



Opettajan tukimateriaali

Syksystä Syksyyn -jatkotyöskentelyyn

Opettajien tukimateriaali Syksystä Syksyyn -jatkokyöskentelyä varten

Toimittaja:

Tessa Lankinen

Kirjoittajat:

Tessa Lankinen

Taava Lankinen

Taitto:

Ari Inkinen

Julkaisija ja kustanija:

Helsingin NMKY, Helsinki 2010

Levitys:

Helsingin NMKY - Päihdekasvatus

Vuorikatu 17, 00100 Helsinki

www.paihdekasvatus.fi



Syksystä Syksyyn -toimintaa on rahoittanut vuodesta 2001 alkaen Varova Oy.

SISÄLLYS

**SYKSYSTÄ SYKSYYN -TOIMINTAMALLI LAATUTÄHTEÄ
MUKAILLEN 5**

EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN KOHDENTAMINEN 9

TUKIMATERIAALIN TAUSTAT 10

SYKSYSTÄ SYKSYYN -TOIMINTAMALLIN ESITTELY 11

KEINOJA JATKOTYÖSKENTELYYN 13

**NUORTEN PALAUTETTA JA KOMMENTTEJA SYKSYSTÄ
SYKSYYN -OPPITUNNEISTA 19**

MUISTIINPANOJA 20



JOHDANTO

Tämän tukimateriaalin tavoitteena on auttaa Syksystä Syksyyn -työskentelyn jatkamista toimintaan osallistuneiden oppilaiden kanssa. Se toimii myös opettajan tukena päihdekasvatustyössä sekä opittujen asioiden syventämisessä. Materiaali sisältää Syksystä Syksyyn -toiminnan sisältöjen kuvauksen ehkäisevän päihdetyön laatusuosituksen mukaisesti. Tukimateriaali sisältää yhteensä seitsemän erilaista harjoitetta, joista opettaja voi valita yhden tai useamman luokkansa kanssa toteutettavaksi. Kun toimitaan pitkäjänteisesti ja kerrataan asioita sekä syvennetään jo opittua, pysyvät opitut asiat todennäköisesti mielessä pidempään.

SYKSYSTÄ SYKSYYN -TOIMINTAMALLI LAATUTÄHTEÄ MUKAILLEN

Laatutähti on Stakesin kehitelemä malli, jolla voidaan arvioida ja kohdentaa omaa työtä sekä liittää se päihdetyön kokonaisuuteen. Laatutähteen sisältyvät laatukriteerit pyrkivät vastaamaan muun muassa seuraaviin kysymyksiin: Mistä voi päätellä, mikä on laadukasta ehkäisevää työtä? Onko työni hyödyllistä ja tuottaako se tulosta? Ehkäisevän päihdetyön laatu koostuu työn sisältöihin, toteutukseen ja arviointiin sekä seurantaan liittyvistä tekijöistä.¹



Toiminnan tietoperusta

Syksystä Syksyyn -toimintamallin tietoperusta pohjaa osittain peruskoulun opetussuunnitelmaan. (2004). Niin Helsingin NMKY:n päihdekasvatuksella kuin peruskoululla on sekä kasvatus- että opetustehtävä. Terveys-, asenne- ja arvokasvatus ovat oleellinen osa Syksystä Syksyyn -toimintaa, sosiaalisten suhteiden merkitystä unohtamatta. Toiminta hyödyntää erilaisia oppimistapoja, kuten vertaisoppimista. Opetustehtävänä on päihdetiedon tarjoaminen, itsenäisen päätöksenteon ja vastuun korostaminen sekä sosiaaliseen paineeseen liittyvien haasteiden läpikäynti. Toiminta tukee perusopetuksen tavoin mahdollisuutta monipuoliseen kasvuun, oppimiseen ja terveen itsetunnon kehittymiseen. Lisäksi yhteistä näille kahdelle on tarvittavan tiedon ja osaamisen kartuttaminen, kriittisen ajattelukyvyyn kehittäminen sekä ajattelu- ja toimintatapojen uudistaminen.

¹ Stakes 2006/ 2009

Syksystä Syksyyn -toiminta siis keskittyy erilaisiin päihdekysymyksiin ja tarjoaa jokaiselle osallistujalle mahdollisuuden kriittiseen ajatteluun ja päätöksentekoon; jokainen tekee itse omat valintansa. Tavoitteena on, että toimintaan osallistumisen jälkeen ajattelu- ja toimintatavat päihteisiin liittyen ovat saaneet sysäyksen terveellisempään suuntaan, mikäli tarvetta tälle on ollut havaittavissa. Stakesin, nykyinen Terveiden ja Hyvinvoinnin laitos (THL), laatimassa laatukriteeristössä ehkäisevä päihdetyö määritellään toiminnaksi, jonka tavoitteena on edistää terveyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia.² Näin myös Syksystä Syksyyn -toiminta tukee lapsen ja nuoren kokonaisvaltaista hyvinvointia sekä turvallista kasvua.

Arvot ja etiikka

Syksystä Syksyyn -toiminnan takana on NMKY:n kansainvälinen kasvatuskäsitys. NMKY:n logoonkin päätynyt kolmioperiaate ohjaa kaikkea NMKY:ssä tapahtuvaa toimintaa. Ihmisen elämää määrittävät henkinen, hengellinen ja fyysinen ulottuvuus ja kun nämä ovat tasapainossa, ihminen voi hyvin. Syksystä Syksyyn -toimintaan voi osallistua minkä tahansa uskontokunnan tai aatteen edustaja.

Tavoitteena on herätellä osallistujia muodostamaan omat mielipiteensä ja pysymään niiden takana myös tilanteissa, joissa sosiaalinen paine vaatii muuta. Osallistujien manipuloiminen ja pelotteleminen eivät kuulu toiminnan luonteeseen. Syksystä Syksyyn -toimintaan osallistuvilla on tilaisuus ja lupa tuoda omat ajatuksensa ja mielipiteensä esiin. Toiminnassa toteutuvat ehkäisevän päihdetyön eettiset periaatteet: yhdenvertaisuus, solidaarisuus ja osallisuus. Osallistujia kuullaan ja kunnioitetaan ja kaikille taataan mahdollisuus yhdenvertaiseen osallistumiseen

Tavoitteellinen yhteistyö

Syksystä Syksyyn -ohjelma liittyy nykyisen hallituksen (19.8.2010 tilanne) politiikkaohjelmiin seuraavasti:

- Terveiden edistämisen politiikkaohjelma, Elintapoihin vaikuttaminen
 - Päihteiden käyttö ja tupakointi
- Lapsi- ja nuorisopoliittinen kehittämisohjelma 2007–2011
 - Nuorten itsetuntoa ja omatoimisuutta on rohkaistava oman elämän valinnoissa ja päätöksissä
 - Vanhemmuuden tukeminen

² Preventiimi 2009

- Lasten ja nuorten terveyserojen kaventaminen sekä terveiden elintapojen ja mielenterveyden edistäminen
- Ikäryhmittäisenä tavoitteena mm. lasten hyvinvoinnin lisääntyminen ja nuorten tupakoinnin väheneminen
- Alkoholiohjelma 2008–2011
 - Lasten ja perheiden alkoholihaitat laskuun
 - Nuorten alkoholinkäytön haittojen vähentäminen, luomalla paikallisia toimintamalleja, sekä kehittämällä kuntien, liikunta- ja muiden järjestöjen päihdestrategioita

Syksystä Syksyyn -ohjelman liittyminen peruskoulun opetussuunnitelmaan. Perusopetuksen tehtävät:

- Kasvatus ja opetustehtävä
- Mahdollisuus monipuoliseen kasvuun, oppimiseen ja terveen itsetunnon kehittämiseen
- Tarvittavan tiedon ja osaamisen kartuttaminen
- Kehittää kykyä arvioida asioita kriittisesti sekä uudistaa ajattelu- ja toimintatapoja

Toimintamallin toteutuksessa Helsingin NMKY tekee yhteistyötä kuntien ja seurakuntien nuorisotoimen kanssa, sekä ehkäisevän päihdetyön toimijoiden, kuten esimerkiksi Preventiimin kanssa.

Toiminnan tavoite

Toiminnan tarkoituksena on haastaa nuoria pohtimaan ja jäsentämään omia arvojaan, asenteitaan ja suhdettaan päihteisiin. Ohjelma korostaa omien päätösten vaikutusta tulevaisuuteen, kannustaa nuoria itsenäiseen ja terveyttä edistävään päätöksentekoon sekä lisää heidän päihdetietouttaan. Pienryhmätyöskentelyllä herätetään nuoria vastuunottoon omasta elämästä myös niissä tilanteissa, joissa sosiaalinen paine vaatii muuta.

Opettajille suunnatun tukimateriaalin tavoitteena on syventää ja jatkaa työskentelyä päihdeaiheen tiimoilta. Syksystä Syksyyn -oppitunnit herättelevät pohtimaan erilaisia päihdekysymyksiä, joiden työstämisestä on hyvä jatkaa yhdessä luokan kanssa ja itsekseen, esimerkiksi ainekirjoituksella, vielä tuntien jälkeenkin. Materiaalin harjoitteet antavat tilaa omalle pohdinnalle, tarjoavat mahdollisuuden vertaisoppimiselle ja yhdessä tekemiselle sekä uuden tiedon oppimiselle.

Resurssit

Syksystä Syksyyn -toiminnan keskeinen rahoittaja on ollut Varova Oy. Yksityinen tuki on mahdollistanut pitkäjänteisen toiminnan. Toimintaa toteuttavat työntekijät ovat ammattitaitoisia ja työhönsä sitoutuneita. Työntekijöiden erityisiä osaamisalueita ovat narratiivipedagogiikka ja vuorovaikutuksellinen ohjaaminen.

Ohjelma sisältää:

- ylä- ja alakouluille tarkoitetut tarinat,
- rippikouluihin soveltuvan materiaalin
- materiaalit vanhempainiltoihin ja jatkokyöskentelyyn.

Tarina on myös englanniksi.

Toteutusprosessit

Syksystä Syksyyn -toiminta pohjaa narratiivipedagogiikkaan ja toiminnallisiin harjoitteisiin. Nuorten kokemusmaailmaan vahvasti pohjaavien tarinoiden avulla käydään läpi erilaisia päihdekysymyksiä, herätellään keskustelua sekä omaa pohdintaa. Lisäksi toimintaan kuuluvat toiminnalliset harjoitteet, muun muassa ryhmäpaineeseen liittyen ja vuosittainen kirjoituskilpailu.

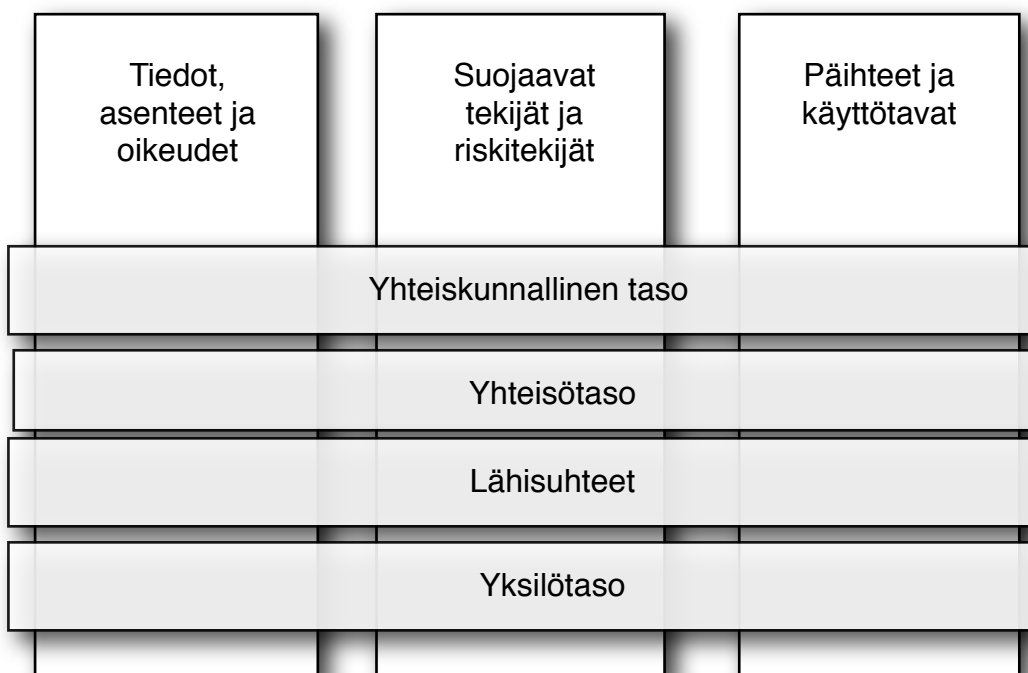
Oppituntien lisäksi toimintamalliin kuuluvat vuorovaikutukselliset vanhempainillat, joissa kerrotaan työskentelystä oppilaiden kanssa sekä keskustellaan nuoruuden ja vanhemmuuden haasteista erityisesti päihdeaiheen ja oheisilmiöiden ympärillä. Vanhempainilta voidaan räätälöidä kunkin osallistuvan koulun/luokan toiveiden mukaisesti.

Seuranta ja arviointi

Toimintaa arvioidaan jatkuvalla periaatteella; työntekijät arvioivat omaa toimintaansa ja raportoivat kouluryhmistä toiminnasta vastaavalle. Lisäksi palautetta kerätään toimintaan osallistuneilta opettajilta, vanhemmilta ja oppilailta säännöllisin väliajoin. Palautteista kootaan yhteenveto, jota hyödynnetään toiminnan kehittämisessä. Kaikki tehty dokumentoidaan huolellisesti. Toimintaa arvioidaan myös opinnäyte- ja projektitöinä sosiaalialan ammattikorkeakouluopiskelijoiden toimesta.

EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN KOHDENTAMINEN

Yksilötasolla Syksystä Syksyyn -toiminta lisää nuorten päihdetietoutta ja pyrkii vaikuttamaan nuorten asenteisiin sekä korostamaan oman terveyttä edistävän päätöksenteon merkitystä.



Lähisuhteiden tasolla, kaverit ja perheen jäsenet voivat vaikuttaa tavalla tai toisella nuoren päihteiden kokeiluun, käyttöön tai kokeilun väliin jättämiseen. Syksystä Syksyyn -toiminta keskittyy myös kaverisuhteiden merkitykseen sekä kaveriporukoissa usein vallitsevan ryhmäpaineen käsittelyyn, vanhempia unohtamatta. Koulun toiveiden mukaisesti voidaan järjestää päihdeaiheinen vanhempainilta, mm. yhteisen keskustelufoorumin tarjoamiseksi.

Yhteiskunnallisella tasolla Syksystä Syksyyn -toiminta keskittyy yleiseen keskusteluun nuorten elämästä ja päihdetilanteesta yhteiskunnassa sekä jokaisen omaan pohdintaan. Osallistujien omia mahdollisia kokeiluja tai käyttötapoja ei ole tarkoituksenmukaista käydä yhdessä läpi.

TUKIMATERIAALIN TAUSTAT

Nuorten päihteiden käyttö

Nuorten päihteiden käyttö väheni 2000-luvun alkupuolella. Pääkaupunkiseudun kouluterveyskyselyn mukaan tämä myönteinen kehityssuunta pysähtyi kuitenkin vuonna 2008. Päivittäin tupakoivia peruskoulun 8. ja 9. luokkalaisia oli vuonna 2008 14 prosenttia. Tosi humalan vähintään kerran kuussa juovia samanikäisiä oli 18 prosenttia. 9 prosenttia yläkoululaisista oli kokeillut laittomia huumeita.

Yläkoululaisten päihdetietous parani hieman vuonna 2008. Ehkäisevää päihdetyötä on kuitenkin jatkettava nuorten parissa, jotta päihteiden käyttö vähenisi nuorten keskuudessa entisestään ja jotta vastaava kehityssuunta lisääntyisi myös muissa ikäluokissa.³

Päihdekasvatus on ehkäisevää työtä

”Ehkäisevän päihdetyön yleisenä tarkoituksena on terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen tukemalla päihdeettömiä elintapoja sekä vähentämällä päihteiden käyttöä ja niiden käytöstä aiheutuvia haittoja.”

Ehkäisevä päihdetyö mielletään usein vain päihdevalistukseksi. Päihdevalistus onkin perinteinen ehkäisevän päihdetyön muoto. Päihdevalistus voi kuitenkin jäädä vain yksipuoliseksi tiedon jakamiseksi. Nuori nähdään valistuksen kohteena eikä aktiivisena omaa ymmärrystä rakentavana henkilönä.

Päihdekasvatuksessa sen sijaan on merkittävää, että nuorten kanssa toimiessa tieto linkitetään nuorten omaan elämään ja sieltä kumpuaviin kysymyksiin. Vuorovaikutus, nuorten osallisuus sekä ryhmän omat näkemykset ja kokemukset päihteistä ovat huomionarvoisia seikkoja tehtäessä ehkäisevää päihdetyötä nuorten keskuudessa. Päihdekokemuksilla ei tarkoiteta vain omia kokeiluja vaan myös läheisten ihmisten päihteiden käyttö vaikuttaa nuoren kokemuksiin sekä näkemyksiin päihteistä.⁴

³ Kouluterveys 2008, Pääkaupunkiseudun raportti, Stakes

⁴ Preventiimi 2009, Mitä on nuorisoalan ehkäisevä päihdetyö?

SYKSYSTÄ SYKSYYN -TOIMINTAMALLIN ESITTELY

Toiminnan kuvaus

Syksystä Syksyyn -toimintamalli on osa Helsingin NMKY:n tekemää ehkäisevää päihdetyötä. Toimintamallin kohderyhmänä ovat erityisesti peruskoulun 6. ja 8. luokkalaiset oppilaat. Toiminnan runkona on Syksystä Syksyyn -tarina, joka on nuorten omaan kokemusmaailmaan liittyvä kertomus. Keskustelun ja erilaisten toiminnallisten harjoitteiden avulla tarina nostaa esiin kysymyksiä ja asenteita, joita nuorilla on suhteessa päihteisiin. Tarina toteutetaan pienelle ryhmälle peruskoulun oppilaita ja se kestää noin puolitoista tuntia yhtäjaksoisesti. Syksystä Syksyyn -toiminnan myötä kohdataan tuhansia nuoria vuosittain. Toimintaa toteutetaan yhdessä koulujen, seurakuntien, nuorisotoimen ja muiden alueellisten yhteistyökumppanien kanssa.

Toiminnan tavoitteet

- Oman ajattelun tukeminen
- Itsenäiseen terveyttä edistävään päätöksentekoon kannustaminen
- Omien valintojen vaikutuksen ja merkityksen korostaminen
- Keskustelun herättäminen ja päihdetiedon jakaminen
- Päihdekokeilujen ja käytön ehkäiseminen, erityisesti nuorella iällä

Tarina lyhyesti

Syksystä Syksyyn -tarinan keskipisteessä ovat viisi luokkatoveria, jotka päättävät järjestää ”kotibileet” ilman vanhempien lupaa. Juhlissa he ajautuvat uusiin ja erilaisiin tilanteisiin mm. päihdekokeiluihin liittyen. Tarinan edetessä nuoret tekevät omia ratkaisujaan valintatilanteissa, mistä seuraa sarja ikäviä tapahtumia. Juhlien jälkeen nuoret kohtaavat arjen; päihdekeskustelut vanhempien ja koulun henkilökunnan kanssa, poliisitutkinnan ja ystävyyden merkityksen.

Tarinan avulla koulutetut työntekijät keskustelevat nuorten kanssa mm. alkoholista, tupakasta, nuuskasta, huumausaineista ja energijuomista. Mahdolliset koulun toiveet otetaan huomioon toimintamallia toteutettaessa ja tarinaa voidaan räätälöidä sopimaan koulun tarpeisiin. 6. luokkalaisille suunnatussa tarinassa korostuvat alkoholi, tupakka ja nuuska. 8. luokkalaisten tarina keskittyy lisäksi myös huumausaineisiin. Tarinassa

korostuvat myös erityisesti ryhmäpaineen vaikutus nuorten valinnoissa, päihteiden riskit ja haitat sekä ystävyysuhteet.

Miten tästä eteenpäin?

Tämän tukimateriaalin tarkoituksena on antaa ideoita päihdekasvatuksen jatkamiseen kouluissa Syksystä Syksyyn -oppitunnin jälkeen. Tehtävien tavoitteena on palauttaa mieliin Syksystä Syksyyn -oppitunnilla käsiteltyjä teemoja ja näin toimia jatkumona nuorten asenteisiin vaikuttamisessa. On tärkeää huomata, etteivät muutokset asenteissa tapahdu yhdessä yössä tai yhdellä oppitunnilla. Pitkäjänteinen työskentely haitallisten päihdeasenteiden muuttamiseksi on avainasemassa.

Helsingin NMKY:n ohjaamien päihdekasvatustuntien tarkoituksena on herättää nuoria pohtimaan omaa suhdettaan päihteisiin. Opitun asian prosessointi vaatii kuitenkin jokaisella oman aikansa. Tästä syystä työskentelyä tulisikin jatkaa vielä opetustuokion jälkeen. Opettajan keskeinen rooli luotettavana, turvallisena ja esimerkillisenä aikuisena nuoren elämässä tarjoaa tilaisuuden avoimeen päihdekeskusteluun nuorten kanssa pitempikestoisesti. Jokaisen lasten ja nuorten kanssa toimivan aikuisen osallistuessa ehkäisevään päihdetyöhön voimme olla vaikuttamassa lasten ja nuorten turvalliseen kasvuun ja tulevaisuuteen.

Palaute

*Toivomme palautetta
ajatuksistanne ja
kokemuksistanne Syksystä
Syksyyn -tukimateriaalin parissa.
Palautteen voitte lähettää
www.paihdekasvatus.fi -sivuston
kautta.*

KEINOJA JATKOTYÖSKENTELYYN

Seuraavassa on kerrottu päihdekasvatustyöskentelyä jatkavan harjoitteen tai tehtävän sisältö. Jokaisen harjoitteen alle on myös kirjattu lyhyesti, mitä tarvitaan harjoitetta varten ja kuinka paljon se vie aikaa. Lisäksi kaikissa on myös ehdotus, mille oppitunnille harjoite sopisi parhaiten.



Luokaa pienissä ryhmissä (esim. 3-4 henkilöä) rohkeasti kantaaottavia päihteiden vastaisia julisteita. Ottakaa luovuus käyttöön. Oppilaat voivat kerätä julisteita varten päihdefaktaa ja kuvia esimerkiksi kirjoista, lehdistä, esitteistä tai verkkosivuilta (mikä, mitä, miten käytetään, miten vaikuttaa, riskit, haitat...). Valmiit julisteet voidaan laittaa luokan seinille näyttelyksi ja luokka voi äänestää teoksista 1-3 parhainta. Nämä kolme parasta julistetta voidaan jättää luokan seinille muistuttamaan opituista asioista ja niihin on helppo palata aina keskusteltaessa päihteistä nuorten kanssa.

- Tarvikkeet: A3-kokoista paperia, aikakauslehtiä, sakset, tusseja ja värikyniä
- Kesto: 1 tunti
- Oppitunti: kuvaamataito, terveystieto, biologia



Arvo-työskentelyssä jokainen oppilas listaa paperille kymmenen itselleen tärkeää arvoa (esim. perhe, rakkaus, itsenäisyys, tasa-arvo, raha, rehellisyys, maine, usko, terveys...). Tämän jälkeen opettaja neuvoo vetämään aina kerrallaan 1-2 arvoa yli, kunnes lopulta jokaisella on jäljellä vain yksi arvo. Harjoite tehdään hiljaa ja itsenäisesti, jotta jokaisella on mahdollisuus omille ajatuksille.

Harjoitteen lopuksi opettaja ohjaa oppilaat keskustelemaan siitä, miltä tehtävä tuntui, mitä ajatuksia se herätti ja miten oppilaille tärkeät arvot vaikuttavat päihdeasenteisiin/valintoihin. Tarkoituksena on siis herättää oppilaat pohtimaan mikä juuri ”minulle” on tärkeää elämässä, mistä olisin tai en olisi valmis luopumaan ja miksi?

- Tarvikkeet: A4-kokoinen paperi ja kynä jokaiselle oppilaalle
- Kesto: 15 min arvojen listaamiseen, 15 min keskusteluun
- Oppitunti: elämäntietä, ev.lut. uskonto



Tehkää noin 4-5 hengen ryhmissä ”still”- kuvia päihteisiin liittyvistä tilanteista. Oppilaat siis suunnittelevat ja sitten muodostavat vuorollaan ryhmänä pysäytetyn hetken jostain tilanteesta tai tapahtumasta. 8. luokkalaisten kanssa voitte ammentaa ideoita esimerkiksi aiheista: alkoholi Suomen yhteiskunnassa, urheilu ja päihteet, päihteidenkäyttäjän tulevaisuus tai päihteiden vaikutus ystävyssyhteisiin. 6. luokkalaisille voi antaa hieman valmiimpia aiheita: ystävät tarjoavat nuorelle ensimmäistä kertaa alkoholia, raitis nuori jää ystävä piiriin ulkopuolelle muiden tupakoinnin takia, nuori on ahdistunut vanhempien päihteidenkäytön takia. Voitte ideoida aiheita lisää vastaamaan luokkanne tarpeita.

- Tarvikkeet: avoin tila tilan esim. luokan edessä ja halutessanne rekvisiittaa
- Kesto: Ryhmän koosta riippuen n. 1 tunti
- Oppitunti: ilmaisutaito



Kirjoittakaa noin kahden sivun mittainen ainekirjoitus aiheista ”Unelmien perjantai-ilta” tai ”Päihteet unelmien esteenä”.

- Tarvikkeet: konseptipaperia ja kirjoitusvälineet
- Kesto: n. 1,5 tuntia tai vaihtoehtoisesti kotitehtävänä
- Oppitunti: äidinkieli



Etsikää luokan kanssa tietoa tupakan ja nuuskan haitallisista ainesosista. Selvittäkää myös missä muissa tuotteissa näitä vaarallisia ainesosia käytetään (esim. tupakassa ympäristömyrkyjä). Hyödyntäkää verkkosivuja, kirjoja ja esitteitä. Voitte kerätä yhdessä tietoa liitutaalulle ja tunnin lopuksi käydä läpi, mitä kaikkea tietoa löysitte tupakasta ja nuuskasta.

- Tarvikkeet: internetin käyttömahdollisuus oppilaille, tupakka ja nuuska aiheisia teoksia ja julkaisuja, tiedelehtiä, biologian/kemian/terveystiedon oppikirjat
- Kesto: 1-1,5 tuntia
- Oppitunti: kemia, biologia, terveystieto



Tehkää noin neljän hengen ryhmissä viiden minuutin näytelmiä seuraavista aiheista tai keksikää omia. Jokaisen näytelmän jälkeen on hyvä käydä opettajan johdolla pieni purkukeskustelu nuorten kanssa siitä, mitä tilanteessa tapahtui, olisivatko hahmot voineet toimia toisin ja miten, oliko näytelmä realistinen kuvaus ja mitä he itse tekisivät vastaavassa tilanteessa.

- Tarvikkeet: rauhalliset harjoittelupaikat ryhmille ja esiintymistila
- Kesto: n. 1 tunti
- Oppitunti: ilmaisutaito, äidinkieli

a) Kalle tulee ulkoa kotiin, häneltä tippuu taskusta tupakka-aski vanhempien nähden, mitä sitten tapahtuu?

b) Niina hiippailee vessaan oksentamaan kotibileiden jälkeen, vanhemmat kuulevat sen ja tulevat epäluuloisiksi, mitä sitten tapahtuu?

c) Anna juhlimassa koulujen päättymistä yhdessä ystävien kanssa ulkona myöhään eikä kuule puhelintaan vanhempien yrittäessä tavoittaa häntä, miten vanhemmat toimivat?

d) Äiti ei anna Miialle lupaa lähteä raittiiseen tyttöjen iltaan aiempien toilailuiden takia, miten he neuvottelevat ja mihin lopputulokseen äiti ja Miia päätyvät?

e) Jaakko järjestää kotibileet ilman lupaa, juhliin tulee kutsumattomia vieraita ja myöhemmin Jaakko huomaa isän baarikaapista puuttuvan useamman viinapullon, miten Jaakko selittää tilanteen isälleen?

f) Niko yrittää ylipuhua ystäväänsä Jannea järjestämään kotibileet ilman vanhempien lupaa vanhempien ollessa mökkeilemässä, miten Janne toimii tilanteessa?

g) Ystävät yllyttävät vastahakoista Lindaa kokeilemaan hasista porukan juotua muutaman oluen, miten Linda kieltäytyy ja mitä ystävät siitä ajattelevat?



Toteuttakaa parityöskentelynä tietovisa (kts. alla).

- Tarvikkeet: kysymyspaperit joka parille ja kyniä
- Kesto: 15–30 min + mahdollinen keskustelu
- Oppitunti: terveystieto, kemia, biologia

1. Mikä seuraavista huumeista aiheuttaa hallusinaatioita LSD, marihuana vai khat?
2. Kutsutaanko hamppukasvin kuivattua rouhetta marihuanaksi vai hasikseksi?
3. Miten alkoholi vaikuttaa urheilusuoritukseen?
4. Kummassa on enemmän nikotiinia tupakassa vai nuuskassa?
5. Tupakan terveysvaikutuksiin kuolee Suomessa vuosittain noin 1000, 2500 vai 5000 henkilöä?
6. Mikä seuraavista luokitellaan miedoksi huumausaineeksi khat, heroïini vai LSD?
7. Onko maksimirangaistus törkeästä huumausaine rikoksesta 2 vuotta, 5 vuotta vai 10 vuotta vankeutta?
8. Marihuana valmistetaan hamppukasvin pihkasta, lehdistä, varsista vai juurista?
9. Mikä aine tupakassa aiheuttaa riippuvuutta: terva, nikotiini vai häkä?
10. Mikä seuraavista väittämistä on totta? A) kevytsavukkeet ovat tavallisia puolet turvallisempia B) anaboliset steroidit voivat lopettaa nuoren kasvun vai C) imppauksesta ei tule krapulaa.
11. Mitä tarkoitetaan passiivisella tupakoinnilla? A) alle viiden savukkeen polttamista päivässä B) polttamista toisten painostuksesta vai C) tupakansavun hengittämistä vaikka itse ei polta.
12. Mikä voi aiheuttaa jo ensimmäisellä käyttökerralla vakavan psykoosin? bensan imppaaminen, LSD vai kannabis?
13. Gamma eli gammahydroksivoihappo A) lamaa keskushermostoa vai B) lisää kiihtyvyyttä?
14. Onko ekstaasi morfiini, gamma vai amfetamiinin johdannainen huumausaine?
15. Alkoholin terveysvaikutuksiin kuolee Suomessa vuosittain noin 2500, 1000 vai 5000 ihmistä?
16. Miten toimit, jos kaverisi on sammunut tai tajuton?
17. Mitkä ovat energiajuomien haittavaikutukset?
18. Mikä on krapula ja mitkä ovat sen oireet?
19. Onko päihteiden käyttö jokaisen yksityisasia?
20. Miksi laki kieltää alle 18-vuotiailta päihteiden käytön?

Vastaukset

1. Mikä seuraavista huumeista aiheuttaa hallusinaatioita LSD, marihuana vai khat? Vastaus: LSD
2. Kutsutaanko hampukasvin kuivattua rouhetta marihuanaksi vai hasikseksi? Vastaus: marihuanaksi
3. Miten alkoholi vaikuttaa urheilusuoritukseen? Vastaus: heikentää suorituskykyä, urheilu alkoholin vaikutuksen alaisena on hengenvaarallista.
4. Kummassa on enemmän nikotiinia tupakassa vai nuuskassa? Vastaus: nuuskassa (20x enemmän)
5. Tupakan terveysvaikutuksiin kuolee Suomessa vuosittain noin 1000, 2500 vai 5000 henkilöä? Vastaus: noin 5000
6. Mikä seuraavista luokitellaan miedoksi huumausaineeksi khat, heroini vai LSD? Vastaus: khat
7. Onko maksimirangaistus törkeästä huumausaine rikoksesta 2 vuotta, 5 vuotta vai 10 vuotta vankeutta? Vastaus: 10 vuotta
8. Marihuana valmistetaan hampukasvin pihkasta, lehdistä, varsista vai juurista? Vastaus: lehdistä ja varsista
9. Mikä aine tupakassa aiheuttaa riippuvuutta: terva, nikotiini vai häkä? Vastaus: nikotiini
10. Mikä seuraavista väittämistä on totta? A) kevytsavukkeet ovat tavallisia puolet turvallisempia B) anaboliset steroidit voivat lopettaa nuoren kasvun vai C) imppauksesta ei tule krapulaa. Vastaus: B
11. Mitä tarkoitetaan passiivisella tupakoinnilla? A) alle viiden savukkeen polttamista päivässä B) polttamista toisten painostuksesta vai C) tupakansavun hengittämistä vaikka itse ei polta. Vastaus: C
12. Mikä voi aiheuttaa jo ensimmäisellä käyttökerralla vakavan psykoosin? bensan imppaaminen, LSD vai kannabis? Vastaus: LSD
13. Gamma eli gammahydroksivoihappo A) lamaa keskushermostoa vai B) lisää kiihtyvyyttä? Vastaus: A
14. Onko ekstaasi morfiini, gamma vai amfetamiinin johdannainen huumausaine? Vastaus: C
15. Alkoholin terveysvaikutuksiin kuolee Suomessa vuosittain noin 2500, 1000 vai 5000 ihmistä? Vastaus: noin 2500 ihmistä

16. Miten toimit, jos kaverisi on sammunut tai tajuton? Vastaus: Tarkista hengitys ja käännä kylkiasentoon, hälytä tarvittaessa apua (112), jää paikalle, kunnes apu saapuu

17. Mitkä ovat energijuomien haittavaikutukset? Vastaus: Lapsille energijuomia ei suositella niiden kofeiinipitoisuuden vuoksi, koska lapsille jo pienikin kofeiinimäärä voi aiheuttaa kiihtyneisyyttä, ärtyneisyyttä, jännittyneisyyttä, levottomuutta ja unettomuutta

18. Mikä on krapula ja mitkä ovat sen oireet? Vastaus: Myrkytystila. Oireita ovat mm. suolisto-oireet (ripuli), kasvojen ja silmien sidekalvojen punoitus, pahoinvointi, oksentelu, pulssin kiihtyminen, päänsärky, univaikeudet, väsymys. Tilaan liittyy usein myös psyykkisiä oireita, kuten masennusta ja ahdistuneisuutta.

19. Onko päihteiden käyttö jokaisen yksityisasia?
Vastaus: Ei, se vaikuttaa myös lähellä oleviin ihmisiin

20. Miksi laki kieltää alle 18-vuotiailta päihteiden käytön? Vastaus: Alkoholin fysiologiset vaikutukset nuoren kehittyvässä kehossa ovat paljon tuhoisammat kuin aikuisella. Päihteiden käyttö voi vaurioittaa nuoren aivotoimintaa, persoonan kehitystä ja sosiaalisten taitojen oppimista. Lain tarkoitus on suojella nuoria päihteiden käytön haittavaikutuksilta.

NUORTEN PALAUTETTA JA KOMMENTTEJA SYKSYSTÄ SYKSYYN - OPPITUNNEISTA

“Minun mielestäni puhuimme kaikesta mahdollisesta ja tarpeellisesta. En itse edes tajunnut, että niistä voisi olla niin paljon haittaa, mutta tiesin että kyllä siitä kuitenkin jotain seuraa.”

“Hyvää oli uusi faktatieto päihteistä.”

“Vapaahenkinen keskustelu ja tarinalla johdattelu oli hyvää.”

“Hyvä oli, että kävimme läpi tärkeitä asioita päihteiden vaaroista. Mikään ei ollut mielestäni huonoa, vaan oli hyvä että kaikki sai puhuttua omista asioistaan ja sai myös kuulla päihteiden käytöstä.”

“Ohjaajat olivat mukavia, tarina mielenkiintoinen. Erilaiset kysymykset ja mielipidejutut olivat kivoja.”

“Oli hyvä, että tätä asiaa käsiteltiin, koska tuntuu siltä, että tästä ei enää välitetä.”

“Hyvää oli, että pystyin oikeasti vapaasti puhumaan ja miettimään mitä ajattelen.”

”Hyvää: oppilaat laitettiin itsenäisesti pohtimaan päihteisiin liittyviä asioita, ei ollut mahdollista jäädä "passiiviseksi" kuuntelijaksi.”

”Hyvää oli se, että tunti oli yhteistä puhumista ja osallistumista.”

”Hyvää oli tietää millaisia sairauksia esim. tupakasta seuraa. Ei ollut huonoa!”

”Tunti oli paras! Itse en ole polttanut, mutta nyt tiedän etten aloita koskaan. Sain paljon uutta tietoa. Tarina oli tosi hyvä.”

”Tunti oli oikein hyvä, aika meni rattoisasti ja oli oikein kivaa.”

”Tosi hyvää oli. Sai hyvää palautetta niille jotka polttaa.”

”Huonoa on käyttää huumeita. Hyvää on olla käyttämättä huumeita.”

”Tunti oli erilainen kuin muut. Sai kertoa omia mielipiteitä. Oli kiva tunti!”

