

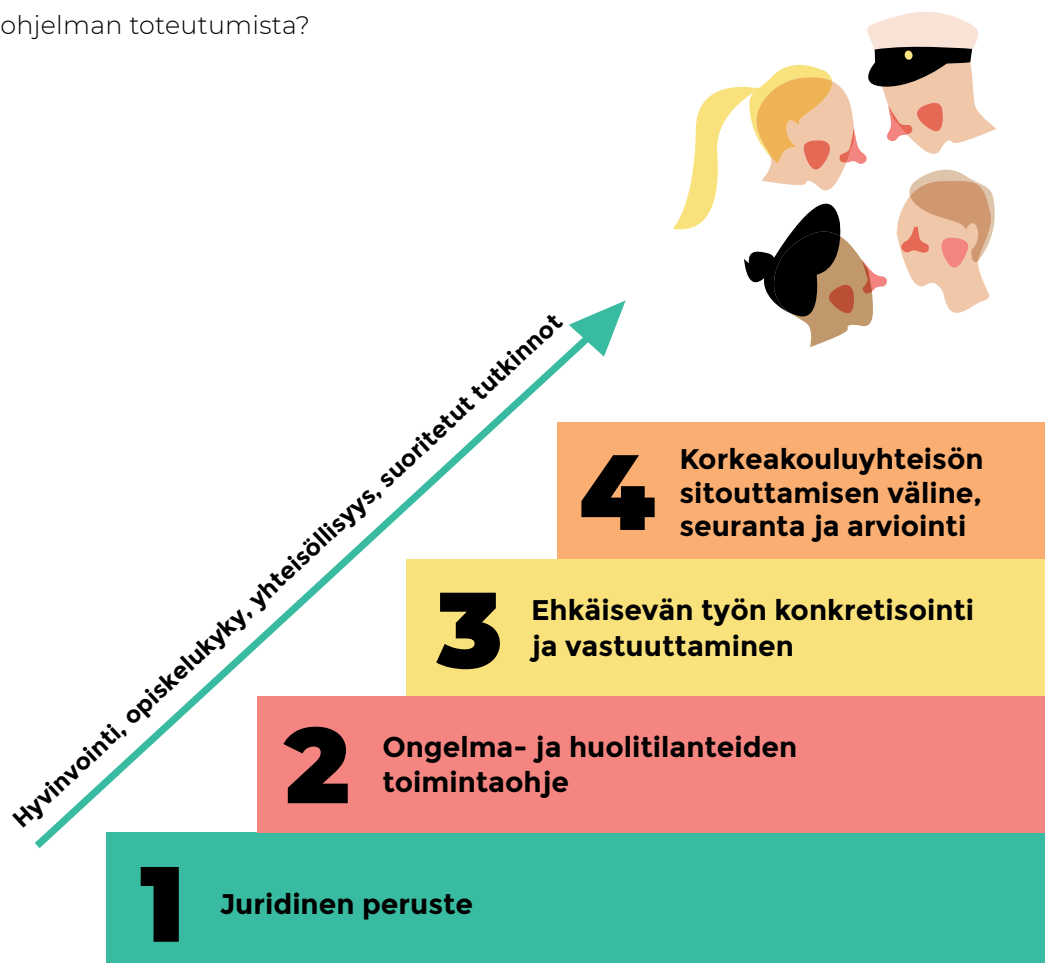
**Suosituksia opiskelijoiden
päihdeohjelmien
kehittämiseen ja
jalkauttamiseen
korkeakouluyhteisöille**



Tämä dokumentti tarkastelee opiskelijoiden päihdeohjelman kehittämistä ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta. Ehkäisevässä päihdetyössä pyritään ehkäisemään päihteiden käyttöön liittyviä haittoja. Opiskelijoiden päihdeohjelmassa esiteltyjä asioita voidaan siirtää myös korkeakoulun järjestyssääntöihin, opiskelijoiden hyvinvointiohjelmaan tai muuhun dokumenttiin kuuluvaksi. Esitteessä olevien suositusten lisäksi lisätietoja, työvälineitä ja koulutuksia löydettävissä ehyt.fi/kupla

Mikä opiskelijoiden päihdeohjelma?

- Toimenpideohjelma opiskelijoiden päihteiden käytön ehkäisemiseksi ja ongelmiin puuttumisen tueksi.
- Pohjautuu yliopisto- ja ammattikorkeakoulula-keihin ja antaa korkeakoululle mahdollisuuden toimia erilaisissa ongelma- ja huolutilanteissa.
- Suositeltavaa hyödyntää myös ehkäisevän työn suunnittelun ja toteuttamisen tukena.
- Päihdeohjelman kehittämistyön välineenä voidaan hyödyntää oheisessa kuviossa esitettyä porrasmallia, jonka avulla voi tarkastella, mitä päihdeohjelmalla tavoitellaan: Onko päihdeohjelma vain toimintaohje ongelmatilanteisiin vai onko myös ehkäisevän työn toimenpiteitä suunniteltu ja vastuutettu? Seurataanko ja arvioidaanko päihdeohjelman toteutumista?



Tavoitteet opiskelijoiden päihdeohjelmalle

Mukailtu EHYT ry:n HUUGO-ohjelmasta, ks. myös Työturvallisuuskeskus (2018) Päihdeohjelma lisää työhyvinvointia, https://ttk.fi/files/6491/infograafi_A4_pa_ihdeohjelma_3.9.18.pdf

Juridinen peruste

Liittyy ns. SORA-säädöksiin ja erityisesti huumausainetestaukseen. Jos opiskelijalta pyydetään huumausainetestiä koskevaa todistusta, on korkeakoululla oltava opiskelijahuollon toimijoiden kanssa yhteistyössä laaditut kirjalliset toimintaohjeet opiskelijoiden päihdeiden käytön ehkäisemiseksi ja päihdeongelmiin puuttumiseksi. Muussa tapauksessa huumausainetestiä koskevaa todistusta ei voi opiskelijalta vaatia. (ks. Ammattikorkeakoululaki, 36 § ja Yliopistolaki, 43 d §).

Ongelma- ja huoltilanteiden toimintaohje

Viittaa päihdeohjelmaan, jossa keskitytään kuvaamaan toimenpiteitä niissä tilanteissa, kun huoli opiskelijasta on jo herännyt tai ongelmia ilmennyt. Päihdehaittoja ehkäiseviä toimenpiteitä ei ole määritelty.

Ehkäisevän työn konkretisointi ja vastuuttaminen

Päihdeohjelmassa on edellisten lisäksi kuvattu opiskelijan ohjauksesta vastaavat tahot organisaatiokaaviotasolla (ohjausjärjestelmä). Näin opiskelija tietää mistä saa apua ja ohjausta jo varhaisessa vaiheessa opintoihin, opiskelukyvyllä ylläpitoon sekä päihde- ja mielenterveysasioihin liittyen. Ohjelmassa on avattu käytännön tasolla, miten korkeakoulussa ehkäistään päihdeistä aiheutuvia haittoja ja kuka on vastuussa mm. varhaisesta tuesta ja puheeksi otosta. Vastuut on jaettu henkilöstön, opiskelijajärjestöjen, opiskelijatuutoreiden, opiskelija-/ylioppilaskunnan ja opiskelijoiden kesken. Keskiössä on hyvinvointi ja varhainen välittäminen. Korkeakoulussa tarjotaan koulutusta siihen, miten huoli päihdeiden käytöstä otetaan puheeksi.

Korkeakouluyhteisön sitouttamisen väline, seuranta ja arviointi

Opiskelijoiden päihdeohjelmaa seurataan ja arvioidaan säännöllisesti, se on osa uusien työntekijöiden ja opiskelijoiden perehdytystä ja kaikki tietävät oman roolinsa opiskelijoiden päihdeohjelman toteuttamisessa. Henkilöstöä, opiskelijatuutoreita ja opiskelijajärjestötoimijoita koulutetaan tai vähintään muistutetaan ohjelmasta vuosittain. Näin varmistetaan, että päihdeohjelma toteutuu myös käytännön tasolla.



Mistä lähteä liikkeelle, jos korkeakoululla ei ole lainkaan opiskelijoiden päihdeohjelmaa?

- Yliopistot voivat hyödyntää mallia, joka on laadittu Suomen yliopistojen rehtorineuvosto UNIFI ry:n, Suomen ylioppilaskuntien liitto SYL ry:n ja Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö YTHS:n yhteistyönä vuonna 2014. Päihdeohjelma on päivitetty OHA-forumin, UNIFIn, YTHS:n sekä SYL:n yhteistyönä vuonna 2019, ja löytyy täältä: <https://www.unifi.fi/toiminta/julkaisut/>. On tärkeää, että päihdeohjelmaa laadittaessa huomioidaan kuitenkin korkeakoulun omat rakenteet sekä toimintamallit ja ohjelma sovitetaan niihin.
- Sekä opiskelija-/ylioppilaskunta että paikallinen opiskelijaterveydenhuolto/YTHS tulee ottaa alusta alkaen mukaan ohjelman laatimiseen ja kehittämiseen.
- Ohjelman on hyvä sisältää seuraavat osiot:
 - Päihdeet (mitä päihdeitä ohjelma koskee) ja niihin suhtautuminen opinnoissa
 - Kuvaus ohjausjärjestelmästä organisaatiokaaviotasolla (mitkä tahot ohjaavat opiskelijaa ja missä kysymyksissä)
 - Päihdehaittoja ehkäisevät toimenpiteet ja vastuu niiden toteuttamisesta
 - Huolen puheeksi otto
 - Toimintaohjeet tilanteisiin, jotka edellyttävät opiskelijan ohjausta eteenpäin
 - Hoitoon hakeutuminen ja opiskelu hoidon jälkeen
 - Huumausainetestaus, opinto-oikeus ja alalle soveltuvuus
 - Korkeakoulun ulkopuolisten tukipalvelujen yhteystiedot (oma-apu sivustot, auttavat puhelimet, tietopalvelut, verkkokeskustelualustat, vertaisryhmät jne.)



Päihdeohjelmaa kehittämään – kysymyksiä pohdittavaksi

Tekstin sävy ja tyyli

- Kenelle teksti on kirjoitettu?
- Miltä ohjelma näyttää opiskelijan näkökulmasta? Näyttäytyykö opiskelija toimenpiteiden kohteena vai aktiivisena toimijana ja korkeakouluyhteisön jäsenenä?
- Puhutaanko ohjelmassa ”nuorista” tai ”nuorista aikuisista”? Huomioidaanko, että korkeakouluopiskelijat ovat iältään heterogeeninen joukko?
- Onko mahdollisen terveystietämyksen lisäksi ohjelmassa huomioitu yhteisönäkökulma päihteiden käyttöön liittyen?

Päihdeohjelman tavoite

- Säilyykö ohjelman alussa avattu tavoite kirkaana läpi ohjelman? Jos ohjelman alussa todetaan, että tavoitteena on edistää opiskelijoiden hyvinvointia ja ehkäistä päihdehaittoja, ohjelman tulisi tarjota muutakin kuin välineitä ongelmatilanteisiin.
- Miten päihteisiin suhtaudutaan? Määritelläänkö ohjelman tavoitteeksi opiskelijoiden päihteettömyys vai eritelläänkö tarkemmin, miten päihteisiin suhtaudutaan opiskeluun liittyvissä erilaisissa tilanteissa? Missä ja milloin päihteiden käyttöön on nollatoleranssi (esim. kampuksen tiloissa opintoihin liittyvissä tilanteissa, harjoittelujaksoilla työpäivien aikana, tuutorisopimukseen kuuluvia tehtäviä hoidettaessa)? Mainitaanko, että myös vapaa-ajalla tapahtuva päihteiden käyttö voi vaikuttaa opintojen sujumiseen ja opiskelukykyyn (vaikutukset uneen, krapulassa opiskelu, mitä sosiaalisia haittoja päihteiden käyttöön voi liittyä jne.)?

Päihdeohjelman sisällöt

- Mitä päihteitä päihdeohjelma koskee? Onko alkoholin ja huumeainesten lisäksi ohjeistusta tupakka- ja nikotiinituotteisiin liittyen?
- Huomioidaanko päihdeohjelmassa käytännöt harjoittelujaksoilla? Miten harjoittelupaikkoja ohjeistetaan? Miten opiskelijoita tiedotetaan harjoittelupaikoilla sovellettavista päihdeohjelmista?
- Huomioidaanko päihdeohjelmassa, miten toimitaan opiskelijavaihdon aikana?
- Onko ohjelma käännetty kaikille niille kielille joilla korkeakoulu antaa opetusta ja onko ohjelmasta tiedotettu näillä kielillä?
- Onko ohjelmassa kuvattu, miten opiskelijaa tuetaan hoidon aikana ja sen jälkeen? Miten helpotetaan opintojen pariin palaamista? Miten opintoja voi jatkaa hoidon aikana?
- Onko ohjelmassa mainittu päihdeyhdistyksen/henkilön/henkilöiden yhteystietoja?
- Onko ohjelmassa tietoa opiskelijoiden hyvinvoinnista ja päihteiden käytöstä omassa korkeakoulussa ja valtakunnallisesti (esim. korkeakoulun oma kysely opiskelijoiden päihdeasenteisiin ja hyvinvointiin liittyen sekä Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus)?



Miten päihdeohjelma näkyy opiskelun ja ohjauksen arjessa? – Vinkkejä ohjelman jalkauttamiseen

Ohjelmasta tiedottaminen

- Opiskelijoiden päihdeohjelma esitellään kaikille uusien opiskelijoiden ryhmille. Orientaatiotilaisuuksissa/ opiskelijan tulee tutustua ohjelmaan itsenäisesti ja vastata oikein päihdeohjelman sisällöstä sähköiselle lomakkeelle. Opinto-oppaasta/verkkosivuilta/intrasta löytyy ohjelman kuvaus ja ohjeet, mistä ohjelma löytyy.
- Ohjelmasta tiedotetaan säännöllisesti myös korkeakoulun henkilökunnalle. Esimerkiksi vuosittain.
- Korkeakoululla/tiedekunnalla/koulutusohjelmalla on valmiit tiiviit esitykset päihdeohjelmasta eri kohderyhmille (opiskelijat, opiskelijatuutorit, henkilöstö).
- Opiskelijoiden päihdeohjelma on helposti sekä opiskelijoiden että henkilökunnan löydettävissä korkeakoulun/yksikön/tiedekunnan verkkosivuilta.

Perehdyttäminen ja kouluttaminen

- Koulutetaan erityisesti avaintoimijat (henkilöstö, opiskelijatuutorit jne.) ja kerrotaan, mikä heidän roolinsa päihdeohjelman toteuttamisessa on.
- Tuetaan korkeakoulu yhteisön jäseniä puheeksi ottoon ja tarjotaan siihen konkreettisia vinkkejä kaikille sekä koulutusta erityisesti henkilöstölle, opiskelijatuutoreille ja opiskelijajärjestöille.

Vastuualueet ja -henkilöt

- Korkeakoulussa toimii vähintään yksi päihdeyhdyshenkilö, joka koordinoi päihdeohjelman toteuttamista käytännön tasolla.
- Myös muut vastuualueet määritellään mahdollisimman selkeästi ja miten he tekevät yhteistyötä (esim. mikä on opiskeluhyvinvointiryhmän, henkilökunnan, tuutoreiden ja opiskelijajärjestöjen rooli päihdehaittojen ehkäisyssä).

Yhteistyö opiskelija-/ylioppilaskunnan ja opiskelijajärjestöjen kanssa

- Opiskelijajärjestöjen ja opiskelija-/ylioppilaskunnan kanssa käydään säännöllisesti keskusteluja päihdekulttuurista ja päihteiden roolista tuutoritoiminnassa sekä opiskelijatapahtumissa. Kannustetaan opiskelija-/ylioppilaskuntaa ja opiskelijajärjestöjä jakamaan hyviä käytäntöjä opiskelijoiden päihdehaittojen ehkäisyyn liittyen paikallisesti ja valtakunnallisesti.



Vinkkejä päihdeyhdyshenkilöille

Päihdeyhdyshenkilönä voit edistää päihdeohjelman toteutumista käytännön tasolla huolehtimalla seuraavista asioista:

Ohjelmasta tiedottaminen

- Tarkista, että ohjelma on sekä opiskelijoiden että henkilökunnan helposti löydettävissä, esimerkiksi verkkosivuilta.
- Huolehdi siitä, että ohjelmasta kerrotaan uusien opiskelijoiden orientaatiotilaisuuksissa. Tätä varten voit laatia valmiiksi tiiviin pp-esityksen (muutama sivu, joihin tiivistetty opiskelijan kannalta olennaisin tieto ja linkki, mistä ohjelma löytyy).
- Huolehdi siitä, että ohjelmasta kerrotaan myös henkilöstön ja opiskelijatuutoreiden koulutustilaisuuksissa/perehdytyksissä. Myös näihin tilaisuuksiin esityksen voi tehdä valmiiksi kouluttajan hyödynnettäväksi.

Koulutustarpeiden kartoittaminen ja koulutusten koordinointi

- Korkeakoulun ohjaus- ja opetushenkilöstöllä on hyvä olla perusvalmiudet huolen puheeksi ottoon. Onko korkeakoulussa/ yksikössä/tiedekunnassa järjestetty puheeksiottokoulutusta henkilökunnalle? Voisiko koulutusta järjestää? Päihdeyhdyshenkilönä voit kartoittaa koulutustarpeita ja -mahdollisuuksia.
- Miten korkeakoulun/tiedekunnan opiskelijatuutorikoulutuksissa huomioidaan päihteet? Keskustellaanko tuutoreiden kanssa päihneiden roolista tuutoritoiminnassa ja siitä, miten tuutorit voivat toimia, jos heillä herää huoli uuden opiskelijan

tai opiskelukaverin päihneiden käytöstä? Päihdeyhdyshenkilönä voit varmistaa, että näitä asioita käsitellään osana tuutoreiden koulutusta.

- Korkeakoulu voi tarjota puheeksi ottoon liittyvää koulutusta myös opiskelijajärjestötoimijoille.

Seurannan, arvioinnin ja yhteistyön koordinointi

- Päihdeohjelman toteutumisen seuranta ovat esimerkiksi: Päihdeasenne/hyvinvointikyselyiden toteuttaminen ja analysointi säännöllisesti. Päihdeohjelman esittelyjen toteuttaminen ja tilastointi. Päihdeohjelman sisältöihin ja päihneiden puheeksi ottoon liittyvien koulutusten toteuttaminen ja tilastointi.
- Huolehdi siitä, että päihdeohjelman toteutumista seurataan ja arvioidaan säännöllisesti esimerkiksi korkeakoulun/tiedekunnan opiskeluhuvinvointityöryhmässä. Samalla voidaan arvioida mahdollisia kehittämistarpeita (esimerkiksi tarvetta henkilöstön/opiskelijajärjestötoimijoiden koulutukselle).
- Kun päihdeohjelman toteutumista arvioidaan, varmista, että mukana ovat myös edustajat opiskelija-/ylioppilaskunnasta tai tiedekuntajärjestöstä/opiskelijajärjestöstä (sekä paikallisesta opiskelijaterveydenhuollosta).
- Korkeakoulujen päihdeyhdyshenkilöiden yhteydenpito valtakunnallisesti on tärkeää toimintamallien kehittämisessä, opiskelijoiden päihdeohjelmien kehittämisessä ja keskinäisen vertaistuen tarjoamisessa.