

Heidi Väisänen

(STT035S) OPINNÄYTETYÖN AIHEANALYYSI

Kainuun Ammattiopiston asuntoloissa asuvien opiskelijoiden päihteidenkäyttö

Opinnäytetyö
Kajaanin ammattikorkeakoulu
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala
Hoitotyön koulutusohjelma
Syksy 2005

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 AIHEEN VALINTA JA SEN PERUSTELUT	2
3 OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET JA TARKOITUS	3
4 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT	4
4.1 Kainuun ammattiopiston asuntola-asuminen	4
4.2 Nuoruus elämänvaiheena	5
4.3 Päihteet ja sen terveydelliset haittavaikutukset	5
4.4 Terveysten edistäminen	6
5 AIHEEN RAJAUS JA TUTKIMUSONGELMAT	8
6 YHTEYS AIKAISEMPIIN TUTKIMUKSIIN, KIRJALLISUUTEEN	9
7 OPINNÄYTETYÖN MUOTO	10
8 EETTISYYS	11
9 POHDINTA	12
LÄHTEET	13
LIITET (2)	

1 JOHDANTO

Nuoren kotoa poismuutto on yksi elämän siirtymäkohta, jolloin yksi elämänvaihe on takana-päin. Tällöin usein kaverit tulevat enemmän mukaan kuvioihin ja enää ei varsinaisesti olla vanhempien valvovien silmien alla. Nykyään yhä nuoremmat ihmiset alkavat kokeilla päihteidenkäyttöä. Alaikäisenäkin tuntuu olevan mahdollista hankkia päihteitä ja kaveriporukassa voi olla helpompi tutustua päihteisiin. Päihteiden kokeilu on yleensä osana nuoruusikää ja rajojen etsimistä.

Opinnäytetyön aiheenani on tutkia Kainuun ammattiopiston asuntoloissa asuvien opiskelijoiden päihteiden käyttöä. Opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa tilannetta, kuinka yleistä päihteiden käyttö on ja mitä vaikutuksia sillä on nuorten mielestä.

Tämän aiheanalyysin tarkoituksena on antaa pohja opinnäytteelle, josta on hyvä jatkaa selvittämään teoreettista viitekehystä. Perustelen tässä työssä aiheen valinnan, kerron tavoitteen. Rajaan alustavasti tutkimusongelmaa ja mietin opinnäytetyön muotoa. Laadin myös aikataulusuunnitelman, jonka mukaan lähden työstämään projektiani sekä teen kirjallisuushakua teoria-aiheistani.

2 AIHEEN VALINTA JA SEN PERUSTELUT

Aihe kannattaa valita huolella, koska hyvä tutkimusaihe on myös hyvän tutkimuksen alku. Aiheen valinta voi määräytyä ainakin kolmella eri tavalla. Opiskelija voi päästä mukaan tutkimusryhmään, jossa selvitettävät ongelmat ovat jo pitkälti kartoitettu ja aihe on jo valmiina. Toinen vaihtoehto on, että opiskelijalle ei anneta varsinaisesti aihetta, mutta sen tulee liittyä tiettyihin pääteemoihin. Opiskelija voi myös päättää tutkimusaiheensa täysin itsenäisesti. (Hirsjärvi & Remes & Sajavaara 2004, 60, 65-66.)

Maija-Liisa Laitinen esitteli meille keväällä 2005 opinnäytetyöaiheita Huumereitiltä hoitoketjuun –projektiin liittyen. Kiinnostuin heti aiheesta, jossa tutkitaan Kainuun ammattiopiston asuntoiloissa asuvien opiskelijoiden päihteiden käyttöä. Minä siis valitsin mieleisimmältä tuntuvan aiheen esitellyistä teemoista. Valmistun keväällä 2007 terveydenhoitajaksi ja koen, että tulevan työni kannalta tämä aihe on varsin mielenkiintoinen. Terveydenhoitajan työhän on terveyden edistämistä. Tulevaisuudessa voin työskennellä eri-ikäisten ja eri elämäntilanteessa olevien ihmisten kanssa monenlaisissa työpaikoissa, joissa kohtaan päihteidenkäyttäjiä. Esimerkiksi kouluterveydenhoitaja kohtaa päivittäin työssään nuoria, joilla on päihteiden käyttöön liittyviä ongelmia.

Huumereitiltä hoitoketjuun -projektien sarja on Kajaanin, Rovaniemen, Etelä-Karjalan, Oulun seudun, Kemi-Tornion, Pohjois-Savon ja Mikkelin ammattikorkeakoulujen monimuotoinen palvelujärjestelmän kehittämishanke. Hankkeen kohderyhmänä ovat 13-16 -vuotiaat nuoret. Välillisenä kohderyhmänä ovat palvelu- ja hoitoketjun kehittämiseen ja toteuttamiseen osallistuvat opetus-, nuoriso-, sosiaali- ja terveysalan ammattihenkilöt/opiskelijat ja muut viranomaiset sekä kolmas sektori ja tiedotusvälineet.

Projektin tavoitteena on viranomaisten ja muiden yhteistyöverkostojen rakentaminen huume- ja päihdehaittojen vähentämiseksi. Painopisteenä tässä hankkeessa on huumeiden ja päihteiden saatavuuden ehkäisy, huumeiden ja päihteiden käytön aloittamista ehkäisevien toimenpiteiden kehittäminen, varhaisen puuttumisen toimintamallien kehittäminen ja käytäntöön soveltaminen sekä alueellisten huume- ja päihdestrategioiden täytäntöönpanon tukeminen. (www.huumereitiltahoitoketjuun.net/kainuu/tausta)

Ohjaavana opettaja minulle toimii yliopettaja Maija-Liisa Laitinen ja opponentteina toimivat Sanna Tikkanen sekä Minna Hirvinen.

3 OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET JA TARKOITUS

Opinnäytetyön aiheen tilaajana on Kainuun ammattiopisto. Toimeksiantajan puolelta ohjaajanani toimii kuraattori Mauno Keränen. Ammattiopiston opiskelijoille pidetään terveystuntunteja, joiden yhteydessä aina koulunsa aloittavilta opiskelijoilta kartoitetaan päihteiden käyttö. Päihdetunneilta saadun palautteen pohjalta heillä on tarve selvittää asuntoloissa asuvien päihdekäyttäytymistä.

Pitäessämme palaveria yhdessä hankkeen tilaajan kanssa selvisi, että opinnäytetyö on erittäin tarpeellinen ja tärkeä. Opinnäytetyön tuloksilla voidaan kehittää ammattiopiston terveys- ja päihdekasvatusta sekä henkilökunta saa tietoa siitä, kuinka yleistä päihteiden käyttö on asuntoloissa asuvilla. Millaista se on määrällisesti kerrallaan ja minkälaista käyttöä ylipäätään esiintyy? Heitä kiinnostaa myös selvittää, minkälainen on opiskelijoiden päihdetietous. He haluavat tietää, kuinka opiskelijat itse kokevat päihteet ja mitä terveyshaittoja käyttö aiheuttaa. Tuloksilla saadaan tietoa, jonka avulla he voivat kehittää periaatteita ja sääntöjään asuntolaa-asumiseen. Tulen myös selvittämään, miten päihteiden käyttö, tapaturmat ja väkivalta liittyvät toisiinsa.

Opinnäytetyöni avulla voin kehittää omaa asiantuntijuuttani. Yhteistyössä tilaajan ja ammattikorkeakoulun kanssa opin vuorovaikutustaitoja. Opinnäytetyön tulokset ovat hyödynnettävissä työelämässä, kun voin soveltaa saamaani tietoa myöhemmin käytännön työssä. Saan tärkeää tietoa nuoruudesta elämänvaiheena, terveyden edistämisestä sekä päihteistä. Tuloksista voin päätellä, kuinka yleistä päihteiden käyttö on asuntolassa asuvilla ja minkälaisia asioita minun tulisi painottaa terveyden edistäjinä. Tarkoituksena on pohtia saamani tiedon avulla, kuinka tulevana terveydenhoitajana pystyn vaikuttamaan nuorten päihteiden käyttöön. Lisäksi opinnäytetyön prosessin aikana opin arvioimaan itseämme, mikä myös kehittää asiantuntijuuttani.

4 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

Tulen käsittelemään teoriaosuudessani Kainuun ammatti-opiston asuntola-asumista, nuoruutta elämänvaiheena ja terveyden edistämistä sekä päihteitä ja niiden terveysvaikutuksia

4.1 Kainuun ammattiopiston asuntola-asuminen

Kainuun ammattiopisto (KAO) on Kainuun maakunta –kuntayhtymän omistama kunnallinen liikelaitos. Monialainen oppilaitos antaa Kainuussa toisen asteen ammatillista koulutusta nuorille sekä aikuisille. Kiinteät toimipaikat ovat Kajaanissa, Kuhmossa, Sotkamossa, Suomussalmella ja Vaalassa. Ammattiopistossa opiskelee yhteensä noin 2800 nuorta ja aikuista sekä 500 oppisopimusopiskelijaa. (<http://www.kao.fi/?deptid=11087>.)

Kainuun ammattiopisto tarjoaa opiskelijoilleen asuntola-asumisen mahdollisuuden. Opiskelija-asunnot ovat maksuttomia soluasuntoja, joissa on neljä kahden hengen huonetta. Asunnosta peritään takuumaksu, mutta vuokraa ei siis tarvitse maksaa. Asuntoloissa asuville on omat järjestyssäännöt, joiden tavoite on taata opiskelurauha ja viihtyvyys. Kainuun ammattiopistolla on opiskelija-asuntoloita Kajaanissa, Sotkamossa, Suomussalmella ja Kuhmossa. Kajaanissa on kolme asuntolaa: Opintie 3:ssa 131 paikkaa, Opintie 2:ssa 96 paikkaa ja Seppälässä myös 96 paikkaa. Sotkamossa on kaksi asuntolaa: Sotkamossa 100 paikkaa ja Vuokatis- sa 72 paikkaa. Suomussalmella on myös kaksi asuntolaa: Karhulanvaaralla 110 paikkaa ja Siikarannassa 88 paikkaa. Lisäksi Kuhmossa on Piilolantiellä 80 paikkaa. Vaalan kunta puolestaan järjestää asunnon opiskelijoille, joiden päivittäisellä koulumatkalla ei ole joukkoliikennettä tai koulumatka on pitkä. Kajaanissa opintie 3 asuntola on suljettu viikonloppuisin. Opintie 2 asuntolaan voi opiskelija puolestaan jäädä viikonlopuksi, mutta hänen täytyy perustella jäämisensä ja ilmoittaa asiasta asuntolanhoitajalle.

Asuntolanhoitajat ovat henkilöitä, jotka huolehtivat asumisrauhasta, viihtyvyydestä turvallisuudesta ja siitä että asuntoloissa säilyy järjestys ja siisteys. Asuntolanhoitajat käyvät myös kiertämässä asunnoissa päiväkiertoja, jotta kaikki on hyvin. Heillä on oma työpisteensä, jossa opiskelijat voivat käydä asioimassa. He auttavat, neuvovat, ohjaavat asukkaita, jotta he selviäisivät opinnoistaan.

4.2 Nuoruus elämänvaiheena

Nuoruus on kehitysvaihe, jossa lapsi kehittyy fyysisiltä, sosiaalisilta ja psyykkisiltä ominaisuuksilta kohti aikuisuutta. Nuoruusvaiheen katsotaan kestävän 12. ja 22. ikävuoden välisen ajan. Siirtymäkausi lapsuudesta aikuisuuteen alkaa murrosiästä eli puberteetista. (Eronen & Kanninen & Katainen & Kauppinen & Lähdesmäki & Oksala & Penttilä. 2001, 112.) Nuoruuden kokeminen on tietenkin henkilökohtaista. Esimerkiksi parikymppinen voi kokea olevansa jo aikuinen. Fyysinenkin kehittyminen tapahtuu jokaisella yksilöllisesti.

Nuori etäännyttää vanhemmistaan itsenäistyessään. Vanhempien auktoriteetti vähenee ja suhteesta tulee tasavertaisempi. Nuoren on otettava enemmän vastuuta elämästään ja sitä myötä itsenäisyys lisääntyy. Vanhemmilla on kuitenkin tärkeä rooli terveen minäkäsityksen ja itsetunnon muodostumiseen. Heidän tulisi tarjota lapselleen turvallinen suhde, jossa hän voi kokeilla rajojaan. On todettu, että jos nuorella on välinpitämättömät vanhemmat, hänellä esiintyy eniten yhteiskunnan sääntöjen vastaista käyttäytymistä, kuten väkivaltaisuutta, varastamista, valehtelua ja päihteidenkäyttöä. (Eronen ym. 2001, 125.)

Kun nuoruusiässä nuori etäännyttää vanhemmistaan, suhde kavereihin lähentyy. Kavereilta nuorella on mahdollisuus saada läheisyyttä, ymmärrystä ja neuvoja. He tuntevat yhteenkuuluvuuden tunnetta. Jokaisella on silti rakennettava oma uudenlainen minäkäsitys, koska nuoruudessa tapahtuu paljon fyysisiä ja sosiaalisia muutoksia. Nuoret käyttävät paljon aikaa pohdimalla itseään. Nuoruuden tärkeimpiä psyykkisen kehityksen osa-alueita on se, että nuori oppii elämään uuden minäkäsityksen kanssa ja löytää paikkansa yhteiskunnassa. Nuori rakentaa omaa käsitystään identiteetistään, joka tarkoittaa suhteellisen selkeää ja pysyvää minäkäsitystä. (Eronen ym. 2001, 126 - 134.)

4.3 Päihteet ja sen terveydelliset haittavaikutukset

Päihteiden käyttö kuuluu useimpiin kulttuureihin eri puolilla maailmaa, mutta käytetyt aineet vaihtelevat kulttuureittain. Suomalaista yhteiskuntaa voidaan pitää vahvasti alkoholikulttuurina, vaikka lääkkeiden ja erilaisten huumausaineiden käyttö on lisääntynyt viime vuosina. (Inkinen & Partanen & Sutinen 2000, 37.)

Päihteillä käsitetään laajassa merkityksessä sekä laillisia, että laittomia päihdyttäviä aineita. Kaikista kemiallisista aineista, jotka aiheuttavat humalatilaa tai päihtymyksen tunteen, käytetään päihdenimitystä. (Kylmänen 2005, 25.) Päihde-käsitettä selvittäessä tarkoitan sillä tupakkaa, alkoholia, huumausaineita ja teknisiä liuottimia.

Päihteiden aiheuttama vaikutus riippuu monesta tekijästä. Siihen vaikuttaa käytetty aine, käyttötapa, määrä, käyttöaika, käyttöympäristö, käyttäjän persoonallisuustekijät ja yleistila, ikä sekä kehon koko. Päihteitä voidaan käyttää suun kautta pureskelemalla, imemällä ja nielemällä, nuuskaamalla, imeyttämällä limakalvolta, lihaksen- tai suonensisäisesti ja ”imppaamalla”. Omana ryhmänä voidaan lisäksi pitää sekakäyttöä. (Kylmänen, 2005, 25.)

Päihteidenkäytön haittoja voidaan tarkastella useista näkökulmista. Päihteet vaikuttavat yksilöllisesti tajunnan tasoon sekä ihmisen psyykkisiin ja fyysisiin ominaisuuksiin. Käyttöön liittyy käytöksen muutosta, mikä vaikuttaa ihmisen elämään. Päihteiden ongelmakäytöstä on haittaa itsensä lisäksi myös käyttäjän läheisille, työelämään ja yhteiskunnalle. Työelämän ja opiskelun päihdehaitat koostuvat poissaoloista, myöhästymisistä, sairastumisista ja tapaturmista. Päihdehaitat ovat yhteydessä rikollisuuteen, jotka useimmin ovat väkivaltarikoksia. Pitkäaikainen päihteidenkäyttö aiheuttaa myös runsaasti erilaisia terveysongelmia. (Inkinen ym. 2000, 57, 87-88.)

4.4 Terveyden edistäminen

Terveyden edistäminen on toimintaa, jossa yksilön ja yhteisön voimavaraksi ymmärretään terveys. WHO määrittelee terveyden ihmisen fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilaksi, ei vain sairauden puuttumiseksi. Terveyden edistämällä voidaan tukea, lisätä ja mahdollistaa yksilöiden ja yhteisöjen hyvinvointia ja oma-toimisuutta. Terveys voidaan nähdä yhtenä osana jokapäiväisiä valintojamme ja yhteiskunnallista päätöksentekoa. (Inkinen ym. 2000, 99.)

Meillä jokaisella ihmisellä on myös oma käsitys siitä, mitä terveys on, mitkä tekijät siihen vaikuttaa, miten terveyteen vaikuttavat asiat etenevät ja mihin näistä asioista voidaan puuttua. Monesti terveyteen liitetään ajatus, että pystymme vaikuttamaan terveyteen ja sairauteen tai laajemmin ajateltuna hallitsemaan elämäämme. Terveyden edistämisen yksi tärkeä osa alue on yksilöiden ja yhteisöjen elämänhallinnan tukeminen. Ihanteellisin tilanne terveyden edis-

tämisen ja sairauksien ehkäisyn ja hoidon kannalta on, että ihmisellä itsellä on vahva sisäinen kokemus kyvystä hallita terveyttään, mutta myös toisaalta kyky ottaa vastaan apua. Mikäli ihminen koittaa hallitsemaan elämäänsä ja terveyttään itsenäisesti, se kuluttaa hänen voimavarojaan ja ihminen uupuu. Jos taas ihminen luottaa vahvasti ulkoiseen kontrolliin, hän voi tuntea itsensä avuttomaksi ja kokee olevansa riippuvainen ulkoisista tekijöistä. (Inkinen ym. 2000, 99-100.)

5 AIHEEN RAJAUS JA TUTKIMUSONGELMAT

Aiheiden löytymisen jälkeen sitä on usein rajattava. Täytyy tarkentaa ajatusta siitä, mitä haluaa tietää tai mitä haluaa osoittaa keräämällä aineistolla. Usein aloittelevat tutkijat valitsevat aiheita, jotka ovat liian laajoja tutkittavaksi. (Hirsjärvi ym. 2004, 75.) Opinnäytetyöni teoriaosuuden rajaaminen syntyy sillä perusteella, mitä työelämä haluaa tutkittavan ja kuinka minä rajaan aihetta. Teoriaosuudessa tulen käymään läpi terveyden edistämistä, päihteitä ja nuoruutta elämänvaiheena. Minulla on ollut tarkoitus kuvata myös asuntola-asumista Kainuun ammattiopistossa. Tutkittavat henkilöt ovat rajattu asuntoloissa asuviin, Kainuun Ammattiopistoa käyviin opiskelijoihin.

Yleensä tutkimuksessa pyritään esittämään ongelma mahdollisimman selkeästi ja tarkasti. Tutkimuksesta tulisi nimittää pääongelma, jonka täsmentäminen ja analysointi johtaa siihen, että saadaan osaongelmat. On myös mahdollista, että tutkimuksessa on vain yksi ongelma tai joukko samantasoisia ongelmia, ettei jakoa pää- ja osaongelmiin kannata tehdä. (Hirsjärvi ym. 2004, 116-117.) Opinnäytetyöhöni olen kaavaillut pääongelmia, johon liittyy vielä osaongelmia. Tutkimusongelmat koostuvat opinnäytetyön tarkoituksen sekä tavoitteen perusteella.

Tutkimusongelmia ovat:

1. Minkälaista päihdekäyttäytymistä asuntolassa asuvilla nuorilla esiintyy?
 - (kuinka yleistä päihteiden käyttö on, mitä käytetään?)
2. Minkälaista asuntolassa asuvien nuorten päihdetietous on?
 - (mitä terveyshaittoja tiedetään olevan?)
 - (asenne päihteisiin?)
3. Miten päihteet liittyvät asuntolassa asuvien nuorten väkivaltaan ja tapaturmiin?
 - (onko joutunut väkivallan kohteeksi)

6 YHTEYS AIKAISEMPIIN TUTKIMUKSIIN, KIRJALLISUUTEEN

Kajaanin Ammattikorkeakoulussa on tehty opinnäytteitä Huumereitiltä hoitoketjuun -projektiin. Kirjastossa käydessä ja tietokone hakuja tehdessä tein sen huomion, että päihteisiin liittyviä opinnäytteitä on tehty useista eri näkökulmista ja tarpeista lähtien. Otin kirjastosta lainaksi opinnäytetöitä, joihin perehdyin etsimällä niistä yhteyksiä omaan aiheeseen. Aiheina olivat: Kainuulaisten nuorten ajatuksia päihdeohjauksesta, kaveripiirin merkitys nuorten päihdekokeilujen alkamisessa, ammattioppilaitoksessa opiskelevien nuorten päihteenkäyttö, kouluterveydenhoitajien kokemuksia toteuttamastaan päihde- ja mielenterveystyöstä, päihdekasvatustapahtumien arviointia peruskoulussa ja päihdekasvatus nuorten kokemana. Kainuussa on tutkittu päihteenkäyttöä myös kouluterveyskyselyillä. Löysin myös paljon kirjallisuutta opinnäytetyöhöni liittyvistä aiheista. Seuraavassa vaiheessa tutustun tarkemmin lähteisiin ja valitsen hyödyllisimmät lähteet. Olen tehnyt eri hakusanoilla hakuja teoria-aiheeseen erilaisista tietokannoista. Tästä lisää liitteessä 1.

7 OPINNÄYTETYÖN MUOTO

Opinnäytetyö tulee olemaan deduktiivinen eli olen suunnitellut käyttäväni teorian ”testaamisessa” määrällistä tutkimusotetta. Aineiston kerääminen tapahtuu kyselylomakkeella, jossa on sekä strukturoituja ja avoimia kysymyksiä. Kysely on tarkoitus antaa kaikkien Kainuun ammattiopiston asuntoloissa asuvien eli yli kolmensadan opiskelijan täytettäväksi. Tulokset analysoin SPSS-ohjelmalla ja sisällön analyysillä. Kainuun ammattiopistolla on oppilasasuntoja Kajaanin lisäksi Sotkamossa, Kuhmossa ja Suomussalmella. Ainakin Kajaanissa tapahtuvaan kyselyn toteuttamiseen minulla on tarkoitus mennä itse mukaan.

8 EETTISYYS

Tutkimusta tehtäessä tulee huomioida eettiset periaatteet. Tutkimuksen kohdistuessa ihmiseen, on selvítettävä miten heidän suostumuksensa hankitaan, millaista tietoa heille annetaan ja sisältyykö heidän osallistumiseensa riskejä. Tutkimuksen kohteena olevan ihmisen on oltava kypsä tekemään päätöksiä ja suostuminen tutkimukseen tulee olla vapaaehtoista. Tutkimustyössä on vältettävä epärehellisyyttä kaikissa osavaiheissa. Esimerkiksi tekstiä lainattaessa on osoitettava asianmukaisesti lähdemerkinnät. (Hirsjärvi ym. 2004, 26.)

Sairaanhoitajan ja terveydenhoitajan toimintaa ohjaavat ihmisoikeudet, hoitotyön eettiset ohjeet ja lainsäädäntö. Hoitaja toimii yhteistyössä eri ammattiryhmien kanssa. Hän osaa tukea ja aktivoida yksilöä, perhettä ja yhteisöä terveyden, voimavarojen ja toimintakyvyn edistämiseksi. Hän osaa tunnistaa ja ennakoida yksilön ja yhteisön terveysongelmia ja –uhkia ja osaa toimia terveysongelmien ehkäisytyössä. Hän osaa kuntouttavan hoitotyön perustiedot ja -taidot ja osaa toimia hoitotyön asiantuntijana kestävää kehitystä ja ympäristön terveyttä edistävässä työssä. (Opetusministeriö 2001, 60.)

Opinnäytetyössäni minun tulee käsitellä opiskelijoiden vastauksia luottamuksellisesti, eikä vastaajien henkilöllisyys tule missään vaiheessa selville. Minun ei tule antaa omien käsitysten tai odotusten vaikuttaa tulosten analysointiin. Opinnäytetyön tekijänä minulla on vaitiolovelvollisuus. Minun tulee hankkia prosessissani tarvittavat luvat.

9 POHDINTA

Tämän aiheanalyysin tekeminen on ollut todella haastavaa. Aloitin tekemisen toisen opiskelijan kanssa, mutta koin sopivani paljon paremmin tekemään työtä itsenäisesti ja oman ajattelun mukaisesti. Nyt olen kokenut tekemisen todella mielekkääksi ja viimeisen viikon aikana olenkin saanut paljon tehtyä työtäni.

Tekemisen aloittaminen tuntui kaikista vaikeimmalta, koska ei ollut oikein käsitystä, mitä aiheanalyysiltä vaaditaan ja teoriaosuuden olemassa olokin selvisi aika viime tipassa. Mielestäni olisi siis ollut hyvä, jos näytillä olisi ollut esimerkkikappale, niin olisin paremmin tiennyt, mitä tuleman pitää ja mitä vaaditaan. Aiheanalyysissä on kohtia, joita minä olisin voinut käydä tarkemmin läpi, mutta aika oli rajallinen ja tästä on hyvä jatkaa. Aikataulusuunnitelman (liite 2) tekeminen oli vaikeaa, enkä osannut pistääkään tarkkoja aikoja.

Mielestäni olen aika hyvin tutustunut aiheeseeni ja minulla on hyvä pohja lähteä jatkamaan prosessin etenemistä. Jos nyt minulla olisi edessä aiheanalyysin kirjoittaminen, se kävisi paljon nopeammin, koska minulla on käsitys sisällöstä ja siitä, kuinka kannattaa asioita miettiä. Uskon, että tulen hyötymään paljonkin työelämässä opinnäytteen teosta.

LÄHTEET

Eronen, S. & Kanninen, K. & Katainen, S. & Kauppinen, R. & Lähdesmäki, M. & Oksala, E. & Penttilä, M. 2001. Persoona. Kehityopsykologia. Helsinki.

Hirsjärvi, S. & Remes, P. & Sajavaara, P. 2004. Tutki ja kirjoita. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Inkinen, M. & Partanen, A. & Sutinen, T. 2000. Päihdehoitotyö. Helsinki: Tammi

Kylmänen, P. 2005 Kun kaikki muutkin. Nuorten päihteidenenkäisy. Helsinki: Tammi

Opetusministeriö. 2001. Ammattikorkeakoulusta terveydenhuoltoon. Koulutuksesta valmistuvien ammatillinen osaaminen, opintojen keskeiset sisällöt ja vähimmäisopintoviikkomäärät.

www.huumereiteltahoitoketjuun.net/kainuu/tausta Luettu 16.9.2005

<http://www.kao.fi/?deptid=11087> Luettu 6.10.2005

TIEDONHAUN TEHTÄVÄ

Olen tehnyt tiedonhakua erilaisista tietokannoista: Kajaanin AMK:n kirjaston sivuilta, Medicistä, Aleksista, Artosta, Ovid -tietokannasta, Linneasta, Kaktuksesta ja terveystietä. Hakusanoina käytin esimerkiksi seuraavanlaisia yhdistelmiä: päihde, nuoruus; päihteet; ehkäisevä päihdetyö; terveyden edistäminen. Pääsin tietokantoihin aika hyvin, Artoon ja Aleksiin tosin pääsi kirjautumaan vain kirjaston koneelta. Hakusanoja piti miettiä, että löytyisi mieleistä tulosta. Liian pitkiä, yhdisteltyjä hakusanoja ei oikein kannatta käyttää. Hakutuloksiin tulee kiinnittää huomiota, että ne olisivat mahdollisimman uusia. Lähdekirjallisuuteen ei saa ottaa oppikirjoja, joten tämä asiakas on tarkistettava. Hakeminen oli siinä mielessä helppoa, että hakutuloksia tuli kiitettävästi ja uskon, että tulen käyttämään löytämiä tuloksia opinnäytetyössä. Löysin kirjallisuutta, jotka liittyivät päihteisiin, nuoriin, ennaltaehkäisevään työhön. Jatkan tiedonhakua edelleen ja pyrin koko ajan miettimään hakutulosten käyttökelpoisuutta ja hyödynnettävyyttä.

Dahl, P. & Hirschovits, T. 2002. Tästä on kyse: tietoa päihteistä.

Eronen, S. & Kanninen, K. & Katainen, S. & Kauppinen, R. & Lähdesmäki, M. & Oksala, E. & Penttilä, M. 2001. Persoona. Kehityopsykologia. Helsinki.

Havu, P. 2002. Kahdeksaluokkalaisten nuorten päihteettömyys ja arvioinnit päihteettömyyden opetus- ja oppimismenetelmiä. Kuopion yliopisto, hoitotieteen laitos, Pro Gradu.

Heikkinen, S. & Rimpiläinen, R. 2004. Päihteettömänä Yläasteelle. Päihdekasvatustapahtumien arviointia Puolangan peruskoulussa. Kajaanin AMK, sosiaali- ja terveysala. Opinnäyte.

Hirsiä, S. & Remes, P. & Sajavaara, P. 2004. Tutki ja kirjoita. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Inkinen, M. & Partanen, A. & Sutinen, T. 2000. Päihdehoitotyö. Helsinki: Tammi

Jonsson, S. 2005. Alaikäiset päihteidenkäyttäjät: varhaisen puuttumisen toimintamalli. Suomen lääkäri.

Kylmänen, P. 2005 Kun kaikki muutkin. Nuorten päihteidenkäyttö. Helsinki: Tammi

Lappi, T. & Mannermaa, K. 2000. Ammattioppilaitoksessa opiskelevien nuorten päihteidenkäyttö. Kajaanin AMK, sosiaali- ja terveysala. Opinnäyte.

Leino-Kilpi, H. & Välimäki, M. 2003. Etiikka hoitotyössä Porvoo: WSOY.

Mikkola, L. 2004. Nuoret ja päihteet. Pilottitutkimus nuorten päihteidenkäytön varhaisesta toteutamisesta. Kuopion yliopisto, hoitotieteen laitos, pro gradu-työ

Partanen, A. & Inkinen, M. 1999. Ehkäisevä päihdetyö: työtä yhdessä. (1999, 2)

Pennanen, P. & Vaitiniemi, A. 2003. Kouluterveydenhoitajien kokemuksia toteuttamastaan päihde- ja mielenterveystyöstä. Kajaanin AMK, sosiaali- ja terveysala. Opinnäyte.

Rimpelä, M. Päihteet ja nuoret Kainuussa 1996-1998. Kouluterveys 2002-ohjelma. Stakes: Jyväskylän ja Tampereen yliopiston terveystieteen laitokset

Saarelainen, R. 2000. Mielenterveys- ja päihdetyö. Porvoo: WSOY

Salaspuro, M. & Kiianmaa, K. & Seppä, K. 1998. Päihdelääketiede. Duodecim. Jyväskylä: Gummer Kirjapaino Oy.

TYÖSKENTELYSUUNNITELMA AIKATAULUINEEN

2005

- VKO 35 Opinnäytetyön aiheen valinta ja opinnäytetyöstä keskustelu projektivastaavan kanssa
- VKO 36 Asiaan orientoituminen ajatuksin
- VKO 37 Projektiin tutustuminen, toimeksiantajan tapaaminen, aiheen rajaaminen karkeasti, aiheanalyysin jäsentely ja kirjoittamisen aloittaminen, opinnäytetöihin tutustuminen
- VKO 38-39 Aiheanalyysin kokoamisen jatkaminen
- VKO 40 Aiheanalyysin tekeminen ja palautus opettajalle ja opponenteille 6.10
- VKO 41 (Syysloma) Mahdollisesti teoriaosuuden kirjallisuuteen tutustuminen
- VKO 42 Aiheseminaari, aiheen rajaus, aiheseminaarin esittäminen ja sen hyväksyttäminen
Opinnäytetyön suunnittelu
Aiheeseen syventyminen
Tiedonhaku
Perehtyminen kirjallisuuteen, johdannon ja teoriaosuuden kirjoittaminen
Tutkimustehtävien ja ongelmien asettaminen
Tutkimussuunnitelman tekeminen
- VKO 52 (Joululoma)

2006

- Tammikuu Suunnitelmaseminaari
Toimeksiantosopimuksen laatiminen
Opinnäytetyön tekeminen ohjaavan opettajan, toimeksiantajan, opponentin ohjauksessa
Tutkimuksen toteuttaminen: mittarin laadinta, aineiston keruu ja aineiston

analyysi

Tutkimustulokset, tulkinta ja johtopäätökset

Elo / Syyskuu	Pohdinta (luotettavuus, eettisyys, oman oppimisen pohdinta) Tiivistelmä ja kielentarkastus
Lokakuu	Opinnäytetyön julkistaminen, kirjallinen palautus ja suullinen julkistaminen Posterin valmistaminen Julkistamispaikan varmistaminen ja muodon varmistaminen Tiedottaa opinnäytetyön julkistamisesta erityisesti toimeksiantajalle Julkistamisseminaari, opinnäytetyön esitys, opponointi Ryhmän julkistamisseminaareihin osallistuminen
Marraskuu	Kypsyysnäytteeseen valmistautuminen, Kypsyysnäyte Opinnäytetyön viimeistely ja palautus ohjaajille Opponoitavan opinnäytetyön kirjallinen arviointi ja itsearviointi omasta oppimisesta Palautekeskustelu ohjaavan opettajan ja toimeksiantajan kanssa Opinnäytetyön kansitus, talletus Kaktus-tietokantaan