

Pia Lundbom ja Elsi Vuohelainen (toim.)

Ehkäisevä päihdetyö ammattikorkeakoulussa - miksi ja miten?



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

Preventiimi

Pia Lundbom ja Elsi Vuohelainen (toim.)
Ehkäisevä päihdetyö ammattikorkeakoulussa
- Miksi ja miten?

Pia Lundbom ja Elsi Vuohelainen (toim.)
Ehkäisevä päihdetyö ammattikorkeakoulussa
- Miksi ja miten?

Humanistinen ammattikorkeakoulu julkaisuja, 23
© Tekijät ja Humanistinen ammattikorkeakoulu (Humak)

Kansikuva: Emilia Reponen
Taitto: Emilia Reponen
Paino:

ISBN 978-952-456-244-7 (painettu)
ISBN 978-952-456-245-4 (verkkojulkaisu)

ISSN 2343-0664 (painettu)
ISSN 2343-0672 (verkkojulkaisu)

Johdanto	8
OSA 1 - Ehkäisevä päihdetyö – koko yhteiskunnan asia ja osa laajempaa kokonaisuutta	10
Opiskelijan näkökulma: Miksi ehkäisevä päihdetyö on tärkeää?	1
<i>Leo Sulavuori</i>	
Mitä? Kuka? Häh?	14
<i>Elsi Vuohelainen</i>	
Mikä on ehkäisevän päihdetyön kohde? Riippuvuus yhteiskunnallisena ilmiönä	19
<i>Tiina Valkendorff</i>	
Ehkäisevä päihdetyö - kaikkien ammattikorkeakoulutoimijoiden asia?	24
<i>Pia Lundbom & Katja Munter</i>	
OSA 2 - Ehkäisevää päihdetyötä oppimassa ammattikorkeakoulussa	28
Ehkäisevän päihdetyön osaaminen – jokaisen asiaksi oppilaitosten tuella	29
<i>Jaana Markkula</i>	
Opiskelijan näkökulma: “Miksi te puhutte meille tästä?” – päihdekasvatusta oppimassa	34
<i>Päivi Kosonen ja Fanni Laivamaa</i>	
Yhteistyöllä lisäresursseja ja jatkuvuutta päihdekasvatukseen	39
<i>Tiina Heimo & Jenni Tähtävuori</i>	



Ehkäisevän päihdetyön opettaminen lehtorin näkökulmasta: Esimerkkinä Valintojen stoori - yhteistyö	46
<i>Sirpa Ali-Melkkilä</i>	
Ehkäisevän päihdetyön opetus rikosseuraamusalan sosionomikoulutuksessa	50
<i>Janika Lindström ja Sari Viikki-Ripatti</i>	
Case Humak: Tavoitteena johdonmukainen ehkäisevän päihdetyön opetus	55
<i>Heidi Odell</i>	
OSA 3 - Hyvinvoinnin edistäminen ja ehkäisevä päihdetyö opiskelijakulttuurissa ja ammattikorkeakoulun rakenteissa	59
Opiskelijan näkökulma: Kosteä korkeakoulu	60
<i>Niklas Ekebom</i>	
Ehkäisevä päihdetyö ja sosiaaliset taidot	62
<i>Antti Maunu & Laura Heinonen</i>	
Opiskelijat hyvinvoinnin tuottajina	67
<i>Kaisa Hakala, Jussi-Pekka Rode ja Sini Heino</i>	
Ennaltaehkäisevä päihdetyö - "EI SE HALLAA TEE, MUT ONKO SIITÄ HYÖTYÄKÄÄN?"	71
<i>Marja Sipilä</i>	
Puuttumis- ja pahoinvointiohjelmista kohti yhteisötason hyvinvointityötä	75
<i>Mari Tapio</i>	



Johdanto

Kenen asia on tehdä ehkäisevää päihdetyötä ammattikorkeakoulussa? Millä tavalla ehkäisevä päihdetyö liittyy ammattikorkeakouluissa tehtävään työhön? Millä keinoin ammattikorkeakouluissa voitaisiin ehkäisevää päihdetyötä tehdä? Entä mitä opiskelijat ehkäisevästä päihdetyöstä ajattelevat? Muun muassa edellä mainittuja kysymyksiä tarkastellaan tässä käsillä olevassa Ehkäisevä päihdetyö ammattikorkeakouluissa –pienkirjassa. Pienkirja on suunnattu niin ammattikorkeakouluissa työskenteleville ja opiskeleville, ehkäisevän päihdetyön tehtävissä toimiville kuin kaikille ehkäisevästä päihdetyöstä kiinnostuneille.

Ammattikorkeakoulujen rooli ehkäisevän päihdetyön suhteen on kaksijakoinen. Ensinnäkin korkeakoulukentällä työskentelevillä ja opiskelevilla on kaikilla oikeus turvalliseen ja tasapainoiseen toimintaympäristöön, minkä takia on tärkeää kiinnittää huomiota siihen, miten päihteet ammattikorkeakoulussa näkyvät ja miten päihteisiin liittyvät teemat kohdataan. Toisaalta monella koulutuslinjalla on olennaista pohtia, millaisia ehkäisevän päihdetyön taitoja opiskelijat tulevassa työelämässään tarvitsevat, ja miten oppilaitos voisi niitä taitoja heille mahdollisimman hyvin tarjota. Lisäksi ammattikorkeakoulussa toimivien hyvinvointi itsessään on olennainen tema, ei pelkästään se, millainen vaikkapa työntekijöiden tai opiskelijöiden suhde päihteisiin on. Myös oppilaitoskontekstissa on syytä pitää mielessä varsin perinteinen ajatus siitä, että kyetäkseen auttamaan ja tukemaan toisia, on pidettävä huolta (ensin) itsestään.

Lähetimme kirjoittajakutsuja toimijoille, jotka kukin tarkastelevat ehkäisevää päihdetyötä ammattikorkeakouluissa hieman eri

näkökulmista. Iloksemme saimme mukaan moniäänisen kirjoittajajoukon, johon kuuluu niin lehtoreita, tutkijoita, ehkäisevän päihdetyön asiantuntijoita kuin opiskelijoitakin. Kirjaan päätyneistä artikkeleista on luettavissa ammattikorkeakoulussa toteutettavan ehkäisevän päihdetyön mahdollisuuksien monipuolisuus ja kirjoitukset korostavat ammattikorkeakoulujen roolia ehkäisevän päihdetyön toteuttajina.

Pienkirja on jaettu kolmeen osaan, joista ensimmäinen tarjoaa yleiskatsauksen ehkäisevään päihdetyöhön ja siihen, mitä kaikkea sen rinnalla kulkee. Toisessa osassa pohditaan sitä, miksi ja miten ehkäisevän päihdetyön tulisi olla selkeä osa opetusta etenkin kohtaavien alojen koulutuksessa. Kolmas osa puolestaan nostaa esille sen, millaista on päihteiden käyttö opiskelijoiden arjessa ja miten ehkäisevän päihdetyön kysymyksiä voitaisiin nostaa esiin esimerkiksi tutoreiden ja oppilaitoksen rakenteiden myötä. Jokainen osa sisältää Humakin yhteisöpedagogiopiskelijan kirjoituksen tuoden esiin parhaillaan opiskelijaelämää elävien, mutta tulevien ammattilaisten ja ehkäisevää päihdetyötä toteuttavien näkökulman.

Toivomme tämän pienkirjan herättävän keskustelua siitä, mikä on ehkäisevän päihdetyön rooli ammattikorkeakoulussa niin opiskelijoiden ja työntekijöiden hyvinvoinnin lisääjänä, kuin tulevien ammattilaisten osaamisalueena. Keskusteluun on hyvä ottaa mukaan kaikki korkeakoulussa toimivat, sillä ehkäisevän päihdetyön tulisi olla yhteinen asia, joka näkyy korkeakoulun toiminnassa monin tavoin.

Toivotamme oivaltavia lukuhetkiä ehkäisevän päihdetyön parissa!

Pia Lundbom ja Elsi Vuohelainen

OSA 1

EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ
– KOKO YHTEISKUNNAN ASIA JA
OSA LAAJEMPAA KOKONAISUUTTA



OPISKELIJAN NÄKÖKULMA: MIKSI EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ ON TÄRKEÄÄ?

Sosiaali- ja terveysministeriön Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelmaa lukiessani huomasin, kuinka monta eri osaajaa toimintaohjelman noudattaminen vaatii. Yhden alan osaaminen ei riitä millään ehkäisevän päihdetyön ylläpitämiseen ja kehittämiseen, vaan tarvitaan monen eri alan yhteistyötä tuloksellisen toiminnan maksimoimiseksi. Eikä tätä tehdä pelkästään ehkäisevän päihdetyön yksiköissä ja järjestöissä, vaan ammattimaiseen yhteistyöverkostoon kuuluu kouluja, korkeakouluja ja lähipoliiseja, ja ruohonjuuritasolla toimivat mm. sosiaaliohjaajat ja nuorisotyöntekijät.

Ammattikorkeakoulut ovat toiminnan kehittämisessä etupäässä, sillä ne yhdistävät teorian ja käytännön. Ei riitä, että tehdään tutkimus ja pohditaan miten voitaisiin tutkittavaa asiaa kehittää, vaan on otettava kehittävä näkökulma. Ammattikorkeakoulujen keskinäinen yhteistyö ehkäisevässä päihdetyössä edistäisi monialaista yhteistyötä, mitä arvostetaan paljon erityisesti kasvatus- ja sosiaalialalla. Näin saataisiin myös opiskelijoille lisää kokemusta monialaisesta työstä ja sen tuomista mahdollisuuksista.

Ehkäisevä päihdetyö vaatii suunnan. Tällä hetkellä osassa kunnista toimii ehkäisevän päihdetyön yksiköitä, jossain luotetaan siihen, että kaikki työntekijät edistävät sitä ja toisaalla taas hyödynnetään paikallisyhdistyksiä ja järjestöjä. Jos yhteistyö ja suunnan valinta aloitettaisiin jo opiskeluaikana ammattikorkeakoulussa, se tarkoittaisi sitä, että saataisiin yhtenäinen suunta ja ehkäisevä päihdetyö vakiinnuttaisi paikkansa vielä paremmin sekä valtakunnallisesti että kuntien rakenteissa.

Nuorisotyön ja kansalaistoiminnan opiskelijana olen päässyt tutkimaan ehkäisevää päihdetyötä lähemmin erilaisten työharjoittelupaikkojen ja esseiden muodossa. Kiinnostuin aiheesta ja halusin opiskella ehkäisevää päihdetyötä enemmän. Näin ei ole kaikilla nuoriso- tai sosiaaliajaa opiskelevilla. Ehkäisevää päihdetyötä käydään usein läpi verkkokurssien kautta, jolloin voi olla hyvin hankala päästä kiinni aiheeseen. Ainoastaan esseiden kirjoittaminen ja muutamien kirjan tai artikkelin lukeminen ei anna täydellistä kuvaa ehkäisevästä päihdetyöstä.

Miksi käytännön oppi on tärkeää, jos ei mene töihin ehkäisevän päihdetyön maailmaan? Koska ehkäisevä päihdetyö on näkyvillä joka paikassa, eikä aina se kaavoihin kangistunut kasvatusmenetelmä tuo kaivattua tulosta. Välillä ehkäisevä päihdetyö on ruohonjuuritasolla tapahtuvaa toimintaa, eli esimerkiksi keskustelua nuorten kanssa, kun heitä askarruttaa jokin asia päihteisiin ja niiden vaikutuksiin liittyen. Silloin on hyvä olla pohja ja kokemus, että miten keskustellaan aihealueesta mahdollisimman hyvän tuloksen saamiseksi. Monet alallani valitsevat tien nuorisotyöntekijöinä ja kasvattajina. Käytännön opin ammattikorkeakouluissa ei tarvitse olla hankalaa, onhan monia muitakin asioita harjoiteltu käytännössä, kuten haastattelujen tekemistä. Yläasteilla ja toisen asteen oppilaitoksissa on paljon hyvinvointipäiviä tai muita terveellisten elämäntapojen tukemista vaativia päiviä, joihin opiskelijat voisivat innovoida itse omia päihdekasvatusmenetelmiä ja laittaa oppimansa teorian käytäntöön. Esimerkiksi Humanistinen ammattikorkeakoulu on jo ottanut askeleen eteenpäin ja tarjoaa osana ammatillisia opintoja ehkäisevän työn kurssia, jossa voi osallistua käytännön toteutuksiin.

Lopuksi pitää muistaa, että ehkäisevä päihdetyö on osa hyvien elämäntapojen tukemista ja nuorisoalalla se on ensisijaisen tärkeää. Nuorten parissa työskentelevien ammattilaisten, olivat he sitten sosionomeja, terveydenhoitajia tai yhteisöpedagogeja, kuuluu olla kokemusta miten hyviä elämäntapoja tuetaan ja edistetään. Moniammatillinen työ toisi paljon yhtenäisempää suuntaa.

LÄHTEET

Sosiaali- ja terveysministeriö, 2015. Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma. Alkoholi-, huume- ja rahapelihaittojen sekä tupakoinnin vähentäminen.

MITÄ? KUKA? HÄH?

Ehkäisevä päihdetyö terminä saattaa nostaa esiin mielikuvia sormenheristelystä ja uhkakuvien maalaamisesta, holhoavista kukkahattutädeistä ja vanhan ajan valistajista. Toisaalta se saatetaan mieltää epämääräiseksi työksi, joka hukkuu terveydenedistämisen virtaan. Tässä artikkelissa tarjotaan pähkinänkuoressa kuvaus siitä, mitä ehkäisevä päihdetyö todellisuudessa on, kenen toimesta sen yhteiskunnassamme tulisi näkyä ja miksi.

Mitä?

Ehkäisevällä päihdetyöllä ehkäistään päihdehaittoja ja edistetään hyvinvointia tukemalla terveellisiä elintapoja. Sen tavoitteena on hyvinvoiva, tasapainoinen ja paikkansa yhteiskunnasta löytävä yksilö, jolla on hyvinvointia tukeva suhtautuminen päihteisiin. Ehkäisevällä päihdetyöllä vaikutetaan alkoholin, tupakan, huumeiden ja rahapelaamisen aiheuttamiin haittoihin. Joulukuussa 2015 voimaan tulleen ehkäisevän päihdetyön järjestämistä koskevan lain mukaan on huomioitava myös läheisten, ei siis vain käyttäjien itsensä kokemat haitat, mikä osaltaan laajentaa ehkäisevän päihdetyön ulottuvuutta; on oltava toimintamalleja esimerkiksi siihen, miten puuttua läheisen päihteiden käytöstä nuorelle aiheutuviin haittoihin.

Ehkäisevä päihdetyö kulkee käsi kädessä monen hyvinvointia tukevan teeman kanssa, joista mielen hyvinvoinnin edistäminen on eräs selkeimmistä. Päihteidenkäyttöä mielenterveys liittyvät usein toisiinsa ja näin ollen myös ehkäisevää päihde- ja mielenterveystyö-

tä tehdään monilta osin samojen teemojen äärellä. Toisaalta myös vaikka nuorten rikostentorjunnassa ja seksuaalikasvatuksessakin on yhteisiä piirteitä ehkäisevän päihdetyön kanssa. Näissä kaikissa korostuvat sosiaalisten- ja vuorovaikutustaitojen tukeminen, itsetunnon vahvistaminen ja itsenäisen ajattelun tukeminen, joiden avulla päästään pitkälle nuoren hyvinvoinnin edistämiseksi ja jotka tukevat niin päihdeettömyyttä, toisten kunnioittavaa kohtaamista kuin omaa mielenterveyttä. Aina ei olekaan välttämätöntä niin tarkkaan erotella, mitä milloinkin ollaan ehkäisemässä vaan asiaa voidaan tarkastella kokonaisvaltaisemmin hyvinvoinnin kannalta.

Ehkäisevän päihdetyön keinot ovat hyvin moninaiset. Keskeisessä roolissa ovat kontrollikeinot, kuten saatavuuden ja hinnan säätely, ikärajat ja lupavalvonta. Se, että laki asettaa rajoja päihdeiden käytölle ja saatavuudelle, vaikuttaa laaja-alaisesti koko väestöön ja toimii tehokkaana päihdehaittoja ehkäisevänä keinona. Kontrollin ohella tarpeellista on valistus. Voidakseen tehdä päätöksen päihdeiden käytöstä tai käyttämättä jättämisestä, tarvitsee yksilö tietoa esimerkiksi siitä, mitä haittoja päihdeiden käyttöön liittyy. Tarvitaan kampanjoita, helposti saatavilla olevaa tietoa ja väyliä tämän tiedon levittämiseen. Valistuksen ei kuitenkaan tarvitse olla päihdetiedon kaatamista nuoren niskaan, vaan sitä voidaan, ja on suotavaakin, tehdä vuorovaikutuksen ja osallistamisen kautta ottamalla huomioon nuoren omat näkemykset ja haastamalla häntä ottamaan asioista selvää.

Kolmas olennainen osa ehkäisevää päihdetyötä on asennekasvatus, jonka avulla pyritään vaikuttamaan päihdeasenteisiin ja valitsemaan päihdekulttuuriin. Tämä tapahtuu keskustelemalla, tarjoamalla vaihtoehtoisia tapoja ajatella ja tukemalla päihdeettömiä vapaa-ajanviettomahdollisuuksia. Etenkin nuorten parissa tehtävässä työssä korostuu sosiaalinen vahvistaminen, jossa ei niinkään puhuta päihdelähtöisesti, vaan keskitytään tarjoamaan nuorelle valmiudet hyvinvointia ylläpitävään elämäntapaan sekä tuetaan nuoren itsetuntoa ja sosiaalisia taitoja. Sosiaalinen vahvistaminen on osa kaikkea nuorten parissa tehtävää työtä ja sen tulisi korostua vahvasti myös oppilaitosmaailmassa.

Se, miten ehkäisevää päihdetyötä käytännössä tehdään, riippuu paljon kohderyhmästä. Esimerkiksi työelämässä olevat aikuiset, opiskelijat ja raskaana olevat naiset kohdataan osin eri paikoissa

ja eri tavoin. Puhumattakaan lapsista ja nuorista, joiden kanssa ehkäisevän päihdetyön lähtökohdat ovat hyvin erilaiset johtuen jo heidän kehitysvaiheestaan, kokemusmaailmastaan ja lain asettamista rajoitteista alle 18-vuotiaiden päihteiden käytölle. Opiskelijat ovat kohderyhmä, johon on 2010-luvulla alettu kiinnittää entistä enemmän huomiota, sillä yleisesti ottaen päihteiden käytön katsotaan olevan melko luonteva osa opiskelijakulttuuria ja lisäksi päihteiden käyttö on monesti riskipainotteista. Päihdemyönteisen opiskelijakulttuurin rinnalle oppilaitoksen on tärkeää tuottaa myös vaihtoehtoisia tapoja ajatella asiaa ja tukea myös mahdollisuutta päihdeettömään tai ainakin vähemmän kosteaan opiskeluaikaan. Tässä julkaisussa on tarjolla eri näkökulmia siihen, miten juuri opiskelijoille tulisi ehkäisevää työtä kohdentaa.

Kuka?

Sanotaan, että ehkäisevä päihdetyö kuuluu kaikille. Tällaisessa tavassa ajatella on olemassa vaara, että käytännön tasolla työ ei varsinaisesti kuulu kenellekään ja vastuuta siirrellään, jolloin myös tavoitteet jäävät saavuttamatta. Päävastuu ehkäisevästä päihdetyöstä yhteiskunnassamme onkin kunnilla, joiden tulee huolehtia siitä, että tehtävät toimenpiteet ovat riittäviä ja ehkäisevän päihdetyön tavoitteiden mukaisia. Jokaisessa kunnassa tulee olla ehkäisevän päihdetyön toimielin, jonka tehtävänä on huolehtia suunnitelmallisesta ja pitkäjänteisestä ehkäisevästä päihdetyöstä. Osassa kunnista on ehkäisevän päihdetyön koordinaattori, joka keskittyy ehkäisevään päihdetyöhön ja toimii yhteistyössä alueen eri toimijoiden kanssa. Kuntien ohella on myös paljon muita toimijoita, jotka kantavat kortensa ehkäisevän päihdetyön kehoon. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos sekä sosiaali- ja terveysministeriö ohjaavat ja mahdollistavat työtä sekä tuottavat tutkimustietoa sen tueksi. Kunnissa esimerkiksi terveydenhuolto, sosiaalitoimi ja nuorisotyö tekevät oman merkittävän osansa ja kohtaavat kuntalaisia päihdeasioiden tiimoilta eri tavoin. Ehkäisevää päihdetyötä tehdään paljon myös järjestöissä ja seurakunnissa. Myös ammattikorkeakoulut (ja muutkin oppilaitokset) ovat ehkäisevää päihdetyötä ajatellen olennaisessa asemassa, kuten tässä julkaisussa tuodaan esiin. Olennaisessa roolissa on luonnollisesti yhteistyö eri toimijoiden kesken ja se, että ehkäisevälle päihdetyölle on asetettu yhteiset päämäärät.

Vaikka osalla toimijoista ehkäisevän työn siivu onkin muita suu-remmpi, voidaan ehkäisevän päihdetyön kuitenkin sanoa kuuluvan kaikille. Siinä missä päihdeasiat tavalla tai toisella koskettavat jokaista kansalaista, myös niiden ehkäisemisen tulisi olla jokaisen vastuulla, etenkin kun puhutaan kohtaavien alojen toimijoista. Se, että kaikilla kohtaavaa työtä tekeillä on herkkyys ja valmius puuttua haitalliseen päihteiden käyttöön sekä kiinnostus käydä tilaisuuden tullen päihdeasenteisiin liittyviä keskusteluita, tukee ehkäisevän päihdetyön tavoitteita ja pitkäjänteistä kohtaamista. Kaikkien kohtaavaa työtä tekevien ei tarvitse olla ehkäisevän päihdetyön asiantuntijoita, eikä teeman tarvitse olla jatkuvasti esillä kaikessa toiminnassa. Usein riittää, että on valmis ottamaan asian esille ja esimerkiksi ohjaamaan avun tarvitsijaa tarvittaessa eteenpäin. Tai että on kiinnostunut tarttumaan nuorten aloittamaan keskusteluun päihteiden käytöstä ja tarjoamaan siihen omia näkökulmiaan.

Häh?

Yhteiskunnassa, jossa päihteet aiheuttavat merkittäviä haittoja käyttäjille itselleen, heidän läheisilleen, lähiyhteisölleen ja koko yhteiskunnalle, ei voida ummistaa silmiä ja uskoa, että ongelma häviää itsestään ajan kanssa. Päihteet, etenkin alkoholi ja tupakka, ovat Suomessa yleisiä kuolinsyitä ja jo alkoholi yksinään aiheuttaa vuosittain yli miljardin euron kustannukset, jotka muodostuvat esimerkiksi terveydenhuoltoon, sosiaalipalveluihin ja turvallisuuden ylläpitoon kohdistuvista kuormituksista. Päihdehaitoista eivät kärsi vain ne, jotka käyttävät alkoholia selvästi yli riskirajojen, vaan myös kohtuukäyttäjät kokevat päihteisiin liittyen useita erilaisia haittoja ja aiheuttavat suuren osan mainituista kustannuksista.

Lienee siis turhaa kysyä, miksi ehkäisevälle päihdetyölle on tarvetta. Lisäksi päihdekysymyksiin eivät törmää vain varsinaista päihdetyötä tekevät, vaan ne voivat eri muodoissaan tulla vastaan lähes missä tahansa ammatissa, sillä päihdeasiat heijastuvat ihmisen moneen eri elämän alueeseen.

Tällaisten kysymysten tullessa eteen puuttumatta jättäminen ei voi olla vaihtoehto. Kun tehdään ehkäisevää päihdetyötä, ei ehkäistä vain päihdehaittoja, vaan tuetaan esimerkiksi mielenterveyttä,

oman paikan löytämistä yhteiskunnassa, työelämässä pärjäämistä ja koko yhteiskunnan hyvinvointia.

Päihdeasenteisiin vaikuttaminen on mahdollista. Päihdemyönteisyys ei ole kiveen hakattua, tai suomalaisuuteen automaattisesti kuuluvaa. Päihdekulttuurin muuttaminen vaatii kuitenkin pitkäjänteistä työtä ja johdonmukaista suhtautumista. Päihdemyönteisten viestien tulva on voimakas. Niitä tulee vastaan mediassa, keskusteluissa, suomalaisessa rentoutumisen ja stressinlievityksen kulttuurissa ja vaikkapa mainonnassa, monesti ilman, että viestejä saadessaan edes reagoi niihin sen kummemmin. Tämän takia on tärkeää tarjota myös päihdekriittisiä ja hyvinvointia lisääviä elämäntapoja tukevia viestejä toistuvasti ja eri suunnilta. Myönteisen päihdekulttuurin kyseenalaistamisen tulisi olla yhtä helppoa kuin mitä sen hyväksyminen tällä hetkellä on. Juuri tähän tarvitaan laajaa joukkoa eri alojen ammattilaisia, jotka näitä viestejä nostavat esille.

Ehkäisevä päihdetyö mahdollistaa asiaan puuttumisen päihdekulttuurimme valoisalla puolella. Sitä voidaan tehdä vahvistamalla yksilön hyviä ominaisuuksia, tukemalla elämässä olevia positiivisia asioita, keskustelemalla ja toimimalla yhdessä siinä vaiheessa, kun ongelmia ei välttämättä ole näkyvissäkään. Ehkäisevä päihdetyö on hyvän ylläpitämistä ja positiivisuuteen kannustamista. Sitä voidaan tehdä eri tavoin, huumoria ja mitä moninaisempia areenoita hyödyntäen. Olennaista on, että tartutaan, puututaan ja tehdään, ei vain odoteta ja toivota parasta.

LÄHTEET

Normann, M., Odell, H., Tapio, M. ja Vuohelainen E. 2015. Nuorisoalan ehkäisevä päihdetyö- Hyppää kyytiin! Humanistinen ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysministeriö, 2015. Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma. Alkoholi-, huume- ja rahapelihaittojen sekä tupakoinnin vähentäminen.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016, Ehkäisevä päihdetyö:
<https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihde-tyo>, viitattu 5.5.2016.

MIKÄ ON EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN KOHDE? RIIPPUVUUS YHTEISKUNNALLISENA ILMIÖNÄ

Päihteidenkäytön ja riippuvuuksien kirjon tunteminen on osa yhteiskunnallista ymmärrystä ja siten myös ammattikorkeakoulusta valmistuvan olennaista asiantuntemusaluetta. Riippuvuudet ovat läsnä yhteiskunnassa monin tavoin, eikä niiden kohtaaminen rajoitu ainoastaan päihdetyötä tekeviin ammattilaisiin. Riippuvuuksien luonne on nyky-yhteiskunnassa laajentunut ja ehkäisevästä (päihde)työstä on tullut kaikkien asia.

Puhuttaessa ehkäisevästä päihdetyöstä, on tärkeää pysähtyä välillä pohtimaan sitä, mitä oikeastaan pyritään ehkäisemään. Osa ehkäisevää päihdetyötä on tuntee riippuvuuksien ilmenemisen ajallista ja kulttuurista luonnetta. Päihdetyön kohde ei ole pysyvä ilmiö, vaan siinä on ollut ajallista ja paikallista vaihtelua. Esimerkiksi syksyllä 2015 päihdetyön kohdetta koskeva lainsäädäntö muuttui Suomessa oleellisesti, kun lakiin sisällytettiin myös rahapeliongelmat. Näin ollen päihdetyössä tarvitaan aktiivista katsetta siihen, millaisia ilmiöitä päihde- ja riippuvuus kentällä nyky-yhteiskunnassa esiintyy. Tässä artikkelissa tarkastellaan riippuvuuksien (tai addiktioiden) yhteiskunnallista määrittymistä ja ilmenemistä sekä sen myötä ehkäisevän päihdetyön kohdetta. Tarkoituksena on tämän myötä lisätä tietoa riippuvuudesta yhteiskunnallisena ilmiönä, osallistua ehkäisevän päihdetyön kohteen määrittelyyn ja tuoda aihetta koskevaan keskusteluun myös niin sanotut toiminnalliset riippuvuudet.

Suomessa on pitkä yhteiskuntatieteellisen alkoholitutkimuksen perinne, mutta muutoin yhteiskunnallinen näkökulma on ollut melko heikko riippuvuuksien saralla. Riippuvuuksia koskeva tutkimus

on ollut perinteisesti biolääketieteen hallitsemaa aluetta Suomessa ja etenkin kansainvälisesti. Lääketieteellisen näkemyksen ollessa vahvoilla tutkimuksen piirissä, on sama näkemys kehystännyt riippuvuuden ymmärrystä laajemminkin, myös yhteiskunnallisilla aloilla. Lääketieteessä addiktioita on tarkasteltu sairautena ja kiinnitetty huomiota erityisesti niihin tekijöihin, jotka vaikuttavat riippuvuuden syntyyn. Riippuvuuden käsite on medikalisoitunut, mikä on korostanut riippuvuutta yksilön ongelmana ja johtanut siihen, että riippuvuuden yhteiskuntasuhde on jäänyt vähemmälle huomiolle. Vaikka on tärkeä olla tietoinen lääketieteeseen pohjautuvasta riippuvuusnäkökulmasta, on yhteiskunta-, kasvatus- ja sosiaalialan ammatillisen asiantuntijuuden kehittymisessä tärkeää osata tarkastella myös riippuvuusilmiön yhteiskunnallista ja yhteisöllistä luonnetta.

Sairaus on siis vain yksi tapa selittää riippuvuutta. Jos addiktiota ei määritellä sairauden käsitteen kautta, niin mitä se sitten voisi olla? Ennen modernin sairauskäsityksen syntyä riippuvuuksia on pidetty esimerkiksi syntinä. Toisaalta kirjallisuudessa riippuvuutta on määritelty myös uskonnonkaltaiseksi elämänsisällöksi. Uskontoteorioihin kytkeytyvissä addiktioimalleissa uskonnoissa ja riippuvuuksissa nähdään olevan yhdenmukaisuutta, jolloin ne yhdistyvät toisiinsa muodostaen eräänlaisen uskonnollisen patologian. Tästä näkökulmasta addiktien voisi tulkita olevan myös ”uskontonsa uhreja”. Addiktioita on ollut tapana pitää myös voimakkaana sitoutumisena tai omistautumisena tiettyä asiaa tai toimintaa kohtaan. Nämä tulkintamallit sopivat nähdäkseni myös kuvaamaan joitakin uudenlaisia riippuvuuksia, joita nyky-yhteiskunnassa on esitetty olevan.

Riippuvuudet on tyypillisesti liitetty päihteisiin, mutta näkökulmaa ei ole välttämättä perusteltua rajoittaa vain niihin. Monet viimeaikaiset tutkimukset ovat osoittaneet, että addiktio voi varsinaisen aineksen lisäksi kohdistua myös toimintaan. Vähitellen addiktiokeskusteluun onkin tuotu yhä useammin myös niin sanotut toiminnalliset riippuvuudet, joista tunnetuimpia ovat seksi-, osto- ja peliriippuvuus. Myös Amerikan psykiatriayhdistys on ottanut riippuvuusluokitukseen mukaan toiminnalliset riippuvuudet. Tähän kategoriaan on toistaiseksi hyväksytty ainoastaan rahapeliriippuvuus, mutta myös esimerkiksi osto- ja seksiriippuvuudesta puhutaan usein toiminnallisina riippuvuuksina. Onkin syytä pohtia,

tulisiko esimerkiksi työnarkomaniaa, pakonomaista liikunnanhar-
rastamista tai syömisoongelmia lähestyä riippuvuuden näkökulmas-
ta. Olisiko myös ehkäisevän päihdetyön saralla syytä kohdentaa
enemmän huomiota myös uudenlaisiin riippuvuuksiin tai riippu-
vuudenkaltaisiin toimintatapoihin? Tulisiko ehkäisevän päihde-
työn sijaan puhua laajemmin ehkäisevästä työstä?

On oletettavaa, että tulevaisuudessa ehkäisevä päihdetyö kohtaa
yhä enemmän kysymyksiä myös päihteisiin rinnastettavien toimin-
tatapojen merkityksestä. Päihderiippuvuudet ovat osa laajempaa
riippuvuusilmiöiden kenttää, johon kuuluu myös muita riippu-
vuuksia tai riippuvuudenkaltaisia toimintamalleja. Jo ennen kuin
rahapeliongelma sisällytettiin lainsäädännössä päihdetyöhön, mo-
net päihdetyötä tekevät toimijatahot ottivat (raha)peliongelmat
niin tutkimuksen, kehityksen kuin ehkäisyn ja hoidonkin kohteeksi.
Tämän lisäksi syömiseen liittyviä ongelmia on ryhdytty määrittele-
mään päihdetyön malleja soveltaen ja niitä hoidetaan esimerkik-
si Anonyymien alkoholistien 12 askeleen ohjelman mukaan. Siellä
missä AA kokoontuu, voi nykyään kohdata myös OA – overeaters
anonymous.

Riippuvuus käsitetään nykyään useimmiten kielteisenä ilmiönä,
jonka myötä yksilö saa poikkeavan stigman. Toisaalta myös esimer-
kiksi myönteisinä pidetyt harrastukset voivat täyttää riippuvuuden
kriteerit. Vaikuttaa siltä, että nyky-yhteiskunnassa ei ole helppo
vetää rajaa terveen ja ongelmallisen, addiktiivisen käyttäytymisen
välille. Esimerkiksi myönteisen liikuntaharrastuksen ja pakkomieli-
teisen kuntoilun välinen raja on paikoin hiuksenhieno. Netistä voi
löytyä seuraa, apua ja tietoa, mutta yhtä lailla sen käyttö voi muo-
dostua liialliseksi. Entä ostokäyttäytyminen – milloin se muuttuu
addiktiiviseksi, oniomaniaksi? Onko ”shopaholismi” päihdeongel-
man tavoin hoidettavissa?

Puhuttaessa uudenlaisista riippuvuuden kaltaisista ilmiöistä ei ole
syytä unohtaa perinteistä päihdekenttää, sillä myös varsinaisten
päihdeongelmien saralla tapahtuu. Kun päihdevalistus on pitkään
keskittynyt pääasiassa alkoholiin ja 1900-luvun alkupuolella myös
heroiinin haittoihin, ovat myöhemmin huumeet tuoneet kentäl-
le uusia ulottuvuuksia. Nytemmin keskustelua ovat herättäneet
muuntohuumeet, joita myös esimerkiksi designhuumeiksi kutsu-
taan. Nämä uudet laittomien päihteiden kokeelliset muunnokset

pyrkivät venyttämään huumausainepolitiikan rajoja uuteen uskoon esimerkiksi siitä johtuen, että uudet aineet ovat ”laillisia” niin kauan kun ne toisin määritetään. Myös sähkö tupakka, sen turvallisuus, haitat ja lainsäädäntö ovat herättäneet viime aikoina aktiivista keskustelua.

Kysymys siitä, millaisia samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia erilaisten addiktioiden välillä ilmenee, on toki kiinnostava. Riippuvuuksien väliset analogiat vaikuttavat toimivat tietyiltä osin, mutta toisaalta erot voivat olla myös merkittäviä. Se, edustavatko erilaiset addiktio enää samaa ilmiökenttää, onkin tärkeä kysymys. Substanssiin kytkeytyvän addiktion, kuten heroiiniriippuvuuden, ja addiktiivisen liikunnan harrastamisen välillä voi sittenkin olla enemmän eroja kuin samankaltaisuutta. Kuitenkin samalla on syytä huomata, että yksittäisen ihmisen kohdalla addiktiivinen käyttäytymistäipumus voi ilmetä myös ajan kuluessa vaihtuvina riippuvuuden kohteina.

Riippuvuuksiin liittyy historiallista ja kulttuurista vaihtelua – yhteiskunnallinen ulottuvuus. Joissakin ympäristöissä riippuvuudet voivat syntyä ja kukoistaa, kun taas toisissa addiktiivinen käytös voi hiipua pois. Esimerkiksi lainsäädäntö, päihteiden saatavuus ja kulttuurinen, moraalinen ilmapiiri ovat yhteydessä riippuvuuden ilmenemiseen. Tämän lisäksi myös monet muut, heikosti tunnistetut tai tiedostetut tekijät voivat olla päihteiden käytön tai addiktiivisen käyttäytymisen taustalla. Näiden löytäminen on myös yhteiskunnallisesti orientoituneen päihdetyön ja -tutkimuksen jatkuva tehtävä.

Siihen, millainen ilmiö addiktio on yhteiskunnallisesta ja yhteisöllisestä näkökulmasta, ei ole yksiselitteistä vastausta. Nyky-yhteiskunnan keskusteluissa riippuvuuksina voidaan lähestyä miltei mitä tahansa, ja käsite on venyvä. Käykö kaikki siis riippuvuudesta? Mitä addiktio ovat tai miten addiktio voidaan erottaa muusta tavasta tai toiminnasta? Vaikka selvä vastauksia ei ole, on kysymyksiä silti tärkeää esittää ja hakea erilaisia näkökulmia vastauksiksi. Riippuvuusilmiössä on paljon mitä ei tiedetä, eikä jaettua näkemystä addiktion luonteesta ole olemassa tieteidenkään parissa. Riippuvuus piirtyy ilmiöksi, jonka tarkasteluun tarvitaan yhä enemmän yhteiskunnallista näkemystä ja ymmärrystä. Myös ehkäisevän (päihde) työn saralla on tässä tärkeä tehtävä.

LÄHTEET

Tuukka, Tammi & Pauliina Raento (toim.) (2013) Addiktioyhteiskunta. Riippuvuus aikamme ilmiönä. Helsinki: Gaudeamus. ISBN: 978-952-495-312-2

Valkendorff, Tiina (2014) Ruoan ja ruumiin rajat. Syömishäiriöt ja syömisen ongelmat internetkeskusteluissa. Helsingin yliopisto, sosiaalitieteiden julkaisuja 2014, 12.

EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ - KAIKKIEN AMMATTIKORKEAKOULU- TOIMIJOIDEN ASIA?

Työskentelemme lehtoreina Humanistisessa ammattikorkeakoulussa ja ensisijaisesti toimimme yhteisöpedagogiopiskelijoiden kanssa. Opiskelijat ovat ennen ammattikorkeakoulututkinto-opintojaan opiskelleet toisen asteen ammatilliset opinnot tai lukio-opinnot. Osalla opiskelijoista voi olla taustallaan pitkä työkokemus, osa saattaa olla alanvaihtajia, osa jatkaa opintaivaltaan suoraan toiselta asteelta. Opiskelijat ovat siten monen ikäisiä ja aika monenlaisilla kokemustaustoilla tarttuvat yhteisöpedagogiopintoihinsa.

Osalle opintojen aloittaminen ajoittuu itsenäisen elämän aloittamiseen. Omaan asuntoon muuttaminen, opiskelijariennot ja uusi sosiaalinen piiri ovat hyvin merkityksellisiä kokemuksia. Nämä itsenäistymiseen liittyvät seikat ovat monelle opiskelijalle hyvin stressaavia ja toisaalta itsenäistymisen mukanaan tuomat uudenlaiset mahdollisuudet voivat ottaa vallan opiskelujen etenemisen kustannuksella. Harva opiskeluaikaansa pelkästään kirjojen parissa viettää – onhan samalla se muukin elämä elettävänä.

Ammattikorkeakouluopiskelu on vapaaehtoista ja yhteisöpedagogiopintojen opiskelu tuottaa tutkinnon, jolla ainakin tällä hetkellä työllistyy hyvin. Työkenttä on laaja ja monipuoliselle osaamiselle aito tarve.

SORA-lainsäädäntö ja kaikkien tietotaito

Opintoihin opiskelemaan pääsy ei ole mitenkään itsestään selvää. Opiskelijat hakevat opiskelemaan ja käyvät läpi moniosaiset valintakokeet. Syksyllä oppilaitoksen ovet avautuvat osalle.

Kun SORA-lainsäädäntö astui tammikuussa 2012 voimaan, alettiin jo valintakokeissa kertoa SORA-lainsäädännön roolista ja vaikutuksista. SORA-lainsäädäntö tarkoittaa käytännössä opiskeluun soveltumattomuuteen liittyviä ratkaisuja. Terveystila ei ole peruste olla ottamatta opiskelijaksi, mikäli este tai ongelma voidaan ns. kohtuullisin voimin poistaa. SORA-lainsäädäntöön sisältyy esimerkiksi opiskelijaksi ottamisen esteisiin sekä huumeainetestaukseen liittyvää lainsäädäntöä. Oppilaitoksille eri lakien muuttamisella haluttiin turvata mahdollisuus esimerkiksi turvallisen opiskeluympäristön varmistamiseen.

Kaikkienensa opiskelijoille on ihan juridisesti taattu oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön (Ammattikorkeakoululaki 31 §). Käytännössä on myös oikeus apuun, ohjaukseen, tukeen ja neuvontaan.

Ammattikorkeakouluissa opiskelijaterveydenhuollon palveluita on saatavilla vaihtelevasti, yleensä terveydenhoitajan palvelut ovat saatavilla säännöllisesti ja muita ammattilaisia voi päästä kohtamaan kunnallisen terveydenhuollon kautta. Opiskelijoiden tukena toimii ammattikorkeakouluissa opiskeluhyvinvoinnista vastaava ryhmä tai taho, jonka tehtävänä on huolehtia opiskelijoiden opiskeluun liittyvästä hyvinvoinnista yleisesti. Tavoite on, että kaikilla on opinnoissaan ja opiskelupaikassaan miellyttävää ja turvallista olla. Tämä tavoite toki koskee opiskelijoiden ohella oppilaitoksissa työskentelevää henkilökuntaakin.

Päihdeongelma ei välttämättä näy ulospäin tai tule esille valintakokeissa menestymisessä. Käytännössä esimerkiksi vakava päihderiippuvuus voi kuitenkin kokonaan estää opinnoista suoriutumisen ja sellainen tilanne ei ole kenenkään etu. Ongelmaan olisi tartuttava välittömästi. SORA-lainsäädännöstä voisi ammattikorkeakoulutodellisuudessa puhua paljon enemmän ja tuoda lainsäädäntö luontevaksi osaksi oppilaitoksen arkea.

Päihteet, puuttuminen ja puheeksiottaminen

Eri oppilaitoksilla on omia mallejaan käytössä siihen, miten esimerkiksi opiskelijoiden päihdeasioita käsitellään. Voimassaolevassa Päihteettömyys Humakissa -toimintaohjeessa kuvataan sitä, miten päihteetön opiskelu- ja oppimisympäristö mahdollistetaan opintojen aikana (Humak 2012). Käytännössä ammattikorkeakoulussa toimivan on siis tunnettava ne omassa organisaatiossa olevat ohje- raamit ja toimintamallit.

Oppilaitoksilla, korkeakoulut mukaan lukien, on avainrooli siinä, millaista tietotaitoa esimerkiksi varhaiseen puuttumiseen ammattikorkeakoulussamme opiskelevilla tulevilla yhteisöpedagogeilla on. Moni työllistyy Humakista valmistuttuaan nuorisotyöhön ja kohtaa työkyseen nuoria. Nuorten kanssa toimittaessa omalla esimerkilläkin on väliä – vaikkakin ammattilaisella on myös oikeus omaan elämänsä ja omaan vapaa-aikaansa.

Puheeksi ottaminen ei ole mikään helppo asia, mutta sitäkin voi harjaannuttaa. Opiskelijat vastaavat opintojensa aluksi terveystietokyselyyn, jonka osana on päihdekysely. Tällä selvitetään opiskelijoiden päihteiden käyttöä. Tämän kyselyn läpikäyminen yhdessä opiskelijoiden kanssa on tärkeää. Samalla, kun kysely kertoo ajan- kohtaisista ilmiöistä, on se samalla keino pohtia omaa orastavaa ammatillisuutta ja esikuvana olemista. Lehtoreilla käytännön työtehtävissä ehkäisevä päihdetyö tulee vastaan varsinkin opetus- sisältöinä ja ehkäisevää päihdetyötä tekevien järjestöjen kanssa tehtävänä yhteistyönä. Se, että päihteettäkin voi olla hauskaa, on tärkeä viesti.

Opiskeluarjessa päihteettömyys lieneekin selviö: päihtyneenä ei voi olla opiskelemassa, eikä esimerkiksi tekemässä työharjoitteluita. Vapaa-ajan riennot ovat pääsääntöisesti jokaisen oma asia – elleivät vapaa-ajan aktiviteetit vaikuta esimerkiksi omien tai muiden opiskelijoiden opintojen etenemiseen. Aika monessa opintokokonaisuudessa tehdään ryhmätöitä ja siten omien tehtävien tekemätömyys voi vaikuttaa toisiinkin.

Jonkun opintoihin ja opinnoista suoriutumiseen heijastuvan ja vaikuttavan ongelman ilmetessä jokaisella työntekijällä pitäisi olla tietotaitoa siihen, miten ohjata opiskelijaa eteenpäin. Joskus voi

olla myös niin, että muut opiskelijat ilmaisevat olevansa huolissaan jostakin henkilöstä. Tällaisiin tilanteisiin tulee oppilaitoksilla olla selkeä toimintatapa ja -rakenne, joka edistää opiskelijoiden hyvinvointia, edistää opintojen etenemisen ja takaa kaikille miellyttävän ja turvallisen opiskeluympäristön.

Ohjaustaitoja ja perustietoja

Ehkäisevän päihdetyön tekemisen tai osaamisen ei tarvitse olla mitään temppuilua tai supertaitoja. Ammattikorkeakouluarjessa voi hyvin riittää se, että osaa tarvittaessa ohjata eteenpäin palvelujärjestelmän piirissä eikä pelkää ottaa osaa keskusteluun päihdeaiheisten teemojen noustessa esiin opiskelijoiden kanssa.

Siltikin ammattikorkeakoulumaailmassa ehkäisevästä päihdetyöstä ja päihdeteemasta tulisi yhtäältä tuntea SORA-säädäntö, toisaalta tietää, miten puuttua tai kenen kanssa mahdollista pulmatilannetta voi ratkoa.

LÄHTEET

Ammattikorkeakoululaki 932/2014

Päihhteettömyys Humakissa. Amk:n hallitus 22.2.2012

OSA 2

EHKÄISEVÄÄ
PÄIHDETYÖTÄ OPPIMASSA
AMMATTIKORKEAKOULUSSA



EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN OSAAMINEN – JOKAISEN ASIAKSI OPPILAITOSTEN TUELLA

Päihdetyön osaamisen valtakunnallisen kehittäminen 2000-luvun alussa: tunnistettu tarve

Päihdetyön opetuksen kehittämistarpeet tunnistettiin jo 1990-luvulla, ja 2000-luvun alussa asia nostettiin esiin myös keskeisissä kansallisissa linjauksissa (esim. Alkoholiohjelma, Terveys 2015 -kansanterveysohjelma, Valtioneuvoston periaatepäätös huumausainepoliittisesta ohjelmasta 2004). Vuonna 2005 silloinen opetusministeriö ja sosiaali- ja terveysministeriö asettivat päihdeongelmien ehkäisyn ja hoidon koulutuksen kehittämistyöryhmän. Tilannekartoituksen lisäksi kehittämistyöryhmä antoi esitykset sekä peruskoulutusohjelmaksi soveltuville aloille että täydennyskoulutusohjelmaksi. Tässä yhteydessä annettiin suositukset koskien muun muassa päihdetyön koulutuksen minimisisältöjä, laatua ja opetusmateriaaleja.

Työryhmän suosituksia toimeenpantiin Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskuksessa Stakesissa toimineessa päihdetyön koulutuksen kehittämishankkeessa (v. 2006–2008). Toimeenpano osoittautui haastavaksi muun muassa sen vuoksi, että kyseisestä kokonaisuudesta ei vastannut oppilaitoksissa kukaan, mikä osaltaan vaikeutti opetuksen pitkäjänteistä kehittämistä. Toimeenpano jäikin kehittämishankkeen päättyessä vielä vaiheeseen, ja kehittämistyöryhmän ehdotukset päihdetyön koulutukseen liittyen otettiin uudelleen huomioon Kansallisessa mielenterveys- ja päihdesuunnitelmassa (Mieli-ohjelma 2009–2015) yhdistettynä mielenterveystyön osaamisen vahvistamiseen.

Mieli-ohjelman väliarvioinnissa vuonna 2012 todettiin kuitenkin, että edes sosiaali- ja terveysalan ammattiryhmien peruskoulutus ei vastaa mielenterveyshäiriöiden ja päihdeongelmien kansanterveydellistä merkitystä ja työelämän tarpeita. Täydennyskoulutusta kaivattiin erityisesti mielenterveys- ja päihdepalvelujen yhteensovittamisesta sekä mielenterveys- ja päihdeaiheista esimiehille suunnattuna. (STM 2012.) Myös Mieli-ohjelman loppuraportissa kolme vuotta myöhemmin todetaan, että sosiaali- ja terveysalan ammatilliseen peruskoulutukseen sisältyy vaihteleva määrä mielenterveys- ja päihdetyön opintoja. Aiheeseen liittyvät syventävät suuntautumisvaihtoehdot saattavat olla valinnaisia, ja yleisopinnoissa aihetta ainoastaan sivutaan. Täydennyskoulutus todetaankin välttämättömäksi riittävän osaamisen saavuttamiseksi alalla. Lisäksi loppuraportissa peräänkuulutetaan ammattilaisten osaamisen vahvistamista monitoimijaisesta verkostotyöskentelystä. (Partanen & Kurki 2015.)

Laki luo pohjan osaamisen vahvistamiselle

Joulukuussa 2015 tuli voimaan ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä koskeva laki (523/2015). Lain tavoite on edistää terveyden ja hyvinvoinnin tasa-arvoa varmistamalla ehkäisevän päihdetyön toimintaedellytykset koko maassa sekä tukea erityisesti kunnissa ja alueilla tehtävän työn kehittämistä ja tehostamista. Laki kokoaa yhteen alkoholin riskikäyttöön, huumausaineiden ja tupakkatuotteiden käyttöön sekä rahapelaamiseen liittyvien haittojen ehkäisyn ja vähentämisen.

Laissa korostetaan ehkäisevän päihdetyön tietoperustaa. Työn tulisi perustua päihteiden käytön ja siitä aiheutuvien haittojen seurantaan sekä käytettävissä olevaan tieteelliseen näyttöön ja hyviin käytäntöihin. Lisäksi muille kuin käyttäjille itselleen aiheutuvat haitat on tarpeen huomioida. Kunnissa ehkäisevän päihdetyön organisoinnista vastaavan toimielimen tehtäviin kuuluu huolehtia kunnan päihdeolojen seurannasta ja siihen liittyvästä tiedottamisesta. Tiedon kunnan tilanteesta tulisi ohjata työtä.

Kunnan toimielin huolehtii myös, että päihdehaittoja ehkäisevien toimien osaamista lisätään ja tuetaan kaikissa kunnan tehtävissä. Samoin se vastaa monialaisesta työstä eri hallintokunnissa sekä

kunnan toimien yhteensovittamisesta poliisin, alkoholi- ja tupakkalain valvonnan, elinkeinoelämän ja yleishyödyllisten yhteisöjen toimien kanssa. Eri alojen ammattilaisten lisäksi laissa painotetaan myös asukkaiden osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia päihteiden aiheuttamien haittojen vähentämiseen.

Laki tuo siis vahvasti esiin sen, että ehkäisevä työ vaatii tiettyä osaamista ja, että ehkäisevä päihdetyö kuuluu kaikille. Näin ollen on hyvä varmistaa, että työtä tekevilla ja siihen osallistuvilla on riittävä ymmärrys ehkäisevän päihdetyön perusteista.

Osaamisen vahvistaminen yksi ehkäisevän päihdetyön painopisteistä

Lain toimeenpanoa tukeva Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma antaa suuntaviivat yhteistyössä tehtävään ehkäisevän päihdetyön tehostamiseen (STM 2015). Toimintaohjelma tarjoaa kuntien ja alueiden toimijoille ohjelman painopisteisiin liittyen hyviksi todettuja toimintatapoja ja -malleja, joilla työtä voidaan viedä kohti kansallisesti asetettuja päihde- ja rahapelihaittojen sekä tupakoinnin vähentämisen tavoitteita. Yksi ohjelman kuudesta painopisteestä koskee riittävän ammatillisen osaamisen varmistamista. Ajatus on, että osaaminen yhdistettynä muiden painopisteiden mukaiseen työhön tukee sitä, että ehkäisevä päihdetyö voi olla kattavaa, vaikuttavaa ja kustannustehokasta.

Osaamiseen liittyen ohjelmassa on tavoitteeksi asetettu, että päihdehaittojen ehkäisyn menetelmät ovat osa keskeisten alojen ammattilaisten perus- ja täydennyskoulutusta. Tässä toisen asteen ammatillisilla oppilaitoksilla, ammattikorkeakouluilla ja yliopistoilla on merkittävä tehtävä. Kyse ei ole pelkästään sosiaali- ja terveydenhuollon, opetus-, kasvatusta- ja nuorisualan ja diakonian ammattihenkilöstön osaamisen vahvistamisesta. Tarpeen on laajentaa ehkäisevän päihdetyön ymmärrystä myös esimerkiksi poliisin ja muiden suojelualan sekä ravintola-alan ja vähittäismyyntin ammattilaisten koulutukseen alakohtaiset painotukset huomioiden. Tarpeen on huolehtia, että tulevaisuudessa ammattilaisten asenteet, tiedot ja taidot tukevat ehkäisevän päihdetyön toteutumista.

Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelmassa esitetään yhtenä osaamisen vahvistamiseen liittyvänä kehittämiskohteena päihdetyön koulutuksen minimisisältöjen tarkistamista ehkäisevän päihdetyön osalta keskeisimmille koulutusaloille (OPM 2007). Ehkäisevää päihdetyötä koskevassa laissa määritellään tietyt edellytykset ja tavat ehkäisevän päihdetyön tekemiselle. Verkostomaisen työtöteen tarvetta ei voi myöskään ehkäisevässä päihdetyössä korostaa liikaa. Vastaavasti tulisi ymmärtää millaisista osa-alueista syntyy laatu ja sitä kautta vaikuttavuus ehkäisevään päihdetyöhön (Soikkeli & Warsell 2013). Eri koulutusalojen opetussisältöjen avulla voidaan varmistaa, että nämä asiat myös heijastuvat tulevien ammattilaisten osaamiseen.

Tavoitteena on, että ehkäisevä päihdetyö näkyisi tulevaisuudessa riittävästi paitsi yleisopinnoissa niin integroituna olemassa oleviin kursseihin tai opintojaksoihin ja soveltuen omina kokonaisuuksinaan osana päihde- ja mielenterveystyötä eri koulutusasteiden ja -alojen koulutussisällöissä. Näin otettaisiin merkittävä askel lähemmäs kansallisesti asetettuja tavoitteita päihde- ja rahapelihaittojen sekä tupakoinnin vähentämisessä.

LÄHTEET

OPM 2007. Päihdeongelmien ehkäisyn ja hoidon koulutuksen kehittämistyöryhmän mietintö. Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2007:17.

Partanen A & Kurki M. 2015. Mielensterveys- ja päihdetyön ammatillisen osaamisen kehittäminen sosiaali- ja terveysalalla. Teoksessa Partanen A, Moring J, Bergman V, Karjalainen J, Kesänen M, Markkula J, Marttunen M, Mustalampi S, Nordling E, Partonen T, Santalahti P, Solin P, Tuulos T, Wuorio S (toim.). Mielensterveys- ja päihdesuunnitelma 2009–2015. Miten tästä eteenpäin? THL, Työpaperi 20.

Soikkeli M & Warsell L (toim.) 2013. Laatutähteä kiertämässä. Ehkäisevän päihdetyön laatukäsikirja. THL, Kide 21.

Sosiaali- ja terveysministeriö, 2015. Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma. Alkoholi-, huume- ja rahapelihaittojen sekä tupakoinnin vähentäminen. Sosiaali- ja terveysministeriö, julkaisuja 2015:19.

Sosiaali- ja terveysministeriö, 2012. Mielensterveys- ja päihdesuunnitelma. Ehdotukset mielensterveys- ja päihdetyön kehittämiseksi vuoteen 2015. Väliarviointi ja toteutumisen kannalta erityisesti tehostettavat toimet. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2012: 24.

OPISKELIJAN NÄKÖKULMA: "MIKSI TE PUHUTTE MEILLE TÄSTÄ?" – PÄIHDEKASVATUSTA OPPIMASSA

Osallistuimme syksyllä 2015 yhteisöpedagogin ammatillisiin opintoihimme kuuluvaan ehkäisevän työn opintojaksoon, johon sisältyi Päihdekasvattaja-kurssi ja sen pohjalta pidettävät oppitunnit kuudesluokkalaisille. Päihdetietoa ja -taitoa -toimintamalli (Heimo, Jalo, Tähkävuori & Vahalahti 2012) on kehitetty laajan yhteistyöverkoston voimin ja sen käytöstä on jo paljon kokemusta. Olemme koonneet tähän artikkeliin ajatuksiamme päihdekasvatuksesta.

Kuudesluokkalaisille pidettyjen oppituntien aikana herätimme keskustelua unelmista, tavoitteista, tukiverkostoista ja päihteiden vaikutuksista kaikkiin näihin. Rohkaisimme oppilaita näkemään itsessään ja muissa hyvää ja vahvaa. Etsimme vastauksia oppilaita askarruttaviin kysymyksiin, joiden kirjo oli laaja. Aiheet vaihtelivat tilastollisista tiedoista päihteiden historiaan ja hämmennykseen siitä, miksi päihteitä myydään, vaikka niiden haitallisuus on yleisesti tiedossa. Oppilaiden kommentteja lainaamalla pyrimme havainnollistamaan päihdekasvatusoppitunneilla esiin nousseita asioita ja tuomaan nuorten ääntä kuuluviin.

"Jos käyttää huumeita, näkyykö huumeiden käyttö ulospäin?"

Päihteiden käyttöön on Suomessa perinteisesti suhtauduttu kahti-ajakoisesti. Erityisesti alkoholin käytön ajatellaan olevan jokaisen oikeus ja yksityisasia. Riippuvuus nähdään omien valintojen seurauksena ja yksilön itseaiheuttamana, josta selviäminen on yksilön omalla vastuulla. Moralisoiva suhtautumistapa painottaa yksilön vastuuta valinnoistaan, eikä taustalla haluta nähdä yhteiskunnan

epätasa-arvoisuutta tai huono-osaisten kapeampia valinnan mahdollisuuksia. (Koski-Jännes, Holma, Hirschovits-Gerz & Raitasalo 2014, 64–68.)

”Miten nuorten päihteiden käytön voi estää?”

Tiedon hakeminen ja saatavuus ovat muuttuneet viimeisten vuosikymmenten aikana. Tietoa on saatavilla kaikkialla, eikä ennakkosensuuri tai tiedon rajaaminen toivottuun aineistoon ole enää mahdollista eikä tarkoituksenmukaista. Tietoyhteiskunnan muutos edellyttää muutosta myös ehkäisevän työn toteuttamiseen.

Perinteinen päihdevalistus ja tutkimustieto päihteistä ovat olleet pitkään ristiriidassa keskenään. Valistuksen sisältö tai tapa ei ole pohjautunut tutkittuun tietoon päihteistä tai oppimisesta. Perinteisen päihdevalistuksen lähtökohta, eli se, mitä annamme nuorten tietää, on muuttunut osallistavaan, erilaisia menetelmiä hyödyntävään päihdekasvatukseen. Päihdekasvatus pyrkii vastaamaan suoraan nuorten kysymyksiin ja lähtemään nuoren tarpeista. Jokainen lapsi ja nuori tarvitsee taitoa arvioida tiedon luotettavuutta. Tiedonhaku- ja mediataidot opitaan parhaiten tutkimalla yhdessä aikuisen kanssa.

Avoimella keskustelulla ja tieteelliseen tutkimukseen perustuvalla päihdekasvatuksella voisimme rakentaa siltaa eri toimijoiden välille ja yhdessä vaikuttaa siihen, että nuoret saavat asianmukaista ja riippumatonta tietoa. On todettu, että syyllistävä ja käyttäjiä leimaava tapa on tehotonta ja tuloksetonta (Mäkelä & Taivalmäki 2006, 20–22). Päihdekasvatuksen järjestämiseen pitää olla tahtoa. Emme voi tyytyä siihen, että asia hoidetaan näyttävillä mediakampanjoilla tai vierailemalla Päihdeputkessa. Joulukuussa 2015 voimaan tullut laki peräänkuuluttaa tieteelliseen näyttöön ja hyviin käytäntöihin pohjautuvia ehkäisevän päihdetyön toimintatapoja (Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 523/2015 3 §). Päihdekasvatuksen ja -valistuksen eron määrittelee viime kädessä kuitenkin toiminnan sisältö, ei käytetty nimike.

”Miksi itse olette päihteitä vastaan?”

Päihdekasvattajakurssilla keskustelimme siitä, kuinka tärkeää on käsitellä oma suhteensa ja asenteensa päihteisiin ennen tuntien pitämistä. Omaa päihteiden käyttöä tai kokemuksia ei ole tarkoituksenmukaista tuoda esille oppitunneilla. Oppilaat ovat kiinnostuneita kasvattajan mahdollisista päihdekokeiluista ja päihteiden käytöstä. Miten antaa oppilaille mahdollisimman rehellinen ja uskottava vastaus? Tätä pitää jokaisen omalta osaltaan pohtia etukäteen. Oppilaat huomaavat herkästi ristiriidan kasvattajan oman toiminnan, asenteiden ja opetettavan asian välillä. Päihdekasvattajina toimimme kuudesluokkalaisille esimerkkeinä, joten meidän on tunnettava vastuu siitä, mitä sanomme ja millaisella asenteella.

Kuudesluokkalaiset eivät ole yhteneväinen ryhmä, vaan oppilaat ovat psyykkisessä ja fyysisessä kehityksessä erilaisissa vaiheissa. Nuorten kuunteleminen, osallisuus ja kohderyhmälähtöisyys auttavat kasvattajaa soveltamaan sisältöä ja valitsemaan menetelmät, jotka tukevat parhaiten nuoren oppimista, kasvua ja kehitystä. Päihdekasvattajan ei tarvitse olla kaikkietävä ja erehtymätön, vaan päihdekasvatus on parhaimmillaan yhdessä tutkimista ja oppimista. Luokan edessä tiedollinen osaaminen antaa varmuutta, mutta tietopohjaakin tärkeämpiä ovat ohjaajan kyky osallistaa ja tukea nuorta löytämään omat vahvuutensa sekä taito antaa eväitä ja rohkeutta tilanteisiin, joissa nuoret tekevät päätöksiä päihteiden suhteen.

”Mikä on vaarallinen määrä alkoholia aikuiselle?”

Haasteena päihdekasvatuksessa on se, miten keskustella aiheesta rehellisesti herättämättä ahdistusta. Ahdistus voi estää luottamuksen syntymisen, ja oppiminen ja ymmärtäminen edellyttävät luottamusta. Luottamuksellisen ilmapiirin rakentaminen vaatii mielestämme kohderyhmän tuntemusta ja herkkiä korvia. Päihdetietoa ja -taitoa -toimintamalli antaa hyvin tilaa sille, että tunteista muodostuu juuri oman ryhmän mukainen eli keskusteltavat asiat liikkuvat sillä tasolla, mikä on heille tarpeellista.

Koimme, että kasvattajan tehtävänä ei ole olla paikalla antamassa oikeita vastauksia, vaan antaa oppilaille tilaa oivaltaa, miten asiat

koskettavat heidän elämäänsä. On tärkeää suhtautua avoimesti siihen, ettei tiedä kaikkea, ja päivittää jatkuvasti omaa osaamistaan uusimman tiedon mukaiseksi.

”Oli kivaa, tiedän nyt enemmän. Tiedän kenelle puhua”

Erilaisia toimintamalleja päihdekasvatukseen kehitetään jatkuvasti ja mallien hyöty tunnustetaan laajalti. Haasteena kuitenkin on mallien saaminen osaksi koulujen arkea. Päihdekasvatuksen lisäksi kouluihin tarjotaan paljon muitakin tarpeellisia ja kiinnostavia toimintoja, jotka vievät aikaa opetuksen perustehtäviltä ja opetussuunnitelman toteuttamiselta. Opettajat ovat huolissaan oppimistavoitteiden toteutumisesta.

Päihdekasvatusta ei tarvitse erottaa muusta opetuksesta, vaan se sopii hyvin käsiteltäväksi eri oppiaineiden sisällä. Vuonna 2016 käyttöön otettu uusi perusopetuksen opetussuunnitelma (Opetushallitus 2014) mahdollistaa päihdekasvatuksen sisällyttämisen laaja-alaisen osaamisen kokonaisuuteen. Päihdekasvatus olisi hyvä kirjata toteutettavaksi valtakunnallisesti, jotta lasten ja nuorten oikeudet saada asianmukaista ja laadukasta päihdekasvatusta eivät olisi alueellisesta painotuksesta ja päätöksenteosta riippuvaisia.

”Onko kivaa olla meidän koulussa?”

Koulujen kannattaa täydentää osaamistaan ulkopuolisten asiantuntijoiden avulla, kuten tähänkin asti on ollut mahdollista. Opettajan työparina oppitunneilla voisi toimia koulutettu päihdekasvattaja. Koulun verkostojen laajentuessa myös oppilaiden turvaverkot laajenevat ja vahvistuvat. On oppilaiden ja perheiden etu, että he ovat tietoisia tahoista, joista voi tarvittaessa saada neuvoa tai tukea.

Päihdekasvattajakurssin myötä yhteisöpedagogi- ja sosionomiopiskelijat ovat päässeet toimimaan päihdekasvattajina Turun kaupungin kouluissa. Saimme kurssilta rohkeutta käsitellä tätä vaikeaksi kokemaamme aihealuetta. Vaikka oma suhtautumisemme päihteisiin ei varsinaisesti muuttunut, saimme vahvistusta ajatuksillemme ja luvan puhua aiheesta päihdekasvattajana henkilökohtaisen kannanoton sijaan.

Kurssi antoi meille uusia näkökulmia yhteisöpedagogin työhön ja laajensi käsityksiämme ehkäisevästä työstä ja sen mahdollisuuksista. Saamamme kokemus ja menetelmät ovat varmasti hyödyksi jatkossa sekä opiskeluissa että työelämässä ja ovat sovellettavissa laajemmin myös päihdekasvatuksen ulkopuolella. Olisi viisasta reursien käyttöä, jos oppituntien pitämisestä innostuneet voisivat jatkaa työtä lähikunnissa ja mahdollistaa päihdekasvatuksen toteutumisen myös Turun ulkopuolella.

LÄHTEET

Heimo, Tiina & Jalo, Niina & Tähkävuori, Jenni & Vahalahti, Iina 2012. Päihdetietoa ja taitoa. Toimintamalli päihdekasvatukseen. Turun kaupunki, Sosiaali- ja terveystoimen julkaisuja.

Koski-Jännes, Anja & Holma, Kari & Hirschovits-Gerz, Tanja & Raitasalo, Kirsimarja 2014. Kansalaisten käsitykset addiktioiden vaarallisuudesta. Teoksessa Tuukka Tammi & Pauliina Raento (toim.) Addiktioyhteiskunta (2. painos). Helsinki: Gaudeamus, 51–72.

Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 523/2015.

Mäkelä, Johanna & Taivalmäki Marjaliisa 2006. ”Kuka niin on sanonut, et on pakko?” Tapaustutkimus 8.-luokkalaisten nuorten alkoholin käyttöön liittämistä merkityksistä. Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma.

Opetushallitus 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. Viitattu 11.11.2015 http://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/opetussuunnitelmien_ja_tutkintojen_perusteet/perusopetus

TIINA HEIMO, LEHTORI, HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU
& JENNI TÄHKÄVUORI, TERVEYSOHJAAJA, TURUN KAUPUNKI

YHTEISTYÖLLÄ LISÄRESURSSIA JA JATKUVUUTTA PÄIHDEKASVATUKSEEN

Tässä artikkelissa kuvaamme mahdollisuuksia toteuttaa päihdekasvatusta prosessimaisesti eri tahojen yhteistyönä yksittäisten toimijoiden vetämien kertaluonteisten tietoisukujen sijaan. Esimerkkinä käytämme Turun yhteistyömallia. Taustalla on ajatus siitä, että tekemällä yhdessä ja poistamalla päällekkäisyyksiä saadaan lisää resurssia, tietotaitoa ja jatkuvuutta päihdekasvatuksen toteuttamiseen. Lisäksi tulevat terveys-, sosiaali- ja kasvatusalan ammattilaiset saavat työelämässä tarvittavia valmiuksia, osaamista ja ymmärrystä ehkäisevästä päihdetyöstä.

Taustaa yhteistyölle

Ehkäisevä päihdetyö pyrkii terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen tukemalla päihdeittämiä elämäntapoja ja vähentämällä päihdeidenkäytöstä aiheutuvia haittoja. Lasten ja nuorten ehkäisevää päihdetyötä sävyttää sen kasvatuksellinen luonne ja säädökset esimerkiksi nuorisolaissa ja lastensuojelulaissa. Nuoriin kohdistuvaa ehkäisevää päihdetyötä, päihdekasvatusta, tehdään laajasti eri sektoreilla. Toimijakenttä on kuitenkin melko hajanainen ja yksittäisiä toimia tehdään pienillä resursseilla. Usein epäselvää on myös se, kenen vastuulla päihdekasvatuksen järjestäminen on ja kuka sitä voi tehdä. (ks. esim. Viitanen 2010; Pyökkänen & Viitanen & Vuohelainen 2009).

Koulujen perusopetuksessa päihdetietoa tarjotaan osana terveystiedon ja muiden oppiaineiden opetusta, mutta tunteja siihen käsittelyyn on vähän ja opetus on usein opettajajohtoista.

Kouluopetus saattaa olla myös hyvin oppiainekeskeistä ja terveys-painotteista. Päihdekasvatuksessa koulut turvautuvat usein ulkopuolisten kumppaneiden kuten järjestöjen ja poliisien apuun. Kolmannen sektorin ja viranomaisten tekemän päihdekasvatuksen osuus vaihtelee kouluittain ja toteutetut tuokiot ovat myös sisällöltään ja kestoaltaan erilaisia. (Opetushallitus 2004; Soikkeli 2011).

Päihdekasvatuksessa käytetyt menetelmät ovat vuosikymmenien saatossa kehittyneet, mutta käytössä on edelleen laaja kirjo erilaisia menetelmiä ja malleja. Aiemmin käytetyt metodit kuten yksityiskohtaisen päihdetiedon jakaminen, asioilla pelottelu ja opettaja-johtoisuus ovat tutkimusten mukaan tehottomia keinoja päihteidenkäytöltä suojaamiseksi. Tämän takia päihdekasvatuksessa tulisi painottaa niitä menetelmiä, joilla vahvistetaan päihteidenkäytöltä suojaavia tekijöitä ja puututaan sille altistaviin tekijöihin. Tutkimusten valossa tällaisia menetelmiä ovat muun muassa itsetunnon vahvistaminen, osallisuuden lisääminen ja opetuksen vuorovaikutteisuus. Päihdekasvatus tulisi myös ajoittaa niin, että sillä on mahdollisimman paljon vaikuttavuutta. Otollisena hetkenä pidetään yläkouluun siirtymistä, jolloin tilastojenkin valossa päihdekokeilut nuorten keskuudessa yleistyvät. (Soikkeli 2011; Kylmänen 2005).

Turussa havahduttiin päihdekasvatuksen hajanaisuuteen ja riittämättömyyteen 2000-luvun alkupuolella. Koulujen päihdekasvatus-ta lähdettiin järjestelmällisesti kehittämään kaupungin ehkäisevän päihdetyön tekijöiden koordinoimana. Kehittämistyön tueksi haettiin sosiaali- ja terveysministeriöltä terveyden edistämisen määrärahaa. Koulujen päihdekasvatuksen kehittämishankkeen aikana vuosina 2010–2012 rakennettiin yhteistyömalli laadukkaan ja kattavan päihdekasvatuksen toteuttamiseksi Turussa. Toiminta on jatkunut hankkeen jälkeen ja vakiintunut pysyväksi käytännöksi. Mukana tässä yhteistyössä ovat seuraavat tahot: Turun kaupungin mielenterveys, ja päihdepalvelut / ehkäisevä päihdetyö, Turun perusopetus, Turun lukiokoulutus, Turun ammatti-instituutti, Turun ammattikorkeakoulu, Humanistinen ammattikorkeakoulu (Humak) ja Mannerheimin lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piiri. Keskiössä on ehkäisevän päihdetyön toimijoiden, ammattikorkeakouluopiskelijoiden ja perusopetuksen opettajien vuoropuhelu ja yhteistyö. Seuraavaksi kuvaamme mallin pääpiirteittäin.

Päihdetietoa ja -taitoa -toimintamalli

Toimintamallin ydin on se, että ehkäisevän päihdetyön toimijat kouluttavat vuosittain korkeakouluopiskelijoita päihdekasvattajaksi. Päihdekasvattajakurssin jälkeen opiskelijat pitävät kouluissa Päihdetietoa ja taitoa -tuntipaketteja (3 x 90 min / luokka) 6. - luokkalaisille. Tämän lisäksi on rakennettu oppituntipaketteja yläkouluun, vertaskoulutus toiselle asteelle sekä laadittu materiaalia nuorille ja myös päihdeteemaisiin vanhempainiltoihin.

Päihdekasvattajakurssi opiskelijoille

Turun kaupungin ehkäisevän päihdetyön tekijät kouluttavat vuosittain sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan ammattikorkeakouluopiskelijoita päihdekasvattajiksi. Kurssiin kuuluu lähiopetusta noin 25 tuntia, päihdekasvatustuntien pitämistä pareittain kolmelle eri 6. -luokalle ja opintokäyntejä nuorten päihdehoitopaikkoihin.

Päihdekasvattajakurssin päämääränä on vaikuttaa osallistujien tietoihin, taitoihin ja asenteisiin liittyen päihteisiin ja päihdekasvatukseen. Päihdekasvattajien koulutuksessa pyritään lisäämään osaamista seuraavilla osa-alueilla: päihdetuntemus, menetelmät, kouluttaja- ja yhteistyövalmiudet sekä asenteet. Kurssi tarjoaa opiskelijoille tietoa päihteistä ja päihdetilanteesta, perehdytystä ehkäisevään päihdetyöhön, toiminnallisiin menetelmiin ja kouluttamiseen. He saavat myös valmiudet pitää päihdeaiheisia oppitunteja ja luentoja sekä keskustella päihdeasioista lasten ja nuorten kanssa.

Kurssi toteutetaan kerran vuodessa intensiivisen viikonloppukurssin sekä muutaman illan opintokokonaisuutena. Opiskelijoita mahtuu kurssille mukaan enimmillään 40. Ehkäisevän päihdetyön toimijat ovat ennen kurssia ottaneet yhteyden perusopetuksen rehtoreihin ja opettajiin ja sopineet alustavasti toimintamallin toteutuksesta luokissa. Kurssille on osallistunut terveydenhoitaja- ja sosionomiopiskelijoita Turun ammattikorkeakoulusta ja yhteisöpedagogiopiskelijoita Humakista. Kurssi on valinnainen ja sen saanut sisällytettyä osaksi opintoja.

Oppitunnit

Päihdekasvattajakurssin jälkeen opiskelijat pitävät päihdekasvatus-tunteja kouluissa. Pääpaino toteutuksessa on kuudennella luokalla. Tavoitteena on tarjota tasapuolisesti mahdollisimman monelle turkulaiselle 6. -luokkalaiselle toiminnallinen päihdekasvatuskoke-mus.

Opiskelijat saavat päihdekasvattajakurssilla selkeän oppituntirun-gon, jonka mukaan he voivat tunnit kouluissa toteuttaa. Tunnit pidetään kouluissa kaksoistunteina ja ne pyritään pitämään viikon välein. Jokaiselle ryhmälle pidetään kolme kaksoistuntia. Tällä ta-voin voidaan välttää päihdekasvatuksen kertaluonteisuus ja pyrkiä kohti vaikuttavampaa opetusta. Tavoitteena tunneilla on positiivi-sen ilmapiirin luominen, nuoren itsetunnon vahvistaminen ja nuoren osallisuuden lisääminen. Päihdekasvatustunneilla oppilaille annetaan asiallista tietoa päihteistä pelottelematta sekä mahdol-lisuus keskustella, kysyä ja pohtia päihteisiin ja päihteidenkäyt-töön liittyviä asioita yhdessä koulutetun päihdekasvattajan kanssa. Tunneilla mietitään omia vahvuuksia ja onelmia sekä harjoitellaan päätöksenteko- ja sosiaalisia taitoja. Oppilaiden lisäksi myös huol-tajat on huomioitu. Päihdekasvatustunneista tiedotetaan vanhem-mille ja rohkaistaan heitä keskustelemaan päihteistä nuoren kanssa myös kotona.

Tarkempi kuvaus mallista ja harjoituksista on luettavissa Päihde-tietoa ja -taitoa -julkaisusta (Heimo & Tähkävuori 2012). Malli löy-tyy myös Innokylästä ja Opetushallituksen hyvistä käytännöistä.

Yhteistyön edut

Ammattikorkeakoulun näkökulmasta yhteistyön suurin anti ope-tukselle ja opiskelijoille on käytännönläheisyys ja alan toimintaym-päristössä toimiminen tarvelähtöisesti. Turun ammattikorkeakoulu on ollut mukana toiminnassa lähes kymmenen vuoden ajan. Huma-kin nuorisotalon ehkäisevän päihdetyön osaamiskeskus Preventiimi on ollut rakentamassa ja kehittämässä mallia ja opiskelijat saatiin mukaan, kun yhteisöpedagogikoulutus alkoi Turussa vuonna 2013.

Yhteisöpedagogikoulutuksessa ehkäisevä päihdetyö on yksi tärkeä koko tutkintoa läpileikkaava teema, kuten edellisessä tämän julkaisun artikkelissa (Kosonen ja Laivamaa) kuvattiin. Yhteistyömallin avulla opetukseen saadaan ehkäisevän päihdetyön asiantuntijoiden erityisosaamista ja tarjotaan opiskelijoille kattava ja ajankohtainen perehtyminen ehkäisevään päihdetyöhön. Olennaista on työskentely kentällä, ”oikean asian äärellä”, kuten opiskelijat usein kommentoivat. Opiskelijat kokevat tekevänsä tärkeää työtä päihdekasvattajina. Osallistumalla kurssille ja pitämällä tunteja kouluissa opiskelijat saavat tietoa, taitoa välineitä ja kokemusta päihdekasvatuksesta. Myös valmiudet puhua päihhteistä ja ohjata ryhmiä toiminnallisista menetelmistä hyödyntäen lisääntyvät. Tätä kautta pyritään vaikuttamaan tulevien ammattilaisten asenteisiin ja lisäämään ymmärrystä ehkäisevästä päihdetyön merkityksestä ja keinoista. Tavoitteena on myös herätellä opiskelijoita pohtimaan omaan päihhteiden käyttöön.

Päihdekasvatuskurssit ovat olleet opiskelijoiden palautteen mukaan antoisia. Opiskelijat kokevat saaneensa kurssilta paljon uutta tietoa päihhteistä, toiminnallisista menetelmistä ja yleisesti ehkäisevästä päihdetyöstä.

Myös opiskelijoiden asenteet päihhteidenkäyttöä kohtaan ovat muuttuneet kurssin aikana. Vuoden 2015 kurssilaisista melkein puolet kertoi muuttaneensa suhtautumistaan päihhteisiin tai vähentäneensä omaa päihhteidenkäyttöään kurssin käytyään.

Päihdekasvatuksen puitteissa tehdyn yhteistyön hedelmällisyys näkyy useilla tavoilla Turun perusopetuksen kouluissa: koulut saavat lisäresursseja päihdeteeman käsittelyyn ja opettajat mahdollisesti uudenlaisen näkökulman päihdeasioista puhumiseen. Opetushallituksen tekemän tutkimuksen tulosten mukaan opettajat käyttävät eniten opetuksensa välineinä päihhteistä puhuessaan opetuskeskustelua, opettajan kyselyä ja opettajan luentoa (Summanen 2014). Turun yhteistyömallissa koulutetut päihdekasvattajat tuovat mukanaan kouluun toiminnalliset ja vuorovaikutukselliset menetelmät päihdeteeman käsittelyyn. Eritoten vuorovaikutteisten ja oppilaita osallistavien opetusmetodien on nähty vaikuttavan oppilaiden tietoihin, asenteisiin ja terveyskäyttäytymiseen (Lowden & Powney 2000). Tutkimukset osoittavat sekä opettajien että oppilaiden asiantuntijoiden vierailuja kouluissa ja oppilaiden mu-

kaan ne piristävät koulun arkea (Aira, Sipola, Välimaa, Paakkari & Kannas 2009). Koulun ulkopuolisten päihdekasvattajien käyttö on myös yhteydessä oppilaiden lisääntyneisiin tietoihin päihdeasioista (Stead, Stradling, MacNeil, MacKinstosh, Minty, McDermott & Eadie 2010).

Turun kaupungin ehkäisevän päihdetyön ongelmana on ollut vuosien saatossa useiden muiden kaupunkien tavoin resurssien niukkuus. Työntekijöiden aika ei ole riittänyt päihdekasvatustuntien ohjaamiseen kouluissa siten, että tunneista syntyisi vaikuttava ja laadukas kokonaisuus. Koulujen päihdekasvatuksen kehittämishankkeen ja sen kautta viritetyn yhteistyön seurauksena kaupunkiin on saatu kehitettyä laadukas ja kattava päihdekasvatus-toimintamalli, jota ehkäisevän päihdetyön ammattilainen pystyy koordinoimaan osana omaa työtään.

Monissa kunnissa on tarve kehittää päihdekasvatusta kohti yhteistä ja pitkäkestoista mallia. Yhteistyön rakentamisen aloittaminen eri tahojen kesken ja yhteisen kopin ottaminen päihdekasvatuksen koordinoinnista ovat ensimmäisiä askelia kohti tasapuolista ja vaikuttavaa päihdekasvatusta. Päihdekasvatuksen yhteistyömallin toimiessa kaikki mukana olevat tahot puhaltavat yhteen hiileen ja toiminta muotoutuu kaikille antoisaksi kokemukseksi.

LÄHTEET

Aira, Tuula & Sipola, Henna & Välimaa, Raili & Paakkari, Leena & Kannas, Lasse 2009. Oppilaiden kokemuksia ja näkemyksiä terveystiedon opetuksesta – laadullinen lähestymistapa. Teoksessa Kannas, Lasse & Peltonen, Heidi & Aira, Tuula (toim.) Kokemuksia ja näkemyksiä terveystiedon opetuksesta yläkouluissa. Terveystiedon kehittämistutkimus osa I. Jyväskylän yliopisto & Opetushallitus. 53-81.

Heimo, Tiina & Jalo, Niina & Tähkävuori, Jenni & Vahalahti, Iina 2012. Päihdetietoa ja taitoa -toimintamalli päihdekasvatukseen. Turun kaupunki, Sosiaali- ja terveystoimen julkaisuja. Luettavissa: http://www.preventiimi.fi/sites/preventiimi.juhaniemidesign.com/files/resurssipankki/Humak_paihdetietoa_web.pdf

Kylmänen, Petri 2005. Kun kaikki muutkin... Nuorten ehkäisevä päihdetyö. Helsinki:Tammi.

Lowden, Kevin & Powney, Janet 2000. Drug education in Scottish Schools 1996-1999. University on Glasgow. The Scottish Council for Research in Education.

Opetushallitus 2004. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004. Helsinki: Vammalan kirjapaino.

Pylkkänen, Sanna & Viitanen, Reijo & Vuohelainen, Elsi (toim.) 2009. Mitä on nuorisoalan ehkäisevä päihdetyö? Humanistinen ammattikorkeakoulu sarja C. Oppimateriaaleja.

Soikkeli, Markku 2011. Päihdekasvatus, ehkäisevä päihdetyö ja koulu. Teoksessa Soikkeli, Markku & Salasuo, Mikko & Puuronen, Anne & Piispa, Mikko (toim.) Se toimii sittenkin – kuinka päihdevalistuksesta saa selvää. Helsinki: Nuorisotutkimusseura ry.

Stead, Martine & Stradling, Robert & MacNeil, Morag & MacKinstosh, Anne Marie & Minty, Sarah & McDermott, Laura & Eadie, Douglas 2010. Bridging the gap between evidence and practice: A multi-perspective examination of real world drug education. *Drugs: education, prevention & policy* 17 (1) 1-20.

Summanen, Anna-Mari 2014. Terveystiedon oppimistulokset perusopetuksen päättövaiheessa 2013. Koulutuksen seurantaraportit 2014:1. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.

Viitanen, Reijo 2010. Nuorten päihdevalistuksen sokeat pisteet ja päihdekasvatuksen mahdollisuudet. Teoksessa Kylmäkoski, Merja & Pylkkänen, Sanna & Viitanen, Reijo (toim.) Yhteisöllisiä näkökulmia nuorten ehkäisevään päihdetyöhön. Sarja C. Oppimateriaaleja 21, 2010. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu – HUMAK, 45–66.

EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN OPETTAMINEN LEHTORIN NÄKÖKULMASTA: ESIMERKKINÄ VALINTOJEN STOORI -YHTEISTYÖ

Opetan Humanistisessa ammattikorkeakoulussa Nurmijärven kampuksella ensimmäisen vuosikurssin yhteisöpedagogiopiskelijoille sosiaalista vahvistamista. Opintojakson sisällöt keskittyvät ehkäisevään päihde- ja mielenterveystyöhön sekä syrjäytymisen kehityskulkuun ja siltä suojaaviin ja riskitekijöihin. Lukuvuonna 2014-2015 meillä oli opiskelijoiden kanssa mahdollisuus linkittyä työelämäyhteistyöhön Klaari Helsingin koordinoiman päihdevaistuksen, Valintojen stoorin toteutuksessa. Käyn tässä artikkelissa tiiviisti läpi käytännön toteutusta, siitä nousseita kehityskohteita ja opiskelijoiden antamaa palautetta oppina vastaavien yhteistyökuvioiden suunnitteluun.

Valintojen stori

”Valintojen stori on päihdekasvatusmenetelmä, jonka pyrkimyksenä on kysyä oikeita kysymyksiä sen sijaan, että aikuinen antaisi oikeita vastauksia. Enemmän kuin itse päihdeitä ja niiden terveyshaittoja, pohditaan yhdessä nuorten ympärillä olevien yhteisöjen vaikutusta nuoren omiin päätöksiin ja sitä, miten muut ihmiset vaikuttavat nuoren suhtautumiseen päihdeiden kokeilua kohtaan. Valintojen stoorin kohderyhmänä ovat peruskoulun 6.-luokkalaiset ja heidän huoltajansa. Valintojen stori toteutetaan tarinan, keskustelun ja toiminnallisten menetelmien avulla yhteistyönä alueen lasten ja nuorten kanssa toimivien eri ammattiryhmien, kolmannen sektorin sekä yläkouluikäisten tukioppilaiden kanssa. Vastuutahona Helsingissä toimii Klaari Helsinki” (Klaari Helsinki)

Valintojen stoorissa nuoria osallistetaan toiminnan ja keskustelun kautta pohtimaan päihdeasioita ja kehystarina kuullaan joko videon tai kerrotun tarinan muodossa. Tavoitteena on että ohjelma tuntuisi nuorista mielenkiintoiselta, nuoret jaksaisivat kuunnella ja keskustella ja näin opetus jäisi paremmin mieleen.

Suurin osa Helsingin 6. luokkalaisista käy Valintojen stoorin läpi vuosittain luokkansa kanssa oman alueen nuorisotalolla. Nuorisotyön, koulun, sosiaali- ja terveysalan ammattilaisiten lisäksi mukana on myös vuosittain alan opiskelijoita ja vapaaehtoisia.

Perehdytys

Olen ollut itse töissä Klaari Helsingissä koordinoimassa opiskelija-yhteistyötä sekä miettimässä perehdytyskoulutusta, joten minulla on käsitys siitä, mitä uudelle toimijalle merkitsee hyvin toteutettu perehdytys pystyvyyssuskon lisääjänä ja sitä kautta menestyksellisenä toimintana ryhmien kanssa. Päädyimme Klaarin kanssa siihen, että heiltä tullaan vetämään perehdytyspäivä tammikuussa Nurmijärven kampukselle, ja sieltä jokainen saa aikatauluihinsa sopivan toteutusalueen ja mahdollisuuden osallistua vielä perehdytyksiin alueiden toimijoiden kanssa. Sosiaalisen vahvistamisen opintojaksolle osallistui kaikkiaan 50 opiskelijaa, joista 20 kävi läpi Valintojen stoorin. Palautteiden kautta esille nousivat alueiden suuret erot sekä toteutuksessa että opiskelijoiden perehdytyksessä. Osa kävi tekemässä ensimmäiset ryhmät kokeneemman työparin kanssa kun taas toisille perehdytys oli pikainen ja opiskelijat pistettiin heti keskenään vetämään ryhmiä.

Kokemus

Työelämäyhteistyössä ei tapahdu niin suurta epäonnistumista, ett-eikö siitä opittaisi jotakin. Tämä pätee myös Valintojen stooriin, tosin oppimiskokemusten oivaltaminen vaatii lehtorilta työaika kokemuksen purkamiseen opiskelijoiden kanssa. Ryhmien ohjaus käytännössä sujui alkuhankaluuksista huolimatta hyvin. Seuraavat opiskelijoiden raporteista poimimani lauseet kuvaavat hyvin opiskelijoiden tunnelmia:

”Omalta osaltamme voimme sanoa, että Valintojen stoorissa ohjaus onnistui hyvin. Suurin osa nuorista oli aidosti kiinnostuneista opetustunnista, ja saimme yhdessä hyvää keskustelua aikaiseksi. Pienen toiminnan kuten pallojen, lappujen ja muiden tarvikkeiden kautta nuorilla on koko ajan jotakin mihin keskittyä, ja näin keskittymisen herpaantumisen oli epätodennäköisempää.”

Menetelmät, joilla oppilaita aktivoitiin, eivät jättäneet aikatauluun liikaa väljyyttä. Tätä pidettiin hyvänä, koska mietitty konsepti auttoi kokemattomampia ja tuki ryhmien ohjaamisessa. Monet opiskelijani pohtivat myös itse saamaansa päihdevalistusta. Muistikuvat eivät olleet erityisen positiivisia eikä osa muistanut saaneensa lainkaan päihteisiin liittyvää tietoa peruskouluaikana.

”Valintojen stoori on onnistunut elämyksellisen päihdekasvatuksen menetelmä. Se on nuorille mieluisampaa, kuin perinteisemmät päihdevalistustunnit koulussa. Nuori pääsee itse tekemään, näkemään, pohtimaan ja keskustelemaan päihteisiin liittyvistä asioista. Keskustelun syntyminen on erittäin tärkeää, koska tavoitteena on, että nuoren päähän jäisi ajatuksia ja valmiuksia tehdä omia päätöksiä hankalissa tilanteissa, kun ollaan tekemisissä päihteiden kanssa.”

Menetelmään oltiin tyytyväisiä ja osa pohti raporteissaan mahdollisuutta hyödyntää ja jalostaa kokemusta jatkossa jos ovat näiden asioiden kanssa tekemisissä tulevaisuudessa työpaikoissaan.

”Kaiken kaikkiaan Valintojen stoorin toteutus ei aina toiminut ja se, että melkein kaikki hankkeen toimijat ovat vapaaehtoisia tarkoittaa, että perehdytykseen panostaminen on tärkeää. Stoorin idea ja menetelmät ovat kuitenkin hyvä ensikosketus elämyksellisten menetelmien käyttöön ehkäisevässä päihdetyössä. Stoorin ohjaamisesta Helsingin 6. luokkalaisille sai hyviä ideoita ja kokemuksia siihen, miten samoja menetelmiä voisi soveltaa jatkossakin.”

(Lainaukset opiskelijoiden raporteista.)

Lehtorina olen huomannut vuosien varrella, ettei tunneilla voida millään keinoilla saada samanlaista kokemusta kuin työelämässä. Olen vuosien varrella kokeillut erilaisia ohjaukseen liittyviä demoja ryhmien kanssa, mutta eniten oppimista tuottaa aidossa ympäristössä tehdyt projektit. Valintojen stoorin kohdalla oppiminen kietoutuu useisiin asioihin. Ensinnäkin omaan ohjaajuuteen ja sen kehittymiseen, toiseksi toimimiseen osana monialaista ohjaajaryhmää ja kolmanneksi päihdekysymysten haltuun ottamista ja pohdintaa myös ammattieettisesti, mm. mitä voi ammattilaisena puhua, miten itse käyttäytyy ja millaista mallia välittää eteenpäin.

Ehkäisevää päihdetyötä jatkossa

Mielestäni työelämäyhteistyön parasta antia on sen mukanaan tuoma keskustelu oppitunneille. Vaikka Valintojen stoorissakin oli haasteensa, se antoi paljon materiaalia, jota käydä läpi. Stoorin kokeneilla opiskelijoilla oli herännyt ajatuksia ja ideoita, miten tärkeää on puhua päihhteistä ja niihin liittyvistä valinnoista ja toisaalta, miten asia jatkossa kannattaisi tehdä, jos he itse ovat toteuttamassa vastaavaa työelämässä. Opiskelijat vaikuttavat päteviltä ja osaavat tarttua toimeen, mutta selkeä viesti työelämän suuntaan oli, että perehdyttäjän pitäisi osata kertoa tarkalleen, mitä opiskelijoiden halutaan tekevän, jotta opiskelijoille ei jäisi epävarma olo ohjaus-tilanteessa.

”Parannettavaa kaiken kaikkiaan Valintojen stoorissa on paljon, erityisesti perehdytys tehtävään tulisi olla parempi. Huono info antaa ohjaajille vain epävarman vaikutelman tulevasta tehtävästä. Opiskelijoita ei saisi jättää oman onnensa nojaan Valintojen stoorissa. Ainakin ensimmäisellä kerralla olisi hyvä olla kokeneempi ohjaaja mukana.”

LÄHTEET

Klaari Helsingin sivut: <http://klaari.munstadi.fi/>, viitattu 19.1.2015.

Sitaatit opiskelijoiden Valintojen stoori raporteista lukuvuodelta 2014-2015.

EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN OPETUS RIKOSSEURAAMUSALAN SOSIONOMIKOULUTUKSESSA

Laurea-ammattikorkeakoulu on ainoa ammattikorkeakoulu Suomessa, jossa opiskelija voi suorittaa rikosseuraamusalan sosionomitutkinnon. Koulutuksen järjestävät yhteistyössä Laurea-ammattikorkeakoulu ja Rikosseuraamusalan koulutuskeskus. Tässä artikkelissa kuvataan ehkäisevää päihdetyötä opetuksessa ja harjoittelussa rikosseuraamusalan sosionomikoulutuksessa.

Rikosseuraamusalan sosionomi huolehtii yksilön ja yhteiskunnan turvallisuudesta pitämällä yllä oikeudenmukaista, laillista ja turvallista rikosseuraamusten täytäntöönpanoa. Rikosseuraamusalan keskeisenä tavoitteena on vaikuttaa uusintarikollisuuden vähentämiseen ja rikollisuutta ylläpitävän syrjäytymiskehityksen katkaisemiseen. Rikosseuraamusalan sosionomikoulutuksen omaavan ammattilaisen toteuttaman päihdetyön tavoitteena on hyvinvoinnin ja osallisuuden sekä toimintakykyisyyden tukeminen ja rikoksettoman elämäntavan sekä yhteiskuntaan kiinnittymisen edistäminen. (Laurea-ammattikorkeakoulu, 2015)

Rikosseuraamusalan sosionomikoulutuksen opetuksessa ehkäisevän päihdetyön perusta on sen lainmukaisessa määrittelyssä sekä keskeisen päihdetyötä säätelevän lainsäädännön tuntemisessa. Ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä annetun lain 2 § määrittelee ehkäisevän päihdetyön toimintana, jolla vähennetään päihteiden käyttöä ja päihteiden käytöstä aiheutuvia terveydellisiä, sosiaalisia ja yhteiskunnallisia haittoja. Lain 3 §:n mukaan ehkäisevän päihdetyön tulee perustua päihteiden käytön ja siitä aiheutuvien haittojen seurantaan, käytettävissä olevaan tieteelliseen

näyttöön ja hyviin käytäntöihin. Laissa korostetaan huomion kiinnittämistä myös muille kuin päihteiden käyttäjille aiheutuviin haittoihin. (Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 2 ja 3 §)

Vuoden 2010 laajan terveystutkimuksen mukaan rikosseuraamusasiakkaiden keskuudessa päihderiippuvuus oli kymmenkertainen tavalliseen väestöön verrattuna (Joukamaa 2010). Näin päihdetyöllä on keskeinen merkitys uusintarikollisuuden vähentämisessä pyrittäessä edistämään rikosseuraamusasiakkaiden sijoittumista yhteiskuntaan (Vankeuslaki, 2§). Päihdetyö on yhteinen asia, johon jokainen rikosseuraamusalan työntekijä osallistuu omien työtehtävönsä puitteissa. Rikosseuraamuslaitoksessa ennaltaehkäisevään työhön on tarkoitus panostaa tulevaisuudessa vankien sijoittelun, lähityön ja valvonnan keinoin. Näillä keinoilla pyritään ehkäisemään päihde-ehdoisen alakulttuurin, siihen liittyvien ilmiöiden ja haittojen synty vankien keskuudessa. (Rikosseuraamuslaitos, 2012)

Rikosseuraamusalan kontekstissa on oleellista ymmärtää rikostorjunnan kokonaiskuva.

Tarkastus- ja kontrollitoimilla pyritään estämään huumerikollisuuden toteuttaminen vankiloissa, jolloin kyse on luvattomien aineiden pois saamisesta. Opiskelijat harjoittelevat henkilö-, tila- ja erityistarkastusten tekemistä. Tarkoitusta on suorittaa ja kohdentaa kyseisiä toimia työtehtävissä osana vankilan sisällä tapahtuvaa ennakkoivaa rikostorjuntaa. Mahdollisen huumetarjonnan ja olosuhteiden merkityksen ymmärtäminen käytön aloittamiselle tai päihdeistä pidättäytymisen jatkuvuudelle on tärkeää. Houkutus sortua käyttämään päihteitä vankilassa on siviiliolosuhteita suurempi.

Rikosseuraamusalan sosionomiopiskelijan päihdetyön perustietoihin sisältyy tietämys eri päihdeistä ja niiden vaikutuksista ihmisen käyttäytymiseen. Asiakastyössä korostuu päihdeitä käyttävän rikosseuraamusasiakkaan ihmisarvoa kunnioittava kohtaaminen ja sosiaalialan sekä rikosseuraamusalan eettisten periaatteiden ja arvojen toteuttaminen ammatillisessa työssä. Oman suhtautumisen tiedostaminen on keskeisestä päihdeasiakastyön vuorovaikutussuhteessa. Asiakkaan päihdeongelman yhteys rikolliseen käyttäytymiseen määrittää niitä tarpeita ja interventioita, jotka huomioidaan yksilöllistä rangaistusajan suunnitelmaa laadittaessa. Rangaistusajan suunnitelman tavoitteiden toteutus tukee vangin valmiuksia

rikoksettomaan elämäntapaan edistäen vangin elämänhallintaa. Opiskelija osaa kartoittaa ja arvioida rikosseuraamusasiakkaan päihteidenkäyttöä ja -kuntoutustarvetta sekä käyttää päihdetyön menetelmiä.

Työntekijällä on merkittävä rooli päihteidenkäytön muutokseen motivoinnissa. Muutos voi tarkoittaa esimerkiksi päihteettömyyttä, käytön vähentämistä tai turvallisempia käyttötapoja. Sosionomikoulutuksessa on mahdollisuus suorittaa motivoivan keskustelun opintojakso, joka antaa välineitä päihdekeskusteluihin ja puheeksiottotilanteisiin. Opiskelija tietää oman työroolinsa moniammatillisessa yhteistyö- ja palvelujärjestelmässä ja osaa ohjata rikosseuraamusasiakkaan tarkoituksenmukaisten palvelujen piiriin.

Rikosseuraamusalan sosionomitutkinnossa on mahdollista täydentää osaamistaan päihdetyön osalta. Tällöin kyseeseen tulee ehkäisevän ja korjaavan päihdetyön sisältöjen syventäminen ja ymmärryksen lisääminen ilmiöstä laaja-alaisemmin. Päihdetyön täydentävässä osaamisessa päihteidenkäyttöä tarkastellaan elämäntapa- ja elämäntilanteesta näkökulmasta raskausaikana, päihdeperheen ja lapsen edun näkökulmista. Rikosseuraamusasiakkaan vanhemmuutta tuetaan muun muassa päihdekuntoutuksella ja vahvistamalla arjen taitoja (Rikosseuraamuslaitos, 2013). Elämäntapa- ja elämäntilanteesta tarkastelussa korostuu eri ikäryhmien, nuoruusiästä ikäihmisiin, ominaisen päihteidenkäytön tunnistaminen, puheeksi ottaminen ja menetelmäosaaminen eri asiakkuuksissa. Ehkäisevästä näkökulmasta on oleellista tunnistaa ja pyrkiä vähentämään ylisukupolvisesti siirtyvien päihde- ja mielenterveysongelmien sekä rikollisen käyttäytymisen jatkumista.

Huumeiden käyttöön liittyvä terveysneuvontatyön ja huumehaittojen ehkäisyn tunteminen on tärkeä osa ohjaus- ja neuvontatyötä rikosseuraamusalalla. Ehkäisevän ja korjaavan päihdetyön työmuotojen valinta, päihdepalveluihin motivointi sekä ohjaus eri rikosseuraamuksissa perustuvat rikosseuraamusasiakkaan päihteidenkäytön ja tarpeiden mukaiseen arviointiin. Lisäksi opiskelija tuntee vertaistuen ja työnohjauksen merkityksen oman työn kehittämiseksi ja työssä jaksamiselle.

Päihdetyön näkökulmia opintojen aikaisissa ammatillisissa käytänteissä

Ammattikorkeakoulun rikosseuraamusalan sosionomikoulutuksen laajuus on 210 opintopistettä. Harjoitteluiden osuus opinnoista on 45 opintopistettä. Opiskelijoiden ammatillisista lähtökohdista riippuen harjoittelujaksoja suoritetaan toisiinsa nähden hyvin erilaisissa sosiaali- ja rikosseuraamusalan työpaikoissa. Erityisesti kehittämishankkeissa toteutuvissa harjoitteluissa tehtävänä voi olla päihdetyön uusien lähestymistapojen, toimintamallien ja menetelmien kehittäminen. Ennaltaehkäisevään päihdetyöhön liittyvät kehittämistehtävät liittyvät tavallisesti nuorten parissa toteutettavaan työhön.

Rikosseuraamusalan sosionomit ovat opinnoissaan kohdanneet vierailevina luennoitsijoina rikostaustaisia ja entisiä päihteidenkäyttäjiä, jotka sittemmin ovat jättäneet rikollisen elämäntavan ja päihteet. Monet päihde- ja rikoskierteestä irrottautuneet toimivat nykyisin kokemusasiantuntijoina erilaisissa järjestöissä auttaen vapautuvia vankeja integroitumaan yhteiskuntaan sekä kertoen tuleville ammatilaisille kokemuksistaan. Kokemusasiantuntijoiden kohtaaminen rikosseuraamusalan sosionomikoulutuksen opetuksessa on mahdollistanut sen, että opiskelijat ovat oppineet tunnistamaan erilaisia päihteiden ongelmakäytön riskitekijöitä sekä käytöstä aiheutuneita seurauksia. Näiden tunnistaminen edesauttaa opiskelijoita mieltämään päihteidenkäytön puheeksioton tärkeäksi auttamiseksi ja välittämiseksi erilaisissa harjoitteluissa toteutuvissa asiakaskohtaamisissa. Kokemustarinoiden avulla päihteiden puheeksi ottaminen ymmärretään ennakointina, jolla vältetään reagointia vasta sitten kun päihteet ovat jo ongelma. Kokemusasiantuntijoiden elämäntarinoiden avulla on myös opittu, että erilaisista ja eri yhteiskunnallisissa asemissa olevista ihmisistä voi tulla päihdeongelmaisia. Kokemusasiantuntijat ovat myös yhdessä opiskelijoiden kanssa ideoineet, minkälaisissa asiakastyötilanteissa rikosseuraamustyön ammatillaiset voivat hyödyntää kokemusasiantuntijoita vertaisina.

Opinnot päihdetyöstä, eri yksiköiden päihdestrategiat, erilaiset kansalliset päihteidenkäytön ehkäisyyn liittyvät ohjelmat, linjaukset ja lait vaikuttavat siihen, miten rikosseuraamusalan sosionomit asemoituvat ehkäisevän päihdetyön tehtäviin ja ammatillisiin

käytänteisiin erilaisissa työelämän toimintaympäristöissä. Päihdetörmien elintapojen edistäminen toteutuu monin eri tavoin erilaisissa asiakkaiden kanssa toteutuissa ammatillisissa kohtaamisissa. Ehkäisevää päihdetyötä tehdään monialaisesti ja verkostomaisesti. Esimerkiksi kouluissa työskentelyssä voivat olla mukana oppilas- huollon, terveydenhuollon, poliisin, sosiaalitoimen ja nuorisotyön ammattilaiset. Tällöin ehkäisevän päihdetyön toteuttamiseen liittyy tehtävien ja vastuun jakamista eri toimijoiden kesken. Lähestymistavoissa voi olla eri kohderyhmille tarkoitettuja interventioita. Rikosseuraamusalan yksiköissä tehtävään ehkäisevään päihdetyöhön liittyy tavallisesti myös valvonta sekä tiivis yhteistyö valvontahenkilöstön kanssa. Tällöin ehkäisevällä päihdetyöllä pyritään vähentämään päihteiden kysyntää, saatavuutta sekä tarjontaa. Myös päihdehaittojen ehkäiseminen on tärkeää. Rikosseuraamuslaitoksen päihdetyön kulttuuriin liittyy kontrollin lisäksi myös kuntoutus sekä asiakkaiden motivointi päihteettömään ja rikoksettomaan elämäntapaan. Motivointityössä vertaisilla on tärkeä rooli toimia esimerkkeinä muutoksen mahdollisuudesta.

LÄHTEET

Joukamaa, Matti ja työryhmä 2010. Rikosseuraamusasiakkaiden terveys, työkyky ja hoidontarve. Rikosseuraamuslaitoksen julkaisuja 1/2010.

Laurea-ammattikorkeakoulu. Viitattu 19.11.2015. <https://www.laurea.fi/opiskelu-ja-hakeminen/amk-tutkinnot/rikosseuraamusala-sosionomi>.

Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015).

Vankeuslaki (767/2005).

Rikosseuraamuslaitos. 2012. Päihdetyön linjaukset 2012-2016. Päivitetty 16.7.2014.

Rikosseuraamuslaitos. 2013. Lapsi- ja perhetyön linjaukset. Päivitetty 16.7.2014.

CASE HUMAK: TAVOITTEENA JOHDONMUKAINEN EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN OPETUS

Tämä on case-kuvaus ehkäisevän päihdetyön sisältöjen rakentamisesta Humanistisen ammattikorkeakoulun yhteisöpedagogien perustutkintoon yhteistyössä tutkinnossa opettavien ja TKI-työtä tekevien lehtorien kanssa. Nuorisoyerityinen ja muuten hyvinvointia edistävä, varhaisen vaiheen ehkäisevä päihdetyö on AMK-tutkinnoissa melko vähäistä. Ehkäisevällä päihdetyöllä (jatkossa EPT) on omat erityiset tehtävänsä ja tavoitteensa. Vaikka aihe nivoutuu luonnollisena osana nuoriso- ja järjestötyöhön sekä osin terveydenhoidolliseen ja sosiaalityöhön, tulisi työ silti tunnistaa myös omana osa-alueenaan. Muuten työn konkreettisten tavoitteiden nimeäminen, toimivien menetelmien valinta ja myöhemmin onnistumisen arviointi on vaikeaa.

Preventiimi on jo usean vuoden ajan järjestänyt korkeakoulutasoista täydennyskoulutusta nuoria kohtaaville ammattilaisille. Osallistujat tulevat monenlaisista työnkuvista ja eri sektoreilta. Heidän ilmaisemat toiveensa ja antamat palautteensa ovat vuosien mittaan piirtäneet Preventiimille selkeää kuvaa siitä, millaista tietoa ja osaamista nuorten parissa kunnissa ja järjestöissä ym. tahoissa työskentelevät ammattilaiset kentällä tarvitsevat. Ehkäisevä päihdetyö niin nuorten kuin monien muidenkin ikäryhmien parissa on kaikkiaan haastava työalue, jota harvoin tehdään erillisresurssein, ja johon kaivataan laajaa näköalaa ja konkreettisia kehittämisideoita. Moni Preventiimin koulutuksiin osallistuvista toteaa myös, että omissa aikaisemmissa ammattiopinnoissa joko toisella asteella tai AMK:ssa päihdeaihetta on käsitelty hyvin vähän. Yleisimmin se on keskitynyt jo syntyneisiin riskeihin tai ongelmiin puuttuvan ja korjaavan työotteen kautta. Tämä on vahvistanut käsitystämme siitä, miksi

EPT:n tulisi näkyä tasaisesti jo yhteisöpedagogin perustutkinnossa. Sekä nuorten ja nuorten aikuisten parissa työskennellessä että järjestöjen vaikuttamistyössä voidaan vaikuttaa vahvasti aktiivisen kansalaisuuden ja päihteettömän hyvinvoinnin toteutumiseen EPT:n keinoilla jo ennen riskien tai ongelmien syntyä. Lisäksi osa tästä näkökulmasta olisi hyvä myös saada mukaan esimerkiksi sosionomin AMK-tutkintoihin.

Haasteena ehkäisevän päihdetyön tiedon sirpaleisuus opinnoissa

Preventiimi käy jonkin verran Humanistisen ammattikorkeakoulun kampuksilla opettamassa ehkäisevää päihdetyötä. Lisäksi EPT on saatu nimettyä opetussuunnitelmaan ja sen aiheista on tehty yhteistyötä mm. julkaisujen tuottamisessa ja opiskelijoiden ohjauksessa. Kuitenkaan EPT ei välttämättä ole näkynyt yhteisöpedagogien tutkinnossa tasaisesti eri kampuksilla tai samat asiat helposti toistuvat eri vuosikursseilla, valinnaisopintojen myötä tai vierailevien luennoitsijoiden alustuksissa. Myös kurssien laajat sisältökokonaisuudet, henkilöstön vaihtuvuus ja omat intressit aiheuttavat opiskelijoiden tietoperustan rakentumisessa epätasaisuutta ja päällekkäisyyksiä, mikä on näkynyt myös osin opiskelijoiden palautteissa.

Preventiimin järjestämät ammattiosaamiseen perustuvat täydennyskoulutukset taas eivät toimi parhaalla tavalla opiskelijoille, joista osalla on vasta hyvin vähän työkokemusta. Kokeilussa on myös kertaalleen ollut lehtorin kanssa yhdessä rakennettu valinnainen verkko-opintojakso, josta saatiin hyvää palautetta, mutta joka jäi silti hieman irralliseksi yhteisöpedagogien tutkinnosta ja myös sekoittui herkästi markkinoinnissa jo olemassa oleviin täydennyskoulutuksiin.

Muun muassa edellä mainittujen seikkojen vuoksi syntyi ajatus tuottaa EPT tasaisesti näkyväksi osaksi yhteisöpedagogitutkinnon opintosisältöjä yhteistyössä lehtorien kanssa. Yhteisöpedagogin ammattitaidon keskeisiä sisältöjä ovat osallisuuden tukeminen ja kansalaisvaikuttaminen, ehkäisevä työ ja sosiaalinen vahvistaminen, monikulttuurisuus ja kansainvälisyys, organisaatioiden ja niiden sisäisen viestinnän kehittäminen sekä yhteisöllisyyden ja erityisesti nuoruuden asiantuntijuuden vahvistaminen. Näistä sisällöistä

tietyillä opintojaksoilla EPT oli näkynyt melko säännöllisesti eri tavoin. Tiedustelimme yhteistyöhalukkuutta ja kutsuimme koolle lehtorien työryhmän. Siihen osallistui kaikilta kampuksilta lehtoreita, joilla niin ikään oli kiinnostusta saada aihe tasaisemmin tutkintoon esille. Lehtorien toiveina oli mm. löytää uusin materiaali helposti ja saada Preventiimiltä tukea erilaisten kokonaisuuksien kehittelyyn. Myös aihesisällöt ja opiskelijoiden tiedon rakentuminen ammatillisen kasvun myötä haluttiin pohtia yhdessä. Ehdotukset ja aihiot löytyivätkin hyvin nopeasti. Ehkä tärkeimpänä nähtiin YP-suuntautumisopinnoissa tarjottava kaikille yhteinen sisältö, joka takaisi kaikille yhteisopedagogeille ”ainakin tietyn määrän” EPT-opetusta suuntautumisvalinnasta huolimatta. Yhteiskehittäminen aloitettiin ensin nuorisotyön suuntautujien sisällöistä ja työ etenee jatkossa myös järjestötyön suuntautujat vielä vahvemmin huomioivaksi.

Yhdessä rakennettu kokonaisuus tuottaa laajempaa osaamista

Ehkäisevä työ ja sosiaalinen vahvistaminen ammattiorientaationa pitävät sisällään ajatuksen, että lapsesta aikuiseen ihmisiä voidaan tukea arjessaan jo ennen kuin asiat menevät huonosti ja edes syntyy päihdehaittoja tai huolta nuoren päihdekokeiluista. Ehkäisevä työote ja sosiaalinen vahvistaminen koskettavat monia muitakin ilmiöitä kuin päihteitä; esimerkiksi mielen hyvinvoinnin ja turvallisen kasvun edistämistä. Niissä ennakoivat toimet painottuvat korjaavien toimien sijaan niin yksilö- kuin yhteiskunnallisellakin tasolla. Päihteiden merkityksen tunnistaminen osana hyvinvoinnin rakentumisen esteitä on tärkeää, ja tietoperusta laajenee samalla kun ammatillinen minä ja työote kehittyy. Näistä syistä Preventiimin luomaan sisältöpohjaan valikoitui opintojaksoja sekä sisältöjä EPT-työskentelyyn siten, että opinnoissa tietoperusta etenee aina perusterminologiasta syvällisempään tietoon. Opiskelijan ammatillinen valmius ehkäisevän päihdetyön toteuttajana kehittyy hahmotamaan oman tulevan työtehtävän rinnalla niitä yhteiskunnallisia keinoja ja vaikutuksia, joita ehkäisevällä päihdetyöllä on.

Preventiimi on tuottanut 1. ja 2. vuoden opintoihin opetusmateriaaleja ja vuorovaikutteisia tehtäviä yhteiselle foorumille siten, että taloon uutenakin tulevat lehtorit pääsevät nopeasti sisältöihin kiinni ja päällekkäisyydeltä vältytään. Opintojaksoilla lehtorit voivat

käyttää materiaaleja joko lähijaksoilla luentojen tukena sellaisenaan tainiitävapaastimuokaten, tai vieden niiden aiheesimerkiksi syöelämässä suoraan tapahtuvan oppimisen pariin. Ryhmätehtävät tuovat opiskelijoiden äänen ja monia eri näkökulmia ehkäisevään päihdetyöhön Humakin valmennuspedagogiikan mukaisesti. Tämän sisältöpohjan myötä tieto ja materiaalit löytyvät helpommin ja ne etenevät johdonmukaisesti perustutkinnossa toteuttamistavasta riippumatta.

Lisäksi yhteistyössä lehtorien kanssa on rakennettu kahden opinopisteen laajuinen, vuorovaikutteinen EPT-verkkokurssi suuntautumisopintoihin. Henkilökunnan kesken pohdittiin myös suuntautumisopintojen sisältöjaon uusimista opetussuunnitelmatyöskentelyssä. Kokeilut on aloitettava aina jostakin, ja sitten jatkettava kehittämistyötä yhdessä saaduista kokemuksista valaistuneena. Saatu palaute ensimmäisistä toteutetuista Moodle-kurseista on ollut pääosin positiivista.

Preventiimi toteuttaa ajantasaisen prototyypin ylläpitoa Moodlella, tekee kampusversioiden valmistelun sekä tukee ja ohjeistaa vastuulehtoreita tarvittaessa. Kokemuksen ja palautteen kertyessä niin yhteistyölehtoreilta kuin opiskelijoiltakin, sisältöjä ja tehtäviä kehitetään jatkossa hyvässä yhteistyössä vielä toimivimmiksi. Tulevaisuudessa kyetään ottamaan myös järjestösuuntautujien tarpeet entistä paremmin huomioon sekä pohtimaan tehtävien vaativuutta myös suhteessa opiskelijoiden usein vähäiseen työkokemukseen. Ehkäisevän päihdetyön näkökulma on huomioita Humakin opetussuunnitelmatyössä ja mietinnässä on myös se, miten EPT saadaan vielä näkyvämmiin mukaan esimerkiksi Humakin opiskelijatoimintaan.

Tämä prosessi on edellyttänyt innostunutta ja ennakkoluulotonta yhteistyötä Humakin lehtorien kesken. Se on myös vaatinut olemassa olevan kokemustiedon kuuntelemista. Jatkossa tiedottamiseenkin täytyy panostaa, sillä useiden kampusten ja vastuulehtorien vaihtumisten välillä tietoketju koskien luotuja sisältöjä saattaa katketa. Pitkän tähtäimen tavoitteena on innostaa Humanistisesta ammattikorkeakoulusta valmistuvia yhteisöpedagogeja vahvoiksi EPT-osaajiksi. Heillä on vahva tietoperusta, kyky ennakoida päihdetilannetta, rohkeutta kyseenalaistaa vanhoja ja kehittää uusia työmalleja eri organisaatioissa, sekä huomioida erilaisia kohderyhmiä ja vaikutuskeinoja työssä aina yksilötasolta yhteiskunnan tasolle.

OSA 3

HYVINVOINNIN EDISTÄMINEN JA EHKÄISEVÄ
PÄIHDETYÖ OPISKELIJAKULTTUURISSA JA
AMMATTIKORKEAKOULUN RAKENTEISSA



OPISKELIJAN NÄKÖKULMA: KOSTEA KORKEAKOULU

Kuuluuko korkeakouluopiskeluun alkoholinkäyttö vai ei? Pitääkö minun osallistua kosteisiin juhliin? Kysymyksiä, joita varmasti monet opiskelijatkin ovat pohtineet opiskelujensa aikana. Runsas alkoholinkäyttö on sidottu tiukasti suomalaiseen juhlakulttuuriin. Uskallan väittää, että samalla lailla se on sidottu opiskelijaelämään. Asia juontaa juurensa yliopisto-opiskelijoiden vuosijuhliin ja muuhun vapaa-ajan juhlintaan. Yliopisto-opiskelussa tämän tyyppinen kulttuuri on elänyt jo vuosikymmeniä, josta se on sitten lähtenyt laajenemaan koskettamaan koko opiskelijakenttää alasta tai koulusta riippumatta. Samalla lailla kuin opiskelijahaalareiden käyttö. Sekin oli alun perin vain tiettyjen opinalojen tapa. Ja kuinka ollakaan, nykyisin nämä kaksi asiaa, alkoholi ja opiskelijahaalarit, voidaan nivoa melko lailla yhteen. Haalarit tuntuvat antavan oikeutuksen ylilyön-teihin ja kokonaisvaltaiseen örvellykseen. Ei toki kaikilla, mutta se on mielikuva, joka jää päällimmäiseksi. Mietitäänpä vaikka vappua. Useimmilla ainejärjestöillä tämä tarkoittaa monipäiväistä juhlintaa. Haalarit tietysti kuuluvat olennaisena osana hommaan.

Kuuluuko siis alkoholinkäyttö opiskelijaelämään? Siihen vastaus lie-nee kyllä. Kuuluuko jokaisen opiskelijan käyttöä alkoholia? Siihen taas vastaus on ei. Alkoholinkäyttö on vahvasti esillä opiskeluiden aikana ja opiskelijabileet ovat useimmiten kosteita, mutta on jokaisen oma valinta, millä tavoin itse juhlii. Kosteisiin juhliin ei ole pakko osallistua tai niihin voi osallistua selvinkin päin. Kaikilla on sama oikeus juhlia, joi alkoholia tai ei. Ongelmatonta tämä ei kuitenkaan ole. Syy on juuri se oletus, että opiskelijabileissä kuuluu juoda. Olet outolintu, jos et juo. Ilmapiiri on tietyllä tapaa painostava. Tämä

ei toki ole ainoastaan opiskelijajuhlintaan sidonnainen asia, vaan suomalaiseseen juomakulttuuriin kokonaisuudessaan. Tipattoman kynnys osallistua juhlintaan voi olla korkea. Kun juomattomuus on jokaisen oma valinta, sitä ei pitäisi tarvita perustella kenellekään. On aivan yhtä oikeutettua juhlia, vaikka ei joisi alkoholia lainkaan.

Juomattomuus voi pahimmassa tapauksessa vaikuttaa sosiaalisiin suhteisiin opintojen aikana. Kun aloittaa opiskelun, ei tunne luokkatovereitaan. Tutustuminen tapahtuu useasti opiskelijabileiden varjolla. Sosiaalinen paine on kovimmillaan juuri opintojen alussa, kun ei vielä tunneta toisia kovinkaan hyvin. Joku saattaa kokea, että bileisiin on pakko osallistua ja bileissä on pakko juoda alkoholia, ettei jää ulkopuoliseksi. Alkoholittomuuden ei kuitenkaan pitäisi olla minkään tasoinen este tutustumiselle tai ystävyksien solmimiselle. Alkoholinkäyttö ei voi olla minkään asian edellytys. Käytännössä näin voi kuitenkin olla, sillä jokainen ei ole niin vahva, että uskaltaisi mennä sinne ensimmäisiin bileisiin limulinjalla. Moni varmasti jättää bileet kokonaan väliin, koska kokee juomattomuutensa ongelmaksi. Mitä ongelmalle voi tehdä, onkin vaikea kysymys. Miten kulttuuriin ja sen kieroutumiin voidaan vaikuttaa? Alkoholinkäyttö on niin syvällä ja liittyy niin olennaisena osana opiskelijaelämään, että asenteisiin vaikuttaminen on erittäin haasteellista.

ANTTI MAUNU, VALT. TRI, VAPAA TUTKIJA
& LAURA HEINONEN, ASIANTUNTIJA, EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ EHYT RY

EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ JA SOSIAALISET TAIDOT

Juomisen nautinto on ensi sijassa sosiaalista. Juomistilanteet antavat mahdollisuuden kokea ja näyttää yhteenkuuluvuuden tunteita. Vanhat kaverit tuntuvat juodessa erityisen läheisiltä ja uudet ihmiset mielenkiintoisilta. Toisiin on helpompi tutustua ja omakin olo on itsevarma. (Maunu 2012a ja 2012b.)

Syyt tähän ovat niin kulttuurisia, psykologisia kuin kemiallisia-kin. Kulttuurisessa mielessä alkoholi liittyy sosiaalisiin odotuksiin. Juominen on Suomessa ollut vuosisatojen ajan tärkeä yhdessäolon tekniikka. Yhäkin se lataa yhteisiin juomistilanteisiin odotuksia vapaasta ja intensiivisestä yhdessäolosta. Juominen on eräänlainen sosiaalinen kieli. Kun porukka juo ja humaltuu yhdessä, kaikki tietävät, mitä tilanteessa kuuluu tehdä. Keskeistä on ilmaista sanoin tai teoin, mitä tuntee toisia kohtaan, ja saada siihen toisilta vastaus. (Maunu 2014b.)

Myös alkoholin kemialliset ja yksilöpsykologiset vaikutukset toimivat samaan suuntaan. Alkoholi vaikuttaa keskushermostoon eli siihen, miltä asiat tuntuvat. Turha itsetarkkailu hellittää ja ympäristön virikkeet tuntuvat houkuttelevammilta. On helpompi tarttua hetkeen ja sen tunnelmaan. Alkoholi siivittää kokemusta siitä, että on tärkeä ja merkityksellinen osa jotain itseään suurempaa kokonaisuutta. (Maunu 2014b ja 2014c.)

Nykyaikaisen ehkäisevän päihdetyön keskiössä on taata ihmisille valmiuksia tavoitella sitä, mitä he tavoittelevat myös päihteyden käytöllään, mutta paremmassa ja kestävämmässä muodossa.

Toisin sanoen lujia, hauskoja ja turvallisia sosiaalisia kokemuksia ilman päihteitä. (Maunu 2012b ja 2014b.)

Ammattikorkeakoulut ja opiskeluryhmät

Myös oppilaitoksissa on oltava tarjolla hyviä sosiaalisia kokemuksia ja mahdollisuuksia kuulua ryhmiin. Jos opiskelu on yksin puurtamista ilman kontaktia muihin ihmisiin, haetaan sosiaalisuutta opiskeluyhteisöjen ja opiskelun ulkopuolelta. Opiskelijoiden ryhmäytyminen tapahtuu usein juhlimistilanteissa, ja bileet ovatkin sosiaalisesti arvokasta aikaa, jonka tarkoituksena on muiden kanssa viihtyminen. Bileet eivät kuitenkaan yksin riitä, eikä niiden tunnelma aina kanna varsinaisiin opiskelutilanteisiin. Siksi on tärkeää tarjota hyviä ryhmäkokemuksia myös opetuksessa sekä järjestää mahdollisuuksia hauskaan yhdessäoloon ilman päihteitä.

Vuoden 2012 Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksen mukaan 31 % opiskelijoista kokee, ettei kuulu mihinkään opiskeluun liittyvään ryhmään. Ammattikorkeakouluopiskelijoista osuus oli vielä suurempi. (Kunttu & Pesonen 2013.) Tämän osuuden pienentämisen tulisi olla oppilaitosten ja opiskelijakuntien tärkein ehkäisevän päihdetyön tavoite.

Ammattikorkeakouluissa opetus tapahtuu pääasiassa ryhmissä. Ryhmässä oppiminen on mielekkäintä ja myös tuloksellisinta silloin, kun ryhmässä on hyvä ilmapiiri ja toimintakulttuuri. Hyvät ryhmät kuitenkin tarvitsevat jatkuvaa huoltamista: ryhmäyttämistä. Alkuvaiheen ryhmäytyminen on tärkeää, jotta ryhmäprosessit pääsevät alkuun, mutta ryhmien toimintakykyä pitää huoltaa myös opiskelun edetessä. Siihen ei tarvita poppakonsteja eikä synnynnäisiä erityisominaisuuksia. Säännölliset ryhmätapaamiset riittävät, tapaamiset, joissa keskustellaan ryhmää koskevista asioista ja huolehditaan, että jokainen ryhmän jäsen saa osallistua ja tulee kuulluksi. Näitä tapaamisia pitää kuitenkin olla riittävän usein, ja jonkun pitää ohjata tapaamisia.

Kuka rakentaa ryhmiä ja kuinka?

Kenen vastuulla ryhmät sitten ammattikorkeakouluissa ovat? Vastaus kuuluu: kaikkien. Kenenkään ei tarvitse tehdä sitä yksin, ja jokaisella oppilaitosyhteisön jäsenellä on paikka myös ryhmien rakentajana. Esimerkiksi opettajat, ryhmänohjaajat, vastuupettajat, tutor-opettajat, opiskelijatutorit sekä opiskelijahuollon työntekijät voivat kukin osaltaan vahvistaa opiskelijaryhmien ilmapiiriä ja toimintakykyä. Mutta ryhmien kanssa työskentelevät ammattilaiset tai vapaaehtoiset tarvitsevat resursseja, tukea ja työkaluja ryhmiensä rakentamiseen ja ohjaamiseen. Ryhmien ohjaaminen ei ole syntymäominaisuus tai kutsumus, vaan osa ammattitaitoa. Sellaisena sitä tulee myös vahvistaa ja tukea.

Usein myös ajatellaan, että opiskeluryhmät ovat sellaisia, millaisia yksilöitä ryhmään sattuu tulemaan. Tämä ei pidä paikkansa. Tutkimuksissa on osoitettu, että ryhmien ilmapiiri on kiinni ensi sijassa ryhmien johtajien tai ohjaajien tavasta suhtautua ryhmäänsä ja ohjata sitä. Mitä enemmän ryhmän jäseniä ohjataan ja rohkaistaan toimimaan toistensa kanssa, sitä paremmin he osaavat toimia ryhmissä. Kaikissa ryhmissä on erilaisia jäseniä, puheliaampia ja hiljaisempia, nopeampia ja verkkaisempia. (Maunu 2015.) Hyvin ryhmäytetty ryhmä osaa kantaa ja kunnioittaa jäsentensä erilaisuutta ja tehdä siitä itselleen voimavaran. Hyvin harvoin opiskelijat itse osaavat rakentaa ryhmistään sellaisia, että ne muodostuvat kaikille jäsenilleen yhtä hyväksi, arvostaviksi ja turvallisiksi. Opiskelijaryhmiin tarvitaan ohjaajia ja tiiminvetäjiä niin kuin missä tahansa työyhteisöissä - sekä heille resurssit ja valmiudet.

Esimerkiksi Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry:n Ryhmäilmiö-toimintamalliin liittyvä koulutus ja käsikirja on koettu helposti käyttöön otettaviksi ja varmuutta ryhmän ohjaajan työssä lisääviksi työkaluiksi (Selin ym. 2015; Maunu 2015). Muutenkin opintoihin kiinnittymiseen, opiskelukyvyyn edistämiseen ja esimerkiksi ehkäisevään päihdetyöhön liittyvät tavoitteet on järkevää ottaa huomioon pedagogisissa valinnoissa ja opetuksen kehittämisessä. Nämä tavoitteet voidaan integroida oppilaitoksen jokapäiväiseen toimintaan muistamalla kaksi asiaa. Ensinnäkin se, että niin opintoihin kiinnittymisessä, opiskelukyvyyn edistämisessä kuin ehkäisevässä päihdetyössä on paljolti kyse omaan opiskeluryhmään kiinnittymisestä sekä ryhmän kanssa viihtymisestä.

Toiseksi on syytä muistaa, että kaikki opiskelijat tavoitetaan myös hyvinvointityössä parhaimmin sieltä, missä he ovat jo valmiiksi -ryhmämuotoisissa opetustilanteissa.

Ammattikorkeakouluista yhteiskuntaan

Korkeakouluopiskelijat ovat paitsi usein tärkeässä identiteetin kehittymisen vaiheessa, myös iästä riippumatta tulevia suomalaisen yhteiskunnan ja työelämän kehittäjiä. Siksi oman opiskeluyhteisön ja opiskelijaryhmän sosiaalisen toimintakulttuurin vahvistaminen on myös tulevaisuuden yhteiskuntaan vaikuttamista. Kun opiskelijat otetaan mukaan toimintaan sekä sen suunnitteluun tai strategioiden valmisteluun, heidän on merkittävästi helpompaa sitoutua yhteisiin tavoitteisiin ja toimintatapoihin myös muussa elämässään ja opintojen jälkeen. Samalla päästään käymään tärkeää keskustelua opiskeluhyvinvoinnista, päihteiden merkityksestä, ennaltaehkäisystä, haittojen vähentämisestä ynnä muusta.

Oppilaitoksen sosiaalinen ilmapiiri ja toimintakyky on myös oppilaitoksen johdon asia. Oppilaitosyhteisön johtaminen noudattaa hyvin samankaltaisia periaatteita kuin opiskelijaryhmien ohjaaminen. Sosiaalisten tekijöiden vahvempi huomioiminen opetustyössä ja sen organisoinnissa voi toimia suoranaisesti opettajien työtä selkeyttävänä ja helpottavana tekijänä. Sosiaalisten tekijöiden vahvempi huomioiminen voi myös poistaa usein epämiellyttävänä koettua etäisyyttä ja kohtaamattomuutta opettajien ja esimiesten tai johdon välillä. Toisaalta sosiaalisten tekijöiden huomioiminen osana työyhteisön toimintaa myös rohkaisee ja motivoi opettajia huomioimaan ryhmiä ja ryhmäilmiöitä omien opiskelijoidensa kanssa. Lopputuloksesta hyötyvät niin opettajat kuin opiskelijat. Samojen prosessien hyödyntäminen ja johtaminen niin opettajien keskinäisessä yhteistyössä kuin työskentelyssä opiskelijoiden kanssa myös tukee ja vahvistaa molempia. (Maunu 2016.)

Tästä näkökulmasta ehkäisevää päihdetyötä ammattikorkeakouluissa ei ole mielekästä rajata omaksi, erilliseksi saarekkeekseen muun toiminnan ulkopuolella. Tärkeintä ei myöskään ole tiedottaa päihteiden myrkkyyvaikutuksista, vaikka nämäkin tiedot kuuluvat toki yleissivistykseen ja tietojen saaminen kansalaisoikeuksiin.

Vielä tärkeämpää on kuitenkin vaikuttaa niihin syihin, jotka saavat ihmiset viemään päihteet pullosta, piipusta tai pilleripurkista elimistöönsä. Nämä syyt ovat sosiaalisia ja emotionaalisia, ja pääasiassa samat tekijät vaikuttavat myös muuhun hyvinvointiin, opintomenestykseen sekä oppilaitokseen ja laajemminkin yhteiskuntaan integroitumiseen (Maunu 2014a).

LÄHTEET

Kunttu, Kristiina & Pesonen Tommi 2013. Korkeakouluopiskelijoiden terveystudkimus 2012. Helsinki: Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tutkimuksia 47.

Maunu, Antti 2012a. Ryypäämällä ryhmäksi. Ehkäisevän päihdetyön karttalehtiä nuorten ja nuorten aikuisten juomiskulttuureihin. Helsinki: Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry.

Maunu, Antti 2012b. Miksi Jesse ja Jenna juovat? Nuoret aikuiset ehkäisevän päihdetyön kohderyhmänä. Teoksessa Inkinen A, Kokkonen J & Ruuska V (toim.): Selvää synergiaa. Eettisesti kantavaa päihdekasvatusta. Helsinki: Preventiimi ja Humanistinen ammattikorkeakoulu.

Maunu, Antti 2014a. Kuinka terveyttä tehdään? Sosioekonomiset terveyserot ja ammatilliset oppilaitokset niiden kaventajina. Helsinki: Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry.

Maunu, Antti 2014b. Päihteet, tunteet ja sosiaalisuus. Näkyvän päihdetyön näkymättömät syyt. Janus 22(2): 109–121.

Maunu, Antti 2014c. Yöllä yhdessä. Yökerhot, biletyt ja suomalainen sosiaalisuus. Helsinki: Helsingin yliopisto, sosiaalitieteiden laitos.

Maunu, Antti 2016. Yhteisöjen aika. Ryhmäilmiö-malli ja sosiaalipedagogiikka ammatillisissa oppilaitoksissa. Helsinki: Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry.

Selin, Anni, Maunu, Antti, Kannussaari, Kim & Heinonen, Laura (toim.) 2015. Ryhmäilmiö. Ryhmän ohjaajan käsikirja. Helsinki: Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry.

OPISKELIJAT HYVINVOINNIN TUOTTAJANA

Opiskelijat tavataan nähdä päihteiden suurkuluttajina. On totta, että korkeakouluopiskelijat käyttävät runsaasti päihteitä, mutta käyttäjämäärät ovat kuitenkin viime vuosina tasaisesti laskeneet. Tuoreimman tutkimuksen mukaan yliopisto-opiskelijoista 5 % ja ammattikorkeakouluopiskelijoista 13 % tupakoi päivittäin. Alkoholin käyttö on viime vuosina vähentynyt erityisesti miespuolisten opiskelijoiden osalta. Alkoholinkäyttönsä arvioi aivan liian suureksi vain 1,5 % miehistä ja 0,5 % naisista. Hieman liian suurena sitä piti viidennes miehistä ja 12 % naisista. (Kunttu & Pesonen 2013, 66 - 72.) Riskialtis päihdekäyttäytyminen on yhteydessä yhteisöihin ja tapakulttuuriin. Esimerkiksi tupakanmittainen tauko on työpaikoilta levinnyt käsite ja tapa. Uusia haasteita aiheuttavat myös modernit ilmiöt, kuten energiajuomien suurkulutus eli niin sanotut pärinöiden juominen.

Turvallinen opiskelijakulttuuri

Tiedetään, että opiskelijakulttuuri ja yhteisöllisyys vaikuttavat laajasti opiskelijan hyvinvointiin. Ne ovat yhteydessä moniin tekijöihin, kuten opiskelukykyyn, opintojen sujumiseen ja opiskelumotivaatioon. Opiskelijakulttuuria ja yhteisöllisyyttä voidaan edistää korkeakoulu yhteisöissä ja sille on myös iso tarve: 31 % korkeakouluopiskelijoista ei koe kuuluvansa mihinkään ryhmään (Kunttu & Pesonen, 2012, 88). Yhteisöllisyys edellyttää avoimuutta, luottamusta, vuorovaikutusta ja osallistumista. Nämä puolestaan edellyttävät yhteistä aikaa ja paikkaa sekä rutiineja ja pysyvyyttä. Yksilöllä

tulee olla tunne ryhmään kuulumisesta sen hyödyllisenä ja hyväksyttävänä jäsenenä. Hyvässä yhteisössä sallitaan erilaisuus ja se on keskustelevalta ja neuvotteleva. Hyvä yhteisö on kaikille saavutettavissa oleva yhteisö. (SAMOK: Monta tietä yhteisöllisyyteen 2011.)

Opiskelijat voivat toimia monenlaisissa yhteisöissä. Opiskelija- ja ylioppilaskuntatoiminta, ainejärjestöt tai muunlaisen teeman ympärille rakentuneet ryhmät tai erilaisten järjestöjen toiminta tarjoavat kaikille mahdollisuuden osallistua. Tosiasiallisesti kynnys osallistua voi kuitenkin olla korkea tai itsensä ulkopuoliseksi tunteminen voi jatkua myös yhteisön toimintaan osallistumisen jälkeen. Päihdekäyttäytyminen on yksi ryhmän yhteisöllisyyteen vaikuttava tekijä. Toisaalta se rajaa ihmisiä pois, toisaalta se lisää riskikäyttäytymistä. Esimerkiksi uudet opiskelijat sosiaalistetaan helposti alkoholin käyttöön. Siksi on tärkeää kehittää yhteisöjä siten, että niihin kuuluminen olisi turvallista kaikille. (SAMOK: Monta tietä yhteisöllisyyteen 2011.)

Päihdeettömät tapahtumat ja opiskelijoiden osallisuus päihdekasvatuksessa

Monilla opiskelijatapahtumilla on ollut tapana keskittyä alkoholin kulutukseen tai alkoholin käyttö on ollut vahvassa roolissa. Parikymppiset nuoret, korkeakouluopiskelijat, pitävät juhlimisesta ja tähän tarpeeseen opiskelijatoimijat ovat vastanneet. Kuitenkin jo muutaman vuoden aikana on nähty opiskelijoiden vaatimus ja kasvava tarve myös päihdeettömille tapahtumille. Uusista opiskelijoista peräti 39 % katsoo, että opiskelijakulttuuri painottuu liikaa alkoholin käytölle (HS 10.5.2012). Myös monen opiskelijakunnan palautekyselyissä kaivataan päihdeettömiä tapahtumia. Niiden luominen on haasteena tämän hetken opiskelijatoimijoille.

Opiskelijatapahtumat ovat erinomainen tapa edistää yhteisöllisyyttä ja kasvattaa opiskelijoiden yhteenkuuluvuuden tunnetta. Monelle opiskelijalle alkoholin täyteiset tapahtumat ovat epämiellyttäviä, eivätkä he halua niihin osallistua. Kaikilla tulee kuitenkin oikeus osallistua oman opiskelijayhteisönsä toimintaan. Pohdittavaksi jää, miten luodaan uudenlainen tapahtumakonsepti ja mitä edes tarkoitetaan päihdeettömällä tapahtumalla. Tulisiko tapahtumien olla täysin päihdeettömiä vai pitäisikö tapahtumissa esimerkiksi olla

sallittua nauttia tietty määrä alkoholia. Opiskelijakunnissa päih-teettömien tapahtumien tarve on ratkaistu esimerkiksi erilaisilla päih-teettömillä hengailuilloilla sekä urheilutapahtumilla. Päih-teet-tömien tapahtumien ongelmana on ollut opiskelijoiden asenteelli-suus päih-teettömyyttä kohtaan, jonka seurauksena osallistujamää-rät ovat jääneet vähäisiksi.

Päih-teettömien tapahtumien ja päih-dekriittistä kulttuuria vahvis-tamalla voidaan edistää myös opiskelijayhteisön omaa päih-dekont-rollia. Yhteisön sisäinen kontrolli määrittää sitä, millainen päih-tei-den käyttö on sallittua ja siten yhteisö voi myös sisäisesti puuttua, mikäli ylilyöntejä tapahtuu. Ongelmaksi sisäinen kontrolli muodos-tuu niissä tapauksissa, joissa yhteisön sisäinen päih-dekulttuuri on hyvin salliva eikä kontrollia juuri tapahdu. Myös tästä syystä kan-nattaa panostaa opiskelijayhteisön kokonaisvaltaiseen päih-dekult-tuuriin.

Kuten tässä julkaisussa olevasta Niklas Ekebomin kirjoituksestakin käy ilmi, päih-teettömyys nähdään edelleen tietyllä tavalla negatiivisena ilmiönä. Opiskelijatoimijoiden tulisikin pohtia sitä, miten kaikkien tapahtumien henkeä muutetaan osallistavampaan ja päih-teettömämpään suuntaan. Käytännön esimerkkejä löytyy. Onko esimerkiksi mahdollista osallistua fuksiaisiin tai opiskelijabileisiin käyttämättä alkoholia? Varmasti onkin, mutta ongelmaa tulisi poh-tia korkeakoulun opiskelijakulttuurin kautta: onko sosiaalisesti hy-väksyttävää olla käyttämättä päih-teitä vai onko se edelleen tietyllä tavalla tuomittavaa? Tämä on iso ongelma ja ajatusmaailma, johon varsinkin opiskelijatoimijoilla olisi loistava mahdollisuus puuttua. Oman toiminnan kehittämiseksi ja osallistumisen mahdollistami-selle kaikille korkeakouluopiskelijoille mielekkäällä tavalla on suuri tilaus tulevaisuuden opiskelijakulttuurissa.

Korkeakouluissa tehdään erilaisia päih-desuunnitelmia, joiden tar-koituksena on luoda turvallinen ja päih-teeton ympäristö niin hen-kilökunnalle kuin opiskelijoille. Kuitenkaan ei voida luottaa siihen, että pelkkä suunnitelman tekeminen muuttaa päih-teiden käytön kulttuuria, vaan suunnitelmat täytyy ottaa pysyväksi osaksi oppi-laitoksen arkea. Opiskelijoiden päih-teiden käyttöön ja kulttuuriin vaikutetaan parhaiten niin, että opiskelijoita osallistetaan suun-nitelmien tekoon ja toteutukseen mahdollisimman paljon. Suun-nitelmien teossa sekä käyttöönnotossa opiskelijajärjestöjen rooli

opiskelijayhteisön yhteenkokoajana voimistuu. Erilaiset osallistavat työtavat kuten esimerkiksi työpajatyöskentely on huomattu toimivaksi konseptiksi.

Suosituksia

- Opiskelijayhteisön päihdekulttuurin muutokseen täytyy panostaa.
- Opiskelijajärjestöjen osallistaminen ja sitouttaminen päihteettömään toimintaan.
- Matalan kynnyksen päihteettömien tapahtumien järjestäminen.
- Päihdeohjelmien huolellinen suunnittelu ja jalkautus yhdessä opiskelijoiden kanssa.

LÄHTEET

Helsingin Sanomat 10.5.2012: Opiskelijakulttuuri painostaa juomaan
<https://www.google.com/url?q=http://www.hs.fi/kotimaa/a1336614248193&sa=D&ust=1447662566203000&usg=AFQjCNEK5ssSp-9G3OddlAdoc77jgxRnOsQ>

Kunttu, Kristiina & Pesonen Tommi 2013. Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2012. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tutkimuksia 47, http://www.yths.fi/filebank/1864-KOTT_2012_verkkoon.pdf

Karkkunen, Nelli, Savola, Pauliina, Anne Sivula & Tuomainen, Jenni (toim.) 2011. Monta tietä yhteisöllisyyteen. Suomen ammattikorkeakouluopiskelijoiden liitto - SAMOK ry.

ENNALTAEHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ - "EI SE HALLAA TEE, MUT ONKO SIITÄ HYÖTYÄKÄÄN?"

Vuonna 2013 sosionomiopiskelijat Emmi Iivari ja Maija Keski-
maunu selvittivät opinnäytetyössään ” Ei se hallaa tee, mut onko
siitä hyötyäkään?” – Ennaltaehkäisevä päihdetyö Kemi-Tornion
ammattikorkeakoulussa, opiskelijayhdistysten hallituksen jäsen-
ten näkemyksiä ennaltaehkäisevästä päihdetyöstä. Pohdin tässä
artikkelissa opinnäytetyön esille nostamia näkökulmia sekä arjen
toimintaa ammattikorkeakoulussa.

Törmään kuraattorin työssäni aika-ajoin ajatukseen, että opiske-
luaikaan kuuluu runsaampi päihteidenkäyttö. Perusteluksi sano-
taan, ettei työelämässä ole enää mahdollisuutta runsaaseen juhli-
miseen.

***”Koulun jälkeen sitä kutsutaan alkoholismiksi, täällä se on
normaalia.”***

Ennaltaehkäisevässä työssä tulisi miettiä, miten tätä ”normaaliu-
den” kaavaa voidaan muuttaa. Tähän mennessä olemme toteut-
taneet erilaisia hyvinvointiin liittyviä tapahtumia ja tiedottaneet
valtakunnallisista tempauksista, teemaviikoista ja hankkeista.
Valitettavasti ennaltaehkäisevä työ jää kuitenkin aika vähäiseksi.
Mutta onko ammattikorkeakoulu instituutiona sellainen, joka voi
todella vaikuttaa? Vai lähteekö opiskelijakulttuuriin ”normaalina”
osana kuuluvan bilekulttuurin muutos liikkeelle opiskelijoista kä-
sin? Muutos käynnistyy aina ihmisestä itsestään käsin. Myös yhteis-
sössä tapahtuva muutos käynnistyy niiden toimesta, joita muutos

koskee. Ylhäältä annetut askelmerkit harvoin johtavat arjen toiminnan muutoksiin.

”Vähän kumottais sitä käsitystä, ettei tarvi ryypätä, ei valistusta vaan että voi mennä selvin päinki tapahtumiin.”

Syytä olisikin pohtia, onko perinteinen valistustyö toimivin tapa tähän. Opiskelijamme ovat jo aikuisia ja tietoisia päihteiden käytön haitoista. Seurasin vastikään erästä keskustelua terveystarkastukseen liittyvästä AUDIT-kyselystä ja siitä, miten totuudenmukaisesti niihin vastataan. Asenne ja ennakkokäsitys terveydenhuollon puheeksi ottamisesta vaikuttaisivat olevan edelleen viime vuosisadalta, keskustelu kun ei enää liiku juotujen annosten määrän arvioinnissa ja päätöksellisessä luennoimisessa. Lähtökohtana ovat henkilön oma kokemus omasta arjestaan ja alkoholin roolista siinä. Avun tuputtamisen ja hoitoon pakottamisen sijaan pohditaan, löytyykö motivaatiota muutokseen. Myös korkeakoulujen tulisikin ensisijaisesti pohtia, miten herättää keskustelua ja miten mahdollistaa muutosta, jos siihen löytyy halukkuutta.

Päihteettömän yhdessäolon haasteeksi usein nousee esimerkiksi se, että nuorille aikuisille ei oikein löydy paikkaa, johon kokoontua. Tällaiseen haasteeseen ammattikorkeakoululta voisi löytyä ratkaisuja. Suurempi haaste piileekin siinä, tulevatko opiskelijat paikalle, jos kyseessä on alkoholiton tapahtuma. Tapahtumia järjestävien palaute kun on, että ”aina kysytään saako siellä juoda”.

”Se on kyllä paljon asenteista kiinni, jos porukka haluaa ryhmäytyä selvin päin niin kyllä se onnistuu, mutta ku se on semmonen suomalainen mentalitetti ja et se aatellaan et se on alkoholin voimalla.”

Suurimmalle osalle meistä on tärkeää kuulua johonkin, olla osa jotain porukkaa. Etenkin opintojen alkuvaiheessa on tärkeää kiinnittyä omaan ryhmään. Keskustelu siitä, toimivatko keskiviikkoiltojen opiskelijabileet todella opiskelijayhteisön rakentumisen, yhteisöllisyyden ja verkostoitumisen edistäjinä, voisi olla yksi tulokulma. Juominen tai juomattomuus on toki jokaisen oma valinta. Toisaalta

kummalistahan yleisessä keskustelussa on nimenomaan se, että jos ei juo, niin sitä pitää selitellä, mutta örvellysillan jälkeen ei paljon selityksiä kysellä. Mutta voidaan kysyä, edesauttaako yhteinen juopottelu toisiin tutustumista vai luoko se kuilun niiden opiskelijoiden välille, jotka käyttävät alkoholia ja niiden, jotka eivät käytä alkoholia.

”Ihmisen oma ongelma, jos on niin ehdoton, ettei voi tulla kattoon bändiä, ko muut juo.”

Opinnäytetyön tehneiden sosionomiopiskelijoiden mukaan opiskelijatuutoreilla on suuri rooli päihteidenkäyttöön liittyvien asenteiden muuttamisessa. Olen heidän kanssaan samoilla linjoilla. Vertaisen aloittama keskustelu asiasta voi toimia paremmin kuin auktoriteettiasemassa olevan ammattikorkeakoulun edustajan. Lähtökohtana tähän on opiskelijatuutoreiden roolin määrittely. Lainatakseni opiskelijakunta ROTKOn palvelukoordinaattorin Niina Piispasen sanoja: ”Tuutorit eivät ole bilepumppuja vaan tukio-pilaita, yhteisön osallistajia sekä Lapin AMK opiskelijoiden keulakuvia.”

Tätä näkemystä tukee myös Lapin ammattikorkeakoulu omalta osaltaan. Olemme katsoneet tärkeäksi liittää opiskelijatuutoroinnin osaksi ohjausverkostoamme, niin arjen työskentelyssä kuin ohjaukseen liittyvissä suunnitelmissakin. Myös opiskelijatuutorointiin liittyvä opintojakson nimi on muutettu Vertaisohjaukseksi ja yhteisövaikuttamiseksi. Se tuo mielestämme opiskelijatuutorointiin vaikuttavuuden elementin.

Jotta vertaisohjaus toimisi arjen tasolla, puhumme opiskelijatuutorikoulutuksessa siitä mitä vertaisohjaus tarkoittaa sekä opiskelijatuutorin roolista ja tehtävistä. Teemoina ovat myös yksinäisyys ja kiusaaminen. Näiden teemojen käsittely ohjaa myös ajatusta siihen millaista opiskelijatuutorointi parhaimmillaan on, vertaisen tukea kaikille opiskelijoille. Jos järjestetty toiminta liittyy vain ja ainoastaan baarielämään, se ei tavoita kaikkia.

Muutaman viimeisen vuoden aikana opiskelijatuutorointi on havaintojeni mukaan muuttanut muotoaan. Vielä joitain vuosia takaperin toiminnan suunnittelu perustui erilaisten opiskelijatapahtumien

järjestämiseen. Nykyisin opiskelijatuutorointia toteutetaan monilla eri tavoilla esimerkiksi tutustumispäivinä, peli-iltoina, liikuntailtapäivinä. Yksi hieno esimerkki oli erään opiskelijayhdistyksen tapahtuma ”Ristipistäjäiset”, jossa ajatuksena oli kokoontua ompelemaan haalarimerkkejä koulun tiloihin. Tapahtumaa markkinoivassa julisteessa oli erillismaininta siitä, että koulun tiloissa alkoholin nauttiminen on kielletty. Kun tällainen viesti tulee opiskelijatuutorien toimesta, sillä on erilainen vaikuttavuus. Se kertoo siitä, että yhteisten pelisääntöjen noudattamista pidetään tärkeänä ja opiskelijatuutorit ovat omassa toiminnassaan sitoutuneet niihin.

Ei se hallaa tee, mut onko siitä hyötyäkään? kysymykseen vastaisin, että hyötyä löytyy, kun vain löydetään oikea lähestymistapa, innokkaat toimijat ja ne muutokseen valmiit. Saarnaamalla ei saavuteta tulosta, mutta yhteisen näkökulman löytäminen voi sen tehdä.

LÄHTEET

Iivari, Emmi & Keskimäunu Maija 2013. ”Ei se hallaa tee, mut onko siitä hyötyäkään?”- Ennaltaehkäisevä päihdetyö Kemi-Tornion ammattikorkeakoulussa. Sosiaalialan opinnäytetyö

Lapin ammattikorkeakoulun päihdeohjelma, 2014.

Lapin ammattikorkeakoulun hyvinvoinnin ja ohjauksen suunnitelma, 2014.

Opiskelijakunta ROTKO opiskelijatuutorointi

PUUTTUMIS- JA PAHOINVOINTI- OHJELMISTA KOHTI YHTEISÖTASON HYVINVOINTITYÖTÄ

On kiinnostavaa ja hämmäntävääkin, kuinka ehkäisevä päihdetyö tunnutaan käsittävän usein vasta päihteidenkäyttöön tai siitä aiheutuviin ongelmiin puuttumiseksi. Tämän voi huomata päteväen myös ammattikorkeakoulumaailmassa. Lyhyt tutustuminen suomalaisten ammattikorkeakoulujen nettisivuilta löytyneisiin opiskelijoiden hyvinvointia ja/tai päihteidenkäyttöä tai ehkäisevää päihdetyötä koskeviin suunnitelmiin paljastaa, että hyvinvointityö ammattikorkeakouluissa saattaa suunnitelmatasolla typistyä lähinnä hoitoonohjausohjeiksi ja SORA-lainsäädännön esittelyksi. Tuntuu melkein siltä kuin opiskelijoiden suhde päihteisiin olisi jo ennalta määritelty väistämättä ongelmalliseksi ja riskaabeliksi. Tästä syystä ei ehkä ole ymmärretty kirjoittaa auki, miten oppilaitoksen arjessa ja käytännöissä voitaisiin ilmenneisiin ongelmiin puuttumisen ohella tukea opiskelijoiden mahdollista päihteettömyyttä, terveitä päihdeasenteita tai edes kohtuullista alkoholinkäyttöä.

On hieman ristiriitaista, että hyvinvointiohjelma saattaa kilpistyä suoranaista pahoinvointia ja hoitoa vaativia ongelmia esiin nostavaksi ohjeistukseksi. Tällöin yleisen tason ehkäisevä työ ja hyvinvointia voimavarojen näkökulmasta lähestyvä työ loistaa pitkälti poissaolollaan. Puuttuminen on toki myös välittämistä ja tarpeellista silloin, jos opiskelijan toiminta aiheuttaa haittaa hänelle itselleen tai muille. Mahdollisimman varhaisella puuttumisella voidaan ehkäistä vakavampien haittojen tai ongelmien kehittymistä, ja se on sinällään tärkeää ja erinomaista työtä. Olisi kuitenkin suotavaa, että opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemiseen tähtäävässä suunnitelmassa korostuisivat sellaiset ohjeet ja toimet, joilla voidaan

vaikuttaa, ei vain yksittäisen opiskelijan tilanteeseen, vaan laajemminkin, esimerkiksi opiskelijoiden päihdekulttuuriin. Pelkkä ”yksilön ongelma” -lähestymistapa ei tuota tulevaisuuden kannalta kovin kestäviä tuloksia, koska päihteisiin liittyvää kulttuuria ja asenteita sillä tuskin muutetaan.

Tutkimusten mukaan alaikäiset nuoret ovat ainakin alkoholin ja tupakan osalta hillinneet päihteiden käyttöönsä 2010-luvulla, mutta täysi-ikäisyyden koittaessa tilanne muuttuu. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen alueellisen hyvinvointitutkimuksen (Jalava ym. 2014) mukaan 20-34-vuotiaista miehistä 42 % ja naisista 30 % käyttää liikaa alkoholia. Kannabiksen käytöstä taas on ainakin jonkinlaista kokemusta yli 38 %:lla 25-34-vuotiaista. 15-24-vuotiaistakin kannabista on jossain elämänsä vaiheessa käyttänyt 23 % ikäluokasta. (Hakkarainen ym. 2015.) Opiskelijaelämä on suomalaisessa kulttuurissa perinteisesti tarkoittanut melko alkoholinhuuruista biletystä, eikä päihteettömyys vielääkään ole opiskelijalle se helpoin ja luontevin valinta. Viime vuosina kannabiskokeilujen ja käytön yleistyttyä nuorten aikuisten bileissä ovat alkaneet pullojen lisäksi kiertää yhä useammin myös sätkät.

Ehkäisevä päihdetyö jo täysi-ikäisten opiskelijoiden kohdalla ei voi olla pelkästään täydelliseen päihteistä kieltäytymiseen tähtäävää, eikä se olisi perusteltuakaan. Toisaalta voisi olla viisasta lähestyä tätä teemaa pohtimalla sitä, miten on mahdollista säilyttää ja tukea opiskelijan opiskelukykyä ja elämänhallintaa niin, että hänen opintonsa edistyvät, hän voi olla terve ja elää hyvää elämää tulevaisuuttakin ajatellen. Päihteiden runsas ja säännöllinen käyttö ei näiden tavoitteiden saavuttamista edistä, mutta voisiko näihin tavoitteisiin pyrkiä yhteisöllisesti ja myönteisen lähestymistavan kautta?

On todettu, että vaikuttavimpia ehkäisevän päihdetyön malleja ovat niin kutsutut elämäntaitomallit, joiden avulla tuetaan sosiaalisia, vuorovaikutus- ja tunnetaitoja sekä laajemmin elämänhallinnan taitoja. Kokonaisvaltainen, hyvinvoinnin eri ulottuvuuksia (fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen) tukeva toimintakulttuuri toimisi erinomaisesti myös ammattikorkeakouluissa, ja joistakin hyvinvointisuunnitelmista huomaa tämän ammattikorkeakouluissa jo toteutuvankin. Käytännössä päihdesuunnitelmien tasolla kokonaisvaltaisuus voi tarkoittaa esimerkiksi toimintakulttuurin avaamista. Miten oppilaitoksessa toimitaan arjessa ja juhliissa? Millä tavoin

henkilökunta suhtautuu opiskelijoiden päihteidenkäyttöön? Miten opiskelijakunta huomioi päihdeteeman ja opiskelijoiden hyvinvoinnin omista tilaisuuksissaan ja tutoroinnissa? Ja lopulta, miten toimitaan, jos päihteidenkäyttö on jollakulla edennyt haitalliselle tasolle? Lisäksi on hyvä varmistaa, että koko henkilökunta ja kaikki opiskelijat ovat tietoisia suunnitelmasta, ja sen sisältöä on yhdessä mietitty ja käsitelty. Suunnitelmiin on hyvä kirjata konkreettisia toimintoja ja niille selkeät tavoitteet, jotta suunnitelmien toteutumista on mahdollista seurata ja arvioida. Toisin sanoen yksilökeskeistä ongelmiin puuttumisen kulttuurista olisi toivottavaa siirtyä yhä enemmän yhteisötason hyvinvointityöhön, jossa ammattikorkeakoulun henkilökunta ja opiskelijat yhdessä avoimesti pohtivat omia arvojaan, päihteisiin suhtautumistaan ja oppilaitoksen käytänteitä.

Ammattikorkeakoulujen hyvinvointityössä ei kannata unohtaa myöskään niin sanottujen vanhempien ja kokeneempien opiskelijoiden merkitystä asennevaikuttajina suhteessa uusiin opiskelijoihin. Opiskelijaelämän normit ja oletettu ”oikea” opiskelijakulttuuri siirtyvät ketterästi sukupolvelta toiselle sekä hyvässä että pahassa, ja siksi olisi tärkeää vaikuttaa uusille esimerkkeinä toimiviin konkariopiskelijoihin. Päihteidenkäytön osalta maltillista opiskelijaelämää elävät opiskelijat voivat tukea uusia opiskelijoita ikään kuin antamalla ääneen lausutun luvan tehdä toisin kuin suuri massa. Jo se, että päihteiden roolista opiskelijoiden elämässä keskusteltaisiin oppilaitoksissa ja opiskelijoiden vapaa-ajan toiminnassa avoimesti, monipuolisesti ja kriittisesti, olisi merkittävä askel eteenpäin opiskelijoiden hyvinvoinnin edistämiseksi.

LÄHTEET

Hakkarainen, Pekka & Karjalainen, Karoliina & Ojajärvi, Anni & Salasuo, Mikko 2015. Huumausaineiden ja kuntodopingin käyttö ja niitä koskevat mielipiteet Suomessa vuonna 2014. Yhteiskuntapolitiikka 80:4, 319-333. Saatavana sähköisesti: <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126845/hakkarainen.pdf?sequence=4>

Jalava, J. & Borodulin, K. & Husu, P. & Härkönen, J. & Karvonen, S. & Koi-so-Kanttila, S. & Koskela, T. & Koskinen, S. & Manderbacka, K. & Murto, J. & Mäki-Opas, T. & Nurmi-Koikkalainen, P. & Pentala, O. & Pitkänen, T. & Rinne, H. & Saares, A. & Shemeikka, R. & Sievänen, H. & Suni, J. & Suvisaari, J. & Teittinen, A. & Toikka, S. & Tokola, K. & Tourunen, J. & Wahlbeck, K. & Valkonen, J. & Vartiainen, E. & Vasankari, T. & Vesala, H. & Kaikkonen, R. 2014. ATH-tutkimuksen tuloksia. Järjestökentän tutkimusohjelma. Työpaperi 37. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Saatavana sähköisesti: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/120418/URN_ISBN_978-952-302-393-2.pdf?sequence=1

Mikä on ammattikorkeakoulun rooli ehkäisevässä päihdetyössä? Miten ammattikorkeakoulu voi olla osallisena opiskelijoiden päihdekulttuurin rakentumisessa? Millaisia ehkäisevän päihdetyön valmiuksia ammattikorkeakoulun tulisi tarjota opiskelijoilleen tulevina ammattilaisina? Entä mitä opiskelijat ajattelevat ehkäisevästä päihdetyöstä?

Kirja keskittyy pohtimaan muun muassa näitä kysymyksiä. Tavoitteena on lisätä ammattikorkeakoulukentällä toimivien ymmärrystä ehkäisevästä päihdetyöstä ja kannustaa (ehkä myös velvoittaakin) tarttumaan ehkäisevän päihdetyön kysymyksiin ammattikorkeakoulun arjessa.

Kirja koostuu pienartikkeleista, joiden kirjoittajina on eri ammattikorkeakouluissa työskenteleviä, Humanistisen ammattikorkeakoulun opiskelijoita sekä ehkäisevän päihdetyön asiantuntijoita.

ISBN 978-952-456-244-7 (painettu)

ISBN 978-952-456-245-4 (verkkojulkaisu)

ISSN 2343-0664 (painettu)

ISSN 2343-0672 (verkkojulkaisu)



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

Preventiimi