



# Mitä tiedämme päihhteistä?

Mitä päihhteet ovat? Mitä päihhteitä on?

## 1. Tunti

Turun kaupungin ehkäisevän päihdetyön Selvästi JEES! -projekti 2023-2025, Sanna Tahko & Kristiina Helenius.

Lähteet:

Terveysten- ja hyvinvoinnin laitos

Ehyt ry

Päihdelinkki

	Lailliset päihteet	Laittomat päihteet	Muut haitalliset aineet/ yhdistelmät
Alle 18v.	X	X	X
K-18	Tupakka, miedot alkoholijuomat (alkoholia 1,2-22%). Nikotiinipussit. Sähkötupakka (katukaupan tuotteet laittomia). Nuuska (myynti ja osto laitonta Suomessa.)	Huumeet, esim. kannabis, kokaiini, ekstaasi, heroini. Nikotiinituotteet, joissa nikotiinia yli 20mg (esim. tietyt sähkötupakat).  <b>Suomessa laittomia kaikenikäisille!</b>	Lääkkeiden väärinkäyttö. Sekakäyttö. Kaikki päihtymiskäytössä käytetyt kemikaalit.
K-20	Väkevät alkoholijuomat, esim. vodka, kaikki jossa alkoholia yli 22%		

# Päihdefaktat

- [www.kahoot.it](http://www.kahoot.it)
- Kirjautu peliin OMALLA etunimellä.



# World cafe -harjoitus

- Jakaudutaan 4. ryhmään.
- Jokaiselle ryhmälle jaetaan paperi, johon on kirjoitettu päihdeteemainen kysymys. Aikaa vastata on 3-4 minuuttia. Ajan loppuessa kysymykset siirretään seuraavalle ryhmälle. Jokainen ryhmä vastaa jokaiseen kysymykseen.
- Tarkoituksena on kirjoittaa paperiin ryhmän mielipiteitä kysymyksestä, tietoa ei tarvitse etsiä.
- Ryhmien vastattua kaikkiin kysymyksiin, ryhmät esittelevät tuotokset luokalle. Keskustellaan vastauksista yhdessä.
- Julisteet voi jättää halutessaan esim. luokan seinälle muistuttamaan aiheesta.





# Riippuvuudet ja niiltä suojautuminen

## 2. Tunti

Turun kaupungin ehkäisevän päihdetyön Selvästi JEES! -projekti 2023-2025, Sanna Tahko & Kristiina Helenius.

Lähteet:

Terveys- ja hyvinvoinninlaitos

Ehyt ry

Päihdelinkki

# Riippuvuus

- Mitä riippuvuus on?
- Mistä voi tulla riippuvaiseksi?
- **Voiko kuka tahansa jäädä riippuvaiseksi?**



# Riippuvuus

- Pakonomainen tarve johonkin päihdyttävään aineeseen tai toimintaan.
- Psyykkinen tai fyysinen tila tuottaa hetkellistä mielihyvää.
- Perintötekijät, lapsuuden ja nuoruuden kokemukset, stressi ja kriisitilanteet elämässä voivat vaikuttaa siihen, miten helposti ihminen jää riippuvaiseksi.
- Riippuvainen ihminen ei aina itse tunnista tai myönnä riippuvuuttaan.
- Vakava riippuvuus on sairaus.
- Riippuvuuksien haittoja voivat olla esim. terveydelliset haitat, ihmissuhteet kärsivät, taloudelliset haitat

# Päihdeongelmilta suojaavia tekijöitä

- Läheiset välit perheeseen/muuhun luotettavaan aikuiseen.
- Terve itsetunto, myönteinen minäkuva.
- Osallisuuden tunne (esim. harrastus, kaverit, koulu, työ, perhe, peliporukka).
- Vahvat tunne- ja sosiaaliset taidot.
- Onnistumiset ja positiivinen palaute.
- Lähiyhteisön vastuullinen suhtautuminen päihteisiin.
  
- **Yllämainittujen asioiden puute ei tarkoita että nuori päätyy päihteiden käyttäjäksi, mutta riski on suurempi.**



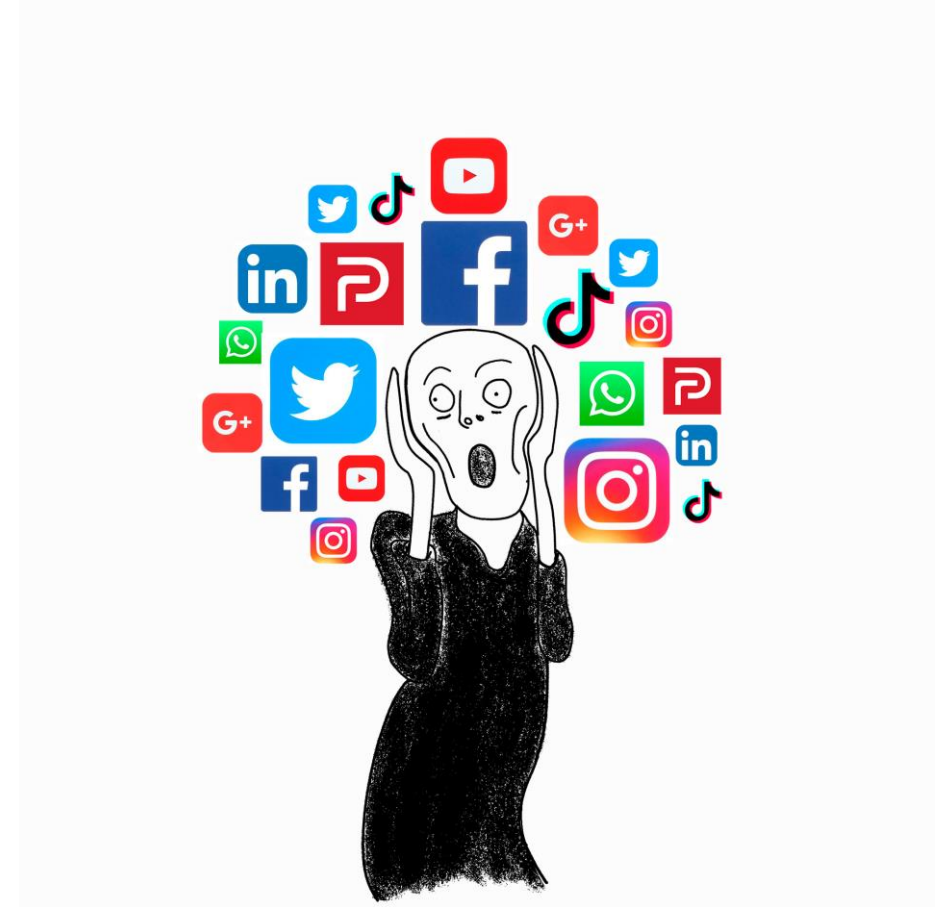


# Tehtävämoniste

- Ympyröi monisteesta vähintään 5 hyvää ominaisuutta, joita sinulla on.
- Tulevaisuuden minä: kirjoita monisteen lokeroihin omat tulevaisuuden haaveesi, missä näet itsesi 5-10 vuoden päästä.
- Pohditaan yhdessä: Miten päihdeongelma/riippuvuus vaikuttaa tulevaisuuden haaveiden toteutumiseen? Miksi haaveita ja suunnitelmia on tärkeää olla?

# Sosiaalisen median vaikutus nuoreen

- Miten sosiaalinen media voi vaikuttaa nuoren päihteiden käyttöön?
- Miten videoiden jakaminen someen voi vaikuttaa videon tekijään?
- Minkälaisia ongelmia somen käyttö voi luoda?
- Mitä hyvää ja mitä huonoa somessa on?



Mitä opiskelen?

Mitä haluan oppia?

Missä asun?

Missä olen töissä?

Minne  
matkustan?

Mitä harrastan?

Mistä tulen omnelliseksi?

Keitä ympärilläni on?

YMPYRÖI VÄHINTÄÄN 5 OMINAISUUTTA, JOTKA TUNNISTAT ITSESSÄSI.

<b>Ystävällinen</b>	<b>Empaattinen</b>	<b>Positiivinen</b>
<b>Ahkerä</b>	<b>Ennakkoluuloton</b>	<b>Harkitsevainen</b>
<b>Rohkea</b>	<b>Rento</b>	<b>Huolellinen</b>
<b>Avulias</b>	<b>Sanavalmis</b>	<b>Lämmihenkinen</b>
<b>Huomaava</b>	<b>Puhelias</b>	<b>Itsevarma</b>
<b>Hyväntuulinen</b>	<b>Älykäs</b>	<b>Uskollinen</b>
<b>Kärsivällinen</b>	<b>Rohkea</b>	<b>Utelias</b>
<b>Käytännöllinen</b>	<b>Lahjakas</b>	<b>Sinnikäs</b>
<b>Luova</b>	<b>Urheilullinen</b>	<b>Itsenäinen</b>
<b>Oppivainen</b>	<b>Tsemppari</b>	<b>Yhteistyöhaluinen</b>
<b>Tunnollinen</b>	<b>Rauhallinen</b>	
<b>Oma-aloitteinen</b>	<b>Energinen</b>	
<b>Oikeudenmukainen</b>	<b>Nopea oppimaan</b>	
<b>Luotettava</b>	<b>Hauska</b>	
<b>Kekseliäs</b>	<b>Huumorintajuinen</b>	
<b>Kiltti</b>	<b>Rehellinen</b>	
<b>Kohtelias</b>	<b>Kunnioittava</b>	
<b>Epätitseks</b>	<b>Antelias</b>	

# Rikos(ko)

6-luokkien  
Laillisuuskasvatustunti  
Some

Saara Juutinen, Alvin Koskinen, Laura Kiviranta, Paula Mäkelä ja Reetta Vainio

[Etusivu - Rikosuhripäivystys \(riku.fi\)](#)

[Sua varten somessa](#)

[Rikoslaki 39/1889 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX®](#)

[Rikosten kirjo on laaja - tieto auttaa estämään rikoksia - Poliisi](#)

[Vahvista mielenterveyttä - MIELI ry](#)

Case-tehtävä kirjasta Konstaapeli Daniel tässä, moro! (Kalejaiye, Daniel, 2022)



# Lasten suojeleminen on aikuisten tehtävä

- Alle 18-vuotiasta tulee suojella kaikenlaiselta kasvua ja kehitystä vaarantavalta toiminnalta.
  - = Aikuisten vastuu.
- Lapsella on oikeus saada ikätasoistaan tietoa maailmasta.
  - = Lapsen kasvaessa, hän alkaa etsiä tietoa maailmasta ja muodostaa omia mielipiteitään (aikuiset tietysti tukena).
- Yhdessä tavoitetaan parempaa todellisuutta.
  - = Jokaisella on oikeus olla turvassa ja rauhassa.



# Sosiaalinen media ja rikokset

- Somessa toimijalla on vastuu sanoistaan ja teoistaan yhtäläillä kuin oikeassa maailmassakin (sovelluksissa ikäraajat syystä).
- Mitä rikoksia voi tapahtua somessa?
- Voiko syyllistyä rikokseen jos jakaa tai muokkaa kuvia toisesta?

Tiesitkö että:

- Alastonkuvia ei saa laittaa toiselle ilman lupaa?
- Alastonkuvia ei saa pyytää alle 16-vuotiaalta?
- Toisen lähettämien alastonkuvien jakaminen eteenpäin ja näyttäminen on laitonta?
- Sulla ei saa olla tallennettuna millekään laitteelle alastonkuvia alle 18-vuotiaasta?



# Nuorten yleisimpiä rikoksia

- näpistys, varkaus ja ryöstö
- petos ja kiskonta
- liikenneturvallisuuden vaarantaminen, kulkuneuvon kuljettaminen oikeudetta
- laiton uhkaus, pakottaminen ja pahoinpitely
- seksuaalissävytteinen lapsesta otetun videon tai kuvan levittäminen.



***Kaikki rumat teot eivät ole rikoksia, mutta kaikki rikokset ovat rumia tekoja.***

*Teemu Hokkanen, ylikonstaapeli  
Helsingin poliisilaitos*



# Somen monet puolet

**+ Nopea viestintä**  
**Helppoa ja kivaa**  
**Kaverit**  
**Oikeaa tietoa**  
**Helppo käyttää**  
**Hyviä roolimalleja: striimit,**  
**tubettajat tms**  
**Hyvää sisältöä**

**-Matalampi kynnys hölmöillä**  
**Kiusaaminen, nöyryytys**  
**Paljon väärää tietoa**  
**Yksinäisyys**  
**Ryhmäpaine**  
**Huonoja roolimalleja: striimit, tubettajat**  
**tms.**  
**Haitallista sisältöä**



# Mistä sitten saat luotettavaa tietoa ja hyviä sisältöjä?

- Miten erottaa tiedon mielipiteestä?
- Miksi luotettava tietoa on tärkeää?
- Miten luotettavaa tietoa voi etsiä?



Esimerkkejä:

- Finlex.fi (Suomen lait)
- Konstaapeli Daniel instagram+Tiktok
- Poliisi.fi
- Useita asiasisältöä tuottavia tubettajia
- Kirjasto



# Kaveritaidot ja ryhmähenki

- Pohdi ja kirjoita paperille kolme sinun mielestäsi tärkeää kaveritaitoa tai hyvää arvoa jotka lisäävät turvallisuutta ja hyvää henkeä ryhmässä tai luokassa.

*Esim. Ystävällisyys, päihteettömyys, toisen huomioon ottaminen jne.*

- Mietitään miten nämä arvot suojaavat meitä ryhmässä ja yksilöinä?
- Vaikuttaako ryhmähenki muuhunkin kuin fiilikseen?



***Tehdään näistä yhteisistä arvoista kartongille yhteinen huoneentaulu, mikä kiinnitetään oman luokan seinälle!***



**Tehtävä: Ryhdy rikostutkijaksi**

Poikajoukko ostaa yhteensä 60 kananmunaa, odottaa, että ilta hämärtyy ja lähtee sitten liikkeelle etsimään sopivia kohteita. Omakotitaloalueella he heittelevät kananmunia seiniin ja ikkunoihin ja pinkovat karkuun minkä jaloistaan pääsevät. Keskustaan päin kulkiessaan he ylittivät moottoritien ja pysähtyivät sillalle pudottelemaan kananmunia alta ajavien autojen päälle. Keskustassa joukko heittelee kananmunia patsaisiin, ohi ajavien pyöräilijöiden polkupyöriin ja kadun vieressä oleviin penkkeihin. Sotkua syntyy paljon ja pojilla on hauskaa, kun he näkevät ihmisten närkästyvän.

Pojat päättävät yhdessä, että viimeiset munat käytetään koulun pihalla olevan taideteoksen töhrimiseen. Kun he saapuvat paikalle, he huomaavat pihalla vartiointifirman auton. Pojat eivät välitä autosta vaan jatkavat kohti patsasta.

Määränpäässä Mika ottaa ensimmäisenä kananmunan käteensä ja tähtää suoraan patsaan päähän. Muut repeävät räkäiseen nauruun ja alkavat myös heitellä munia. Sisällä koulussa ollut vartija huomaa poikien touhun ja säntää pihalle. Mika näkee vartijan ja menee paniikkiin. Hän ottaa repustaan puukon, osoittaa sillä vartijaa ja huutaa: ”Jos tuut lähemmäks, pääset hengestäs!” Vartija pysähtyy hölmistyneenä mutta myös oman turvallisuutensa vuoksi. Hän kysyy mitä pojat oikein ajattelevat. Pojat katsovat toisiaan hätäntyneinä, kunnes Mika päättää, että on aika häipyä paikalta.

- **Rikoslaki Luku 35 § 1**
  - **Vahingonteko**
- (Pojat vahingoittavat julkista, sekä yksityistä omaisuutta)**

- **Rikoslaki Luku 25 § 7**
  - **Laiton uhkaus**
- (Mika uhkaa vartijan henkeä)**



# Mistä apua eri tilanteisiin?

- [RIKU.FI](https://www.riku.fi)

Rikosuhripäivystys 116 006 palvelee suomeksi ma–pe kello 9–20. (maksuton + anonymi) RIKU-Chat nettisivuilla.

- [MLL.FI](https://www.mll.fi)

MLL **Lasten ja nuorten puhelin 116 111** maanantaista perjantaihin kello 14–20, lauantaisin ja sunnuntaisin kello 17–20 (maksuton + anonymi)

- [Ehyt.fi](https://www.ehyt.fi)

EHYT ry:n päihdeneuvonta Puhelinnumero: 0800 900 45 (maksuton + anonymi + aina voi soittaa)

112-Sovellus (palveluneuvonta, tiedonhaku)

