

**Alakoulun ennaltaehkäisevän
päihdekasvatuksen keskeisiä ulottuvuuksia
asiantuntijoiden kuvaamana**

Sara Ailu

Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma
Kevätlukukausi 2022
Opettajankoulutuslaitos
Jyväskylän yliopisto

TIIVISTELMÄ

Ailu, Sara. 2022. Alakoulun ennaltaehkäisevän päihdekasvatuksen keskeisiä ulottuvuuksia asiantuntijoiden kuvaamana. Kasvatustieteen pro gradu - tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. 82 sivua.

Tämän pro gradu -tutkielman tarkoituksena oli selvittää alakoulun ennaltaehkäisevää päihdekasvatusta asiantuntijoiden näkökulmasta niin yhteiskunnallisten kuin yksilöllisten ulottuvuuksien osalta. Pääpaino on erityisesti siinä, mitkä yksilölliset tekijät toimivat ennaltaehkäisevästi toiminnallisten riippuvuuksien osalta.

Tutkimus toteutettiin laadullisella tutkimusmenetelmällä, jonka tutkimusote oli fenomenologis-hermeneuttinen. Tutkimuksen teoreettinen viitekehys perustuu Urie Bronfenbrennerin (1979) bioekologiseen systeemiteoriaan. Haastattelut toteutettiin toukokuussa vuonna 2021 etäyhteyden välityksellä. Yhteensä aineisto koostuu 7 päihdeasiantuntijan (3) ja toiminnallisiin riippuvuuksiin erikoistuneen asiantuntijan (4) haastatteluista. Tutkimusaineisto analysoitiin teoriaohjaavasti sisällönanalyysin menetelmällä.

Tutkimus osoitti, että alakoulun päihdekasvatuksessa ennaltaehkäisevästi toimivat ikäraajat ja yleinen turvallisuuden tunne sekä läheissuhteet yhteiskunnan tasolla ja yksilötasolla. Asiantuntijat katsoivat harrastustoiminnan myös lisäävän yhteenkuuluvuuden tunnetta. Riskitekijöinä toiminnallisille riippuvuuksille altisti muun muassa ulkopuolisuuden ja turvattomuuden tunteet. Asiantuntijoiden mukaan lasten parissa toimivien aikuisten tulisi huomioida yhteiskunnassa tapahtuneiden eri asioiden ja asenteiden ajallinen muutos niin, että pystytään myötäelämään lasten arjessa tässä ja nyt.

Asiasanat: ennaltaehkäiseminen, päihdekasvatus, riippuvuus, asiantuntijat, alakoulu

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ

1	JOHDANTO	5
2	ENNALTAEHKÄISEVÄ PÄIHDEKASVATUSTYÖ	8
	2.1 Ennaltaehkäisyn määritelmä.....	8
	2.2 Bronfenbrennerin ekologinen systeemiteoria.....	10
	2.3 Päihdekasvatustyön yhteiskunnallinen taso.....	13
3	ASiantuntijuus päihdekasvatustyössä	16
	3.1 Erilaiset toimijat ennaltaehkäisevässä työssä.....	16
	3.2 Kontekstina alakoulu ja päihdekasvattajuuden asiantuntijat.....	17
	3.3 Lapsi ja kodin merkitys päihdekasvatuksessa.....	23
4	TOIMINNALLISTEN RIIPPUVUUKSIEN ENNALTAEHKÄISY	26
	4.1 Riippuvuus yleisesti.....	26
	4.2 Riippuvuuden määritelmä.....	27
	4.3 Riippuvuuskäyttäytyminen.....	29
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	33
	5.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset.....	33
	5.2 Tutkimuksen lähestymistapa.....	35
	5.3 Esiymmärryksen.....	37
	5.4 Teemahaastattelu aineistonkeruumenetelmänä.....	38
	5.5 Tutkimukseen osallistujat ja tutkimusaineisto.....	40
	5.6 Aineiston analyysi.....	43
	5.7 Eettiset ratkaisut.....	47
6	TULOKSET	50
	6.1 Makrosysteemin vaikutus ennaltaehkäisyssä.....	50
	6.2 Eksosysteemin rooli ennaltaehkäisyssä.....	52

6.3 Ympäristön rooli ennaltaehkäisyyn	54
6.4 Yksilölähtöiset tekijät ennaltaehkäisyssä	58
6.5 Ajallinen muutos yhteiskunnassa	63
7 POHDINTA.....	66
7.1 Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset.....	66
7.2 Tutkimuksen arviointi.....	69
7.3 Jatkotutkimusaiheet ja käytännön sovellukset	72
LÄHTEET	74
LIITTEET.....	81

1 JOHDANTO

Suomalaisen ennaltaehkäisevän päihdetyön katsotaan olevan korkeatasoista, ja se kohdistuu nuoriin ja nuoriin aikuisiin. Pyrkimyksenä on torjua päihteiden haittoja suojaavien tekijöiden avulla ja tukea päihteetöntä elämäntapaa. Ehkäisevä päihdetyö on myös päihdekasvatusta. Siinä pyritään vaikuttamaan yksilön ymmärtämykseen, asenteisiin ja käyttäytymiseen. Näin ollen ehkäisevä päihdetyö on myös hyvinvointikasvatusta. (Maunu 2012, 12; Maunu 2014, 88.) Haittoja pyritään ehkäisemään jo varhaisessa vaiheessa (Normann, Odell, Tapio & Vuohelainen 2018, 6). Koulu toimii tärkeänä viestintuojana päihdekasvatuksen osalta, sillä se tavoittaa lähes koko väestön (Maalouf ym. 2019, 556). Koulussa tapahtuvaa ennaltaehkäisevää päihdekasvatusta voidaan pitää tärkeänä kasvatuksellisena ympäristönä, jossa on helpointa toteuttaa suoraan lapsille suunnattua päihdekasvatusta. Tässä työssä tarkastelen alakoulun ennaltaehkäisevää päihdekasvatusta asiantuntijoiden näkökulmasta. Tässä työssä päihteiksi määritellään muun muassa alkoholi ja tupakka.

Tutkimukseni toinen keskeinen teema on toiminnallisten riippuvuuksien ennaltaehkäiseminen. Riippuvuuksien katsotaan olevan nykymaailman pakonomainen elämäntapa etsiä turvaa niin päihteistä kuin rahasta, ruoasta tai muista aineellisista hyödykkeistäkin. Moderni maailma on saanut yksilön irtautumaan läheisistä ihmissuhteista, perheestä ja yhteisöstä, jotka ovat välttämättömiä jokaiselle ihmiselle. Riippuvuudet saattavat toimia näiden puutteiden korvikkeina. (Alexander 2001; Viljamaa 2011, 19.) Toiminnalliseksi riippuvuudeksi määritellään tässä työssä esimerkiksi lapsen tai nuoren kykenemättömyys lopettaa tai olemaan tekemättä jotakin asiaa tai tapaa, joka on haitallista hänelle itselleen, ja näin ollen lapselle voi syntyä haitallista, henkistä tai fyysistä riippuvuutta aineen käytöstä tai toiminnasta (Viljamaa 2011, 7).

Oma mielenkiintoni heräsi jo kandidaatintutkielman aihetta valitessa, ja siksi minun oli mielekästä jatkaa tutkimista vielä jatkotutkimuksen muodossa.

Tässä työssä kohdistan huomioni erityisesti niihin uusiin ulottuvuuksiin, jotka vastaisivat kysymykseen, kenen vastuulla on toiminnallisten riippuvuuksien ennaltaehkäisy niin yksilön, yhteisön kuin yhteiskunnan tasolla. Myös opetusharjoittelujen aikana huomasin, että päihteistä puhuminen tuotti opettajille hankaluuksia, ja työkalut päihdekasvatuksen toteuttamiselle puuttui. Tulevana opettajana katson, että minulla on tärkeä rooli ennaltaehkäisevän päihdekasvatuksen onnistumisessa alakoulussa sekä myös toiminnallisten riippuvuuksien osalta. Tämä saikin minut pohtimaan, mitä tehokkaita ennaltaehkäiseviä keinoja voisi olla, jotta oppilaat saisivat kaiken tuen.

Parhaillaan Suomen maakuntiin uudistetaan Tulevaisuuden sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskusta (SOTE). Aihe on ajankohtainen, koska poliittiset päätökset vaikuttavat kehittyvän lapsen suuntaan (Bronfenbrenner 1979, 8). Ennaltaehkäisevään päihdekasvatustyöhön sekä ennakointiin ja palveluihin halutaan siirtää enemmän painopistettä. Pääpaino kohdistetaan yksilön hyvinvointiin ja terveyden edistämiseen sekä ehkäisevän että varhaisen tuen toimintatapoihin ja palveluihin. (Soteuudistus 2021.) Samalla jatketaan Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelmaa (LAPE), jotta lapset ja perheet saisivat varhaista tukea. Kuntien ja kaupunkien ylläpitämä perhekeskus tekee yhteistyötä moniammatillisten toimijoiden kanssa tarjoten perheille matalan kynnyksen mielenterveys- ja päihdepalveluja. Kokonaisvaltainen tukeminen ja hyvinvoinnin vahvistaminen korostuvat. Lapsen kasvua, oppimista ja koulunkäyntiä pyritään tukemaan. Päihdepalvelut pyritään saamaan koulujen ja oppilaitosten yhteyteen niin, että vahvistetaan samalla sote- ja sivistysalan yhteistyötä. (THL 2021.) Tämän uudistuksen voidaankin katsoa olevan merkityksellinen siksi, koska tällä ohjelmalla on tarkoitus turvata laaja-alaisesti ihmisten sosiaali- ja terveystieteiden palvelut.

Tämän tutkimuksen teoreettisena viitekehyksenä toimii Urie Bronfenbrennerin bioekologinen systeemiteoria, jonka päätarkoituksena on katsoa yksilön samanaikainen interaktio monissa eri häneen vaikuttavissa ympäristöissä. Näin ollen yksilön kehitys on vuorovaikutuksessa näiden ympäristöjen kanssa. (Bronfenbrenner 1979.) Tämän pro gradu -tutkielman

tarkoituksena on tutkia asiantuntijoiden näkemyksiä ennaltaehkäisevään päihdekasvatukseen alakoulussa sekä löytää konkreettisia ennaltaehkäiseviä keinoja toiminnallisiin riippuvuuksiin. Tutkin asiantuntijoita haastatellen ja näin ollen pyrin saamaan haastatteluiden pohjalta ehjän käsityksen aiheesta. Tärkeää on ymmärtää, että lapset ovat aikuisten vastuulla, joten jokaisen panostus lasten hyvinvointiin kantaa hedelmää. Lapset ovat kuitenkin yhteiskuntamme tulevaisuus.

2 ENNALTAEHKÄISEVÄ PÄIHDEKASVATUSTYÖ

2.1 Ennaltaehkäisyn määritelmä

Ennaltaehkäisevälle päihdetyölle ei ole vain yhtä ja ainutta määritelmää. Hyvinvointia ja terveyden edistämistä voidaan pitää yleiskäsitteenä, jonka osana ehkäisevä päihdetyö toimii. (Maunu 2012, 12; ks. myös EHYT ry 2020.) Näiden lisäksi päihde- ja mielenterveystyö voidaan katsoa osaksi ennaltaehkäisevää päihdetyötä, sillä se käsittelee pääosin samoja teemoja eli sosiaalisten- ja vuorovaikutustaitojen tukemista, itsetunnon vahvistamista ja itsenäisen ajattelun tukemista (Vuohelainen 2016, 14–15). Tässä tutkimuksessa ehkäisevästä päihdetyöstä puhutaan myös ehkäisevänä päihdekasvatustyönä.

Suomalaista ehkäisevää päihdetyötä pidetään korkeatasoisena (Maunu 2014, 88). Ehkäisevä päihdetyö kohdistuu nuoriin ja nuoriin aikuisiin. Pyrkimyksenä on torjua päihteiden haittoja ja tukea päihteetöntä elämäntapaa. Ehkäisevä päihdetyö on myös päihdekasvatusta, sillä yksilön ymmärtämykseen, asenteisiin ja käyttäytymiseen pyritään vaikuttamaan. Näin ollen ehkäisevää päihdetyötä voidaan pitää myös hyvinvointikasvatuksena tai sen osana. (Maunu 2012, 12.) Normann, Odell, Tapio ja Vuohelainen (2018, 6) kirjoittavat, että korjaavassa päihdetyössä hoidetaan päihteistä aiheutuneita haittoja ja pyritään ehkäisemään haittoja varhaisessa vaiheessa. Toisinaan ehkäisevä päihdetyö rinnastetaan päihdevalistamiseen tai jopa raittiustyöhön (Maunu 2012, 13). Salasuo (2015) tarkentaa, että ero päihdevalistuksella ja ehkäisevällä päihdetyöllä on se, että valistus pyrkii vaikuttamaan päihdekulttuuriin yksilöiden sijaan (Salasuo 2015, 18). Lisäksi päihdevalistuksen ajatellaan olevan perinteisempää, moraalisempaa ja aatteellisempaa ehkäisevään päihdetyöhön verrattuna (Maunu 2012, 13). Päihdevalistus järjestetään usein kouluissa erilaisilla valistusiskuilla ja kampanjoilla (Salasuo 2015, 18).

Maunun (2012, 13) mukaan ehkäisevän päihdetyön pyrkimys kohdistuu nuorten omiin valmiuksiin toimia ja tehdä valintoja erilaisissa tilanteissa. Nämä nuorten omat valmiudet ovat Maaloufin ym. (2019) näkemyksen mukaan päihteiltä suojaavat tekijät, esimerkiksi nuorten sosiaalisten taitojen vahvistaminen, henkisen sietokyvyn parantaminen ja emotionaalisen terveyden tukeminen (Maalouf ym. 2019, 556). Vaikuttaminen tapahtuu pääasiassa kommunikoimalla nuorten kanssa (Maunu 2012, 13–14). Myös Tapio (2016, 61) jakaa saman ajatuksen siitä, että päihdekasvatuksessa kasvattaja näyttää nuorille suuntia, sillä nuoret tekevät kuitenkin omat elämäänsä vaikuttavat päätökset itse.

Päihdekasvatuksessa käytetyt menetelmät perustuvat aina johonkin pedagogiseen lähestymistapaan. Menetelmää pohtiessa kasvattajan tulee miettiä lähestymistavan tavoite ja vaikuttavuus – eettistä näkökulmaa unohtamatta (Tapio 2016, 62). EHYT ry (2020) listaa muutamia vuorovaikutuksellisia menetelmiä, kuten päihdetiedon jakamisen ”päähän” kaatamalla, toistot ja kampanjat, filosofiset keskustelut ja elämäntaitojen harjoittamisen. Interaktiivisten oppituntien pitäminen lapsille ja nuorille on osoittautunut olevan tehokkaampi menetelmä kuin luentotyypilliset oppitunnit. Erityisen tehokkaiksi menetelmiksi ovat osoittautuneet sosiaalisten taitojen harjoitukset ja kognitiivisen käyttäytymisen interventiot (Mignon 2015, 178–179).

Kaverien vaikutus lapsen ja nuoren elämään on erittäin voimakasta ryhmäpaineen vuoksi. Tästä syystä ammattilaisten tulisi kiinnittää erityistä huomioita nuorten toimiviin ryhmiin, jottei nuori ryhmäpaineen vuoksi kokeilisi esimerkiksi päihteitä liian varhain (Weis & Ross 2014, 147–149, 155). Toimivat ryhmät ovat myös koko oppilasyhteisöä hyödyttävää ehkäisevää päihdetyötä, vaikkei se lähtökohtaisesti siltä vaikuttaisikaan. Lasten ja nuorten parissa työskentelevillä on tärkeä tehtävä olla viivästyttämässä päihteiden käytön aloittamista mahdollisimman myöhäiseksi. (EHYT ry 2020; Tapio 2016, 61.)

Huomio tulisi keskittää myös julkiseen keskusteluun, sillä yhteiskunnallinen vaikuttaminen on osa päihdekasvatusta, ja tämän vuoksi tietoisuuden lisääminen niin yksilöiden kuin päättäjien keskuudessa antaa vihreää valoa ehkäisevän päihdetyön toteutumiselle (THL 2019). EHYT ry (2020) muistuttaa, että ehkäisevä päihdetyö on myös jokaisen kansalaisen asia. Oma-aloitteinen tiedonhankinta lisää ymmärrystä ilmiöstä ja tämän seurauksena virittää keskustelua ja toimintaa omassa ympäristössä, joka tukee ehkäisevää päihdetyötä.

2.2 Bronfenbrennerin ekologinen systeemiteoria

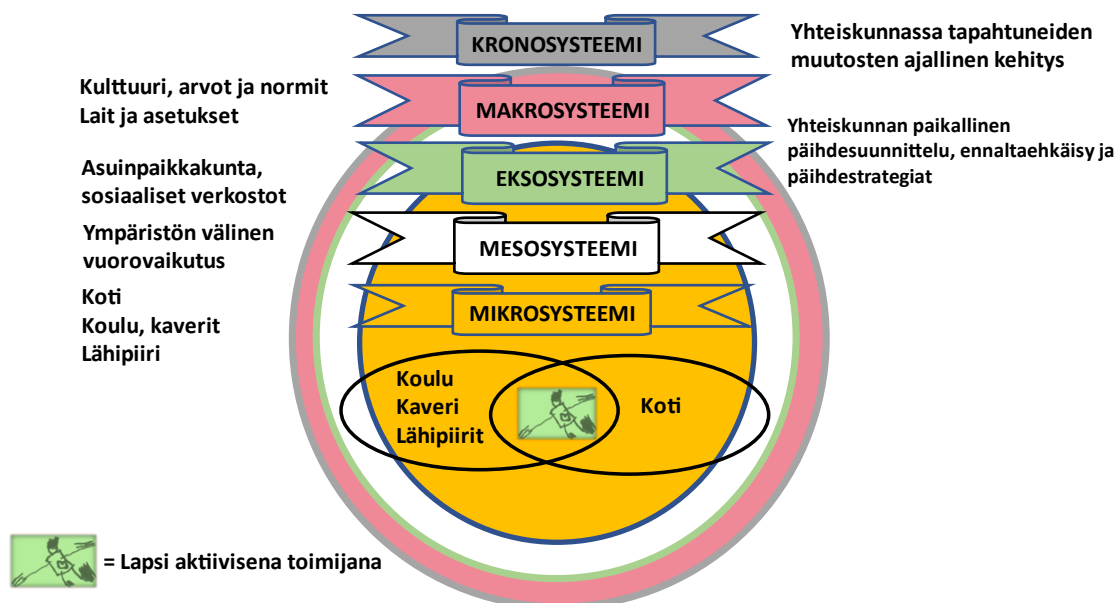
Tässä tutkielmassa tarkastellaan ennaltaehkäisevää päihdekasvatusta alakoulussa sekä toiminnallisten riippuvuuksien ennaltaehkäisyä. Koska ilmiötä katsotaan yksilön eli lapsen tasolta monesta eri näkökulmasta, tutkimukseni teoreettisena viitekehyksenä toimii Urie Bronfenbrennerin (1979) bioekologinen ja systeeminen kehitysmalli. Tulevana kasvatusalan asiantuntijana haluan tutkia lapsen kasvulle ja kehitykselle tärkeitä merkityksiä, pääpainona lapsen kasvuympäristö. Lähden rakentamaan tutkielmani teoreettista viitekehystä yhteiskunnalliselta tasolta, joka tässä työssä on ennaltaehkäisevä päihdekasvatustyö kohti yksilöllistä mikrotasoa eli toiminnallisten riippuvuuksien ennaltaehkäisyä.

Urie Bronfenbrenner (1917–2005) oli yhdysvaltalainen psykologi. Hän loi ekologisten järjestelmien teorian (*ecological systems theory*), jossa hän määrittelee neljä sisäkkäin olevaa systeemiä: mikro-, meso-, ekso- ja makrosysteemin. Viides systeemi eli kronosysteemi liittyy aikakäsitykseen, jonka hän lisäsi myöhemmin teoriaansa. Tämä teoria on nyttemmin nimetty uudelleen bioekologiseksi systeemiteoriaksi (*bioecological systems theory*), joka korostaa lapsen omaa biologiaa tärkeänä mikroympäristönä. Tämä tukee lapsen kehitystä. (Härkönen 2008.)

Bronfenbrennerin (1979) mukaan lapsi kehittyy interaktiossa ympäristönsä kanssa. Lapsi kasvaa ympäristöönsä dynaamisesti asteittain, joten

responsiivisuus näiden kahden välillä voidaan huomata. (Bronfenbrenner 1979, 21–22.) Bronfenbrenner oli kiinnostunut ihmisen ja ympäristön välisistä riippuvuuksista, joissa hän painotti ihmisen kehitystä ilmiönä. Ekologia-termillä (kreik. *oikos* `talo`, `elinpiiri` ja *logos* `tieto`) tarkoitetaan biologiassa oppia eliöiden riippuvuudesta ekojärjestelmästä. Tämän vuoksi teoriaa voidaan soveltaa myös ihmisen sosialisointia kuvaamiseen. Bronfenbrennerin kehitysmalli nojaa sosialisointia käsitteeseen niin, että lapsi ja nuori sosialisoituu yhteiskuntaan dynaamisesti ja näin ollen pääsee kokonaisvaltaisesti yhteiskunnan jäseneksi. Teorian kehityspsykologinen luonne huomioiden tätä teoriaa kutsutaan toisinaan myös sosiaalistumisteoriaksi. (Härkönen 2008.)

Ross Vasta (2016) avaa tarkemmin Bronfenbrennerin teoriaa, mistä voi nähdä, miten hän on muuntanut Kurt Lewinin (1935) klassisen kenttäteoria kaavan ihmisen käyttäytymisestä suoraan ihmisen kehityksen kuvaukseen. Lewinin kaavassa yksilön käyttäytyminen on seurausta yksilön ja ympäristön interaktiosta. Bronfenbrenner sovelsi Lewinin kaavaa lisäten siihen kehityksen näkökulman sekä aikatekijän. Bronfenbrennerin mukaan kehitys tarkoittaa aina muutosta tai prosessia, joka tapahtuu ajassa. Näin ollen esimerkiksi, kun lapsi kasvaa, ei voida olettaa, että vanhat prosessit olisivat samanlaisia kuin aikaisemmin ilmaantuneet. Vaikkei tämä teoreettinen kehitysmalli ole itsessään relevantti kasvatuksen ilmiöiden tutkimiselle, voidaan sen avulla ymmärtää syvemmin myös kasvatuksen ilmiöitä, esimerkiksi yksilön kehittyvän persoonan ja kasvatusympäristön sekä ympäristössä olevien ihmisten suhteiden, lukuisten roolien, toimintojen ja prosessien tutkimista. (Härkönen 2008.) Tutkin Bronfenbrennerin kuvaamien systeemien avulla, miten yksilölliset ja yhteiskunnalliset tekijät ovat vuorovaikutuksessa niin ennaltaehkäisevän päihdekasvatuksen kuin toiminnallisten riippuvuuksien ennaltaehkäisyosalla (ks. kuvio 1). Seuraavaksi avaan, miten tätä kehitysmallia käytetään tutkimuksessani.



KUVIO 1. Lapsen ekologinen ympäristö Bronfenbrennerin (1979) kehitysmallin mukaisesti

Makrosysteemin muodostavat yhteiskunnan lait ja asetukset, arvot, asenteet, vastuut, paikallinen päihdesuunnittelu sekä ennaltaehkäisy- ja päihdestrategiat ja kulttuuriset tekijät. Vaikkei lapsi suoranaisesti olekaan osallisena makrosysteemin toiminnoissa, sosiaalijärjestelmän rakenteet, kulttuuri, yhteiskuntapolitiikka sekä poliittiset päätökset vaikuttavat kehittyvän lapsen suuntaan. (Bronfenbrenner 1979, 8.)

Eksosysteemin muodostavat lapsen asuinpaikkakunta ja sosiaalinen turvaverkosto ynnä muut viranomaistahot. Näissä ympäristöissä tapahtuvat päätökset vaikuttavat kehittyvään lapseen, missä hän toimii. Tarkastelen tutkimuksessani eksosysteemiä haastattemieni asiantuntijoiden näkökulmasta, näkökulmien roolit ym. vaikuttavat lapsen asioihin. (Bronfenbrenner 1979, 3, 7-8.) Lähtökohtanani on selvittää, mitkä eksosysteemin keinot toimivat ennaltaehkäisevästi päihdekasvatukseen.

Mesosysteemin muodostavat kouluympäristö, kuraattorit, psykologit sekä sosiaalityöntekijät ja oppilasterveydenhuollon henkilökunta. Nämä erilaiset ympäristöt, joissa lapsi itse toimii, vaikuttavat olennaisesti hänen kehitykseensä. Mesosysteemiin katsotaan kuuluvan erilaisia mikrosysteemejä,

joiden välillä vaikuttavat kehittyvän lapsen ja järjestelmän muiden henkilöiden vuorovaikutussuhteet. Näin ollen lapsen perhe, koulu ja koulukaverit ovat mikrosysteemejä, jotka puolestaan kuuluvat mesosysteemiin. (Bronfenbrenner 1979, 7–8, 25.)

Koska ekologinen kehitysmalli koostuu sisäkkäisistä, toistensa kanssa vuorovaikutuksessa olevista tasoista, sisimmäistä ympäristöä voidaan kutsua *mikrosysteemiksi*. Se muodostuu lapsen lähiympäristöstä, kuten perheestä, ystävistä ja opettajasta, jotka lapsen oman toiminnan lisäksi vaikuttavat hänen kehitykseensä.

Sivuan viimeisimpänä lisättyä tasoa eli *kronosysteemiä* vasta tulos- ja pohdintaosiossa. Kronosysteemin muodostavat yhteiskunnassa tapahtuneiden asioiden ja asenteiden ajallinen muutos sekä se, miten tämä muutos on ajan ja paikan muutoksen vuoksi vaikuttanut yksilöön eli lapseen (Puroila & Karila 2001, 215).

2.3 Päihdekasvatustyön yhteiskunnallinen taso

Bronfenbrennerin (1979) mukaan yhteiskunta vaikuttaa oleellisesti lapsen kehitykseen, joten tämän vuoksi on tärkeää tarkastella päihdekasvatustyötä yhteiskunnalliselta tasolta. Viljamaa (2014) kuvailee, että kasvatuksen perimmäinen tarkoitus on saada lapsi sopeutumaan hyvin johonkin ympäristöön, kuten kotiin, kouluun tai yhteiskuntaan. Lapsi yritetään saada mukautumaan yhteiskunnan arvoihin, sääntöihin ja valmiisiin käyttäytymismalleihin. (Viljamaa 2014, 21.) Riskiä päihteiden käytölle tai riippuvuuksille lisää ulkopuolisuuden ja merkityksettömyyden tunne (Maunu 2015, 200). Särkelä-Kukko (2020) huomauttaa, että mielekäs harrastus lisää lapsen osallisuuden tunnetta ja kiinnittymistä osaksi yhteiskuntaa ja omaa yhteisöään. Kun lapsi on kiinnostunut, sitoutunut ja halukas vaikuttamaan omaan elämäänsä, hän haluaa vaikuttaa aktiivisesti yhteisöään ja yhteiskuntaansa koskevissa toimissa, päätöksenteossa ja vastuunottamisessa. Myös Tapio (2016, 60–61) kirjoittaa nuorten aktiivisesta osallistumisesta

päihdekasvatukseen. Hänen mukaansa päihdekasvatuksessa tulisi oivaltaa nuorten mahdollisuus olla vaikuttamassa päihdekasvatustilanteeseen esimerkiksi jo suunnitteluvaiheessa. Lapsi pystyy sitoutumaan sääntöihin paremmin, kun hänen omaa mielipidettään on kysytty. Säännöt, rangaistukset ja palkinnot on hyvä käydä perusteellisesti läpi lapsen kanssa (Viljamaa 2021, 137).

Särkelä-Kukko (2020) osoittaa, että päihteiden ongelmakäyttäminen heikentää yhteenkuuluvuuden tunnetta sosiaalisen verkoston kaventuessa. Yksilö kohtaa vastoinkäymisiä jokapäiväisessä arkielämässään. Syrjäytymisen uhka on todellinen. Eriytyminen yhteiskunnan stereotyyppisestä normista vaihtuu helposti alakulttuuriin tai -kulttuureihin. (Särkelä-Kukko 2020.) Päihteiden käytöstä seuranneet haitat ovat myös suuri kuluera yhteiskunnalle (Salasuo 2015, 12). Tavaksi muuttunut käyttö on suuri riski terveydelle ja hyvinvoinnille. Kohtuuden rajojen riistäytyessä käsistä käytöstä muodostuu ongelma, joka aiheuttaa riippuvuutta ja monien päihdeongelmien kasaantumista. Haitat tulevat osaksi yhteiskuntaa, mikä puolestaan kuormittaa terveydenhuoltoa, vaikuttaa yksilön työkykyyn, aiheuttaa syrjäytymistä ja horjuttaa yleistä turvallisuutta. (THL 2019.) Päihdeongelmien ehkäisyyn keskittyminen toisi huomattavia säästöjä yhteiskunnalle (EHYT ry 2020).

Suomessa kehiteltiin vuosina 2004–2007 Pakka-toimintamalli-niminen menetelmä, jonka tarkoituksena on paikallisesti ennaltaehkäistä alkoholi-, tupakka- ja rahapelihaittoja. Toimintamalli, joka alun perin kehitettiin Stakesin pilottihankkeessa kansainväliseen vaikuttavuustutkimukseen perustuen, on edelleen käytössä. Mallissa yritetään ehkäistä, säännöstellä ja rajoittaa alaikäisille kohdistuvaa myyntiä. Pakka-mallissa kunnan eri toimijat, viranomaiset ja paikallinen elinkeino tekevät tiivistä yhteistyötä kuntalaiset mukaan huomioiden. Toiminta on hyvin suunniteltua ja koordinoitua. Malli tarjoaa konkreettisia työkaluja päihteiden ennaltaehkäisyyn ja vähentämiseen, soveltaen jokaisen alueen omiin tarpeisiin ja resursseihin. Soveltuvuudesta huolimatta vuoden 2016 kuntakyselyn perusteella mallia on ollut hankalaa

soveltaa pienissä kunnissa, joissa heikot resurssit vaikeuttavat mallin soveltamista. (THL 2021.)

Sosiaali- ja terveysministeriön uusimmassa päihde- ja riippuvuusstrategiajulkaisussa kaavaillaan yhteisiä suuntaviivoja vuoteen 2030 yhdessä. Suuntaviivat luodaan linjassa YK:n kestävän kehityksen tavoitteisiin, jolloin strategia on ensimmäinen päihteitä ja riippuvuuksia laajasti yhteen kokoavaa kehittämistyötä. Tarve ohjata riippuvuuksiin liittyviä riskejä sekä haittoja ja mahdollisuuksia niiden ennaltaehkäisemiseksi ja hoitamiseksi painottuu strategian taustalla. Painopisteet nojautuvat päihteidenkäyttäjien tukemiseen ja heidän ihmisoikeuksiinsa sekä moniammatillisuuden kokonaisvaltaisempaan hyödyntämiseen, kuten sujuvampaan tiedonkulkuun, laatuun ja saatavuuteen. Päihteet ja riippuvuudet kuormittavat huomattavasti yhteiskuntaa, ja näin ollen lisäävät yhteiskunnallista eriarvoisuutta. Tavoitteena on varmistaa hyvin koordinoitu ja vahva perusta kansalaisten hyvinvoinnille, terveydelle ja turvallisuudelle. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2021.)

Ennaltaehkäiseviä malleja ja toimia on kehitelty myös kansainvälisesti. Kokemukset mallista Islannista on saanut suurta huomiota maailmalla. Halsall, Lachance ja Kristjansson (2020) tutkivat *Islannin mallin* tehokkuutta Kanadan maaseutuyhteisössä. Kanadan kansanterveysjohtaja on suositellut kiinnittämään huomiota lapsi- ja nuorisolähtöisiin toimiin. Islannin ennaltaehkäisevää mallia on viety muualle maailmaan, sillä mallissa korostuu vahva yhteisöllisyys. Esimerkiksi addiktiot ovat syiden sijasta enemmän seurauksia, kun ihmiset etsivät seuraa, yhteistä tekemistä, merkitystä elämälle ja tunnetta siitä, että he kuuluvat johonkin (Ruckenstein 2014, 173). Siksi Islannin mallia voidaan kutsua laaja-alaiseksi päihde-ehkäisyn strategiaksi, joka siis koostuu yksilötason, yhteisöjen, koulun, vapaa-ajan sekä perheen ja politiikan toimenpiteistä. Malli osallistaa koko yhteisön, lasten perheet ja koulun, jotta riskit voitaisiin tunnistaa ajoissa. (Nuorisotutkimusseura 2020.)

3 ASIANTUNTIJUUS PÄIHDEKASVATUSTYÖSSÄ

3.1 Erilaiset toimijat ennaltaehkäisevässä työssä

Bronfenbrennerin (1979, 7–8) määritelmän mukaan ympäristön väliset yhteydet ovat aina läsnä, vaikkei lapsi itse ole aktiivinen toimija tällä tasolla. Lapsen mikrosysteemi toimii eksosysteemin ympäristössä, jonka toimijat ja päätökset vaikuttavat kehittyvään lapseen. Tässä alaluvussa tarkastellaan näitä eri toimijoita.

Kasa, Kouros ja Skottman-Kivelä (2020, 9) toteavat, että perus- ja ihmisoikeuksilla tavoitellaan yhteiskuntaa, joka turvaa yksilön vapauden, osallisuuden, hyvinvoinnin ja ihmisten yhdenvertaisuuden. Perus- ja ihmisoikeudet näkyvät tuntuvasti juuri lasten ja nuorten arjessa. Opettaja on yhteiskunnallisesti merkittävässä asemassa turvaamassa näiden oikeuksien toteutumista. Tämän vuoksi oppilaitosten toimintatapoihin ja -kulttuuriin tulisi eritoten kiinnittää huomiota, varsinkin kun puhutaan ennaltaehkäisevästä päihdekasvatuksesta.

Laki (523/2015) määrittelee sen, mille toimijoille ennaltaehkäisevä päihdekasvatustyö kuuluu. Ehkäisevässä päihdekasvatustyössä työskentelevät toimivat erilaisissa viroissa, kuten kunnan sosiaali- ja terveydenhuollossa, sivistys-, liikunta- ja nuorisotoimessa, kansalaisjärjestöissä, valvonnasta vastaavissa tehtävissä sekä muissa viranomaistehtävissä ja elinkeinotoimijoina (Maunu 2012, 13–14, 24; Pylkkänen & Vuohelainen 2014, 50; Vuohelainen 2018, 20). Myös oppilas- ja opiskelijahuoltolaki (1287/2013) velvoittaa oppilas- ja opiskelijahuollon toimijat eli opettajat toteuttamaan toimintakulttuuria ja toimia, joilla koulu yhteisössä edistetään opiskelijoiden hyvinvointia, terveyttä, sosiaalista vastuullisuutta, vuorovaikutusta ja osallisuutta. Näiden lisäksi opiskelu ympäristössä tulee edistää myös terveellisyttä ja turvallisuutta. (Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki 4 §; Tapio 2016, 60.)

Suomen maakuntiin rakennetaan tällä hetkellä Tulevaisuuden sosiaali- ja terveystieteiden ohjelmaa. Ohjelman tarkoituksena on turvata laaja-alaisesti ihmisten sosiaali- ja terveyspalvelut. Uuden ohjelman katsotaan mahdollistavan palveluiden saatavuuden, yhdenvertaisuuden, oikea-aikaisuuden ja jatkuvuuden, jotta yksilön ongelmat eivät pääsisi kasaantumaan. Jatkossa maakunnille siirtyy järjestämisvastuu sote-palvelujen tuottajina. Ehkäisevään työhön sekä ennakointiin ja palveluihin siirretään enemmän painopistettä. Pääpaino on hyvinvoinnin ja terveyden sekä ehkäisevän ja varhaisen tuen toimintatapojen ja -palvelujen edistämässä. Mallilla halutaan poistaa raskaat palveluketjut ja keskittää monialaiset palvelut saman katon alle, jotta yksilö saisi ajoissa apua, joka vastaa aidosti hänen tarpeisiinsa. Valtio rahoittaa kuntien ja kuntayhtymien SOTE-uudistusta valtionavustuksilla, jotka jaetaan maakuntakohtaisesti. (Soteuudistus 2021.)

SOTE-uudistuksessa toimeenpannaan myös Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelmaa. LAPE-muutosohjelmassa pyritään kehittämään lasten, nuorten ja perheiden varhaista tukea perhekeskusten avulla. Perhekeskus tarjoaa lapsille ja nuorille matalan kynnyksen mielenterveys- ja päihdepalveluja yhdessä monialaisen lastensuojelun toiminnan kanssa. Palvelut halutaan pitää korkealaatuisina. Kokonaisvaltainen tukeminen ja hyvinvoinnin vahvistaminen ovat pääpainoina. Perhekeskus tarjoaa saman katon alla kasvatus- ja perheneuvontaa, kotipalvelua sekä perhesosiaalityötä. Lapsen kasvua, oppimista ja koulunkäyntiä tuetaan varhaiskasvatuksessa ja koulussa. Päihdepalvelut pyritään saamaan koulujen ja oppilaitosten yhteyteen niin, että vahvistetaan samalla sote- ja sivistysalan yhteistyötä. (THL 2021.)

3.2 Kontekstina alakoulu ja päihdekasvattajuuden asiantuntijat

Mesojärjestelmässä toimivien suhteiden vuorovaikutusta on syytä tarkastella lähemmin, jotta voi ymmärtää paremmin yksilöön vaikuttavia tekijöitä siinä ympäristössä, jossa lapsi aktiivisesti toimii. Tässä työssä alakoulu on se ympäristö, jossa kehittyvä lapsi opiskelee.

EHYT ry (2020) määrittelee *päihdekasvatuksen* päihteiden käyttöön liittyväksi kasvatustyöksi, jonka tavoitteena on kansakunnan terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen. Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen (2019) mukaan päihdekasvatus on päihdehaittojen ennaltaehkäisyä, jota toteutetaan koulutuksen, viestinnän ja vuorovaikutuksen keinoin – unohtamatta erilaisia järjestettyjä tietoiskuja ja muita tempauksia. Vastuu päihdekasvatuksesta kuuluu normaaliin kotikasvatukseen, mutta myös kouluille, erilaisille hankkeille ja organisaatioille.

Päihdekasvatusta toteutetaan jo varhaiskasvatuksessa sekä kouluissa ja muissa oppilaitoksissa. Maalouf ym. (2019, 556) toteavat, että koulut kaikissa kulttuureissa toimivat tärkeänä ja luotettavana sidoksena tavoittaen lähes koko väestön. Weisin ja Rossin (2014) mukaan lapsen riski alkaa käyttämään päihteitä on suuri, jos esimerkiksi lapsi tai nuori epäonnistuu opinnoissaan tai on kiinnittynyt heikosti kouluun (Weis & Ross 2014, 150). Tämän vuoksi koulujen merkitys päihteiden ennaltaehkäisyssä ja suojaavien tekijöiden vahvistamisessa on erityisen tärkeää (Maalouf ym. (2019, 556).

Suomessa päihdekasvatusta opetetaan osana terveystiedon oppiainetta, joka on integroitu osaksi ympäristöopin opetusta peruskoulun vuosiluokilla 1–6 (POPS 2014). Salasuon (2015, 16) mukaan peruskoulussa terveystieto oppiaineena tarjoaa lapsille suunnitelmallisen päihdeopetuksen. Terveystiedon sisältöä syvennetään vuosiluokilla 7–9 (POPS 2014). Opetussuunnitelmat itsessään takaavat laadultaan ja laajuudeltaan hyvin vertailukelpoisen kokonaisuuden, sillä opetussuunnitelmiin sisällytetty terveysosaaminen varmistaa lapsille ja nuorille yhdenvertaisen opetuksen (Salasuo 2015, 29).

Pylkkänen ja Vuohelainen (2014) kuitenkin kritisoivat, ettei tämänhetkisillä päihdekasvatuksen rakenteilla voida taata lapsille yhdenvertaista tietoa ja taitoa päihteistä, vaan lasten ja nuorten parissa toimivat ammattilaiset tarvitsisivat yhtenäisemmät eettiset ohjeet. Ohjeilla valvottaisiin ja tuotaisiin päihdekasvatukseen laatua ja ajankohtaista tietoa yhteiskunnan eri tahoille päihdekasvatuksesta. (Pylkkänen & Vuohelainen 2014, 50–51.) Myös Mignon (2015) jakaa huolen siitä, miten opettajat noudattavat

opetussuunnitelmien tavoitteita ja sisältöjä päihdekasvatuksen osalta. Opetussuunnitelman heikko toteuttaminen vähentää ennaltaehkäisevän päihdekasvatuksen vaikuttavuutta (Mignon 2015, 181), johon kuitenkin päihdekasvatuksessa eritoten pyritään (Tapio 2016, 60).

Opettajakoulutuslaitoksen tulisi varmistaa, että tulevilla opettajilla olisi riittävästi tietoa ja taitoa toteuttaa laadukasta päihdekasvatusta (Mignon 2015, 181). Taatakseen lapsille laadukasta päihdekasvatusta koulut ovat alkaneet tehdä yhteistyötä muiden eri toimijoiden eli päihdetyötä tekevien järjestöjen kanssa (Tapio 2016, 60). Sekä Salasuo (2015) että Tapio (2016) kirjoittavat, etteivät ulkopuoliset palvelut saisi korvata koulun päihdeopetusta (Salasuo 2015, 29; Tapio 2016, 60), mutta ulkoistettu toiminta voidaan kuitenkin nähdä mahdollisuutena lisätä ja monipuolistaa oppilaitoksissa työskentelevien henkilöiden tietoa ja taitoja, ja näin ollen mahdollistaa laadukkaan päihdekasvatuksen lapsille (Tapio 2016, 60).

Mignonin (2015) mukaan tutkimuksissa on kiistanalaista tietoa siitä, milloin päihdekasvatuksen opetus lapsille tulisi aloittaa. Jo esikoululainen nähdään tulevaisuuden potentiaalisena päihdekäyttäjänä, joten tämän vuoksi ennaltaehkäisevää päihdekasvatustyötä tulisi tarjota mahdollisimman ajoissa. (Mignon 2015, 178.) Valitettavan suuri osa nuorista kokeilee ensimmäiset päihdekokeilunsa jo alakoulussa (Weis & Ross 2014, 147–149). Tästä syystä Mignon (2015, 177) painottaa, että oikein ajoitettu ennaltaehkäisevän päihdekasvatustyön tekeminen jo pienille lapsille olisi tehokasta.

Päihdekasvatuksella halutaan lisätä ymmärrystä ja hallintaa päihdeilmiöistä sekä lisätä tietoisuutta eli niin sanottua päihdetietoutta. Päihdekasvatus perustuu tutkittuun tietoon. Menetelmät suojaavat paremmin lapsia ja nuoria, kun tieto on huolellisesti arvioitu ja perusteltu. (EHYT ry 2020; THL, 2019.) Päihdetietous on faktatietoa päihteistä eli katsaus päihteiden ominaisuuksiin, vaikutuksiin ja sisältöihin sekä tietoutta päihteiden kysynnästä ja tarjonnasta. Myös ihmisten asenteita tutkimalla saadaan arvokasta tietoa siitä, miten päihteisiin suhtaudutaan tai mitkä päihteet ovat muodissa. (EHYT ry 2020.) Päihdevalistuksessa tärkeintä on pidättäytyä faktoissa. Esimerkiksi

tupakoinnin aloitus nuorena ei ole suora "turmion polku". Ihmistieteiden ja päihdepolitiikan tiedot ovat monisyiset – on joko suuria ja pieniä todennäköisyyksiä. (Viljamaa 2011, 171.)

Tapio (2016) kuitenkin painottaa, ettei päihdekasvatuksessa tavoitella vain lasten ja nuorten päihdetiedon lisäämistä. Hän tuo esiin, että tiedon, asenteen muutoksen ja päihteettömyyden rinnalla pyritään kohti uutta avointa keskustelukulttuuria. Vallitseva päihdekulttuuri tarvitsee kyseenalaistamisen rohkeutta, jonka vuoksi kriittinen medialukutaito sekä oman ajattelun ja perusteltujen valintojen tekeminen on tärkeää. Nuorten keskuudessa vallitsee tällä hetkellä trendi vastustaa vallalla olevaa päihdekulttuuria. Kouluterveyskyselyjen perusteella nuoret eivät koe päihteiden käyttöä osaksi omaa vapaa-aikaansa. Päihteettömyyden katsotaan olevan tietoinen valinta ja osa nuoren identiteettiä. (Tapio 2018, 41, 64.) Maunun (2012, 48; Maunu 2015, 202) mukaan hyvä päihdekasvatus on sitä, että otetaan rohkeasti kantaa ja ymmärretään ryhmiä, joihin nuoret kuuluvat, ja kunnioitetaan jokaista yksilönä.

Kosola, Niemelä & Niemelä (2018) tuovat esille päihteiden käytön polarisoitumisen nuorison keskuudessa. Vaikka osa nuorista voi päihteettömyyden myötä paremmin, päihteiden käytön ongelmat tuottavat suurta haittaa osalle nuorista (Kosola ym. 2018). Suomalainen päihdekulttuuri tarvitsisi hyviä sosiaalisia kokemuksia muista kestävämmistä ja haitattomammista tavoista käyttää päihteitä (Maunu 2012, 48; Maunu 2015, 202). Positiivisempaan suuntaan ollaan kuitenkin koko ajan matkalla, sillä nuorille suunnatuista päihteettömistä tapahtumista on viime aikoina ollut selvästi kysyntää (Tapio 2018, 41). Päihteiden ja sosiaalisten tunteiden yhteyden avaamisella ja kyseenalaistamisella muutettaisiin suomalaisen päihdekasvatuksen suuntaa paremmaksi (Maunu 2012, 48; Maunu 2015, 202).

Maunu (2012) kirjoittaa, että päihdekasvattajilla on oltava kanta ja näkemys päihteistä, vaikuttamisesta ja kommunikoinnista. Lähtökohtana on aina moraalisesti latautunut pyrkimys vaikuttaa kohderyhmänsä toimintaan ja toimijuuteen. Kunnioittavan kommunikaation avulla syntyy uskottava ja

turvallinen suhde, jossa nuorten kanssa työskentelevällä on ymmärrys kohderyhmän maailmaa kohtaan sekä omia lähtökohtiaan perin pohjin reflektoiden. Yhteistyötä tehdessä syntyy toimiva ehkäisevä päihdekasvatus, joka suuntaa uudelleen ei-toivottua toimintaa tai ajattelutapoja. (Maunu 2012, 13–14, 24.)

Lasten ja nuorten näkökulmasta jokainen aikuinen toimii omalla esimerkillään kasvattajana (EHYT ry 2020). Vuohelainen (2018, 22) luonnehtii hyvää päihdekasvattajaa osuvasti: hän on tiedostava, vuorovaikutustaitoinen, päihteet ja palveluverkostot tunteva, luova ja tilannetajuinen ihminen. Tapio (2016, 61, 64) korostaa, ettei laadukkaan ja vaikuttavan päihdekasvatuksen tarvitse olla rakettitiedettä. Hänen mukaansa ammatillisuuden salaisuus piilee samoissa taidoissa kuin kasvattajilla ylipäätään: vuorovaikutus- ja kommunikointitaidot, argumentointi- ja väittelytaidot, reflektointitaidot, huumorin ja luovuuden käyttö sekä arvostavan ja kunnioittavan kohtaamisen taito on ammattilaisen taidoista ne olennaisimmat. Myös Vuohelainen (2018) korostaa vuorovaikutuksen ja keskustelun merkitystä nuorten parissa. Saarnaava tyyli ei vaikuta nuoriin juuri yhtään. Keskiössä tulee olla ehdottomasti lapset ja nuoret itse ja heitä kunnioittava kohtaaminen. (Vuohelainen 2018, 21.)

Maunu (2012) ja Tapio (2016) ovat yhtä mieltä siitä, että ammattilaisen tulisi reflektoida omaa työtään tietoisesti (Maunu 2012, 24; Tapio 2016, 61). Myös Tirri (2002, 206–207) toteaa, että kasvattajan tulisi reflektoida itseään jatkuvasti, sillä opettajan työssä joutuu alati pohtimaan arvojaan ja toisinaan kohtaamaan arvoriitiriitajakin. Säännöllinen itsereflektointi auttaa opettajaa toimimaan vastuullisesti eettisten periaatteiden pohjalta. Tällä tavoin opettaja osaa suunnata opetuksensa oppilaiden tarpeiden mukaisesti. Tämä luo perustan esimerkiksi eheään päihdekasvatukseen tähtäävään opetukseen, jossa esimerkiksi omista ajatuksista tai terveyteen liittyvistä kysymyksistä voidaan keskustella yhdessä, ja tuoda osaksi luokkahuoneilmapiiriä. Tapio (2016) valaisee, että kasvattaja voi hyödyntää päihdekasvatuksessa omaa kokemustaan ja tietouttaan rohkeasti. Päihdeilmiöiden pohtiminen eri

näkökulmista lasten ja nuorten kanssa on vuorovaikutuksellista ja avartavaa. (Tapio 2016, 61.) EHYT ry (2020) kuitenkin huomauttaa, että yksilön omien tunteiden ja huolen sekoittuessa ilmiön tulkinnassa voi aiheuttaa ongelmia, sillä tällöin kasvattaja saattaa suurennella tai liioitella asioita huomaamattaan. Jaetun tiedon on aina perustuttava tutkittuun tietoon, ja asioista tulee kertoa neutraalisti.

Tapio (2016, 61) ilmaisee, että päihdekasvatuksen toteuttaminen onnistuu kaikilta ammattilaisilta, mikäli he huomioivat nuorten elämää aidosti ja tarttuvat pedagogiikan kehittämiseen innostuneella otteella. Hän lisää, että jokaisen päihdekasvattajan oma pedagogiikka perustuu aina tiettyihin asioihin, kuten ammatilliseen identiteettiin, koulutustaustaan, vahvuuksiin, tietoihin ja taitoihin. Kasvattajan tulee miettiä omaa rooliaan kasvatustilanteita suunniteltaessa. Aikuisella on silloin hyvä itsetunto, kun hän uskaltaa tarkastella omaa vuorovaikutustyyliään ulkoapäin. Aikuisella, jolla on vahva minäkuva ja selkeä identiteetti, on tarkka näkemys siitä, mitä varten hän lasta kasvattaa (Viljamaa 2010, 122). Soilamon (2008, 55–56) mukaan opettajan rooli on laajentunut moninaistuneen yhteiskunnan vuoksi. Tämän vuoksi opettajan tulee jatkuvasti kehittää opettajan asiantuntijuudelle ominaisia kompetensseja kuten rationaalista päättelyä, loogista ajattelua, reflektointia, vastuullisuutta ja sitoutuneisuutta.

Päihdekasvatuksessa pitää kuitenkin aina muistaa, että kasvatuksen tulisi olla tietoista, tavoitteellista ja perusteltua toimintaa. Valitsi kasvattaja minkälaisen pedagogisen lähestymistavan tahansa, lapsen tai nuoren tulisi kokea tullessa kuulluksi ja kohdatuksi sellaisenaan kuin on. Tämä vaatii kasvattajalta aina herkkyyttä. (Tapio 2016, 61.) Marjamäki, Kosonen, Törrönen ja Hannukkala (2016) toteavat, että lasten kanssa työskentelevällä on hyvä olla sensitiivinen kyky reagoida lapsiin tunteiden tasolla. Sensitiivinen aikuinen kuuntelee empaattisesti. Lasten parissa työskentelevät voivat ottaa käyttöönsä kohtaamisosaamisen, sillä sitä voi jokainen kasvattaja vahvistaa ja ottaa käyttöönsä. Tämä osaaminen toimii merkittävänä työvälineenä. (Marjamäki ym. 2016, 30.) Myös Pylkkänen ja Vuohelainen (2014) kirjoittavat, että lasten ja

nuorten kohtaaminen vaatii ammatillista herkkyyttä päihdekasvatusta toteuttaessa (Pylkkänen & Vuohelainen 2014, 50). Kasvattajan tulee olla suuntaviivoja näyttävä aikuinen, joka ohjaa ja luotsaa lapsia ja nuoria päihdeettömyyteen ja kohti terveellistä päihdeasennetta (Tapio 2016, 61).

3.3 Lapsi ja kodin merkitys päihdekasvatuksessa

Mikrosysteemin tarkastelu on tässä työssä keskeistä, sillä sen muodostavat kehittyvän lapsen lähiympäristö, kuten koti ja koululuokka (Härkönen 2008). Vastuu päihdekasvatuksesta kuuluu luonnollisesti kodille ja koululle sekä myös muille tahoille kuten harrasteyhteisöille. Kodin vastuun katsotaan olevan hyvin merkittävä. (EHYT ry 2020; Salasuo 2015; Tapio 2016, 60.) UNODC toteaa, että sosioekonomisesti heikommassa asemassa olevilla on suurempi riski alkaa käyttämään päihteitä ja syrjäytyä (UNODC 2020). Päihteiden käytön tai riippuvuuksien aiheuttamat negatiiviset vaikutukset näkyvät ihmissuhteissa, eritoten perheissä (Salasuo 2015, 12). Lapsen hyvinvointi turvataan vaikuttamalla ehkäisevästi riski- ja suojatekijöihin. Turvalliset ja lämpimät perhesuhteet suojaavat tutkitusti lasta. (EHYT ry 2020.)

Alexanderin (2001, 3) mukaan lapset ovat motivoituneita ylläpitämään läheisiä sosiaalisia suhteitaan, varsinkin vanhempia. Lapsen kasvaessa rakennetaan ja ylläpidetään sosiaalisia suhteita niin ystävien, koulukaverien kuin harrastusryhmienkin kanssa. Poijula (2007, 11–12, 147, 149) kirjoittaa, että lapsen perusoikeuksiin kuuluvat huolenpidon lisäksi turva, tuki ja keskusteleminen vanhempien ja muiden tärkeiden ihmisten kanssa. Tämän ajan lapset ovat kasvaneet siihen kulttuuriin, jossa lapsi voi ilmaista mielipiteensä. Tässä näkyy kehitys siitä, että lapset ovat päässeet osallistumaan erilaisiin toimintoihin ja omaksuneet näin ollen käytäntöjä ja keskustelutapoja. Viljamaa (2010) lisää, että kommunikointitaitoja tulee harjoitella ja lisäksi osoittaa lapselle myös halaamisen ja sylissä pitämisen tärkeyttä (Viljamaa 2010, 127).

Geneettinen perimä, perhe, lapsen yksilölliset ominaisuudet ja perheen ulkopuoliset ympäristötekijät vaikuttavat lapsen kehitykseen. Vanhempien on

suojeltava lasta antaen hänen kiintyä vanhempiinsa turvallisesti. Vanhemman tulee antaa lapselle mahdollisuus tutkia omaa ympäristöään, kehittää fysiologista ja tunteiden säätelykykyään sekä itsehallintaa – unohtamatta oppia ja leikkiä. Turvaa ja suojaa voivat vanhempien lisäksi antaa myös isovanhemmat, hoitotäti, kummi, naapuri ja opettaja eli sellainen aikuinen, joka kohtaa ja näkee lapsen sellaisena kuin hän on. Nykypäivän tärkeänä suojaverkkona toimii usein ulkopuolinen taho, kuten neuvola, päiväkotiki ja koulu. (Poiijula 2007, 11–12, 147, 149.) Turvallisessa kasvatusympäristössä lapsi saa olla oma itsensä. Kun kasvattaja on tyyni ja vahva, herättää se lapsessa luottamuksen tunnetta (Viljamaa 2010, 127). Vanhemman tehtävänä on rajoittaa, valvoa, tukea ja kannustaa. Viisas vanhempi ei luovuta lasta peleille, vaikka vanhempi itse pääsisikin siinä tilanteessa helpommalla (Viljamaa 2011, 14, 20). UNODC:een ja WHO:n vuoden 2018 julkaisussa viitataan erilaisiin ennaltaehkäiseviin toimiin, joissa vanhemmuustaitoja tuetaan ja vahvistetaan (UNODC & WHO 2018, 6). Jos nuoren vanhemmat eivät valvo nuoren tekemisiä tai nuorella ei ole harrastuksia koulun jälkeen, on hänellä suuri riski aloittaa esimerkiksi päihteiden käyttö (Weis & Ross 2014, 149).

Kannustaminen kasvatuksessa on erityisen tärkeää. Ihmisen on vaikeaa kehittyä eheäksi, jos työkalut elämästä selviämiseen sekä sosiaalinen tuki puuttuvat. Tämän vuoksi vanhempien tulee opettaa lapsilleen välittämistä ja vastuullisuutta. Vastuuta pitää oppia ottamaan itsestään ja muista. Itsetunto rakentuu myönteisestä ja totuudenmukaisesta käsityksestä itsestään. Rakennuspalikoiksi tarvitaan myös riittävää itsearvostusta, jota kasvattajat vahvistavat antamalla lapsen onnistua, mutta myös epäonnistua. Aikuisen vastuulla on taata jälkikasvun onnistumisille mahdollinen ympäristö. Itsetunto on itsensä tuntemista ja kokonaisvaltaista hyväksymistä. Aikuinen voi toimia peilinä, josta lapsi näkee itsensä hyvänä ja arvokkaana. Sopivan haastavat tehtävät vahvistavat lapsen itsearvostusta ja uskoa itseän. Mitä enemmän lapselle tarjotaan onnistumisen ja hyväksymisen kokemuksia, sitä enemmän hänen itsearvostuksensa vahvistuu. Vahva itsearvostus suojaa elämässä väärinkäytöksiä vastaan. Itseään arvostava lapsi tai nuori pystyy sanomaan

jämptisti "ei kiitos". Itsensä arvostaminen tarvitsee kannustamista, uskoa, rohkaisua ja onnistumisten riemua yhdessä. Itsearvostuksen rakentumisen kulmakiviä ovat yhdessätekeminen ja ilojen jakaminen. Lapsi oppii arvostamaan itseään, kun hän saa tuntea olevansa rakas, tärkeä ja hyväksytty. (Viljamaa 2014, 43, 45, 163-164, 175, 185.)

Kasvatuksessa lapsen tarpeet olisi huomioitava yksilöllisesti. Tärkeää olisi myös löytää lapsen omat vahvuudet. Näiden lisäksi lasta olisi tuettava kaikin mahdollisin tavoin, jotta tavoitteet saavutettaisiin. (Salasuo 2015, 15-16.) On tärkeää huomioida myös hyväksyntä ilman suorittamista, jotta lapsi ymmärtää olevansa rakastettu muulloinkin kuin vain saadessaan kannustavaa palautetta suorittamisesta (Viljamaa 2014, 179). Tavoitteena on vaikuttaa nuoreen niin, että hän on kykeneväinen itsenäiseen päätöksentekoon (Salasuo 2015; Viljamaa 2014).

4 TOIMINNALLISTEN RIIPPUVUUKSIEN ENNALTAEHKÄISY

4.1 Riippuvuus yleisesti

Tämän tutkielman toisena ja uusimpana teemana käytetään toiminnallisten riippuvuuksien ennaltaehkäisy -käsitettä. Tutkimukseni kannalta tämä näkökulma on merkityksellinen, koska sosiaalijärjestelmän rakenteet, kulttuuri, yhteiskuntapolitiikka sekä poliittiset päätökset vaikuttavat kehittyvän lapsen suuntaan (Bronfenbrenner 1979, 8). Myös riippuvuuksilla on kulttuuriset, poliittiset, taloudelliset, ideologiset vaikuttimet yksilöön. Addiktioita ylläpitävä toiminta, halut ja valtasuhteet katoavat taustalle, vaikka niitä myös synnytetään ja ylläpidetään poliittisiin ja taloudellisiin tarpeisiin. Addiktiot ovat kulttuurissa ja yhteiskunnassa valmiina, ja niitä tuotetaan jatkuvasti. (Ruckenstein 2014, 166.) Tämän vuoksi poliittinen toiminta on tarpeen (Alexander 2001, 19).

Alexander (2001) osoittaa, että esimerkiksi päihderiippuvuuksien eteen on ponnisteltu paljon koko 1900-luvun ajan niin Yhdysvalloissa kuin Euroopassa. Silti ponnisteluilla ei ole ollut merkittävää vaikutusta lukemattomiin haitallisiin elämäntapoihin, kuten uhkapelaamiseen tai liikasyömiseen. Ruckenstein (2014, 166) katsoo, että yksilökeskeinen ajattelu voi johtaa siihen, että addiktioita tarkastellaan irrallaan sosiaalisista ja yhteiskunnallisista yhteyksistään, eikä arkeen ja ihmisten tekemisiin kiinnitetä tutkimuksessa huomiota.

Ruckenstein (2014, 167) katsoo, että hyvinvointiyhteiskuntaa määrittävästä valtion ja kansalaisten välisestä työnjaosta seuraa se, että riippuvuuksien ajatellaan vaihtelevan hyödyllisestä, myönteisestä, terveestä elämäntavasta haitalliseen riippuvuussairauteen. Hyödylliset elämäntavat, kuten työ ja urheilu edistävät terveyttä ja tuovat yhteiskunnalle tuloja, kun taas haitalliset, esimerkiksi kemialliset, riippuvuudet uhkaavat tervettä ja yhteiskunnan toimintaa, ja taloudellisesta näkökulmasta käyvät kalliiksi veronmaksajille. Ohjauspolitiikka alkaa oikeuttaa itse itseään ja näin tuottaa addiktioita. Myös Alexander (2001, 1-2) ottaa voimakkaasti kantaa länsimaalaiseen yhteiskuntaan

ja sen vapaaseen markkinatalouteen sekä teolliseen vallankumoukseen. Riippuvuudet aiheuttavat haittavaikutuksia, ja ongelman ratkaisemiseksi tarvittaisiin perustavanlaatuiset poliittiset ja taloudelliset muutokset. Alexander (2001) huomauttaa, että muutos saadaan aikaan vain poliittisella päätöksenteolla ja realistisen keskustelun avaamisella. Yhteiskunnan olisi tunnustettava, että riippuvuutta tuotetaan massamarkkinoilla vapaakaupan ansiosta. Sekä yhteiskunnan että yksilön elämäntapojen tulisi muuttua, jotta voisimme rakentaa kestävämpiä ja terveempiä yhteisöjä toisistamme huolehtien.

4.2 Riippuvuuden määritelmä

Oxfordin yliopiston sanakirjan (2021) mukaan käsite riippuvuus (*addiction*) tarkoittaa sitä, että henkilö on kykenemätön lopettamaan tai olemaan tekemättä jotakin asiaa tai tapaa, joka on haitallista etenkin hänelle itselleen. Viljamaan (2011, 7) mukaan käsite *addictio* tulee latinan kielestä, mikä myös tarkoittaa suomeksi riippuvuutta eli jonkun valtaan jättäytymistä. Voimakas, toistuva halu ohjaa käyttäytymistä, ja näin ollen henkilölle voi syntyä haitallista tai haitatonta, henkistä tai fyysistä riippuvuutta aineen käytöstä tai toiminnasta.

Riippuvuus käsitteellä on kautta historian ollut erilaisia käyttötarkoituksia ja merkityksiä. Ajasta riippuen sanaa on käytetty myös eri yhteyksissä. Vielä 1500-luvulla latinan kieli määritteli sanan addikti ensisijaisesti adjektiivina, joka tarkoitti, että jokin asia tuntui muodollisesti sidotulta tai pakolliselta. Vasta 1900-luvun alussa sana addikti muuttui adjektiivista substantiiviksi viitaten erityisesti henkilöön, jolla on huumeriippuvuus. Se, miksi sanan eri käyttötarkoitukseen tulee kiinnittää huomiota, että nykyään termiä riippuvuus voidaan käyttää sanan sekä negatiivisessa että positiivisessa merkityksessä. Näin ollen termin normalisoiminen aiheuttaa sen, että pitkällä aikavälillä riippuvuutta aletaan nähdä yleisenä asiana, joka tapahtuu kaikille ihmisille. Riippuvuus on kuitenkin vakavasti otettava sairaus, joka on yksilölle tuhoisa. (Northpointrecovery 2021.) Myös Alter (2017, 28) kirjoittaa, ettei termiä tule

liiaksi yleistää, sillä psykologisen vangitsevuutensa vuoksi sen vakavuus on tunnistettava. Juuri se miten paljon vahinkoa addiktiiviset kokemukset voivat aiheuttaa yksilön kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille on tärkeää tunnistaa.

Vuonna 2007 American Society of Addiction Medicine (ASAM) selkiytti riippuvuuden terminologiaa, jotta diagnostiset kriteerit olisivat paremmin tulkittavia. ASAM määrittelee riippuvuuden olevan krooninen sairaus, johon liittyy monimutkaisia vuorovaikutuksia aivojen hermoyhteyksien, genetiikan, ympäristön ja yksilön elämäkokemusten välillä. Geenit määrittelevät osaltaan sen, kenelle riippuvuus voi syntyä, sillä kaikki eivät addiktoitu. Perimä yhdessä suotuisan ympäristön kanssa voivat laukaista riippuvuuden. (ASAM 2021.) Castrénin ja Alhon (2020) mukaan perimän ja sosiaalisten olosuhteiden lisäksi addiktiivista käyttäytymistä aiheuttavat myös erilaiset traumat sekä muut samanaikaisesti esiintyvät mielenterveyshäiriöt. Moustafan ym. (2018) mukaan tutkijat ovat havainneet, että traumaattisten tapahtumien kokeminen ennen yhtätoista ikävuotta liittyi potentiaalisesti suurempaan riskiin alkaa käyttämään esimerkiksi päihteitä.

Dosentti Marjukka Pajulo (2018) laajentaa riippuvuuden käsitettä ja sen kehittymistä, ja arvelee riippuvuuden mekanismin pohjaavan ainakin osittain samoihin neurobiologisiin ilmiöihin kuin aineriippuvuuksissa: dopamiinin eli mielihyvähormonin ja stressin säätelyn häiriötilaan. Pelit, sovellukset, tiedon halun loputtomat mahdollisuudet sekä laitteiden jatkuva mukana kulkeminen ja aukiolo altistavat huomaamatta riippuvuuden kehittymiselle ja luovat jatkuvan palautteen tarpeen. American Addiction Centers (2021) otaksuu, ettei riippuvuuden syntyminen ole yksittäinen kokeilukerta, vaan monimutkaisempi prosessi kuin yleisesti luullaan. Riippuvuus vaikuttaa aivojen palkitsemisjärjestelmään, onnellisuuden tunteeseen, muistiin ja motivaatioon. Myös Alex Blatt (2020) kuvailee riippuvuutta monimutkaiseksi prosessiksi, ja on samoilla linjoilla siitä, että se muuttaa aivojen palkitsemisjärjestelmää, ja näin ollen johtaa pakonomaiseen mielihyvän etsintään.

Riippuvuuden syytä on vaikeaa tunnistaa. Esimerkiksi työnteko ja ylisuorittaminen ovat tapoja paeta itsensä kehittämiseen. Tällaiset riippuvuudet

ovat nykypäivänä sosiaalisesti hyväksytyjä. Intensiivinen tekeminen luo hallinnan tunteen ympäröivässä kaaoksessa. (Blatt 2020; Salasuo 2014, 109.) Alexander (2001) tuo esille, että tutkimukset ovat osoittaneet päihteettömät elämäntavat liiallisuudessaan yhtä vaarallisiksi kuin päihderiippuvuus. Riippuvaiseksi voi tulla mistä tahansa toiminnasta tai pakkoajatuksesta. (Alexander 2001.) Viljamaa (2011, 19) vakuuttaa, että hyvästäkin asiasta, kuten lenkkeilystä, voi tulla pakkomielle tai riippuvuus, josta ilo katoaa täysin.

Viljamaa (2011, 19) ja Alexander (2001) jakavat saman ajatuksen siitä, että riippuvuus on nyky maailman pakonomainen elämäntapa etsiä turvaa niin päihteistä kuin rahasta, ruoasta tai muista aineellisista hyödykkeistä. Alexanderin (2001) mukaan moderni maailma on saanut yksilön irtautumaan läheisistä ihmissuhteista, perheestä ja yhteisöstä, jotka ovat välttämättömiä jokaiselle ihmiselle. Riippuvuudet toimivat näiden puutteiden korvikkeina – sairastuttaen. Riippuvuuksista puhuttaessa tunteiden ja mielialamuutoksen nähdään olevan myös osa määritelmää. Nakken (2015, 10) kuvaa riippuvuuksissa yhdistyvän kontrolloimatonta ja päämäärätöntä onnen ja rauhan etsimistä joko aineen tai toiminnan avulla. Hän myös näkee riippuvuuden prosessina, jonka kanssa ihminen eli addiktoitunut henkilö on tekemisissä. Oli kyseessä sitten rahapeli- tai syömisriippuvuus, addikti muodostaa aineeseen tai toimintaan omat tunteensa, joita hän toivomallaan tavallaan pyrkii muuttamaan. Tämän vuoksi tunteet ja käyttäytyminen ovat tutkimuksen kannalta merkittävässä roolissa.

4.3 Riippuvuuskäyttäytyminen

Yksilön addiktiivinen käyttäytyminen on moniselitteistä ja toisinaan jopa ongelmaista (Bessonoff & Kinnunen 2014, 181). Addiktioit voivat olla joko aineriippuvuuksia tai toiminnallisia riippuvuuksia. Kun riippuvuuden katsotaan liittyvän toimintaan, puhutaan *riippuvuuskäyttäytymisestä* eli toistuvasta tavasta tehdä jotakin. Toiminnallinen riippuvuus on suhteellisen uusi käsite ja kansainvälisestäikin kiivaasti tutkittu aihe. Käsite tunnetaan myös

nimillä *behavioral addictions*, *no-drug addictions* tai *new addictions*. Toiminnallisilla riippuvuuksilla on selkeät riippuvuuden kriteerit, joista rahapelaamisen ja digitaalisen pelaamisen on todettu aiheuttavan riippuvuutta. (Castrén & Alho 2020.)

Riippuvuuksia voidaan tarkastella neljästä näkökulmasta – psyykkisestä, fyysisestä, sosiaalisesta ja tapoihin liittyvästä (Maunu 2015, 199; Viljamaa 2011, 7). Päihderiippuvuudesta voidaan puhua, kun useiden kokeilujen jälkeen käyttö muuttuu säännölliseksi (Maunu 2015, 199). Ihminen on psykofyysissosiaalinen olento, mutta esimerkiksi toiminnallinen addiktio ei silti aina aiheuta fyysistä oireilua. Psykkinen ulottuvuus nähdään sillä, että aineella tai toiminnalla paikataan jokin tyhjä ”tila”, jota on täytettävä jollain tavalla. Ihminen keksii erilaisia uskomuksia toiminnan ihmeitä tekevästä vaikutuksesta: esimerkiksi nettipelit, joita ilman on vaikeaa olla. Tällöin ihminen on kiinni henkisesti riippuvuudestaan. Rajoitteet saavat ihmisen masentumaan tai ahdistumaan. Sosiaalinen riippuvuus viittaa kaveriporukkaan. Tapariippuvuudessa on kyse pinttymättömistä rutiineista, joista ei voi joustaa. (Viljamaa 2011, 9–10.)

Turvallisuuden tunne nähdään olevan lapsen kannalta riippuvuuksilta suojaava tekijä (Nakken 2015, 10). Jokainen lapsi haluaa kokea olevansa hyväksytty ja rakastettu. Turva kuuluu lapsen perustarpeisiin. (Luopajarvi 2013, 122.) Jos lapsi kasvaa kaltoinkohtelevassa ja addiktiivisessä perheessä, turvallisuuden tunne jää saavuttamatta, eikä hän opi luottamaan toisiin ihmisiin. Tämän seurauksena kiintymyssuhteet voivat vääristyä, ja riippuvuussuhteita voi alkaa syntyä emotionaalisen täyttymyksen tunnetta etsiessä. Riippuvuus voidaan näin ollen nähdä sairaalloisena tapana yrittää saavuttaa tämä täyttymys. Kipua ja tarpeita yritetään korvata esimerkiksi riippuvuussuhteella. (Nakken 2015, 14.)

Salasuo (2014, 109) esittelee brittiläisen sosiologi Anthony Giddensin teorian, jonka mukaan riippuvuus on ennen kaikkea seurauksena nykyajalle ominaisesta yksilöllistymisestä. Moderni maailma tulvii erilaisia virikkeitä. Yksilön asema on muuttunut ja tehnyt hänestä aiempaa haavoittuvamman.

Sinkkonen (2020, 246–255) arvioi, että mitä kypsymättömämmät aivot ovat, sitä alttiimpia ne ovat erilaisten riippuvuuksien kehittymiselle. Irrottautuminen on vaikeaa, oli sitten kyseessä päihderiippuvuus tai peli- ja digiriippuvuus.

Sinkkonen (2020, 246–255) jatkaa, että yksipuolinen ravinto ja vaikkapa sokeripitoiset virvoitusjuomat nostavat nopeasti verensokereita. Pelatessa lapsi usein istuu paikoillaan, ja sen seurauksena fyysinen kunto voi rapistua ja ylipaino lisääntyä. Ylipaino on kansallinen terveysongelma. (Sinkkonen 2020.) Itsehillinnän puutteen vuoksi lapset ovat erityisen alttiita addiktioille. Vaikka alkoholin ja tupakan myyntiä säännellään yhteiskunnissa, vain harva sääntelee käyttäytymisaddiktioita. Lapset voivat esimerkiksi pelata tietokonepeliä niin kauan kuin hänen vanhempansa antavat. (Alter 2017, 191.)

Liiallinen älypuhelimien ja digimedian käyttö nuorilla ja aikuisilla on todettu olevan yhteydessä unettomuuteen, mielenterveysongelmiin sekä muistin ja keskittymisen vaikeuksiin. Unettomuus itsessään lisää riskiä myös monille fyysisille sairauksille. Haittojen vaikutukset sekä vanhemmuuteen että pieniin lapsiin ovat toistaiseksi jääneet hämmästyttävän vähälle huomiolle. Tarkkaa tutkimusta esimerkiksi digiriippuvuuden yleisyydestä, vaikutuksista ja vaikutusten mekanismeista tarvitaan nopeasti. Puutteellisen varhaisen läsnäolon ja vuorovaikutuksen vaikutuksista lapsen kehitykseen on kuitenkin jo ennestään olemassa vankkaa kehityspsykologista näyttöä. (Pajulo 2018.) Myös Alter (2017, 18, 200–201, 205) katsoo, että uusien käyttäytymisaddiktioiden aikakausi on vasta alkanut, sillä selkeät haitalliset viitteet ovat jo nähtävissä. Addiktioita voidaan kuvata haitallisiksi, koska useimmiten ne syrjäyttävät muita tärkeitä perusasioita sosiaalisesta vuorovaikutuksesta terveyteen. Tästä huolimatta monet maat Yhdysvaltojen lisäksi eivät ole puuttuneet lasten käyttäytymisaddiktioihin. Ongelman katsotaan olevan yhteiskunnassa rakenteellinen.

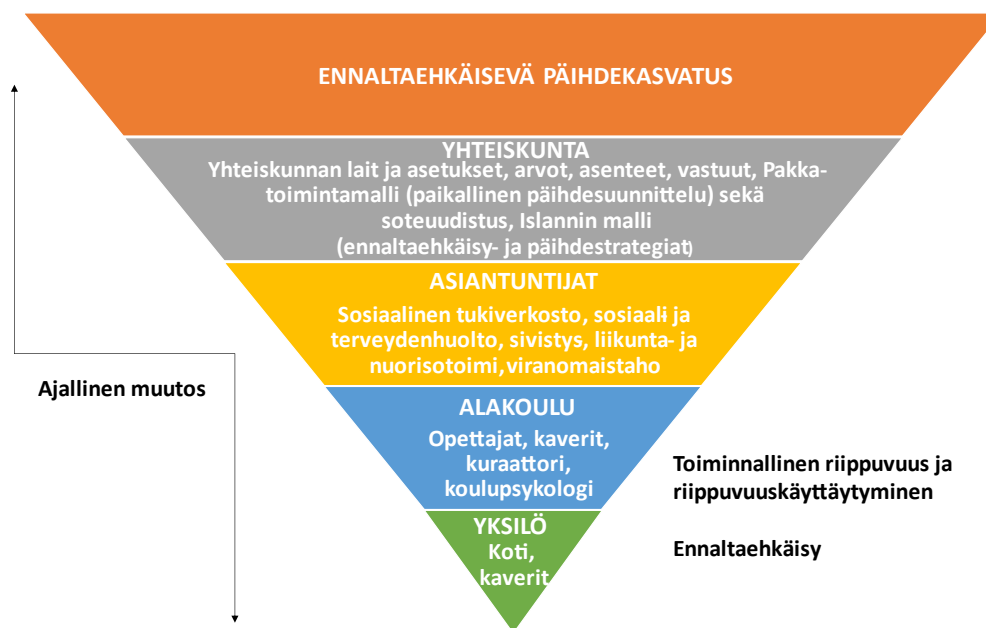
Vaikka toiminnallisia riippuvuuksia tutkitaan kansainvälisesti kiivaasti, Suomessa tutkimus on tällä hetkellä keskittynyt pelkästään rahapeliriippuvuuksien ympärille. Toiminnallisten riippuvuuksien hoitoon ei ole vielä Käypä -suositusta, vaan hoito on yhdenmukaista

päihderiippuvuuksien kanssa. (Castrén & Alho 2020; Komulainen, Lamberg & Tuunainen 2019.) Vaikka psykososiaalisia interventioita riippuvuuksien hoidossa on tutkittu verrattain paljon, tutkimustieto antaa hataria tuloksia psykososiaalisista hoidoista. Tästä huolimatta psykososiaalisten hoitojen katsotaan olevan osa riippuvuuksien hoitoa, joita tulee tarjota. (Komulainen, Lamberg & Tuunainen 2019.) Kansainvälisesti katsotaan myös, että toiminnallisten riippuvuuksien ennaltaehkäisyyn ja hoitoon sopivat hyvin samat menetelmät kuin muiden kroonisten sairauksien hoitoon (ASAM 2021). Riippuvuuden hoito kohdentuu nykyään sairauden sosiaalisiin ja käyttäytymiseen liittyviin tekijöihin. Hoitoina toimivat muun muassa kognitiivinen käyttäytymisterapia, hyvinvoinnista keskusteleminen, fyysisen kunnan ja ravitsemuksen parantaminen sekä ympäristömuutokset. Jos riippuvuutta ei hoideta, se voi aiheuttaa merkittäviä lääketieteellisiä, taloudellisia ja sosiaalisia ongelmia. (Blatt 2020.)

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

5.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Tässä tutkimuksessa tarkastellaan alakoulun ennaltaehkäisevää päihdekasvatusta asiantuntijoiden näkökulmasta niin yhteiskunnallinen kuin yksilöllinen taso huomioiden. Tutkimuksen tarkoituksena on erityisesti selvittää asiantuntijoiden näkemyksiä toiminnallisten riippuvuuksien ennaltaehkäisystä. Alla olevassa kuviossa tuon esille tämän tutkielman tärkeimmät teoreettiset käsitteet (ks. kuvio 2). Olen rakentanut pyramidin tasot Bronfenbrennerin (1979) kehitysmallin mukaisesti. Tasot ovat ennaltaehkäisevä päihdekasvatus, yhteiskunta, asiantuntijat, alakoulu ja yksilö.



KUVIO 2. Tutkielman teoreettinen viitekehys

Tämän kuvion avulla pyritään selkiyttämään systeemisiä tasoja tarkemmin. Ennaltaehkäisevä päihdekasvatus -taso toimii tämän työn kattokäsitteenä. Sen alapuolella toimii yhteiskunta lakeineen ja asetuksineen. Myös erilaiset ennaltaehkäisevät mallit ja päihdestrategiat kuuluvat siihen. Asiantuntija tasolla kuvataan erilaisia toimijoita, jotka ovat vuorovaikutuksessa yksilöön.

Alakoulu -tasolla toimivat opettajat, koulukaverit ja oppilashuollon ammattilaiset. Viimeisellä tasolla on yksilö perheineen ja hänen lähipiirinsä. Tällä tasolla katsotaan myös toiminnallisten riippuvuuksien ja riippuvuuskäyttäytymisen tapahtuvan. Kaikkia tasoja huomioi asioiden ja asenteiden ajallinen muutos. Tämä teoreettinen viitekehys ohjaa myös tutkielmani tutkimuskysymysten muotoilua.

Tutkimus on kaksiosainen, ja sen ensimmäisessä vaiheessa haastattelin kolmea päihdeasiantuntijaa ja toisessa vaiheessa neljää toiminnallisiin riippuvuuksiin erikoistunutta asiantuntijaa. Tutkin aihetta uudesta näkökulmasta, jotta tutkimuksesta olisi mahdollisimman paljon hyötyä lasten ja nuorten parissa oleville.

Tässä pro gradu -tutkielmassa tutkimuskysymykset täsmentyivät lopulta kahdeksi kysymykseksi:

1. Miten asiantuntijat kuvaavat alakoulun ennaltaehkäisevän päihdekasvatuksen yhteiskunnallisia ulottuvuuksia?
2. Millaisia näkökulmia asiantuntijoilla on yksilöllisestä ennaltaehkäisystä toiminnallisten riippuvuuksien osalta?

5.2 Tutkimuksen lähestymistapa

Päihdekasvatustyö ja toiminnalliset riippuvuudet ovat subjektiivisesti tulkittavia asioita, joten tutkiessani näitä teemoja asiantuntijoiden kokemusmaailmaan pääseminen on keskeistä. Tämän tutkimuksen tavoitteena on selvittää asiantuntijoiden näkemyksiä alakoulun ennaltaehkäisevän päihdekasvatuksen ja toiminnallisten riippuvuuksien eri ulottuvuuksia. Asiantuntijoiden kokemusten, näkemysten ja ajatusten ollessa keskiössä teemaa lähestytään laadullisella fenomenologis-hermeneuttisella ajattelutavalla.

Laadullista tutkimusta kuvaillaan ymmärtäväksi tutkimukseksi, sillä tutkittavaa ilmiötä voidaan joko ymmärtää tai selittää. Ihmistieteissä tutkijan tulee ymmärtää kokonaisvaltaisesti ihminen tutkittavana. Tutkijan tulee ymmärtää tutkittavien henkinen ilmapiiri, ajatukset, tunteet ja motiivit – eläytyen heidän maailmansa. Tämän vuoksi tutkijan on tärkeää tiedostaa koko ajan, mitä hän on tekemässä, ja esittää perusteluja sille. (Eskola & Suoranta 1998; Tuomi & Sarajärvi 2018, 28, 75.) Määrälliseen eli kvantitatiiviseen tutkimukseen verrattuna laadullisen tutkimuksen vahvuutena voidaan pitää erilaisten menetelmien hyödyntämistä monipuolisesti. Vaikka vaikutteita tuleekin monista ajattelusuunnista sekä tutkimustraditioista (Puusa & Juuti 2020), tietynlaisia ontologisia ja epistemologisia taustasitoumuksia voidaan pitää yhteisinä. Uskomukset, jotka liittyvät todellisuuteen ja tietoon, ovat konstruktivistisia. Näin ollen ilmiön ontologisena eli olevaisen perustana voidaan pitää todellisuuden rakentumisesta ihmisille. Tässä tutkimuksessa todellisuus näyttäytyy asiantuntijoille sosiaalisesti ja psykologisesti eri tavalla. (Heikkinen, Huttunen, Niglas & Tynjälä 2005, 347.)

Myös Patton (2002, 104) katsoo ihmisten kokemusten olevan keskeistä fenomenologisessa tutkimuksessa. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa korostuu puolestaan loogisanalyyttinen perinne, minkä vuoksi määrällistä ja laadullista tutkimusta on pidetty toistensa vastakohtina. Huomioitava on kuitenkin, etteivät menetelmät poissulje toisiaan kokonaan (Tuomi & Sarajärvi 2018, 72–74). Tässä tutkimuksessa kvalitatiivinen tutkimus on perusteltua, sillä tarkoituksena on saavuttaa erilaisia merkityksiä, joita asiantuntijat kokevat.

Tutkimuksen avulla yritetään ennemminkin ymmärtää ilmiöitä kuin etsiä absoluuttista totuutta asioista.

Tutkimuksessa korostuu fenomenologinen ajattelutapa. Fenomenologinen tutkimus käsittää juuri ihmisten kokemusmaailman, oli se sitten tiedostettu tai tiedostamaton (Vilkkä 2015, 118, 136–137). Tutkimuksessani fenomenologinen näkökulma tulee näkyviin haastatteluissa, joissa selvitetään asiantuntijoiden kokemuksia alakoulun ennaltaehkäisevästä päihdekasvatuksesta ja toiminnallisista riippuvuuksista. Tutkimuksessa korostuu tämänhetkinen käsitys ilmiöstä, ei niinkään yleistettävät teemat. Myös Lindseth ja Norberg (2004) toteavat haastateltavien kokemusten olevan merkityksellisintä. Fenomenologia keskittyy juuri näiden kokemusten ymmärrettävään merkitykseen.

Koska tutkimuksessa pyritään ymmärtämään asiantuntijoiden kokemuksia, hermeneuttinen ulottuvuus on myös läsnä. Tutkijan subjektiivinen tulkinta on kiedottuna omaan elettyyn sekä nykyiseen aikaan, kun pyritään ymmärtämään toisten kokemuksia (Laine 2010). Jotta tutkija voisi olla tutkimuksessaan objektiivinen tarkkailija, hermeneutiikan avulla pystytään selventämään eri tulkintojen ja ymmärtämisen mahdollisuudet. On huomioitava, ettei tutkijan tarkoitus ole vain samaistua tutkittavan kokemukseen, vaan ymmärtää hänen kokemukseensa liittyvä toiminta- ja ajattelutapa. (Vilkkä 2021.) Joka tapauksessa ihmisillä on aina jokin ajattelutapa käsitteineen edustaessaan näkemyksiään. Hermeneutiikan avulla tutkija etsii tulkinnalle mahdollisia säännönmukaisuuksia. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 35, 40.)

Fenomenologis-hermeneuttinen tutkimusote on perusteltua myös siinä mielessä, että siinä tutkijan on herkistytävä olennaisten merkitysten olemassaoloon niin kauan, kun tutkimme yhteistä maailmaa. Tämä merkitsee olennaista merkitystä eri käsitteistä, jotka meidän kaikkien on tunnettava voidaksemme edes keskustella toiminnallisista riippuvuuksista tai päihdekasvatuksesta, vaikkamme olisi välttämättä täysin tietoisia tästä oleellisesta merkityksestä. Käytämme siis yhteistä tuntemusta maailmasta, tässä tutkimuksessa peruskoulua, jossa päihdekasvatus tapahtuu. Kaikkien elettyjen

kokemusten perusta paljastaa maailman, jonka sisällä kasvaa merkityksellinen sisältö kaikkien kuultavaksi. (Lindseth & Norberg 2004.)

Koska tutkimuksessani on hermeneuttinen ulottuvuus, hermeneuttinen kehä kuvaa kyseistä metodia hyvin. Hermeneuttisen kehän avulla kuvataan sitä, miten tutkija ymmärtää tutkittavan ilmiön. Tutkija palaa aina takaisin tutkimuksen lähtökohtiin, kun hänen ymmärryksensä kasvaa oivallusten saattamana. Näin ollen muodostuu uusia oivalluksia, kun lähtökohtia alati korjataan tai luodaan. (Vilkkä 2021.) Tavoitteena on käsitteellistää kokemuksen merkitys niin, että jo tiedetty ja koettu tuodaan näkyväksi tietoisesti (Tuomi & Sarajarvi 2018, 41). Jotta omat lähtökohtani tulisivat läpinäkyvästi esille, seuraavassa alaluvussa aion avata omaa esiymmärrystäni, sillä kaiken ymmärtämistä edeltää aina jo aiemmin ymmärretty.

5.3 Esiymmärrykseni

Minun tulee tutkijana tarkastella omia lähtökohtiani, ihmiskäsitystä, ymmärrystäni ja teoriaa aiheesta. Ihmiskäsityksen osalta tämän tutkimuksen teon keskeisimmät käsitteet niin fenomenologisesta kuin hermeneuttisesta näkökulmasta katsottuna ovat kokemus, merkitys ja yhteisöllisyys (Tuomi & Sarajarvi 2018, 40). Tämän vuoksi esiymmärrykseni avaaminen ilmiöstä on tärkeää. Tutkijan oma suhde tutkittavaan aiheeseen ohjaa tutkimusta (Vilkkä 2020). Vuonna 2021 valmistuin kasvatustieteiden kandidaatiksi, joten olen opiskellut laajamittaisesti pedagogisia sisältöjä. Tämän vuoksi katson tutkittavaa aihetta omien pedagogisten käsitysteni kautta. Olen opintojen aikana huomannut, ettei perusopetuksen opetussuunnitelmaan ole erikseen kirjattu ylös päihdekasvatusta. Tämä sai minut alun perin tutkimaan aihetta jo kandidaatintutkielmaa tehdessäni. Kiinnostukseni ja onnistuneen kandidaatintyöni vuoksi jatkan aihetta myös pro gradu -tutkielmassa.

Tutkijana en voi tehdä tutkimusta täysin objektiivisesti, sillä eletyn elämäni subjektiivinen luonne näkyy aina jossakin yhteydessä. Tärkeää on kuitenkin suhtautua aineistoon avoimesti ja kunnioittavasti (Laine 2010).

Kandidaatintutkielmani käsitteli päihdeasiantuntijoiden käsityksiä päihdekasvatuksesta alakoulussa. Pro gradu -tutkielmani on jatkotutkimus, jossa haluan tutkia vielä syvemmin asiantuntijoiden näkemyksiä keskittyen toiminnallisten riippuvuuksien ennaltaehkäisyyn alakoulun päihdekasvatuksen osalta. Aihe on mielestäni erittäin ajankohtainen ja mielenkiintoinen, sillä toiminnallisista riippuvuuksista Suomessa on tehty vielä kovin vähän tutkimusta (Castrén & Alho 2020). Olen kahden alle kouluikäisen lapsen äiti, ja haluan olla tukemassa lasten hyvinvoivaa kasvua ja kehitystä. Uskon, että koulun tarjoamalla laadukkaalla opetuksella saadaan paljon aikaiseksi lasten hyvinvoinnin tukemisen osalta.

Ymmärrykseni päihdekasvatuksen merkityksestä alakoulussa kasvoi kandidaatintutkielmaa tehdessä. Tutkimus vahvisti tapaani ajatella ja toimia. Uskon vakaasti varhaiseen ja ennaltaehkäisevään puuttumiseen toiminnallisten riippuvuuksien osalta, ja koen että päihdekasvatusta tutkiessani saan myös mahdollisuuden kasvattaa omia lapsiani sekä tulevia oppilaitani kohti terveellisempää elämää ja asennetta: itseoivalluksen, vahvan minätietoisuuden harjoittelun ja terveen itsensä rakastamisen myötä.

5.4 Teemahaastattelu aineistonkeruumenetelmänä

Yleisimpinä aineistonkeruumenetelminä laadullisessa tutkimuksessa käytetään haastattelua, kyselyä, havainnointia tai erilaisista dokumenteista koottua tietoa (Tuomi & Sarajärvi 2018, 83). Silverman (2013, 199) toteaa, että haastattelemineen on ihmisille luonnollinen tapa kommunikoida keskenään. Tässä tutkimuksessa keräsin aineiston haastattelun avulla, jotta haastateltavien oma ääni tulisi mahdollisimman hyvin esille.

Haastattelu on metodina laadullisessa tutkimuksessa hyvin tyypillinen ja perustelluin aineistonkeruumenetelmä (Hirsjärvi ym. 2004, 160), kun halutaan vangita yksilön aidot käsitykset ja tunteet ”totuutta” selvittäessä. Tutkimuskysymysten kannalta haastattelu on metodina erinomainen, koska haastattelun avulla voidaan saada erittäin tärkeää tietoa tutkittavasta ilmiöstä,

ja tämän lisäksi tutkija voi haastattelun aikana kysyä tarvittaessa tarkentavia kysymyksiä haastateltavalta väärinkäsitysten oikaisemiseksi. (Puusa & Juuti, 2020; Tuomi & Sarajärvi 2018, 85.) Tutkimukseeni valikoitui puolistrukturoitu haastattelu, sillä sitä voidaan pitää väljempänä haastattelumuotona strukturoituun haastatteluun verrattuna (Tuomi & Sarajärvi 2018, 88). Haastattelu oli lähtökohtaisesti teemahaastattelu, mutta prosessin edetessä esimerkiksi kysymykset ja teemat esiteltiin vapaassa järjestyksessä kunkin haastateltavan kohdalla. Tärkeämpää oli keskittyä teemojen käsittelemiseen kuin liian strukturoitujen kysymysten esittämiseen.

Tutkijan tulee kunnioittaa haastateltavia ja heidän kokemuksiaan tutkimuksen aikana. Seurasin tätä Pattonin (2002) laatimaa ohjenuoraa valitsemieni teemojen lisäksi. Haastattelussa käytin selkeitä ja mahdollisimman ymmärrettäviä kysymyksiä. Haastattelussa on tärkeää antaa myös tarpeeksi aikaa vastata kysymyksiin sekä painottaa, ettei haastateltavan niin halutessaan tarvitse vastata kaikkiin kysymyksiin aiheen sensitiivisyyden vuoksi. (Patton 2002, 325.) Lisäksi tutkija voi toistaa kysymyksen uudestaan haastateltavan niin halutessa (Tuomi & Sarajärvi 2018, 85).

Tarkoituksena on saada mahdollisimman monipuolinen ja kattava aineisto aikaiseksi. McCracken (1988, 12–13) kokee haastattelun laadullisessa menetelmässä niin, että haastattelun tietoja ja tulkintoja voidaan ajatella molempiin suuntiin – niin haastateltavan kuin haastattelijan välillä. Haastattelussa olennaista on ymmärtää se, miten molemmat näkevät ja kokevat yhdessä maailman: tämä voi olla tutkijalle kuitenkin kompastuksen paikka. Liika sokeus omille oletuksille voi estää tutkijaa näkemästä selvästi. Hyvin suunniteltu haastattelu ja esiymmärrys ilmiöstä minimoivat tämänkaltaiset haasteet.

Ennen haastattelua pohdin tarkkaan rooliani haastattelun aikana ja päätin ottaa hyvin kuuntelevaisen otteen. Haastatteluissa ilmensin kuuntelevaista otettani vastaamalla haastateltavien vastauksiin aina lempeästi ymmärtäväsillä sanoilla. Vaikka pienet sanat voidaan kokea tai tulkita lakonisiksi, halusin osoittaa haastateltavilleni kiinnostusta sekä ymmärrystä ja olla ennen kaikkea

johdattelematta liikaa keskustelua. Tämän vuoksi minun oli tutkijana tarkoin mietittävä haastattelurunkoa sekä omia käsityksiäni, ettei mikään kysymys johdattelisi haastateltavaa liiaksi tiettyyn suuntaan. Tämä olisi tutkimuksen kannalta hyvin haitallista ja epäeettistä. Kysymykset (ks. LIITE 1) ovat tässä tutkimuksessa muodoltaan neutraaleja ja vapaamuotoisia, jotta haastateltavan omat näkemykset saataisiin kuuluville. Kokonaiskuva haastateltavien näkemyksistä on tärkeintä, jotta analyysi tapahtuisi vasta haastattelun jälkeen eikä haastattelun aikana. Vasta haastattelun lopussa kerroin haastateltaville enemmän siitä, miksi olen kiinnostunut tutkimaan juuri tätä kyseistä aihetta.

5.5 Tutkimukseen osallistujat ja tutkimusaineisto

Laadullisessa tutkimuksessa pohditaan usein sitä, kuinka paljon haastateltavia tutkimus tarvitsee, jotta tutkimus täyttäisi tieteellisen tutkimuksen kriteerit niin edustettavuuden kuin yleistettävyyden osalta (Tuomi & Sarajärvi 2018, 97). Tähän vaikuttavat tutkimuksen aihe sekä tutkimuskysymykset ja se, käytetäänkö harkinnanvaraista otantaa osallistujia valitessa (Silverman 2013, 203). Koska laadullisessa tutkimuksessa ei pyritä tilastollisiin yleistyksiin, huomio tulee kiinnittää vain ilmiön ymmärtämiseen. Näin ollen tutkimukseen kannattaa valikoida henkilöitä, joilla on mahdollisimman paljon tietoa tutkittavasta aiheesta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 98.) Tässä tutkimuksessa käytin harkinnanvaraista otantaa, koska tutkimukseen osallistujat valittiin tarkoituksenmukaisesti tietyn osaamisen ja sopivuuskriteerit täyttäen.

Alasuutarin (2011, 51) mukaan teemahaastattelussa käsitellään vain tiettyjä rajattuja teemoja, joten tämän vuoksi minun tuli valita tarkoin osallistuvien kohderyhmä. Tässä tutkimuksessa oli tarkoitus selvittää asiantuntijoiden näkemyksiä alakoulun ennaltaehkäisevään päihdekasvatukseen ja toiminnallisiin riippuvuuksiin, joten ensimmäinen kriteeri oli, että tutkimukseen osallistuvalla olisi mahdollisimman ehyt kuva toiminnallisista riippuvuuksista sekä tietoa päihdekasvatuksesta alakouluikäisten kontekstissa. Näiden kriteerien perusteella lähdin etsimään

sopivia henkilöitä tutkimukseeni. Hyödynsin internetiä selaillessi eri riippuvuusasiantuntijoita Suomessa. Hakusanoina käytin muun muassa ”toiminnalliset riippuvuudet ja asiantuntijat” tai ”riippuvuuskäyttäytyminen”. Onnekseni löysin muutaman Youtube-videon, jossa asiantuntijat olivat keränneet videomateriaalia riippuvuuksista. Lähestyin henkilöitä ystävällisesti sähköpostitse. Täten sain harkinnanvaraisesti tutkimukseeni osallistujia, jotka täyttivät kriteerini ja joiden oletin tietävän tutkittavasta ilmiöstäni mahdollisimman paljon. Koin haastateltavien saamisen tutkimukseeni hyvin vaivattomaksi.

Tutkimukseen osallistui yhteensä seitsemän asiantuntijaa ympäri Suomea. Tutkittaville lähetettiin sähköpostiviesti, jossa oli pyyntö tutkimukseen osallistumiselle. Tutkittaville kerrottiin, että tutkimukseen osallistuminen perustuu vapaaehtoisuuteen (Kuula 2011) ja tutkimukseen osallistumisensa voi halutessaan keskeyttää missä tahansa kohtaa tutkimusta. Pyysin tutkittavien suostumuksen kuittaamalla halunsa osallistua tutkimukseen sähköpostitse. Tutkimukseen osallistuminen varmistettiin vielä kerran haastatteluiden alussa. Haastateltaville ilmoitettiin myös, että aineisto tullaan tuhoamaan asianmukaisesti tutkimuksen päätyttyä.

Tutkittavien joukko koostui hieman erilaisista taustoista (ks. taulukko 1).

TAULUKKO 1. Haastateltavien perustiedot

Tutkittavat	Työnkuva	Montako vuotta alalla?
H1	Terveys- ja päihdekasvatuksen opettaja	Joulukuusta 2013 nykyisessä työpaikassa
H2	Kehittämispäällikkö	Seitsemän vuotta ehkäisevässä päihdetyössä
H3	Toiminnanjohtaja säätiössä, esimies	Säätiössä neljätoista vuotta ja opetuksessa viisi vuotta
H4	Erytisnuorisotyöntekijä lasten ja nuorten rikosten ennaltaehkäisy ja korjaavassa toiminnassa. Valistustyö kouluissa ja oppilaitoksissa.	18 vuotta
H5	Päihde- ja rahapeliriippuvuushoitojen ohjaaja, päihdehoitokeskus, yksityinen vastaanotto	15 vuotta
H6	Sivutoiminen yrittäjä	Noin viisi vuotta
H7	Yliopisto-opettajana kauppakorkeakoulussa, sivutoiminen hyvinvointialan yrittäjä sekä coaching- ja konsultaatioyrittäjä	20 vuotta

Tutkimukseen osallistui yksi terveys- ja päihdekasvatuksen opettaja, kehittämispäällikkö sekä erään säätiön esimies. Jokaista päihdeasiantuntijaa yhdisti akateeminen koulutustausta, ja he olivat kasvatustieteen maistereita taholtaan. Tutkimukseen osallistui myös muita oman alansa asiantuntijoita, joista yksi on erityisnuorisotyöntekijä, joka toimii lasten ja nuorten rikosten ennaltaehkäisy- ja korjaavassa toiminnassa. Toinen asiantuntijoista toimii päihde- ja rahapeliriippuvuushoitojen ohjaajana. Kolmas osallistuja oli sivutoiminen yrittäjä, joka on toiminut koulukuraattorin tehtävissä lasten parissa. Neljäntenä haastateltavana asiantuntijana oli kauppakorkeakoulussa toimiva yliopistonopettaja. Kolmas ja neljäs haastateltava osallistuivat yhteiseen haastattelutilaisuuteen. Tutkimukseen osallistuneet henkilöt olivat työskennelleet aloillaan monia vuosia, joten kohdejoukolla oli paljon tietämystä

tutkittavasta ilmiöstä. Tulososiossa käytän tutkittavista koodeja H1, H2, H3, H4, H5, H6, H7.

Haastattelut toteutettiin toukokuussa vuonna 2021 etäyhteyden välityksellä. Haastattelut kestivät 20–75 minuuttia. Haastattelut litteroitiin elokuun 2021 aikana. Toteutin litteroinnin peruslitterointitasoa käyttäen niin, että turhat toistot jätettiin pois. Litteroitua aineistoa kertyi Word-tiedostoon noin 57 sivua, fonttikoolla 12, Calibri-fonttia käyttäen, rivivälillä 1,5.

5.6 Aineiston analyysi

Aineisto analysoitiin laadullisen sisällönanalyysin menetelmin. Sisällönanalyysin voi tehdä joko aineistolähtöisesti, teorialähtöisesti tai teoriaohjaavasti. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä aineiston merkitys tuloksen kannalta on vahva, sillä aineistosta pyritään löytämään erilaisia yhtymäkohtia tutkimuskysymyksiin. Tuloksen ja aikaisemman teoretiedon ei tarvitse tällöin olla samaan suuntaan kulkevia. (Tuomi & Sarajärvi 2018; Vilka 2021.) Eskolan (2015, 188) mukaan teorialähtöinen analysointi lähtee liikkeelle yhdestä teoriasta, joka ensiksi esitellään ja sitten käsitteellistetään. Analyysin avulla katsotaan, kuinka paljon tukea teoria ja siitä johdettu hypoteesi saavat aineistolta. Salon (2015, 182) mukaan teoreettisten ideoiden tulisi olla osana prosessia aineistoa hankittaessa. Hyödynnän teoriaohjaavaa aineiston analyysia, joka on aineisto- ja teorialähtöisen analyysitavan välimuoto. Analyysin yläluokat ovat jo valmiina, mutta alaluokat luodaan aineistolähtöisesti (Tuomi & Sarajärvi 2018, 133).

Teoriaohjaava menetelmä sopii hyvin aineiston analyysiin, sillä sen avulla voin hyödyntää aineiston tietoja monipuolisemmin. Päihdekasvatustyöstä sekä riippuvuuksista on tehty lukuisia tutkimuksia, mutta kirjallisuutta alakoulun kontekstista löytyi vähemmän. Analyysin teossa tavoitteena oli oman ajattelun laajentaminen. Bronfenbrennerin (1979) teoreettisen viitekehyksen kulkiessa aineiston ajattelun mukana, saadaan tietoa tuotettua uudella tavalla (Salo 2015, 182).

Aluksi lähdin väljästi tuottamaan asiantuntijoiden kuvauksista teemoja, jotka sopisivat teorian käsitteiden alle (Eskola 2015, 194). Aineiston selkeyttäminen ja uuden esiin nostaminen tutkimuskohteesta on analyysin perimmäinen tarkoitus (Eskola & Suoranta 1998, 100). Analyysissä pyrin löytämään uusia näkökulmia tutkimuksessani ja nostamaan esille tutkimuksen tärkeimmät aiheet, jotteivat koodaamiseen tartu vain minulle entuudestaan tutut jo useampaan kertaan käytetyt käsitteet ja näkökulmat (Salo 2015, 182). Järjestin teemoja käsittelevät alkuperäisilmaukset uudelleen ja annoin aiheille nimet. Järjestelin aiheet ensiksi tavalliselle A4-paperille ja käytin erilaisia värikoodeja ilmauksille. Lopulta taulukkoon kirjaaminen oli selkeintä ja käteväntä, joten kopioin ilmaukset koneelleni Microsoftin Word-tiedostoon.

Etsin aineistosta bioekologiselle systeemiteorialle ominaisia piirteitä, jotka koskettivat yksilöä, hänen lähipiiriään, yhteisöä ja yhteiskuntaa ajallinen muutos huomioiden. Kuvailen sisällönanalyysin prosessia tarkasti ja esitän teemojen sisälle muodostuneet alateemat ja perustelut niille. Koska haluan saada tutkimuksen kannalta merkittävimmät sisällöt esiin, aineiston rajaaminen on tässä laadullisessa tutkimuksessa tärkeää (Tuomi & Sarajärvi 2018). Pyrin rajaamaan ilmiön ja aineiston niin, että sisällöt vastaavat hyvin tutkimuskysymyksiini.

Aloitin aineiston analysoinnin elokuussa 2021, jolloin perehdyin aineistooni hyvin huolellisesti lukien. Kirjoitin muistiinpanoja samalla ylös aineistoa lukiessani. Näin ollen sain paremman kokonaiskuvan aineistosta. Kuten aikaisemmin mainitsin, merkkasin ilmauksia eri värikoodeilla aineistoon, mitkä sopisivat kuhunkin yläkäsitteeseen kehitysmallissa. Liitin aineistosta poimitut alkuperäisilmaisut viiden yläkäsitteen alle. Nämä yläkäsitteet ovat mikro-, meso-, ekso-, makro- ja kronosysteemi. Aloin hyödyntää Tuomen ja Sarajärven (2018, 122) mallia tutkimuksen kolmivaiheisesta tulkitsemisestä ja aineiston alkuperäisilmauksien pelkistämisestä.

Koska tutkimukseni on kaksiosainen, kandidaatintutkielma oli otettava mukaan. Tarkoitukseni oli pureutua siihen oivaltavammin ja syvällisemmin kuin kandidaatintutkielmassa (Salo 2015, 187). Keskityin sekä vanhan että

uuden aineiston pelkistämiseen eli redusointiin. Etsin aineistosta tutkimuskysymysten kannalta oleelliset tiedot ja karsin pois merkityksettömät asiat (Tuomi & Sarajärvi 2018, 123). Kirjoitin alkuperäisilmaukset lyhyempään muotoon auki taulukkooni (ks. taulukko 2).

TAULUKKO 2. Esimerkki aineiston pelkistämisestä

Alkuperäisilmaukset	Pelkistetyt ilmaukset
"Me, jotka ei olla eletty nuoruutta silloin ku viel oli tämmöset maailmat, me ollaan ihan kalkkiksii, me ei ymmärretä näitä ilmiöitä." (H1)	Ilmiön ymmärtäminen

Pelkistämisen jälkeen alkoi aineiston toinen vaihe: ryhmittely eli klusterointi. Ryhmittelyn tarkoituksena on etsiä aineistosta samankaltaisuuksia tai eroavaisuuksia. Pelkistetyt ilmaukset supistetaan yhä yleisempään muotoon. Syntyvistä käsitteistä syntyy näin ollen alaluokkia. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 124.) Tutkijana minun tuli tarkkaan käydä läpi kaikki alkuperäiset ilmaukset, sillä aineisto oli laaja ja moni aineistossa ollut piirre tai ominaisuus sopi alaluokan kuvaukseen.

Viimeisessä osiossa aloitin teoreettisen käsitteellistämisen eli abstrahoinnin. Vaikka teoriaohjaava analyysi mukaileekin aineistolähtöistä analyysia, se eroaa siinä, miten abstrahoinnissa aineisto liitetään teoreettisiin käsitteisiin yläluokkien ollessa jo valmiina (Tuomi & Sarajärvi 2018, 133). Tässä vaiheessa järjestelin samankaltaiset ilmaukset vielä kerran uudelleen, jotta käsitteet tarkentuisivat oikeiden luokkien alle. Koska yläluokat olivat valmiina, yhdistin lopuksi tutkimuskysymysteni kannalta oleelliset tekijät ja tarkensin ryhmien teoreettista käsitettä. Alla olevasta taulukosta käy ilmi, miten aineisto on järjestetty Bronfenbrennerin (1979) mallin mukaisesti (ks. taulukko 3).

TAULUKKO 3. Esimerkki aineiston analysoinnista Bronfenbrennerin (1979) kehitysmallin mukaisesti

<i>Teoriaohjaava teema</i>	<i>Alkuperäisilmaus</i>	<i>Pelkistetty ilmaus</i>	<i>Teoreettinen käsitteellistäminen</i>
<i>Makrosysteemi</i>	"Mun mielestä se olisi tärkeää et siihen opetusohjelmaan kuuluis jo tietopaketit näistä asioista." (H5)	Perusopetuksen opetussuunnitelma	Lainsäädännöllinen perusta
<i>Eksosysteemi</i>	"Se on kuntien ja kaupunkien vastuulla näiden palvelujen järjestäminen." (H5)	Harrastustoiminta	Palvelujen tuottaminen
<i>Mesosysteemi</i>	" - - niin sit jos sitä aattelee vaikka tota WhatsAppin [pikaviestintäpalvelu älypuhelimille] suosituskärajaa 16 vuotta niin - - mun mielestä koulujen pitäis uskaltaa näyttää hyvää esimerkkiä ja käyttää niitä kanavia mitkä on iän puolesta sopivia." (H4)	Suositusikärajat	Suojatekijät
<i>Mikrosysteemi</i>	"Taustalla on koulukiusaamista, kuulumattomuuden tunnetta, yks kokee yksinäisyyttä." (H7)	Ulkopuolisuuden ja kuulumattomuuden tunteet	Riskitekijät
<i>Kronosysteemi</i>	"Nyt pitäis mennä sen lapsen asemaan tässä ajassa mikä nyt on." (H5)	Tässä ajassa myötäeläminen lapsen kanssa	Ajallinen muutos

Aineiston prosessimaisen analysoinnin jälkeen aloin tulkita tuloksia. Teoriaohjaavassa analyysissä muodostuneita teoreettisia käsitteitä käsitellään tarkemmin tulososiossa. Hirsjärven, Remeksen ja Sajavaaran (2009, 229–230) mukaan tulkinta mahdollistaa aineiston analyysissä nousseiden näkökulmien selkiyttämisen ja syvällisen pohdinnan. Koska ihmiset eivät havainnoi tai tulkitse asioita samalla tavalla, minun oli tutkijana harkittava tulosten monitulkinnallisuutta niitä pohdittaessa. Tulososassa peilaan aineistoa aikaisempaan kirjallisuuteen.

5.7 Eettiset ratkaisut

Kaikkia tutkimuksen tekijöitä velvoittaa sama hyvän tieteellisen käytännön noudattaminen. Tutkimusetiikka tarkoittaa sitä, että tutkijat noudattavat yleisesti hyväksyttäviä pelisääntöjä, jotka koskevat eettisesti kestäväää tiedonhankinta- ja tutkimusmenetelmiä. Lisäksi tutkija perehtyy huolellisesti oman tieteellisen kirjallisuuden asianmukaisiin tietolähteisiin. Rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus tutkimustyötä tehdessä sekä tutkimustuloksia esittäessä kuuluvat myös hyvään tieteelliseen käytäntöön. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 24; Vilka 2021.)

Minulla on tutkijana päävastuu tuntea tutkimuseettiset periaatteet ja toimia niiden mukaisesti tutkimuksen jokaisessa vaiheessa (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 23). Kuula (2011) korostaa, että ihmisen kunnioittamista ilmentävät arvot ovat keskeinen lähtökohta ihmistieteissä. Hän on listannut ylös tutkimuseettisen neuvottelukunnan tärkeimmät eettiset periaatteet, joiden avulla tarkastelen työni eettisiä ratkaisuja. Nämä laaditut eettiset periaatteet ovat tutkittavan itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, vahingon välttäminen sekä yksityisyys ja tietosuojat.

Kohdejoukolle ilmoitettiin kahteen otteeseen, että tutkimukseen osallistuminen perustuu vapaaehtoisuuteen. Tutkittavat ymmärsivät tutkimuksen aiheen sensitiivisen luonteen. Tutkijana minun tehtävänäni oli luoda turvallinen luottamuksen ilmapiiri ja kertoa, ettei osallistuminen aiheuta

tutkittavalle haittaa missään vaiheessa tutkimusta. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 25.) Vaikka haastattelut tapahtuivat etäyhteyden välityksellä, koin että haastateltavilla oli hyvä olla haastatteluiden aikana, koska he saivat itse määritellä ajan ja paikan, missä osallistuvat haastatteluun. Olin itse tietoisesti myös hyvin rauhallinen ja ymmärtäväinen kuuntelija haastatteluiden aikana, mikä lisäisi haastateltavien luottamusta ja turvaa.

Tutkimuksen aikana pidin huolen erityisesti tutkittavien henkilötietojen suojauksesta. Krakau & Haapalehto (2020, 225–227) tuovat esille vuonna 2018 EU:n yleisen tietosuojalain, jossa säädettiin muun muassa henkilötietojen käsittelyn perusteet. Henkilötieto on määritelty asetuksessa erittäin tarkasti ja tietojen käsittely pitää sisällään monenlaista toimintaa. Henkilötietojen käsittelyllä tarkoitetaan toimintoa tai toimintoja, joita kohdistetaan tutkittavien henkilötietoihin, esimerkiksi tietojen keräämiseen ja tallentamiseen, säilyttämiseen ja tuhoamiseen. Tutkijana minun tulee noudattaa huolellisuusperiaatteita tietosuojan suhteen, sillä se on tutkittavan perusoikeus, joka turvaa rekisteröidyn oikeuksien ja vapauksien toteutumisen arkaluontoisia tietoja käsiteltäessä. Näin ollen henkilötietoja on aina käsiteltävä lainmukaisesti ja rekisteröidyn kannalta läpinäkyvästi.

Rekisteröidylle eli tutkittavalle kerrottiin asianmukaisesti, miten heitä koskevia tietoja kerätään ja missä määrin henkilötietoja käsitellään. Tutkittaville lähetettiin sähköpostitse Kasvatustieteen laitoksen virallinen tutkimuslupa sekä tietosuojailmoitus, josta ilmeni koko tutkimuksen aihe. Korpisaari, Pitkänen & Warma-Lehtinen (2018, 306) pitävät henkilötietojen suojauksessa turvallista käsittelyä oleellisimpana. Tietojen turvaaminen tarkoittaa luottamuksellisuuden, eheyden ja käytettävyyden varmistamista myös teknisin toimin. Tutkimukseni turvatoimina oli pääsynvalvonta vain omalle tietokoneelleni ja tietojen turvallinen tallentaminen omalle ulkoiselle kovalevyllä. Tietojen minimointi on myös yksi tietosuojaperiaatteista, sillä tutkijana minun on tarpeellista pohtia mitkä tiedot ovat tutkimuksen kannalta olennaisia ja tarpeellisia suhteessa tutkimuksessa käsiteltäviin asioihin. Andreasson, Koivisto & Ylipartanen (2013, 102) painottavat, että tarpeettomat

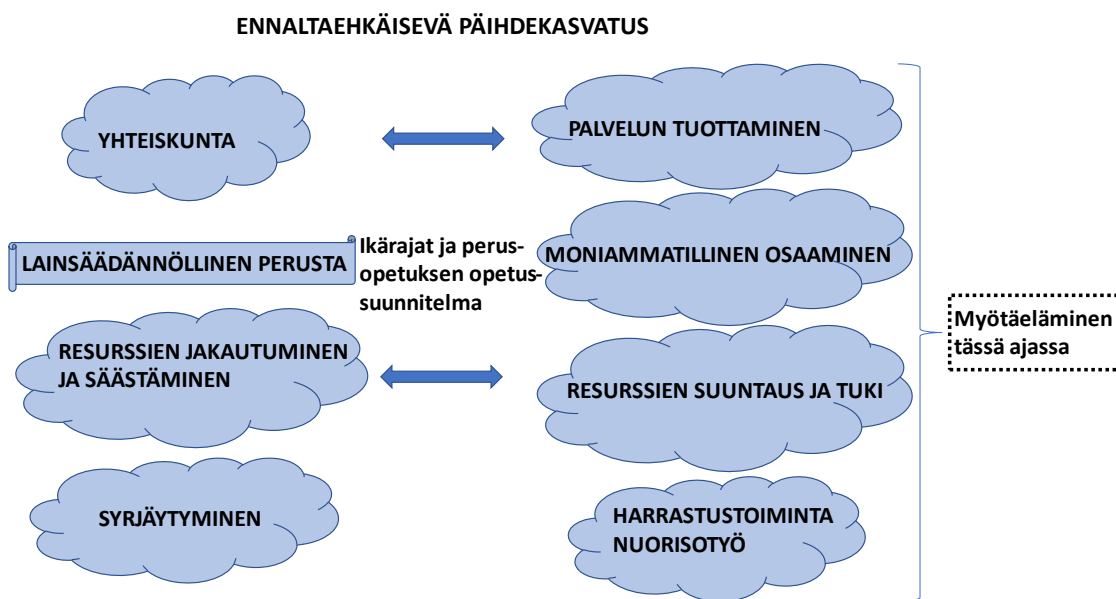
henkilötiedot on hävitettävä välittömästi, kun tiedot eivät ole enää tutkimuksen kannalta tarpeellisia. Tämä tieto oli määriteltynä tutkimusluvassa ja tietosuojailmoituksessa. Tutkittavien anonymiteetti pysyi suojassa litteroinnin aikana, sillä osallistujat merkattiin koodein H1-H7.

Koko tutkimuksen ajan noudatin vastuullisesti lakia, hyvää tietojenkäsittelytapaa sekä hyvää tiedonhallintatapaa (Korpisaari, Pitkänen & Warma-Lehtinen 2018, 309). Tutkimusaineisto tullaan hävittämään, kun pro gradu -tutkielmani valmistuu ja hyväksytään.

6 TULOKSET

6.1 Makrosysteemin vaikutus ennaltaehkäisyssä

Tutkimuksen ensimmäisen tutkimuskysymyksen tavoitteena oli selvittää, miten asiantuntijat kuvaavat alakoulun ennaltaehkäisevän päihdekasvatuksen yhteiskunnallisia ulottuvuuksia. Kuviossa 3 on koottuna ennaltaehkäisevän päihdekasvatuksen sisällöt asiantuntijoiden haastatteluiden perusteella. Ensimmäiseksi kuvaan asiantuntijoiden näkemyksiä makrosysteemin -tasolla ja sitten eksosysteemin -tasolla.



KUVIO 3. Ennaltaehkäisevän päihdekasvatuksen sisällöt yhteiskuntasysteemin ja eksosysteemin -tasolla asiantuntijoiden kuvaamana

Asiantuntijat olivat vastauksissaan yhtä mieltä *ikärajojen* lainsäädännöllisestä perustasta. **Lainsäädännöllinen perusta** miellettiin esimerkiksi näin: ”- - vaikka kuinka kiva olis ostaa sellainen peli - ni siinä on se ikäraja” (H5) ja lasten suojelemisesta ikärajoituksilla esimerkiksi näin: ”Lainsäädännöllinen

perusta suojella lapsia päihteiltä ikärajojen avulla” (H2). Asiantuntijoiden käsitykset vastasivatkin hyvin aikaisempaa käsitystä kasvatuksen perimmäisestä tarkoituksesta saada lapsi sopeutumaan hyvin johonkin ympäristöön, kuten yhteiskuntaan. Lapsi yritetään saada mukautumaan yhteiskunnan arvoihin, sääntöihin ja valmiisiin käyttäytymismalleihin ja näin ollen nämä toimivat ennaltaehkäisevällä tavalla (Viljamaa 2014, 21).

Huomionarvoista oli myös, että eräs asiantuntija nosti *perusopetuksen opetussuunnitelman* esiin. ”Mun mielestä olisi tärkeää et siihen opetusohjelmaan kuuluis jo tietopaketit näistä [päihde- ja riippuvuus-] asioista” (H5). Opetussuunnitelmat takaavat laadultaan ja laajuudeltaan hyvin vertailukelpoisen kokonaisuuden, sillä opetussuunnitelmiin sisällytetty terveysosaaminen varmistaa lapsille ja nuorille yhdenvertaisen opetuksen (Salasuo 2015, 29). Opetussuunnitelman sisältöihin kuuluvat terveyden edistäminen, sosiaalisten taitojen ja elämönhallintataitojen vahvistaminen (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2020, 177–178).

Resurssien jakautuminen geopoliittisesti epätasaisesti ja **säästäminen** yhteiskunnassa miellettiin myös ennaltaehkäisyn osa-alueiksi. Haastattelemani asiantuntijat kokivat, että erityisosaamisen tulisi jakautua tasapuolisesti yhteiskunnassamme, jotta lapset saisivat tasavertaista päihdekasvatusta. Esimerkiksi resurssien jakautumisesta *erityisopettajien palkkaamisen* osalta kerrottiin näin: ”Koulukuraattori joka koululle Suomessa, meiltä puuttuu tänä päivänä” (H5) sekä erityisosaamisesta säästämisestä esimerkiksi näin: ”Ku ei ainakaan täälläpäin Suomea, ei kunnilla, kaupungeilla oo rahaa joka ikiselle koululle tiputtaa sitä erityisosaamista mitä pitäs” (H4). Yhteiskunnan säästäminen näkyi myös lasten oppimisen tuen saamisessa heikentävällä tavalla.

Koulu saa aina lisää rahaa siitä, että se voisi palkata avustajii, mut käytännössä se ei sitten kuitenkaan näy aina siellä luokassa. Et lapsella on erityisen tuen päätös. Sit se ei kuitekaan saa hirveän paljon enempää tukea kuin muutkaan. (H6)

Että sellasta myös tukea ja apua olisi saatavilla entistä enemmän. - - et sitä vielä vahvistettas. Satsattaisiin vielä enemmän. Välillä kunnissa on alettu pikemminkin säästää tällasista. (H7)

Syrjäytyminen oli tekijä, jonka tutkimukseen osallistuneet asiantuntijat kokivat kalliiksi ja kuormittavaksi yhteiskunnallisesti. Asiantuntija (H2) koki, että sosiaaliseen yhteenkuuluvuuteen ja elämän mielekkyyteen panostaminen suojaavat yksilöä esimerkiksi päihdeongelmilta. Mikäli näitä ei ole, tällainen kehitys käy yhteiskunnalle kalliiksi, ja voi altistaa yksilöä syrjäyttävälle kehitykselle. Tulokset olivat samansuuntaisia kuin EHYT ry:llä (2020) ja THL:lla (2019.) Seuraavissa sitaateissa asiantuntijat korostavat miten tärkeää on ennaltaehkäistä syrjäytymistä yhteiskunnassa.

Nähtäs se pitkällä tähtäimellä, nää tulee kuitenkin yhteiskunnalle tosi kalliiksi, syrjäytyminen ja muut. Että jos sieltä joku kymppitonni säästetään vuositason sitten kuitenkin pitkäl tähtäimel, jos sieltä tulee joku syrjäytyminen, se tulee maksaa yhteiskunnalle satoja tuhansia et alettas mieltii pitkän tähtäimen satsauksina. (H7)

Isossa kuvassa meidän tavoite on, että kaikilla olis vähintään yks ystävä. Eikä kukaan tuntisi itseään ulkopuoliseksi. Tähdätään yksilön kannalta siihen, että hän pääsisi viettämään mielekästä elämää, ja sit jos sitä kansantaloudellisesti perustelee, se on selkee kustannussäästö. (H2)

Yllä olevissa sitaateissa ilmenee myös se, miten tärkeää lapsille ja nuorille on tuntee kuuluvansa johonkin ja että on edes yksi ystävä.

6.2 Eksosysteemin rooli ennaltaehkäisyssä

Palvelujen tuottaminen miellettiin ennaltaehkäisyn rakennusmateriaaliksi. *Moniammatillinen osaaminen* oli tekijä, jonka tutkimukseen osallistuneet asiantuntijat kokivat hyvin merkitykselliseksi ennaltaehkäisyssä. Eri yhteistyötahoista kerrottiin esimerkiksi näin: ”- - jokaisessa koulussa pitäis olla psykiatrinen sairaanhoito, psykiatrista tietämystä” (H5) ja oppilashuollon työntekijöistä esimerkiksi näin: ”Kuraattoreiden roolia pitäis myös lisätä, varsinkin näis erikoistapauksissa on sitten koulupsykologii tai kurattorii ni ne olisi myös helposti saatavilla.” (H7) Seuraavissa sitaateissa asiantuntijat kuvaavat moniammatillisuuden tärkeyttä ennaltaehkäisyssä.

Sit siellä [koulussa] olisi näitä yhteistyötahoja, joiden kanssa tehtäisiin yhteistyötä. (H7)

Toinen asia mikä pitäis niinku aina ymmärtää on se et vaikka me tehtäs mitä, vaikka me kuinka tehtäs sitä ennaltaehkäisevää työtä, vaikka me kuinka ohjettettaisiin kouluja ja

opettajia, vanhempia, aina vain käy niin et joku mahdollisesti sairastuu siihen riippuvuuteen. Niin silloin pitäis olla sellainen moniammatillinen, eri alojen ammattilaisten ketkä tekee nuorten kanssa töitä ni pitäis kuunnella eri riippuvuusammattilaisia. (H5)

Asiantuntijat kokivat kuntatalouden vaikeuksien ja leikkausten vaikuttavan *resurssien suuntaukseen ja tukeen* ennaltaehkäisevässä päihdekasvatustyössä. Erään asiantuntijan (H2) mukaan ennaltaehkäisevään päihdekasvatukseen kannattaisi suunnata resursseja. Toinen asiantuntija (H7) koki, että resurssipulaan vedotaan vain koska päättäjillä ei ole halua suunnata resursseja päihdekasvatukseen. Tutkimusten mukaan ennaltaehkäisevään toimintaan panostaminen tuo ajan saatossa säästöjä yhteiskunnalle (EHYT ry 2020). Seuraavissa sitaateissa asiantuntijat tuovat esille tuen antamisen tärkeyden ennaltaehkäisevälle päihdekasvatustyölle.

Monesti ept (ennaltaehkäisevä päihdekasvatustyö) nähdään kustannuseränä eikä hahmoteta tulevaisuuden säästöä korjaavissa kustannuksissa. (H2)

Käytännössä on käynyt, että kunnanpäättäjät vetoaa resursseihin, mutta ei ne oo enää monelle resurssikysymyksii. Enemmän ne on viitseliäisyyskii. (H7)

Lisäksi vastauksissa ilmeni palvelujen järjestämisen *vastuu*: ”Se on kuntien ja kaupunkien vastuulla näiden palvelujen järjestäminen” (H5). Asiantuntijan mukaan kuntien ja kaupunkien olisi huolehdittava, että lapset ja nuoret saisivat varhaisessa vaiheessa tietoa esimerkiksi riippuvuuksista.

Useat asiantuntijat olivat myös sitä mieltä, että *harrastustoiminta* on osa palveluja. Myös aikaisempien tutkimusten mukaan mielekkäät harrastukset lisäävät lapsen osallisuuden tunnetta ja kiinnittymistä osaksi yhteiskuntaa (Särkelä-Kukko 2020). Asiantuntijat kuvasivat harrastustoiminnan suojaavan päihteiltä ja riippuvuuksilta, kun lapsi tai nuori saa kokea onnistumisen tunteita mielekkään harrastuksen parissa.

Jokaisella lapsella ja nuorella olisi vähintään – – mielekäs harrastus, jossa saada onnistumisen kokemuksia. (H2)

Riippuvuuksissa, vaikka se peliriippuvuus ni se vie aikaa sitte reaalielämän sosiaalisilta suhteilta, muilta harrasteilta aika usein se vie aikaa pois. (H4)

Viimeinen esille noussut tema oli *nuorisotyön* merkitys palveluissa. Eräs asiantuntija kommentoi näin: ”– – nuorisotyö voisi olla koululla ja tavata nuoria

vaikka välitunnilla” (H2). Tarve turvallisista ja ammattitaitoisista aikuisista lasten elämässä ilmeni asiantuntijoiden haastatteluissa, sillä he kokivat että monta hyvää lapsille suunnattua projektia on lopetettu kustannussyistä. Huomionarvoista on myös, että voittoa tavoittelemattomat järjestöt järjestävät usein päihdekasvatusta.

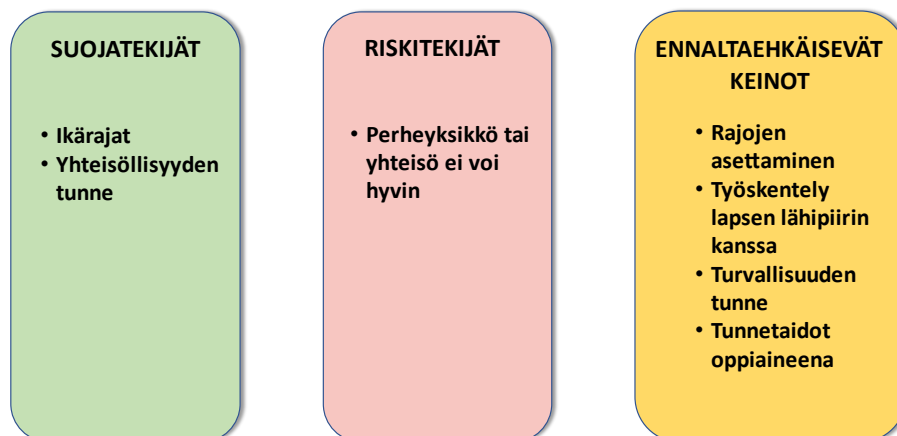
Yhessä koulussa, tosta on jo jokunen vuosi aikaa, niin Suomessa siellä koulussa oli ollut tällainen oma psykologi. Ku tuli vähän käytöshäiriöitä luokassa sen jälkeen, sen sijaan että oppilasta laitettiin jälki-istuntoon, heti ko se alkoi vähänkin enemmän häiritsemään, se otettiin kesken sen oppitunnin, et sä lähet nyt tonne psykologin juttusille, se ei ollut sellainen rangaistus vaan se oli merkinä siitä, että hei nyt sulla on jotain stressiä ja sä tarvita apu. Niin siitä tuli tosi hyviä kokemuksia. Oppilaat alkoi rauhoittuun, ne pääs puhuun kaikenlaisista ongelmista luottamuksellisesti kahden kesken psykologin kanssa. Mutta siitä huolimatta vaikka siitä tuli hyviä kokemuksia se lopetettiin. Siinä oli just nää taloudelliset syyt takana. (H7)

Ehkäisevä päihdetyö on Suomessa pääasiassa yhdistysten ja järjestöjen ylläpitämää toimintaa (voittoa tavoittelematonta). (H1 & H3)

Yllä olevissa sitaateissa ilmenee se, miten paljon lapset ja nuoret hyötyisivät heille kohdistuvista palveluista.

6.3 Ympäristön rooli ennaltaehkäisyyn

Tämän tutkimuksen toinen tutkimuskysymys etsi vastausta asiantuntijoiden näkemyksiin siitä, millaisia käsityksiä heillä on yksilöllisestä ennaltaehkäisystä toiminnallisten riippuvuuksien osalta. Jaottelin aineiston analyysivaiheessa ennaltaehkäisyn kolmeen alaluokkaan, jotka olivat *suojatekijät*, *riskitekijät* ja *keinot*. Kuviossa 4 on esitelty asiantuntijoiden näkemys ympäristöllisistä tekijöistä ennaltaehkäisyssä. Ennaltaehkäisy tapahtuu myös mesosysteemin - tasolla, joten ympäristö on oleellisena osana tämän kehitysprosessin sisältöä.



KUVIO 4. Ympäristölliset tekijät ennaltaehkäisyssä asiantuntijoiden näkökulmasta

Suojatekijöinä eräs asiantuntija kuvasi *ikärajoituksista* esimerkiksi näin: ”– – niin sit jos aattelee vaikka tota WhatsAppin [pikaviestintäpalvelu älypuhelimille] suosituskärajaa 16 vuotta niin – – mun mielestä koulujen pitäis uskaltaa näyttää hyvää esimerkkiä ja käyttää niitä kanavia mitkä on iän puolesta sopivia” (H4). Asiantuntija koki, että jos koulun aikuiset eivät noudata lainsäädännöllisiä rajoituksia, tämä ei ole johdonmukaista kasvatusta. Jokaisen aikuisen tulisi toimia omalla hyvällä esimerkillään kasvattajana lasten ja nuorten silmissä (EHYT ry 2020).

Yhteisöllisyyden tunne miellettiin myös yhtenä merkittävänä osa-alueena. ”Laaja yhteisöllisyyden tunne. Kyllähän tollanen luo turvallisuuden tunnetta, sitten ei olisi ongelmien kanssa yksin. Toisaalta se viestis sitä yhteenkuuluvuutta ihan sitä ihmisyyden perustaa: turvallisuuden tunne, yhteisöllisyyden tunne. Se vähentää stressii ja lisää hyvinvointia” (H7). Tämä ei yllätä, sillä Islannin mallissa korostuu juurikin yhteisöllisyys. Yhteenkuuluvuuden tunne toimii suojaavana tekijänä. Yhteinen tekeminen antaa merkitystä elämälle ja tunteen siitä, että lapsi tai nuori kuuluu johonkin

(Ruckenstein 2014, 173). Osallisuus jaetaan koko yhteisön kesken niin, että riskit tunnistetaan ajoissa (Nuorisotutkimusseura 2020).

Riskitekijöiksi asiantuntijat kuvailivat, että jos *perheyksikkö tai -yhteisö ei voi hyvin*, riskien mahdollisuus niin päihteiden kuin riippuvuuksien osalta kasvaa. Eräs asiantuntija totesi, että: ” – – se on aina sen koko perheyksikön asia, se ilmentää sitten sen perheyksikön sairautta tavallaan” (H6). Haastattelemani asiantuntijat kokivat erittäin tärkeäksi vanhemmuuden tukemisen ja syyllistämättömyyden kasvatuksessa. Koulun henkilökunta ja lasten vanhemmat kohtaavat toisensa vanhempainilloissa kouluympäristössä, missä koulu voi antaa tukeaan vanhemmille (H4). Myös UNODC ja WHO viittaavat vuoden 2018 julkaisussaan erilaisiin ennaltaehkäiseviin toimiin, joissa vanhemmuustaitoja tuetaan ja vahvistetaan (UNODC & WHO 2018, 6). Asiantuntijat kokivat, että opettajan on tärkeää luoda turvallinen ilmapiiri myös lasten huoltajille, jotta yhteistyö olisi mahdollinen ja myönteinen.

Jos se opettaja saa niissä vanhempainilloissa jo heti alusta alkaen semmosen arvostavan ja ei-leimaavan, ei-syyttelevän vaan semmosen tukevan ilmapiirin. Niin onhan se ihan merkittävä muokkausmahollisuus. (H4)

Mä oon samaa mieltä siitä, että me tehdään yhteistyötä lapsen vanhempien kanssa, mut välillä lapsen vanhemmillakin on huono itsetunto ja sitten kun aikaa kysellä lapsista ni lapsen vanhemmille saattaa tulla voimakas reaktio: ”Miten sinä tulet neuvomaan minua, miten mä kasvatan mun lasta tai haukutko sinä mua huonoksi äidiksi tai huonoksi isäks?”. Eihän se niin oo, mut se välillä kokee näin ja sit ollaan jo niinku poteroasemassa suojaamassa sitä. Jotenkin se tarvis saada silleen, ettei syyllistettäisi niitä vanhempia, mutta sitten saataisiin kuitenkin vanhempien käytöksessä aikaan muutosta. (H7)

Haastattelukysymyksissä asiantuntijoita pyydettiin kuvailemaan konkreettisia esimerkkejä ennaltaehkäisevistä **keinoista**. Vastauksista kävi ilmi, että *rajojen asettaminen* lapselle tai nuorelle on tärkeää. ”Rajat on välittämistä. – – lapsille rajojen asettaminen on suurinta rakkautta” (H5). Vaikka kasvatuksen nähdään olevan vanhempien vastuulla, koko lapsen ympäristö voi osallistua ennaltaehkäisevään toimintaan yhteisöllisesti (Nuorisotutkimusseura 2020). Eräs asiantuntijoista koki, että lapselle olisi parasta, jos lapsi itse osaisi rajoittaa toimintaansa. Jos itsensä rajoittaminen on haastavaa, aikuisen tehtävänä on luoda rajoja.

Etä jos ei se lapsi itse tajua niin silloin me voidaan luoda tällasii rajoja. Parempi olisi tietenkin, että se lapsi itse jo tajuais et okei mä haluan mennä tekemään jotain muutakin. (H7)

Lisäksi vastauksissa korostettiin *työskentelyä lapsen lähiympäristön ja -piirin* kanssa. Vanhempien kanssa tehtävästä yhteistyöstä kerrottiin näin: ”Opettajien ja vanhempien välisen yhteistyön kehittäminen” (H7) ja toivottiin enemmän vanhempainiltoja, joista kerrottiin esimerkiksi näin: ”Vanhempainiltatyypiset jutut” (H4).

Eniten vastauksissa korostettiin *turvallisuuden tunteen* merkitystä. Vastauksista kävi ilmi, että osallisuuden kokemus: ”Osallisuuden edistäminen” (H4), yhdessä suunnitteleminen: ”Ne [aikuiset ja lapset] suunnittelee koulua yhdessä, ne tekee asioita yhdessä” (H7), sekä tavallisten arkisten asioiden tekeminen yhdessä: ”Tavallisia asioita, olla läsnä, kuunnella, pelata yhdessä” (H5) tuovat turvallisuuden tunteen lapsille. Ongelmien ilmetessä niihin toivotaan nopeampaa reagointia: ”Nopeampi puuttuminen niihin ongelmiin – – lisittäisiin ylipäättänsä lasten hyvinvointia, silloin pahoinvoinnille jää vähemmän tilaa” (H7). Nämä asiat tuovat asiantuntijoiden mukaan turvallisuuden kokemuksia ja lisäävät lasten hyvinvointia. Eräs asiantuntija koki turvallisen aikuisen, jolla on aikaa lapselle erityisen tärkeänä.

Olis ees yks sellanen täyspäinen, turvallinen aikuinen. Ei sen tarvi välttämättä olla ees huoltaja, mut ois se yks aikuinen sen lapsen äärellä et kenellä olis turvallinen vaikutus, kontakti lapseen ja sit sellainen aikuinen, jolla olis sille lapselle aikaa. Pysähtyy aina välillä ees kerran päivässä kuuntelemaan et mitä sulle kuuluu ja missä mennään, ja niin se ihminen kuitenkin kaipaa sitä et minut on huomattu. (H4)

Viimeinen esille noussut tema oli *tunnetaitojen* lisääminen oppiaineeksi kouluun. Eräs asiantuntijoista kommentoi, että: ”Tunnetyöpajoja vois koulun oppituntien lisäksi, – – koulussa tulis sitä tunneosaamista lisätä. – – voitaisiin paljon laajemmin ottaa sitten valtakunnalliseen opetussuunnitelmaan ja koulukäytäntöön” (H7). Asiantuntijoiden käsitykset tunnetaitojen tärkeydestä elämässä vastasivat hyvin aikaisempaa käsitystä, sillä toiminnallisten riippuvuuksienkin osalta tunteet ovat osallisina riippuvuuksissa (Blatt 2020). Kaksi asiantuntijaa kokivat myös, että tunteet ovat osallisina riippuvuuksissa.

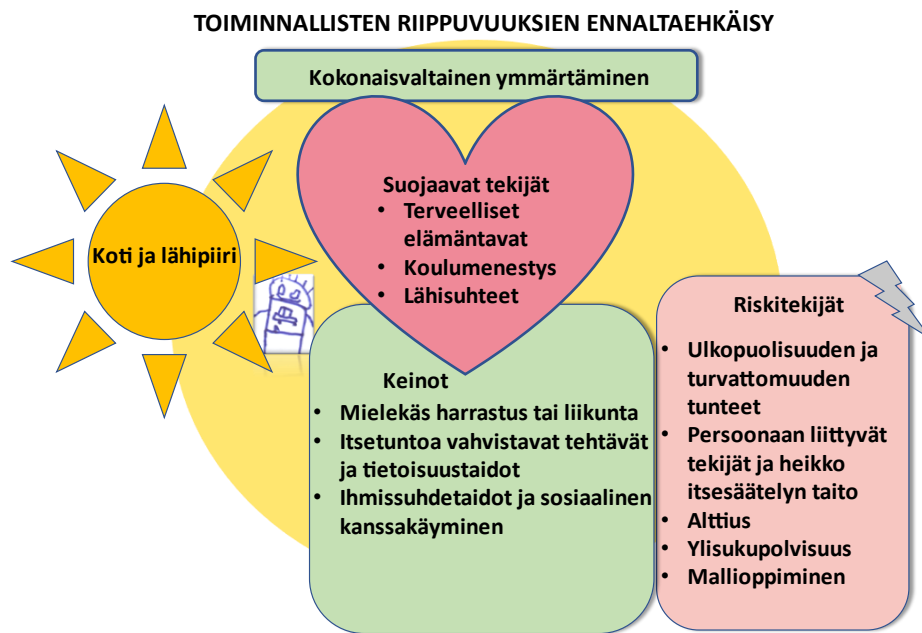
Mä tiedän et ihminen on semmonen et se toimii pääosin tunteiden varassa, jos pikkusen yritettäs edes sitä järkeä saaha näihin valintoihin ni mä uskon et me kaikki päästäs pienemmillä vaurioilla sitten eteenpäin. (H4)

Koska ympäristöön liittyvät tekijät ja sen ihmisen tunnemaailmaan liittyvät tekijät, sen pienen ihmisen persoonallisuuteen liittyvät tekijät, ne on yleensä niitä tekijöitä, jotka altistaa et se ihminen lähtee pelaamaan. – – rahapeliriippuvaisilla ei pelaa järki vaan sitä ohjaa tunteet – – nuori saa jotai tai ehkä pakenee jotain tunnetilaa sinne pelaamisen maailmaan. Kyllähän sitä sanotaan rahapelaamisestakin, että rahapelaaminen on monesti sen ihmisen tapa hallita, käsitellä sen ihmisen tunteita, kun ei ole muuta konstia koskaan ikinä maailmassa ennen oppinut. (H5)

Yllä olevissa sitaateissa ilmenee se, miten tärkeää ihmisen on oppia huomaamaan, milloin hän toimii tunteidensa varassa kuin järkipärisesti. Eräs asiantuntijoista viittasi itsereflektointiin, josta olisi hyötyä tunteidensa tulkitsemisessa.

6.4 Yksilölähtöiset tekijät ennaltaehkäisyssä

Kuvioon 5 olen laatinut aineiston vastausten pohjalta kuvion asiantuntijoiden käsityksistä yksilöllisistä tekijöistä toiminnallisten riippuvuuksien ennaltaehkäisyssä. Kuvion avulla pyrin esittämään, millaiset asiat toimivat suojaavalla puolella lapsen toiminnallisten riippuvuuksien osalta tai mitkä tekijät toimivat riskitekijöinä sekä millaiset konkreettiset keinot auttavat lasta, jottei toiminnallisia riippuvuuksia pääsisi syntymään ollenkaan. Tämän tiedon pohjalta kasvattajat voivat kohdistaa ennaltaehkäiseviä keinoja alakoulun oppilaille.



KUVIO 5. Yksilölliset tekijät toiminnallisten riippuvuuksien ennaltaehkäisyssä asiantuntijoiden kuvaamana

Suojatekijöinä toiminnallisten riippuvuuksien ennaltaehkäisyyn asiantuntijat kuvasivat *terveellisiä elämäntapoja* näin: ”Riittävä uni ja monipuolinen ravinto on ne mielenterveyden sellaisia hyvinvoinnin edellytyksiä” (H4) sekä esimerkiksi näin: ”Epäterveelliset elintavat aiheuttaa sairastumiskierteen. Taustalla olevat syyt tulee ratkaista, parantaa unta” (H7).

Koulumenestyksen katsottiin olevan merkittävä tekijä, sillä: ”Hyvä koulumenestys on suojaavalla puolella” (H2). Lapsen riski alkaa käyttämään päihteitä on suuri, jos esimerkiksi lapsi tai nuori epäonnistuu opinnoissaan ja on kiinnittynyt heikosti kouluun (Weis & Ross 2014, 150).

Läheissuhteiden tukeminen oli tekijä, jonka kaikki tutkimukseen osallistuneet asiantuntijat kokivat jopa tärkeimmäksi edellytykseksi ennaltaehkäisyyn. Asiantuntijat kuvasivat läheisten tuen saamista esimerkiksi näin: ”- - että se lapsi voisi kokea tullessa nähdyksi ja kuulluksi ja hyväksytyksi omana ihmisenään” (H6) ja näin: ”Mut kuinka se on tärkeä, et siellä on sellainen vanhempi, jonka kanssa voi jutella tästä [riippuvuudesta]”

(H1). Eräs asiantuntija koki, että läheissuhteet ovat hyvin merkityksellisiä ennaltaehkäisyssä.

Suojaavalla puolella on hyvät läheissuhteet. (H2)

Tutkittavien mukaan aidot sosiaaliset suhteet sekä vanhempien antama aito rakkaus lapselle toimivat suojaavana väylänä ennaltaehkäisevästi. Asiantuntijat kuvailivat aitoja ja lämpimiä suhteita esimerkiksi näin: ”Et olis aidosti rakastavan perheen tunnetta” (H7) ja rakkaudesta kommentoitiin esimerkiksi näin: ”Jokainen vanhempi ihan varmasti rakastaa omaa lastaan” (H6). Samansuuntaisia tuloksia oli myös Viljamaalla (2014). Ihmisen on vaikeaa kehittyä eheäksi, jos työkalut elämästä selviämiseen puuttuu sekä sosiaalinen tuki (Viljamaa 2014, 43, 45, 163–164, 175, 185). Eräs asiantuntija korosti rakkauden tunnetta ennaltaehkäisyssä.

Mä ainakin painottaisin sitä rakkautta tässä kaikista eniten. Et nyt suurin osa meistä saa aivan liian vähän rakkautta, vaikka olisi hyvästäkin perheestä niin sanotusti. Ni sitten sitä rakkautta kuitenkin ei ilmaista tarpeeksi. Me ollaan kauhean semmoinen kansa, joka on tosi paljon pään sisällä. Että me ei olla niin kauheesti siellä meidän sydämessä. (H6)

Asiantuntijat löysivät yksilötasolla lukuisia **riskitekijöitä** toiminnallisille riippuvuuksille. Lähes jokainen asiantuntija mainitsi riskitekijöiksi lapsen *ulkopuolisuuden* ja *turvattomuuden tunteet*. Asiantuntijat kuvasivat yksinäisyyttä esimerkiksi näin: ”Yksinäisyshän merkitsee aina suurta kipua – se ettei oo hyväksytty mihinkä porukkaan” (H1) ja koulukiusaamista esimerkiksi näin: ”Taustalla on koulukiusaamista, kuulumattomuuden tunnetta, yks koee yksinäisyyttä” (H5). Riskiä päihteiden käytölle lisää myös ulkopuolisuuden ja merkityksettömyyden tunne (Maunu 2015, 200). Asiantuntijat olivat vastauksissa yhtä mieltä turvattomuuden tunteesta. Jos lapsi koee turvattomuutta: ”Hän ei ole saanut tukea” (H7). Moni vastaajista koki myös, että riippuvuudella vastataan johonkin tarpeeseen tai tunteeseen. ”Riippuvuuskäyttäytymisessä on jollain tapaa sama mekanismi, et johonkin tarpeeseen vastataan” (H2). Moderni maailma on saanut yksilön irtautumaan läheisistä ihmissuhteista, perheestä ja yhteisöstä, jotka ovat välttämättömiä

jokaiselle ihmiselle. Riippuvuudet toimivat näiden puutteiden korvikkeina. (Alexander 2001.)

Vastauksista kävi myös ilmi *persoonaan liittyviä tekijöitä ja heikkoa itsesäätelyn taitoa*. Eräs haastateltava kuvasi esimerkiksi näin: ”Addiktioita ennustavia persoonallisuuden piirteitä ovat seikkailunhaluisuus ja huono itsesäätelytaito” (H6). Myös seuraavissa sitaateissa asiantuntijat korostavat persoonallisuuden ja heikon itsesäätelyn merkityksestä toiminnallisissa riippuvuuksissa.

Sen pienen ihmisen persoonallisuuteen liittyvät tekijät, ne on yleensä niitä tekijöitä, jotka altistaa et se ihminen lähtee pelaamaan. Ja sitten kun riippuvuus siitä syntyy niin siihen vaikuttaa vielä muut tekijät. (H5)

Se et jos ymmärtää jonkun vaikka, että nyt kun olen pelannut vasta neljä tuntia ja äiti tulee ja ottaa töpselin seinästä ja kun mä vedän kunnon raivarit niin, ni ymmärtää ekaks et miks se äiti veti töpselin irti ja toiseks et mistä se raivari sitten tuli, vois ehkä oppia ymmärtämään itse itseänsä rajoittamaan olis kaikkien kannalta etu. (H4)

Lisäksi vastauksissa tuotiin esille erityinen *alttius* riippuvuuksiin. ”Riippuvuuksista on todettu, että kellä on alttiutta riippuvuuksiin” (H5), eräs asiantuntijoista totesi. Ylisukupolvisuus miellettiin myös yhdeksi osa-alueeksi riskitekijöihin. ”Riippuvuudet ja siellä olevat traumat, onhan ne voinut myös periytyä sieltä ylisukupolvisesti” (H6). Addiktiivista käyttäytymistä aiheuttavat myös erilaiset traumat (Castrén & Alho 2020). Tutkimusten mukaan traumaattisten tapahtumien kokeminen ennen 11-vuotiaaksi liittyi suurempaan riskiin käyttää esimerkiksi päihteitä (Moustafa ym. 2018). Eräs asiantuntija kuvasi perinnöllisen alttiuden osuudesta riippuvuuden kehittämisessä.

Rahapeliriippuvuudestakin sanotaan et siellä on suurena vaikuttimena myös perinnöllinen alttius. Mitä nuorempana se alottaa rahapelaamisen, konsolipelaamisen tai päihteiden käytön, mitä nuorempana hän sen aloittaa, sen todennäköisempää on, että se riippuvuus kehittyy. (H5)

Eniten vastauksissa riskien osalta korostettiin *käytösalleja* eli mallioppimista käsitteen negatiivisessa merkityksessä. Käyttäytymismallista kerrottiin esimerkiksi näin: ”Käyttäytymismallit, ne juurtuu hirmu helposti” (H1) ja mallioppimisesta vastattiin esimerkiksi näin: ”Lapset näkee miten vanhemmat käyttää kännykkää, että sieltä tulee mallioppimista” (H7). Aikaisemmat tutkimukset tukevat myös mallioppimisen haittoja, sillä puutteellisen varhaisen

läsnäolon ja vuorovaikutuksen vaikutuksista lapsen kehitykseen on olemassa vankkaa kehityspsykologista näyttöä (Pajulo 2018). Addiktioita syrjäyttävät tärkeitä perusasioita sosiaalisesta vuorovaikutuksesta terveyteen (Alter 2017, 18). Eräs asiantuntija totesi lapsen olevan erityisen altis erilaisille riippuvuuksille mallioppimisen kautta.

Ton ikänen alakouluikäinen lapsi on minun mielestäni tosi herkkä tämmöselle mallioppimiselle. (H4)

Asiantuntijat nimesivät useita yksilöllisiä **keinoja** ennaltaehkäisyyn. Yhtenä näistä oli *mielekäs harrastus* tai *liikunta*. Eräs asiantuntijoista vastasi esimerkiksi näin: ” – riittävä liikunta – – on minun mielestä ne mielenterveyden ja hyvinvoinnin edellytyksiä” (H4). Lapsen mielekäs harrastus lisää osallisuuden tunnetta ja kiinnostumista osaksi yhteiskuntaa. Osallistuva yksilö on kiinnostunut vaikuttamaan omaan elämäänsä sekä haluaa vaikuttaa aktiivisesti yhteisönsä ja yhteiskuntansa koskevia toimia. (Särkelä-Kukko 2020.)

Haastattelukysymysten osalta asiantuntijoita pyydettiin kertomaan konkreettisia esimerkkejä ennaltaehkäisevistä keinoista. *Itsetuntoa vahvistavat tehtävät* ja *tietoisuustaidot* miellettiin tärkeäksi osa-alueeksi. Nuorten sosiaalisten taitojen vahvistaminen, henkisen sietokyvyn parantaminen ja emotionaalisen terveyden tukeminen suojaavat päihteiltä (Maalouf ym. 2019, 556). Seuraavissa sitaateissa asiantuntijat kuvaavat, millaiset keinot toimivat ennaltaehkäisevästi. Vastauksissa korostuvat itsensä rakastaminen ja arvostaminen sekä mindfulness-taitojen opetteleminen ja harjoittelu.

Kaikki semmoset keinot millä saadaan sitä lasta rakastamaan ja arvostamaan itseensä. Oli se sit se metodi mikä tahansa ni jokainen liike millä se lapsi oppii välittämään itsestensä ni silloin mennään aina oikeeseen suuntaan. Semmonen ihminen, joka arvostaa itseensä ja pitää omaa tulevaisuuttansa arvokkaana ja terveellä tavalla rakastaa itseensä, niin eihähän hän halua vahingoittaa itseensä. (H4)

Mindfulness-taitoja, niitä on vähän tullu, mutta ne on enemmän ollut yksittäisiä kouluja. Ja niin ne sano et sellaisia tietoisuustaitoja, läsnäoloa mitä opetettaisiin. (H7)

Opettajat, jotka on ollu ite kiinnostunut näistä, niin he sitten tuo näitä taitoja mindfulnessia ja muita tunnetaitoja luokkahuoneisiin. Mä näkisin, että sillä ainoastaan, että se opettaja jotenkin ottas sen säännölliseksi osaksi tätä arkea siellä, niin sillä on suurempia kauaskantoisempia vaikutuksia. – – kävin just siellä luokassa pitämässä vaikka mindfulnessia ja muuta, niin kyllä hirmu nopeasti ne [lapset] oppi. (H6)

Eniten vastauksissa korostettiin *ihmissuhdetaitojen* ja *sosiaalisen kanssakäymisen* merkitystä. Eräs asiantuntija kommentoi esimerkiksi näin: ”Ihmissuhdetaitojen ja sosiaalisen kanssakäymisen harjoittelu - - niin olisihan se ihan eri valmiudet kohdata toisia ihmisiä, eri tilanteita” (H7). Lapset ovat motivoituneita ylläpitämään läheisiä sosiaalisia suhteitaan, varsinkin vanhempiinsa. Lapsen kasvaessa rakennetaan ja ylläpidetään sosiaalisia suhteita niin ystävien, koulukaverien ja harrastusryhmien kanssa. (Alexander 2001, 3.) Turvalliset ja lämpimät perhesuhteet suojaavat tutkitusti lasta (EHYT ry 2020).

Ylipäättänsä jos me ollaan tasapainossa, suolisto ja mein ihmissuhteet, me ollaan tasapainossa niin ei me sitä silloin niin helposti kookututa. Me saatetaan pelata videopelii, katsoa tv-sarjaa, mut meillä on muutakin: kavereita, liikuntaa niin sitten ei oo samalla tavalla kookuttavaa. (H7)

Koska monesti sille riippuvuudel, jos nyt vaikka puhutaan mitä lapsilla yleisii et katsotaan jotain piirretty tai pelataan tietokonepelii. Sillä haetaan sitä mielihyvän tunnetta niin, mut että jos siel kotona onkin mielihyvän tunnetta, että me tehdään yhdessä kivoja asioita. Mitä nyt sanoin, pelataan lautapelejä, lauletaan, leikitään. Ni sille lapselle tulee jo niistä mielihyvähormoni ryöppyä niin ei se sitä kaipaa yhtä paljon sitä tietokonepelii tai jotain muuta ku se tietää et hei tää on niinku mukavaa leikkiä isän kanssa tai muuta. (H7)

Yllä olevista sitaateista ilmenee se, miten lapselle on erityisen tärkeää viettää aikaansa tavallisten asioiden äärellä - tasapainossa. Asiantuntijoiden mukaan mielihyvän kokeminen yhdessä olemalla tuottaa mielihyvän tunteita, jolloin se toimii ennaltaehkäisevänä keinona.

6.5 Ajallinen muutos yhteiskunnassa

Kronosysteemin merkityksen tässä tutkimuksessa muodostavat päihdekasvatuksen ja toiminnallisten riippuvuuksien **ajallinen muutos**. Yhteiskunnan moninaistuessa (Soilamo 2008, 55-56) muutoksia tapahtuu ajan kuluessa. Nämä muutokset vaikuttavat ihmisten asenteisiin ja toimintaan niin yksilöllisellä kuin yhteiskunnallisella tasolla. Tässä tutkimuksessa kronosysteemi näkyy haastateltavien puheessa esimerkiksi huomautuksina sivulauseissa.

Haastateltavat viittaavat puheissaan elettyihin menneisiin vuosiinsa, viitaten omiin nuoruudenaikaisiin kokemuksiinsa. Haastateltavat vertailevat

puheissaan omaa nuoruuttaan suhteessa tämän päivän lasten ja nuorten tilanteeseen. Näin ollen kronosysteemin vaikutusta voidaan arvioida ainoastaan jälkikäteen havainnoimalla. Eräs haastateltavista kertoi esimerkiksi näin: ”Toisaalta nuorten alkoholin käyttö on vähentynyt jatkuvasti ja raittius viimeisen kymmenen vuotta lisääntynyt tosi paljon” (H2) sekä toinen haastateltavista kommentoi esimerkiksi näin: ”Viimiset viistoista vuotta tai parikymmentäki vuotta niin päihdeettömyys on ihan selkee vaihtoehto” (H3). Aiemmat tutkimukset tukevat tätä väitettä myös, sillä tämänhetkinen päihdekulttuuri on tutkijoiden mukaan menossa oikeaan suuntaan: nuorille suunnatuista päihdeettömistä tapahtumista on viime aikoina ollut selvästi kysyntää sekä nuoret vastustavat vallalla olevaa päihdekulttuuria (Tapio 2018, 41).

Lisäksi muutosta päihdekasvatukseen tuovat erityisosajaajat, jotka toiminnallaan tuovat näkyväksi tämänhetkistä päihdekasvatuksen tilaa. Eräs haastateltavista toi *tässä ajassa myötäelämisen lapsen kanssa* esille esimerkiksi näin: ”Me tuodaan sinne jotain mikä herättelee sitä mielenkiintoa oikeeseen suuntaan ja tarjoaa näkemyksiä lapsille ja aikuisille siitä, että missä kohtaa tää maailma on nyt menossa” (H3). Ihmisten asenteita tutkimalla saadaan arvokasta tietoa siitä, miten päihteisiin suhtaudutaan tai mitkä päihdeet ovat tällä hetkellä muodissa. (EHYT ry 2020.) Lisäksi ilmiön *kokonaisvaltaisesta ymmärtämisestä* kerrottiin esimerkiksi näin: ”Me, jotka ei olla eletty nuoruutta silloin ku vielä oli tämmöset maailmat, me ollaan iha kalkkiksii, me ei ymmärretä näitä ilmiöitä” (H1). Päihdekasvatuksella halutaan lisätä ymmärrystä ja hallintaa päihdeilmiöistä sekä lisätä päihdetietoutta (EHYT ry 2020; THL, 2019).

Toiminnallisten riippuvuuksien osalta haastateltavat pohtivat riippuvuuden syntymistä. Huomionarvoista olikin, että asiantuntijat nostivat esiin sen, miten ennenkin oli riippuvuuteen johtavia houkutusia. Eräs haastateltavista muistelee omaa lapsuuttaan kertomalla näin: ”Jos ajattelee omaa lapsuuttaan 80-luvulla niin silloinhan ei netti koukuttanut ketään, mutta siihenkin aikaan oli sitten nämä tv-sarjat” (H4). Vaikka haastateltavat kuvailivat aikaisempia riippuvuuksien olemassaoloa, oli epäröintiä havaittavissa. Toinen

haastateltavista koki, että: "Se oli ihan toinen aika. Nyt pitäis mennä niinku sen lapsen asemaan tässä ajassa mikä nyt on" (H5). Hyvä päihdekasvatus on sitä, että ymmärretään ryhmiä, joihin nuoret kuuluvat, ja kunnioitetaan jokaista yksilöllisesti (Maunu 2012, 48; Maunu 2015, 202).

7 POHDINTA

Tämän pro gradu -tutkielman tarkoituksena oli selvittää alakoulun ennaltaehkäisevään päihdekasvatukseen liittyviä erilaisia ulottuvuuksia. Vastausta etsittiin kahden tutkimuskysymyksen avulla, joista toinen keskittyi yhteiskunnalliseen näkökulmaan alakoulun ehkäisevän päihdekasvatuksen osalta ja toinen yksilötason ennaltaehkäisevistä tekijöistä toiminnallisiin riippuvuuksiin. Tuloksissa painottui ikärajojen merkitys yhteiskunnallisesta näkökulmasta sekä yleinen turvallisuuden tunne ja läheissuhteiden merkitys myös yksilöllisellä tasolla ennaltaehkäisyn osalta. Myös harrastustoiminta lisäsi yhteenkuuluvuuden tunnetta. Asiantuntijoiden mukaan aikuisten tulisi huomioida ajallinen muutos niin, että pystytään myötäelämään lasten arjessa tässä ja nyt.

7.1 Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset

Tämän tutkimuksen mukaan ennaltaehkäisevää päihdekasvatusta alakoulussa yhteiskunnallisesti tukee lainsäädännöllinen perusta. Asiantuntijoiden mukaan ikärajat sekä perusopetuksen opetussuunnitelma suojelevat lasta. Tulokset niin resurssien kuin säästämisen osalta lisäsivät arvokasta ymmärrystä siitä, että miten tärkeää on saada palkattua erityisosaamista ja -opettajia tasavertaisesti Suomessa. Tämä tutkimus tuo näkökulmaa myös syrjäytymisestä aiheutuviin haittoihin yhteiskunnallisesti. Tällainen kehitys muodostaa erilaisten makrosysteemisen alakulttuurin yhteiskunnassamme. Voidaankin päätellä, että suomalainen yhteiskunta ei ole niin yhtenäiskulttuurinen kuin ajatellaan. Yhteiskunta ja kulttuuri toimivat rakenteellisina juurina yksilön ja hänen mikrosysteeminsä vuorovaikutussuhteissa. (Puroila & Karila 2001, 212.) Asiantuntijoiden käsitysten mukaan yhteiskunnallista eriytymistä on havaittavissa niin maamme väestön kuin työpaikkojen alueellisen

kehittymisenkin seurauksena, mikä niin ikään on kosketuksissa laadukkaan ennaltaehkäisevän päihdekasvatuksen toteutumiseen.

Tällä tutkimuksella selvitettiin, että myös palvelujen tuottamisella on merkittävä osuus alakoulun ennaltaehkäisevän päihdekasvatuksen osalta asiantuntijoiden mielestä. Moniammatillisen osaamisen lisäämisellä oli tämän tutkimuksen mukaan ennaltaehkäisevä teho. Etenkin resurssien suuntauksella ja tuen puuttumisella nähtiin negatiivisia seurauksia. Siitä syystä päihdepalvelut pyritään saamaan koulujen ja oppilaitosten yhteyteen niin, että vahvistetaan samalla sote- ja sivistysalan moniammatillista yhteistyötä. Perheitä halutaan tukea kokonaisvaltaisesti, jotta heidän hyvinvointinsa vahvistuisi. (THL 2021.) Tutkimustuloksena oli, että harrastustoiminnalla on myönteinen vaikutus ennaltaehkäisyssä. Tämä tulos oli aikaisemman kirjallisuuden kanssa samassa linjassa. Vaikka eksosysteemin ajatellaan olevan vuorovaikutuksessa yksilön kanssa vain välillisesti (Härkönen 2008), päihdekasvatuksen näkökulmasta näiden ympäristöjen osoittamat voimavarat ja tuki ovat olennaisen tärkeitä kasvatuksellisesti.

Tämä tutkimus tuo näkökulmaa siihen, mitkä asiat ovat yksilöllisesti oleellisia tekijöitä toiminnallisten riippuvuuksien ennaltaehkäisyssä. Tutkimuksessa todettiin ympäristön osalta, että suojaavana tekijänä toimivat ikärajat, läheissuhteiden tukeminen ja yhteisöllisyyden tunne. Jos yksilön perheyksikkö ei voi hyvin, se toimii asiantuntijoiden mukaan riskitekijänä. Kun lapsi kehittyy, hänen vuorovaikutussuhteensa monipuolistuvat ja laajenevat. Sosiaalisen verkoston merkitystä pidetään erityisen tärkeänä yksilön kehitykselle (Bronfenbrenner 1979, 81), sillä siihen kuuluminen on lapsen yksi perustarpeista (Avola & Pentikäinen 2019, 210). Tuloksista voidaan myös päätellä lukuisia eri ehkäisykeinoja. Haastatteluun osallistuneiden asiantuntijoiden mukaan turvallisuuden tunne oli kaikista tärkeintä, sillä se muodostuu muun muassa yhdessäolosta, tavallisista arkisista asioista ja osallisuuden edistämisestä. Lisäksi turvallisuuden tunnetta lisää nopea ongelmiin puuttuminen. Kiinnostava tulos oli, että rajojen asettaminen niin

yhteiskunnallisesti kuin vanhempien taholta sekä kasvattajien työskentely lapsen lähipiirin kanssa ja tunnetaidot miellettiin ennaltaehkäiseviksi keinoiksi.

Tämän tutkimuksen merkityksellisimmät tulokset olivat yksilöllisissä tekijöissä. Asiantuntijat pitivät suojatekijöinä terveellisten elämäntapojen noudattamisen, koulumenestyksen sekä läheissuhteet. Riskitekijöitä puolestaan lisäsivät ulkopuolisuuden sekä turvattomuuden tunteet ja esimerkiksi mallioppiminen vanhemmilta. Tämä tulos oli aikaisemman kirjallisuuden kanssa samoilla linjoilla (ks. Maunu 2015; Pajulo 2018). Persoonaa ja heikkoa itsesäätelytaitoa kuin alttiutta koskevat tulokset lisäsivät arvokasta ymmärrystä siitä, miten ylisukupolvisuus ja traumat ovat osaltaan lisäämässä riskiä riippuvuuksille. Asiantuntijat olivat yhtä mieltä myös ennaltaehkäisevistä keinoista. Tutkimuksissa todettiin, että mielekäs liikuntaharrastus ja osallisuuden tunne toimivat ehkäisevänä keinona. Asiantuntijoiden kokemuksen mukaan itsetuntoa vahvistavat tehtävät ja tietoisuustaidot toimivat ennaltaehkäisevästi ja tärkeimpänä on ihmissuhdetaitojen ja sosiaalisen kanssakäymisen harjoittelu. On selvää että, myönteiset kokemukset ryhmään kuulumisesta, kaverisuhteet ja sosiaalisten taitojen opettaminen vahvistavat suojatekijöitä (Marjamäki ym. 2016, 66).

Tällä tutkimuksella selvitettiin myös ajallista yhteiskunnallista muutosta. Bronfenbrenner lisäsi aikasynteesin kehitysmalliinsa vasta myöhemmin (Härkönen 2008). Tämä tutkimus tukee sitä ajatusta ajallisesti tapahtuvasta muutoksesta, joka on mukana yksilön kehityskulussa. Asiantuntijoiden mukaan tässä ajassa myötäeläminen ja ymmärrys olivat tärkeitä ennaltaehkäiseviä tekijöitä. Lasten ja nuorten kanssa työskentelevällä tulee olla ymmärrys kohderyhmän maailmaa kohtaan (Maunu 2012, 13–14, 24). Me aikuiset emme siis voi ajatella, että maailma lasten ympärillä pysyisi muuttumattomana.

Ensi silmäyksellä ekologisen systeemitteorian näkökulmasta ehkäisevän päihdekasvatuksen ja toiminnallisia riippuvuuksia katsottaessa merkityksellisintä olisi ennen kaikkea mesosysteemin eli ympäristön toimijoiden rooli lapseen ja hänen mikrosysteemiinsä. Kuitenkin tarkemmin

katsottuna mikään systeemi ei toimi ilman vuorovaikutusta toisiin systeemeihin: yksilö, ympäristö ja yhteiskunnan välinen vuorovaikutus vaikuttavat toisiinsa kokonaisvaltaisesti (Marjamäki ym. 2016, 13). Makrosysteemi eli yhteiskunta toimii koko systeemin ”sateenvarjona”, joka luo yhteiskunnallisen yhdenvertaisuuden lainsäädännöllisen perustan kautta. Kuntien ja kaupunkien tehtävänä on toimeenpanna ja organisoida yhteiskunnan sille antamat toimintatehtävät eksosysteemi -tasolla eli palvelujen tuottamisessa. Myöskään mesosysteemi eli ympäristö lapsen ympärillä ei voi toimia ilman yhteiskunnan ja palvelujen sille antamia toiminnallisia edellytyksiä. Lapsen ympäristössä toimivat henkilöt ovat niin sanotusti välillisesti vastuussa siitä, että toimeksiannot tulevat hoidetuksi, sillä päävastuu on aina palvelujen tuottajilla ja toimijoilla. Tällöin kasvatukseen samanaikaisesti osallistuvien systeemien keskinäistä yhteensopivuutta tulee tarkastella (Puroila & Karila 2001, 223). Johtopäätöksenä voidaan todeta, että ekologisen systeemiteorian pohjana on aina yksilö eli lapsi ja hänen mikrosysteeminsä, sillä ilman heitä koko järjestelmällistä tasoa ei olisi olemassa. Jokainen taso ekologisessa systeemiteoriassa tarvitsee toisiaan, ja jos jokin tasoista toimintoinen poistettaisiin, muut toiminnot lakkaisivat olemasta.

7.2 Tutkimuksen arviointi

Luotettavuus. Luotettavuutta on aina arvioitava erikseen yksittäistä tutkimusta tehdessä, jotta suurilta virheiltä vältyttäisiin. Totuutta etsiessä ei ole kuitenkaan mielekäästä puhua tulkintojen oikeellisuudesta tai vääryydestä (Tuomi & Sarajärvi 2018, 158, 161). Tästä huolimatta tutkimuksessa on aina arvioitava sen luotettavuutta. Laadullisesta tutkimuksen piiristä löytyy useita eri perinteitä, jonka vuoksi luotettavuustarkastelut voivat painottaa hyvin eri asioita. Tämä muutos on tapahtunut viimeisen parinkymmenen vuoden aikana. (Salo 2015, 169.) Tässä alaluvussa kuvaan tarkasti omat ratkaisuni tutkimusprosessissa. Peilaan tutkimukseni luotettavuutta Tuomen & Sarajärven (2018, 162) esittämään malliin.

Pro gradu -tutkielmani tarkoituksena oli selvittää asiantuntijoiden näkemyksiä alakoulun ennaltaehkäisevästä päihdekasvatuksesta sekä toiminnallisista riippuvuuksista. Tutkimuksen tavoitteena oli ymmärtää, mitkä tekijät toimivat suojaavalla puolella ja toimivat ennaltaehkäisevinä keinoina lasten ja nuorten arjessa. Luotettavuuden arvioimiseen ei ole täysin yksiselitteisiä ohjeita, mutta luotettavuutta lisää se, että tutkija tietää tarkoin, mitä on tutkimassa ja miksi (Tuomi & Sarajärvi 2018, 163). Korkeakouluopintojeni aikana olen tutustunut useaan otteeseen perusopetuksen opetussuunnitelmien perusteisiin. Jo kandidaatintutkielmassani huomasin, ettei päihdekasvatus ollut osana opetussuunnitelmaa. Lisäksi minua ohjaa voimakas intuitio lasten ja nuorten hyvinvoinnista huolehtimisesta oman äitiyteni vuoksi. Tämän työn avulla haluan kehittää omaa päihdekasvattajuuttani ja tietouttani, jotta voin toimia esimerkillisenä ja turvallisena aikuisena tulevaisuuden työssäni lasten parissa. Toiminnalliset riippuvuudet sekä päihdekasvatus ovat hyvin sensitiivisiä aiheita myös koulumaailmassa niin aikuisten kuin lastenkin keskuudessa, joten tiedostan hyvin tämän aiheen merkityksen. Tämä niin sanottu tabumainen luonne innosti minua tutkimaan aihetta vielä syvemmin.

Toiminnallisten riippuvuuksien ja ennaltaehkäisevien keinojen merkityksen tarkasteleminen laajempänä ilmiönä toimi yhtenä tutkimuksen tavoitteena. Aineisto kerättiin teemahaastattelun avulla puolistrukturoidusti. Vaikka teemat ohjasivatkin haastattelun kulkua, haastattelu toteutettiin kunkin haastateltavan kohdalla tilanteen mukaan.

Hirsjärven ja Hurmeen (2001, 58) mukaan kvalitatiivisessa tutkimuksessa pyritään tilastollisten yleistysten sijaan ymmärtämään jotakin ilmiötä syvemmin tai oivaltamaan uusia teoreettisia näkökulmia johonkin tapahtumiin. Tämän vuoksi teemahaastattelu oli aineistonkeruumenetelmänä hyvä valinta tutkimukseen. Jatkotutkimukseen osallistui yhteensä seitsemän oman alansa erityisasiantuntijaa, jotka työssään ovat kohdanneet toiminnallisten riippuvuuksien ja päihdekasvatuksen merkityksen alakoulu kontekstissa. Osa haastateltavista oli korkeasti koulutettuja tai he olivat työskennelleet laajasti ja

pitkäkestoisesti lasten ja nuorten parissa. Haastattelussa keskityttiin valikoituihin teemoihin, joten osallistujien harkinnanvarainen valinta oli erityisen tärkeää tutkimuksen kannalta. Tämä lisää tutkimuksen luotettavuutta, sillä tutkimukseen valikoitiin tutkittavia, joilla olisi mahdollisimman paljon tietoutta ja näkökulmia aiheeseen (Hirsjärvi & Hurme 2001, 48, 59).

Luotettavuuden ja eettisten ratkaisujen tarkastelu kulkee rinnakkain. Tuomi ja Sarajärvi (2018, 162) ovat mallintaneet selkeän listan, josta tutkija voi tarkastella helposti tutkittavien suojaa. Ennen haastattelua tutkittaville kerrottiin sähköpostitse tutkimuksen aihe ja tarkoitus. Tutkittaville kerrottiin asianmukaisesti, että he voivat keskeyttää tutkimukseen osallistumisensa missä tahansa tutkimuksen vaiheessa. Haastattelut toteutuivat keväällä 2021 yllättävän nopealla aikataululla, mutta kuitenkin suunnitelmien mukaisesti. Aloitin litteroinnit kuitenkin vasta syksyllä 2021. Litteroin haastattelut kokonaan, sillä en halunnut tässä vaiheessa rajat aineistosta mitään pois. Tutkimuksen luotettavuutta pohdittaessa tulee tarkastella tutkijan puolueettomuutta. Laadullisessa tutkimuksessa tutkija vaikuttaa oleellisesti tutkimuksen toteutukseen (Tuomi & Sarajärvi 2018, 160). Alaluvun 5.3 tarkoituksena on avata esiymmärryksen kautta omaa taustani sekä motivaatiotani aihetta kohtaa, jotta lukijalle välittyisi läpinäkyvästi oma intressini tutkimuksessa. Ymmärrän, että roolini äitinä ja kasvatustieteen opiskelijana vaikuttavat käsityksiini, mutta muodostaakseni syvemmän ymmärryksen ilmiöstä minun tulee tarkastella työtäni hyvin avoimin silmin.

Annoin aineiston analyysille paljon aikaa. Johtopäätöksistä tulee selkeitä ja luotettavia silloin, kun aineiston analyysi on selkeä (Salo 2015, 176; Silius 2005; Tuomi & Sarajärvi 2009). Haastateltavien näkökulma oli tutkimuksessani keskeinen tekijä. Tulokset osiossa pyrin tuomaan haastateltavien äänen mahdollisimman kuvaavasti esiin, jotta lukijalle välittyisi autenttinen kokemus siitä, miten tutkimuksen tulokset ovat muodostuneet. Yhtenä hyvän tutkimuksen kriteerinä pidetään johdonmukaisuutta (Tuomi & Sarajärvi 2018, 149). Ilmiö on hyvin laaja ja monisyinen, jonka vuoksi jokainen ajatukseni ei pääse tähän tutkimukseen. Tästä huolimatta pyrin kirjoittamaan

tutkimusraportin tarkasti vaihe vaiheelta, jottei mikään oleellinen asia puuttuisi. Yksilön kehitystä ja eri systeemitasoja samanaikaisesti tarkastellessa vaaditaan moniulotteisempaa pitkittäistutkimusta (Puroila & Karila 2001, 218).

7.3 Jatkotutkimusaiheet ja käytännön sovellukset

Tässä tutkimuksessa aineisto koostui mesosysteemin perspektiivistä. Olisi mielenkiintoista laajentaa tutkimusta lapsen ja hänen mikrosysteemiinsä, jolloin kyseeseen voisi tulla tutkiminen havainnoinnin kautta. Havainnoinnin avulla olisi mahdollisuus saada kokonaisvaltaisempi käsitys lasten käyttäytymisestä ja ajatuksista päihdekasvatuksesta. Lapsiin ja lapsen lähipiiriin keskittyminen toisi autenttista aineistoa päihdekasvatuksen sekä toiminnallisten riippuvuuksien tilasta Suomessa. Näin ollen varmistettaisiin kohdistetummat ennaltaehkäisevät toimet lapsille ja hänen lähipiirilleen niin, että ne vastaisivat yksilöllisesti kunkin perheen tarpeita.

Ennaltaehkäisevän päihdekasvatuksen lapsilähtöinen tutkimus olisi mielestäni yksi onnistumisen avaimista. Tässä tutkimuksessa lapsen ymmärrystä ennaltaehkäisevästä päihdekasvatuksesta ei tutkittu. Tulevaisuudessa olisi mielekästä tutkia ennaltaehkäisevää päihdekasvatusta myös resilienssin näkökulma huomioiden. **Resilienssi**-käsite tarkoittaa sellaisia kognitiivisia prosesseja esimerkiksi tapoja ajatella itsestä, elämästä ja lapsen kyvystä selvitä haastavien aikojen kohdatessa. Sisäinen puhe ohjaa ihmistä ja vaikuttaa yksilön tunteisiin ja käyttäytymiseen. Tätä hyvän resilienssin taitoa tulisi soveltaa alakouluikäisille lapsille, jotta lapsen usko omaan kykyihinkin voisi kehittyä. Tätä taitoa voi tietoisesti harjoitella ja opettaa. Resilienssissä on ennaltaehkäisevään päihdekasvatukseen kuuluvia elementtejä, kuten kannustaminen sinnikkyyteen, kykyyn säädellä ja tunnistaa omia tunteitaan, pysyvyyden kokeminen sekä kykyyn olla yhteydessä toisiin ihmisiin ja ennen kaikkea myötätunto itseään kohtaan. (Avola & Pentikäinen 2019, 29–30.)

Opin tämän työn myötä sen, että vaikka yhteiskunta ajan saatossa moninaistuu ja muuttuu, ihmisen perustavanlaatuiset tarpeet eivät olet

muuttuneet. Mielestäni meistä jokainen tarvitsee turvaa ja lämpöä, joita turvallinen ympäristö ja läheiset ihmissuhteet tuovat. Eräs asiantuntija nosti haastattelussa esiin sen, miten tärkeää kasvatustyötä jokainen aikuinen tekee esimerkillään välittämällä aidosti lapsista ja nuorista yhteiskunnassamme. Lähimmäisen rakkaus ja arvostus kumpuaa juurikin asiantuntijan kertomasta kohtaamisesta erään nuoren kanssa: "Vaikken mie sinnuu tunnekkaa, miun silmissä sie oot arvokas" (H4). Tämä on mielestäni yksi tämän tutkimukseni suurimmista ajatuksista. Välittämällä ja arvostamalla toinen toisiamme tuemme lasten itsetuntoa. Vahva itsetunto kannattelee lapsen yli kuoppien eli riippuvuuksien monisyisen verkoston, joihin voisi kompastua ja haitallisesti kiinnittyä. Tämä kokemus vie kohti itseoivaltamista, taitoa, jota yksilö tarvitsee tulevaisuudessa yhteiskunnassa elämiseen ja selviytymiseen.

LÄHTEET

- Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. 4. uudistettu painos. Tampere: Vastapaino.
- Alexander, B. 2001. The Root of Addiction in Free Market Society. <http://www.cfdp.ca/roots.pdf> (Luettu 17.10.2021).
- Alter, A. 2017. Vastustamaton: miksi emme pysty lopettamaan tsekkaamista, skrollaamista, klikkaamista ja seuraamista. Suom. K. Pietiläinen. Englanninkielinen alkuteos Irresistible: Why We Can't Stop Checking, Scrolling, Clicking and Watching. Helsinki: Terra Cognita.
- American Addiction Centers. 2021. Disease of Addiction. <https://americanaddictioncenters.org/disease-of-addiction> (Luettu 17.10.2021).
- Andreasson, A., Koivisto, J. & Ylipartanen, A. 2013. Tietosuojavastaavan käsikirja. Helsinki: Tietosanoma.
- ASAM. American Society of Addiction Medicine. 2019. Definition of Addiction. <https://www.asam.org/quality-practice/definition-of-addiction>. (Luettu 17.10.2021).
- Avola, P. & Pentikäinen, V. 2019. Kukoistava kasvatus. Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja. BEEhappy Publishing.
- Bessonoff, A. & Kinnunen, T. 2014. Ruumis halun taloudessa: Sääntely ja ahneuden hyve. T. Tammi & P. Raento (toim.) Addiktioyhteiskunta. Riippuvuus aikamme ilmiönä. Helsinki: Gaudeamus.
- Blatt, A. 2020. Addiction: A Complex Disease Requiring a Multifaceted Treatment Approach. <https://americanaddictioncenters.org/our-research/addiction-insights/multifaceted-treatment-approach> (Luettu 17.10.2021).

- Bronfenbrenner, U. 1979. The Ecology of Human Development. Harvard University.
- EHYT ry. 2020. Mitä on ehkäisevä päihdetyö? <https://ehyt.fi/paihde-peli-info/mita-on-ehkaiseva-paihde-tyo/> (Luettu 30.11.2020).
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Eskola, J. 2015. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat. Laadullisen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa R. Valli & J. Aaltola (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Halsall, T., Lachance, L. & Kristjansson, A. Examining the Implementatiton of the Icelandic Model for Primary Prevention of Substance Use in a Rural Canadian Community.
<https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-020-09288-y>
- Heikkinen, H., Huttunen, R., Niglas, K. & Tynjälä, Päivi. 2005. Kartta kasvatustieteen maastosta. Kasvatus 36 (5), 340–354.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Härkönen, Ulla. 2008. Teorian ja tutkimuskohteen vuorovaikutus – Bronfenbrennerin ekologinen systeemiteoria ihmisen kehittymisestä. Teoksessa A. Niikko, I. Pellikka, E. Savolainen (toim.) Oppimista, opetusta, monitieteisyyttä. Kirjoituksia Kuninkaankartanonmäeltä. Saatavissa sokl.uef.fi/verkkojulkaisut/monitiet/pdf/harkonen.pdf (Luettu 30.8.2021).
- Komulainen, J. Lamberg, T. & Tuunainen, A. 2019. Intensiivisen hoidon ja kuntoutuksen menetelmät riippuvuuksien hoidossa.
https://palveluvalikoima.fi/documents/1237350/26040988/Liite+1_+Systemaattinen+kirjallisuuskautsaus+riippuvuuksien+hoito+.pdf/17067dfb-9e4e-7194-62b8-77401a2264ff/Liite+1_+Systemaattinen+kirjallisuuskautsaus+riippuvuuksien+hoito+.pdf?t=1593581523671 (Luettu 26.12.2021).

- Korpisaari, P., Pitkänen, O. & Warma-Lehtinen, E. 2018. Uusi tietosuojalainsäädäntö. Helsinki: Alma Talent.
- Kosola, S., Niemelä, E. & Niemelä, S. 2018. Päihdekokeilut – normaalia nuoruutta vai alkava häiriö? *Duodecimlehti* 134(8):865–72. (Luettu 23.12.2020).
- Krakau, T. & Haapalehto, S. 2020. Tietopyynnöt ja henkilötietojen luovuttaminen. Helsinki: Alma Talent.
- Kuula, A. 2011. Tutkimusetiikka: aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Vastapaino.
- Laine, T. 2010. Miten kokemusta voidaan tulkita? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittavalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin* (s. 28–45). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Lindseth, A. & Norberg, A. 2004. A Phenomenological Hermeneutical Method for Researching Lived Experience. *S. J. Caring Sci*: 2004; 18; 145–153. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6712.2004.00258.x> (Luettu 11.5.2021).
- Luopajarvi, R. 2013. Mitä on olla lapsi? Teoksessa T. Nikkola, M. Rautiainen & P. Räihä (toim.) *Toinen tapa käydä koulua*. (s. 122). Tampere: Vastapaino.
- Maalouf, W., Stojanovic, M., Kiefer, M., Campello, G., Heikkilä, H. & El-Khatib, Z. 2019. Lions Quest Skills for Adolescence Program as a School Intervention to Prevent Substance Use – a Pilot Study Across Three South East European Countries. *Prevention Science*. doi.org/10.1007/s11121-019-01012-6.
- Marjamäki, E., Kosonen, S., Törrönen, S. & Hannukkala, M. 2016. Lapsen mieli. Mielenterveystaitoja varhaiskasvatukseen ja neuvolaan. Suomen Mielenterveysseura.
- Maunu, A. 2012. Ryyppäämällä ryhmäksi? Ehkäisevän päihdetyön karttalehtiä nuorten ja nuorten aikuisten juomakulttuureihin. Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry.

- Maunu, A. 2014. Miksi Jesse ja Jenna juovat? Nuoret aikuiset ehkäisevän päihdetyön kohderyhmänä. Teoksessa A. Inkinen, J. Kokkonen, & V. Ruuska. (toim.) Selvää synergiaa – eettisesti kantavaa päihdekasvatusta. Helsinki: Preventiimi ja HUMAK.
- Maunu, A. 2015. Päihteet, tunteet ja sosiaalisuus: Näkyvän päihdekäytön näkymättömät syyt. Janus sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti, 1 (2). <https://journal.fi/janus/article/view/51202>. (Luettu 6.12.2020).
- Mignon, S. I. 2015. Substance Abuse Treatment: Options, Challenges and Effectiveness. New York: Springer.
- Moustafa, A. ym. (2018). The Relationship Between Childhood Trauma, Early-life Stress, and Alcohol and Drug Use, Abuse, and Addiction: An Integrative Review. *Current Psychology*, 1–6. DOI: 10.1007/s12144-018-9973-9. (Luettu 17.10.2021).
- Nakken, C. 2015. Addictive Personality. I. Antti-Poika (suom.) Minä ja riippuvuus. Lennart Sane Agency.
- Northpointrecovery. 2021. A Slave for Addiction: The Origins of the Word. <https://www.northpointrecovery.com/blog/slave-addiction-origins-word/> (Luettu 17.10.2021).
- Normann, M., Odell, H., Tapio, M. & Vuohelainen, E. 2015. Nuorisolan ehkäisevä päihdetyö – hyppää kyytiin! 3. painos. Helsinki: HUMAK.
- Nuorisotutkimusseura. 2020. Jääkaappimagneetteja tulen ja jään maassa – Islannin mallia etsimässä. <https://www.nuorisotutkimusseura.fi/nakokulma53> Luettu 12.10.2021.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2020. Perusopetus 2020 – yleiset valtakunnalliset tavoitteet ja tuntijako. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-485-913-4>. (Luettu 6.12.2020).
- Oxford English Dictionary. 2021. The Definite Record of the English language. “addiction”. <https://www.oed.com/view/Entry/2179?redirectedFrom=addiction#eid> (Haettu 17.10.2021).

- Pajulo, M. 2018. Viekö älylaite vauvalta vanhemman? Lääkärilehti.
<https://www.laakarilehti.fi/ajassa/nakokulmat/vieko-alylaite-vauvalta-vanhemman/?public=efb169f75869641060e57f031591d8b0> (Luettu: 7.6.2021).
- Patton, M. 2002. Qualitative Research & Evaluation Methods. Thousand Oaks (CA): SAGE.
- Poijula, S. 2007. Lapsi ja kriisi. Selviytymisen tukeminen. Helsinki: Kirjapaja.
- Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014.
<https://eperusteet.opintopolku.fi/#/fi/perusopetus/419550/sisallot/478973> (Viitattu 30.11.2020).
- Puroila, A-M. & Karila, K. 2001. Bronfenbrennerin ekologinen teoria. Teoksessa K. Karila, J. Kinos & J. Virtanen (toim.) Varhaiskasvatuksen teoriasuuntauksia. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Puusa, A. & Juuti, P. 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus.
- Pyökkänen S. & Vuohelainen, E. 2014. Ammatillisen päihdekasvatuksen eettiset toimintaperiaatteet. Teoksessa A. Inkinen, J. Kokkonen & V. Ruuska (toim.) Selvää synergiaa – eettisesti kantavaa päihdekasvatusta. Helsinki: Preventiimi ja HUMAK.
- Ruckenstein, M. 2014. Raha ja addiktiot ajan sykklisessä taloudessa. T. Tammi & P. Raento (toim.) Addiktioyhteiskunta. Riippuvuus aikamme ilmiönä. Helsinki: Gaudeamus.
- Salasuo, M. 2014. Omistautuminen – tapa hallita mahdollisuuksien paljoutta. T. Tammi & P. Raento (toim.) Addiktioyhteiskunta. Riippuvuus aikamme ilmiönä. Helsinki: Gaudeamus.
- Salasuo, M. 2015. Vaikuttamisen keinot. Teoksessa M. Soikkeli, M. Salasuo, A. Puuronen & M. Piispa. Se toimii sittenkin - kuinka päihdevalistuksesta saa selvää. Helsinki: Nuorisotutkimusseura.
- Salo, U-M. 2015. Simalabim, sisällönanalyysi ja koodaamisen haasteet. Teoksessa S. Aaltonen & R. Högbacka (toim.) Umpikujasta oivallukseen. Refleksiivisyys empiirisessä tutkimuksessa. Tampere University.

- Silverman, D. 2013. Doing Qualitative Research. 4. painos. SAGE.
- Sinkkonen, J. 2020. Onnellinen lapsi. Helsinki: WSOY.
- Soikkeli, M. 2015. Päihdekasvatus, ehkäisevä päihdetyö ja koulu. Teoksessa M. Soikkeli, M. Salasuo, A. Puuronen & M. Piispa. Se toimii sittenkin - kuinka päihdevalistuksesta saa selvää. Helsinki: Nuorisotutkimusseura.
- Soteuudistus. 2021. Tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskusohjelma. <https://soteuudistus.fi/tulevaisuuden-sosiaali-ja-terveyskeskus-ohjelma> (Luettu 26.12.2021).
- Särkelä-Kukko, M. 2020. Päihteiden käyttö ja yhteiskunnallisen osallisuuden ongelmat. <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/paihteet-ja-yhteiskunta/paihteidenkaytto-ja-yhteiskunnallisen-osallisuuden> (Luettu 30.11.2020).
- Tapio, M. 2016. Päihdekasvatuksen pedagogiikka oppilaitoksessa – Harkittua mutta luovaa. Kasvatus 47 (1), 60–65.
- Tapio, M. 2018. Normihommia ja norminrikkooja - päihteiden paikka nuorten arjessa. Teoksessa M. Kolehmainen & J. Kuivakangas. Sitä samaa(ko)? Päihdekasvatuksen soundcheck. Helsinki: HUMAK.
- THL. 2020. <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/paihdetutkimus/tutkimustuloksia> (Luettu 11.10.2020). <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeyoty/paihdekasvatus-ja-valistus> (Luettu 12.10.2020).
- THL. 2021. Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma (LAPE). <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/lapsi-ja-perhepalveluiden-muutosohjelma-lape> (Luettu 26.12.2021).
- Tietosuojavaltutettu. Tieteellinen tutkimus 2020. <https://tietosuoja.fi/tieteellinen-tutkimus> (Luettu 1.12.2020).
- Tammi, T. & Raento, P. 2014. Addiktioyhteiskunta. Riippuvuus aikamme ilmiönä. Helsinki: Gaudeamus.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

- UNODC. & WHO. 2018. International Standards on Drug Use Prevention. Second updated edition.
- Valtioneuvosto. 2021. Päihde- ja riippuvuusstrategia. Yhteiset suuntaviivat vuoteen 2030.
https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163002/STM_2021_17.pdf?sequence=1&isAllowed=y (Luettu 12.10.2021).
- Vasta, R. 2016. Kuusi teoriaa lapsen kehityksestä. Six Theories of Child Development. United Press Global.
- Viljamaa, J. 2010. Mitä minä teen tämän lapsen kanssa? Haastavan lapsen kasvatusta. Helsinki: Minerva.
- Viljamaa, J. 2011. Pakko saada! Addiktoitunut yhteiskunta. WSOY.
- Viljamaa, J. 2014. Kuka täällä oikein määrää. Lapsiperheen kasvatuskirja. Helsinki: Minerva.
- Vilkka, H. 2015. Tutki ja kehitä. 4. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Vilkka, H. 2021. Tutki ja kehitä. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Vuohelainen, E. 2016. Mitä? Kuka? Häh? Teoksessa P. Lundbom & E. Vuohelainen (toim.) Ehkäisevä päihdetyö ammattikorkeakoulussa – miksi ja miten? Helsinki: HUMAK.
- Vuohelainen, E. 2018. Päihdekasvattaja – Päihteillä vai ilman? Teoksessa M. Kolehmainen & J. Kuivakangas. Sitä samaa(ko)? Päihdekasvatuksen soundcheck. Helsinki: HUMAK.
- WHO. 2020. Management of Substance Abuse.
https://who.int/substance_abuse/terminology/en/ (Luettu 30.11.2020).
- Weis, J. & Ross, S. 2015. Substance Use – Helping Teenagers and Families Work Through a Substance Use Crisis. Teoksessa F. Haddad & R. Gerson. Helping Kids in Crisis: Managing Psychiatric Emergencies in Children and Adolescents. USA: American Psychiatric Publishing.

LIITTEET

LIITE 1. Asiantuntijoiden haastattelurunko

Taustakysymykset:

1. Koulutustausta
2. Työnkuva
3. Kuinka monta vuotta olet toiminut alalla?

Teemahaastattelun kysymykset:

1. Miten ja millä tavoin riippuvuus näyttäytyy tai ilmenee kokemuksesi mukaan alakouluikäisellä lapsella?
2. Kuinka laajasta ilmiöstä voidaan puhua yhteiskunnallisesta näkökulmasta?
3. Mitä syitä näet toiminnallisten riippuvuuksien takana?
 - Mitä voisi tehdä?
4. Mitä riippuvuuskäyttäytyminen tarkoittaa?
 - a. Minkälaisia hyötyjä näet riippuvuuskäyttäytymisessä?
 - b. Entä haittoja?
5. Minkälainen merkitys koululla voisi olla ennaltaehkäisevässä mielessä? Mitä asioita tulisi painottaa enemmän tai mitä ei, jottei syntyisi riippuvuutta?
 - a. Minkälainen rooli opettajalla on?
 - b. Entä kouluyhteisöllä
 - c. Tai kodin merkitys
6. Minkälaisia ennaltaehkäiseviä keinoja alakoulussa voisi olla? Millainen vaikuttavuus voitaisiin saada aikaan?
7. Mitä merkityksiä varhain aloitettujen riippuvuuksien kuten pelit, some digi, energiajuomat voivat altistaa myöhemmin elämässä muiden aineiden parissa? Voivatko altistaa myöhemmin muiden riippuvuuksien syntymiselle?

8. Minkälaisia tapauksia tiedät?
 - a. Osaatko profiloida niitä lapsia tai nuoria, joilla voisi olla alttius addiktioihin?
 - b. Miten tämänkaltaisten lasten ja nuorten kanssa toimitaan?
 - c. Millä tavalla lapsia ja nuoria voitaisiin auttaa?