



Maskun Päihteet?-foorumikokonaaisuus
Syksy 2022

Nokireki, Katriina
Pesäpuu Ry



Mistä on kyse?

Päihteet?-
foorumi-
kokonaisuuden
suunnittelu
Maskussa
käynnistyi
EPT-ryhmän ja
Pesäpuun
toimesta

Pesäpuu Ry
valmensi
paikallisia
toimijoita
foorumien
toteuttamiseksi

Nuorten tuottama
kokemustieto
tuodaan aikuisille ja
ammattilaisille
koulutustilaisuudessa
sekä avoimessa
vanhempainillassa

Nuorten
tuottama
kokemustieto
palautuu
paikallisten
nuorten hyväksi

Päihteet? –foorumikokonaisuus Maskussa

Kouluterveys-
kysely
2019

YLE uutisoi 17.1.2020
Maskussa joka kahdeksas
yläkoululainen kertoo
kokeilleensa huumeita – "Me
olemme selkeästi
huolestuttavammassa
tilanteessa kuin muualla"
[https://yle.fi/uutiset/3-
11159306](https://yle.fi/uutiset/3-11159306)

Paikalliset toimijat
toteuttivat Maskussa
useita Päihteet?-
foorumeita, joissa
kuultiin nuorten
ajatuksia päihteistä ja
niihin liittyvistä
ilmiöistä

Vaikuttamistyö
jatkuu
alueellisesti
yhdessä NUVA:n
kanssa

Miksi Päihteet? –foorumikokonaisuus?



- Nuorten oma huoli päihteidenkäytöstä ja ilmiöistä päihteidenkäytön ympärillä.
- Nuorten kokemukset siitä, ettei päihteistä voi puhua aikuisten kanssa neutraalisti tai turvallisesti.
- Nuorten kokemukset siitä, ettei heitä kohdata näiden asioiden parissa, ja että oikeanlaisen avun löytäminen on haastavaa.
- Ilmiön näkyväksi tekeminen ja yhteisen ymmärryksen lisääminen.
- Tunnistamisen, kohtaamisen ja puheeksi ottamisen helpottaminen.
- Nuorten päihteiden käyttö ilmiönä koskettaa laajasti kaikkia ja kaiken ikäisiä nuoria, vaikkei kaikki nuoret itse käytä tai edes kokeile päihteitä.

Päihdekokeilut?

Viihdekäyttö?

Päihde-
riippuvuus?

**”Mistä lähtökohdista
vain voi tulla
päihteiden käyttäjäksi!”**

Mitä ovat päihteet?

**”Vaarallisia aineita,
jää koukuun.”**

- ✓ TUPAKKA
- ✓ SÄHKÖTUPAKKA
- ✓ NIKOTIINIPUSSIT
- ✓ NUUSKA
- ✓ ALKOHOLI
- ✓ KANNABIS
- ✓ LÄÄKKEET
- ✓ KOKAIINI
- ✓ PIRI
- ✓ METAMFETAMIINI
- ✓ LIIMAT
- ✓ KYNSILAKAN POISTOAINE

- Suurin osa foorumissa vastanneista nuorista oli sitä mieltä, että päihteet ovat Maskussa helposti tai todella helposti saatavilla.
- Suurin osa nuorista, erityisesti 8.lk alkaen tietävät jonkun, joka myy, tai jonka kautta saa tilattua.
- Päihteitä hankitaan myös lähiseutujen muilta paikkakunnilta.

**”Jos haluaa hankkia, nii snäpin
kautta vaan heittää
ja varmasti joku tarjoo”**

**”Helposti, on tultu ihan
henkilökohtaisesti myymään.”**

”Vapekaupat tehdään Snäpissä ja sitten tavataan jossain ja maksetaan käteisellä. Vaihtoehtoisesti rahat voi maksaa Mobilepaylla ja myyjä vie tuotteen esimerkiksi tietyn kaupan taakse.”

15-vuotias nuori, Turku

”Myyjän käyttäjänimen saa usein tietoon, kun osaa kysyä oikeilta ihmisiltä. Joku tuntee aina jonkun. Myyjät saattavat myös suositella toisia myyjiä, jos eivät itse tiettyä tuotetta myy, esim. kannabista tai bentsoja. Kun kontaktit on saatu, hoituu ostaminen yleensä käteismaksulla sovitussa paikassa.”

17-vuotias nuori, Vantaa

”14–15-vuotiaat lapseni ja hänen kaverinsa jäivät kiinni vapestä kesän lopussa. Myyjä oli Tiktokissa ja Instagramissa, ja käytännössä häneltä haettiin tavaraa tietystä kotiosoitteesta sometilauksen jälkeen. Koulua tiedotettiin asiasta, minkä jälkeen 8.–9.-luokkalaisten keskuudesta paljastui isompi vapekäyttäjien porukka, joka poltteli koulun pukkareissa välitunneilla.”

Äiti, Joensuu

<https://www.hs.fi/kaupunki/helsinki/art-2000009098790.html>

Helsingin Sanomat 29.9.2022

Miksi nuoret käyttävät päihteitä?

- Nuoret mainitsivat merkittäviksi tekijöiksi päihteiden käytölle kaveripiirin, halun kuulua yhteisöön tai halun päästä osaksi sitä.
- Useampien mielestä nuorilla ei ole myöskään oikeaa tietoa päihteiden haitoista, tai niitä vähätellään.
- Yhtenä merkittävänä tekijänä nähtiin myös kotoa saatu malli, ongelmat kotona tai perheen huonovointisuus.
- Päihteistä haetaan apua myös huonoon oloon ja masennukseen, mutta toisaalta myös päihteitä käyttämällä haetaan hyvää oloa, rauhoittumista, tai hauskanpitoa.

”Puuttuu rohkeus sanoa ei!”

**”Paha olo,
haluu pakoontodellisuutta.”**

**”Että pääsee pois omasta
elämästä.”**

**”Haluu kokeilla – addiktio ajan
kanssa.”**

”Tyhjä elämä.”

Mistä voi tunnistaa päihteiden käytön?

- Nuoret luettelivat paljon erilaisia asioita, joista voi tunnistaa nuoren käyttävän päihteitä.
- Jotkut näistä asioista, kuten käytökseen ja ulkonäköön liittyvät muutokset voivat selittyä myös ikävaiheeseen liittyvillä asioilla.
- Tärkeää olisi pysähtyä nuoren kanssa yhdessä juttelemaan omista havainnoista ja selvittää esim. nuoren muuttuneen käytöksen juurisyitä.

Sekava, outo käytös
Käytös muuttuu
Poissaoleva olemus
Ulkonäkö
Ulkonäkö muuttuu
Haju
Silmät;
isot tai pienet pupillit
Hampaat
Ylähuuli ja ikenet
Väsymys
Paha olo
Ylivilkkaus
Avoin päihdemyönteisyys
Päihteet näkyvillä



- Tärkeimpinä ennaltaehkäisevinä asioina päihteidenkäytölle nuoret mainitsivat **hyvän kaveripiirin ja ystävät**, jotka eivät altista tai paineista päihteidenkäytölle tai kokeiluille.
- Nuoret näkevät merkityksellisinä asioina **hyvät suhteet vanhempiin ja perheeseen, hyvät kotiolot**, sekä mm. kotoa saadun **esimerkin päihteettömyyteen**.
- Nuoret tarvitsevat myös muita **turvallisia aikuisia** ja **välittäviä ihmisiä** ympärilleen.
- Nuorten mielestä tarvittaisiin **lisää tietoa päihteiden haitoista ja vaikutuksista** nuoreen sekä nuoren elämään.
- **Mielekäs tekeminen ja elämän sisältö**, kuten **harrastukset** ennaltaehkäisevät myös päihteidenkäyttöä.

Mikä ennaltaehkäisee?



**”Tukiverkko, aina on joku joka auttaa
ja tietää keneltä apua saa ja voi jutella.”**



**”Jos löytäis sairauteensa jonkun muun avun tai lääkkeen
kuin päihteet.”**



”Tietoisuus päihteistä, et tietää mitä niistä voi tulla.”



”Hyvä elämä!”

Miten voi ottaa huolen puheeksi nuoren kanssa?

- Nuoret toivovat rauhallista nuorta arvostavaa kohtaamista.
- Syyllistämisen sijaan toivotaan kysyvää ja kuuntelevaa keskustelua, jossa nuorelle tulee sellainen olo, että aikuinen haluaa auttaa nuorta.
- Nuoret pitävät tärkeänä päihteiden käytön juurisyiden selvittämistä.

"Kysy!"

"Yritä puhua sille jotenkin!"

"Ei kannata syyttää tai vihastuttaa."

"Kertoo nuorelle nätisti, ja ottaa asian puheeksi hänen kanssaan."

"Halu auttaa tuomitsematta."

Minkälaista apua nuoret toivovat?

- Useampi nuori kehoitti vastauksissaan aikuisia olemaan yhteydessä sosiaali- ja terveydenhuollon palveluihin. Matalan kynnyksen lastensuojeluilmoitus mainittiin useammassa vastauksessa.
- Nuorta autettaessa on tärkeää avoimuus. Nuoren on tärkeä tietää miten prosessi etenee, kuka hänen asioistaan saa tietää ja mitä seuraavaksi tapahtuu.
- Nuorten vastauksissa nousi vahvasti esille myös aikuisten vilpityn auttamisen halu, ja se nähtiin tärkeänä tekijänä, ns. lain edellyttämän puuttumisen lisäksi.
- Muualla Suomessa pidetyissä Päihheet?-foorumeissa nuoret ovat toivoneet, ettei heitä ihmisinä tuomittaisi, vaikka päihteidenkäyttö tuomitaankin.

Miten kaverit voivat auttaa?

"Puhumalla järkeä."

"Puhumal!"

"Ei mitenkään."

**"Olemalla läsnä ja näyttää sen että
on tukena ja pysyy vierellä,
No matter what happens!"**



Nuorten Pähteet?-foorumi 2018

Miten voi päästä irti päihteistä?

- Nuoret löysivät valtavasti keinoja, joilla voi päästä irti päihteistä.
- Monet näistä keinoista kuitenkin edellyttävät lähiaikuisten tai ammattilaisten apua ja tukea.
- Avun ja tuen saaminen kuitenkin edellyttää aktiivista ja turvallista aikuista kulkemaan nuoren rinnalle.
- Myös muiden ihmisten, kuten kavereiden ja läheisten tuki on merkityksellistä.

”Tunnista tilanteet, jotka aiheuttaa päihteidenkäyttöä.”

”Keksi turvallisia tapoja saada hyvänolon hormoneja.”

Hyväksy oma ongelma.”

”Menee jonnekin raitistumaan.”

”Yrittämällä lopettaa silloin kun elämäntilanne on sopiva.”

Miten voi päästä irti päihteistä?

KOHDATUKSI TULEMINEN

- Pyytää apua
- Hakemalla apua
- Kertoo jollekin
- Puhumalla vanhemmille
- Hankkimalla apua Esim. koulusta
- Vanhemmat ja ammattilaiset voivat auttaa
- Vertaistuki

KORVAAVA TEKEMINEN

- Jotain uutta, mikä vie huomion pois päihteistä
- Urheilu
- Muu harrastus
- Vaihtaa kaveripiiriä
- Keksi turvallinen tapa saada hyvinolon hormoneja

"Harrastuksen vuoks."

AMMATTIAPU

- Hakeutumalla päihde- ja mielenterveyspalveluihin
- Menemällä lääkäriin
- Pyytämällä ohjeita lääkäriltä
- Nikotiinikorvaustuotteet

"On niin koukussa ettei voi lopettaa..."

Miten voi auttaa, jos nuori ei halua tulla autetuksi?

- Nuoret tunnistavat tilanteet, joissa nuorta ei voida auttaa mitenkään jollei hän itse koe tarvitsevänsä apua tai ei halua ottaa sitä vastaan.
- Niissäkin tilanteissa on kuitenkin tärkeää, että nuori tietää että hänen lähellään on hänestä huolissaan olevia ihmisiä joiden puoleen kääntyä myöhemmin.
- Avun tyrkyttämisen sijaan toivotaan kuuntelemista ja ymmärrystä nuoren kokonaisvaltaisesta tilanteesta.
- Myös nuoresta huolissaan oleva aikuinen voi hakea apua eri reittejä pitkin, ja etsiä jonkun tahon joka voi auttaa.
- Nuoret toivovat myös informaatiota ja faktoja päihdehaitoista helpommin saatavaksi.



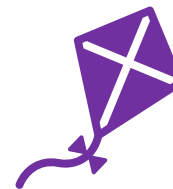
Miten voi auttaa, jos nuori ei halua tulla autetuksi?

”Riippuu tosi paljon siitä minkä vuoksi käyttää päihteitä, kaveripiiri helpompi kuin mielenterveysongelmat.”

”Koittaa puhua, olla tuki, miettiä tulevaisuutta.”

”Avaamalla silmät ja auttaa huomaamattomasti ja kuuntelee jos nuori haluaa erilaista apua kuin terapia, osasto yms. Kuuntelee ja auttaa miten nuori näkee itelleen parhaimmaksi eikä siten miten aikuinen näkee parhaimmaksi.”

Vanhempainiltaan keskusteltavaksi



Mitä jäi
päällimmäisenä
mieleen?

Mikä yllätti?

Mitä opin??

Mitä itse
toivoisin?

Mikä yllätti?

Mitä me aikuiset
voimme yhdessä
tehdä?

Mitä
tarvitsisin?

Pesäpuu Ry: Nopeet hitaat dissot deelit – nuorten ajatuksia päihteistä -raportti

<https://pesapuu.fi/wp-content/uploads/2018/09/Nopeet-hitaat-dissot-deelit-nuorten-ajatuksia-p%C3%A4ihhteist%C3%A4.-P%C3%A4ihhteet-foorumien-raportti.2.pdf>

Birzoi R., Jussila M., Opinnäytetyö, 2020: Nuorten ajatuksia päihde- ja lastensuojelupalveluiden kehittämistarpeista “Pulinaa päihteistä!” -foorumityöskentelyssä

<https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/340726/Opinn%C3%A4ytety%C3%B6%20Rojin%20Birzoi%20%26%20Mirja%20Jussila%20.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Johanna Barkmanin blogi: Herään aamulla kello viisi. Minun on kerrottava nämä tarinat.

<https://pesapuu.fi/2018/05/paihteet/>

THL: Nuorten päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt

<https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot/nuorten-paihteiden-kaytto-ja-kaytoshairiot>

YLE: Huumekekkeilut ovat teineillä lähes yhtä yleisiä kuin säännöllinen juopottelu

<https://yle.fi/uutiset/3-12099946>



Nuorten ajatukset ja kokemukset ovat arvokkaita, ja voimme hyödyntää niitä arjessa, työssämme ja nuoria kohdatessamme.



Osoitetaan nuorille, että heidän panostuksellaan tähän foorumikokonaisuuteen on merkitystä!



Lämmin kiitos kaikille foorumeihin osallistuneille nuorille, sekä foorumeissa työskennelleille aikuisille!

Vaikuttamistyö jatkuu!

KIITOS!

