

2021-11-25 Vantaa Päihdeforumi
Äänitteen kesto: 200 min

Litterointimerkinnät

P1: Puhuja 1
P2: Puhuja 2
P3: Puhuja 3
P4: Puhuja 4
P5: Puhuja 5
P6: Puhuja 6
P7: Puhuja 7
P8: Puhuja 8
P9: Puhuja 9
P10: Puhuja 10
P11: Puhuja 11

sa- sana jää kesken
(sana) epävarmasti kuultu jakso puheessa tai epävarmasti tunnistettu puhuja
(-) sana, josta ei ole saatu selvää
(--) useampia sanoja, joista ei ole saatu selvää
, . ? : kieliopin mukainen välimerkki tai alle 10 sekunnin tauko puheessa

(tyhjää) [0:00:00 – 0:00:16]

P1: Hyvää torstaita kaikki ja tervetuloa tai terveisiä täältä Vantaalta. Tietenkin ikävästi vallitsevan koronatilanteen takia emme voi olla nyt kaikki täällä yhdessä käymässä tätä keskustelua, täällä Vantaan 20. päihdeforumilla. Ensimmäisen kerran tämä oli vuonna 2002 ja tämä on 20. kerta nytten. Mutta te pääsette onneksi osallistumaan sieltä webinaarin kautta, sieltä oman kodin kautta. Terveisiä teille kaikille. Mun nimi Sean Ricks, toimin tänään puheenjohtajana, olen ammatiltani toimittaja.

Tänään meillä on erityisen tärkeä aihe, nimittäin puhutaan nuorista ja päihteistä. Ettei tämä mene nyt vaan synkistelyksi, niin haluan toki sanoa, että totta kai viime vuosikymmenenä nähty paljon edistystä tämän asian kannalta. Nuorten päihdeasenteet, jos mietitään vaikka alkoholia ja alkoholin käyttöä on vähentynyt ja asenteissa näkyy paljon kehitystä. Mutta tietenkin tässä tämä ei ole pelkkää ruusuilla tanssimista tämä asia, nimittäin huumekuolemien määrä on ollut kasvussa viimeisinä vuosikymmeninä ja huumeiden ongelmakäyttäjienkin, -käyttöä on enemmän kuin aikaisemmin. Näistä asioista tietenkin puhutaan, mutta ilman myöskin sitä, että kauhistellaan vaan. Vaan oikeasti pyritään nyt miettimään tänään, että mistä tämä johtuu ja mitä näille asioille voisi tehdä ja käydä semmosta rakentavaa ja hyvää keskustelua. Sitä varten täällä on joukko loistavia puhujia, jotka

kertoo teille omasta näkökulmastaan, tutkimuksellista näkökulmaa kuullaan, Vantaan kaupungin näkökulmaa tähän asiaan. Puhutaan suoraan näistä asioista.

Haluan muistuttaa hei, että me kaivataan teidänkin näkökulmia tähän asiaan, jotka seuraatte tätä webinaaria. Niin laittakaa sinne chatin kautta kysymyksiä, mitä sulla on mielessä tästä asiasta, heitä sinne ihmeessä. Mä seuraan sitten tossa tietokoneen kautta, kun pystyn. Yritän poimia sieltä teidän näkökulmia, kysymyksiä, ajatuksia. Pistäkää niitä tulemaan mahdollisimman kevyellä otteella, me otetaan ne sitten tässä huomioon. Ja jos meidän asiantuntijoille, puhujille tulee keskustelua, keskustelu herättää ajatuksia, niin laittakaa rohkeasti vaan tosi matalalla kynnyksellä teidän mietteitä. Mielellään otettaisiin niitä mukaan tänään.

Tässä vaiheessa isosti tervetuloa kaikille. Ohjelmahan on sellainen, että about puoli neljään asti jatkuu tänään. Meillä on myöskin tänään tulossa paneelikeskustelu, jossa syvennytään vielä syvemmin päivän tematiikkaan. Mutta nyt isosti tervetuloa teille kaikille. Haluan myös toivottaa meidän ensimmäisen puhujan tervetulleeksi, hän on apulaiskaupunginjohtajana täällä Vantaalla, Timo Aronkytö sosiaali- ja terveydenhuollon toimialalta. Timo, tervetuloa. Täällä on muutama ihminen salissa, niin antakaa te aploodit nyt te muutamat, jotka olette täällä, niin Timolle, niin saadaan tänne vähän lisää tätä henkeä. Timo, ole hyvä.

P2: Kiitos kutsusta. Itseasiassa tämä mielenterveys- ja päihdepalvelut on osa minun johtamaa toimialaakin, että siinä suhteessa tämä on hyvin kiitollinen ja arvokas tilaisuus tulla tuomaan kaupungin tervehdys. Koska kaupunginjohtaja on lentokoneessa matkalla vastaanottamasta meille Vantaan kaupungille annettua kansainvälistä palkintoa. Eli hyvät Vantaan kaupungin työntekijät ja järjestöjen ja yhdistysten edustajat sekä kuntalaiset, nyt järjestettävä Vantaan päihdefoorumi on järjestyksessään jo kahdeskymmenes. Ensimmäinen foorumi järjestettiin 2002 Tiedekeskus Heurekaassa. Paikalliset järjestöt ovat olleet aktiivisesti mukana päihdefoorumissa alusta asti. Vuonna 2003 päihdefoorumi siirtyi Korson Lumoon ja osallistujia oli jo 200 tai oliko jo ylikin. Päihdefoorumin teemoissa ovat toistuneet nuoret ja vanhemmuus, mutta jo varhaisessa vaiheessa yhtenä teemana on ollut myös mielenterveys ja sen yhteys päihteisiin. 20 vuoden aikana ja viime aikoina enemmän on mukaan tullut myös raha- ja digipelaaminen ja siihen liittyvät palvelut. Viime vuonna päihdefoorumi järjestettiin ensimmäistä kertaa koronatilanteen vuoksi webinaarina niin kuin tämäkin tilaisuus. Tilaisuuden luonne muuttui paikallisesta ehkä vähän yleisemmäksi yhteiseksi tapahtumaksi jopa ympäri Suomea. Iloksemme tapahtumaan osallistui viime vuonna yli 800 ihmistä. Ehkäisevän päihdetyöyksikkö Ehkäpä on osa Vantaan kaupungin päihde- ja mielenterveyspalveluita. Ehkäpä tekee lakisääteistä ja monipuolista työtä päihteiden käytön vähentämiseksi ja kuntalaisten hyvinvoinnin tukemiseksi. Myös ehkäisevän päihdetyöyksiköllä on pitkät perinteet. Vantaan raittustoimisto on ollut toiminnassa jo 1980-luvulta, jossain vaiheessa yksikön nimi oli Elin olo -yksikkö. 2000-luvulla tultiin sitten vähän modernimpaan aikaan ja nimi muutettiin ehkäisevän päihdetyöyksikössä. Tällä hetkellä tiimissä työskentelee kolme työntekijää. Ehkäisevää päihdetyötä ei tokikaan tehdä vain ehkäisevän päihdetyöyksikössä, vaan työ kuuluu kaikille meistä, jotka kohtaamme ihmisiä meidän palveluissa ja ehkä vähän laajemminkin. Ehkäisevä päihdetyö kuuluu siis kaikille ja siksi yksikkö esimerkiksi kouluttaa kaupungin työntekijöitä päihteiden puheksiottoon ja moneen muuhunkin ammattilaisiasiaan. Tänä vuonna päihdefoorumin teemana on nuoret ja päihteet. Kovin aktiivinen tai aktueelli teema kyllä. Paitsi että tässä on hyvin mielenkiintoisia tässä nuorten päihteiden käytössä. Nimittäin 2000 vantaalaisista peruskoululaisista ilmoitti olevansa täysin raittiita 23

prosenttia eli neljännes. Ja 2002 vastaava luku oli 30 prosenttia. Mutta siis tänä päivänä tuoreen kouluterveyskyselyn mukaan 71 prosenttia vantaalaisista, 8 – 9 luokkalaisista ja lähest 40 prosenttia ammattikoululaisista ja 40 prosenttia lukiolaisista itse asiassa ilmoittaa olevansa täysin raittiita. Päihdeettömien nuorten osuus on siis kasvanut, mutta samaan aikaan nuorten mielenterveysongelmat huolestuttavat, ne näyttävät olevan kasvussa. Kouluterveyskyselyn tuloksia esitetään myöhemmin tässä tilaisuudessa tarkemmin ja ne ovat taatusti mielenkiintoisia. Perinteinen päihdefoorumi on suunnattu enemmän aikuisille ja työntekijöille. Sen takia ehkäisevän päihdetyön yksikkö on tänä syksynä tuottanut Vantaan toisen asteen opiskelijoille oman päihdefoorumin videokoosteena. Koosteen tekemiseen osallistuivat Ehyt ry, Itä-Uudenmaan poliisilaitos, kokemusasiantuntijoita, oppilashuolto ja Nuortenkeskus Nuppi. Halusimme tuoda nuorille tietoa päihdeistä, niiden riskeistä ja ennen kaikkea siitä, että apua kannattaa hakea ja mistä sitä kannattaa hakea ja mistä voi kysyä neuvoa. Haluan kiittää kaikkia yhteistyötahoja, jotka ovat osallistuneet vuosien saatossa nuorten päihde- ja mielenterveystyöhön. Te olette tehneet hienoa työtä, arvokasta työtä. Samalla toivotan teidät kaikki lämpimästi tervetulleeksi tämän vuotiseen päihdefoorumiin. Hyvää seminaaripäivää.

P1: Kiitos paljon Timo. Ja tosiaan (-)[09:03] tietenkkin, että te teette hei kaikki siellä tärkeää duunii, tämä asia koskettaa todennäköisesti teitä töissä tai muulla tavalla kiinnostaa. Piti sanoa myös kiitokset, siellä lähtenyt jo kommentit ja kysymykset jo tulee. Tom Merilahdelle kiitos, sieltä tuli hyvä kysymys näistä hoitamattomista, miten hoitamattomat mielenterveysongelmat vaikuttaa tähän asiaan. Tomille sellaiset terveiset, että viimeistään paneelikeskustelussa otetaan tämä kysymys esiin. Laittakaa siis hei lisää kysymyksiä tulee, just tällasia, me otetaan niitä sitten huomioon tässä tämän päivän keskustelussa. Mennään sitten seuraavaan meidän puhujaan. Ensimmäiseen tai siis toiseen puhujaan. Iina Savolainen, tutkija Tampereen yliopistosta. Hän tulee puhumaan siitä, että miten kaverisuhteet itse asiassa vaikuttaa nuorten addiktiokäyttäytymiseen. Katsotaan mitä hänellä on sanottavaa.

P3: Hei ja kiitosta kutsusta Vantaan päihdefoorumiin. On hienoa olla mukana keskustelemassa tärkeästä ja ajankohtaisesta aiheesta. Minun nimeni on Iina Savolainen ja post(-)[10:17] tutkijana Tampereen yliopistolla. Teen tutkimusta rahapeli digiajassa nimiseen hankkeeseen, jota johtaa sosiaalipsykologian professori Atte Oksanen ja jota rahoittaa Alkoholitutkimussäätiö. Hankkeessa tutkitaan suomalaisten raha- ja digipelaamista erityisesti internetin kontekstissa sekä tarkastellaan koronapandemian vaikutuksia suomalaisten raha- ja digipelaamiseen. Mutta tämän päiväisessä puheenvuorossani aiheenani on väitöstutkimukseni, sen tulokset ja merkitykset.

Väitöstutkimukseni valmistui viime vuoden lopulla ja tutkimuksessani tarkastelin nuorten ja nuorten aikuisten addiktiokäyttäytymistä sosiaalipsykologisesta näkökulmasta. Väitöskirjani nimi on Addiction by Identification: A social psychological perspective on youth addictive behaviors. Ja kuten jo mainitsin, tutkimuksessani selvitän erilaisten sosiaalipsykologisten tekijöiden yhteyttä nuorten addiktiokäyttäytymiseen. Tutkimukseni tavoitteena olikin tarjota kattava sosiaalipsykologinen ja monikulttuurinen selvitys nuorten addiktiokäyttäytymisestä. Väitöstutkimukseni on tehty osana rahapeliongelmat ja verkkoyhteisöt sosiaalipsykologinen tutkimus nuorten toiminnasta sosiaalisen median peliyhteisöissä tutkimushanketta, jota myöskin johti professori Atte Oksanen.

Väitöskirjani rahoitti Alkoholitutkimussäätiö vuonna 2019 sekä Suomen kulttuurirahasta vuonna 2020.

Mutta ennen kuin hyppään tarkemmin väitöstutkimukseni teemoihin ja tuloksiin, niin hieman taustaa siitä miksi lähdin tällaista tutkimusta tekemään ja miksi addiktio tutkimus on tärkeää. Erilaiset riippuvuudet eli addiktio ovat olleet osa ihmiskokemusta lähes aina. Tänä päivänä addiktio on yleinen ja paljon käytetty käsite. Addiktioista kuulee puhuttavan varsin pinnallisestikin ja sana esiintyy usein joka päivisissä keskusteluissa, niin kaduilla kuin mediassa. Addiktio on abstraktikäsite, jonka määrittelemisen ei ole lainkaan kiistatonta. Psykologisesta näkökulmasta katsottuna kyseessä on hyvin monimuotoinen ja vakava krooninen tila, joka voi ilmetä yksilöissä monin eri tavoin. Diagnostisesta näkökulmasta tarkastellessa tiettyjen kriteerien täytyy täytyä ennen kuin voidaan puhua varsinaisesta addiktiosta. Addiktio ovat yksi merkittävimmistä kansanterveydellisistä ongelmista kautta maailman. Tämä siitäkin huolimatta, että addiktioita on tutkittu laajasti ja ymmärryksemme niistä on kasvanut viimeisten vuosikymmenien aikana merkittävästi. Tähän astinen lääketieteellinen, biologinen ja psykologinen tutkimus on muun muassa selvittänyt, että addiktioiden taustalla on useita vaikuttavia tekijöitä. Osin perinnöllisyys, kasvu ympäristö sekä sosiaaliset- ja persoonallisuustekijät. Lisäksi erilaiset mielenterveyshäiriöt voivat altistaa addiktioille. Yhdysvaltalainen psykiatrien ammatillinen järjestö määrittelee addiktion sairautena, joka vaikuttaa aivojen kemialliseen aineenvaihduntaan ja toimintaan. Tyypillisesti addiktio ilmenee pakonomaisena käytöksenä, jota on vaikea lopettaa huolimatta mahdollisesti mittavistakin haitoista, jotka käytös aiheuttaa yksilölle itselleen ja tämän läheisille. Addiktoituneesta henkilöstä käytetään usein nimitystä addikti tai riippuvainen. Addiktoituneen henkilön on käytettävä tai harjoitettava addiktion kohteena olevaa ainetta tai toimintaa ylläpitääkseen normaalin fysiologisen toimintansa. Addiktion arkkityyppinä pidetään usein miten päihteiden käyttöä ja se yhdistetäänkin tyypillisemmin laittomien tai laillisten keskushermostoon vaikuttavien huumausaineiden tai alkoholin väärinkäyttöön. Todellisuudessa ihminen voi kuitenkin addiktoitua moneen eri aineeseen tai toimintaan. Rahapeliongelma ja pakonomainen internetin käyttö ovat esimerkkejä tällaisista toiminnallisista riippuvuuksista. Teknologian kehitys on myös synnyttänyt uudenlaisia addiktiomuotoja. Nykypäivänä yksilö voi olla addiktoitunut esimerkiksi älypuhelimien tai sosiaalisen median käyttöön. Mutta addiktion kohteista tai sen muodosta huolimatta addiktio on monisyinen ja vaikea ongelma, jolla on negatiivisia seurauksia yksilön elämän jokaisella osa-alueella. Vahva riippuvuus voi ottaa yksilöstä otteen, jolloin lopettaminen ja riippuvuudesta toipuminen voi olla erityisen vaikeaa. Erityisesti nuorella iällä kehittyneellä addiktiolla on kauaskantoiset seuraukset. Vaikka ennaltaehkäisevässä työssä on tapahtunut valtavasti kehitystä viime vuosikymmenen aika, riippuvainen yksilö ei välttämättä itse aina tunnista tai myönnä riippuvuuden aiheuttamia oireita ja haittoja, jolloin ne pitkittyvät. Riippuvuuden eri muodoissa tarvitaan pitkäaikaista hoitoa ja kuntoutusta, ja näitä toteuttaa moniammatilliset työryhmät ja ne vaativat paljon resursseja. Nuoret ja nuoret aikuiset kuuluvat addiktiokäyttäytymisen näkökulmasta riskiryhmään ja nuoruus on addiktioiden kehitykselle herkkää aikaa. Nuoruudessa kokeillaan usein uusia asioita ja testataan omia rajoja. Alun perin kokeilumielessä tehdyt asiat, kuten alkoholin juominen tai rahapelaaminen voivat pahimmillaan kehittyä addiktioksi, sillä nuoren kehitys on keskeneräinen ja hyvin muovautuvainen. Monet elämänmittaiset tavat ja käyttäytymismuodot opitaankin ja omaksutaan jo nuoruudessa. Nuorten terveys ja hyvinvointi ovat jatkuvia yhteiskunnallisia ja globaaleja haasteita, joiden edistämiseen tarvitaan lisää keinoja. Teini-ikä ja nuori aikuisuus ovat hyvin

ainutlaatuista aikaa ihmisen kehityksessä. Tällöin tapahtuu monia biologisia, fyysisiä ja psykososiaalisia muutoksia. Nuoruutta kuvastaa myös kasvava itsenäistyminen ja irrottautuminen perheyhteisöstä, jolloin kaverisuhteet korostuvat. Nuoret ottavat erityisen paljon vaikutteita kavereiltaan ja tyyppillisesti arvostavat näiden mielipidettä esimerkiksi vanhempiensa mielipidettä enemmän. Nuoret myös vertailevat itseään ikätovereihinsa tehdessään itseään koskevia arvioita ja päätöksiä. Kaverisuhteilla on monia hyötyjä, ne esimerkiksi opettavat sosiaalisia taitoja ja auttavat terveen minäkuvan rakentamisessa. Kaverisuhteilla on myös tärkeä rooli nuoren sosiaalisen identiteetin kehittymisessä. Tänä päivänä nuoret voivat kuulua moniin kaveriporukoihin niin tosi elämässä kuin internetin virtuaalisissa yhteisöissä ja sosiaalisessa mediassa. Tämä edustaa huomattavaa muutosta nykynuorten sosiaalisessa kanssakäymisessä. Internet ja sosiaalinen media näyttävätkin nykyisin suurta roolia nuorten elämässä ja identiteetti valinnoissa. Näistä kavereista ja samanmielisistä koostuvista vertaisryhmistä saadaan usein tukea omille näkemyksille ja ajatuksille. Ja ne toimivat myös pohjana uusille (--)[19:53], mutta toisaalta ne antavat myös malleja normatiivisesta käyttäytymisestä, joka voi johtaa esimerkiksi erilaisiin riskikokeiluihin ja -käyttöihin. Esimerkiksi verkon rahapeliyhteisöt tai syömishäiriöihin liittyvät ryhmät voivat olla tällaisia käyttömalleihin perustuvia ryhmiä, joihin mahdollisesti liittyy vahva yhteenkuuluvuus.

Kertaan vielä tarkemmin tilastoja, etenkin suomalaisesta kontekstista. Suomessa on noin reilu 100 000 ihmistä, joilla on jonkinasteinen rahapeliongelma ja rahapeliongelmat ovat yleisimpiä 18 - 24 -vuotiaiden nuorten aikuisten keskuudessa. Myös tätä nuorempien keskuudessa rahapelaaminen on suosittua ja esimerkiksi vuonna 2019 41 prosenttia 15 - 17 -vuotiaista suomalaisista nuorista pelasi rahapelejä. 22 prosenttia 15 - 16 -vuotiaista suomalaisista puolestaan joi itsensä humalaan tämän mittauksen edeltävän kolmenkymmenen päivän aikana. Myös huumeiden kokeilu ja käyttö ovat lisääntyneet Suomessa. Viime vuoden tutkimuksessaan Rönkä ja kollegat havaitsivat, että Suomessa on nuorten 15 - 24 -vuotiaiden amfetamiinin ja opioidien ongelmakäyttäjien sukupolvi, joka on suurempi kuin koskaan aiemmin. Internetin käyttö on toki osa arkipäivää, mutta se voi muuttua ongelmalliseksi. 95 prosenttia suomalaisista nuorista käyttää internetiä päivittäin ja useita kertoja päivässä. Aiempien tutkimusten mukaan suomalaista nuorista yli 60 prosenttia on lieviä ongelmakäyttäjiä, 24 prosenttia on keskitason tai vakavia ongelmakäyttäjiä. Mutta täytyy muistaa, että tilastoihin vaikuttaa aina se, kuinka ongelmakäyttöä on mitattu ja etenkin internetin liikakäytön mittaamisesta on olemassa erinäisiä välineitä ja mittareita sekä eriävää terminologiaa.

Kokonaisuudessaan päihde- ja riippuvuuskysymykset ovat yhteydessä yhteiskunnalliseen eriarvoisuuteen ja lisätutkimusta tarvitaan edelleen addiktioista ja niiden synnystä. Kuten aiemmin jo hieman sivusin, addiktioita on tutkittu eri tieteenaloilla ja hyvin monipuolisestikin, mutta sosiaalitieteellinen addiktiotutkimus on vielä verrattain uutta ja addiktioiden tarkastelu laajemmasta sosiaalipsykologisesta näkökulmasta on tarpeellista, jotta voimme ymmärtää addiktioita kokonaisvaltaisemmin. Väitöstutkimukseni tavoitteena olikin tarjota kattava sosiaalipsykologinen ja monikultuurinen selvitys nuorten addiktiokäyttäytymisestä. Aivot ovat toki keskeisessä roolissa addiktoiden ymmärtämisessä, mutta addiktioita ei voida määrittää ja selittää ainoastaan aivosairautena. Yksinomaan aivosairausmalliin perustuvat addiktioiteoriat ovatkin puutteellisia siinä mielessä, että ne jättävät huomioimatta persoonalliset ja yksilölliset tekijät, jotka ovat oleellisia ihmisen käytöstä selittäessä. Samaan aikaan

addiktiot mielletään tyypillisesti addiktoituneen yksilön omaksi ja sisäiseksi ongelmaksi, minkä vuoksi myös addiktiotutkimus on usein keskittynyt tarkastelemaan addiktoituneen yksilön geneettisiä ja biologisia ominaisuuksia. Sosiaalitieteellinen tutkimus on osoittanut, että ihmiset ottavat usein mallia muista tai liittyvät samanmielisten muiden joukkoon tehdessään omaan käyttäytymiseensä liittyviä valintoja. Mitä samanmielisemmäksi oma vertaisryhmä koetaan, sitä todennäköisemmin myös omaksutaan ryhmän käytösmalleja tai siihen liittyviä normeja. Tähän liittyy vahvasti sosiaalisen identiteetin käsite. Sosiaalinen identiteetti tarkoittaa sitä, että osa yksilön itsekäsityksestä koostuu jonkin ryhmän jäsenyydestä tai jäsenyyksistä. Tähän kuuluu vahvasti kategorisaatio ja tarve positiiviseen minäkuvaan. Ihminen kuuluu aina moneen ryhmään ja hänellä on aina myös useampia sosiaalisia identiteettejä. Konteksti puolestaan määrää mikä näistä identiteeteistä kulloinkin korostuu. Esimerkiksi ulkomailla ollessaan suomalaisen suomalaisuus saattaa korostua tai vaikkapa ratsastuspiirissä saattaa korostua harrastajan identiteetti. Ryhmän jäsenille on tärkeää, että omalla ryhmällä on korkea asema ja statusta pyritään korottamaan myönteisellä erottautumisella muista ryhmistä. Toisin sanoen näistä syntyy tyypillistä me ja he vastakkainasettelua ja vertailua. Tällaiset sosiaalipsykologiset prosessit toimivat siis taustalla koko ajan ihmisten tehdessä itseään koskevia päätöksiä tai pyrkiessään muuttamaan käyttäytymismallejaan. Ihmiset ottavat väistämättä vaikutteita sosiaalisesta ympäristöstään ja sen sisällä tapahtuvista vuorovaikutuksista. Näin ollen on myös oletettavaa, että addiktiot eivät kehity itsekseen yksilössä, vaan taustalla on aina sosiaalisia tekijöitä ja vaikuttajia. Addiktiotutkimuksen tulisikin huomioida myös yksilöiden laajempi sosiaalinen konteksti. Aiempi sosiaalinen tieteellinen addiktiotutkimus on havainnut muun muassa, että vertaisryhmiin osallistuminen on auttanut monia. Eräässä tutkimuksessa havaittiin, että sosiaalisen identiteetin vaihtaminen AA-ryhmän kautta addikti-identiteetistä esimerkiksi alkoholista toipuvaksi alkoholiseksi tai huumeiden käyttäjästä entiseksi huumeiden käyttäjäksi edesauttoi toipumista ja vähensi repsahtamista näiden kyseisten asiakkaiden kohdalla. Toisessa vastaavanlaisessa tutkimuksessa huomattiin, että ne yliopisto-opiskelijat, jotka identifioituivat rahapelaaviin opiskelijatovereihinsa pelasivat myös itse enemmän rahapelejä ja käyttivät enemmän rahaa peleihin. Nämä opiskelijat myös olettivat käyttävän normaaleja summia rahaa rahapelaamiseen, kun he vertasivat itse muihin pelaaviin opiskelijoihin. Sosiaaliin suhteisiin kuuluu vahvasti myös sosiaalinen tuki. Hyvät sosiaaliset suhteet antavat yksilölle apua ja tukea. Tuki voi olla konkreettista, esimerkiksi neuvojen antamista tai rahan lainaamista tai muunkaltaista resurssien tarjoamista kuten vaikkapa siivousavun antamista toiselle. Tai tuki voi olla käsitteellistä ja ajatuksellista, esimerkiksi sitä, että kuuntelee toisen huolia. Sosiaalisen tuen merkitys ihmissuhteissa onkin hyvin uniikki, sillä sen on aina tarkoitus olla toista auttavaa ja hyödyllistä. Sosiaalinen tuki on hyväksi myös ihmisen terveydelle ja aiempi tutkimus on muun muassa havainnut, että koettu sosiaalinen tuki vähentää stressiä. Tuen puute voi toisaalta olla yhtenä tekijänä addiktiokäyttäytymiselle. Erään tutkimuksen mukaan ongelmarahapelaajat raportoivat sosiaalisen tuen puutetta. Tähän liittyy vahvasti myös yksinäisyys ja yksinäisyyden kokemukset. Yksinäisyys ei välttämättä tarkoita etteikö sosiaalisia kontakteja olisi, vaan sitä kuinka merkityksellisenä yksilö pitää omaamiaan sosiaalisia suhteita. Yksinäinen voi kokea, että hänen sosiaaliset suhteensa eivät vastaa niitä odotuksia, jotka hän niille asettaa. Yksinäinen on tutkimuksissa yhdistetty erilaisiin sairauksiin, kuten korkeaan verenpaineeseen ja uniongelmiin. Nyt kun olen hieman taustoittanut tulokulmaan väitöstutkimukseeni, niin tarkemmin vielä väitöskirjani teemoista.

Väitöskirjani tarkastelee suomalaisten, yhdysvaltalaisien, korealaisten ja espanjalaisten nuorten ja nuorten aikuisten addiktiokäyttäytymisen muotona erilaisten sosiaalisten tekijöiden perspektiivistä. Teoreettisena viitekehyksenä tutkimuksessa käytin sosiaalisen identiteetin teoriaa sekä siihen liittyviä osa-alueita, kuten normien seuraamista. Aineistomme mahdollisti addiktioiden ja sosiaalisten suhteiden tematiikan tutkimisen monesta eri näkökulmasta. Ensimmäisessä osatutkimuksessa tarkastelin nuorten addiktioita ja henkistä pahoinvointia. Toisessa osatutkimuksessa keskiössä oli läheiseltä saadun sosiaalisen tuen merkitys nuorten rahapeliongelmassa. Kolmannessa osatutkimuksessa tutkin yksinäisyyden suhdetta erilaisiin addiktiokäyttäytymisen muotoihin ja neljännessä osatutkimuksessa fokuksessa oli ongelmapelaaminen sekä internetin sisällöt ja sosiaalisessa mediassa mahdollisesti näkyvät rahapelaamiseen liittyvät normit sekä näihin normeihin mukautuminen. Väitöskirjassani tarkasteltuja addiktiokäyttäytymisen muotoja oli siis neljä kappaletta, jotka olivat liiallinen alkoholin ja huumeiden käyttö, rahapeliongelmat sekä pakonomainen internetin käyttö.

Tarkemmat tutkimuskysymykset väitöskirjassani olivat seuraavat, kuinka nuorten addiktiokäyttäytymisen eri muodot ovat yhteydessä henkiseen pahoinvointiin ja kaveriporukkaan identifioitumiseen suomalaisilla nuorilla. Halusin myös selvittää tarkemmin medioiko kaveriporukkaan identifioituminen addiktiokäyttäytymisen ja henkisen pahoinvoinnin välistä suhdetta. Toinen tutkimuskysymykseni oli kuinka ongelma pelaaminen liittyy kaveriporukkaan ja toisaalta taas verkkoyhteisöön identifioitumiseen suomalaisilla ja amerikkalaisilla nuorilla. Ja mikä rooli sosiaalisella tuella on nuorten rahapeliongelmassa. Kolmas tutkimuskysymys selvitti, selittääkö yksinäisyys eri addiktiokäyttäytymisen muotoja ja onko näissä eroja suomalaisten, amerikkalaisten ja etelä-korealaisten nuorten välillä. Lopuksi tarkastelin, onko sosiaaliin normeihin mukautuminen yhteydessä peliongelmiin nuorilla Suomessa, Amerikassa, Etelä-Koreassa ja Espanjassa. Lisäksi kysyin mukautuvatko nuoret todennäköisimmin sosiaalisessa mediassa näkemiinsä rahapelinormeihin, jos ne tulevat näennäisesti omalta sisäryhmältä.

Väitöstutkimukseni on siis määrällinen ja tutkimuksissa analysoin rahapeliongelmat ja verkkoyhteisöt hankkeessa kerättyä kansainvälistä (--) [33:55] kyselyaineistoa. Aineisto kerättiin 15 - 25 -vuotiailta nuorilta Suomessa, Yhdysvalloissa, Etelä-Koreassa ja Espanjassa. Suomen aineisto kerättiin vuonna 2017, Yhdysvaltojen ja Etelä-Korean vuonna 2018 ja Espanjan aineiston kerättiin vuonna 2019. Kustakin maasta aineiston koko on yli 1000 vastaavaa ja sukupuolijakauma on tasainen eli noin 50 prosenttia vastaajista oli miehiä ja 50 prosenttia naisia. Kyselyt kartoittivat nuorten sosiaalisia suhteita, hyvinvointia, rahapelaamista sekä internetin, alkoholin ja huumeiden käyttöä. Lisäksi kyselyn osana toteutettiin koeasetelma, jonka avulla kartoitettiin kuinka sosiaalisessa mediassa koetut tilanteet ja niiden yhteydessä ilmenevät ryhmäprosessit, esimerkiksi juuri normit vaikuttavat nuorten asenteisiin ja toimintaan. Tällainen kulttuurinen ja valtiotasoinen monipuolisuus aineistossa tarjosi hyvin hedelmällisen lähtökohdan vertailevalle addiktio tutkimukselle. Kaikki tutkimuksessa mukana olleet neljä maata ovat myös tunnistaneeet nuorten addiktiokäyttäytymiseen liittyvät haasteet sekä niistä koituvat yhteiskunnalliset, yksilölliset ja taloudelliset haitat.

Ensimmäisessä osatutkimuksessani tarkastelin siis liiallisen alkoholin ja huumeiden käytön, pakonomaisen internetin käytön ja rahapeliongelmiin yhteyttä suomalaisnuorten henkiseen pahoinvointiin. Lisäksi analysoin kuinka netin ulkopuoliseen kaveripiiriin kuulumisen kytkeytyy addiktioiden ja henkisen

pahoinvoinnin väliseen suhteeseen. Tulosten mukaan kaikki tarkastelussa olleet addiktiomuodot ovat suorassa yhteydessä voimakkaampaan henkiseen pahoinvointiin. Tämä tulos tukee aiempaa tutkimusta eikä siinä mielessä ole vielä kovinkaan yllättävää. Varsinainen tutkimuksen pihvi tulikin tästä mediaatioanalyysistä, tässä tulokset osoittivat, että vahva kuuluminen kaveriporukkaan oli yhteydessä nuorten liialliseen alkoholinkäyttöön. Liiallinen huumeiden käyttö, pakonomainen internetin käyttö ja rahapeliongelmat puolestaan olivat yhteydessä heikkoon kuulumiseen kaveriporukkaan. Huomattavaa oli myös se, että liiallisesti alkoholia käyttävillä nuorilla vahva kuuluminen kaveripiiriin oli yhteydessä matalampaan henkiseen pahoinvointiin. Eli näyttää siltä, että kaverisuhteet netin ulkopuolella voivat olla riskitekijä suomalaisnuorten liialliselle alkoholin käytölle, mutta samalla nämä vahvat sosiaaliset suhteet kaveriporukkaan suojaavat näiden nuorten henkistä hyvinvointia. Nämä tulokset todennäköisesti heijastavat myös alkoholin roolia suomalaisessa kulttuurissa. Alkoholin käyttö on tyypillinen sosiaalinen aktiviteetti, jonka kautta nuoret luovat ja ylläpitävät sosiaalisia kontakteja. Aiemmissa tutkimuksissa runsaan alkoholin käytön on havaittu myös vahvistavan teini-ikäisten nuorten yhteenkuuluvuutta. Erityisesti samansuuntaisesti alkoholia käyttävät nuoret arvioivat kaverisuhteensa korkealaatuisemmaksi verratessa niihin nuoriin, jotka käyttävät alkoholia eri tavoin kuin heidän kaverinsa. Tulosten perusteella näyttäisi myös siltä, että liiallinen huumeiden käyttö, internetin käyttö ja ongelmapelaaminen ovat addiktion muotoja, jotka mahdollisesti eristävät nuoria sosiaalisista suhteista. No, tämän tutkimuksen perusteella emme vielä voi sanoa, minkä suuntainen syy-seuraussuhde tässä on kyseessä, sillä on mahdollista, että näillä nuorilla on jo ennestään heikot sosiaaliset suhteet, joka voi sitten altistaa esimerkiksi huumeiden käytölle tai ongelmapelaamiselle. Tai vaihtoehtoisesti on mahdollista, että addiktiot heikentävät jo olemassa olevia suhteita. Mutta jotta pääsisin hieman syvemmälle siihen, mikä kaverisuhteiden roolista erityisesti rahapeliongelmissa tekee merkityksellisen toteutin toisen osatutkimuksen. Rahapelaaminen on tosiaan suosittua ajanvietettä ja yleisesti täysin hyväksytty aktiviteetti. Yleisimmin rahapeleihin kuuluvat muun muassa lotto, rahapeliautomaatit ja erilaiset kasinopelit. Vaikka alaikäisten rahapelaaminen on laissa säädeltyä, niin rahapelit ovat lisänneet suosiotaan nuorten keskuudessa viimeisten vuosikymmenten aikana.

Tässä toisessa osatutkimuksessa selvitin erityisesti sosiaalisen tuen merkitystä nuorten rahapeliongelmassa. Tutkimus tarkasteli sosiaalista kuulumista netin ulkopuoliseen kaveriryhmään ja verkkoyhteisöön sekä nuorten kokemaa sosiaalista tukea. Tässä kahden maan tutkimuksessa vertailtiin suomalais- ja yhdysvaltalaisnuoria. Tutkimuksen tulokset osoittivat, että vahva netin ulkopuoliseen kaveriporukkaan kuuluminen oli yhteydessä vähäisempiin rahapeliongelmiin nuorilla sekä Suomessa että Yhdysvalloissa. Sen sijaan vahva kuuluminen internetin verkkoyhteisöön oli riskinä rahapeliongelmiille etenkin yhdysvaltalaisnuorilla. Lisäanalyysi selvitti, että vahva kaveriporukkaan kuuluminen oli yhteydessä vähäisempiin rahapeliongelmiin niiden suomalaisnuorten joukossa, jotka raportoivat saavansa edes jonkin verran sosiaalista tukea. Toisin sanoen näyttäisi siltä, että tosielämän kaveriporukkaan kuuluminen on tärkeä sosiaalisen tuen lähde, joka bufferoi eli toimii rahapeliongelmilta suojaavana tekijänä. Tätä suhdetta ei havaittu netin verkkoyhteisöitä analysoitaessa. On mahdollista, että nuorten kaveriporukat internetissä ja sen ulkopuolella ovat laadullisesti poikkeavia. Sosiaalinen tuki ei välttämättä välity virtuaalisen verkkoyhteisön kautta tai tuki on tyyliltään erilaista. Tosielämän kaveriporukasta saatu sosiaalinen tuki saattaa olla konkreettista kuten kriittisen näkökulman tarjoamista. Nettiyhteisön tuki voi

puolestaan jäädä pinnallisemmalle tasolle tai olla yksipuolisempaa ja tarjota esimerkiksi positiivista näkökulmaa rahapelaamiselle, mikä saattaa puolestaan vääristää nuoren käsitystä rahapelaamisesta.

Kolmannessa osatutkimuksessani tarkastelun kohteessa oli yksinäisyyden rooli nuorten addiktiokäyttäytymisessä. Toistan vielä, että sosiaalipsykologinen tutkimus korostaa, että ihmisillä on sisäänrakennettu tarve kuulua ryhmään tai ryhmiin. Yksinäisyys on tunne, jolloin yksinäisyys kokee ettei sosiaalisten suhteiden, että heidän sosiaaliset suhteensa eivät ole määrällisesti tai laadullisesti tyydyttäviä. Tutkimuksessa tarkastelin suomalaisia, yhdysvaltalaisia ja etelä-korealaisia nuoria. Tutkimus osoitti, että yksinäiset nuoret ovat todennäköisimpiä pakonomaisia internetin käyttäjiä niin Suomessa, Yhdysvalloissa kuin Koreassa. Lisäksi yksinäisyys oli yhteydessä liialliseen alkoholinkäyttöön ja rahapeliongelmaan korealaisilla nuorilla. Tässä korostuu todennäköisesti kulttuuriset erot ja on mahdollista, että Korean kaltaisessa kollektiivisessa, yhteisöllisessä kulttuurikehyksessä yksinäisyyden kokeminen on vaikeampaa ja heijastuu mahdollisina vahingollisina selviytymiskeinoina. Tutkiakseni tarkemmin, mikä tekee juuri verkkoyhteisöistä merkityksellisiä nuorten rahapeliongelmissa hyödynsin kyselytutkimuksemme osana toteutettua koeasetelmaa. Koeasetelman avulla kartoitettiin kuinka sosiaalisessa mediassa nähdyt rahapeliaiheet sisällöt ja niiden yhteydessä ilmenevät ryhmäprosessit eli sisällön saamat peukutukset tai tykkäykset vaikuttavat nuorten asenteisiin ja toimintaan. Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin nuoria Suomessa, Yhdysvalloissa, Etelä-Koreassa ja Espanjassa. Tuloksista kävi ilmi, että internet sisällöt vaikuttavat nuoriin Suomessa, Yhdysvalloissa ja Espanjassa. Etenkin rahapeliongelmaiset nuoret mukautuvat internetissä näkemisen rahapelin normeihin. Toisin sanoen heidän reaktionsa näkemäänsä rahapeli sisältöön todennäköisesti seuraa enemmistön mielipidettä eli jos enemmistö on tykännyt rahapeli sisällöst, niin rahapeliongelmaiset nuoret myös tykkäävät siitä. Nämä nuoret siis seuraavat todennäköisimmin verkossa näkemäänsä enemmistön antamaa esimerkkiä, mikä saattaa kertoa jotain rahapelaajien asennoitumisesta ilmiöön ja he saattavat olla erityisen alttiita muiden näkemyksille. Usein addiktio tai riippuvuus herättää häpeää ja syyllisyydentunteita etenkin sellaisissa ympäristöissä, joissa yksilön itsehallintaa kyseenalaistetaan ja itsehallinnan pettäminen voi tuottaa huonommuuden tunteita. Kenties tällainen enemmistö seuraaminen on sellainen asia, joka on helppoa ja toisaalta luo normaaliuden tunnetta rahapeliongelmaisille nuorille. Tässä kansainvälisessä vertailussa korealaiset nuoret erottuivat edelleen, sillä he mukautuivat rahapelinormiin vain, jos he kokivat sen edustavan oman vertaisryhmän näkemystä. Tämä havainto heijastaa edelleen todennäköisesti kulttuurieroja ja korealaisen yhteiskunnan kollektiivisuutta.

Tiivistettynä väitöstutkimukseni tulokset osoittavat, että sosiaaliset suhteet ovat yhteydessä eri addiktio-ongelmiin monin tavoin. Sosiaaliset suhteet voivat toimia suojaavana tekijänä, toisaalta ne voivat olla riskitekijä ongelmakäyttäytymisen aloittamiselle ja ylläpitämiselle. Esimerkiksi netin ulkopuolinen kaveriporukka suojaa nuoria peliongelmilta, mutta altistaa alkoholin käytölle etenkin Suomessa. Vahva kuuluminen porukkaan ja sosiaalinen tuki puolestaan suojaa peliongelmilta ja henkiseltä pahoinvoinnilta. Ongelmapelaaminen, kompulsiivinen internetin käyttö ja huumeiden käyttö olivat tämän tutkimuksen mukaan yhteydessä heikompaan kuulumiseen kaveriporukkaan, ja erityisesti yksinäisyys oli yhteydessä kompulsiiviseen internetin käyttöön systemaattisesti eri maissa. On mahdollista, että internetaddiktio on yhteydessä tällaiseen online orientoituneeseen lähestymistapaan solmia kaverisuhteita. Tai sitten se kertoo siitä, että näillä nuorilla on todennäköisesti

konflikteja tosielämän kaverisuhteissa. Nuorten yksinäisyyden kokemuksiin ja sosiaaliseen kontekstiin tulisikin kiinnittää huomiota addiktioiden yhteydessä, koska addiktioita tai sen syntymekanismia ei tule ajatella vain yksilön näkökulmasta. Nuorten addiktiokäyttäytyminen, sosiaaliset suhteet ja teknologian kehitys ovat kaikki kytköksissä toisiinsa.

Kiitos paljon.

P1: Terve hei kaikille. Ensinnäkin pahoittelut teknisistä ongelmista tänään, kuten suurin osa tietenkin on huomannut, niin aikasemmin toi streemi ei näkynyt eikä kuulunut ja sen takia teiltä on jäänyt näkemättä tätä ohjelman alkupuolta. Siinä on muun muassa ollut Timo Aronkytö apulaiskaupunginjohtaja, sosiaali- ja terveydenhuollon toimialalta puhumassa ja toivottamassa teitä tervetulleeksi. Itsekin olin siinä toivottamassa teitä tervetulleeksi. Sitten osa äskeisestä esityksestä myöskin jäi näkemättä. Syvät pahotukset siitä teille kaikille. Tilanne on kuitenkin se, että tämä streemi kokonaisuudessaan tallentuu ja noin viikon päästä kaikille teille osallistuneille lähetetään linkki, jota kautta voitte vielä tsekata noi alkupään osuudet. Mutta koska nyt vähän niin kuin aloitetaan ikään kuin alusta, niin toivotan tosiaan vielä tässä vaiheessa kaikki teidät omasta puolestani tervetulleeksi. Mun nimi on Jean Ricks ja tämä on kahdeskymmenes Vantaan päihdefoorumi ja aiheena on nuoret ja nuorten päihteiden käyttö. Tässäkin kohtaa haluan korostaa sitä, mitä aikaisemmin korostin, mutta tietenkään ette voinut kuulla sitä eli sen, että laittakaa sinne streemin alapuolelle chattiin kommentteja, kysymyksiä, ajatuksia olemaan, niin otetaan niitä huomioon tänään tässä keskusteluissa meidän eri asiantuntijoiden ja puhujien kanssa. Olkaa tosi aktiivisia, tosi matalalla kynnyksellä laittakaa sinne aatoksianne. Edelleen pahoittelut siitä, että ette nähneet sitä aikaisempaa osuutta, mutta se on tulossa. Nyt kuitenkin sen pidemmittä puheita toivotan tervetulleeksi meidän seuraavan puhujan, hän on Kim Kannussaari Ehyt ry:stä. Kim tulee puhumaan kannabiksesta ja kannabiksen roolista nuorissa. Kiitos Kim hei. Ja taputukset niille muutamille, jotka on täällä, voi olla täällä meidän kanssa tänään, meidän puhujat, niin antakaa Kimille aploodit. Kim, tervetuloa.

P4: Kiitoksia Jean ja kiitoksia raikuvista aploodeista ja oikein mukavaa torstai päivää tai milloin sitten katselettekin, niin omasta puolestani. Ja kiitos kutsusta tähän 20. juhlafoorumiin, kiitoksia. Olen siis Kim Kannussaari ja tulen Ehkäsevä päihdetyö Ehyt ry:stä ja toimin siellä asiantuntijan tittelillä ja teen asioita, jotka liittyy ehkäsevään työhön ja siellä sitten vielä, jos näistä päihteistä valitaan, niin on nämä laittomat päihteet eli varsinkin tämän kannabiksen kanssa olen pitkään työskennellyt ja siihen liittyvien asioiden parissa tehnyt töitä eri näkökulmista. Tänään mut kutsuttiin puhumaan kannabiksesta. Tällainen hyvin laaja otsikko, josta voi puhua monelta eri näkökulmalta. Sieltä toivottiin myös vähän (-)[52:07] otta ja sitä näkökulmaa. Aion tässä esityksessä tuoda vähän esille sitä, että mikä on ajankohtaista tällä hetkellä kannabiksessa, mitkä asiat puhututtaa, mihin törmää tuolla kun nuorten kanssa työskentelee ja heitä kohtaavien ammattilaisten kanssa työskentelee. Mitkä teemat sieltä nousee esille. Ja sen lisäksi sitten vähän sitä, että millä tavalla olisi hyvä keskustella ja ottaa puheeksi kannabisasiaa nuorten kanssa siellä arkisissa tilanteissa, oli ne sitten nuorisotaloja, sosiaalitoimeja, koulua tai oppilaitosta tai mitä tahansa, tai sitä kotia. Muutamia vinkkejä sinne, että millä tavalla asiaa olisi hyvä lähestyä niin, että kannabiksen käytön haitatkin ehkäistyisivät. Mutta tosiaan, kun toi otsikko on kannabis, niin tässä nyt mitään kuvia sen suuremmin. Suurin osa meistä ihmisistä tietää jo mistä on puhe, kun on puhe on kannabiksesta. Elikkä kasvi, joka tuottaa erilaisia kannabinoideja, jotka sitten päihdyttää riippuen sitten

lajikkeesta ja vahvuudesta ja näin pois päin. Elikkä sellasesta aineesta kysymys. Tänä keskinä nimenomaan nuoriin ja myös siihen päihdyttävään kannabiksen käyttöön elikkä se, mikä on se suurin motiivi tällä hetkellä kumminkin Suomessa käyttää kannabista, etenkin nuorilla.

Ensin, niin kuin sanoin, otan muutaman ajankohtaisen teeman. Tossa muutama näkyvillä elikkä kannabiksessa on keskusteluttanut viime aikoina ennen kaikkea tähän lakiin ja lainsäädäntöön liittyvät teemat. Meillä on Vihreiden puoluekokouksessa tehty linjaus kannabiksen laillistamiseksi, käytännössä puhutaan siis sääntelystä, reguloinnista samaan tapaan kuin alkoholin osalta elikkä otettaisiin se tuotanto ja valvonta ja verotus ja niin pois päin valtion haltuun. Sillä tavalla säädeltäisiin ikärajoilla ja muille keinoin sitä kannabiksen myyntiä ja käyttöä. Tämä puhututti hyvin paljon tossa ihan viime aikoina. Sitä ennen, oisko nyt jo lähes pari vuotta sitten mennyt läpi aloite kannabiksen dekriminialisoinniseksi, jossa tarkoitetaan sitä, että pienen määrän hallussapidosta ei rangaistaisi. Tämä kansalaisaloite on edelleen siellä eduskunnan käsittelyssä, johtunee varmaan tästä vallitsevasta tilanteesta. Mutta se etenee sillä tavalla, että seuraavan kerran 10. joulukuuta on lakivaliokunnassa, ainakin osalla ammattilaisista kuulemistilaisuus tähän liittyen. Sitten on viimeisimpänä, tossa näkyy noi kouluterveyskyselyn tulokset, jotka tuli tossa syyskuussa ja koulukohtaisia, oppilaitoskohtaisia tuloksia odotellaan sitten joulukuussa, mutta niistä kuulette tänään sitten muissa puheenvuoroissa enemmän ja tarkemmin. Sieltähän tuli komeena animaationa. Mutta sitten on vielä tähän liittyen oikeastaan se, mikä itseäni puhututtaa on tämä polarisaatio kehitys, joka ei näy pelkästään tässä kannabiksen osalta, vaan vähän koskee kaikenlaista tekemistä, myös muita päihteitä, myös näitä laillisia päihteitä. Isolla joukolla nuoria menee tästä päihdenäkökulmasta hyvin elikkä ollaan raittiita tai ei käytetä kannabista tai muitakaan päihteitä. Mutta sitten taas ne, jotka käyttää, niin usein sinne sitten linkittyy monta päihdettä, joita sitten käytetään saman aikaisesti, jolloin myös haitat ja ainakin riskit niille haitoille lisääntyy merkittävässä määrin. Avaan vielä noi käsitteet, mitkä tohon laillistamis ikään kuin tämmösen sateenkaaren alle kuuluu, jotta tiedetään mistä puhutaan. Ja miksi mä muuten tuon näitä asioita, näitä ajankohtaisia esille, niin nämä on kyllä ollut siellä toisella asteella, yläkoulussakin niitä teemoja, mitkä nousee keskusteluun ja mihin haastetaan meitä aikuisia keskusteluun. Että miksi Suomessa ei laillisteta tai miksi Suomessa ei dekriminialisoida tai muuta vastaavaa, siksi tuon tätä myös siitä näkökulmasta, että pystytään sitten vastaamaan sinne nuorten keskustelualoitteisiin. Elikkä tosiaan tässä voi ajatella tavallaan kolme tai neljä tasoa, miten tämä laillistamisen sateenvarjon alla näitä asioita voidaan miettiä. Se mistä puhutaan ikään kuin miedompana tasona on tämä depenalisointi eli käyttö olisi edelleen laitonta, mutta siitä ei rangaistusta olisi määritetty. Elikkä voidaan verrata niin kuin pyöräilykypärän käyttöön tällä hetkellä, se on kaikille pakollista, mutta siitä sitten huomautetaan ja rangaistusta ei seuraa. No sitten siitä, mistä jo mainitsinkin, on tämä seuraava elikkä dekriminialisointi. Siellä sitten käytöstä ja hallussapidosta otettaisiin rangaistus pois elikkä voisi olla pieni määrä hallussa omaan käyttöön ja käyttää. Edelleen myynti, välittäminen, kasvattaminen, tämän tyyppiset asiat olisivat kiellettyjä tässä dekriminallisoinnissa. Siitäkin löytyy monenlaisia erilaisia malleja toki, mutta näin puhtaimmillaan kyse on siitä. Sitten tämä regulointi, joka on usein synonyymi sille laistamiselle. Sitten puhutaan tosiaan tästä sääntelystä, vertauksena esimerkiksi toi alkoholi ja Alko. Että sillä on monopoli myydä alkoholituotteita Suomessa ja siellä sitten säännellään eri tavoin sekä myymistä, että valmistamista. Tämä usein liittyy siihen. Sitten kun saivarrellaan välillä, niin kuin kannabiksen osalta usein tehdään, niin sitten tämä laillistaminen, jos se olisi aidosti laillista, niin sillä ei olisi käytännössä

mitään muuta kuin tällasia elintarviketeollisuuteen liittyviä reunaehtoja, että sitä saisi sitten kaupasta samalla tavalla kuin kahvia. Mutta tämä on saivartelua, hyvin laillistaminen toimii ylesterminä tohon regulointiin. Kunhan muistetaan, että kaikilla näillä aloitteilla on taustalla se, että siellä sitä kannabista saisi käyttää siellä sun täällä milloin vaan tai ajaa autolla tai muuta. Että ne aina tuotais esille totta kai tiukoin reunaehdoin ja raamein. Sitten vähän, nää käsitteet on helppo tässä tuoda ja niistä keskustella ja niihin muuten kannattaa tarttua niihin keskusteluihin siellä nuortenkin kanssa, kun näitä asioita esiin nousee ja lähteä vaikka pohtimaan, että mitä se tarkoittais jos kannabis olisi laillista. Mitkä on ne syyt, miksi sitä haluttaisiin tuoda saataville enemmän? Mitä siinä voisi olla siellä kääntöpuolella niitä näkökulmia, että miksi näin ei tehdä? Että tavallaan tulevaisuus ajatella ja tutkia sitä ja miettiä. Se keskustelu tässä on se kaiken A ja O, nimenomaan tuoda nuoria lähelle.

Sitten tämmönen yleislinjaus ikään kuin näihin lainmuutoksiin, niin monia asioita täytyy ottaa joka tapauksessa huomioon. Kerron kohta miten itse ja miten me Ehytissä suhtaudutaan näihin aloitteisiin, niin siitä voi saada myös teidän työhönne tukea. Oletettavasti aina, kun vapautetaan eli laillistetaan, lisätään saatavuutta, otetaan sitä stigmaa pois, mikä on ehdottomastikin hyvä asia, se stigman vähentäminen. Mutta sitä kautta myös tarve hoidolle kasvaa ja ongelmana on se, että meillä ei ole nyt tälläkään hetkellä tarjota hoitoa kannabikseen liittyen eikä moniin muihinkaan päihteisiin liittyen. Mutta erityisesti jos nyt puhutaan kannabiksesta, niin me tarvittaisiin erilaisia lyhytinterventio hoitomalleja, me tarvittais pidempiä kuntouttavia hoitomalleja. Siinä kohtaa, jos sitä vapautetaan ja ihmisille se kynnyks poistuu tai madaltuu tulla kannabiksestakin keskustelemaan, että siitä ei enää sitä rangaistuksen pelkoa olisi. Tämä me tarvitaan joka tapauksessa, että tämä on se viesti, mitä me tarvitaan ihan siitä huolimatta, että minkälainen se lainsäädäntö meillä on, että hoitomahdollisuuksia olisi tarjolla. Sitten tarvitaan lisää tietoa ja tutkimuksia niistä maista, joissa laillistamisia on tehty ennen kaikkea Kanadassa on ihan hyvä tutkimusohjelma menossa. Uruguaissa on laillistettu, sieltä tietoa. Ja sitten mihin usein viitataan, on aika moni USA:n osavaltioista laillistanut eli tosiaan reguloinut sen kannabiksen, niin sieltä sitä tietoa ja miettiä ja soveltaa, miten se sopii suomalaiseen yhteiskuntaan. Tuossa on nyt sitten vinkattuna yksi blogiteksti tuolta ehyt.fi -sivuilta löytyy, missä tätä asiaa pohdin myös vähän laajemmin. Tämä on se ajankohtainen teema, mistä puhutaan ja paljon puhututtaa ja paljon nousi mediassa esille ja pyydettiin kansanedustajilta ynnä muilta, ynnä muilta suhtautumista siihen, että millä tavalla nämä asiat käydään läpi. Hyvä nuorten kanssa muistaa, he usein lukee näitä asioita sillä tavalla, että nämä on tulossa tai jo meneillään, että nyt tapahtuu jotain. Mutta nämä sitten on hyvä käydä siellä oppilaitoksissa, kouluissa, kotona, missä tahansa läpi siitä näkökulmasta, että kyseessä on aloitteita, joita käsitellään eduskunnassa ja siellä puolueiden täytyy sitoutua niihin ja hallitusohjelmaan esimerkiksi kirjata tällasia asioita. Käydä siinä samalla tämmöstä yhteiskunnallista päätöksentekoa keskustelua. Kun monesti tulee sellasia mielikuvia, että kun näistä puhutaan, että onko nää jo, saako sitä kannabista nyt sitten käyttää. Siinä myös tuoda sitä aikuisen näkökulmaa, että ei, edelleen kiellettyä, mutta tämä keskustelu on lähtenyt tällä tavalla liikkeelle.

Suhtautumisesta aloitteisiin, niin tohon laillistamiseen eli sääntelyyn, niin tällä hetkellä suhtaudumme siihen kielteisesti. Mä ja me nähdään, että päihdepolitiikka on kokonaisuus, johon ei liity pelkästään yksittäiset päihteet, vaan että siinä täytyy miettiä sitä koko palettia. Meillä alkoholi tällä hetkellä laillista, sen suhteen tulee paljon ongelmia ja jos tuotais toinen päihde rinnalle, niin siinä olisi sitten kaksi

päihdettä laillista ja silloin riskit haitoille on suuremmat. Varsinkin, jos kahta päihdettä käytetään. Ainakin tähän mennessä tutkimukset on viitannut, mitä on tehty, että runsas alkoholin käyttö ja siihen linkittyvä kannabiksen käyttö kulkee käsikädessä. Että cannabis ei ole tullut korvaamaan isossa mittakaavassa sitä alkoholia, niin tämä riski on merkittävä siinä kohtaa, jos molemmat olisi tasavertaisesti sillä viivalla. Sitten on toi nuorten käyttö, monissa maissa nuorten käyttö ei ole lisääntynyt, mitä usein tuodaan voimakkaasti esiin, mutta eipä se ole merkittävästi vähentynytkään. Esimerkiksi Kanadassa haluttiin nimenomaan suitsia sitä nuorten valtaisa käyttöä tällä lainmuutoksella, että otetaan se ikäraja valvontaan ja näin päin pois. Mutta eipä siellä sitten ole kumminkaan sitä haluttua vaikutusta tullut sinne nuorten käyttöön, mikä yksi syy oli. Että siinä on myös kumminkin tämä nuorten käyttö, jota pitää aina miettiä. Vaikka tietysti voisi ajatella, että siihen tulee ikäraja valvonta ja sillä tavalla pystytään kontrolloimaan, mutta onhan meillä alkoholikin tällä hetkellä. Ja kyllä mulla on semmoinen mielikuva, että nuorista alaikäisistäkin osa alkoholia käyttää, vaikka siinä on se ikäraja 18 vuotta tai 20. Että ei se semmoinen aukoton ole sekään. Sitten pakko tähän vielä tuoda sekin näkökulma näistä laittomista markkinoista, että monesti ajatellaan, että laillistamalla cannabis, niin laittomat markkinat häviäisi, mutta missään maassa näin ei ole käynyt. Että kyllä myös henkilöillä, jotka tienaa siellä laittomalla huumekaupalla, niin edelleen jostain sen rahansa haluaa. Plus että kun valtio ottaa veron siihen väliin, niin silloin se myös helposti hinta nousee korkeammaksi ja sitä kautta vaikuttaa siihen, että ne laittomat markkinat ei välttämättä häviä minnekään, vaan saattaa jopa ruveta kukoistamaan, kun pystytään kilpailemaan sitten sillä hinnalla siellä. Sitten tämä dekriminointialoite, mikä on tuolla eduskunnan käsittelyssä tällä hetkellä ja sinne kuultavaksi on menossa parin viikon päästä. Sinänsä siinä on paljon hyvää siinä aloitteessa ja näin poispäin, mutta en lähde sitä kannattamaan eikä mekään, että kirjataan siitä lausunto ihan sen takia muun muassa, että se on pikkasen eikä ihan vähäkään laajempi, kuin pelkästään se rangaistuksen poisto. Vaan siinä haluttais tällaista itselääkinnällisyyttä laajentaa ja muun muassa se, että saisi neljä kannabiskasvia kasvattaa kotona omaan käyttöön. Niin tässä nähdään, että siinä on paljon sellasia riskiasioita monestakin eri näkökulmasta. Se ei meidän pirtaan, jossa me halutaan ehkäistä päihteisiin liittyviä haittoja, niin oikein sovellu. Plus että siinä hypätään vähän sinne lääketieteen puolelle, niin se on aina semmoinen tosi haastava tilanne, että miten siihen sitten suhtaudutaan, tähän itse lääkintään. Toki mekin ajatellaan Ehytissä ja minäkin, että sen painopisteen pitää ennen kaikkea ehdottomasti olla kuitenkin siellä hoidollisessa puolessa ja itse aineesta ja rangaistuksiin liittyvät haitat eivät saa olla liian suuria, mitä siitä koituu nuorille, esimerkiksi nuorille henkilöille ajatellen vaikkapa työelämään hakeutumista tai opiskelu-, harjoittelupaikkoja. Että sitten sieltä saattaa näitä kannabiksen merkintöjä tulla esiin ja estää jonkun alan valintaa juuri siinä kriittisessä vaiheessa. Niin toki näitä ollaan jo paljon pehmenettykin tähän mennessä, että meillä on puhuttelukäytänteitä tuotu voimakkaasti esiin nuorten kohdalla ja muuta. Sitä olisi hyvä jatkaa. Pakko tietysti miettiä, että näissä ei ole missään oikein mainittu koskaan, puhuttu alaikäisistä. Että mitä esimerkiksi dekriminointi tarkoittaa alaikäisten kohdalla? Jäiskö heillä edelleen ne merkinnät, vai mikä se prosessi olisi, että millä tavalla siihen, että onko siinä joku ikäraja? Että onko se lastensuojelu edelleen siellä kuvioissa mukana, että näitä ei ole myöskään koskaan pohdittu ennalta, että miten nämä asiat tulisi näkyviin. Painopiste rangaistuksesta hoitoon, se on ehdottomasti näin vielä tässä todettava. Ja sitä hoitoa on lisättävä. Tämä ehkä tämmönen vaikuttamisviesti vielä sinne päättäjien korviin. Tässä oli nämä ajankohtaiset teemat, nämä on ne mitkä puhututtaa. Päihteistä jo tiedetään aika hyvin siitä mistä on kyse, kun puhutaan kannabiksesta. Asenteet sitä

kohtaa on, usein sanotaan että lieventyneet. Mä usein koen, että tiettyssä mielessä myös neutralisoituneet, että siitä uskalletaan keskustella ja se ei tarkoita sitä, että jos mä uskallan keskustella ja puhua siitä, että mulla olisi käyttöä taustalla. Että tämä on hyvä myös muistaa niissä keskusteluissa nuorten kanssa, koska sitä nuoret usein pelkää, että jos mä nyt tämän asian nostan esille, niin miten toi aikuinen tossa suhtautuu vaikka mulla ei olisi käyttöäkään taustalla. Se on hyvä aina muistaa. Mutta sitten vähän siitä puheeksiotosta.

Muutama tämmöinen reunaehto, ja kun mä puhun puheeksiottamisesta tässä yhteydessä, niin mä tarkoitan nimenomaan tämmöistä laajaa käsitettä, joka sisältää myös ihan tällaisen keskustelun, asioiden esiin nostamisen, mutta myös sellasen tietynlaisen puuttumisen, että kerrotaan asiasta henkilölle ja kysytään suoraan siitä kannabiksen käytöstä. Näin niin kuin laajennettuna esimerkiksi tämä mitä tässä tänään tehdään kannabiksen osalta, niin mä näen sen puheeksiottamisena. Että nostetaan niitä teemoja esille. Taustaksi on aina hyvä tietää vähän niistä päihteistä, että mistä puhutaan. Ei nyt tarvitse tietää kaikkea yli sataa kannabinoidia nimeltä ja miten ne vaikuttaa ja jos yksi otetaan pois, niin mitäs sitten tapahtuu. Vaan se yleis, että mitä aineita on liikkeellä, mitä nuoret käyttää. Kouluterveyskysely on siihen esimerkiksi hyvä tämmöinen yleistiedon lähde. Sitten myös tunnistaa niitä, että jos käytetään päihteitä samanaikaisesti, eri päihteitä vaikkapa se alkoholi ja kannabis. Niin siellä on kaksi päihdettä ja riskit on aina silloin suuremmat, niin näitä asioita vähän tunnistaa. Sitten on hyvä tiedostaa ja selvittää sitä, että kuinka laajaa se käyttö on. On ihan eri asia puhua ja myös suhtautua ja myös sitä omaa resurssointia jakaa siitä näkökulmasta, että onko se kerta tai pari kokeilua, vai onko se säännöllistä, runsasta käyttöä. Me suhtaudutaan näihin asioihin tai niin kuin hoitonäkökulmasta, tukinäkökulmasta eri tavalla. Että myöskin se, että selvitetään, kysytään siitä käytöstä ja otetaan pois se mielikuva meiltä ammattilaisilta, että kun puhutaan kannabiksesta, että me nähtäis heti semmonen hyvin syrjäytynyt ja jotenkin elämän polulta sivuun ajautunut henkilö. Vaan että selvitetään, mistä on kyse ja mikä sen kannabiksen merkitys siinä elämässä on. Sitten otetaan säännöllisesti puheeksi ne teemat omassa työssä. Tossa nyt on huumeet, mutta kannabis vielä ihan ennen kaikkea. Kun nousee näitä indikoita jostain, että hei tuolla tv-sarjassa mainittiin kannabis, niin tarttukaa siellä nuorisotalolla, tarttukaa siellä oppilaitoksissa, kouluissa niihin teemoihin. Että hei, mitä te ajattelette tästä aiheesta. Nostetaan sitä esille, jotta siitä puhuminen on myös luottamuksellisempaa ja myös ikään kuin kannustetaan ja rohkastaan siihen, että päästään aitoon vuorovaikutukseen. Eikä niin, että ei täällä ei noista puhuta, koska ne on laittomia ja hyi, hyi ja tekee pahaan. Vaan, että se kiinnostaa nuoria, niin tartutaan siihen. Sitten toistaalta tiedostaa, että jos mennään ihan siihen puheeksiottoon, että hei Kimi käytät sä kannabista. Niin todennäköisesti, jos mä olen oppilaitoksessa töissä tai opiskelemassa, niin sanon että en käytä, koska katotaan kohta mitkä siihen vaikuttaa, on esteitä, miksi ei tuoda esille. Ei tosiaan aina aukea se koko paletti, kun kysytään, vaan sitten se on sitä jatkuvaa pitkäjänteistä työtä ja keskustelua, mutta kysymisessä on aina hyvää se, että se laittaa meidän ajatuksen liikkeelle ja altistaa. Jos teistä joku on käynyt joskus työterveyshuollossa ja siellä on kysytty vaikkapa teidän laillisesta alkoholin käytöstä tai tupakoinnista tai nuuskan käytöstä. Ja sit vähän haluaisitte vaikka, että en mä nyt ihan kaikkee, paljonkohan niitä nyt oli ja kertoo jonkun luvun siihen tai vaikka ei olisi mitään, niin se laittaa kumminkin ajatuksen liikkelle, että paljonkohan sitä oli. Ja sitä kautta peilaa ehkä, vähän vertaa, että onko muutkin samallailla, että oonko mä siellä jossain keskiarvossa vai onko tämä paljon vai vähän. Siitä saa sen asian liikkeelle. Siksi kysykää, kysykää ja kysykää. Ottakaa puheeksi, muuten nämä asiat ei selviä. Se on myös paras tapa

tunnistaa kannabiksen käyttö. Kun usein kysytään, että mistä tunnistaa kannabiksen käytön, että tuleeko jotain merkkejä johonkin tai muuta. Ei tule, että mutta se, että kun kysytään, niin se on se paras tapa selvittää asia.

Miksi se puheeksiottaminen on vaikea tai miksi ne nuoret ei kerro sitä koko totuutta, kun me aikuisena hyvää hyvyttämme haluamme sen tietää? Se on laitonta, siellä on se rangaistus, se stigma, jotka estää sitä puhumista. Se on hyvinkin selkä asia ja tämä on muun muassa näihin lainmuutoksiin tähtäävä toimenpide, että silloin sieltä se laittomuus poistuisi ja ehkä uskaltaisi vapaammin kertoa näistä päihdeasioista. Niin tämä on yksi iso tema siellä taustalla. Sitten mietitään, että miten se näkyy merkintöinä esimerkiksi potilasasiakirjoissa, erilaisissa muissa asiakirjoissa, joita viranomaiset, oppilaitokset ynnä muut kirjaa. Että tuleeko se vastaan jossain sitten, kun mä hakeudun jonnekin toiseen palveluun, niin siellä sitten isolla punaisella näkyy, huumeet. Että vaikuttaako se siihen jatkoelämään jollain tavalla tästä näkökulmasta. Sitten on tämä lastensuojelu, kun puhutaan alaikäistä nuorista tai puhutaan vaikkapa opiskelijoista, jotka on siellä jo silleen, että on omia lapsia. Niin tämä on semmonen asia, joka mietityttää, että mitä se tarkoittaa, jos mä kerron, niin mitä se lastensuojelu sitten tässä tekee. Se on vähän semmonen iso peikko edelleen, jota pitäisi ehdottomasti saada vähän kevennettyä. Sehän on tukitoimi, jossa selvitetään sitä nuoren, perheen tilannetta ja sieltä saa sitä tukea. Tämäkin on vähän niin kuin kannabiksesta kerrotaan aina ne positiiviset asiat, ei koskaan niitä negatiivisia asioita. Vaan että tuodaan, että hitsi miten siistiä vetää sitä pilveä ja tulee hyvä meininki. Niin tässä lastensuojelu valitettavasti on vähän toisinpäin, että usein tulee vaan esiin sitten ne, että sitten otettiin huostaan. Tulee semmosia kummallisia legendoja, jotka ei välttämättä edes pidä paikkaansa, niin ne leviää tuolla myös sitten. Että saataisiin myös sitä vähän katkaistua. Sitten on tietysti joka paikassa, kouluilla, oppilaitoksissa, työpaikoilla säännöt, miten näihin asioihin suhtaudutaan ja kun sitä sääntöä rikot vaikkapa käyttämällä kannabista. Oot vaikka ammattiopiskelija ja siellä työsalissa olet käyttänyt kannabista, niin aivan selvä asia, että se ei kuulu sinne millään tavalla. Tai jos kerrot, että käytät vaikka viikonloppuisin, niin se saattaa heijastua myös siihen opiskeluun. Että pelätään sitä, että lempataanko täältä oppilaitoksesta ulos vai mitä, niin siksi olisi hyvä siellä kouluissa, oppilaitoksissa myös niitä päihdeohjelmia, päihdesuunnitelmia avata niille nuorille ja kertoa, että mitä tapahtuu täällä. Minkälaista tukea on saatavilla? Se tuki edellä näissä päihdeohjelmissakin ja tuoda sitä esille niille nuorille, ettei synny niitä vääriä mielikuvia siitä, että samantien jos tämän kertoo, niin heitetään ulos. Mutta pakko tässä kohtaa myös sanoa, että ilman muuta, vaikka tämä olisi laillista, reguloitua, niin edelleen meillä olisi työpaikkojen, koulujen, liikenteen ynnä muiden säännöt olemassa. Että ei se kannabiksen laillistaminen myöskään näitä poista. Tämä on myös ehkä hyvä tuoda välille nuorille, kun sitten niistä tuntuu välillä, että sitä saa poltella ja tehdä ihan mitä haluaa, niin se ei tarkoita sitä. Tietysti tämä asenteet jotenkin linkittyy tähän voimakkaasti. Nuoret pelkää sitä, että miten me suhtaudutaan. Miten me asennoidutaan. Me ollaan kumminkin, maailma on muuttunut paljon ihan käyttölukujen muodossa ja sen keskustelun ja yleisyyden muodossa, että cannabis on tullut tossa 90-luvun puolivälin jälkeen enemmän esille ja keskusteluun. Ja me, jotka ollaan sitä ennen nuoruus vietetty, niin kyllä se on ollut hyvin paljon erilainen se eetos siihen kannabikseen liittyen. Niin tottakai ne tulee siihen keskusteluun väliin ja sitten pelätään sitä, että rikkoutuuko tässä luottamus tai joku muu asia. Nämä ovat sieltä nuoren puolelta yleensä niitä esteitä, mitkä tulee siihen puheeksiottamisen väliin. Sitten on myös toisin päin, että on niitä esteitä miksi me ei oteta puheeksi. Tässä muutamia tällaisia hajatelmiä siitä. Yksi on se, että ne on monesti, varsinkin jos on hyvin ihastunut tohon kannabikseen ja kokee

siitä saavansa paljon hyvää. Vaikkapa käyttää ahdistukseen ja oikeesti kokee, että se auttaa siihen ja tuo sitä voimakkaasti esille. Ja vaikka siinä kuinka keskusteltais, että miten vaikka täällä opinnot saatais hoideltua, kun sä aika paljon polttelet ja sulla on poissaoloja ja muuta. Mutta ei koe aidostikaan tai sitten ei havaitse niitä haittoja, niin saattaa tulla hyvin tämmösenä fundamenttaalina puolustamisena siihen ja sitten se menee sellaseksi juupas-eipäs keskusteluksi, joka ei kannu yhtään mihinkään. Niin se on myös niitä, että ei sellasiin oikein jaksu lähteä. Niin sitten kannattaa mielummin siitä siirtyä, että miten sulla muuten elämässä menee. Että hypätä siitä kannabiksesta vähän sivuun välillä, koska se ei auta ja ehkä vastuuttaa sitä käyttäjää itseänsä miettimään sitä omaa käyttöä, ettei tulisi niitä haittoja jatkossakaan. Sitten on tämmöinen, ei kuulu mulle, poissa silmistä, poissa mielestä, mikä on tiettyssä mielessä inhimillistä, mutta kyllä mä vastuuttaisin meitä aikuisia vaikka tämä kiire meillä olisi siellä esillä. Niin silti, että pysähdyttäisiin niihin tilanteisiin, kun se kannabiksen kokeilu tai käyttö tai puhuminen tulee esille. Että ei oletettaisiin, että kyllä se joku terveydenhoitaja sitten ottaa puheeksi tai huomaa. Ei mulla nyt ole oikein aikaa, pitäisi tästä keretä tonne tai tonne. Vaan että sitten pysähdytään ja käytetään se aika, mikä käytettävissä on ja vähintään ainakin viedään sitä viestiä eteenpäin, kun nuoresta on kysymys. Eikä vaan ohiteta sitä ajattelemaalla, että joku muu sen hoitaan. Välttämättä kukaan muu ei sitä huomaa, niin silloin se täytyy meidän itse nostaa esille. Sitten on vielä oma stigma myös. Eilen olin tossa ammatillisen koulutuksen hyvinvointipäivillä tuolla Tampereella ja siellä juuri puhuttiin, siellä nousi esille, että sitten on niitä hyvinkin leimattuja opettajia koulussa tai oppilaitoksessa, jotka aina nyysää niitä röökipaikkoja tai muistuttelee lippiksistä tai nuuskista. Ja niille muodostuu tavallaan, että ne on aina niitä ja sielläkin, että ei se aina ole sellainen haluttu rooli mihin halutaan, että mä olen se, joka näistä aina. Että semmonen yhtenäinen puuttumisen välineistö ja suunnitelma, koko vaikkapa sille koululle tai koko nuorisotalon henkilöstölle. Että ei niin, että tämä kertoo, että kyllä se kannabis, jos et sä paljon polttele, niin se on ihan yes. Ja toinen sanoo, että et yhtään, että täältä heitetään pihalle. Vaan semmonen yhteinen näkökulma meillä ammattilaisilla, oli se päihde mikä tahansa, ettei meidän myöskään tarvitse stigmatisoitua semmosena, että aina toi Kimi on se joka tulee täällä nillittää noista asioista. Sitten nostaisin tähän vielä yhden, itseasiassa aika merkittävänkin, sen että sitten on myös se, että mitä tehdä. Ei tiedetä, että mitä sitten tehdään, jos se tulee se kannabiksen käyttö esille. Niin siihen vinkkinä se päihdesuunnitelma, päihdeohjelma, mihin on kirjattu vaikkapa ihan esimerkinomaisesti, että jos tulee tämmöinen tilanne, mikä on se polku miten me edetään. Ketä siihen otetaan mukaan ja kuka ilmoittaa vanhemmille. Että sinne on kirjattu sille aika simppeleisti toimenpiteet, mitä tehdään ja ne kerrotaan myös nuorille, että miten meillä toimitaan, oli se sitten nuorisotalo, koulu. Ei ehkä kotiin tarvitse tehdä päihdeohjelmaa, mutta sielläkin voi miettiä, että miten meidän perheessä suhtauduttaisiin, jos se oma lapsi jäisi kiinni kannabiksen käytöstä. tulisi koulusta vaikka viesti. Tunnistaa ja tunnustaa nämä asiat myös siihen ammattilaisen, varsinkin ammattilaisen roolissa. Nämä on tunneasioita, siellä on paljon sitä tunnekokemusta kannabikseenkin liittyen, siitä käytöstä, että se tuottaa jotain hyvää tai se vie jotain pahaa pois. Ja sitten siihen tullaan me ammattilaiset kertomaan, että tämä ei ole hyvä juttu, niin siellä on paljon tuollaisia asioita, mitkä saattaa olla sitten esteenä.

Sitten vielä muutamia huomioitavia asioita tuossa puheeksiotossa. Sitten kun mennään ehkä enemmän siihen suuntaan, että päästään jo keskustelemaan vaikkapa siitä käytöstä. Että joku nuori kävelee jossain käytävällä tai vapaa-ajalla vastaan ja kertoo, että hei, haluaisi puhua siitä kannabiksen käytöstä tai te olette

kysynyt ja hän alkaa, että kyllä sitä on tullut kokeiltua. Niin sitten muutama siihen teema. Valitkaa rauhallinen turvallinen tila. Sanottakaa myös se turvallisuus siinä tilassa. Varmistakaa, että sinne ei sitten joku kollega tule sanomaan, että mennäänkö lounaalle tossa kohta ja koputtele ovelle. Vaan nämä on, niin kuin sanoin, tunnepitoisia asioita, niin rauhotetaan myös se tilanne ja käytetään se aika, mikä meillä siinä on. Kerrotaan myös ehkä se aika tähän liittyen, näytän muuten aina olkani taakse, ei tuolla mitään näy siellä ei ole sitä esitystä seinällä, vaan se on tuolla teillä nähtävissä. Tietenkin ollaan kohteliaita, arvostavia, kunnioittavia, mutta samalla tietystä mielessä myös tiukkoja ja napakoita. Että jos meillä on, me kerrotaan se aika, että meillä on tämä aika nyt käytettävissä. Ei lähdetä, eikä anneta myöskään velloa niiden asioiden, vaan että kerrotaan että miten tästä eteenpäin mennään ja palataan asiaan. Ennen kaikkea jotenkin sitä kuuntelua ja jutustelua ja sitä puolta, niin se on ehkä, että enemmän joku on joskus näitä kliseitä, että kaksi korvaa ja yksi suu toimii tässäkin asiassa oikein hyvin. Tosiaan monille on helpompi siinä kysymisvaiheessa myös aloittaa vähän jutustelulla, että vaikka kertoisikin siitä käytöstä, niin sitten lähtee myös että hei, palataas tohon, että mitäs sulle muuten kuuluu ja mitä elämään muutenkin kuuluu. Että tuoda myös sitä kokonaisuutta siihen esille, ettei vaan mennä, että kannabis, kannabis, koska pitää ymmärtää, että siellä on se ihminen, se nuori siellä taustalla. Ja nyt mä tiedän, siellä joku miettii siellä ruudun takana, että minä ainakin kysyn suoraan siitä, että käytätkö kannabista ja siitä puhutaan, mistä on puhe. Niin antakaa mennä, jatkakaa ilman muuta niin, jos se toimii teidän kontekstissa ja teidän persoonaan ja teidän työnkuvaan, niin ilman muuta. Mutta monesti, jos se on vähän vaikeampaa, niin vinkkinä että lähtee vähän niin kuin kauttarantain liikkeelle. Sitten pyritään olemaan neutraaleja, vaikka meillä on ne oppilaitoksen säännöt, se on laiton aine ja muuta, niin ei ensimmäisenä lähdetä, että voi, voi tämä nyt vaikuttaa siihen, että meidän täytyy miettiä, että miten tässä nämä sun opinnot tai miten tässä nyt, että kuka nyt ilmoittaa vanhemmille. Vaan kunnellaan ensin, mikä merkitys sillä kannabiksella on sun elämään, mitä sä ajattelet siitä noin laajemmin ja miksi sä kerroit just mulle, että onko siinä joku, mitä sä haluat sillä että sä kerroit. Että mennään se nuori, se ihminen edellä ja sitten lähdetään yhdessä sopimaan ja miettimään, että minkälaiset toimenpiteet tässä tulee ja mikä se polku on, mitä lähdetään sitten seuramaan. Siitäkin tänään kuullaan sitten tarkemmin vielä varmasti myöhemmin. On tärkeää tarjota tietoa ja tukimateriaalia jo siinä ehkäisevän päihdetyön vaiheessa. Usein kannattaa lähteä myöskin semmosesta yleisestä ja sitten mennä sinne yksityiseen. Vähän samaa kuin toi jutustelulla aloittaminen ja sitä kautta tuoda sitä tietoa siihen keskusteluun mukaan. Tukimateriaalit ja tieto, sellasta joka on ajantasaista, päivitettyä, saavutettavaa. Varmistakaa vaikkapa se, että jos jonkun nettisivun ootte kolme vuotta sitten linkannut, että täältä saa hyvää tukea kannabikseen liittyen, niin käykään kokeilemassa että se varmasti toimii. Paljon tapahtuu, tämmösiä silmppeleitä asioita, että sitten se nuori menee, että tämmönen kannabisapu.fi, niin aa, eihän tämä toiminutkaan. Äh, antaa olla. Varmistetaan nämä asiat, koska ne on edelleen niitä tunnepuolen asioita. Materiaalit ja tieto neutraalia, myöskin sellaista sitä nuoren käytön lopettamista tukevaa ja sellaista rehellistä tietoa, eikä niitä kauhutarinoita, että miten pahimmillaan voi käydä. Niitä voi ja saa tuoda keskustelussa ilmi, mutta sillä pelottelulla yleensä tossa tilanteessa vaan vaikeutetaan sitä prosessia. Sitten useampi kohtaamiskerta, että sillä kerralla harvoin mitään selviää ja jos sulla on se tiukka aikataulu just siinä kohtaa sillee, että ai että nyt ei kyllä millään ehtis, mutta minä annan tähän sen viisi minuuttia ja sit kerrot, että hei huomenna mulla on tässä kohtaa, että sitten jatketaan. Jotenkin, että otetaan vastaan se ensimmäinen puheeksiotto, mitä sieltä tulee siltä nuorelta liittyen tähän kannabikseen. Sitä ei kannata ohittaa. Sitten kannattaa varsinkin

kysymisessä perustella, että miksi kysytään. Etenkin jos olet varsinkin terveydenhoitaja ja kysyt kannabiksesta, niin nuorethan ajattelee, että kysyyköhän toi keneltäkään muulta vai mistäköhän se johtuu, että se kysyy vain minulta. Niin kannattaa sanottaa sitäkin, että me kysytään kaikilta tää asia. Sitten kannatta muuten kysyä kaikilta, koska se paljastuu äkkiä, jos ei kysy. Ja jos vaan yhdestä henkilöstä kysymys, että se oma huoli on herännyt, niin hyvä perustelu on sille, että mun huoli on herännyt. Ja sitäkin voi sanottaa, että mistä se on herännyt ja tässä keskustellaan ilman syylistämistä ja syyttämistä. Se voi olla hyvä tapa myöskin. Sitten vielä lopuksi tehdään sille keskustelulle selkeä päätös ja varmistetaan, että se henkilö on ymmärtänyt mahdolliset ohjeet ja niin edelleen. Tämä on tämmönen aika selkeä asia, mutta hyvä muistuttaa välillä, että paljon katoaa nuoria näissä ohjausvaiheissa. Että vaikkapa siellä nuorisotalolla huomataan ja pyydetään, että hakeudu vaikka sinne erityispalveluihin ja sitten kerrotaan, että ne löytyy terveystasemalta ja osote se ja se. Menet vaan sisään sieltä, niin siellä on se aika. Sitten se nuori menee ja siellä on kymmenen ovea eikä hän tiedä mistä ovesta sisään ja sitten paskan marjat, en mene ja siinä katoaa siinä välillä. Sitten voi kertoa vaikkapa siitä ohjauksesta, että se ovi on se kolmas vasemmalta ja siitä vasemmalle ja sieltä oikealle ja siellä kerrot nimesi, niin sitten osaat eteenpäin. Ettei siellä katoa. Koska itsekin tunnistan tätä, että kun menee vieraaseen paikkaan ja siellä on miljoona ovea, että mikäköhän näistä oli se paikka mihin mun piti mennä ja sitten saattaa ollakin, että en mene ollenkaan. Tuossa muutamia huomioita tähän puheeksiottoon.

Sitten vielä näytän viimesimmäksi, että tähän kysymisen tueksi löytyy paljon muitakin, mutta me ollaan tossa Jad ry:n kanssa hankkeessa tehtiin tämmöinen CAST-seulontatesti. Tai ei tehty, vaan tuotiin tähän tämmönen Ranskassa tehty CAST-seulontatesti, joka suomennettiin, jonka avulla voidaan selvittää sitä kannabiksen riskitasoa, että minkä tyyppistä se käyttö. Erilaisia materiaaleja löytyy tueksi, mitä kannattaa hyödyntää sitten siinä käytön taajuuden ja sen käytön selvittämiseksi, niin niitä kannattaa ottaa haltuun. Ja niitä on monia muita esimerkiksi päihdelinkki.fi osoitteesta löytyy myös. Mutta selvitetään, kysytään ja keskustellaan, se on oikeastaan se mun viesti tässä kohtaa. Sanoisin, että kiitoksia teille ja tossa muutama linkki, mistä löytyy lisätietoa.

P1: Kiitos Kim tosi paljon. Hei, antakaa vielä apikset Kimille sieltä. Tosta tuli toi Jinkku väliin, niin ehkä ei kuulunut yleisöön streemin puolelle. Kiitokset Kimille, erittäin ajatuksia herättävä hyvä esitys. Me otetaan nyt ihan lyhyt breikki, mutta jatkamme tossa kymmenen minuutin päästä eli varttia vaille kaksi tulkaa takaisin linjoille. Nyt kannattaa käydä vaikka hörppäsee kahvia, teetä tai jalotella, ihan mikä tuntuu itsestä hyvältä. Kohta jatkamme. Palataan kohta asiaan.

(tauko)[1:29:20 – 1:40:33]

P1: Tervetuloa takaisin kaikki pieneltä breikiltä. Kuulemma siellä on semmonen tilanne chatin kautta tai on tullut tieto, että joillakin ehkä yhteys on tuntunut vähän hitaalta. Minä en ole paras tekninen tuki maailmassa, kun mulla on ihan tarpeeksi itsellenikin ongelmia laitteitteni kanssa. Mutta voidaan sen verran neuvoa, että yksi asia mitä voi kokeilla on tietenkin, että päivittää sitä sivua tai vaihtaa selainta. Joskus se voi selaimen vaihdollakin parantua. Sofia tossa mun vierellä nyökkää, näin meidän kannattaa tehdä. Sitten toinen vaihtoehto on se, että kokeilee vaikka kännykkää. Joskus sekin toimii valitettavasti niin päin, että työpaikan tai kodin wifi ei ole välttämättä tehokkaimmalla päällä ja sitten se puhelin voi toimia. Testatkaa hei niitä,

toivottavasti se auttaa tähän. Olen saanut sen tiedon, että meillä täällä päässä nyt pitäisi tämän streemin olla ihan toimintakykyinen. Toivotaan hei parasta ja että voitte mahdollisimman ongelmitta ja mutkitta seurata tätä keskustelua. Tiedän, että tosi moni teistä on odottanut tätä paljon, niin halutaan että se toimii mahdollisimman hyvin. Mutta kokeiltaa tällaisia. Nyt tässä vaiheessa toivotan seuraavan puhujan tervetulleeksi. Hän on Sofia Joenpelto, erityisasiantuntija Vantaan kaupungilta. Sofia tulee nyt purkamaan kouluterveyskysely 2021 tuloksia ja nimenomaan päihteiden ja mielenterveyden näkökulmasta. Tervetuloa ja apikset Sofialle sieltä eettereiltä. Kiitos.

P5: Kiitoksia ja kiitos kutsusta tulla kertomaan kouluterveyskyselyn tuloksista tänne päihdefoorumiin tänään. Mä olen Sofia Joenpelto ja mä tosiaan teen nyt muutamia nostoja teille tässä yhteydessä siitä, mitä kouluterveyskyselyssä näkyy nuorten mielenterveyden haasteisiin ja päihteiden käyttöön liittyen. Ihan lyhyesti kerron aluksi nyt kouluterveyskyselystä konseptina ja totean, että tässä esityksessä nyt nämä luvut ja ilmiöt, mitä esittelet niin olen poiminut Vantaan kouluterveyskyselyn tuloksista. Mä olen ymmärtänyt, että tätä lähetystä seurataan eri puolilla Suomea, mutta ei se mitään. Kouluterveyskysely on valtakunnallinen kysely, jonka siis THL teettää joka toinen vuosi ja sitä tehdään Suomen kunnissa ympäri maan. Kaikkien kuntien kouluterveyskyselyn tulokset on THL:n sivuilta netistä luettavissa eli halutessaan voi niihin oman kunnan tuloksiin tutustua siellä THL:n sivuilla. Lisäksi täytyy todeta, että nämä tulokset mitä tässä nyt esittelen Vantaan osalta, on hyvin pitkälti ilmiöitä, jotka on linjassa myös valtakunnallisten tulosten kanssa. Eli se mitä meillä täällä Vantaalla tapahtuu, niin jossain mittakaavassa näyttää tapahtuvan koko maassa eli ihan yksin Vantaasta ei siksi tässä puhuta. Mutta kaikki luvut koskee siis Vantaan tuloksia, joita tässä esittelen.

Kouluterveyskysely siis toteutetaan luokkakyselynä. Perusopetuksessa 4 - 5 luokkalaisille ja 8 - 9 luokkalaisille ja sitten toisella asteella lukioissa ja amiksilla ekan ja tokan vuoden alle 21-vuotiaille opiskelijoille joka toinen vuosi. Kysely toteutetaan anonyymisti ja se on melko laaja kysely, siinä kolmatta sataa kysymystä ja indikaattoria, jossa kysytään lapsilta ja nuorilta liittyen heidän elintapoihinsa, heidän hyvinvointiin, koulun käyntiin, moniin heidän elämän asioihin liittyen. Ja mä ajattelin, että siksi kouluterveyskysely on tärkeä ja merkittävä tiedonlähde meille kaikille, jotka lasten ja nuorten kanssa tehdään töitä tai ollaan tekemisissä. Kouluterveyskyselyn arvo on se, että siinä lapset ja nuoret kertovat itse omasta kokemuksestaan, heidän arjestaan, heidän elämästään ja hyvinvoinnistaan. Mulla on tässä kuvassa, lyhyesti totean vain, vastaajamääriä viime kevään kouluterveyskyselyn osalta Vantaalta. Eli kouluterveyskysely on viimeksi ja nyt nämä tulokset, mitä esittelen tässä, niin ovat siis viime keväänä kootusta kyselystä. Erityisen huomionarvoista tässä ja ehkä meille kaikille kiinnostavaa on se, että kouluterveyskysely on siis teetetty aikana, jolloin koronaepidemiasta johtuvia rajoitustoimenpiteitä on ollut käytössä jo yli vuoden ja ne on monella lailla vaikuttaneet meidän lasten koulunkäyntiin, harrastamiseen ja myös tilanteisiin siellä kotona ja perheissä. Ja ajattelen, että se varmasti näkyy näissä tuloksissa. Viime keväänä siis meidän perusopetuksessa ja lukioissa on varsin iso osa lapsista ja nuorista vastanneet kouluterveyskyselyyn. Tuhansia lapsia ja nuoria on vastannut. Ammattiin opiskelevien osalta totean vain, että vastaaja määrä on tänä vuonna Vantaalla hyvin pieni ja siksi näihin ammattioppilaitosten vastauksiin semmosena pienenä varauksena on syytä suhtautua. Kovin laajaa yleistystä ei ehkä niiden perusteella voi tehdä. Ja tosiaan, kuten totesin, niin tässä esittelen Vantaan tuloksia, mutta kunkin kunnan tulokset on THL:n sivuilta luettavissa. Nostan tässä esityksessä

siis ensin muutamia havaintoja siitä, mitä meidän nuoret on kertonut liittyen heidän oman mielen hyvinvointiin. Ja toki näitä voi erityisesti liittyen päihdeteemaan pohtia näiden suojaavien ja altistavien tekijöiden näkökulmasta, josta Iina Savolainen tossa omassa puheenvuorossaan myös puhuikin aika laajasti liittyen näiden sosiaalisten suhteiden ja muiden merkityksestä addiktiokäyttäytymisen syntymisessä esimerkiksi. Tämän jälkeen nostan muutamia keskeisiä havaintoja siitä, mitä nuoret kertonut omasta päihteiden käytöstään ja suhtautumisestaan päihteiden käyttöön.

Sellanen iso kuva tämän vuoden kouluterveyskyselyssä, mikä siis koskee sekä Vantaata että koko maata on se, että monessa mielenhyvinvointiin liittyvässä indikaattorissa ja kysymyksessä näyttää siltä, että nuorten, erityisesti tyttöjen hyvinvointi on laskenut selvästi edelliseen kouluterveyskyselyyn verrattuna. Ja tyttöjen ja poikien kokema hyvinvointi ero on kasvanut entisestään. Kun nuorilta on kysytty ja lapsilta on kysytty ovatko he tyytyväisiä elämäänsä tällä hetkellä, niin tämä on yksi semmonen indikaattori, jossa näkyy selvästi tämä tyttöjen ja poikien ero tässä heidän kokemuksessa. Hyvä uutinen on se, että suurin osa vantaalaisista lapsista ja nuorista on yhä tyytyväisiä elämäänsä. Heidän kokema tyytyväisyys on kuitenkin selvästi laskenut edellisen kyselyn tuloksista, tytöillä voimakkaammin kuin pojilla. Tyttöjen tyytyväisyys elämäänsä on jo aiemmin ollut selvästi harvinaisempaa kuin pojilla. Tämä on yksi sellainen ilmiö, joka on selvästi tapahtunut valtakunnallisesti tämä tyytyväisyyden laskeminen elämäänsä viime vuosina. Toinen semmonen iso trendi sekä valtakunnallisesti että Vantaalla näyttää olevan se, että yksinäisyyden kokemus on yleistynyt selvästi. Jo noin joka viides meidän yläkoululaisista ja lukiolaisista tytöistä kertoo tuntevansa itsensä yksinäiseksi. Tässä mä ajattelen tohon, mitä Iina Savolainen sanoi, että yksinäisyys nimenomaan kokemuksellisena asiana. Kouluterveyskyselyn perusteella näyttää siltä, että useimmilla meidän lapsilla ja nuorilla on vähintään yksi läheinen ystävä, eikä se tilanne ole juurikaan huonontunut viime vuosina. Mutta siitä huolimatta nuoret, erityisesti nuoret tytöt kokevat itsensä yksinäiseksi selvästi aiempaa useammin ja tytöt selvästi useammin kuin pojat, tuntevat itsensä yksinäiseksi. Kolmas tämmöinen iso ilmiö kouluterveyskyselystä tänä vuonna on se, että nuorten, erityisten tyttöjen osallisuuden kokemus on heikentynyt. Nuoret tytöt kokee selvästi poikia harvemmin kuuluvan tärkeänä osana koulu- tai luokkayhteisöön tai toisaalta myöskään mihinkään muuhun itselleen tärkeään yhteisöön tai saavansa esimerkiksi myönteistä palautetta tekemisistään. Mä olen tähän kuvaan ottanut tämmösen graafin, joka kuvaa sitä kuinka moni lapsi ja nuori on vastannut, että kokee olevansa tärkeä osa kouluyhteisöä. Saman suuntaisia on kuvat myös liittyen siihen, että kokeeko olevansa tärkeä osa esimerkiksi luokkayhteisöä ja saman suuntaiset kuvat viittaa nyt siihen tällä, että se osallisuuden kokemus siitä päivittäisestä omasta yhteisöstään ensinnäkin näyttää laskeneen jo kouluterveyskyselyiden 2017 ja 2019 välillä. Eli kyse ei ainakaan nyt pelkästään ole siitä, että meillä on esimerkiksi koulut ollut etäopetuksessa aika laajasti. Tämä osallisuuden kokemus on toki jatkanut laskuaan, mutta sitä on tapahtunut jo ennen pandemia vuosia. Ja sen lisäksi se, mikä tässä on keskeistä näissä kuvissa on se, että tytöt kokee selvästi poikia harvemmin olevansa tärkeä osa sitä omaa päivittäistä yhteisöään. Tyttöjen kokema ahdistuneisuus on yleistynyt selvästi, mutta tyttöjen kokema ahdistuneisuus on ollut jo pidempään yleisempää kuin pojilla. Tämä tyttöjen ahdistuneisuuden voimakas yleistymisen on ollut myös valtakunnallinen ilmiö kouluterveyskyselyn perusteella nyt näiden viimeisimmän kahden kyselyn välillä. Nyt jo lähes kolmannes meidän yläkoulun ja toisella asteella opiskelevista tytöistä kertoo, että kokee kohtalaista tai vaikeeta ahdistuneisuutta. Meidän nuoret, erityisesti tytöt, kertovat entistä useammin kokevansa koulu-uupumusta. Se myös näyttää yleistyneen voimakkaasti

näitten viimeisten kahden kouluterveyskyselyn välillä. Nyt jo joka kolmas yläaste ja lukion tytöistä kertoo kokevansa koulu-uupumusta. Poikien keskuudessa tämä koulu-uupumuksen kokeminen on selvästi harvinaisempaa. Peruskoululaisilla koulu-uupumus näytti olevan hieman yleisempää jopa kuin koko maassa keskimäärin. Eli näyttää siltä, että monella tämmöseen mielenhyvinvointiin ja jaksamiseen liittyvällä mittarilla mitattuna, niin meillä on syytä olla huolissaan meidän nuorista, erityisesti tytöistä ja siitä heidän kokemuksesta.

Tätä suuremmalla syyllä mä ajattelen, että on huomion arvoista ja arvokasta todeta, nähdä kouluterveyskyselyn perusteella, että nuorten raittius on yleistynyt tai jatkanut yleistymistään. Yhä aiempaa nuori kertoo kouluterveyskyselyssä, ettei käytä alkoholia lainkaan. Tällä hetkellä esimerkiksi Vantaalla yläkouluikäisistä pojista noin 75 prosenttia, tytöistäkin 67 prosenttia kertoo, ettei käytä alkoholia lainkaan. Tässä toki toinen puoli, kouluterveyskyselyn perusteella on mahdollista, että sitten meillä on se pieni joukko joka käyttää paljon tai jopa entistä enemmän. Jos isokuva on tämä, että aiempaa yhä useampi nuori kertoo ettei käytä alkoholia lainkaan, niin ajattelen, että siinä on meillä myös syytä iloon ja tämä on sellainen tulos, mistä saa olla tyytyväinen. Meillä Vantaalla yläkoululaisten raittius on jopa vähän yleisempää kuin koko maassa keskimäärä ja se näyttää olevan semmonen isojen kaupunkien ilmiö. Samoin alkoholin käyttöön liittyen muita myönteisiä havaintoja uusimmassa kouluterveyskyselyssä on esimerkiksi se, että aiempaa harvempi nuori kertoo juovansa itsensä säännöllisesti humalaan. Toki yhä noin 17 prosentti toisen asteen opiskelijoista ja reilu 7 prosenttia yläkoululaisista kertoo, että vähintään kerran kuussa humalassa. Mutta nämäkin osuudet ovat tasaisesti jatkaneet laskuaan. Ja aiempaa harvempi meidän nuorista kertoo juovansa alkoholia viikottain, missä myös näkyy tämmöistä tasaista laskua pitkässä tarkastelussa. Päivittäin tupakkatuotteita käyttävien nuorten osuus on pienentynyt hieman tasaisesti. Toki yhä ammatillisella puolella näyttää tupakkatuotteiden päivittäinen käyttö olevan selvästi yleisempää kuin yläkoulun ja lukiossa opiskelevien nuorten keskuudessa. Tämä on myös valtakunnallinen ilmiö ja tupakointi näyttää olevan Vantaalla vähän harvinaisempaa kuin koko maassa keskimäärin. Sitten huumeiden käyttöön liittyen ja nyt korostan, että kouluterveyskyselyn vastaajien perusteella kannabista kokeilleiden ja laittomia huumeita kokeilleiden nuorten määrä on kääntynyt laskuun. Toki yhä meidän yläkoululaista 9 prosenttia, lukiolaisista 17 ja amiksessa opiskelevista 26 prosenttia kertoo kokeilleensa laittomia huumeita ainakin kerran. Mutta kouluterveyskyselyn perusteella näyttää siltä, että nämä kokeilleiden määrä näyttää kääntyneen laskuun. Se mikä nuorten päihteiden käyttöön liittyen kouluterveyskyselyssä erityisesti herättää huolta ja on syytä herättää huolta on se, että yli puolet meidän nuorista Vantaalta arvioi, että omalla paikkakunnalla on helppo hankkia huumeita. Yläkoululaisista yli puolet ja toisen asteen opiskelijoista noin 70 prosenttia kertoo, että omalla paikkakunnalla on helppo hankkia huumeita. Eli halutessaan ilmeisesti tietävät mistä niitä on hankittavissa ja näin varmasti on, mutta mä ajattelin että tämä on semmonen asia, mikä meidän nuorten kanssa työskentelevien on syytä pitää mielessä. Näyttää siltä, että kun on kysytty asennetta päihteisiin, suuri osa nuorista hyväksyy ikäistensä eli käytännössä pääosin alaikäisten alkoholin käytön, vähäisen käytön. Tytöistä hieman useampi kuin pojista hyväksyy vähäisen alkoholin käytön ikäisellään. Selvästi harvempi nuori hyväksyy ikäisensä humalajuomisen. Muutaman nostan, nyt kouluterveyskyselyssä siis on kysytty monenlaisia päihteisiin ja riippuvuuksiin liittyviä kysymyksiä nuorilta laajemmin, kuin mitä tässä pystyn esittelemään, siksi kannustan että tutkikaa niitä tarkemmin sieltä THL:n tulospalvelusta. Myös tosta, mistä oli aiemmin puhetta esimerkiksi nettiriippuvuudesta ja muista addiktioista on kysytty siellä monella eri tavalla

nuorilta ja sieltä saa kiinnostavia tietoja. Mutta teen tässä loppuun pari nostoa vielä näistä muista päihteisiin ja riippuvuuksiin liittyvistä indikaattoreista. Kouluterveyskyselyn perusteella näyttää siltä, että vantaalaiset nuoret hyväksyy omalla ikäisellään kannabiksen käytön vähän useammin kuin koko maassa keskimäärin. Yläkoululaiset noin 14 prosenttia ja meidän Vantaan toisen asteen opiskelijoista noin neljännes kertoo hyväksyvänsä ikäisellään kannabiksen polttamisen. Tupakoinnin hyväksyy usein miten ammattiin opiskelevat, joista noin puolet kertoo hyväksyvänsä ikäisellään tupakoinnin. Yläkoululaisista ja lukiolaisista selvästi harvempi. Noin kolmannes meidän nuorista kertoo kouluterveyskyselyssä, että on yrittänyt viettää netissä vähemmän aikaa siinä onnistumatta. Tytöistä näin vastasi selvästi poikia useampi. Vantaan kouluterveyskyselyn tuloksista on tehty yhteenveto, joka löytyy Vantaan kaupungin sivuilta. Vantaan kaupungilla on omat kouluterveyskysely sivut ja näille sivuille on tulossa myös linkki semmoselle powerbay-alustalle vielä tämän syksyn aikana ennen joulua, josta on tarkasteltavissa kaikki Vantaan kouluterveyskyselyn tulokset ja sieltä helposti niitä pystyy myös vertailemaan. Tarkastelemaan niitä itselleen oman työnsä tai muun intressinsä kannalta kiinnostavia indikaattoreita. Samoin siitä, miten näitä kouluterveyskyselyn tuloksia hyödynnetään Vantaalla, niin voi lukea lisää tiedosta toimintaa suunnitelmasta, joka löytyy myös sieltä Vantaan kaupungin kouluterveyskyselyn sivuilta. Kuten mainitsin aluksi, niin kaikkien kuntien kouluterveyskyselytulokset löytyy THL:n sivuilta netistä. Mä ajattelin, että kouluterveyskyselyn arvo on se, että siinä lapset ja nuoret kertovat siitä omasta kokemuksestaan, omasta hyvinvoinnistaan ja omasta elämästään. Nyt meidän aikuisten, jotka ollaan nuorten kanssa tekemisissä työn tai muun puolesta, meidän tehtävä on miettiä sitä, että mitä me tehdään sillä tiedolla, minkä meidän lapset ja nuoret on meille kertoneet. Niin kuin apulaiskaupunginjohtaja Timo Aronkytö sanoi avajaispuheenvuorossaan tässä foorumissa, että ehkäsevä päihdetyö kuuluu meille kaikille. Olisin taipuvainen ajattelemaan, että kaikki hyvinvointityö mitä me kukin tahoillamme tehdään, on parasta mahdollista ennalta ehkäsevää päihdetyötä ja parasta mahdollista ennalta ehkäsevää mielenterveystyötä. Kiitos teille.

P1: Kiitos Sofia. Ihan lyhyt kysymys, olisin vaan kysynyt jatkokysymys liittyen, kun puhuit tuosta, että nuorilla kannabiksen kokeilun käyttö on vähentynyt. Liittyykö tähän yhtään mitenkään se, että nyt kun on ollut koronavuotia, että myöskin ihmiset on ollut kotona ja ehkä sen saanti on ollut hankalampaa?

P5: Mä en ole varmasti oikea ihminen vastaamaan tähän kysymykseen, koska se ei kouluterveyskyselystä selviä. Näyttää siltä, että joidenkin päihteiden saantiin on liittynyt saatavuuden haasteita. En osaa todella vastata siihen, että liittyykö se kannabiksen käyttöön. Mutta ajattelen, että se myönteinen kuva on se, että siitä huolimatta että meidän lapset ja nuoret on ollut enemmän himassa, näyttää siltä että niitä on ahdistanut enemmän kuin aiemmin. Niin alkoholi, joka heillä on saatavilla kyllä, niin sen käyttö ei ole kuitenkaan lisääntynyt. Eli jotain muuta siellä on ehkä sitten selittävänä tekijänä ainakin osittain kuin se saatavuuden haaste, näin ajattelisin.

P1: Hei kiitos Sofia. Mä jatkan panelistien kanssa myöhemmin. Kiitos paljon. Mennään sitten meidän seuraavaan keskustelijaan. Tässä vaiheessa vielä muistutan toki, että muistakaa, voi ja laittakaa sinne chattiin kysymyksiä, ajatuksia liittyen tämän päivän teemasta. Laittakaa varsinkin sitä paneelikeskustelua varten, koska meillä on siinä enemmän aikaa sitten tietenkin useamman ihmisen kanssa puhua ja mielellään otan vastaan teidän kysymyksiä ja välitän niitä sitten eteenpäin.

Naputtamaan vaan, pistäkää tulemaan rohkeesti vaan niitä kysymyksiä. Nyt toivon tervetulleeksi Margareta Häkkisen. Hän on ylilääkärinä A-klinikkasäätiöllä ja myöskin THL:llä. Hän tulee puhumaan nuorista huumeiden käyttäjistä ja hoitopolun haasteista. Apiksen Margaretalle, tervetuloa.

P6: Hyvää iltapäivää kaikille. Mä puhun siis tosiaan nuorista huumeita käyttävistä, semmosesta käytännön päihdelääkärin näkökulmasta. Eli tässä mun sidonnaisuudet. Mä olen siis päihdelääkäri ja olen töissä A-klinikan päihdesairaalaissa, entiseltä nimeltä Järvenpään sosiaalisairaala. Siellä tapaan myöskin potilaita. Siellähän me hoidetaan täysi-ikäisiä potilaita, mutta niitä just 18 täyttäneitä, jotka kyllä vielä nuoriksi hyvin lasken. Sitten mä olen myös THL:ssä oikeuskemiyksikössä ylilääkärinä huumeanalytiikan ja myrkytyskuolemien ja liikennejuopumusten asiantuntijana. Varsinaisia kaupallisia sidonnaisuuksia, mitkä tähän luentoon liittyisi, mulla ei ole, mutta muista sidonnaisuuksista mainitsen Päihdelääketieteen yhdistyksen, jossa olen toiminut useamman vuoden jo aktiivina ja erityisesti lääkäreiden ja muun terveydenhuollon henkilökunnan koulutusasiat on sydäntä lähellä.

Sitten mennään tähän varsinaiseen aiheeseen ja näytän heti ensinnä tällaisen hyvin ikävän ja huolestuttavan suuntaisen kalvon nuorten myrkytyskuolemista. Tämä on THL:n tilasto ja tässä nyt näkyy, että tämä on ollut ihan hurja miten viime vuosina on huumekuolemat nuorilla kasvanut. Ja se mikä tässä on erityisen huolestuttavaa on se, että nämä on kaikki tapaturmia, vahinkoja ja paremmalla hoidolla me voitais nämä estää. Väittäisin, että meillä ei varmaan tässä maassa mitään muuta sairautta hoideta näin huonosti kuin päihderiippuvaisia, että meillä kuolee nuoria alle 25-vuotiaita ihmisiä joka kuukausi kuusi huumemyrkytyksiin. Se on ihan järkyttävän iso luku, koska me puhutaan sairaudesta, johon on olemassa hoitoja. Ja mun mielestä on tärkeää, että me puhutaan päihderiippuvuusiista myös ihan oikeesti sairautena. Päihderiippuvuus ei ole sosiaalinen ongelma pelkästään eikä se ole käyttäytymisen häiriö pelkästään, vaikka siihen liittyy monia muita ongelmia, niin se on oikea sairaus. Ja se, että se on sairaus, niin se auttaa ymmärtämään myös sitä, että minkä takia päihderiippuvainen ihminen käyttäytyy niin kuin hän käyttäytyy. Minkä takia hän ei pysty ottamaan itseään niskasta kiinni ja lopettamaan käyttöä, vaikka me käskettäisiin niin. Riippuvuussairauksissa on keskeistä se, että se päihteidenkäyttö on pakonomaista ja sitä ei pysty kontrolloimaan. Riippuvuussairautena päihderiippuvuudella on myös ihan selkeä neurobiologinen perusta, se on oikea aivosairaus. Se sairausperusta tulee siitä, että tai ne mekanismit on sellaset, että kun pitkään päihteitä käyttää, niin silloin tulee muutoksia aivojen sellaisissa osissa, jotka liittyy motivaatioon, palkitsemiseen ja stressijärjestelmiin ja toisaalta otsalohkojen toimintaan. Ja sitten, kun näissä aivoalueilla tapahtuu muutoksia, ne muutokset on sellasia, että ne heikentää entisestään ihmisen toiminnanohjausta ja impulssien kontrollointikykyä ja silloin myöskin retkahtaa helpommin ja siitä se kierre sitten jatkuu, kun ne muutokset retkahdusten myötä yhä enemmän vaikeuttaa sitten sitä oman käytöksen kontrollointia. Nuorten aivot on vielä hyvinkin kehittyvät 25 – 30 vuoteen saakka. Musta tuntuu, että aina tulee lisää ikävuosia, että silloin kun oli koulussa, niin puhuttiin että parikymppiseksi kehittyvät aivot. Ja lääkiksessä sanottiin, että kaksvitoseen ja nyt jo uusimmat, mitä hain tutkimuksia, niin sanoi että kolmeenymmppiinkin asti ehkä ne aivot kehittyvät. Eli meillä täysi-ikäisetkin on vielä sellasta ihmisryhmää, joitten aivoja pitäisi päihteiden haitoilta kyllä suojella. Mikä erityisesti nuorten aivoissa on sellasta suojeltavaa ja mikä selittää osittain myös riippuvuusikäyttäytymistä ja sen vaaroja, on se että nuorilla ne osa-alueet, jotka vastaa tunne-elämän ja mielihyvän säätelystä, niin ne kypsyvät varhaisemmin. Mutta

sitten ne harkintaa ja impulssikontrollia ja ongelmanratkaisukykyä käsittelevät aivoalueet, niin ne kypsyvät sitten myöhemmin. Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että nuorilla tunteiden hallinta, riskien arviointi, ne toimii huomattavasti huonommin kuin aikuisilla. Sitten toisaalta kokemus siitä, että päihteistä tulee miellyttävä vaikutus, niin se on vahva ja nuorille sitten vielä aivojen rakenteen vuoksi on tämmöinen toimiminen hetken mielijohteesta ihan tyypillistä. Nuorilla varhaiset päihdekokeilut ja se käytön säännöllistyminen varhain voi herkistää sitten myös niiden päihteiden vaikutuksille entistä enemmän ja toisaalta päihderiippuvuuden kehittymiselle. Miten päihdehäiriö kehittyy nuorella ja mitä siihen riippuvuuden kehittymiseen, mitkä asiat siihen vaikuttaa? Nuorilla päihdehaitoista korostuu ensinnäkin ne sosiaalisiin suhteisiin liittyvät ongelmat. Terveystieteisiin haittoja nuorilla on vähemmän. Kasvu-ympäristö on se, joka vaikuttaa enemmän siihen, että kokeileeko päihteitä. Mutta sitten mitä niistä kokeilusta mahdollisesti seuraa, kehittykö riippuvuus, niin siihen vaikuttaa enemmän perintötekijät eli geenit. Geenit selittää riippuvuuden kehittymisestä nykytiedon mukaan vähintään puolet, todennäköisesti vähän enemmänkin. Se missä geenit vaikuttaa, miksi geenit on merkittävämpi tekijä kuin ympäristö, on se, että geenit vaikuttaa siihen, miten ihminen kykenee kontrolloimaan käyttöönsä päihteiden käyttöä ja minkälaisena hän kokee päihteiden käytöstä tulevan olotilan. Tuleeko siitä mielihyvää vai tuleeko vaikkapa opioidien käytöstä vaan ensisijaisesti paha olo vai tuleeko niistä tosi hyvä olo? Näihin asioihin vaikuttaa se, minkälainen geeniperimä ihmisellä on ja myös siihen, että minkälaisia vieroitusoireita, miten ne kokee. Niissä on geenit vahvasti mukana. Psykiatriset ja neuropsykiatriset oireet ja sairaudet vaikuttaa siihen, että miten nopeasti tai hankalaksi se riippuvuus mahdollisesti kehittyy. Eli voidaan sanoa, että jos on päihderiippuvuudelle altistava perimä, niin silloin käyttö etenee todennäköisemmin niistä kokeiluista riippuvuudeksi, ainakin kehittyy nopeammin riippuvuus. Toisaalta jos ei ikinä käytä päihteitä, ei voi olla päihderiippuvainen, että altistus aina tarvitaan. Ja sitten ympäristön huomioimisella, nuoren kasvu-ympäristön huomioimisella niin me voidaan tietysti estää sitä, että vaikka olisi päihderiippuvuudelle altis perimä, niin että sitä riippuvuutta ei sitten synny. Eli tämä on myös asia, mihin voi puuttua ja sitä riippuvuuden kehittymistä estää. Sitten kun mennään hoitoon, niin aika monesti puhutaan siitä, että haluttais hoitaa pakolla. Erityisesti nuorten osalta vanhemmat ja läheiset on monesti sellaisia, jotka haluaisi hoitaa pakolla. No alaikäisiä voidaan kyllä lastensuojelulain mukaan hoitaa pakolla, heidät voidaan ottaa huostaan ja pitää tahdosta riippumattomassa hoidossa. Mutta aika vähän meidän päihdehoito sitten voi käyttää pakkohoitoa. Päihdehuoltolaissa on tiettyjä erityistilanteita, joita ei käytännössä oikeastaan päihdehoidossa voida, meillä ei ole sellaisia tilojaan nykyisin olemassa, joissa näitä voitais käytännössä toteuttaa. Mielenterveyslaki sitten tottakai, jos on vakava mielenterveyshäiriö tai -sairaus, niin kuin psykoosisairaus tai vastaava, niin silloin voidaan hoitaa tahdosta riippumatta. Ja tartuntatautilaissa sitten voidaan korona-asiat on esimerkiksi tullut tutuksi, niin voidaan kyllä hoitaa tietyissä tilanteissa tahdosta riippumatta. Aika vähän meillä on kuitenkin sellasta mahdollisuutta siihen tai oikeastaan itse mä ajattelen, että vielä vähemmän meillä oikeastaan on tarvettakaan. Että yhteiskunnassa meillä muuten kuitenkin koko ajan pyritään yhä enemmän lisäämään itsemääräämisoikeutta ja vähentämään pakkohoitoa, niin miksi sitä sitten nuorille pitäisi erityisesti lisätä oli sitten kyse täysikäisistä tai alaikäisistä. Enemmän mä ajattelen sitä, että se kenelle se pakko pitää asettaa ja ketä pitää vahtia, niin olisi nämä hoidon järjestävät tahot, kunnat, hyvinvointialat jatkossa. Eli sen sijaan, että puhutaan siitä, että pitää saada pakkohoitoon, niin pitäisikin puhua siitä, että ne nuoret ja kaikki päihteitä käyttävät ihmiset pitäisi saada sinne vapaaehtoiseen hoitoon, koska sinnekään ei aina pääse.

Eli ennen kuin puhuttaisiin laajemmasta pakkohoidosta, niin pitäisi mahdollistaa oikeasti vähän parempi pääsy sinne päihdehoitoon.

Vähän tohon pakkohoito teemaan liittyen vielä, niin ajattelen tätä, että me ollaan ihan hirveen kontrolloivia päihdehoidossa. Itsemääräämisoikeus on kuitenkin meillä aika vahva Suomessa perustuslaki ja kaikki ottaa kantaa tähän itsemääräämisoikeuteen. Ja myös nuorella on oikeus ottaa kantaa asioihin, vaikka olisi alaikäinen ja häntä täytyy kuunnella. Mutta me ollaan päihdehoidossa totuttu aika paljon kontrolloimaan, että me ollaan totuttu vähän sellaseen kurin ja järjestyksen ylläpitämiseen ja sitä mä olen viime aikoina pohtinut, että miksi me yritetään pakottaa ihmisiä tekemään eri asioita, miksi me voidaan enemmän hoitaa vapaaehtoisen lähtökohtaisesti jo siitä, että kuunteltais enemmän niitä ihmisiä. Niin varmasti yksi syy on varmasti ihan se, että on helpompaa työntekijöille, jos voi sanoa, että meillä aina tehdään näin tai meillä ei ikinä tehdä näin, että sen takia sinua koskee tämä rajoitus tai sen takia sinulta edellytetään nyt tällaista. Että se on paljon helpompi markkinoida asiat, jos ei ole vaihtoehtoja, että voisi edes itse nuori-ihminen vaikuttaa näihin, että se on ensisijaisesti työntekijöille helpompaa perustella kaikenlaisia rajoituksia tai sääntöjä sillä, että no meillä nyt on vaan tämmöset säännöt. Tosi usein me lääketurvallisuuteen vedotaan, että voidaanko jotain tiettyjä asioita tehdä, että lääketurvallisuus vaarantuu. Tai otetaan seuloja sen takia, että lääketurvallisuus pyritään ylläpitämään. Toki lääketurvallisuus on tärkeä, että lääkehoidosta ei aiheudu ihmisille enemmän haittaa kuin hyötyä, että hoidot on turvallisia. Mutta tässäkin me käytetään ehkä vähän liikaa kontrollinkeinoja eikä mietitä niinkään sitä, että me esimerkiksi seulotaan virtsaseuloilla, kun yritetään selvittää onko ihminen tällä hetkellä päihtynyt. Voiko hän saada jotain etua tai tämmöstä, mutta eihän me virtsaseuloilla sen hetkistä päihtymystä edes oikeesti tiedetä. Verikoehan siitä pitäisi ottaa. Me käytetään näitä kontrollikeinoja vähän myös väärin, kun halutaan. Me ei luoteta siihen, että me päästäis oikeasti keskustelemaan ja neuvottelemaan, motivoimaan ja yksilöllisesti miettimään, että mikä ketäkin nuorta sitten hoidossa tukee. Sitten myös sellanen näkökulma, että helposti sitten ajatellaan, että jos ei saa olla jotain kauhean tiukkoja päihdeklinikan sääntöjä, niin sitten se tarkoittaa, että no kaikki on sallittua. Mutta eihän se sitä tarkoita. Se että meidän lähtökohta ei ole kontrollointi ja käskeminen ja kyttäminen, niin ei tarkoita sitä että yksilön kohdalla asioita tarvitsisi sallia, että kaikki käyttö olisi ok tai ettei me voitais rajata sitä nuorta. Mutta meidän pitäisi tehdä se yksilöllisesti. Tanja Hirschovits-Gerz, joka on vuoden päihdesairaanhoidaja tänä vuonna, niin hän on mun mielestä tosi hienosti sanonut, että myötätunto ja jämäkkyys voivat tapahtua yhtä aikaa ja se on se, mitä mä toivoisin, että erityisesti nuorten hoidossa muistettais. Ja se, että päihdehoito on oikeasti yhteistyötä, kun äsken jo sanoin, niin me ei oikein kauheen hyvin pakolla voida hoitaa, niin meidän täytyy hoitaa yhteistyössä ihmisiä ja sitten meidän täytyy muistaa myös potilaslaki. Siinä sanotaan, että potilasta on hoidettava yhteisymmärryksessä hänen kanssaan. Ja jos potilas kieltäytyy tietystä hoidosta tai hoitotoimenpiteestä, niin häntä on mahdollisuuksien mukaan hoidettava yhteisymmärryksessä hänen kanssaan muulla lääketieteellisesti hyväksyttävällä tavalla. Sitten täytyy muistaa, että mitä hoitaa me annetaan, että hoidon on oltava vaikuttavaa ja näyttöön perustuvaa. Ja sitten meidän on kerrottava ne hoitovaihtoehdot ja perustelut, miksi suosittelemme tätä hoitovaihtoehtoa, niin ne on kerrottava nuorelle. Ja sitten on hyvä miettiä, että kenen tavoitteita me nyt tässä lähetään tavoittelemaan. Että onko meillä meidän työntekijöiden omat tavoitteet, vanhempien tavoitteet vai nuoren tavoitteet, koska ne ei ole aina, varsinkaan ne lähitavoitteet, ni ne ei ole samoja. Ja silloin meidän pitää tietysti kuunnella ensisijaisesti sitä, jota me hoidetaan. Palko eli Palveluvalikoima

neuvosto on antanut suositukset huumeriippuvuuksien psykososiaalisista hoidoista tässä lokakuussa. Ne löytyy, on tosi hyvät dokumentit tuolla netissä Palkon sivuilla. Palko antaa siis suosituksia siitä, että mitkä menetelmät kuuluu julkisinvaroin rahoitettavaan terveydenhuoltoon. Ja huumeriippuvuuksien hoidosta, niin tässä on nuoret erillisenä ryhmänä otettu huomioon. Nuorten kohdalla huomioidaan sekä ongelmakäyttö että huumeriippuvuus. Nämä Palkon suositukset, niin mitä ne käytännössä tarkoittaa, niin sitä että palvelun järjestäjällä on oltava riittävä menetelmävalikoima käytössä ja sitten osaava henkilöstö ja menetelmiä on vielä käytettävä. Sitten mikä on hyvä muistaa, niin riippuvuudet, psykiatria ja somatiikka on hoidettava samanaikaisesti. Nämä on aika vahvat suositukset ja toivottavasti näitä aletaan sitten jatkossa käyttää. Mä en käy tässä nyt läpi niitä menetelmiä, mitä nuorille suositellaan. Mutta ne löytyy tuolta Palkon sivuilta.

Minkälainen, nyt piti puhua myöskin näistä hoitojärjestelmän haasteista, niin tässä ihan tosi lyhyesti ja simppelisti. Tämä nuorten päihdehoito ja päihdepalvelujärjestelmä, minkälainen se on. Alaikäisille meillä on lastensuojelun sijaishuollon palvelut ja sitten toki kaikki muukin lastensuojelun tukipalvelut. Täysi-ikäisille on jälkihuollon palvelut. Sitten jos puhutaan varsinaisesta päihdehoidosta, niin perusterveydenhuollossa eli koulu- ja opiskeluterveydenhuollossa esimerkiksi, niin siellä tavoitteena on selvittää päihdekokeilut ja tehdä alkuarvio ja hoitointerventio ja lyhyt seuranta. Sitten jos kyseessä on säännöllinen päihteiden käyttö tai sitten sellainen haitallinen päihteiden käyttö, niin silloin nuorisosemat tai muut matalan kynnyksen nuorten mielenterveys- tai päihdehoitoyksiköt on sitten oikea hoitopaikka. Ja jos on kyseessä vakava päihdehäiriö tai kaksoisdiagnoosi eli psykiatrinen sairaus ja päihdehäiriö, niin sellaset nuoret yleensä nuorisopsykiatrialla hoidetaan. Täysi-ikäiset 18 vuotta täyttäneet hoidetaan sitten päihdehoitoyksiköissä samoissa palveluissa kuin aikuiset.

Nyt mä käyn vähän eri palveluittain läpi näitä, minkälaisia haasteita on. Ensinnäkin avohoito eli nämä päihdeklinit ja nuorisosemat ja muut, joissa nuori käy polikliinisesti, niin näissä kyllä selkeä haaste on se, että kaikissa sote-palveluissa on liian kiire. Ja päihteiden käyttöä ei sen takia osata eikä haluta tunnistaa, koska ei tiedetä mitä tehdään silloin, jos nuori kertookin siitä päihteiden käytöstä, koska se tarkoittaa, että tähän täytyy jotenkin puuttua ja entäs jos en osaa enkä tiedä kenelle lähettää, niin parempi olla hiljaa. Sitten meillä on vähän sellainen poislähtämisen kulttuuri kaikissa näissä nuorillekin suunnatuissa palveluissa eli joka paikkaan on tarkat kriteerit ja tiukat kriteerit ja tuntuu, kun niitä kriteereitä lukee, että nuoria ei haluta yhtään minnekään. Kaikki palvelut haluaa ennemminkin työntää ne pois ja jollekin toiselle, kun ottaa omaan haltuunsa. Ja sitten saavutettavuus on nuorten kannalta yleensä vähän nihkeä eli voi olla sellaiset aukioloajat, jotka ei sovi nuoren elämään esimerkiksi, jos on koulussa tai opiskeluissa ja pitäisi kesken päivän käydä jossain päihdeklinitilla. Kuinkas sitä sitten selvitetään, jos ei halua sitä asiaansa kaikille selvittää vaikkapa koulussa. Elikkä tässä ihan tällaisia käytännön haasteita. Ja sitten myös se, että vastaanottoaikoja on tosi vähän. Että jos tämä aika nyt ei käy, niin seuraava aika on sitten tammikuussa ja se ei ollenkaan tue sitä. Ja varsinkin, jos on vähän häilyvä motivaatio, että menenkö sinne, niin silloinhan sinne palveluun pitäisi päästä just silloin, kun tulee mieleen että voisin mennä. Myös resurssipula ja työntekijöiden vaihtuvuus niin kuin terveydenhuollossa paljon on lääkäripulaa ollut pidempään, mutta nyt on myös hoitajapula ja se näkyy siinä, että kun työntekijät vaihtuu, niin aina täytyy selittää asiat uudelle työntekijälle. Se on nuorille tosi kuormittavaa, niin kuin varmasti muillekin kuin nuorille. Sitten se, että avohoidossa kun on resurssipulaa ja toimijat vaihtuu usein, niin puuttuu semmoset

luontevat yhteistyöverkostot, niitä ei kunnolla ylläpidetä. Sitten kun avohoito ei toimi, niin ajatellaan että aina voidaan laittaa nuori laitokseen intensiivisempään hoitoon. Käytetään laitoshoidon puutteellisen avohoidon laastarina ja sitten ne hoitajakset tapahtuu suunnittelematta ja ne ei oikein hyödytä ketään. Sitten päästäänkin sinne laitoshoidon haasteisiin. Tässä puhun erityisesti nyt vierotushoidosta. Mikä meillä näkyy esimerkiksi päihdesairaalaissa, niin nuorilla on yhä huonompi kunto kun he tulee hoitoon. Ja he käyttää, jos vertaa muutaman vuoden takaiseen aikaan, niin käyttää enemmän päihteitä ja ihan samalla tavalla yhtä runsaasti, kun jo semmoset pidempään päihteitä käyttäneet konkarit. Sitten toisaalta motivaation vaihtelu kuuluu, se kuuluu nuoren elämään, se kuuluu myös päihderiippuvuuteen. Niin meidän järjestelmät on kuitenkin tosi kankeita, niissä ei oteta huomioon sitä ja hoitoon ei pääse uudelleen, jos keskeyttää hoitajakson hetken mielijohteesta ja sitten totee, että olisin sittenkin tarvinnut hoitoa. Niin eipä sinne enää pääsekään tai sitten joutuu jonottaa kauhean pitkään. Meillä on ollut sellasia potilaitakin, jotka on halunut päihdehoitoon, nuoria jotka on odottanut vaikkapa kuukauden vierotushoitoa ja siinä ajassa sitten alkaneet pistää huumeita. Jos ois vähän nopeammin päässyt hoitoon ja kuntoutukseen, niin ehkä olisi voinut sitten jäädä tämmöset kokeilut siinä vaiheessa tekemättä. Sitten se, että kun avohoidossa on resursseja vähän, vastaanottoaikoja liian vähän, niin siellä ei ole kenelläkään koppia nuoren tilanteesta ja sitten ei kukaan tiedä, että mikä tässä nyt on se kokonaisuus, mihin suuntaan tässä mennään. Alaikäisille lääkkeellistä vierotustahan meillä ei oikeastaan ole tarjolla, että sitä pitäisi myös mahdollistaa alaikäisille nuorille joilla paljon päihteiden käyttöä on ollut. Otan erillisenä opioidikorvaushoidon eli sen määrittelee STM:n asetus, joka on jo aika vanha, vuodelta 2008. Mutta korvaushoidon kriteereinä on kaksi asiaa, ensinnäkin pitää olla diagnosoitu opioidiriippuvuus ja toisekseen todeta, että vierottuminen ei ole onnistunut. Huumeongelman käypähoito sanoo opioidikorvaushoidosta, että korvaushoidon tarpeen arvio täytyy tehdä kaikille opioidiriippuvaisille riippumatta siitä, missä henkilö asuu ja korvaushoitoa tulee myös tarjota kaikille niille, joilla kriteerit täyttyvät. Korvaushoidon tavoitteena on estää tai vähentää laittomien opioidien käyttöä, rikollisuutta ja suonensisäiseen käyttöön ja yliannostukseen liittyviä riskejä sekä mahdollistaa riippuvuuksien hoito ja psykososiaalinen kuntoutus. Mitä haasteita nuorilla on korvaushoidossa, niin tässä iso haaste on se, että meidän nykyinen korvaushoitojärjestelmä on oikeastaan suunniteltu sellaisille ihmisille, jotka on nähnyt kauheasti vaivaa, että he pääsee korvaushoitoon. Se hakuprosessi on monimutkainen ja kestää pitkään. Sitten toisaalta monin paikoin meidän hoito edelleen perustuu taas siihen kuriin ja kontrollointiin, ei semmoseen yksilölliseen motivointiin ja sitouttamiseen. Se mikä nuorten kohdalla erityisesti huolettaa on se, että mitä nuorempi, täysi-ikäisestä ihmisestä kun on kyse, niin mitä nuorempi on, niin heidän täytyy selittää tosi paljon ja antaa näyttöjä. Heillä on todella vaikea päästä korvaushoitoon, kun ajatellaan että ei voi noin nuorta laittaa korvaushoitoon. Se on sitten pitkäaikainen hoito ja mitäs jos aiheutetaan riippuvuus siinä. No ei aiheuteta, koska korvaushoidon kriteerinä on jo opioidiriippuvuus ja onko se oikeasti parempi, että sitten semmonen nuori ihminen käyttää kadulta niitä aiheita eikä tule korvaushoitoon. Opioidikorvaus tai siis tämmöinen buprenorfiini, mikä on yleisin opioidi, niin sen käyttökustannukset on sellaiset 800 – 1200 euroa kuukaudessa. Mistä nuori saa nämä rahat? Harvemmin laillisia teitä eli tässä voitaisiin puuttua moneen asiaan, sekä terveyteen mutta ihan myös inhimillisesti ja siihen nuoren elämään tosi paljon. Ei pitäisi olla liian iso kynnyks niillä nuorilla tulla kontrolloituun hoitoon. Ehkä isoin puute tässä on se, että meillä ei alaikäisille ole tarjolla vielä korvaushoitoa vaikka asetus ei mitään ikärajoja aseta ja tätä pitäisi ehdottomasti tiettyjen nuorten kohdalla pohtia, että miten me saataisiin tämä järjestymään. Tämä

ei tietenkään koske isoa osaa nuoria, mutta alaikäisissäkin on jo sellaisia joilla on opioidien riippuvuustasoista käyttöä ollut useampi vuosi.

Miten nuorta voi motivoida päihteettömyyteen? Ensinnä on tärkeää miettiä, että kenen tavoitteet meillä on nyt, mitä kohti me mennään. Onko ne nuoren, vai vanhemman vai työntekijän? Koska jos joku muu määrittelee nuoren puolesta ja sen ongelman, niin ei se tue sen nuoren omaa motivaation kehittymisprosessia. Nuori pitäisi saada itse puhumaan itsensä muutoksen puolesta, omista lähtökohdista. Eli meidän pitäisi saada nuori houkuteltua kertomaan itse just niistä oman käyttönsä syistä, hyödyistä ja haitoista. Erityisesti just noista hyödyistä on myös tärkeä puhua, että ymmärrettäisiin miksi nuori käyttää päihteitä. Sitten on hyvä voimistaa sitä hyötyjen ja haittojen ristiriitaa ja kuitenkin antaa nuoren havaita asiat itse. Pitää nostaa esiin niitä nuorten vahvuuksia eikä keskittyä epäonnistumisiin ja pahaan oloon, koska nuori ihan varmasti niihin keskittyy jo muutenkin tarpeeksi ja se voi luoda vaan enemmän toivottomuutta. Sitten kun määritellään tavoitteita, niin on tärkeitä että meillä on semmoset konkreettiset ja seurattavissa olevat tavoitteet, jotka kannustaa eteenpäin ja joista me voidaan katsoa jälkikäteen, että onko nämä tavoitteet toteutuneet. Ei saa olla liian ylimalkaisia sellaisia, että vaikka vähentää käyttöä, vaan sitten pitää puhua ihan konkreettisesti, että tavoitteena millä tavalla ja minkä päihteiden käytön vähentäminen. Nuorille kyllä voi antaa psykoedukaatiota ja kannattaa antaa, kertoa päihteistä silloin jos nuori on valmis kuuntelemaan. Mutta ensin on hyvä selvittää, mitä nuori tietää jo itse, koska monet tietää tosi paljon päihteistä jo ennestään. Turha on semmosta litaniaa toistaa, minkä hän jo tietää. Kannattaa välttää pitkää luentoa ja keskittyä olennaisiin asioihin, mitkä just sen nuoren elämässä on tärkeitä. Sitten pitää muistaa se, että motivaation herättely on oikeasti hidasta. Alussa tarvitaan tiivistä hoitokontaktia ja henkilökunnalta ja nuorelta ja vanhemmilta tarvitaan kärsivällisyyttä. Tarvitaan läsnäoloa ja niitä onnistumisen kokemuksia. On hyvä muistaa, että motivaatio on prosessi. Se ei ole nuoren ominaisuus, vaan se on se prosessi jota nuori käy läpi. Se huoli mulla on, että miten meillä mahdollistuu meidän hoitojärjestelmässä tämä aito motivoiva ote ja motivaation huomioiminen, kun just aikoja on esimerkiksi tosi vähän. Jos meillä on kahden viikon välein aika päihdeklinalle, niin se on liian harvoin, kun meidän pitäis just tavata usein nuorta ja käsitellä näitä asioita. Sitten mikä nuorten kanssa työskennellessä on tärkeitä, on se että muistaa, että päihdediagnoosi ei ole leima. Se ei ole häpeällinen asia, vaan diagnoosi on avain hoitoon. Meillä on hyviä päihdehoidon keinoja ja niitä voidaan käyttää, jos on tehty päihdediagnoostiikka. Päihde ei ole lääke. Monesti nuori saattaa kokea, että hän lääkitsee jotain oiretta päihteellä, mutta sitä kokemusta ei pidä vahvistaa eikä puhua sen suuntasesti. Päihteet eivät ole ikinä lääkkeitä. Meillä on näihin ahdistukseen ja muihin oireisiin ihan oikeita lääkkeitä ja muita hoitokeinoja. Sitten on hyvä muistaa, että kirjaaminen seuraa nuorta, potilasasiakirjat ja muut asiakirjat, että ei aloiteta niitä aina jollain, että päihdenuori. Ja kirjoitetaan sinne oleelliset asiat, mutta muistaen että nuori itse lukee niitä ja moni muukin taho lukee niitä. Kirjoitetaan neutraaliin sävyyn, mutta oikeat asiat. Sitten on hyvä nuorten elämässä myöskin huomioida onnistumiset ja kannustaa sitä nuorta eteenpäin. Aina kaikilta löytyy jotain pientä onnistumista, jota voi käyttää sitten motivoimisessa. Nämä on mun ajatuksia, mitä mä itse toivon, että nuorten päihdehoidossa kehitetään, niin se että alaikäisillekin mahdollistetaan paremmat hoitovaihtoehdot. Eli esimerkiksi opioidikorvaushoidon käytäntöjä kehitetään ja aletaan antamaan hoitoa myös tarkoin valituille opioidiriippuvaisille alaikäisille, joilla kriteerit täyttyvät. Sitten mahdollistettaisiin lääkkeellinen vierotushoito. Sitten nämä Palkon suositukset, että ne oikeasti saataisiin toimeenpantua. Siellä on nyt sellaisia menetelmiä, joiden osaaminen tällä hetkellä

on lähinnä erikoissairaanhoidossa minne vain pieniosa näistä nuorista pääsee. Niin me tarvitaan resurssit ja osaaminen myös perustasolle. Ylipäänsä nuorten ihmisten hoidossa mä ajattelen, että hoitoon sitouttaminen ja motivointi on ihan kaiken perusta eli meidän pitää mahdollistaa hoitoon pääsy oikea-aikaisesti ja aina, kun hoidolle on tarvetta. Sitten meidän pitää hoidon sisällä tehdä siitä hoidosta niin mielekästä ja palkitsevaa ja kannustavaa, että nuori myös pysyy siellä. Että me ei lähdetä siitä, että nuoren pitäisi jotenkin tehdä jotakin temppuja ja sitten me häntä hoidetaan hyvää hyvyttämme. Vaan meidän pitää kehittää meidän hoidoista niin hyviä, että nuoret haluaa tulla sinne ja että he pääsee sinne. Mun mielestä tällaiset nuorten päihdehoidon ydinkohdat mitkä meidän täytyy huomioida eli päihdeongelman, päihderiippuvuuden tunnistaminen, hoitoon pääseminen, monipuolinen hoitovalikoima, motivointi ja sitouttaminen sekä se, että me saadaan pidettyä nuoret hoidossa. Kiitos.

P1: Kiitos Margareta. Se oli aikamoista tykitystä, täyttä asiaa, täytyy sanoa. Miten se, ennen kuin aloitetaan paneelikeskustelua, haluaisin sulta kysyä lääkärinä, että miten sun omat asenteet on tässä vuosien varrella muuttunut. Sulla oli hyvin semmonen vahva käsitys siitä, että tämmönen keppi ei selvästikään auta nuoriin. Että se ei johda siihen tavoitteeseen. Mutta oletko itse huomannut asennemuutosta vuosien varrella, että mikä on vaikuttanut sun omaan käsitykseen?

P6: Kyllä ja mun mielestä päihdehoidossa ollaan, ei joka paikassa, mutta ollaan siirtymässä enemmän semmoseen yhteistyöhön ja yksilöllisyyteen. Ja nimenomaan mä ajattelen, että se yksilöllinen tavoitteiden huomioiminen ja semmonen, että eihän kukaan, ei nuori eikä aikuinen tykkää että joku käskee, että nyt sun pitää tehdä noin. Osalle toimii semmonen vähän kontrollointikin, mutta toisilla se voi olla semmonen, että nyt en ainakaan tee niin kuin sanot.

P1: Mehän nähdään se suoraan sanottuna nykyisessä rokotekeskustelussa.

P6: Kyllä. Ja mä olen kuitenkin työntekijänä samalla puolella kuin potilas, että molemmat toivotaan että siinä tapahtuu muutos hyvään. Ei aina tarvitse edes tavoitella täyttä päihitteettömyyttä, vaan lähteä siitä mitkä ovat potilaan tavoitteet. Mä haluaisin aina raitistaa kaikki, mutta mä tiedän että aina potilaat eivät ole sillä hetkellä siihen valmiita. Mutta aina voi silti auttaa ja aina voi tehdä sen potilaan eteen paljon hyvää, vaikka sitten potilas ei haluaisi tällä hetkellä kaikista päihteistä eroon.

P1: Mikä sun, just jos miettii nuorten tilannetta tällä hetkellä. Onko jotain, mikä sua tässä hetkessä erityisesti mietityttää ja huolestuttaa ennen tota meidän tulevaa paneelikeskustelua?

P6: Se hoitoon pääsy ja siinä pysyminen, että meillä näkyy vähän semmoinen pyöröovi ilmiö. Varsinkin mä näen päihdesairaalassa just niitä täysi-ikäiseksi tulleita, joilla vaikkapa korvaushoitoa on aloitettu kolmatta kertaa saman vuoden aikana. Sitten kun kysyy, no miksi se lopetettiin, niin he on vaan jotenkin jäänyt siitä pois. Meiltä puuttuu semmonen aito osaaminen ja halu pitää ne ihmiset hoidossa, varsinkin nuorten kohdalla. Me osataan hoitaa sellasia, jotka on jo pidempään ollut. Mutta nyt meidän pitäisi alkaa katsomaan vähän uudella tavalla tätä, että miten me pystytään pitämään ihmiset hoidossa.

P1: Hei, erinomaisia pointteja. Kiitos vielä Margareta tosi paljon. Kiitos sulle, apikset. Samalla kun taputatte, niin tulkaa panelistit sieltä, meidän panelistit sieltä alas vähitellen. Kiitos vielä Margaretalle, loistava puheenvuoro. Siinä on paljon mistä voidaan ottaa kiinni. Nyt sieltä saapastelee, tulee meidän puhujat paikanpäälle. Ottakaa sieltä sellainen paikka, mikä tuntuu itsestä hyvältä ja mukavalta ja mennään keskusteluun. Sieltä vaan, löytyykö kaikille paikka suunnilleen. Terve teille kaikille. Voitte vilkuttaa tonne kameraan kaikille. Ihan siis semmonen, herranjestas tää liikkuu. Ihan lyhyt tämmönen, snadi esittelykierros, kertokaa ketä te ootte ja miksi te olette täällä. Teillä on tietenkin syykin olla täällä, niin kertokaa.

P7: Mun nimi on Annamari Nybacka ja mä olen vs. johtava sosiaalityöntekijä Nuortenkeskus Nupissa.

P1: Tervetuloa.

P8: Juho Outovaara, Vantaan kaupunki nuorisopalvelut, Nuorisotyö raiteilla -hanke eli jalkautuvaa nuorisotyötä.

P9: Rikosylikonstaapeli Varpu Saapunki Itä-Uudenmaan poliisilaitoksessa ja työskentelen meillä ennalta estävän toiminnan yksikössä. Meidän työkenttää on nuorten erittäin isosti ja myös haasteet päihteiden kanssa.

P10: Petra Ikonen ja sosiaaliohjaaja Vantaan terveysneuvonnasta Vinkkareista.

P11: Mä olen Kim (--)[2:32:58], mä työskentelen päihde- ja rikosalan kokemusasiantuntijana.

P1: Hei, tervetuloa. Ihanaa että olette täällä. Mennään suoraan asiaan. Kim, aloitetaan sun kanssa. Tänään on kuultu tosi paljon tietenkin erinomaisia asiantuntija puheenvuoroja ja puhuttu siitä, mitä nuoret on kokenut. Sä sanoit, että sä tuut muun muassa kokemusasiantuntijan näkökulmasta puhumaan tänne tänään.

P11: Kyllä.

P1: Miten sä sanoisit, että mikä sun tausta on päihteiden käytön kanssa? Mikä sun se tarina on? Milloin sä aloitit käyttää ja miten se on vaikuttanut sun elämään?

P11: Se käyttökokeilu alkoi silloin jo varhaisteini-iässä, 13-vuotiaana oli ekat kokeilut. Siitä se kyllä lähti heti. Lähti mopo käsistä aika nopeasti ja se meno vaan eskaloitui. Kyllähän tässä on menetetty paljon vuosien aikana. Paljon on tapahtunut.

P1: Mitä aineita sä käytit?

P11: En ollut nirso, kaikki kävi, mutta ne mitä mä lähinnä käytin oli noi bentsodiatsepiinit ja amfetamiini ja subutex.

P1: Sanoit, että kaikkea kävi. Tuliko rikoksia tehtyä? Mitä niin kuin kävi?

P11: Kyllä se valitettavasti on niin, että päihteet ja rikokset menee kyllä aina aika käsi käteen. Pitää saada rahaa jostain, pitää saada sitä kamaa jostain.

P1: Mä kysyn Kim sulta heti, että täällä on poliisi paikalla ja sen näkee uniformusta kauas. Silloin kun sulla alkoi se käyttö ja se mopo karkas käsistä. Täällähän on hieno tarkoitus, ollaan puhuttukin että voi mennä kohtaa ihmisen, voi mennä puhumaan poliisille. Mutta olisiko se tullut sulle rehellisesti mielenkään, että mä haluan mennä lastensuojeluun puhumaan tai poliisille? Kävikö se silloin oikeasti mielessä?

P11: Ai silloin?

P1: Käyttöaikana, että miltä poliisin univormu ja muu ajatukset silloin näytti, koska mulla on pointti mihin tässä kohta mennään?

P11: Olihan se viranomaisvastaisuus aika kova niinä aikoina, mutta mun mielestä on ollut just hienoa huomana miten just se ei olekaan niin, miten silloin ajatteli joskus. Mun mielestä on tosi hienoa, miten poliisi tekee just tätä ennalta ehkäsevää ja jalkautuvaa työtä. Paljonhan on siitä itse henkilöstä kiinni, ettei tule niin sanottuja negatiivisia tai molemmista totta kai.

P1: Poliisista päivää, mä heitän semmosen haasteen sinne suuntaan. Miten sä itse ajattelet, kun ollaan puhuttu tänään, no paljon näkee kehitystä nuorten asenteissa liittyen päihteiden käyttöön ja huumeisiin. Mutta sitten on se tietty osa, jolle, no huumekuolemien määrä on kasvanut, kovien huumeiden käyttö kasvanut. Missä sun mielestä poliisin on pitänyt parantaa tai pitää parantaa? Tässä on just puhuttu siitä kohtaamisen tärkeydestä ja se, että mä voisin tunnistaa, että monille niin kuin Kimille aikanaan poliisi voi edustaa semmosta, että ei sieltä ymmärrystä löydy. Että se on rankaseva tekijä, että en mä todellakaan mene hakemaan sieltä mitään.

P9: Poliisin näkökulmasta, kyllä mä itse koen sen niin, että mitä varhasemmin tavallaan poliisikin pääse mukaan siihen kuvioon. Että jos me havaitaan siinä meidän ennalta ehkäsevässä työssä, että hei tällä kaverilla on ongelmia näiden asioiden kanssa. Niin me ollaan mukana jo siinä vaiheessa, me kerrotaan vähän, että mitä ongelmia siitä voi seurata kun tässä jatkaa. Ja pyritään tukemaan poliisinkin roolista sitä, että henkilö pääsee pois niistä ympyröistä, missä hän hetkellä on. Näkisin sen ennalta estävän roolin tosi tärkeänä, että puututaan ongelmiin ja haasteisiin jo aiemmin kuin ne on liian suuria jossain vaiheessa. Monesti poliisin näkökulmasta ainakin tuntuu siltä, että sitten kun ollaan siellä hirveen pitkällä ja hirveen syvällä ja saatetaan olla edelleenkin tosi nuoria vielä, jopa alaikäisiä. Niin silloin se sieltä pois nostaminen ja oikeanlaisen avun ja tuen piiriin saattaminen on huomattavasti vaikeampaa.

P1: Osallistukaa, heittäytykää keskusteluun aina kun tuntuu, kun haluatte jatkaa jostain. Tulee se mieleen, että mistä on puhuttu tänään, että näettekö sellaisen asennemuutoksen? Jos puhutaan nyt vaikka kovista huumeiden käytöstä siitä, että ihminen todella, että se lähtee se mopo käsistä. Niin pystytäänkö me näkemään se vähitellen, onko sairaus hyvä sana? Miten te itse ajattelette sen sijaan, että se on oma vika kun päädyit tohon touhuun?

P11: Jos mä saan sanoa, niin kyllä mun mielestä se päihderiippuvuus on ehdottomasti tai addiktio itsessään on sairaus. Päihteet nyt sattuu olemaan aika destruktiivinen, jos alkaa oireilee päihteillä, niin sehän on vaan aika destruktiivinen tapa, joka syntyy siitä sairaudesta.

P1: Mitä just Kim sä sanoit, mä mietin vaan että, kauheaa mä olen tällainen ihminen, mä haluan pilkkoa ihmisen kuin sipulin, päästä ytimeen. Mutta just, että tuliko sulle ikinä vastaan se, että mistä se saattoi johtua sulla, että sä rupesit käyttämään enemmän ja enemmän kovempia päihteitä? Mikä siellä saattoi olla tekijänä?

P11: Totta kai siihen saattaa liittyä geenit ja geeniperimä. Mutta se, mistä se kaikki lähti, oli just ehkä että mä aloin kiinnostumaan tosi paljon siitä maailmasta, musiikista ja aloin idolisoimaan niitä muusikkoja ja halusin heidän elämäntapaa. Sitten mä myös kasvoinkin semmosessa paikassa, missä oli aika tylsää, niin me alettiin käyttää tai juomaan ja käyttää siihen tylsyyteen. Sitten totta kai, mitä enemmän aikaa meni alkoi tulla ahdistusta, häpeää, masennusta, kaikkia mielialaongelmia. Ne sitten totta kai pahensi sitä tilannetta koko ajan. Sitten yritti paeta koko ajan jotain, oli se sitten just tylsyyttä, masennusta, huonoa fiilistä, ahdistusta, mitä vaan, mutta se oli pakokeino.

P1: Kuulostaako tutulta jutulta?

P7: Kuulostaa tutulta. Itse kun olen tuolla Nupissa töissä, niin mä ajattelen, että meillä varmaan 10 prosenttia tulosyynä on päihteet, suurin tulosyy on mielialaongelmat ja ahdistus.

P1: Monihan, niin kuin Kim sanoo ja tulee tässä se, että monet käyttää, päihde on lääke. Siitä tulee, jos mä nyt sanoisin, mä valehtelisin varmaan jos sanoisin, niin kuin Kim sä voit sitten kontrata mua. Mutta ihmiset myös käyttää päihteitä sen takia, koska siitä tulee ainakin hetkellisesti hyvä fiilis tai se paha olo menee hetkeksi pois. Mutta jatka vaan.

P7: Joo, niin siis tuli vaan mieleen. Meillä näkyy se ja sitä me ollaan mietitty, että se ei välttämättä tule esille sitten se päihteidenkäyttö. Että siinä just, mistä on tässä jo aiemminkin ollut puhe, että pitää motivoida ja ehkä sitä luottamuksen rakentamista. Kun meillä se ikäraja on 13 – 21, että onko sitten että ei uskalleta kertoa siitä päihteidenkäytöstä, että on helpompi puhua mielialasta ja ahdistuksesta ja siihen saa apua. Mutta sitten jos puhuu päihteidenkäytöstä, niin tehdäänkö lastensuojeluilmoitus, kerrotaanko vanhemmille ja mitä muuta tapahtuu.

P8: Se mikä jäi sanomatta, Varpu kun puhui poliisin näkökulmasta, niin kyllä meilläkin nuorisotyössä jotenkin semmonen ajatus, että just päihteet, väkivalta, tämmöset nyt paljon puhuttavat ilmiöt. Niin ne siirtyy nyt pikku hiljaa, jo vuosia siirtynyt nuoremmille ja nuoremmille. Se on mun mielestä semmosen isomman keskustelun paikka, että ollaanko me eri toimijat pikkasen myöhässä, että jos me nyt alotetaan sitä päihdekasvatusta joskus 6 – 7 luokalla. Että pitäisikö se olla sitten jo selkeästi alempana?

P1: Vielä alemmilla luokilla?

P8: Joo, että pitäisikö olla reilusti etupelto siinä hommassa? Ja sitten näihin yksittäisiin nuoriin, että tosiaan toi on taivaan tosi, että mitä aikasemmin päästään kiinni siihen juttuun ja puuttumaan, niin nyt on vähän se, että sitten kun on löysät housussa, niin sitten aletaan ikään kuin jumpata sitä hommaa. Jotenkin aikasemmin avata ja toimia.

P: Mun sanoa siis, kun mä olen siellä suonensisäisiä huumeita käyttävien kanssa, niin saattaa tulla 18 – 19-vuotiaita kella se on jatkunut jo pitkään eli puhutaan vuosista. Eli siellä on ollut jo monta porttia, minkä läpi on menty, että tullaan siihen, että tullaan hakemaan puhtaita neuloja ja ruiskuja. Jotenkin se varhainen puuttuminen, totta kai siinä kohtaa otetaan niistä koppia ja koitetaan saada, että jos on yhtään intoa katkolle tai kuntoutukseen, niin tehdään kyllä niitten kanssa töitä. Mutta sitten ei aina ole siinä kohtaa, että se semmonen katuelämä on mennyt aika pitkälle.

P1: Miten tämä, jos mietitään ihan tässä hetkessä, ajassa. Niin kuin sanottu, paljon hyvää on tapahtunut asenteissa ja esimerkiksi alkoholin käytössä ja tupakassa. Mutta että jotkut asiat on karuja, jos miettii huumekuolemien määrän kasvua ja kovien huumeiden käyttöä. Ja saatavuus on niin paljon helpompaa nykyään. Mä en, mun täytyy sanoa, mä olen 37, mä en nyt tiedä mistä mä saisin huumeita kovin helposti. Mutta mä sanoisin, että nuoremmat sukupolvet, mä sanoisin, että se on aika piece of cake se juttu. Missä teidän, miten se tämän hetkinen huumetilanne varsinkin, kun puhutaan kovista huumeista, niin miten se näkyy teidän työssä tällä hetkellä? Mitä te kohtaatte?

P8: 8 vuotta nuorisotyötä tehnyt Vantaalla ja jalkautuva nuorisotyö ollut aina siinä osa, niin en mä, se on varmaan kolmen, neljän vuoden aikana noi bentsot tullut nyt isosti. Tällaset euron napit, että Rivatril, Xanol, mitä näitä vanhan liiton pamitkin ehkä vielä. Ne on tosi saatavilla, en tiedä, en ole nyt niin ammattilainen, että tietäisin että mistä se johtuu, että mistä ne isossa kuvassa Suomeen tulee ja päätyy kadulle ja päätyy nuorelle. Mutta ne on välillä aika, ne on tosi saatavilla ja sitten se on tosiaan euron nappi, niin se on hyvin halpaa. Ei varmaan myös ymmärretä, että kuinka, eikä ymmärräkään nuoret, että kuinka vaarallisia ne on. Koska se ei välttämättä ole se tavara sitä, mitä se etiketti sanoo että se on, jos se tulee jostain Romaniasta tai mistä ikinä. Se on semmonen. Että silloin kun itse täällä alotti, niin ei niitä läheskään samassa mittakaavassa.

P1: Että tässä näkyy muutosta?

P: Joo siis, mulla tuli siis tässä mieleen sellanen, että kun mietitään mistä niitä saadaan. Ja mä mietin nyt noita nuoria, jotka sitten saa kamaa käsiinsä. Niin tässä on vanhemmillekin sellasta viestiä, että olkaa tietosia, mitä ne teidän lapset ja nuoret tekee netissä. Otetaan vaikka Snapchat tai muita tämmösiä kanavia, sieltä on erittäin helppo löytää aineita, sopia kauppoja. Se on niin matala kynnyks lähteä siihen hommaan mukaan ja sitten vielä, jos kaveripiirissä osataan vähän kertoa, että näin se käy. Niin sitä kautta se kynnyks on matala. Nyt kun puhutaan, tänään on teemana nuoret ja aattelen nyt jo hyvinkin nuoria, että lähdetään siit 6. luokkalaisistakin jo ylöspäin. Niin, olkaa tietosia, mitä ne lapset siellä netissä tekee. Olkaa kiinnostuneita siitä, ei tarvitse kytätä, mutta olkaa kiinnostuneita.

P1: Just mä mietin tota, se on erittäin hyvä pointti. Miten toi tehdään? Ensinnäkin yksi juttu on se, että koska jos kaikki vanhemmat nyt rupee lataa Snapchattia, niin se on seuraava askel sitten, että ne pääsee niihin piireihin, missä tämä ongelma näkyy. Sitten toinen on se, että mun mielestä tässä oli erinomainen tämä aiempi puheenvuoro missä puhuttiin siitä, että meidän pitää jotenkin tätä meidän kulttuuria, kyttämistä, kontrollia myöskin saman aikaisesti vähentää. Miten se tehdään? Auttakaa? En mä tiedä.

P: Saanko mä sanoa vielä tähän. Mä sanon lyhyesti vaan. Mun mielestä yksi hyvä keino on se, että huoltajina ja vanhempina oikeesti olkaa kiinnostuneita niistä lapsista yleisesti ja niistä nuorista. Eli ei tarvitse olla vaan kiinnostunut siitä, mitä pahaa ne tekee tai mitä pahaa ne tekee netissä tai löytääkö ne sieltä huumeita. Vaan vaikka teillä olisi lapsia, joilla menee hyvin, niin olkaa kiinnostuneita ja läsnä myös siellä nettipuolella. Silloin tavallaan mun käsitykseni mukaan nuorellekaan ei tule kyttämisen tunne siitä, että miksi toi haluaa välillä jutella mun kanssa, vaikka päivittäin, että mitä sä olet tehnyt tänään somessa tai miltä siellä näyttää. Sitä voi käyttää yhdessä. Ja mitä nuorempana lapsen kanssa alottaa toimimaan näin, niin mä näkisin näin, että silloin se kantaa sitä hedelmää pidemmälle. Kiinnostus sen oman nuoren asioihin.

P11: Kyllä ja sanoisin myös, että tommonen luottamus- ja keskustelukulttuuri, en tosin itse ole vanhempi, mutta jos tulee ongelmia, jos alkaa mennä liian lujaa ja alkaa itse huolestumaan. Niin sitten lapsella on paljon matalampi kynnyks tulla vanhemmalle juttelemaan ja kertomaan ja pyytämään, että voitaisko miettiä jotain? Voitaisko hakea apua?

P1: Mikä sai sut sitten Kim lopulta hoidonpiiriin? Mikä sitten oli se, mikä katkaisi sen kierteen sitten lopulta?

P11: No nyt mennään aika syvään päätyyn.

P1: Mä meen Kim aina syvään päätyyn, se on mun juttu.

P11: Se vaati ihan itsemurhayrityksen. Siitä en ihan heti lopettanut, mutta se alotti sen prosessin.

P1: Siinä piti mennä todella.

P11: Joo.

P1: Miten me sitten, jos mä mietin että me puhutaan paljon siitä, että kaikki haluaa niin paljon hyvää, haluaa totta kai että tämä tilanne muuttuisi. Mutta mitä tässä pitäisi nyt tehdä, että ei päädytä tilanteeseen jossa pitää päätyä siihen, että haluaa riistää oman henkensä, hyvänen aika, ihmisen, että saa sitä apua? Täällä on puhuttu paljon tänään siitä, että jonot on pitkiä esimerkiksi mielenterveyspalveluissa. Sitten voi olla siinä pääsyssä tietenkin ongelmia, sitten voi olla ongelmia ihan vaan siinä, että sä saat sen ajan, mutta et sä pääsekään siihen tulemaan. Seuraava aika on kuukauden päästä. Tässä on varmasti, mä en halua olla tämmöinen negatiivinen Niilo, mutta onhan tässä paljon korjattavaa hyvänen aika.

P: Varmaan matalan kynnyksen paikkoja, että pystyy varsinkin päihdeongelmassa se on tosi vaikeeta, että sattuu oikeeseen päivään ja kellon aikaan löytää paikalle. Niin matalan kynnyksen paikkoja auki tiettyihin aikoihin, että sinne voi mennä ja sieltä saa välittömästi edes pienen avun johonkin suuntaan, niin sellaiset varmasti auttaisi koppaamaan niitä ihmisiä. Ja sitten jotenkin just kaikki jalkautuvat palvelut, että pystyy tuetusti lähtemään toisen kanssa sinne, niin ne auttaa. Kun se päihdeongelma, jos miettii että hirveessä sumussa yrittää löytää virastosta toiseen, niin se voi olla niin vaikeeta että sitten on helpompi olla menemättä.

P11: Niin ja sitten semmonen, jos tähän matalan kynnyksen paikkaan, niin itsellä olisi ollut ainakin semmonen hyvä fiilis, jos se ei olisi ollut niin ehkä virallista. Että ei ole koko ajan joku kirjottamassa sinne tietokantaan, että okei tämä on tämmönen ja tämmönen, käyttänyt tätä ja tätä, toivon tapaus. Vaan, että siinä keskitytään siihen keskusteluun, aito kohtaaminen.

P7: Joo ja sitten mä ajattelin, että helppo ottaa yhteyttä. Se että nuorilla voi olla kynnys soittaa puhelimella. Ainakin Nupissa nyt ollaan ottamassa chati käyttöön. Vantaalla toteutettiin nuorille kysely kesällä ja siinä tuli just, että helpommat yhteydenotkanavat. Joko whatsappin tai chatin kautta. Ja just se, että ei ole tällaista virallista tai nuoret toivoi sitä, että voisi tavata itse valitsemassa paikassa. Käydä kävelyllä taikka kahvilassa, semmosta epämuodollista.

P1: Kim puhui myöskin tästä muurista, mikä on ehkä nuoren ja sen aikuisenkin välillä ja eri aikuisten välillä. Se herää just mieleen, että meillä kaikessa on hyvä tarkoitus tässä, lainsäädännössä, kaikessahan pyritään hyvään varmasti. Että halutaan se, että ihmisille ei muodostuisi näitä vakavia ongelmia. Mutta missä te näette keskeisiä ongelmia, missä sanotaan että lainsäädäntö ja meidän toiminta on täydellisessä ristiriidassa tavoitteiden kanssa? Yksi asia mistä puhutaan paljon, tietenkin Kim Kannussaari toi esille kannabiskeskustelun, mutta nosti esiin sitä. Puhutaan dekriminalisaatiosta tai puhutaan siitä, että ylipäätään jonkinlainen rangaistavuus poistetaan, häpeäleimaa poistetaan, stigmaa. Missä se, sanokaa te mulle ja noille kaikille streemin kuulijoille, missä täällä paleltaa ja missä pitäisi muuttaa käytäntöjä ehkä? Kun mä olen nähnyt tässä aika paljon ristiriitoja kyllä itse tavoitteen ja keinojen välillä. Tämmönen pieni kysymys teille.

P9: Toi on aika vaikee. Mä ehkä sen voisin kommentoida tähän, että mä mietin sitä, että tavallaan jos mietitään vaikka sitä diskriminointia tai näin ikään. Niin itse näkisin poliisina sen, että tietysti laki on tällä hetkellä tämä mikä tämä on ja tilanne on tällä hetkellä tämä. Mutta jos tähän lähdetään tekemään muutoksia, niin mä näkisin, että sen on sitten hyvä perustua kyllä hyvin vahvaan tutkimustietoon ja näyttöön siitä, että se toimii. Jos me muutetaan esimerkiksi, että cannabis laillistettaisiin tai jotain muuta vastaavaa. On hyvin vaikea ottaa kantaa siihen...

P1: Jos poistetaan laillistaminen, mutta sanotaan just toi rangaistavuus on esimerkiksi yksi asia. Se on eri kuin laillistaminen siinä suhteessa, että jos mietitään Portugalia, siellä on nähty erittäin hyviä tuloksia. Maitahan ei voi verrata yksi yhteen, mutta Portugalissa on esimerkiksi nähty vakavien huumekuolemien määrässä merkittävä lasku. Kyllähän tulokset, jos laki ei toimi ja se ei tuota sitä, mitä halutaan, niin eiköä lakia sitten pitäisi ainakin jollakin tavalla säätää. Mä en nyt puhu vaan kannabiksesta, vaan tästä voi puhua yleisemmin. Mutta mitä mieltä te olette?

P11: Keskusteltiin, että jos resurssit voisi laittaa hoitoon ja siihen pääsyyn ja sen laadun parantamiseen, niin ehkä se voisi olla toimiva ratkasu. Mä en tiedä, tää on niin kompleksikysymys, että mun ymmärrys ei riitä tähän. Mutta hoidon tarjoaminen ja resurssit siihen, niin se on se iso juttu tässä.

P: Varmaan se nuorilla just vaikuttaa, että ne pelkää sitä leimaantumista, niin varsinkin alaikäisillä voi olla, ettei ota puheeksi sitä asiaa ja just tulee nämä kaikki lastensuojelut ja muut. Vastauksia ei kyllä silti oikein ole, että miten lähtisi. Jotenkin mä ajattelisin, että perheisiin panostaminen ja sellanen jotenkin niihin perhesuhteisiin. Se olisi yksi mikä vaikuttaisi lapsiin ja nuoriin. Ja sitten mitä

varhasemmalla tasolla, että päiväkotiryhmät pienemmäksi ja kouluryhmät pienemmät, että lähettäis sieltä ihan pienemmältä tasolta. Niin sitten ne ei ehkä kasaantuisi tänne näihin isoihin päihdeongelmiin.

P1: Mä mietin just nuorisotyössä, että näkyykö kuinka paljon siellä sitä, säkin voit vastata että miten sä aikanaan koit sen. Kyllä sen on pakko olla osana hillitsemässä ihmisten puhumista, nuorten puhumista se, että pelkää sitä leimaa, merkintää ja se, että joudunko mä kuseen tästä suoraan sanottuna. Joudunko mä joko poliisin tai muun viranomaisten, lastensuojelun kanssa ongelmiin. Kyllähän sen on pakko vaikuttaa siihen, että se kynnys tulla puhumaan, kun me ollaan puhuttu tässä pitkin tänään. On kuultu sitä, että sen pitäisi olla mahdollisimman matala, mutta mä mietin, että tehdäänkö me se vähän liian korkeaksi kuitenkin?

P: Se on niin päihteissä kuin monessa muussakin jutussa se lastensuojeluilmotuksen pelko. Jotenkin nuorilla voi olla semmonen ajatus, että nyt jos nuorisotyöntekijä, mä kerron hänelle jotain, hän tekee musta lastensuojeluilmotuksen, niin lastensuojelu lähettää pois kotoa Kälviälle vuodeksi. Joka ei nyt kuitenkaan ihan pidä kutinsa. Siinäkin on tavallaan semmosta, se on ihan valtava peikko monessa kohti.

P10: Mutta ehkä just tiedon lisäämistä. Just se, että aiemmin tossa juteltiin porukalla, että kun se lastensuojelu on palvelu ja se on hyvä asia, että jos pääsee sen avun ja tuen piiriin. Siinä varmaan olisi siinäkin puolella, niin kuin poliisinkin puolella, ni tavallaan enemmän tuotaisi esiin sitä, mitä tapahtuu jos jään kiinni vaikka huumausaineen käyttökokeesta alaikäisenä tai näin ikään.

P1: Mä en lähde puristaa teistä nyt liikaa irti tästä dekriminalisaatiosta, mä aistin että se on vaikea pala. Mutta sanotaan näin, onko kuitenkin, mitä mieltä te olette? Vähemmän keppiä, enemmän porkkanaa?

P10: Ainakin nyt täällä Vinkkarin päädyssä enemmän porkkanaa. Kyllä ne on saanut sitä keppiä ihan tarpeeksi ja se hävettää kaiken kaikkiaan, moni asia on mennyt mutkalle. Niin enemmän sillai, se oli mun mielestä ihanasti sanottu jotenkin, että jämäkästi mutta kuitenkin hellät rajat, vai miten se oli. Molempaa, mutta enemmän porkkanaa.

P11: Joo ja just kun nuorista on ehkä tullut se vastakkain asettelu, laittomuus, laillinen tai viranomaiset, viranomaisvastavuus, niin eihän se keppi tehoa niin hyvin. Koska siitähän nousee piikit pystyyn, mutta jos se vedettäisiin humaanimalle tasolle, niin kyllä se tehokkuus on ihan erilainen, luulisin. Kun on tämmöistä kohtelua itse saanut, niin kyllä se motivoituminenkin on ollut ihan erilaista.

P: Ja sitten vielä, että mikä siellä on taustalla. Jos on usein rankkaa päihdekäyttöä, niin siellä on, tai ainakin mitä on jutellut asiakkaiden kanssa, niin monesti ahdistusta, pelkotiloja, sosiaaliset tilanteet jännittää. Että se ei ole ihan huvikseen ei syödä bentsoja joka päivä, vaan että siellä on joku taustalla mikä puristaa, mikä sitten oirehtii, ettei pääse jotenkin eteenpäin ilman niitä päihteitä. Niin selvittäisi sen ennemmin kuin nyt vaan..

P11: Niin, sehän on että mielialaongelmat ja -häiriöt ja päihteet menee niin yks yhteen.

P: Niin että ollaan kiinnostuneita siitä, että mikä siellä taustalla on, minkä takia käyttää päihteitä, mitä se palvelee.

P1: Niin kuin Kim puhui, järjestetään sitä aikaa kunnolla. Yksi asia mihin mä vahvasti uskon, ja mä en väheksy nyt omaa sukupolveani tai sitä edeltäneitä, mutta uskon että jokainen seuraava sukupolvi on vähän viisampia, vähän valmiimpia kuin toinen. Mä uskon nuoriin, siellä on hieno tulevaisuus tulossa. Nuoret on myös fiksuja, ne haistaa bull shitin helposti ja mietin sitä, että miten päihteistä sitten puhua yleisellä tasolla. Jos mietitään vaikka kannabista, joka viides suomalainen on kokeillut ainakin kannabista, se on yli miljoona suomalaista. Nuoret sitten miettii, että tottakai se on ihan perusteltu, yli miljoona suomalaista on kokeillut, mun vanhemmat on saattanut kokeilla, ei ne päätynyt siihen että ne tykittää suoneen tai käyttää jotain kovia aineita. Onko huumeista edelleen meillä sellainen vahva pelottelukulttuuri, että jos sä käytät nyt kerran tai kokeilet, vähän vedät kannabista, niin tosi huonosti käy. Nuoret voi aistia sen, että onko toi nyt totta. Pitääkö toi nyt paikkansa. Onko meidän puhekulttuuri ylipäättään huumausaineista, siis mun kysymys jotenkin vielä, kaipaako sekin korjaamista?

P11: Kyllähän varsinkin, jos nuorten kanssa puhuu, niin pitää yrittää just ettei se olisi niin mustavalkoista. Keskustelu olisi enemmän nyansoitumpaa ja just mietittäisiin niitä, ettei se olisi vaan semmosta, että heitetään vaan kylmät faktat, näin sulle käy. Vaan että ehkä kertoa jonkun oman stoorin tai mitä siinä takana on.

P9: Poliisin näkökulmasta, niin kyllä mä näen kanssa hyvänä, että tossa meidän toiminnassa, kun nuoria kohdataan ja niiden kanssa jutellaan ja sitten mietitään, miten onnistuisi jatkot niin, että ei tule näitä samoja ongelmia. Niin kyllä siinä on mun mielestä poliisin näkökulmasta hyvä tuoda niitä esimerkkejä esiin, että miten voi käydä. Kaikille ei käy näin, mutta osa addiktoituu pahasti, osalla saattaa olla vaikka kannabiksen käyttö tie sitten sinne kovempiin huumeisiin tai ajautumiseen väärään seuraan tai mikä unohtuu herkästi, että jos sä olet voimakkaasti päihtyneenä tuolla kaupungilla, niin sä olet potentiaali rikoksen uhri, seksuaalirikoksille, väkivaltarikoksille, omaisuusrikoksille. Eli tääkin puoli tuoda niiden nuorten tietoisuuteen, että ne muistaa sekin, että ei vitsi nyt tosiaan mä vedin niin kovasti tossa viinaa, että mä en muista edellisillasta mitään. Siinä on sitten hirveen isot riskit joutua erilaisten ikävien ja rikollisten asioiden kohteeksi. Että tämä puoli on hyvä myös mun mielestä pitää siinä keskustelussa nuorten kanssa.

P11: Totta kai.

P: Sitten jotenkin toi oli älyttömän hyvä tavallaan, että ajatellaan minkä ikäisten ihmisten kanssa, puhutaan nuorista, me puhutaan että mikä se heidän aikakäsitys on. Että niille joku vuosihan on aivan valtavan pitkä aika. Tavallaan jos se on sellaista, että jos sä käytät tätä ja tätä päihdettä viisi vuotta, sulle käy näin ja näin, niin ei ne hahmota sitä, että just tollanen että mitä siitä saattaa ilman nyt sitä pelottelua. Mutta kuitenkin, että mitä siitä saattaa seurata huomenna, tänään. Vähän tavallaan miettiä, että kuinka paljon, mikä se nuoren aikakäsitys on verrattuna aikuiseen.

P1: Miten sitten, jos mietitään että suurimmalla osalla nuorista huumeiden suhteen, eikö voida sanoa, että menee ihan hyvin. Ei suurin osa nuorista käytä kovia huumeita. Mutta mikä sitten selittää sitä, että pienenevällä osalla kuitenkin on se,

että se käyttö kasvaa ja ne on vielä pahempia? Mikä siellä sitten on, mikä on niin huonosti teidän näkökulmasta, teidän työn kautta, kokemusten kautta?

P10: Siis varmaan se saatavuus on tällä hetkellä se, että se just internetistä, niitten Snapchattien ja kaikkien avulla. Sun ei tarvitse tuntea ketään, että sinä voit saada niitä nappeja, just myös se halpuus. Se on ongelmallista, että ehkä ennemmin jotenkin siinä, että mikä siellä taustalla, mitä siitä haetaan. Minkä takia on tarve tehdä tällaista? Että sitä selvittelisi, koska selkeästi nyt tarjotaa on, niin siihen on vaikea kuitenkin puuttua.

P1: Jatketaan kohta, mutta tossa nostan esiin yhden chat-kysymyksen, joka tuli jo jonkin aikaa sitten. Tämä oli Tom Merilahdelta, mutta Tom nosti esiin sen, että hoitamattomat mielenterveysongelmat ovat yksi yleisimpiä syitä päihdeiden käyttöön. Vastatkaa, miten se on huomioitu ehkäisevässä päihdehoidossa? Huomioidaanko tarpeeksi, yhtään? Mä vaan kyselen, te kerrotte.

P9: En ole sen alan asiantuntija sinällään, että en pysty vastaamaan kyllä tähän.

P1: Mä tarvitsen nyt jonkun olemaan asiantuntija. Mä kohta arvon jonkun teistä. Tuleeko mieleen jotain näkemyksiä?

P9: Sanon tähän kuitenkin siis sen verran, että just sen verran, että jos mietitään, että poliisin työssä me nähdään paljon, siellä on paljon asiakkaita joilla on mielenterveyso ongelmia. Sitten siihen usein yhdistyy päihdeet ja niitten yhdistelmä on tosi huono. Tavallaan niin kuin sanoit tossa aikasemmin, että niissäkin hoidoissa ja palveluissa itse näkis, että pystyttäisiin puuttumaan niihin juurisyyhin, että mistä syystä esimerkiksi tämä henkilö käyttäytyy näin. Onko siellä taustalla tosiaan sairaus, pystytäänkö sitä sairautta auttamaan, onko siellä se päihderiippuvuus myöskin sairautena, pystytäänkö siinä auttamaan? Niihin syihin puuttuminen ja siinä auttaminen sen sijaan, että niin, se on mun näkemys.

P7: Mä ajattelen, että mahdollisimman varhasessa vaiheessa sais apua. Olisi helppo mennä, jopa että kouluille, että se on jo ja päiväkodissa ja muussa, että perheille tukea. Mutta myös se, että on tällaisia matalan kynnyksen paikkoja, joihin nuorten on helppo tulla ja heidän äänet tulee kuuluville ja he saa sitä apua.

P11: Mietin että voisi olla ehkä, että päihdepuolen apu ja mielenterveyspuolen apu tekisi tiiviimmin yhteistyötä, että ne ei olisi niin erillään. Yhdessä mietittäisiin ja semmosta intersektionaalista apua saisi.

P1: Tuleeko sulle Kim esimerkkejä just siitä, se oli tosi mieleenpainuva mitä puhuit siitä muun muassa, että joku naputtaa ylös ja tarkoittaa varmasti hyvää sillä, en sitä yhtään epäile. Mutta missä muualla sä ehkä mietit silloin aikanaan, että missä ne kohtaamiset tai kun sä olisit tarvinnut apua, että sua olisi huomattu tai muuta. Niin missä muualla sä näet, että missä olisi kehitettävää? Ne voi olla ihan pieniäkin juttuja, mutta mä uskon että pienetkin jutut voi olla tosi merkittäviä. Siinä kohtaamisissa, tai avunsaannissa parannettavaa.

P11: En halua mitenkään väheksyä ketään ammattilaista tai ketään, mutta kyllä mitä itse olen kokenut, niin monella olisi vähän kehitettävää niissä vuorovaikutustaidoissa ja siinä kohtaamisessa itse tilanteessa. En tosiaan halua dissata ketään.

P1: Täällä ei väheksytä ketään, mä kutsun sitä nimellä rakentavapalaute, mä teen toimittajana sitä jatkuvasti. Niin anna rakentavaa palautetta.

P11: Niissä se on se elintärkeä, että se luottamus syntyy. Sitten jos tulee semmonen leimaantuminen tai että mulle esimerkiksi tuli aika usein semmonen, että mut leimataan tai pidetään, no sä käytät päihteitä, ei me voida auttaa sua. Niin kuin sanoin, vuorovaikutustaidoissa ja kohtaamisessa.

P10: Ja ehkä, että niitä palveluita ja apuja olisi saatavilla vaikka olisikin käyttöä, että se käyttö ei sulkisi palveluita pois.

P1: Se on yksi asia, puhukaan siitä vähän enemmän, mulla jäi se just Margaretankin puheesta mieleen. Mitä järkeä siinä sitten on?

P10: Niin koska se on monilla sillai, että aa, tää ois tosi hyvä, mutta ai niin, ei saa olla käyttöä. Niin sitten ne paikat, minne saa mennä missä on käyttöä, niin niitä saattaa olla tosi paljon vähemmän ja sitten se on aika hullu vaatimus, että ennen kuin saisit apua, niin sinun pitäisi päästä parempaan kuntoon että saisit apua. Niin se on aika jännä.

P1: Munkin aivot menee vähän sekasin, kun mä mietin tätä asiaa. Mä en ihan ymmärrä.

P10: Että sitten ajattelisi, että pitäisi saada monenlaisia palveluita, käyttö tai ei. Että se ei riippuisi niin siitä. Koska hankalahan se on, vaikka just ihan näitä perus, että jos puuttuu asunto ja olet tuolla piholla pyörimässä, niin voi olla että siitä jos sitten yrittäisi vielä päihteen jättää pois, niin se olisi vähän mahdoton yhtälö. Että se on ainut keino selviytyä.

P1: Sitten kun sulla on asunto ja olet lopettanut päihteiden käytön, niin sitten me jeesataan sua.

P11: Ja sitten sulla ei ole edes puhelinta.

P1: Hanki puhelin myöskin ja toimiva liittymä siihen.

P10: Frakki päälle ja menoks. Se on vähän vaikea yhdistelmä.

P1: Mitäs muut tuumii?

P7: Mä ajattelin kans, että tällaisia jalkautuvia palveluita. Musta ne on, että mennään myös sinne missä nuoret on ja tavataan niitä siellä. Ja varsinkin käyttäjiä, että mä ajattelin, että se on myös tosi tärkeä, että he saa sitten apua siihen. Eikä vain silloin, kun he on lopettanut sen käytön. Siihen motivoidaan ja ollaan ehkä vähän semmoista rinnalla kulkemista sitten siinä.

P1: Niin kuin sanottu, niin uskon että varmasti näissä kohtaamisissa ja muissa, että joskus näissä kovissakin kohtaamisenteissa on hyvä tarkoitus taustalla. Että halutaan monesti auttaa ihmistä, mutta tietenkin jos joku asia ei toimi, niin mitä järkeä sitä on jatkaa. Eiks Einstein sanonut kuuluisasti, että hulluuden merkki on se, että toimii koko ajan samalla tavalla vaikka se ei toimi ja jatkaa sitä samaa toimintaa. Toivottavasti siteerasin Albert Einsteinia oikein. Mutta yksi asia, mistä

lyhyesti, mä olen iso populaarikulttuurin ystävä, varmaan kaikki me käytetään Netflixiä sun muuta ja kulutetaan aikaamme. Puhuttiin jo sosiaalisesta mediasta. Kim sä viittasit, mä haluan tarttua siihen vaan vielä tässä, sä viittasit siihen tylsyyteen, esimerkkien hakemiseen. Tätä ei nyt nuoret seuraa tätä keskustelua, mutta tätä seuraa vanhemmat ja he saa tästä mietteitä. Mutta mä mietin sitä, että onko se, kyllä mäkin kuuntelin rap-musiikkia, kaikkea muuta. Kuinka paljon se voi vaikuttaa ihmiseen tai ei voi vaikuttaa? Mitä sä uskot?

P11: Omasta kokemuksesta voin sanoa, että ihan tosi paljon ja kyllä mä näin uskon muutenkin. Kun nuorena sitä on niin altis kaikille vaikutuksille ja jos miettii just tämän vuosikymmenen rap-musiikkia, niin aika paljon semmosta, niinku esimerkkinä, niin aika paljon päihdeglorifiointia ja on kaikenmaailman true crime -juttuja, jotka myös vähän sillee glorifioi sitä rikollista ja päihde elämää. Kun se on olemassa, se on ihan real -juttu mun mielestä.

P1: Mitäs poliisi ajattelee? Mä kysyn tämän senkin takia, että mä tiedän mitä poliisi katsoo Netflixistä. Mä tiedän mitä sä näet siellä. Anna tulla.

P9: Kyllä katson moniakin juttuja. Mä olen kyllä huolissani siitä, mitä Kim sanoi. Kun tavallaan elokuvissa ja musiikissa, toki ne on fiktiota usein ja tarua ja näin. Mutta niissä glorifioidaan herkästi sitä päihteiden käyttöä, huumeiden käyttöä, helppoa rahaa, rikollista elämää, väkivaltaa. Se kaikki näyttää siellä kaikessa raakuudessakin aika helpolta. Kyllä mä mietin, että sitten entistä nuoremmat jopa lapset pääsee vaikka suoratoistopalveluihinkin käsiksi ja pystyvät katsomaan sieltä sellaista sisältöä, mikä ei välttämättä vielä heidän ikäisilleen sovi. En tietenkään pysty varmuudella sanomaan, en ole asiantuntija siinä, mutta kyllä mä näen siinä riskejä. Että lapset ja nuoret voi kokea sen oikeampana ja sellasena, että hei tollastako se on, jos mä diilaan huumeita tai jos mä käytän, niin onko se noin siistiä.

P1: Mutta jos mä oon hetken, mä oon real hetken aikaa, niin ollaan rehellisiä siitä, että se ei tule poistumaan. Viihde on kautta aikojen ollut, siellä on ollut omat juttunsa, me tiedetään kaikki se. Mutta mikä siihen on se just se ratkaisu? Me tiedetään, että se viihde on tietynlaista, me tiedetään että siellä on glorifiointia, kaikkea löytyy. Mikä se vastaus siihen on, mä mietin niillekin vanhemmille, jotka seuraa tätä tuolla? Työssään pohtii tätä asiaa. Pitääkö viettää joku Netflix-keskusteluvartti himassa tai jotain? Mikä se juttu on, että miten puhua näistä asioista? Mä uskon, että kommunikaatio on varmaan yksi asia kauhistelun sijaan.

P9: Joo, kyllä mä taas palaan tähän, että tavallaan kun sä olet tietoinen mitä se lapsi tekee, mitä se kattoo, mitä sisältöjä sen elämässä on vaikka sen netin kautta. Niin niistä jutellaan, niitä käydään yhdessä läpi, että se lapsi ymmärtää. Siellä on keskusteleva henkilö, joka ottaa kantaakin niihin asioihin, että sen lapsen ei tarvitse yksin kokea niitä. Tässä tullaan taas siihen läsnäoloon ja kuuntelemiseen ja toisen arvostamiseen. Vanhempana se on tosi iso ja tärkeä olla ihan kaikessa mukana, kun se lapsi kasvaa. Siinä voidaan puhua ihan näistä suoratoistopalveluista, ohjelmista, musiikista, ihan mistä hyvänsä. Ollaan kiinnostuneita, keskustellaan.

P1: Mitäs teidän, mä mietin teidän asiantuntijoiden näkökulmasta, että kuinka paljon te puhutte työssänne, just jos nuoret kysyy teidän omasta huumeiden kokeilusta, päihteiden käytöstä, viihdekäyttöasioista? Pitääkö sellaseen vastata rehellisesti? Mitä nämä keskustelut on? Mä pohjustan tämän sen verran, että en ole käyttänyt huumeita, mutta olen elämässä kokeillut kerran esimerkiksi nuuskaa. Ja mun 8-

vuotias kysyi multa tätä. Mä en tiedä miten ihmeessä se halusi nuuskasta kysyä. Nuoret on fiksuja ja se oli vaikea paikka, mutta kyllä ihan rehellisesti vastasin ja vastasin myös rehellisesti, että meni viisi minuuttia ja mä oksensin. Ja häntä nauratti se oikein kovasti, mä toivon että siinä oli jotain valistuskeskustelua meneillään. Mä ajattelin, että pitäähän sitä olla rehellinen. Mutta kuinka paljon asiantuntijoiden ja muiden pitää myöskin heittäytyä pois siitä tietysti valistuspuolesta ja kertoa asioista suurempaan?

P11: Mä tottakai kokemusasiantuntijana teen paljon työtä oman kokemukseni pohjalta ja paljon puhun just siitä, että mitä mulle on käynyt ja mitä voi käydä, niin ku omaa stooria. Munlaisessa työssä se on jopa itsestään selvää monessa tapauksessa.

P10: Mun mielestä sen takia esimerkiksi meillä on töissä vaikka Kim, että siellä on ammattilainen ja sitten siellä on ihminen, kellä on vielä ihan oikeasti kokemus. Koska välillä voi tulla sillai, kun sulla ei ole kokemusta, niin sinä et voi tietää. Mutta siellä on sitten kuitenkin niitä, että kyllähän ne tunteet ja ahdistukset, niin kyllähän niihin voi samaistua. Eihän ne ole mitenkään erilaisia olitpa käyttäjä tai et, tai pelkoja. Se on sellaista kumminkin samaistuttavaa. Mutta sen takia siellä on välissä niitä ihmisiä, ketkä on käyttänyt ja on vielä päässyt siitä eteenpäin, että sekin on mahdollista ettei vaan jää siihen käyttämiseen, vaan pääsee myös sieltä eteenpäin.

P8: Sit se on välillä ihan, tavallaan vähän jokaisen nuorisotyöntekijän oma tyyli, että kuinka paljon sitten antaa itsestään ja omasta taustastaan ja tämmöstä. Saattaa sitten välillä olla aika hyviä, että sen jonkun oman kokemuksen kautta. Itse käytin 15 vuotta nuuskaa ja nyt sain sen tossa taannoin lopetettua. Ja sitten kun välillä joku nuori kysyy, että etkö sä ole käyttänyt niin ku biittii, ja mä sanon, joo mä käytin 15 vuotta, oli pikkasen vaikea lopettaa ja tämän ja tämän verran meni rahaa ja sitä sitä se teki ikeniin. Niin se on aika tavallaan hyvä, mutta se on vähän ehkä jokaisen semmosen, että kuinka paljon haluaa tavallaan sen ammattiminän ohi antaa itsestään.

P1: Toinen kysymys on sitten se, että oksensitko säkin ekalla kerralla, kun sä kokeilit, niin kuin minäkin?

P8: En.

P1: Se olin vaan sitten minä.

P8: Joo, en mä olis varmaan jatkanut.

P1: Oli pakko varmistaa. Tähän loppuun vielä. Mitkä teidän tavallaan, mietin niin kuin sanottu, tätä seuraa alan toimijat, asiantuntijat, ihmisiä joille tämä on hengen asia ja tärkeä asia. Mikä teidän, mä tykkään loppuviesteistä, mahdollisista terveisistä, niin mikä teidän loppuviestit olisi tähän hetkeen missä me nyt ollaan, kaikkien näiden tuoreiden raporttien ja muiden myötä, niin mikä teidän lopullinen viesti olisi kaikille? Tämä on 20. päihdefoorumi ja mitä haluatte sanoa.

P10: Mun viesti ainakin on, että muutos on mahdollinen. Elikkä vaikka olisi tosi raffejakin taustoja ja olisi ollut pitkä käyttöhistoria tai muuta, niin sieltä on mahdollista lähteä eteenpäin. Ei ole oikeasti toivottomia tapauksia, että niin kauan kun ollaan elossa, niin on mahdollista muutokseen.

P11: Mun olisi se, että muistaa kohtaamisen tärkeyden ja se, että me ollaan kuitenkin sisimmissään kaikki ihmisiä.

P9: Varmaan ihan voin näitä samoja ajatuksissani tuoda esiin. Sitten se, että olkaa läsnä siellä läheistenne arjessa ja mukana siinä tekemisessä, niin se madaltaa kynnystä silloinkin kun tulee niitä ongelmia ja huolia. Poliisina haluan sanoa tämän.

P8: Vanhemmille kotona semmosta avointa keskustelua ja olla avoimesti läsnä sille nuorelle. Aina sitten, kun on avoimet välit, niin helpottaa eri näköisissä tämmösissä vaikeimmissa paikoissa sitä keskustelua.

P7: Mulla on sama, jotenkin kohtaaminen sekä kotona että toimistolla, kun tapaa työntekijöitä tai siis kun nuoret tapaa työntekijöitä. Ihminen ihmiselle, niin kuin Kim sanoi, että semmosta kohtaamista. Ja aidosti kiinnostunut. Mä en myös sitä rap-musiikista, mistä itse ei tämmösenä nelikympyppisenä tiedä mitään nyt enää, niin siitäkin sitten olla kiinnostunut, että hei mitä siinä on ja mitä siellä. Mikä on se juttu, miksi sitä kuunnellaan?

P1: Yrittää olla perillä asioista. Hei, mä kiitän syvästi teitä. Tästähän voisi jutella vaikka kuinka kauan. Mutta te tietysti hienosti jatkatte sitä omassa duunissanne nuorten kanssa, vanhempien ja tietenkin yhteiskunnallisten vaikuttajienkin parissa. Koska sinne myös tarvitaan herätystä, koska tarvitaan resursseja varmastikin enemmän. Niitä ei varmasti voi olla liikaa, oletan. Eikö niin, juurikin näin, olemme kaikki samaa mieltä. Tämä on vähän kaikki tältä osaa. Tässä kuulitte aika paljon erinomaisia näkökulmia erilaisilta toimijoilta. Aika paljon semmonen yksi sana, mikä tässä tuli oli tietenkin kohtaamisen tärkeys erinäisissä poluissa. Oli se kyse sitten siitä, että sä olet vanhempi, vastaanotan sen nuoren jossain ammatin puolesta tai muuta. Kohtaamisen tärkeys niin kuin Kim Kannussaarikin sanoi. Monenlaisia tapoja löytyy, ei ole vaan yhtä tapaa. Yhtenä vinkkinä varmaan tässä oli se, että voi katsoo Netflixiä ja Youtubea välillä yhdessä myöskin omien lastensa kanssa, olla vähän niin kuin perillä asioista. Kaikki me yritetään parastamme. Mutta hei, mä kiitän omasta puolestani puheenjohtajana täällä Vantaalla, tämä oli 20. päihdefoorumi. Tänään on kuultu paljon kaikkea. Pahoittelut edelleen, että on ollut vähän teknisiä haasteita, mutta ei hätää. Tosiaan, niin kuin sanoin aikasemmin, niin about viikon päästä kaikille osallistuneille teille tulee tieto, kun tämä streemi on katsottavissa kokonaisuutena. Voihan sitä yrittää oman nuorensa kanssa katsoa tätä, mutta lets be real, se ei välttämättä kolme tuntia ole niille helppoa. Ottakaa joku pala sieltä ja katsokaa se yhdessä. Mutta tärkeää asiaa, toivotaan tietenkin, että näistä, tänään on kuultu kaikkea, myöskin karuja juttuja ja tilastoja ja muita. Mutta toivotaan, että tätä saadaan parempaan tilanteeseen. Kiitos kaikkien järjestäneidenkin puolesta, lähetän heidänkin kiitokset. Numeroa 21 kohti. Pysykää hyvin, pysykää terveinä. Nyt moikka.
