

EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN MENETELMÄ KOULUSSA

HUBU **NUORILLE**
HUOLTAJILLE
AMMATTILAISILLE

Vanhempainilta

Jenny Keijonen

7.10.2020

Mitä odotat tilaisuudesta?

Mitä ajattelet nuorten päihteidenkäyttö tilanteesta tällä alueella?

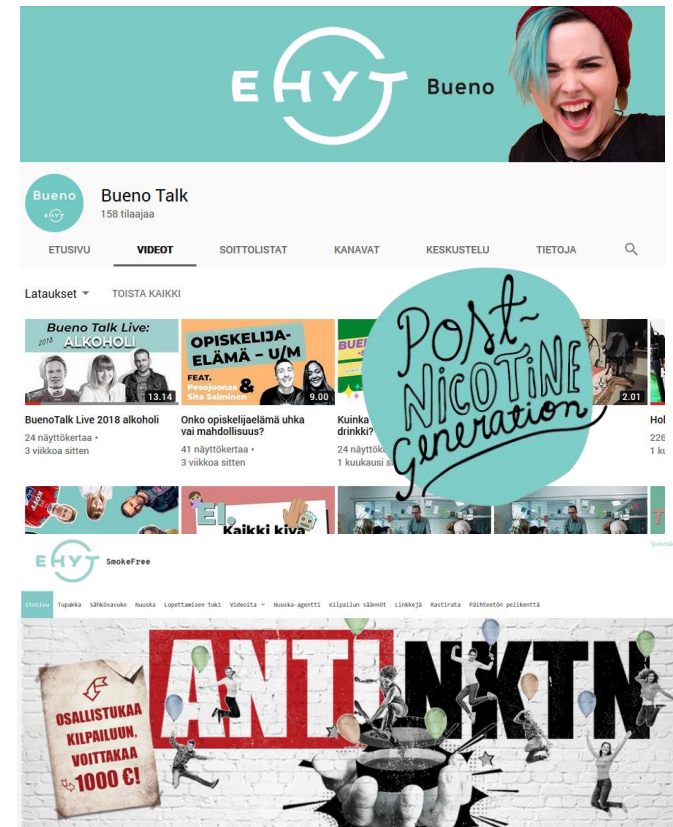
Pohdintatehtävä 2 min.



Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry



- Valtakunnallinen ehkäisevän päihdetyön järjestö, toimii koko väestön parissa
- Päihde- ja pelikasvatusta oppilaitkosille:
 - Alakoulu:** Juteltaisko?, Pelitaito, Muruset
 - Yläkoulu:** HUBU, Pelitaito, Smokefree
 - Toinen aste:** Päihdeilmiö
 - Ammattilaiset:** Ryhmäilmiö, Miten keskustella kannabiksesta
- Buenotalk kanava nuorille sosiaalisessa mediassa
- Kansalaisjärjestö, joka toimii Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön tukemana Veikkauksen tuotoilla (STEA)



HUBU[®]- päihdekasvatusmenetelmä



- Tavoitteena herättää lapset ja nuoret pohtimaan kriittisesti tunnilla käsiteltyjä asioita sekä omaa suhdettaan ja asennettaan päihteisiin.
- Tarjoaa ajankohtaista tietoa nuorten päihdeasenteista ja kokemuksista.
- Haluamme rohkaista nuoria lähellä olevia aikuisia keskustelemaan nuorten kanssa päihteistä ja päihteisiin liittyvistä asioista.



Suorituspainheet ja
tulevaisuuteen
liittyvä epävarmuus

Kasvukivut,
mielenterveys

Ulkonäkö-
painheet

Stressi

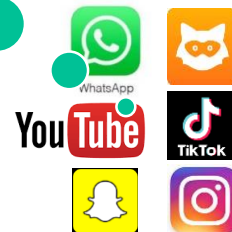
Kokeilunhalu,
hauskanpito

Arjesta
irtautuminen

Heikot suoritus- ja aikapainheet kaikissa elämäntilanteissa. Nuoret nauttivat elämänsiivoksi.

Sosiaalinen media ja sosiaalisen median käyttö. Nuoret käyttävät sosiaalisen median käyttöä ja sosiaalisen median käyttöä.

- Informaatiokanava
- Esimerkit ja kokemusten jako
- Saantikanava, mutta myös rajoittava tekijä



Mistä lapset ja nuoret saavat tietoa päihteistä?



Isä

Traditiot,
juhkakulttuuri

Äiti

Sisarukset

Ihmisiltä
kaupungilla

Wikipedia

Blogit ja
vlogit

Mainokset

Naapurit

TV

Elokuvat

Perhetuttavat

Sukulaiset

Koulu

Äiti- tai
isäpuoli

Harrastukset

Kaverit

Netin keskustelupalstoista

Isovanhemmat

Esitteet

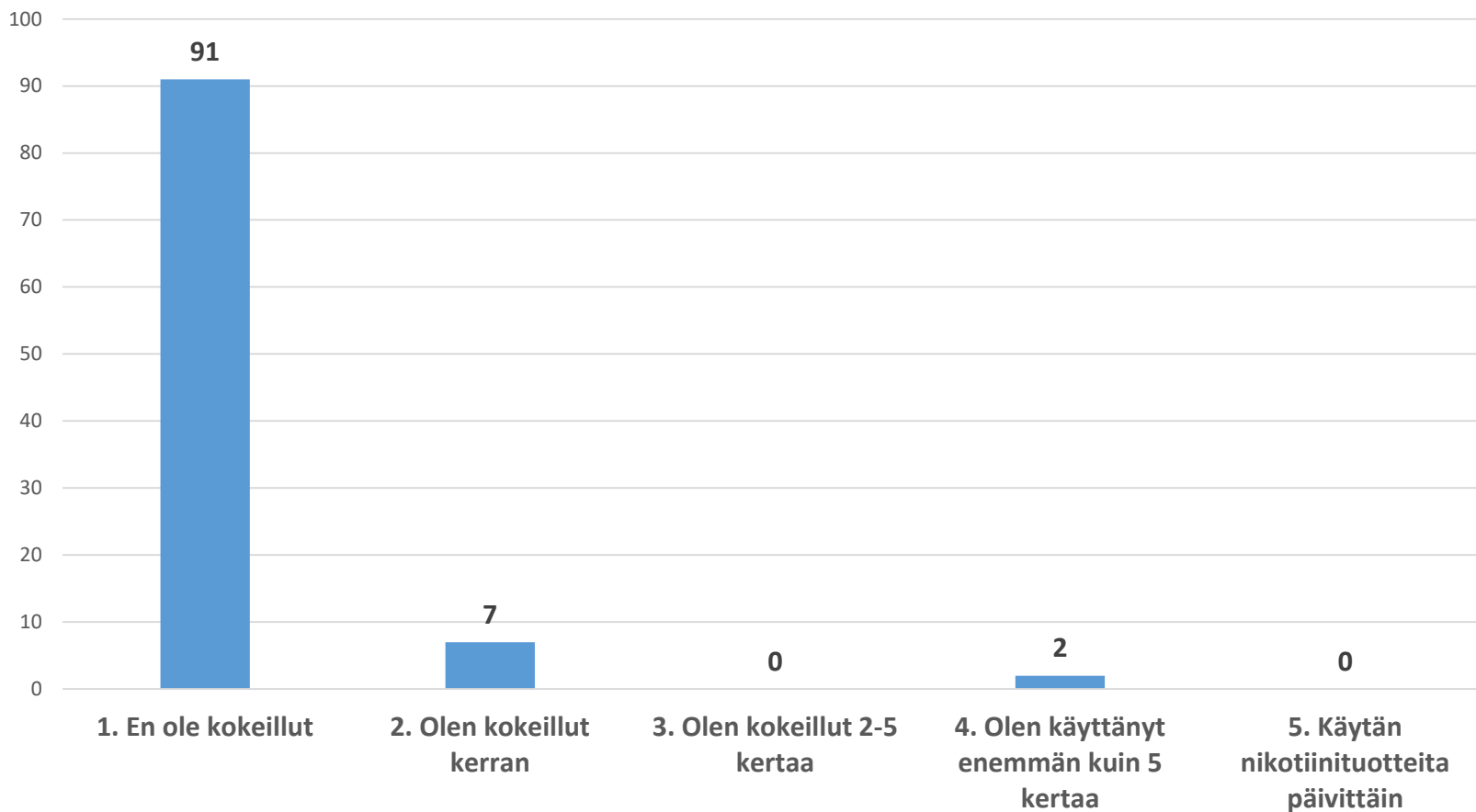
YouTube

Radio

Nuorten päihteiden käyttö

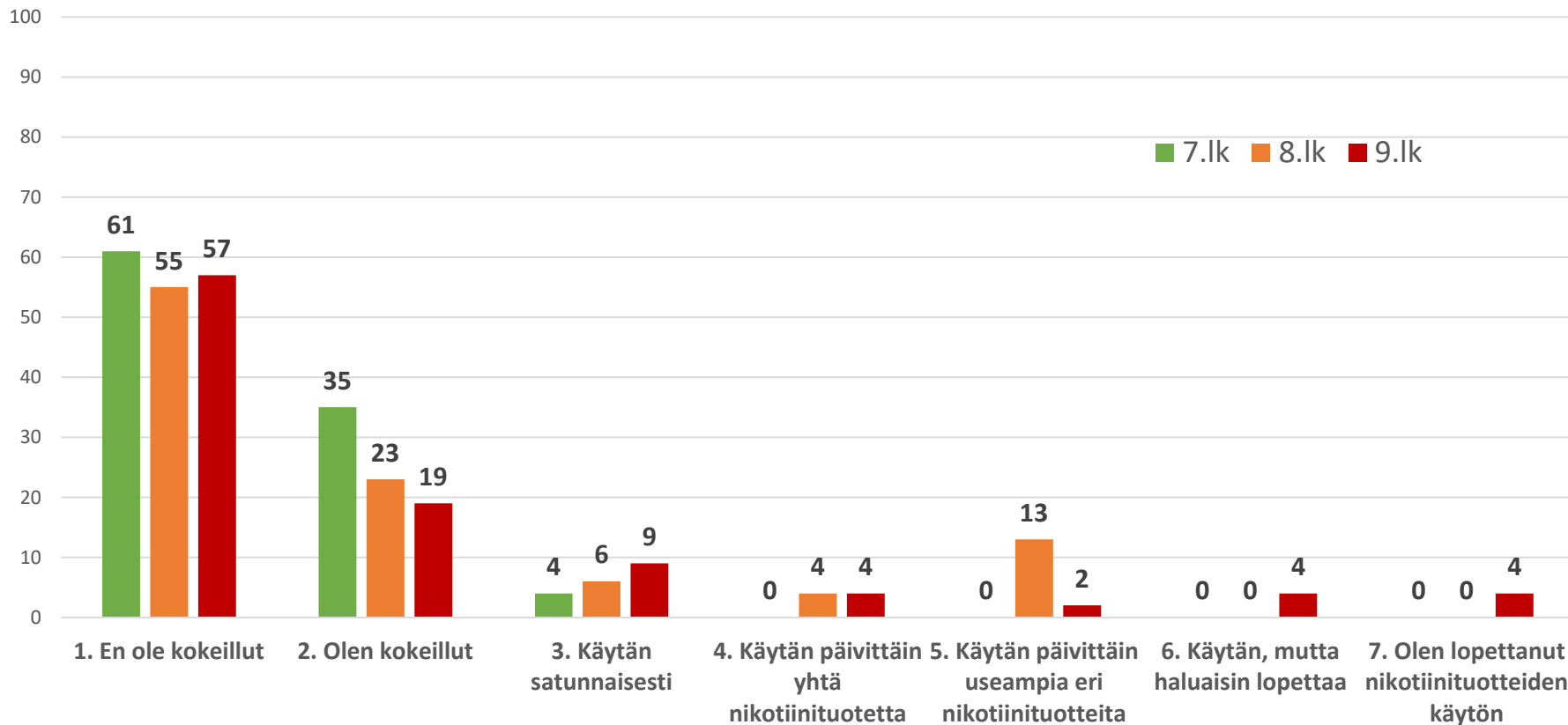
Oletko kokeillut nikotiinituotteita? 6lk %

(Esimerkiksi tupakka, nuuska, sähkösavuke)



Käytätkö nikotiinituotteita? 7.-9.lk %

(Esimerkiksi tupakka, nuuska, sähkösavuke, vesipiippu)

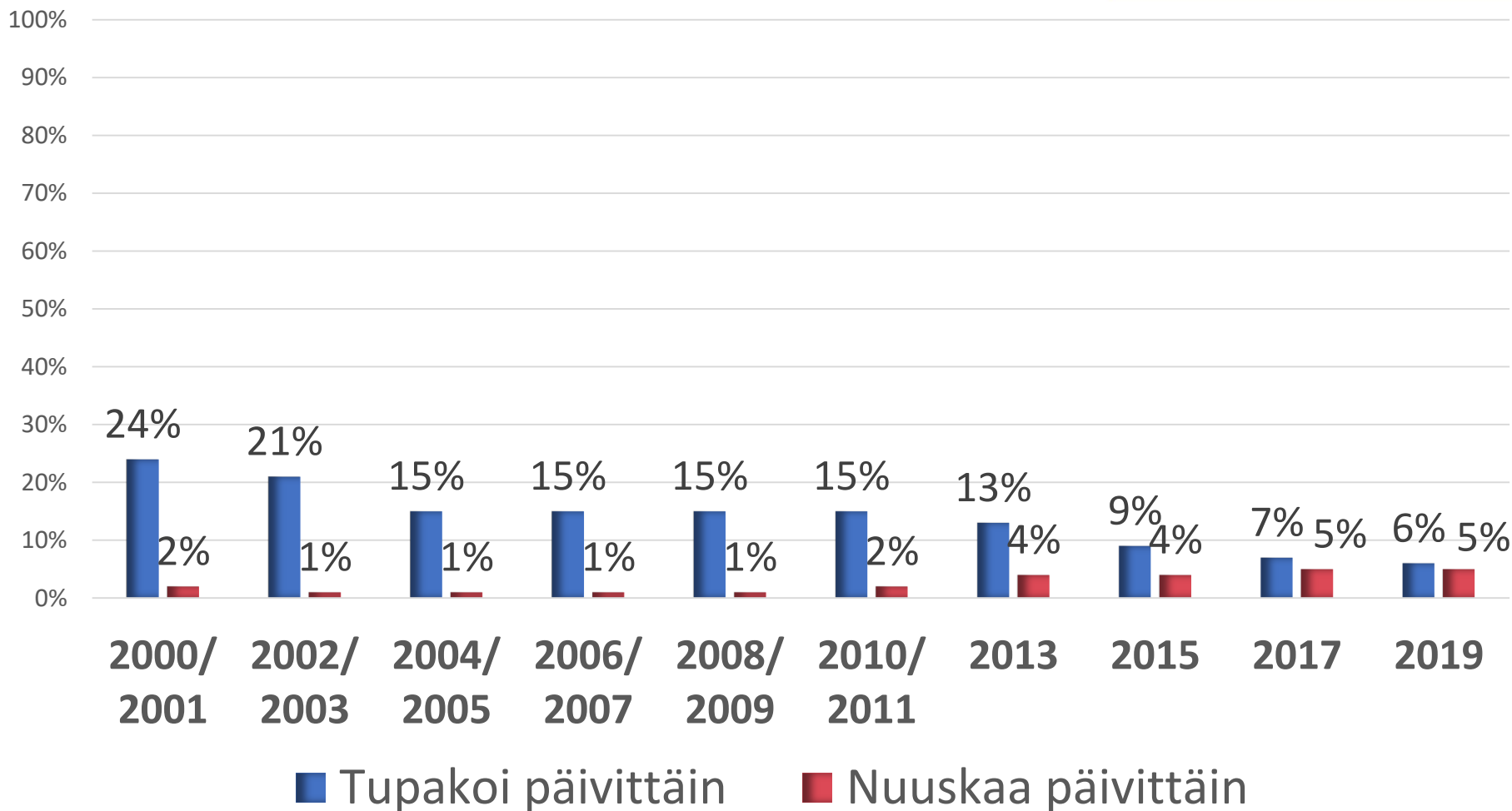


Käyttää nikotiinituotteita päivittäin



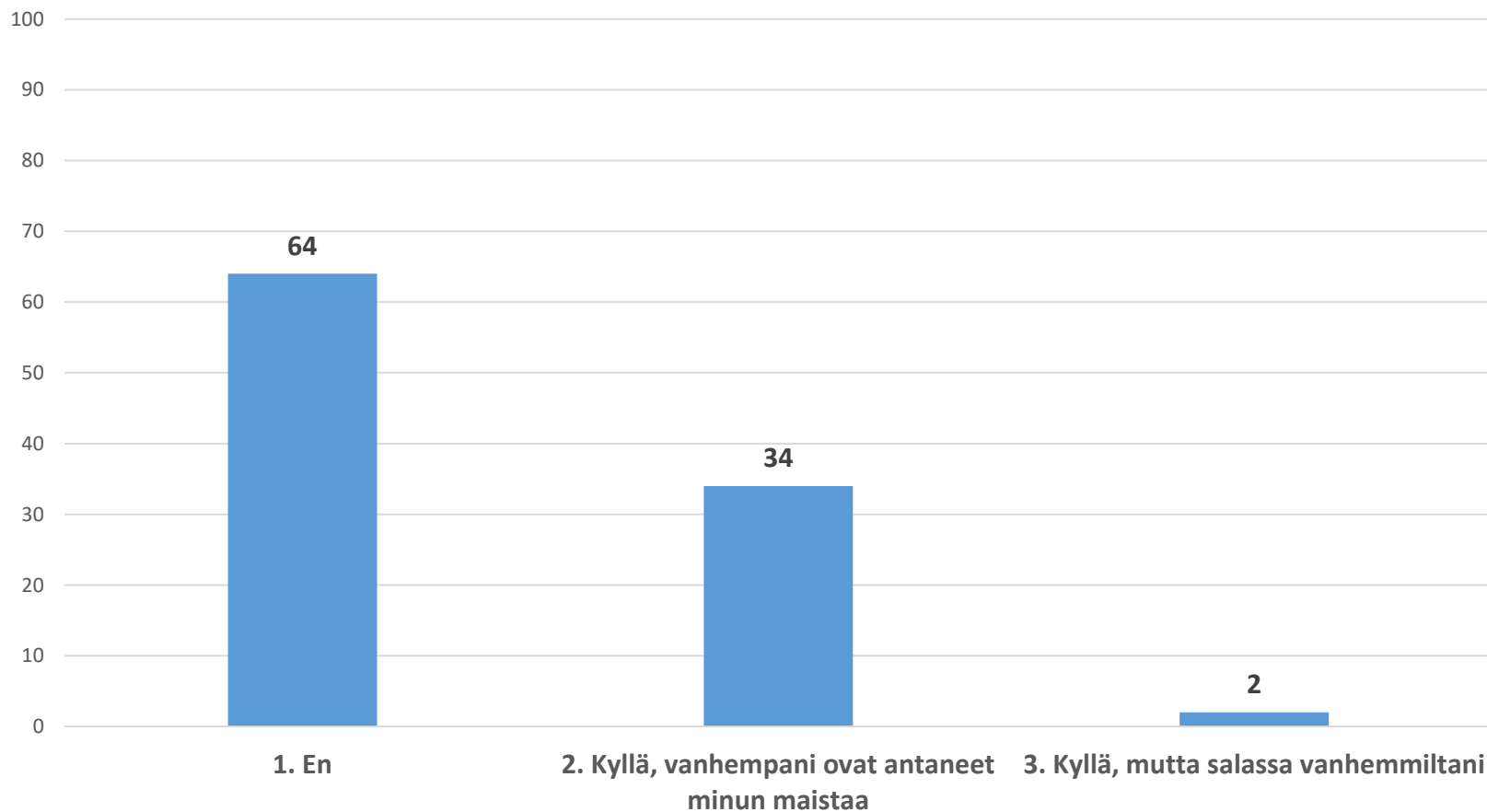
TERVEYDEN JA
HYVINVOINNIN LAITOS

KOULUTERVEYSKYSELY

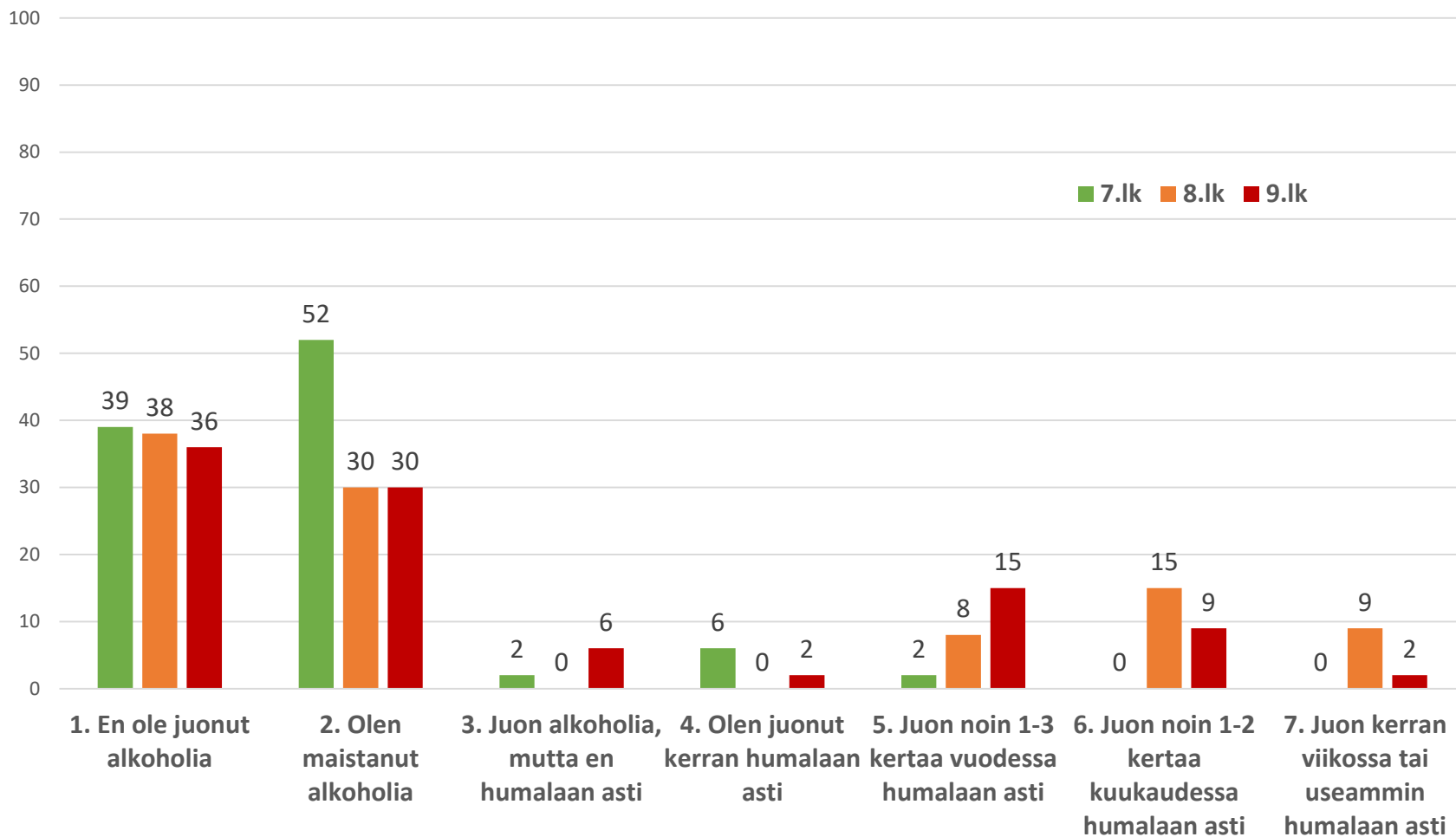


Peruskoulun 8. ja 9. luokan oppilaat, koko Suomi

Oletko joskus maistanut alkoholia? 6lk %

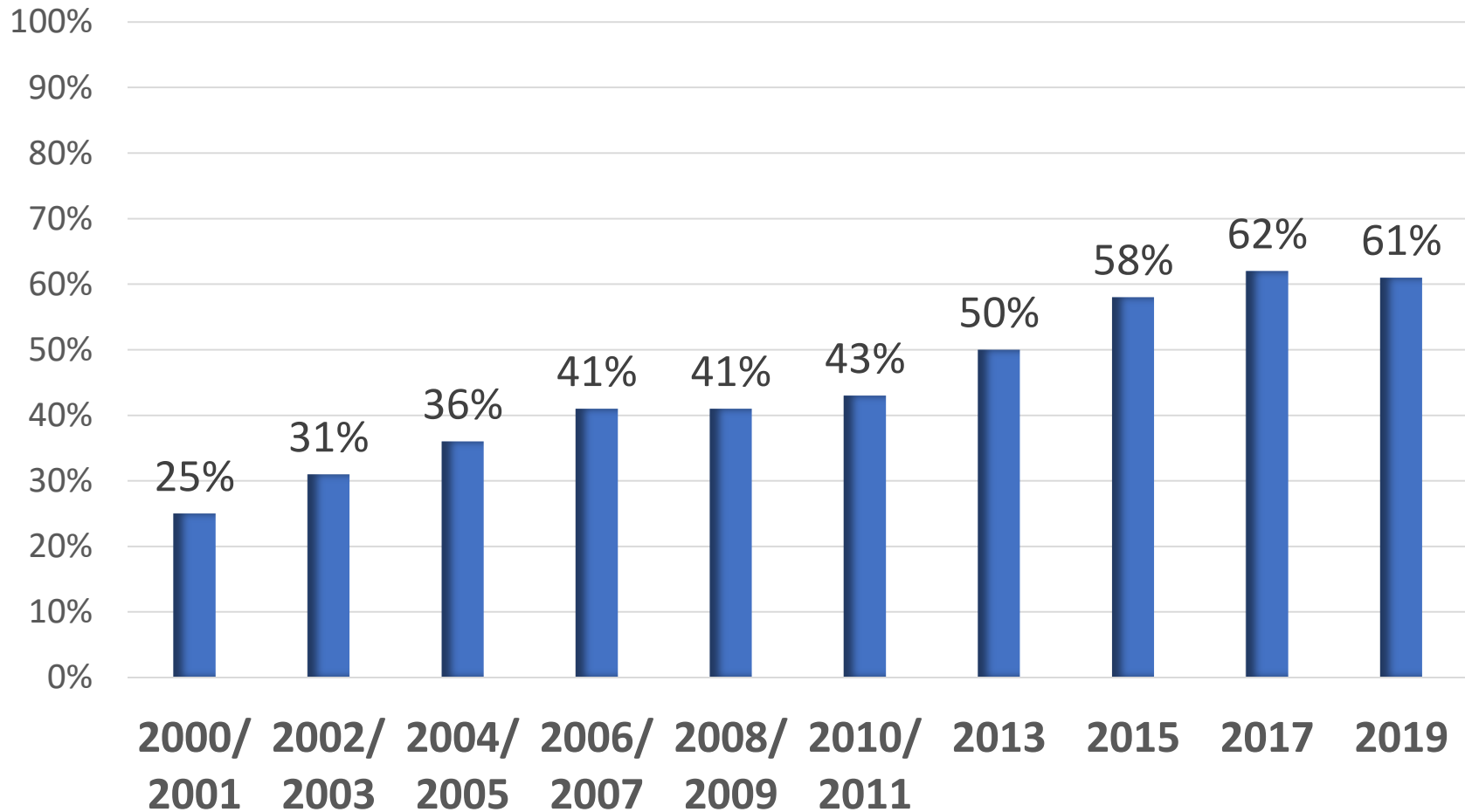


Juotko alkoholia? 7.-9.lk %



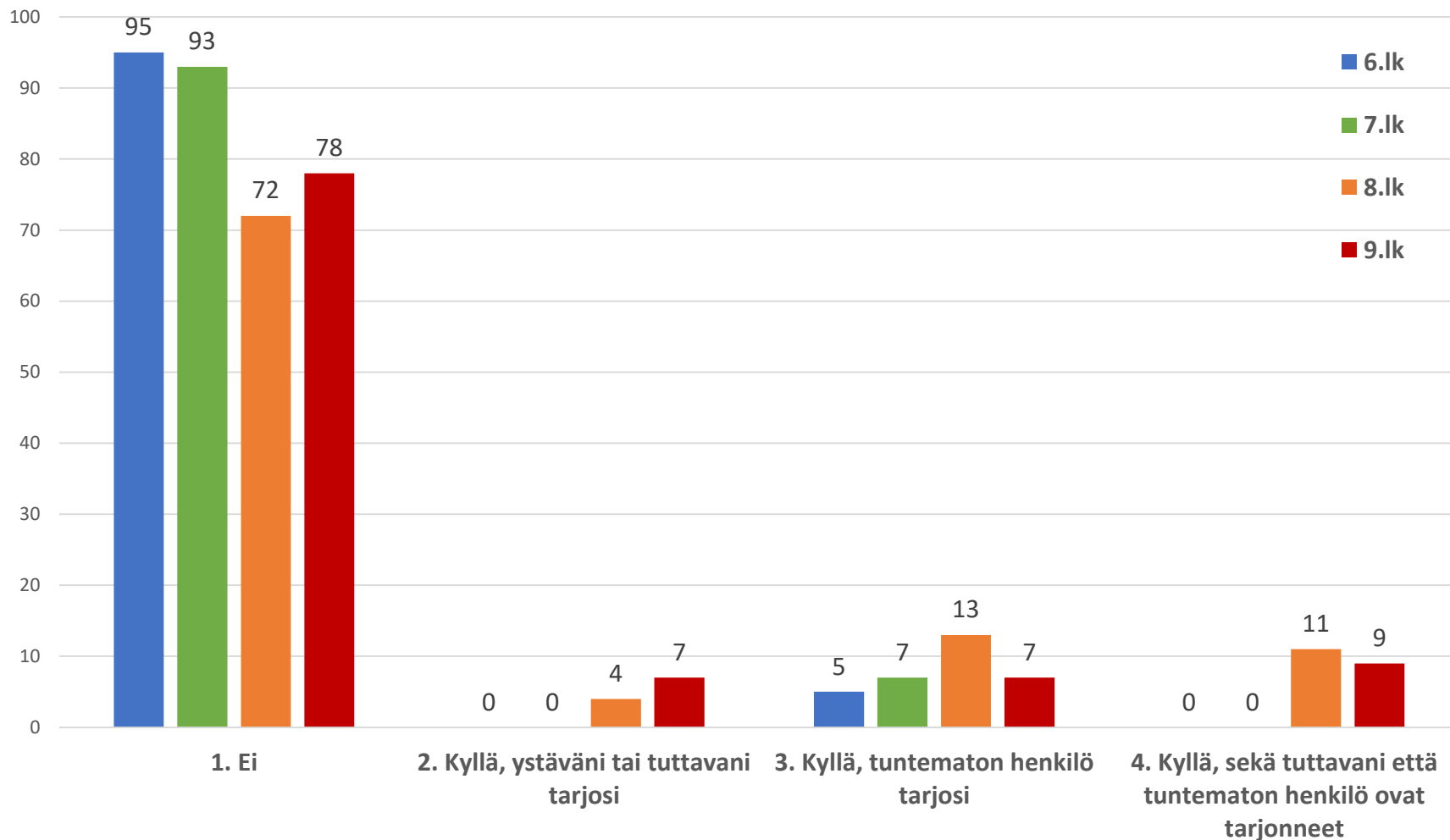


Ei käytä alkoholia



Peruskoulun 8. ja 9. luokan oppilaat, koko Suomi

Onko sinulle tarjottu huumeita? %

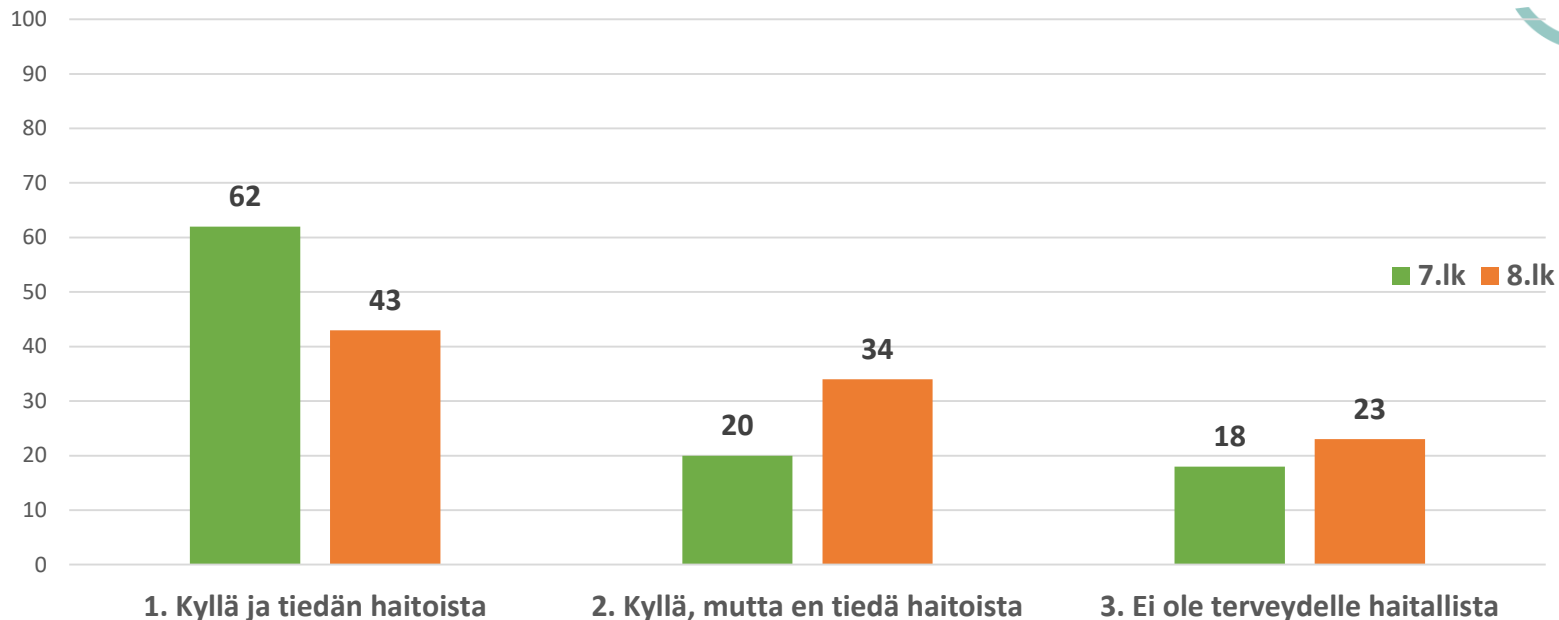




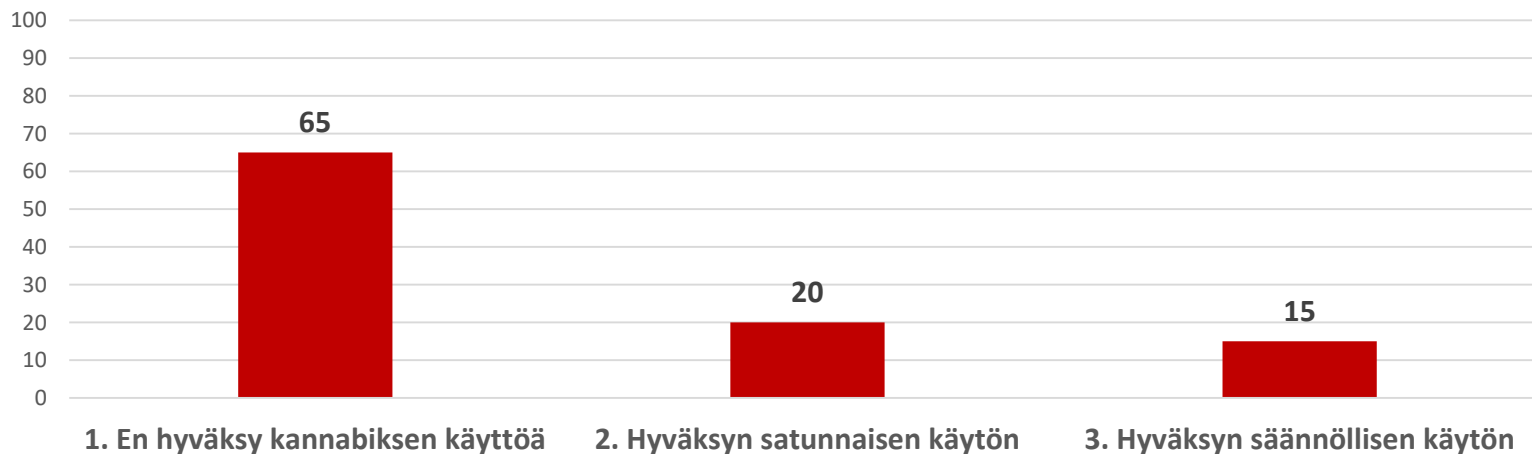
Kannabis

- Suomessa kannabis ei ole korvannut alkoholia, vaan tullut sen rinnalle
- Kannabiksen käytöllä haetaan myönteisiä vaikutuksia, mutta aineen käytöstä voi seurata myös päinvastaisia oireita
- Keskustellessa hyvä erottaa välittömät haitat vs. pitkäaikaisen käytön haitat
- Teini-iän erityisyys: Mitä nuorempana aloitettu ja mitä runsaampi käyttö, sitä suurempi riski haitoille
- Nuorten kanssa olisi tärkeää keskustelun kautta purkaa kannabikseen liittyviä myyttejä

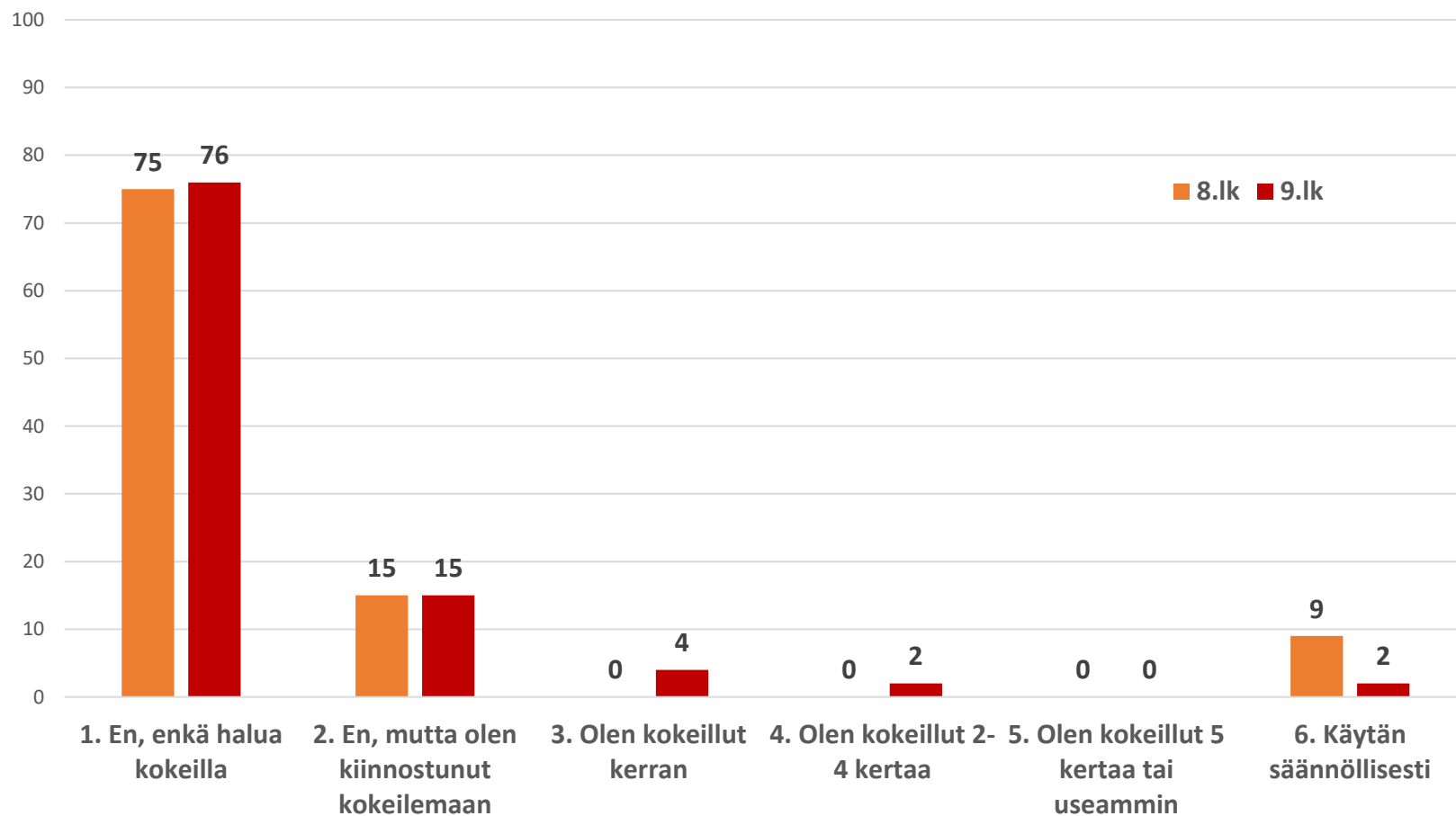
Onko kannabis mielestäsi terveydelle haitallista? (7.-8.lk) %



Hyväksytkö kannabiksen satunnaisen tai säännöllisen käytön ikäisilläsi? (9.lk) %



Oletko kokeillut tai käyttätkö kannabista? (8.-9.lk) %

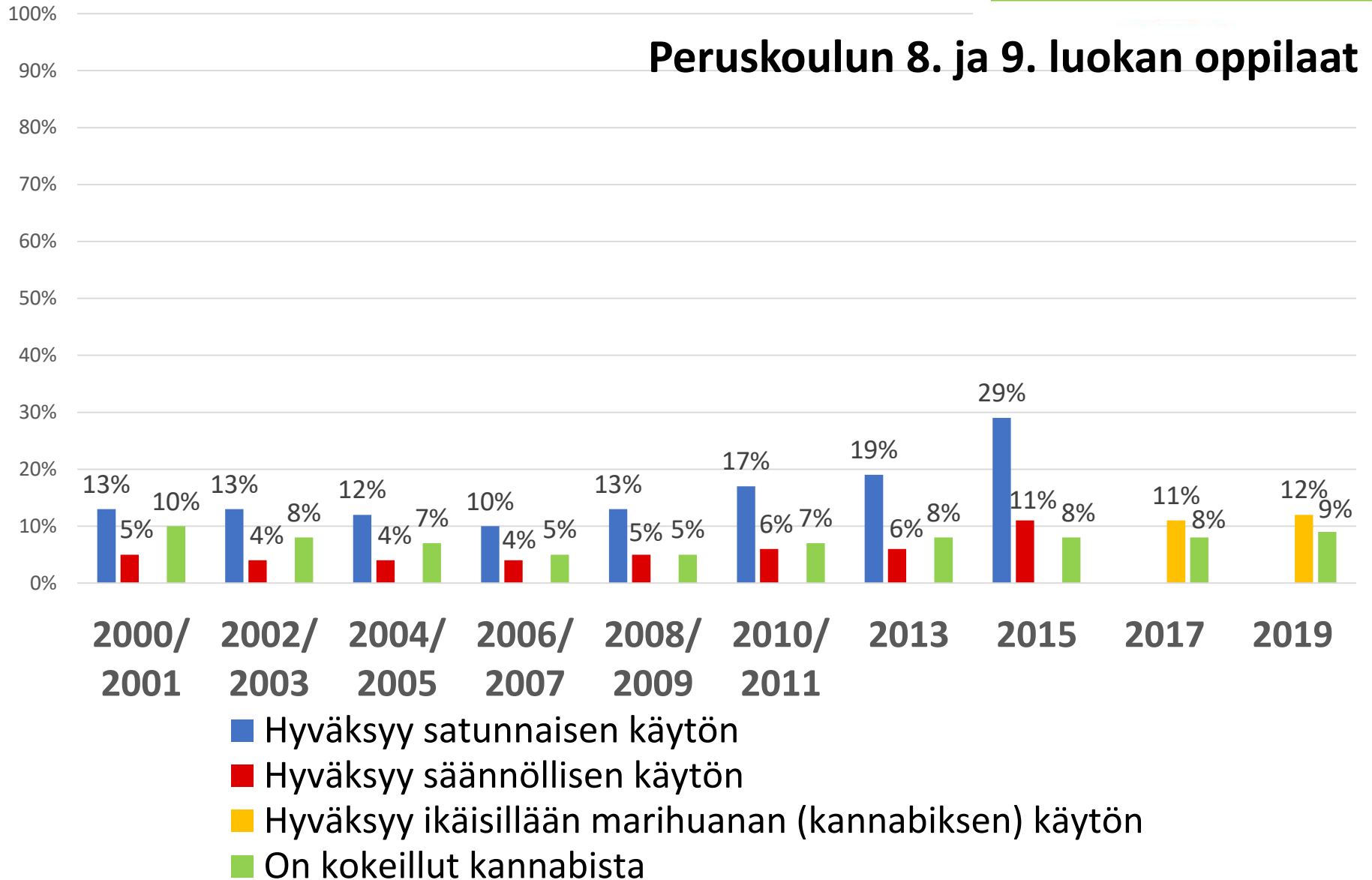


Kannabiksen käyttö ja hyväksyminen



TERVEYDEN JA
HYVINVOINNIN LAITOS

KOULUTERVEYSKYSELY



Nuorten päihteiden käytön ehkäisy

Suojaavat tekijät $\frac{1}{2}$

- Onnistumisen tunteet, hyvä itsetunto ja itseluottamus
- Hyvät tunnetaidot ja ristiriitojen käsittelytaidot
- Koulumenestys, viihtyminen koulussa
- Hyvät kaverisuhteet, tunne että kuuluu johonkin ryhmään
- Myönteisiä kokemuksia tarjoavia harrastuksia
- Kyky kriittiseen ajatteluun, tietoisuus päihteiden käytön riskeistä
- Tunne että omaan elämään voi vaikuttaa



Suojaavat tekijät ^{2/2}

- Selkeät säännöt ja odotukset huoltajien taholta
- Huoltajilla hyvä käsitys siitä, mitä nuori puuhaa kodin ulkopuolella
- Huoltajien kielteiset asenteet alaikäisen päihteidenkäyttöön
- Päihteiden saatavuuden rajoittaminen
- Hyvät ja rakastavat suhteet huoltajiin ja luottamuksellinen keskusteluyhteys



Mitä voit tehdä?



- Keskustele päihteiden käytön riskeistä ja tarjoa näkökulmia, perustele mielipiteesi



- Keskustelkaa ja sopikaa rajoista, noudattakaa niitä johdonmukaisesti



- Kerro odotuksistasi, mitä seuraa siitä jos mokaa?
- Ole kiinnostunut mitä nuori tekee vapaa-ajalla, kenen kanssa liikkuu



- Ole valmis pohtimaan myös omaa päihteidenkäyttöäsi, miten tämä näyttäytyy nuorelle?
- Pyydä näkökulmia muilta vanhemmilta, et ole yksin
- Älä osta tai tarjoa päihteitä alaikäiselle



Päihdeneuvonta



0800 900 45



24/7

Sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset vastaavat puheluihin ympäri vuorokauden vuoden jokaisena päivänä. Palvelu on maksutonta, anonyymiä ja luottamuksellista.

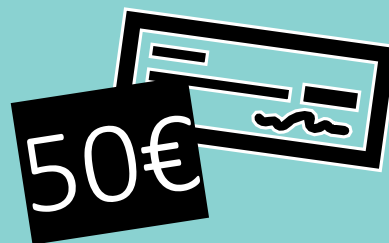
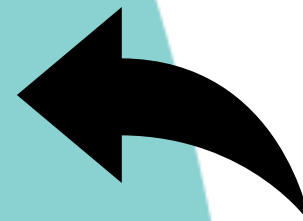
Lisätietoa

- **ehyt.fi**
Lisätietoa päihteistä, pelaamisesta ja päihdekasvatuksesta
Ajankohtaista tietoa tulevista koulutuksista ja tapahtumista sekä eettisestä päihdekasvatuksesta
Tsemppaajat- uutiskirje lukukauden aikana sähköpostiin, kertoo ajankohtaiset vinkit aiheesta
- **paihdelinkki.fi**
Perustietoa päihteistä ja riippuvuudesta
- **smokefree.fi & nuuskakoukku.fi**
Tietoa nikotiinituotteista ja tukea lopettamiseen
- **nuortenlinkki.fi**
Pikatietoa päihteistä, päihdehaittojen ehkäisystä ja lopettamisesta
Mitä se on? Miten se vaikuttaa? Käytön riskit? Miten riskejä voi vähentää?
- **kannabishanke.fi & ehyt.fi/kannabishanke**
Miten puhua kannabiksesta- koulutusmateriaali ja kannabis-faktapaketti
Interventiomalli nuorille kannabiksen käyttäjille ja työkaluja käytön vähentämiseen
- **lastenseurassa.fi**
Tukea vanhemmille alkoholiasioissa ja apua alkoholinkäytön puheeksi ottoon
- **mll.fi: Vanhempainnetti ja päihdekasvatuksen aineistot**
Kissa pöydälle - puhu alkoholista nuoren kanssa (ladattava esite)

Kiitos!

Haluamme kuulla mielipiteesi.

[my.surveypal.com/
vanhemmat](https://my.surveypal.com/vanhemmat)



Voita lahjakortti!

Yhteystietoja käytetään ainoastaan lahjakortin arvontaan lukukauden päättyessä ja tiedot poistetaan vuoden lopussa.

