

DIAK

**Aalto Erika
Hoffrén Eelis
Viljamaa Alisa**

Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomi (AMK)
Opinnäytetyö, 2024

NUORTEN PÄIHTEIDEN KÄYTÖN PUHEEKSIOTTAMINEN

**VIDEOMATERIAALIA EHYT RY:N SOMETOIMINNAN
OSANA**

TIIVISTELMÄ

Erika Aalto, Eelis Hoffrén, Alisa Viljamaa
Nuorten päihteiden käytön puheeksi ottaminen – Videomateriaalia EHYT ry:n sometoiminnan osana
Sivut 46 ja 3 liitteet
Syksy, 2024
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosionomi (AMK)

Tämän kehittämispainotteisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa työväline nuorten päihteiden käytön ehkäisemisen tueksi sekä edistää päihteistä keskustelemista nuorten ja heidän huoltajiensa välillä. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry:n kanssa kehittämällä videomateriaalia, joka julkaistiin EHYT ry:n sosiaalisen median kanavilla. Videomateriaalin kohderyhmänä ovat nuoret, heidän huoltajansa ja nuorten kanssa työskentelevät aikuiset. Tavoitteena oli edistää päihteiden käytön puheeksi ottamista kotona ja lisätä tietoisuutta päihteistä.

Opinnäytetyössä tarkastellaan nuorten päihteiden käyttöä Suomessa sekä päihteiden käyttöön liittyviä terveysriskejä ja yhteiskunnallisia ongelmia. Työssä käsitellään ehkäisevän päihdetyön menetelmiä, kuten päihdekasvatusta ja puheeksi ottoa, sosiaalisen median mahdollisuuksia nuorten päihdekasvatuksessa sekä tarkastellaan nuoren ja huoltajan välistä vuorovaikutusta ja sen merkitystä. Työn toteutuksessa käytettiin teemakyselyä, jonka vastauksia hyödynnettiin videomateriaalin suunnittelussa ja toteutuksessa.

Kehittämistyön lopputuotoksena oli nuorille, heidän huoltajilleen sekä kasvattajille suunnattu videomateriaali, joka tukee nuorten ja aikuisten välisen avoimen keskustelun käymistä. Videomateriaalin arviointi vaatii pidempää seuranta-aikaa, jonka perusteella voidaan arvioida sisällön todellista tehokkuutta. Tavoitteena oli kuitenkin osoittaa, että humoristinen ja samaistuttava sisältö voi olla tehokas tapa tavoittaa kohderyhmä ja herättää keskustelua katsojassa.

Sosiaalinen media tarjoaa merkittäviä mahdollisuuksia ehkäisevän päihdetyön toteuttamisessa. Huoltajien aktiivinen rooli päihdekeskusteluissa on keskeisessä asemassa nuorten päihteiden käytön ehkäisyssä. Mielenkiintoista olisi tutkia aihetta enemmän ja tutkimustulosten mukaisesti kehittää lisää digitaalisia työkaluja nuorten päihdekasvatukseen, puheeksiottoon ja päihteiden käytön ennaltaehkäisyyn.

Asiasanat: nuorten ehkäisevä päihdetyö, puheeksiotto, päihdekasvatus, sosiaalinen media, vuorovaikutus

ABSTRACT

Erika Aalto, Eelis Hoffrén, Alisa Viljamaa

Addressing young people's use of substances – Video material as part of EHYT ry's social media activity

Pages 46 and 3 appendices

Autumn, 2024

Diaconia University of Applied Sciences

Bachelor of Social Services

The aim of this thesis was to create a tool to prevent young people's substance abuse and to help increase discussion about the subject amongst caregivers and young people. This thesis was implemented with EHYT ry, creating video material and to post it to EHYT ry's social media platforms. The target group for the video materials is young people, their caregivers and the people who work with young people. The aim is to increase healthier discussion about substance abuse at home and to spread awareness about substances.

This thesis handles young people's substance abuse in Finland, the health risks of substance abuse and also societal problems. Thesis contains different substance abuse prevention methods such as substance abuse education, discussing the matter, social media as an option in educating about substance abuse and the meaning of interaction. Video material was planned and based on the answers from a theme survey.

Key result of this thesis was video material which aids young people and their caregivers to open up the conversation about substance abuse in a lighter and more educational way. It takes a longer period of a time to evaluate the true efficiency of the video materials, but the hopes are that a more humoristic and relatable content is easier way to reach the viewers and them to internalize the content.

The conclusion is that social media provides significant opportunities to be used as an educational platform for preventing substance abuse amongst young people. Also bringing up the fact that the caregiver's active educational role in conversations about substances is in a central position in preventive work. The topic should be more researched and more digital working tools substance abuse prevention should be developed according to the results.

Keywords: substance abuse prevention, young people, social media, co-operation, EHYT ry

SISÄLLYS

	JOHDANTO	4
	NUORTEN PÄIHTEIDEN KÄYTTÖ JA SOSIAALISET ONGELMAT	5
1	2.1 Nuorten käyttämät päihteet Suomessa	5
	2.2 Päihteiden käytön aiheuttamat sosiaaliset ongelmat	6
2	2.3 Päihteiden käyttöön liittyvä ylisukupolvinen huono-osaisuus	8
	NUORTEN PÄIHTEIDEN KÄYTTÖÖN LIITTYVÄT TERVEYSRISKIT	10
3	3.1 Nuorten päihdekokeilujen ja päihdehäiriöiden syntymisen taustasyitä sekä seurauksia.....	10
	3.2 Alkoholi ja nikotiinituotteet nuorten käytössä.....	11
	3.3 Nuorten käyttämät huumausaineet ja sekakäyttö	13
4	HUOLTAJAN JA NUOREN VÄLINEN VUOROVAIKUTUS.....	15
	4.1 Huoltajan rooli nuoren kasvussa ja kehityksessä.....	15
	4.2 Huoltajan ja nuoren välisen suhteen ja vuorovaikutuksen merkitys nuoren päihteiden käytössä	17
5	NUORTEN EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ	19
	5.1 Ehkäisevän päihdetyön muotoja	19
	5.2 Päihdekasvatus osana nuorten ehkäisevää päihdetyötä	20
	5.3 Puheeksioton menetelmä ja päihteiden käyttöön liittyvät kyselyt	21
6	5.4 Ehkäisevän päihdetyön vaikutus päihteiden saatavuuteen ja kysyntään.....	23
7	5.5 Nuorten ehkäisevä päihdetyö ja sosiaalinen media	24
	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE	26
8	YHTEISTYÖKUMPPANI EHYT RY	27
	7.1 EHYT ry ja sen historiaa	27
	7.2 EHYT ry:n toiminta osana nuorten ehkäisevää päihdetyötä.....	28
	VIDEOMATERIAALIN KEHITTÄMISPROSESSI	29
	8.1 Videomateriaalin kehittäminen	30
	8.2 Videomateriaalin tuottaminen ja julkaisu	31
	8.3 Kehittämispöytäkirjan arviointi ja palaute	32

	POHDINTA	33
	9.1 Eettisyys ja luotettavuus.....	34
	9.2 Pohdinta ja ammatillinen kasvu.....	35
	LÄHTEET.....	37
9	LIITE 1. TEEMAKYSELYN POHJAT	47
	LIITE 2. VASTAUKSET / KOMMENTIT	48
	LIITE 3. KÄSIKIRJOITUKSET.....	49
	LIITE 4. VIDEOMATERIAALI	57

JOHDANTO

1 Päihteiden käyttö on yksi suomalaisen yhteiskunnan suurimmista sosiaalisista ongelmista ja niiden aiheuttajista. Päihteiden käyttö sosiaalisena ongelmana koskettaa jokaista ikäryhmää laaja-alaisesti elämän eri osa-alueilla. Terveyshaitat ovat vain murto-osa päihteiden aiheuttamista ongelmista. Päihteiden käyttöön liittyy useita sosiaalisia ongelmia ja niiden aiheuttamia ilmiöitä. Nuorten kohdalla suurin osa päihteiden käytön aiheuttamista sosiaalisista ongelmista on tupakan, alkoholin ja kannabiksen aiheuttamia. (Mielenterveystalo, i.a.) Opinnäytetyön kohderyhmänä ovat nuoret. Tässä opinnäytetyössä tarkastellaan nuoruutta Suomen lainopillisen määritelmän mukaisesti. Kohderyhmänä toimivat nuorten lisäksi nuorten huoltajat sekä nuorten kanssa työskentelevät aikuiset.

Tarkoituksena on tarkastella sosiaalisen median merkitystä päihdekasvatuksessa ja tuoda ilmi tietoa nuorten päihteiden käytöstä, käytön tunnistamisesta sekä käytön ehkäisystä. Opinnäytetyössä tuodaan esille nuorten päihteiden käytön tilannetta vuoden 2024 Suomessa sekä päihteiden käytön aiheuttamia sosiaalisia ja terveydellisiä haittoja. Lisäksi tarkastellaan nuoren ja huoltajan vuorovaikutuksen merkitystä sekä nuorille suunnattua ehkäisevää päihdetyötä ja sen menetelmiä.

Kehittämispainotteisen opinnäytetyön tuotteena suunnittelemme ja julkaisemme yhteistyötaho Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry:n sosiaalisen median kanavalle videomateriaalia siitä, miten huoltajat voisivat kohdata päihteitä käyttäviä nuoria. Videomateriaali on luotu nuorille kohdistetun teemakyselyn avulla. Kyselyn vastausten perusteella sisällöstä saatiin seuraajien kokemuksiin perustuvia sekä samaistuttavampia katsojalle. Tavoitteena on, että videosarja toimii välineenä päihteiden käytön puheeksi ottamiseen siten, että siitä syntyisi keskustelua huoltajan ja nuoren välillä. Videomateriaalin avulla sisällönkuluttaja pääsee pohtimaan päihteiden käyttöä sekä puheeksiotto taitojaan koskien päihteiden käyttöä.

NUORTEN PÄIHTEIDEN KÄYTTÖ JA SOSIAALISET ONGELMAT

2 Päihteiksi luokitellaan aineet, joilla on vaikutusta ihmisen psyykkisiin toimintoihin ilman hoidollista tavoitetta (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2023a). Ne ovat aineita, jotka voivat muuttaa ihmisen käyttäytymistä, kognitiivisia toimintoja sekä mielialaa (World Health Organization, 2024).

2.1 Nuorten käyttämät päihteet Suomessa

Suomessa nuoret käyttävät päihteistä yleisimmin alkoholijuomia, vaikka alkoholijuomien kulutus nuorten keskuudessa on viime vuosina ollut laskusuuntaista (Kinnunen ym., 2019). Nuorten keskuudessa yleisimpiin päihteisiin lukeutuvat myös tupakka ja erilaiset nikotiinituotteet. Tupakan käyttö on viime aikoina vähentynyt suomalaisten nuorten keskuudessa merkittävästi. Sen sijaan nuuskan käyttö on yleistynyt ja käyttö on kasvusuuntaista. Nuuskan käyttö on kuitenkin edelleen harvinaisempaa kuin mitä tupakointi. Tupakoinnin huippuvuosina 2006–2011 noin 40 % ammattioppilaitoksessa opiskelevista nuorista tupakoi. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2023b.) Päivittäinen nuuskaaminen on jäänyt ikäryhmästä riippuen vuoden 2023 tilastoissa 0–17 % välille. Erilaiset sähkösavukkeet ovat kasvattaneet erityisesti suosiota nuorten keskuudessa. Tupakka ja alkoholijuomat kuuluvat Suomessa laillisiin päihteisiin. Nuorten käyttämistä laittomista huumeista yleisin on kannabis, jonka käyttö on viime vuosina ollut kasvussa. Kannabiksen käyttö on kuitenkin edelleen harvinaisempaa alkoholiin ja nikotiinituotteisiin verrattuna. (Kinnunen ym., 2019; Helenius & Kivimäki, 2019; Molinaro ym., 2019.)

Nuorten keskuudessa esiintyy myös lääkkeiden väärinkäyttöä. Nuoret yleisesti käyttävät rauhoittavia lääkkeitä ja kipulääkkeitä päihtymistarkoituksessa. Muita laittomia nuorten käyttämiä päihteitä, eli huumeita, ovat muun muassa amfetamiini, ekstaasi ja LSD. Kyseisten huumeiden käyttö on selvästi harvinaisempaa ja esimerkiksi vähäisempää kuin kannabiksen käyttö. Alkoholi ja nikotiinituotteet ovat siis edelleen selvästi yleisimpiä päihteitä, mutta kannabiksen

käyttö on nousussa. Myös uudet päihdekäytön muodot, kuten sähkösavukkeet, ovat tulleet osaksi nuorten päihdekulttuuria. (Kinnunen ym., 2019; Helenius & Kivimäki, 2019; Molinaro ym., 2019.)

2.2 Päihteiden käytön aiheuttamat sosiaaliset ongelmat

Päihteiden käyttö, erityisesti pitkään jatkunut ongelmallinen käyttö, uhkaa yksilön osallisuuden kokemuksia. Ihmiset, jotka käyttävät päihteitä kokevat usein kuulumattomuuden tunteita erilaisiin yhteisöihin sekä yhteiskuntaan. On mahdollista, että jo nuorekin päihteiden käyttäjän sosiaaliset verkostot ovat kaventuneet. Päihteiden käytön myötä käyttäjä on saattanut menettää merkittäviä ihmissuhteita, kuten perheen ja ystävät. Yhteiskunnasta erkaantuminen ja sosiaalisten suhteiden kaventuminen altistavat muun muassa syrjäytymiselle. (Särkelä-Kukko, 2020.)

Päihteiden käyttäminen altistaa nuoren syrjäytymiselle. Syrjäytymisellä yleisesti tarkoitetaan erilaisten yhteiskunnan järjestelmien ulkopuolelle jäämistä. Tällaisia järjestelmiä ovat muun muassa koulutus- ja työelämä sekä harrastustoiminta. (Rikksentorjunta, i.a.). Syrjäytyminen on ylisukupolvinen ilmiö, ja sen syntyminen ajoittuu yleensä nuoruuteen. Ilmiön ehkäisyssä avainasemassa ovat perheiden ja yksilöiden hyvinvoinnin tukeminen. Perheiden hyvinvoinnin tukemisessa keskeisessä roolissa ovat varhaiskasvatus, neuvola ja koulu. Nuoruuteen elämänvaiheena ajoittuu useita syrjäytymisen riskitekijöitä. Siirtymävaihe peruskoulusta seuraavalle kouluasteelle aiheuttaa osalle nuorista suuria haasteita, vaikka suurin osa nuorista jatkaa opiskelua suoraan. Peruskoulun jälkeisen tutkinnon on todettu vähentävän syrjäytymisen riskiä. Kokemus järjestelmän ulkopuolelle jäämisestä altistaa syrjäytymiselle. (NHG & MDI, 2022.)

Tilastojen mukaan nuoruuteen liittyy rikollisuutta. Rikosten tekijät sekä rikosten uhrin ovat yleisimmin nuoria. Tilastojen mukaan 18-vuotiaat tekevät eniten rikoksia ja tämän jälkeen rikosten tekeminen vähenee. (NHG & MDI, 2022.) Syrjäytyminen on yhteydessä muun muassa rikoksiin syyllistymiseen, rikosten

uhriksi joutumiselle sekä velkaantumiselle ja päihteiden käytölle. Lapsuuden ja nuoruuden elinolot sekä kokemukset ovat vahvasti yhteydessä syrjäytymisen kehitykselle, mutta myös eri sosiaalisten ongelmien kasautuminen altistaa entisestään nuoren syrjäytymiskiarteeseen joutumiselle. (Rikksentorjunta, i.a.) Päihteiden käyttö altistaa lähisuhdeväkivallan syntymiselle sekä lasten tarpeiden laiminlyönnille. Päihteiden käyttö aiheuttaa lisäksi taloudellisia haasteita sekä altistaa nuoria vanhemmuuden ongelmille ja avioeroille. (EHYT ry, i.a.-a.; IOGT-NTO ym., 2015.)

Päihteiden käyttö on yhteydessä myös väkivaltarikoksiin, tappoihin ja pahoinpitelyihin sekä liikenneonnettomuuksiin ja liikennerikkomuksiin. Päihtyneenä toimiminen vaarantaa työturvallisuutta ja kotiooloissa lisää riskiä esimerkiksi tulipalojen syntymiselle. Riippuvuuden on todettu kehittyvän nuorille aikuisia herkemmin. On myös löydetty yhteys päihteiden käytön aiheuttamien sosiaalisten ongelmien ja varhaisen päihteiden käytön aloitustiän välillä. Sosiaalisten ongelmien syntyminen on todennäköisyydeltään suurempi, kun käyttö on aloitettu nuorena. (EHYT ry, i.a.-a; IOGT-NTO ym., 2015.)

Yhteiskunnan tasolla päihteet aiheuttavat suurta kasvua terveydenhuollon, poliisin ja pelastustoimen kustannuksiin. Julkisilla paikoilla esiintyvien järjestyshäiriöiden taustalla on usein päihtyneitä henkilöitä. Päihteiden käyttö lisää kuluja myös ilkeiden aiheuttamien sekä oikeudenkäynneistä syntyvien kulujen muodossa ja vankeinhoitojärjestelmän kustannuksina. (EHYT ry, i.a.-a; IOGT-NTO ym., 2015.)

Päihteiden käytöllä ja päihdeongelmilla on suora vaikutus nuoren mielenterveyteen. Mitä varhaisemmin nuori on aloittanut käytön, sitä todennäköisempää psyykinen oireilu on. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2023c.) Päihteiden käyttäjistä monet kärsivät mielenterveyden haasteista, kuten ahdistuksesta ja masennuksesta. Nuorilla, jotka käyttävät runsaasti alkoholia esiintyy todennäköisemmin häiriöitä käytöksessä sekä sosiaalisten tilanteiden pelkoa. Itsetunnon haasteiden kanssa kamppailu, masennus ja käytökseen sekä syömiseen liittyvät haasteet voivat olla tupakoinnin aiheuttamia. Kannabiksen käyttö altistaa psykoosille, mutta voi aiheuttaa myös masennusta ja ahdistusta.

Päihteiden käyttö altistaa siis käyttäjänsä monenlaisille mielenterveyden haasteille. Toisinaan mielenterveyden haasteita esiintyy ennen päihteiden käyttöä ja nämä haasteet voivat johtaa käyttämään päihteitä. Mielenterveyden haasteita ei kuitenkaan paranneta päihteitä käyttämällä. (Mielenterveystalo, i.a.)

Päihdeongelmiin ja mielenterveyden haasteisiin liittyvä stigma sekä syrjintä aiheuttavat eriarvoisuutta eri väestöryhmien välillä. Stigmasta puhuttaessa tarkoitetaan ihmiseen tai tämän ominaisuuteen liittyvää negatiivista asennetta ja leimaa. Se liittyy ihmisten ennakkoluuloihin mielenterveyden haasteista kärsiviä tai päihteitä käyttäviä ihmisiä kohtaan. Avun hakemisen ja hoidon esteenä saattaa usein esiintyä päihteiden käyttöön liittyvä stigma. Pahimmillaan stigma voi johtaa kuolemaan, jos siihen liittyvä häpeä estää akuutin avun hankkimisen. Stigmat voivat johtaa myös sosiaali- ja terveyspalveluiden resurssipulaan. Ennakkoluulot voivat estää riittävien palveluiden toteuttamisen sitä tarvitseville. (Sininauhasäätiö, 2023.) Jokaisella ihmisellä on oikeus saavutettaviin ja tarpeenmukaisiin palveluihin sekä yhdenvertaiseen kohteluun, mikä ei toistaiseksi kaikkien väestöryhmien välillä toteudu (Terveystieteiden tutkimuskeskus, 2024a). Stigmat ja ennakkoluulot syntyvät tiedonpuutteesta, joten stigmaa voidaan konkreettisesti purkaa lisäämällä ihmisten tietoisuutta mielenterveydestä ja päihteiden käyttöön liittyvistä haasteista. Osallistamalla päihteiden käyttäjiä ja mielenterveyden haasteiden kanssa kamppailevia yleiseen keskusteluun ja päätöksentekoon saadaan parannettua osallisuuden kokemuksia, luotua yhteenkuuluvuuden tunnetta yhteiskuntaan sekä purettua ennakkoluuloja. (Sininauhasäätiö, 2023.)

2.3 Päihteiden käyttöön liittyvä ylisukupolvinen huono-osaisuus

Vanhemman päihteiden käyttö altistaa lapsen ja nuoren laiminlyönnille. Vanhemman ja nuoren välinen vuorovaikutus suhde kärsii vanhemman päihteiden käytön myötä. Nuoren kielteiset kokemukset ovat yhteydessä toiminnallisiin muutoksiin ja sosiaalisiin ongelmiin. Ongelmien kasaantuminen ja vuorovaikutuksen haasteet voivat altistaa päihteiden käytölle sekä muille sosiaalisille ongelmille, mikä voi johtaa ylisukupolviseen huono-osaisuuteen.

(Kilpeläinen & Kokko, 2022.) Huono-osaisuutta määrittävät alhainen elintaso, elämänlaatu ja elämäntavat. Se on ennen kaikkea sivuun jäämistä yhteiskunnasta, sen palveluista ja niiden tuomasta elämän myönteisestä kehityksestä. Laadultaan kyseessä on haastava sosiaalinen ongelma, sillä sen ratkaisuun ei toistaiseksi tunneta yhtä selkää välinettä tai keinoa. Kyseessä on ilmiö, joka muodostaa moniulotteisen haasteen niin yksilölle kuin yhteiskunnallekin. Ylisukupolvisuudella tarkoitetaan yksinkertaisuudessaan ilmiön, tässä tapauksessa huono-osaisuuden, siirtymistä seuraavalle sukupolvelle. Osa suomalaisista suvuista on sukupolvesta toiseen sosiaalihuollon asiakkaana. Tästä huolimatta huono-osaisuuden ylisukupolvisuuden on todettu olevan suhteellisen harvinaista. Huono-osaisuuden on todettu ilmiönä olevan myös sellainen, josta ihminen voi päästä eroon. (Saari ym., 2020.)

Jokaisella ihmisellä on oikeus ihmisarvoiseen elämään sekä välttämättömään toimeentuloon ja huolenpitoon (L 731/1999). Huono-osaisuudesta kärsivillä ihmisillä on tunnistettu olevan haasteita tarjolla olevien palveluiden riittävästä oma-aloitteisesta hyödyntämisestä. Riittäväällä määrällä tarkoitetaan tässä yhteydessä määrää, jolla ylisukupolvinen huono-osaisuuden kierre saataisiin katkaistua. (Orjasniemi & Kurvinen, 2017.) Voidaan tulkita, että ylisukupolvisessa huono-osaisuudessa on syntynyt kuilu yhteiskunnan heikoimmassa asemassa olevien ihmisten sekä yhteiskunnan tarjoamien myönteisten mahdollisuuksien väliin (Saari ym., 2020; Roivanen, 2020).

Tarkasteltaessa ylisukupolvisen huono-osaisuuden ilmiötä päihteiden käytön näkökulmasta, voidaan todeta Marinin hallituksen tehneen muutoksia, jotka pyrkivät huono-osaisuuden aktiiviseen vähentämiseen tulevaisuudessa. Yhtenä esimerkkinä nostettakoon huhtikuussa 2021 julkaistu päivitetty päihdestrategia. (Kotovirta ym., 2021). Päihdestrategian lisäksi huumehaittoja ehkäisevää kansallista yhteistyötä jatketaan Valtioneuvoston hyväksymällä periaatepäätöksellä, mikä on hyväksytty joulukuussa 2021 (Valtioneuvosto, 2021). Helmikuussa 2020 on julkaistu uusi mielenterveysstrategia turvaamaan mielenterveyspalveluita ja -oikeuksia. Kyseinen strategia käsittelee myös itsemurhien ehkäisyä sekä sosiaalialan ammattilaisten osaamisen vahvistamista.

(Vorma ym., 2020.) Ylisukupolvisen huono-osaisuuden kierteen katkaisemiseksi on merkittävää kohdentaa yhteiskunnan palveluita oikea-aikaisesti niitä tarvitseville. Nuoren ja vanhemman vuorovaikutuksen tukeminen on merkittävää vanhemmuuden ja nuoren hyvinvoinnin tukemisen ohessa. (Kilpeläinen & Kokko, 2022.)

NUORTEN PÄIHTEIDEN KÄYTTÖÖN LIITTYVÄT TERVEYSRISKIT

3

Päihteiden käyttö aiheuttaa riippuvuutta eli addiktiota päihdyttävään aineeseen. Riippuvuus voi olla sosiaalista, fyysistä ja psyykkistä ja riippuvuuden keskeisin oire on aineen käyttöön liittyvä pakonomaisuus. Päihderiippuvainen henkilö ei ole kykenevä säätelemään päihdyttävän aineen käyttöä tai lopettamista, eikä käytettyä määrää. (Terveiden ja hyvinvoinninlaitos, 2023d) Päihteiden sekä niiden aiheuttamien haittavaikutusten tunteminen on merkittävä osa ehkäisevää päihdetyötä nuorten kanssa työskennellessä.

3.1 Nuorten päihdekokeilujen ja päihdehäiriöiden syntymisen taustasyitä sekä seurauksia

Päihde- ja riippuvuushaitat ovat kokonaisvaltaisia. Haitat kohdistuvat yksilön iästä riippumatta käyttäjän terveyteen, turvallisuuteen, talouteen ja sosiaalisuuteen. Tupakka ja alkoholi ovat myös suomalaisen yhteiskunnan merkittävimpiä terveysuhkia, mitkä olisivat ehkäistävissä. (Terveiden ja hyvinvoinninlaitos, 2023d.)

Ihmisen aivot kehittyvät yksilöllisesti arviolta 25–30 ikävuoteen asti. Aivojen eri osat kehittyvät eri aikoihin, kun hermoyhteydet järjestäytyvät ja muokkautuvat uudelleen normaalin kehityksen mukaisesti. Nuorilla kypsyminenjärjestys lähtee murrosiässä tunne-elämän ja mielihyvän säätelyn kehittymisestä, joka johtaa

herkemmin päihde- ja huumekekeiluihin (Niemelä, 2018). Tämän takia nuorten aivojen palkkiojärjestelmä reagoi aikuisia herkemmin päihteiden tarjoamiin mielihyvän kokemuksiin. Päihdekekeilut tuottavat nuorilla suurempaa mielihyvää, mikä voi kekeilujen kautta altistaa päihteiden säännölliseen ja tiheään käyttöön. Käytön jatkuessa mielihyvän tavoittelu vaatii entistä suurempia määriä, sillä pienempi määrä ainetta ei enää riitä saman tunteen saavuttamiseen. Samaisen mielihyvän tavoittelu altistaa myös muiden aineiden kekeiluun. Sekakäyttö ja suuret annosmäärät lisäävät myrkytysriskiä. (Häkkinen ym., 2022.)

Päihtymystila altistaa monenlaisille tapaturmille ja onnettomuuksille. Päihtymystila onkin suorassa yhteydessä tapaturmariskiin, mitä suurempi päihtymistila on, sitä suurempi tapaturmariski on. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2017.) Myös erilaiset mielenterveyden häiriöt ovat yleisiä nuorilla, jotka käyttävät päihteitä. Nuorilla voi päihteiden käytön myötä esiintyä erityisesti masentuneisuutta tai ahdistuneisuutta sekä erilaisia käytöshäiriöitä. Päihteiden käyttö aiheuttaa lisäksi itsetuhoisuutta, itsetuhoisia ajatuksia, keskittymisen haasteita sekä psykoottisia oireita. (Häkkinen ym., 2022.) Päihteiden ongelmakäyttö ja mielenterveyshäiriöt voivat ilmentyä myös vastakkaisessa järjestyksessä. Nuorella hoitamaton mielenterveyshäiriö saattaa altistaa päihdekekeiluihin ja riippuvuuden kehittymiselle (Niemelä, 2018).

3.2 Alkoholi ja nikotiinituotteet nuorten käytössä

Alkoholijuomat ovat juomia, jotka sisältävät etanolia. Etanoli toimii päihdyttävänä ainesosana keskushermoston lamaantuessa. (EHYT, i.a.-a.) Alkoholin on tutkittu aiheuttavan lukuisia määriä erilaisia terveyshaittoja. Säännöllisesti käytettynä alkoholi aiheuttaa riskin jokaisen elimen vaurioitumiselle. Käytöllä on laajoja vaikutuksia myös uneen ja mielenterveyteen. Alkoholi on yhteydessä usean syöpäsairauden kehittymiseen sekä muihin sairauksiin ja tapaturmiin sekä onnettomuuksiin. Alkoholin käytöllä on yhteys laaja-alaisiin sosiaalisiin haittoihin. Sosiaalisista haitoista kärsivät yleensä myös muut ihmiset käyttäjän lisäksi. (Mäkelä & Niemelä, 2022.) Nuorten alkoholinkäytön vaikutuksia aivoihin on tutkittu vähemmän kuin aikuisten, mutta tuloksien mukaan alkoholin juomisella

on yhteyksiä hippokampuksen pienenevään tilavuuteen. Tuloksien tulkintaa vaikeuttaa kuitenkin se, että hippokampuksen pienen tilavuuden voivat aiheuttaa myös muut tekijät ennen alkoholin käyttöä. Hippokampus on aivojen osa, jota tarvitaan muun muassa uuden oppimiseen ja muistamiseen. Nuoren hippokampuksen tilavuus voi kuitenkin olla yhdistettynä erinäisiin mielenterveysongelmiin, aivojen yleiseen kypsymiskehitykseen sekä muihin kognitiivisten kykyjen kehittymiseen, kuten tarkkaavaisuuteen ja toiminnanohjaukseen. (Hyytiä, 2015.)

Nikotiinituotteisiin lukeutuu suuri osa nuorten käyttämistä päihteistä. Tupakka kuuluu päihteistä stimulantteihin eli piristäviin aineisiin. Yleisin tupakkatuote on tupakka, jota käytetään polttamalla. Tupakkaa voidaan polttaa erilaisissa tuotteissa, kuten sikareissa, savukkeissa, piipuissa ja vesipiipuissa. (Nuortenlinkki, i.a.-a.) Nuuska kuuluu savuttomiin tupakkatuotteisiin. Nuuska on suussa käytettävä tupakkatuote. (Nuortenlinkki, i.a.-b.) Tupakkatuotteet, nuuska mukaan lukien, aiheuttavat nikotiiniriippuvuutta. Fyysisen riippuvuuden lisäksi nikotiiniriippuvuuteen kuuluu sosiaalisia ja psyykkisiä tekijöitä. Sairautena nikotiiniriippuvuus on vakava. Riippuvuuden seurauksena tuotteiden käyttö jatkuu, ja käytön seurauksena käyttäjien keskuudessa ilmenee suurta kuolleisuutta ja sairastavuutta. Tupakkatuotteiden on todettu vahingoittavan koko kehoa. Suomalaisista vuosittain arviolta 6000 ihmistä kuolee sairauksiin, joita tupakka aiheuttaa. Tunnetuin tupakan aiheuttama sairaus on keuhkosyöpä. Tupakointi altistaa myös keuhkohtaumataudille ja lisää merkittävästi sydän- ja verenkiertoelinten sairauksien syntyä. Lapsille ja nuorille tupakansavulle altistuminen lisää riskiä toistuville infektioille ja allergioille. (Aro, 2023.) Vuoteen 2021 verrattuna nuorten tupakointi on vähentynyt, mutta samanaikaisesti sähkösavukkeiden käyttö on kaksinkertaistunut nuorten keskuudessa (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2023b).

Sähkösavukkeet ovat erityisesti nuorten suosiossa. Kyseessä on laite, joka toimii sähköllä. Sähkösavukkeissa käytetään nikotiinittomia ja nikotiinillisiä nesteitä. Sähkösavukkeita käytettäessä höyryä hengitetään keuhkoihin, jolloin nesteen partikkelit imeytyvät keuhkoista verenkiertoon, kuten tupakoidessakin. (Nuortenlinkki, i.a.-c.) Sähkösavukkeiden haitoista on vielä vähäisesti tutkittua

tietoa saa-tavilla. Tiedon puute ei kuitenkaan tarkoita, että käyttö olisi vaaratonta. Tutkimusta haastaa se, että sähkösavukkeissa käytetään monia erilaisia nesteitä, joiden haitat ovat keskenään poikkeavia. Nykyisellään tutkimustieto osoittaa keuhkoissa höyrystyvien nesteiden aiheuttavan suun alueen sairauksia ja keuhkoissa tulehduksen omaisia reaktioita. Sähkösavukkeissa käytettävästä propyleeniglykolista on todettu aineen altistavan sairastumista astmaan sekä keuhkosityöpään. Teetettyjen kyselytutkimusten pohjalta yleisimpiä haittoja ovat pahoinvointi, yskä, päänsärky ja nielun sekä suun ärsytys. Sähkösavukkeissa voidaan käyttää nikotiinia, jolloin käyttäjä altistuu nikotiiniriippuvuudelle haittoineen. Tietoa sähkösavukkeiden pitkäaikaisista terveysvaikutuksista ei toistaiseksi ole saatavilla. Todettavissa kuitenkin on nykyiseen tutkimustietouteen perustuen, että sähkösavukkeet ovat elimistölle haitallisia. (Aro, 2022.)

3.3 Nuorten käyttämät huumausaineet ja sekakäyttö

Suomessa nuoret käyttävät alkoholin ja nikotiinituotteiden lisäksi myös muita päihdyttäviä aineita. Alkoholi ja nikotiini ovat Suomessa laillisia päihteitä sosiaalisista- ja terveyshaitoistaan huolimatta. Päihteet, jotka määritellään Suomen lainsäädännön mukaan laittomiksi ovat huumausaineita eli huumeita. Myös kansainväliset lainsäädännöt sekä Yhdistyneiden kansakuntien (YK) yleissopimukset vaikuttavat huumausaineiden määrittämiseen. (Terveystieteiden tutkimuskeskus, 2023a). Huumausaineita ovat kannabis, keskushermostoa lamaavat ja kiihdyttävät aineet sekä hallusinogeenit. Keskushermostoa lamaaviin aineisiin kuuluu opioidit, kuten heroiini sekä morfiini ja keskushermostoa kiihdyttäviin aineisiin kuuluu esimerkiksi amfetamiini, kokaiini ja ekstaasi. Hallusinogeeneihin lukeutuu muun muassa LSD ja sienet. Huumausaineita käytetään aineen mukaan polttamalla, syömällä, nuuskaamalla tai suonensisäisesti. (Päihdelinkki, i.a.) Kannabiksen vaikutuksia nuorten kehitykseen on tutkittu enemmän verrattuna muihin huumausaineisiin. Tutkittua tietoa ei kuitenkaan ole paljoa, varsinkaan pitkäaikaisten haittojen pysyvyydestä. Tarvitaan siis lisää tutkimustietoa sekä kannabiksen että muiden huumeiden vaikutuksesta kehittyvään keskushermostoon. (Niemi, 2018.)

Kannabis on Suomessa laitton päihde. Se on myös Suomessa nuorten keskuudessa laittomista päihteistä yleisimmin käytetty. Erilaisille hamppukasveista saataville valmisteille käytetään yleisnimitystä kannabis. Hamppukasvien kuivattuja kukintoja kutsutaan marihuanaksi. Hasiksella sen sijaan viitataan kuivattuun pihkaan ja kukintopuristeeseen, jota hamppukasveista saadaan. Kannabista voidaan käyttää monella tavalla, kuten syömällä, juomalla, polttamalla ja höyryttämällä. (Hakkarainen & Karjalainen, 2017.) Tutkimuksissa on todettu varhaisessa iässä aloitetun käytön altistavan herkemmin kannabisriippuvuudelle. Psykoosiin sairastumisen riski on kannabista käyttävillä nuorilla merkittävä. Nuorena aloitettu käyttö altistaa masennukselle ja lisää itsemurhariskiä. Kannabiksen käyttö heikentää nuoren oppimiskykyä, muistia ja tarkkaavaisuutta. Sen on todettu alentavan lisäksi motivaatiota ja lisäävän saamattomuutta. (Häkkinen, 2023.) Aivokuvantamistutkimusten perusteella nuorten kannabiksen käyttö vaikuttaa aivojen kehitykseen useilla eri aivoalueilla, kuten etuotsalohkossa, manteliumakkeessa sekä aivotursossa (Niemelä, 2018). Kannabiksen polttamisella on myös pitkäaikaisia somaattisia haittoja kuten lisääntynyt limaisuus sekä yskä (Kivelä, 2018).

Kuten kannabiksen käytön kanssa, myös muiden huumausaineiden käytön keskeisimpiä ongelmia on riippuvuus aineeseen. Riippuvuus kertoo jatkuvasta käytöstä, joka johtaa usein sekä psyykkisiin että somaattisiin terveyshaittoihin. Huumeiden käyttö ei ole ainoa terveyshaittojen aiheuttaja. Käyttö voi olla useiden sosiaalisten ongelmien aiheuttaja, jonka myötä käyttäjä voi myös altistua laaja-alaisesti erilaisille terveyshaitoille. (Kivelä, 2018.) Terveyshaittoihin ja -riskeihin vaikuttaa käytön lisäksi myös huumeen käyttötapa. Esimerkkinä hengitettävät ja poltettavat huumausaineet aiheuttavat usein keuhkovaurioita ja –sairauksia. Toisena esimerkkinä on hyvä nostaa pistämällä käytettyjen huumeiden riskit, kuten hepatiittitartunnat, suonitulehdukset ja HIV. (Kivelä, 2018.)

Lääkkeiden väärinkäytöstä puhutaan, kun lääkkeitä käytetään ilman lääkärin määräystä. Väärinkäytöstä on kyse myös silloin, kun lääkettä käytetään suurempia määriä, mitä lääkäri on määrännyt. ADHD-lääkkeet, unilääkkeet, vahvat kipulääkkeet sekä rauhoittavat lääkkeet ovat suosituimpia lääkkeitä väärinkäytettäväksi. Kahden tai useamman päihteen samanaikaisesta käytöstä

käytetään termiä sekakäyttö. (Väyrynen ym., 2015.) Viime vuosina erityisesti alle 25-vuotiaiden nuorten huumekuolemat, eli huumeiden käytön aiheuttamat kuolemat, ovat lisääntyneet Suomessa huumeiden käytön lisääntymisen myötä. Yleisin kuolinsyy huumekuolemista on yliannostus. Nykyisen tiedon valossa nuorten huumekuolemat ovat yleisimmin oikeanlaisen tiedon lisäämisellä estettävissä olevia vahinkoja. (Häkkinen ym., 2022; Koivisto, M., 2023.)

Sekakäyttö ja huumeiden käyttö suonensisäisesti lisäävät kuolemanriskiä merkittävästi. Suomessa kuolemia aiheuttaa eniten buprenorfiinin, bentsodiatsepiinin sekä alkoholin sekakäytön aiheuttama myrkytys. Sekakäytön lisäksi merkittävä tekijä huumekuolemien taustalla on katukaupassa myytävien huumausaineiden sisältö. Katukaupasta ostetuista huumeiden käyttöannoksista on mahdotonta sanoa, mitä tuote tarkalleen sisältää ja kuinka paljon. (Häkkinen ym., 2022; Koivisto, M., 2023.)

4 HUOLTAJAN JA NUOREN VÄLINEN VUOROVAIKUTUS

Nuoruuden käsite on mukautuva ja riippuvainen tavasta tarkastella asiaa. Nuoruutta tarkastellaan usein iän kautta, mutta kyse on myös kulttuurisesta ja sosiaalisesta kehityksestä. Nuoruudesta puhuttaessa voidaan käyttää määritelmää ajasta lapsuuden ja aikuisuuden välissä. (World Health Organization, i.a.) Suomessa nuoruusikää voidaan kuitenkin tarkastella myös lainopillisesti, jolloin nuoriksi määritellään kaikki alle 29-vuotiaat (L 1285/2016).

4.1 Huoltajan rooli nuoren kasvussa ja kehityksessä

Nuorella on laissa (L361/1983, L775/2022, L417/2007) määritelty huoltaja, jonka tehtävänä on pitää huolta alaikäisen asioiden hoitamisesta sekä huolehtia tämän tarpeista. Käytämme opinnäytetyössä termiä huoltaja, sillä termi kattaa

monipuolisemmin huoltajuuden eri muotoja. Huoltajan tehtävinä on taata nuorelle tasapainoinen kasvu- ja kehitysympäristö ja turvata nuoren hyvinvointi. Huoltajan vastuulla on antaa nuorelle mahdollisuudet ylläpitää hänelle myönteisiä, tärkeitä ja läheisiä ihmissuhteita, huolehtia nuoren hoidosta ja kasvatuksesta, sekä turvata nuoren ikään ja kehitystasoon nähden tarpeellinen valvonta ja huolenpito. Huoltajan on suojeltava nuorta väkivallalta, huonolta kohtelulta ja hyväksikäytöltä sekä opettaa nuorta itsenäistymään, asettamaan rajoja ja kasvattaa tämä vastuulliseksi nuoreksi aikuiseksi. (Terveystieteiden tutkimuskeskus, 2023e.) Täysi-ikäistyttyään nuorella on vastuu tehdä itse päätöksiä, jotka koskevat hänen elämäänsä. Vastuu, oikeudet ja velvollisuudet lisääntyvät. Monet huoltajat kuitenkin tarjoavat tukea aikuistuvalla nuorelleen niin pitkään, kun nuori kokee tuelle tarvetta. (Digi- ja väestötietovirasto, 2023.)

Suomen kasvu ympäristön piirteitä tutkitaan yhdessä muiden OECD-maiden (Organisation for Economic Co-operation and Development) kanssa. Olosuhteita tarkastellaan ulkoisten piirteiden ja lasten mielen hyvinvoinnin perusteella. Suomi on ulkoisten ominaisuuksien perusteella tutkimusten parhaassa kategoriassa, mutta sijoittuu 2. kategoriaan tarkastellessa lasten hyvinvointia ja tyytyväisyyttä. Tämän ajatellaan johtuvan siitä, että Suomi on hyvin työ- ja suorituskeskeinen maa, jolloin ydinperheen läsnäolo jää lapselle vähäiseksi jo nuoresta iästä lähtien. On huomattu, että Suomessa huoltajat syövät yli 10-vuotiaiden lastensa kanssa vähemmän yhteisiä aterioita, kuin muissa verrokkimaissa, joka on yhdistetty lasten koulunkäynnin vaikeuksiin, mielenterveyden haasteisiin ja jopa päihteiden käyttöön. Lisäksi Suomen korkea avioerojen määrä, vuositasolla 12 000–14 000 avioliittoa päättyy eroon, vaikuttaa lasten perusturvallisuuden tunteeseen. (Tilastokeskus, 2024; Pulkkinen ym., 2023, s.165–166.)

Lapsuudessa perheen rooli lapsen sosiaalisena verkostona on suuri, mutta nuoruuteen siirtyessä perheen roolin merkitys vähenee. Tällöin nuori alkaa hakea enenevässä määrin vaikutteita samanikäisistä kavereistaan. Kun huoltajien kanssa aikaisempi suhde on ollut ”huoltajat käskevät, minä tottelen”, nuoren itsenäistyminen alkaa vaikuttamaan tähän dynamiikkaan. Nuori haastaa huoltajiaan ja pyrkii itsenäisemmäksi, suhteesta tulee vuorovaikutteisempi ja huoltajan tulee antaa nuorelle mahdollisuus itsenäistymiseen. Valta-asettelun

muuttumiseen liittyy konflikteja ja haastavia tilanteita. Nuoresta voi tuntua, ettei häntä ymmärretä ja huoltajat voivat vastustaa ajatusta siitä, että lapsi itsenäistyy. Vahva luottamussuhde huoltajan ja lapsen välillä edesauttaa nuoren itsenäistymistä, tällöin itsenäistymiseen liittyvät konfliktit ovat rauhallisempia ja lyhytkestoisempia. (Pulkinen ym., 2023, s.179.)

4.2 Huoltajan ja nuoren välisen suhteen ja vuorovaikutuksen merkitys nuoren päihteiden käytössä

Mitä varhaisemmassa vaiheessa nuoren päihdeoireiluun tartutaan, sitä paremmat vaikuttamismahdollisuudet tilanteen vakauttamiseksi on. Huoltajalla on tärkeä rooli observoida nuoren käyttäytymistä ja olla perillä siitä, mitä nuoren elämässä on meneillään. Nuorten kanssa toimivien aikuisten rooli on merkittävässä asemassa ehkäisevässä päihdetyössä ja heille tulisikin tarjota kattavampia puuttumismahdollisuuksia. (EHYT ry, 2024a.) Aihetta on tutkittu ja huomattu, ettei nuorilla ole kehitetty tarpeeksi selkeää polkua avun piiriin. Nuoren pitkälle edennyt ongelmakäyttäytyminen pyritään katkaisemaan huostaanotolla ja siirtämällä lapsi kotioloista pois, mutta itse päihdekäyttäytymisen hoitoon ei ole tarpeeksi resursseja. Kun nuorille kohdistettuja palveluita ei ole riittävästi, ongelmallinen ilmiö kasvaa. (Kosonen & Kuusisto, 2023.)

Arvion mukaan Suomessa asuu noin 70 000 lasta ja nuorta sellaisessa ympäristössä, jossa toisella huoltajalla on vakava päihdeongelma (EHYT ry, 2024a). Haastavat perheolosuhteet ja haasteellinen huoltajasuhde vaikuttaa nuoren kehittymiseen kokonaisvaltaisesti. Nuoren kasvu ja kehitys vaatii suojakseen hyvää ja vahvaa huoltajuutta sekä toimivaa ja avointa vuorovaikutusta kasvu-ympäristössä. Nuori tarvitsee valvotun ja johdonmukaisen ympäristön kasvulle, jotta voidaan ennaltaehkäistä päihdekokeiluiden sekä päihteiden käytön riskiä. (Niemelä, 2018.) Huoltajan asettamalla esimerkillä on suuri vaikutus nuoren omiin asenteisiin, kun puhutaan päihteistä ja päihdekokeiluista. Huoltajan oma runsas päihdekäyttö voi johtaa perheväkivaltaan, kaltoinkohteluun tai seksuaaliseen hyväksikäyttöön, joka puolestaan lisää riskiä nuoren päihteiden käytölle (Niemelä, 2018).

Nuori kiinnostuu kehityksen mukaisesti monista uusista asioista ja siksi huoltajan on hyvä olla tietoinen nuoren ajatusmaailmasta sekä ympärillä tapahtuvista asioista. Huoltajalla on tehtävänä luoda avoin tila, jossa nuori voi vapaasti kysyä ja keskustella mieltä askarruttavista asioista. Huoltajan tulisi tarjota nuorille luotettavaa tietoa päihteiden haitallisuudesta, huomioiden nuoren ikätason, tai etsiä tarvittaessa tietoa ja tukea kolmannelta osapuolelta. (Päihdelinkki, 2024.) Kolmas osapuoli voi olla ammattilaisen tarjoamaa apua tai kolmannen sektorin kautta löydettävää tietoa ja materiaalia päihdekasvatuksesta. Netistä löytyvien materiaalien käyttö on hyvä matalankynnyksen keino ottaa päihteiden käyttö ja haitat esille nuoren ja huoltajan välisessä vuorovaikutuksessa. Oppilaitokset ja kouluyhteisöt ovat yksiä keskeisimpiä päihde- ja riskikäyttäytymiseltä suojaavia tekijöitä nuoren elämässä. (Päihdelinkki, 2024.)

Päihdelinkin kautta löytyy taulukko keinoista ja harjoitteista, mitkä on havaittu toimiviksi ja mitkä eivät toimi päihdekasvatuksessa. Taulukon kautta on nähtävillä, kuinka toimimattomat keinot jättävät selkeästi nuorelle paljon kysymyksiä tai saattavat aiheuttaa vastareaktiota aiheeseen. Päihdekasvatuksessa on hyvä painottaa selkeyttä ja luotettavaa tarkkaa tietoa, joka tyydyttää kuuntelijan tiedonjonon sekä auttaa aiheen käsittelyssä ja sisäistämisessä. Hyvä päihdekasvatus on vuorovaikutteista ja pitkäjänteistä, nuorelle annetaan aikaa ja tilaa käsitellä aihetta sekä kyseenalaistaa ja tuoda esiin omia pohdintoja aiheesta. Päihdekeskustelulle on hyvä varata rauhallinen aika ja aihetta voi nostaa esiin ihan arkielämän vuorovaikutustilanteissakin esimerkiksi ruokapöytäkeskustelussa. Pitkät yksittäiset palopuheet ja pelottelu päihteiden vaaroista ei tutkitusti ole tehokas päihdekasvatuksen tyyli. Nuoren kanssa on hyödyllistä opetella tervettä itsetuntoa ja kykyä vastustaa sosiaalista painetta. Huoltaja voi auttaa nuorta omien arvojen ja asenteiden vahvistamisessa tarjoamalla luotettavaa tietoa päihteiden käyttämisen vaikutuksista ja riskeistä. (Päihdelinkki, 2024; Terveystieteiden tutkimuskeskus, 2023g.)

NUORTEN EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ

5 Ehkäisevä päihdetyö on päihdetyön muoto, minkä avulla pyritään terveyden, hyvinvoinnin ja turvallisuuden edistämiseen vähentämällä päihteiden käytöstä aiheutuvia sosiaalisia, terveydellisiä ja yhteiskunnallisia haittoja. Keskeinen tavoite ehkäisevässä päihdetyössä tulosten saavuttamiseksi on päihde- ja pelihaittojen vähentäminen sekä ennaltaehkäiseminen. (Ehyt ry, i.a.-b.)

5.1 Ehkäisevän päihdetyön muotoja

Ehkäisevä päihdetyö on moniulotteista, sitä toteutetaan yksilöiden ja yhteisöjen toimesta, mutta myös yhteiskunnallisesti. Kohderyhmänä voi olla eri-ikäiset ihmiset ja erilaiset ihmisryhmät. Suomessa on useita ehkäisevää päihdetyötä toteuttavia järjestöjä. Järjestöt tarjoavat avuksi asiantuntijuutta päihdeasioissa, ne tuottavat erilaisia materiaaleja ja tietoutta päihdetyöhön. Päihdetyötä toteutetaan monin tavoin resursseista ja kohderyhmästä riippuen. Kohderyhmän osallisuus työn suunnittelussa on havaittu hyväksi tilanteesta riippumatta. (Ehkäisevän päihdetyön järjestöverkosto, i.a.) Ehkäisevällä päihdetyöllä pyritään vähentämään päihteiden saatavuutta ja kysyntää. Ehkäisevä päihdetyö kohdistuu tupakan ja alkoholin lisäksi huumausaineisiin sekä rahapeliriippuvuuteen ja muihin toiminnallisiin riippuvuuksiin. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2023f.)

Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä ohjaa ehkäisevän päihdetyön toteutumista. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos kehittää Suomessa ehkäisevää päihdetyötä yhdessä muiden viranomaisten kanssa. Alueellisen päihdetyön ohjaamisesta vastaavat aluehallintovirastot. Sosiaali- ja terveysministeriö toimii edellä esitettyjen tahojen yläpuolelta toiminnan johtajana valtakunnallisesti. (L 523/2015.) Hyvinvointialueilla toteutettavan ehkäisevän päihdetyön tueksi on laadittu vuosille 2015–2025 ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma, jonka tarkoituksena on tukea lakisäateistä työskentelyä alueittain. Lain ja toimintaohjelman keskeisimpiä tavoitteita ovat hyvinvoinnin ja terveyden tasa-

arvon edistäminen, ehkäisevän päihdetyön edellytysten varmistaminen koko maassa sekä kuntien ja hyvinvointialueiden työn tehostamisen ja kehittämisen tukeminen. (Markkula ym., 2021.) Toteutuessaan ehkäisevä päihdetyö on tuloksellisuutensa puolesta moniulotteista. Se lisää yksilöiden sekä yhteisöjen turvallisuutta, hyvinvointia ja terveyttä. Ehkäisevällä päihdetyöllä voidaan vähentää sosiaali- ja terveyspalveluiden kuormitusta sekä edistää työntekijöiden jaksamista ja työkykyä. Tämänkaltaisilla toimilla on todettu olevan yhteiskunnan kantokykyä parantava vaikutus. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2024b.)

Ehkäisevää päihdetyötä toteutetaan myös sosiaalisessa mediassa, siellä missä nuoret aikaansa viettävät. Sosiaalinen media alustoineen tarjoaa laajat mahdollisuudet verkossa toteutettavassa nuorisotyössä ehkäisevän päihdetyön suhteen. Internet tarjoaa keskustelumahdollisuuksia niillekin nuorille, joilla ei ole paljoa elämässään sosiaalisia suhteita. Verkossa tapahtuvan toiminnan voi ajatella olevan matalankynnyksen, ellei jopa kynnyksetöntä toimintaa. Toiminta sijoittuu nuoren tuntemille alustoille ja alustan mukaan osallistuminen voi olla anonyymia. Tämänkaltaiset ominaisuudet madaltavat osallistumisen kynnyksiä. (Verke, i.a.)

5.2 Päihdekasvatus osana nuorten ehkäisevää päihdetyötä

Ehkäisevän päihdetyön yksi suosituimmista muodoista on päihdekasvatus, jonka avulla vaikutetaan päihteiden kysyntään (EHYT ry, i.a.-b). Päihdekasvatuksen keskeinen tarkoitus on ehkäistä päihteiden, kuten alkoholin, nikotiini- ja tupakkatuotteet sekä muiden huumausaineiden käyttöä. Ajatuksena on suojata lapsia ja nuoria päihteiden käytön haitoilta. (EHYT ry, i.a.-c.) Päihdekasvatuksella pyritään tukemaan lapsen ja nuoren kokonaisvaltaista päihteetöntä kasvua. Päihdekasvatus perustuu hyvään vuorovaikutukseen ja vastavuoroisuuteen. Päihdekasvatus on hyvä aloittaa varhain sen vaikuttavuuden lisäämiseksi, jatkuvuus on merkittävässä osassa vaikuttavaa päihdekasvatusta. Jatkuvuudella tarkoitetaan päihdekasvatuksen ulottuvuutta lapsen ja nuoren eri ikäkausille lapsuuden ja nuoruuden ajan. Päihdekasvatusta voidaan vahvistaa eri toimijoiden toteuttamana lapsen ja nuoren arkisissa ympäristöissä, kuten

kouluissa, kodeissa ja harrastuksissa sekä sosiaali- ja terveystalvueluissa. Päihdekasvatuksessa pyritään lisäämään lapsen ja nuoren ymmärrystä päihteistä kokonaisvaltaisesti sekä tietoa niiden riskeistä ja vaikutuksista ikätasolle soveltuvalla sensitiivisellä tavalla. (Tervevden ja hyvinvoinnin laitos, 2023g.)

Onnistunut päihdekasvatus luo lapselle ja nuorelle taitoja, jotka mahdollistavat selviämisen elämän asettamista haastavista tilanteista ilman haitallista päihteiden käyttöä. Päihdekasvatukselle ominaista on myös kriittinen yhteisöjen ja kulttuuristen normien tarkastelu. Päihteiden kriittinen tarkastelu nuoren kanssa tarjoaa mahdollisuuden tutustua realistisesti päihteisiin sekä niiden vaikutuksiin. Päihdetietous tarjoaa ajanmukaista tietoa nuorelle. Päihteiden käyttöön liittyy erilaisia normeja, joiden mukaan esimerkiksi päihteiden käyttöä pidetään normaalina elämään kuuluvana osana. Päihdetietoudella pyritään muun muassa purkamaan tämänkaltaisia normeja. Jaetun päihdetiedon tulee olla sisällöltään tutkittuun tietoon pohjautuvaa ja luonteeltaan neutraalia. (EHYT ry. i.a.-c.)

5.3 Puheeksioton menetelmä ja päihteiden käyttöön liittyvät kyselyt

Puheeksioton menetelmä on toinen suuri kokonaisuus osana ehkäisevää päihdetyötä. Puheeksiotolla voidaan päihdekasvatuksen tavoin vaikuttaa päihteiden kysyntään monen muun asian ohessa. Nuoren kanssa puheeksiottoa voidaan soveltaa monenlaisiin tilanteisiin. Puheeksioton avulla voidaan kartoittaa nuoren tilannetta ajankohtaisesti. Menetelmää voidaan hyödyntää myös silloin, kun tiedetään nuoren päihteiden käytöstä. Puheeksioton avulla kartoitetaan nuoren tilannetta ja jaetaan merkittävää tietoutta mahdollisista päihteiden käytön aiheuttamista terveystalvueluksista. (Helotie & Rautama, 2024.)

Puheeksioton tueksi on saatavilla useita työvälineitä. Tervevden ja hyvinvoinninlaitos tarjoaa erilaisia kyselyitä päihteiden käytön tilanteen kartoittamiseen. Kyselyitä käytetään apuvälineenä keskustelun tueksi. (Tervevden ja hyvinvoinnin laitos, 2017.) Yksi tunnetuimmista terveystalvuelon hyödyntämistä mittareista on WHO:n 1980-luvulla kehittämä AUDIT-kysely,

minkä avulla kartoitetaan alkoholiin liittyvää riski- ja ongelmakäyttöä. (Babor ym., 2001; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2023h.) Varsinaisen AUDIT-kyselyn käyttötarvetta voidaan kartoittaa AUDIT-C kysely avulla. AUDIT-C on lyhyt kysely, jonka avulla kartoitetaan juomisen määrää, juomiskertoja sekä juotujen annosten määrää. Kyseinen kysely toimii myös nuorten kanssa puheeksioton työkaluna. Tarpeen vaatiessa voidaan tilanteen kartoitusta jatkaa AUDIT-kyselyllä. AUDIT-C kyselystä on saatavilla myös selkokielineen tietoutta lisäävä versio. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2023i; Selkokeskus, i.a.)

AUDIT-kyselyä voidaan käyttää nuoren kanssa keskusteltaessa. Kyselyitä ja välineitä valittaessa on kuitenkin tärkeää huomioida nuoren kehitystaso ja valikoida soveltuvat työvälineet sen mukaisesti. Alaikäisille on suunniteltu oma nuorten päihteiden käyttöä tarkasteleva kysely. Tämä kysely tunnetaan ADSUME-kyselynä ja sitä käytetään puheeksioton ja päihteettömyyttä edistävän keskustelun tukena. ADSUME-kyselyn avulla kartoitetaan alkoholin ja huumeiden käytön lisäksi myös muiden päihteiden kuten tupakan ja nuuskan käyttöä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2023j)

Puhuttaessa nuoren kanssa kannabiksen käytöstä voidaan hyödyntää CAST-kyselyä keskustelun tukena ja kartoittaa kannabikseen liittyviä haittoja sekä käytön tarvetta. (Kannabis.eu, i.a.) Laajempaan huumeiden käytön kartoittamiseen on tueksi saatavilla DAST-20 – kysely, jonka avulla voidaan tunnistaa lääkkeiden ja huumeiden ongelmakäyttöä (Päihdelinkki, i.a.). Lisäksi nuorille on saatavilla erilaisia nikotiiniriippuvuutta tarkastelevia kyselyitä. HONC-kysely on suunniteltu erityisesti nuorille kartoittamaan nikotiiniriippuvuuden varhaista ilmenemistä nikotiinituotteesta riippumatta. Mikäli riippuvuus on jo tunnistettavissa ja käyttö päivittäisellä tasolla voidaan riippuvuutta tarkastella Fagerströmin-kyselyn avulla. (DiFranza ym., 2002; Suomen ASH ry, i.a.)

Puheeksiotto sopii nuorten kanssa monenlaisiin tilanteisiin keskusteltaessa päihteistä. Sitä voidaan soveltaa tilanteiden vaatimalla tavalla nuorelle sopivaksi. Jokaisessa puheeksioton tilanteessa on nähtävissä yhteneväisiä piirteitä. Erityisen merkittävää on nuoren lähtökohdat huomioiva arvostava kohtaaminen sekä aito kuunteleminen ja tuen tarjoaminen. Päihteistä keskusteltaessa on syytä

pitää keskustelu neutraalina. Nuorta ei tulisi tuomita tai syyllistää, vaan keskustelun tavoitteena on nuoren hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen. On myös tärkeä tunnistaa retkahdusten olevan osa päihdeongelmia. Nuoren kanssa keskusteltaessa onkin syytä pitää keskustelu motivoivana ja toivoa ylläpitävänä. Uskominen nuoren tulevaisuuteen ja pienten onnistumisten tunnistaminen tukevat nuorta myönteisemmässä ajattelussa. (Ehyt ry & Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, i.a.)

5.4 Ehkäisevän päihdetyön vaikutus päihteiden saatavuuteen ja kysyntään

Edeltävissä kappaleissa on sivuttu ehkäisevän päihdetyön menetelmien vaikuttavuutta päihteiden kysyntään. Ehkäisevällä päihdetyöllä vaikutetaan myös päihteiden saatavuuteen. Saatavuuteen vaikutetaan poliittisilla päätöksillä ja erilaisilla viranomaisten toimilla. Näillä päätöksillä ja toimilla vaikutetaan päihteiden myyntiin sekä anniskeluun. Saatavuutta rajoittavia toimia toteuttavat yhteistyössä viranomaiset, alkoholia myyvät elinkeinonharjoittajat sekä järjestöt. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2023e)

Sosiaali- ja terveysministeriön toteuttama päihde- ja riippuvuusstrategia tarjoaa yhteisen ohjeistuksen vuoteen 2030 asti. Päihde- ja riippuvuusstrategia pyrkii monelta osin vaikuttamaan päihteiden saatavuuteen. Saatavuuden rajoittamisella on suuri merkitys ehkäisevässä päihdetyössä, käytön vähentyessä on todettu haittojen vähentyvän. Strategiassa alkoholin saatavuuteen vaikutetaan mainonnan rajoituksilla, verotuksella ja saatavuuden rajoittamisella. Nikotiinituotteiden kohdalla strategiaan on asetettu tavoitteeksi ei-lääkinnällisten nikotiinituotteiden ja tupakkatuotteiden käytön loppuminen vuoteen 2030 mennessä. (Kotovirta ym., 2021.) Tavoite perustuu tupakkalakiin, missä asiasta on säädetty ensimmäisen kerran vuonna 2010 ja tavoitetta laajennettu vuonna 2016 (L 549/2016). Tavoite katsotaan onnistuneeksi, mikäli vuonna 2030 alle viisi prosenttia väestöstä käyttää päivittäin nikotiinituotteita. (Kotovirta ym., 2021).

Nikotiinituotteisiin ja päihteiden myyntiin on säädetty ikärajalvonta. Ikärajalvonnalla vaikutetaan suoraan saatavuuteen. Anniskelualueet ja -paikat

tarvitsevat anniskelua varten anniskeluluvan, ilman tätä lupaa on anniskelu kielletty. Alkoholista ja tupakkaa koskien on säädetty maahantuontirajoituksia saatavuutta ja saatavia määriä rajoittamaan. (Ehkäisevän päihdetyön järjestö, i.a.) Alkoholilaissa on säädetty erikseen anniskeluaika, jota anniskelupaikkojen on noudatettava. Lisäksi lakiin on säädetty vähittäismyynnille rajoitettu aika. Lain mukaan anniskelua saa toteuttaa 9:00-1:30 välisenä aikana, muutamaa poikkeusta lukuun ottamatta. Vähittäismyynnin on sijoitettava 9:00-21:00 väliseen aikaan. (L 1102/2017.)

Päihteiden kysyntään voidaan vaikuttaa aiemmin esitettyjen keinojen lisäksi viestinnällä. Ehkäisevän päihdetyön mukainen viestintä vaikuttaa kysyntään positiivisesti kysyntää vähentäen. Viestinnässä on kyse tutkitun tiedon jakamisesta neutraaliin sävyyn. Tietoa tarjotaan päihteistä sekä niiden vaikutuksista. Viestinnän keinoin pyritään motivoimaan nuoria toiminnallaan hyvinvointiaan edistäviin tekoihin. (Terveystieteiden tutkimuskeskus, 2023-e.) Nuorille suunnatuilla viestintäkampanjoilla tarjotaan nuorille välineitä oman hyvinvointinsa edistämiseen kertomalla ja jakamalla tietoutta päihteiden haitoista. Ihmisiä ohjataan kampanjoiden avulla vähentämään, jopa lopettamaan päihteiden käyttöä. Suomessa tunnettuja ehkäisevän päihdetyön kampanjoita ovat Selvinpäin kesään, Anna lapselle raitis jouluihin ja Tipaton tammikuu. (Ehkäisevän päihdetyön järjestö, i.a.)

5.5 Nuorten ehkäisevä päihdetyö ja sosiaalinen media

Sosiaalinen media käsitteenä on laaja sisältäen muun muassa yhteistuottamisen palveluita, virtuaalimaailmoja, sisällön jakamisen sekä sisällön luomisen ja julkaisun palveluita. Sosiaalisen median käsite sisältää myös monen tuntemat verkkoyhteisöpalvelut, mitkä ovat merkittävässä osassa ihmisten arkea. Verkkoyhteisöpalvelut muodostavat suuren osan sosiaalisesta mediasta. Keskeistä verkkoyhteisöpalveluissa on käyttäjän mahdollisuus muodostaa sekä ylläpitää sosiaalisia verkostoja. (Tanner ym., 2020.) Erityisesti nuorten keskuudessa tunnettuja verkkoyhteisöpalveluita ovat TikTok, Snapchat,

YouTube ja Instagram. Suurin osa nuorista viettää Internetissä yli 20 tuntia viikossa. (Ebrand, 2022.)

Verkossa on saatavilla nykyään nuorille erilaisia chat-palveluita, kuten Sekasin-chat. Anonyymi keskustelu huolista voi helpottaa nuoren oloa. Chatista on saatavilla apua ja ohjeistusta nuorelle haastaviin tilanteisiin sekä rohkaisua luotettavalle aikuiselle keskustelemiseen. (Sekasin-chat, i.a.) Sosiaali- ja terveysministeriön avustuskeskuksen mahdollistama Sua varten somessa-palvelu on kehittänyt palkitun jalkautuvan sometyön mallin. He tarjoavat verkossa sivuillaan nuorisotyötä niissä palveluissa, missä nuoret aikaa viettävät. Nuoret voivat ottaa yhteyttä sosiaalialan ammattilaisiin tarvittaessa kellon ympäri alustojen pikaviestintä ominaisuuksien kautta. (Sua varten somessa, i.a.)

Nuorten suosimat alustat tarjoavat mahdollisuuden päihdetietouden jakamiseen ja mahdollisuuden vastavuoroiseen päihdekeskusteluun. EHYT ry:n ylläpitämä BuenoTalk jakaa tietoa päihdeistä kohderyhmälle, eli nuorille soveltuvalla tavalla videoiden muodossa TikTokissa, YouTubessa ja Instagramissa. EHYT ry:n asiantuntijat ovat tavoitettavissa verkossa myös virtuaalimaailmassa. Tukea ja keskustelumahdollisuuksia tarjotaan nuorille virtuaalimaailma Habbo Hotelissa. BuenoTalk määrittää sisältöään tarpeen mukaisesti nuoria askarruttavista aiheista heidän esittämien kysymystensä pohjalta. (BuenoTalk, i.a.) EHYT ry toteuttaa edellä mainittujen lisäksi verkossa kuudella eri sosiaalisen median foorumilla ehkäisevää päihdetyötä nuorille ja nuorille aikuisille. Tavoitteet ovat samanlaisia kuin perinteisessä päihdetyössä. Pyritään vaikuttamaan päihdeiden käyttöön, käytäntöihin ja päihdehaitoilta suojaaviin tekijöihin. Poikkeavaa perinteisemmästä päihdetyöstä on se, että sosiaalialan ammattilaiset jalkautuvat digitaalisesti verkkoon, eli ollaan verkossa saatavilla niillä alustoilla, missä nuoret aikaansa viettävät. Verkossa käytävät keskustelut tarjoavat monelle arjesta puuttuvan turvallisen aikuisen. Keskustelut tarjoavat mahdollisuuksia oppia mediakriittisyyttä ja vaikuttamista sekä hyvää keskustelukulttuuria. (Verke, i.a.)

Sosiaalisessa mediassa on myös riskinsä nuorten turvallisuutta ja päihdeiden käyttöä tarkastellen. Sosiaalinen media verkkoyhteisöpalveluineen altistaa alaikäisiä nuoria tahtomattaankin päihdeiden välitykselle. Erityisesti nuuskan ja

alkoholin myynti on lisääntynyt sosiaalisen median alustoilla. Poikkeavaa ilmiössä on se, että nuori saattaa kohdata mainontaa ja myyntiä sitä etsimättäkin. Markkinointi on avointa. Huolestuttavaa ilmiössä on lisäksi se, että markkinointi ei vain vastaa kysyntään, se luo kysyntää entisestään. Ostaminen verkossa on aiempaa yleisempää. Päihteiden välittämisen lisäksi sosiaalinen media välittää nuorille päihteiden käyttäjien tuottamaa sisältöä sekä alkoholivalmistajien tuottamaa mainontaa. (Pajuvirta & EHYT ry, 2022.) Sosiaalisen median alustat, erityisesti verkkoyhteisöpalvelut ovat nuorille merkittävä osa arkea. Tämän tunnistaminen korostaa nuorten kanssa tehtävän työskentelyn mukauttamisen tarvetta nuorten tarpeisiin. Turvallisten aikuisten tulisi löytyä sieltä, missä nuoret viettävät aikaansa eli sosiaalisen median alustoilta. (Sua varten somessa, i.a.)

6

OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Kehittämispainotteisen opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää teemakyselyn vastauksista kerättyihin kokemuksiin perustuvaa videomateriaalia yhteistyötaho EHYT ry:n kanssa, jossa käsiteltiin nuorten päihteiden käyttöä sekä sitä, miten huoltajat kohtaavat nuorten päihteiden käyttöä. Videomateriaali julkaistiin EHYT ry:n sosiaalisessa mediassa, josta se tavoittaa nuoret, heidän huoltajansa ja nuorten kanssa työskentelevät ammattilaiset. Videomateriaalin sisältö perustui teemakyselyyn, joka julkaistiin EHYT ry:n sosiaalisen median kanavalla Instagramissa. Opinnäytetyön tekijät loivat teemakyselyn ulkoasun vastaamaan EHYT ry:n sosiaalisen median ulkoasua, jotta materiaali olisi julkaisu- ja jakokelpoinen myös muilla alustoilla ja kanavilla. EHYT ry:n tuottama nuorille kohdennettu sisältö on yleisesti humoristista ja samalla tiedollisesti kattavaa. Teemakyselyn avulla videomateriaali on kohderyhmän kokemuksiin pohjautuva. Näin opinnäytetyön tekijät tavoittelivat videomateriaalille mahdollisimman suurta samaistumispintaa sisällön kuluttajille.

Tavoitteena oli herättää suomalaisessa yhteiskunnassa keskustelua siitä, miten päihteiden käytöstä voidaan keskustella rakentavasti ja avoimesti. Tämän johdosta luotiin videomateriaali, joka palvelee monia kohderyhmiä, kuten nuoria, heidän huoltajiaan ja nuorten kanssa työskenteleviä. Videomateriaalin avulla nuori voi tuoda esille päihteiden käyttöönsä ja vastaavasti huoltaja voi keskustella nuoren kanssa päihteiden käytöstä materiaalin avulla. Videomateriaalin tavoite on keskustelun lisäksi herättää itsereflektiota sekä nuoren että aikuisen omassa mielessä. Miten juuri minä itse käsittelen aihetta ja puhun päihteistä?

YHTEISTYÖKUMPPANI EHYT RY

7

Valitsimme opinnäytetyön yhteistyökumppaniksi tahon, joka tekee mielenterveys- ja päihdetyötä nimenomaan nuorille kohdennettuna. Otimme yhteyttä useaan eri tahoon ja valitsimme kumppaniksi EHYT ry:n, joka tekee ehkäisevää työtä addiktiosairauksien parissa. EHYT ry:n keskuustoimisto sijaitsee Helsingin Pasilassa. Ehkäisevää päihdetyötä tehdään myös aluetoimistojen kautta Tampereella, Lahdessa, Helsingissä, Kuopiossa, Seinäjoella, Oulussa sekä Jyväskylässä. EHYT ry ylläpitää myös Elokolo nimistä kohtaamispaikkatoimintaa, jossa ihmiset voivat löytää vertaistuen lisäksi mielekästä ja uutta sisältöä arkeen. Elokolon toiminta on päihteetöntä, osallistavaa ja yhteisöllistä. (EHYT ry, 2024b.)

7.1 EHYT ry ja sen historiaa

Suomessa perustettiin 1990-luvulla kolme Raha-automaattiyhdistyksen (RAY) tukemaa järjestöä, joiden tarkoituksena oli edesauttaa suomalaisen yhteiskunnan raittiutta ja päihteettömyyttä (EHYT ry, i.a.-d). Järjestöt Elämäntapaliitto ry (1993), Elämä On Parasta Huumetta ry (1997) sekä Terveys - Hälsan ry (1993) olivat kaikki suurin piirtein samankokoisia henkilöstömääriltään, eli noin parikymmentä

henkeä järjestöä kohden. Järjestöt hyödynsivät ja täydensivät toistensa toimintaa ehkäisevän päihdetyön kentällä, mutta vuosien aikana haasteeksi osoittautui etenkin järjestöjen toiminnan vaikuttavuus sekä resurssien tasapainottelu niin valtakunnallisesti kuin paikallisesti. (EHYT ry, 2020). Vuonna 2010 lokamarraskuussa sekä 2011 maaliskuussa järjestöjen henkilöstölle lähetettiin anonyymi kysely koskien mahdollista järjestöjen yhdistämistä yhdeksi uudeksi järjestöksi. Vaikka kyselyiden perusteella järjestöt eivät tarkkaan tienneet toistensa toiminnasta, löydettiin kuitenkin isoja yhdistäviä tekijöitä järjestöjen välillä. Näitä olivat esimerkiksi samat tavoitteet ehkäisevässä päihdetyössä, perinteet ja arvolähtökohdat. (EHYT ry, 2020.) Yhdistämällä resurssit sekä jokaisen järjestön omat vahvuudet, saatiin luotua laajemmin ja vaikuttavammin toimiva järjestö ehkäisevän päihdetyön kentälle.

Vuosina 2009–2010 käytyjen yhdistymisneuvotteluiden pohjalta järjestöt allekirjoittivat 01.06.2011 yhdistymissopimuksen perustaen uuden järjestön, Ehkäisevän päihdetyön keskus ry:n. Myöhemmin järjestön nimi muutettiin Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry:ksi. Yhdistymisen myötä EHYT ry:n toimintalueeksi määriteltiin koko Suomi ja toimintaa johdetaan Helsingistä käsin. (EHYT ry, 2020). EHYT ry käynnisti virallisesti toimintansa 01.01.2012.

Koska opinnäytetyön kohderyhmänä toimivat nuoret, nuorten huoltajat sekä nuorten kanssa työskentelevät, yhteistyö tapahtuu erityisesti EHYT ry:n nuorisotiimin kanssa. Nuorisotiimi työskentelee opinnäytetyön kohderyhmää varten ja heidän sosiaalisen median kanavan @Buenotalk kautta opinnäytetyön tekijät pääsivät kehittämään ehkäisevän päihdetyön sisältöä oikealle kohderyhmälle. Nuorisotiimissä työskentelee tällä hetkellä 20 henkilöä, joilla on kaikilla sosiaali- ja terveystieteiden ala- tai ylempi korkeakoulututkinto.

7.2 EHYT ry:n toiminta osana nuorten ehkäisevää päihdetyötä

EHYT ry on riippuvuussairauksia ennaltaehkäisevää työtä tekevä yhdistys, jonka kohderyhmänä toimivat kaikki väestöryhmät iästä riippumatta. Nuorille suunnattua toimintaa EHYT ry järjestää verkossa nettimummolassa. EHYT ry on

vahvasti läsnä sosiaalisessa mediassa @Buenotalk TikTok-tilillä. Kanavalla julkaistiin vuonna 2023 167 videota ja niillä oli samana vuonna näyttökertoja yhteensä 7 718 722. Lisäksi BuenoTalk tuottaa sisältöä YouTubeen ja Instagramiin. (EHYT ry, 2023, s. 17–19.) EHYT ry:n nuorille kohdistuvan toiminnan tavoitteena on ehkäistä lasten ja nuorten päihdeidenkäyttöä ja pyrkiä viivyttämään mahdollisten päihdekokeilujen aloittamista mahdollisimman myöhäiseen ikään. Riippuvuusongelmia ehkäisemällä edesautetaan kansalaisten hyvinvointia ja saadaan säästöjä sosiaali-, terveys- ja lainvalvontakuluilla, sillä pitkälle edenneet päihde- ja peliongelmat vaativat pitkäaikaista hoitoa ja paljon taloudellisia resursseja. (EHYT ry, i.a.-b.)

Lasten ja nuorten vanhemmille EHYT ry järjestää vanhempainiltoja, joiden tarkoituksena on tuoda huoltajat yhteen pohtimaan päihde- ja peliriippuvuuksiin liittyvää problematiikkaa. Huoltajille tarjotaan tukea puheeksi ottamisen haasteisiin sekä tarjotaan ajankohtaista tietoa addiktiosairauksista. Huoltajia kannustetaan ottamaan päihdeet puheeksi kotona omien nuortensa kanssa ennaltaehkäisevässä merkityksessä. (EHYT ry, 2023, s.9.)

8

VIDEOMATERIAALIN KEHITTÄMISPROSESSI

Alkuperäisenä tavoitteena oli luoda teoriapohjaista videomateriaalia nuorten päihdeiden käytöstä, käytön tunnistamisesta ja sen ehkäisystä. Tarkoituksena oli julkaista videomateriaali EHYT ry:n nuorisotiimin sosiaalisen median kanaville YouTubeen, Instagramiin tai Tiktok-tilille. Järjestimme Teams-tapaamisen EHYT ry:n nuorten osaston osastopäällikkö Ilmo Jokisen kanssa, missä sovimme kehittämistyön olevan lähtökohtaisesti nuorten kokemuksiin perustuvaa videomateriaalia huoltajien reagoimisesta nuorten päihdekäyttöön.

8.1 Videomateriaalin kehittäminen

Osastopäällikön kautta pääsimme yhteyteen EHYT ry:n nuorisotiimin kanssa ja aloimme yhteiskehittämään julkaistavaa materiaalia. Nuorisotiimin toiveiden mukaisesti videomateriaalista tehtiin humoristinen ja mahdollisimman samaistuttava katsojalle. Videoiden käsikirjoitus humoristisella otteella on luontevampaa sisältöä EHYT ry:n sosiaalisen median kanaville. Kokemusperäisyyden ja humoristisuuden painottaminen tekee sisällöstä katsojalle samaistuttavuuden lisäksi myös miellyttävää sekä kiinnostavaa. Videomateriaali on suunnattu nuorille, nuorten vanhemmille sekä nuorten kanssa työskenteleville. EHYT ry:n sosiaalisen median kanavat ovat luonteva tapa tavoittaa opinnäytetyön pääasiallinen kohderyhmä eli nuoret. Toiveenamme oli saada videomateriaali EHYT ry:n TikTok kanavalle, sillä se on tällä hetkellä mahdollisesti suosituin sosiaalisen median kanava, etenkin nuorten keskuudessa.

Videomateriaalin ollessa lähtökohtaisesti sisällöltään kokemusperäistä, materiaalin sisällön luomiseen ja hahmottamiseen tarvittiin kohderyhmän ääni kuuluviin. Pohdimme yhdessä EHYT ry:n nuorisotiimin kanssa tapoja saada kohderyhmän, erityisesti nuorten, ääni kuuluviin videoiden sisällössä. Päädyimme luomaan anonyymien kahden kysymyksen mittaisen teemakyselyn, joka julkaistiin huhtikuussa 2024 EHYT ry:n Instagram kanavan tarinat-osioon. Kyselypohjat luotiin Canva-työkalua käyttäen ja samalla huomioitiin EHYT ry:n toiveet kysymysten sanamuodosta sekä väriteemasta. Nuorisotiimi painotti yhteydenotoissa, että kysymysten sanamuodot tulisi olla mahdollisimman samaistuttavia nuorille, jotta voitaisiin taata korkeampi vastausprosentti. Lisäsimme kysymyspohjiin erikseen Instagramin oman kysymyslaatikon, johon vastaaja pystyi anonyymisti kirjoittamaan avoimen vastauksen Instagram-tilin käyttäjälle. (Liite 1. Teemakyselyn pohja)

Vastausmäärä kyselyyn jäi Instagramin kautta noin kymmeneen, sillä tarinat-osio on näkyvillä seuraajalle vain 24 tuntia. Teemakyselyn vastausten (Liite 2. Vastaukset/kommentit) pohjalta pääsimme rakentamaan videomateriaalin sisällön käsikirjoituksia. Videoiden kuvaukset sovittiin kesäkuulle 2024. Sovimme

kuvauksia ennen nuorisotiimin kanssa tapaamisen Teams:n kautta, jossa käytiin läpi käsikirjoituksia. Kyselyn vastausten perusteella opinnäytetyön tekijät kirjoittivat yhdeksän erilaista tarinaa huoltajista, jotka kohtaavat päihteitä käyttäviä nuoria. Jokainen opinnäytetyön tekijä kirjoitti alustavan käsikirjoituksen kolmesta erilaisesta skenaariosta samalle Word-tiedostolle (Liite 2. Käsikirjoitukset). Käsikirjoituksista luotiin kohderyhmä ja julkaisualusta huomioiden mahdollisimman humoristisia, mutta samalla pohdinnan aihetta antavia. Käsikirjoitukset kirjoitettiin puhtaaksi Word-tiedostolle, joka jaettiin nähtäväksi EHYT ry:n nuorisotiimin kanssa.

8.2 Videomateriaalin tuottaminen ja julkaisu

Videomateriaali kuvattiin EHYT ry:n toimipisteellä Helsingissä kesäkuussa 2024. Videoiden kuvauksiin varattiin aikaa neljä tuntia, josta lopulta käytettiin itse videointiin kolme tuntia. EHYT ry:n nuorisotiimi tarjosi studiotilat sekä muut kuvauksiin tarvittavat resurssit, kuten videokamerat, valot sekä taustat. Taustoina toimi EHYT ry:n omat tilat sekä green screen kangastausta. Opinnäytetyön tekijät näyttelivät itse videoilla käsikirjoituksiin perustuvia roolihahmoja sekä huolehti roolihahmoille tarvittavat rekvisiitat ja vaatetukset. EHYT ry:n nuorisotiimi editoi videot itse oman näköisiksi sekä julkaisukelpoisiksi opinnäytetyön tekijöiden toiveet huomioiden. Kuvauspäivänä valmiiksi kirjoitetut käsikirjoitukset (Liite 3. Käsikirjoitukset) käytiin videoinnin yhteydessä läpi ja tehtiin tarvittavia lisäyksiä sekä muita muutoksia. Käsikirjoituksia oli alun perin yhdeksän kappaletta, joista kaksi tarinaa yhdistettiin samankaltaisuutensa vuoksi yhdeksi ja lopulta skenaarioita oli kahdeksan.

EHYT ry:llä on oma ennalta määritetty suunnitelma sosiaalisen median julkaisuihin. Suunnitelma perustuu kanavan seuraajien aktiivisuuteen sekä pinnalla oleviin ilmiöihin, jolloin julkaisujen näkyvyys on kattavampi. Alustavasti yhteinen ajatus nuorisotiimin ja opinnäytetyön tekijöiden välillä oli, että ensimmäinen video olisi julkaistu jo koulujen alun aikana elo-syyskuussa 2024. Tavoitteena oli, että myös opinnäytetyötiimi jakaa julkaistut videot omilla sosiaalisen median kanavillaan, jotta voidaan laajentaa näkyvyyttä.

Videomateriaalin toteuttamisessa haasteeksi muodostui käsikirjoitusten perustuminen kokemuksiin, eikä teoreettiseen taustaan. Yhteistyökumppani EHYT ry joutui pohtimaan, onko kuvattu materiaali heidän tuottaman sisältönsä mukaista. Saimme suunnittelu- ja editointivaiheessa positiivista palautetta käsikirjoitusten laatimisesta ja työskentelystämme, mutta materiaalin julkaisemisessa ilmeni haasteita elo-syyskuussa 2024. Alkuperäisesti TikTokiin laatimaamme sisältöä ei pystytty julkaisemaan, sillä sovellus ei enää toiminut samalla tavalla, kun videoiden kuvausvaiheessa. Aikaisemmin kanavalle julkaistiin aktiivisesti sisältöä monen eri henkilön toimesta, mutta sovelluksen algoritmit rupesivat sensuroimaan kyseistä toimintaa. Onneksi EHYT ry:llä on monta nuorille suunnattua sosiaalisen median kanavaa, jotka saavuttavat julkaisuillaan jopa tuhansia katselukertoja. EHYT ry:n nuorisotiimi julkaisi videot (Liite 4. Videomateriaali) sosiaalisen median kanavalleen YouTubeen (@buenotalk) oman julkaisuaikataulun mukaisesti lokakuun 2024 aikana.

8.3 Kehittämisprosessin arviointi ja palaute

Me opinnäytetyöntekijät totesimme jo suunnitelmavaiheessa EHYT ry:n kanssa, että palautteiden keruu tulee tuottamaan haasteita videoiden julkaisuajankohtien takia. Opinnäytetyö valmistui samoihin aikoihin videoiden julkaisujen kanssa loppuvuodesta 2024. Tämän vuoksi videomateriaalin palautteiden kerääminen ja kirjaaminen raporttiosioon osoittautui haastavaksi. Alustavasti vastaanotimme sanallista palautetta EHYT ry:ltä. Videoiden julkaisujen jälkeen seuraamme kuitenkin kommenttiosioita, joihin katsojat voivat antaa palautetta tai kertoa mahdollisesti omia kokemuksia sekä yhtäläisyyksiä.

Haasteena opinnäytetyössä oli videoiden vaikuttavuuden arvioiminen. Tavoitteena oli kuitenkin luoda videomateriaalia, joka olisi pitkään käytettävissä sekä nähtävissä kaikille. Yksilö, joka katsoo videon voi jättää vuorovaikutuksen välistä, jolloin on mahdotonta arvioida sisällön vaikuttavuutta. Videomateriaalin jakamista ja näkyvyyttä on myös mahdotonta seurata tarkalleen, sillä julkaisuja voidaan esimerkiksi näyttää kavereiden, perheen tai työpaikan kesken omalta

laitteelta ilman videon jakamista eteenpäin. Julkaisuista voi kuitenkin arvioida jonkinlaisen näkyvyyden seuraamalla kommenttien lisäksi näyttökertoja, tykkäyksiä sekä julkaisujen jakomääriä. Määrät tulevat kuitenkin vaihtelevaan tiettyyn aikaan asti. Julkaisujen näkyvyyteen vaikuttaa myös julkaisuajankohta ja sosiaalisen median algoritmi.

EHYT ry:n Buenotalk-tiliä YouTubessa seurasi opinnäytetyön kirjoitusajankohtana noin 2 290 käyttäjää, mutta se ei vielä tarkoita sitä, että videot tavoittaisivat algoritmin takia kaikkia tilin seuraajia. YouTubeen syöte kuitenkin nostaa käyttäjän algoritmiin sopivia videoita etusivulle riippumatta siitä, seuraako henkilö videon julkaissutta käyttäjää. Osa videoista saattaa siis saada enemmän näkyvyyttä kuin toiset. Kirjoitusajankohtana julkaistujen videoiden näyttökerrat olivat noin 1250 ja 13 050 näyttökerran välillä. Noin tuhannen näyttökerran video on kerännyt tykkäyksiä lähes 50, mutta päälle 13 000 näyttökerran video on saanut jo 450 tykkäystä muutamissa päivissä. Videot ovat julkaistu lähes samoihin kellonaikoihin, mutta eri päivinä ja näyttökertojen ero on huomattavan suuri. Viimeinen osa julkaistiin marraskuussa 2024 YouTubessa. Video on parissa viikossa kerännyt näyttökertoja yli 70 sekä tykkäyksiä 2. Vaikka videoiden sisältö ja editointi ovat samantyyllisiä, näyttökertojen sekä tykkäysten kerääminen ei selkeästi ole taattua.

9

POHDINTA

Opinnäytetyön aiheen totesimme olevan tärkeä, sillä opinnäytetyön tekijöistä kaksi kolmesta on työskennellyt nuorten parissa ja kohdannut nuorten päihteiden käyttöön liittyviä tilanteita työelämässä. Tämä teki aiheesta myös helposti lähestyttävän. Sosiaalisen median hyödyntäminen tuntui kiinnostavalta huomioiden sen merkityksen ihmisten elämässä nykyaikana.

9.1 Eettisyys ja luotettavuus

Eettisyys ja luotettavuus ovat keskeisiä asioita opinnäytetyö prosessissa. Opinnäytetyö on julkinen asiakirja, ja kaikki asianosaiset henkilöt ovat tästä tietoisia. Opinnäytetyö on tarkastettu plagiaatintunnistusjärjestelmässä ennen työn julkaisua. Tämä opinnäytetyö on kirjoitettu asianmukaisia viitteitä käyttäen ja alkuperäisiä kirjoittajia kunnioittaen avoimen rehellisesti. Opinnäytetyöprosessi on toteutunut kokonaisuudessaan hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti. Jokaisen tekijän kohdalta esteellisyys on selvitetty asianmukaisesti. Laadukkaan opinnäytetyön toteuttamiseen on varmistettu vaadittavat resurssit ja aika ennen työn aloitusta. Yhteistyötahon sekä ohjaavan opettajan kanssa on laadittu työn kannalta merkittävät sopimukset. Opinnäytetyön tekijät ovat noudattaneet työskennellessään Arenen tuottamia opinnäytetyön eettisiä ohjeistuksia (Arene, 2019.)

Luotettavuuden näkökulmasta aineiston oikeanlainen kerääminen, käyttö ja arkistointi on oleellista. Kerätty materiaali on tuotettu anonyymien puolistrukturisten kyselyiden kautta. Kyselyissä tai opinnäytetyötä tehdessä siihen osallistuneilta henkilöiltä ei ole kerätty henkilötietoja lainkaan. Kyselyiden tuottamaa tietoa on kerrottu käytettävän ainoastaan tämän opinnäytetyön tietona, eikä kyselyiden tuottamaa tietoa ole muuhun käytetty. Yhteistyötaho EHYT ry keräsi tietoa omien sosiaalisen median kanaviensa kautta kyselyllä, jonka opinnäytetyön tekijät kehittivät Canva-työkalun avulla. EHYT ry on noudattanut omaa protokollansa tiedon käsittelyssä ja luovuttanut anonyymin koosteen kerätystä tiedosta opinnäytetyötiimille.

Opinnäytetyön osana tuotettu videomateriaali on tehty yhteistyössä EHYT ry:n kanssa. Videoilla esiintyvät henkilöt ovat me opinnäytetyön tekijät ja olemme Diakonia-ammattikorkeakoulun opiskelijoita. Videoilla esitetyt kohtaukset ovat täysin kuvitteellisia, opinnäytetyön tekijöiden käsikirjoittamia. Käsikirjoitusten sisältö on opinnäytetyön tekijöiden tuottamaa anonyymin tiedonkeruun pohjalta. Käsikirjoitukset on luotu kerätyn tiedon avulla kuvaamaan nuorten omia kokemuksia. Postaussarjan jokainen yksittäinen video koostuu useiden keskenään samankaltaisten kokemusten pohjalta, eikä yhdenkään tuotetun

videon tarina vastaa tunnistettavissa olevaa kerättyyn tietoon pohjautuvaa kertomusta.

9.2 Pohdinta ja ammatillinen kasvu

Sosiaalisen median päihdeilmiöt ovat olleet vuonna 2024 puhuttava aihe. Erityisen puhuttavaa on ollut Rappiotiktok-ilmiö, jossa katsojat yksinkertaisesti maksavat ihmisen pahasta olost, ongelmallisesta päihteidenkäytöstä, jopa väkivallasta. Ilmiössä tuotetaan sosiaalisen median alustoille live-sisältöä päihteiden vaikutuksen alaisena. Live-videoissa katsojat maksavat streamin pitäjille siitä, että he käyttävät lisää päihteitä ja jatkavat liven pitämistä. Katsojien lahjoittamilla rahoilla ostetaan muun muassa lisää päihteitä, jotta liven pitämistä katsojien toiveiden mukaisesti päihtyneenä voidaan jatkaa. Tämänkaltainen tuotanto tarvitsee ehdottomasti vastapainokseen sosiaalisen median alustoille sijoittuvaa päihdetyötä.

Prosessin aikana aihe tuntui ajoittain kuormittavalta ja jopa lohduttomalta tarkasteltaessa tilastoja nuorten päihteiden käytöstä ja siihen liittyvästä problematiikasta. Kuormitusta loi myös yhteiskunnan nykytilanne, kun päihde- ja mielenterveyspalveluista sekä järjestö- ja sosiaalityöstä on leikattu ja leikataan edelleen, mikä on johtanut siihen, että apua tarvitsevat joutuvat odottamaan kohtuuttomia aikoja, mikäli saavat apua ollenkaan. Nuorilla on monenlaisia taustoja, minkä takia jokaisella on erilainen lähtökohta päihdekasvatuksen suhteen. Ongelmallisen päihteiden käytön tunnistaminen haastaa huoltajia ja nuorten kanssa työskenteleviä aikuisia. Yhteiskunnassa nuorten päihdekokeiluista tai päihteiden käytöstä puhutaan usein hyväksyvästi ja nuoruuteen kuuluvina kokeiluina. Tämänkaltaisen normin purkaminen on merkittävä osa ehkäisevää päihdetyötä. Varsinkin puhuttaessa alaikäisistä nuorista on vastuutonta mieltää päihteet ikävaiheeseen kuuluvaksi. Päihteet eivät ole välttämätön osa elämää minkään ikäryhmän kohdalla.

Opinnäytetyön kehittämisprojektin tarkoituksena oli luoda videomateriaalia, jonka avulla nuori voi ottaa päihteiden käytön puheeksi matalalla kynnyksellä tai

ideaalitapauksessa jopa kynnyksettömästi aikuisen kanssa. Tähän tavoitteeseen pääsyä on toistaiseksi haastava arvioida.

Opinnäytetyötä tehdessämme perehdyimme kattavasti aiheeseen ja innostuimme toistuvasti uudestaan aiheemme tärkeydestä, vaikka aiheen ei toivoisi olevan tärkeä. Aiheen laajuus ja rajaus tuottivat työskentelyyn omat haasteensa, toisinaan yllätti myös tiettyihin osa-alueisiin kohdistuva tutkimustiedon vähäisyys. Mitä nuorempiin katseensa kohdisti, sitä huonommin päihteiden käyttöä tunnistettiin, vaikka jo peruskouluikäisillä ilmenee päihteiden kanssa haasteita. Tämän tunnistaminen oli haastavaa ja surullista. Työn edetessä opimme aikatauluttamaan isoa kokonaisuutta sekä sietämään keskeneräisyyttä ja kiirettä. Vahvistimme tiedonhakutaitoja ja tieteellisen kirjoittamisen valmiuksia. Heittäydyimme epämukavuusalueelle erityisesti videoita tehdessä. Videoiden käsikirjoitusten laatiminen ja kameran edessä oleminen oli opinnäytetyöntekijöille kaukana arkitodellisuudesta ja näyttöleminen haastoi jokaisen poistumaan omalta mukavuusalueeltaan. Sosiaalisen median ennakoimattomuus haastoi materiaalin julkaisuvaiheessa.

Videoiden käyttäminen päihdekasvatuksessa ja päihdetyöskentelyssä on kasvava trendi. Jatkokehitysideana videoita voisi tuottaa lisää aiheista, kuinka vanhemmat reagoivat nuoren päihteiden käyttöön, miksi päihteiden käytöstä keskustelu on haastavaa ja miten katkaista päihteiden käytön kierre. Eräs jatkossa merkittävä aihe voisi olla päihteiden käyttäjiin liittyvän stigman purku. Yhteiskuntamme mieltää päihteiden käyttäjät maailman onnettomimmiksi ihmisiksi. Päihdeongelmasta puhuttaessa kuulee usein, kuinka ongelma on pysyvä, eikä siitä voi parantua. Kuka haluaisi myöntää edes itselleen tämänkaltaisen kohtalon, saati hakea apua ajoissa?

LÄHTEET

- Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto. (2019). Ammattikorkeakoulujen opin-
näytetöiden eettiset suositukset. ARENE ry.
[https://www.arene.fi/wp-con-
tent/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPI
NN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSE
T%202020.pdf?_t=1578480382](https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPI-
NN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSE
T%202020.pdf?_t=1578480382)
- Aro, M. (04.10.2022). Sähkösavukkeet, sähkötupakka. Lääkärikirja Duodecim.
<https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01164#s2>
- Aro, M. (18.04.2023). Tupakka ja sairaudet. Lääkärikirja Duodecim
<https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01066>
- Babor, F., Higgins-Biddle, J. C., Saunders, J. B., & Monteiro, M. (18.11.2001).
AUDIT The Alcohol Use Disorders Identification Test Guidelines for
Use in Primary Care. World Health Organization.
[https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/67205/WHO_MS_D_MS_B
_01.6a-eng.pdf?sequence=1](https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/67205/WHO_MS_D_MS_B
_01.6a-eng.pdf?sequence=1)
- BuenoTalk. (i.a.). Mikä BuenoTalk? Saatavilla. 23.08.2024
<https://buenotalk.fi/meista/>
- DiFranza, J.R., Savageau, J.A., Fletcher, K., Ockene, J.K., Rigotti, N.A.,
McNeill, A.D., Coleman, M., & Wood, C. (2002). Measuring the loss
of autonomy over nicotine use in adolescents.
- Digi- ja väestötietorekisteri. 25.1.2023. Lapsen täysi-ikäistyminen herättää
vanhemmissa ylpeyttä, haikeutta ja huolestuneisuutta - täysi-ikäiset
tarvitsevat tukea asioidensa hoitamiseen. Tiedote.
[https://www.sttinfo.fi/tiedote/69963085/lapsen-taysi-ikaistyminen-
herattaa-vanhemmissa-ylpeytaa-haikeutta-ja-huolestuneisuutta-
taysi-ikaistyvat-tarvitsevat-tukea-asioidensa-
hoitamiseen?publisherId=3777](https://www.sttinfo.fi/tiedote/69963085/lapsen-taysi-ikaistyminen-
herattaa-vanhemmissa-ylpeytaa-haikeutta-ja-huolestuneisuutta-
taysi-ikaistyvat-tarvitsevat-tukea-asioidensa-
hoitamiseen?publisherId=3777)
- Ebrand. (2022). SoMe ja Nuoret 2022 – katsaus nuorten sosiaalisen median
käytöstä. <https://wordpress.ebrand.fi/somejanuoret2022/>

- Ehkäisevän päihdetyön järjestöverkosto EPT. (i.a.). Ehkäisevä päihdetyö pähkinänkuoressa. Saatavilla 23.08.2024 <https://www.ept-verkosto.fi/ept-toimintaohjelma-ja-ept-kaytannossa/>
- EHYT ry, & Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (i.a.). Puheeksi ottaminen nuorisotyössä Alkoholi, nikotiinituotteet, huumeet ja rahapelaaminen. Saatavilla 23.08.2024 https://ehyt.fi/wp-content/uploads/2023/10/puheeksiottaminen_nuorisotyossa_verkkoon.pdf
- EHYT ry. (2020) Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry:n yhdistymisen raportointi ja arviointi. [Raportti] https://ehyt.fi/wp-content/uploads/2020/06/ehyt_ry_yhdistymisraportti.pdf
- EHYT ry. (2023). Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry. [Vuosikertomus]. https://ehyt.fi/wp-content/uploads/2024/05/EHYT_ry_vuosikertomus_2023.pdf
- EHYT ry. (2024a). Ehkäisevä päihdetyö nuorten parissa vaatii panostuksia. <https://ehyt.fi/uutishuone/uutiset/ehkaiseva-paihde-tyo-nuorten-parissa-vaatii-panostuksia/>
- EHYT ry. (2024b). Toimipisteet. <https://ehyt.fi/yhteystiedot/toimipisteet/>
- EHYT ry. (i.a.-a). Alkoholi. Saatavilla 23.08.2024 <https://ehyt.fi/paihde-peli-info/alkoholi/>
- EHYT ry. (i.a.-b). Mitä on ehkäisevä päihdetyö? Saatavilla 23.08.2024 <https://ehyt.fi/paihde-peli-info/mita-on-ehkaiseva-paihde-tyo/>
- EHYT ry. (i.a.-c). Päihdekasvatus. Saatavilla 23.08.2024 <https://ehyt.fi/paihde-peli-info/mita-on-ehkaiseva-paihde-tyo/paihdekasvatus/>
- EHYT ry. (i.a.-d). Historia. Saatavilla 24.8.2024 <https://ehyt.fi/ehyt-ry/historia/>
- Hakkarainen, P., & Karjalainen, K. (17.02.2017). Pilvee, pilvee. Kannabiksen käyttötavat, käyttäjät ja poliittiset mielipiteet. Yhteiskuntapolitiikka 82. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131949/YP1701_Hakkarainen%26Karjalainen.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Helenius, J., & Kivimäki, H. (21.09.2023). Lasten ja nuorten hyvinvointi - Koulu-terveyskysely 2023 [Tilastoraportti 48/2023]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/147270/Lasten%20ja>

- [%20nuorten%20hyvinvointi%20Kouluterveyskysely%202023%20Tilastoraportti%2048_2023.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)
- Helotie, A., & Rautama, A. (21.02.2024). Mitä tehdä, kun nuoren päihteiden käyttö tai mielenterveys huolestuttaa?
<https://ehyt.fi/uutishuone/blogit/mita-tehda-kun-nuoren-paihteiden-kaytto-tai-mielenterveys-huolestuttaa/>
- Hyytiä, P. (2015). Päihteiden vaikutus kasvavan lapsen ja nuoren aivoihin. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. 131(10), 933–939.
<https://www.duodecimlehti.fi/duo12255>
- Häkkinen, M. (04.05.2023). Kannabiksen terveysvaikutukset ja kannabisiippuvuus. Lääkärikirja Duodecim.
<https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01324#s4>
- Häkkinen, M., Niemelä, E., & Väänänen, P. (2022). Päihteitä käyttävä nuori. Teoksessa Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim 2022. (s. 181–186). <https://www.duodecimlehti.fi/duo16657>
- IOGT-NTO, Svenska Läkaresällskapet, & Forum Ansvar. (2015). Alcohol and society. https://alcoholandsociety.report/wp-content/uploads/2022/09/2015_engl_second-hand-effects-of-alcohol-consumption-alcohol-and-society-2015-report-en.pdf
- Kannabis.eu. (i.a.). CAST-seulontatesti. Saatavilla 23.08.2024
<https://kannabis.eu/testeja-ja-tyokaluja/cast-seulontatesti/>
- Kilpeläinen, A., & Kokko, N. (26.10.2022). Päihteiden ylisukupolviset vaikutukset voidaan selittää oikea-aikaisella tuella.
<https://ensijaturvakotienliitto.fi/lapinensijaturvakoti/blogi/paihteiden-ylisukupolviset-vaikutukset-voidaan-selattaa-oikea-aikaisella-tuella/>
- Kinnunen, J., Pere, L., Raisamo, S., Katainen, A., Myöhänen, A., Lahti, L., Ahtinen, S., Ollila, H., Lindfors, P., & Rimpelä, A. (2019). Nuorten terveystapa tutkimus 2019 Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö sekä rahapelaaminen [Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2019:56]. Sosiaali- ja terveysministeriö.
https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161741/STM_2019_56_Nuorten_terveystapatutkimus_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Kivelä, P. (2018). Huumeiden käyttöön liittyvät muut krooniset somaattiset terveyshaitat. Teoksessa M. Aalto, H. Alho, & S. Niemelä (toim.), Huume- ja lääkeriippuvuudet. Kustannus Oy Duodecim.
<https://www.oppiportti.fi/opk04623/>
- Koivisto, M. (19.10.2023). Huumekuolemat Suomessa.
<https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/tietoartikkelit/huumeet-ja-laakkeet/huumekuolemat-suomessa/>
- Kosonen, J. & Kuusisto, K. (2023). Treatment for problematic substance use in Nordic youth: a narrative review from the viewpoint of social services. Tampere University. <https://rdcu.be/dVAIF>
- Kotovirta, E., Markkula, J., Pajula, M., Paavola, M., Honkanen, R., & Tuominen, I. (09.04.2021). Päihde- ja riippuvuusstrategia - Yhteiset suuntaviivat vuoteen 2030. [Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2021:17]. Sosiaali- ja terveysministeriö.
https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163002/STM_2021_17.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- L 1102/2017. Alkoholilaki 28.12.2017/1102.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2017/20171102#L5P43>
- L 1285/2016. Nuorisolaki 21.12.2016/1285.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285>
- L 361/1983. Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta. 8.4.1983/361.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1983/19830361>
- L 417/2007. Lastensuojelulaki. 13.4.2007/417.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>
- L 523/2015. Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 24.4.2015/523.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2015/20150523>
- L 549/2016. Tupakkalaki 29.06.2016/549.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2016/20160549>
- L 731/1999. Suomen perustuslaki. 11.6.1999/731.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731#L2P19>
- L 775/2022. Vanhemmuuslaki. 26.8.2022/775.
<https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2022/20220775>
- Markkula, J., Rapeli, S., Kemppainen, J., & Kotovirta, E. (09.04.2021).
Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma - Väliarviointi ja

tehostettavat toimet vuoteen 2025 [Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2021:13]. Sosiaali- ja terveysministeriö.

https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163001/STM_2021_13_rap.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Mielenterveystalo. (i.a.). Nuorten päihteiden käyttö. Saatavilla 28.09.2024

<https://www.mielenterveystalo.fi/fi/paihteet/nuorten-paihteiden-kaytto>

Molinaro, S., Vicente, J., Benedetti, E., Cerrai, S., Colasante, E., Arpa, S.,

Chomynová, P., Kraus, L., Monshouwer, K., Spilka, S., Arnarsson, Á., Balakireva, O., Beteta, B., Bye, E., Chileva, A., Clancy, L., Duraku, Z., Đurišić, T., Ekholm, O., Elekes, Z., Florescu, S., Kilibarda, B., Kokkevi, A., Lavado, E., Lazar, T., Markelić, M., Nociar, A., Oncheva, S., Raitasalo, K., Rupšienė, L., Sieroslawski, J., Strizek, J., Sturua, L., Svensson, J., Vanaga, D., Veresies, K., Vorobjov, S., Weihe, P., Cotichini, R., Fortunato, L., & Škařupová, K. (2020). Results from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs [ESPAD Report 2019]. EMCDDA. Saatavilla 23.08.2024

http://www.espad.org/sites/espad.org/files/2020.3878_EN_04.pdf

Mäkelä, P., & Niemelä, S. (25.10.2022). Alkoholin käyttöön liittyviä haittoja.

<https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01120#s4>

NHG, & MDI. (2022). Nuorten syrjäytymisen ehkäisyn palvelurakenne, rahavirrat sekä seurannan haasteet. [Eduskunnan tarkastusvaliokunnan julkaisu 1/2022] Tarkastusvaliokunta. Saatavilla 28.09.2024

https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/julkaisut/Documents/TRVJ_1_2022_Nuorten_syrjaytyminen.pdf

Niemelä, S. (2018). Huumeet ja kehittyvä hermosto. Teoksessa M. Aalto, H. Alho, & S. Niemelä (toim.), Huume- ja lääkeriippuvuudet.

Kustannus Oy Duodecim. <https://www.oppiportti.fi/opk04623/>

Niemelä, S. (2018). Nuorten huumeiden käytön riskitekijät ja suojaavat tekijät.

Teoksessa M. Aalto, H. Alho, & S. Niemelä (toim.), Huume- ja lääkeriippuvuudet. Kustannus Oy Duodecim.

<https://www.oppiportti.fi/opk04623/>

Nuortenlinkki. (i.a.-a). Tupakka. Saatavilla 23.08.2024

<https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/pikatieto/tupakka/>

Nuortenlinkki. (i.a.-b). Nuuska. Saatavilla 23.08.2024

<https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/pikatieto/nuuska/>

Nuortenlinkki. (i.a.-c). Vape (sähkösavuke). Saatavilla 23.08.2024

<https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/pikatieto/sahkotupakka/>

Orjasniemi, T., & Kurvinen, A. (2017). Häpeän päivät, pelon yöt – lapsuuden kokemuksia ongelma juovista vanhemmista.

<https://journal.fi/janus/article/view/56828/25822?acceptCookies=1>

Pajuvirta, T., & EHYT ry. (2022). Alkoholin ja nikotiinituotteiden välittäminen alaikäiselle. Selvitys nuorten ajatuksista ja suhtautumisesta alkoholin ja nikotiinituotteiden välittämiseen alaikäisille.

<https://www.sttinfo.fi/data/attachments/00814/8ee4ff4d-2a27-4b4d-8771-343b9ff5c1b0.pdf>

Pulkkinen, L., Ahonen, T., & Ruoppila, I. (toim.). (2023). Ihmisen psykologinen kasvu (10. uudistettu painos.). PS-kustannus.

Päihdelinkki. (15.5.2024). Lasten ja nuorten päihdekasvatus.

<https://paihdelinkki.fi/tietopankki/tietoiskut/paihteet-ja-yhteiskunta/lasten-ja-nuorten-paihdekasvatus/>

Päihdelinkki. (i.a.). Huumeidenkäyttötesti – DAST20. Saatavilla 23.08.2024

<https://paihdelinkki.fi/testit-ja-laskurit/huumeet/huumeidenkayttotesti-dast20/>

Rikoksentorjunta. (i.a.). Varhainen tuki ja syrjäytymisen ehkäisy. Saatavilla 28.09.2024

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

Roivanen, I. (2020). Raskaan perinnön taakka.

<https://journal.fi/janus/article/view/101324/65551>

Saari, J., Eskelinen, N., & Björklund, L. (2020). Raskas perintö Ylisukupolvinen huono-osaisuus Suomessa. Gaudeamus.

Sekasin-chat. (i.a.). Info. Saatavilla 23.08.2024 <https://sekasin.fi/>

Selkokeskus. (i.a.). Selkokielliset oppaat, videot ja verkkosivut aiheen mukaan;

Testaa itsesi: Paljonko juot alkoholia? Saatavilla 23.08.2024

<https://selkokeskus.fi/selkojulkaisut/selkokielliset-julkaisut-aiheen-mukaan/#paihteet>, <https://ehyt.fi/wp->

[content/uploads/2020/08/Testaa-itsesi_Paljonko-juot-alkoholia_selkokieli_sahkoinen-versio_s-1.pdf](https://sininauhasaatio.fi/content/uploads/2020/08/Testaa-itsesi_Paljonko-juot-alkoholia_selkokieli_sahkoinen-versio_s-1.pdf)

Sininauhasäätiö. (04.05.2023). Stigma tappaa enemmän kuin aineet.

<https://sininauhasaatio.fi/stigma-tappaa-enemman-kuin-aineet/>

Sosiaali- ja terveysministeriö. (i.a.). Huoltajuus, elatus, isyyden ja äitiyden tunnustaminen. Saatavilla 10.9.2024. <https://stm.fi/huoltajuus>

Sua varten somessa. (i.a.). Digitaalinen nuorisotyö. Saatavilla 23.08.2024

<https://suavartensomessa.fi/digitaalinen-nuoristyö/>

Särkelä-Kukko, M. (20.11.2020). Päihteidenkäyttö ja yhteiskunnallisen osallisuuden ongelmat.

<https://paihdelinkki.fi/tietopankki/tietoiskut/paihteet-ja-yhteiskunta/paihteidenkaytto-ja-yhteiskunnallisen-osallisuuden-ongelmat/>

Tanner, N., Radwan, R., Korhonen, H., & Mustonen, T. (02.11.2020).

Sosiaalinen media, ongelmallinen sosiaalisen median käyttö ja someriippuvuus.

https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=OstzEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA4&dq=sosiaalisen+median+m%C3%A4%C3%A4ritelm%C3%A4&ots=-F9iC9QpFm&sig=3VOdTCbAulstoYxL4WW-zZXU62A&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (01.02.2024a). Stigma ja syrjintä.

<https://thl.fi/aiheet/mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen/stigma-ja-syrjinta>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (05.12.2023f). Ehkäisevä päihdetyö.

<https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeyto>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (06.11.2017). Tapaturmapotilaiden alkoholinkäytön puheeksiotto.

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135528/TT_Tapaturmapotilaiden%20alkoholin%20ka%cc%88ytto%cc%88.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (07.12.2023a). Keskeiset käsitteet.
<https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeyto/mita-ehkaiseva-paihdeyto-on/keskeiset-kasitteet>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (07.12.2023c). Nuorten päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt.
<https://thl.fi/aiheet/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot/nuorten-paihteiden-kaytto-ja-kaytoshairiot>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (07.12.2023g) Päihdekasvatus.
<https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeyto/ehkaiseva-paihdeyto-kouluissa-ja-oppilaitoksissa/paihdekasvatus>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (07.12.2023i). Kolmen kysymyksen AUDIT-C-kysely. <https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeyto/ehkaiseva-paihdeyto-sosiaali-ja-terveyspalveluissa/valineita-nuoren-tilanteen-kartoittamiseksi>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2023h). Alkoholin riski- ja ongelmakäyttöä kartoittava kysely (Alcohol Use Disorders Identification Test).
https://thl.fi/documents/155392151/190500116/AUDIT_lomake_Prin_13.6.23t.pdf/f167b9dc-0b9e-a5ea-d688-f44c503c7a18/AUDIT_lomake_Prin_13.6.23t.pdf?t=1686663979038
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2023j). ADSUME Nuorten päihteiden käyttöä tarkasteleva kysely (Adolescents' Substance Use Measurement).
https://thl.fi/documents/155392151/190500116/ADSUME_lomake.pdf/c1ef3416-3b45-3598-dc04-c232b1696b06/ADSUME_lomake.pdf?t=1685981110521
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2024b). Lakisääteinen ehkäisevä päihdeyto hyvinvointialueella – Näin hyvinvointia ja säästöjä.
https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/149130/Tied%c3%a4%26toimi_Ehk%c3%a4isev%c3%a4ll%c3%a4%20p%c3%a4ihdeyto%c3%b6ll%c3%a4%20hyvinvointia%20ja%20s%c3%a4%c3%a4st%c3%b6j%c3%a4.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (25.10.2023b). Tupakkatilasto 2022
Työikäisten päivittäinen tupakointi vähentynyt, nuorilla lisääntynyt

sähkösavukkeiden käyttö. [Tilastoraportti 58/2023]

<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/147662/Tupakkatilasto2022.pdf?sequence=12&isAllowed=y>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (7.12.2023e). Lapsen huolto, tapaaminen ja asuminen. <https://thl.fi/aiheet/lapset-nuoret-ja-perheet/sote-palvelut/perheoikeudelliset-palvelut/lapsen-huolto-tapaaminen-ja-asuminen>

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. (07.12.2023d). Päihde- ja toiminnalliset riippuvuudet.

<https://thl.fi/aiheet/mielenterveys/mielenterveyshairiot/paihde-ja-toiminnalliset-riippuvuudet>

Tilastokeskus. (i.a.) Siviilisäädyn muutokset. Saatavilla 30.9.2024.

<https://stat.fi/tilasto/ssaaty#tables>

Valtioneuvosto. (9.12.2021). Valtioneuvoston periaatepäätös huumausainepolitiikasta 2021–2023 hyväksyttiin.

<https://valtioneuvosto.fi/-/1271139/valtioneuvoston-periaatepaatos-huumausainepolitiikasta-2021-2023-hyvaksyttiin>

Verke. (i.a.). Hyvä käytäntö: Ehkäisevä päihdetyö sosiaalisessa mediassa. Saatavilla 23.08.2024 <https://www.verke.org/vinkit/hyva-kaytanto-ehkaiseva-paihde-tyo-sosiaalisessa-mediassa/>

Vorma, H., Rotko, T., Larivaara, M., & Kosloff, A. (11.02.2020). Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020–2030. [Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6]. Sosiaali- ja terveysministeriö.

https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162053/STM_2020_6.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Väyrynen, S., Kataja, K., Hakkarainen, P., Kailanto, S., Karjalainen, K., Kuussaari, K., & Tigerstedt, C. (13.10.2015). Sääteleyä, kaoottisuutta ja itsetutkiskelua. Sekakäytön määritelmiä ja merkityksiä päihdetyön ammattilaisten ja käyttäjien tulkitsemana. Janus Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti, 23(3). <https://journal.fi/janus/article/view/52999>

World Health Organization. (25.06.2024). Global status report on alcohol and health and treatment of substance use disorders [Raportti]

<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/377960/9789240096745-eng.pdf?sequence=1>

World Health Organization. (i.a.). Adolescent health. Saatavilla 23.08.2024

https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1

LIITE 1. TEEMAKYSELYN POHJAT

Moro sä 13-18v!

Haluatko osallistua pieneen prokkikseen?

Me Diakin opiskelijat teemme opinnäytetyötä nuorten päihteiden käytöstä ja siitä kuinka nuorten vanhemmat reagoivat käyttöön.

Nyt tarvitsemekin siis teidän apua...



Kerro meille!

Onko sulla tai sun frendillä kokemusta siitä, miten vanhemmat reagoi, jos oot jääny kiinni päihteiden käytöstä. Tai miten kuvittelet, että vanhemmat reagois.



Kerro meille!

Miten haluaisit, että vanhemmat kohtaisivat nuoria liittyen päihteiden käyttöön?

Kiitti vastauksista!



LIITE 2. VASTAUKSET / KOMMENTIT

Onko sulla tai sun frendillä kokemusta siitä, miten vanhemmat reagoi, jos oot jääny kiinni päihteiden käytöstä. Tai miten kuvittelet, että vanhemmat reagois?

- Alkoholista jäin kiinni 15-vuotiaana ku kavereiden kaa ryypättii kerrostalon kellarissa. Poliisit tuli paikalle, lasuhan siitä tuli ja soitto äidille hakemaan. Automatka kotiin oli hyvin hiljainen. Odotin jonkilaista huutoa mutta äiti sanoi vain olevansa pettynyt. Olo oli hirveä. Asiasta ei puhuttu sen enempää, toki äiti kertoi asiasta mummolle joulupöydässä
- Että niitä ei kiinostais.
- Ymmärtäväisesti koska mitä on tapahtunut jo ei voida muuttaa mutta lopettamista kannustavasti kans.
- Reagoi päihteisiin aika negatiivisella tavalla vahvempiin tosi huolestuneisesti ainakin äiti
- neutraalisti. kokeilunhaluisuus. menin kotiin nukkuu.
- Ei oo mitää negatiivista. Olin päättärinä juonut liikaa kun en tiennyt omia rajoja
- Frendi jäi 14v kii sen äidille ku oli alkoholia (kiljuu,viinaa jne.) laatikos ja sen äiti suuttu ofc mut sit totes et jos tarvii alkoholia nii pyytäis mielummin siltä ku osatais kaverilta tai joltain.

Miten haluaisit, että vanhemmat kohtaisivat nuoria liittyen päihteiden käyttöön?:

- apua tarjoamalla ja huolensa sekä rakkauden osoitukset
- Pyrkisi olemaan tukena ja sellainen henkilö, jolle voisi jakaa asioita. Haluaisi varmistaa, että päihdekokeilut tehdään turvallisessa ympäristössä.
- Rauhallisesti ja realistisesti. Kertoisi, että olisi tukena jos tästä muodostuisi ongelma, eikä tuomitsisi.
- Mahdollisimman rauhallisesti, informatiivisesti sekä haluaisin tietää miksi lapsi päihteitä käyttää

LIITE 3. KÄSIKIRJOITUKSET

Käsikirjoituksia stereotyyppioista:

Videosarjan alussa kuvataan puhujaa, joka istuu tai seisoo ja puhuu kameralle

”Moro! Ootko ikinä jääny kii päihteistä huoltajalle? Ei hätää, niin mekin. Koottiin teille muutamia esimerkkejä huoltajien reaktioista päihteiden käyttöön ja tehtiin niistä video. Tässä tulis Part 1,2,3 etc”

”Naah, ei niitä kiinnosta” -vanhemmat

Ei tausta ääntä. Himmeä valaistus, koska yöaika. Greenscreen asunnosta (Eteinen eri suunnista)

Roolit: (Erika)Nuori 16 v, (Sofia)nuoren kaveri 16 v (päällä bilevaatteet), (Alisa)äiti (aamutakki päällä)

(Kuvataan nuoria) Nuori tulee päihtyneenä kaverin kanssa kotiin. - Nuori 1 kompuroi sisälle asuntoon hihitellen. Nuoren kaveri tulee perässä tölkki kädessä ja hyssyttelee huolestuneen oloisesti. “Mitä sä hyssyttelet? Ihan ku mutsia kiinnostais” Nuori sanoo hieman kovemmalla äänellä.

Kuuluu vessan veto ja oven avaus. **(Green screen asunnosta?)**

(Kuvataan nuoria) Nuoret seisahtavat, kun (kuva hyppää äitiin) äiti tulee vessasta ja näkee nuoret. (Kuvataan nuoria) Nuoren kaveri säpsähtää ja meinaa kaatua. Nuori itse seisoo tyynen oloisesti tuijottaen äitiään. Nuori hikkailee.

(Kuva hyppää äitiin) “Missä oot ollu?” Äiti kysyy nuorilta unen pöpperössä pitäen kädet puuskassa

(Kuvataan nuoria) “Juhlissa, Anterolla” Vastaa nuori hikkaillen ja ottaa takkia samalla pois päältä. (Takista tipahtaa samalla tupakka-aski ja/tai tölkki tms).

(Kuvataan jähmettynyttä kaveria) Nuoren kaveri edelleen hiljaa tölkki kädessä silmät pyöreinä.

(Kuva hyppää äitiin) “Aha, ok. Öitä” Äiti sanoo kääntyessään takaisin huoneeseen **(Äiti kävelee pois kuvaruudusta)**

(Kuvataan nuoria) “Öit” Sanoo nuori

(kuvataan hieman lähempää nuoria) “Sanoinhan, että sitä ei kiinnosta...Mut hei nii mites ne ens viikon bileet? Viinaa vai pilvee?” (Nuori sanoo kaverille, joka edelleen seisoo silmät pyöreinä nuoren takana)

Hypätään seuraavaan arkkityyppiin:

Pilkkaava huoltaja:

Taustalla vaimea television ääni. Himmeä valaistus, Greenscreen asunnosta ja eri maisemista

Roolit: (Sofia)Nuori 18–19 v, (Erika)huoltaja

(Kuvataan huoltajaa) Huoltaja istuu ja katselee telkkaria. Ulko-ovelta kuuluu epämäärästä ääntä ja huoltaja nousee katsomaan eteiseen äänen lähdeä

(Kuva siirtyy nuoreen) Nuori kompuroi eteiseen ja kaatuu lattialle ähisten ja kiroten

(Kuva siirtyy huoltajaan) Huoltaja näkee tilanteen ja alkaa nauraa. Nuori edelleen sammuneena lattialla

Hypätään seuraavaan arkkityyppiin:

Kokeilunhaluinen nuori / Hällä väliä huoltaja:

Roolit: (Alisa)Pirkon äiti (siististi pukeutunut), (Erika)Matin äiti (wannabe nuorehko). Tausta ääni ja greenscreen kaupasta

Kahden nuoren vanhemmat kohtaavat kaupassa **(Kuvataan vuorotellen, kun vanhemmat saapuvat kuvaruutuun -> Kuva hyppelee vanhemmasta toiseen vuorosanojen mukaisesti)**

Matin äiti: “Oi kato Teija! Mitäs kuuluu?”

Pirkon äiti: “Oikein mukavaa, kiitos! Kuules, meidän Pirkkomme kertoi, että teidän Mattinne on puhunut paljon päihteistä ja jopa poltellut tupakkaa tai jotain ihme ruohoa viime viikonloppuna. Matti kuulemma oikeen kannustaa luokkalaisiaan polttelemaan? Ties mitä se ruohokin sitten tarkoittaakaan ja Pirkolla on selvästi pahamieli asiasta, kun kerta aina tulee silmät punasena kotiin”

“Ai, oon miettinytki miks toi muksu on ollu niin hilpeellä päällä! Noooh, mutta kyllähän sä tiiät ja muistat millaisia me nuoret ollaan oltu. Kokeilunhaluisia eiks ni!” **(Matin äiti naurahtaa ja tökkää vitsikkäästi Pirkon äitiä kyynärpäällä)**

(Kuvataan hetki Pirkon äitiä, joka on hämmentynyt ja järkyttynyt samaan aikaan)

(Kuva palaa Matin äitiin) “Noh mutta hei mun täytyy tästä rientää kassan kautta kotio, että keretää kattelee isännän kanssa vähä amazing reissii! Nähää hei taas ja sano Pirkolle terkut että nähään taas viikonloppuna!” **(Matin äiti poistuu hymistellen kuvasta)**

(Kuvataan Pirkon äitiä, joka edelleen hämmentynyt ja selkeästi laskee päässään yhtä yhteen)(Julia Roberts edit??)

“Mutta Mattihan on vasta yläasteella...? Pirkko oli viikonloppuna Matin kanssa? Täh? Mitä on ruoho?”

Videon lopussa palataan kuvaamaan puhujaa:

”Noh tunnistitko huoltajas tästä? Tekeekö mieli puhua päihteistä kotona? Kerro sun fiiliksiä kommenteissa ja jaa video vaikka perheryhmään!”

Videosarjan alussa kuvataan puhujaa, joka istuu tai seisoo ja puhuu kameralle

”Moro! Ootko ikinä jääny kii päihteistä huoltajalle? Ei hätää, niin mekin. Koottiin teille muutamia esimerkkejä huoltajien reaktioista päihteiden käyttöön ja tehtiin niistä video. Tässä tulis Part 1,2,3 etc”

Ylireagoivat vanhemmat

Itkuportkuraivarit, ylireagointi ja vanhemmat eivät enää ota asiaa ikinä puheeksi. Kiusallinen tilanne jokaiselle osapuolelle, ja nuori jatkaa käyttöä peitellen jälkiään. Vanhemmat häpeää omaa reaktiota, joten asia jää käsittelemättä.

Roolit: (Erika&Sofia) kaksi nuorta pussikaljalla, (Alisa) äiti

Kevyttä kesämusaa:

Nuori on viettämässä aikaa kaverinsa kanssa humaltuneena **(tölkit kädessä ja läjä tyhjiä maassa)** 5sec

Kuvataan puhelinta, äiti koittaa soittaa **(musa vaihtuu / katkee)**

Äiti soittanut monta kertaa **(vastaamattomia puheluita)** ja laittanut huolestuneita jopa vihasen oloisia viestejä nuorelle.

Kuvataan viestikeskustelu:

- Hei, minne sä katosit? Isän kaljat on kadonnu kaapista, tosi kypsää hei!

- Vastaa, missä olet ja kenen kanssa?

- Toivon, että pystyt ottaan vastuun tekemisistäs

- NYT heti kotiin! Aina sua saa HÄVETÄ
tilanne n.10sec

koko

Kello on 1:00

Nuori palaa kotiin humaltuneena.

Äiti aamutakissa ovella vastassa, kun nuori hoipertelee sisälle.

“Ei jumalauta en voi uskoa, tossa kunnossa ja tähän aikaan vasta ilmestyt kotio. Kyllä osaa hävettää, millasen mukulan määki oon kasvattanu..“

5sec

Seuraavana aamuna: molemmat nolona eikä eilisestä enää keskustella

10sec

-tyyllillä siemailee kahvia ja sirkat soi taustalla?

-nuori painaa leukaa rintaan?

-loppukohtauksen päälle teksti, ”Tälläisen reaktion jälkeen nuori luultavasti jatkaa päihteiden käyttöä, mutta pyrkii salaamaan tämän täysin vanhemmiltaan. Millaisiin tilanteisiin peittely voi johtaa? ”

Rajoittavat vanhemmat

Syvä pettymys, iso häpeäntunne nuorelle omasta toiminnastaan. Vanhemmat jatkavat nuoren syylistämistä pitkään ja rajoittaa nuoren vapautta (kotiintuloajat ja kyttäystä)

Roolit: vanhemmat (1(Erika) ja 2(Allu) ja nuori (Sofia)

Kuvataan keskustelu, jossa vanhemmat vetävät yhtenäistä linjaa rajatessaan nuorta.

Vanhempi 1: “Koska sulla on mennyt viime aikoina toi hauskanpito vähän liian pitkälle, niin me ollaan päätetty, että sun kotiintuloaikaa aikaistetaan kasiin. Jos uus aikataulu ei onnistu sulta, ni voidaan sopia, ettei koulun jälkeen ole mitään asiaa ulos.”

Nuori: “Mutta hei, koulu vasta alko ja nyt on vaikka mitä kivaa uusien luokkakamujen kanssa jo sovittuna! Ette te voi kieltää mua osallistumasta.”

Vanhempi 2: “Oliskin teillä vaan mukavaa ajanviettoa tiedossa, mut jotenkin ilmeisesti näissä sun uusissa piireissä pääasiana on vain päihtyminen. Mikä yhtäkkiä on muuttunut?”

Nuori: “No oon vaan koittanu saada uusia kavereita.. Välillä ne käyttää enkä haluu jäädä ulkopuolelle.”

Vanhempi 1: “Kai sä ymmärrät, että meidä luotto on mennyt suhun täysin. Me ei tiedetä missä seurassa liikut ja miks, mitä kamaa sielä liikkuu ja kuinka paljon sulla on houkutuksii..”

Nuori: “Mut ei me mitään pahaa..”

Vanhempi 2: “Me ollaan päätetty nyt niin, asiasta on turha lähteä vääntämään. “ 50sec

Kohtausten välissä: ”Onko tuttua? Se oli aika rajaavaa, eikö? Miltäs seuraava skenaario vaikuttaa?”

Vastuulliset vanhemmat

The talk, istutetaan nuori alas ja valistetaan päihteiden haitoista ja vastuutetaan nuorta omista valinnoistaan. Nuorta veloitetaan kertomaan jatkossa avoimesti aikeistaan käyttää päihteitä, jolloin vanhemmat voivat varautua ylilyönteihin.

Kuvataan sama keskustelu kuin “rajoittavat vanhemmat”, mutta vanhempien asenne on tilanteessa rakentavampi ja vastuullisempi.

Roolit: vanhemmat 1 erika, 2 alisa ja nuori

Vanhempi 1: “Ollaan huomattu, että koulun alun jälkeen sussa on tapahtunut muutos. Ooko itse huomannut tätä ja osaatko kertoa mitä on tapahtunut?”

Nuori: “No en mä mitään erityistä oo huomannu, ehkä kun nykyään tulee enemmän pyörityä kaupungilla, niin näkee vähän kaikenlaista.”

Vanhempi 1: “Niin, onko sielä levotonta menoa?”

Nuori: “Joo, kyllähän sielä kaikenlaista porukkaa liikkuu.. On mullekin tapahtunut erikoisia juttuja”

Vanhempi 1: “Millaista porukkaa ja mitä juttuja tarkoitat?”

Nuori: “No sekakäyttäjiä liikkuu paljo puistoissa ja välillä jotain diilereitä tulee pyöriin ja myymään, oon mäki pilvee koittanu..”

Vanhempi 2: “Kiitos, että oot näin rehellinen, me halutaan vaan sun parasta. Pystyisitkö lähteen tommosista tilanteista pois?”

Nuori: “No kyl mä oon lähtenytki, kun meno on mennyy liian sekavaks. Sillon, kun polttelin niin menin ihan tiloihin ja säikähdin mitä tuli tehtyy itelleni.”

Vanhempi 2: “Kuulostaa kyllä aika hurjalta. Tää ei ole ennen tullut puheeksi, mutta tiesitkö, että meillä on sukurasitetta psykoosisairauksiin? Päihteet voi laukasta pitkäkestosiakin psykooseja. En halua sua pelotella, mutta tää kannattaa pitää mielessä.”

Nuori: “No hitto, en mä tollasesta oo mitään tienny. Ei kukaan puhu näistä, kun halutaan vaa pää täytee.”

1min 30sec

Videon lopussa palataan kuvaamaan puhujaa:

”Noh tunnistitko huoltajas tästä? Tekeekö mieli puhua päihteistä kotona? Kerro sun fiiliksiä kommentteissa ja jaa video vaikka perheryhmään!”

Ostaa mieluummin itse päihteitä lapselle

Normaali valaistus.

Roolit: (Sofia)Huoltaja ja (Alisa)nuori – molemmilla arkivaatetus

Alkaa oven pamahduksella nuoren saapuessa kotiin.

(Kuvataan nuorta tilaan saapuessa) Nuori tulee hyväntuulisena äidin luo.

(Kuvataan äitiä ja nuorta) Äiti istuu juomassa kahvia ja lukee lehteä tympääntyneen oloisena. Nuori: ”Hei kaverilla on kämpä illalla tyhjänä ja aattelin mennä sinne, voiks pliiis hakee juotavaa mulle”

Äiti vilkaisee lehden yli välinpitämättömän oloisesti kahvia hörpäten ja toteaa ”En todellakaan”.

Nuori tiuskaisee takaisin ”Kai se on si pakko maksaa hakuja jolleki tuntemattomalle”

Äiti toteaa huokaisten ”No okei sitten. Parempi se kai sillä tavalla on, ties mitä myrkyä kaduilla liikkuu”

Nuori kiittää äitiään tyylillä ”Tääääääns, tulee vähä halvemmaks näin” ja kaivaa puhelimen taskustaan.

(Kuvataan puhelimen näyttöä) Nuori kirjoittaa kaverilleen viestin: Plääni toimi! Sain ton yhen hakee kaljat. Nähää si ku sun porukat lähtee.

Ymmärtäväinen ja lopettamista kannustava

Roolit: Vanhemmat (1 Alisa, 2 Sofia) ja nuori (Erika) – arkinen vaatetus molemmilla

(Kuvataan nuorta) Nuori makoilee sängyllään ja selaa puhelintaan. Oveen koputetaan. Nuori kääntää katseensa ovea kohti.

(Kamera kääntyy hiukan ovea kohti) Vanhemmat astuu huoneeseen rauhallisesti, kädessään sytkäri ja tupakka-aski. Nuori nousee istumaan sängylle.

(Kamera palaa kuvaamaan kauempaa nuorta ja vanhempia, nuori jännittyneen oloinen)

”Oon kuullut, että susta on Tiktokissa video, missä näkyy, että sä poltat tupakkaa. Onko sulla jotain mistä haluaisit keskustella?” **Vanhempi 2 kysyy nuorelta rauhallisesti.**

Nuori tiuskasee: ”Kuka tollee sano?”

Vanhempi 1: ” Sillä ei ole nyt väliä, kunhan halutaan kysyä ja jutella. Kaikki on hyvin”

Nuori tuijottaa lattiaa ja vastaa hiljaisella äänellä ”nojoo mä poltin tupakkaa, kun kaveritkin teki niin.”

Vanhempi 1 istuu nuoren vierelle ”Kiitos, kun uskalsit kertoa näin avoimesti. Se oli tosi rohkeeta.

Vanhempi 2: Sosiaalinen paine voi olla suurta päihteiden kokeilussa, mutta kannustan ajatteleen omaa terveyttä. Tupakoinnissa on valtavasti terveyshaittoja.

Vanhempi 1: Muista, että sä voit tulla puhuun meille koska tahansa ihan mistä tahansa. Me ei suututa.”

Nuori tuijottaa lattiaan ja nyökkää.

Vanhempi 2: ”Oikee ystävä ei vaadi toiselta päihteiden käyttöä. Muistathan kertoa, jos tarviit koskaan apua päihteiden käytön lopettamisessa tai ihan missä vaan, sitä varten me ollaan.

Vanhempi 1: ”Ja tiedäthän, että kotiin on aina turvallista tulla, vaikka olis tehnyt mitä.”

Nuori nyökkää ja halaa/kiittää vanhempia.

Poissulkeva vanhempi

Roolit: Vanhempi (Sofia), nuori (Alisa) ja laitoksen ohjaaja (Erika)

(Kuvataan nuorta ja ohjaajaa) Ohjaaja astuu nuoren huoneeseen keskustelemaan (Nuori istuu tai makaa sängyllä)

Ohjaaja: Moro. Miten menee?

Nuori ignooraa ohjaajaa ja ohjaaja huhuilee: ”huhuu? Hiema voitais jutella ku kuuntelin että hieman huusit puhelimesta täällä”

Nuori: No aika paskaa, äiti koitti soittaa mut mä en halua sen kaa puhua eikä se tajuu sitä. Menee hermo

Ohjaaja: Miltä se susta tuntuu et se kuitenkin soittelee?

Nuori: Emmä tiiä, mitä se tänne soittelee. Ei sil oo kuitenka muuta asiaa ku haukkua mua narkkariks. Sil ei oo koskaa ollu aikaa kuunnella mua eikä se oo koskaa himas. Oon joutunut ain pärjää yksi ni pärjään täst eteenpäinki. Sitä paitsi mä poltin vaan muutaman kerran pilvee frendien kaa ja se heitti mut heti ulos himasta. En oo koskaa ollu riittävä sille.

Ohjaaja: Tiedäthän, ettet oo mitenkään vastuussa sun äidin käyttäytymisestä. Sun äiti ei sais kohdella sua noin, vaikka olisit tehnyt elämässä huonojakin valintoja. Eikä sun tarvi missään nimessä altistaa itseäs haukkumiselle.

Nuori: Kiitti. Tää on ainoo paikka mis mua on koskaa kuunneltu.

Kohtaus vaihtuu myöhempään ajankohtaan. Kuvataan ohjaajaa, joka puhuu puhelimesta nuoren vanhemman kanssa.

Vanhempi: Narkkaako se siellä teillä edelleen? Mä en oikeesti tajua miten siitä tuli tommonen narkkari? Ja miten se ei yhtään välitä sen tulevaisuudesta! Onneks se on pois täältä, mä en ois kestäny oikeesti enää hetkeekään sitä ja sen sekoilua.

Ohjaaja: Usein päihteiden käytön taustalla on moninaisia syitä. Kuitenkin meidän aikuisten tulee osata käyttäytyä ja tarjota turva. Nyt on kuitenkin kyse lapsesta. Se, että haukutte teidän lastanne ei edesauta nyt asioita mitenkään. Tarkoituksena olisi lähteä luomaan kestävä ja turvallista suhdetta teidän välille mutta se vaatii myös käytöksen tarkastelua teidän suunnilta.

Vanhempi: Tää on just tätä paskaa, kun aina pitäs vaan ymmärtää! Mä en todellakaan aio nähdä sitä! Ties mikä diileri tai muu rikollinen siitä on kasvamassa.

(Vanhempi lyö luurin korvaan)

(Kuvataan ohjaajaa, joka huokaisee syvään päätään pudisten ja laskee puhelimen pöydälle)

LIITE 4. VIDEOMATERIAALI

Osa 1.

https://youtube.com/shorts/dpgS_-OCP0A?si=la6gX26F4G6SjoPG

Osa 2.

<https://www.youtube.com/shorts/8GBIPWQSBBY>

Osa 3.

<https://www.youtube.com/shorts/KSaZ1FQyGel>