

Ehkäisevä päihdetyö oppilaitoksissa ja sosiaalisessa mediassa

EHYT ry:n toteuttaman päihdekasvatuksen
teoriapohja ja vaikutusketjut



Sisällys

1. Johdanto	4
2. Mitä on ehkäisevä päihdetyö?	5
3. Mitä on ehkäisevä päihdetyö oppilaitoksissa?	6
4. Ehkäisevän päihdetyön kohdentuminen – Tärkeimmät päihteidenkäytölle altistavat ja siltä suojaavat tekijät, joihin oppilaitoksissa voidaan vaikuttaa	7
5. Menetelmät – Vaikuttavat keinot päihteidenkäytön ja sen haittojen ehkäisyyn oppilaitoksissa	9
6. Viestintäkampanjat ja sosiaalinen media	12
7. Teoriapohja ehkäisevässä päihdetyössä	14
8. Miksi tiedon antaminen yksilöille ei riitä? Ympäristöön ja yhteisöön vaikuttamisen tärkeydestä	16
9. EHYT ry:n oppilaitos- ja sometyön taustalla olevat vaikutusketjut	17
Kirjallisuutta ja hyödyllisiä linkkejä	22
Liitteet	23

1. Johdanto

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry tukee ehkäisevää päihdetyötä oppilaitoksissa tarjoamalla päihde- ja pelikasvatusoppitunteja alakouluista toiselle asteelle, kouluttamalla oppilaitosten henkilökuntaa sekä kohtaamalla oppilaiden ja opiskelijoiden huoltajia vanhempainilloissa. Lisäksi EHYT toteuttaa ehkäisevää päihdetyötä sosiaalisessa mediassa nuorten suosimilla alustoilla.

Tässä katsauksessa kuvataan lyhyesti tutkimuspohjaa, teoreettista taustaa ja vaikutusketjuja, joiden varaan EHYTin toteuttama päihdekasvatustyö perustuu. EHYTin oppilaitos- ja sometyön loogiset mallit eli taustalla olevat vaikutusketjut havainnollistavat niitä tekijöitä, joihin päihdekasvatuksessa voidaan vaikuttaa eri kouluasteilla ja sosiaalisessa mediassa tehtävässä työssä.

Ehkäisevän päihdetyön laki velvoittaa kuntia ja hyvinvointialueita koordinoimaan ja tukemaan ehkäisevää päihdetyötä alueillaan. Koulut ja oppilaitokset ovat tämän työn yksi keskeinen toimintaympäristö. Ne vaikuttavat suoraan suureen osaan niistä tekijöistä, jotka ovat yhteydessä lasten ja nuorten myöhempään päihteidenkäyttöön. Oppilaitoksissa voidaan vaikuttaa laaja-alaisesti päihteidenkäytöltä suojaaviin ja sille altistaviin tekijöihin, niin yksilö- kuin yhteisötasolla.

Kouluissa ja oppilaitoksissa tehtävän ehkäisevän päihdetyön vaikuttavuutta on tutkittu paljon. Keskeistä toimiviksi todetuissa malleissa on, että ne kohdentuvat tiettyyn ikäkauteen ja tietyille riskitasolle – koko väestöön yleisesti tai kohonneessa riskissä oleviin ryhmiin tai yksilöihin.

Alakouluissa toimivaa on muun muassa vahvistaa opettajien ryhmänhallintavalmiuksia ja panostaa elämäntaitojen, kuten tunne- ja vuorovaikutustaitojen, opetukseen. Päihteidenkäytön muuttuessa ajankohtaisemmaksi lasten tai nuorten elämässä on tärkeää tukea siihen liittyviä valmiuksia, kuten kykyä vastustaa sosiaalista painetta, sekä

vahvistaa päihteidenkäytölle kielteisiä asenteita, arvoja ja normeja. Myös erilaiset turvataidot, kuten valmiudet tunnistaa turvattomia tilanteita ja hakea apua itselleen ja tovereilleen voivat olla tärkeitä sisältöjä päihdekasvatuksen kokonaisuudessa. Ikätasosta riippumatta on tärkeää huolehtia siitä, että päihdekasvatus perustuu vuorovaikutteisuuteen.

Ehkäisevää päihdetyötä on tärkeää tehdä myös oppilaitoksen käytäntöjen tasolla, kuten tukemalla henkilökunnan valmiuksia ottaa päihdeteemat puheeksi sekä huolehtimalla päihteisiin ja nikotiinituotteisiin liittyvien sääntöjen noudattamisesta.

Sosiaalisen median alustat ovat monelle nuorelle keskeinen vapaa-ajan viettämisen ympäristö. Nuoret altistuvat sosiaalisessa mediassa päihteitä markkinoiville ja muille päihdemyönteisiä asenteita levittäville viesteille. Kuten oppilaitoksissa, myös some-alustoilla voidaan tukea päihteiltä suojaavia tekijöitä sekä vaikuttaa päihteille altistaviin tekijöihin.

Katsauksessa esitellään lyhyesti kolme EHYTin päihdekasvatustyön taustalla olevaa teoriaa, jotka tuovat esiin ympäristöön ja yhteisöön vaikuttamisen tärkeyden ehkäisevässä päihdetyössä, yksilön valmiuksien tukemisen ohella. Tämä voi tarkoittaa esimerkiksi luokkayhteisön normeihin, koulun käytäntöihin tai vanhempien käsityksiin ja motivaatioon vaikuttamista.

Lasten ja nuorten päihdekäyttäytymiseen vaikuttavatkin oppilaitosympäristössä paitsi heidän omat valmiutensa (tiedot ja taidot) sekä asenteensa myös luokka- ja oppilaitosyhteisössä vaikuttavat normit, huoltajien kasvatusvalmiudet sekä oppilaitoksen henkilökunnan valmiudet toteuttaa ehkäisevää päihdetyötä oppilaitoksen arjessa. EHYTin ehkäisevä päihdetyö pyrkii vahvistamaan lasten ja nuorten resilienssiä vaikuttamalla näillä kaikilla neljällä eri tasolla.

2. Mitä on ehkäisevä päihdetyö?

Ehkäisevällä päihdetyöllä pyritään ehkäisemään päihteidenkäytöstä (alkoholi, nikotiiniuotteet ja huumeet) sekä raha- ja digipelaamisesta syntyviä haittoja. Tämä voi tarkoittaa käytön ehkäisemistä kokonaan, käytön aloituksen lykkäämistä, riskikäytön ehkäisyä tai päihteidenkäytöstä aiheutuvien haittojen ehkäisyä tai vähentämistä.

Ehkäisevässä työssä pyritään tyypillisesti vaikuttamaan ehkäistävän terveyshaitan tai sille altistavan käytöksen taustalla vaikuttaviin juurisyihin eli niin sanottuihin suojaaviin tai riskitekijöihin. Usein näihin tekijöihin pyritään vaikuttamaan väestötasolla, eikä toimintaa kohdenneta suoraan tiettyihin yksilöihin, jotka jo kärsivät näistä haitoista. Tässä ehkäisevä työ eroaa hoitavasta ja korjaavasta

työstä, jossa toiminnan kohde on tarkemmin rajattu tiettyihin yksilöihin ja heidän tiettyihin terveysongelmiinsa. Ehkäisevää työtä tehdäänkin tyypillisesti ihmisten erilaisissa arkiympäristöissä, eri elämäntilanteissa olevia ihmisiä tavoittaen sekä useita eri ammattilaisryhmiä siihen osallistaen.

Ehkäisevää päihdetyötä tarvitaan halki elämänkaaren, syntymästä vanhuuteen. Oppilaitokset ovat yksi keskeisimmistä ehkäisevän päihdetyön toteuttajista, sillä ne tavoittavat koko ikäluokat perheineen halki lapsuuden ja nuoruuden, sekä vaikuttavat keskeisesti lasten ja nuorten kehitykseen. Jokaisella lapsella ja nuorella on oikeus ehkäisevään päihdetyöhön, taustasta riippumatta, ja oppilaitosten kautta tähän tarpeeseen pystytään vastaamaan.



3. Mitä on ehkäisevä päihdetyö oppilaitoksissa?

Ehkäisevän päihdetyön laki velvoittaa kuntia ja hyvinvointialueita koordinoimaan ja tukemaan monialaista ehkäisevää päihdetyötä alueillaan. Koulut ja oppilaitokset ovat tämän työn yksi keskeinen toimintaympäristö. Oppilaitoksissa toteutettavaa ehkäisevää päihdetyötä sääntelevät lisäksi muun muassa terveydenhuoltolaki, tupakkalaki ja huumausainetestausta säätelevä SORA-lainsäädäntö.

Käytännössä ehkäisevää päihdetyötä toteutetaan oppilaitosten arjessa monin tavoin:

- Yhteisöllinen opiskeluhoito koordinoi työtä, huolehtii oppilaitosympäristön turvallisuudesta ja terveellisyydestä sekä tukee päihteiden puheeksiottoa.
 - Oppilaitoksen yhteisesti sovitut toimintatavat ja pelisäännöt määrittelevät, miten päihteisiin suhtaudutaan ja miten käyttöpäilyihin puututaan yhdenmukaisesti.
 - Oppilaitoksen toimintakulttuuri vaikuttaa oppilaiden ja opiskelijoiden viihtyvyyteen sekä heidän kiinnostukseensa oppilaitosyhteisöön ja opintoihin.
- Eri oppitunneilla vaikutetaan monin tavoin päihteiltä suojaaviin ja niille altistaviin tekijöihin, luokan ilmapiiriin ja normiston sekä yksittäisen oppilaan valmiuksien tasolla. Monen eri oppiaineen tunnilla voidaan vahvistaa riskikäyttäytymiseltä suojaavia henkilökohtaisia taitoja (tunne-, vuorovaikutus-, päätöksenteko- ja kognitiiviset taidot). Erityisesti päihdekasvatuksessa ja terveystiedon tunneilla keskustellaan päihteistä eri näkökulmista peilaten niihin liittyviä arvoja ja normeja.
 - Yksilöllinen opiskeluhoito tarjoaa yksilöllistä tukea ja tuentarpeen varhaista tunnistamista.
 - Koteja tuetaan päihde- ja pelikasvatuksessa sekä vahvistetaan kotien ja oppilaitoksen välistä yhteistyötä.
 - Oppilaitokset tekevät lisäksi usein tiivistä yhteistyötä muiden ehkäisevän päihdetyön toimijoiden ja kasvattajien kanssa – näitä ovat esimerkiksi nuorisotoimi, seurakunnat, urheiluseurat ja muut vapaa-ajan toimijat.



4. Ehkäisevän päihdetyön kohdentuminen

Tärkeimmät päihteidenkäytölle altistavat ja siltä suojaavat tekijät, joihin oppilaitoksissa voidaan vaikuttaa

Eri elämänvaiheissa ja tilanteissa erilaiset tekijät altistavat päihteidenkäytölle tai toisaalta suojaavat siltä. Näitä niin sanottuja riskitekijöitä voidaan tunnistaa niin yksilön, lähiyhteisöjen kuin yhteiskunnan tasoilta (ks. liite 1. Etiologinen malli).

Perheen jälkeen koulu on yksi keskeisimmistä lasten ja nuorten kasvuun vaikuttavista sosiaalisista ympäristöistä. Koulut ja oppilaitokset vaikuttavat suoraan suureen osaan niistä tekijöistä, jotka ovat yhteydessä lasten ja nuorten myöhempään päihteidenkäyttöön.¹

Oppilaitokset ovat myös itsessään yksi keskeinen suojaava tekijä. Myönteinen suhtautuminen koulunkäyntiin ja tiivis kiinnittyminen oppilaitosyhteisöön, samoin kuin opinnoissa pärjääminenkin, suojaavat lasta ja nuorta päihteidenkäytöltä ja muulta riskikäyttäytymiseltä.

Monet päihteidenkäytön riskitekijöistä vaikuttavat päihteiden käytön ohella myös muihin riskikäyttäytymisen muotoihin ja mielenterveyteen. Esimerkiksi heikko kiinnittyminen oppilaitosyhteisöön, heikko koulumenestys ja varhaiset käyttäytymisen säätelyn haasteet altistavat päihteidenkäytön ohella väkivaltaiselle käyttäytymiselle ja

ongelmille myöhemmin. Tämän takia huolellisesti toteutetuilla ehkäisevän päihdetyön toimilla oppilaitoksissa on osoitettu voitavan tukea myös kasvua laajemmin – esimerkiksi mielenterveyttä tai kouluviihtyvyyttä ja -menestystä. Samalla niillä voidaan ehkäistä päihteiden käytön haitallisia seurauksia – kuten pulmia koulunkäynnissä tai kaveri- ja perhesuhteissa.

Oppilaitoksissa voidaan vaikuttaa laaja-alaisesti päihteidenkäytöltä suojaaviin ja sille altistaviin tekijöihin, niin yksilö- kuin yhteisötasoilla (taulukko 1). Tunne- ja vuorovaikutustaitojen vahvistaminen on yksi tyypillinen esimerkki suojaavasta tekijästä, jota ehkäisevän päihdetyön luokahuoneohjelmilla pyritään vahvistamaan. Se voi käytännössä tarkoittaa esimerkiksi harjoituksia, joilla tuetaan ikätasoisesti tunteiden tunnistamista ja niiden kommunikointia, muiden kuuntelun ja huomioon ottamisen valmiuksia tai ryhmätyöskentelytaitoja. Koska suoja- ja riskitekijät ovat erilaisia eri kehitysvaiheissa ja elämäntilanteissa, on tärkeää, että kohderyhmän kehitysvaihe ja riskitaso sekä muut tarpeet huomioidaan sisältöjen suunnittelussa.

1) Kouluissa tehtävän kokonaisvaltaisen terveyden edistämisen tärkeydestä ks. myös WHO (2024) Health promoting schools:[who.int/health-topics/health-promoting-schools](https://www.who.int/health-topics/health-promoting-schools).

Taulukko 1. Esimerkkejä päihteidenkäytön riskitekijöistä, joihin oppilaitoksissa voidaan vaikuttaa.

Yhteiskunnan taso	Päihteiden saatavuus, markkinointi ja muut kaupalliset vaikutteet – lasten ja nuorten puutteelliset kyvyt tunnistaa ja vastustaa niitä.
Luokkaympäristö	Vaikeudet kaverisuhteissa, torjutuksi tuleminen. Kaverit, joilla on käyttäytymisongelmia.
	Huonot suhteet opettajiin, opettajien etäisyys.
Oppilaitosyhteisö ja opiskeluhoito	Tukipalveluiden ja rakenteiden puute, epämääräiset tukiprosessit tai tietämättömyys niistä.
	Puutteellinen oppimis- ja koulunkäyntivalmiuksien tuki.
	Runsas poissaolot ja riittämätön puuttuminen niihin.
	Heikko yhteenkuuluvuuden kokemus. Kiusaaminen, turvattomuus.
	Päihteidenkäytölle, muulle riskikäyttäytymiselle tai epäsosiaaliselle käytökselle suotuisat normit. Riittämätön puuttuminen havaittuun päihteiden tai rahapelituotteiden käyttöön koulussa tai oppilaitoksessa.
	Oppilaitoksen toimintakulttuuri, joka ei tue yhteenkuuluvuutta ja sosiaalisten valmiuksien omaksumista.
	Elämänhallintataitojen harjoittelun puuttuminen opetuksesta.
Yksilön ominaisuudet ja valmiudet	Myönteiset asenteet päihteiden käyttöä kohtaan, virheelliset käsitykset päihteidenkäytön yleisyydestä. Myönteiset asenteet riskikäyttäytymistä kohtaan ylipäätään ja kielteiset asenteet auktoriteetteja ja sen tiettyjä yhteisöjä kohtaan.
	Valmiudet tunnistaa ja vastustaa omalle hyvinvoinnille haitallisia sosiaalisia vaikutuksia, esimerkiksi päihteidenkäyttöön kannustavaa sosiaalista painetta.
	Vuorovaikutusvalmiuksien tai tunnetaitojen puutteet.
	Käyttäytymisen ja tarkkaavaisuuden säätelyn haasteet.
	Haasteet saavuttaa iän mukaisia kielellisiä ja matemaattisia valmiuksia, puutteelliset muut kognitiiviset taidot, kuten ongelmanratkaisutaidot.

5. Menetelmät

Vaikuttavat keinot päihteidenkäytön ja sen haittojen ehkäisyyn oppilaitoksissa

Koulussa ja oppilaitoksissa tehtävän ehkäisevän päihdetyön vaikuttavuutta on tutkittu paljon.² Olennaista kaikissa toimiviksi todetuissa malleissa on, että ne kohdentuvat tiettyyn ikäkauteen ja tietyille riskitasolle – koko väestöön yleisesti tai kohonneessa riskissä oleviin ryhmiin tai yksilöihin, joilla on tunnistettu erityisiä tarpeita. Usein ehkäisevän työn menetelmät pyrkivät tukemaan ikäkauteen liittyvien yleisten kehitystehtävien saavuttamista.

Alakouluissa toimivaa on vahvistaa opettajien ryhmänhallintavalmiuksia, tukea oppilaiden sosiaalustumista koululaisen rooliin ja panostaa elämäntaitojen, kuten tunne- ja vuorovaikutustaitojen, opetukseen. Myös koulunkäyntiä ja oppimista tukevat yleiset toimet tukevat ehkäisevän päihdetyön tavoitteita.

Päihteidenkäytön muuttuessa ajankohtaisemmaksi lasten tai nuorten elämässä on päihdekasvatuksessa olennaista tukea siihen liittyviä valmiuksia, kuten kykyä vastustaa sosiaalista painetta, sekä vahvistaa päihteidenkäytölle kielteisiä asenteita, arvoja ja normeja. Tällöin myös tiedon tarjoaminen oppilaita päihteidenkäytössä pohdituttaviin kysymyksiin on yhä tärkeämpää, ja esimerkiksi päihteidenkäytön laillisia, sosiaalisia ja terveydellisiä seurauksia on usein syytä käsitellä osana päihdekasvatusta. Ikätasosta riippumatta on tärkeää huolehtia siitä, että päihdekasvatusta perustuu vuorovaikutteisuuteen, sisältäen esimerkiksi ryhmätöitä ja ohjattuja keskusteluja. On myös tärkeää, että päihdekasvatusta on ennalta suunniteltua, ikätasolle kohdennettua ja koulutettujen vetäjien pitämää. (Taulukko 2 ja 3, mukailen UNODC ja WHO 2018.)

Tutkimuspohja kertoo, että pelkkään päihdetyön levittämiseen keskittyvät toimet eivät ole tyypillisesti tehokkaita yleisessä eli kaikille oppilaille suunnatussa ehkäisytyössä. Myöskään entis-

ten päihteidenkäyttäjien pitämien puheenvuorojen käyttämistä vuorovaikutteisten kasvatustieteen menetelmien tilalla ei suositella päihteidenkäytön ja sen haittojen ehkäisyyn. Usein näitä puheenvuoroja suunniteltaessa ei ole määritelty, mihin täsmällisiin kulloisenkin kohderyhmän suojaaviin tai altistaviin tekijöihin puheenvuoro pyrkii vaikuttamaan.



Kokemusperäisten puheenvuorojen riskinä on se, että ne saattavat huonosti toteutettuna luoda perusteettomia käsityksiä haasteista selviämisestä, glorifioida päihdehaittoja kokevien elämää (“sankaritarinat”) tai lisätä stigmaa käyttäjiä kohtaan. Onkin tärkeää varmistaa, että ehkäisytoimilla ei ole aikomattomia vaikutuksia. Tämä on tärkeää siksi, että haitalliset vaikutukset kohdentuvat tyypillisesti jo valmiiksi haavoittuvammassa asemassa oleviin. Esimerkiksi päihteidenkäytön haittoja ja riskejä korostavaa päihdekasvatusta tutkittaessa on havaittu, että vaikka se saattaa vaikuttaa suotuisasti oppilaisiin, joilla on jo valmiiksi hyvin kielteiset asenteet päihteidenkäyttöä kohtaan sekä vahvat valmiudet olla käyttämättä päihteitä, nämä samat sisällöt voivat lisätä käyttöaikoja tai muita haitallisia vaikutuksia niiden keskuudessa, joiden elämäntilanteeseen kuuluu päihteidenkäyttöä.³

Päihteidenkäytön ehkäisyyn ohella tavoitteena voi olla myös käytön haittojen ehkäisy. Se voi sisältää esimerkiksi lasten valmiuksien kasvattamista päihteidenkäytön ja -käyttäjien kohtaamiseen turvataitoskasvatuksen osana, tai yleiseen stigman purkuun tähtäviä toimia. Samoin erilaiset turvataidot – kuten valmiudet tunnistaa turvattomia tilanteita ja omaa turvallisuutta lisääviä tekijöitä, hakea apua itselleen ja tovereilleen ja huolehtia itsestä – voivat olla tärkeitä sisältöjä päihdekasvatuksen kokonaisuudessa.



2) Ks. mm. UNODC:n ja WHO:n kansainväliset suositukset koulupohjaisen työn menetelmistä, joiden vaikuttavuudesta on näyttöä alkoholin, nikotiinituotteiden ja huumeiden käytön ehkäisyssä, sekä julkaisussa luetellut hyvälaatuisiksi arvioidut systemaattiset katsaukset ja meta-analyysit, joihin suositukset perustuvat: UNODC & WHO (2018) International Standards on Drug Use Prevention. [unodc.org/unodc/en/prevention/prevention-standards.html](https://www.unodc.org/unodc/en/prevention/prevention-standards.html)

3) Ks. mm. EHYT ry (2024) Eurooppalainen opas päihteidenkäytön ehkäisyyn: ehyt.fi/tuote/eurooppalainen-opas-paihteidenkayton-ehkaisyyn sekä THL (2023) Ehkäisevä päihdetyö kouluissa ja oppilaitoksissa: thl.fi/aiheet/alkoholitupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdetyo/ehkaiseva-paihdetyo-kouluissa-ja-oppilaitoksissa

Taulukko 2: Vaikuttavia sisältöjä nuorille suunnatuissa luokahuonepohjaisissa päihteidenkäytön ehkäisyyn tähtävissä ohjelmissa.

Sisältö: minkä harjoittelu ja vahvistaminen toimii? 	Sisältö: mikä ei toimi? 
<ul style="list-style-type: none"> • Päihteidenkäytölle kielteiset arvot, normit ja asenteet • Kyvyt vastustaa sosiaalista painetta, kyvyt ja aikeet kieltäytyä päihteidenkäytöstä ja rahapelaamisesta • Päätöksenteko-, vuorovaikutus-, ongelmanratkaisutaidot • Sosiaaliset taidot ja valmiudet • Luottamus omiin kykyihin, itsetunto, jämäkkyys • Opiskelutaitojen ja rutiinien tuki 	<ul style="list-style-type: none"> • Pelottelu, päihteiden käytön vaaroja liioittelevat kertomukset, epärealistiset kuvaukset riskeistä jotka eivät vastaa nuorten omaa kokemusmaailmaa • Tiedon lisääminen yksinään, kuten irralliset faktat yksittäisistä päihteistä ilman keskustelua • Entisten päihteiden käyttäjien puheenvuorot omista kokemuksistaan • Keskittyminen pelkästään itseluottamuksen tukemiseen • Satunnainen huume-testaus (ilman siihen liittyviä laajempia tuki- ja ehkäisytoimia)

Taulukko 3. Nuorten päihdekasvatuksessa toimivat menetelmät.

Menetelmät: minkä harjoittelu ja vahvistaminen toimii? 	Menetelmä: mikä ei toimi? 
<ul style="list-style-type: none"> • Vuorovaikutteisuus • Strukturoidut tunnit ja ryhmätyöt • Koulutettujen vetäjien pitäminen • Laajat usean kerran kokonaisuudet • Kytkeytyminen muuhun ehkäisevään päihdetyöhön 	<ul style="list-style-type: none"> • Luennointi ja muut ei didaktiset menetelmät yksinään • Satunnaiset, suunnittelemattomat keskustelut yksinään • Yksittäiset tapahtumat tai toiminnot • Julisteet tai esitteet yksinään

Kaikilla luokka-asteilla on tärkeää pyrkiä tunnistamaan mielenterveyteen sekä päihdeidenkäyttöön ja pelaamiseen liittyvät ongelmat mahdollisimman varhain, esimerkiksi säännönmukaisen puheeksiotamisen avulla, ja varmistaa, että tukea tarvitsevat lapset ja nuoret saavat asianmukaista tukea ja hoitoa.

Ehkäisevää päihdetyötä voi tehdä myös oppilaitoksen käytäntöjen tasolla. Selkeät, koko oppilaitosyhteisön toimeenpanemat normit ja pelisäännöt, jotka kieltävät päihdeiden ja nikotiinituotteiden käytön ja rahapelaamisen, voivat olennaisesti tukea ehkäisevää päihdetyötä. Tämän osana on usein syytä tukea henkilökunnan valmiuksia pistää näitä sääntöjä käytäntöön sekä ottaa päihde- teemat matalalla kynnyksellä puheeksi. On myös hyödyllistä tukea jokaisen oppilaan ja opiskelijan aktiivista osallistumista oppilaitosyhteisöön sekä vahvistaa hyvinvointia tukevaa toimintakulttuuria.

Yleisin arviointitutkimuksen kohteena ollut ehkäisevän päihdetyön muoto on koulujen päihdekasvatus. Monessa tapauksessa päihdekasvatusmallien vaikutuksia on ollut vaikea todentaa tai niiden tehokkuus on osoittautunut heikoksi, mutta osa malleista osoittaa merkittäviä vaikutuksia. Esimerkiksi yläkoululaisille suunnatun 12 tapaamisen vuorovai- kuttaisen Unplugged-ohjelman on osoitettu voivan ehkäistä merkittävän osan nuorten päihdeidenkäytöstä.^{4 5}

Koulupohjaisten ehkäisytoimien tehoa voidaan usein kasvattaa, kun työn suunnitteluun osallistetaan koko yhteisö ja sen eri toimialojen edustus, työn suunnittelu pohjataan ajantasaiseen seuranta- tietoon siitä, mitkä riskitekijät ja päihdeilmiöt ovat erityisen merkittäviä kohderyhmässä, ja työ integroidaan ja juurrutetaan laajempaan terveydenedistämistyöhön.



4) Ks. EUDAP (2024) The "Unplugged" Prevention Curriculum: eudap.eu/unplugged

5) Mm. Vigna-Taglianti ym. (2021) Effects of the "Unplugged" school-based prevention program on alcohol and marijuana use in Nigeria: A cluster randomized controlled trial. *Drug and Alcohol Dependence*. bit.ly/3nLryyf.

6. Viestintäkampanjat ja sosiaalinen media

6.1. Viestintä ja kampanjointi

Viestinnällä on mahdollista vaikuttaa terveystietoisuuteen. Käyttäytymistämme määrittelevää sosiaalista ympäristöä, eli arvoja, asenteita, jaettuja uskomuksia ja normeja, voi muokata oikein kohdennetulla ja hyvin suunnitellulla viestinnällä. Viesteillä voi usein tavoittaa eri kohderyhmiä kustannustehokkaasti esimerkiksi painetuissa medioissa, televisiossa ja radiossa, ihmisten arkiympäristöissä, eri tilaisuuksissa ja yhä useammin sosiaalisen median eri kanavissa.

Viestintään nojaavaa ehkäisevää päihdetyötä koskeva tutkimus tulee pääosin mediakampanjoista, joilla pyritään levittämään tiettyjä viestejä tietyille kohderyhmille. Tutkimuspohja osoittaa, että huolella rakennetut ja testatut kampanjat voivat tietyissä tapauksissa ehkäistä päihteidenkäyttöä, erityisesti tupakointia. Vaikka usein niiden vaikutukset ovat pieniä intensiivisempiin interventioihin verrattuna, voivat viestintäkampanjat silti olla kustannustehokkaita, sillä niillä pystytään usein tavoittamaan hyvin laaja kohderyhmä kustannustehokkaasti.

Yleiskuva on kuitenkin se, että tutkimustulokset ehkäisevän päihdetyön viestintäkampanjoista ovat ristiriitaisia, eikä suuressa osassa arvioituista kampanjoista olla onnistuttu vaikuttamaan päihteiden käyttöön.⁶ Siksi on olennaista pohjata viestintäkampanjat tutkimuksesta nouseviin vaikuttavien kampanjoita yhdistäviin hyviin käytäntöihin.⁷

Mikä yhdistää toimivia ehkäisevän päihdetyön viestintäkampanjoita?

- perustuu teoriaan käyttäytymisen muuttamisesta
- kohdentuu tarkasti tietyille kohderyhmille, ja kohderyhmä tunnetaan hyvin
- viesti kohdentuu tarkasti tiettyyn käyttäytymiseen

- viesti pyrkii vaikuttamaan normeihin, käsityksiin, asenteisiin sekä tarjoamaan konkreettisia toimintavaihtoehtoja
- viesti pyrkii voittamaan vastaanottajan vastarinnan
- viestit täydentävät muita ehkäisevän työn toimia
- viestit tavoittavat kohdeyleisönsä riittävän laajasti ja usein
- viestit on testattu ja kampanjaa arvioidaan

Viesteillä voi olla monia kohderyhmiä (päättäjistä vanhempiin, ammattilaisista lapsiin, käyttöä harkitsevista käytön haittoja kokeviin jne.). Kampanjoilla voi olla myös hyvin monenlaisia tavoitteita, kuten oman riskialttiin käyttötavan pohdinta, päihdekokeilujen ehkäisy, stigman purku tai ehkäisevän päihdetyön huomioiminen omassa työssä. Usein toimivissa viesteissä annetaan konkreettisia toimintavinkkejä ja pyritään motivoimaan haluttuun käyttäytymiseen sekä tuetaan kohderyhmän minäpystyvyyttä eli uskoa omiin valmiuksiin. Usein niissä myös huomioidaan kulttuuriset normit, uskomukset ja käsitykset pyrkien vaikuttamaan niihin. Auktoriteettihahmojen hyödyntäminen on myös tyypillistä. Toimivissa viesteissä ei sen sijaan vähätellä tai aliarvioida kohderyhmää, liioitella, moralisoida tai uhkailla.

6) Ks. esim. Carson ym. (2017) Mass media interventions for preventing smoking in young people (Cochrane Review).

7) UNODC (2018) International Standards of Substance Use Prevention.

6.2. Ehkäisevä päihdetyö sosiaalisessa mediassa

Sosiaalisessa mediassa tapahtuva viestintä ja vuorovaikutus tarjoaa erityisen paljon mahdollisuuksia ehkäisevälle päihdetyölle. Sosiaalisessa mediassa toteutettu ehkäisevä päihdetyö ei rajoitu vain viestien levittämiseen, vaikka se tarjoaakin sille erinomaisen alustan.⁸ Eri sosiaalisen median alustat mahdollistavat laajan ja monisyisen vuorovaikutuksen, jonka kautta voidaan herättää kysymyksiä, ottaa puheeksi päihteidenkäyttöä ja sen ilmiöitä, viihdyttää ja kohdata eri elämäntilanteessa olevia. Sosiaalisen median alustat ovat monelle nuorelle keskeinen vapaa-ajan viettämisen ympäristö.

Samalla nuoret altistuvat sosiaalisessa mediassa myös päihteitä markkinoiville ja muille päihteitä kohtaan myönteisiä asenteita levittäville viesteille. Some-alustoilla voidaan tukea päihteiltä suojaavia tekijöitä sekä vaikuttaa päihteille altistaviin tekijöihin monin tavoin, ja näitä mahdollisuuksia on tärkeää hyödyntää.

Taulukko 4. Esimerkkejä suojaavista tekijöistä, joita voidaan vahvistaa vapaa-ajan ympäristöissä.

<p>Yksilö</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Kiinnostuksen kohteiden löytäminen• Itsenäisyyden vahvistaminen• Sinnikkyuden kehittäminen• Tuen saaminen identiteetin luomiseen• Taitojen harjoittelu ja oppiminen (tavoitteiden asettaminen, päätöksenteko, työn teon ja pitkäjänteisyyden merkitys.)• Erialaisten sosiaalisten roolien omaksuminen (tsemppaaja, ohjaaja, tiimi-kaveri, johtaja, kokeilija)• Aloitteellisuuden harjoittelu• Menestyksen ja häviön sekä pettymyksen kohtaamisen harjoittelu• Haasteiden kohtaaminen
<p>Sosiaaliset suhteet</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Myönteinen viiteryhmä• Ystävyksien solmiminen• Merkitykselliset ihmissuhteet• Vuorovaikutustaidot• Empatia• Vuorovaikutus aikuisten kanssa• Osallisuus• Kiinnostus ja valmiudet yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen• Sosiaalisen osallisuuden vahvistuminen

8) Ks. esim. Houghton & Moss (2024): [Exploring the Impact of Safer Sports Betting Promotion on Social Media: An Experimental Study](#). Tutkimus uhkapelaamista ehkäisevästä, sosiaalisessa mediassa toteutetusta viestintäkampanjasta, jonka mukaan minäpystyvyyttä korostavat viestit voivat ehkäistä uhkapelaamista ja lisätä valmiutta käyttäytymismuutokseen.

7. Teoriapohja ehkäisevässä päihdetyössä

Ehkäisevän päihdetyön voi käsitteellistää monin eri tavoin. Eri ehkäisevän päihdetyön toimien suunnittelussa on hyödynnetty monen eri tieteenalan ja monen eri teoriapohjan tukea.

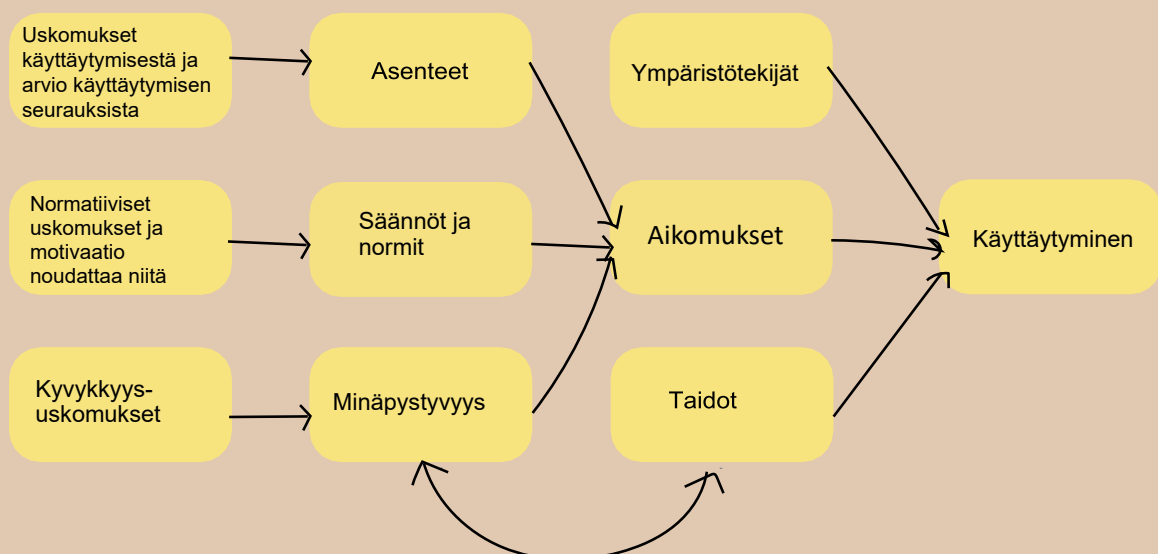
Yksi tapa käsitteellistää työtä ja pohjata sitä tutkimukseen, on varmistaa, että se kohdentuu tekijöihin, joiden on luotettavan tutkimuksen valossa osoitettu todella altistavan päihteidenkäytölle tai suojaavan siltä (kts. esim. taulukko 1). Tällöin on yleensä tarpeen myös varmentaa ajantasaisesta seurantatiedosta, mitkä riski-/suojatekijät ovat kohteena olevassa väestöjoukossa korostuneita. Toinen tapa on varmistaa, että työ on linjassa niiden työmallien kanssa, jotka on todettu tutkimuksessa vaikuttaviksi, ja että ei ainakaan hyödynnetä työtapoja, jotka on toistuvasti todettu tehottomiksi. Yleensä tämä tarkoittaa ehkäisevän päihdetyön yleisten suositusten noudattamista.

Lisäksi yleensä on tarpeen pohjata työtä käyttäytymistä ja sen muovautumista käsitteleviin teorioihin, jotta osaamme systemaattisesti tarkastella ja kehittää toimintaamme.

Yksi yleisimmin ehkäisevän päihdetyön pohjana käytetty teoria on niin kutsuttu **suunnitellun käyttäytymisen teoria**.⁹ Se perustuu ajatukseen, että terveystyöskytymisen ennustettavuus riippuu kolmesta päätekijästä, jotka ovat asenne, säännöt ja normit sekä koettu hallinta. Näistä seuraa aikomus muuttaa käyttäytymistä.

Moni toimivaksi todettu kouluohjelma nojaa tämän teorian ajatuksiin. Niiden mukaisesti oppilaille ei pyritä ainoastaan tarjoamaan tietoa, vaan keskitytään myös vaikuttamaan asenteisiin, normatiivisiin uskomuksiin sekä taitoihin ja luottamukseen omia taitojaan kohtaan (esim. taito tunnistaa ja vastustaa sosiaalista painetta tai kaupallisia vaikuttamispyrkimyksiä). Mallia on täydennetty lisäämällä siihen myös ympäristön asettamat rajoitteet (kuva 1), jotka luovat olennaisia reunaehtoja käyttäytymiselle, ja joihin ehkäisevällä työllä usein myös pyritään vaikuttamaan.

Kuva 1. Suunnitellun käyttäytymisen teoria huomioi niin yksilön asenteet, käsitykset ja taidot kuin ympäristönkin luomat normit ja rajoitteet.



9) Ajzen (1991) The theory of planned behavior. Organizational Behavior and Human Decision Processes. 50 (12).

Toinen käyttäytymisenmuutosinterventioissa yleisesti käytetty teoria on niin kutsuttu **COM-B malli** tai käyttäytymisen muutospyörä ¹⁰ (kuva 2). Siinä käyttäytymiseen vaikuttavat tekijät jaetaan kolmeen kategoriaan: kyvykkyys, motivaatio ja mahdollisuudet.

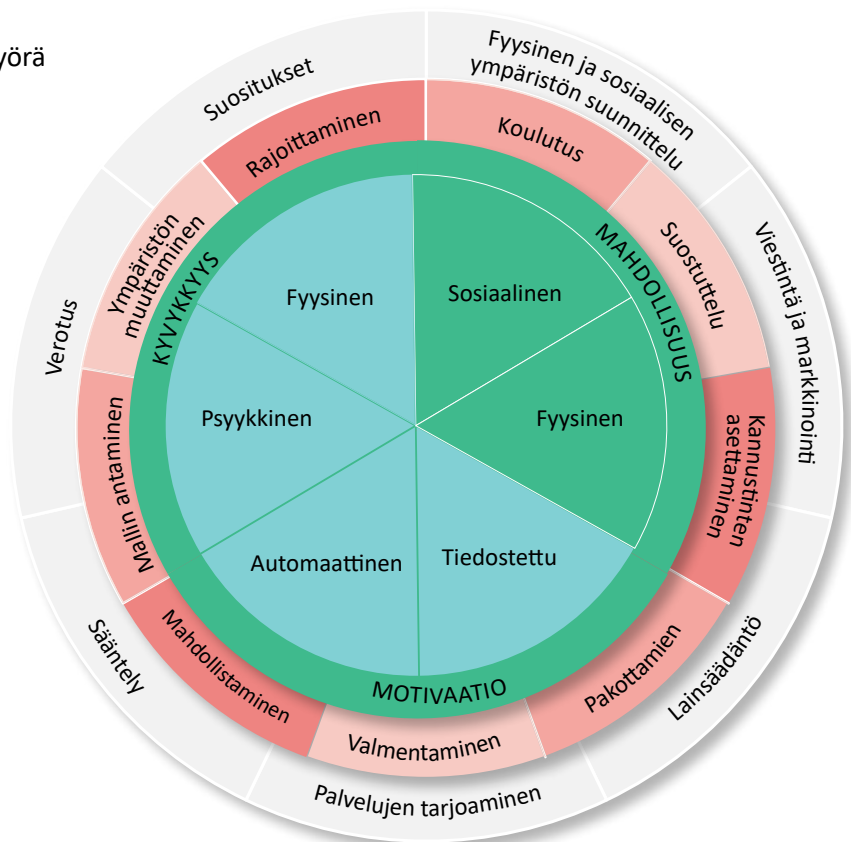
Tämän mallin mukaisesti ajatellaan, että yksilöön kannattaa vaikuttaa usealla eri tasolla (kyvykkyyksien, motivaation ja mahdollisuuksien) ja usean eri mekanismin kautta parhaan vaikutuksen aikaansaamiseksi. Kyvykkyyksiin vaikutetaan esimerkiksi eri taitojen harjoittelua mahdollistamalla esimerkiksi päihdekasvatuksessa. Motivaatioon voidaan vaikuttaa esimerkiksi keskustelemalla käyttäytymisen seurauksista tai käyttäytymisen normaaliudesta viiteryhmässä. Mahdollisuuksiin voidaan vaikuttaa ympäristöä muokkaamalla – esimerkiksi poistamalla käyttöpaikkoja, rajoittamalla saatavuutta tai vaikkapa vaihtoehtoisen tekemisen mahdollisuuksia luomalla (alkoholittomat juomat yökerhossa, mukava tekeminen nuorisotilassa). Tällöin vaikutetaan päihteidenkäytön riskitekijöihin sekä yksilön, lähiyhteisön että laajemman ympäristön tasolla.

Ehkäisevää päihdetyötä voidaan käsitteellistää myös ajattelemalla sitä toimintana, jolla pyritään kasvattamaan lasten ja nuorten **resilienssiä**, eli pärjävyyttä. Resilienssin kasvattamisessa on olennaista pyrkiä poistamaan lapsen ja nuoren ympäristöstä hänen hyvinvointiaan kuormittavia tekijöitä, lisätä lapsen ja nuoren valmiuksia toimia myös haastavissa tilanteissa, sekä vaikuttaa ympäristöön niin että se tukisi lapsia ja nuoria yhä paremmin.

Tähän ajatukseen perustuu myös yhteisövaikuttavuusajattelu. Se korostaa, että yksilön oireisiin puuttumisen sijaan meidän täytyisi tarkastella hänen elämäntilannettaan ja ympäristöään kokonaisuutena, ja kehittää hänen saamansa tuen kokonaisuutta niin että kuormitustekijät vähenevät, voimavaratekijät vahvistuvat ja resilienssi sitä myötä vahvistuu. Yhteisövaikuttavuuden voi nähdä yhtenä viitekehyksenä monimutkaisten ongelmien, kuten muihin ongelmiin kietoutuvan päihteidenkäytön, ratkaisemiseen.¹¹

Kuva 2. Käyttäytymisen muutospyörä

- Käyttäytymisen alkulähteet
- Vaikuttamistoiminnot
- Poliittikkatoimet



10) Michie ym. (2014) The Behaviour Change Wheel: A Guide to Designing Interventions. London: Silverback Publishing. behaviourchangewheel.com. Ks. suomeksi ukkinstituutti.fi

11) Ks. lisää esim. itla.fi/toiminta/yhteisovaikuttavuus. Yhteisövaikuttavuus-ajattelua hyödynnetään erityisesti palvelujärjestelmien kehittämisessä – vaikka ehkäisevä päihdetyö ei sijoitu yleensä suoraan palveluihin, se toimii tiiviisti niiden rajapinnoilla, minkä takia käsite esitellään tässä.

8. Miksi tiedon antaminen yksilöille ei riitä?

Ympäristöön ja yhteisöön vaikuttamisen tärkeydestä

Kaikki edellä esitetyt teoriat tuovat esiin yksilön ympäristöön vaikuttamisen tärkeyden. Kun vaikutamme yksilön ohella myös hänen välittömään ympäristöönsä ja sen luomiin kannustimiin ja rajoituksiin, mahdollisuutemme onnistua yleensä kasvavat. Tämä voi tarkoittaa esimerkiksi luokkayhteisön normeihin, koulun käytäntöihin tai vanhempien käsityksiin ja motivaatioon vaikuttamista, yksilön valmiuksien tukemisen ohella.

Päihteiden käytön taustalla vaikuttavat monet eritasoiset juurisyyt yksilö-, yhteisö- ja yhteiskuntatasoilla. Näistä moniin yksilö- ja yhteiskuntatason tekijöihin on työlästä tai vaikeaa vaikuttaa (tällaisia tekijöitä ovat esimerkiksi genetiikka ja synnynnäinen temperamentti – tai yhteiskunnan turvallisuus, resurssit palvelujärjestelmiin tai tasa-arvo). Lähiyhteisöjen käytäntöjä ja normeja sen sijaan usein kykenemme muuttamaan helpommin.

Vaikka tiedon tarjoaminen yksilölle olisi usein helppoa ja nopeaa, ei päihteidenkäytön riskejä koskevan tiedon tarjoaminen ole aina päihdekäyttäytymiseen yksinään riittävästi vaikuttava keino. Päihdekäyttäytymiseen vaikuttaminen vaatii huo-

lellista suunnittelua ja monitasoisiin tekijöihin vaikuttamista, esimerkiksi yksilön motivaation ja asenteiden sekä hänen lähiympäristönsä ja lähiyhteisöjensä tasoilla.

Yksilön käyttäytyminen ei läheskään aina ole rationaalista ja harkittua. Erilaiset tiedostamattomat oletukset ja toiveet, impulssit sekä ympäristön luomat tilaisuudet ja odotukset vaikuttavat siihen suuresti. Erityisesti nuoruudessa tarve saada ikätovereilta hyväksyntää ja sopeutua ympäristön normeihin ja käyttäytymismalleihin korostuu. Kun nuori käy läpi perustavanlaatuisia psykologisia, kognitiivisia ja sosiaalisia muutoksia, jää rationaalinen hyötyjä ja riskejä ennakoiva päätöksenteko taka-alalle. Nuoruudessa aivot ovat vasta kehitymässä, erityisesti ennakoinnista ja rationaalisesta päätöksenteosta vastaavilta osilta, samalla kun impulssit ja tunnereaktiot korostavat tätä. Siksi on pyrittävä vaikuttamaan laaja-alaisemmin yksilön asenteisiin ja valmiuksiin, ympäröiviin normeihin sekä ympäristöön – kuten kotiin ja kouluun sekä niiden tarjoamaan tukeen.¹²

Kuva 3. Vain pieni osa ihmisen käyttäytymistä on tietoisten valintojen ja rationaalisen harkinnan seurausta.



- Tietoinen käyttäytyminen
- Tietoon perustuva rationaalinen pohdinta seurauksista ja riskeistä
- Tiedostamaton automaattinen käyttäytyminen
- Ympäristön luomat mahdollisuudet ja tilaisuudet
- Sosiaaliset odotukset ja normit
- Tunteet, impulssit

¹² Lue lisää esim. Burkhart ym. (2022). Environmental Prevention: Why Do We Need It Now and How to Advance It? Journal of Prevention 43, sekä EHYT ry (2024) Eurooppalainen opas päihteidenkäytön ehkäisyyn.

9. EHYT ry:n oppilaitos- ja sometyön taustalla olevat vaikutusketjut

Lasten ja nuorten hyvinvointiin, ja päihdekäyttämiseen sen osana, vaikuttavat oppilaitosympäristössä heidän omat valmiutensa (tiedot ja taidot) sekä asenteensa, luokka- ja oppilaitosyhteisössä vaikuttavat normit, huoltajien kasvatustaidot sekä oppilaitoksen henkilökunnan valmiudet muokata koko oppilaitoksen käytäntöjä ja toteuttaa ehkäisevää päihdetyötä oppilaitoksen arjessa.

EHYTin ehkäisevä päihdetyö pyrkii vahvistamaan lasten ja nuorten resilienssiä vaikuttamalla näillä kaikilla neljällä eri tasolla. Alla on kuvattu niitä eri tekijöitä, joihin EHYTin oppilaitos- ja sometyössä pyritään suoraan vaikuttamaan.

Lue lisää oppilaitostyön menetelmistämme verkkosivuiltamme: ehyt.fi/koulutus-ja-tapahtumat/kouluille-ja-oppilaitoksille/



1. Looginen malli alakouluissa tehtävään työhön

(Juteltaisko?, Kaupunki kuuluu kaikille)

Oppilaat

- ymmärrys päihteiden käytön syistä ja seurauksista
- asenteet päihteidenkäyttöä sekä päihteidenkäyttäjiä kohtaan
- turvataidot, kuten turvattomien tilanteiden tunnistaminen ja avun hakeminen
- sosiaaliset valmiudet
- kyky tunnistaa sosiaalinen paine sekä kaupalliset vaikuttamisyritykset, ymmärrys keinoista ja syistä vastustaa sitä (5.–6. lk)

Koulun henkilöstö

- valmiudet hyödyntää ehkäisevän työn menetelmiä, mm. tukea lasten turva- ja tunnetaitojen oppimista
- valmiudet käydä päihdekeskusteluja
- motivaatio koulun ja kotien yhteistyöhön



Välillisesti koko luokkayhteisön toimintakulttuuri ja normisto

- avoin keskustelukulttuuri
- kannustava ja turvallinen ilmapiiri

Huoltajat

- tietoa lasten ajatuksista ja kokemuksista päihteidenkäyttöön liittyen
- valmiudet keskustella päihteistä
- valmiudet tukea lasten tunne- ja turvataitojen kehittymistä
- valmiudet toimia roolimallina
- muiden suojaavien tekijöiden tunnistaminen ja kyky tukea omaa lasta niiden suhteen
- ymmärrys erilaisista elämäntilanteista ja sosiaalisista tilanteista, joissa päihteitä käytetään
- ymmärrys siitä, miten lapset kokevat nämä tilanteet

Koko koulun kulttuuri

2. Looginen malli yläkouluissa tehtävään työhön

(Hubu)

Oppilaat

- sosiaaliset normatiiviset uskomukset (käsitukset siitä, kuinka normaalia päihteidenkäyttö omassa viiteryhmässä on ja kuinka hyväksyviä asenteita luokkatovereilla on)
- kyky keskustella päihteistä neutraalisti
- turvataidot: valmiudet hakea apua ja tukea sekä suojella omaa terveyttä ja hyvinvointia
- muut vuorovaikutusvalmiudet
- ymmärrys päihteiden käytön syistä ja seurauksista
- kyky tunnistaa sosiaalinen paine sekä kaupalliset vaikuttamisyritykset, ymmärrys keinoista ja syistä vastustaa sitä

Koulun henkilöstö

- valmiudet hyödyntää ehkäisevän päihdetyön menetelmiä
- valmiudet käydä päihdekeskusteluja ennaltaehkäisevästi sekä ottaa päihteidenkäyttö puheeksi
- valmiudet tukea päihteiltä suojaavia tekijöitä oppilaiden, luokkayhteisön, koulun sekä koulun ja kodin yhteistyön tasoilla



Välillisesti koko luokkayhteisön toimintakulttuuri ja normisto

- keskustelukulttuuri sekä päihteitä ja riskikäyttäytymistä koskeva normisto, mm. stigman purku, avoimen neutraalin keskusteluilmapiirin arvostus
- kannustavan ja turvallisen ilmapiirin tukeminen
- lopulta ryhmäytyminen, sosioemotionaalisten taitojen vahvistamista tukevan luokkakulttuurin vahvistaminen

Huoltajat

- kotien ja koulujen välinen keskusteluyhteys
- roolimallina toimiminen
- muiden suojaavien tekijöiden tunnistaminen ja kyky tukea omaa nuorta niiden suhteen
- kyky päihdekeskustelujen käymiseen kodeissa

Koko koulun kulttuuri

3. Looginen malli toisen asteen työhön

(Päihdeilmiö)

Opiskelijat

- sosiaaliset normatiiviset uskomukset (käsitukset siitä, kuinka normaalia päihteidenkäyttö omassa viiteryhmässä on)
- ymmärrys päihteidenkäytön syistä yksilön ja yhteiskunnan tasoilla sekä käytön seurauksista itselle ja omalle ympäristölle
- asenteet päihteidenkäyttöä kohtaan
- tunne-, vuorovaikutus- ja turvataidot (esim. miten hakea apua)
- kyky tunnistaa sosiaalinen paine sekä kaupalliset vaikuttamisyritykset, ymmärrys keinoista ja syistä vastustaa sitä

Oppilaitoksen henkilöstö

- valmiudet hyödyntää ehkäisevän päihdetyön menetelmiä
- valmiudet käydä päihdekeskusteluja ennaltaehkäisevästi sekä ottaa päihteidenkäyttö puheeksi
- valmiudet tukea päihteiltä suojaavia tekijöitä opiskelijoiden, luokkayhteisön, oppilaitoksen sekä kotien ja oppilaitoksen yhteistyön tasoilla



Välillisesti koko luokkayhteisön toimintakulttuuri ja normisto

- keskustelukulttuuri sekä päihteitä ja riskikäyttäytymistä koskeva normisto, mm. stigman purku, avoimen neutraalin keskusteluilmapiiirin arvostus
- kannustavan ja turvallisen ilmapiirin tukeminen

Huoltajat

- kotien ja oppilaitosten keskinäinen keskusteluyhteys
- huoltajien omista voimavaroista huolehtiminen
- roolimallina toimiminen
- muiden suojaavien tekijöiden tunnistaminen ja kyky tukea omaa nuorta niiden suhteen
- vahvistunut kyky päihdekeskustelujen käymiseen kodeissa

Koko oppilaitoksen kulttuuri

4. Looginen malli työhön sosiaalisessa mediassa

Nuoret

- käsitykset päihteidenkäytön seurauksista itselle ja omalle ympäristölle
- asenteet päihteidenkäyttöä, päihteiden käyttäjiä ja päihteettömyyttä kohtaan
- sosiaaliset normatiiviset uskomukset (käsitykset siitä, kuinka normaalia päihteidenkäyttö omassa viiteryhmässä on)
- ymmärrys päihteidenkäytön syistä yksilön ja yhteiskunnan tasoilla sekä käytön seurauksista itselle ja omalle ympäristölle
- tunne-, vuorovaikutus- ja turvataidot (esim. miten hakea apua, uskallus keskustella asioista)
- kyky tunnistaa sosiaalinen paine sekä kaupalliset vaikuttamisyrietykset, ymmärrys keinoista ja syistä vastustaa sitä
- mahdollisuus vuorovaikutukseen ja kuulluksi tulemiseen
- yksilöllinen suora tuki



Ammattikasvattajat ja muut aikuiset

- ymmärrys nuorten kulttuurissa trendaavista asioista ja tilanteista
- valmiudet käydä päihdekeskusteluja nuorten kanssa
- valmiudet hyödyntää sisältöjä ja materiaaleja omassa työssään

Välillisesti koko toimintaympäristön toimintakulttuuri ja normisto

- luotettavien asiantuntijoiden tuominen nuorten ympäristöön vaikuttajiksi
- sosiaaliset siteet ja vertaistuki
- tavat puhua päihteistä, tapa suhtautua päihteitä ongelmallisesti käyttäviin
- positiivinen vuorovaikutuksen tukeminen käsiteltäviin teemoihin liittyen sosiaalisen median alustan/toimintaympäristön sisällä

Kirjallisuutta ja hyödyllisiä linkkejä

EHYT ry (2024) Eurooppalainen opas päihteidenkäytön ehkäisyyn – Näyttöön perustuvan ehkäisevän työn käsikirja päätöksentekijöille ja ehkäisevän työn ammattilaisille. ehyt.fi/tuote/eurooppalainen-opas-paihteidenkayton-ehkaisyyn. Suomennettu ja lyhennetty versio teoksesta EMCDDA (2019) European Prevention Curriculum: a handbook for decision-makers, opinion-makers and policy-makers in science-based prevention of substance use. Luxembourg: Publications Office of the European Union.

Markkula & Karlsson (2023) Tiedä ja toimi. Ehkäisevää päihdetyötä tehdään koulujen ja oppilaitosten arjessa. THL. julkari.fi/handle/10024/146290

Opetushallitus: Ehkäisevän päihdetyön johtaminen kouluissa ja oppilaitoksissa. oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/ehkaisevan-paihdetyon-johtaminen-kouluissa-ja-oppilaitoksissa

THL: Ehkäisevä päihdetyö kouluissa ja oppilaitoksissa. thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdetyo/ehkaiseva-paihdetyo-kouluissa-ja-oppilaitoksissa

THL: Päihdekasvatus. thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdetyo/ehkaiseva-paihdetyo-kouluissa-ja-oppilaitoksissa/paihdekasvatus

UNESCO, UNODC & WHO (2017) Good Policy and Practice in Health Education: Education sector responses to the use of alcohol, tobacco and drugs. who.int/publications/i/item/9789231002113

UNODC & WHO (2018) International Standards on Drug Use Preventio. unodc.org/unodc/en/prevention/prevention-standards.html

Liitteet

Liite 1. Etiologinen malli: päihteidenkäyttöön yhteiskunnan, yhteisöjen ja yksilöiden tasoilla vaikuttavia riskitekijöitä (alk. per. lähde: UNODC (2013) International Standards on Drug Use Prevention, kuva EHYT ry (2024) Eurooppalainen opas päihteidenkäytön ehkäisyyn)



Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry tukee ehkäisevää päihdetyötä oppilaitoksissa tarjoamalla päihde- ja pelikasvatusoppitunteja alakouluista toiselle asteelle, kouluttamalla oppilaitosten henkilökuntaa sekä kohtaamalla oppilaiden ja opiskelijoiden huoltajia vanhempainilloissa. Lisäksi EHYT toteuttaa ehkäisevää päihdetyötä sosiaalisessa mediassa nuorten suosimilla alustoilla.

Tässä katsauksessa kuvataan lyhyesti tutkimuspohjaa, teoreettista taustaa ja vaikutusketjuja, joiden varaan EHYTin toteuttama päihdekasvatustyö perustuu. EHYTin oppilaitos- ja sometyön loogiset mallit eli taustalla olevat vaikutusketjut havainnollistavat niitä tekijöitä, joihin päihdekasvatuksessa voidaan vaikuttaa eri kouluasteilla ja sosiaalisessa mediassa tehtävässä työssä.

