

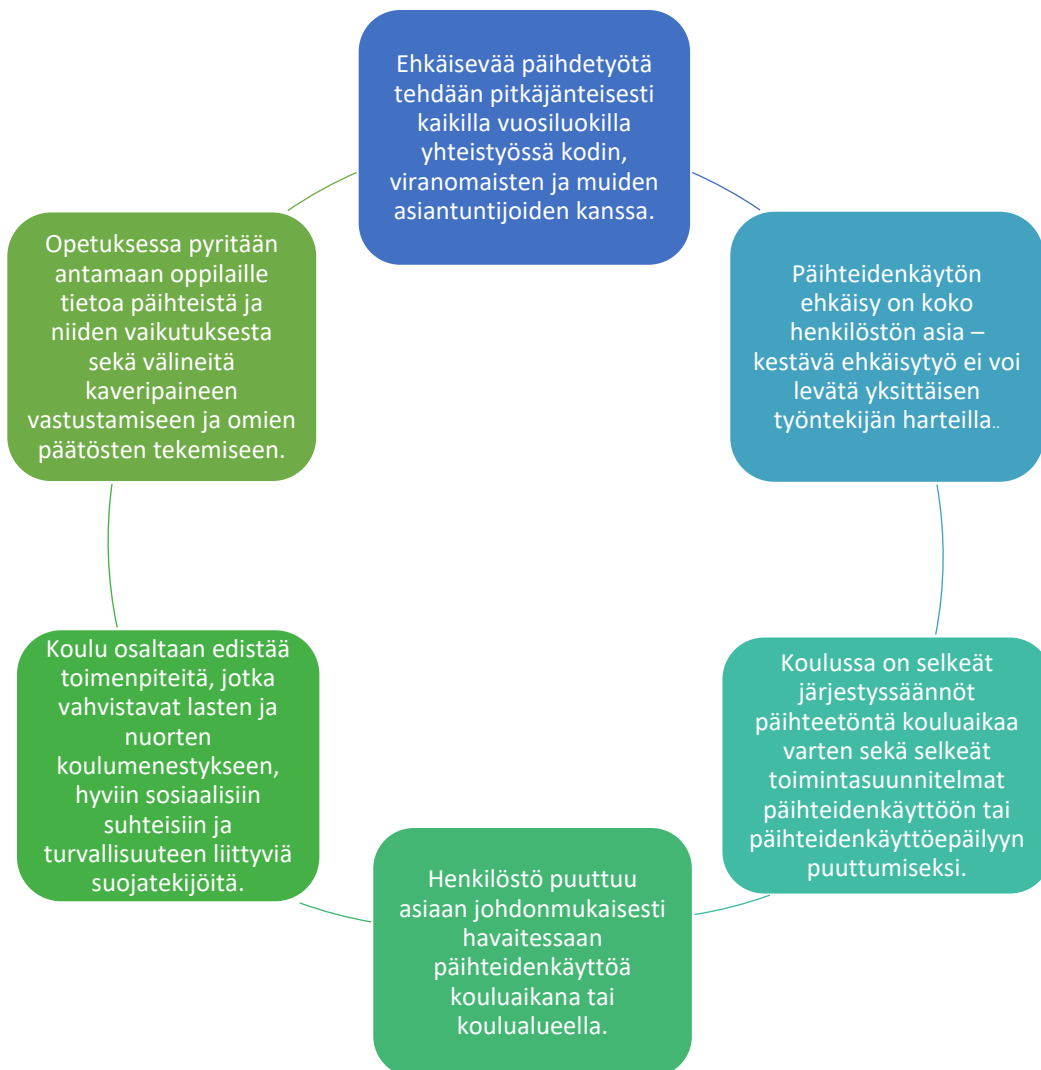


INARIN KUNNAN
PERUSOPETUKSEN PÄIHDE- JA
PELIKASVATUSSUUNNITELMA

INARIN KUNNAN PERUSOPETUKSEN PÄIHDE- JA PELIKASVATUSSUUNNITELMA

On tärkeää, että koululla on toimintasuunnitelma, joka tukee oppilaiden päihteettömyyttä yhtenäisesti. Huoltajille ja oppilaille on kerrottava, miten koulussa toimitaan päihteidenkäyttöä koskevissa tilanteissa ja kysymyksissä. Kaikkein tärkeintä ehkäisevää toimintaa on kaikki se, mikä tapahtuu koulun tavallisen toiminnan puitteissa.

Koulun ehkäisevä päihdetyö perustuu seuraaviin lähtökohtiin:



PÄIHDEKASVATUSMENETELMIEN TOIMIVUUESTA

Päihdekasvatus perustuu ajatukseen siitä, että ihmisillä on oikeus tietää päihteiden käytön riskeistä ja seurauksista, jotta he pystyvät tekemään punnittuja valintoja omassa elämässään. Tämän päivän päihdekasvatuksen tavoitteena on tiedon jakaminen ja avoimen keskustelun käyminen. Päihdekasvatuksessa välttää ovat toisto, riittävä kesto, intensiivisyys ja vuorovaikutteisuus. Päihdekasvatuksessa ei toteuta raittiusvalistuksen perinnettä sellaisena kuin moni sen mieltää: yksisuuntaisena tuputtamisena tai moralisoivana saarnaamisena. Nuorille puhuttaessa päihdeettömyys on oleellinen osa päihdekasvatusta, mutta sisältö on raittiusteemoja laajempaa. (THL 2020.)

Alle on koottu esimerkkejä lasten ja nuorten ehkäisevässä päihdetyössä ja -kasvatuksessa käytettyjen menetelmien toimivuudesta.

TOIMII

- elämäntaito-opetus
- vuoropuhelu, keskustelu, vuorovaikutus
- pitkäjänteinen työ, toistuvat toimenpiteet
- selvät kiellot ja seuraamukset päihteidenkäytölle
- johdonmukainen puuttuminen päihteiden kokeiluun ja käyttöön
- samansuuntaiset viestit eri tahoilta
- mallit ja menetelmät, jotka soveltuvat oppilaiden ikä- ja kehitysvaiheeseen
- vuorovaikutustaitojen vahvistaminen
- päihteidenkäytön lyhytaikaisten vaikutusten painottaminen, (esim. itsehillinnän menettäminen, onnettomuudet, väkivallan riski, riidat) sen sijaan että keskityttäisiin vain pitkäaikaisvaikutuksiin, jotka saattavat tuntua epärelevanteilta nuorten elämän kannalta

EI TOIMI YKSINÄÄN

- opettajan tai muun asiantuntijan yksisuuntainen luennoiminen päihteistä
- lyhyet, yksittäiset toimenpiteet
- pelkkä faktojen opetus/luettelu/esittely
- pelkkä materiaalin jako
- yksittäiset teemapäivät
- yksittäiset kampanjat (huoltajiin kohdistuvilla kampanjoilla on parempi vaikutus kuin oppilaisiin kohdistuvilla)
- ”Huumesalkut”, aineisiin tutustuminen

EI SUOSITELLA

- entiset päihteiden käyttäjät, jotka kertovat elämästään (voi antaa sellaisen kuvan, että voi elää jännittävää ja coolia elämää erilaisten vaarojen kanssa ja silti selviytyä hyvin)
- pelottelu ja shokkiefektit

(Lainio-Peltola ym., 2020, 28)

KODIN JA KOULUN YHTEISTYÖ

Koulu ja huoltajat voivat tehdä yhteistyötä ehkäisevässä päihdetyössä ja rajojen asettamisessa seuraavasti:

- Koulu tiedottaa päihdetoimintasuunnitelmasta ja koulun päihteitä koskevista käytännöistä esim. Wilman, vanhempainiltojen ja koulun kotisivujen avulla.
- Koulu tiedottaa huoltajille ajankohtaisista ehkäisevistä toimenpiteistä, joihin oppilaat osallistuvat, ja kannustavat huoltajia keskustelemaan asiasta kotona.
- Vanhempainilloissa koulu tarjoaa mahdollisuuden keskustella esim. vanhemmuudesta, rajojen asettamisesta, murrosiästä ja päihteistä.

KUN JOTAIN SATTUU

Lasten ja nuorten käyttäessä päihteitä on tärkeää, että aikuiset puuttuvat asiaan. Puuttuminen ei ole rangaistus, vaan tapa osoittaa, että aikuiset välittävät ja että alaikäisten päihteidenkäyttö ei ole hyväksyttävää. Jos menettelytavoista on sovittu, on koko henkilöstön helpompi puuttua, kun siihen on aihetta.

TOIMINTAKULTTUURI

Toimintasuunnitelma tavattaessa oppilas käyttämässä tai hallussa pitämässä päihdyttäviä aineita, tai tavattaessa niiden vaikutuksen alaisena.

Se joka havaitsee päihteiden käyttöä tai hallussapitoa, ohjaa oppilaan rehtorin/apulaisrehtorin/ vararehtorin luo.

Rehtori/apulaisrehtori/vararehtori keskustelelee oppilaan kanssa toisen aikuisen läsnäollessa tapahtuneesta. Keskustelu kirjataan. Päihdetuotteet otetaan haltuun ja luovutetaan huoltajalle.

Ollaan yhteydessä huoltajaan ja sovitaan koulupäivän päättymisestä. Huoltajalle ilmoitetaan lastensuojeluilmoituksesta ja mahdollisista muista toimita (poliisi, päihdetyö). Oppilasta ei jätetä ilman valvontaa.

Tehdään lastensuojeluilmoitus. Mikäli nuuskan, tupakan tai alkoholin käyttö on toistuvaa, otetaan yhteys myös poliisiin ja päihdetyöntekijään. Huumausainetapauksissa otetaan aina yhteys myös poliisiin ja päihdetyöntekijään.

Kootaan tarvittaessa yksilöllinen oppilashuoltoryhmä.

PELIKASVATUS

Pelikasvattajana toimiminen ei edellytä laajaa ja yksityiskohtaista peli- ja pelaamiskulttuurin tuntemusta, tai välttämättä edes syvällistä kiinnostusta aiheeseen. Tärkeintä on kiinnostus itse kasvatukseen ja kasvatettavan hyvinvointiin. Erityisesti lapset oppivat peleistä paljon uutta, niin taitoja kuin arvojakin. Kiinnostuksella, keskustelulla ja läsnäololla kasvattaja voi vaikuttaa siihen, miten tätä uutta opittua sisältöä käsitellään ja miten se vaikuttaa. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 13)

Pelikasvatuksella voidaan myös ehkäistä pelaamisesta mahdollisesti aiheutuvia haittoja. Mitä nuoremasta lapsesta on kyse, sitä keskeisemmin huoltajan vastuuseen kuuluu lapsen pelitapojen ja tämän pelaamien pelien tunteminen. Lapset tarvitsevat aikuisen apua pelien sisällön suhteen, kuten esimerkiksi pelien tarinoiden synnyttämien kysymysten pohdintaan. Nuorilla sisältökysymyksiä tärkeämmäksi nousee itse pelaaminen esimerkiksi ajankäytön ja elämänhallinnan näkökulmista. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 13) Aikuisten on hyvä muistaa, että peleissä käytössä olevat ikäraajat 3, 7, 12, 16 ja 18 eivät kerro pelin teknisestä vaikeudesta tai soveltuvuudesta tietyn ikäisille, vaan varoittavat sisällön mahdollisesta haitallisuudesta. Pelien ikäraajat ovat sitovia eli niitä täytyy noudattaa: <https://www.mll.fi/tehtavat/pelien-ikarajat/>.

Vaikka pelaaminen tapahtuu vapaa-ajalla, näkyvät ongelmapelaamisen haasteet usein myös koulussa. Huoli on hyvä ottaa esille oppilaan sekä alaikäisen huoltajien kanssa sekä tarjota apua ja tukea oppilaalle sekä mahdollisesti tämän perheelle oppilashuollon tai kunnan muiden palvelujen kautta.

Ongelmapelaaminen voi näkyä esimerkiksi seuraavasti (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 103):

- koneen äärellä vietetään paljon aikaa ja tauot unohtuvat
- pelaamattomuus aiheuttaa levottomuutta ja ärtyisyyttä
- pelaamisen rajoittaminen aiheuttaa voimakkaita negatiivisia tunnereaktioita
- pelimaailman ulkopuoliset sosiaaliset suhteet jäävät pois tai kaventuvat merkittävästi
- erilaiset velvollisuudet jäävät hoitamatta pelaamisen takia
- pelaaminen sekoittaa vuorokausirytmien
- pelaaminen aiheuttaa poissaoloja koulusta tai töistä
- muut harrastukset jäävät pois pelaamisen takia

Esimerkkejä päihde- ja pelikasvatuksen käsittelyyn eri oppiaineissa

Esimerkit on koottu mukaillen PEPP-hankkeen kokoamasta Käsikirjasta koulun henkilöstölle. (PEPP 2019.)

Biologia / ympäristöoppi

- Mitä kehossa tapahtuu, kun käyttää päihteitä tai pelaa runsaasti?
- Kuinka tupakan valmistaminen vaikuttaa ympäristöön lähiyhteiskunnassa ja globaalisti?
- Keskustelu kannabiksen dekriminisoinnin vaikutuksista ympäristönäkökulmasta
- Tupakkateollisuuden tai huumekaupan vaikutukset kestävä kehityksen näkökulmasta

Historia

- Yhteiskunnallisen kehityksen ja päihdepolitiikan muutokset ja vaikutukset päihteiden käyttöön
(esim. EHYT:in Päihdeilmiö-materiaalia hyödyntäen)
- Tupakankäytön historia
- Päihteidenkäyttö sota-aikana (esim. pervitiinin käyttö 2. maailmansodassa)
- Ihmisen elinajanodote – kuinka sodat, sairaudet ja alkoholinkäyttö on vaikuttanut?

Kemia

- Alkoholien kemiallinen koostumus
- Mitä kemikaaleja tupakka ja/tai nuuska sisältää?
- Mitä ongelmia liittyy synteettisten huumeaineiden valmistamiseen laittomissa laboratorioissa?
(valvonnan ja hygienian puutteet, aineiden räjähdysalttius, lopputuotteen koostumus)

Kielet

- Kulttuurinen näkökulma päihteidenkäyttöön
- Vertailu Suomen ja muiden maiden päihteidenkäytön tai päihdepolitiikan välillä.

Vertailutietona voidaan käyttää ESPAD-kyselyn kansainvälisiä tuloksia:

www.espad.org tai www.emcdda.europa.eu/countries_en

- PEPP-hankkeen ruotsinkielistä materiaalia voi hyödyntää ruotsin opetuksessa (PEPP 2019)
- Pelaamisen hyödyntäminen vieraan kielen oppimisessa

Kotitalous

- Kehohanteet ja ruokavaliot – mitä seurauksia terveydelle ja hyvinvoinnille?
- Terveys ja talous suhteessa päihteiden käyttöön (esim. alkoholin kalorimäärät)

Kuvaamataito

- Kampanjajuliste alaikäisten päihteiden käyttöön vaikuttamiseksi
- Kuva-analyysi alkoholin tai tupakka- ja nikotiinituotteiden mainonnasta tai päihteiden näkyvyydestä, elokuvista tai musiikkivideoista. Kuinka päihteiden käyttöä kuvataan?
- Peligrafiikka

Liikunta

- Nikotiinin vaikutukset verenkiertoon ja verenpaineeseen
 - Päihteidenkäytön vaikutukset suorituskykyyn
- Dopingin käyttö urheilussa
- Liikunnalliset harjoitukset, jotka vahvistavat ryhmädynamiikkaa ja sosiaalisia taitoja
 - Peliergonomia

Maantieto

- Tupakan, oopiumin ja/tai kokapensaän viljelyn vaikutukset ympäristöön
- Tarkastelkaa tupakan tai muiden päihteiden matkaa pellolta kuluttajalle – yhteyksiä mm. taloudelliseen

valtaan, politiikkaan, ympäristöasioihin, solidaarisuuteen, etiikkaan ja ihmisoikeuksiin

Matematiikka

- Paljonko jonkin päihteen käyttö maksaa kuukaudessa tai vuodessa?
- Mitä taloudellisia seurauksia tupakan tai alkoholin käytöstä on yhteiskunnalle?
Mitä maksaa päihdeongelmaisen hoitovuorokausi/viikko/vuosi?
- Aiheen käsitteleminen tilastotieteen ja todennäköisyyksien avulla: tilastojen ja trendien havainnointia esimerkiksi kouluterveyskyselyn tulosten avulla
- Joukkoharha päihdeidenkäytöstä – tehkää oma tutkimus saman ikäisten nuorten päihdeidenkäytöstä
- Koodaus

Musiikki

- Päihteet populaarikulttuurissa ja mediassa
- Analysoikaa päihdepositiivisia ja -negatiivisia kappaleita
- Säveltäkää kappaleita tai kirjoittakaa tekstejä ehkäisevän päihdetyön sanomalla

Oppilaanohjaus

- Tutustuminen ja/tai vierailut paikallisten ehkäisevän päihdetyön toimijoiden pariin (esim. järjestöt)
- Terveysten edistämisen ammatit teemana
- Pelimusiikki

Terveystieto ja psykologia

- Päihdeiden käytön yhteys mielenterveyshäiriöihin / mielenterveyden ongelmiin
- Riippuvuus psykologisena ilmiönä
- Päihde- ja/tai peliriippuvuuden tausta, ja sosiaaliset seuraukset
- Päihteet ja aivot
- Pelaaminen, päihteet ja elämänhallinta
- Pelaamisen ikäraajat
- Pelaamisen hyödyt ja haitat, ongelmapelaamisen riskit

Uskonto

- Päihteiden käyttö eri uskonnoissa, esim. buddhalaisuudessa
- Viinin symbolinen merkitys, vrt. kristinusko ja islam
- Etiikka ja moraalit päihdekysymyksissä, esim. ihmisoikeudet

Yhteiskuntaoppi

- Mitä seurauksia ja haittoja päihteiden ongelmakäyttö aiheuttaa yksilölle ja yhteiskunnalle?
- Tarkastelkaa tupakan tai muiden päihteiden matkaa tuotannosta kuluttajalle – yhteyksiä mm.

taloudelliseen valtaan, politiikkaan, ympäristöasioihin, solidaarisuuteen, etiikkaan ja ihmisoikeuksiin

- Päihdeteollisuus, -politiikka ja -verotus Suomessa
- Mitä lainsäädäntö määrää eri päihteiden käytöstä ja hallussapidosta?

Alaikäisen päihteidenkäytön seuraamukset?

- Lainsäädäntö: Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015), alkoholilaki (1102/2017),

tupakkalaki (549/2016), huumausainelaki (373/2008), arpajaislaki (1047/2001)

- YK:n lapsen oikeuksien sopimus suhteessa päihteisiin
- Poliisin vierailu, seuraukset päihteisiin liittyvistä rikoksista
- Alkoholien ja tupakan aiheuttamat kustannukset, päihteiden vaikutus omaan talouteen
- Sosioekonominen epätasa-arvo, yhteydet päihteidenkäyttöön ja mielenterveyteen

Äidinkieli

- Päihteet ja pelaaminen mainonnassa ja markkinoinnissa, medialukutaito
- Päihteet kirjallisuudessa
- Kirjoittakaa essee, kolumni, artikkeli, blogikirjoitus tms. teemasta
- Pelaamisen ikäraajat ja pelien sopivat sisällöt
- Pelikäytös, hyvät pelitottumukset

TÄRKEITÄ YHTEYSTIETOJA

Lastensuojelun päivystyspuhelin puh. 040 3514150

Kouluterveydenhoitajien puhelinnumerot:

- Ivalon koulu 040 8611873
- Sevettijärvi 040 8463078
- Inari 040 8445482

Ivalon terveyskeskus puh. 040 1887400

Ivalo poliisilaitos, päivystys 040 5417864

Myrkytystietokeskus 09 471 977

Päihdetyöntekijä 040 3559904

Koulupsykologi 040 3534640

Koulukuraattori 040 6721077

Etsivä nuorisotyö 0400 239 535

LÄHTEET:

Lainio-Peltola, M., Jalo, N., Marjanen, K., Iho, A., Kaupinsalo, K., Aurasuo, J., Lahtinen, J. Rosenqvist T. Päihde- ja pelikasvatus oppilaitoksissa - opas suunnitelmien tekoon ja varhaiseen tunnistamiseen. Aluehallintovirastojen julkaisuja 85/2020.

<https://thl.fi/documents/605763/1475727/Julkaisu+85+LSAVI.pdf/bb788e88-1cb6-0f8c-0a4a-14ac7d8d03e5?t=1610540563174> Viitattu 21.12.2021.

Pelikasvattajan käsikirja (2013) <https://pelikasvatus.fi/pelikasvattajankasikirja.pdf> Viitattu 4.2.2021

PEPP (2019) [Materiaalia oppilaitoksille — PEPP](#) Viitattu 4.2.2022

THL (2020) Päihdekasvatus oppilaitoksissa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut. <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihde-tyo/paihdekasvatus-ja-valistus/paihdekasvatus-kouluissa> Viitattu 21.12.2021.