



Aluehallintovirasto

Päihde- ja pelikasvatus oppilaitoksissa

- opas suunnitelmien tekoon ja varhaiseen
tunnistamiseen

Lainio-Peltola Minna,
Jalo Niina,
Marjanen Katja,
Iho Arja,
Kaupinsalo Kristiina,
Aurasuo Joni,
Lahtinen Jenni
Rosenqvist Tellu

Lounais-Suomen aluehallintovirasto

Päihde- ja pelikasvatus oppilaitoksissa
- opas suunnitelmien tekoon ja varhaiseen tunnistamiseen

Lainio-Peltola Minna, Jalo Niina,
Marjanen Katja, Iho Arja,
Kaupinsalo Kristiina, Aurasuo Joni,
Lahtinen Jenni, Rosenqvist Tellu

Aluehallintovirastojen julkaisuja 85/2020
ISSN 2343-3132
ISBN 978-952-5882-14-8

20.5.2020 Turku

Kuvailulehti

Aluehallintovirastojen julkaisuja 85/2020

Tekijät		Julkaisuaika 2020	
Lainio-Peltola Minna, Jalo Niina, Marjanen Katja, Iho Arja, Kaupinsalo Kristiina, Aurasuo Joni, Lahtinen Jenni, Rosenqvist Tellu		Toimeksiantaja(t) Lounais-Suomen aluehallintovirasto	
		Toimielimen asettamispäivä -	
Julkaisun nimi Päihde- ja pelikasvatus oppilaitoksissa - opas suunnitelmien tekoon ja varhaiseen tunnistamiseen			
Tiivistelmä <p>Tämän oppaan tarkoituksena on yhtenäistää Lounais-Suomen aluehallintoviraston alueen oppilaitoksissa tehtävää päihdekasvatustyötä, jotta lapset ja nuoret saavat yhdenvertaisemmat lähtökohdat terveellisen ja turvallisen elämän rakentamiseen.</p> <p>Opas sisältää:</p> <p>Perusteluja päihdekasvatuksen sisällyttämiseksi oppilaitosten muihin suunnitelmiin (osiot 1–3)</p> <ul style="list-style-type: none">Ehkäisevä päihdetyö on osa oppilaitoksen perustyötä, toimintatapoja ja -kulttuuria, joilla tuetaan oppilaiden tervettä kasvua ja kehitystä.Oppilaitosten ehkäisevää päihdetyötä määrittelevät lainsäädäntö, opetussuunnitelmien perusteet sekä opiskeluhuollon käytännöt.Oppilas- ja opiskelijahuoltolain (1287/2013) mukaan opiskeluhuollon tulee olla ensisijaisesti ehkäisevää ja yhteisöllistä. Opiskeluhuoltosuunnitelmissa tulee kuvata myös tupakkatuotteiden, alkoholin ja muiden päihteiden käytön ehkäiseminen ja käyttöön puuttuminen.Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015) kattaa päihteiden lisäksi rahapelihaittojen vähentämisen. <p>Tutkittua tietoa, menetelmiä ja ideoita päihde- ja pelikasvatuksen toteuttamiseksi osana normaalia arkityötä ja opetussuunnitelmia (osio 4)</p> <ul style="list-style-type: none">Päihteiden käytön ja pelihaittojen ehkäisy tavoitteena on antaa oppilaille ikätasoisesti faktatietoa, vahvistaa suojaavia tekijöitä sekä antaa mahdollisuus keskusteluun ja pohdintoihin.Onnistunut päihde- ja pelikasvatus perustuu lähtökohtaisesti opettajien omaan toteutukseen, jota ulkopuoliset tahot voivat joskus jollain erillisillä toteutuksilla täydentää, mutta joiden varaan päihdekasvatusta ei tulisi pelkästään perustaa (Soikkeli ym. 2012).Vanhemmilla ja huoltajilla on ensisijainen vastuu lasten ja nuorten hyvinvoinnista. Oppilaitos voi kuitenkin tukea huoltajien kasvatusvastuuta tarjoamalla heille tietoa ja mahdollistamalla keskinäistä vertaistukea. <p>Varhaisen tuen ja tunnistamisen malleja opetushenkilökunnan työn tueksi (osio 5)</p> <ul style="list-style-type: none">Lainsäädäntö ja oppilaitoksessa yhteisesti sovitut toimintamallit toimivat yksittäisen työntekijän tukena sekä velvoittavat kaikkia huolehtimaan oppilaiden terveydestä ja turvallisuudesta.Huolen puheeksi otto ja haitalliseen käyttäytymiseen puuttuminen mahdollistavat avun ja tuen tarjoamisen varhaisessa vaiheessa.			
Asiasanat Päihdekasvatus, pelikasvatus, koulu, oppilaitos, opiskeluhoito, oppilas, päihteet, nikotiinituotteet			
ISSN (painettu) -	ISBN (painettu) -	ISSN (verkkopainettu) 2343-3132	ISBN (verkkopainettu) 978-952-5882-14-8
Kokonaissivumäärä 68		Kieli Suomi	Hinta maksuton
Julkaisija Lounais-Suomen aluehallintovirasto		Paino -	

Informationssida

Regionförvaltningsverkens publikationer 85/2020

Sammanställd av Lainio-Peltola Minna, Jalo Niina, Marjanen Katja, Iho Arja, Kaupinsalo Kristiina, Aurasuo Joni, Lahtinen Jenni & Rosenqvist Tellu		Utgivningsdatum 2020	
		Uppdragsgivare Regionförvaltningsverket i Sydvästra Finland	
		Datum för tillsättandet av organet -	
Publikationens titel Päihde- ja pelikasvatus oppilaitoksissa - opas suunnitelmien tekoon ja varhaiseen tunnistamiseen			
Referat Syftet med denna guide är att förenhetliga det arbete med rusmedelsfostran som utförs i läroanstalterna inom området för regionförvaltningsverket i Sydvästra Finland, så att barn och unga får mer jämlika utgångspunkter för att bygga upp ett hälsosamt och tryggt liv. Guiden innehåller: Motiveringar för att inkludera rusmedelsfostran i läroanstalternas övriga planer (avsnitt 1–3) <ul style="list-style-type: none">• Det förebyggande rusmedelsarbetet är en del av läroanstaltens grundläggande arbete, verksamhetssätt och verksamhetskultur, med vilka man stöder elevernas sunda uppväxt och utveckling.• Läroanstalternas förebyggande rusmedelsarbete definieras av lagstiftningen, läroplansgrunderna och elevhälsans praxis.• Enligt lagen om elev- och studerandevård (1287/2013) ska elevhälsan i första hand vara förebyggande och generellt inriktad. I studievårdsplanerna ska man också beskriva hur användningen av tobaksprodukter, alkohol och andra rusmedel kan förebyggas och hur man ingriper i användningen.• Lagen om organisering av det förebyggande rusmedelsarbetet (523/2015) omfattar förutom rusmedel även minskning av skadeverkningarna av penningsspel. Forskningsrön, metoder och idéer för att genomföra missbrukar- och spelfostran som en del av det normala vardagliga arbetet och läroplanerna (avsnitt 4) <ul style="list-style-type: none">• Målet med förebyggandet av användningen av rusmedel och spelproblem är att ge eleverna fakta på åldersnivå, stärka de skyddande faktorerna samt ge dem möjlighet till diskussion och reflektion.• En lyckad missbrukar- och spelfostran grundar sig i princip på lärarnas eget genomförande, som utomstående ibland kan komplettera med något separat genomförande, men på vilka rusmedelsfostran inte enbart borde grundas (Soikkeli m.fl. 2012).• Föräldrarna och vårdnadshavarna har det primära ansvaret för barns och ungas välbefinnande. Läroanstalten kan dock stödja vårdnadshavarnas fostringsansvar genom att erbjuda dem information och möjliggöra inbördes kamratstöd. Modeller för tidigt stöd och tidig identifiering som stöd för undervisningspersonalens arbete (avsnitt 5) <ul style="list-style-type: none">• Lagstiftningen och de gemensamt överenskomna verksamhetsmodellerna vid läroanstalten fungerar som stöd för den enskilda arbetstagaren och förpliktar alla att sörja för elevernas hälsa och säkerhet.• Att ta upp oro och ingripa i skadligt beteende gör det möjligt att erbjuda hjälp och stöd i ett tidigt skede.			
Ämnesord Rusmedelsfostran, spelfostran, skola, läroanstalt, elevhälsa, elev, rusmedel, nikotinprodukter			
ISSN (tryckt) -	ISBN (tryckt) -	ISSN (webbpublikation) 2343-3132	ISBN (webbpublikation) 978-952-5882-14-8
Sidantal 68		Språk finska	Pris -
Utgivare Regionförvaltningsverket i Sydvästra Finland		Tryckeri -	

Description sheet

Publication 85/2020

Authors Lainio-Peltola Minna, Jalo Niina, Marjanen Katja, Iho Arja, Kaupinsalo Kristiina, Aurasuo Joni, Lahtinen Jenni & Rosenqvist Tellu		Date 2020	
		-	
		-	
Name of the publication Päihde- ja pelikasvatus oppilaitoksissa - opas suunnitelmien tekoon ja varhaiseen tunnistamiseen			
Summary <p>The purpose of this guide is to unify the work carried out in educational institutions in the area of the Regional State Administrative Agency for Southwest Finland to provide children and young people with a more equal basis for building a healthy and safe life.</p> <p>The guide includes:</p> <p>Justifications for including substance abuse education in other plans of educational institutions (sections 1-3)</p> <ul style="list-style-type: none">• Preventive substance abuse work is a part of the groundwork, operating methods and culture of the educational institution that support the pupils' healthy growth and development.• Legislation, national core curriculum and student welfare practices define preventive substance abuse work in educational institutions.• Under the Student Welfare Act (1287 / 2013), student welfare must primarily be preventive and communal. Student welfare plans must also include the prevention and intervention in the use of tobacco products, alcohol and other intoxicants.• The Act of organising alcohol, tobacco, drugs and gambling prevention (523/2015) covers not only intoxicants but also the reduction of gambling harms. <p>Researched information, methods and ideas for implementing substance abuse and game education as a part of normal everyday work and curricula (section 4)</p> <ul style="list-style-type: none">• The aim of the prevention of substance abuse and gambling harms is to provide pupils with factual information appropriate to their age levels, to strengthen protective factors and to provide them with an opportunity for discussion and reflection.• Successful education on substance abuse and gambling is based on the teachers' own implementation which can sometimes be supplemented through separate implementations by external parties but on which substance abuse education should not be solely established (Soikkeli et al. 2012).• Parents and guardians have primary responsibility for the well-being of children and young people. However, the educational institution can support the guardians' educational responsibility by providing them with information and enabling mutual peer support. <p>Early support and identification models to support the work of teaching staff (section 5)</p> <ul style="list-style-type: none">• Legislation and operating models jointly agreed upon at the educational institution support individual employees and oblige everyone to take care of the pupils' health and safety.• Raising concerns and intervening with harmful behaviour will allow early provision of assistance and support.			
Keywords Substance abuse education, game education, school, educational institution, student welfare, pupil,			
ISSN -	ISBN -	ISSN (online publication) 2343-3132	ISBN (online publication) 978-952-5882-14-8
Pages 68	Language Finnish	Price -	
Publisher Regional State Administrative Agency for Southwestern Finland		-	

Päihde- ja pelikasvatus oppilaitoksissa

- Opas suunnitelmien tekoon ja varhaiseen tunnistamiseen

Sisällysluettelo

OSIO 1. REHTORILLE / OPPILAITOKSEN JOHDOLLE

1. OPPAAN TAUSTA JA TARKOITUS.....	9
1.1. Oppilaitosten päihde- ja pelikasvatus	9
1.2. Kyselyistä kehittämiseen.....	10
1.3. Oppaan sisältö ja määrittelyt.....	11
2. PERUSTEET PÄIHDE- JA PELIKASVATUKSELLE	12
2.1. Päihteiden käyttö.....	12
2.2. Lait raamittavat työtä.....	15
2.3. Opetussuunnitelmat määrittävät sisältöjä	18
3. PÄIHDE- JA PELIKASVATUS OSANA OPISKELUHUOLTOA	19
3.1. Yhteisestä työstä hyvinvointia – lähtökohtana.....	19
3.2. Terveellinen ja turvallinen oppilaitos	22

OSIO 2. OPETTAJALLE

4. PÄIHDE- JA PELIKASVATUS OPPILAITOKSISSA.....	24
4.1. Päihde- ja pelikasvatuksen periaatteet.....	24
4.2. Suojaavat tekijät ja riskitekijät	27
4.3. Mikä toimii ja mikä ei toimi oppilaitoksen päihdekasvatuksessa	28
4.4. Vinkkejä päihdekeskusteluihin	29
4.5. Päihteiden käytön ja pelihaittojen ehkäisyn tavoitteet eri luokka-asteilla	31
4.6. Päihde- ja pelikasvatuksen käytännön toteutus	32
4.7. Yhteistyö ja osallisuus päihdekasvatuksessa	36
4.7.1. Päihdekasvatus nuorelta nuorelle.....	36
4.7.2. Kodin ja oppilaitoksen yhteistyö.....	36
4.7.3. Ulkopuoliset vierailijat	38

OSIO 3. KOKO HENKILÖSTÖLLE

5. VARHAINEN TUNNISTAMINEN JA TUEN TARJOAMINEN	40
5.1. Haitallisen pelaamisen tunnistaminen	40
5.2. Tupakointiin ja nuuskan käyttöön puuttuminen	41
5.3. Alkoholin, huumeiden ja muiden päihdyttävien aineiden käyttöön puuttuminen.....	42
5.3.1. Toimintamalli epäiltäessä päihdyttävien aineiden käyttöä	43
5.3.2. Toimintamalli oppilaan esiintyessä päihtyneenä	44
5.4. Aineiden haltuunotto ja oppilaan tarkastaminen.....	46
5.5. Ilmoitus lastensuojeluun tai poliisille	46
Lähteet:	48
LIITE 1: PEPP-VUOSIKELLOT ERI LUOKKA-ASTEILLE	51
LIITE 2: MENETELMIÄ JA IDEOITA OPPILAITOSTEN PÄIHDE- JA PELIKASVATUKSEEN	61
Tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittäminen:	61
Päihdekasvatuksen menetelmiä:	61
Tietoa päihdeaineista:	62
Tietoa pelaamisesta:	63
Apua ongelmalliseen pelaamiseen:	64
Materiaalia vanhempainiltoihin ja vanhemmille:	65
LIITE 3: PÄIHTEIDENKÄYTTÖÄ JA RAHAPELAAMISTA KOSKEVAT INDIKAATTORIT	66

1. OPPAAN TAUSTA JA TARKOITUS

1.1. Oppilaitosten päihde- ja pelikasvatus

Oppilaitosten päihde- ja pelikasvatus on päihde- ja pelihaittojen ennaltaehkäisyä koulutuksen, viestinnän ja vuorovaikutuksen keinoin. Se on osa oppilaitosten ehkäisevää päihdetyötä, jossa mm. opiskeluhuollon palvelut, yhteistyö kotien kanssa ja koko oppimisympäristön muokkaaminen turvalliseksi sekä lasten ja nuorten kasvua tukevasti nivotaan yhtenäiseksi kokonaisuudeksi, jolla edistetään lasten ja nuorten oppimisen edellytyksiä, turvallisuutta ja hyvinvointia. (THL 2020.)

Oppilaitokset ovat ainutlaatuisen tärkeä paikka päihde- ja pelikasvatukselle, koska niissä tavoitetaan kaikki lapset ja nuoret. Lisäksi onnistuneen päihde- ja pelikasvatukseen toteuttamiseen tarvittava laadukas pedagogiikka on osa opettajien ammattitaitoa. Päihde- ja pelikasvatusta tehdään myös erilaisissa hankkeissa ja osana eri organisaatioiden ehkäisevää päihdetyötä, kuten harrastusyhteisöissä, nuorisotyössä tai seurakunnan piirissä, mutta niillä ei voi korvata oppilaitoksissa tehtävää työtä. (THL 2020.)

Onnistunut päihde- ja pelikasvatus perustuu lähtökohtaisesti opettajien omaan toteutukseen, jota ulkopuoliset tahot voivat joskus jollain erillisillä toteutuksilla täydentää, mutta joiden varaan päihdekasvatusta ei tulisi pelkästään perustaa (Soikkeli, Salasuo, Puuronen & Piispa 2012). Oppilaitosten päihdekasvatus voi käytännössä tarkoittaa erillisiä oppitunteja tai laajempia kouluohjelmia, joissa vahvistetaan elämänhallinnan taitoja. Myös yksittäisiä teemaan liittyviä tietoiskuja tai tempauksia voidaan järjestää. Tärkeintä on kuitenkin tehdä pitkäjänteistä ja suunnitelmallista ehkäisevää päihdetyötä osana oppilaitosten hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä. Tieto lasten ja nuorten päihteiden käytöstä ja käyttötavoista on hyvä lähtökohta ehkäisevän päihdetyön suunnittelulle. Hankkimalla ja hyödyntämällä tietoa oppilaiden terveyteen ja hyvinvointiin vaikuttavista asioista heidän asuinympäristöstään voidaan vaikuttaa varhaisessa vaiheessa muun muassa päihteiden käytön riskitekijöihin. (THL 2020.)

Terveysosaamista koskevan opetuksen sekä opiskeluhuollon toiminnan tavoitteet sisällytetään opetussuunnitelmaan. Pienimmillä koululaisille kyse on pääasiassa tunne- ja sosiaalisten taitojen opettelusta, josta vähitellen voidaan siirtyä kohti varsinaista eri luokka-asteilla tapahtuvaa päihdekasvatusta, jossa eri asioita yhdistetään toisiinsa kerraten aina hieman edellisenä vuotena esille otettuja asioita. (kts. Liite 1: PEPP-vuosisuunnitelmat). Oppilaitosten opiskeluhuoltosuunnitelmissa tulee kuvata tupakkatuotteiden, alkoholin ja muiden päihteiden käytön ehkäiseminen ja käyttöön puuttuminen. Päihdekasvatusta koskeva suunnittelu voi sisältyä esimerkiksi oppilaitoksen päihdeohjelmaan, turvallisuussuunnitelmaan tai hyvinvointisuunnitelmaan. Kattavaan suunnitelmaan on sisällytetty pelaamisasiat, kirjattu alaikäisten päihteiden käytön varhainen tunnistaminen ja puuttuminen sekä hoitoon ohjauspolut. Suunnitelmassa tulisi näkyä yhteistyö koteihin sekä oppilaiden osallistaminen päihdekasvatuksen suunnitteluun ja toteutukseen.

Pelikasvatus on osa laajempaa mediakasvatuksen kokonaisuutta, jonka tavoitteena on antaa kaikenikäisille valmiuksia toimia osana tämän päivän yhteiskuntaa ja sen muuttuvia vaatimuksia. Pelikasvatuksen keskiössä on pelaamisen ja siihen liittyvien ilmiöiden ymmärrys osana kulttuuria ja yhteiskuntaa sekä kyky tarkastella pelaamista kasvatuksellisesta näkökulmasta. Pelikasvatuksella edistetään pelaamisen myönteisiä vaikutuksia ja ehkäistään mahdollisia haittoja. Digitaalisen pelaamisen kulttuurisen ja yhteiskunnallisen merkityksen lisääntyessä myös tarve pelikasvatukselle kasvaa. Pelikasvatuksen käsitettä ja sisältöjä on määritelty esimerkiksi Ehyt ry:n Pelitaito-sivustolla: <http://www.pelitaito.fi/new/pelikasvatus/>.

1.2. Kyselyistä kehittämiseen

Lounais-Suomen aluehallintoviraston alueen kaikille oppilaitoksille (n=317) keväällä 2019 lähetetyn kyselyn avulla selvitettiin, miten päihdekasvatusta toteutetaan. Vastauksia saatiin 87 oppilaitoksesta, joten vastausprosentti jäi melko alhaiseksi ollen noin 27 %. Vastanneissa oppilaitoksissa 79 prosentilla oli ajantasainen suunnitelma päihdekasvatukseen ja oppilaitokset vastasivat puuttuvansa yleisesti ottaen hyvin oppilaiden päihteiden käyttöön ja välittämiseen. Hyviä tuloksia selittää se, että kyselyyn on vastattu todennäköisemmin päihdekasvatusta keskivertoa enemmän kehittäneissä oppilaitoksissa. Päihdeasioiden esille otto painottui tiettyihin ikäkausiiin: 5.–6. -luokille, lukion 1. luokalle ja ammatillisen opetuksen 2. vuosikurssille. Hieman yllättäen yläkouluissa 7.–9.-luokilla päihdekasvatusta annettiin vain noin 40 %:ssa vastanneista oppilaitoksista, vaikka päihdekokeilut usein tapahtuvat ko. ikäryhmässä. Terveystiedon ja ympäristöopin opetuksen lisäksi noin puolet oppilaitoksista oli sisällyttänyt päihdekasvatusta myös muihin oppiaineisiin. Kyselyn yhteenvedonä voitiin todeta, että päihdekasvatusta toteutetaan eri tavoin, mikä asettaa lapset ja nuoret hyvin eriarvoiseen asemaan. (Jalo, Lahtinen ja Lainio-Peltola 2019.)

Kyselyssä kartoitettiin myös kehittämistarpeita ja toiveita päihdekasvatukseen. Oppilaitoksiin toivottiin suunnitelmallista ja koko kunnan perusopetuksen kattavaa ohjeistusta ja toiminnan päivytystä. Myös valmiille päihdekasvatukseen soveltuvalle materiaalille ja konsultoivalle asiantuntijatuella oli selkeä tarve. Samoin koulutusta henkilökunnalle esimerkiksi uusista päihdeaineista koettiin tarvittavan, kuten myös uusia keinoja, miten nuorten kuulemista ja mukaanottoa voisi toteuttaa.

Satakunnassa toteutettiin nuorille joulukuussa 2019 kysely, millaista päihdekasvatuksen tulisi heidän mielestään olla. Kyselyyn vastasi 474 nuorta, joista suurin osa oli 15–18 vuotiaita. Nuorista enemmistö oli sitä mieltä, että päihdekasvatusta olisi hyvä toteuttaa perusopetuksen 7. luokalla (68 %). Vastauksia tuli kaikkiin luokka-asteisiin, niin perusopetuksen 1. luokalta ammatillisen 3. vuosiluokalle asti. (Lahtinen 2019.)

Nuoret haluavat päihdekasvatustunnilla tietoa erilaisista päihteistä sekä niiden haitoista ja vaikutuksista. He toivovat, että päihteistä puhutaan avoimesti, päihdekasvatus olisi tärkeässä roolissa oppilaitoksessa ja että sitä toteutetaan riittävän usein ja monipuolisesti. Hyvinä toteutustapoina pidettiin opettajan pitämiä oppitunteja (49 %), asiantuntijan luentoja (45 %), kokemusasiantuntijan luentoja (36 %) ja nuorilta nuorille toteutettavia tunteja luokkayhteisössä (35 %). Enemmistö nuorista (56 %) haluaa olla mukana suunnittelemassa kouluissa annettavaa päihdekasvatusta. Nuoret kokevat tietävänsä paremmin nuoria kiinnostavat asiat ja he uskovat tuovansa erilaisia näkökulmia esille. Nuoret myös uskovat tiedon välittyvän paremmin nuorilta nuorille. Toiveena he esittivät toiminnallisuuden lisäämistä keskustelujen sijaan ja koko oppitunnin kestäviä päihdekasvatustunteja, joissa koko luokka voi yhteisesti keskustella.

Kyselyjen tulosten perusteella päädyttiin yhteistyössä kyselyn toteuttaneiden tahojen (aluehallintoviraston opetus- sekä sosiaali- ja terveydenhuoltoyksikön, Satakunnan Selvin päin Satakunnassa-hankkeen sekä Varsinais-Suomen ehkäisevän päihdetyön maakuntavalmistelun) kanssa siihen, että alueen oppilaitosten päihdekasvatustyötä on tarkoituksenmukaista ohjeistaa niin, että se olisi yhdenmukaisempaa. Siten turvattaisiin lapsille ja nuorille yhdenvertaisemmat lähtökohdat terveellisen ja turvallisen elämän rakentamiseen.

Varsinais-Suomessa kuntien ja sairaanhoitopiirin yhteisiin terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen tavoitteisiin on kirjattu päihdekasvatuksen kehittäminen niin, että lasten ja nuorten päihdekasvatus olisi laadukasta ja tapahtuisi oikea-aikaisesti. (Varsinais-Suomen sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämissuunnitelma 2019). **Satakunnassa** Selvin päin Satakunnassa hankkeen tavoitteena on hankesuunnitelman mukaisesti päihdekasvatuksen kehittäminen (Porin kaupunki 2018). Lisäksi

Satakunnassa on kommentointikierröksellä olevaan alueellisen hyvinvointikertomuksen suunnitelma osioon ja tulevaisuuden Sote-keskus hankehakemukseen kirjattu tavoitteeksi päihdekasvatuksen kehittäminen Satakunnassa (Satakuntalaisten hyvinvointikertomus v. 2019 ja hyvinvointisuunnitelma v. 2020–2024).

1.3. Oppaan sisältö ja määrittelyt

Tämän oppaan tarkoituksena on yhtenäistää alueen oppilaitosten päihdekasvatustyötä aina alakouluista lukioihin ja ammatillisiin oppilaitoksiin asti niin, että lapset ja nuoret saavat yhdenvertaisemmat lähtökohdat terveellisen ja turvallisen elämän rakentamiseen. Opas esitetään hyväksyttäväksi Lounais-Suomen aluehallintoviraston alueen niin sosiaali- ja terveys- kuin sivistystoimialan johtajien verkostoissa alueelliseksi toimintaohjeeksi ja tueksi oppilaitosten omille suunnitelmille. Oppilaitoksen ehkäisevää päihdetyötä tukevaa kasvatustyötä tulisi tehdä myös kodeissa ja muissa lasten ja nuorten arkiympäristöissä. Yhtenäinen viesti ja toiminta vahvistavat toinen toisiaan, mutta toisaalta oppilaitoksen päihdekasvatus voi toimia myös ns. vastavoimana, jos oppilas altistuu kotona tai kaveripiirissä toisenlaiselle viestille.

Oppaan alkuosassa luvuissa 1–3 perustellaan johtaville viranhaltijoille, rehtoreille ym. asioista vastaaville viranomaisille, miksi ja miten oppilaitoksen päihde- ja pelikasvatus tulisi jatkossa huomioida paremmin osana oppilaitoksen erilaisia suunnitelmia.

Oppaan keskellä luvussa 4 esitellään ja annetaan vinkkejä ja ohjeita opettajille, miten päihde- ja pelikasvatusta voisi toteuttaa osana normaalia oppilaitoksen arkityötä ja opetussuunnitelmia. Laadukkaan päihde- ja pelikasvatuksen suunnittelussa oppilaitosten kannattaa tehdä laajaa yhteistyötä oppilashuollon henkilöstön lisäksi eri tahojen kanssa. Esimerkiksi kunnan ehkäisevästä päihdetyöstä vastaavat yhdyshenkilöt vastaavat koko kunnan ehkäisevän päihdetyön koordinoinnista ja heidän osaamistaan kannattaa hyödyntää oppilaitosten omassa työssä. Oppaasta löytyy myös erilaisia vinkkejä ja linkkejä, mistä löytyy jo kehitettyjä malleja, ohjeita ja apua, jotta ei tarvitse itse ”keksiä pyörää uudelleen”.

Oppaan luvussa 5 esitellään varhaisen tunnistamisen ja tuen mallit eli miten esimerkiksi tulisi toimia, jos herää huolta oppilaan päihteiden tai tupakka- ja nikotiiniutuotteiden käytöstä tai, jos oppilas esiintyy päihtyneenä oppilaitoksessa tai oppilaitoksen tilaisuuksissa. Koulu- ja opiskeluterveydenhuollossa tehtävään monipuoliseen työhön ja sen erilaisiin ohjeistuksiin, kuten esimerkiksi laajojen terveystarkastusten esitietolomakkeisiin tai päihteiden käytön puheeksi ottoon on olemassa erillisiä ohjeita, mutta tässä oppaassa keskitytään opetushenkilökunnan opastamiseen.

Tässä oppaassa kaikista eri asteen kouluista ja oppilaitoksista käytetään termiä oppilaitos ja kaikista oppilaista ja opiskelijoista termiä oppilas. Kaikesta oppilas- ja opiskelijahuollosta käytetään käsitettä opiskeluhuolto. Päihteiksi tässä oppaassa luetaan alkoholi, huumeet, tupakka, sähkösavuke, muut tupakka- ja nikotiiniutuotteet (esim. nuuska). Myös lääkkeet, liuottimet ja muut päihdyttävät aineet luetaan päihteiksi, jos niitä käytetään päihtymistarkoituksessa.

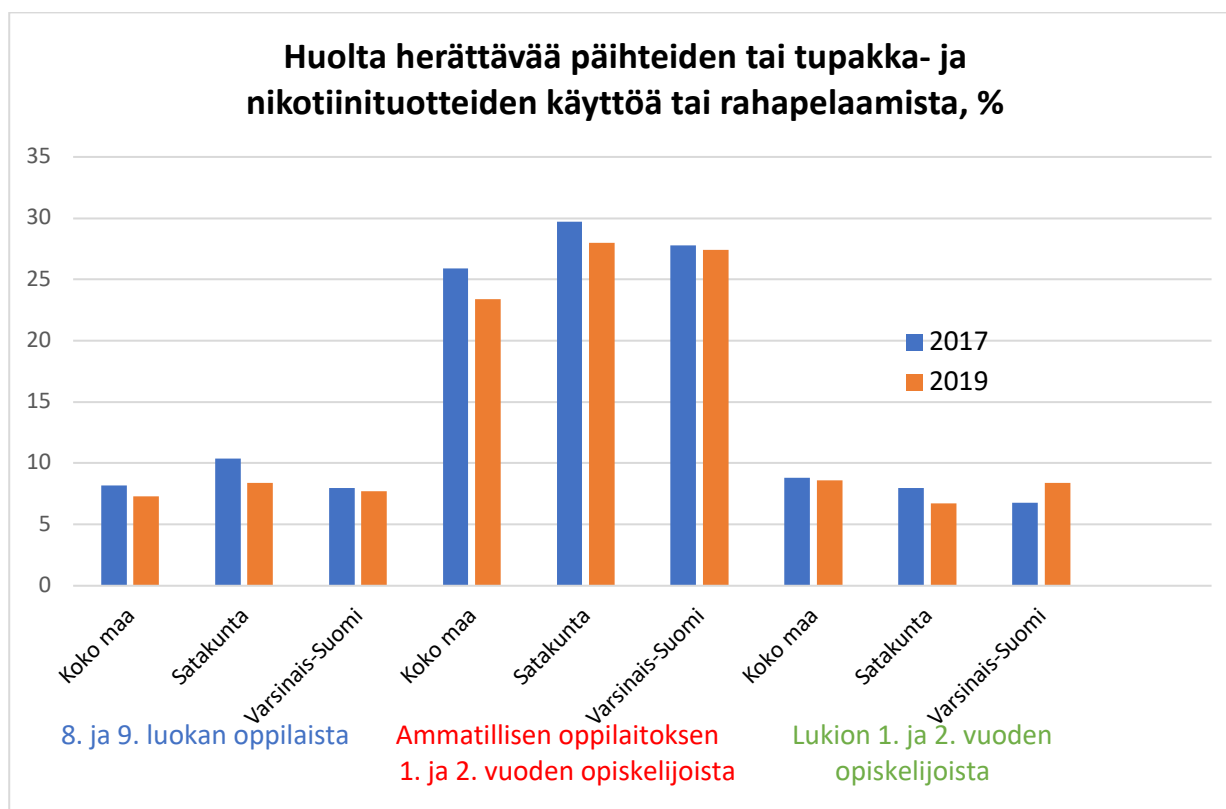
Pelikasvatus on sisällytetty tähän oppaaseen osana ehkäisevää päihdetyötä ja rahapeliriippuvuuden ehkäisyä. Lasten ja nuorten kohdalla rahapeliriippuvuus on harvinainen ilmiö, mutta pelaamiseen ja netinkäyttöön liittyvät haitat ja lieveilmiöt taas hyvinkin yleisiä. Oppilaitoksissa pelikasvatusta voidaan toteuttaa usein osana laajempaa mediakasvatuksen kokonaisuutta.

2. PERUSTEET PÄIHDE- JA PELIKASVATUKSELLE

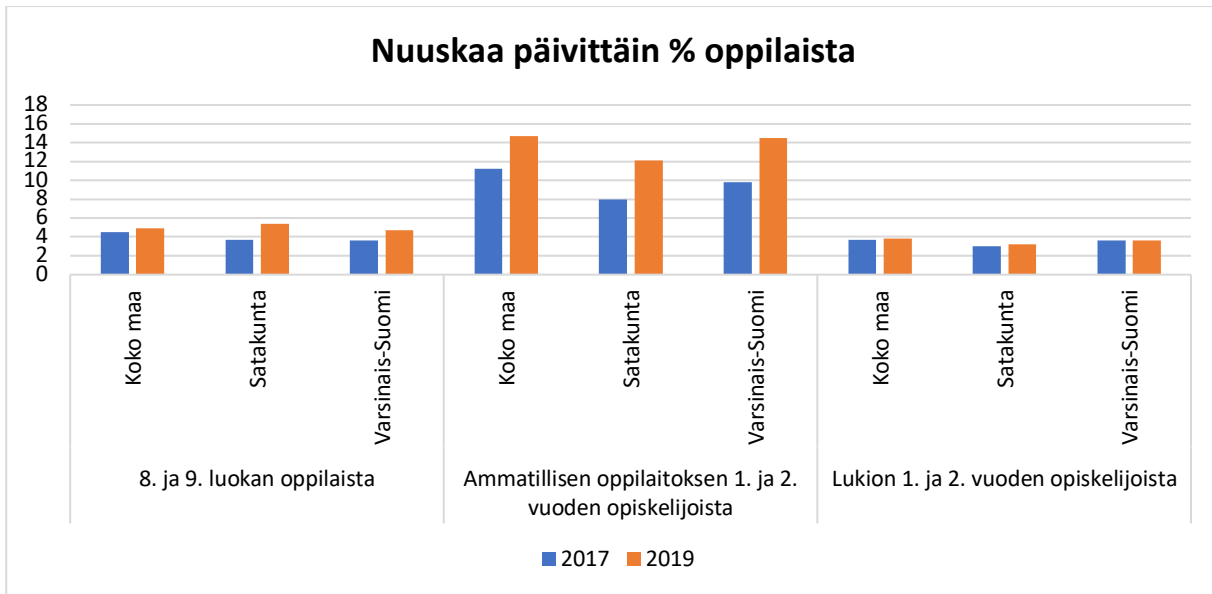
2.1. Päihteiden käyttö

Nuorten päihteidenkäyttö, erityisesti tupakointi ja humalajuominen, ovat tilastojen mukaan vähentyneet selvästi viimeisen kymmenen vuoden aikana. Siitä huolimatta alaikäiset nuoret edelleen kokeilevat ja käyttävät päihteitä. Uusia haasteita tuovat mukanaan esimerkiksi nuuskan ja kannabiksen käytön lisääntyminen sekä päihteiden entistä helpompi saatavuus verkko- ja kännykkäsovellusten avulla. Uudet päihdeaineet ja käyttötavat tuovat myös oppilaitosten päihdekasvatukseen uusia haasteita. Tämän vuoksi onkin äärimmäisen tärkeää tukea niiden päihdekasvatusta sekä kehittää päihdekasvatuksen sisältöjä yhtenäisempään suuntaan.

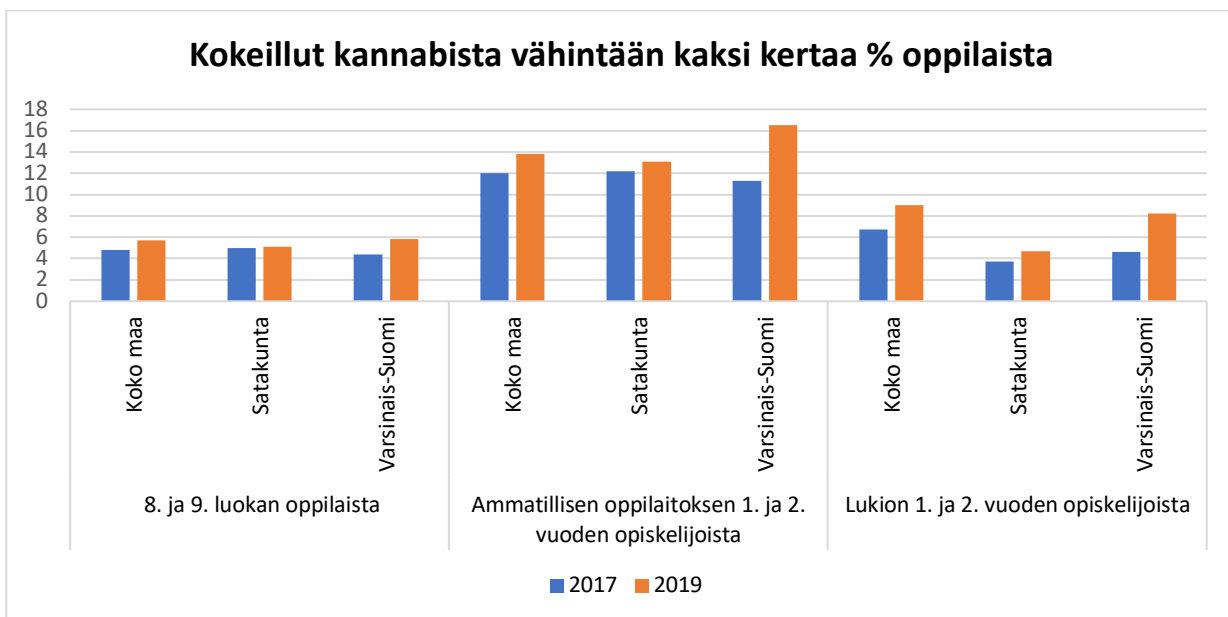
Alla olevassa kuvioissa 1. esitetään tiedot siitä, kuinka yleistä on huolta herättävä päihteiden tai tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttö tai rahapelaaminen vuosina 2017-2019 eri oppilaitoksissa opiskelevilla. Seuraavissa kuvioissa 2–3 näkyy voimakkaasti kasvanut nuuskan käyttö ja kannabiksen kokeilu vuosina 2017-2019. Ajantasaisin tieto löytyy THL:n Kouluterveyskyselyn sivuilta: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely>.



Kuvio 1. Huolta herättävä päihteiden tai tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttö tai rahapelaaminen.



Kuvio 2. Nuuskan käyttö eri oppilaitoksissa opiskelevilla.



Kuvio 3. kannabiksen kokeilu eri oppilaitoksissa opiskelevilla.

Jotta päihde- ja pelikasvatus olisi vaikuttavaa, sen tulee perustua tietoon. Oppilaitoksissa on hyvä seurata ja hyödyntää saatavilla olevaa tietoa nuorten päihteidenkäytöstä ja pelitottumuksista. Kuntatasolla kunnan hyvinvointikertomus ja lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma usein kokoavat näitä tietoja, mutta tilastoja on hyvä tarkastella myös vuositasolla oman oppilaitoksen näkökulmasta.

Hyviä tiedonlähteitä ovat muun muassa:

- Kouluterveyskysely: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely>
- TEA-viisari: <https://teaviisari.fi/teaviisari/fi/index>
- Sotkanet-tietokanta: <https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/index>

Tämän oppaan liitteessä 3 on esitetty päihteidenkäyttöä ja rahapelaamista koskevat indikaattorit, joita kouluterveyskyselyn ja TEA-viisarin avulla selvitetään.

2.2. Lait raamittavat työtä

Oppilaitosten ehkäisevää päihdetyötä määrittelevät lainsäädäntö, opetussuunnitelmien perusteet sekä opiskeluhuollon käytännöt. Ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä annetun lain (523/2015) mukaan *ehkäisevällä päihdetyöllä* tarkoitetaan toimintaa, jolla vähennetään päihteiden käyttöä ja päihteiden käytöstä aiheutuvia terveydellisiä, sosiaalisia ja yhteiskunnallisia haittoja. Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä kattaa päihteiden lisäksi rahapelaamisen.

Ehkäisevän päihdetyön on perustuttava päihteiden käytön ja siitä aiheutuvien haittojen seurantaan, käytettävissä olevaan tieteelliseen näyttöön ja hyviin käytäntöihin. Lain mukaan kunnan on huolehdittava ehkäisevän päihdetyön tarpeenmukaisesta organisoinnista alueellaan ja nimettävä ehkäisevän päihdetyön tehtävistä vastaava toimielin, minkä tehtävänä on mm. lisätä ja tukea päihdehaittoja ehkäisevien toimien osaamista kaikissa kunnan tehtävissä sekä esittää ja edistää ehkäisevän päihdetyön toimia mm. kunnan sivistys-, liikunta- ja nuorisotoimissa.

Oppilaitoksilla on ensiarvoisen tärkeä asema lasten ja nuorten ehkäisevän päihdetyön toteuttajina. Ehkäisevän päihdetyön lakia toimeenpanevan kansallisen ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelman yhtenä tavoitteena on, että ehkäisevä päihdetyö sisällytetään varhaiskasvatukseen sekä koulu- ja opiskeluyhteisöihin (Sosiaali- ja terveysministeriö 2015a). Ehkäisevä päihdetyö on osa oppilaitoksen perustyötä, toimintatapoja ja -kulttuuria, joilla tuetaan oppilaiden tervettä kasvua ja kehitystä.

Oppilaitosten ehkäisevä päihdetyö koostuu muun muassa (THL 2020):

- terveen kasvun ja kehityksen tukemisesta
- terveen ja turvallisen oppimisympäristön edistämisestä
- päihdeopetuksesta ja -kasvatuksesta: oppilaitoksen päihteiden ehkäisyä koskevasta opetussuunnitelmasta ja päihdepelissäännöistä
- hyvästä yhteistyöstä kotien kanssa
- opetuksen tuesta, joka auttaa pysymään opinnoissa ja pärjäämään niissä
- opiskeluhuollon moniammatillisesta yhteistyöstä, koulu- ja opiskelijaterveydenhuollon tuesta sekä terveystarkastuksista
- oikeanlaisesta ja oikea-aikaisesta puuttumisesta päihteidenkäyttöön
- yhteistyöstä päihdepalvelujen kanssa
- yhteistyöstä muiden paikalliseen ehkäisevän päihdetyön verkostoon kuuluvien ammatti- ja kansalaistoimijoiden kanssa
- vapaa-ajan toiminnasta

Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki (1287/2013) tuli voimaan elokuussa 2014. Lain mukaan opiskeluhuolto on laaja-alaista oppilaiden ja opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemista oppilaitoksissa. Opiskeluhuollon tulee olla ensisijaisesti ehkäisevää ja yhteisöllistä. Tavoitteena on aikaansaada oppilaitoksen hyvinvointia tukevaa toimintakulttuuria, jolla huolehditaan oppilaiden ja yhteisön hyvinvoinnista sekä ympäristön terveellisyydestä ja turvallisuudesta.

Edellä mainitut lait:

Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015)

Julkinen valta huolehtii tämän lain mukaisesti alkoholin, tupakan, huumausaineiden ja muiden päihtymiseen käytettävien aineiden sekä rahapelaamisen aiheuttamien haittojen ehkäisystä yhteistyössä yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150523>

Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki (1287/2013)

Tässä laissa säädetään perusopetuslaissa (628/1998) tarkoitetussa opetuksessa olevan oppilaan sekä lukiolaissa (629/1998) ja ammatillisesta koulutuksesta annetussa laissa (630/1998) tarkoitetussa koulutuksessa olevan opiskelijan oikeudesta opiskeluhuoltoon.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2013/20131287>

Muita lakeja, jotka tukevat oppilaitosten ehkäisevää päihdetyötä:

Tupakkalaki ja asetus toimenpiteistä tupakoinnin vähentämiseksi (549/2016)

Tämän lain tavoitteena on ihmisille myrkyllisiä aineita sisältävien ja riippuvuutta aiheuttavien tupakkatuotteiden ja muiden nikotiinipitoisten tuotteiden käytön loppuminen. Tavoitteen saavuttamiseksi tässä laissa säädetään toimenpiteistä, joilla ehkäistään tupakkatuotteiden käytön aloittamista ja nikotiiniriippuvuuden syntymistä sekä edistetään tupakkatuotteiden ja vastaavien tuotteiden käytön lopettamista ja suojellaan väestöä altistumiselta niiden savulle.

Lain 74§ mukaan tupakointi tai savuttomien tupakkatuotteiden käyttö on kielletty mm. päiväkotien taikka esi- tai perusopetusta, ammatillista koulutusta tai lukio-opetusta antavien oppilaitosten sisä- tai ulkotiloissa.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2016/20160549>

Alkoholilaki (1102/2017)

Tämän lain tarkoituksena on vähentää alkoholipitoisten aineiden kulutusta rajoittamalla ja valvomalla niihin liittyvää elinkeinotoimintaa alkoholin käyttäjilleen, muille ihmisille ja koko yhteiskunnalle aiheuttamien haittojen ehkäisemiseksi.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2017/20171102>

Huumausainelaki (373/2008)

Tämän lain tavoitteena on huumausaineiden laittoman Suomeen tuonnin, Suomesta viennin, valmistuksen, levittämisen ja käytön ehkäiseminen sekä muiden huumautumistarkoituksessa käytettävien aineiden aiheuttamien terveysriskien vähentäminen.

<http://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2008/20080373?search%5Btype%5D=pika&search%5Spika%5D=huumausaine laki>

Arpajaislaki (1047/2001)

Tämän lain tarkoituksena on taata yleishyödyllisiin arpajaisiin osallistuvien oikeusturva, estää arpajaisiin liittyvät väärinkäytökset ja rikokset sekä ehkäistä ja vähentää arpajaisiin osallistumisesta aiheutuvia taloudellisia, sosiaalisia ja terveydellisiä haittoja.

Rahapeleillä tarkoitetaan tässä laissa sellaisia arpajaisia, joista pelaaja voi voittaa rahaa.

<https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2001/20011047?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=arpajaislaki>

Lastensuojelulaki (417/2017)

Lain tarkoituksena on turvata lapsen oikeus turvalliseen kasvuympäristöön, tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen sekä erityiseen suojeluun.

Lain 25§:ssä säädetään tiettyjen alojen työntekijöiden velvollisuudesta tehdä lastensuojeluilmoitus, jos he ovat tehtävässään saaneet tietää lapsesta, jonka hoidon ja huolenpidon tarve, kehitystä vaarantavat olosuhteet tai oma käyttäytyminen edellyttää mahdollista lastensuojelun tarpeen selvittämistä.

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>

SORA-lainsäädäntö

Ammatillisessa toisen asteen koulutuksessa erityistä huomioita tulee kiinnittää SORA-säännöksiin ja määräyksiin, jotka käsittelevät opiskeluun soveltumattomuuteen liittyviä ratkaisuja. SORA-säännökset ovat osa ammatillista koulutusta (531/2017), ammattikorkeakouluja (932/2014) ja yliopistoja (558/2009) koskevia lakeja. Lukiolaissa ei SORA-säädöksiä ole. SORA-lainsäädännön mukaan terveydenhuollon tehtävänä on arvioida opiskelijan terveyttä ja toimintakykyä opiskelijaksi ottamisen vaiheessa sekä tilanteissa, joissa opiskelijalta vaaditaan huumausainetestiä koskevan todistuksen esittämistä tai harkitaan opiskelijan opiskeluoikeuden peruuttamista tai palauttamista. Säännöksissä tiettyjen koulutusalojen ns. SORA-tutkintojen (VNA 138/2018 20 §, VNA 1129/2014 11 §, VNA 770/2009 2a §) opintoihin ja ammatissa toimimiseen liittyy alaikäisten turvallisuutta, potilas- tai asiakasturvallisuutta tai liikenteen turvallisuutta koskevia vaatimuksia. Sen sijaan huumausainetestaukseen liittyvät säännökset ja määräykset koskevat kaikkien alojen opiskelijoita kaikilla koulutusasteilla. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2015b, 3, Tuovila, Seilo ja Kunttu 2020, 58.)

2.3. Opetussuunnitelmat määrittävät sisältöjä

Perusopetuksen ja lukiokoulutuksen opetussuunnitelmien sekä ammatillisten perustutkintojen perusteissa määritellään opetuksen tarkempia sisältöjä.

Päihde-, tupakka- ja rahapeliasioita käsitellään perusopetuksen opetussuunnitelman mukaisesti niin ympäristöopin ja terveystiedon opetuksessa kuin muiden oppiaineiden yhteydessä. Opetussuunnitelmassa päihheet mainitaan erityisesti 3.–6. luokkien ympäristöopin sisällöissä arjen tilanteissa ja yhteisöissä toimimisen yhteydessä harjoiteltaessa turvallisuuden edistämistä ja turvataitoja. (Opetushallitus 2014.)

Yläkouluissa päihdeasioita käsitellään terveystiedossa osana terveyttä tukevia ja kuluttavia tekijöitä sekä sairauksien ehkäisyä. Sisällöissä otetaan huomioon nuoren mielen pahoinvointi, riippuvuudet sekä päihheet ja niiden käytön ehkäisy. Päihdekasvatus on osa yläkoulun opetussuunnitelman tavoitteena olevaa laaja-alaisen osaamisen kehittymistä. Koulu voi parhaimmillaan tarjota oppilaalle merkityksellisen yhteisön, jossa murrosikäinen saa itsetuntoa vahvistavia osaamisen ja onnistumisen kokemuksia. Yläkoulun aikana nuorta tuetaan itsenäistymiseen ja terveisiin elämäntapoihin. Päihteettömyys on siten osa myös opetussuunnitelmassa mainittua itsestä huolehtimista ja arjen taitoja. (Opetushallitus 2014.)

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa mediakasvatus on mukana laaja-alaisen osaamisen osiossa, erityisesti osioissa monilukutaito, kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu sekä tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen. Lukion opetussuunnitelman perusteissa mediakasvatus on mukana laaja-alaisissa aihekokonaisuuksissa, erityisesti osioissa monilukutaito ja mediat sekä kulttuurien tuntemus ja kansainvälisyys. Ammatillisessa koulutuksessa mediakasvatus on osa yhteisiä tutkinnon osia, erityisesti Viestintä- ja vuorovaikutusosaaminen -osiossa. (Opetushallitus 2014, 2018a, 2019.)

Lukion terveystiedon opetussuunnitelmassa tavoitteena on, että oppilas tunnistaa omiin elintapoihinsa vaikuttavia tekijöitä. Lisäksi oppilaan tulee pystyä arvioimaan elintapavalintojen merkitystä omalle ja lähiympäristön terveydelle sekä pystyä antamaan perusteltuja ehdotuksia siitä, miten terveyttä edistäviä elintapoja voidaan ylläpitää ja vaarantavia ehkäistä. Valtakunnallisissa valinnaisissa terveystiedon opinnoissa huomioidaan erityisesti riippuvuuteen vaikuttavat biologiset, psyykkiset ja sosiaaliset mekanismit sekä keskeiset aine- ja toiminnalliset riippuvuudet. Lisäksi tutkitaan riippuvuuksien syitä ja ehkäisykeinoja sekä riippuvuuksien aiheuttamia haittoja. (Opetushallitus 2019.)

Ammatillisessa koulutuksessa tutkintojen perusteet ohjaavat koulutuksen järjestämistä sekä opiskelijoiden henkilökohtaisten opintopolkujen suunnittelua ja toteuttamista. Kaikkiin perustutkintoihin sisältyy yhteiset tutkinnon osat pakollisina. Yhteisillä tutkinnon osilla varmistetaan työssä ja elämässä tarvittavat perustaidot sekä yhtäläiset valmiudet jatko-opintoihin ja elinikäiseen oppimiseen. Yhteisinä tutkinnon osina on mm. yhteiskunta- ja työelämäosaaminen, mikä sisältää osa-alueen työkyvyn ja hyvinvoinnin ylläpitäminen. (Opetushallitus 2020). Esimerkiksi tähän osa-alueeseen on luonnollista liittää erilaista päihde- ja pelikasvatusta sen lisäksi, että aihetta voidaan sivuta myös kaikissa ammatillisissa aineissa. Lisäksi voidaan pitää esimerkiksi opiskeluhuollon järjestämiä yhteisöllisiä teematapahtumia, joihin opiskeluhuollon eri ammattiryhmät voivat osallistua omilla pisteillään. Myös kotiväen illoissa asioita voidaan ottaa esille opiskeluhuollon työntekijöiden aktiivisen mukanaolon myötä. (Salon kaupunki 2019.)

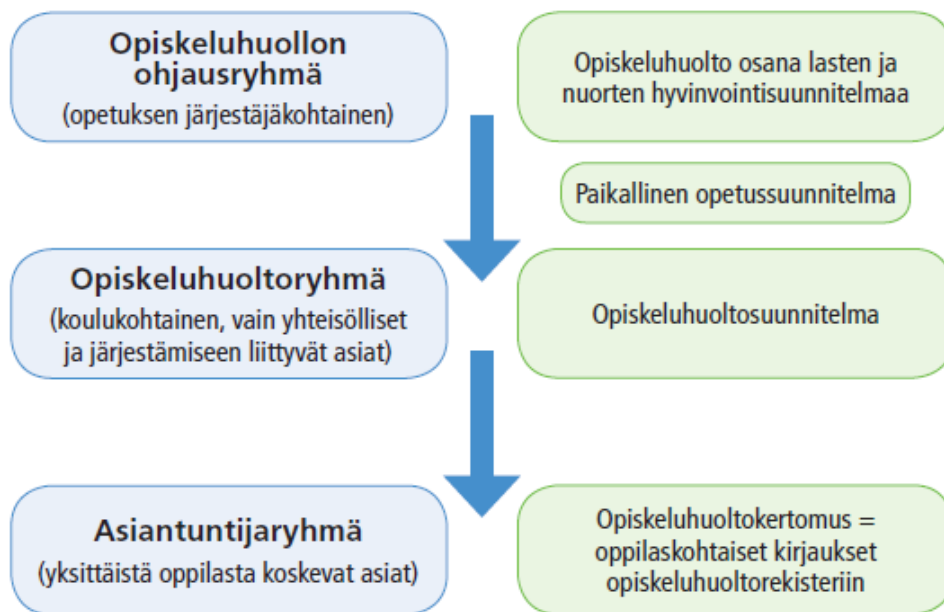
3. PÄIHDE- JA PELIKASVATUS OSANA OPISKELUHUOLTOA

3.1. Yhteisestä työstä hyvinvointia – lähtökohtana

Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki (1287/2013) on tullut voimaan jo vuonna 2014. Laissa säädetään esi- ja perusopetuksessa olevan oppilaan sekä lukiossa ja ammatillisessa koulutuksessa olevan opiskelijan oikeudesta opiskeluhuoltoon. Opiskeluhuollon monet hyvät työtavat ja lainmukaiset käytännöt eivät ole kaikilta osin kuitenkaan siirtyneet pysyviksi toimintatavoiksi. Oppilaitosten välillä, jopa saman kunnan sisällä, on todettu olevan suurta vaihtelua, miten yhteisöllistä opiskeluhoitotyötä toteutetaan (Hietanen-Peltola, Laitinen, Autio & Palmqvist 2018 sekä Hietanen-Peltola, Laitinen, Järvinen & Fagerlund-Jalokinos 2019.) Toisen asteen oppilaitoksissa hallinnolliset rakenteet voivat puolestaan vaihdella, esimerkiksi yksittäisen kunnan lukio tai ammatillisen koulutuksen kuntayhtymä, jolla on useita eri kuntiin sijoittuvia toimipisteitä (Hietanen-Peltola ym. 2019.) Tämä aiheuttaa oman haasteensa yhtenäisen yhteisöllisen opiskeluhoitotyön toteuttamiselle.

Opetushallitus antaa opetussuunnitelmien perusteissa määräykset opiskeluhoitotyön järjestämisestä (Opetushallitus 2014, 2018a, 2019). Opetussuunnitelma tulee opiskeluhoitotyön osalta laatia, samoin kuin se tulee järjestää monialaisessa yhteistyössä opetustoimen ja sosiaali- ja terveystoimen kanssa siten, että siitä muodostuu toimiva ja yhtenäinen kokonaisuus oppilaiden, heidän huoltajiensa sekä muiden toimijoiden kanssa. Tavoitteena on seurata, arvioida ja kehittää oppilaiden ja oppimisympäristön terveellisyyttä, esteettömyyttä ja fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista turvallisuutta sekä koko yhteisön hyvinvointia. Opiskeluhoitotyön painopisteen tulisi olla yksilökeskeisen työn sijaan yhteisöllisessä työssä, jolla suunnitelmallisesti ja tavoitteellisesti tuetaan oppilaitosten arkea. Opiskeluhoitotyön suunnitelmassa tulee määrittellä, miten oppilaitosten toimintakyvystä huolehditaan äkillisissä kriisi-, uhka- ja vaaratilanteissa. Opiskeluhoitotyön suunnitelmassa tulee kuvata myös tupakkatuotteiden, alkoholin ja muiden päihteiden käytön ehkäiseminen, käyttöön puuttuminen ja mahdollisesti tarvittava hoitoon ohjaus. Ammatillisten oppilaitosten ohjeissa tulisi myös täsmentää, miten ja millä edellytyksillä oppilaan toimintakykyisyyttä selvittävää huumausainetestaus järjestetään opintoihin liittyvien käytännön tehtävien tai koulutussopimuksen yhteydessä sekä miten ja milloin oppilas esittää huumausainetestin perusteella laadittuun selvitykseen perustuvan todistuksen koulutuksen järjestäjälle. (Opetushallitus 2018a).

Paikallisella tasolla opiskeluhoitotyön suunnitelmien kokonaisuuden tulisi muodostua kolmesta suunnitelmasta (kuvio 4.): lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmasta, johon kirjataan opiskeluhoitotyötä koskeva osuus, paikalliseen opetussuunnitelmaan sisältyvä kuvaus opiskeluhoitotyöstä sekä oppilaitoskohtaisesta opiskeluhoitotyön suunnitelmasta. (Hietanen-Peltola ym. 2018, Hietanen-Peltola ym. 2019.)



Kuvio 4. Opiskeluhoollon johtamisen rakenteet ja suunnitelmat (Hietanen-Peltola ym. 2018 sekä Hietanen-Peltola ym. 2019).

Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman avulla ohjataan, johdetaan ja kehitetään lapsille, nuorille ja perheille suunnattuja palveluja ja hyvinvointityötä kunnassa. Opetuksen järjestäjän hyväksymässä opetussuunnitelmassa tulisi kuvata opiskeluhoollon paikallisen toteuttamisen tavoitteet ja toimintatavat. Lisäksi siinä tulisi määritellä opetussuunnitelmien yhteys lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmaan ja linjata periaatteita, miten oppilaitokset laativat, toimeenpanevat ja seuraavat omia opiskeluhooltosuunnitelmiaan. Oppilaitoskohtainen opiskeluhooltosuunnitelma ohjaa opiskeluhoollon toimintaa kussakin oppilaitoksessa. (Hietanen-Peltola ym. 2018 sekä Hietanen-Peltola ym. 2019.)

Ammatillisissa oppilaitoksissa opiskeluhooltosuunnitelma perustuu Opetushallituksen erillismääräykseen, jossa määritellään opiskeluhoollon periaatteet ja tavoitteet. Erityisesti ammatillisessa koulutuksessa suurissa koulutuskuntayhtymissä saattaa oppilaitoksella olla useita toimipisteitä, jolloin on tarpeen laatia myös toimipistekohtaisia opiskeluhooltosuunnitelmia. Opiskeluhooltosuunnitelma voi olla myös useamman oppilaitoksen yhteinen. (Hietanen-Peltola ym. 2019.)

Opiskeluhooltotyön ja oppilaiden oikeuksien lainmukainen toteutuminen pitäisi varmistaa ennakoivalla johtamisella, mikä perustuu ajantasaiseen tietoon oppilaiden oppimisesta, terveydestä ja hyvinvoinnista sekä opiskeluhoollosta ja oppilaitoksesta toimintaympäristönä. Monialaisella yhteistyöllä ja opiskeluhoollon johtamisella luodaan edellytykset oppilaalle tarjottavan tuen oikea-aikaisuudesta, yhdenvertaisuudesta sekä opiskeluhoollon lapsi- ja nuorilähtöisyydestä. (Hietanen-Peltola ym. 2018.)

Toimivalla kuntakohtaisella opiskeluhoollon ohjausryhmällä tulisi olla tieto oman kunnan lasten ja nuorten päihdeiden käytöstä ja käyttötavoista pohjaksi oppilaitosten ehkäisevän päihdetyön suunnittelulle. Hankkimalla ja hyödyntämällä erilaista tietoa oppilaiden terveyteen ja hyvinvointiin vaikuttavista asioista heidän asuinympäristöstään voidaan suunnitella mihin ilmiöihin erityisesti tulisi tarttua ja mitä toimenpiteitä tulisi tehdä. Näin voidaan myös arvioida toimenpiteiden vaikutuksia.

Tietoa voidaan saada monista eri lähteistä (kuvio 5). Niiden hyödyntäminen opiskeluhoollon suunnittelussa edellyttääkin usein tietojen yhdistämistä kansallisista, paikallisista ja oppilaitoskohtaisista tiedonkeruista, erilaisista asiakaspalautteista sekä eri opiskeluhoitopalvelujen asiakastietojärjestelmistä. Myös oppilailta ja huoltajilta saatava tieto sekä henkilöstön näkemykset ovat tärkeitä. (Hietanen-Peltola ym. 2018.)



Kuvio 5. Opiskeluhoitotyön suunnittelun tietopohja (Hietanen-Peltola ym. 2018).

Koulutuksen järjestäjä vastaa siitä, että opiskeluhoollon toteuttamista, arviointia ja kehittämistä varten laaditaan oppilaitoskohtainen opiskeluhoitosuunnitelma. Suunnitelma laaditaan yhteistyössä oppilaitoksen ja opiskeluhoollon henkilöstön sekä opiskelijoiden ja heidän huoltajiensa kanssa. Suunnitelmaa laadittaessa tehdään tarvittaessa yhteistyötä myös muiden viranomaisten ja yhteistyökumppaneiden kanssa. (Opetushallitus 2019.) Oppilaitoksen opiskeluhoitosuunnitelmassa kuvataan seuraavat asiat (Opetushallitus 2014, Opetushallitus 2018 a, Opetushallitus 2019.):

1. Opiskeluhoollon kokonaistarve ja käytettävissä olevat opiskeluhoitopalvelut
2. Yhteisöllinen opiskeluhoito ja sen toimintatavat
 - Yhteisön ja ympäristön terveellisyys, turvallisuuden ja hyvinvoinnin edistäminen
 - Pitää sisällään tupakkatuotteiden, alkoholin ja muiden päihteiden käytön ehkäisemisen ja käyttöön puuttumisen
3. Yksilökohtaisen opiskeluhoollon järjestäminen
4. Yhteistyö oppilaiden ja heidän huoltajiensa kanssa
5. Opiskeluhoitosuunnitelman toteuttaminen ja seuraaminen

Oppilaitoskohtainen opiskeluhoitotyöryhmä tekee siis oppilaitoksen yhteisölliseen toimintaan kannustavan opiskeluhoitosuunnitelman, jossa tulee ottaa kantaa oppilaitoksen päihdekasvatukseen kunnan opetussuunnitelman pohjalta. Siinä on tärkeää myös suunnitella kodin ja oppilaitoksen yhteistyötä ja linjata, miten osallistetaan niin oppilaat kuin huoltajat. Opiskeluhoitotyöryhmän tulisi toimia yhdyspintana kunnan moniin muihin palveluihin, kuten nuorisotoimeen ja lastensuojeluun niin, että oppilaitoksissa tunnustetaan erilaiset palvelupolut, joihin voidaan tarpeen mukaan ohjata.

Oppilaitosten yhteisöllistä opiskeluhoitotyötä arvioitaessa tulisi huomioida, miten työn tavoitteet on asetettu ja saavutettu. Lisäksi tulisi tarkastella, miten työssä on varmistettu yhteistyö oppilaitoksen ulkopuolelle sekä eri toimijoiden osallisuus ja sitoutuneisuus. Yhteisöllisen opiskeluhoitotyön sisällöissä voisi lisäksi arvioida, miten tunne- ja vuorovaikutustaitoja sekä ryhmädynamiikkaa tai oppilaiden terveyttä ja hyvinvointia on seurattu ja edistetty esimerkiksi päihteiden ja tupakkatuotteiden käytön ehkäisyllä ja puuttumisella. Myös oppilaitoksen päihteiden vastaisten suunnitelmien ajantasaisuutta tai toimimista niiden mukaan voisi arvioida. (Hietanen-Peltola ym. 2018.)

3.2. Terveellinen ja turvallinen oppilaitos

Oppilashuollolla on merkittävä rooli lasten ja nuorten opiskeluympäristön kehittämisessä terveyttä, hyvinvointia ja turvallisuutta tukeväksi opiskeluympäristöksi. Yhä useammat kunnat ja oppilaitokset ovatkin sisällyttäneet opetukseen ja koulu-yhteistyöhön tunne- ja turvataitojen, vuorovaikutustaitojen ja sosiaalisten taitojen opettelua ja edistämistä esimerkiksi osana kiusaamisen ehkäisyä tai yhteisöllisyyden kehittämistä. Nämä toimintamallit voidaan nähdä myös osana lasten ja nuorten mielenterveystaitojen tukemista ja oppilaitoksen ehkäisevää päihdetyötä. Toimintamallit on hyvä sisällyttää osaksi kunnan ja oppilaitoksen terveyttä, hyvinvointia ja turvallisuutta koskevia suunnitelmia ja vuosikelloja.

Helmikuussa 2020 julkaistu kansallinen mielenterveysstrategian yhdeksi painopisteeksi on nostettu juuri lasten ja nuorten mielenterveyden edistäminen ja tulevien vuosien tavoitteeksi mielenterveystaitojen tukeminen niin varhaiskasvatuksessa, perusopetuksessa kuin toisella asteella. Mielenterveystaitoihin sisältyvät niin tunne-, tietoisuus- ja vuorovaikutustaidot, sosiaaliset taidot, stressinsäätelykyvyt kuin kyky selviytyä elämäkriiseistä. Mielenterveystaitojen avulla yksilö voi myös hallita ja säädellä impulsseja, jotka voisivat johtaa vahingolliseen päihteiden käyttöön tai muuhun vahingolliseen toimintaan. Mielenterveysstrategia sisällyttää mielenterveysosaamiseen myös päihdeosaamisen, päihteitä koskevan tiedon omaksumisen sekä ymmärryksen päihteidenkäytön merkityksestä omalle ja koko yhteiskunnan hyvinvoinnille. (Vorma, Rotko, Larivaara & Kosloff 2020.)

Yksi käytännön esimerkki yhteisöllisen opiskeluhoitotyön toimista, jossa suunnitelmat, toimenpiteet ja niiden arviointi huomioidaan, on **oppilaitoksen terveellisyys- ja turvallisuuden tarkastus**. Terveydenhuoltolaki (1326/2010) velvoittaa koulu- ja opiskeluterveydenhuollon tarkastamaan oppilaitosympäristön terveellisyys- ja turvallisuuden sekä yhteisön hyvinvoinnin kolmen vuoden välein. Tarkastus tehdään moniammatillisesti eri toimijoiden yhteistyönä ja siinä huomioidaan myös päihteitä koskevat toimintakäytännöt. THL:n ohjeistuksen mukaan tarkastuksessa käydään läpi myös ehkäisevä päihdetyö. (Hietanen-Peltola ja Korpilahti 2015.)

Oppilaitoksen terveellisyys ja turvallisuus - Ehkäisevän päihdetyön tarkastuslista:

1. Päihdetilanteen seurantakäytännöt
2. Yhteiset kirjatut käytännöt ja toimintamallit:
 - a. päihhteettömyyden ja savuttomuuden edistämiseksi.
 - b. oppilaitoksen alueella havaittuun päihteiden käyttöön ja tupakointiin puuttumiseksi.
 - c. varhaisen puuttumisen menetelmien hyödyntämiseen sekä käytön seurantaan ja hoitoon ohjaukseen.
 - d. yhteisistä toimintatavoista tiedottamiseen ja uusien työntekijöiden perehdyttämiseen.
3. Yhteisöllisten ehkäisevän päihdetyön menetelmien suunnitelmallinen käyttö, esimerkiksi tapahtumat ja teemapäivät tai -viikot.
4. Oppilaiden, opiskelijoiden ja vanhempien osallisuus ehkäisevän päihdetyön suunnittelussa ja toteutuksessa.
5. Työterveyshuollon ajantasainen päihdeohjelma tai vastaava toimintamalli.

(Hietanen-Peltola ja Korpilahti 2015, 38)

4. PÄIHDE- JA PELIKASVATUS OPPILAITOKSISSA

4.1. Päihde- ja pelikasvatuksen periaatteet

Oppilaitoksissa toteutetun päihdekasvatuksen keinot ja sisällöt ovat muuttuneet ajan myötä. Erityisesti päihdekasvatuksen tuloksellisuutta ja vaikuttavuutta on tutkittu niin meillä kuin maailmalla. Nykykasvatuksen mukaan vaikuttavinta päihdekasvatusta on sellainen, joka hyödyntää vuorovaikutteisuuden perustuvia menetelmiä, joilla tuetaan nuorten tervettä kasvua ja vahvistetaan päihteiltä suojaavia tekijöitä. (Soikkeli ym. 2012.)

Päihteiden käyttöön voidaan pyrkiä vaikuttamaan monin eri tavoin. Sisäinen vaikuttaminen tarkoittaa kasvatusta, viestintää ja tiedon jakamista, jonka tarkoituksena on vähentää päihteiden kysyntää. Ulkoinen vaikuttaminen tarkoittaa päihteiden saatavuuden rajoittamista ja sääntelyä esimerkiksi verotuspolitiikan tai lainsäädännön avulla. Kolmas vaikuttamisen keino on kulttuurinen vaikuttaminen, eli omaehtoisen pohdinnan virittäminen keskustelun avulla. Lasten ja nuorten kohdalla päihdekasvatuksessa korostuu juuri kulttuurinen vaikuttaminen. Samalla pyritään vaikuttamaan ryhmädynamiikkaan ja -paineeseen, jotta päihdekokeilujen kiinnostavuus vähenisi. (Kivistö, Kalevi ym. 2006.)

Päihdekasvatus perustuu ajatukseen siitä, että ihmisillä on oikeus tietää päihteiden käytön riskeistä ja seurauksista, jotta he pystyvät tekemään punnittuja valintoja omassa elämässään. Tämän päivän päihdekasvatuksen tavoitteena on tiedon jakaminen ja avoimen keskustelun käyminen. Päihdekasvatuksessa ei toteuta raittiusvalistuksen perinnettä sellaisena kuin moni sen mieltää: yksisuuntaisena tuputtamisena tai moralisoivana saarnaamisena. Nuorille puhuttaessa päihteettömyys on oleellinen osa päihdekasvatusta, mutta sisältö on raittiusteemoja laajempaa. (THL 2020.)

Nykytiedon mukaan päihteiden vaaroista valistamisen sijaan toimiva päihdekasvatus sisältää mm. seuraavia tavoitteita ja teemoja (Salon kaupunki 2019/mukailtu Klaari 2014):

- tiedon tarjoaminen päihteistä ja niiden vaikutuksista
- tiedon tarjoaminen riippuvuuden kehittymisestä (myös toiminnalliset riippuvuudet)
- elämäntaitoja ja arvoja käsittelevä keskustelu
- kieltäytymisen ja sosiaalisen paineensietokyvyn opetteleminen
- päihteettömien toimintatapojen esille nostaminen ja niiden lisääminen
- vertaistoiminta ja osallisuus

Päihdekasvatuksen vaikuttavuutta lisäävät toisto, riittävä kesto, intensiivisyys ja vuorovaikutteisuus. Yhdensuuntaisen esitelmöinnin sijaan opetuksen keskusteleva tyyli ja oppilaiden osallistaminen toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen ovat osoittautuneet hyviksi toimintatavoiksi. (THL 2020.)

Yksittäisillä oppilaitoksilla ja opettajilla on vapaus toteuttaa päihdeopetusta ja päihdekasvatusta parhaaksi katsomallaan tavalla. Usein päihdeopetusta toteutetaan joko opettajavetoisesti, opettajien ja opiskeluhoitohenkilöstön yhteistyönä, yhdessä ulkopuolisten asiantuntijoiden (esim. nuorisotyöntekijä, ehkäisevän päihdetyön työntekijä, poliisi) kanssa tai kokonaan ulkoistettuna ostopalveluna (esim. Ehkäisevä päihdetyö Ehyt ry:n oppitunnit). Oppilaitosten päihdekasvatuksen kokonaisuutta ei kuitenkaan saisi rakentaa ulkopuolisten tahojen varaan (Soikkeli ym. 2012).

Monet nuoret ja aikuisetkin pitävät entisen päihteidenkäyttäjän pitämiä oppitunteja tehokkaana päihdekasvatuksena. Päihdeongelmaista toipuneiden kokemusasiantuntijoiden hyödyntämistä päihdekasvatuksessa ei kuitenkaan suositella etenkin perusopetuksen luokissa. Rantala, Salasuo ja Soikkeli (2004) nostavat esiin kokemusasiantuntijapuheenvuoroihin liittyviä riskejä. Nuoren ajatusmaailmassa entisen

käyttäjän kertomus saattaa luoda mielikuvan sankaritarinasta, jossa päihteidenkäyttäjää voi elää jännittävää elämää ja silti selviytyä hyvin elämässään. Pahimmillaan kokemusasiantuntijan kertomus saattaa lisätä nuoren kiinnostusta päihteiden käyttöä kohtaan. Toisaalta kertomukset voidaan kokea myös pelottaviksi ja ahdistaviksi. (Rantala ym. 2004, Klaari 2014.)

Vanhempien nuorten, kuten toisen asteen opiskelijoiden päihdekasvatuksessa tai jo päihteitä kokeilleiden nuorten pienryhmissä koulutetuilla kokemusasiantuntijoilla on sijansa. Youth Agains Drugs YAD ry:n vuosina 2013-2015 toimineessa Expa – Kokemusasiantuntijuus ehkäisevässä huumetyössä –hankkeessa kehitettiin kokemusasiantuntijuutta päihdekasvatuksessa toisen asteen oppilaitoksiin. Hankkeessa myös kiinnitettiin erityistä huomiota päihdekasvatuksessa käytettyjen kokemusasiantuntijoiden taustakriteereihin ja heille tarjottavaan tukeen. (Kärki, Karinen ja Armila 2016.)

Peliriippuvuuden ja pelihaittojen ehkäisyyn tähtäävä pelikasvatus on oppilaitoksissa varsin uutta. Digitaalinen pelaaminen on pääosin positiivinen ilmiö, jolla on lukuisia myönteisiä vaikutuksia lapsen tai nuoren kehitykseen. Opettajat ja muu oppilaitoksen henkilökunta huomaavat kuitenkin usein liiallisen pelaamisen tai sisällöltään ikäkaudelle sopimattomien pelisisältöjen vaikutuksia luokassa: oppilaat voivat olla väsyneitä tai levottomia. Vaikka haittojen ehkäisyssä kodilla ja huoltajilla on ensisijainen vastuu, on oppilaitoksilla tärkeä rooli pelikasvatuksessa ja hyvinvointia tukevan pelikulttuurin luomisessa.

Pelikasvatuksen tavoite on auttaa lasta tai nuorta toimimaan pelaamisen parissa vastuullisesti, tukea hänen mahdollisuuksiaan toteuttaa itseään ja antaa hänelle valmiuksia huolehtia hyvinvoinnistaan.

Pelikasvatuksesta väitellyt Mikko Meriläinen (2020) puhuu ”pelisivistyksestä”, joka on paitsi pelaamisen ymmärtämistä ja tarkastelua eri näkökulmista, myös pyrkimystä kohti parempaa pelikulttuuria ja sekä nuorten pelaajien että heidän vanhempien hyvinvointia. (Meriläinen 2020, 43.)

Oppilaitoksissa annettavaan pelikasvatukseen ei ole olemassa yhtä paljon valmiita materiaaleja tai oppisisältöjä kuin ehkäisevään päihdetyöhön. Hyviä tietolähteitä ovat Pelikasvattajan käsikirja (2013) ja Pelikasvattajan käsikirja 2 (2018). Oppilaitoksissa toteutettavia pelikasvatuksen ja pelihaittojen ehkäisyä muotoja voivat myös olla esimerkiksi pelitapahtumat ja pelipäivät, peliteemainen vanhempainilta ja ohjattu pelitoiminta (Pelikasvattajan käsikirja 2013).

Pelikasvatuksessa käsiteltäviä osa-alueita ovat esimerkiksi (Meriläinen 2019, Silvennoinen ja Meriläinen 2016):

- 1) Pelien ikäraajat ja ikäkaudelle soveliaat sisällöt
- 2) Pelaamisen vaikutukset muihin elämän alueisiin (uneen ja elämäntapoihin, sosiaalisiin suhteisiin, läksyihin ja velvollisuuksiin)
- 3) Hyvä peliergonomia, tauot ja liikunnan merkitys pelaajalle
- 4) Hyvä pelikäyttö (verkossa pelatessa) ja peleissä tapahtuvan kiusaamisen ehkäisy
- 5) Rahankäyttö peleissä, verkkomaksut ja vedonlyönti

Ehyt ry on Pelitaito-toiminnassaan määritellyt eri ikäkausien pelikasvatuksen sisältöjä ja tavoitteita, joita avataan seuraavassa kuvassa 1.

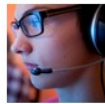
Mitä kukin pelikasvatettava tarvitsee?



Lapset

- Ikärajat
- Sopivat sisällöt
- Pelaamisen hyödyt ja haitat
- Pelaamisen rajat kotona
- Hyvät pelitottumukset
- Pelikäytös
- Medialukutaito

- Tavoitteena hyvä, kestävä ja terveellinen pelaaminen. Ikärajojen noudattaminen ja sopivien sisältöjen kuluttaminen



Nuoret

- Pelaaminen ja elämäntilanne
- Ikärajat
- Pelaamisen hyödyt ja haitat
- Ongelmapelaamisen riskit
- Hyvät pelitottumukset
- Pelikäytös
- Medialukutaito
- Vastuu pelikulttuurista

- Tavoitteena hyvä, kestävä ja terveellinen pelaaminen, joka on sopivassa roolissa elämässä



Vanhemmat

- Tietämys ja asenteet vaihtelevat
- Digitaalinen pelaaminen ilmiönä
- Pelaamisen hyödyt ja haitat
- Ikärajat
- Suhtautuminen pelaavaan lapseen
- Myyttien murtaminen

- Tavoitteena ennakkoluulojen ja pelkojen korvaaminen tiedolla, peliriitojen vähentäminen ja vanhempien kannustaminen pelikasvattajina toimimiseen

Kuva 1. Mitä kukin pelikasvatettava tarvitsee. Pelikasvatuksen tavoitteita ikäkausittain. Ehyt ry/ Pelitaito-toiminta (julkaisematon).

4.2. Suojaavat tekijät ja riskitekijät

Ehkäisevä päihdetyö perustuu siihen, että vahvistetaan lasten ja nuorten terveyttä ja hyvinvointia suojaavia tekijöitä ja ehkäistään riskitekijöitä (taulukko alla). Vaikka oppilaan elämässä olisi useita riskitekijöitä, ne eivät automaattisesti johda vahingolliseen kehitykseen. Toisaalta vaikka oppilaan elämässä ei olisi riskitekijöitä, hän ei välttämättä ole suojassa päihteiden ongelmakäytöltä tai pelihaitoilta. (Salon kaupunki 2019/ mukailtu Klaari 2014.)

Suojaavia tekijöitä

OPPILAITOKSESSA

- aikuisten malli
- selvät normit/säännöt ja odotukset aikuisilta
- positiivisen käyttäytymisen huomioiminen
- yhteenkuuluvuuden ja yhteisöllisyyden tunne
- hyvä sosiaalinen ilmapiiri ja tunneilmasto
- oppilaiden viihtyminen oppilaitoksessa
- hyvä koulumenestys ja onnistumisen tunne
- oppilaiden osallisuus
- selvät rajat kiusaamiselle, vahingonteolle ja luvattomille poissaoloille

KOTONA

- rakastavat, lämpimät ja läheiset suhteet ja luottamuksellinen vuoropuhelu
- positiivisen käyttäytymisen huomioiminen
- tieto siitä, mitä lapsi tekee kodin ulkopuolella
- selvät normit ja odotukset huoltajilta
- huoltajien kielteiset asenteet lasten päihteidenkäyttöä ja välittämistä kohtaan

YKSILÖ, KAVERIT

- sosiaaliset ja kognitiiviset taidot
- kyky käsitellä ristiriitoja
- kyky käsitellä pettymyksiä
- kyky käsitellä riskejä
- kyky ennakoida seurauksia
- harrastukset
- tunne siitä, että voi vaikuttaa omaan elämään
- aikuiset esikuvat ja luottamukselliset suhteet aikuisiin
- koulumenestys ja onnistumiset koulussa

YHTEISKUNNASSA

- päihteiden ja muiden ikärajavaltavien tuotteiden saatavuus vaikeaa
- selvät kielteiset asenteet ja normit nuorten päihteiden kokeilua ja käyttöä kohtaan
- avunsaanti helppoa

Riskitekijöitä

OPPILAITOKSESSA

- rakenteiden puute: oppilas tai opettaja ei tiedä miten toimitaan ongelmatilanteissa
- epäonnistumiset
- runsaat poissaolot
- huono viihtyvyys ja työilmapiiri
- koulunkäynnin keskeyttäminen
- koulukiusaaminen

KOTONA

- puutteet huolenpidossa ja kasvatuksessa
- huono suhde huoltajiin
- vakavat perheristiriidat
- aikuisten sallivat asenteet päihteiden kokeiluun ja käyttöön
- huoltajat tai muut aikuiset ostavat tai tarjoavat tupakkatuotteita, alkoholia tai muita päihteitä
- pelaamista tai netin käyttöä ei valvota / rajoiteta
- huoltajat eivät tiedä, mitä lapsi tekee vapaa-ajalla
- päihde- ja mielenterveysongelmat

YKSILÖ, KAVERIT

- varhainen ja pitkäaikainen epäsosiaalinen käyttäytyminen
- keskittymisvaikeudet
- kaverit, joilla on ongelmia
- aikainen altistuminen ja myönteinen asenne päihteisiin
- biologiset/geneettiset tekijät
- päihdemyönteisyys perheessä ja ystäväpiirissä

YHTEISKUNNASSA

- päihteiden ja muiden ikärajavaltavien tuotteiden saanti helppoa tai huonosti valvottua
- epäselvät odotukset ja normit nuorten päihteiden kokeilua ja käyttöä kohtaan
- avunsaanti vaikeaa

4.3. Mikä toimii ja mikä ei toimi oppilaitoksen päihdekasvatuksessa

Oppilaitoksen päihdekasvatusta toteutettaessa on hyvä tietää millaiset menetelmät tieteellisen tutkimuksen mukaan toimivat lasten ja nuorten ehkäisevässä päihdetyössä ja päihdekasvatuksessa, alla esimerkkejä. (Klaari 2014.)

TOIMII

- elämäntaito-opetus
- vuoropuhelu, keskustelu, vuorovaikutus
- pitkäjänteinen työ, toistuvat toimenpiteet
- selvät kiellot ja seuraamukset oppilaitoksessa tapahtuvalle päihteidenkäytölle
- johdonmukainen puuttuminen päihteiden kokeiluun ja käyttöön
- samansuuntaiset viestit eri tahoilta
- mallit ja menetelmät, jotka soveltuvat oppilaiden ikä- ja kehitysvaiheeseen
- ohjelmat, jotka vahvistavat vuorovaikutustaitoja
- päihteidenkäytön lyhytaikaisten vaikutusten painottaminen, (esim. itsehillinnän menettäminen, onnettomuudet, väkivallan riski, riidat) sen sijaan että keskityttäisiin vain pitkäaikaisvaikutuksiin, jotka saattavat tuntua epärelevanteilta nuorten elämän kannalta

EI TOIMI YKSINÄÄN

- opettajan tai muun asiantuntijan yksisuuntainen luennoiminen päihteistä
- lyhyet, yksittäiset toimenpiteet
- pelkkä faktojen opetus/luettelu/esittely
- pelkkä materiaalin jako
- yksittäiset teemapäivät täydentävänä
- yksittäiset kampanjat (huoltajiin kohdistuvilla kampanjoilla on parempi vaikutus kuin oppilaisiin kohdistuvilla)
- "Huumesalkut", aineisiin tutustuminen

EI SUOSITELLA

- entiset päihteiden käyttäjät, jotka kertovat elämästään (voi antaa sellaisen kuvan, että voi elää jännittävää ja coolia elämää erilaisten vaarojen kanssa ja silti selviytyä hyvin)
- pelottelu ja shokkiefektit

4.4. Vinkkejä päihdekeskusteluihin

Vinkkejä, miten aikuiset voivat keskustella päihteistä oppilaiden kanssa

Päihteitä on kaikkialla lasten ja nuorten arjessa, lähiympäristössä, mediassa, ystävien ja perheen parissa. Ei ole eettistä välttää niin tärkeitä keskustelunaihetta. Lapset ja nuoret arvostavat huoltajiensa ja opettajiensa antamia tietoja ja näkemyksiä. Tartu rohkeasti härkää sarvista ja anna lapselle tai nuorelle mahdollisuus keskustella ja kuulla aikuisen mielipide! Siitä on paljon apua lapsille ja nuorille, jotka liikkuvat ympäristössä, jossa päihteiden kokeilu ja käyttö näkyvät monella tapaa.

VINKKEJÄ KESKUSTELUN VETÄJÄLLE

- Nuoret haluavat usein tietää, mitä mieltä aikuiset ovat päihteisiin liittyvistä kysymyksistä. Opettajana ja aikuisena on muistettava noudattaa lakeja, jotka koskevat ikärajoja, sekä tupakointikieltoa oppilaitoksen alueella.
- Keskustelun tarkoituksena on antaa lapsille ja nuorille mahdollisuus vertailla omia mielipiteitään ja arvojaan muiden saman ikäisten sekä aikuisten kanssa. On viisasta välttää sitä, että oppilaiden kanssa käytävät keskustelut juuttuvat yksittäisen aineen tai sen vaikutusten ympärille.
- Jos lapset ja nuoret haluavat tietoja eri aineista, kannattaa kannustaa heitä lähdekriittisyyteen ja voit ohjata heidät luotettaville verkkosivuille, kuten THL:n Alkoholi, tupakka ja riippuvuudet -aihesivustolle tai www.paihdelinkki.fi -sivustolle.
- Vaikka laittomat huumeet kuulostavat usein jännittävämmältä ja kiinnostavammalta aiheelta, on tärkeää keskittyä niihin päihteisiin, jotka todellisuudessa koskettavat oppilasta eniten, eli tupakkatuotteisiin ja alkoholiin. Yläasteella ja toisella asteella näihin kuuluvat myös kannabis.
- Monissa perheissä/suvuissa on jäseniä, joilla on ongelmia päihteidenkäytön kanssa. On hyvä pystyä puhumaan päihteistä tavalla, joka ei loukkaa ongelmista kärsiviä eikä heidän läheisiään. On myös tärkeää käydä eettisiä keskusteluja ongelmakäyttäjistä tai syrjäytymisestä.
- Esitä kysymyksiä, jotka inspiroivat jatkamaan keskustelua. Vältä kysymyksiä, joihin voi vastata vain kyllä tai ei.
- Keskustelu on myös hyvä tapa saada selville, mitä nuoret tietävät päihteistä. Korjaa selkeät virheet tai väärinkäsitykset (esim. ettei krapulaa tule, jos syö paljon ennen kuin alkaa juoda).
- Kuuntele aktiivisesti ja osoita kiinnostusta, esimerkiksi tekemällä lyhyen yhteenvedon oppilaan kertomasta tai vain toistamalla joitakin sanottuja asioita.
- Ota esille uusia näkökulmia ongelmiin esittämällä eroavaisuuskyymyksiä.

Esimerkiksi:
”Onko sillä jotain eroa, ostaako vanhempi, kaveri tai tuntematon välittäjä alkoholia 16-vuotiaalle?”
”Joissakin maissa kannabiksen käyttö on sallittua, luuletteko että niiden maiden ja oman maamme nuorissa on eroa?”
- Sen sijaan, että annettaisiin valmis vastaus siihen, miten tietystä tilanteesta pitäisi toimia, voidaan keksiä tarina ja kysyä lapsilta ja nuorilta, mitä he itse tekisivät.
- Kysy avoimesti ja valmistaudu saamaan vastauksia, joista et pidä. Älä anna valtaa tunteille vaan varaa aikaa keskusteluun sinua huolettavista vastauksista. Älä tuomitse!
- Aluksi merkityksettömiltä vaikuttavat kommentit tai äänenpainot voivat avata kiinnostavia keskusteluja, joten käytä aikaa, kuuntele tarkkaavaisesti ja uskalla kysyä.

- Jos haluat, että lapsi/nuori uskoo sinua, et voi antaa päihteistä liian kaavamaisista kuvia. On esimerkiksi todettava, että päihteiden käyttäjät voivat kokea päihteet positiivisina.
- Voit myös osoittaa tietäväsi, että monet lapset/nuoret juovat ja että osa käyttää huumeita, mutta ei tulisi olettaa, että juuri keskusteluun osallistuvat lapset/nuoret juovat alkoholia tai käyttävät muita päihteitä.
- Hyviä tilaisuuksia keskustella päihteistä ovat tilanteet, joissa ne tulevat esille uutisissa, lehdissä, TV:ssä tai jos lapsi/nuori on havainnut juopuneita ihmisiä arkipäivässään (esim. kaupungilla, paikallisliikenteessä tms.)
- Sillä miten puhut päihteistä, on merkitystä. Vältä päihdemyönteisiä normeja ja asenteita sanavalinnoissasi.
- Puhuttaessa päihteettömyydestä käytetään usein termiä "pidättäytyä alkoholista". Tämä luo mielikuvan, että juomattomuus on uhraus eikä aktiivinen ja positiivinen valinta.
- Sanomme myös usein nuorille, että heidän täytyy odottaa 18 vuoden ikään saakka voidakseen juoda alkoholia, aivan kuin olettaisimme, että kaikki aikuiset ennemmin tai myöhemmin alkavat juoda. Kaikki eivät kuitenkaan juo. Vältä siksi ilmauksia, kuten "kun juotte, ajatelkaa...". Se voi vahvistaa kuvaa siitä, että kaikki muut nuoret juovat alkoholia (nk. yleinen luulo). On parempi käyttää ilmaisuja kuten "niiden nuorten, jotka juovat, olisi fiksua...".
- Pelkistä kielloista ja säännöistä keskustelemisen sijaan kannattaa puhua esim. oikeuksista – oppilailta on oikeus savuttomaan opiskeluympäristöön ja lapsia ja nuoria on suojeltava alkoholiilta ja sen haittavaikutuksilta.

**TYYPILLISTÄ VASTARINTAA
HERÄTTÄVIÄ PUHETAPOJA OVAT
ESIMERKIKSI SEURAAVAT**

- Syyttelyansa: "Sinä toimit vastuuttomalla ja väärällä tavalla!".
- Konfrontaation eli kieltämisen ansa: "Päihteiden käyttö on väärin / kielletty / laitonta."
- Asiantuntija-ansa: "Minä tiedän mikä sinulle on parasta!"
- Leimaamisen ansa: "Sinä olet syrjäytynyt = (epäonnistunut)."
- Kysymys – vastaus –ansa: "Eikö sinustakin asia ole niin, että..."
- Ennenaikaisten johtopäätösten ansa: "Olemme siis yhtä mieltä siitä, että..."

(Salon kaupunki 2019/ mukailtu Klaari 2014)

LUKUVINKKEJÄ AIKUISILLE:

- Soikkeli Markku: Miten puhua huumeista. STAKES 2004.
- Kylmänen Petri: Kun kaikki muutkin... Nuorten ehkäisevä päihdetyö. Tammi 2005.
- Soikkeli Markku, Salasuo Mikko, Puuronen Anne, Piispa Matti: Se toimii sittenkin – kuinka päihdevalituksesta saa selvää. Nuorisotutkimusverkosto 2012.

4.5. Päihteiden käytön ja pelihaittojen ehkäisyn tavoitteet eri luokka-asteilla

Päihteiden ja pelihaittojen ehkäisyn tavoitteena on antaa oppilaille ikätasoisesti faktatietoa, vahvistaa suojaavia tekijöitä sekä antaa mahdollisuus keskusteluun ja pohdintoihin. Vaikka varsinainen päihdekasvatus oppilaitoksissa mielletään usein aloitettavaksi oppilaan ollessa keskimäärin kolmannella luokalla, pohjatyötä päihteidenkäytön ehkäisemiseksi tehdään siitä hetkestä alkaen, kun lapsi ensimmäisen kerran on osana ryhmää. Varhaiskasvatuksen ja esiopetuksen turva- ja tunnetaitokasvatus, sosiaalisten taitojen opettelu sekä terveiden elintapojen käsittely lapsen tasoisesti tukevat lapsen tervettä kasvua ja itsetuntoa. (Opetushallitus 2018 b.)

Ryhmään kuulumisella ja hyväksytyksi tulemisella ikätovereiden joukossa on kouluikäisille suuri merkitys. Tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettelu kehittää oppilaiden kykyä toimia toisten ja itsen kanssa. Taidot ovat perusedellytys sosiaalisille suhteille ja ryhmässä pärjäämiselle. Hyvät tunne- ja vuorovaikutustaidot ovat myös yksi päihteidenkäytöltä myöhemmin suojaava tekijä. Lisäksi tunne- ja vuorovaikutustaitojen oppiminen tukee lasten ja nuorten psyykkistä hyvinvointia ja luottamusta omaan osaamiseen sekä vaikuttaa koulumotivaatioon ja parantaa oppimistuloksia. (Pirkola ja Laajasalo 2012.)

Päihteet ja pelihaitat on hyvä ottaa puheeksi lasten ja nuorten kanssa siinä iässä, kun nämä asiat alkavat kiinnostaa tai ne muuten koskettavat lasten ja nuorten elinpiiriä. Jos esimerkiksi liiallinen pelaaminen näyttäytyy luokassa oppilaiden levottomuutena tai väsymyksenä, asia on hyvä ottaa käsittelyyn jo ykkös-kakkosluokkalaistenkin kanssa. Jos koulun lähiympäristössä näkyy päihteidenkäyttöä, tai vanhemmat oppilaat tarjoavat tai kaupittelevat nuuskaa nuoremmille oppilaille, aiheesta on hyvä puhua niin luokassa kuin vanhempien kanssa.

Alle taulukkoon on koottu päihteiden ja pelihaittojen ehkäisyn tavoitteita eri luokka-asteittain (mukailtu Salon kaupunki 2019).

1–6 lk oppilaat
Tavoite: <ul style="list-style-type: none">• antaa oppilaille mahdollisuus keskustella päihdeasenteistaan ja suhtautumisestaan pelaamiseen• antaa tietoa pelaamisen vaikutuksista arkeen, mielialaan, jaksamiseen ja hyvinvointiin• vahvistaa sosiaalisia normeja ja odotuksia siitä, ettei nuori käytä päihteitä• vahvistaa oppilaiden itseluottamusta ja kykyä tehdä omia itsenäisiä päätöksiä• vahvistaa oppilaiden valmiuksia suhtautua kriittisesti mediassa näkyviin päihteisiin

7–9 lk oppilaat
Tavoite: <ul style="list-style-type: none">• antaa oppilaille mahdollisuus keskustella päihdeasenteistaan ja tarkastella päihteidenkäyttöä ja päihteisiin liittyviä myyttejä kriittisesti• vähentää positiivisia odotuksia alkoholin ja huumeiden vaikutuksesta• vahvistaa sosiaalisia normeja ja odotuksia siitä, ettei nuori käytä päihteitä• antaa oppilaille tietoa päihteiden ja liiallisen pelaamisen/ netin käytön vaikutuksista sekä tietoja riskien arviointiin omalla kohdalla• vahvistaa oppilaiden sosiaalisia taitoja, elämäntaitoja ja muita suojaavia tekijöitä• antaa oppilaille tietoa oppilaitoksen ja yhteiskunnan päihteitä koskevista pelisäännöistä

Toisen asteen opiskelijat

Tavoite:

- antaa opiskelijoille mahdollisuus keskustella asenteistaan päihteisiin ja tutkia päihteidenkäyttöä ja päihteisiin liittyviä myyttejä kriittisesti
- vähentää positiivisia odotuksia alkoholin ja huumeiden vaikutuksista
- antaa opiskelijoille tietoa ja ymmärrystä päihteitä ja muita ikärajavaltavottavia tuotteita koskevista laeista ja rajoista sekä päihdepolitiikasta
- antaa opiskelijoille mahdollisuus keskustella päihteistä yhteiskunnallisesta ja maailmanlaajuisesta näkökulmasta (päihteistä voidaan keskustella monista näkökulmista, esim. yhteiskunta, ympäristö, järjestäytyneen rikollisuuden ja huumekaupan maailmanlaajuiset seuraukset, ihmisoikeudet)
- antaa opiskelijoille tietoa päihteiden ja liiallisen pelaamisen / netin käytön vaikutuksista sekä tietoa riskien arviointiin omalla kohdalla
- antaa opiskelijoille tietoa siitä, miten riskikäyttöön ja ongelmiin saa apua
- vahvistaa oppilaiden sosiaalisia taitoja, elämönhallintataitoja ja muita suojaavia tekijöitä

4.6. Päihde- ja pelikasvatuksen käytännön toteutus

Päihde- ja pelikasvatusta toteutetaan oppilaitoksissa hyvinkin eri tavoin. Sekä päihdetilanne että digitaalisen median käyttö ovat muuttuneet viime vuosina vinhaa vauhtia. Aihepiirin käsittely saatetaan kokea haastavaksi ja se saattaa jäädä oppilaitoksissa yksittäisten opettajien tai opiskeluhoitohenkilökunnan edustajien harteille. Liian usein päihde- ja pelikasvatukseen havahdutaan vasta, kun oppilailla ilmenee ongelmia päihteidenkäytön tai liiallisen pelaamisen vuoksi.

Oppilaitosten päihde- ja pelikasvatukseen on olemassa valtavasti tukimateriaalia, mutta opetussuunnitelmien perusteita tarkemmat yhtenäiset, valtakunnalliset suositukset tai käytännöt puuttuvat. Useilla kunnilla on kuitenkin kuntakohtaisia suosituksia tai toimintamalleja erityisesti päihdekasvatukseen toteuttamiseen oppilaitoksissa (Esim. Klaari Helsinki, Espoo, Oulu ja Salo). Erityisen kattavasti materiaalia on koottu Pohjanmaalla Nykterhetsförbundet Hälsa och Trafik -yhdistyksen PEPP - Pohjanmaan ehkäisevän päihdetyön malli -hankkeessa. Kolmivuotisessa Leader-hankkeessa luodaan yhteinen ehkäisevän päihdetyön malli koko Pohjanmaan alueelle. Hanke ja tuotetut materiaalit ovat sekä suomeksi että ruotsiksi: www.pepp.fi.

PEPP-hankkeessa on koottu päihde- ja pelikasvatuksen vuosikellot (Liite 1) perusopetuksen vuosiluokille 3.-9. ja toiselle asteelle. Vuosikellojen ajatuksena on, että kaikkien oppilaitosten kaikki oppilaat saavat samankaltaisen ehkäisevän päihdekasvatuksen oppilaitoksessa, peruskoulun kolmannelta luokalta toisen asteen loppuun saakka. Tarkoituksena on, että vuosikellon toteuttamisesta vastuu kuuluu koko oppilaitoksen henkilökunnalle, ja jokainen toteuttaa jonkin osan vuosikellosta. **Muita menetelmiä ja ideoita vinkkilistoinen oppilaitosten päihde- ja pelikasvatukseen on koottu liitteeseen 2.**

Varhaiskasvatukseen ja perusopetuksen 1.-2. luokille suositellaan varsinaisen päihde- ja pelikasvatuksen sijaan tunne-, turva ja vuorovaikutustaitojen kehittämistä. Hyviä toimintamalleja ovat esimerkiksi Rovaniemen kaupungin kehittämä sosiaalisen vahvistamisen toimintamalli ja hyvinvoinnin vuosikello. Päihteiden haittoja voidaan käsitellä myös osana turvataitokasvatusta tai mielenterveyden edistämistä.

Linkkejä toimintamalleihin on koottu tämän oppaan liitteeseen 2.

Päihdekasvatus eri aineiden opetuksessa

Päihteet käsitellään opetuksessa tyypillisimmin osana **ympäristöoppia ja terveystietoa**. Alakouluissa terveystietoa opetetaan osana ympäristöoppia. Opetussuunnitelman mukaan oppilasta tulee ohjata ymmärtämään terveyden osa-alueita ja arjen terveystottumusten merkitystä. Oppilasta tulee rohkaista harjoittelemaan ja soveltamaan terveysosaamistaan arjessa, jotta hän osaa toimia turvallisesti, tarkoituksenmukaisesti, vastuullisesti ja itseään suojellen. Yläkoulujen terveystiedon opetuksessa tulee käsitellä terveyttä tukevia ja kuluttavia tekijöitä ja huomioida nuoren mielen pahoinvointi, riippuvuudet sekä päihteet ja niiden käytön ehkäisy. Lukiossa syvennetään perusopetuksen aikana opittua terveysosaamista ja ymmärrystä terveyden ja hyvinvoinnin edistämisestä. Lisäksi opitaan tunnistamaan ja arvioimaan terveyden edellytysten toteutumista omassa elämässä, lähiyhteisöissä ja ympäristöissä sekä yhteiskunnallisissa päätöksenteossa. Keskeistä on myös itsehoitovalmiuksien ja arjen terveysosaamisen kehittäminen, mielenterveyden suojaaminen sekä ajankohtaisten ja opiskelijoiden esille nostamien asioiden käsittely.

Päihdekasvatusta voidaan kuitenkin toteuttaa monissa muissakin oppiaineissa. Päihteitä tai riippuvuuksia voidaan käsitellä osana lähes mitä tahansa ainetta. Tämän oppaan liitteenä olevissa PEPP-hankkeen vuosikelloissa on esitetty esimerkki **ehkäisevän päihdetyön sisällyttämisestä eri vuosiluokkien opetukseen (Liite 1)**. Vuosikellojen teemoja voidaan täydentää aineenopetuksessa esimerkiksi seuraavien ideoiden avulla. Ideat on poimittu ja mukailtu PEPP-hankkeen kokoamasta Käsikirjasta koulun henkilöstölle. (PEPP 2019.)

Biologia / ympäristöoppi

- Mitä kehossa tapahtuu, kun käyttää päihteitä?
- Kuinka tupakan valmistaminen vaikuttaa ympäristöön lähiyhteiskunnassa ja globaalisti?
- Keskustelu kannabiksen dekriminialisoinnin vaikutuksista ympäristönäkökulmasta
- Tupakkateollisuuden tai huumekaupan vaikutukset kestävän kehityksen näkökulmasta

Historia

- Yhteiskunnallisen kehityksen ja päihdepolitiikan muutokset ja vaikutukset päihteiden käyttöön (esim. Ehyt ry:n Päihdeilmiö-materiaalia hyödyntäen)
- Tupakankäytön historia
- Päihteidenkäyttö sota-aikana (esim. pervitiinin käyttö 2. maailmansodassa)
- Ihmisen elinajanodote – kuinka sodat, sairaudet ja alkoholinkäyttö on vaikuttanut?

Kemia

- Alkoholien kemiallinen koostumus
- Mitä kemikaaleja tupakka ja/tai nuuska sisältää?
- Mitä ongelmia liittyy synteettisten huumausaineiden valmistamiseen laittomissa laboratorioissa? (valvonnan ja hygienian puutteet, aineiden räjähdysalttius, lopputuotteen koostumus)

Kielet

- Kulttuurinen näkökulma päihteidenkäyttöön
- Vertailu Suomen ja muiden maiden päihteidenkäytön tai päihdepolitiikan välillä. Vertailutietona voidaan käyttää ESPAD-kyselyn kansainvälisiä tuloksia:
www.espad.org, www.emcdda.europa.eu/countries_en
- PEPP-hankkeen ruotsinkielistä materiaalia voi hyödyntää ruotsin opetuksessa (PEPP 2019)

Kotitalous

- Kehohanteet ja ruokavaliot – mitä seurauksia terveydelle ja hyvinvoinnille?
- Terveys ja talous suhteessa päihteiden käyttöön (esim. alkoholin kalorimäärät)

Kuvaamataito

- Kampanjajuliste alaikäisten päihteiden käyttöön vaikuttamiseksi
- Kuva-analyysi alkoholin tai tupakka- ja nikotiinituotteiden mainonnasta tai päihteiden näkyvyydestä, elokuvista tai musiikkivideoista. Kuinka päihteiden käyttöä kuvataan?

Liikunta

- Nikotiinin vaikutukset verenkiertoon ja verenpaineeseen
- Päihteidenkäytön vaikutukset suorituskykyyn
- Dopingin käyttö urheilussa
- Liikunnalliset harjoitukset, jotka vahvistavat ryhmädynamiikkaa ja sosiaalisia taitoja

Maantieto

- Tupakan, oopiumin ja/tai kokapensaain viljelyn vaikutukset ympäristöön
- Tupakan tai muiden päihteiden matka pellolta kuluttajalle – yhteyksiä mm. taloudelliseen valtaan, politiikkaan, ympäristöasioihin, solidaarisuuteen, etiikkaan ja ihmisoikeuksiin

Matematiikka

- Paljonko jonkin päihteen käyttö maksaa kuukaudessa tai vuodessa?
- Mitä taloudellisia seurauksia tupakan tai alkoholin käytöstä on yhteiskunnalle? Mitä maksaa päihdeongelman hoitovuorokausi/viikko/vuosi?
- Aiheen käsitteleminen tilastotieteen ja todennäköisyyksien avulla: tilastojen ja trendien havainnointia esimerkiksi kouluterveyskyselyn tulosten avulla
- Joukkoharha päihteidenkäytöstä – tehkää oma tutkimus saman ikäisten nuorten päihteidenkäytöstä

Musiikki

- Päihteet populaarikulttuurissa ja mediassa
- Analysoikaa päihdepositiivisia ja -negatiivisia kappaleita
- Säveltäkää kappaleita tai kirjoittakaa tekstejä ehkäisevän päihdetyön sanomalla

Oppilaanohjaus

- Tutustuminen ja/tai vierailut paikallisten ehkäisevän päihdetyön toimijoiden pariin (esim. järjestöt)
- Terveiden edistämisen ammatit teemana

Psykologia

- Päihteiden käytön yhteys mielenterveyshäiriöihin / mielenterveyden ongelmiin
- Riippuvuus psykologisenä ilmiönä
- Päihde- ja/tai peliriippuvuuden tausta, ja sosiaaliset seuraukset
- Päihteet ja aivot

Uskonto

- Päihteiden käyttö eri uskonnoissa, esim. buddhalaisuudessa
- Viinin symbolinen merkitys, vrt. kristinusko ja islam
- Etiikka ja moraalit päihdekysymyksissä, esim. ihmisoikeudet

Yhteiskuntaoppi

- Mitä seurauksia ja haittoja päihteiden ongelmakäyttö aiheuttaa yksilölle ja yhteiskunnalle?
- Tupakan tai muiden päihteiden matka tuotannosta kuluttajalle – yhteyksiä mm. taloudelliseen valtaan, politiikkaan, ympäristöasioihin, solidaarisuuteen, etiikkaan ja ihmisoikeuksiin
- Päihdeteollisuus, -politiikka ja -verotus Suomessa
- Mitä lainsäädäntö määrää eri päihteiden käytöstä ja hallussapidosta? Alaikäisen päihteidenkäytön seuraamukset?
- Lainsäädäntö: Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015), alkoholilaki (1102/2017), tupakkalaki (549/2016), huumausainelaki (373/2008), arpajaislaki (1047/2001)
- YK:n lapsen oikeuksien sopimus suhteessa päihteisiin
- Poliisin vierailu, seuraukset päihteisiin liittyvistä rikoksista
- Alkoholien ja tupakan aiheuttamat kustannukset, päihteiden vaikutus omaan talouteen
- Sosioekonominen epätasa-arvo, yhteydet päihteidenkäyttöön ja mielenterveyteen

Äidinkieli

- Päihteet mainonnassa ja markkinoinnissa
- Päihteet kirjallisuudessa
- Kirjoittakaa esse, kolumni, artikkeli, blogikirjoitus tms. teemasta

4.7. Yhteistyö ja osallisuus päihdekasvatuksessa

4.7.1. Päihdekasvatus nuorelta nuorelle

Nuorten osallisuus päihdekasvatuksen suunnittelussa lisää nuorten päätösvaltaa omassa toimintaympäristössä sekä mahdollisuutta muokata ymmärrettävää, hallittavaa ja ennakoitavaa toimintakokonaisuutta. Lisäksi nuori saa kokemusta vaikuttamisen prosesseissa, joissa pystyy vaikuttamaan itsen ulkopuolelle. Nuori pystyy myös panostamaan yhteiseen hyvään, osallistumaan merkityksellisyyden luomiseen ja kokemiseen sekä liittymään vastavuoroiisiin sosiaalisiin suhteisiin. Osallisuustyöllä luodaan ja jaetaan yhteiskuntaryhmät ylittävää arvoa ja hyvinvointia. (Isola ym. 2017.)

Nuorten mielipiteillä ja keskustelun avauksilla on koettu olevan tärkeä merkitys nuorten päihdeasenteisiin (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2020). Vertaisoppiminen kannustaa nuoria etsimään ratkaisuja ongelmiinsa, vaikuttamaan oman elämänsä kulkuun ja heitä ympäröivän yhteiskunnan kehitykseen sekä tulemaan sinuiksi itsensä kanssa kaikessa moninaisuudessaan. Vertaisoppimisen päämääränä on kehittää osallistujien tietoja, taitoja, vakaumuksia ja asenteita, jotta he oppisivat ottamaan vastuuta itsestään ja muista. Vertaisoppiminen perustuu ajatukseen, että nuoret ovat oman elämänsä asiantuntijoita ja että oppimisprosessin on siksi lähdettävä heistä itsestään. (EPTO 2016.)

Mannerheimin lastensuojeluliitto (2020) on julkaissut koulutusmateriaalia päihdekasvatuksen toteuttamisesta tukioppilastoimintana. Tukioppilastoiminnan mukaisilla oppitunneilla päihdeistä puhutaan yleisesti, eikä kenenkään tarvitse kertoa omia kokemuksiaan. Oppitunti on tarkoitettu 7. luokkalaisille, mutta soveltuu myös 5.–6. -luokkalaisille. Varsinais-Suomen alueella käytössä on MLL:n Selvä elämä - päihdekasvatusohjelma, jossa koulutetut tukioppilaat järjestävät päihdeaiheista toimintaa omassa oppilaitoksessaan. Tukioppilastoiminnan päihdekasvatusmateriaali:

- <https://dzmdrerwnq2zx.cloudfront.net/prod/2020/03/11132900/paihdekasvatus-2020-tukioppilastoiminnan-materiaali.pdf>

Vertaisoppiminen soveltuu myös lukioon ja ammatillisiin oppilaitoksiin. Vertaisoppimisen suunnittelutyössä voi hyödyntää EPTO-vertaisoppimisen kouluttajan työkalupakkia. Sen avulla pääsee alkuun, miten lähteä toteuttamaan vertaisoppimista nuorten kanssa. (EPTO 2016.) Työkalupakki:

- <https://koordinaatti.fi/system/files/2020-01/EPTO-vertaisoppiminen-kouluttajan-tyokalupakki.pdf>

4.7.2. Kodin ja oppilaitoksen yhteistyö

Kodin ja oppilaitoksen yhteistyö on kirjattu perusopetuslakiin ja opetussuunnitelmien perusteisiin. Toisella asteella yhteistyö on kirjattu sekä lukiolakiin että lakiin ammatillisesta koulutuksesta, kun kyseessä ovat alle 18-vuotiaat opiskelijat. Vanhemmilla ja huoltajilla on ensisijainen vastuu lasten ja nuorten hyvinvoinnista. Oppilaitos voi kuitenkin tukea vanhempien kasvatusvastuuta tarjoamalla tietoa ja mahdollistamalla vanhempien keskinäistä vertaistukea.

Päihdeistä ja pelaamisesta on luontevaa keskustella vanhempainilloissa ja muussa yhteydenpidossa, joissa yhtenä teemana voi olla lasten ja nuorten hyvinvointi ja terveelliset elämäntavat. Huoltajia voi muistuttaa pelien ikärajoista ja ikäkaudelle sopivista kotiintuloajoista ja heille tulee tiedottaa oppilaitoksessa

mahdollisesti ilmenevästä päihteiden käytöstä ja mediankäytön ilmiöistä. Huoltajat voivat tukea lastensa hyvinvointia huolehtimalla riittävästä unesta ja nukkumaanmenoajoista, riittävästä ulkoilusta ja liikunnasta, terveellisestä aamupalasta joka aamu ja muistuttamalla kouluaterian nauttimisesta kokonaisuudessaan. Oppilaitos voi tukea huoltajia heidän kasvatustyössään suosittelemalla kotiintuloaikoja ja riittävää uni- ja lepoaikaa ilman sähköisiä viestintävälineitä.

Perheenjäsenten yhteinen aika on tärkeää lapsen turvalliselle kasvulle ja kehitykselle. Pelaamiselta ja myöhäiseen iltaan ajoittuvalta ulkona oleilusta säästyvää aikaa perheet voisivat käyttää esimerkiksi yhteiseen iltapalaan, päivän kuulumisten vaihtoon tai lautapeleihin. Lasten, nuorten ja huoltajien välinen luottamuksellinen ja avoin keskusteluyhteys suojaa lasta ja nuorta päihteiltä ja muilta riippuvuuksilta.

Vinkkejä huoltajille löydät esimerkiksi seuraavista linkeistä:

- <http://www.ehyt.fi/fi/aikuiset#Vanhempien%20huoneentaulut>
- <https://www.mll.fi/vanhemmille/vinkkeja-lapsiperheen-arken/>

Perinteisten vanhempainiltojen rinnalle oppilaitokset voisivat kehittää yhteisöllisiä tapaamisen muotoja, mikä lisäisi huoltajien osallistumisaktiivisuutta. Toiminnallisten vanhempainiltojen tavoitteena on saada nuoria ja heidän huoltajiaan osallistumaan oppilaitoksen toimintaan aktiivisemmin samalla edistäen nuorten ja perheiden hyvinvointia. Toiminnallisilla vanhempainilloilla voidaan tukea vanhemmuutta, tarjota tietoa ja tukea matalalla kynnyksellä sekä lisätä keskustelua nuorten ja huoltajien välillä. Lisäksi tavoitteena on tukea huoltajien välistä verkostoitumista, lisätä kodin ja oppilaitoksen yhteistyötä sekä parantaa perheiden tietoisuutta oppilashuollon ja sen toimintaa tukevan kolmannen sektorin palveluista. (Innokylä 2020.)

Toiminnallisissa vanhempainilloissa käydään läpi toiminnallisia rasteja aikuisten ja nuorten sekaryhmissä. Rastien aihealueet valikoituvat sen hetkisen tilanteen mukaan nuorten elämässä (seksuaalisuus, rajat, liikenne, päihteet ym.). Mukana toimijoita on oppilashuollosta, perhepalveluista, terveydenhuollosta, nuoriso- ja vapaa-aikatyöstä. Mukana olevat toimijat vastaavat illan toteutuksesta. Opettajien rooli toiminnallisissa vanhempainilloissa on vähäinen. Toiminnallinen vanhempainilta on oppilaille kouluaikaa. Toiminnallisista vanhempainilloista on olemassa kaksi konseptia. (Innokylä 2020.):

- **Selviytymispeli:** <https://innokyla.fi/fi/toimintamalli/selviytymispeli-toiminnallinen-vanhempainilta-alakouluun> on tarkoitettu alakoulun 5.–6. luokkalaisille
- **Kasvamme yhdessä illat:** <https://innokyla.fi/fi/toimintamalli/kasvamme-yhdessa-vanhempainillat-ylakoulussa> on tarkoitettu yläkoululaisille.

Ideoita kodin ja oppilaitoksen väliseen yhteistyöhön ja huoltajien osallistamiseen on koottu esimerkiksi Suomen vanhempainliiton sivuille:

- <https://vanhempainliitto.fi/opettajalle/>

Esimerkki peliteemaisen vanhempainillan toteuttamiseksi on kuvattu Pelikasvattajan käsikirjassa (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 107):

- <https://pelikasvatus.fi/pelikasvattajankasikirja.pdf>

4.7.3. Ulkopuoliset vierailijat

Monessa oppilaitoksessa hyödynnetään ulkopuolisia vierailijoita päihde- ja pelikasvatuksen asiantuntijoina. Oppilaitosvierailuja tekevät esimerkiksi kunnan ehkäisevän päihdetyön yhdyshenkilö, järjestöt, nuorisotyöntekijät, terveydenhuollon henkilökunta, alan opiskelijat ja poliisi. Soikkeli ym. (2012) suosittavat, että oppilaitoksen ulkopuolisia toimijoita hyödynnettäisiin opetusta täydentävinä tai elävöittävinä, ei niitä korvaavina sisältöinä. Suositeltavaa on myös, että opettaja ei lähtisi pois luokasta ulkopuolisen asiantuntijan puheenvuoron aikana, jotta opettaja tietää, miten aihetta on käsitelty ja voi tarvittaessa jatkaa keskustelua luokan kanssa.

On hyvä huomioida, että entisiä päihteidenkäyttäjiä, niin sanottuja kokemusasiantuntijoita tai kokemuskouluttajia ei suositella käytettäväksi päihdekasvatuksessa ainakaan perusopetuksen luokilla (Rantala ym. 2004). Entisen päihteidenkäyttäjän kertomus saattaa kuulostaa nuoren korvissa sankaritarinalta ja pahimmillaan jopa lisätä päihteiden kiinnostavuutta. Sen sijaan esimerkiksi ammatillisessa koulutuksessa tai päihdeongelmaisten hoidossa kokemusasiantuntijoita on hyödynnetty erinomaisin tuloksin.

Koulujen päihdekasvatusta tukevia yhdistyksiä, järjestöjä ja muita toimijoita on paljon. Seuraavassa on mainittu muutamia tahoja, jotka tekevät koulujen kanssa yhteistyötä:

Ehkäisevä päihdetyö Ehyt ry on valtakunnallinen ehkäisevän päihdetyön järjestö, joka tarjoaa kouluille ja oppilaitoksille päihde- ja peliaiheisia oppitunteja. Monet kunnat ovat tehneet Ehyt:n kanssa kumppanuussopimuksia koulujen päihdekasvatuksen toteuttamisesta. Ehyt kouluttaa myös ammattilaisia ja järjestää vanhempainiltoja. Oppitunnit ja koulutukset ovat oppilaitoksille pääsääntöisesti maksullisia. Eri luokka-asteille suunnattua päihde- ja peliteemaista tietoa ja materiaalia ilmaiseksi:

- www.ehyt.fi

Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL) toimii oppilaitoksissa tukioppilastoiminnan lisäksi kummioppilastoiminnan ja tutortoiminnan kautta. Lisäksi MLL tarjoaa oppilaitoksille päihteisiin, peleihin, mediaan sekä esimerkiksi kiusaamiseen ja tunnetaitoihin liittyviä oppitunteja, vanhempainiltoja ja ammattilaisten koulutusta. MLL:n nettisivuilta löytyy runsaasti niin oppilaitoksille, muille ammattilaisille kuin lapsille, nuorille ja perheille tarkoitettua tietoa, videoita ja muuta materiaalia:

- <https://varsinaissuomenpiiri.mll.fi/ammattilaisille/tilaa-koulutus/koulutukset-koululaisille/tukioppilaskoulutukset/>
- <https://www.mll.fi/ammattilaisille/kouluille-ja-oppilaitoksille/>

Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset – FinFami ry on valmistelemassa kouluille materiaalia päihde- ja mielenterveysomaisen kohtaamisesta ensisijaisesti 2. asteesta ylöspäin:

- <https://www.vsfinfami.fi/kysy-nuorelta/>

Raide ry tekee ehkäisevä päihdetyötä 5–9 -luokkalaisten parissa. Kouluvierailut toteutetaan molemmilla kotimaisilla kielillä. Raide ry:n päihdeparkki on räätälöitävissä ryhmän mukaan, myös erityisoppilaitoksiin.

- <https://raide.info/>

Suomen punaisen ristin koulutetut päihdetyön vapaaehtoiset tekevät myös kouluvierailuja.

- <https://rednet.punainenristi.fi/node/8141>

Pelikasvatuksen asiantuntijoita oppitunneille on mahdollista tilata esimerkiksi **Pelikasvattajien verkoston** kautta. Verkosto on valtakunnallinen asiantuntija- ja ammattilaisverkosto pelaamisen parissa toimiville.

- <http://www.luennoitsija.fi/pelikasvatus>
- <http://www.pelikasvatus.fi/asiantuntijat>

Kunnan toimijoiden yhteistyöhön perustuvat toimintamallit

Kokemustarina osana päihdekasvatusta. Porin yhteistoiminta-alueelle on suunniteltu kokemustoimijan ja sosiaalialan ammattilaisten yhteistyössä toteutettava päihdekasvatustunti. Päihdekasvatustunti on osallistava luento- ja keskustelutilaisuus päihteidenkäyttöön ja ”päihdemailmaan” liittyen. Tilaisuus on tarkoitettu oppilaille yläkoulun viimeisistä luokista eteenpäin. Tilaisuus voidaan järjestää pienryhmässä tai isommalle ryhmälle. Päihdekasvatustunnilla kokemusasiantuntija kertoo tarinansa, jonka pohjalta käydään pienryhmäkeskusteluja tai ammattilaisten keskustelupaneeli nuorten kysymyksiin pohjautuen. Päihdekasvatustunti on suunniteltu ja toteutetaan yhteistyössä Porin kaupungin ehkäisevän päihde- ja mielenterveystyön, KRIS Satakunta ry:n ja Porin Sininauha kanssa. Tilaisuuden kustannus on kokemusasiantuntijalle maksettava palkkio.

Turun kaupungilla on käytössä **Päihdetietoa ja taitoa –toimintamalli** alakoulujen päihdekasvatusoppituntien tukemiseksi. Toimintamallissa kaupungin ehkäisevän päihdetyön työntekijät kouluttavat AMK-opiskelijoita puhumaan päihteistä ja ohjaamaan päihdeoppitunteja alakoululaisille.

- <http://www.preventiimi.fi/julkaisut/paihdetietoa-ja-taitoa-toimintamalli-paihdekasvatukseen/>

Camera obscura on ehkäisevään päihdetyöhön, mielen hyvinvoinnin edistämiseen ja sosiaaliseen vahvistamiseen soveltuva kokemusoppimiseen perustuva toimintamalli 12–17-vuotiaille. Malli koostuu ennako- ja purkuoppitunneista, mielikuvaseikkailusta ja toimintapisteistä. Toimintamalli on Suomen YMCA:n liiton ja sen paikallisten yhteistyötahojen toimintaa, ja se toteutetaan yhteistyössä paikallisten nuoriso-, hyte- ja opetusalan toimijoiden kanssa. Malli on kouluille maksuton.

- <http://www.cameraobscura.fi/>

5. VARHAINEN TUNNISTAMINEN JA TUEN TARJOAMINEN

Jos aikuiselle herää huoli lapsesta tai nuoresta, on tunne hyvä ottaa aina tosissaan. Useinkaan huoli ei synny ilman todellista syytä. Huoli kannattaa ottaa esille ja puheeksi mahdollisimman varhaisessa vaiheessa niin lapsen ja nuoren kuin alaikäisen kohdalla myös huoltajien kanssa. Ennen huolen puheeksi ottamista on mahdollista myös konsultoida asiassa oppilaitoksen opiskeluhooltohenkilöstöä. Puheeksi ottamisen tarkoituksena on avun ja tuen tarjoaminen. Myös nuoria tulee kannustaa kertomaan aikuiselle mahdollisesta huolesta kaverin päihteiden käyttöön tai liialliseen pelaamiseen liittyen, jotta asiaan voidaan puuttua mahdollisimman varhaisessa vaiheessa.

Linkki huolen puheeksi ottamiseen: https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/varhainen-avoin-yhteistoiminta/huolen-puheeksi-ottaminen

5.1. Haitallisen pelaamisen tunnistaminen

Digitaalisen pelaamisen määrä on kasvanut hurjasti, ja samassa suhteessa myös pelaamiseen liittyvät ongelmatilanteet. Ilmiö on kuitenkin uusi, minkä vuoksi tutkimustietoa on vielä vähän saatavilla. Rungas pelaaminen ei tarkoita automaattisesti ongelmia pelaamisen suhteen. (Pelikasvattajan käsikirja 2 2018. 121–122) Mitä avoimemmin lapsen ja nuoren kanssa puhutaan pelaamisesta kasvatuksessa pienestä pitäen, sitä helpompi on ottaa puheeksi mahdollisia haittoja ja huolia. Pelaamisen muuttumista normaalista ongelmalliseksi voi olla vaikea huomata, sillä kyse ei ole pelkästään pelaamisen määrästä, eikä runsaskaan pelaaminen useimmiten kerro ongelmallisuudesta. (Silvennoinen ja Meriläinen 2016, 28, 31.)

Peliongelmat koostuvat usein monesta osatekijästä, kuten masennuksesta, heikoista sosiaalisista taidoista ja muuten vaikeasta elämäntilanteesta. Ongelmapelaamisen taustalta löytyy usein niin sanottu pakopelaaminen, jossa muun elämän huolia pyritään välttämään tai itselääkitsemään pelaamalla. Pelaamisen hoidossa tavoitteena ei yleensä ole pelaamisen lopettaminen kokonaan, vaan pelaamisen palauttaminen pelaajan hallintaan ja sovittaminen luontevasti muuhun elämään. Pelaaminen voi samaan aikaan sekä aiheuttaa pelaajalle räsitystä että auttaa häntä jaksamaan. (Silvennoinen ja Meriläinen 2016, 30.)

Aikuisten on hyvä muistaa, että peleissä käytössä olevat ikäraajat 3, 7, 12, 16 ja 18 eivät kerro pelin teknisestä vaikeudesta tai soveltuvuudesta tietyn ikäisille, vaan varoittavat sisällön mahdollisesta haitallisuudesta. Pelien ikäraajat ovat sitovia eli niitä täytyy noudattaa: <https://www.mll.fi/tehtavat/pelien-ikarajat/>.

Vaikka pelaaminen tapahtuu vapaa-ajalla, näkyvät ongelmapelaamisen haasteet usein opintojen aikana. Huoli on hyvä ottaa esille oppilaan sekä alaikäisen huoltajien kanssa sekä tarjota apua ja tukea oppilaalle sekä mahdollisesti tämän perheelle opiskeluhoitolpalvelujen tai kunnan muiden palvelujen kautta.

Ongelmapelaaminen voi näkyä esimerkiksi seuraavasti (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 103):

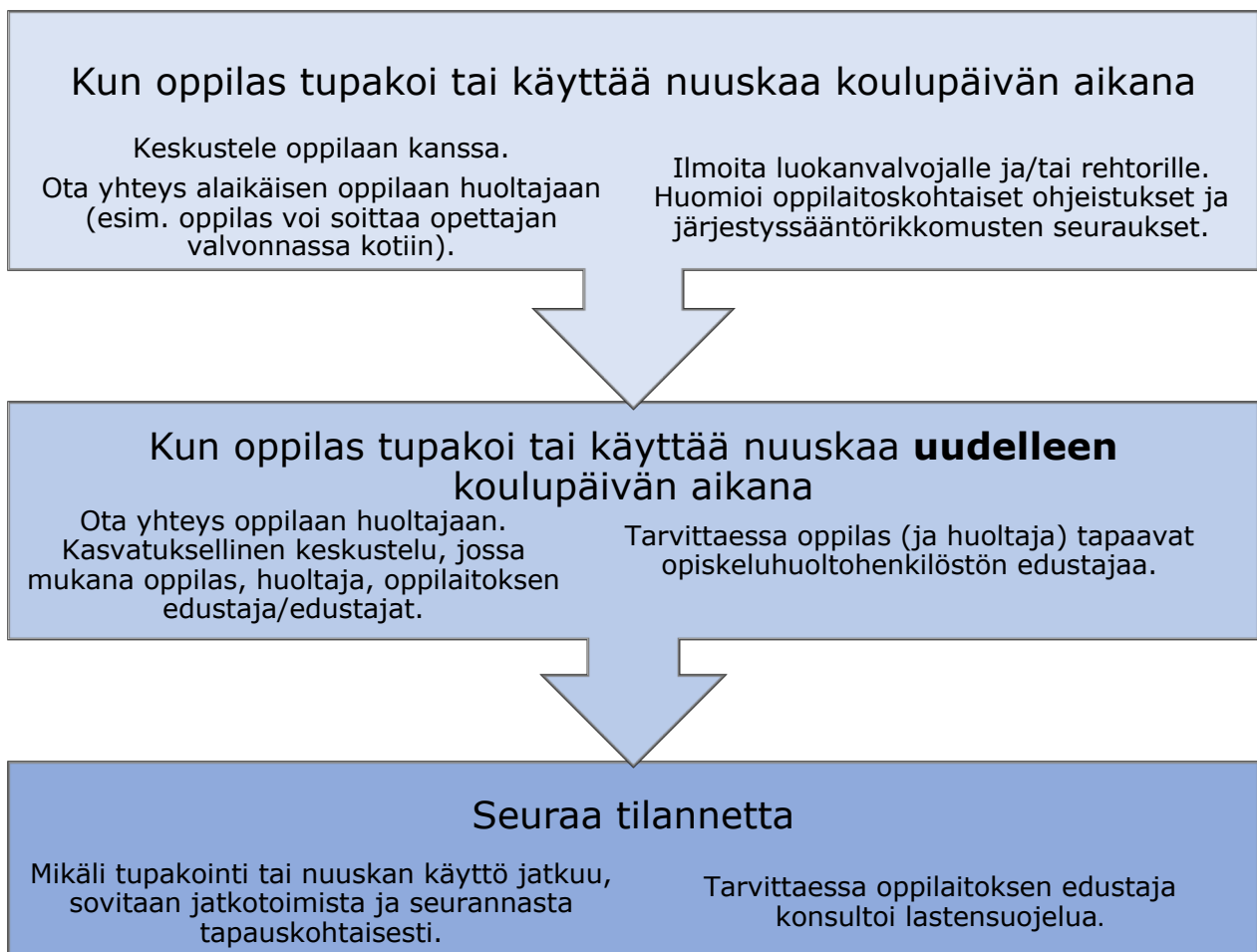
- koneen äärellä vietetään paljon aikaa ja tauot unohtuvat
- pelaamattomuus aiheuttaa levottomuutta ja ärtyisyyttä
- pelaamisen rajoittaminen aiheuttaa voimakkaita negatiivisia tunnereaktioita
- pelimaailman ulkopuoliset sosiaaliset suhteet jäävät pois tai kaventuvat merkittävästi
- erilaiset velvollisuudet jäävät hoitamatta pelaamisen takia
- pelaaminen sekoittaa vuorokausirytmien
- pelaaminen aiheuttaa poissaoloja koulusta tai töistä
- muut harrastukset jäävät pois pelaamisen takia

5.2. Tupakointiin ja nuuskan käyttöön puuttuminen

Tupakkalain 74 § mukaan oppilaitoksen alue, oppilaitoksen järjestämät tapahtumat, tilaisuudet, retket ja leirikoulut sekä kaikki lapsille ja nuorille tarkoitetut vapaa-ajan toiminnat ovat savuttomia.

Oppilaitoksille on tehty nikotiiniohjeistus Ehyt ry:n ja syöpäjärjestöjen yhteistyönä. Esite on saatavana sekä painettuna että sähköisenä versiona: <https://nikedu.fi/opas-oppilaitoksille/>

Kun oppilaan havaitaan tupakoivan (mukaan lukien sähkötupakka) tai nuuskaavan oppilaitoksen tiloissa tai alueella, asiaan on aina puututtava. Oppilaitoksen henkilöstön johdonmukainen yhtenäinen kielteinen linja on yksi tehokkaimmista toimenpiteistä oppilaiden tupakoinnin ehkäisyssä (Klaari 2014). Kuviossa 6 on esitetty esimerkki toimintamallista tupakointiin ja nuuskan käyttöön puuttumiseksi. Malli soveltuu myös muille lapsia ja nuoria kohtaaville tahoille (mukailtu Salon kaupunki 2019).



Kuvio 6. Toimintamalli tupakointiin ja nuuskan käytön puuttumiseen (mukailtu Salon kaupunki 2019).

5.3. Alkoholin, huumeiden ja muiden päihdyttävien aineiden käyttöön puuttuminen

Alkoholilain 83§:n mukaan alkoholituotteiden hallussapito ja käyttö on kielletty alaikäisiltä. Huumausainelain 5§:n mukaan huumausaineen tuotanto, valmistus, tuonti Suomen alueelle, vienti Suomen alueelta, kuljetus, kauttakuljetus, jakelu, kauppa, käsittely, hallussapito ja käyttö on kielletty.

Alkoholin, kannabiksen, muiden huumausaineiden ja päihtymistarkoitukseen käytettyjen lääkkeiden ongelmakäyttöä voi epäillä, jos opiskelija on esimerkiksi (Haravuori, Muinonen, Kanste & Marttunen 2016, 122):

- sulkeutunut
- masentunut
- jatkuvasti väsynyt
- ärtynyt tai vihamielinen
- yhteistyöhaluton

Muita merkkejä voivat olla:

- suhteet omiin perheenjäseniin huonontuneet äkisti
- ystäväpiiri vaihtuu
- arvosanat romahtavat
- poissaolot lisääntyvät
- keskittymisvaikeudet
- mielenkiinto aiempiin harrastuksiin häviää
- ruokailu- ja nukkumistavat muuttuvat: valvoo öisin ja nukkuu päivisin
- ulkonäkö ja pukeutumistyyli muuttuvat äkillisesti
- rahaa kuluu aiempaa enemmän
- kotoa katoaa rahaa

Opiskelijan päihteiden käyttöä tulee seuloa ja arvioida:

- aina, kun huoli päihteiden käytöstä on herännyt
- terveystarkastuksessa
- terveystarkastuksen yhteydessä

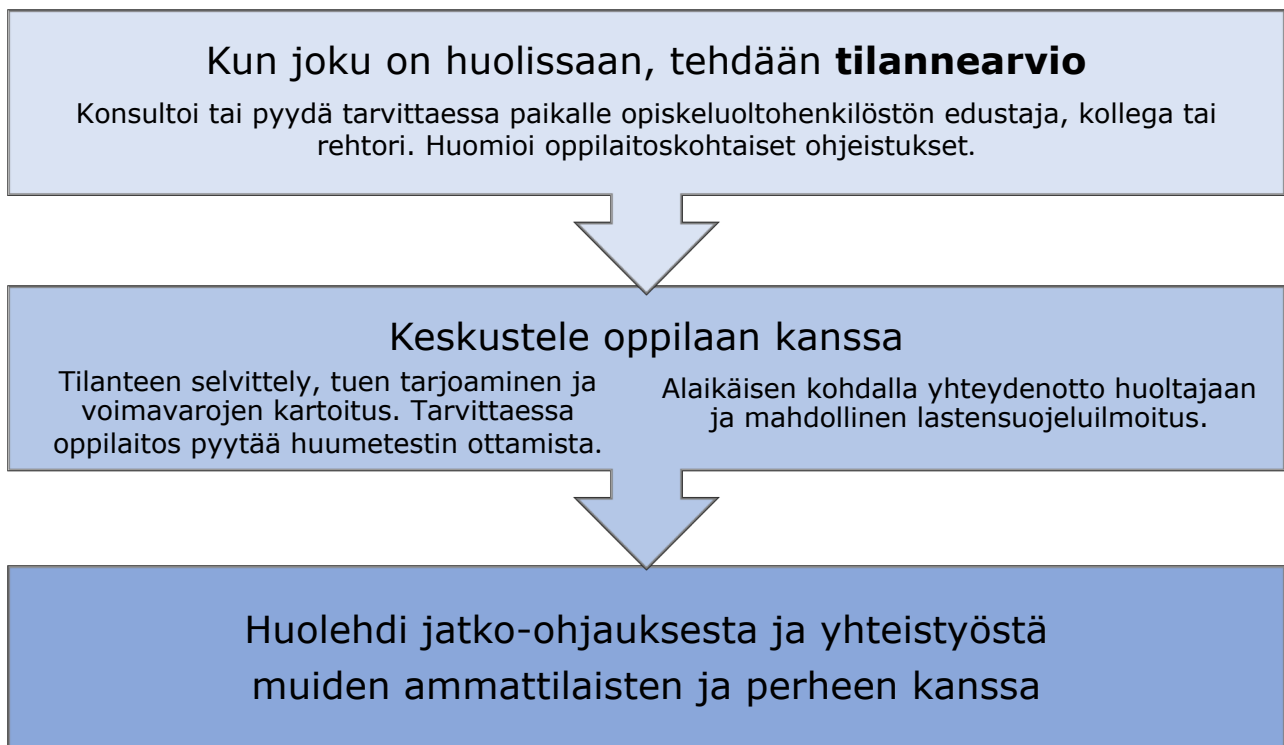
Päihteiden käyttöä tulisi selvittää myös, jos oppilas itse tuo esille sellaisia oireita, jotka usein ovat yhteydessä alkoholin tai muiden päihteiden riskikultukseen (mm. masentuneisuus, ahdistuneisuus, unettomuus, sukupuolielämän häiriöt, kohonnut verenpaine, rytmihäiriöt, epämääräiset vatsavaivat, muisti-, tasapaino- tai raajojen tuntohäiriöt) tai kun hän joutuu toistuvasti tapaturmiin tai hänellä on toistuvia sairauslomia. Päihteiden käytöstä keskustelu ja sen taustojen selvittäminen on tärkeää ja toimii itsessään jo interventiona (Haravuori ym. 2016, 122.)

5.3.1. Toimintamalli epäiltäessä päihdyttävien aineiden käyttöä

Aina, kun herää epäily tai huoli, että oppilas olisi käyttänyt alkoholia, huumeita tai muita päihdyttäviä aineita, tulee tehdä tilannearvio. Suositeltava toimintamalli esitetään kuviossa 7.

Kun opiskeluterveydenhuollon vastaanottotilanteessa keskustellaan oppilaan kanssa päihteiden käytöstä, on hyvä kartoittaa myös siihen liittyviä tekijöitä ja sekä käytettävissä olevia voimavaroja. Keskeisiä aiheita ovat esimerkiksi sosiaaliset suhteet, harrastukset ja vapaa-ajan viettotavat, omat ja lähipiirin asenteet, itsetunto ja tietämys terveyteen liittyvistä asioista. (Haravuori ym. 2016, 130.)

SORA-lainsäädännön perusteella voidaan velvoittaa oppilasta esittämään huumausainetestausta koskeva todistus mahdollisimman pian, mikäli SORA-lainsäädännössä määrätyt edellytykset täyttyvät. Huumausainetestausta koskevat säädökset koskevat kaikkia oppilaita, ei ainoastaan ns. SORA-alojen oppilaita. Koulutuksen järjestäjä vastaa testauksen edellytysten arvioinnista. Lisäksi huumausainetestaukseen velvoittaminen edellyttää, että koulutuksen järjestäjällä on kirjallinen päihdeohjelma. Kun oppilas on veloitettu esittämään huumausainetestiä koskeva todistus, ohjataan hänet mahdollisimman pian (opiskelu)terveydenhuoltoon. Terveystuolossa oppilaalle tehdään päihtymystilan arvio, häntä informoidaan huumausainetestauksesta ja hänen antaessa suostumuksensa huumausainetestaukseen, tehdään lähete testauslaboratorioon. Testituloksen valmistuttua oppilas toimittaa todistuksen oppilaitokselle. Testituloksesta riippumatta jokaiselle oppilaalle, joka ohjataan opiskeluterveydenhuoltoon päihdehäiriöepäilyn vuoksi, on tehtävä erityisen tuen tarpeen arviointi ja tarvittaessa ohjattava päihdehoitoon. Keskeistä on myös oppilaitoksen kanssa tehtävä yhteistyö päihdeongelmaisen oppilaan opintojen ja tuen suunnittelemiseksi. (Haravuori ym. 2016, 137, Tuovila, Seilo ja Kunttu 2020, 59–60.)



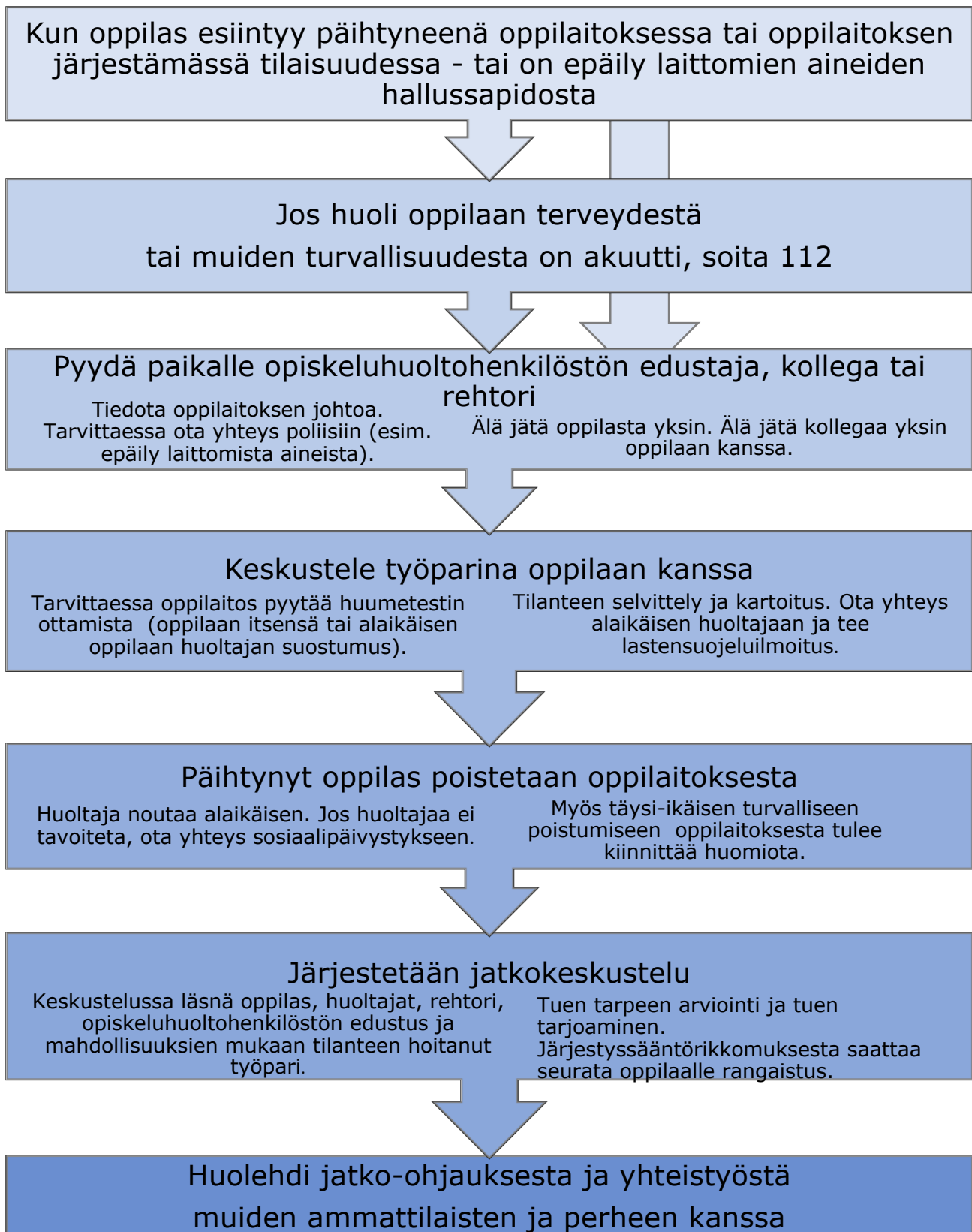
Kuvio 7. Toimintamalli, jos epäillään oppilaan käyttäneen päihdyttäviä aineita (mukailtu Salon kaupunki 2019, sekä Suutarinkylän koulun päihdetoimintamalli 2019).

5.3.2. Toimintamalli oppilaan esiintyessä päihtyneenä

Päihteiden käytön tultua esille oppilaitoksessa tai oppilaitoksen järjestämässä tilaisuudessa, on tärkeätä huomioida seuraavat seikat:

- älä jätä oppilasta yksin
- älä lähetä oppilasta kotiin yksin
- älä jätä kollegaa yksin oppilaan kanssa

Kuviossa 8 esitetään suositeltava toimintamalli, jos oppilas esiintyy päihtyneenä oppilaitoksessa tai oppilaitoksen järjestämässä tilaisuudessa (mukailtu Salon kaupunki 2019 sekä Suutarinkylän koulun päihdetoimintamalli 2019):



Kuvio 8. Toimintamalli päihtyneen kanssa (mukailtu Salon kaupunki 2019 sekä Suutarinkylän koulun päihdetoimintamalli 2019).

Päihteiden käyttöepäilyn tai päihteiden käytön tultua esille on tärkeää huolehtia jatko-ohjauksesta sekä yhteistyöstä niin oppilaan itsensä, perheen kuin yhteistyötahojenkin kanssa. Tilanteessa näkökulma on hyvä kääntää sanktioinnista avun tarjoamisen näkökulmaan. On tärkeää, ettei oppilasta, perhettä tai yksittäistä työntekijää jätetä tilanteessa yksin, vaan yhteistyötä jatketaan oppilaan ja huoltajien luvalla kukin taho omasta näkökulmasta käsin oppilaan etu huomioiden.

Kuntakohtaisesti palvelujen saatavuuden mukaan jatko-ohjaus ja yhteistyö oppilaan ja perheen lisäksi voi tapahtua esimerkiksi seuraavien tahojen kanssa: koulukuraattori, -psykologi, -terveydenhoitaja, psykiatrinen sairaanhoitaja, A-klinikka, päihde- ja mielenterveysyksikkö, psykiatrian poliklinikka sekä kunnan muut mahdolliset palvelut. Yhteistyöstä tällöin myös vanhempien kanssa sekä seurannasta huolehtiminen ovat tärkeitä.

5.4. Aineiden haltuunotto ja oppilaan tarkastaminen

Perusopetuslaki 29 §, laki ammatillisesta koulutuksesta 80 §, lukiolaki 40 § määrittelevät oppilaan/opiskelijan oikeuden turvalliseen opiskeluympäristöön. Oppilaitokseen ei saa tuoda eikä työpäivän aikana pitää hallussa sellaista esinettä tai ainetta, jonka hallussapito on muussa laissa kielletty tai jolla voidaan vaarantaa omaa tai toisen turvallisuutta taikka joka erityisesti soveltuu omaisuuden vahingoittamiseen ja jonka hallussa pidolle ei ole hyväksyttävää syytä. Pykälä velvoittaa myös laatimaan oppilaitoksille järjestyssäännöt. Koulutuksen järjestäjän tulee opetussuunnitelman yhteydessä laatia ja ohjeistaa suunnitelma kurinpitokeinojen käyttämisestä ja niihin liittyvistä menettelytavoista. Opetushallituksen tulee opetussuunnitelman perusteissa antaa määräykset suunnitelman laatimisesta.

Lainsäädäntö määrittelee rehtorin ja opettajan oikeuksista ja velvollisuuksista tilanteissa, joissa epäillään oppilaalla olevan jokin esine tai aine, joiden hallussapitoon ei ole hyväksyttävää syytä. Perusopetuslain 36 d §:ssä, lain ammatillisesta koulutuksesta 89 §:ssä sekä lukiolain 45§:ssä määritellään rehtorin ja opettajan oikeuksista ottaa haltuun kiellettyjä esineitä tai aineita. Oikeus tarkastaa oppilaan tavarat sekä haltuun ottamisen ja tarkastamisen periaatteet on määritelty tarkemmin perusopetuslain pykälissä 36e ja 36f, lain ammatillisesta koulutuksesta pykälissä 90 ja 91 sekä lukiolain pykälissä 46 ja 47. Haltuun otettujen esineiden tai aineiden luovuttamisesta ja hävittämisestä säädetään em. lakien pykälissä 36 g, 92 ja 48.

5.5. Ilmoitus lastensuojeluun tai poliisille

Jos oppilaan hoidon ja huolenpidon tarve, kehitystä vaarantavat olosuhteet tai oma käyttäytyminen edellyttävät lastensuojelun tarpeen selvittämistä, velvoittaa lastensuojelulain 25§ kaikkia opetustoimen, sosiaali- ja terveydenhuollon, nuorisotoimen ja seurakunnan työntekijöitä tekemään viipymättä ja salassapitosäännösten estämättä lastensuojeluilmoituksen kunnan sosiaalihuollosta vastaavalle toimielimelle. Ennen lastensuojeluilmoituksen tekemistä on mahdollista konsultoida lastensuojeluilmoituksen aiheellisuudesta oppilaan nimeä mainitsematta lastensuojelun sosiaalityöntekijää. Vastuuta lastensuojeluilmoituksen tekemisestä ei voi delegoida.

Laissa on täydellinen huumausaineita koskeva kieltö. Jos epäillään huumeidenkäyttöä, otetaan aina yhteyttä poliisiin ja alaikäisen kohdalla myös lastensuojeluun. Täysi-ikäinen oppilas ei kuulu lastensuojelutoimenpiteiden alaisuuteen. Oppilaan täysi-ikäisyys ei kuitenkaan vapauta esimerkiksi oppilaitosta ja opiskeluhoitoa vastuusta työskennellä oppilaan terveyttä edistävästi. Kun epäillään, että joku

on myynyt/välittänyt päihteitä tai nikotiinituotteita alaikäiselle, otetaan yhteyttä poliisiin. Poliisin tehtävänä on tutkia, onko asiassa tapahtunut rikosta.

Lähteet:

EPTO (2016) Vertaisoppiminen kouluttajan työkalupakki Suomenkielisen käännöksen EPTO:n alkuperäisestä julkaisusta Toolkit for Quality Peer Education on tehnyt Koordinaatti – Nuorten tieto- ja neuvontatyön kehittämiskeskus (Käytetty käännöstä vuodelta 2017). <https://koordinaatti.fi/system/files/2020-01/EPTO-vertaisoppiminen-kouluttajan-tyokalupakki.pdf>

Haravuori, Henna; Muinonen, Essi; Kanste Outi & Marttunen Mauri (2016) Mielenterveys- ja päihdetyön menetelmät opiskeluterveydenhuollossa. Opas arviointiin, hoitoon ja käytäntöihin 2016. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131873/URN_ISBN_978-952-302-722-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Hietanen-Peltola, Marke & Korpilahti, Ulla (toim.) (2015) Terveellinen, turvallinen ja hyvinvoiva oppilaitos. Opas ympäristön ja yhteisön monialaiseen tarkastamiseen. Ohjaus 7 /2015. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. <https://www.julkari.fi/handle/10024/126936>

Hietanen-Peltola, Marke; Laitinen, Kristiina; Autio, Eva & Palmqvist, Riia (2018) Yhteisestä työstä hyvinvointia – opiskeluhoitotryhmä perusopetuksessa. Ohjaus 9/2018. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. <http://www.julkari.fi/handle/10024/136782>

Hietanen-Peltola, Marke; Laitinen, Kristiina; Järvinen, Jouni & Fagerlund-Jalokinos, Susanna (2019) Toisella asteella toimien -opas oppilaitoksen opiskeluhoitotryhmälle. Opas nro 10. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138568/URN_ISBN_978-952-343-374-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Innokylä (2020) Toimintamalli: Kasvamme yhdessä – vanhempainillat yläkoulussa. <https://innokyla.fi/fi/toimintamalli/kasvamme-yhdessa-vanhempainillat-ylakoulussa>

Innokylä (2020) Toimintamalli: Selviytymispeli – Toiminnallinen vanhempainilta alakouluun. <https://innokyla.fi/fi/toimintamalli/selviytymispeli-toiminnallinen-vanhempainilta-alakouluun>

Isola, Anna-Maria; Kaartinen, Heidi; Leemann, Lars; Lääperi, Raija; Schneider, Taina; Valtari, Salla & Keto-Tokoi, (2017) Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Helsinki.

Jalo, Niina; Lahtinen Jenni & Lainio-Peltola, Minna (2019) Päihdekasvatuksen toteuttaminen Satakunnan ja Varsinais-Suomen perus-, lukio- ja ammatillisen koulutuksen oppilaitoksissa. Aluehallintovirastojen julkaisuja 66/2019. [Päihdekasvatuksen toteuttaminen Satakunnan ja Varsinais-Suomen perus-, lukio- ja ammatillisen koulutuksen oppilaitoksissa](#)

Kivistö, Kalevi; Hankilanoja, Arto; Mustalampi, Saini; Saarto, Ari; Siurala, Lasse; Opari, Päivi & Soikkeli, Markku (2006) Ehkäisevän päihdetyön laatukriteerit. Työryhmämuistio 25.1.2006. Stakes työpapereita 3/2006. <https://www.julkari.fi/handle/10024/77187>

Klaari Helsinki (2014) Opas päihdesuunnitelman laatimiseen Helsingin kouluille ja oppilaitoksille. Helsingin kaupunki. http://klaari.munstadi.fi/files/2014/08/Klaari_paihdetoimintaopas_A4_0708.pdf

Kärki, Susanna; Karinen, Petra & Armila, Juuso (2016) Kokemusasiantuntijuus ehkäisevässä huumetyössä. YAD Youth Against Drugs ry:n kehittämishanke Raha-automaattiyhdistyksen tukemana 2013–2015. YAD ry. <https://www.yad.fi/wp-content/uploads/2014/04/Kokemusasiantuntijuus-ehkaisevassa-huumetyossa-YAD.pdf>

Laajasalo, Taina & Pirkola, Sami (2012) Ennen kuin on liian myöhäistä. Ehkäisevän mielenterveystyön toimivia käytäntöjä palvelujärjestelmän kehittäjille. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, raportti 47/2012.

Lahtinen Jenni (2019) Millaista päihdekasvatuksen tulisi olla – satakuntalaisten nuorten ajatuksia. Selvin päin Satakunnassa –hankkeen raportti.

https://www.pori.fi/sites/default/files/atoms/files/raportti_millaista_paihdekasvatuksen_tulisi_olla_-_satakuntalaisten_nuorten_ajatuksia.pdf

Meriläinen, Mikko (2019) Pelihaitat ja niiden ehkäisy. Artikkelin Mannerheimin lastensuojeluliiton nettisivuilla 28.10.2019. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-ja-media/digitaalinen-pelaaminen/pelihaitat-ja-niiden-ehkaisy/>

Meriläinen, Mikko (2020) Kohti pelisivistystä. Nuorten digitaalinen pelaaminen ja pelihaitat kotien kasvatuskysymyksenä. Kasvatustieteellisiä tutkimuksia, numero 66. Helsingin yliopisto, Kasvatustieteellinen tiedekunta 2020.

Mannerheimin lastensuojeluliitto (2020) Päihdekasvatus-Tukioppilastoiminnan koulutusmateriaali. Mannerheimin lastensuojeluliitto 2020.

<https://dzmdrwrwq2zx.cloudfront.net/prod/2020/03/11132900/paihdekasvatus-2020-tukioppilastoiminnan-materiaali.pdf>

Opetushallitus (2014) Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Määräykset ja ohjeet 2014:96. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf

Opetushallitus (2018 a) Määräys opiskeluhoollon keskeisistä periaatteista ja tavoitteista sekä opiskeluhoollon suunnitelman laatimisesta ammatillisessa koulutuksessa OPH-285-2018.

<https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/maarays-oph-285-2018-opiskelijahuollon-keskeiset-periaatteet-ja-tavoitteet.pdf>

Opetushallitus (2018 b) Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018. Määräykset ja ohjeet 2018:3a. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf

Opetushallitus (2019) Lukion opetussuunnitelman perusteet 2019.

https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/lukion_opetussuunnitelman_perusteet_2019.pdf

Opetushallitus (2020) Ammatillisten tutkintojen perusteet. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/tutkintojen-perusteet>

Pelikasvattajan käsikirja (2013) Toimittaneet Harviainen Tuomas; Meriläinen, Mikko ja Tossavainen, Tommi. Pelikasvattajien verkosto 2013. www.pelikasvatus.fi

Pelikasvattajan käsikirja 2 (2018) Pelikasvattajien verkosto 2018. www.pelikasvatus.fi

PEPP - Pohjanmaan ehkäisevän päihdetyön malli (2019) Käsikirja koulun henkilökunnalle. www.pepp.fi
https://drive.google.com/file/d/1ZOkkUSM8VBXZn4DGhdbJsF-q0xzps9_S/view

Porin kaupunki (2018) Selvin päin Satakunnassa –hankkeen tarkennettu hankesuunnitelma 2018. <https://drive.google.com/drive/folders/1WnfykpP8T5ICevKrJa-R40wyGGLE1bEN>

Rantala, Kati; Salasuo, Mikko & Soikkeli, Markku (2004) Elämykset ja draama huumevalistuksessa – ajatusten muokkaamisesta ajattelun virittämiseen. Kasvatus 35 (4) s. 393–407.

Salon kaupunki (2019) Päihdekasvatus ja lasten / nuorten päihteidenkäyttöön puuttuminen Salon kaupungissa 2019. <https://salo.fi/sosiaalijaterveyspalvelut/mielenterveysjapaihdepalvelut/paihdepalvelut/>

Satakuntalaisten hyvinvointikertomus 2019 ja Hyvinvointisuunnitelma 2020-2024 (keskeneräinen, lopullinen versio päivittyy Satasairaalan perusterveydenhuollon yksikön www-sivuille).

<https://www.satasairaala.fi/sites/default/files/2020-03/Luonnos%20satakuntalaisten%20hyvinvointikertomus%20kommentointikierroksella.pdf>

Silvennoinen, Inka & Meriläinen, Mikko (2016) Nuoret pelissä - Tietoa kasvattajille nuorten digitaalisesta pelaamisesta ja rahapelaamisesta. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2016.

<http://www.julkari.fi/handle/10024/131837>

Soikkeli, Markku; Salasuo, Mikko; Puuronen, Anne & Piispa, Matti (2012) Se toimii sittenkin - Kuinka päihdevalistuksesta saa selvää? Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Verkkojulkaisuja 85.

https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/se_toimii_sittenkin.pdf

Sosiaali- ja terveysministeriö (2015a) Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma. Alkoholi-, huume- ja rahapelihaittojen sekä tupakoinnin vähentäminen. Julkaisuja 2015:19.

<http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/74726>

Sosiaali- ja terveysministeriö (2015b) Sora-lainsäädännön toimeenpano terveydenhuollossa. Ratkaisuja opiskeluun soveltumattomuuteen. Julkaisuja 2015:2.

http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/70341/URN_ISBN_978-952-00-3562-4.pdf

Tuovila, Tiina; Seilo, Noora & Kunttu, Kristina (2020) Opiskeluterveydenhuollon opas. Sosiaali- ja terveysministeriö. Julkaisuja 2020:14. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-9886-5>

Suutarinkylän koulun päihdetoimintamalli 2019–2020 (2019) <https://www.hel.fi/static/liitteet-2019/KasKo/koulut/suutapk/paihde-toimintamalli2019.pdf>

THL (2020) Päihdekasvatus oppilaitoksissa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut.

<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihde-tyo/paihdekasvatus-ja-valistus/paihdekasvatus-kouluissa>

Varsinais-Suomen sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämissuunnitelma (2019) Päivitys vuosille 2019-2020.

<http://ah.turku.fi/kh/2019/0620017x/Images/1720557.pdf>

Vorma, Helena; Rotko, Tuulia; Larivaara, Meri & Kosloff, Anu (2020) Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020–2030. Sosiaali- ja terveysministeriö, Helsinki.

(http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/70341/URN_ISBN_978-952-00-3562-4.pdf)

LIITE 1: PEPP-VUOSIKELLOT ERI LUOKKA-ASTEILLE



Peruskoulu, 3.Ik

Keskustelkaa henkilökunnassa, kuka toteuttaa minkä osan.

Kuukausi	Teema	Materiaali	Linkki
Elokuu	Koulu alkaa: ystävyys	Hyvää mieltä yhdessä - harjoituksia turvallisen ryhmähengen rakentamiseen, sivu 36	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Syyskuu	Itsetuntemus ja itsetunto	Hyvää mieltä yhdessä - harjoituksia itsetunnon vahvistamiseen, s. 53	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Lokakuu	Kaveritaidot	Hyvää mieltä yhdessä - harjoituksia empatian ja kohtaamisen taidon harjoitteluun, s.90-93	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Marraskuu	Tunnetaidot	Hyvää mieltä yhdessä - tunneharjoituksia, s. 67-68	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Joulukuu	Sosiaaliset taidot	Ihmiseltä ihmiselle - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus (lapset)	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/ihmiselta-ihmiselle-sosiaaliset-aidot/2451375
Tammikuu	Media ja hyvinvointi	Hyvinvoinnin vuosikello - sivut 68-70	https://www.innokyla.fi/documents/2225110/0/HyvinvoinninVuosikello_sivuttain.pdf/d58f5368-1cdb-4889-897a-433f4f8d94a5
Helmikuu	Turvallisuus	Hyvää mieltä yhdessä - turvaverkkoharjoituksia, s. 46-47	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Maaliskuu	Pelit ja ruutu aika	Hyvää mieltä yhdessä - Sarjakuva perheen ruutuajasta, s. 31	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Huhtikuu	Mielen hyvinvoinnin edistäminen	Hyvää mieltä yhdessä - harjoituksia mielenterveyden tukemiseen arjessa, s. 29	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Toukokuu	Kesä	Hyvää mieltä yhdessä - harjoituksia tietoiseen läsnäoloon, keskittymiseen ja rentoutumiseen, s. 96-101	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa



Peruskoulu, 4.lk

Keskustelkaa henkilökunnassa, kuka toteuttaa minkä osan.

Kuukausi	Teema	Materiaali	Linkki
Elokuu	Koulu alkaa: ystävyys	Hyvää mieltä yhdessä - harjoituksia turvallisen ryhmähengen rakentamiseen, sivu 37	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Syyskuu	Itsetuntemus ja itsetunto	Hyvää mieltä yhdessä - harjoituksia itsetunnon vahvistamiseen, s. 54	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Lokakuu	Pelit ja ruutuaika	Nettielämää - pääsenkö porukkaan? Video: https://www.youtube.com/watch?v=EX_9wA57XTE	https://www.mediataitokoulu.fi/assets/tehtavat/nettielamaa.pdf
Marraskuu	Tunnetaidot	Hyvää mieltä yhdessä - tunnetaitoharjoituksia, s. 69-70	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Joulukuu	Sosiaaliset taidot	Ihmiseltä ihmiselle - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus (lapset)	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/ihmiselta-ihmiselle-sosiaaliset-aidot/2451375
Tammikuu	Media ja hyvinvointi	Hyvinvoinnin vuosikello - s. 92-93	https://www.innokyla.fi/documents/2225110/0/HyvinvoinninVuosikello_sivuttain.pdf/d58f5368-1cdb-4889-897a-433f4f8d94a5
Helmikuu	Turvallisuus	Hyvää mieltä yhdessä - harjoituksia arvopohdintaan ja eettiseen päätöksentekoon, s. 106-111	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Maaliskuu	Energiajuomat	Video (1:42) ja keskustelu videoon liittyen (https://www.youtube.com/watch?v=nyYzaT6Jo_k) . Tietoa energiajuomista: https://www.ruokavirasto.fi/henkiloasiakkaat/tietoa-elintarvikkeista/elintarvikeryhmat/energiajuomat/	Oletko koskaan juonut energiajuomia? Oletteko huomanneet vaikutuksia? Mitä syitä on juoda tai olla juomatta? Mitä energiajuomat sisältää? Pitäisikö lasten energiajuomien käyttöä rajoittaa?
Huhtikuu	Mielen hyvinvoinnin edistäminen	Hyvää mieltä yhdessä - harjoituksia mielenterveyden tukemiseen arjessa, s. 30	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Toukokuu	Kesä	Elokuva: Paddington	http://www.media-avain.fi/paddington/

Kuukausi	Teema	Materiaali	Linkki
Elokuu	Koulu alkaa: ystävyys	Hyvää mieltä yhdessä - harjoituksia turvallisen ryhmähengen rakentamiseen, s. 38	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Syyskuu	Itsetuntemus ja itsetunto	Hyvää mieltä yhdessä - harjoituksia itsetunnon vahvistamiseen, s. 55	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Lokakuu	Energiajuomat	Yle Triplet: Energiajuomien myynti alle 15-vuotiaille halutaan kieltää lailla	https://yle.triplot.io/articles/energiajuomien-myynti-alle-15-vuotiaille-halutaan-kieltaa-lailla
Marraskuu	Tunnetaidot	Hyvää mieltä yhdessä - tunnetaitoharjoituksia, s. 71-72	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Joulukuu	Sosiaaliset taidot	Ihmiseltä ihmiselle - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus (lapset)	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/ihmiselta-ihmiselle-sosiaaliset-taidot/2451375
Tammikuu	Media ja hyvinvointi	Hyvinvoinnin vuosikello - s.112-113	https://www.innokyla.fi/documents/2225110/0/HyvinvoinninVuosikello_sivuttain.pdf/d58f5368-1cdb-4889-897a-433f4f8d94a5
Helmikuu	Päihteet yleisesti	Juteltaisko? -malli. Voitte samalla kerätä lasten mielipiteitä vanhempainiltaa varten!	http://www.ehyt.fi/fi/verkkokauppa/juteltaisko
Maaliskuu	Nikotiinituotteet	Fume-peli.	http://fume.utu.fi/
Huhtikuu	Mielen hyvinvoinnin edistäminen	Hyvää mieltä yhdessä - turvataitoharjoituksia, s. 134-137	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Toukokuu	Kesä	Elokuva: Zootropolis (2016) ja keskustelu.	http://www.media-avain.fi/zootropolis-elainten-kaupunki/

Kuukausi	Teema	Materiaali	Linkki
Elokuu	Koulu alkaa: ystävyys	Hyvää mieltä yhdessä - harjoituksia syrjimisen ehkäisyyn, s. 115-119	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Syyskuu	Itsetuntemus ja itsetunto	Hyvää mieltä yhdessä - tehtävä temperamenteista, s. 60	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Lokakuu	Nikotiinituotteet	Smokefree -rastirata (kokonaan tai osa)	http://www.ehyt.fi/smokefree-rastirata
Marraskuu	Tunnetaidot	Hyvää mieltä yhdessä - harjoituksia tunnehallintaan, s. 80-83	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Joulukuu	Sosiaaliset taidot	Ihmiseltä ihmiselle - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus (lapset tai nuoret)	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/ihmiselta-ihmiselle-sosiaaliset-taidot/2451375
Tammikuu	Media ja hyvinvointi	Hyvinvoinnin vuosikello - s. 131-132	https://www.innokyla.fi/documents/2225110/0/HyvinvoinninVuosikello_sivuttain.pdf/d58f5368-1cdb-4889-897a-433f4f8d94a5
Helmikuu	Päihteet yleisesti	Hukkaputki-peli.	https://nuortenlinkki.fi/hukkaputki/
Maaliskuu	Alkoholi	Puhutaan alkoholista: valmistava taso ja taso 1: juhlat	http://www.puhutaanalkoholista.fi/
Huhtikuu	Mielen hyvinvoinnin edistäminen	Hyvää mieltä yhdessä - harjoituksia huolista, surusta ja kriiseistä selviytymiseen, s. 143-147	www.bit.ly/hyvaamieltayhdessa
Toukokuu	Kesä ja yläkouluun siirtyminen	Keskustele oppilaiden kanssa mitä tunteita ja ajatuksia yläkouluun siirtyminen tuo mieleen. Vinkkaa vanhemmille MLL:n oppaasta ->	https://www.mll.fi/kuuntele-ja-kannusta-ylakoululaista/

Kuukausi	Teema	Materiaali	Linkki
Elokuu	Koulu alkaa: tupakka ja nuuska	EHYT: keskusteludiat nikotiinituotteista. Linkkiä avatessa: syötä sähköposti, johon tulee myöhemmin palautekysely.	https://goo.gl/PpgnB3
Syyskuu	Itsetuntemus ja itsetunto	Hyvinvoinnin vuosikello: s. 146	https://www.innokyla.fi/documents/2225110/0/HyvinvoinninVuosikello_sivuttain.pdf/d58f5368-1cdb-4889-897a-433f4f8d94a5
Lokakuu	Alkoholi	EHYT: keskusteludiat alkoholista. Linkkiä avatessa: syötä sähköposti, johon tulee myöhemmin palautekysely.	https://goo.gl/PpgnB3
Marraskuu	Tunnetaidot	Hyvinvoinnin vuosikello: s. 147	https://www.innokyla.fi/documents/2225110/0/HyvinvoinninVuosikello_sivuttain.pdf/d58f5368-1cdb-4889-897a-433f4f8d94a5
Joulukuu	Sosiaaliset taidot	Ihmiseltä ihmiselle - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/ihmiselta-ihmiselle-sosiaaliset-aidot/2451375
Tammikuu	Media ja hyvinvointi	Hyvinvoinnin vuosikello: s. 152	https://www.innokyla.fi/documents/2225110/0/HyvinvoinninVuosikello_sivuttain.pdf/d58f5368-1cdb-4889-897a-433f4f8d94a5
Helmikuu	Päihteet yleisesti	Päihdeilmiö-video ja keskustelu	https://www.youtube.com/watch?v=4o8Scxp65Mw
Maaliskuu	Lähdekritiikki / päihdeet mediassa	EHYT: keskusteludiat medialukutaidosta	https://goo.gl/PpgnB3
Huhtikuu	Mielen hyvinvoinnin edistäminen	Mielen hyvinvointi: tehtävä 6 (s. 54) sis. liite 16 (s. 65) + purku seuraavalla tunnilla tai kolmen päivän päästä tehtävän tekemisen jälkeen.	https://mieli.fi/sites/default/files/materials_files/7_luokka_2_mieli_pirteana.pdf
Toukokuu	Koulunpäättäjät ja kesä	Elokuva: Mielen sopukoissa	http://www.koulukino.fi/inside-out-mielen-sopukoissa/tehtavia-3-6-luokille

Kuukausi	Teema	Materiaali	Linkki
Elokuu	Koulu alkaa: tupakka ja nuuska	EHYT: Keskusteludiat nikotiinituotteista, syventävä. Linkkiä avatessa: syötä sähköposti, johon tulee myöhemmin palautekysely.	https://goo.gl/PpgnB3
Syyskuu	Itsetuntemus ja itsetunto	Nyyti: tunne itsesi. Luekaa, keskustelkaa ja vastatkaa kysymyksiin (omiin muistiinpanoihin)	https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/opi-elamantaitoa/tunne-itsesi/
Lokakuu	Lähdekritiikki / päihdeet mediassa	NikEdu: mainostehtävä, elä terveellisesti	https://nikedu.fi/materiaalit/mainos-ela-terveesti/
Marraskuu	Tunnetaidot	Hyvinvoinnin vuosikello - s. 172-173	https://www.innokyla.fi/documents/2225110/0/HyvinvoinninVuosikello_sivuttain.pdf/d58f5368-1cdb-4889-897a-433f4f8d94a5
Joulukuu	Sosiaaliset taidot	Ihmiseltä ihmiselle - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus (nuoret)	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/ihmiselta-ihmiselle-sosiaaliset-aidot/2451375
Tammikuu	Media ja hyvinvointi	Hyvinvoinnin vuosikello - s.181-182	https://www.innokyla.fi/documents/2225110/0/HyvinvoinninVuosikello_sivuttain.pdf/d58f5368-1cdb-4889-897a-433f4f8d94a5
Helmikuu	Päihteet yleisesti	Varjoton mieli -materiaali: päihteiden ongelmakäyttö ja mielenterveyden ongelmat perheessä	http://www.varjotonmieli.fi/materiaalit/
Maaliskuu	Digi- ja rahapelit	Rahapeli-ilmiö video ja keskustelu.	http://www.pelitaito.fi/new/rahapelaaminen/
Huhtikuu	Mielen hyvinvoinnin edistäminen	Mielen hyvinvoinnin suoja- ja riskitekijät. Tehtävä 1, 2 tai 3.	https://www.mielenterveysseura.fi/sites/default/files/materials_files/8_luokka_2_mielen_hyvinvsuoja_-ja_riskitekijat.pdf
Toukokuu	Koulunpäättäjäiset ja kesä	Rentoutuminen tai mindfulness.	https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/harjoitukset

Kuukausi	Teema	Materiaali	Linkki
Elokuu	Koulu alkaa: päihteet yleisesti	EHYT: keskusteludiat päihteistä.	https://q.surveypal.com/paihdekasvatuksen_tueksi_ladattavat_materiaalit/0
Syyskuu	Itsetuntemus ja itsetunto	Oiva: tietoinen läsnäolo. Valitse yksi harjoitus (Etusivu > Harjoitukset > Tietoinen läsnäolo)	https://oivamieli.fi/
Lokakuu	Laittomat päihteet: kannabis	EHYT: keskusteludiat kannabiksesta, syventävä.	https://q.surveypal.com/paihdekasvatuksen_tueksi_ladattavat_materiaalit/0
Marraskuu	Tunnetaidot	Tunteesta tunteeseen - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/tunteesta-tunteeseen-ihmismielen-tarinat-kuvin-ja-sanoin/15740
Joulukuu	Sosiaaliset taidot	Ihmiseltä ihmiselle - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus (nuoret tai aikuiset)	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/ihmiselta-ihmiselle-sosiaaliset-taidot/2451375
Tammikuu	Media ja hyvinvointi	Tehkää ryhmän kanssa haaste tai kilpailu siitä, kuka voi olla pisimpään ilman sosiaalista mediaa, internetiä tai kuka käyttää vähiten ruutu-aikaa kuukauden aikana.	Sopikaa omat säännöt ja keskustelkaa haasteen loputtua, miten haaste vaikutti omaan hyvinvointiin. Hakemalla "screen time" puhelimen sovelluskaupasta löydät sovelluksia, jotka mittaavat ruutu-aikaa.
Helmikuu	Päihteet yleisesti	Keskustelu YAD:in Addiktiokorttien avulla.	http://www.yad.fi/tuote/addiktiokortit/
Maaliskuu	Muut laittomat päihteet	EHYT: keskusteludiat laittomista päihteistä	https://q.surveypal.com/paihdekasvatuksen_tueksi_ladattavat_materiaalit/0
Huhtikuu	Mielen hyvinvoinnin edistäminen	Oiva: tietoinen läsnäolo. Valitse yksi harjoitus (Etusivu > Harjoitukset > Tietoinen läsnäolo)	https://oivamieli.fi/
Toukokuu	Koulunpäättäjät ja kesä	Pienet illanistujaiset -lyhytelokuva ja tehtävät, https://vimeo.com/107711115	http://www.ehyt.fi/sites/default/files/Tueksi%20elokuvasa%20keskusteluun.pdf

Kuukausi	Teema	Materiaali	Linkki
Elokuu	Koulu alkaa: päihhteet yleisesti	Hyvinvoiva oppilaitos - luku 11. Riippuvuudet ja päihhteet mielenterveyden riskitekijöinä	https://www.mielenterveysseura.fi/sites/default/files/materials_files/hyvinvoiva_oppilaitos.pdf
Syyskuu	Itsetuntemus ja itsetunto	Oiva: havainnointi. Valitse yksi harjoitus (Etusivu > Harjoitukset > Havainnointi)	https://oivamieli.fi/
Lokakuu	Muut laittomat päihhteet	Keskustelu YAD:in Mielikuvani päihhteistä - korttien avulla.	http://www.yad.fi/tuote/mielikuvani-paihteista-kortit/
Marraskuu	Tunnetaidot	Tunteesta tunteeseen - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/tunteesta-tunteeseen-ihmismielentarinat-kuvin-ja-sanoin/15740
Jouluku	Sosiaaliset taidot	Ihmiseltä ihmiselle - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus (nuoret tai aikuiset)	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/ihmiselta-ihmiselle-sosiaalisetaidot/2451375
Tammikuu	Media ja hyvinvointi	Yle Triplet: "Ole valppaana netissä - tätä kaikkea voit kohdata" uutinen ja tehtävät	https://yle.triplet.io/articles/ole-valppaana-netissa-tata-kaikkea-voit-kohdata
Helmikuu	Päihhteet yleisesti	Päihdeilmiö -rastirata. Opettajan opas: http://www.ehyt.fi/sites/default/files/Paihdeilmio-rastirata_ohjeistus.pdf	http://www.ehyt.fi/sites/default/files/Paihdeilmio-rastirata_tehtavakortit.pdf
Maaliskuu	Tulevaisuus	Toivomani tulevaisuus - tehtävälehti	http://edu.lao.fi/uratakomo/pdf/URASUUNNITTELU%20PDF/URASUUNNITTELU_toivomani%20tulevaisuus%20ja%20mahdolliset%20tulevaisuudet.pdf
Huhtikuu	Mielen hyvinvoinnin edistäminen	Oiva: havainnointi. Valitse yksi harjoitus (Etusivu > Harjoitukset > Havainnointi)	https://oivamieli.fi/
Toukokuu	Koulunpäättäjäiset ja kesä	Elokuva: Nerve (2016)	http://www.koulukino.fi/nerve

Kuukausi	Teema	Materiaali	Linkki
Elokuu	Koulu alkaa: päihteet yleisesti	Keskustelu YAD:in Oma asia? -korttien avulla.	http://www.yad.fi/tuote/oma-asia-kortit/
Syyskuu	Itsetuntemus ja itsetunto	Oiva: hyväksyntä. Valitse yksi harjoitus (Etusivu > Harjoitukset > Hyväksyntä)	https://oivamieli.fi/
Lokakuu	Tulevaisuus	Voimavarat käyttöön: valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus sopivasta osiosta (itseluottamus, optimismi, sinnikkyyt tai toiveikkuus).	https://sites.uta.fi/voimavaratkayttoon/
Marraskuu	Tunnetaidot	Tunteesta tunteeseen - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/tunteesta-tunteeseen-ihmismielen-tarinat-kuvin-ja-sanoin/15740
Joulukuu	Sosiaaliset taidot	Ihmiseltä ihmiselle - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus (nuoret tai aikuiset)	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/ihmiselta-ihmiselle-sosiaaliset-aidot/2451375
Tammikuu	Media ja hyvinvointi	Lukekaa artikkeli "Media ja lasten hyvinvointi" ja vastatkaa kysymyksiin.	www.bit.ly/mediajalapset
Helmikuu	Päihteet yleisesti	Keskustelu YAD:in Väitteitä päihteistä -korttien avulla.	http://www.yad.fi/tuote/vaihteita-paihteista-kortit/
Maaliskuu	Tulevaisuus	Voimavarat käyttöön: valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus sopivasta osiosta.	https://sites.uta.fi/voimavaratkayttoon/
Huhtikuu	Mielen hyvinvoinnin edistäminen	Oiva: hyväksyntä. Valitse yksi harjoitus (Etusivu > Harjoitukset > Hyväksyntä)	https://oivamieli.fi/
Toukokuu	Koulunpäättäjät ja kesä	Elokuva: Mielen sopukoissa (Inside out, 2015). Opettajan materiaali >	http://www.koulukino.fi/inside-out-mielen-sopukoissa

Kuukausi	Teema	Materiaali	Linkki
Elokuu	Koulu alkaa: päihteet yleisesti	Keskustelu YAD:in Oma asia? -korttien avulla.	http://www.yad.fi/tuote/oma-asia-kortit/
Syyskuu	Itsetuntemus ja itsetunto	Oiva: hyväksyntä. Valitse yksi harjoitus (Etusivu > Harjoitukset > Hyväksyntä)	https://oivamieli.fi/
Lokakuu	Tulevaisuus	Voimavarat käyttöön: valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus sopivasta osiosta (itseluottamus, optimismi, sinnikkyys tai toiveikkuus).	https://sites.uta.fi/voimavaratkayttoon/
Marraskuu	Tunnetaidot	Tunteesta tunteeseen - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/tunteesta-tunteeseen-ihmismielen-tarinat-kuvin-ja-sanoin/15740
Joulukuu	Sosiaaliset taidot	Ihmiseltä ihmiselle - valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus (nuoret tai aikuiset)	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/ihmiselta-ihmiselle-sosiaaliset-taidot/2451375
Tammikuu	Media ja hyvinvointi	Lukekaa artikkeli "Media ja lasten hyvinvointi" ja vastatkaa kysymyksiin.	www.bit.ly/mediajalapset
Helmikuu	Päihteet yleisesti	Keskustelu YAD:in Väitteitä päihteistä -korttien avulla.	http://www.yad.fi/tuote/vaihteita-paihteista-kortit/
Maaliskuu	Tulevaisuus	Voimavarat käyttöön: valitse muutama ryhmällesi sopiva harjoitus sopivasta osiosta.	https://sites.uta.fi/voimavaratkayttoon/
Huhtikuu	Mielen hyvinvoinnin edistäminen	Oiva: hyväksyntä. Valitse yksi harjoitus (Etusivu > Harjoitukset > Hyväksyntä)	https://oivamieli.fi/
Toukokuu	Koulunpäättäjaiset ja kesä	Elokuva: Mielen sopukoissa (Inside out, 2015). Opettajan materiaali >	http://www.koulukino.fi/inside-out-mielen-sopukoissa

LIITE 2: MENETELMIÄ JA IDEOITA OPPILAITOSTEN PÄIHDE- JA PELIKASVATUKSEEN

Tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittäminen:

<https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=22f675c8-f199-48ee-94a4-80cc0d619be4>

Rovaniemen hyvinvoinnin vuosikello: sosiaalisen vahvistamisen toimintamalli yhteisölliseen hyvinvointityöhön perusopetuksessa.

<https://docplayer.fi/29596448-Ylojarven-kaupunki-tunne-ja-vuorovaikutustaitojen-opetussuunnitelma-vuosiluokille-1-9.html>

Ylöjärven kaupungin tunne- ja vuorovaikutustaitojen opetussuunnitelma vuosiluokille 1–9.

<https://peda.net/yl%C3%B6j%C3%A4rvi/opetussuunnitelma/tjv/tjv11>

Ylöjärven kaupungin tunne- ja vuorovaikutustaitojen opetuksen tavoitteet vuosiluokilla 1–2.

https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/vakivallan-ehkaisy/lapsiin-kohdistuva-yakivalta/turvataitokasvatus

Tietoa lasten ja nuorten turvataitokasvatuksesta.

Päihdekasvatuksen menetelmiä:

<https://www.pepp.fi>

PEPP – Pohjanmaan ehkäisevän päihdetyön projektin sivuille on koottu perusopetuksen ja toisen asteen päihdekasvatusmenetelmiä ja paljon taustatietoa.

<http://www.ehyt.fi/fi/opetusalan-ammattilaiset#Ty%C3%96>

Ehyt ry:n vinkkejä ja valmiita opetusmateriaaleja erityisesti terveystiedon opetukseen käytettäväksi puhuttaessa ehkäisevästä päihdetyöstä sekä pelihaittojen ehkäisystä. Lisäksi opettajan ja ryhmäohjaajan tueksi tarkoitettua materiaalia pelikasvatukseen sekä ryhmien ohjaamiseen.

[Päihdekasvatuksen tueksi - ladattavat materiaalit](#)

Ehyt ry:n materiaalipankki koulutyön tueksi. Vaatii rekisteröitymisen.

<https://www.mll.fi/ammattilaisille/ammattilaisten-aineistot/koulujen-aineistot/paihdekasvatuksen-aineistot/>

Mannerheimin lastensuojeluliiton päihdekasvatusaineistot: videoita ja harjoituksia oppitunneille ja vanhempainiltoihin.

<https://dzmdrerwnq2zx.cloudfront.net/prod/2020/03/11132900/paihdekasvatus-2020-tukioppilastoiminnan-materiaali.pdf>

Mannerheimin lastensuojeluliiton tukioppilastoiminnan päihdekasvatusmateriaali.

<https://koordinaatti.fi/system/files/2020-01/EPTO-vertaisoppiminen-kouluttajan-tyokalupakki.pdf>

Euroopan vertaiskoulutusjärjestön EPTO:n kouluttajan käsikirja laadukkaasta vertaisoppimisesta.

<http://www.preventiimi.fi/materiaali-kategoriat/menetelmat/>

Nuorisotyön ehkäisevän päihdetyön osaamiskeskuksen Preventiimin materiaalipankki.

<http://www.preventiimi.fi/julkaisut/paihdetietoa-ja-taitoa-toimintamalli-paihdekasvatukseen/>

Turun kaupungin toimintamalli 6. luokkien päihdekasvatukseen.

<http://www.cameraobscura.fi/>

Suomen YMCA:n liiton kokemusoppimiseen perustuva toimintamalli 12–17-vuotiaille, soveltuu ehkäisevään päihdetyöhön, mielen hyvinvoinnin edistämiseen ja sosiaaliseen vahvistamiseen.

<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeyto/verkko-pakka-ehkaisevaan-paihdeyohon>

Pakka-toimintamalli paikalliseen, yhteisölliseen ehkäisevään päihdetyöhön.

[Sex, drugs & muita tärkeitä asioita -esite](#)

THL:n tuottamassa esitteessä käsitellään nuorille tärkeitä asioita alkoholin, huumeiden ja tupakan vaikutuksesta nuoren terveyteen ja elämänhallintaan, kuten seksiin, lihomiseen, fyysiseen aktiivisuuteen ja riskinottamiseen.

[Nuortenlinkki-verkkosivusto](#)

A-klinikkasäätiön tuottama Nuortenlinkki on 13–25-vuotiaille suunnattu nuorten oma matalan kynnyksen verkkosivusto, jossa vahvistetaan elämänhallintaa. Keskeisiä aiheita ovat alkoholi ja muut päihteet, pelaaminen, netinkäyttö sekä mielenterveys.

<https://www.vsfinfami.fi/kysy-nuorelta/>

Oppimateriaalia mielenterveyden teemoista ja läheisen näkökulmasta toisen asteen oppilaitoksiin ammattilaisten työn tueksi.

Tietoa päihdeaineista:

www.paihdelinkki.fi

A-klinikkasäätiön ylläpitämä päihdetiedon keskus. HUOM! Sivustoa ei suositella koululaisille, vaan heille on suunnattu oma sivusto: www.nuortenlinkki.fi.

[Alkoholi - jokaisen oma asia? -aineisto](#)

Materiaali on tarkoitettu virikkeeksi nuorten päihdekasvatukseen peruskoulun 6. – 9. luokille kuin nuorisotyöhönkin. Materiaalit sisältävät päihdekasvatukseen oppituntimateriaalia, keskusteluaineistoa, sarjakuvia, lautapelin ohjeineen sekä kotitehtäviä ja vanhempainiltamalleja.

<https://nikedu.fi/>

Nikedu auttaa lasten ja nuorten kanssa työskenteleviä käsittelemään nikotiinituotteisiin liittyviä aiheita. Lasten ja nuorten tupakoimattomuuden edistämiseksi on tärkeää, että kaikki toimijat lasten ja nuorten elinympäristössä tukevat yhdessä nikotiinittomuutta.

<https://www.fressis.fi/>

Fressis on nuorille suunnattu sivusto, joka jakaa tietoa terveydestä, kannustaa terveellisiin elintapoihin ja hyviin valintoihin omassa arjessa. Hyvien valintojen kautta voi vaikuttaa omaan terveyteen ja erilaisten sairauksien ja samalla syövän ehkäisemiseen.

[Kannabis-faktopaketti ja -koulutusmateriaali](#)

Ehyt ry:n materiaalipaketti kannabiksesta.

Tietoa pelaamisesta:

https://www.mielenterveystalo.fi/lapset/ammattilaisille/hairiot/riippuvuudet/Pages/netin_kayton_ja_digipelaamisen_ongelmat.aspx

Tietoa netin käyttöön ja digipelaamiseen liittyvistä ongelmista sekä vanhemman / aikuisen mahdollisuuksista puuttua huolestuttavaan pelaamiseen.

<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/rahapelit/julkaisut/tukiaineistot>

THL:n toimittamia oppaita pelaajille, läheisille, ammattilaisille, kasvattajille ja työyhteisöille: tietoa sekä tunnistamisen ja puheeksi oton keinoja pelihaittoihin liittyen.

<http://www.pelitaito.fi/new/>

Ehyt ry:n ylläpitämä sivusto: tietoa rahapelaamisesta ja digipelaamisesta, työkaluja pelikasvatukseen, oman pelaamisen hallintaan ja pelihaittojen ehkäisyyn.

<https://www.pelikasvatus.fi/>

Pelikasvattajien verkoston ylläpitämä sivusto, jossa materiaalia pelikasvatukseen: mm. pelikasvattajan käsikirjat 1 ja 2.

<https://pelituki.fi/>

Tietoa, raha- ja digipelaamisesta, haittojen ehkäisystä ja tunnistamisesta. Materiaalipankissa oppaita ja työvälineitä aikuisille ja lapsille. (Huom. Hoitopaikkojen yhteystiedot Itä- ja Keski-Suomen alueella).

<https://mediakasvatus.fi/materiaalit/>

Materiaaleja mediakasvatustyön tueksi.

<http://www.ehyt.fi/fi/opetusalan-ammattilaiset#kouluty%C3%B6n%20yleisesite>

Ehyt ry:n materiaalia ja koulutuksia kouluissa toteutettavan päihdekasvatuksen tueksi.

<http://www.ehyt.fi/fi/pelaaminen-0>

Tietoa ja tukea ongelmallisen pelaamisen tunnistamiseen ja käsittelyyn.

<https://paihdelinkki.fi>

A-klinikkasäätiön tuottama verkkopalvelu tarjoaa tietoa ja tukea päihteistä ja riippuvuuksista. Palvelu on tarkoitettu päihteiden käyttäjille, pelaajille, läheisille, ammattilaisille ja opiskelijoille. Kattavan tietopankin lisäksi testejä, oma-apusisältöjä, vertaistukea ja neuvontapalvelu.

<https://nuortenlinkki.fi/>

Nuorille suunnattu päihdelinkkiä vastaava verkkopalvelu.

<https://www.mll.fi/ammattilaisille/tietoa-teemoittain/mediakasvatus-mllssa/>

MLL:n tuottamaa aineistoa lasten ja nuorten mediakasvatukseen, sisältöjä erikseen ammattilaisille, vanhemmille ja nuorille.

<https://www.nuortennetti.fi/>

MLL:n sivusto nuorille: tietoa, tukea ja keskustelua eri elämäntilanteisiin liittyen.

<https://www.mll.fi/tehtavat/pelien-ikarajat/>

MLL:n sivusto, jossa tietoa pelien ikärajoista.

<https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/Pages/default.aspx>

Monipuolinen nuorten mielen hyvinvointia ja kehitystä tukeva palvelu on tarkoitettu nuorille, vanhemmille ja ammattilaisille: tietoa oireista, ongelmista ja auttamismahdollisuuksista.

<https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/peliriippuvuus/Pages/default.aspx>

Tietoa peliriippuvuudesta, hoitoon hakeutumisesta ja hoitomahdollisuuksista.

Apua ongelmalliseen pelaamiseen:

<https://peluuri.fi/fi>

<http://peliklinikka.fi/>

<https://pelirajaton.fi/>

<http://digipelirajaton.fi/>

<https://www.mielenterveystalo.fi/>

Materiaalia vanhempainiltoihin ja vanhemmille:

[Vanhempainiltamalli](#)

Klaari Helsingin kokoaman Nuorten päihteettömyyden tukeminen – vanhempainiltamallin tavoitteena on vahvistaa huoltajien kielteistä suhtautumista alaikäisten päihdekokeiluihin sekä päihteidenkäyttöön. Suunnattu erityisesti 6.- ja 7.-luokkalaisten vanhemmille.

<https://innokyla.fi/fi/toimintamalli/kasvamme-yhdessa-vanhempainillat-ylakoulussa>

Toimintamalli: Kasvamme yhdessä – vanhempainillat yläkoulussa.

<https://innokyla.fi/fi/toimintamalli/selviytymispeli-toiminnallinen-vanhempainilta-alakouluun>

Toimintamalli: Selviytymispeli – Toiminnallinen vanhempainilta alakouluun.

<https://vanhempainliitto.fi/opettajalle/>

Ideoita kodin ja koulun väliseen yhteistyöhön ja vanhempien osallistamiseen.

<http://www.ehyt.fi/fi/aikuiset#Vanhempien%20huoneentaulut>

Vinkkejä vanhemmille/huoltajille mm. päihteisiin, pelaamiseen ja sosiaalisen median käyttöön liittyvään keskusteluun lasten ja nuorten kanssa.

<https://www.mll.fi/vanhemmille/vinkkeja-lapsiperheen-arkeen/>

Käytännön vinkkejä lapsen /nuoren kanssa vastaan tuleviin arjen haasteisiin ja huolen aiheisiin.

LIITE 3: PÄIHTEIDENKÄYTTÖÄ JA RAHAPELAAMISTA KOSKEVAT INDIKAATTORIT

Alla on lueteltu oppilaitosten ehkäisevää päihdetyötä ja nuorten päihteiden ja tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttöä sekä rahapelaamista kuvaavat mittarit. Kouluterveyskyselyä koskevissa tiedoissa on suluisia indikaattorinumerot, jolla tieto löytyy sotkanet.fi -tietokannasta.

Kouluterveyskyselystä saatavat tiedot:

- Tupakoi päivittäin**, % oppilaista / opiskelijoista
8. ja 9. lk (ind 288) / lukio (ind 3921) / ammatillinen oppilaitos (aol) (ind 3936)
- Käyttää päivittäin jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta**, % oppilaista / opiskelijoista
8. ja 9. lk (ind 4732) / lukio (ind 4732) / aol (ind 4731)
- Nuuskaa päivittäin**, % oppilaista / opiskelijoista
8. ja 9. lk (ind 335) / lukio (ind. 344) / aol (ind 353)
- Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa**, % oppilaista / opiskelijoista
8. ja 9. lk (ind. 289) / lukio (ind 3920) / aol (ind 3935)
- Kokeillut laittomia huumeita ainakin kerran**, % oppilaista / opiskelijoista
8. ja 9. lk : (ind. 290) / lukio (ind. 3922) / aol (ind. 3937)
- Omalla paikkakunnalla helppo hankkia huumeita**, % oppilaista / opiskelijoista
8. ja 9. lk (ind 4882) / lukio (ind. 4883) / aol (ind. 4884)
- Kokeillut kannabista vähintään kaksi kertaa**, % oppilaista / opiskelijoista
8. ja 9. lk:n oppilaista (ind 488) / lukio (ind. 489) / aol (ind. 490)
- Pelaa rahapelejä viikoittain**, % oppilaista / opiskelijoista
8. ja 9. lk (ind. 3146) / lukio (ind. 3151) / aol (ind. 3156)
- Huolta herättävää päihteiden tai tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttöä tai rahapelaamista**, % oppilaista / opiskelijoista
8. ja 9. lk (ind 5362) / lukio (ind 5363) / aol (ind 5364)

<https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/index>

<https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely>

TEA-viisarista saatavat tiedot:

- Oppilaiden / opiskelijoiden & henkilöstön päihteiden ja tupakkatuotteiden käyttö oppilaitoksen alueella, % oppilaitoksista
- Yhteinen käytäntö / toimintaohje päihteiden käytön ehkäisystä, % oppilaitoksista
- Yhteinen käytäntö / toimintaohje tupakkatuotteiden käyttöön puuttumisesta (oppilaat /hlöstön jäsen), % oppilaitoksista
- Opiskelijoiden osallistuminen päihteettömyyden ja tupakoimattomuuden edistämiseen, % oppilaitoksista

Perusopetus: <https://teaviisari.fi/teaviisari/fi/tiedonkeruu/55>

Toinen aste: <https://teaviisari.fi/teaviisari/fi/tiedonkeruu/56>

