



Huolesta puheeksi, puheesta teoiksi

Opas päihteistä nuorten vanhemmille

Saatteeksi

Huumeet ja minun lapseni? Ajatuskin kauhistuttaa. Huumeet herättävät vanhempien mielessä epämääräistä pelkoa ja avutonta ahdistusta. Huumeista puhutaan paljon, ja niitä tuntuu olevan tarjolla kaikkialla.

Vaikka isoin otsikoin ja huutomerkkein puhutaan vain huumeista, huolestua pitäisi päihteiden käytöstä yleensä. Suomalaisten yleisimmin käyttämä päihde eivät ole huumeet vaan alkoholi ja alkoholi yhdistettynä psyykenlääkkeisiin. Kansanterveydellisesti eniten haittoja tuottaa tupakointi.

Tämä opas antaa vastauksia lasten ja nuorten vanhempien yleisimpiin päihteiden käyttöä koskeviin kysymyksiin. Huumeekokeilu ei ole lopun alku, eikä huumeriippuvuus merkitse kuolemantuomiota. Mutta myös alaikäisen alkoholin käytöstä pitää olla huolissaan.

Nuorisoasemat ovat alle 25-vuotiaille tarkoitettuja asiakkaille ilmaisia avohoitopaikkoja, joista saa apua paitsi päihdeongelmissa myös muissa nuoruusiän kriiseissä. Työmuotoina käytetään mm. yksilö- ja perhekäyntejä, lääketieteellistä hoitoa, erilaisia vaihtoehtohoitoja, ryhmiin osallistumista sekä verkostokokouksia. Nuorisoasemille ei tarvita lähetettä. Ajanvaraus on suotavaa.

Oppaan sisältö

Eka känni - viaton juttuko?

- 14-vuotias lapseni haluaa minun ostavan hänelle pullon viiniä perjantaiksi, koska kaikilla muillakin on. Ostanko?
- Lapseni tuli ensimmäistä kertaa umpihumalassa kotiin. Mitä nyt teen?

Miten elää huolen kanssa

- Mitä huumeita on olemassa?
- Mistä voin tietää, käyttääkö lapseni huumeita?
- Pitääkö huumeista puhua nuorille?
- Millä tavalla huumeista pitäisi keskustella?
- Miten voin pitää lapseni erossa huumeista? Jos teen kaikkeni, onko varma, että saan lapseni pidettyä irti huumeista?

Nyt tiedän - mitä teen

- Tiedän, että lapseni on kokeillut huumeita. Mitä nyt teen?
- Entä jos tuntuu, että minulla ei enää ole puheyhteyttä lapseeni?
- Mistä huumeiden kokeilu kertoo? Siitäkö, että lapsella on vaikeuksia?
- Onko lapsen huumeidenkäyttö merkki siitä, että vanhemmat ovat epäonnistuneet?
- Mistä tietää, kenellä huumeekokeilut johtavat ongelmakäyttöön ja riippuvuuteen?
- Voiko huumeriippuvuudesta päästä eroon?

Kun puhut huumeidenkäytöstä, mistä puhut?

Mistä apua?

- Puhelinpäivystyksiä
- Linkejä
- Kirjallisuutta

Asiantuntijat

psykiatrinen erikoissairaanhoitaja Taiju Eerikäinen ja kouluttaja Ari Terävä, sosiaaliterapeutti Aki Luoma, sosiaaliterapeutti Jussi Saarnio, vastaava sosiaaliterapeutti Esa Tolonen, vastaava sosiaaliterapeutti Virve Tuominen, projektisuunnittelija Marja Warmemaa ja sosiaaliterapeutti Suvi Wikström.

Kiitos Klaari Helsingin toiminnassa mukana oleville vanhemmille käsikirjoituksesta saadusta palautteesta.

Teksti: **Auli Mauriala**
A-klinikkasäätö 2002

link

Lähde verkko-osoite: <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/vanhemmille/huolesta-puheeksi-puheesta-teoiksi>