

# Päihdetyön kuvakortit

Päihdetyön kuvakortit on kehitetty osana Diakonissalaitoksen Päihdetyömalli kehitysvammaisille henkilöille -hanketta (STEA 2023–2025). Korttien tarkoituksena on tarjota konkreettinen väline päihdetyön tueksi ja helpottaa vuorovaikutusta asiakkaiden kanssa, joilla on erilaisia kommunikoinnin haasteita.

Kuvakortteja voidaan käyttää monipuolisesti keskustelun tukena päihdetyön tapaamisissa. Ne auttavat asiakasta ymmärtämään vaikeita käsitteitä, tukevat oman tahdon ja mielipiteiden ilmaisemista sekä helpottavat valintojen tekemistä. Kortit voivat toimia apuna esimerkiksi päihteiden käytöstä keskusteltaessa, puheeksioton yhteydessä, tavoitteiden asettamisessa, psykoedukaatiossa sekä asiakkaan mielenkiinnonkohteiden kartoittamisessa. Korttien käyttö ei rajoitu pelkästään niissä mainittuihin aiheisiin. Kortteja voidaan soveltaa myös muihin keskusteluihin silloin, kun kortin sisältö sopii aiheen käsittelyyn.

Kuvakortit kattavat seuraavat teemat:

- Päihdetyön tapaaminen (sosiaaliset tarinat)
- Päihteet ja päihteiden käyttö
- Alkoholin käytön riskirajat (2025)
- Valintojen tekeminen
- Rikollinen toiminta
- Hyväksikäyttö
- Oman tahdon ilmaiseminen
- Tavoitteiden asettaminen
- Mielekäs toiminta
- Tunnettyöskentely
- Alkoholin käytön päiväkirja (yhden päivän seurantalomake)
- Päihdetyön tapaamisen kulku
- Nikotiinituotteet
- Vieroitusoireet ja haittavaikutukset

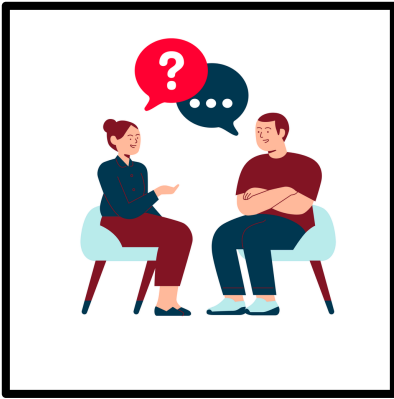
Kuvakortit tarjoavat ammattilaisille käytännönläheisen työkalun, joka tekee päihdetyöstä osallistavampaa ja asiakaslähtöisempää. Niiden avulla voidaan rakentaa yhteistä ymmärrystä ja tukea asiakkaan aktiivista roolia omassa päihdehoitoprosessissaan.



**Diakonissalaitos**

Kuvat: Canva (muokannut projektityöntekijä Kaisa Lammilahti)

## Päihdetyön tapaaminen



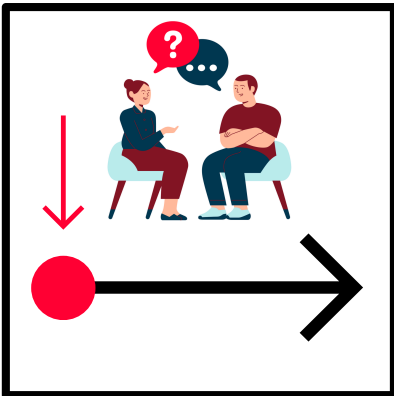
Päihdehoidon tavoitteena



on auttaa sinua



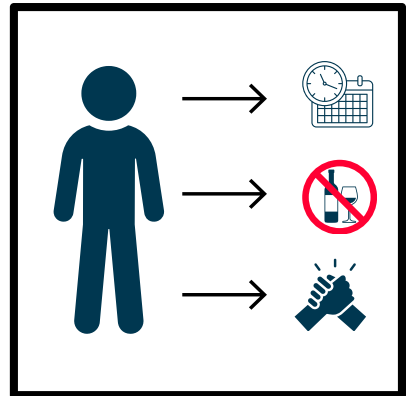
raitistumaan tai  
vähentämään päihteiden  
käyttöä.



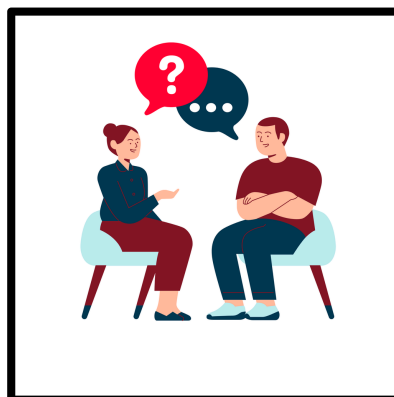
Päihdehoidon alussa



sinun kanssa tehdään  
suunnitelma,



miten sinun päihdehoito  
tapahtuu.



Päihdehoito

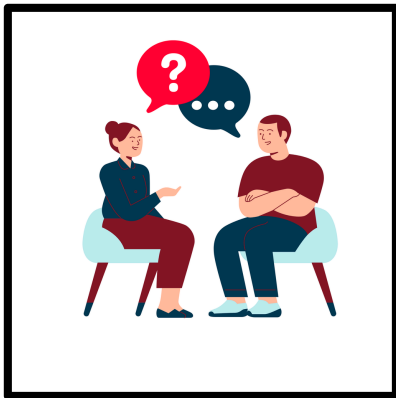


kestää



sinun tarpeen mukaisen ajan.

## Päihdetyön tapaaminen



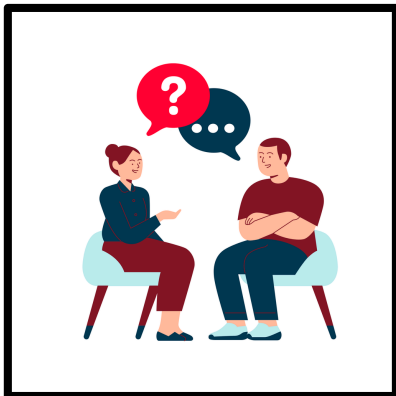
Päihdetyön tapaamisessa keskustellaan



sinun päihteiden käytöstä ja päihdehoidosta.



Tapaaminen kestää noin tunnin.



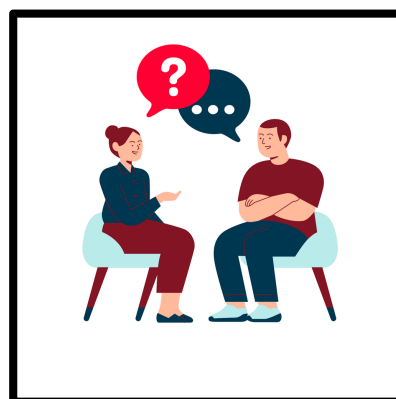
Päihdetyön tapaamisessa keskustellaan



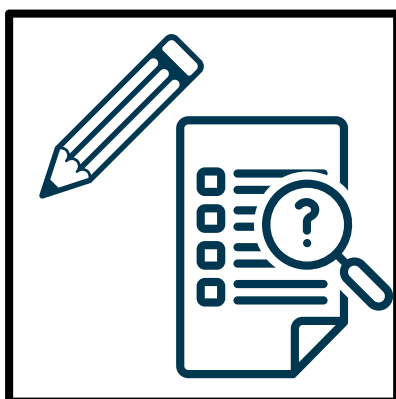
päihteiden käytön haitoista



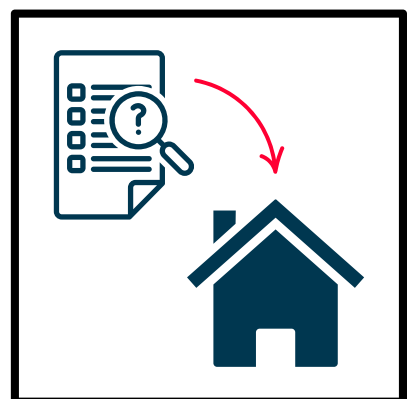
ja mitä muuta tekemistä voit tehdä päihteiden käytön tilalla.



Päihdetyön tapaamisessa tehdään

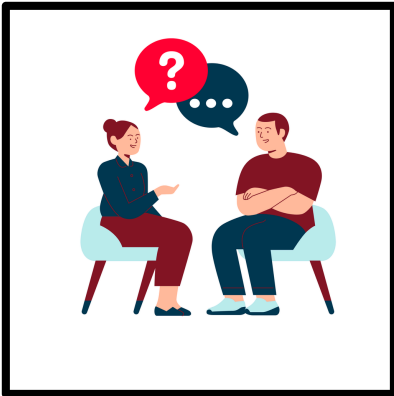


erilaisia tehtäviä.



Saat tehtäviä mukaan kotiisi. Voit tehdä tehtäviä yhdessä ohjaajan kanssa.

## Päihdetyön tapaaminen



Päihdetyön tapaamisessa



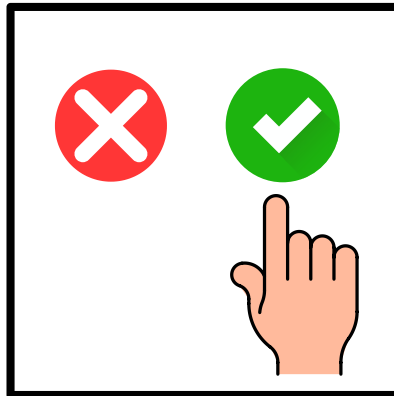
sinulla on oikeus



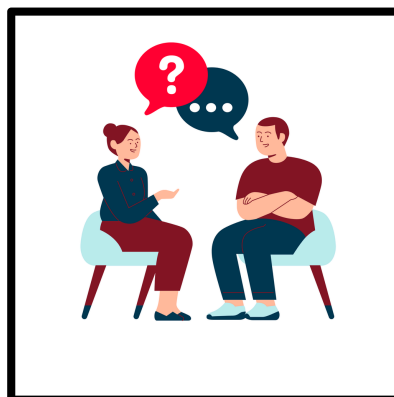
esittää kysymyksiä,



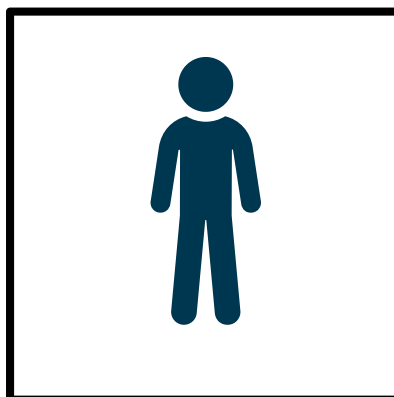
kertoa oma mielipide



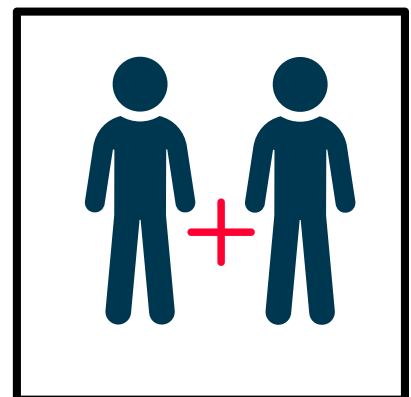
ja tehdä valintoja.



Päihdetyön tapaamiseen



voit mennä yksin



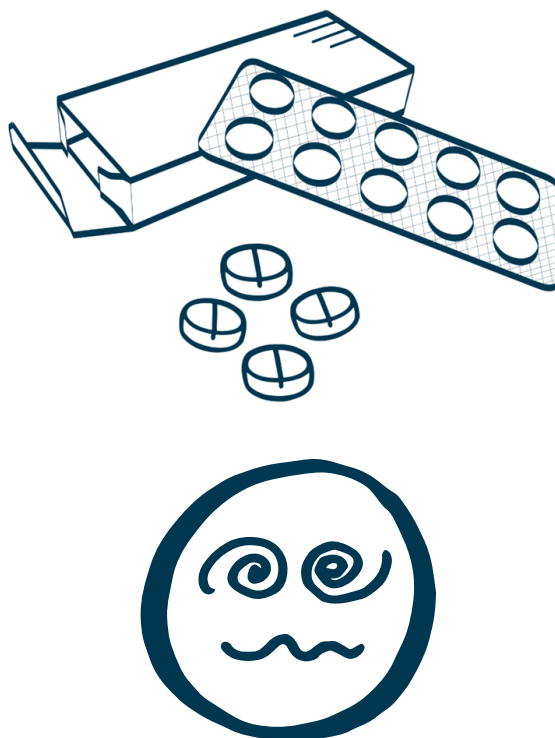
tai yhdessä ohjaajan  
tai tukihenkilön kanssa.



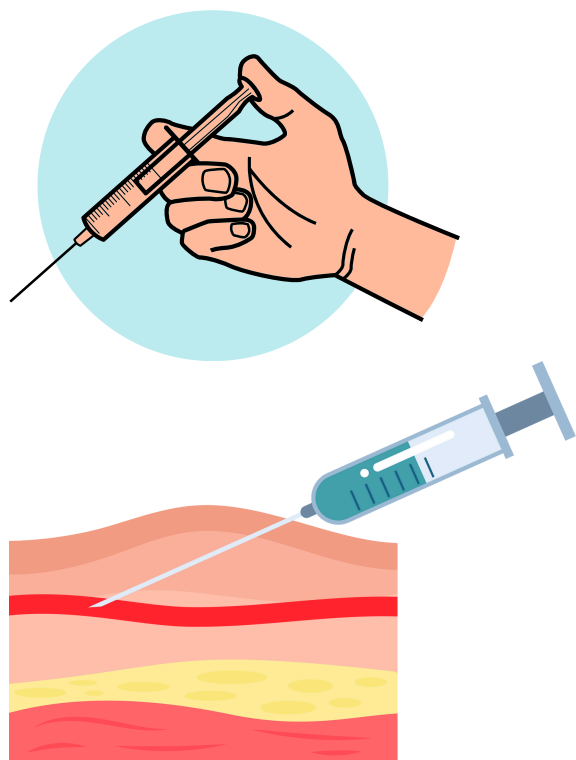
## Kannabis



## Huumaavat lääkkeet



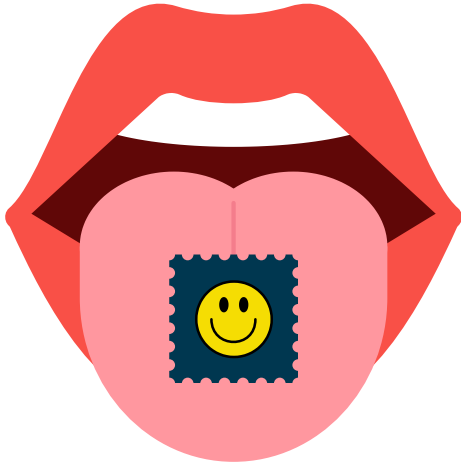
## Suonensisäiset huumeet



## Alkoholi



**LSD**



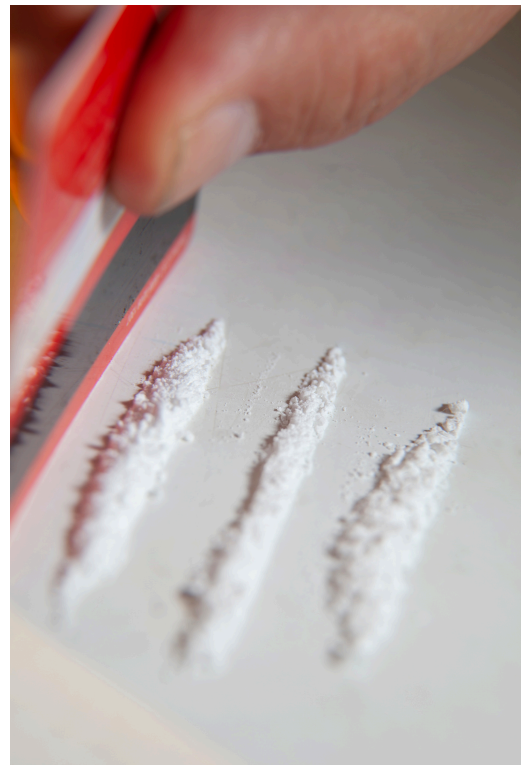
**Ekstaasi**



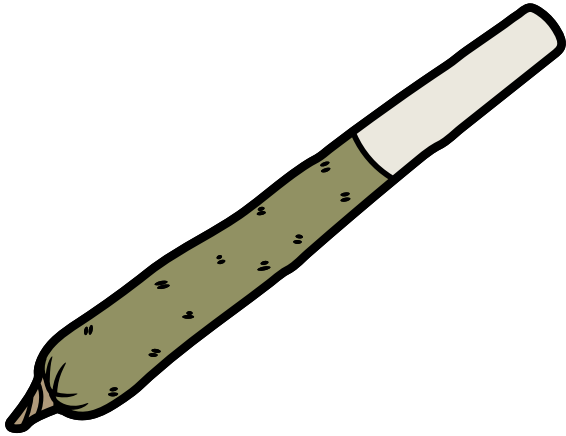
**Amfetamiini**



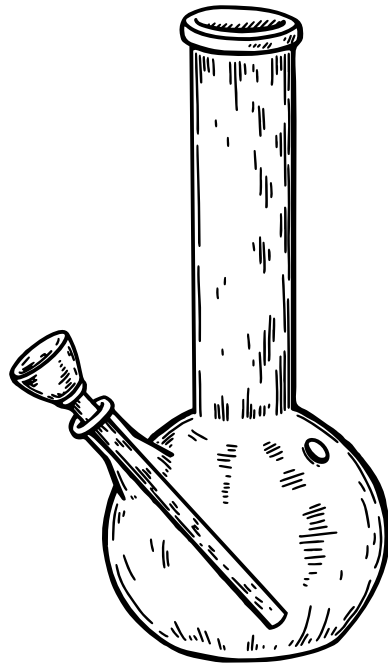
**Kokaiini**



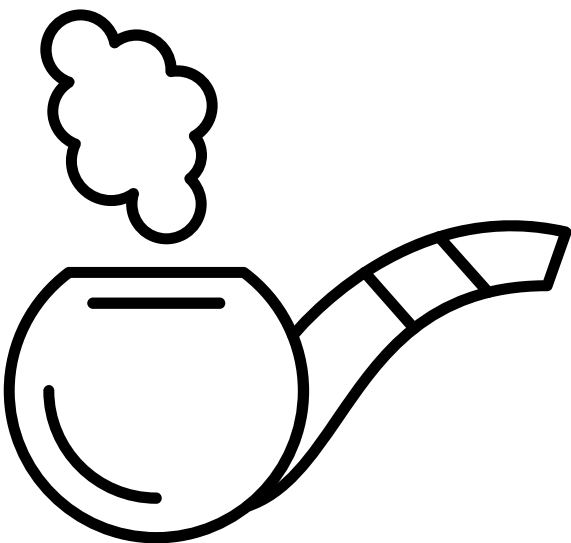
**Kannabissätkä**



**Vesipiippu**



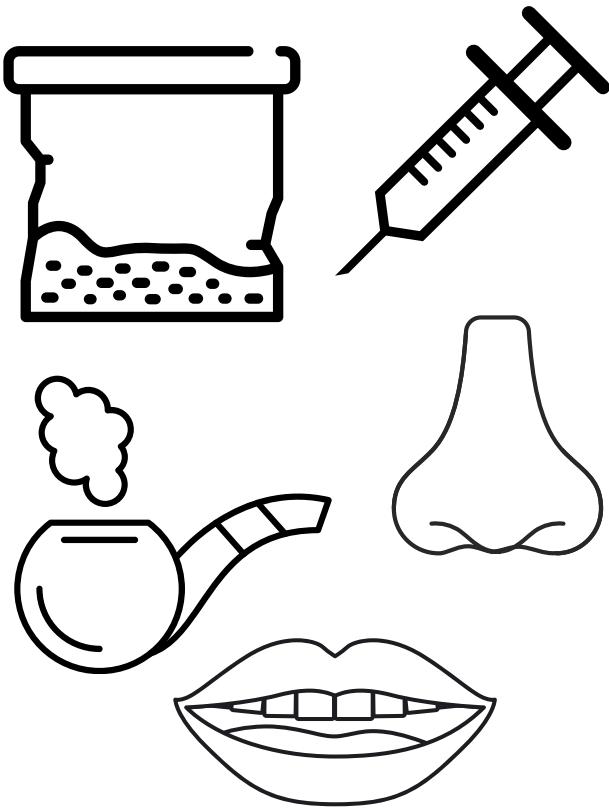
**Pallopiippu**



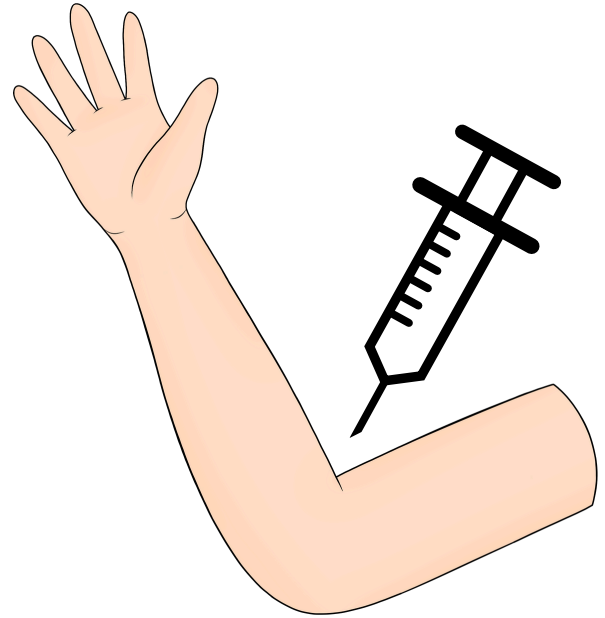
**Hasis**



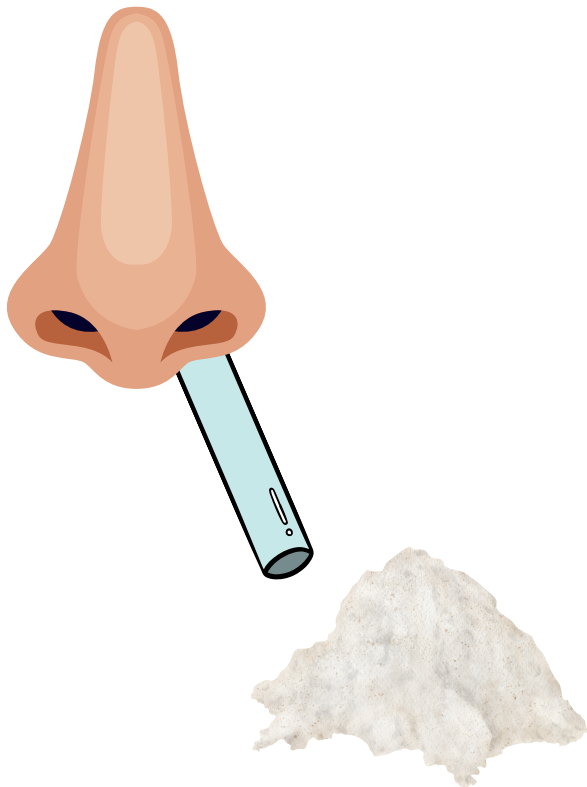
**Alfa-PVP**



**Käyttää suonensisäisesti**



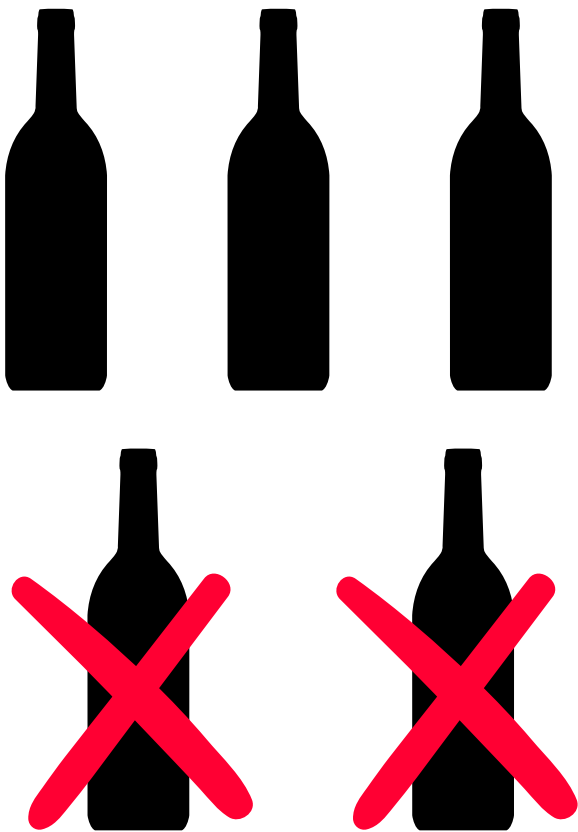
**Käyttää nuuskaamalla**



**Käyttää suun kautta**



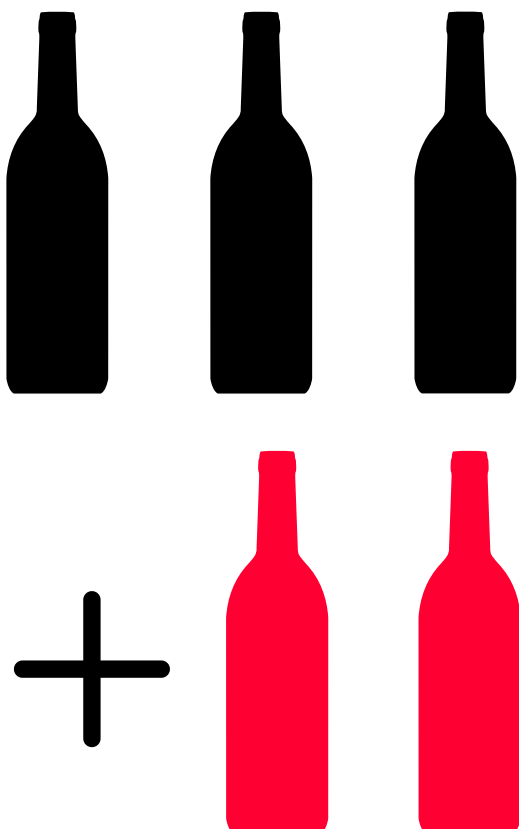
Vähentää alkoholin käyttöä



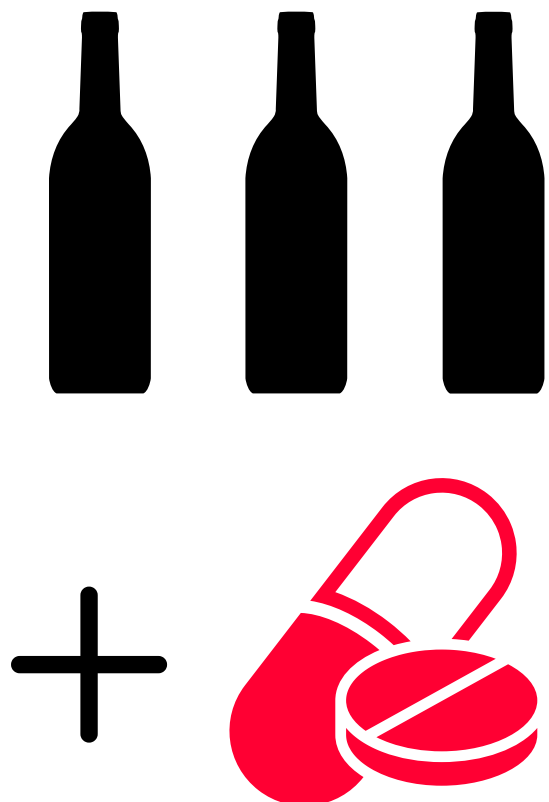
Lopettaa alkoholin käyttö



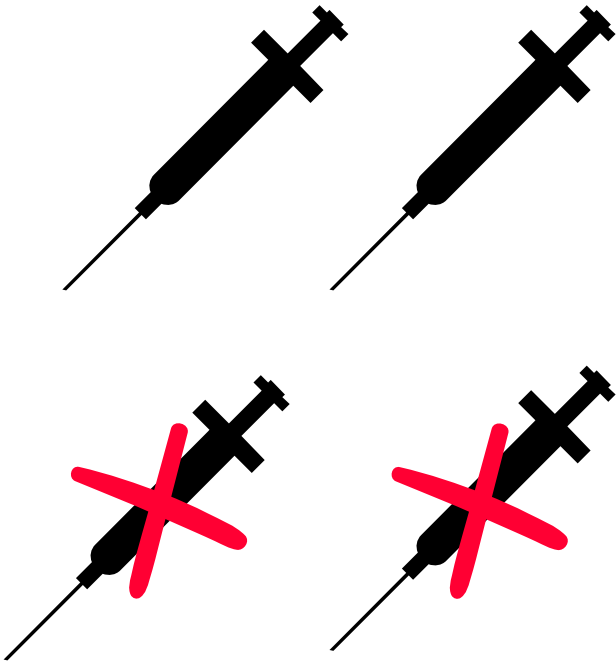
Alkoholin käyttö lisääntynyt



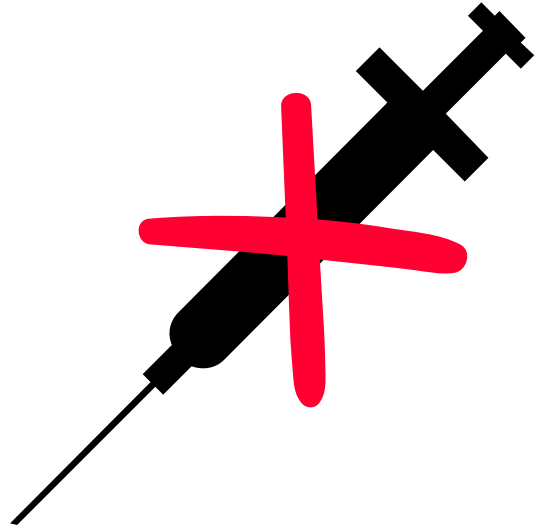
Sekakäyttö



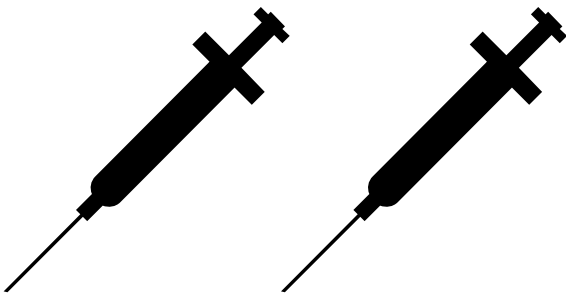
Vähentää huumeiden käyttöä



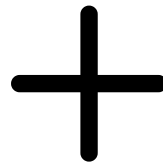
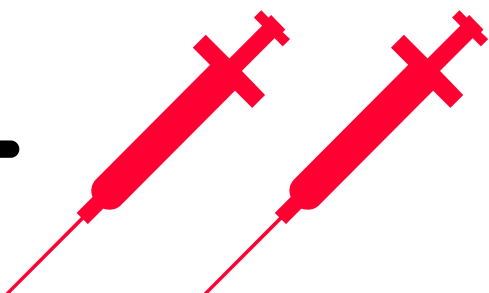
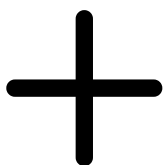
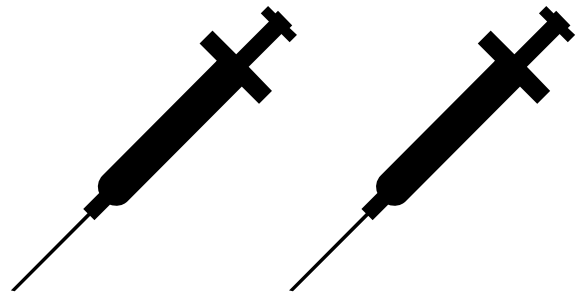
Lopettaa huumeiden käyttö



Huumeiden käyttö lisääntynyt



Sekakäyttö



Vähentää huumeiden käyttöä



Lopettaa huumeiden käyttö



Huumeiden käyttö lisääntynyt



Sekakäyttö



## Käyttää joka päivä

Maanantai

Tiistai

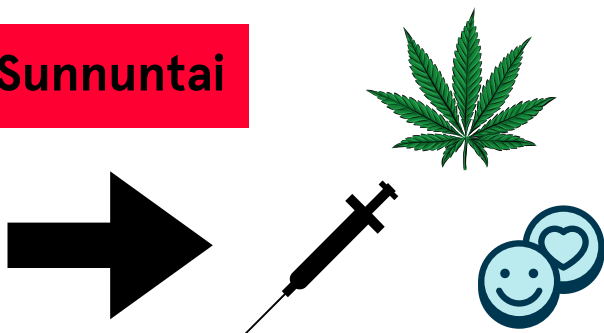
Keskiviikko

Torstai

Perjantai

Lauantai

Sunnuntai



## Käyttää viikonloppuisin

Maanantai

Tiistai

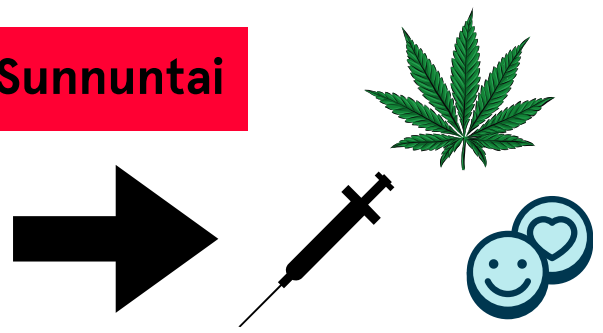
Keskiviikko

Torstai

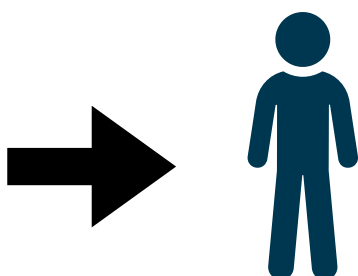
Perjantai

Lauantai

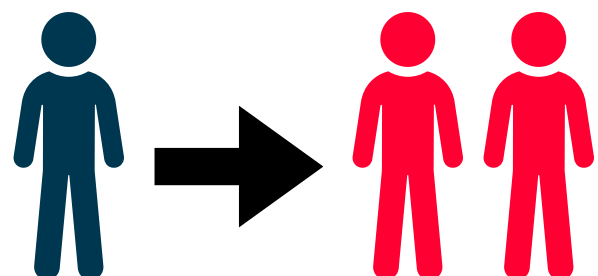
Sunnuntai



## Ostaa päihteitä itselleen



## Ostaa päihteitä muille





## Käyttää joka päivä

Maanantai

Tiistai

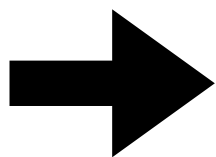
Keskiviikko

Torstai

Perjantai

Lauantai

Sunnuntai



## Käyttää viikonloppuisin

Maanantai

Tiistai

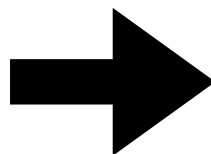
Keskiviikko

Torstai

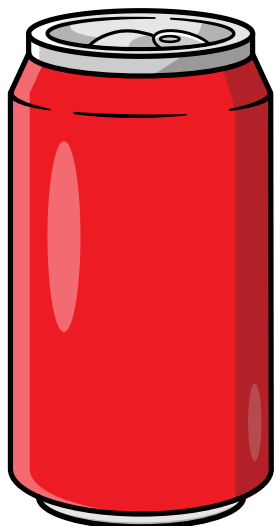
Perjantai

Lauantai

Sunnuntai



1 alkoholiannos  
0,33 tölkki/pullo  
4,7 % juomaa



1 alkoholiannos  
12 cl viiniä



**Yksi alkoholiannos  
4 cl väkevää alkoholia  
(vodka, viski, viina)**



**Käyttää alkoholia yksin**



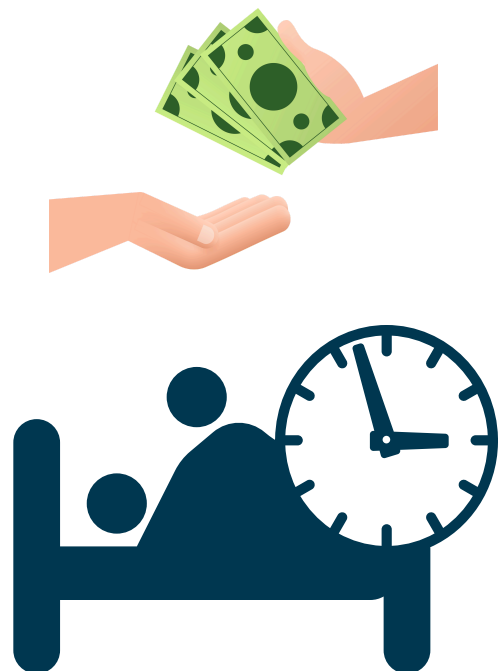
**Käyttää alkoholia seurassa**



**Käyttää alkoholia baarissa**



**Saada rahaa  
harrastamalla seksiä**



**Saada päihteitä  
harrastamalla seksiä**



**Varastaa saadakseen rahaa**



**Rikollinen toiminta**



**Miehen kohtalaisen riskin taso  
14 annosta viikon aikana**

**Maanantai**

**Tiistai**

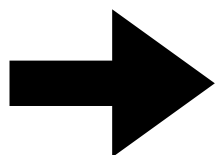
**Keskiviikko**

**Torstai**

**Perjantai**

**Lauantai**

**Sunnuntai**



**X 14**

**Naisen kohtalaisen riskin taso  
7 annosta viikon aikana**

**Maanantai**

**Tiistai**

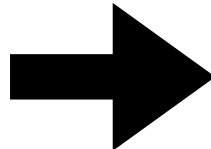
**Keskiviikko**

**Torstai**

**Perjantai**

**Lauantai**

**Sunnuntai**

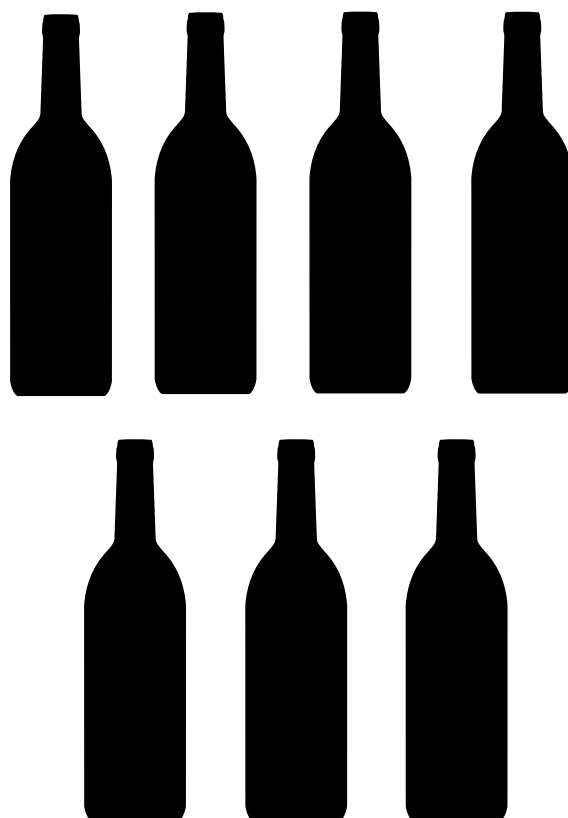


**X 7**

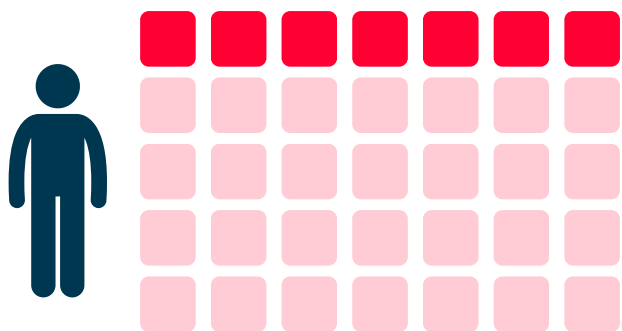
**14 annosta viikon aikana**



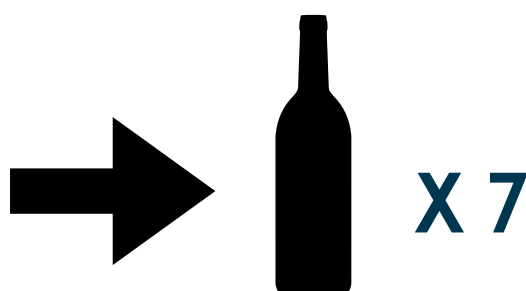
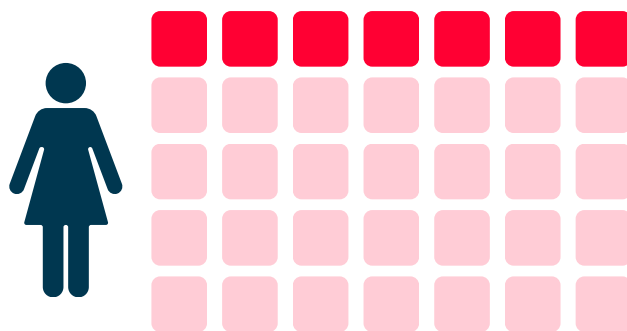
**7 annosta viikon aikana**



Miehen kohtalaisen riskin taso  
14 annosta viikon aikana



Naisen kohtalaisen riskin taso  
7 annosta viikon aikana



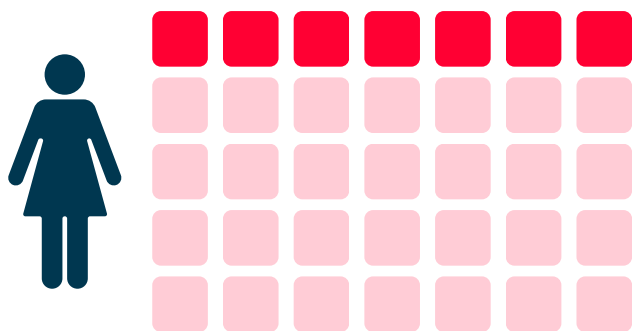
14 annosta viikon aikana



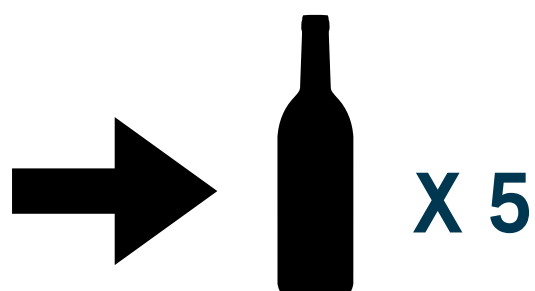
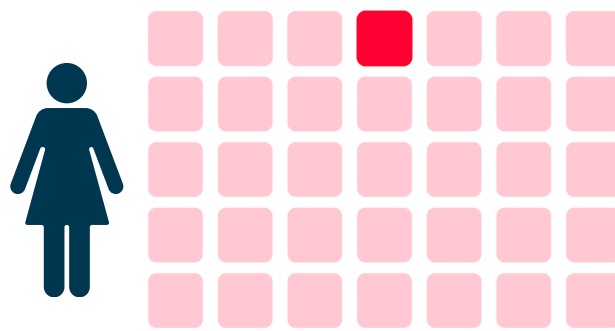
7 annosta viikon aikana



Naisen korkean riskin taso  
16 annosta viikon aikana



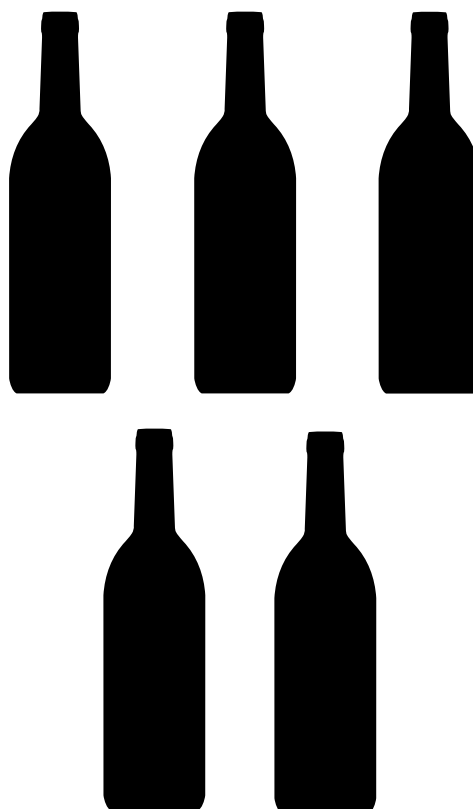
Naisen kertajuomisen  
riskitaso  
5 annosta



16 annosta viikon aikana



5 annosta päivässä



**Naisen korkean riskin taso  
16 annosta viikon aikana**

**Maanantai**

**Tiistai**

**Keskiviikko**

**Torstai**

**Perjantai**

**Lauantai**

**Sunnuntai**



**Naisen kertajuomisen  
riskitaso  
5 annosta**

**Maanantai**

**Tiistai**

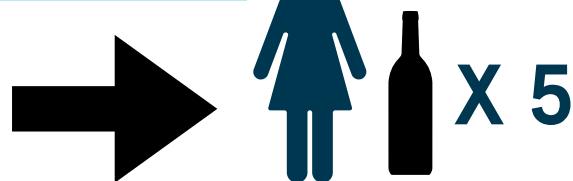
**Keskiviikko**

**Torstai**

**Perjantai**

**Lauantai**

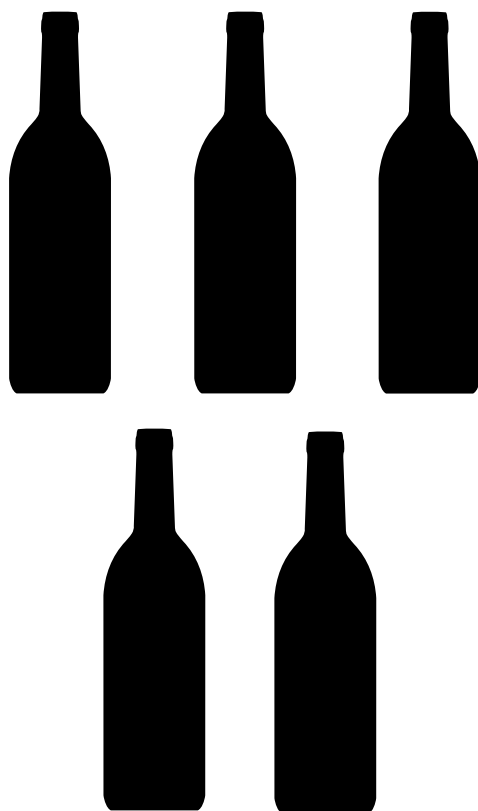
**Sunnuntai**



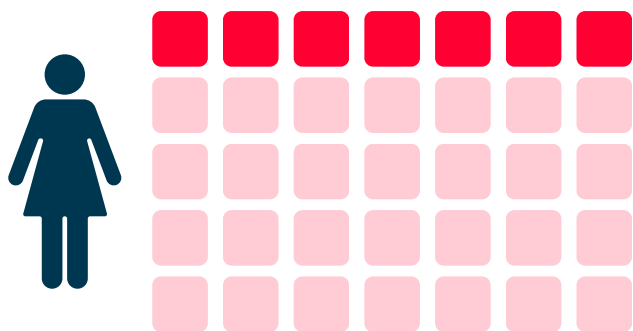
**16 annosta viikon aikana**



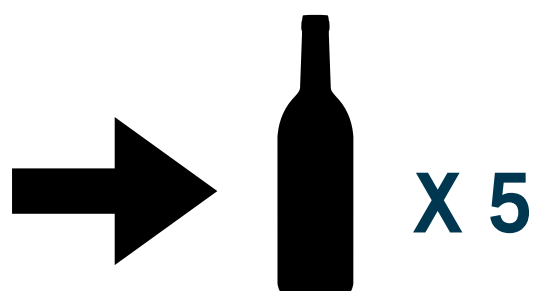
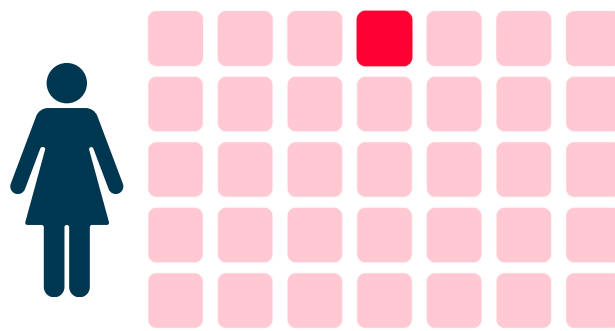
**5 annosta päivässä**



Naisen korkean riskin taso  
16 annosta viikon aikana



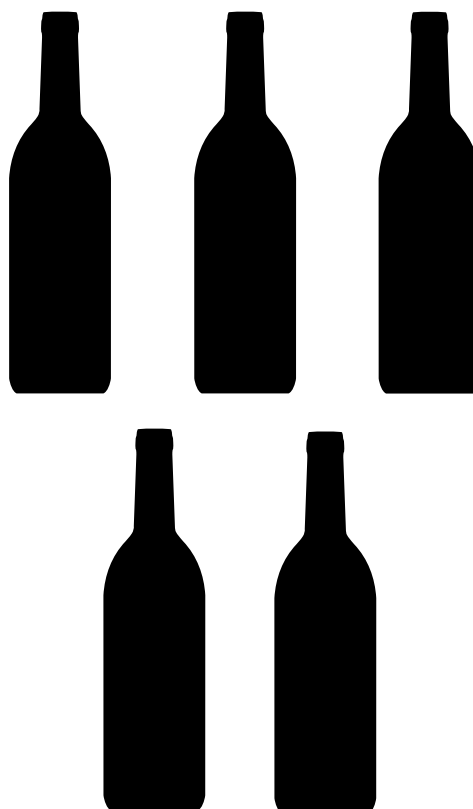
Naisen kertajuomisen  
riskitaso  
5 annosta



16 annosta viikon aikana



5 annosta päivässä





Miehen korkean riskin taso  
24 annosta viikon aikana

Maanantai

Tiistai

Keskiviikko

Torstai

Perjantai

Lauantai

Sunnuntai



Miehen kertajuomisen  
riskitaso  
7 annosta

Maanantai

Tiistai

Keskiviikko

Torstai

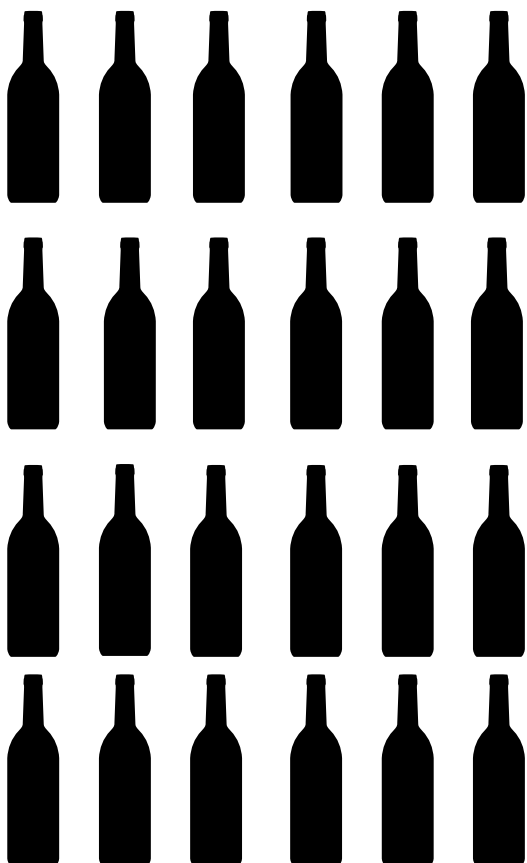
Perjantai

Lauantai

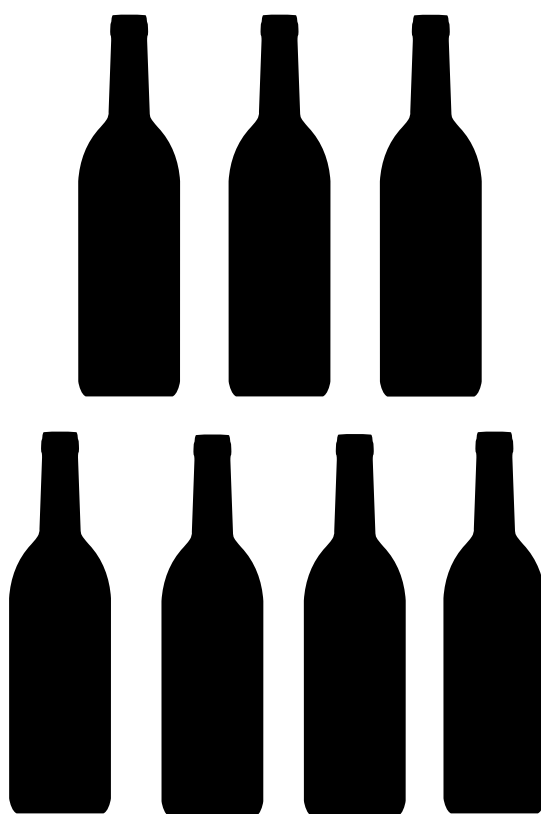
Sunnuntai



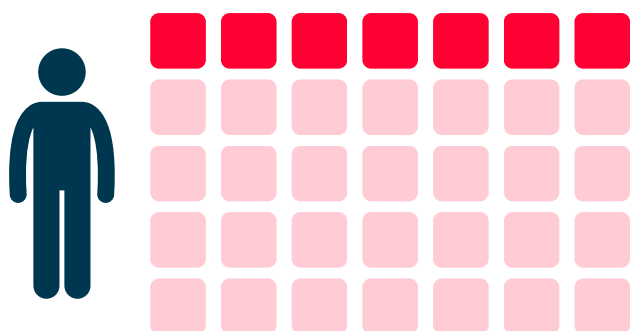
24 annosta viikon aikana



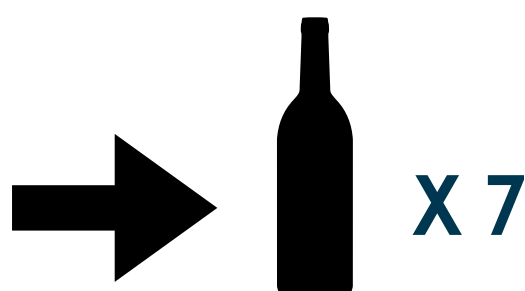
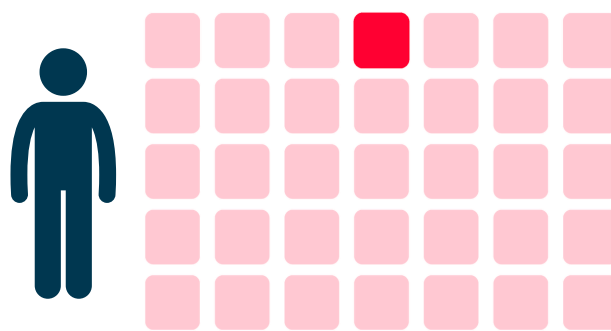
7 annosta päivässä



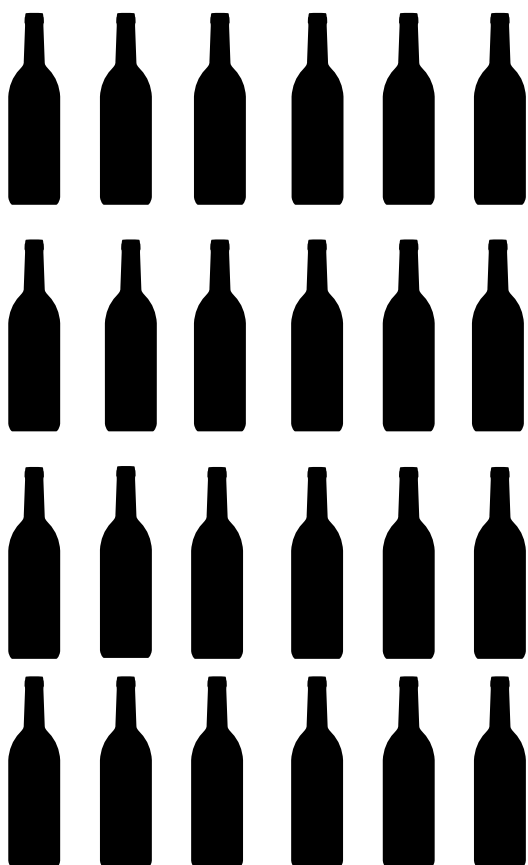
Miehen korkean riskin taso  
24 annosta viikon aikana



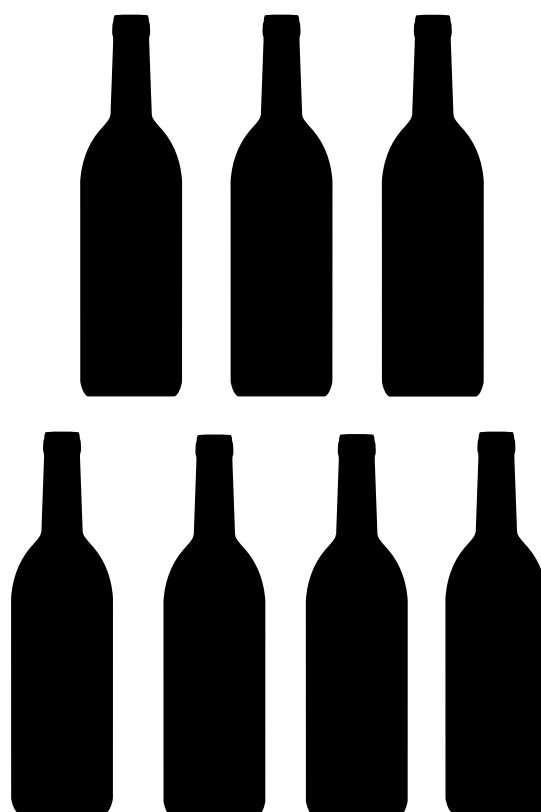
Miehen kertajuomisen  
riskitaso  
7 annosta



24 annosta viikon aikana



7 annosta päivässä



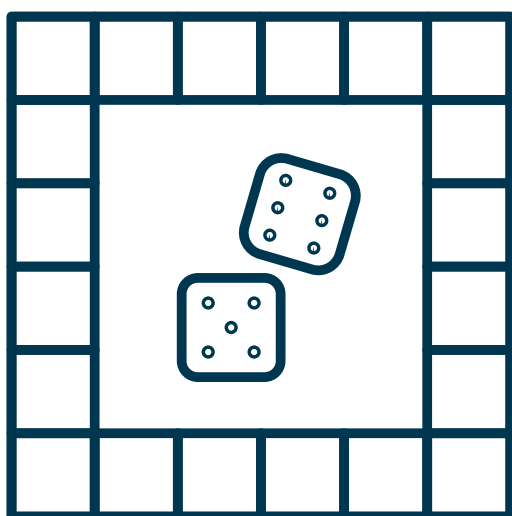
**Käydä elokuvissa**



**Neuloa**



**Pelata lautapeliä**



**Pelata korttia**



**Kuntoilla / kuntosali**



**Uida / uimahalli**



**Käydä lenkillä**



**Käydä kävelyllä**



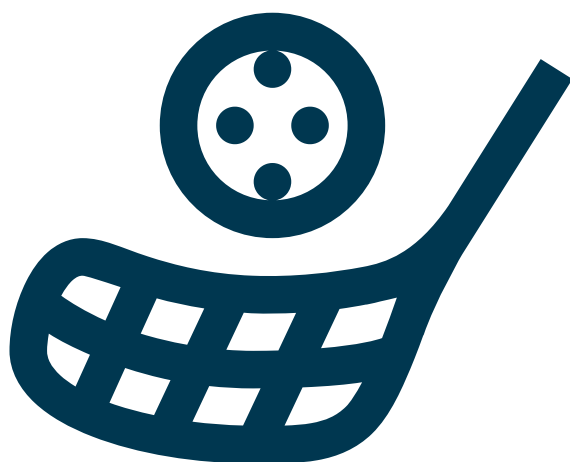
**Lukea kirjaa**



**Soittaa kitaraa**



**Pelata sählyä**



**Laittaa ruokaa**



**Kuunnella musiikkia**



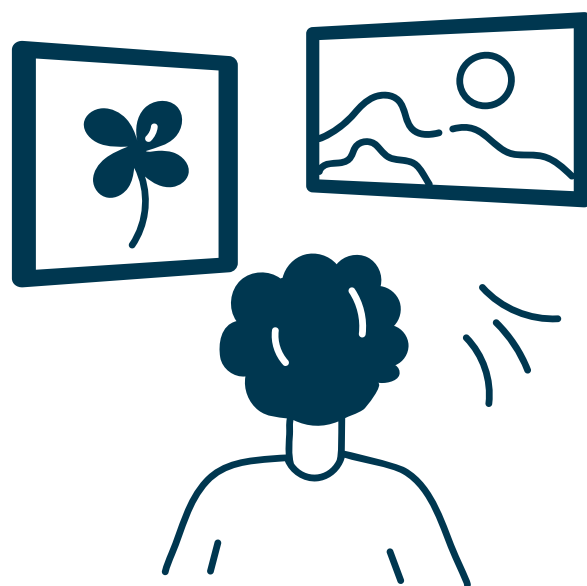
**Laulaa**



**Käydä museossa**



**Käydä  
taidenäyttelyssä**



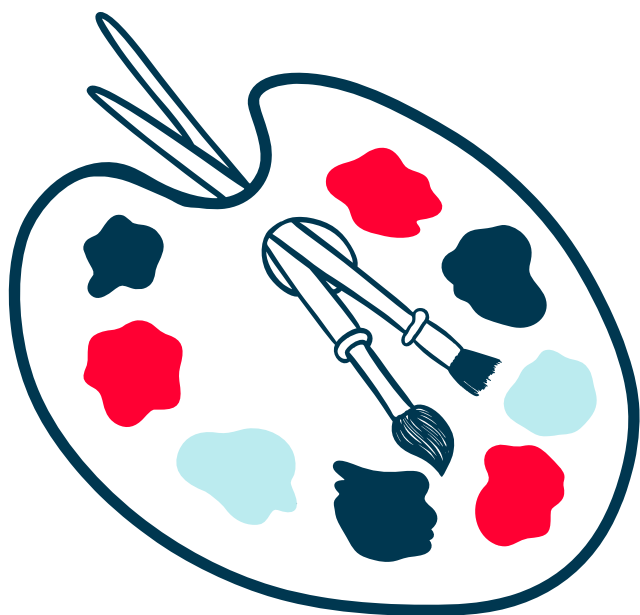
**Pelata jalkapalloa**



**Ulkoilla / retkeillä**



**Kuvataide / maalata**



**Askarrella**



## Käydä kahvilassa



## Leipoa



## Valokuvaus



## Puutarhan hoito/pihatyöt





## Opiskella



## Tavata päihteettömiä ystäviä



## Käydä päihderyhmässä/ vertaistukiryhmässä



## Työtoiminta/tuettu työ



**Soittaa päihteettömälle  
ystävälle**



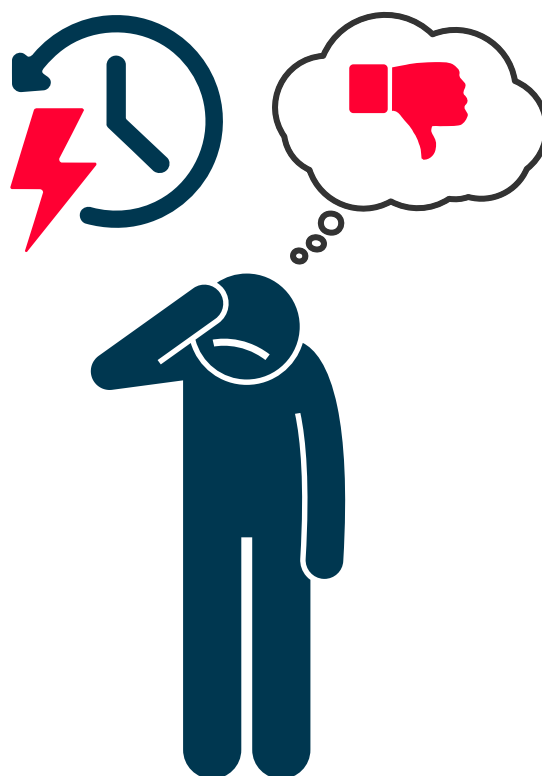
**Sopia riita**



**Pyytää anteeksi**



**Katua/harmittaa**



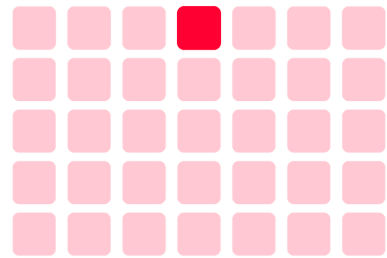
# Alkoholin käytön päiväkirja

Seuraa kuinka paljon käytät alkoholia  
yhden päivän aikana.

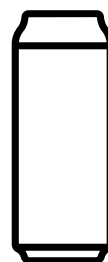
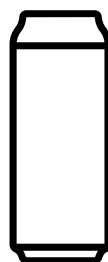
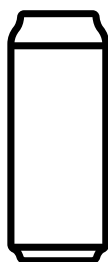
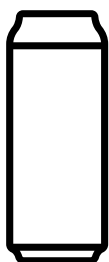
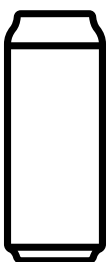
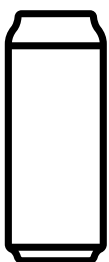
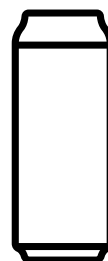
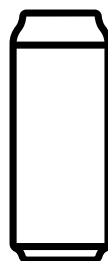
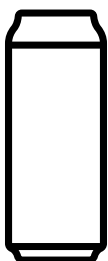
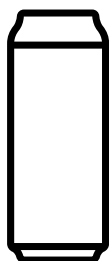
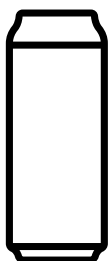
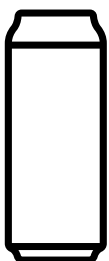
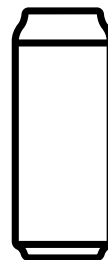
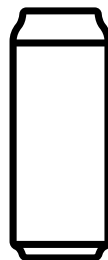
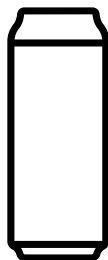
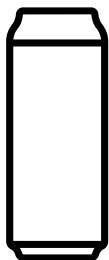
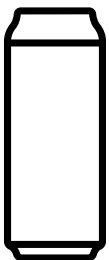
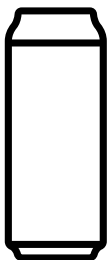
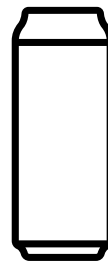
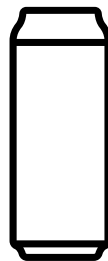
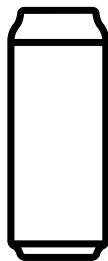
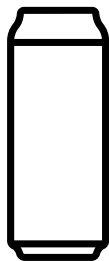
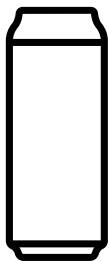
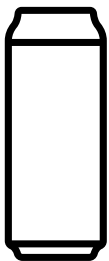
Väritä tai rastita tölkki kun  
juot yhden alkoholiannoksen.

Yksi alkoholiannos on:

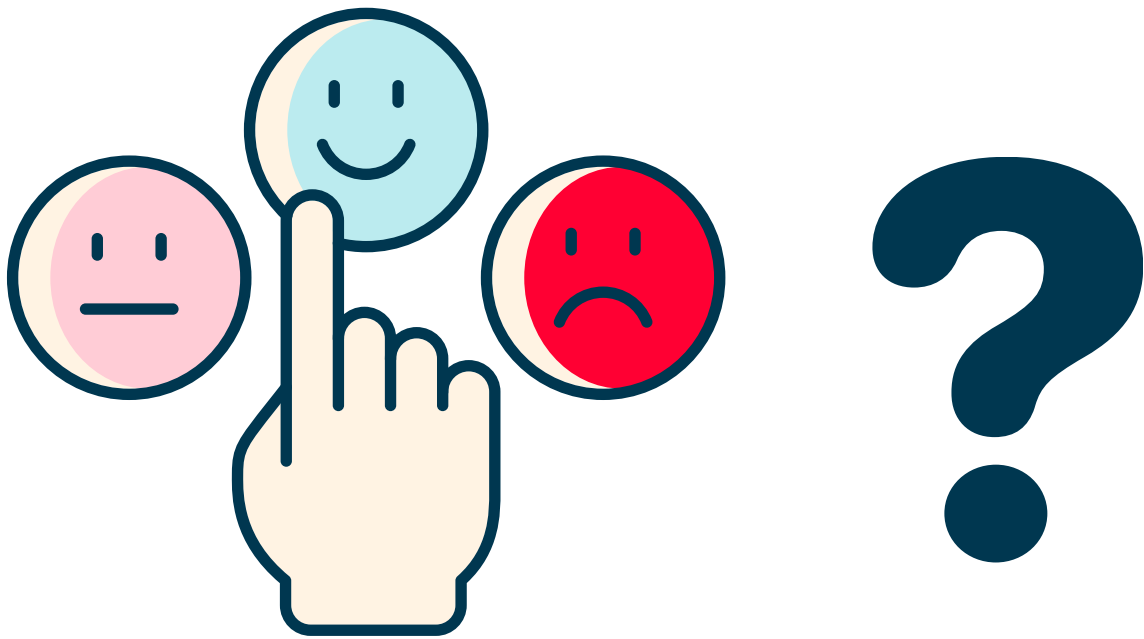
- 0,33l 4,7% (olut, siideri, lonkero, seltzer)
- 12cl viiniä
- 4 cl shotti viinaa



**Viikonpäivä:** \_\_\_\_\_



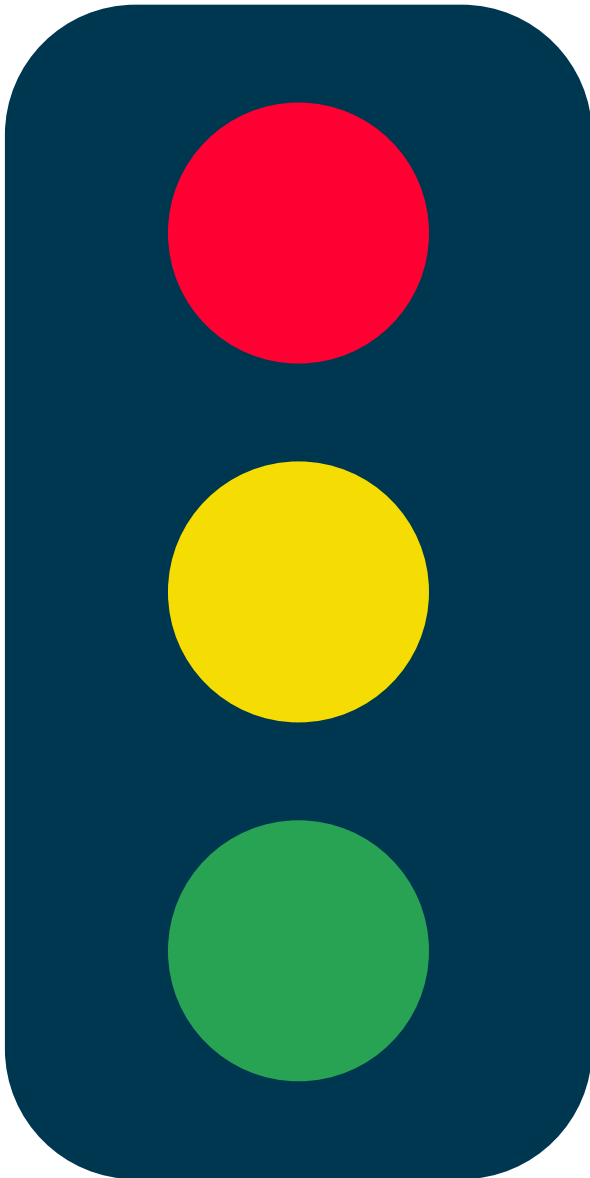
Mitä sinulle kuuluu?



Tunnemittari



# TUNNELIIKENNEVALOT



---

---

---

---

---

---

Kyllä



Ei



Hyvä



Huono



Kieltäytyä päihteistä



En halua puhua



Haluan lopettaa tapaamisen



En ymmärrä



En tiedä



Hengittää syvään/  
rauhhoittua



Ahdistaa



Unelmoida





## Vessahätä



## Tauko



## Odota hetki



## Voidaan jatkaa



## Päihdetyön tapaaminen/ keskustella



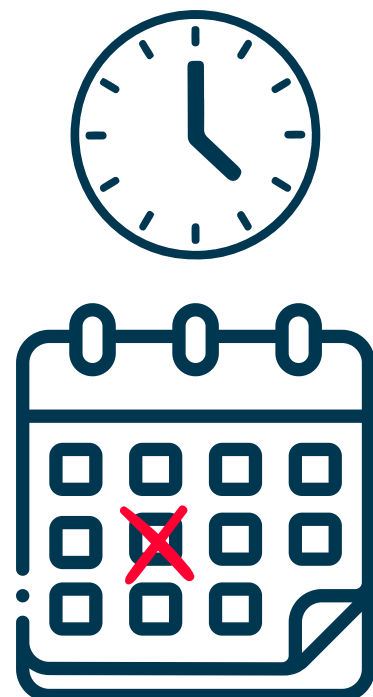
## Tehtävä



## Tapaaminen päättyy



## Seuraava tapaaminen



## Nikotiinipussi



## Kieltäytyä alkoholista



## Vape



## Kieltäytyä tupakasta



Pahoinvointi/  
oksentelu



Päänsärky



Hikoilu



Käsien vapina/  
vapina



**Sydämentykytys/  
kohonnut verenpaine**



**Huimaus**



**Tajuttomuus/  
yliannostus**



**Unettomuus**



**Kaatua**



**Ajaa kolari**



**Riidellä**



**Satuttaa itsensä**



Vatasaoireet/  
ripuli



Vatsakipu



Vilunväristys/  
kylmähiki



Kehon lämpötilan nousu/  
kuume



**Pelkotila/  
vainoharhaisuus**



**Sekava/  
vihainen**



**Väkivaltainen**



**Vankila/rikollisuus**

