

# **NUORTEN KOKEMUKSIA KANNABIKSEN KÄYTÖSTÄ**

Tampereen yliopisto  
Terveystieteiden yksikkö  
Hoitotiede  
Pro Gradu –tutkielma  
Minna Talvitie  
Toukokuu 2016

# TIIVISTELMÄ

## TAMPEREEN YLIOPISTO

### Terveystieteiden yksikkö

#### Hoitotiede

MINNA TALVITIE: Nuorten aikuisten kokemuksia kannabiksen käytöstä

Pro gradu -tutkielma, 53 sivua ja 4 liitettä

Ohjaajat: TtT, Dosentti Anna Liisa Aho ja TtT, Professori Marja Kaunonen

Toukokuu 2016

---

Kannabiksen käyttö on yleistynyt nuorten keskuudessa ja siihen liitetään mielikuva todellista vähäisemmistä terveystilanteista. Nuoruusiällä kannabiksen käytön on todettu olevan riskitekijänä laaja-alaisille ongelmille. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on kuvata nuorten aikuisten kannabiksen käytön motiiveja ja haittoja. Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa kannabiksen käytön motiiveista ja haitoista nuorten aikuisten näkökulmasta.

Tutkimus toteutettiin laadullisin tutkimusmenetelmin. Tutkimusaineisto kerättiin e-lomakkeella kannabista käyttäneiltä sellaisilta nuorilta internetin keskustelupalstoilta, joissa nuoret olivat sisäänkirjautuneina. Tutkimuskyselyyn vastasi 110 nuorta aikuista, joista 80 oli poikia tai miehiä ja 30 naisia tai tyttöjä. Tutkimusaineisto analysoitiin sisällönanalyysimenetelmällä.

Nuorten aikuisten motiivit käyttää kannabista olivat kokonaisvaltaisen rentoutumisen tavoittelemisen, sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kokemisen, sosiaalisista tilanteista nauttiminen, hauskan pitäminen, nautinnollisten kokemusten tavoittelemisen, terveydellisesti vähiten haitallisena päihteenä pitäminen. Lisäksi tajunnallisuuden laajentuminen, päivittäisistä ongelmista selviytyminen, arjessa jaksaminen sekä uteliaisuudesta kokeileminen olivat nuorten aikuisten motiiveja kannabiksen käytölle. Nuorten kokemia haittoja kannabiksen käytöstä oli terveydentilaan vaikuttavien haittojen syntyminen, arjen vaikeutuminen, aivotoimintojen heikentyminen, mielenterveydellisten ongelmien ilmaantuminen, yhteiskunnan ulkopuolelle jääminen ja kannabiksen hankkimisen vaikeutuminen.

Johtopäätöksenä voidaan todeta, että nuorilla oli useita erilaisia motiiveita kannabiksen käytölleen. Kannabiksen aiheuttama päihtymystila helpotti sosiaalisista tilanteista ja arjen haasteista selviytymistä sekä sillä tavoiteltiin todellisuuden tunteesta irrottautumista. Kannabiksen käytöllä helpotettiin ja hoidettiin erilaisia mielenterveyshäiriöitä. Kannabiksella tavoiteltiin haitattomampaa humaltumistilaa alkoholiin verrattuna, koska alkoholin aiheuttama krapula koettiin epämukavana ja vaarallisempänä. Kannabiksen aiheuttamassa humalatilassa pidettiin hauskaa ja tavoiteltiin nautinnollisia kokemuksia seksuaalisuudesta. Uteliaisuus kannabista kohtaan motivoi käyttämään päihdettä. Lisäksi voidaan todeta, että osa nuorten aikuisten motiiveista käyttää kannabista esiintyi vastaavasti kannabiksen käytöstä seuranneina haittoina. Kannabiksen käytön koettiin heikentävän sekä fyysisistä että psyykkistä terveydentilaa, aiheuttavan psyykkisen tasapainon järkkymistä, kuten vainoharhaisuutta ja psykoosiin sairastumista pelättiin. Kognitiiviset toiminnot, kuten muisti ja reaktiokyky, heikentyivät. Lisäksi laittomuuden tunteen kanssa eläminen aiheutti syrjintää ja syrjäytymistä ja huonommuuden tunnetta.

Asiasanat: Nuoret aikuiset, Cannabis päihteenä, kannabiksen käytön motiivit, kannabiksen käytön haittoja

MINNA TALVITIE: Experiences of cannabis use by young adults

Master's Thesis, 53 pages and 4 appendix pages

Supervisors: Docent Anna Liisa Aho (Doctor of Health Sciences) and professor Marja Kaunonen (Doctor of Health Sciences)

May 2016

---

The use of cannabis has grown more popular among youth and it is often viewed to have less health problems than in reality. At young age the use of cannabis has been found to be a risk factor for a wide variety of problems. This study aims to describe the motives and disadvantages of cannabis use by young adults. The goal is to provide information on the motives and disadvantages from young adults' viewpoint.

The study was executed with qualitative methods. The study material was collected from young adults with an electric form on internet discussion forums where these persons were logged in. In total 110 young adults answered to the enquiry, of which 80 were boys or men and 30 women or girls. The material was analysed by content analysis.

The motives for using cannabis for young adults contained the pursuit for a holistic relaxation, the feeling of social togetherness, enjoying social situations, having fun, pursuing pleasurable experiences and the idea of using a least harmful intoxicant. Additional motives for the use of cannabis were expanding consciousness, surviving everyday problems, keeping up with everyday life and experimenting because of curiosity. The experienced disadvantages involved were health problems, rise of difficulties in everyday life, weakening of brain functions, the rise of mental problems and being drifted outside of the society.

As a conclusion it can be stated that the youth have several different motives for their use of cannabis. It is used to reach a relaxed feeling after the daily duties. It is used for social togetherness, for belonging in a group. Cannabis is used to cope with social situations or improving them. Cannabis is used for having fun and for pleasurable experiences like enjoying sexuality. Cannabis is also used instead of alcohol because the hangover caused by alcohol is seen as uncomfortable and more dangerous. Cannabis is also used in tasks that demand creativity and thinking because it raises the feeling of inspiration. Cannabis is used just to get through the day, easing different problems and to cope with the everyday life. Cannabis is also used for curiosity for the substance. The disadvantages from using cannabis involved different physical problems, being passivated, weakening of brain functions, mental problems and the fear of developing psychosis. Living with a feeling of illegality caused discrimination and exclusion.

Key words: young adults, cannabis as intoxicant, motives for cannabis use, disadvantages of cannabis use

## SISÄLLYSLUETTELO

1. Johdanto .....	5
2. Tutkimuksen teoreettiset lähtökohdat .....	7
2.1. Kannabis päihteenä .....	7
2.2 Kannabiksen käytön motiiveja.....	9
2.3. Kannabiksen käytön haittoja.....	11
3. Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymys .....	12
4. Tutkimuksen toteuttaminen.....	13
4.1. Tutkimuksen metodiset lähtökohdat .....	13
4.2. Tutkimuksen osallistujat .....	13
4.3. Tutkimuksen aineistonkeruu .....	14
4.4. Tutkimuksen aineiston analyysi.....	14
5. Tutkimuksen tulokset.....	16
5.1. Tutkimukseen osallistujat .....	17
5.2. Vastaajien kokemuksia kannabiksen käytöstä .....	17
5.3. Nuorten aikuisten motiivit käyttää kannabista.....	18
5.4. Nuorten aikuisten kokemia haittoja kannabiksen käytöstä .....	32
6. Pohdinta .....	39
6.1. Tulosten tarkastelua .....	39
6.1.1. Nuorten aikuisten motiivit käyttää kannabista.....	39
6.1.2. Nuorten aikuisten kokemia haittoja kannabiksen käytöstä.....	43
6.2. Tutkimuksen luotettavuus .....	45
6.3. Tutkimuksen eettisyys.....	47
7. Tutkimuksen johtopäätökset ja jatkotutkimusaiheet.....	49
LÄHTEET:.....	50
LIITTEET:.....	54

## 1. JOHDANTO

Suomessa kannabiksen käyttö on yleistymässä nuorten parissa eikä sitä enää peitellä kuten aikaisemmin. Nykyisin huumeiden käyttö on osa nuorten arkipäivää ja sillä on aikaisempaa vahvempi asema sekä nuorten juhlintatavoissa että päihteiden ongelmakäytössä (THL 2014). Suomalaiset pitävät huumeita vaikeimpina riippuvuutta aiheuttavana päihteinä, mutta kannabista helpoimmin itse voitettavana riippuvuuden muotona (Hirschovitz-Gerd 2014). Kannabiksen käyttö on huumausaineista suosituinta ja käyttö on yleisintä 25 - 34 -vuotiaiden nuorten aikuisten keskuudessa. Kannabiksen käyttö on lisääntynyt viimeisten neljän vuoden aikana myös yli 35 -vuotiaiden keskuudessa. (Hakkarainen ym. 2015, Metso ym. 2012.) Nuorten aikuisten marihuanan käytön motiiveja on tutkittu alkoholikirjallisuudesta tulleilla motiiveilla (Lee ym. 2006), mutta tutkimuksia nuorten aikuisten näkökulmasta ja heidän omista kuvauksistaan käyttää kannabista on Suomessa tehty vähän.

Kannabiksen käyttöön liitetään mielikuva todellista vähäisemmistä terveyshaitoista (THL 2014). Vuoden 2007 kyselyssä kannabista piti mietona huumeena lähes 10 prosenttia 15 - 24 -vuotiaista nuorista aikuisista (Piispa ym. 2008). Beckin ym. (2014) nuorten huumeiden käytön asennetutkimuksessa löydettiin kuusi erilaista oppilaiden asennetta kuvaavaa luokkaa. Näitä luokkia ovat vastaamattomat oppilaat, riskien kieltäminen, ei tiedä riskeistä, ei näe huumeiden käytössä suurta riskiä, näkee vain säännöllisen käytön riskinä ja näkee keskinkertaisen riskin huumeita säännöllisesti käytettynä.

Nuorten huumeiden käyttäjien riskikäsitykset ovat monimutkaisia, johon vaikuttaa aina myös käytössä oleva huume, huumeen käytön taso, kansallinen esiintyvyys ja yhteiskunnallinen suhtautuminen. Myös huumeen saatavuus, samanikäisten ja sisarusten huumeiden käyttö, sukupuoli ja tupakointi on yhteydessä yksilön riskikäsitykseen. Nuoren elämäntyyli sekä vanhempien salliva asenne vaikuttaa nuoren huumeiden käyttöön liittyvien riskien hahmottamista. (Beck ym. 2014.) Yhteiskunnallisesti katsottuna kannabiksen käytön lisääntyminen nuorten keskuudessa on hälyttävää. Noin 10 prosenttia kannabiksen käyttäjistä tulee aineesta riippuvaiseksi (Benchop ym. 2015, Courtney ym. 2011, Dunlap ym. 2006, THL 2014) ja päihdeongelmat kuormittavat sosiaali- ja terveydenhuoltoa (Benchop ym. 2015, THL 2014). Suurin riski kannabiksen aiheuttamaan

riippuvuuden syntymiseen on nuoruusvuodet (Winters & Lee 2009) ja erityisesti 17 - 18 -vuotiaana kannabiksen käyttö (Dunlap ym. 2006).

THL:n (2015) nuorten huumeiden käyttöä koskevassa tutkimuksessa kysyttiin ensimmäisen kerran nuorten kannabiksen käytöstä ja kannabiksen kotikasvatuksesta. Nuorista 15 - 16 -vuotiaista pojista 12 prosenttia ja tytöistä 10 prosenttia oli elämänsä aikana kokeillut kannabista. Kannabiksen käyttö on lähtenyt nousuun vuodesta 1995 alkaen, samoin sen valmistaminen kasvattamalla hampppua kotiolosuhteissa. Nuorten keskuudessa kannabiksen kasvatus kotona on harvinaisempaa. Vain yksi prosentti pojista ilmoitti kasvattaneensa itse kannabista.

Nuoruusiällä kannabiksen käytön on todettu olevan riskitekijänä laaja-alaisille ongelmille (Courtney ym. 2011, THL 2014). Osalla kannabiksen säännöllinen käyttö johtaa erilaisiin ongelmiin terveyden, tunne-elämän, sosiaalisten, käyttäytymisen ja juridisten asioiden alueilla (Dahl & Hirschovits 2007, THL 2014). Nuoruusiän kannabiksen käyttöön liittyy merkittäviä terveyshaittoja. Erityisesti se on haitallista aivojen normaalille kehitymiselle (Asthari 2009, Dahl & Hirschovits 2007, Sadock ym. 2009, THL 2014) sekä mielenterveyteen (THL 2014). Kannabiksen käyttö altistaa masennukselle ja ahdistukselle ja on yhteydessä käyttäytymisen ongelmiin (Copeland ym. 2013, Courtney ym. 2011, Käypä hoito suositus 2012, Lev-Ran ym. 2013, Sadock ym. 2009). Kannabiksenkäyttö altistaa myös itsetuhoisuudelle ja väkivaltaiselle käyttäytymiselle (Copeland ym. 2013).

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on kuvata alle 30-vuotiaiden nuorten aikuisten kannabiksen käytön motiiveita ja haittoja. Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa kannabiksen käytön motiiveista ja haitoista nuorten aikuisten näkökulmasta. Sosiaali- ja terveysministeriön Kaste-ohjelman tavoitteena vuosille 2012 - 2015 on vähentää mielenterveys ja päihdeongelmia ja tätä kautta ehkäistä erityisesti nuorten syrjäytymisen riskiä. Lasten ja nuorten turvattomuus, oppimisvaikeudet, käyttäytymishäiriöt näkyvät koulumaailmassa. Lastensuojelun tarve on edelleen lisääntynyt sekä avo- että sijaishuollossa. Mielenterveys- ja päihdeongelmat aiheuttavat mittavia kustannuksia niin sosiaalisesti kuin taloudellisestikin, perheille ja koko yhteiskunnalle. (STM 2012.) Tästä syystä tutkimuksen tuottama lisääntynyt tieto ja ymmärrys nuorten aikuisten motiiveista on tärkeää, jotta voidaan vaikuttaa nuorten asenteisiin, tunnistaa tukea tarvitsevia nuoria ja kehittää menetelmiä kannabiksen käytön aloittamisen ennaltaehkäisyyn.

## 2. TUTKIMUKSEN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

### 2.1. Kannabis päihteenä

Kielitoimiston sanakirjassa kannabiksella tarkoitetaan hamppukasvia ja siitä saatavia huumeita kuten hasista ja marihuanaa (Kotus 2016). Päihteellä tarkoitetaan alkoholia, huumetta tai muuta päihdyttävää ainetta (Kotus 2016) ja alkoholin korvikkeita (STM). Suomen rikoslain mukaan laittomat päihteet, kuten kannabis luokitellaan huumausaineeksi, jonka suuren määrän hallussapidosta tai levittämisestä alaikäisille voidaan tuomita törkeänä huumausainerikkomuksena vankeuteen vähintään yhdeksi ja korkeintaan 10 vuodeksi (Rikoslaki 50:2§).

Kannabis on päihde, jota valmistetaan erilaisista hamppukasvilajikkeista, kuten Cannabis Sativasta. Kannabistuotteiksi luetaan marihuana, hasis ja hasisöljy (Dahl & Hirschovits 2007, Salaspuro ym. 1998, THL 2014) ja yhteensä erilaisia lajikkeita tunnetaan n. 100 (Dahl & Hirschovits 2007, THL 2014). Hamppukasvin kuivatuista kukista, lehdistä ja varsiosista valmistetaan marihuanaa, jota on vihreänä, keltaisena tai ruskeana ruohomaisena rouheena ja kannabiskasvin hede tai emikukinnoista erittyvästä hartsimaisesta pihkasta valmistetaan hasista. Kannabisöljyä valmistetaan vastaavasti tislamalla ja se on öljymäistä uutetta. (Dahl & Hirschovits 2007, Päihdelinkki 2009, Salaspuro ym. 1998.) Päihdehamput sisältävät yli 400 kemiallista ainesosaa, joista kannabinoideja eli päihdyttäviä ainesosia on yli 80. (Dahl & Hirschovits 2007, Päihdelinkki 2009, Sadock ym. 2009, THL 2014.)

Kannabiksen huumavien ainesosien delta-9- tetra-hydrokannabinoli (THC) on psykoaktiivisin ja siitä seuraava päihdyttävän vaikutuksen voimakkuus vaihtelee marihuonan 0,35-12 painoprosentista, hasiksen 4 prosentista-10 prosenttiin ja kannabisöljyn 15 prosentista-70 prosenttiin (Dahl & Hirschovits 2007, Päihdelinkki 2009, Salaspuro ym. 1998). Kannabistuotteita on jalostettu yhä vahvemmiksi. Esimerkiksi Englannissa on tullut laajaan käyttöön sinsemillakannabis (skunk), jonka THC-pitoisuus on jopa 12-18 prosenttia (Tacke ym. 2011). Tämän vuoksi käyttäjän on vaikeampaa arvioida elimistönsä saamia annostuksia.

Kannabista käytetään yleisimmin polttamalla tupakan kanssa omatekoisena savukkeena eli jointtina. Tällainen kotona kasvatettu jointti sisältää 0,5-1grammaa kannabiksen lehtiä ja sisältää keskimäärin THC:ta suunnilleen 5- 20mg. (Tacke ym. 2011.) Saatavilla on myös vahvempia, jopa 30mg THC:tä sisältäviä savukkeita. Kokeilukäyttäjälle jo 2-3mg määrä THC:tä riittää

aikaansaamaan hyvänolon tunnetta. Tällöin yksi jointti riittää useammallekin polttajalle. THC:tä on olemassa myös synteettisenä valmisteena lääketieteellisiin tarkoituksiin. (Dahl & Hirschovits 2007, Käypä hoito 2012, Päihdelinkki 2009, Sadock ym. 2009, Salaspuro ym. 1998, STM 2014, THL 2014.)

Kannabiksen suurkuluttaja voi käyttää useampikin jointteja päivässä, koska sietokyky on lisääntynyt. Kannabista voidaan käyttää myös vesi- tai tavallisessa piipussa, jolloin esim. hasisöljy uutetaan poltettavaan tupakkaan sekä sekoitettuna ruokaan tai juomaan, esimerkiksi leivoksiin. Tällöin yhtä suuren tehon aikaansaamiseksi kannabis annoksen tulee olla 3-5 kertaa suurempi kuin poltettuna. Kannabista polttamalla päihtymistila kestää n. 2-4 tuntia. Suun kautta otettaessa vaikutus alkaa n. tunnin kuluttua ja kestää jopa yli 6 tuntia. (Dahl & Hirschovits 2007, Käypä hoito 2012, Päihdelinkki 2009, Sadock ym. 2009, Salaspuro ym. 1998, STM 2014, THL 2014.)

Kannabis vaikuttaa pääasiassa keskushermoston toiminnan heikkenemiseen, mikä ilmenee rentoutumisena ja mielihyvän tunteena. Jotkut käyttäjät ahdistuvat ja kokevat epämiellyttävänä kannabiksen vaikutuksen. Kannabis heikentää muistia, erityisesti lyhytkestoista muistia, harkintakykyä sekä tarkkaavaisuutta ja lisää näin onnettomuusriskiä. (Dahl & Hirschovits 2007, Päihdelinkki 2009, Sadock ym. 2009, Salaspuro ym. 1998, Tacke ym. 2011, THL 2014.) Alkoholin jälkeen kannabis aiheuttaa toiseksi eniten liikenneonnettomuuksia (Dahl & Hirschovits 2007, Päihdelinkki 2009, Salaspuro ym. 1998, THL 2014).

Aikuisiässä psykoosiin sairastumisen riski kaksinkertaistuu nuoruusiän kannabiksen käytön seurauksena (Käypä hoito –suositus 2012, Sadock ym. 2009, THL 2014) ja jopa kuusinkertaistuu (Dahl & Hirschovits 2007). Kannabiksen poltto aiheuttaa vastaavanlaisia muutoksia hengityselimistöissä kuin tupakanpolto (Käypä hoito –suositus 2012, THL 2014) ja kannabissavu sisältää enemmän karsinogeneenejä kuin tupakansavu, koska kannabiksen polttamisessa savutilavuuksien määrät ovat suuremmat (Tacke ym. 2011). Se altistaa keuhkosairauksien sekä joidenkin syöpien riskiä (Käypä hoito –suositus 2012, THL 2014). Suun, kurkun ja nielun alueen syöpäriski on lisääntynyt päivittäin hasista tai marihuanaa polttavilla (Dahl & Hirschovits 2007, Salaspuro ym. 1998). Raskauden aikainen kannabiksen käyttö on riski sikiön kehittymiselle sekä myöhemmällä iällä. Se lisää joidenkin lapsuusajan syöpien kehittymisen riskiä. (Käypä hoito –suositus 2012, THL 2014.)



## 2.2 Kannabiksen käytön motiiveja

Motiivilla tarkoitetaan vaikutinta, syytä jonkin tekemiseen tai perustetta (Kotus 2016). Motiivi on motivaation kantasana. Motiivit ylläpitävät ja virittävät yksilön käyttäytymisen suuntaa ja niiden voidaan nähdä olevan päämääräsuuntautuneita joko tiedostettuja tai tiedostamattomia. (Ruohotie 1998.)

Kannabiksen käytön motiiveita on aikaisemmin tutkittu alkoholin käytön motiiveilla. On kuitenkin todettu, että kannabiksen käytön motiivit ovat erilaisia niin sisällöltään kuin toiminnaltaankin kuin alkoholin käytön motiivit. (Lee ym. 2006.) Simons ym. (1998) kehittämä MMM-mittari (Marijuana motives measure) erottaa viisi erilaista motiivia käyttää kannabista. Nämä motiivit ovat ”conformity”, ”social”, ”enhancement”, ”expansion” ja ”coping” eli sosiaalinen yhdenmukaisuus, olla seurallinen, päihteen positiivisten vaikutusten kokeminen, kokemuksellisen tiedon laajentuminen ja selviytyminen. (Benschop ym. 2015, Courtney ym. 2012, Lee ym. 2006.) Myös Bonn-Millerin ym. (2006) tutkimuksessa selviytyminen, päihteen positiivisten vaikutusten kokeminen, olla seurallinen ja tajunnan laajentuminen ovat yhteydessä viimeisen kuukauden aikaiseen motiiviin käyttää kannabista. Sosiaalinen yhdenmukaisuus motiivi sitä vastoin ei ollut tilastollisesti merkitsevä.

Myös Sadockin ym. (2009) mukaan nuorten aikuisten motiivina käyttää kannabista on tavoitella kannabiksen positiivisia vaikutuksia eli ”High” olotilaa, jolloin se määritellään euforian tunteena, jossa koetaan rentoutumista ja havaintokyvyn muutoksia mukaan lukien ajan vääristymää. Tavallisten asioiden, kuten elokuvan katselu, syöminen, musiikin kuuntelu ja seksin kokeminen, tehostuu. Kannabiksen käyttö sosiaalisissa tilanteissa lisää tarttuvaa naurua ja sosiaalisuutta.

Muita motiiveita käyttää kannabista ovat tylsyyteen käyttäminen (Benschop ym. 2015, Lee ym. 2006) unen saaminen ja tottumus (Benschop ym. 2015) sekä rentoutuminen (Benschop ym. 2015, Cascone ym. 2011, Lee ym. 2006, Sadock ym. 2009) ja stressin sekä ahdistuksen helpottaminen (Cascone ym. 2011, Sadock ym. 2009). Kannabiksen käytön motiiveita ovat lisäksi nautinnon kokeminen, kokeilu ja hauskanpito (Lee ym. 2006). Nuorten motiiveita käyttää kannabista selitetään myös nuorten kokemilla stressitekijöillä. Varhaisaikuisuuden monenlaiset ongelmat nuoren sosiaalisessa ympäristössä kuten koulussa ja kotona saattavat johtaa nuoren kannabiksen käyttöön keinona paeta tai selviytyä koetusta stressistä ja johtaa kannabiksen käytön riippuvuuteen (Butters ym. 2001, Cascone ym. 2011). Koettu stressi on suurin tässä ikävaiheessa ja riski myös

muiden huumeiden käyttöön lisääntyä (Butters ym.2001). Negatiiviset sekä traumaattiset elämäntapahtumat ovat yhteydessä kannabiksen kulutukseen (Hyman & Sinhan 2009).

Kannabiksen polttamiseen jointina on motiivina yhteisöllinen toiminta, jossa tietyt käyttäytymisen normit ja rituaalit korostuu. Yhteisöllisyys estää kannabiksen liiallisen käytön ja ehkäisee riippuvuuden kehittymistä. Yhteisöllisiä ryhmiä todetaan kolme: ”a sessions”, ”a cypher” ja ”a party!”. ”A session”-ryhmässä on enemmän kuin kolme henkilöä, yhdessä hankittua kannabista poltetaan ainoastaan pari ”hönkäystä”, kunnes se annetaan seuraavalle. Tapaamiset kestävät useita tunteja, jolloin katsotaan esimerkiksi elokuvia tai pelataan korttia. Ryhmänä ”a cypher” on pienempi ja kannabista poltetaan salassa ja ulkona. Jokaisella on oma kannabistupakka mukanaan ja tavoitteena on saada mahdollisimman nopeasti huumaava vaikutus. ”a party”ryhmässä pääasiällisin riippuvuutta aiheuttava aine on alkoholi ja kannabista irtaannutaan polttelemaan yhdessä juhlien jälkeen. (Dunlap ym. 2006).

Kannabista kasvatetaan myös lääkkeelliseen käyttöön nuorten keskuudessa (Hakkarainen ym. 2015, Kekoni 2011). Tällöin motiivina käyttää kannabista on vakavien sairauksien, onnettomuuksien tai yleisen huonon voinnin hoito. Tutkimuksen mukaan suuremmalla osalla ei ole lääketieteellistä diagnoosia eikä lääketieteellistä seuranta lääkkeellisen kannabiksen käytön taustalla. (Hakkarainen ym. 2015.) Kannabisaktivistit liittävät kannabiksen käyttöön myös muita merkityksiä kuin nuorten kokeilullinen käyttö tai päihteiden ongelmallinen sekakäyttö, kuten kannabiksen lääkekäyttö tai käyttö uskontoon tai elämäntapaan liittyen. (Kekoni 2011.)

Kannabiksen käytön motiivien tunnistamisella voidaan myös ennustaa kannabiksen käytön yleisyyttä sekä käyttöön liittyviä erilaisia taustatekijöitä ja syntyviä ongelmia (Lee ym. 2006). Kokeilu motiivina oli yhteydessä vähempään kannabiksen käyttöön sekä kannabiksen aiheuttamiin ongelmiin. Kannabiksen aiheuttamat ongelmat lisääntyivät jos kannabiksen käyttö liittyi motiiveista nautinnon hakemiseen, tapaan tai toivottiin aktiivisuuden tehostumista, mikä myös muutti käyttäjänsä käsitystä tai näkökulmaa kannabiksen ongelmakäyttöön sekä muihin ongelmiin. (Lee ym. 2006.)

### 2.3. Kannabiksen käytön haittoja

Kannabiksen laillisuus yhteiskunnassa vähentää pelkoa kannabiksen aiheuttamista terveydellisistä haitoista (Stolzenberg ym. 2016), lisää kannabiksen (Sadock ym. 2009) ja muiden huumeiden käyttöä yhteiskunnassa (Stolzenberg ym. 2016). Muita nuorten kannabiksen käyttöä lisääviä tekijöitä ovat kannabiksen saatavuus, koulunkäynnin lopettaminen, koettu rangaistuksen ankaruus kannabiksen hallussapidosta, alkoholin käyttö ja perheen saama sosiaalinen tuki. (Stolzenberg ym. 2016.) Yhteiskunnan hyväksyvä suhtautuminen kannabikseen on yhteydessä kannabiksen käyttöön liittyviin ongelmiin (Courtney ym. 2011). Kannabiksen laillisuus normalisoi käsitystä kannabiksesta, lisää kannabiksen saatavuutta sekä potentiaalia riippuvuuden syntyyn, toimii linkkinä muille huumeille, monimutkaistaa kannabisriippuvuuden hoidon ja heikentää hoitoon sitoutumista. (Sobesky & Gorgens 2016.)

MMM-mittarin avulla on löydetty yhteys kannabiksen käytön tiheyden ja kannabis riippuvuuden välille (Benschop ym. 2015). Mitä nuorempana on aloittanut kannabiksen käytön ja mitä useammin sitä käyttää sekä mitä pidempään kannabista on käyttänyt, sitä suurempi riski on kannabisriippuvuuden syntymiseksi (Sadock ym. 2009). Kannabiksen säännöllinen ja runsas käyttö ennustaa kannabisriippuvuuden kehittymistä sekä emotionaalisten, sosiaalisten ja psyykkisten ongelmien syntymistä (Cascone ym.2011, Sadock ym. 2009). Chabrol ym. (2004) mukaan kannabiksen käytön tiheys on yhteydessä myös kannabiksen positiivisten vaikutusten lisääntymisen kokemuksiin pojilla ja vastaavasti tytöillä on kokemuksellisen tajunnan laajentuminen. Kannabisriippuvuuden syntyyn on pojilla yhteydessä psyykkisen terveyden rajatilat ja tytöillä vastaavasti kokemuksellisen tajunnan laajentuminen.

Sosiaalisen elämän ongelmat, ongelmat vertaissuhteissa ja toimimattomat ongelmien ratkaisukeinot johtivat kannabiksen aiheuttamaan riippuvuuteen (Cascone ym.2011). THL:n (2014) mukaan kannabisriippuvuuden riskitekijöitä ovat nuorena alkanut tupakointi ja kannabiksen käyttö. Dunlapin ym. (2006) tutkimukseen osallistujista yli puolet kokee kannabiksen polton aiheuttaneen riippuvuutta. Kannabiksen käytön on todettu olevan yhteydessä emotionaalisesti haavoittuviin nuoriin (Bonn-Miller ym. 2007) ja ahdistukseen (Cascone ym.2011, Hogan ym. 2010). Myös alkoholin ja tupakoinnin on todettu olevan yhteydessä yksilöiden ahdistusherkkyyteen (Novak ym.2003). Nuorilla ilmenevä sosiaalisten tilanteiden pelko on yhteydessä myös kannabiksen käyttöön ja sen aiheuttamiin ongelmiin (Bucner & Zwolensky 2014, Bucner ym. 2012).

### **3.TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET**

Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata nuorten aikuisten kannabiksen käytön motiiveita ja haittoja.

Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa kannabiksen käytön motiiveista ja haitoista nuorten aikuisten näkökulmasta. Tiedon avulla pyritään vaikuttamaan nuorten asenteisiin ja tunnistamaan tukea tarvitsevia nuoria.

Tutkimuskysymykset:

1. Millaiset ovat nuorten kannabiksen käytön motiivit?
2. Millaisia haittoja nuoret kokevat olevan kannabiksen käytöstä?

## **4. TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN**

### **4.1. Tutkimuksen metodiset lähtökohdat**

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata nuorten kokemuksia kannabiksen käytön motiiveista ja haitoista, joten laadullinen tutkimus sopi metodisesti parhaiten tähän tutkimukseen, koska lähtökohdانا on ihminen ja hänen elämänpiirinsä sekä niihin liittyvät merkitykset (Kylmä & Juvakka 2012, Metsämuuronen 2003). Ronkaisen ym. (2011) mukaan laadullisessa tutkimuksessa korostetaan erityisesti ihmistä elämismaailmansa kokijana, havainnoijana ja toimijana. Laadullisessa tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita yksittäisten osallistujien elämäntilanteista, joka on sidoksissa tiettyyn paikkaan, tiettyä aikana. Tässä tutkimuksessa tavoitteena oli ymmärtää kannabiksen käyttäjien näkökulma ja tulkita heidän kokemuksia ja todellisuutta. (Kylmä & Juvakka 2012, Paunonen & Vehviläinen- Julkunen 1998, Ronkainen ym. 2011.)

### **4.2. Tutkimuksen osallistujat**

Tutkimuksen osallistujat valittiin tarkoituksenmukaisuuden perusteella sen mukaan, kenellä on aikaisempaa kokemusta tutkimuksen mielenkiinnon kohteena olevasta ilmiöstä, tässä tutkimuksessa kannabiksen käytöstä. On tärkeää, että osallistuja osaa ja haluaa kuvata tutkittavaa ilmiötä (Kylmä & Juvakka 2012). Tiedonantajien määräksi tavoiteltiin niin paljon tiedonantajia, että aineisto saturoituu, eli uutta tietoa ei enää saada aineistosta. Lisäksi aineistolla pyrittiin tavoittelemaan heterogeenista joukkoa, erilaisia tiedonantajia, joilla on kokemusta kannabiksen käytöstä (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013). Aineistonkeruu toteutettiin sosiaalisessa mediassa, Facebookissa, jossa kannabismyönteisille viidelle erilaiselle ryhmälle lähetettiin e-kyselylomake. Lisäksi henkilökohtaisesti viesti lähetettiin 34 kannabismyönteiselle suomenkieliselle jäsenelle. Kyselyyn vastasi 110 osallistujaa, joista miehiä tai poikia oli 80 ja naisia tai tyttöjä 30.

### **4.3. Tutkimuksen aineistonkeruu**

Tutkimusaineisto kerättiin sähköisesti sosiaalisen median kautta Facebookissa e-lomakkeella kannabista käyttäneiltä tai käyttäviltä nuorilta aikuisilta sellaisilta internetin keskustelupalstoilta, joissa nuoret olivat sisäänkirjautuneina. Aineistonkeruu suoritettiin joulukuussa 2015 ja tammikuussa 2016, jonka jälkeen e-lomake suljettiin. Kysely internetin kautta on nopeampaa ja edullisempaa, kun kyselylomakkeiden postitus- ja painatuskulut sekä vastausten tallentaminen ja käsittely jäävät työvaiheina pois (Kylmä & Juvakka 2007, Tilastokeskus 2004). Lisäksi tallentamisesta johtuvat virheet vähenevät, kysely tavoittaa vastaajat heti, tuloksia pääsee nopeammin tarkastelemaan ja johtopäätöksiä pääsee tekemään nopeammin (Tilastokeskus 2004). Kyselylomakkeen alussa oli saatekirje (Lomake 1.), josta ilmeni tutkimuksen tarkoitus, tavoite ja tutkimuksen vapaaehtoisuus. Henkilötietoja ei kyselylomakkeessa kysytty missään vaiheessa. Vastausaikaa annettiin kaksi kuukautta.

Kyselylomakkeen kysymykset sisälsivät sekä strukturoituja että avoimia kysymyksiä (Lomake1), joilla selvitettiin nuoreen liittyviä taustamuuttujia ja nuorten erilaisia kokemuksia kannabiksen käytöstä. Taustamuuttujissa kartoitettiin osallistujien sukupuolta, asuinseutua, ylintä peruskoulutusta ja ammattitutkintoa, työssäkäyntiä sekä siviilisäätystä.

Nuoren kokemuksia kannabiksen käytöstä kartoitettiin kysymyksillä käyttäkö tällä hetkellä kannabista, miten usein käyttää ja minkälaisia ovat käyttömäärät, koska viimeksi on käyttänyt, kokeeko olevansa riippuvainen kannabiksesta ja onko yrittänyt vieroittautua kannabiksesta sekä onko vieroittautuminen onnistunut ja käyttäkö kannabista lääkärin määräyksestä. Kannabiksen käytön motiiveita ja haittoja selvitettiin avoimilla kysymyksillä, joissa kysyttiin millä tavalla käyttää kannabista, minkälaisiin tilanteisiin käyttö liittyy, kenen kanssa käyttää kannabista ja mitkä ovat kannabiksen käytön hyödyt, haitat ja motiivit. (Lomake 1)

### **4.4. Tutkimuksen aineiston analyysi**

Tutkimusaineiston taustamuuttujat raportoitiin kuvailevin menetelmin frekvenssi ja prosenttijakaumina. Frekvenssillä kuvataan havaintojen määrää jossakin ryhmässä tai koko aineistossa (Vilkkä 2007). Kirjoitettua aineistoa kertyi yhteensä 19 sivua fonttikoolla 11 ja rivivälillä yksi. Tutkimuksen avoimet, laadulliset kysymykset analysoitiin aineistolähtöisellä

sisällönanalyysimenetelmällä. Tällä menetelmällä pyrittiin saamaan tutkittavasta ilmiöstä kuvaus tiivistetyssä ja yleisessä muodossa (Tuomi & Sarajärvi 2013). Sisällönanalyysin avulla voidaan kuvata aineistoa systemaattisesti tutkimusaineistoa järjestellen ja kuvaten (Kylmä & Juvakka 2007, Kyngäs & Vanhanen 1999, Tuomi & Sarajärvi 2013). Sisällönanalyysin tarkoituksena on saada hajanaisesta aineistosta selkeää ja yhtenäistä informaatiota, jotta voidaan tehdä selkeitä ja luotettavia johtopäätöksiä (Tuomi & Sarajärvi 2013).

Aineiston analyysi aloitettiin lukemalla aineistoa useaan kertaan läpi, oleskeltiin aineiston parissa, jotta aineisto tulee tutuksi. Tällä tavoin hahmotettiin aineistoa ja pyrittiin löytämään tekstin sanoja, ilmaisuja tai lauseenpätkiä, jotka ilmaisevat jotain tutkittavasta ilmiöstä. Tässä kohtaa tulee olla tarkka, jottei tutkijalta jää huomaamatta mitään merkityksellistä. Aineistolta kysyttiin, mitä se kertoo tutkittavasta ilmiöstä, tässä tutkimuksessa nuorten aikuisten kannabiksen käytön motiiveista ja haitoista. Tutkimuksen tarkoituksen ja tutkimuskysymysten tehtävänä on ohjata aineiston analyysiä. (Kylmä & Juvakka 2007.)

Seuraavaksi aineistoa pelkistettiin tutkimuskysymysten mukaisesti. Tutkimuskysymyksen alle koottiin tekstin osia ja lauseita, jotka vastasivat tutkimuskysymykseen. Pelkistämävaiheessa alkuperäiset merkitykselliset ilmaisut tiivistettiin niin, että niiden olennainen sisältö säilyi. Kaikki pelkistykset numeroitiin. Pelkistystä tuli ensimmäiseen tutkimuskysymykseen 207 kappaletta ja toiseen 119 kappaletta. Tämä on myös luokkien muodostamisen ensimmäinen vaihe. (Kylmä & Juvakka 2007, Kyngäs & Vanhanen 1999, Tuomi & Sarajärvi 2013).

Seuraavaksi vertailtiin ja etsittiin sisällöllisesti samankaltaisia ilmauksia ja yhdistettiin samaa asiaa tarkoittavat pelkistetyt lauseet merkitsemällä ne värikoodein. Pelkistykset ryhmiteltiin samankaltaisuuksien tai eroavaisuuksien mukaan alaluokiksi, jotka nimettiin ryhmää kuvaavalla nimellä. Alaluokat ryhmiteltiin edelleen yläluokiksi ja yläluokat nimettiin. Aineistoa tiivistettiin ja abstrahoiitiin ja kuvaavien luokkien annettiin ohjautua aineistosta käsin. Myös yläluokkien nimen tulee kattaa alleen kaikkien alle tulevien luokkien sisällön. (Kylmä & Juvakka 2007.) Kuviossa 1 nähdään esimerkki sisällönanalyysistä.

	Pelkistys	Alaluokka	Yläluokka
"Seurustelu porukassa jossa kaikki polttavat"(18.1)	Porukassa seurusteleminen	Kavereiden kanssa yhteisen kokemuksen jakaminen	Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kokeminen
"Illanvietto ystävien kanssa hyvän ruuan ja viihteen kera" (21.1)	Ystävien kanssa hyvän ruuan parissa käyttäminen		
"Rentoutuminen yksin tai kavereiden kanssa kotona"(19.3)	Kavereiden kanssa kotona käyttäminen		
"Joskus poltetaan kaverin tai porukan kanssa ilta istuessa"(51.3)	Porukalla polttaminen iltaa viettäen		
"Jos olen porukassa niin silloin jutellaan ja kuunnellaan musaa jne perus illanviettoa"(27.9)	Porukassa musiikin kuunteleminen	Kavereiden kanssa yhdessä harrastaminen	
"Bänditreeneit, yleiset sosiaaliset tilanteet ystävien kanssa, juhliminen, videopelit(10.)	Kavereiden kanssa videopelien pelaaminen		
	Bänditreeneissä käyttäminen		
"Esim. jointin jälkeen pelaamaan bilistä"(69.)	Biljardin pelaaminen	Kavereiden kanssa yhdessä harrastaminen	
"Töiden jälkeen yksi hitti. kavereiden kanssa mitä milloinkin. elokuva käyntejä/taidenäyttelyjä/ravintola käyntejä jne"(65.)	Kavereiden kanssa elokuvissa käyttäminen		
	Kavereiden kanssa taidenäyttelyissä käyttäminen		
"Sosialisointiin (monissa seuraavissa yhdessä), oleskeluun, lueskeluun, tekemiseen, luomiseen, pelailuun, leffoihin, luontoon"(81.2,81.7)	Kavereiden kanssa Luonnossa käyttäminen		
	Kavereiden kanssa lueskeleminen		
"Tapa"(2.1)	Tavan vuoksi käyttäminen	Kaverijoukkoon kuuluminen	
"Joskus tulee käytettyä lähinnä siksi, että joku muukin käyttää."(4.1)	Muiden vuoksi käyttäminen		
"Tapa kuulua joukkoon"(50.3)	Joukkoon kuuluminen		
"Tarjottiin, kokeilunhalu, rentoutuminen."(60.1)	Tarjotessa käyttäminen		
"Kavereiden kanssa hovin vuoksi"(42.)	Kavereiden kanssa hovin vuoksi käyttäminen		
"Tulee juteltua hauskoja juttuja poikaystävän kanssa ja seksi tuntuu kestävän ikuisuuden"(40.2)	Poikaystävän kanssa hauskojen juttujen jutteleminen	Kumppanin kanssa samanlaisen kokemuksen jakaminen	
"Joskus yhteisiin iltoihin edellisen poikaystävän kanssa, yleensä mentiin luontoon, metsään tai järven rantaan"(24.2,24.5)	Poikaystävän kanssa käyttäminen luonnossa		
"Kahdestaan poikaystävän luona viikonloppuna koti-iltaisina"(41.)	Poikaystävän kanssa kotona viikonloppuisin käyttäminen		
"Loistava päihde myös kumppanin kanssa"	Kumppanin kanssa yhteisen kokemuksen jakaminen		

Kuvio1. Esimerkki yläluokan sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kokeminen muodostumisesta



## **5. TUTKIMUKSEN TULOKSET**

### **5.1. Tutkimukseen osallistujat**

Tutkimuskyselyyn vastasi 110 nuorta aikuista (N=110), joista 80 oli poikia tai miehiä ja 30 naisia tai tyttöjä (Taulukko 1). Vastaajista valtaosa eli 47 prosenttia oli pääkaupunkiseudulta ja vähiten eli 4,6 prosenttia oli Pohjois-Suomesta. Vastaajista 72 prosentilla oli lukio ylimpänä suoritettuna peruskoulutuksena ja 22 prosentilla ammattikorkeakoulututkinto ylimpänä suoritettuna ammatillisen koulutuksen oppimääränä. Vastaavasti ei ammatillista koulutusta oli 26 prosentilla. Kokopäivätoissa kodin ulkopuolella kävi 35 prosenttia vastaajista, työttömänä tai lomautettuna oli 12 prosenttia. Opiskelijoita vastaajista oli 33 prosenttia.

### **5.2. Vastaajien kokemuksia kannabiksen käytöstä**

Tutkimuskyselyyn vastanneista 91 käytti vastaus hetkellä kannabista (Taulukko 2). Vähintään kerran viikossa kannabista käytti 37 prosenttia ja päivittäin 18 prosenttia. 48 prosenttia vastanneista oli käyttänyt kannabista viimeisen kahden päivän aikana ja viikon aikana kannabista oli käyttänyt 16 prosenttia. Kannabisriippuvaisia vastaajista koki olevan 6 prosenttia ja vieroittautumista kannabiksesta oli yrittänyt 23 prosenttia. Vieroittautuminen kannabiksesta oli epäonnistunut 33 prosentilla vastaajista. Kolme prosenttia vastaajista käytti kannabista lääkärin määräyksestä. Yleisin yksittäinen kannabiksen käyttömuoto oli jointin polttaminen (15 prosenttia). Seuraavana tulivat höyrystin (10 prosenttia), bongi (kahdeksan prosenttia) tai syötävä muoto ( kuusi prosenttia). Kuitenkin jopa 33 prosenttia vastaajista käyttivät kannabista vaihtelevin tavoin, bongia, jointia, höyrystintä tai piippua polttaen tai syötävässä muodossa. Yleisimmin kannabista käytettiin yksin sekä kavereiden kanssa (43 prosenttia). Vastaajista pelkästään kavereiden kanssa kannabista käytti (23 prosenttia). Pelkästään yksin kannabista käytti yhdeksän prosenttia ja täysin tuntemattomien kanssa neljä prosenttia.

Taulukko 1. Vastaajien taustatiedot (N=110)

Taustatekijät		%
<b>Sukupuoli</b>		
Mies /poika	80	73
Nainen / tyttö	30	27
<b>Asuinseutu</b>		
Pääkaupunkiseutu	52	47
Länsi-Suomi	39	35
Itä-Suomi	14	13
Pohjois-Suomi	5	5
<b>Ylin suoritettu peruskoulutus</b>		
Lukio	79	72
Peruskoulu	31	28
<b>Ylin suoritettu ammatillisen koulutuksen oppimäärä</b>		
Ei ammatillista koulutusta	29	26
Ammatti-tai muita kursseja	15	13
Koulutason tai toisen asteen ammatillinen tutkinto	23	21
Ammattikorkeakoulututkinto	24	22
Akateeminen tutkinto	19	17
<b>Työssäkäyminen</b>		
Kokopäivätyössä kodin ulkopuolella	38	34
Osapäivätyössä kodin ulkopuolella	8	7
Työttömänä tai lomautettuna	13	12
Työkyvyttömyyseläkkeellä	2	2
Sairaslomalla	3	3
Koti-isä/ koti-äiti	4	4
Opiskelija	36	33
Muu	6	5
<b>Siviilisäätty</b>		
Avoliitto	2	2
Avoliitto	33	30
Seurustelee	29	26
Ei parisuhdetta	42	38
Eronnut	4	4

Taulukko 2. Vastaajien kokemuksia kannabiksen käytöstä (N=110)

Vastaajien kokemuksia kannabiksen käytöstä		%
<b>Kannabiksen käyttö tällä hetkellä</b>		
Kyllä	91	83
Ei	19	17
<b>Miten usein käyttää kannabista (n= 94)</b>		
Päivittäin	17	18
Vähintään kerran viikossa	35	37
Kaksi kertaa kuukaudessa	13	14
Kerran kuukaudessa	13	14
Harvemmin kuin kerran kuukaudessa	16	17
<b>Ajankohta jolloin käyttänyt viimeksi kannabista (n=94)</b>		
0-2 päivää sitten	45	48
3-7 päivää sitten	15	16
8-30 päivää sitten	17	18
Kuukausi- 6 kuukautta sitten	12	13
Yli 6 kuukautta sitten	5	5
<b>Kannabisriippuvuus</b>		
Kyllä	6	6
Ei	104	94
<b>Onko yrittänyt vierottautua kannabiksesta (n=105)</b>		
Kyllä	22	23
Ei	83	88
<b>Onko vierottautuminen kannabiksesta onnistunut</b>		
Kyllä	74	67
Ei	36	33
<b>Kannabiksen käyttö lääkärin määräyksestä (n=105)</b>		
Kyllä	3	3
Ei	102	97
<b>Kannabiksen polttaminen ( n=96)</b>		
Bongi	8	8
Joint	14	15
Höyrystin	10	10
Piippu	1	1
Syötävässä muodossa	6	6
Bongi ja Joint	17	18
Bongi, joint, höyrystin, piippu,	8	8
Bongi, joint, höyrystin, piippu, syötävä muoto	32	33
<b>Kenen kanssa käyttää/käytti kannabista (n=108)</b>		
Pelkästään yksin	10	9
Pelkästään kavereiden/ystävien kanssa	25	23
Yksin ja kavereiden/ystävien kanssa	46	43
Pelkästään kumppanin kanssa	3	3
Kumppani ja kaverit/ystävien kanssa	11	10
Vanhempien	1	1
Sisarusten	2	2
Työkaveri	2	2
Koulukaveri	1	1
Seksikumppani	1	1
Tuntemattomien kanssa	4	4
Kaikkien kanssa	2	2

### 5.3. Nuorten aikuisten motiivit käyttää kannabista

Nuorten motiiviksi käyttää kannabista muodostui tässä tutkimuksessa kokonaisvaltaisen rentoutumisen tavoitteleva, sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kokeminen, sosiaalisista tilanteista nauttiminen, hauskan pitäminen, nautinnollisten kokemusten tavoitteleva. Lisäksi terveydellisesti vähiten haitallisena päihteenä pitäminen, tajunnallisuuden laajentuminen, päivittäisistä ongelmista selviytyminen, arjessa jaksaminen ja uteliaisuudesta kokeileminen. (Kuvio 2.)

#### 5.3.1. Kokonaisvaltaisen rentoutumisen tavoitteleva

Kannabiksen käytön motiivina kokonaisvaltaisen rentoutumisen tavoitteleva muodostui **vapaa-aikana rentoutumisesta, stressinpurun jälkeisestä rentoutumisesta, yksin rentoutumisen tavoittelevasta ja kavereiden kanssa turvallisessa paikassa rentoutumisesta** (Taulukko 3).

Taulukko 3. Kokonaisvaltaisen rentoutumisen tavoitteleva

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Vapaa-aikana rentoutuminen	Kokonaisvaltaisen rentoutumisen tavoitteleva
Stressinpurun jälkeinen rentoutuminen	
Yksin rentoutumisen tavoitteleva	
Kavereiden kanssa turvallisessa paikassa rentoutuminen	

**Vapaa-aikana rentoutuminen** kannabista käyttäen liittyi koti-iltoihin sekä viikonloppuihin. Se ilmeni hyvän ruuan parissa rentoutumisena tai vain rauhallisen illanvieton kokemisena. Kannabista käytettiin vapaa-aikana rentoutumiseen myös elokuvan katselun ja ruuan laitton yhteydessä sekä kannabista kylvyssä polttaen tai mökillä grillaillen.

*”Mieluummin poltan kavereiden kanssa jointit ja rentoudun elokuvan ja hyvän ruuan parissa”*

**Stressinpurun jälkeinen rentoutuminen** kuvasi kannabiksen käyttöä pitkien koulupäivien sekä stressaavan työviikon jälkeen. Kannabis koettiin tehokkaana stressin poistajana ja stressiä lievittäväenä päihteenä.

*”Stressaava työviikko, piti chillata”*

*”Rentoutti mukavasti pitkien työ/koulupäivien jälkeen ja poisti stressiä itsellä tehokkaasti”*

**Yksin rentoutumisen tavoittelemisen** muodostui kannabiksen käyttämisestä vapaa-ajan toimintojen ja harrastusten parissa. Rentoutumisen kokemusta tavoiteltiin kannabista käyttäen kotona musiikkia kuunnellessa tai tehdessä, tietokonepelejä pelatessa, elokuvia katsellessa, urheillessa tai kodin huoltotöitä tehdessä, kuten maalatessa tai nikkaroitessa.

*”Lähinnä kotona töiden jälkeen itsekseen rentoutumiseen, mukavaa katsoa esim. elokuvia/sarjoja vaikutuksen alaisena”*

Kannabiksen käyttämistä **kavereiden kanssa turvallisessa paikassa** korosti **rentoutumista** luotettavien ystävien tai kavereiden kanssa salassa ja suojassa niin, että kannabiksen käyttö ei tule ilmi tai häiritse muita ei kannabiksen käyttäjiä.

*”Kotona, satunnaisesti julkisella paikalla, mutta kuitenkin syrjässä ettei häiritse”*

*”Yksin tai ystävien kanssa rentoutumiseen jonkun kotona, turvallisessa paikassa”*

### **5.3.2. Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kokeminen**

Kannabiksen käytön motiivina sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kokeminen muodostui **kavereiden kanssa yhteisen kokemuksen jakamisesta, kavereiden kanssa harrastamisesta, kaverijoukkoon kuulumisesta ja kumppanin kanssa samanlaisen kokemuksen jakamisesta** (Taulukko 4).

Taulukko 4. Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kokeminen

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Kavereiden kanssa yhteisen kokemuksen jakaminen	Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kokeminen
Kavereiden kanssa yhdessä harrastaminen	
Kaverijoukkoon kuuluminen	
Kumppanin kanssa samanlaisen kokemuksen jakaminen	

**Kavereiden kanssa yhteisen kokemuksen jakaminen** korosti kaveruutta, yhdessä olemista ja ajan viettämistä yleensä iltaisin. Se ilmeni yhteiseen hauskanpitoon virittäytymisenä, porukassa seurustelemisena ja vain kavereiden kanssa hyvällä tuulella olemisena. Yhdessä kaveriporukassa saatettiin vain viettää aikaa kannabista poltellen. Kannabista käytettiin myös yhdessä hyvästä ruuasta nauttien. Kannabista käytettiin yleensä jonkun kotona.

*”Seurustelu porukassa, jossa kaikki polttavat”*

*”Illanvietto ystävien kanssa hyvän ruuan ja viihteen kera.”*

**Kavereiden kanssa yhdessä harrastaminen** oli porukassa musiikin kuuntelemista, tai yhtyeen harjoituksissa kannabiksen käyttämistä. Kannabista käytettiin myös yhdessä biljardia tai videopelajä pelaillen. Motiivina käyttää kannabista liittyi myös yhdessä elokuvissa tai taidenäyttelyissä käynteihin, yhdessä kirjojen lukemiseen sekä luonnossa oleiluun.

*”Illanviettoon ystävien kesken. Esim. jointin jälkeen pelaamaan bilistä ja juomaan muutama hyvä olut ja syömään hyvää ruokaa”*

*”Bänditreenit, yleiset sosiaaliset tilanteet ystävien kanssa”*

Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kokemista oli **kaverijoukkoon kuuluminen**. Kannabiksen käyttö samankaltaisuuden tunteen tavoittelemisena kaveriporukassa näyttäytyi yhteisen tavan tai vain kannabista muiden vuoksi käyttämisenä. Se ilmeni kannabiksen käyttönä kaveriporukassa silloin kuin tarjottiin tai sitä käytettiin kavereiden kesken vain hovin vuoksi.

*”Uuden ja jännittävän asian kokeilu, tapana kuulua joukkoon”*

*”Joskus tulee käytettyä lähinnä siksi, että joku muukin käyttää”*

**Kumppanin kanssa samanlaisen kokemuksen jakaminen** oli motiivina käyttää kannabista kotona ja yleensä viikonloppuisin kumppanin kanssa. Se liittyi kumppanin kanssa yhteisiin luontokokemuksiin, kuten metsässä samoiluun tai järven rannalla istuskeluun sekä yhteisiin keskustelutuokioihin.

*”Yhteisiin iltoihin poikaystävän kanssa, yleensä menttiin luontoon, metsään tai järven rannalle”*

### 5.3.3. Sosiaalisista tilanteista nauttiminen

Sosiaalisista tilanteista nauttiminen kannabiksen käytön motiivina muodostui **sosiaalisten vuorovaikutustilanteiden parantumisesta ja ihmisten tulkitsemisesta uudella tavalla** (Taulukko 5).

Taulukko 5. Sosiaalisista tilanteista nauttiminen

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Sosiaalisten vuorovaikutustilanteiden parantuminen	Sosiaalisista tilanteista nauttiminen
Ihmisten tulkitseminen uudella tavalla	

**Sosiaalisten vuorovaikutustilanteiden parantuminen** ilmeni keskustelutilanteiden luontevuudella. Kannabiksen vaikutuksen alaisena oli helpompi päästä lähemmäksi keskustelijoita, koki osaavansa keskustella ja ottaa muita ihmisiä paremmin huomioon sekä nautti keskustelun reflektoinnista.

*”Osaan ottaa pajareissa muut paremmin huomioon, osaan keskustella”*

**Ihmisten tulkitseminen uudella tavalla** ilmeni kannabiksen vaikuttavan käyttäjän hyviin kokemuksiin sekä havainnointiin ihmisistä. Ympärillä olevat ihmiset näyttäytyivät uudella tavalla.

*”Asiat ja ihmiset saavat uusia nyansseja ja olen oppinut tulkitsemaan ja tuntemaan ihmisiä aivan uusilla tavoilla. En ole niin kapeakatseinen vaan vaikutuksen alaisena”*

### 5.3.4. Hauskan pitäminen

Kannabiksen käytön motiivina hauskan pitäminen muodostui **iloisen olotilan hakemisena, erilaisissa viihdetapahtumissa käyttämisenä ja humaltumistilan tavoittelemisena** (Taulukko 6).

Taulukko 6. Hauskan pitäminen

ALALUOKAT	YLÄLUOKKA
Iloisen olotilan hakeminen	Hauskan pitäminen
Erilaisissa viihdetapahtumissa käyttäminen	
Humaltumistilan tavoitteleminen	

**Iloisen olotilan hakeminen** ilmeni viikonloppuisin juhlimisena. Kannabista käytettiin hivin vuoksi ja siksi, että sen käyttö tuntui kivalta ja koettiin hauskana. Kannabista käytettäessä tunnettiin mielihyvää ja hyväntuulisuutta. Vaihtoehtoiset mielentilat koettiin mukavana.

*”Koska se on kivaa, koska vaihtoehtoiset mielentilat ovat asia jota ilman elämä olisi aika harmaata kekkoslovakiaa”*

**Erilaisissa viihdetapahtumissa käyttäminen** korosti erityistä tapahtumaa tai tilaisuutta, jolloin kannabista käytettiin, kuten festifaaleilla, musiikkikonserteissa tai bileissä käyttäminen. Kannabista käytettiin myös ennen ravintolailtaa, ravintolaillan jälkeisillä jatkojuhlilla ja erilaisilla yhtyeitten keikoilla.

*”Flow-festivaalin monipuolinen musiikkitarjonta on pienen, syödyn kannabisannoksen kanssa täyttä kultaa”*

**Humaltumistilan tavoitteleminen** yhdistettiin hauskan pitämiseen. Kannabista käytettiin samoista syistä kuin alkoholiakin päihtymiseen. Kannabiksesta haettiin erilaisia vaikutuksia, mitä alkoholista saa päihtymiseen. Kannabiksen tuomasta päihtymistilasta pidettiin, se koettiin kivana ja sitä tavoiteltiin. Kannabista käytettiin myös yhdessä alkoholin kanssa päihtymiseen.

*”Motiivi on ennen kaikkea kannabiksen aiheuttaman päihtymistilan tavoittelu. Pilvessä on mukava tehdä tiettyjä asioita vapaa-ajalla. Yhdessä käyttäminen on lähes aina hauskaa.”*



### 5.3.5. Nautinnollisten kokemusten tavoittelevinen

Nautinnollisten kokemusten tavoittelevinen kannabiksen käytön motiivina muodostui **mielihyvän kokemisesta ja seksuaalisen kokemuksen syventymisestä** (Taulukko 7).

Taulukko 7. Nautinnollisten kokemusten tavoittelevinen

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Mielihyvän kokeminen	Nautinnollisten kokemusten tavoittelevinen
Seksuaalisen kokemuksen syventyminen	

**Nautinnollisten kokemusten tavoittelevinen** ilmeni mielihyvän kokemisena. Kannabista käytettiin hyvän olon saamisen ja onnellisen olotilan takia. Sen koettiin aiheuttavan positiivista tunnetta. Kannabista käytettiin nautinnollisista syistä ja sen koettiin vaikuttavan elämästä täysillä nauttimiseen. Kannabiksen käytön koettiin aiheuttavan herkälle ihmiselle voimakkaan nautinnon tunteen. Cannabis maistui suklaakakussa hyvältä ja sai aterian maistumaan paremmalta. Se koettiin nautintoaineista parhaimmaksi vaihtoehdoksi. Mielihyvän tunne sai kokeilemaan ulkomailla, esimerkiksi Hollannissa erilaisia cannabis lajikkeita. Myös seksuaalisuuden koettiin heräävän ja seksin koettiin parantuvan kannabiksen vaikutuksen alaisena. Cannabisen käyttäminen mahdollisti myös irtoseksin harrastamista ja muiden seksuaalisten tyydytysten kokemista.

*”Puhtaasti nautinnollisista syistä, se on mukavaa ja tuottaa mielihyvää”*

### 5.3.6. Terveystellisesti vähiten haitallisena päihteenä pitäminen

Cannabiksen käytön motiivina terveystellisesti vähiten haitallisena päihteenä pitäminen muodostui **alkoholin käytöstä johtuvan epämukavan jälkitilan välttämisestä, erilaisen päihdekokemuksen saamisesta, alkoholista johtuvan kontrollin menettämisen pelon välttämisestä, alkoholin sijaan turvallisempaa päihteenä pitämisestä ja edullisesti päihtymistilan saamisesta** (Taulukko 8).

Taulukko 8. Terveydellisesti vähiten haitallisena päihteenä pitäminen

ALALUOKKA	PÄÄLUOKKA
Alkoholin käytöstä johtuvan epämukavan jälkitilan välttäminen	Terveydellisesti vähiten haitallisena päihteenä pitäminen
Erilaisen päihdekokemuksen saaminen	
Alkoholista johtuvan kontrollin menettämisen pelon välttäminen	
Alkoholin sijaan turvallisempaa päihteenä pitäminen	
Edullisesti päihtymistilan saaminen	

**Alkoholin käytöstä johtuvan epämukavan jälkitilan välttäminen** ilmeni kokemuksista välttää alkoholin aiheuttamaa fyysistä ja henkistä pahaa oloa tai kokea pahaolo, krapula lievempänä. Kannabiksen käytön koettiin aiheuttavan vähäisempiä haittoja kuin alkoholin käytön.

*”Olen aina kokenut että alkoholi tuo vain pahan olon. En myöskään pidä ”sekaisin” olemisesta tai krapuloista”*

Motiivina käyttää kannabista oli **erilaisen päihdekokemuksen saaminen**. Kannabista käytettiin vaihtelun vuoksi ja se nähtiin vaihtoehtona alkoholin käytölle.

*”Vaihtelua arkeen ja alkoholin käyttöön”*

*”Vaihtoehto alkoholille”*

**Alkoholista johtuvan kontrollin menettämisen pelon välttäminen** ilmeni alkoholin pitämisenä kannabista vaarallisempaa päihteenä alkoholin tietoisuutta hämärtävän vaikutuksen takia. Kannabista käyttämällä haluttiin välttää sekoiluja ja pään sekaisin menoa sekä yökerhoissa alkoholin avulla humaltumista. Kannabista käyttämällä harkintakyvyn koettiin pysyvän ennallaan ja estävän muiden kanssa riitautumista.

*”Kannabikseen liittyvässä päihdekulttuurissa ei tule vahingossakaan riitauduttua kenenkään kanssa, sillä päihde ohjaa chillamaan”*

*”Kannabis ei aiheuta krapulan kaltaisia tuntemuksia käytön jälkeen, eikä se muutenkaan laita samalla tavalla päätä sekaisin, kuin alkoholi”*

Kannabista pidettiin **alkoholin sijaan turvallisempänä päihteenä**. Tähän vaikutti kokemus, jossa alkoholia runsaasti käyttävä kaveri oli kuollut alkoholin haittoihin. Kannabista pidettiin myös miedoimpana saatavilla olevana päihteenä. Laillisia päihteitä, kuten alkoholia pidettiin kansanterveydellisenä rasitteena ja kavereiden ongelmaton kannabiksen käyttö vastaavasti tuki omaa kannabiksen käyttöä. Kannabis koettiin myös haitattomimpana rentoutumiseen sopivana päihteenä.

*”Eikä kannabista käyttäneillä kavereillani ollut aineen kanssa mitään ongelmia, toisin kuin alkoholia runsaasti käyttävillä kavereilla, joista pari onkin jo kuollut”*

Motiivina käyttää kannabista oli **edullisesti päihtymistilan saaminen**. Kannabista pidettiin halpana päihteenä verrattuna laillisesti saataviin päihteisiin, kuten alkoholi. Lisäksi kannabista käyttämällä koettiin saatavan halvalla erityinen, tavoiteltava päihtymistila.

*”Me ostamme mersun, koska se tuntuu joltain. Kannabista polttamalla saa myös tunteen, mutta paljon halvemmalla”*

*”Todella halpa päihde verrattuna valtion tarjoamiin myrkkyihin”*

### **5.3.7. Tajunnallisuuden laajentuminen**

Tajunnallisuuden laajentuminen kannabiksen käytön motiivina muodostui **luovuuden heräämisestä, ajattelutoiminnan syventymisestä, kulttuuristen kokemusten syventymisestä, asioiden uudeltaisesta kokemisesta ja tunteiden vahvistumisesta** (Taulukko 9).

Taulukko 9. Tajunnallisuuden laajentuminen

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Luovuuden herääminen	Tajunnallisuuden laajentuminen
Ajattelutoiminnan syventyminen	
Kulttuuristen kokemusten syventyminen	
Asioiden uudenlainen kokeminen	
Tunteiden vahvistuminen	

**Luovuuden herääminen** kannabiksen käytön motiivina ilmeni olotilan inspiroituneeksi tuntemisesta. Kannabiksen käytön koettiin parantavan ja lisäävän luovuutta ja herättävän taiteellisen olotilan. Kannabiksen käytön koettiin vaikuttavan loistavien ideoiden syntyyn. Vapaa-ajalla kannabiksen käytön koettiin johtavan tietynlaisten luovuutta vaativien asioiden tekemiseen. Myös keskittyminen itsessään luovempaan puoleen onnistui kannabiksen vaikutuksen alaisena.

*”Olen pilvessä todella luova, ja kokemus on poikkeuksetta ollut miellyttävä, joskus hyvinkin dramaattisella tasolla”*

**Ajattelutoiminnan syventyminen** näyttäytyi itsetutkiskeluna, mietiskelynä, asioiden pohtimisena ja meditoimisena. Kannabiksen käyttö johti uusien asioiden ajatteluun ja normaalia tietoisemmän olotilan kokemiseen. Kannabiksen koettiin toimivan henkisen tien suunnan näyttäjänä.

*”Kannabis aiheuttaa normaalia tietoisemmän tilan. Samanlaista en ole saavuttanut ns. selvin päin”*

**Kulttuuristen kokemusten syventyminen** ilmeni elokuvien ja musiikin kuuntelemisen syvällisempänä kokemuksena sekä musiikin kokemisena uudella tavalla. Myös kirjoittaminen sai syvällisemmän ulottuvuuden.

*”Esim. musiikista ja elokuvista sai enemmän irti”*

Kannabiksen käyttö vaikutti **asioiden uudenlaiseen kokemiseen**. Maailma näyttäytyi yksityiskohtaisemmin ja asiat saivat uusia näkökulmia. Kannabiksen käyttö vaikutti aistien terävöitymiseen ja visuaalisen mielihyvän kokemiseen. Sen käyttö vaikutti normaalia keskittyneemmän olotilan saavuttamiseen ja elämän kokemiseen huikeana.

*”Asiat ja ihmiset saavat uusia nyansseja”*

*”Perspektiivit asioiden suhteen laajenee”*

**Tunteiden vahvistuminen** ilmeni empatiakyvyn lisääntymisenä ja anteeksipyytämisen helpottumisena. Tunteiden koettiin vahvistuvan.

*”Empatiakyvyn nostattamiseen, esim. draamaelokuvaa katsottaessa”*

### 5.3.8. Päivittäisistä ongelmista selviytyminen

Kannabiksen käytön motiivina päivittäisistä ongelmista selviytyminen ilmeni **ahdistuksen helpottamisena, masennuksen hoitamisena, uniongelmiin helpottamisena, yksinäisyyden lievittämisenä ja erilaisten terveydentilaan vaikuttavien oireiden hoitamisena** (Taulukko 10).

Taulukko 10. Päivittäisistä ongelmista selviytymiskeinona käyttäminen

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Ahdistuksen helpottaminen	Päivittäisistä ongelmista selviytyminen
Masennuksen hoitaminen	
Uniongelmiin helpottaminen	
Yksinäisyyden lievittäminen	
Erilaisten terveydentilaan vaikuttavien oireiden hoitaminen	

Kannabiksen käyttäminen **ahdistuksen helpottamiseen** oli elämästä johtuvan tuskan helpottamista ja ahdistuneessa olotilassa käyttämistä. Kannabista käytettiin sydänsuruihin, rauhoittumiseen ja vain pahan olon poisviemiseen. Kannabiksella korvattiin lääkärin määräämiä rauhoittavia lääkkeitä ahdistukseen.

*”Että ei tarvitsisi syödä minulle määrättyjä rauhoittavia bentsodiatsepiineja ahdistukseen”*

*”Ne hyödyt, auttaa ahdistukseen”*

*”Pystyn iltasin sen avulla rauhoittumaan”*

Nuorten motiivina käyttää kannabista oli myös **masennuksen hoitaminen** depressiokohtauksen aikana. Kannabiksen käytön oli koettu ehkäisevän itsemurhan.

*”Tappavan kivuliaan selän hoitoon, ainoa vaihtoehto itsemurhalle”*

*”Masennus ja unettomuus, näihin kannabiksesta on ollut apua”*

Kannabista käytettiin myös **uniongelmiin helpottamiseen**. Kannabiksen koettiin auttavan nukkumisessa. Sekä nukahtaminen että uneen rauhoittuminen koettiin helpommaksi kannabista käyttämällä. Kannabiksella korvattiin unettomuuteen käytettäviä rauhoittavia lääkkeitä. Kannabiksen käytön koettiin **lievittävän yksinäisyyttä**, mikä ilmeni maaseudulla yksinolon helpottumisena.

*”Jos polttaa ”hatsit” niin se jeesaa nukkumisenkaa ja aamulla on rentoutunut olo”*

*”Se helpottaa maaseudulla yksinoloa”*

Kannabista käytettiin **erilaisten terveydentilaan vaikuttavien oireiden hoitamiseen**. Kannabiksen koettiin helpottavan erityisesti kiputiloja, kuten kuukautiskipuja, kroonisia selkäkipuja, nivelkipuja ja lihaskipuja. Kannabiksella korvattiin myös voimakkaimpia opioidi-kipulääkkeitä ja sen koettiin auttavan astman sekä autoimmuunisairausten hoitoon. Kannabista käytettiin terveysvaikutteisena lääkkeenä sekä sen koettiin kuuluvan itsestä välittämiseen.

*”Ainoa asia joka auttaa murhaavaan selkäkipuun”*

*”Terveys”*

### 5.3.9. Arjessa jaksaminen

Arjessa jaksaminen kannabiksen käytön motiivina muodostui **kannabiksen tarjoamista arjen virikkeistä, arjessa voimaantumista ja arjen toiminnallisuuden ylläpitämisestä** (Taulukko 11).

Taulukko 11. Arjessa jaksaminen

ALALUOKKA	PÄÄLUOKKA
Arkeen virikkeiden tarjoaminen	Arjessa jaksaminen
Arjessa voimaantuminen	
Arjen toiminnallisuuden ylläpitäminen	

Kannabista käytettiin **tarjoamaan arkeen virikkeitä**. Kannabiksen koettiin tekevän arjesta juhlaa ja kannabis auttoi välttämään elämän harmauden kokemista. Kannabista käytettiin elämän tylsyyden torjumiseen ja tekemisen puuttumiseen kuten maaseudulla ajan tappamiseen. Kannabiksen koettiin parantavan elämänlaatua ja tarjoavan työkaluja arkisten asioiden ongelmien ratkaisemiseen.

*”Se tekee arjesta juhlaa, tekee onnellisen olon aina”*

*”Tylsyyys”*

Nuorten motiivina käyttää kannabista ilmeni **arjessa voimaantumisenä**. Kannabis auttoi irrottautumaan arkipäiväisistä ajatusmalleista sekä arkiviikon kiireistä. Kannabiksen käyttäminen koettiin sopivana aktiivisessa elämänrytmissä. Kannabis auttoi jaksamaan sekä koulussa että töissä.

*”Kannabiksen vaikutuksen alaisena en pohdi arkiviikon kiireitäni sen enempää”*

*”Pidän siitä ja sen avulla jaksan käydä töissä ja koulussa”*

Kannabista käytettiin **ylläpitämään arjen toiminnallisuutta**. Kannabista käytettiin arjessa jotta päivä käynnistyisi ja arjessa järjestelmällisyys lisääntyisi. Vaikka kannabiksen käyttö oli päivittäistä työn tekemisen ja fyysisen kunnon ylläpitämisen koettiin sujuvan ja haluttiin olla toimiva yhteiskunnan jäsen. Kannabiksen käytön koettiin lisäävän energisyyttä ja motivaatiota.

*”Päivittäisestä käytöstä huolimatta se ei estä kuntoilua tai työntekoa”*

### **5.3.10. Uteliaisuudesta kokeileminen**

Motiivina käyttää kannabista oli myös **uteliaisuudesta kokeileminen**, mikä ilmeni jännittävän ja uuden asian kokeilunhaluna ja uteliaisuudesta käyttää kannabista. Myös kannabiksen käyttö sen kiellettyyden ja laittomuuden takia toimi motiivina käyttää sitä.

*”Uuden ja jännittävän asian kokeilu”*

*”Aluksi se oli vaan niin kiellettyä eli kiinnostavaa”*

## 5.4. Nuorten aikuisten kokemia haittoja kannabiksen käytöstä

Nuorten kokemiksi haitoiksi kannabiksen käytöstä muodostui **terveydentilaan vaikuttavien haittojen syntyminen, arjen vaikeutuminen, aivotoimintojen heikentyminen, mielenterveydellisten ongelmien ilmaantuminen ja yhteiskunnan ulkopuolelle jääminen** (Kuvio 3).

### 5.4.1. Terveystilaan vaikuttavien haittojen syntyminen

Kannabiksen käytön haittana terveydentilaan vaikuttavien haittojen syntyminen ilmeni **ala- ja ylähengitysteiden epämiellyttävien haittojen ja erilaisten fyysisten oireiden ilmaantumisena sekä ruokahalun kasvamisena** (Taulukko 12).

Taulukko 12. Terveystilaan vaikuttavien haittojen syntyminen

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Alahengitysteiden epämiellyttävien haittojen ilmaantuminen	Terveystilaan vaikuttavien haittojen syntyminen
Ylähengitysteiden epämiellyttävien haittojen ilmaantuminen	
Muiden fyysisten oireiden ilmaantuminen	
Ruokahalun kasvaminen	

**Alahengitysteiden epämiellyttävien haittojen ilmaantuminen** ilmeni erilaisina keuhkojen alueen ongelmina, kuten keuhkoissa pahalta tuntumisena, erityisesti kannabiksen polttaminen bongista tuntui ikävältä. Lisäksi kannabiksen käytön koettiin aiheuttavan haittaa keuhkoille, kuten tervan kerääntymistä keuhkoihin. Kannabiksen polttaminen höyrystimen avulla aiheutti hengitysteiden kipeytymistä. Yleinen kannabiksen aiheuttaman haitan kokemus oli yskä.

*”Keuhkoihin kerääntyy normaalia enemmän tervaa, koska sätkää poltettaessa ei käytetä tavallista tupakan filteriä vaan ohuesta pahvista tehtyä ohuempaa haitarimaista, avoimempaa suukappaletta”*

*”Kyllähän se keuhkoissa tuntuu”*

Nuorten kokemia haittoja kannabiksen käyttämisestä oli **ylähengitysteiden epämiellyttävien haittojen ilmaantuminen**. Kannabiksen käyttäminen aiheutti kurkussa ikävän tunteen mikä ilmeni



kurkun rasittumisena ja kipeytymisenä. Kannabiksen käyttäminen aiheutti myös suun kuivumista ja bongista polttaminen koettiin nielussa inhottavalle.

*”Ikävä tunne keuhkoissa (huomaa myös seuraavana päivänä lenkillä) ja kurkussa jos polttaa”*

*”Liian usein poltettaessa kurkku tuli vähän kipeäksi”*

Muita kannabiksen aiheuttamia haittoja oli **fyysisten oireiden ilmaantuminen** sekä **ruokahalun kasvaminen**. Silmien koettiin verestävän ja kuivuvan, verensokeri saattoi laskea. Kannabiksen käyttäminen aiheutti päänsärkyä ja huimaamista sekä kuumotuksen tunnetta. Kannabiksen käyttäminen lisäsi yleisesti ruokahalua, makeanhimo kasvoi ja lihavuuden koettiin lisääntyvän.

*”Itselle haittana liika syöminen ja laiskuus”*

*”Verensokeri laskee akuutisti, syön liikaa makeaa”*

*Punaset silmät, julkisilla paikoilla liikkuminen silmien takia vähän häiritsee”*

#### 5.4.2. Arjen vaikeutuminen

Arjen vaikeutuminen kannabiksen käytön haittana ilmeni **voimattomuuden kehittymisenä** ja **päivittäisen toiminnallisuuden vaikeutumisena** (Taulukko 13).

Taulukko13. Arjen vaikeutuminen

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Voimattomuuden kehittyminen	Arjen vaikeutuminen
Päivittäisen toiminnallisuuden vaikeutuminen	

Kannabiksen aiheuttamana haittana **voimattomuuden kehittyminen** ilmeni passivoitumisena, alavireisyytenä, saamattomuutena ja jopa laiskuutena, jolloin koettiin asioiden jäävän vain tekemättä. Kannabiksen aiheuttamina haittoina koettiin myös motivaation väheneminen ja illan kannabispolttelun jälkeisenä aamuna väsyminen tai liian rennon olon kokeminen. Päihtyneenä koettiin tehottomuutta.

*”Jokapäiväisenä passivoittaa hirveästi ja motivaatio katoaa”*

Kannabiksen haittana **päivittäisen toiminnallisuuden vaikeutuminen** ilmeni terävyyden vähenemisenä. Kannabiksen käytön aikana haastavien asioiden tekemistä vältettiin, ajatustoiminnan koettiin hidastuvan ja asioiden tekeminen vei normaalia enemmän aikaa. Tuoteliias toiminta vaikeutui ja ihmisten keskuudessa toiminnan koettiin estyvän. Päähtyneenä asioiden tekemisen ei koettu onnistuvan samalla tavalla kuin selvin päin. Huumorintajun koettiin huonontuvan.

*”Päähtyessä on melko passiivinen, produktiivinen toiminta on vaikeaa. On kuin teeveen ääreen jumahtaisi”*

### 5.4.3 Aivotoimintojen heikentyminen

Kannabiksen käytön haittana aivotoimintojen heikentyminen ilmeni **muistin-, ajatustoiminnan- ja keskittymiskyvyn heikentymisenä** (Taulukko 14).

Taulukko 14. Aivotoimintojen heikentyminen

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Muistin heikentyminen	Aivotoimintojen heikentyminen
Ajatustoiminnan heikentyminen	
Keskittymiskyvyn heikentyminen	

Kannabiksen aiheuttamana haittana **muistin heikentyminen** ilmeni päivittäisessä kannabiksen polttelussa asioiden unohtelemisena ja hajamielisyytenä. Lyhytkestoisen muistin koettiin heikentyvän ja lähes kokonaan katoavan. Kannabiksen käytön haittoina koettiin myös muut erilaiset muistiongelmät ja yleisesti muistin koettiin huononevan.

*”Jos polttaa jatkuvalla tahdilla se alkaa selkeästi vaikuttamaan lähimuistiin”*

*”Jos käytän kaksi päivää peräkkäin kannabista, huomaan hajamielisyyden lisäksi tiettyä pientä ahdistusta”*

Kannabiksen käytön haittana **ajatustoiminnan heikentyminen** koettiin ajatustoiminnan takkuamisena, ajatusten katkeamisena tai heikkenemisenä. Kognitiivisten toimintojen koettiin hidastuvan ja kärsivän sekä reaktiokyvyn hidastuvan. Ajantajun koettiin heikkenevän ja olotila tunnettiin tokkuraisemmaksi.

*”Mitä nyt ajatukset tuppaa katkeamaan”*

*”Myös ajatus alkaa takkuamaan, eli ajatuksista ei oikein saa kiinni kunnolla jos on oikein pilvessä”*

**Keskittymiskyvyn heikentyminen** kannabiksen haittana ilmeni ympäröivään elämään keskittymisen mahdottomuutena ja yleisenä keskittymiskyvyn heikkenemisenä.

*”Seuraavat pari päivää ihan sekaisin ajan kulumisen ja ajatusten kanssa, mahdotonta keskittyä ympäröivään elämään”*

#### 5.4.4. Mielenterveydellisten ongelmien ilmaantuminen

Kannabiksen käytön haittana mielenterveydellisten ongelmien ilmaantuminen oli **tuskaisen olotilan syntymistä, vainoharhaisuuden kokemista, pelkona psykoosiin sairastumista ja nikotiiniriippuvuuden kehittymistä** (Taulukko 15).

Taulukko 15. Mielenterveydellisten ongelmien ilmaantuminen

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Tuskaisen olotilan syntyminen	Mielenterveydellisten ongelmien ilmaantuminen
Vainoharhaisuuden kokeminen	
Pelkona psykoosiin sairastuminen	
Nikotiiniriippuvuuden kehittyminen	

Kannabiksen käytön haittana **tuskaisen olotilan syntyminen** oli väärän annostuksen seurauksena ahdistuksen lisääntymistä ja syntymistä sekä rajuimpien kannabisnousujen aikaista ahdistumista. Kannabiksen käyttö julkisella paikalla koettiin voimakkaana ahdistuksena. Myös pelkotiloja ja uhatuksi tulemista koettiin. Kannabiksen käyttö aiheutti paniikkikohtausten syntymistä ja unenlaadun heikentymistä. Myös sekavia unia nähtiin ja koettiin yleistä huolestumista.

*”Välillä kannabis aiheuttaa uhatun ja ahdistavan olotilan, mikä ei tietysti ole miellyttävää”*

Haittana **vainoharhaisuuden kokeminen** ilmeni väärän kannabisannostuksen seurauksena vainoharhaisuuden lisääntymisenä tai ajoittaisena kokemisena. Kannabiksen käytön koettiin

järkyttävän psyykkistä tasapainotilaa, synnyttävän sosiaalista vainoharhaisuutta. Vainoharhaisuuden kokeminen ilmeni tuttuuden tunteen katoamisena ja vääristymisenä.

*”...Esim. sosiaalista paranoiaa on saattanut syntyä, ja tila on ollut sekava”*

*”Vainoharhat ja luulot”*

Kannabiksen haittana **pelkona psykoosiin sairastuminen** oli sekavan olotilan syntymistä ja kokemista. Kannabiksen käytön koettiin vaikuttavan kannabispsykoosin syntymiseen. Stimulanttilääkitys koettiin sopimattomana yhdessä kannabiksen käytön kanssa.

*” ..ja entiselle poikaystäväälle kehittynyt kannabispsykoosi (joka pitkälti tuhosi meidän suhteen, kognitiivisista toiminnoista mm. tunteet hänellä ei enää toimineet)”*

*”Psykoosin pelko”*

**Nikotiiniriippuvuuden kehittyminen** oli kannabiksen polttamisen seurauksena alkanutta tupakointia ja nikotiiniriippuvuuden kokemista. Kannabiksen käytön haittoina koettiin myös psyykkisen riippuvuuden kehittymistä.

#### 5.4.5. Yhteiskunnan ulkopuolelle jääminen

Kannabiksen käytön haittana yhteiskunnan ulkopuolelle jääminen ilmeni **laittomuuden tunteen kanssa elämisenä, muiden ihmisten asenteiden vuoksi leimaantumisenä, huonommuuden tunteen kokemisena ja lähisuhteiden kärsimisenä** (Taulukko 16).

Taulukko 16. Yhteiskunnan ulkopuolelle jääminen

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Laittomuuden tunteen kanssa eläminen	Yhteiskunnan ulkopuolelle jääminen
Muiden ihmisten asenteiden vuoksi leimaantuminen	
Huonommuuden tunteen kokeminen	
Lähisuhteiden kärsiminen	

Haittana **laittomuuden tunteen kanssa eläminen** oli virkavallalle kiinnijäämisen pelkäämistä ja siitä stressaamista, sakkorangaistuksen ja rikosrekisterimerkinnän saamista sekä rikosoikeudelliseen

vastuuseen joutumista. Huumausaineiden käyttäminen koettiin laittomana toimintana. Kannabiksen käytön haittoina pidettiin laittomuudesta johtuvien ongelmien syntymistä ja pelättiin ajokortin menettämistä. Kannabiksen käyttöä salailtiin ja työpaikan menettämistä pelättiin. Kannabiksen julkista käyttöä varottiin mahdollisen sakon saamisen vuoksi. Terveystoimintaa saadakseen hoitohenkilökunnalle valehdeltiin kannabiksen käytöstä.

*” No sehän on huume...”*

*”Käyttöni paljastuminen johtaisi työpaikkani menettämiseen, rikosrekisterimerkintään”*

Haittana **muiden ihmisten asenteiden vuoksi leimaantuminen** oli kokemusta muiden ihmisten negatiivisista asenteista kannabista kohtaan sekä sosiaalisten haittojen kokemista. Kannabiksen laittomuudesta johtuen koettiin syrjintää ja syrjäydyttiin. Huonon itsetunnon omaavalle kannabiksen käytön koettiin aiheuttavan epäsosiaalisuutta. Kannabiksen käytön haittana punaisten silmien vuoksi liikkumista julkisilla paikoilla vältettiin ja suvulle paljastumista pelättiin. Myös lainsäädännön kautta tulevia sosiaalisia haittoja koettiin.

*”Sen laittomuus syrjii ja edistää syrjäytymistä”*

*”Näin vuosien kannabiksen käytön jälkeen on ilmennyt uusi piirre rajuimpien nousujen aikana; orastava ahdistus-teeke epäsosiaalisiksi etenkin jos itsetunto-ongelmia”*

**Huonommuuden tunteen kokeminen** kannabiksen käytön haittana ilmeni kelvottomaksi itsensä tuntemisena ja rikollisen statuksen luoman ristiriidan kokemisena itsensä ja yhteiskunnan välillä. Kannabiksen käytön haittana koettiin tuomitukseksi tulemista.

*”pelkäsin jääväni kiinni suvulle/virkavalle ja olevani ylipäänsä kelvoton ihminen”*

Haittana **lähisuhteiden kärsiminen** koettiin kaveripiirin muuttumisena ja parisuhteen tuhoutumisena. Tunteiden toimimattomuuden kehittyminen aiheutti konfliktitilanteita.

*”Psykykinen riippuvuus, skarppisuuden vähentyminen sekä kaveripiirin muutokset”*

#### **5.4.6. Kannabiksen hankkimisen vaikeutuminen**

Haittana kannabiksen hankkimisen vaikeutuminen koettiin **kannabiksen käytön kalleutena ja alkoholiin verrattuna vaikeampana saatavuutena.**

## 6. POHDINTA

### 6.1. Tulosten tarkastelua

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata nuorten kannabiksen käytön motiiveita ja haittoja. Tutkimuskysymyksenä oli selvittää millaiset ovat nuorten kannabiksen käytön motiivit ja millaisia haittoja nuoret kokevat kannabiksen käytöstä olevan.

Tulosten perusteella voidaan todeta, että nuoret kertoivat moninaisia motiiveita kannabiksen käytölleen. Kannabis koettiin tehokkaana stressiä lievittävänä päihteenä ja sen käyttö liittyi koti-iltoihin ja viikonloppuihin. Kannabiksen käytön motiivina korostui kavereiden kanssa yhteisen kokemuksen jakaminen, mikä korosti samankaltaisuuden tunteen kokemista. Kannabiksen koettiin parantavan sosiaalisia vuorovaikutustilanteita. Kannabista käytettiin juhlimiseen ja mielihyvän tavoitteluun. Kannabis koettiin alkoholia turvallisemmaksi päihteeksi käyttää ja sen koettiin lisäävän luovuutta ja ajattelutoimintaa. Kannabiksen koettiin auttavan selviytymistä päivittäisistä ongelmista, kuten helpottavan ahdistusta, masennusta, uniongelmia ja erilaisia kipuja.

Nuoret kokivat myös erilaisia haittoja kannabiksen käytöstä. Haitat olivat sekä fyysisiä, terveydentilaan vaikuttavia haittoja, kuten kannabiksen polttamisesta aiheutuvat kurkun ja keuhkojen alueen ongelmat tai erilaiset mielenterveydelliset ongelmat kuten masennuksen ja ahdistuksen syntyminen. Lisäksi kannabiksen käyttö aiheutti alavireistä oloa, heikensi muistia, tarkkaavaisuutta ja keskittymiskykyä ja johti yhteiskunnan ulkopuolelle jäämiseen.

#### 6.1.1. Nuorten aikuisten motiivit käyttää kannabista

Tutkimustulosten mukaan nuorten kannabiksen käytön motiiveita löytyi useita. Tämän tutkimuksen kannalta mielenkiintoista oli huomata, että aikaisemmin kehitetyssä Marihuana motive measure (MMM) – mittarissa esiin tulevat kannabiksen käytön viisi motiivia löytyivät sisällöllisesti myös tästä tutkimuksesta. Nämä motiivit ovat *sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kokeminen, sosiaalisista tilanteista nauttiminen, tajunnallisuuden laajentuminen, hauskan pitäminen ja päivittäisistä ongelmista selviytyminen*. Benschopin ym. (2015), Courtney ym. (2012) ja Leen ym. (2006)

tutkimuksissa näitä motiiveita nimitetään ”conformity”, ”social”, ”enthancement”, ”expansion” ja ”coping”. *Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden* tunne syntyi, kun kannabista käytettiin ystävien ja kavereiden kanssa yhteisissä sosiaalisissa tilanteissa. Kavereiden kanssa haluttiin viettää ja jakaa yhteistä aikaa ja yhteisiä kokemuksia. Kannabiksen käyttäminen yhdessä korosti kaveruutta, yhdessä olemista ja ajan viettämistä yhdessä. Sosiaalinen yhteenkuuluvuus korostui myös Bonn-Millerin (2006) tutkimuksessa, jossa tarkasteltiin kannabiksen käytön motiiveita suhteessa sen käyttöön viimeisen 30 päivän aikana. Dunlapin(2006) tutkimuksessa kannabiksen polttaminen nähtiin taas yhteisöllisenä toimintana, jossa korostui tietyt normit ja rituaalit.

Kannabiksen käyttäminen kuului myös yhteisiin harrastuksiin, kuten musiikin kuuntelemiseen tai tekemiseen ja luonnossa oleiluun. Myös Dunlapin ym. (2006) tutkimuksessa kannabiksen polttaminen nähtiin yhteisöllisenä toimintana, jonka ohella harrastettiin myös muita aktiviteetteja kuten elokuvien katselua tai kortin peluuta.

Kannabiksen käytön motiivina sosiaalista yhdenmukaisuutta ja yhteenkuuluvuutta oli kaverijoukkoon kuuluminen sekä kumppanin kanssa samanlaisen kokemuksen jakaminen. Kannabista käytettiin, jos joku porukassa tarjosi tai vain tavan vuoksi sekä ylipäänsä kavereiden vuoksi. Kannabista käyttämällä tavoiteltiin kaveriporukassa samankaltaisuuden tunnetta. Aikaisemmissa tutkimuksissa kannabiksen käytön on todettu lisäävän seurassa naurua ja lisääntyvää sosiaalisuutta sekä tavallisten asioiden, kuten musiikin kuuntelun tai elokuvan katselun kokemuksen tehostumista (Sadock ym. 2009). Tässä tutkimuksessa kannabiksen käytön motiivina oli tavoitella myös kumppanin kanssa syvempää yhteistä kokemusta ja yhteyttä toisiinsa.

Tässä tutkimuksessa kannabiksen käytön motiivina ilmeni *sosiaalisista tilanteista nauttiminen*. Tutkimukseen osallistujat käyttivät kannabista sosiaalisissa tilanteissa ja kokivat kannabiksen käytön parantavan sosiaalisia vuorovaikutustilanteita. Keskustelutilanteet muuttuivat luonteviksi ja tuli osaamisen tunne keskustella ja reflektoida toisten kanssa. Kannabiksen vaikutuksen alaisena koettiin muiden ihmisten saavan aivan uudenlaisia ulottuvuuksia vuorovaikutustilanteissa. Kannabiksen käyttö vaikutti myös toisten ihmisten huomioonottamiseen keskustelutilanteissa. Aikaisemmissa tutkimuksissa on todettu nuorten sosiaalisten tilanteiden pelon olevan yhteydessä kannabiksen käyttöön ja sen aiheuttamiin ongelmiin (Benschop ym. 2015, Courtney ym. 2012, Lee ym. 2006, Bucner & Zwolensky 2014, Bucner ym. 2012).



Tässä tutkimuksessa osallistuneiden kannabiksen käytön motiivina oli päihtymystilan tavoittelu ja juhlimisen yhteydessä *hauskan pitäminen*. Kannabiksen käytön motiivina positiivisten vaikutusten lisääminen ilmeni myös Benschopin ym. (2015), Courtney ym. (2012) ja Leen ym. (2006) tutkimuksissa. Kannabiksen koettiin luovan tapahtumissa tai konserteissa positiivista tunnetta. Myös kannabiksen aiheuttamasta päihtymystilasta pidettiin yleisesti ja se koettiin kivana. Kannabista käytettiin myös yhdessä alkoholin kanssa päihtymystilan tavoitteluun. Myös Leen ym. (2006) tutkimuksessa korostui motiivina hauskanpito ja Sadockin ym. (2009) mukaan motiivina käyttää kannabista oli ”high”-olotilan tavoittelu. Dunlapin ym. (2006) tutkimuksessa alkoholi oli pääasiallinen riippuvuutta aiheuttava aine, mutta juhlien jälkeen kannabista irtaannuttiin polttelemaan.

Lisäksi kannabiksen käytön motiivina *tajunnallisuuden laajentuminen* ja *päivittäisistä ongelmista selviytyminen* olivat sisällöltään samankaltaisia MMM-mittarissa esiintyneiden motiivien, ”expansion” ja ”coping” kanssa (Benschop ym. 2015, Courtney ym. 2012, Lee ym. 2006). Tajunnallisuuden laajentuminen oli luovuuden lisääntymistä ja kehittymistä sekä loistavien ideoiden syntymistä. Kannabiksen käytön koettiin herättävän taiteellisen olotilan. Chabrolin (2004) tutkimuksessa tytöillä kokemuksellisen tajunnallisuuden laajentuminen oli yhteydessä kannabisriippuvuuden syntyyn.

Kannabiksen käyttö *päivittäisistä ongelmista selviytyminen* oli elämästä johtuvan tuskan helpottamista ja ahdistuneessa olotilassa käyttämistä. Tutkimukseen osallistujien kokemuksissa kannabiksen käyttö torjui elämän harmautta, tylsyyttä ja tekemisen puutetta. Myös aikaisemmissa tutkimuksissa kannabiksen käytön yhtenä motiivina oli elämän tylsyyden torjuminen (Benschop ym. 2015, Lee ym. 2006). Bonn-Millerin (2006) tutkimuksessa selviytyminen oli merkittävästi yhteydessä viimeisen kuukauden aikaiseen kannabiksen käyttöön. Lisäksi ongelmat nuoren sosiaalisessa ympäristössä aiheuttavat stressitilanteen ja lisäävät nuoren kannabiksen käyttöä keinona paeta tai selviytyä ongelmasta (Butters ym. 2001, Cascone ym. 2011).

Tässä tutkimuksessa löytyi lisäksi viisi muuta kannabiksen käytön motiivia. Nämä motiivit ovat *kokonaisvaltaisen rentoutumisen* ja *nautinnollisten kokemusten tavoittelu*, *kannabista terveydellisesti vähiten haitallisena päihteenä pitäminen*, *arjessa jaksaminen* ja *uteliaisuudesta kokeileminen*. Kannabiksen käytöllä tavoiteltiin *kokonaisvaltaista rentoutumista*, mikä ilmeni vapaa-aikana, koti-iltoina ja viikonloppuisin tai stressaavan työviikon ja koulupäivien jälkeisenä rentoutumisena kannabista käyttäen. Kannabista käytettiin myös yksin kotona samanaikaisesti

jotain puuhastellen tai luotettavien ystävien ja kavereiden kanssa salassa ja katseilta suojassa kokonaisvaltaista rentoutumista tavoitellen. Myös aikaisemmissa tutkimuksissa rentoutumisen kokeminen (Benschop ym. 2015, Cascone ym.2011, Lee ym. 2006) sekä stressin helpottaminen (Cascone ym.2011) ilmenivät motiivina käyttää kannabista.

Kannabiksen käytön motiivina *nautinnollisten kokemusten tavoitteleminen* oli tutkimukseen osallistujien kokemuksissa mielihyvän tavoittelua. Kannabiksen käyttö vaikutti elämästä täysillä nauttimiseen ja lisäsi hyväntuulisuutta ja onnellista oloa. Kannabiksen koettiin vaikuttavan elämästä täysillä nauttimiseen. Kannabiksen käyttö herätti myös seksuaalisuuden ja seksin harrastaminen koettiin parempana ja nautinnollisempana. Aikaisempien tutkimusten mukaan kannabiksen aiheuttamat ongelmat lisääntyivät, jos kannabiksen käyttö liittyi motiiveista nautinnon tavoitteluun. (Lee ym. 2006.)

Tässä tutkimuksessa osallistujien motiivina *käyttää kannabista terveydellisesti vähiten haitallisena päihteenä* korostui voimakkaasti. Kannabista käytettiin alkoholin sijaan, jotta välttyttäisiin alkoholin aiheuttamilta sekä fyysisiltä että henkisiltä krapulan oireilta. Alkoholi koettiin vaarallisempana päihteenä sen tietoisuutta hämärtävän vaikutuksen takia. Kannabiksen käytön koettiin aiheuttavan vähäisempiä terveyshaittoja kuin alkoholin käytön. Kannabista käytettiin myös erilaisen päihtymistilan tavoitteluun ja se nähtiin edullisempana päihteenä alkoholiin verrattuna. Beckin ym. (2014) nuorten huumeiden käytön asennetutkimuksessa löydettiin asenteita, joissa nuoret oppilaat kielsivät huumeiden käyttöön liittyvät riskit, eivät tieneet riskejä olevan, eivätkä kokeneet huumeiden käytössä olevan suurta riskiä ja näkivät vain säännöllisen käytön riskinä.

Tämän tutkimuksen osallistujat käyttivät kannabista motiivina *arjessa jaksamiseen*. Kannabiksen koettiin tekevän arjesta juhlaa ja se auttoi välttämään elämän harmauden kokemista. Kannabis auttoi irrottautumaan arkiviikon kiireistä sekä auttoi jaksamaan sekä koulussa että töissä. Tässä tutkimuksessa motiivina käyttää kannabista oli myös *uteliaisuudesta kokeileminen*. Tutkimukseen osallistujat kokivat kannabiksen käytön uutena, jännittävänä ja mielenkiintoisena asiana. Myös kannabiksen käyttö sen laittomuuden takia toimi motiivina sen kokeilulle. Aikaisemmissa tutkimuksissa on tunnistettu myös kokeilu kannabiksen käytön motiivina. Kannabiksen kokeilu oli yhteydessä vähempään kannabiksen käyttöön sekä kannabiksen aiheuttamiin ongelmiin. (Lee ym. 2006.)

### 6.1.2. Nuorten aikuisten kokemia haittoja kannabiksen käytöstä

Tutkimustulosten mukaan osallistujat tunnistivat useita haittoja kannabiksen käytöstä. Mielenkiintoista tutkimustuloksissa on se, että osa osallistujien kokemia motiiveja käyttää kannabista esiintyivät kannabiksen käytöstä seuranneina haittoina. Osallistujien kokemia haittoja kannabiksen käytöstä oli *terveydentilaan vaikuttavien haittojen syntyminen, arjen vaikeutuminen, aivotoimintojen heikentyminen, mielenterveydellisten ongelmien ilmaantuminen ja yhteiskunnan ulkopuolelle jääminen.*

*Terveydentilaan vaikuttavien haittojen syntyminen* koettiin ala- ja ylähengitysteiden oireina, kuten keuhkoissa pahalta tuntumisena, yskänä ja kurkun kipeytymisenä. Osa tutkimukseen osallistujista tiedosti kannabiksen polttamisen aiheuttamat haitat keuhkoille olevan suuremmat kuin tupakan polttamisen. Myös aikaisemmissa tutkimuksissa kannabiksen polttamisen on todettu aiheuttavan kroonisen bronkiitin tapaisia oireita, yskää, kipua hengityselimissä ja keuhkojen limaisuutta sekä lisäävän keuhkosyövän syntymisen riskiä (Dahl & Hirschovits 2007, Sadock ym. 2009). Muita terveydentilaan vaikuttavia haittoja tässä tutkimuksessa olivat silmien verestäminen ja kuivuminen, verensokerin lasku sekä ruokahalun kasvaminen niin että se aiheutti lihomista. Dahlin & Hirschovitsin (2007) ja Sadockin ym. (2009) mukaan fyysisiä oireita kannabiksen käytöstä ovat silmien sidekalvon punoitus ja lisääntynyt valoherkkyys sekä makeannälkä.

Tutkimuksen osallistujat kokivat kannabiksen käytön haittana myös *arjen vaikeutumisen*, mikä ilmeni passivoitumisena ja alavireisyytenä. Kannabiksen käytön jälkeen haastavien tehtävien suorittamista vältettiin, koska tietynlainen terävyys puuttui tekemisestä ja asioiden tekeminen vei normaalia enemmän aikaa. Leen ym. (2006) tutkimuksessa kannabiksen aiheuttamat ongelmat lisääntyivät, jos kannabiksen käytöllä toivottiin aktiivisuuden tehostumista.

Tässä tutkimuksessa kannabiksen haittana *aivotoimintojen heikentyminen* oli muistin, ajatustoiminnan ja keskittymiskyvyn heikentymistä. Tutkimukseen osallistujat kokivat lyhytaikaisen muistin lähes kokonaan katoavan. Ajatustoiminnan koettiin huonontuvan ja reaktiokyvyn hidastuvan. Lisäksi keskittymiskyvyn heikentyminen vaikutti ympäröivään elämään keskittymisen mahdottomuutena. Aikaisemmissa tutkimuksissa mainitaan kannabiksen käytön haitallinen vaikutus aivotoimintoihin ja nuoruusiän kannabiksen käytön haitallisuus aivojen normaalille kehitymiselle (Asthari 2009, Sadock ym. 2009). Kannabiksen on todettu heikentävän erityisesti lyhytkestoista muistia ja luovan käyttäjälleen miellyttävän haaveilevan olotilan, mikä

heikentää ajatustoimintaa ja päämääräsuuntautunutta toimintaa (Dahl & Hirschovits 2007, Sadock ym. 2009). Motoristen taitojen, kuten koordinaation ja reaktioajan heikentyminen lisäävät myös liikenneonnettomuusriskiä (Dahl & Hirschovits 2007, Päihdelinkki 2009, Sadock ym. 2009, Salaspuro ym. 1998, STM 2014, THL 2014).

Tutkimuksen osallistajat tunnistivat kannabiksen käytön haittana *mielenterveydellisten ongelmien ilmaantumista*. Kannabiksen käyttö aiheutti osallistujilla tuskaista olotilaa, masennusta ja ahdistusta sekä lisäsi paniikkioireilun syntymistä ja heikensi unenlaatua. Myös Copelandin ym. (2013), Courtney ym. (2011), Dahl & Hirschovitsin (2007), Käypä hoito suosituksen (2012), Lev-Ranin ym. (2013) ja Sadockin ym. (2009) tutkimuksissa todettiin kannabiksen aiheuttavan masennusta, ahdistusta ja olevan yhteydessä käyttäytymisen ongelmiin. Kannabiksen käyttö altisti myös itsetuhoiselle ja väkivaltaiselle käyttäytymiselle (Copeland ym. 2013).

Kannabiksen käytön haittoina koettiin myös psyykkisen tasapainon järkkymistä ja vainoharhaisuutta sekä nikotiiniriippuvuuden kehittymistä. Dahl & Hirschovitsin (2007) ja Sadockin ym. (2009) mukaan psykoottiset oireilut ovat harvinaisia ja liittyvät suuriin kannabiksen annoksiin ja thc-pitoisuuksiin, mutta saattavat laukaista psykoosin pienelläkin kannabiksen käytöllä niillä ihmisillä, joilla on jo entuudestaan herkkyyttä psykoosin kehittymiselle. Hallusinaatiot saattavat olla visuaalisia tai kuulohallusinaatioita (Sadock ym. 2009). Tutkimukseen osallistajat tunnistivat riskin sairastua kannabispsykoosiin ja sitä pelättiin ja pyrittiin ennaltaehkäisemään oikealla kannabiksen annostuksella. Kannabispsykoosiin sairastuminen oli myös koettu lähipiirissä.

Kannabiksen käytön haittana koettiin laittomuuden tunteen kanssa elämistä, muiden ihmisten asenteiden vuoksi leimaantumista, huonommuuden tunteen kokemista ja se aiheutti kärsimystä lähisuhteille. Dahlin & Hirschovitsin (2007) mukaan kannabis vaikuttaa sosiaalisten suhteiden kärsimiseen. Tässä tutkimuksessa virkavallalle, lähipiirille ja työpaikalla kiinni jäämistä pelättiin, koska siitä olisi seurannut kasvojen ja työpaikan menettämistä sekä sakkorangaistusta. Rikosrekisterimerkintä koettiin häpeällisenä. Koettiin rikollisen statuksen luomaa ristiriitaa. Kannabiksen käytön koettiin aiheuttavan huonommuuden tunnetta ja muiden ihmisten negatiivinen asenne kannabista kohtaan aiheutti syrjintää ja syrjäytymistä, *yhteiskunnan ulkopuolelle jäämistä*. Aikaisemmissa tutkimuksissa sosiaalisen syrjäytymisen ja päihteiden käytön on todettu liittyvän kiinteästi toisiinsa (Dahl & Hirschovits 2007, Salaspuro ym. 1998, THL 2014) ja rikolliseen alakulttuuriin integroitumisen johtavan sosiaaliseen syrjäytymiseen (Dahl & Hirschovits 2007, Salaspuro ym. 1998). Runsas kannabiksen käyttö on yhteydessä myös huonompaan

koulumenetykseen (THL 2014). Tutkimukseen osallistujat kokivat haittoina myös kannabiksen hankkimisen vaikeuden ja rahan kulumisen.

Tässä tutkimuksessa osallistujat tunsivat ja kokivat monenlaisia kannabiksen käytöstä johtuvia haittoja, mutta koetut hyödyt saivat jatkamaan kannabiksen käyttöä. Aikaisemmissa tutkimuksissa lääkkeellisen kannabiksen laillisuus yhteiskunnassa lisäsi nuorten laittomien huumeiden käyttöä ja torjui pelkoa kannabiksen aiheuttamista terveydellisistä haitoista (Stolzenberg ym. 2016), lisäsivät sen käyttöä yhteiskunnassa (Sadock ym. 2009) ja yhteiskunnan hyväksyvä suhtautuminen ennusti suurempia kannabiksen käyttöön liittyviä ongelmia (Courtney ym. 2011).

## **6.2. Tutkimuksen luotettavuus**

Tässä tutkimuksessa luotettavuutta on pyritty arvioimaan laadullisen tutkimuksen luotettavuuden kriteereiden avulla. Nämä kriteerit ovat uskottavuus, vahvistettavuus, refleksiivisyys ja siirrettävyys. Uskottavuus tarkoittaa tutkimuksen tulosten uskottavuutta, tutkimustulosten tulee vastata osallistujien käsityksiin tutkimuskohteesta. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, Kylmä & Juvakka 2007.) Tässä tutkimuksessa on pyritty säilyttämään analyysivaiheessa osallistujien näkökulma niin tarkasti kuin mahdollista. Tutkija on pyrkinyt etenemään analyysiprosessissa vaiheittain huolellisesti ja tarkasti. Laadullisen aineiston analyysi edellyttää tutkijalta abstraktia ajattelua ja luovuutta tarkastella tutkittavaa ilmiötä useasta eri näkökulmasta (Aho 2010). Tutkija on lukenut aineistoa useaan kertaan ja pyrkinyt löytämään ymmärrystä tutkittavasta ilmiöstä. Tutkija on palannut analyysivaiheessa välillä alkuperäisaineistoon tarkistaakseen, jotta pelkistysten ja luokittelujen nimeäminen kuvaisi osallistujien ääntä. Tämä on lisännyt tutkimuksen luotettavuutta samoin kuin ohjaajien korvaamaton tuki läpi koko tutkimusprosessin ajan.

Vahvistettavuus liittyy koko tutkimusprosessiin ja edellyttää tutkimusprosessin kirjoittamista niin, että toinen tutkija voi seurata prosessin kulkua pääpiirteissään (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, Kylmä & Juvakka 2007). Tämä tutkimus on pyritty kirjoittamaan niin yksityiskohtaisesti, että toinen tutkija pystyy seuraamaan tutkimuksen eri vaiheita ja kuvaamaan sitä, miten tutkimustulokset on saatu. Näin lukija voi seurata tutkijan tekemiä ratkaisuja ja arvioida tutkimuksen pätevyyttä. (Aho 2010.) Tutkimuksen aihe on ajankohtainen, perusteltu ja lähtökohdat tutkimukselle on pyritty kuvaamaan selkeästi. Tutkimuskysymyksissä ja käsitteiden määrittelyssä on pyritty selkeyteen.

Kannabiksen käytön motiivit aiheena levittäytyy eri tieteenaloille ja tuo haasteita käsitteiden määrittelyyn, mikä on saattanut vaikuttaa luotettavuuteen. Aineistonkeruun aikana tutkija huomasi puutteita kyselylomakkeen kysymyksenasetteluissa, mutta tutkimuksen tavoitteisiin niillä ei ollut merkitystä. Tutkimuskysymyksiin haettiin vastausta avoimilla kysymyksillä, jotta tutkimukseen osallistujat voivat vastata mahdollisimman vapaasti ja ennakkoluulottomasti. Tutkijan tavoitteena oli saada rikas aineisto.

Analyysiprosessi on pyritty kuvaamaan tarkasti ja selkeästi, jotta lukija voi hahmottaa syntyneet pelkistykset sekä ylä- ja alaluokat. Analyysiprosessin luotettavuutta on pyritty vahvistamaan esimerkillä sisällönanalyysin synnystä, alkuperäisilmaisuilla tekstissä ja osallistujien taustatiedoilla. Vahvistettavuus nähdään osaltaan ongelmallisena kriteerinä laadullisessa tutkimuksessa, koska toinen tutkija ei välttämättä päädy samanlaisiin ratkaisuihin. Todellisuuksia on yhtä monia kuin on tutkijoita ja se hyväksytään. (Kylmä & Juvakka 2007.)

Refleksiivisyys tarkoittaa tekijän tietoisuutta omista lähtökohdistaan tutkimuksen tekijänä, kuinka hän voi vaikuttaa aineistoon ja tutkimusprosessiin (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, Kylmä & Juvakka 2007). Tutkija tiedosti omat henkilökohtaiset ennakkokäsitykset aiheeseen liittyen. Ennakkokäsityksiin liittyen tutkija on pyrkinyt tarkasti ja suunnitelmallisesti etenemään tutkimusprosessissa ja erityisesti analyysiprosessissa. Tutkija on vahvistanut tutkimusaiheensa osaamistaan kirjallisuutta lukemalla. Tutkija pyrki ymmärtämään osallistujia itsenään, ilman omia ennako-oletuksia, mutta väistämättä aiheen arkuus on saattanut vaikuttaa aineiston tulkintaan.

Siirrettävyys tarkoittaa tutkimustulosten siirrettävyyttä muihin samanlaisiin tilanteisiin ja sen varmistamiseksi edellytetään taustojen selvittämistä, tutkimuskontekstin ja analyysiprosessin tarkkaa kuvausta (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, Kylmä & Juvakka 2007). Tässä tutkimuksessa on pyritty kuvaamaan tutkimuksen lähtökohdat, teorialähteet ja tutkimusmenetelmä tarkasti. Tulosten siirrettävyyteen vaikuttaa myös aineiston määrä, laatu ja tulkinta (Aho 2010), joten tässä tutkimuksessa osallistujien suuri määrä (N=110) lisää tutkimuksen tulosten luotettavuutta. Laadullinen tutkimus on aina kontekstisidonnainen, joten tämän tutkimuksen tulokset eivät kuitenkaan ole suoraan siirrettävissä toiseen kontekstiin (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, Kylmä & Juvakka 2007).

### 6.3. Tutkimuksen eettisyys

Helsingin julistus, kansallinen lainsäädäntö, tutkimuseettinen neuvottelukunta ja terveydenhuollon eettinen neuvottelukunta määrittävät kuinka hoitotieteellinen tutkimus toteutuu eettisesti. Tässä progradu tutkielmassa on pyritty noudattamaan hyvää tieteellistä käytäntöä aina tutkimusaiheen valinnasta tutkimustulosten raportointiin saakka. Tämä tutkimus on raportoitu kirjallisessa muodossa ja esitetty tutkimuksen etenemisen mukaan kolme kertaa tutkimussuunnitelmavaiheessa, analyysi- ja tutkimuksen tulosvaiheessa, graduseminaarissa. Tutkija on pyrkinyt raportoimaan tutkimuksen raportoinnin tieteellistä tutkimusetiikkaa noudattaen rehellisesti, avoimesti ja tarkasti (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, Kylmä & Juvakka 2007). Kylmän & Juvakan (2007) mukaan eettiset ratkaisut koskevat aiheen valintaa, menetelmällisiä ratkaisuja, tutkimuksen toimijoiden asemaa, tutkimuksen analyysiä ja tutkimuksen raportointia sekä tutkimuksen hyvään pyrkimistä.

Tämän tutkimuksen aihe on kiinnostava, ajankohtainen ja tarpeellinen. Nuorten aikuisten kannabiksen käyttö Suomessa on lisääntynyt viimeisen neljän vuoden aikana (Hakkarainen ym. 2015, THL 2014). Kannabiksen käyttö on huumausaineista suosituinta. Myös nuorten aikuisten suhtautuminen kannabikseen on muuttunut. Kannabiksen käyttöön liitetään mielikuva todellista vähäisemmistä terveyshaitoista. Aihetta on myös vähän tutkittu nuorten aikuisten omien kokemusten näkökulmasta. Tässä tutkimuksessa osallistujat olivat sensitiivinen ryhmä, koska kannabis rinnastetaan huumausaineeksi ja sen käyttö Suomessa on lailla kiellettyä. Kylmän & Juvakan (2007) mukaan tutkimuksen sensitiivisyys voi perustua muun muassa salassa pidettäviin tai stigmatisoituihin ilmiöihin tai rikollisuuteen.

Tutkimuksen menetelmällisissä ratkaisuissa on pohdittava, voidaanko haluttu tieto saavuttaa valitulla menetelmällä ja ovatko menetelmät eettisesti oikeutettuja (Kylmä & Juvakka 2007). Tässä tutkimuksessa haluttiin saada selville nuorten aikuisten kannabiksen käytön motiiveja ja haittoja. Tutkimuksen aineisto kerättiin e-kyselylomakkeella sosiaalisessa mediassa. Tällä menetelmällä voitiin varmistaa tutkimukseen osallistujien anonymiteetti ja tutkimuksen luottamuksellisuus. Saatekirjeessä mainittiin tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuus tutkittaville ja ettei tutkittavien tiedot tule esille missään vaiheessa tutkimusta. Saatekirjeessä ilmoitettiin myös tutkijan yhteystiedot mahdollisia yhteydenottoja varten sekä tutkimuksen tarkoitus ja tavoite.

Tutkija on ollut tietoinen omista ennakko-oletuksistaan ja on huomionnut sen analyysivaiheessa. Kylmän & Juvakan (2007) mukaan tutkimusaineiston analyysiprosessi on tärkeä tutkimusaineiston eettisyyden arvioinnissa. Aineisto saattaa herättää tunteita ja ajatuksia tutkijalle. Tutkija on pyrkinyt kuvaamaan ja perustelemaan ratkaisujaan tutkimuksen eri vaiheissa huolellisesti, tarkasti ja rehellisesti. Tutkija on ottanut muiden tutkijoiden tutkimukset huomioon ja antanut heidän saavutuksilleen niiden kuuluvan arvon omassa tutkimuksessaan. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.) Tutkimuksen tulokset tullaan julkaisemaan ja saattamaan tiedeyhteisön tarkastettavaksi. Tutkimusaineisto tullaan hävittämään asianmukaisella tavalla tutkimuksen julkaisemisen jälkeen.



## 7. TUTKIMUKSEN JOHTOPÄÄTÖKSET JA JATKOTUTKIMUSAIHEET

Johtopäätökset syntyivät pohtimalla miten tulokset vastasivat tutkimuksen tutkimuskysymyksiin, millaiset ovat nuorten aikuisten kannabiksen käytön motiivit ja millaisia haittoja nuoret aikuiset kokevat olevan kannabiksen käytöstä. Johtopäätöksenä voidaan todeta, että nuorilla aikuisilla oli useita erilaisia motiiveita kannabiksen käytölle. Kannabiksen aiheuttama päihtymystila helpotti sosiaalisista tilanteista ja arjen haasteista selviytymistä sekä sillä tavoiteltiin todellisuuden tunteesta irrottautumista. Kannabiksen käytöllä helpotettiin ja hoidettiin erilaisia mielenterveyshäiriöitä. Kannabiksella tavoiteltiin haitattomampaa humaltumistilaa alkoholiin verrattuna, koska alkoholin aiheuttama krapula koettiin epämukavana ja vaarallisempana. Kannabiksesta johtuvassa humalatilassa pidettiin hauskaa ja tavoiteltiin nautinnollisia kokemuksia seksuaalisuudesta. Uteliaisuus kannabista kohtaan motivoi käyttämään päihdettä.

Lisäksi johtopäätöksenä voidaan todeta, että osa nuorten aikuisten motiiveista käyttää kannabista esiintyi vastaavasti kannabiksen käytöstä seuranneina haittoina. Kannabiksen käytön koettiin heikentävän sekä fyysistä että psyykkistä terveydentilaa, aiheuttavan psyykkisen tasapainon järkkymistä, kuten vainoharhaisuutta ja psykoosiin sairastumista pelättiin. Kognitiiviset toiminnot heikentyivät, kuten muisti ja reaktiokyky. Lisäksi laittomuuden tunteen kanssa eläminen aiheutti syrjintää ja syrjäytymistä ja huonommuuden tunnetta.

Jatkotutkimusaiheena on edelleen tärkeää tutkia kannabiksen käytön motiiveita nuorten 15 - 18-vuotiaiden näkökulmasta. Olisi tärkeää saada nuorten omia kokemuksia kuuluviin. 10 prosenttia 15 - 24 -vuotiaista nuorista pitää kannabista mietona huumeena (Piispa ym. 2008) ja suurin riski kannabisriippuvuuden syntymiseen on 17 - 18-vuotiaana (Dunlap ym. 2006, Winters & Lee 2009). Lisäksi olisi tärkeää selvittää nuorten kokemuksia saamastaan kannabisvalistuksesta kouluissa ja oppilaitoksissa, koska päihdekasvatuksen ei ole koettu kohtaavan nuorten elämismaailmaa (Juurinen 2014). Lisää tietoa tarvitaan myös yhteiskunnan ja vanhempien vallitsevista asenteista kannabista kohtaan. Lisäksi olisi tärkeää tehdä tutkimusta kannabista käyttävien nuorten ja heidän sisarusten sekä vanhempien näkökulmasta.

## LÄHTEET:

Aho A L. 2010. Isän suru lapsen kuoleman jälkeen- tuki-interventio ja sen arviointi. Väitöskirja. Tampereen yliopisto. Terveystieteiden laitos.

Ashtari M, Cervellione K, Cottone J, Ardekani B & Kumra S. 2009. Diffusion abnormalities in adolescents and young adults with a history of heavy cannabis use. *Journal of Psychiatric Research* 43(3),189-204.

Beck F, Legley S, Chomynova P & Miller P. 2014. A quantitative exploration of attitudes out of line with the prevailing norms toward alcohol, tobacco, and cannabis use among European students. *Substance Use & Misuse* 49 (7),877-90.

Benschop A, Liebrechts N, Van der Pol P, Schaap R, Buisman R, Van Laar M, Van Den Brink W, De Graaf R & Korf D. 2015. Reliability and validity of the Marijuana Motives Measure among young adult frequent cannabis users and associations with cannabis dependence. *Addictive Behaviors* 40, 91-95.

Bonn-Miller M, Zvolensky MJ & Bernstein A. 2007. Marijuana use motives: concurrent relations to frequency of past 30-day use and anxiety sensitivity among young adult marijuana smokers. *Addictive Behaviors* 32(1), 49-62.

Bucner JD, Heimberg RG, Matthews RA & Silquado J. 2012. Marijuana-related problems and social anxiety: the role of marijuana behaviors in social situations. *Psychology of Addictive Behaviors* 26(1), 151-6.

Bucner JD & Zvolensky MJ. 2014. Cannabis and related impairment: the unique roles of cannabis use to cope with social anxiety and social avoidance. *American Journal on Addictions* 23(6), 598-603.

Butters J. 2001. Understanding adolescent cannabis use: A stress process model application. Doctorate of philosophy. University of Toronto. Department of sociology.

Cascone B, Zimmermann G, Aueenthaler B & Robert-Tissot C. 2011. Cannabis dependence of Swiss adolescents: Exploration of the role of anxiety, coping styles and psychosocial difficulties. *Swiss Journal of Psychology* 129-139.

Chabrol H, Duconge E, Casas C, Roura C. & Carey K. 2004. Relations between cannabis use and dependence, motives for cannabis use and anxious, depressive and borderline symptomatology. *Addictive Behaviours* 30(4), 829-840.

Copeland J, Rooke S & Swift W. 2013. Changes of cannabis use among young people: impact of mental health. *Current opinion in Psychiatry* 26(4),325-9.

Courtney L F, Sheri L T, Robert S. S, Walker D & Roger R. 2011. Motives for cannabis use in high-risk adolescent users. *Psychology of Addictive Behaviors* 25(3), 492-500.

Dahl P & Hirschovits T. 2007. Tästä on kyse- Tietoa päihteistä. 4. Uudistettu painos. YAD Youth Against Drugs ry. Hakapaino Oy. Helsinki.

- Dunlap E, Benoit E, Sifaneck S & Johnson B. 2006. Social constructions of dependency by blunts smokers: Qualitative reports. *International Journal of drug policy* 17(3), 171-182.
- Finlex. 2016. / <http://www.finlex.fi/> Luettu 1.4.2016
- Hakala J. 2009. Uusi graduopas. 2. Painos. HakaPaino. Helsinki.
- Hakkarainen P, Frank V, Barratt M, Dahl H, Decorte T, Karjalainen K, Lenton S, Potter G & Werse B. 2015. Growing medicine: Small-scale cannabis cultivation for medical purposes in six different countries. *The International Journal of Drug Policy* 26(3), 250-256.
- Hakkarainen P, Karjalainen K, Ojajärvi A & Salasuo M. 2015. Huumausaineiden ja kunto dopingin käyttö ja niitä koskevat mielipiteet Suomessa vuonna 2014. *Yhteiskuntapolitiikka* 80,4.
- Hogan J, Gonzales A, Howell A, Bonn-Miller MO & Zvolensky MJ. 2010. Pain-related anxiety and marijuana use motives: a pilot test among active marijuana-using young adults. *Cognitive Behaviour Therapies* 39(4),283-92.
- Hyman S & Sinha R. 2009. Stress-related factors in cannabis use and misuse: Implications for prevention or treatment. *The Journal of Substance Abuse treatment* 36(4), 400-413.
- Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausten käsitteleminen. 2012. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Helsinki.  
<http://www.tenk.fi/> Luettu 18.10.2015.
- Juurinen R. 2014. Sokeista pisteistä valaistumiseen. Kriittisen kannabisvalistuksen tietoperustaa rakentamassa. Pro gradu tutkielma. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden yksikkö.
- Kankkunen P & Vehviläinen-Julkunen K. 2009. Tutkimus hoitotieteessä. 1. painos. WSOY pro Oy. Helsinki.
- Kankkunen P & Vehviläinen-Julkunen K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. 3. uudistettu painos. Sanoma Pro Oy. Helsinki.
- Kannabis ja terveys. Tutkimuksesta tiiviisti. 2014. Terveys- ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki.  
<https://www.julkari/> Luettu 5.10.2015.
- Kekoni T. 2007. Kannabiksen käyttö, yhteiskunnallinen reagointi ja siihen vastaaminen: Kannabisaktivistien näkökulma. Väitöskirja. Tampereen yliopisto. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta.
- Kielitoimiston sanakirja. 2016. <http://www.kotus.fi/> Luettu 1.4.2016.
- Kylmä J & Juvakka T. 2012. Laadullinen terveystutkimus. 1.-2. painos. Edita Prima Oy. Helsinki.
- Kyngäs H & Vanhanen L. 1999. Sisällönanalyysi. *Hoitotiede* 11(1), 3-11.
- Käypä hoito –suositus. 2012. Huumeongelmaisen hoito. <http://www.kaypahoito.fi/> Luettu 28.11.2015.

- Lee C, Neighbors C & Woods B. 2007. Marijuana Motives: Young adults reason for using marijuana. *Addictive Behaviors* 32 (7), 1384-1394.
- Lev-Ran S, Le Foll B, McKenzie K, George TP & Rehm J. 2013. Cannabis use and cannabis use disorders among individuals with mental illness. *Comprehensive Psychiatry* 54(6), 589-98.
- Metso J, Winter T & Hakkarainen P. 2012. Suomalaisten huumeiden käyttö ja huumeasenteet- Huumeaiheiset väestökyselyt Suomessa 1992-2010. THL. Tampereen Yliopistopaino. <http://www.julkari.fi/> Luettu 20.4.2016.
- Metsämuuronen J. 2003. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. 2. uudistettu painos. Gummerus kirjapaino Oy. Jyväskylä.
- Novak A, Burgess ES, Clark M, Zvolensky AJ & Brown RA. 2003. Anxiety sensitivity, self-reported motives for alcohol and nicotine use, and level of consumption. *Journal of Anxiety Disorders* 17(2), 165-80.
- Paasivaara L, Suhonen M & Nikkilä J. 2008. Innostavat projektit. Suomen sairaanhoitajaliitto. Helsinki.
- Piispa M, Helakorpi S, Laitalainen E, Uutela A & Jallinoja P. 2008. Huumekontaktit ja huumemielipiteet. Tutkimus työikäisistä suomalaisista 1996-2007. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B5/2008. Yliopistopaino. Helsinki. <http://www.julkari.fi/> Luettu 28.11.2015.
- Päihdelinkki. 2009. <http://www.paihdelinkki.fi/> Luettu 1.4.2016.
- Rikoslaki 50:2§. [www.Finlex.fi/](http://www.Finlex.fi/) Luettu 1.4.2016.
- Ronkainen S, Pehkonen L, Lindblom-Ylänne S & Paavilainen E. 2011. Tutkimuksen voimasanat. 1.painos. WSOYpro Oy. Helsinki.
- Ruohotie P. 1998. Motivaatio, tahto ja oppiminen. Oy Edita Ab. Helsinki.
- Salaspuro M, Kiiänmaa K & Seppä K. 1998. Päihdelääketiede. 1. Painos. Kustannus Oy Duodecim. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.
- Sadock B, Sadock V & Ruiz B. 2009. Kaplan & Sadock`s comprehensive Textbook of Psychiatry. Lippincott Williams & Wilkins. USA.
- Sobesky M & Gorgens K. 2016. Cannabis and Adolescents: Exploring the substance misuse treatment provider experience in a climate of legalization. *The International Journal of Drug policy*.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2014. Huumetilanne Suomessa. <http://www.julkari.fi/> Luettu 8.10.2015.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2012. Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma. KASTE 2012-2015. Sosiaali- ja terveydenhuollon julkaisuja 2012. <http://www.julkari.fi/> Luettu 19.10.2015.

Stolzenberg L, D'Alessio S & Dariano D. 2016. The effect of medical cannabis laws on juvenile cannabis use. *The International Journal of Drug Policy* 27,82-88.

Tacke U, Seppä K, Winstock A. 2011. Kannabiksen käyttäjä perusterveydenhuollossa. *Duodecim* 127(7), 674-681.

Tilastokeskus. 2004. Internet tutkijan työkaluna. <http://www.stat.fi/> Luettu 16.10.2015.

Tuomi J & Sarajärvi A. 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki.

Vilka H. 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki.

## **LIITTEET:**

LOMAKE 1.

**Tiedote** tutkimuksesta

15.10.2015

**Tutkimus:** Nuorten kokemuksia kannabiksen käytöstä

Hyvä vastaanottaja!

Pyydämme sinua osallistumaan tähän tutkimukseen, jossa selvitetään nuorten kokemuksia kannabiksen käytöstä. Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa kannabiksen käytön hyödyistä ja haitoista nuorten näkökulmasta sekä käytön motiiveista. Tutkimuksen ohjaajina toimivat Tampereen yliopiston terveystieteiden yksiköstä TtT, dosentti Anna Liisa Aho ja TtT, professori Marja Kaunonen.

Tutkimusaineisto kerätään ohessa olevalla kyselylomakkeella. Tutkimukseen osallistumisen kriteerinä on omakohtainen kokemus kannabiksen käytöstä. Tutkimukseen osallistuminen on sinulle täysin vapaaehtoista.

Toivon, että osallistut tutkimukseen. Sinun vastauksesi on todella tärkeä saadakseni nuorten kokemuksia esille. Jos haluat lisätietoa tutkimuksesta, voit ottaa yhteyttä sähköpostilla alla olevaan osoitteeseen. Vastaaamme mielellämme tutkimukseen liittyviin kysymyksiin.

Yhteistyöstä kiittäen,

Tampereen yliopiston terveystieteiden yksikkö

TtM-opiskelija Minna Talvitie, email: xxxxxxxx@xxxxxxxx

TtT, dosentti Anna Liisa Aho

TtT, Professori Marja Kaunonen

LOMAKE 2.

**TAUSTAKYSYMYKSIÄ:**

**Ikäsi vuosina:**

**Oletko**

1. Mies
2. Nainen

**Asuinseutu:**

1. Pääkaupunkiseutu
2. Länsi-Suomi
3. Itä-Suomi
4. Pohjois-Suomi

**Ympyröi ylin suoritettu peruskoulutuksesi oppimäärä**

1. Ei suoritettua peruskoulutusta
2. Peruskoulu/kansakoulu
3. Lukio

**Ympyröi ylin suoritettu ammatillisen koulutuksesi oppimäärä:**

1. Ei ammatillista koulutusta
2. Ammatti- tai muita kursseja
3. Koulutason tai toisen asteen ammatillinen tutkinto
4. Ammattikorkeakoulu tutkinto
5. Akateeminen tutkinto

**Tällä hetkellä olen:**

1. Kokopäivätyössä kodin ulkopuolella
2. Osapäivätyössä kodin ulkopuolella
3. Työttömänä tai lomautettuna
4. Työkyvyttömyyseläkkeellä
5. Sairaslomalla
6. Koti-isä / kotiäiti
7. Opiskelija
8. Muu, mikä \_\_\_\_

**Siviilisäätyisi:**

1. Avioliitto
2. Avoliitto
3. Ei parisuhdetta
4. Eronnut
5. Leski
6. Seurustelen

## **KOKEMUKSIA KANNABIKSEN KÄYTÖSTÄ**

**Käytätkö tällä hetkellä kannabista?**

1. Kyllä
2. En

**Mikäli vastasit edelliseen kyllä, miten usein käytät tällä hetkellä kannabista?**

1. Päivittäin
2. 2-3krt viikossa
3. Noin kerran viikossa
4. Kaksi kertaa kuukaudessa
5. Kerran kuukaudessa
6. Harvemmin kuin kerran kuukaudessa

**Kuinka suuren määrän arviolta käytät / käytit kannabista päivittäin?**

**Koska viimeksi olet käyttänyt kannabista? (merkitse ajankohdan perään pv = päivä, vk = viikko, kk= kuukausi tai v= vuosi)**

**Koetko olevasi riippuvainen kannabiksesta?**

1. Kyllä olen
2. En ole

**Oletko yrittänyt vieroittautua kannabiksesta?**

1. Kyllä
2. En

**Onko vieroittautuminen onnistunut?**

1. Kyllä
2. Ei

**Käytätkö / käytitkö kannabista lääkärin määräyksestä?**

1. Kyllä
2. En

**Miten poltat / poltit kannabista (piipussa, bongissa, jointtina, höyrystimessä.)**

**Minkälaisiin tilanteisiin/ paikkoihin kannabiksen käyttö liittyy / liittyi?**

**Kenen kanssa käytät / käytit kannabista?**

**Millaisia hyötyjä koet / koit kannabiksen käytöstä olevan?**

**Millaisia haittoja koet / koit kannabiksen käytöstä olevan?**

**Kuvaile miksi käytät / käytit kannabista (mitkä ovat motiivisi käyttää kannabista)**



KUVIO 2. Nuorten motiivit käyttää kannabista

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Vapaa-aikana rentoutuminen	<b>Kokonaisvaltaisen rentoutumisen tavoittelevinen</b>
Stressinpurun jälkeinen rentoutuminen	
Yksin rentoutumisen tavoittelevinen	
Kavereiden kanssa turvallisessa paikassa rentoutuminen	
Kavereiden kanssa yhteisen kokemuksen jakaminen	<b>Sosiaalisen yhteenkuuluvuuden kokeminen</b>
Kavereiden kanssa yhdessä harrastaminen	
Kaverijoukkoon kuuluminen	
Kumppanin kanssa samanlaisen kokemuksen jakaminen	
Sosiaalisten vuorovaikutustilanteiden parantuminen	<b>Sosiaalisista tilanteista nauttiminen</b>
Ihmisten tulkitseminen uudella tavalla	
Iloisen olotilan hakeminen	<b>Hauskan pitäminen</b>
Erilaisissa viihdetapahtumissa käyttäminen	
Humaltumistilan tavoittelevinen	
Mielihyvän kokeminen	<b>Nautinnollisten kokemusten tavoittelevinen</b>
Seksuaalisen kokemuksen syventyminen	
Alkoholin käytöstä johtuvan epämukavan jälkitilan välttäminen	<b>Terveydellisesti vähiten haitallisena päihteenä pitäminen</b>
Erilaisen päihdekokemuksen saaminen	
Alkoholista johtuvan kontrollin menettämisen pelon välttäminen	
Alkoholin sijaan turvallisempana päihteenä pitäminen	
Edullisesti päihtymistilan saaminen	
Luovuuden herääminen	<b>Tajunnallisuuden laajentuminen</b>
Ajattelutoiminnan syventyminen	
Kulttuuristen kokemusten syventyminen	
Asioiden uudenlainen kokeminen	
Tunteiden vahvistuminen	
Ahdistuksen helpottaminen	<b>Päivittäisistä ongelmista selviytymiskeinona käyttäminen</b>
Masennuksen hoitaminen	
Uniongelmiin helpottaminen	
Yksinäisyyden lievittäminen	
Erialaisten terveydentilaan vaikuttavien oireiden hoitaminen	
Arkeen virikkeiden tarjoaminen	<b>Arjessa jaksaminen</b>
Arjessa voimaantuminen	
Arjen toiminnallisuuden ylläpitäminen	
<b>Uteliaisuudesta kokeileminen</b>	

KUVIO 3. Nuorten kokemia haittoja kannabiksen käytöstä

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Alahengitysteiden epämiellyttävien haittojen ilmaantuminen	<b>Terveydentilaan vaikuttavien haittojen syntyminen</b>
Ylähengitysteiden epämiellyttävien haittojen ilmaantuminen	
Muiden fyysisten oireiden ilmaantuminen	
Ruokahalun kasvaminen	
Voimattomuuden kehittyminen	<b>Arjen vaikeutuminen</b>
Päivittäisen toiminnallisuuden vaikeutuminen	
Muistin heikentyminen	<b>Aivotointojen heikentyminen</b>
Ajatus toiminnan heikentyminen	
Keskittymiskyvyn heikentyminen	
Tuskaisen olotilan syntyminen	<b>Mielenterveydellisten ongelmien ilmaantuminen</b>
Vainoharhaisuuden kokeminen	
Pelkona psykoosiin sairastuminen	
Nikotiiniriippuvuuden kehittyminen	<b>Yhteiskunnan ulkopuolelle jääminen</b>
Laittomuuden tunteen kanssa eläminen	
Muiden ihmisten asenteiden vuoksi leimaantuminen	
Huonommuuden tunteen kokeminen	
Läheisyyden kärsiminen	<b>Kannabiksen hankkimisen vaikeutuminen</b>
Kannabiksen käytön kalleus Alkoholiin verrattuna vaikeampi saatavuus	