

mieli

Pohjanmaan mielenterveys ry
Psykisk hälsa Österbotten rf

Huumenuoren kohtaaminen ohjauksessa

Piia Hägen, Vastaava asiantuntija
Nuorimieli-keskus – Ungmieli-center

Kuka minä olen

mieli

Pohjanmaan mielenterveys ry
Psykisk hälsa Österbotten rf

Piia Hägen

Vastaava asiantuntija, varajohtaja

Nuorimieli-keskus – Ungmieli-center

MIELI Kriisikeskus Pohjanmaa

Korsholmanpuistikko 44, 2 krs.

65100 Vaasa

Varhaiskasvatuksessa 15 vuotta: päivähoitaja, lastentarhanopettaja, erityislastentarhanopettaja

Lastensuojelussa 7 vuotta: perhetyöntekijä, Väylä –ohjaaja, sijaishuollon ohjaaja, sijaishuollon johtava ohjaaja

Mielenterveystyössä erityisasiantuntija, vastaava asiantuntija, varajohtaja

Koulutuksista

- päivähoitaja, sosionomi
- erityispedagogiikka
- Kognitiivinen käyttäytymisterapia (KKT)
- Henkilökeskeinen voimavaravalmentaja (Hevari)
- Nuori mieli –ohjaaja
- Hot –matriisi menetelmä (Huomaa ja valitse)
- Johtamisen opinnot

mieli.fi

mieli

?



KOHTAAMINEN OHJAUKSESSA

KYSEENALAISTA



OMA ASENNE

NÄE



NUORI

KUUNTELE



NUORTA

OLE LÄSNÄ



NUORELLE

Taustaa

MIKSI NUORI ALKAA KÄYTTÄMÄÄN HUUMEITA?

- Sosiaalinen paine tai yhteenkuuluvuuden tavoittelu
- Rentoutuminen ja hauskanpito
- Sosiaalinen status

MITÄ HAITTOJA KÄYTÖLLÄ VOI OLLA?

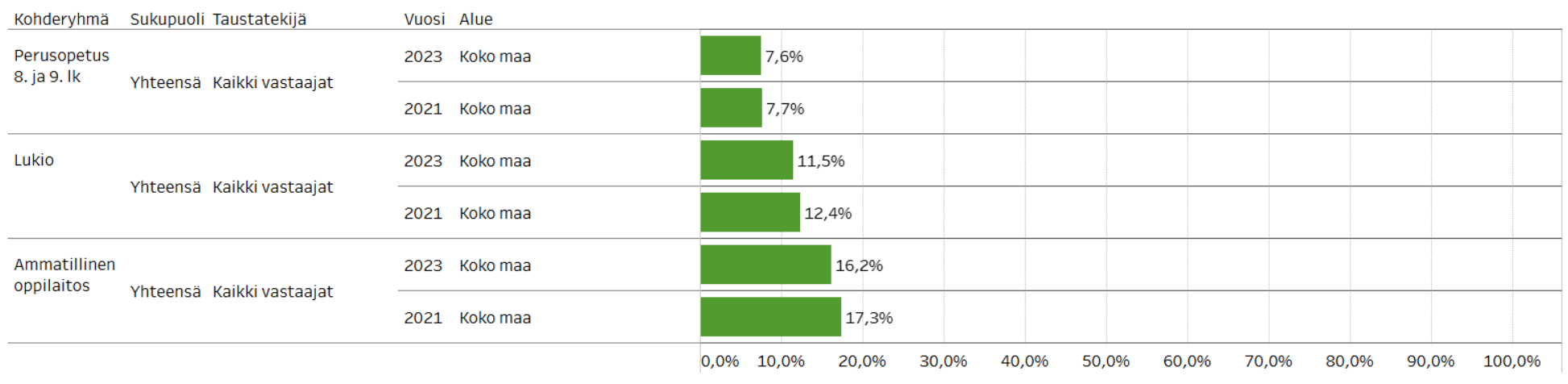
- Sosiaaliset ongelmat
- Haasteet elämänhallinnassa ja itsestään huolehtimisessa
- Sosiaalinen syrjäytyminen



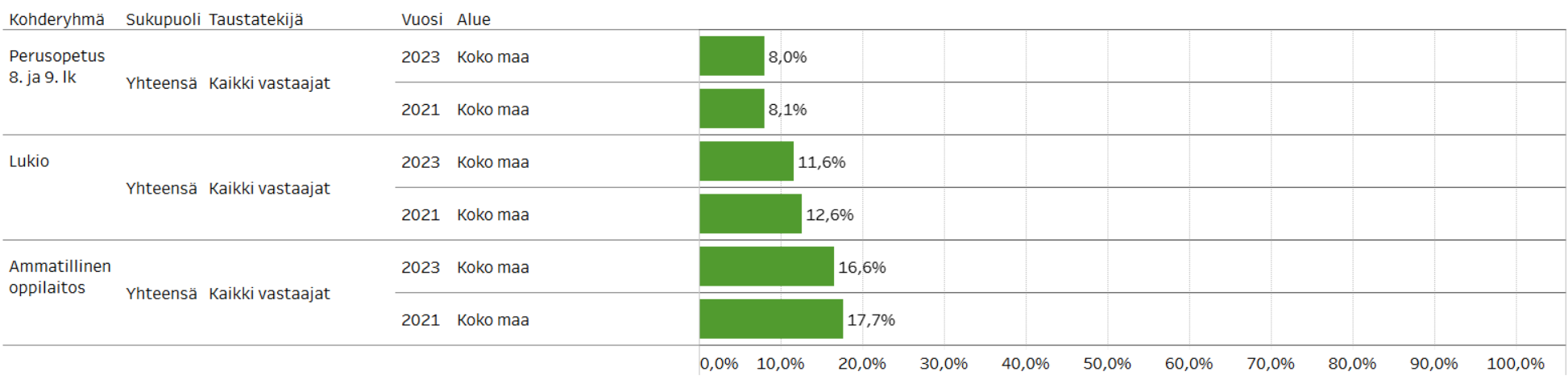
Valtakunnallisen kouluterveyskyselyn (2021) mukaan laittomia huumeita on ainakin kerran elämässään kokeillut kahdeksan prosenttia peruskoulun 8. ja 9. luokan oppilaista, 13 prosenttia lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista ja 18 prosenttia ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijoista.

Kouluterveyskyselyn 2021-2023 tuloksia

Kokeillut kannabista ainakin kerran



Kokeillut laittomia huumeita ainakin kerran



Nuorten huume kuolemat lähes kaksinkertaistuivat vuonna 2023

NUORTEN HUUMEKUOLEMAT 2023

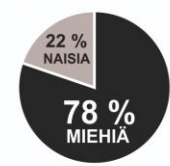
VUONNA 2023

- ▶ **147** löydöksissä tai esitiedoissa huumeiden käyttöhistoriaa
- ▶ **79** tapaturmaista myrkytystä
- ▶ **96** tapausta aineistoksi

KUOLEMAAN JOHTAVA SEKAKÄYTTÖ



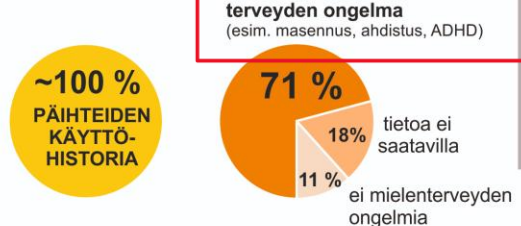
SUKUPUOLI



IKÄ



TAUSTALLA



KÄYTTÖ



TAPAUSTUTKIMUKSET (15 KPL)

- 11/15** Mielen-terveyden ongelmia
- ADHD** 6/15 Tarkkaavaisuuden ja keskittymisen ongelmia
- 13/15** Runsaasti sosiaali- ja terveydenhuollon asiakkuuksia
- 9/15** Aiempia lääke- tai huumausainemyrkytyksiä

MISSÄ JA MILLOIN

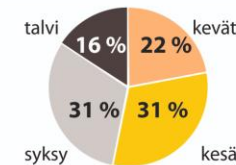


- Lähes kaikilla hyvinvointialueella
- Eniten suurissa tai keskisuurissa kaupungeissa



- kaupungeissa
- kotona tai yksityisasunnossa
- sängyllä tai sohvalla
- nukkuessa

Kuolemat painottuivat kesään ja syksyyn



Tilanteeseen havahduttiin keskimäärin 22 tunnin kuluttua. Mediaaniaika 12 tuntia.

Huumeidenkäytön asteet

KOKEILUKÄYTTÄJÄ

- Huumeiden käyttömäärä jää alle kymmeneen kertaan
- Hakee huumeista tyydytystä kokeilunhaluunsa ja uteliaisuuteensa
- Kokeilu tarjoaa hetkellistä mielihyvää ja irtautumista arjesta

SATUNNAISKÄYTTÄJÄ

- Rakastunut aineeseen, mutta uskoo voivansa lopettaa käytön milloin tahansa
- Käyttää tilannekohtaisesti
- Käyttö kohdistuu vapaa-aikaan

ONGELMAKÄYTTÄJÄ

- Ei pysty enää hallitsemaan huumeidenkäyttöönsä
- Käytöstä on tullut pakkomielle
- Fyysiset, psyykkiset, taloudelliset ja sosiaaliset haitat
- Arkielämä ei toteudu enää normaalilla tasolla

Ymmärrystä...

- Pohdi omaa asennettasi!
- Nuoruus on kokeilujen, jännityksen etsimisen, identiteetin rakentumisen ja oppimisen aikaa. Myös erehdykset kuuluvat nuoruuteen.
- Yksittäisestä kannabiskokeilusta aiheutuva suora terveyshaitta on yleensä vähäinen. Nuorten yksittäisten kannabiskokeilujen kohdalla terveyshaittoja suurempana riskinä pidetään yleensä välillisiä ongelmia.
- Nykyisin yhä useammat nuoret kokeilevat huumeita.
- Nuorten päihdekokeilut eivät pääsääntöisesti johda päihdekäytön ongelmiin eikä automaattisesti johda riippuvuuteen



Päihteiden käytöstä tulee kysyä lapselta tai nuorelta suoraan ja riittävän yksityiskohtaisesti. Tuomitseminen ja painostaminen eivät kuitenkaan yleensä auta käytön vähentämisessä.

Jos/kun huoli herää



- Kysy suoraan
- Esitä kysymyksesi niin rauhallisesti– ei syyttäen, vaan ilmaisten huolesi ja välittämisesi
- Keskustele päihteistä neutraalisti
- Riippuvuuden syntymiseen tarvitaan monia muitakin tekijöitä kuin vain itse aine
- Tärkein asia, miten voimme tukea lasta päihteettömään elämään, on lapsen itsetunnon vahvistaminen
- Tilanne ei koskaan ole toivoton ja apua on saatavilla

KOULUISSA HYVÄ PÄIHDEKASVATUS PERUSTUU

- ✓ avoimen vuorovaikutuksen luomiselle
- ✓ lapsen kasvun laaja-alaiselle tuelle
- ✓ erilaisten elämäntaitojen (kuten päätöksentekotaidot, sosiaaliset taidot, sosiaalisen paineen vastustaminen ym.) harjoittelulle
- ✓ päihteiden käyttöön liittyvien sosiaalisten normien kriittiselle tarkastelulle

Psykoedukaatio, esimerkkinä kannabis

Päihdeongelmilla on suora yhteys nuorten mielenterveyteen

Kannabiksen haittavaikutuksia:

- jo kertakokeilu voi olla terveydelle vaarallinen
- pysyy elimistössä pitkään, jopa viikkoja
- piristäviä että lamauttavia vaikutuksia
- lieviä aistiharhoja
- ahdistusta, epäluuloisuutta, sekavuutta, harhaisuutta
- paniikkikohtauksia
- altistaa masennukselle
- saattaa aiheuttaa isona annoksena psykoottisen häiriön
- voi laukaista psykoosin
- raha



Päihdehäiriön oireita ovat:

- pakonomainen halu käyttää päihteitä
- päihteen käytön kontrolli on heikentynyt
- päihteen käytöstä on tullut elämän keskeinen sisältö
- päihdettä tarvitaan entistä suurempia määriä
- päihteistä aiheutuu vieroitusoireita
- toistuva kyvyttömyys suoriutua velvoitteista (koulu, työ, koti)
- toistuvaa päihteiden käyttöä fyysisesti vaarallisissa tilanteissa
- toistuvaa lain rikkomista
- päihteen käyttö jatkuu haitoista huolimatta

Kannabis on riski nuoren kehittyville aivoille.

Nuorena aloitettu käyttö voi aiheuttaa muun muassa tarkkaavaisuuden vaikeuksia ja älyllisten kykyjen heikkenemistä sekä altistaa mielenterveysongelmille.

KOHTAAMINEN OHJAUKSESSA

KYSEENALAISTA



OMA ASENNE

NÄE



NUORI

KUUNTELE



NUORTA

OLE LÄSNÄ



NUORELLE

KIITOS

Palaute

<https://link.webpolsurveys.com/S/A828C8259A16DFDF>

mieli

Pohjanmaan mielenterveys ry
Psykisk hälsa Österbotten rf



Yhteystiedot:

Nuorimieli-keskus –Ungmieli-center

Piia Hägen, Vastaava asiantuntija

044 563 2323

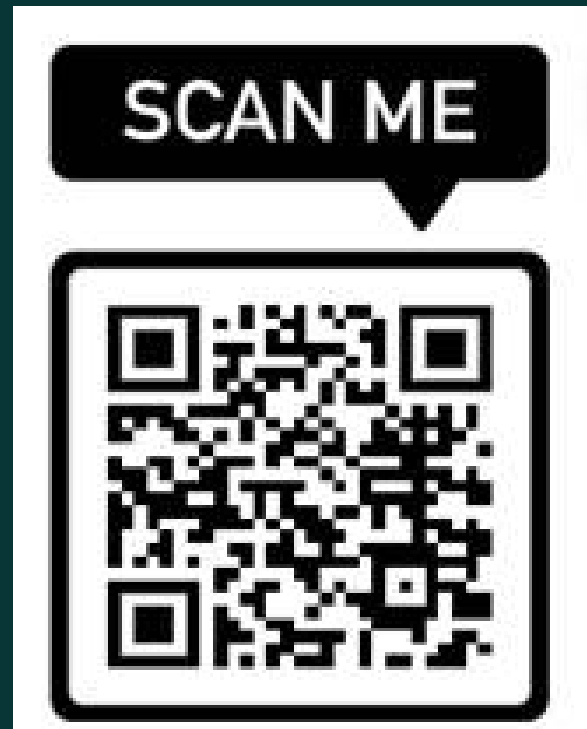
piia.hagen@mielipohjanmaa.fi

mieli.fi

mieli

MIELI Pohjanmaan mielenterveys ry

kotisivut:



Linkit:

- <https://nuortenlinkki.fi/testialue/testit/>
- [Nuorten päihdemittari \(ADSUME\) – Nuortenlinkki](#)
- [Kannabistesti – Nuortenlinkki](#)
- <https://nuortenlinkki.fi/testialue/testit/kannabistesti/>

Nuorten huumekuolemat -teematutkinnan loppuvideo
Onnettomuustutkintakeskus

[Bing-videot](#)