





**"Huumeiden käytön synä** voi olla mielenterveysongelmien palveluiden puute ja niitten laatu."

**Mitä ajatuksia tämä herättää?**



**"Mun lähipiirissä huumeista puhutaan aika **neutraalisti eikä leimata ketään**, joka käyttää huumeita. Ajatellaan niin, et **jokainen ihminen tekee omat valintansa.**"**

**Mitä ajatuksia tämä herättää?**



**"Vaikka huumeet on kiellettyjä, nii niitä kyllä silti käytetään.** Yhteiskunnan pitäis järjestää joku turvallinen tila niille, jotka käyttää huumeita."

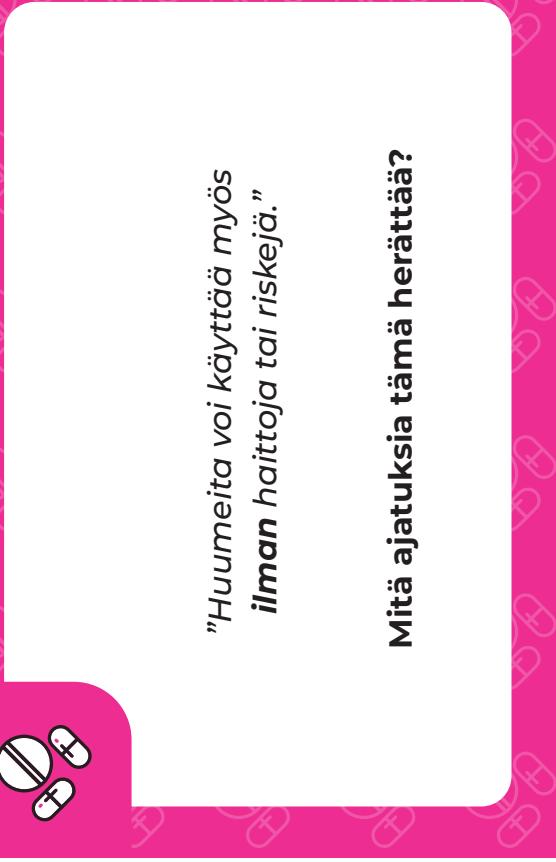
**Mitä ajatuksia tämä herättää?**



**"Omalta kohdalla huumeiden käyttö on ollut **turvallista** sen takia, että oon tehnyt sen luotettavien ystävien seurassa."**

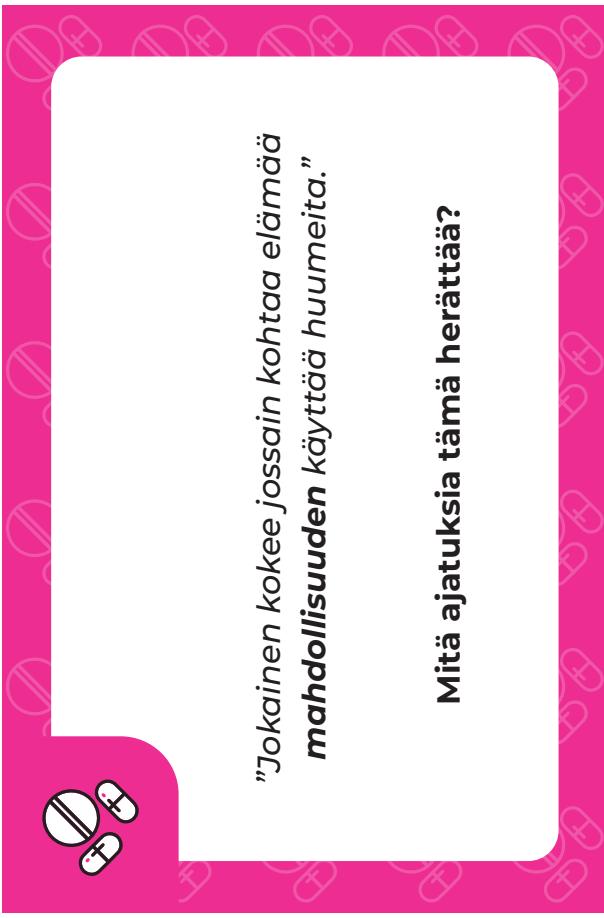
**Mitä ajatuksia tämä herättää?**





*"Huumeita voi käyttää myös ilman haittoja tai riskejä."*

**Mitä ajatuksia tämä herättää?**



*"Jokainen kokee jossain kohtaan elämää mahdollisuuden käyttää huumeita."*

**Mitä ajatuksia tämä herättää?**



*"Huumeiden satunnainen käyttöön voi johtaa riippuvuuteen, pitää siis olla tosi tarkkana ja tiedostaa omat rajat."*

**Mitä ajatuksia tämä herättää?**



*"Huumeiden kokeiluthan on aina niitä riskialttiita."*

**Mitä ajatuksia tämä herättää?**





*"Poliisin ei pitäis tulla kertoo millasta huumeiden käyttöön, vaan niiden pitäis kertoa, jotka on käyttänyt huumeita ja kokenuut sen."*

**Mitä ajatuksia tämä herättää?**



*"Must ei oo ok, et huumeiden käyttämisenest rangaisistaan."*

**Mitä ajatuksia tämä herättää?**



*"Huumeiden kokeilust pitäis pystyypuhuu jonkun kaa, ilman et joutuu pelkää et joku huuttaa sulle."*

**Mitä ajatuksia tämä herättää?**



*"Uskon, että suurimalla osalla huumeiden käyttö on sellasta itsensä lääkitsemistä pahaan oloon, koska apua on vaikeaa saada."*

**Mitä ajatuksia tämä herättää?**





**Millaisia keinoja käytät hyvinvointisi lisäämiseen?**



**Miten lähipiirissäsi puhutaan huumeista ja niiden käytöstä?**



**Kenen kanssa voit puhua huumeista?**



**Millä tavoin huumeiden käyttö vaikuttaa hyvinvointiisi?**





**Millä tavoin huumeiden käyttöä tai kokeilua voisi tehdä turvallisemmaksi?**



**Miten huumeiden käyttö tai kokeilu vaikuttaa ihmisuhteisiisi?**



**Minkälaisia tunteita keskustelu huumeista herättää?**



**Mitä hyötyjä ja haittoja mielestäsi huumeiden käyttöön ja kokeiluun liittyy?**

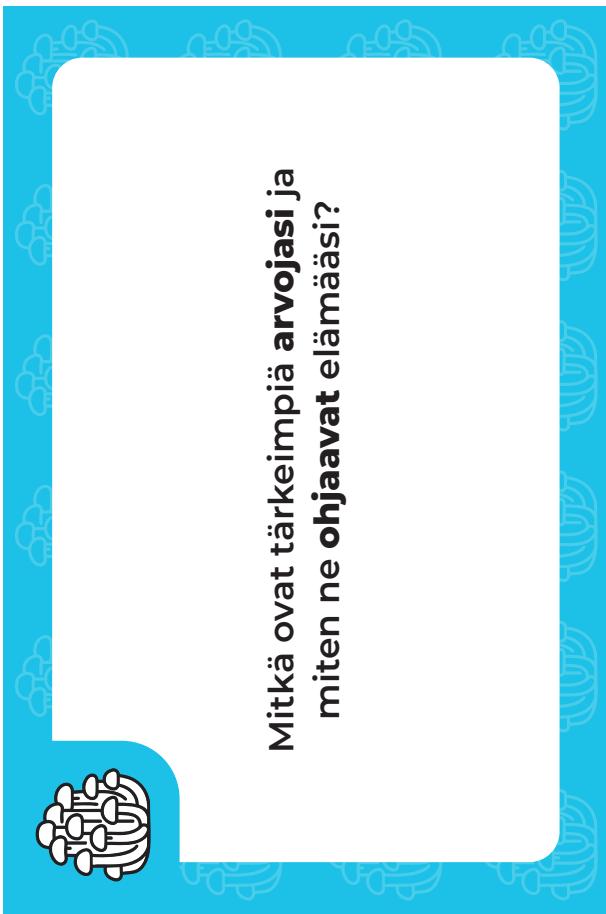




Mitä hyvinvointi sinulle merkitsee?



Mitkä asiat ovat sinulle  
**merkityksellisiä?**



Mitkä ovat tärkeimpiä arvojasi ja  
miten ne ohjaavat elämääsi?



Mitkä ovat vahvuuksiasi, ja millä  
osa-alueilla haluisit kehittyä?





Mitä ajattelut huumeiden  
käytöstä ja kokeilusta?



Millaisia tunteita sinulla herää  
ennen huumeiden käyttöä, käytön  
aikana ja sen jälkeen?



Miten ajatuksesi huumeista ovat  
muuttuneet elämäsi aikana?

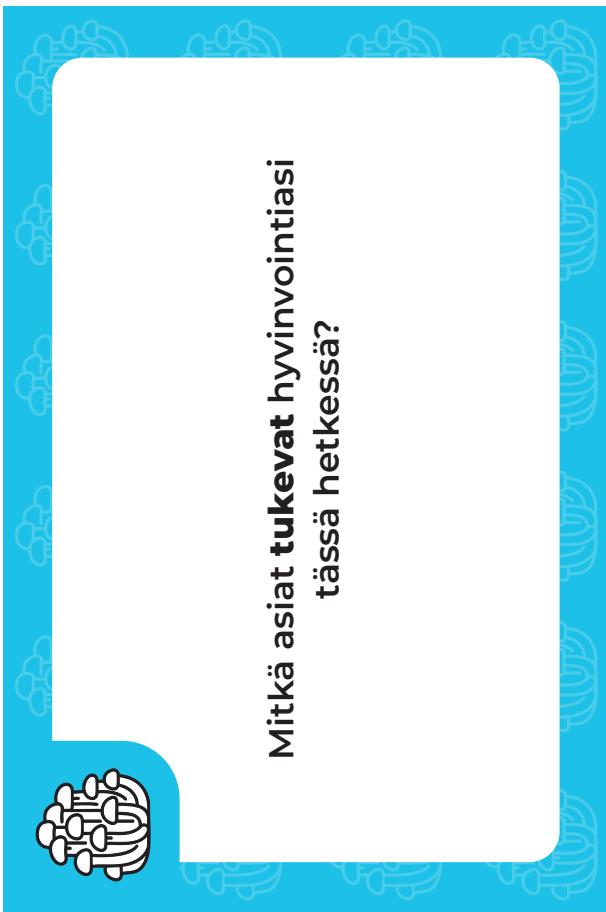


Miten lähipiiriisi ajatuukset huumeesta ja  
niiden käytöstä vaikuttavat sinuun?





Mitkä asiat **tukkevat** hyvinvointiasi  
tässä hetkessä?



Mistä **haaveilet** tai **unelmoit**?



Mitä **keinoja** käytät **tunteidesi**  
käsittelymisseen?



Mikä tekee tuen pyytämisestä  
**helppoa** tai **haastavaa**?



**Mistä voi tunnistaa  
yliannostustilanteen?**



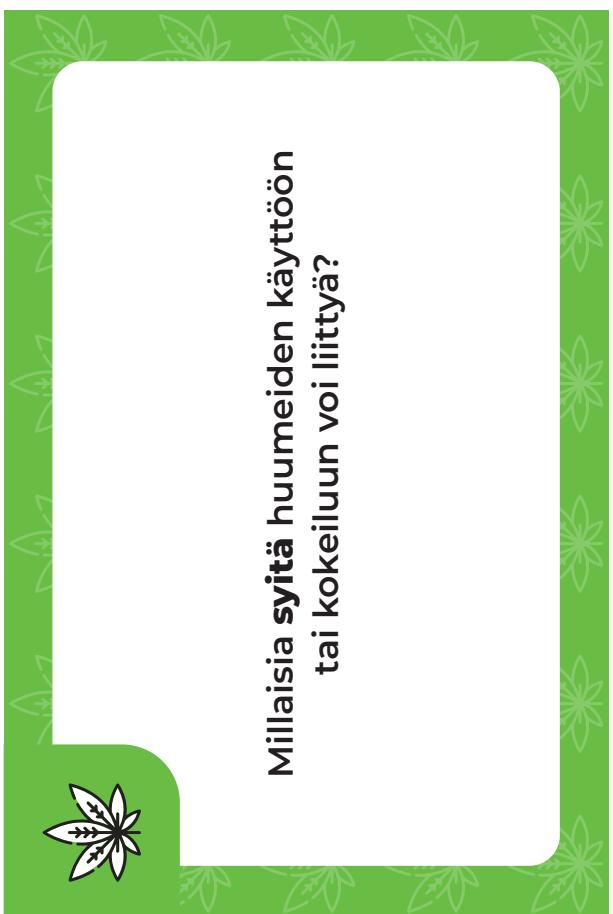
**Miten huumeiden satunnainen  
käyttö tai kokeilu voi vaikuttaa  
harrastuksiin?**



**Millaisia syytä huumeiden käyttöön  
tai kokeiluun voi liittyä?**



**Mitä tarkoittaa huumeiden  
satunnainen käyttö?**





**Luotatko saamaasi huumetietoon?**



**Miten huumeiden satunnainen  
käyttö tai **kokemuus** voi vaikuttaa  
palautumiseen?**



**Miten tieto eri huumeista voi  
vaikuttaa huumeiden käytön  
**turvallisuuteen?****



**Miten tieto eri käyttötavoista  
voi vaikuttaa huumeiden  
käytön **turvallisuuteen?****



**Miten oma lähipiiri voi vaikuttaa huumeiden käytön turvallisuuteen?**



**Missä huumeista voi puhua?**



**Mistä riippuvuuden voi tunnistaa?**



**Miten huumeiden satunnainen käyttö tai kokeilu voi vaikuttaa omaan jaksamiseen?**



**Miten huumeiden satunnainen  
käyttö tai kokeilu voi vaikuttaa  
mielenterveyteen?**



**Miksi huumeista puhuminen  
voi olla haastavaa?**



**Miten huumeiden satunnainen  
käyttö tai kokeilu voi vaikuttaa  
omaan arkeen?**



**Miten huumeiden satunnaisesta  
käytöstä ja kokeilusta voisi  
tehdä turvallisempaa?**



**Kenen kanssa pitäisi pystyä  
puhumaan huumeista?**



**Mistä voi pyytää tukea  
huumeiden käytön vähentämiseen  
tai lopettamiseen?**



**Mikä tekee tuen pyytämisestä  
helppoa tai haastavaa?**



**Millaisia tunteita huumeiden  
satunnaiseen käyttöön ja  
kokeiluun voi liittyä?**



