

Kokonaisvaltaisuus
ennaltaehkäisevän päihdetyön
perustana 5.9.2019

Etsivä nuorisotyöntekijä Tommi Grönroos
Varsinais-Suomen Sininauha



PUHEENVUORON NÄKÖKULMA

- Etsivää nuorisotyötä Turussa, asiakkaat päihde- ja/tai mielenterveysongelmien kanssa eläviä.
- Käytännön kenttätöiden näkemyksiä päihdetilanteesta, kannabiksesta ja päihdeongelmien ennaltaehkäisystä.
- Näkökulmaa laajennettu A-klinikan nuorisoaseman, Turun kaupungin terveysneuvontapiste MILLIN ja Turun nuorisopolin kokemuksilla.



ALTTIUS PÄIHDEONGELMIIN/RIIPPUVUUTEEN?

Mitkä tekijät lisäävät riskejä päihderiippuvuuteen?

- Yksilölliset ominaisuudet: päihdeongelmaisilla usein tunne-elämän (yli)herkkyttä, minäkeskeisyyttä, keskittymis- ja oppimisvaikeuksia
- Yhteisölliset tekijät: osattomuus, turvattomuus, mahdollinen ylisukupolvinen kierre, koulukiusaaminen

(Nämä ovat riskejä, eivät välttämättömiä tai automaattisesti päihdeongelmia aiheuttavia tekijöitä)

Miten addiktiosairauteen sairastuu?

- Yksinkertaisesti: käyttämällä päihteitä. Pitkäaikainen päihdekäyttö aiheuttaa muutoksia aivojen mielihyvakeskukseen → käyttötarve kasvaa: määrät ja käyttötiheys lisääntyvät
- Esimerkiksi alkoholin suhteen addiktio syntymisen kahtalaisuus → joillakin ensikosketus päihteeseen, jollakin vaatii pitkää säännöllistä käyttöä
- Vrt. kannabis: jo kertakäyttö voi laukaista ns. kannabispsykoosin, jonka on todettu lisäävän skitsofrenian puhkeamisen riskiä



Päihdeongelmaisen ihmisen tunnuspiirteitä...

- Päihteitä ongelmallisesti käyttävät ihmiset ovat välillä haastavia ja hankalia asiakkaita.
- Päihdeongelman takana yleensä esim. yksinäisyyttä, ahdistuneisuutta, masennusta, häpeää ym.
- Päihteidenkäyttäjän maailmassa hyväosaiset ihmiset nähdään kaukaisina ja oman elämän vastakohtina.
- Päihdeongelmaiset ihmiset ovat usein herkkiä vaistoamaan asenteita, eleitä ja tunnelmia.
- Päihderiippuvuus on sairaus.



Kohtaaminen

Kohtaaja
(luottamus)



**Päihdeongelmainen
ihminen**



Kohtaaminen/Kohtaamattomuus

- ▶ Tutkimustuloksissa on noussut esiin, että kohtaaminen on päihdekäyttäjälle erittäin merkittävää ja keskeistä. Heidän näkökulmastaan inhimillinen kohtaaminen jäi kuitenkin usein puuttumaan.
- ▶ Dominoivuus/besser wisser –asenne (vrt. määräysvalta) johtaa kohtaamattomuuteen.
- ▶ Loputon kuuleminen ja joustaminen ”nöyristely” samoin.

”jos antaa väärinperustein ja loputtomasti siimaa, sitä otetaan niin kauan kuin sitä on tarjolla” (Jalonen 2012)



ONGELMAISEN NUOREN KÄYTTÄYTYMISEN TUNNUSPIIRTEITÄ

- ▶ Valehtelu ja peittely
- ▶ Puolustelu ja selittely
- ▶ Harrastusten jääminen taka-alalle, tai loppuminen
- ▶ Kaveripiirin äkillinen muutos
- ▶ Itsestään huolehtimisen vaikeudet
- ▶ Päihteiden tai käyttövälineiden löytyminen nuoren hallusta
- ▶ Ahdistus, masentuneisuus, hermostuneisuus, unirytmivaikeudet...
- ▶ Fyysiset oireet: tapaturmaherkkyys, viiltely, ruhjeet...



Paras ennaltaehkäisy nuorten päihdeongelmiin on läsnäoleva vanhemmuus ja toimiva tukiverkosto!

- ▶ Turvalliset rajat, arkiset rutiinit, ystävyysuhteet, harrastus- ja luovatoiminta sekä sosiaalisten-, tunnetaitojen ja itsetunnon vahvistaminen suojaavat nuorta riippuvuuksien synnyltä.
- ▶ Nuoren aito kohtaaminen ja kuuntelu.
- ▶ Vanhemmuuden vahvistaminen ja esim. oman päihdekäytön tutkiskelu.
- ▶ Aikuisen osoittaessa kiinnostusta ja antaessa kannustavaa palautetta, nuorelle syntyy tunne, että hän on arvokas. (voimavarakeskeisyys)
- ▶ ”Maalaisjärki”



Toimivin "rokote" nuorten päihde- ja mielenterveysongelmiin on nuoren itsetunto eli -tuntemus

- Omien taitojen ja vahvuuksien tunnistaminen ja hyödyntäminen
- Tietoisuus omasta arvosta ja itsekunnioitusta
- Kykyä luottaa itseensä ja elämäänsä, sekä hyväksyä itsensä havaitsemistaan heikkouksista huolimatta
- Pitää kiinni oikeiksi katsomistaan päämääristä vastarinnankin edessä
- Kykenee olemaan tyytyväinen omiin suorituksiinsa
- Kykyä kuunnella ja valmiutta oppia



Kiitos ajastanne ja vastaan
mielelläni kysymyksiin jos osaan...

