

EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN MENETELMÄ KOULUSSA

HUBU NUORILLE
HUOLTAJILLE
AMMATTILAISILLE

Vanhempainilta

Ivalon yläkoulu

Milla Ruuska

18.2.2021

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 terveysministeriön tukemana Veikkauksen tuotoilla (STEA)

www.buenotalk.fi

Bueno Talk
158 tilaajaa

ETUSIVU VIDEOT SOITTOLISTAT KANAVAT KESKUSTELU TIETOJA

Lataukset TOISTA KAIKKI

Bueno Talk Live: ALKOHOLI 12.14

Bueno Talk Live 2018 alkoholi vai mahdollisuus? 24 näyttökertaa • 3 viikkoa sitten

OPISKELIJA-ELÄMÄ - U/M FEAT. Päättökoulutus & 5.09

Onko opiskelijaelämä uhka vai mahdollisuus? 41 näyttökertaa • 3 viikkoa sitten

BUENO TALK -studion 05.48

Kuinka tehdä herkullinen drinkki? Ota mallia! 24 näyttökertaa • 1 kuukausi sitten

Oma mukavuusalue 226

28 näyttökertaa • 1 kuukausi sitten

1 ki

Bueno Talk Live 9.11.2018 Päihtet 2.14.24

BuenoTalkLive 9.11.2018 Päihtet 467 näyttökertaa • 2 kuukautta sitten

Kaikki kiva on kielletty. 2.22

Lvl 10 - Vastuullinen kuluttaja: Eikö saa muka olla mittää 52

36 näyttökertaa • 2 kuukautta sitten

Post-NICOTINE Generation

MA Nyt 841

2 ki

Vanhempainillan tavoitteena

- Tutustua koulun nuorten päihteidenkäyttöasenteisiin sekä valtakunnallisiin päihteidenkäyttötrendeihin.
- Pohtia yhdessä miten vanhempien olisi hyvä keskustella nuorten kanssa päihteistä.
- Miettiä miten nuorten vapaa-aika olisi turvallista ja innostavaa niin, että nuoret eivät kaipaisi siihen päihteitä.
- Jakaa vinkkejä ja lisätietoa päihdekasvatuksen tueksi.

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.



Suorituspainet ja
tulevaisuuteen
liittyvä epävarmuus

Stressi

Kasvukivut,
mielenterveys

Kokeilunhalu,
hauskanpito

Arjesta
irtautuminen

Ulkonäkö-
painet

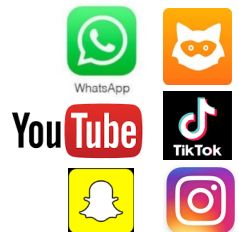
Missä todellisuudessa lapset ja nuoret elävät?

Nuoret ja päihteet-selvitys, EHYT ry
(2016, 2018, 2020)

Hektinen elämäntyyli ja suoritus- ja aikapainet kaikissa elämänalueissa kuvaavat tämän sukupolven nuoria. Nuoret haluavat elämyksiä, kokea ja oppia uusia asioita.

Sosiaalinen media ja sen merkitys päihdeasenteissa- ja käytössä.

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



Mistä lapset ja nuoret saavat tietoa päihteistä?



Isä

Traditiot,
juhkakulttuuri

Sisarukset

Äiti

Ihmisiltä
kaupungilla

Wikipedia

Blogit ja
vlogit

Mainokset

Naapurit

TV

Elokuvat

Perhetuttavat

Sukulaiset

Koulu

Äiti- tai
isäpuoli

Harrastukset

Kaverit

Netin keskustelu-
palstoista

Iso-
vanhemmat

Esitteet

YouTube

Radio

Mitä ajattelet nuorten päihteidenkäyttö tilanteesta tällä alueella?

Huolestuttaako joku asia erityisesti?

**Pohdintatehtävä 2 min.
Kirjoita chattiin.**

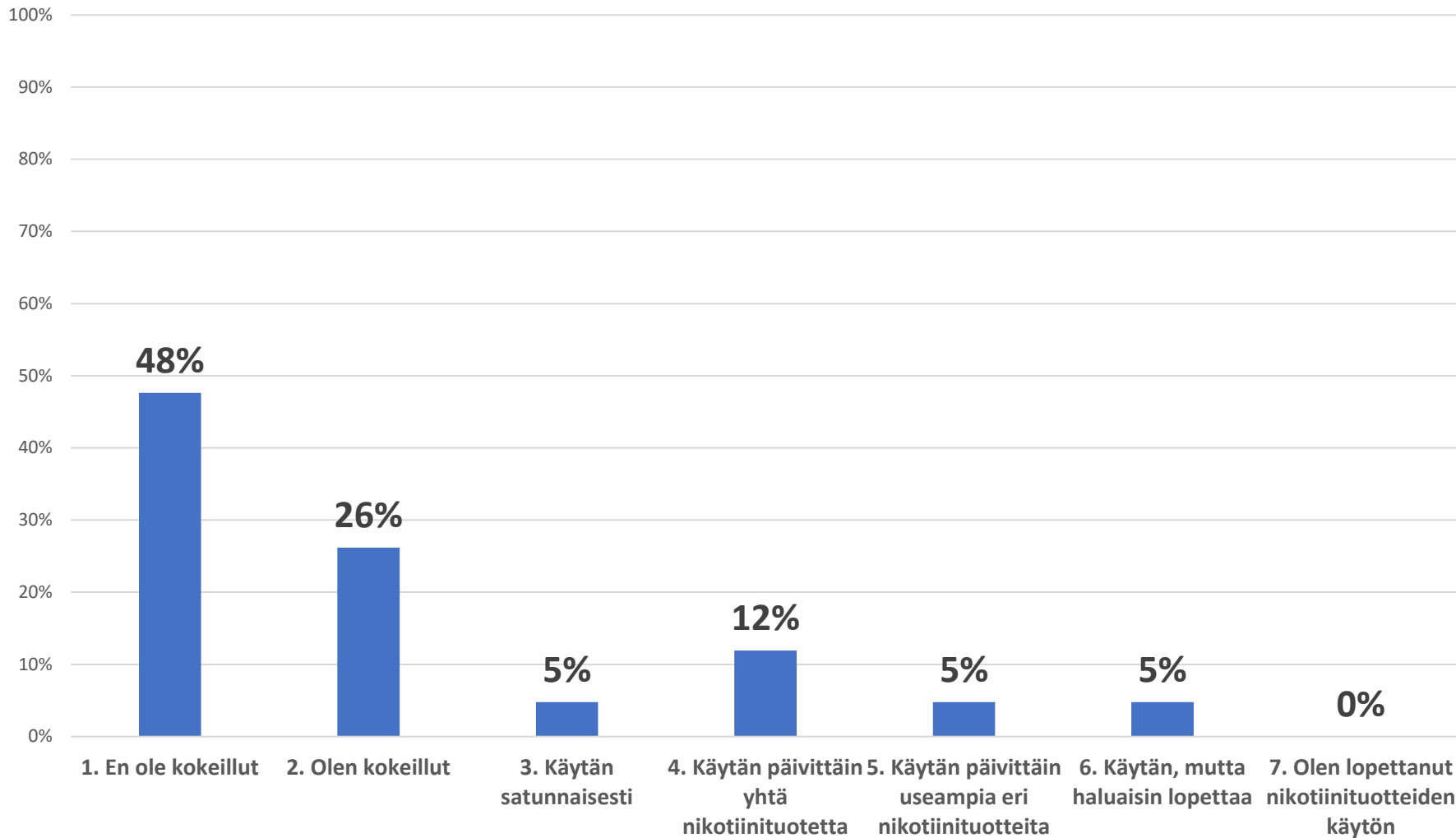


Nuorten päihteiden käyttö

Tuloksissa on Ivalon yläkoulun
8.-luokat ja Jopo-luokka yhdessä

Käytätkö nikotiinituotteita? %

(Esimerkiksi tupakka, nuuska, sähkösavuke, vesipiippu)

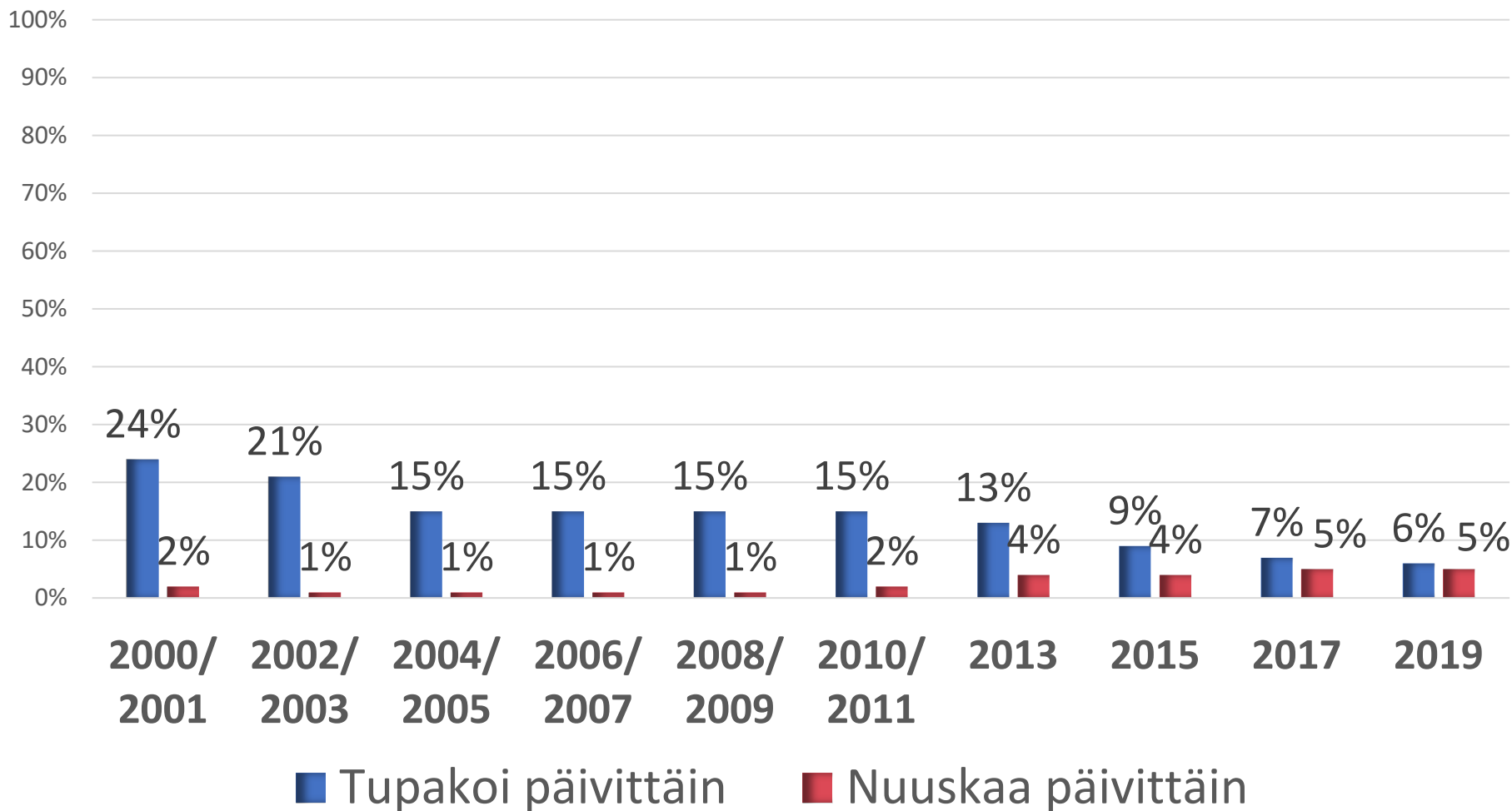


Käyttää nikotiinituotteita päivittäin



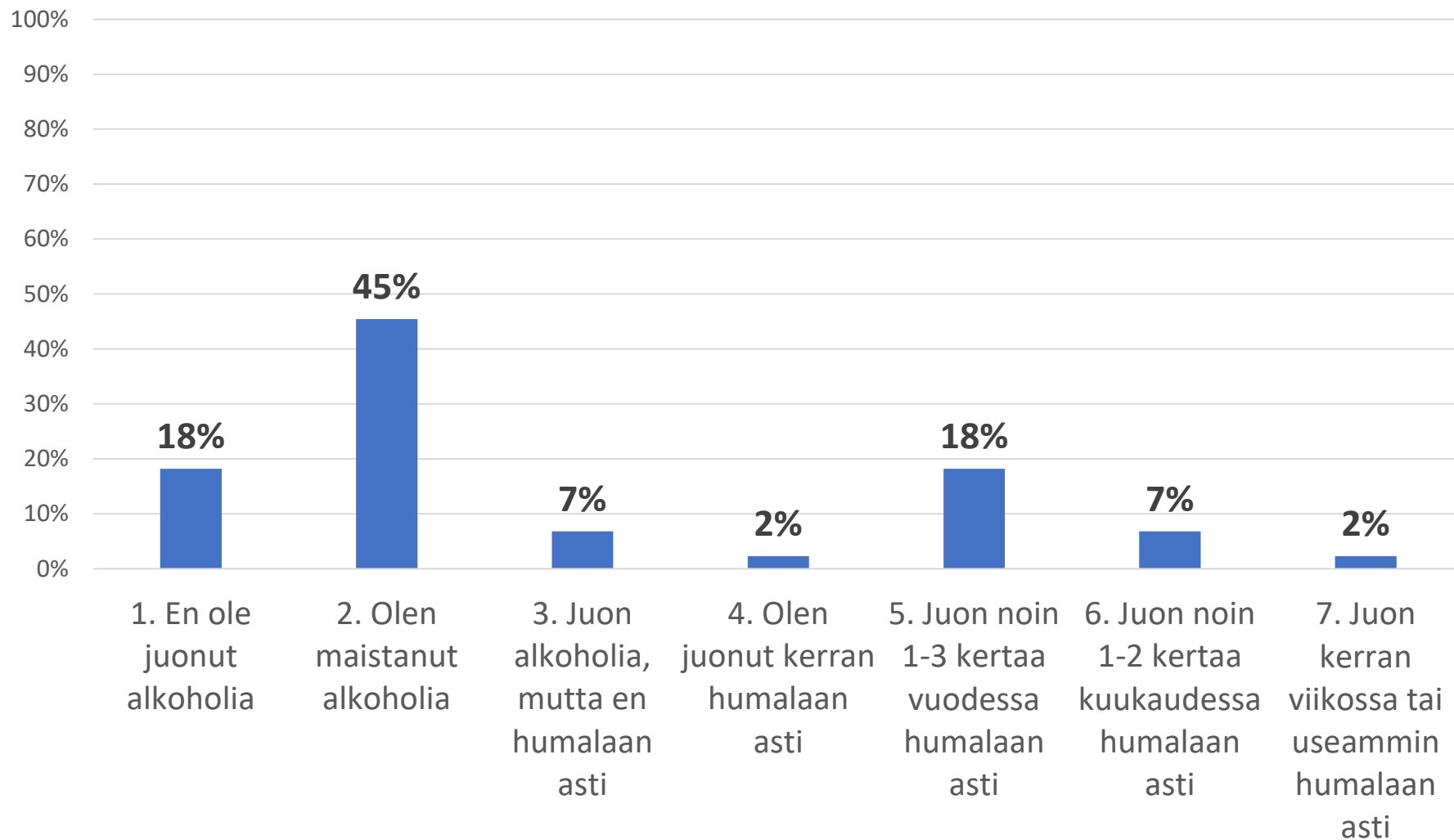
TERVEYDEN JA
HYVINVOINNIN LAITOS

KOULUTERVEYSKYSELY



Peruskoulun 8. ja 9. luokan oppilaat, koko Suomi

Juotko alkoholia? %



Aikuisten asenteen merkitys



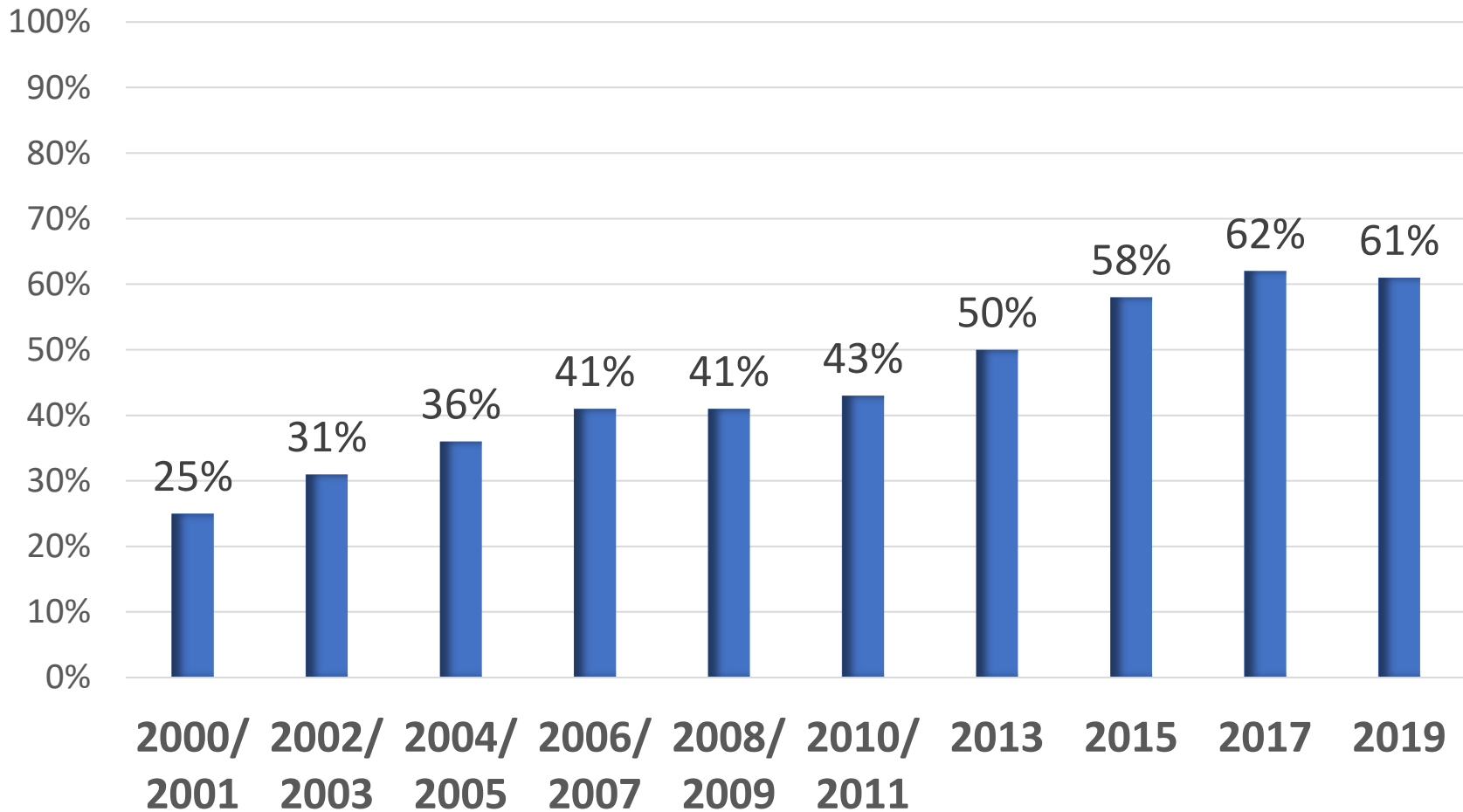
- Alkoholinkäytön aikaisen aloittamisen on huomattu vaikuttavan keskeisesti päihdekäyttäytymiseen myöhemmällä iällä.
- Kun varhaisnuori alkaa käyttää alkoholia, hän omaksuu samalla elämäntyylin, johon kuuluu alkoholin käyttö. Alkoholinkäytöstä voin näin kehittyä tapa joka vie aikaa vapaa-ajalla esim. harrastuksilta.



- Kotioloissa tarjottu alkoholi alentaa nuorten kynnyksiä käyttää alkoholia keskenäänkin.
- Nuorten päihteidenkäytön aloittamiseen vaikuttavat kuitenkin eniten ulkoiset tekijät, kuten ystäväpiiri.
- Aikuisen kielteinen asenne alaikäisten päihteiden käyttöön on tärkeämpää kuin se, käyttääkö aikuinen itse päihteitä vai ei.

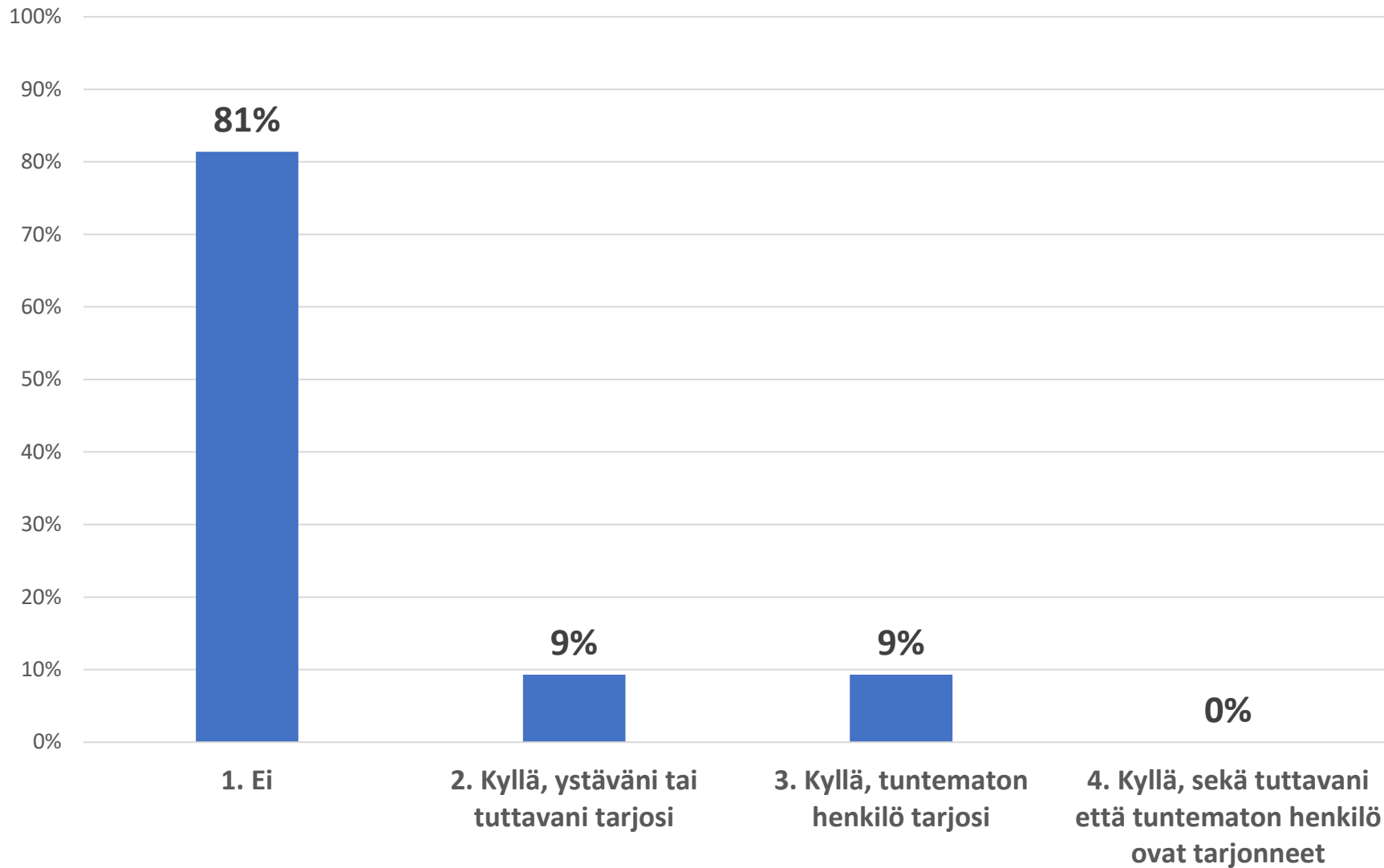


Ei käytä alkoholia



Peruskoulun 8. ja 9. luokan oppilaat, koko Suomi

Onko sinulle tarjottu huumeita? %

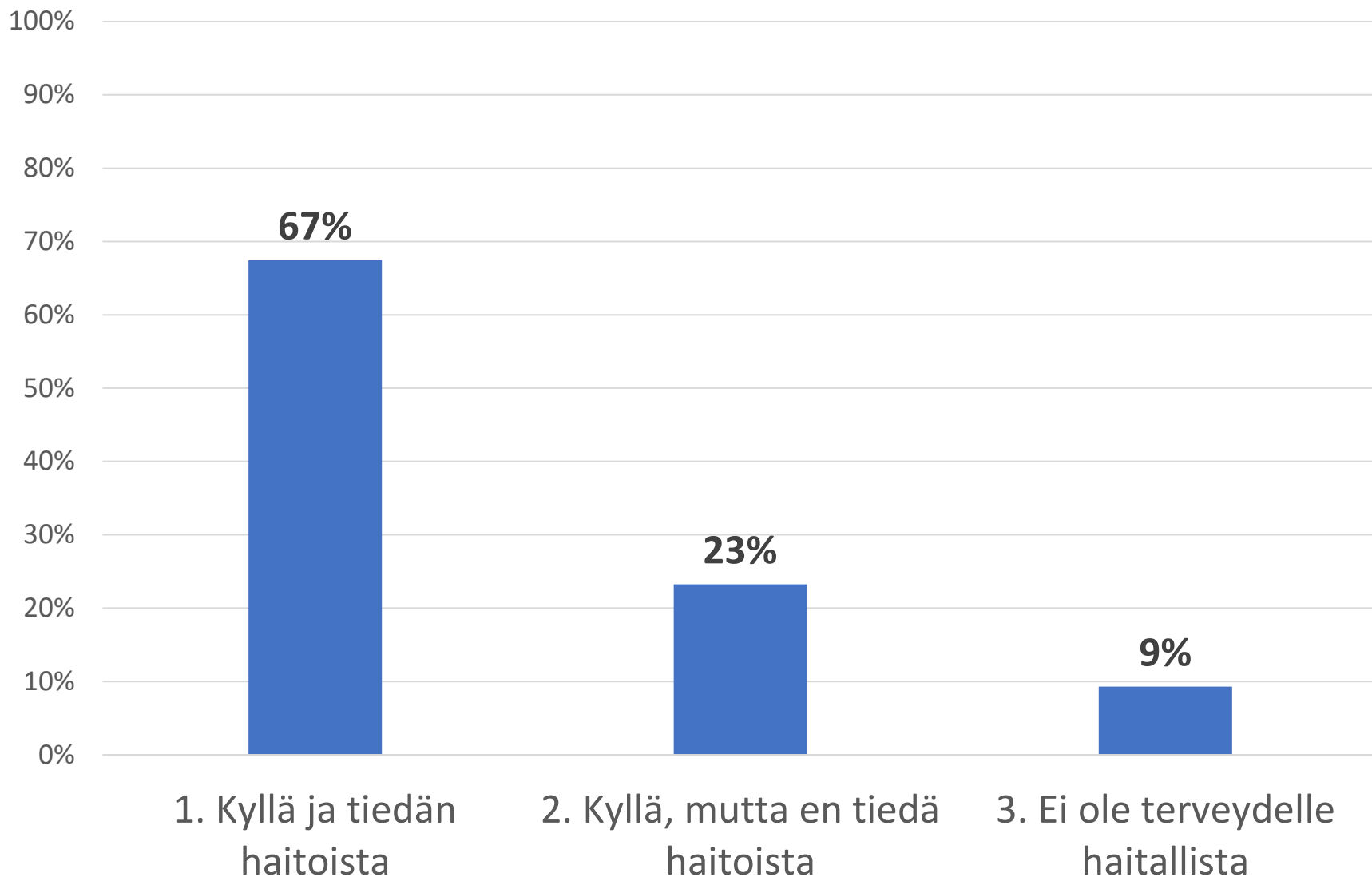




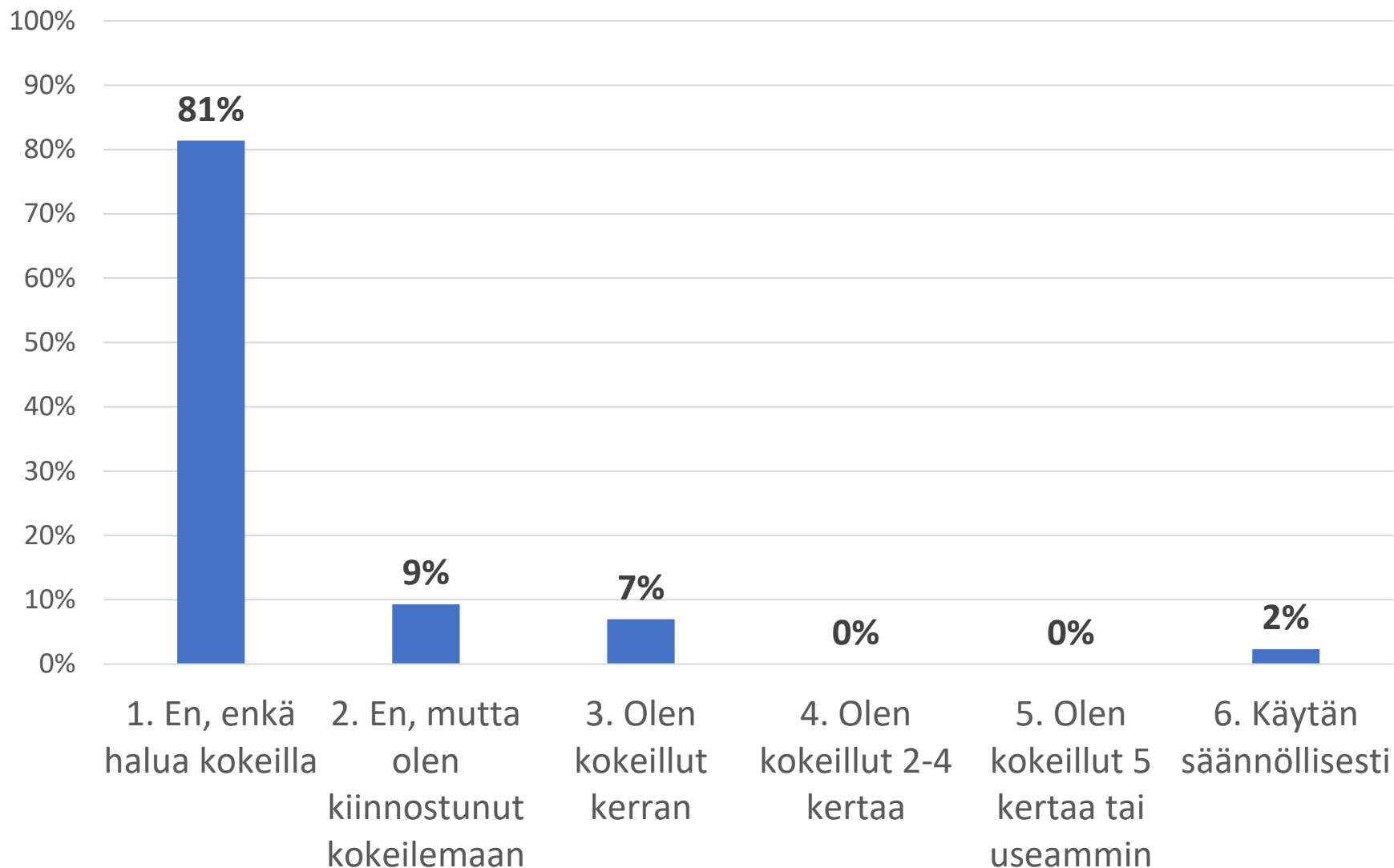
Kannabis

- 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? %



Oletko kokeillut tai käyttätkö kannabista? %

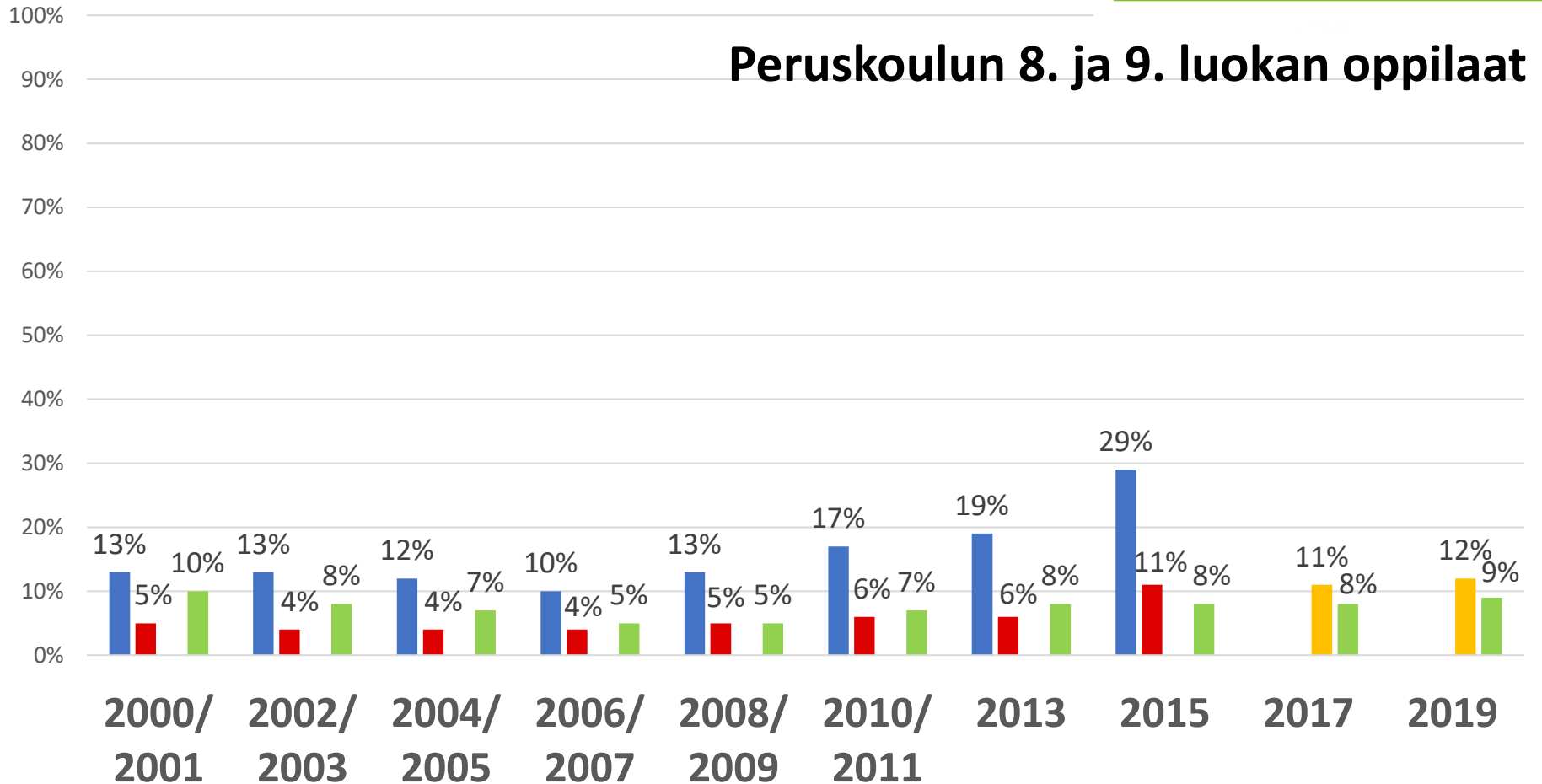


Kannabiksen käyttö ja hyväksyminen



TERVEYDEN JA
HYVINVOINNIN LAITOS

KOULUTERVEYSKYSELY



■ Hyväksyy satunnaisen käytön

■ Hyväksyy säännöllisen käytön

■ Hyväksyy ikäisillään marihuanan (kannabiksen) käytön

■ On kokeillut kannabista

Nuorten päihteiden käytön ehkäisy

Suojaavat tekijät ^{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 mokaat?
- 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.

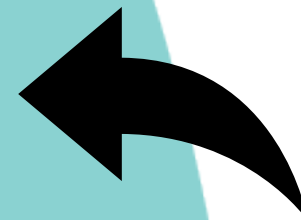
Lisätietoa

- **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 alkoholasioissa ja apua alkoholinkäytön puheeksi ottoon
- **mll.fi: Vanhempainnetti ja päihdekasvatuksen aineistot**
Kissa pöydälle - puhu alkoholista nuoren kanssa (ladattava esite)

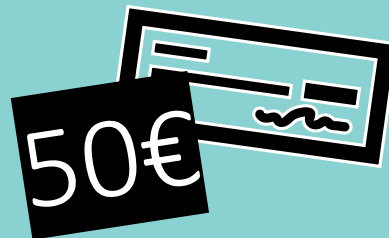
Kiitos!

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.

