EHYT ry. 2. uudistettu painos. 10, 17. Viitattu 14.5.2014.

[http://www.ehyt.fi/easydata/customers/ehyt/files/myytavattuotteet/ryyppaamalla\\_ryhmaksi\\_virallinen.pdf](http://www.ehyt.fi/easydata/customers/ehyt/files/myytavattuotteet/ryyppaamalla_ryhmaksi_virallinen.pdf)

Mitä arviointi on? 2011. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki. Viitattu 30.5.2014. [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/neuvoa-antavat-fi/mita-arviointi-on](http://www.thl.fi/fi_FI/web/neuvoa-antavat-fi/mita-arviointi-on)

Opetushallitus. 2009. Terveystieto sai hyvän vastaanoton. Lehdistötiedote 12.11.2009. Viitattu 1.4.2014. <http://www.oph.fi/lehdistotiedotteet/2009/035>

Raitasalo, K. 2010. Saako lasten seurassa juoda? Alkoholinkäyttö lasten seurassa ja asenteet sitä kohtaan. Teoksessa Suomi juo. Suomalaisten alkoholinkäyttö ja sen muutokset 1968–2008. Toim. P. Mäkelä, H. Mustonen & C. Tigerstedt. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 30.5.2014. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80301/371e1e08-9bc1-47ea-81aa-68b04f27088c.pdf?sequence=1>

Raittiuslautakunta. N.d. Vantaan kaupunki. Viitattu 30.5.2014. [http://www.vantaa.fi/fi/hallinto\\_ja\\_talous/kirjaamo\\_ja\\_tietopalvelut/virka-arkistot\\_l-o/raittiuslautakunta](http://www.vantaa.fi/fi/hallinto_ja_talous/kirjaamo_ja_tietopalvelut/virka-arkistot_l-o/raittiuslautakunta)

Saari, J. 2013. Kuinka narulla voi työntää? Käyttäytymisen muuttamisen uudet innovaatiot. Taustaselvitys. Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry. Viitattu 1.6.2014. [http://www.ehyt.fi/easydata/customers/ehyt/files/julkaisut/ehyt\\_katsauksia\\_2\\_2013\\_juho\\_saari\\_kuinka\\_narulla\\_voi\\_tyontaa.pdf](http://www.ehyt.fi/easydata/customers/ehyt/files/julkaisut/ehyt_katsauksia_2_2013_juho_saari_kuinka_narulla_voi_tyontaa.pdf)

Salminen, A. 2011. Mikä on kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyyppeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasa: Vaasan yliopiston julkaisuja. Julkaisusarja 62. Viitattu 14.9.2014. [http://www.uva.fi/materiaali/pdf/isbn\\_978-952-476-349-3.pdf](http://www.uva.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf)

Soikkeli, M., Salasuo, M., Puuronen, A. & Piispa, M. 2011. Se toimii sittenkin – kuinka päihdevalistuksesta saa selvää. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 116. Helsinki.

Tutkimustiedon tulkinta, käyttö ja väärinkäyttö. 2014. Päihdekasvatus ja –valistus. Ehkäisevä päihdetyö. Alkoholit, tupakka ja riippuvuudet. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 18.9.2014. <http://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeetyo/paihdekasvatus-ja-valistus/tutkimustiedon-tulkinta-kaytto-ja-vaarinkaytto>

Viitanen, R. 2010. Nuorten päihdevalistuksen sokeat pisteet ja päihdekasvatuksen mahdollisuudet. Teoksessa Yhteisöllisiä näkökulmia nuorten ehkäisevään päihdetyöhön. Toim. M. Kylmäkoski, S. Pylkkänen ja R. Viitanen. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu, 51. <https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/38287/978-952-456-103-7.pdf?sequence=1>

## Liitteet

### Liite 1. Taulukko

TUTKIMUS	VUOSI	AINEISTOT	TAVOITE	EHKÄISEVÄN JA EDISTÄVÄN TYÖN MENETELMÄ	KESKEISET TULOKSET
Danska-Honkala & Krogerus  <i>Ehkäisevä päihdetyö toisen asteen ammatillisessa koulutuksessa – esimerkki ryhmäinterventiosta</i>	2010 (artikkeli teoksessa Yhteisöllisiä näkökulmia nuorten ehkäisevään päihdetyöhön)	Eteläsuomalaisen toisen asteen ammatillisen oppilaitoksen toisen vuosikurssin 18 opiskelijaa (3 poikaa ja 15 tyttöä)  Ikäjakauma 17–23 vuotta	Hankkeen lähtökohta: Pohdiskella yhteisöllisyyttä ja sen merkitystä ehkäisevän päihdetyön menetelmänä	Learning cafe – ryhmätyöskentely  Interaktiivinen teeman käsittely  Yhteistoiminnallinen peli: Oloveli	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hanke oli opettavainen ja yhteisöllisyyttä lisäävä kyseiselle ryhmälle</li> <li>• Nuoret tunsivat itsensä tärkeiksi sekä tullessaan huomioiduiksi</li> <li>• Hankkeen myötä nuorilla oli alkanut ajatusprosessi omasta päihteiden käytöstä</li> <li>• Hankkeen houkuttelevuus yhteisessä symbolissa sekä sen saamisessa itselleen hankkeen lopuksi - &gt; jokainen nuori sai hupparin, jossa oli heidän itsekeksimänsä päihdevastainen lause</li> <li>• Toiminnalliset menetelmät olivat olennainen sekä tärkeä osa hanketta</li> <li>• Yhteisöllisyys on merkityksellinen tekijä päihdetyössä</li> </ul>

					<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toisen asteen ammatilliseen koulutukseen tulisi satsata ehkäisevän päihdetyön resursseja -&gt;</li> </ul> <p>Nuoret tarvitsevat vielä aikuisen tukea, mutta ovat kuitenkin riittävän kypsiä keskustelemaan päihdeistä. Nuorilla mahdollisuus luoda uudenlaista päihdekulttuuria osana omaa ammatti-identiteettiä ja koulu voi tukea nuoria tässä asiassa kyseenalaistamaan suomalaista päihdekäyttäytymistä</p>
<p>Saari</p> <p><i>Kuinka narulla voi työntää? Käyttäytymisen muuttamisen uudet innovaatiot Taustaselvitys</i></p>	2013	Reilu tusina osallistui työpajaan. Osallistujat koostuivat oppilaitoksen, opiskelijoiden ja projektin edustajista	<p>Terveystietämisen edistämisen siirtymien luominen</p> <p>Uusien toimintamallien ujuttaminen osaksi olemassa olevaa instituutiota, käyttäytymisen muutokseen tähtäävä malli</p> <p>Ammattiin opiskelijoiden hyvinvointi- ja ter-</p>	<p>MINDSPACE-malli, jossa halutaan vaikuttaa ihmisten käyttäytymiseen pakottamatta heitä käyttäytymään tietynlaisella tavalla tai luottamatta heidän kykyynsä tehdä rationaalisia päätöksiä/valintoja</p> <p>Esimerkkinä mallista oli tarjota nuorille päihdeittömiä ajanviettopaikoja, esimerkiksi elokuvailtoja perjantai-</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MINDSPACE-mallin soveltamisesta jäi työpajassa positiivinen ilmapiiri</li> <li>• Mallin mahdollisuudet mittavat-&gt;paljon ideoita kuinka asiat voidaan toimeenpanna</li> <li>• Mitä useamman henkilön käyttäytymiseen voidaan vaikuttaa ujuttamalla tietynlaisia toimintamalleja osaksi heidän arkeaan, sen vaikuttavammaksi toiminta luultavimmin muuttuu</li> <li>• Oman vastuun korostaminen ja aloitteellisuuden aktivointi</li> <li>• Mallin räätälöinti oppilaitos- ja koulutusosuuskohtaisesti</li> </ul>



			veyskäyttäytyminen	iltaan, jonka avulla pystyttäisiin siirtämään päihteiden nauttimista kolmella tunnilla -> vaikutus alkoholin kokonaiskulutukseen vähentävästi	
Koutakis, Stattin & Kerr  <i>Reducing youth alcohol drinking through a parent-targeted intervention: the Örebro Prevention Program</i>	2008	900 yläkoulun oppilasta ja heidän vanhempiaan osallistui tutkimukseen	Arvioida 2,5 vuoden ehkäisyohjelman vaikutusta 13–16-vuotiaiden juomiseen kun työskennellään vanhempien kautta	Vanhemmat saivat tiedon postitse ja heille järjestettiin tapaamisia koulussa, joissa heitä kehoitettiin suhtautumaan tiukasti nuorten alkoholin käyttöön sekä edistämään nuorten osallistumista aikuisten ohjaamaan järjestettyyn toimintaan/harrastukseen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Työskentely vanhempien kautta on osoittautunut tehokkaaksi tavaksi vähentää alaikäisten juomista sekä rikollisuutta</li> </ul>