

Tartu Ülikool  
Sotsiaalteaduste valdkond  
Haridusteaduste instituut  
Põhikooli mitme aine õpetaja õppekava

Dagmar Mamedova  
UIMASTITARVITAMISE KOGEMUSED NOORUKIEAS TAGASIVAATAVALT  
TÄISKASVANUTE HINNANGUL  
Magistritöö

Juhendaja: kaasprofessor Kristi Kõiv

Tartu 2022

## **Kokkuvõte**

### **Uimastitarvitamise kogemused tagasivaatavalt noorukieas täiskasvanute hinnangul**

Uuringu eesmärgiks on kirjeldada uimasteid kuritarvitanud täiskasvanute uimastite tarvitamise kogemusi tagasivaatavalt noorukieas. Valim koosneb kaheksast inimesest, neli meest ja neli naist vanusevahemikus 23 - 36 eluaastat. Andmete analüüsimisel kasutati kvalitatiivset sisuanalüüsi. Viidi läbi individuaalintervjuud ajavahemikus juuli- august 2020.a. Valimi moodustamise kriteeriumiks oli uimasti kuritarvitamise kogemus noorukieas. Uimasteid tarvitanud uuritavad alustasid alkoholi ja tubakaga vanuses 10 - 12.a. Edasi hakati kasutama ka illegaalseid uimasteid ja uimastiseotuse astmed arenesid edasi kuritarvitamiseks ja sõltuvuseks. Kõigi uuritavate väitel oli raske sõltuvusest loobuda ja selleks oli vaja oma sisemist tahet, lähedast inimest ning pöörduti ka psühholoogi ja psühhiaatri poole.

Võtmesõnad: uimastitarbimise kogemused, uimastite kuritarvitamine, uimastiseotuse astmed

## **Abstract**

### **Adults' retrospective recalls about experiences of drug use during adolescence**

The aim of the study is to describe the experiences of drug abuse during their adolescence. The sample consisted of eight people; four men and four women between the ages of 23 and 36. A qualitative content analysis was used to analyze the collected data. Individual interviews with the participants were carried out in July and August of 2020. The criterion for sampling was the experience of drug abuse during adolescence. The participants of the study developed a habit of smoking tobacco and drinking alcohol between the ages of 10 and 12. After that, the use of illicit drugs began and evolved further into abuse and addiction. According to all the participants, it was difficult to give up their dependence on drugs, and it required their inner strength and a person close to them. Some also turned to a psychologist or a psychiatrist.

Keywords: retrospective recalls, drug use in adolescence, substance abuse, the stages of drug use.

## Sisukord

1. Sissejuhatus.....	5
2. Teoreetiline ülevaade .....	7
2.1. Uimastid, uimastite tarvitamine ja kuritarvitamine: põhimõisted.....	7
2.2. Varasemad uuringud noorte uimastite tarvitamise kohta .....	12
3. Metoodika .....	13
3.1. Valim .....	15
3.2. Andmekogumine.....	16
3.3. Andmeanalüüs .....	16
4. Intervjuude tulemused.....	19
4.1. Uimasteid kuritarvitanud täiskasvanute kogemused seoses erinevate uimastite tarvitamisega tagasivaatavalt noorukieas.....	19
4.1.1. Vanus uimastite tarbimise alustamisel.....	19
4.1.2. Uimasti tarvitamise liik.....	20
4.1.3. Ümbruskond ja koht seoses uimastite tarvitamisega .....	20
4.1.4. Uimastite kuritarvitamine ja sõltuvus .....	21
4.1.5. Uimastite kättesaadavus.....	22
4.1.6. Põhjused uimastite tarvitamiseks .....	22
4.1.7. Uimasti tarvitamise negatiivsed tagajärjed .....	23
4.2. Uimastitarbimisega seotud riskid noorukieas uimasteid kuritarvitanud täiskasvanute hinnangul. Tegurid, mis mõjutasid uimastitarbimist noorukieas uimasteid kuritarvitanud täiskasvanute hinnangul.....	24
4.2.1. Personaalsed riskifaktorid.....	24
4.2.2. Sotsiaalsete suhetega seotud riskifaktorid .....	24
4.2.3. Kooliga seotud riskifaktorid.....	25
4.2.4. Koduga seotud riskifaktorid.....	25

4.3. Uimasti sõltuvusest loobumise võimalused uimasteid kuritarvitanud täiskasvanute hinnangul. Kuidas kirjeldavad uimasteid kuritarvitanud täiskasvanud uimastite tarvitamisest loobumist?.....	26
4.3.1. Tubakast loobumine.....	26
4.3.2. Alkoholist loobumine.....	26
4.3.3. Retseptiravimitest loobumine .....	28
4.3.4. Illegaalsetest uimastitest loobumine .....	28
5. Arutelu .....	29
Tänu sõnad .....	33
Autorsuse kinnitus .....	33
Kasutatud kirjandus .....	34
Lisad.....	38
Lisa 1. Intervjuu näidis .....	38

## 1. Sissejuhatus

Illegaalsete uimastite tarvitamine alates 1995. aastast oli kasvutrendis. Kui 1995. aastal oli mõnda illegaalset uimastit elu jooksul proovinud 15–16-aastaste kooliõpilaste osakaal 7%, siis 2011. aasta uuringus 32%. Võrreldes 2007. aastaga, ei ilmnenu 2011. aastal suurt kasvu illegaalsete uimastite tarvitamises. Tekkis nagu mõningane seisak. 2011. aastal oli proovinud mõnda illegaalset uimastit 32% vastanutest. ESPADi küsitlusuuringu eesmärgiks ei ole välja selgitada alkoholi- ja uimastisõltuvusega koolinoorte arvu, vaid kirjeldada Eesti 15–16-aastaste koolinoorte kogemusi ja hoiakuid alkoholi, tubaka ja illegaalsete uimastite tarvitamise suhtes (Kobin *et al.*, 2012). Tänapäevaks me teame, et trend on jätkuvalt kasvav, mitte stabiliseeruv (Haring *et al.*, 2021). Sellele probleemile tuleks kindlasti tähelepanu pöörata. Miks on uimastite tarvitamine ikkagi kasvuteel.

Noored, enne kui jõuavad uimastite kuritarvitamiseni, tarvitavad uimasteid, et oma tegevusi põnevamaks muuta, vaba aega sisustada, reaalsusest põgeneda jne. Aga kui jõutakse uimastite kuritarvitamiseni siis tegevus pole enam esmatähtis. Sel juhul on olulised uimastid ja tegevus kaotab oma tähtsuse. Tahetakse kätte saada ainult uut doosi. Enam ei ole esmatähtis pidada pidu ja selle tarbeks uimasteid hankida. Sellel astmel suureneb ka üksinda uimastite tarbimine (Rogers & Goldstein, 2005). Uimastite tarbimine muutub siis põhiliseks tegevuseks. See on murekoht ja ka noorte seas suur probleem ning lähtuvalt sellest on aktuaalne kirjeldada uimasteid kuritarvitanud täiskasvanute uimastitarvitamise kogemusi ja riskifaktoreid tagasivaatavalt. Oluline on uurida, mida täiskasvanud uimastite tarvitajad ise uimastite tarvitamisest noorukieas arvavad.

Uurimistöö eesmärk on kirjeldada noorukieas uimasteid kuritarvitanud täiskasvanute uimastite tarvitamise kogemusi tagasivaatavalt. Eesmärgi täitmiseks on püstitatud järgmised uurimisküsimused:

1. Millised on noorukieas uimasteid kuritarvitanud täiskasvanute kogemused seoses erinevate uimastite tarvitamisega tagasivaatavalt?

2. Millised tegurid mõjutavad uimastitarbimist noorukieas uimasteid kuritarvitanud täiskasvanute hinnangul?

3. Kuidas kirjeldavad uimasteid kuritarvitanud täiskasvanud uimastite tarvitamisest loobumist?

Sellest kõigest tulenevalt soovib töö autor uurida noorukieas uimasteid kuritarvitanud täiskasvanuid, et saada võimalikult palju infot uimastite tarbimise kohta tagasivaatavalt.

Esimeses peatükis on ülevaade uurimuse teoreetilistest lähtekohtadest. Teine peatükk on pühendatud uurimuse metoodikale. Kolmas peatükk sisaldab andmeanalüüsist saadud uurimistulemusi ja neljandas ehk viimases peatükis on arutelu, kus analüüsitakse uurimuse tulemusi ja nende ühtivust teooria peatükis toodud teoreetiliste lähtekohtadega.

## 2. Teoreetiline ülevaade

### 2.1. Uimastid, uimastite tarvitamine ja kuritarvitamine: põhimõisted

Uimastid on psühhoaktiivsed ained ja neid kasutatakse oma psüühika mõjutamiseks, et saada kätte eufooria ja vabastav tunne, saada lahti väsimusest ja elu probleemidest. Mõned neist uimastitest on ilma piiranguteta (kohv), mõne kättesaadavust piiratakse (vanuseline piir tubaka ja alkoholi puhul) – need on legaalsed uimastid. Kaks seaduslikku uimastit on alkohol ja tubakas. Eestis on võimalik osta alkoholi ja tubakatooteid alates 18.eluaastast (Ganeri, 2000).

Mõnede uimastite kasutamist kontrollitakse rahvusvahelisel või riiklikul tasandil seadustega (kanepitooted, opioidid) – illegaalsed uimastid (Kiive & Saat 2004). Eestis on selleks seaduseks „*Narkootiliste ja psühhotroopsete ainete ning nende lähteainete seadus*” ( Narkootiliste ja psühhotroopsete ainete ning..., 2020) ja „*Narkootiliste ja psühhotroopsete ainete meditsiinilisel ja teaduslikul eesmärgil käitlemise ning sellealase arvestuse ja aruandluse tingimused ja kord ning narkootiliste ja psühhotroopsete ainete nimekirjad*“ ( Narkootiliste ja psühhotroopsete ainete meditsiiniline ja..., 2021. ). Illegaalsed ehk seadusega keelatud uimasteid nimetatakse narkootikumideks.

„Laiemalt võttes on uimasti iga aine, mida saab kuritarvitada, sõltumata asjaolust, kas selle aine kasutamist reguleeritakse seadustega või mitte“ (Kiive & Saat, 2004, lk 21).

Uimasti sõltuvus on siis, kui inimene on uimastitega nii vaimselt kui ka füüsiliselt ära harjunud, et normaalseks eksisteerimiseks peab seda pidevalt tarvitama ja ta ei suuda lõpetada, ilma et vaevleks ebameeldivate võõrutusnähtude käes. Inimesel on tekkinud juba probleemid tööl, suhte probleemid, majanduslikolukord halvenenud, teviseprobleemid jm, aga siiski ei suuda inimene uimastite tarvitamist lõpetada. Sõltuvus areneb paljude aastate jooksul, allutades aeglaselt inimese isiksuse. Tugev iha alkoholi järele areneb peaaegu märkamatu. Sõltuvuse tundemärkide hulka kuulub vastupandamatu tung aineid tarvitada ja mittetarvitamisel tekkivad võõrutusnähud. Tung uimastite järgi muutub ületamatuks, mitu korda tugevamaks kui inimese tahte jõud. Kõik (välja arvatud himu rahuldamine) kaotab tähtsuse (Ganeri, 2000).

Psüühiline ehk vaimne/psühholoogiline sõltuvus ehk iha on vastupandamatu tung seda iha rahuldavat uimastit hankida ja kasutada uuesti. Kui uimasti mõju raugub siis tekib inimesel veel suurem tahtmine tarvitada seda uimastit uuesti. Enamasti ei suudeta sellele soovile vastu seista ja

muretsetakse uimastavaid aineid juurde. Uimastite iha põhjused on inimestel erinevad, kuid üldiselt võib neid kõiki ühendada üks peamine põhjus: inimese psüühika võimetus tajuda tegelikku elu sellisena, nagu see on, ilma teadvust muutvate aineteta (Räägime narkootikumidest, 2012, lk 10 ).

Peamiselt ikka on iha teke seotud uimastite meeldiva (nt eufooria, ergutamine, rahunemine, hallutsinatsioonid, joove jm). Seda tunnet tahetakse veel ja veel teadlikult läbi elada (sagedamini aga alateadlikult). Iha võib olla äärmiselt tugev. Uimastite toimega harjunult kasutatakse neid ka selleks, et igapäevaelu reaalsusega toime tulla (Saat *et al.*, 2015). Psüühiline sõltuvus on füüsilisest raskem ja võib sõltuvushäire tekkimisel suuremat rolli mängida (Harro, 2017).

Füüsiline sõltuvus on tegelikult organismi kohanemine uimastite olemasoluga inimese kehas. Keha harjub ära ainetega, mida kuritarvitatakse. Kui uimastite toime möödub või tarvitamine katkestatakse, tekivad võõrutusnähud (Saat *et al.*, 2015). Füüsiline sõltumus võib tekkida sõltuvusaine korduva kasutamise tulemusena organismi harjumisel sellega (Otter, 1997). Kui uimasteid kuritarvitav inimene ei saa kätte oma igapäevast uimastidoosi siis tekivad tal võõrutusnähud. Erinevatel uimastitel on võõrutusnähud erinevad (Špakov, 2000; Rogers & Goldstein, 2005; Räägime narkootikumidest..., 2012).

Võõrutusnähtudest vabaneb siis kui uimastit uuesti tarbida. Uimasti toime möödumisel või tarvitamise katkestamisel tekivad võõrutusnähud. Sellepärast kasutavadki uimasteid kuritarvitavad inimesed uimasteid, et hoida ära võõrutusnähud ja need kõrvaldada. Enam ei tarvitata uimasteid puhtalt rahuldustunde saavutamiseks (Saat *et al.*, 2012).

Taluvuse ehk tolerantsuse tõus uimasti suhtes on – uimastite algsed kogused ei anna enam rahuldustunnet ja ka võõrutusnähud ei kao. Annuseid hakatakse suurendama, et saavutada esialgne toime. Tolerantsuse suurenemine on organismi kaitse- ja kohanemisreaktsioon uimastile, mis aitab organismil säilitada sisemist tasakaalu ning võimaldab funktsioneerida uimasti poolt muudetud sisekeskkonna tingimustes (Saat *et al.*, 2015)

### **2.1.2. Uimastiseotuse astmed**

Iga uimastiseotuse aste võib viia järgmiseni aga seda mitte alati (Kiive & Saat, 2001; 2004; 2007; Rogers & Goldstein, 2005).

Kõigepealt on esimene aste, mida nimetatakse proovimiseks. See staadium võib jääda ka ainukeseks, juhul kui tekivad negatiivsed tagajärjed ja tunded seoses uimasti tarvitamisega esmakordselt. Alguses on esimene kogemus ja see mängib suurt rolli (Harro, 2017).

Mõned autorid toovad välja enne uimastite seotuse astmete ka eksperimenteerimise. Mis võib läbida erinevad uimastiseotuse astmed, aga võib jääda ainult eksperimendiks noore poolt uimastite maailmas. Eksperimenteerimine on uimastiga katsetamine harva ning väheses koguses ilma eelnevalt planeerimata, kirjutavad mitmed autorid (Kiive & Saat, 2001; 2004; 2007; Rogers & Goldstein, 2005). Eksperimenteerimise lõpp on siis, kui uimasti tarvitaja teab juba, kuidas tuju muuta või joovet saavutada mõõdukamate doosidega ning sellele järgneb uimastite planeeritud tarvitamine, et saada soovitud kogemust (Rogers & Goldstein, 2005).

Tarvitamine - regulaarse tarvitamise korral planeeritakse uimasti tarvitamist ette. Mõeldakse ette, miks on soov tarvitada – näiteks on pidu tulekul või nädalavahetus ja siis ostetakse selle tarbeks valmis (Kiive & Saat, 2001, 2004; 2007; Rogers & Goldstein, 2005).

Kuritarvitamine – siis kui uimastite tarvitamist jätkatakse isegi siis kui ollakse teadlikud, et uimastite tarvitamisega on hakanud kaasnema ka palju muid muresid. Selles astmes ei kujuta inimesed elu enam ette ilma uimastiteta. Uimastid on osa nende elust aga nad ise seda ei suuda veel tunnistada. Uimastite tarvitamine toimub regulaarselt ja tihti. Kaovad sõbrad, kes uimasteid ei tarvita. Mõistetakse küll, et tekkinud on nõiaring, ent üritatakse seda varjata. Aine suhtes tekib kõrgenenud taluvus ehk tolerantsus. Hakkavad ilmnema sõltuvusele viitavad märgid: iha uimasteid uuesti tarvitada ja depressioon, ärrituvus ja väsimus juhul, kui uimasteid ei kasutata. Kuritarvitamine võib viia sõltuvuseni (Tamson & Vorobjov, 2020). Kuritarvitamise puhul ei ole tegevus enam esmatahtis. Sel juhul on olulised uimastid ja tegevus kaotab oma tähtsuse. Sellel astmel suureneb ka üksinda tarbimine (Rogers & Goldstein, 2005). Uimastite tarvitamise viimaseks astmeks on sõltuvus. Sellele astmele on iseloomulikud paljud kuritarvitamisele omased tunnusjooned ja käitumisviisid. Uimastit kasutatakse sel astmel, kuna tuntakse vajadust selle järele (Kiive & Saat, 2001, 2004; Rogers & Goldstein, 2005; Kiive & Saat, 2007).

### **2.1.3. Uimastite tarvitamist mõjutavad riskifaktorid**

Faktoreid, mis uimastite tarvitamise tõenäosust ja sõltuvuse teket võivad suurendada, nimetatakse riskifaktoriteks (faktorid on seotud uimastite sagedase või probleemse tarvitamisega, mitte proovimisega). Mida rohkem on riskifaktoreid, seda suurem on oht, et uimastitarvitamine viib sõltuvuseni. Riskifaktorite hulka kuuluvad faktorid, mis on soodustavad ja suurendavad noorukite

ainete kasutamise tõenäosust. Selliste riskifaktorite hulka kuuluvad individuaalsed, perekonna, eakaaslaste rühma ja sõprade, kooli mõjud (Brook *et al.*, 2015; Robertson, David, & Rao, 2003).

#### **2.1.4. Uimastitarvitamise individuaalsed riskifaktorid**

Inimesed, kellel on madal enesehinnang on tihti riskigrupis, kes hakkavad tulevikus uimasteid tarvitama. Ohvriks langemine, kokkupuude vägivallaga samuti on eelduseks uimastite kasutamisel (Lee & Kim, 2017).

Peamiselt on välja toodud individuaalsete riskifaktoritena uurimustes: varajane uimastite proovimine ja kasutamine (Hawkins *et al.*, 1992; Kandel & Yamaguchi, 1993; Saat, 2001; Silmere, 2006; Streimann, 2013), impulsiivsus ja ebaadekvaatne enesehinnang ( Lee & Kim 2017; Hawkins *et al.*, 1992; Saat, 2004; 2007; Streimann, 2013), sotsiaalsed oskused on puudulikud (Saat, 2001; Preventing Drug Use..., 2003; Saat, 2004; Saat & Põiklik, 2007; Streimann, 2013), emotsionaalse eneseregulatsiooni puudulikkus (Brook *et al.* 2015; Silmere, 2006; Saat & Põiklik, 2007; Saat, 2004; Lee & Kim, 2017 ) ning käitumishäired varajases eas (Saat, 2001; 2004; Saat & Põiklik, 2007; Preventing Drug Use..., 2003; Brook *et al.*, 2015). Saat (2004) ning Saat ja Põiklik (2007) täheldasid ka tuntavaid elumuutusi, kohaliku kultuuriga kohanematust, etnilise identiteedi puudulikkust ning temperamendi omapära, kui individuaalseid riskifaktoreid (Brook *et al.*, 2015). Silmere (2006) ja Streimann (2013) mainivad ka järgmisi personaalsed riskifaktoreid: agressiivne ja antisotsiaalne käitumine, elamustejanuline käitumine ning psüühilised häired. Personaalsete riskifaktoritena tuuakse välja üldist apaatiat ühiskonna suhtes (Lee & Kim, 2017; Saat, 2004), austuse puudumist institutsioonide ja seaduste suhtes (Saat & Põiklik, 2007), psühhofüsioloogilist tundlikkust uimastite toime suhtes (Saat, 2001) ja soovivaid hoiakuid uimastite tarvitamise suhtes (Lee & Kim, 2017; Silmere, 2006). Samuti on uurimustes tulnud välja tõendeid selle kohta, et legaalseid uimasteid kasutatavatel noortel kujuneb tõenäolisemalt välja sõltuvus illegaalsetest uimastitest (Brook *et al.*, 2015).

#### **2.1.5. Uimastitarvitamise koduga seotud riskifaktorid**

On tõestatud, et kodune keskkond on riskifaktoriks uimastitarvitamisele - kehv vanemlik järelevalve, vanemate positiivne suhtumine uimastitesse ja perekonna raske majanduslik olukord (Lee & Kim, 2017; Brook *et al.*, 2015).

Mitmed uurimused näitavad, et pere on samuti üks riskifaktor, mis soodustab uimastite tarvitamist noorukieas. Sellised näited: uimasteid tarvitavad vanemad, vanematepoolne laste ülevõi alahoolitus (Lee & Kim, 2017; Hawkins et al., 1992; Špakov, 2000; Saat, 2001; Preventing Drug Use..., 2003; Saat, 2004; Silmere, 2006; Saat & Põiklik, 2007; Streimann, 2013), psüühikahäiretega lapsevanemad (Saat, 2001; Preventing Drug Use..., 2003), vanemate salliv suhtumine uimastitarvitamise, pinged ja tülid perekonnas, traumaatilised sündmused peres ning pere raske majanduslik olukord (Lee & Kim., 2017; Hawkins et al., 1992; Saat, 2001; Saat, 2004; Silmere, 2006; Saat & Põiklik, 2007; Streimann, 2013) ning lapse ja vanema vahelise kiindumise puudumine (Preventing Drug Use..., 2003; Saat, 2004; Silmere, 2006; Saat & Põiklik, 2007; Streimann, 2013). Loeber *et al.* (2011) leidis, et emade alkoholi tarvitamine ja kuritarvitamine mõjutasid noorte alkoholi tarvitamist tulevikus. Isade alkoholi tarvitamine mõjutas rohkem poisslapsi (Lee & Kim, 2017).

Kui vanemad on kursis laste tegevustega nii koolis kui kodus ja nende vahel on suhtluses ausus ja usaldus, siis on uimastite tarvitamise risk lastel väiksem (Lee & Kim, 2017). Špakov (2000) uimastite tarvitamist soodustava perega seotud riskifaktorina veel välja vanemate poolse füüsilise vägivalla laste suhtes, sama väidavad ka Lee ja Kim oma artiklis (2017). Üldiselt näib vanemliku seotuse mõju uimastite kasutamisele olevat tüdrukute puhul tugevam kui poiste puhul (Lee & Kim, 2017).

Lisaks suurendab vanemate poolt toime pandud laste väärkohtlemine noorukieas uimastite kasutamise tõenäosust. Lastel neli väärkohtlemise liiki: emotsionaalne, füüsiline, seksuaalne ning seksuaalse ja füüsilise väärkohtlemise kombinatsioon, on märkimisväärselt seotud alkoholi, tubaka ja ebaseadusliku uimastitarbimise suurenenud riskiga lastele. Kuigi tulemused näitavad, et poisid, kes kogevad väärkohtlemist vanemate poolt, tarbivad illegaalseid uimasteid suurema tõenäosusega täiskasvanueas kui tüdrukud. Siis tubaka ja alkoholi tarvitamisel ei olnud soolist erinevust poiste ja tüdrukute hulgas. Erinevust polnud ka siis, kui poisid või tüdrukud olid kogenud väärkohtlemist lapsena (Lee & Kim, 2017). Brook & Pahl (2015) kirjutavad oma artiklis, et üksikvanemate ja lahutatud vanemate lapsed ei pruugi olla riskirühmas. On ilmnunud tõendeid, mis näitavad, et vanemad kaotanud ja kodutud lapsed, kes elavad tänavatel ilma vanemliku või täiskasvanu järelevalveta on suuremas ohus, et nad hakkavad uimasteid tarvitama (Brook *et al.*, 2015).

### **2.1.6. Sotsiaalsete suhetega seotud riskifaktorid**

Sotsiaalsete suhetega seotud riskifaktorid on faktorid, mis puudutavad sõpru või eakaaslaseid. Eakaaslaste mõju muutub suuremaks just noorukieas. Eakaaslaste on peetud üheks kõige olulisemaks mõjuriks noorukite uimastite kasutamisel. Eakaaslaste saavad hõlbustada uimastite kasutamist, pakkudes, näidates välja tarvitamise käitumise modelleerimist ja positiivsete hoiakute kujundamist uimastite suhtes (Lee & Kim, 2017).

Üldiselt on uuringuid, kus erinevast soost eakaaslaste mõju uimastite tarvitamise kohta uimastite tarvitamise alustamisel on ebaselge, kuid mõned uuringud on näidanud, et eakaaslaste osas on meessoost sõpradel suurem mõju võrreldes naissooga. Uimasteid kasutava sõbra olemasolu peetakse noorukitel tugevaimaks teguriks uimastite tarvitamise edaspidisel kasutamisel (Lee & Kim, 2017).

Eakaaslastega seotud riskifaktorid on järgmised: sõbrunemine uimasteid tarvitavate noortega (Lee & Kim, 2017; Saat, 2001; Preventing Drug Use..., 2003; Saat, 2004; Silmere, 2006; Saat & Põiklik, 2007; Streimann, 2013), sõprade positiivne suhtumine uimastitarbimisse (Lee & Kim, 2017; Hawkins et al., 1992; Preventing Drug Use..., 2003; Saat, 2004), sõprade puudumine (Saat & Põiklik, 2007), tõrjutus eakaaslaste poolt (Lee & Kim, 2017; Hawkins et al., 1992, Silmere, 2006; Saat & Põiklik, 2007) ning kuulumine noortekampadesse (Silmere, 2006; Streimann, 2013), kus ei peeta lugu ühiskondlikest väärtustest ja normidest (Silmere, 2006; Hawkins *et al.*, 1992).

### **2.1.7. Uimastitarvitamise kooliga seotud riskifaktorid**

Uimastite tarvitamist mõjutavad riskifaktorid seoses kooliga on: halb õhkkond koolis (Saat, 2004; Saat & Põiklik, 2007), pinged õpetajate ja õpilaste vahel (Saat, 2001; Silmere, 2006), puudub huvi õppetöö ja kooli, kui sellise vastu (Silmere, 2006), halb psühhosotsiaalne keskkond koolis (Streimann, 2013).

Teismelised veedavad suurema osa oma päevast koolis ja puutuvad kokku eakaaslastega koolis. Tekib ebaseaduslik käitumine, sealhulgas uimastite kasutamine, see võib olla kasulik poistele, kes soovivad, et neid peetaks "lahedateks" ja sellega nad väldiksid ka koolikiusamist (Lee & Kim, 2017).

## 2.2. Varasemad uuringud noorte uimastite tarvitamise kohta

Autor on uurinud lähiajaloo uurimistöid noorte uimastite tarbimise kohta ja on teinud põgusa ülevaate Eesti noorte uimastitarbimisest ja ka maailma uuringutest seoses noorte uimastite tarbimisega. 2000.-te aastate algul tehtud uuringus (Hansson, 2004, viidatud Abel *et al.*, 2005) selgub, et 2003. aastal oli uimastiproovijate hulk (14%) 18-69-aastaste Eesti elanike seas võrreldes 1998. aasta (6%) andmetega kasvanud. Allaste (2008) kirjutab üleeuroopalisest noorte uimastikäitumise uuringu „*European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs*“ (ESPAD) Eesti andmetest, et alates 1999. aastast kasvas võrreldes teiste Euroopa riikide keskmisega Eestis alkoholi ja tubakatooteid tarvitavate õpilaste hulk hüppeliselt ja kasvab ta ka siiani.

Õpilaste alkoholi ja uimasti tarbimist on uuritud paljudes riikides, selleks et muuta oma alkoholipoliitikat riigis ja hoida rahvatervist. Rahvusvahelist uuringut koordineerib Lissabonis asuv Euroopa Narkootikumide ja Narkomaania Seirekeskus (European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction, EMCDDA). Eesti uuringu vastutav korraldaja on Tervise Arengu Instituut (Kobin & Vorobjov, 2012). 2019. aastal korraldati seitsmendat korda uuring, et hinnata Eesti kooliõpilaste hulgas tubakatoodete, alkoholi ja narkootiliste ainete tarvitamist ning nende kolme uimasti tarvitamisega seotud käitumist ja hoiakuid. Eesti uuring on osa rahvusvahelisest uuringust „*European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs*“ (ESPAD), milles osales ligikaudu 100 000 õpilast rohkem kui 35 riigist. Rahvusvahelist uuringut on korraldatud alates 1995. aastast iga nelja aasta järel ja alates esimesest uuringust on selles osalenud ka Eesti õpilased. Andmete kogumine ühtsete, standardiseeritud meetodite alusel võimaldab riikide tulemusi võrrelda. Uuringu järjepidev ja regulaarne korraldamine annab aluse muutuste jälgimiseks ajas, mis suurendab iga uue uuringulaine lisandudes uuringutulemuste väärtust (Vorobjov & Tamson, 2020).

Eestis on uuritud ka lapsevanemate mõju 15–16-aastaste koolinoorte narkootikumide tarvitamisele (Kossinkova 2015) ning Eesti kooliõpilaste suitsetamist ja sotsiaalset keskkonda (Lilles, 2013). Vaadates narkootiliste ainete tarvitamist, näeme, et elu jooksul proovinute ja/või tarvitanute osakaal ei ole muutunud, see on olnud 38% nii 2015. kui ka 2019. aastal. 5% võrra vähenenud elu jooksul kanepit tarvitanute osakaal. Siiski ei ole väga palju muutunud viimase

aasta või kuu jooksul kanepi tarvitamine, st nii-öelda aktiivsete tarvitajate osakaal. Seda kinnitab ka asjaolu, et kanepit tarvitanute hulgas on rohkem sageli (vähemalt kuus korda) kanepit tarvitanuid. Uus suundumus on rahustite ja/või uinutite sagedasem tarvitamine (ilma arsti korralduseta), mis varasemates uuringutes oli alla 10%, kuid nüüd on kasvanud 15%-le (Vorobjov & Tamson, 2020).

Üheks kasvavaks probleemiks on retseptiravimite tarvitamine ilma arsti korralduseta. Sageli on ravimite kättesaamine noorukite jaoks üsna kerge. Kurdad mingit muret arstile ja sa saad retsepti ning rohud. Edaspidi on retsept arsti kaudu koguaeg pikendatav. Ravimeid saadakse nii sõpradelt või sugulastelt, internetis tellimine on praegu väga populaarne ja lihtne (Griffin, 2010).

Noorukite seas levib arusaam, et ravimite tarvitamisega ei kaasne häbimärgistamist, sest ravimite tarvitamine on legaalne ning ravimid on laialdaselt kättesaadavad. Aga ka retseptiravimite pidev kasutamine ilma meditsiinilise näidustuseta võib põhjustada sõltuvust, südame rütmihäireid ja üledoose, mis võivad olla ka surmaga lõppevad nagu ka teiste uimastite kasutamine. Juba üksnes Ameerika Ühendriikides 20 miljoni nooruki seas läbiviidud uuringust selgus, et 41% noorukitest arvab, et retseptiravimid on illegaalsetest uimastitest ohutumad (Kobin & Vorobjov, 2012).

Mousavi *et al.* (2014) uurimusest saame teada, et noorte positiivne suhtumine uimastitesse annab aimu, kuidas uimasteid edaspidises elus kasutatakse. Noorukite uimastitarvitamist ja uimastitarvitajatega seotud hoiakuid on vaja uurida, et ennustada tulevikus toimuvat. On vaja teha uuringuid, kus võimalikku uimastiproovimis- ja kasutamisohtu noortel välja selgitada ja milliseid ennetussamme on vaja teha selleks. On vaja luua efektiivseid ennetusprogramme, teha teavitustööd nii laste kui lapsevanemate seas, luua juurde vabaaja veetmise võimalusi noortele, ka neile, kellel pere majanduslik sissetulek on kehv. Sellega tegelevadki ESPAD-i uurimisgrupid (Mousavi *et al.*, 2014).

TAI poolt läbiviidud uuring aastal 2020, mis avaldati ajakirjas Eesti Arst, viidi läbi küll vanuses 16-64.a., aga see kinnitab varasemaid tulemusi, et noorte hulgas on uimastite tarvitamise levimus ikka väga suur. Nii leaalsete kui ka illegaalsete uimastite tarvitamine muutub samuti sagedasemaks, eriti noorte hulgas (Haring *et al.*, 2021). Uuringus on ära toodud just ka noorukite uimastite tarvitamise negatiivne pool. Uimastite tarvitamise ebasoovitavad tagajärjed tulevad ilmsiks eelkõige inimestel, kellel on nende ainetega kokkupuuteid just noores eas, mil aju tasandil

on närvivõrgustiku areng küpsemisfaasis (Haring *et al.*, 2021). Eelpool mainitud uuringu tulemused näitavad, et kolm kõige sagedamini tarvitatud uimastit noorte seas olid alkohol, tubakatooted ja kanepisaadused. Sageli tarvitab sama inimene erinevaid uimasteid, neist sagedamini alkoholi, tubakatooteid ja kanepit. Eelpool mainitud uimastavate ainete grupe on AAA-uuringus oluliselt rohkem tarvitama hakatud ja need tarvitamisenäitajad on suuremad kui varem Eestis korraldatud uuringutes. Hiljuti TAI läbiviidud uuringu kohaselt on 24% isikutest elu jooksul tarvitanud kanepit, 6% ja 5% vastavalt amfetamiini ja ecstasy't, 5% kokaiini, 2% LSDd, 3% uimastavaid seeni ning 0,3% ja 0,2% fentanüüli ja heroini. Enamik uurimusi (Haring, *et al.*, 2021; Vorobjov & Tamson, 2020; Kobin & Vorobjov, 2012) näitab, et uimastite esmakordse proovimise kriitiline aeg on varajases (12–14 a) kuni hilises (15–17 a) teismeeas ning sagedamini tarvitatakse uimasteid korduvalt 18–25aastasena. Seega on vaja rohkem tegeleda uimastite ennetustegevusega ja kõigis riigi institutsioonides. (Haring, *et al.*, 2021).

### **3. Metoodika**

Käesolev uurimistöö on kvalitatiivne, mis võimaldab keskenduda sotsiaalsetele nähtustele uuritavate tõlgenduste ja kogemuste kaudu (Laherand, 2008). Kvalitatiivsetes uuringutes uuritakse nähtusi nende loomulikus keskkonnas ning pannakse rõhku ilmingute mõtestamisele või tõlgendamisele tähenduste kaudu, mida inimesed neile annavad (Laherand, 2008).

#### **3.1. Valim**

Valim koosneb kaheksast inimesest, neli meest ja neli naist vanusevahemikus 23 - 36 eluaastat. Valimisse sobimiseks, pidid osalejad vastama järgmisele kriteeriumile, milleks oli – intervjueeritaval noorukieas uimastite kuritarvitamise kogemus. Autor arvas, et 23.- 36. aastased inimesed on vanusegrupp, kelle tagasivaatav pilk noorukieas uimastite tarbimisele on usaldatav ning nende hinnangud võivad kujuneda mitmekesiseks. Käesoleva uurimistöö noorukieas uimasteid kuritarvitanud täiskasvanud, leidis autor tutvuste kaudu s.t. mugavusvalimit kasutades ja lumepalli meetodil. Käesoleva töö valimiks oli eesmärgipärane valim. Uuritavad leidis töö autor isiklike kontakte kasutades. Leitud uuritavatel paluti nimetada uuringu kriteeriumitele vastavaid potentsiaalseid uusi uuritavaid. Uuritavate soovitatud võimalike sobivate uute uuritavatega võeti ühendust e-kirja teel.

**Tabel 1.** Uurimuses osalenud: valim

Intervjueeritav	Vanus	Sugu	Haridus	Märgitud tekstis
1.	36	Naine	kõrg	N1
2.	30	Naine	keskeri	N2
3.	26	Naine	kõrg	N3
4.	36	Naine	keskeri	N4
5.	30	Mees	kesk	M1
6.	29	Mees	keskeri	M2
7.	32	Mees	keskeri	M3
8.	35	Mees	keskeri	M4

### 3.2. Andmekogumine

Andmekogumismeetodina kasutati poolstruktureeritud avatud vastustega intervjuud, kuna see võimaldab juba varem koostatud intervjuu kavas küsimuste järjekorra muutmist ja täpsustavate küsimuste küsimist (Lepik *et al.*, 2014). Uurimistöös osalejate jaoks peeti oluliseks, et saaks muuta küsimuste järjekorda ja vajadusel ka täpsustada intervjuu küsimusi lisaküsimuste näol. Lähtuvalt töös osalejatest ja teemadest, võivad vastanutel meenuda nii mõnedki asjad hoopis teist küsimust küsides.

Intervjuu küsimuste alusena kasutati eelnevalt Maailma Terviseorganisatsiooni (*World Health Organization*) poolt välja töötatud alkoholitarbimise kohta usaldusväärse hinnangu saamise sõeltesti AUDIT (*Alcohol Use Disorder Identification Test*) (Seppä, 2000, lk 56). Küsimusi modifitseeriti vastavalt sellele, milliseid uimasteid olid intervjueeritavad tarbinud. Intervjuu küsimused olid eelnevalt eestindatud (Laaniste, 2012), kahes teemablokis olid intervjuuküsimused uimastitega tutvumise ja tarvitamise kohta ning kolmandas intervjuuküsimused sõltuvusest loobumise kohta. Töö autor lisas intervjuuküsimustele kolmanda teemabloki, mis on seotud riskifaktoritega uimastitarvitamisel. Kolmanda teemabloki koostamisel, mis käsitles uimastitarvitamist mõjutavad faktoreid, toetus autor uurimistöö

eesmärgile ja uurimisküsimustele. Intervjuu küsimused on lisatud uurimistöö lisana töö lõpus Lisa 1. Intervjuud viidi läbi intervjuueeritavaga kahekesi olles, kas intervjuueeritava juures või väljas. Kõigepealt tutvustati uurimuses osalejale, et küsitlus on konfidentsiaalne ja isikut ei ole kuidagi võimalik kuskil kindlaks teha. Intervjuueeritavale tutvustati intervjuu eesmärke, mille kohta küsimusi esitatakse. Küsitleja rõhutas, et intervjuueeritava andmed on konfidentsiaalsed ning intervjuueeritava nime ega intervjuu käigus mainitud muud delikaatset infot, mille järgi oleks võimalik intervjuueeritava tuvastamine, töös ei kasutata (Brennen, 2012). Küsitlus on vabatahtlik ja vastaja võib iga hetk selle lõpetada, või jätta mõnele küsimusele vastamata. Andmete hoidmise puhul kehtivad samad reeglid, et neid tuleb hoida kõrvalistele isikutele kättesaamatuna. Seletati lahti ka uurimistöö eesmärk. Toodi intervjuueeritavatele intervjuu alguses uimastite definitsioon ja liigitus legaalsedeks ja illegaalsedeks uimastiteks. Edasi jätkati küsimuste esitamist vastavalt intervjuu kavale. Andmekavade hoidmise puhul kehtivad samad reeglid, et neid tuleb hoida kõrvalistele isikutele kättesaamatuna. Intervjuud salvestati intervjuueeritavate loal diktofoniga mobiiltelefonis.

Küsitlus viidi läbi ajavahemikul juuli- august 2020.a. Ühele intervjuule kulunud aeg jäi ajavahemikku üks kuni kaks tundi.

Intervjuu koosnes kolmest teemablokist: uimasteid kuritarvitanud täiskasvanute kogemused seoses erinevate uimastite tarvitamisega tagasivaatavalt, uimastitarvitamisega seotud riskifaktorid noorukieas, sõltuvusest loobumine. Esimene teemablokk oli üldist laadi, kus küsiti küsimusi kogu uimasti tarvitamise perioodi kohta: kogemused uimastite tarvitamisel täiskasvanute hinnangul tagasivaatavalt noorukies – kus tarvitati, kellega, kust muretsesite uimasteid jne. Näiteks: *Kui vanalt hakkasid tarvitama uimasteid? Kus sa tarvitasid? Kui sageli tarvitasid? Kui kaua sa tarvitasid uimasteid?* Siin tekkis ka kõige rohkem lisaküsimusi, sest uuringus osalejad rääkisid kogu oma noorukiea lugusid uimastitarbimise kohta. Teise bloki küsimuste esitamise eesmärk oli teada saada, mis olid riskifaktorid, mis mõjutasid noori uimasteid tarvitama. Näiteks: *Missugused asjaolud seoses sõprade ja eakaaslastega on Sinu puhul mõjutanud uimastite tarvitamist noorukieas? Missugused asjaolud seoses Sinu endaga on mõjutanud Sinu uimastite tarvitamist noorukieas?* Kolmas blokk - Kuidas kirjeldavad uimasteid kuritarvitanud täiskasvanud uimastite sõltuvusest loobumist: Näiteks: *Kuidas sa oled proovinud sõltuvusest loobuda? Kas otsisid ise abi sõltuvusest loobumiseks või aitas sind keegi? Mida soovivad teistele inimestele, kes tahaksid loobuda uimasti sõltuvusest?*

Magistritöö valiidsuse suurendamiseks viidi läbi ka prooviintervjuu, ühe inimesega, mis kestis ligi kaks tundi. Prooviintervjuu oli oluline selleks, et andmekogujana saada kogemus ja vaadata, kas uuritav saab kõigist uurimisküsimustest aru. Uurimisküsimused olid prooviintervjueeriteavale mõistetavad ja muutusi küsimustes ei tehtud. Prooviintervjuust lähtuvalt tehti väike muudatus, kus peale konfidentsiaalsuse lahti seletamist, seletati uuritavatele ka, mis on legaalsed uimastid ja mis illegaalsed uimastid. Pilootintervjuu läbiviimist kirjeldati uurijapäevikus, et suurendada käesoleva töö usaldusväarsust. Uurijapäevikust väljavõte on lisatud töö lõppu Lisa 2. Uuriija pidas uurijapäevikut usaldusväarsuse suurendamiseks kogu uurimisprotsessi vältel.

### 3.3. Andmeanalüüs

Kvalitatiivset sisuanalüüsi kasutatakse tekstide sisu ja/või kontekstiliste tähenduste uurimiseks, kusjuures keelt, kui kommunikatsioonivahendit uuritakse intensiivselt, piirdumata sõnade pelga loendamisega (Laherand, 2008).

Andmeanalüüs viidi läbi analüütilistest reeglitest lähtuvalt kolme erineva etapina (Mayring, 2014). Esiteks intervjuu transkribeeriti ja otsiti tähenduslikke üksusi ehk koode. Edasi moodustati alakategoriad ja seejärel üldkategoriad. Järgnevalt on välja toodud andmeanalüüsi etapilised kirjeldused.

Intervjuude vastused pandi kirja täpselt, nagu helifaililil, et võimalikult korrektse teksti säilitamiseks. Intervjuud kuulati üle mitu korda, et veenduda ümberkirjutise õigsuses. Kõik intervjuud transkribeeriti ja loeti korduvalt.

Antud töö on kaks kodeerijat – autor ja töö juhendaja. Suurema osa kodeeris juhendaja. Tekstist tuletati koodid, mis ühendati uurija poolt kogumiteks ehk kategooriateks. Induktiivne kodeerimine on avatud kodeerimine. Avatud kodeerimine on induktiivne teksti lõikamine, mille eesmärk on süvenemine teksti looja mõttemaailma ja selle mõistmine (Kalmus, 2015). Kui selliseid kogumeid tekib palju, võib neid käsitleda alakategoriatena, millest moodustatakse hiljem väiksem arv üldkategoriaid. Induktiivne analüüs tähendab seda, et andmete analüüsil (kategooriate loomisel) välditakse eelnevalt määratletud kategooriaid; koodid, kategooriad ja nende nimed nagu ka täpsemad uurimisküsimused tuletatakse konkreetsetest andmetest. See tähendab seda, et teooriat ees ei ole, tuleb vaadata, et missugused sarnased teemad tekstist välja kujunevad.

Näiteks kujunesid välja uimastitega seotud riskifaktorite all, mis on seotud sõprade ja eakaaslastega järgmised koodid: *lõbus, hobi, lõõgastus, erinevus klassikaaslastest, sõprade puudumine*. Ühtlasi oli võimalik seejärel kõik sisuliselt analoogsed koodid koondada. Sellest edasi sai juba üldistatud alakategooria: *eakaaslased ja sõbrad ei mõjutanud, eakaaslaste mõju*. Kolmandaks sammuks koondati saadud koodidest sarnased koodid erinevateks teemadeks sisu alusel. Üldkategooriaks tulid näiteks: *sotsiaalsete suhetega seotud riskifaktorid*. Selliselt sai kogu vastuste osa läbi töötatud.

Neljanda sammuna vaadati teemad ning nende kategoriseerimisotsused üle teise kodeerijaga, ehk siis juhendajaga, veendumaks andmete üheses mõistetavuses ning korrektsuses. Respondentide vastused kodeeriti tähistega vastavalt M1, N2 jne. Kõige lõpuks tegid töö autorid tulemuste põhjal koodipuud kolme teemabloki kohta. Andmeanalüüs on tehtud, intervjueeritavate tsitaatidest ning nende interpretatsioonist. Antud töös on tegu manifestse tsiteerimisega (tsitaadid on võetud otse intervjuudest ja neid ei ole muudetud) (Kalmus, 2015). Tsitaadid on muust tekstist eristatud kursiivkirjaga. Tsitaadi järel on ära toodud, et millise vastajaga on tegemist. Näiteks 1N, mis tähendab, et tegemist on esimese intervjueeritavaga, kes on naine. 2M, mis tähendab, et tegemist on teise meessoost intervjueeritavaga. Uurimistulemusi illustreerivad tsitaadid intervjuudest. Analüüsi käigus ei ole igal pool välja toodud kindlaid küsimusi, mida vastajatelt küsiti, kuid kui seda on peetud oluliseks, on see ka kirja pandud.

## 4. Uurimistulemused

### 4.1. Noorukieas uimasteid kuritarvitanud täiskasvanute kogemused seoses erinevate uimastite tarvitamisega tagasivaatavalt

#### 4.1.1. Vanus uimastite tarbimise alustamisel

Käesoleva uurimuse valimisse kuulunud intervjueeritavad tõid välja, et esmakordselt hakkasid nad legaalseid uimasteid tarvitama vanuses 12-14 aastat ja illegaalseid uimastite tarvitamise esmakordsed kogemused olid uuritavale 16-18-aastaselt. Nii intervjueeritavad mehed kui naised väitsid, et esialgu prooviti legaalseid uimasteid ja hiljem lisandusid ka illegaalsed uimastid. Ühel juhul uuritav vastas, et retseptiravimitega alustas 10. aastaselt. Need oli talle arst välja kirjutatud.

Üks uuritav selgitas: *17-18.a. ikka gümnaasiumi ajal nagu enamik. Kanep, mõned korrad amfetamiin. Alkohol ja suits koguaeg (3M). Tüdrukute ja poiste uimastite tarvitamise alguse vanus oli sama.*

#### 4.1.2. Uimasti tarvitamise liik

Algust tehti uuritavate väitel varases noorukieas uimastite tarbimisega, milleks oli alkohol koos tubaka tarvitamisega, näiteks: *no suits ja alkohol käis ikka käsikäes. 3N*

Ühe uuritava puhul oli tegu ainult retseptiravimite kasutamisega alates varasest noorukieast kuni intervjuu tegemise hetkeni täiskasvanueas. Pooled uuritavad väitsid, et tarvitasid alkoholi ka hilises noorukieas ja täiskasvanuna: *Peale alkoholi ma muud ei ole tarvitanud. Mu sõbrad eriti ei võtnud ja keegi ei pakkunud. Austati minu soove 1N. Mina piirdusin alkoholiga. 1N. Olen siiani ainult alkoholile kindlaks jäänud, ei taha muud solki. 4M. Teine pool uuritavatest hakkasid lisaks legaalsele uimastitele tarvitama ka illegaalseid uimasteid (kanep, ecstasy, amfetamiin jt) hilisemas noorukieas. Uuritavad vastasid: Täiskasvanuna ka kanepit ja ecstasyt ja ma isegi ei tea, mida kõike muud 1M suits, alkohol, narko ikka koos – segu seitse 3M. Suits ja alkohol, hilisemas vanuses narkootikumid ka. Üks segapudru kokku. 4N*

Uuritavate väitel lõpetati täiskasvanueas ära ainult tubaka tarvitamine. *Suitsetamise jätsin maha ja alkoholi joon ka vähem, kuna mul on nüüd elukaaslane aga eks ikka vahest läheb sõpradega lappesse. 1M, Suitsetamise jätsin 23.-selt maha. Peavalud tekkisid tubakast juba. Ja see suitsuhais ka. 3N Mõnede uuritavad täheldasid, et ka alkoholi ja illegaalsete uimastitega tehti lõpparved just täiskasvanueas: läksin ravile. Ise ei saanud kuidagi lahti. Ikka pläru ette. 2N*

#### 4.1.3. Ümbruskond ja koht seoses uimastite tarvitamisega

Uuritavate väitel kasutati uimasteid enamasti koos eakaaslastega ja sõpradega, siis olid ka tarvitamiskohad sellised: privaatsed õuealad ja privaatsed võimalused (korter, ühiselamutuba), kus siseruumides eakaaslastega koos legaalseid uimasteid tarvitada. Kohad nii legaalse kui illegaalsete uimastite tarvitamiseks olid sarnased terve noorukiea vältel, nii väidavad intervjuueeritavad: *N.õ punkrites, (pindadel) 1M. kellegi pool kui vanemaid kodus polnd 4M. võsas 3N. Korteris, ühikas. Seal kelle juures olla saime. Väljas ei riskinud teha. Kanepil on ju see eriline lõhn. 2N*

Intervjuus osalejad väitsid, et hilisemas vanuses, kui oli võimalik saada baaridesse ja klubidesse, siis jätkus legaalseste uimastite tarvitamine seal. *Vanemana oli juba parem, sai odavates baarides tiksuda vaikselt, oma jook põues ja salaja juurde valada. Haha! Enamus noori teevad nii 1N.*

Täiskasvanueas tarbiti legaalseid uimasteid avalikes kohtades, kus alaealisena ei saanud tarbida vanuse tõttu. Eestis lubatakse alkohoolseid tooteid müüa alates 18.a. isikule ja klubidesse, lõbustusasutustesse, avalikele üritustele jne lastakse sisse just arvestades seda vanusepiiri: *üritustel 2N. hiljem ööklubides, pubides. 3N*

Mainitakse ka ära alkoholi tarvitamise kohtadeks varases noorukieas kooli ja kodu: Näiteks: *Isegi meenub, et koolis sai trimpsutatud wc-s või siis alkoholi limonaadi pudelisse 4M.* Kodus legaalseste uimastite tarbijate puhul saab välja tuua uuritavate vastustest selle, et nendel uuritavatel olid kodus ka alkoholi tarvitavad vanemad ning alkoholi kättesaamine vaba *Mulle andis ema monopoli viina kui vaja oli 1N.* Kodus uimastite tarvitamise juures võib välja tuua ka retseptiravimi tarvitaja: *Kodus ikka.2M.* Uuritav, kes tarvitas nii noorukieas kui täiskasvanuna kodus retseptiravimeid, mis olid talle välja kirjutatud.

#### 4.1.4. Uimastite kuritarvitamine ja sõltuvus

Tolerantsi tõus uimasti suhtes s.t. tekib võimetus kontrollida tarvitatava aine koguseid ja tarvitamise kestvust, uuritavate hinnangul tekib juba päris ruttu varases noorukieas: *tubaka kogused suurenesid alkoholi tarvitades. Kadus vist nagu see kontroll ja ajataju 3N.* Varases noorukieas tekkisid koguste suurenemine ehk tolerants uimasti suhtes ja mäluaugud ehk alkoholi joobes tekkinud amneesia: *Vahest läks mälu eest, kuna sai liiga palju kugistatud ja magamata kh.2M; kui suurem kogus sai võetud ja mäluaugud tekitasid süümepiinu.3N.*

Hilises noorukieas, kus mäluaugud uuritavate hinnangul olid sagedased, siis uimastite tarvitamine hakkas uuritavates tekitama psühholoogilist sõltuvust uimastitest. Uuritavate väitel hakkasid tekkima ka enesetapu mõtted ja depressioon mõnedel uuritavatel hilises noorukieas ja ka täiskasvanuna: *Tahtsin end ära tappa kui aus olla 1M. Ma tahtsin Püssika katuselt alla hüpata ja enne tõmbasin õllepudeligale veenid läbi 1M.* Lisaks hilises noorukieas ja täiskasvanuna kadus intervjuus osalenute arvates ka ohutunne ja mõnel juhul lisandub ka kriminaalne käitumine: *sest sõitsin täis peaga vastu maja seina võõra autoga jne... no see savi võõras või mitte 1M; Kui oled tarvitanud midagi, siis kaob hirmu ja ohutunne täielikult. Sai purjuspeaga sõidetud autoga, kaatriga näiteks. Ujumas käimine pilves oli jumala tavavärk... saun, kuni uinumiseni jne. Aga*

*nagu öeldakse – Jumal kaitseb lolle ja joodikuid. Nii ta vist tõesti on 3M. Täiskasvanueas tekkis enamusel suur vajadus uimastite järgi nii füüsiline kui psühholoogiline sõltuvus, väidavad uuritavad: Joomised muutusid juba nagu parmu omaks. Kui raha polnd sai ka Bocki joodud, peaasi, et pähe hakkab 1N; Aga tavaliselt peaks ühe igast rohust võtma. Aga kui tahan kaifi kätte saada panen peoga rahusteid või unerohu – see on rohuperiood. 2M;*

#### **4.1.5. Uimastite kättesaadavus**

Uuritavad meenutasid, et kui oldi alaealine, siis saadi alkoholi kätte enamasti kodust või sõpradelt. Nt: *vanemad tuttavad ostsid. 4M; Vanamees mul ka jõi. Tema tagant ja sis lahjendasime tema jooki. Lisaks oli maal memmel tehtud veini ja likööri, seda panime pihta.3N* Lisaks mainiti uuritavate poolt ka ära, et alkoholi kätte saada polnud mingi probleem, sest olid salaviinamüüjad ja väikepoodides ei küsitud ka dokumenti: *Oli üks väike pood, kust ei küsitud küll mingit vanust. 1M; salaviina müüjalt ehk monopolist, ka poest mõnes kohas 1N;* Täiskasvanuna oli erinevus uimastite kättesaadavuses uuritavate arvates sellles, et legaalsed uimastid saadi poest aga illegaalseid uimasteid sõpradelt, tuttavalte: *sõbrad andsid. Neil oli alati. Mina ei tea, kust nad sebisid seda aga neil oli alati olemas. Ja mitte vähe kusjuures.2N;*

#### **4.1.6. Põhjused uimastite tarvitamiseks**

Uimasteid tarvitanute intervjuudest selgus, et uimastite tarvitamise põhjuseks pidasid uuritavad varajases noorukieas uimastite proovimist igavuse peletamiseks, huvi pärast. *Hakkasime huvi pärast, et näha kui lõbus ja äge on olla. lõdvaks lasta, lähedalt tunda 1N.* Taheti rohkem rõõmu ellu: *Noorena, et oleks lõbus 4N.* Sooviti head tuju saavutada.

Teiseks põhjuste ringiks seoses sellega, miks alustati uimastite tarvitamist olid uuritavate arvates enda kohanemisprobleemid, oskamatus toime tulla stressiga: *Ma olen selline omaette inimene. Naudin oma seltskonda.2M Põgenemine reaalsest kodusest elust ma arvan.3N*

Koduga seotud põhjused uimastitarvitamisega seoses olid mitmel juhul uuritavate arvates: vanemate tülid, kodus vanematel alkoholi probleemid, vaesus, vanematepoolse hoole puudumine: *Vanemate pidevad tülid, sest isa oli täis ja alkoholi sai ka siis lihtsamalt kätte. Ei viitsinud seda lällavat isa ja karjuvat ema vaadata siis sai mindud sõpradega välja ja jooma. Isa pärast oli häbi ka. Terve maja teadis kuidas ta koju tuigerdab rattaga ja kukub.3N* või vanemliku hoole

puudumisest: *Kodus polnud midagi teha ja olime vaesed kah, siis oli hea rikkamate sõprade seltsis olla. 4M.*

Kooliga seoses uimastitarvitamise põhjusena tõi välja ainult üks uuritav koolikiusamise ohvriks langemist: *Ja kui oled omaette, ega siis see ju ei sobi teistele. Siis olingi veidrik. Ja siis narriti, peideti asju, tõugiti jne. 2M.* Teiste intervjueeritavate hinnangul ei olnud kooliga seonduv põhjuseks, miks uimastitarvitamisega alustati: *Ei mõjutanud midagi. Kool oli kool ja vaba aeg oli vaba aeg. Kaks täiesti erinevat maailma. 4N;*

#### **4.1.7. Uimasti tarvitamise negatiivsed tagajärjed**

Uimastite tarvitamise negatiivsete tagajärgedena on uurimuses osalejad alates varasest noorukieast kuni täiskasvanueani uimastitarbimisega seoses maininud mäluauke ehk alkoholihoobes tekkinud amneesiat, ennast kahjustavaid tegevusi. Kõik selles loetletus on läbivaks probleemiks alates juba varasest noorukieast kuni täiskasvanueani: *sest sai joodud ju end ikka mäluauku, see omakorda tekitas enesetapu mõtteid, mida sai ka kahel korral proovitud. 1N*

Uimasteid tarvitanud uuritavate antud vastuste analüüsist ilmnes vastuolu uimastite mõju kohta nende eludele ja tegemistele. Nimelt, ühelt poolt uuritavad väitsid, et uimastite tarvitamine omab negatiivset mõju nende eludele, kuid teisalt nad eitasid seda negatiivset mõju: *Ei mõjutanud midagi. Sain hakkama kõigega. See on esialgne vastus aga kui nüüd hakata järgi mõtleva siis ikka täiega läks nässu kõik 1M. Ei mõjutanud üldse ma arvan, võibolla jah, ootasin ainult õhtuid, et kanepit teha ja siis olin päeval tööl närvilisem 2N. Esialgu ei olnud probleemi, sain kõik tehtud ja rohkemgi veel. 1N Mina arvan, et positiivselt. Elu on lill. Töoga on sitasti. Ei püsi kuskil 2M*

Uuritavad väitsid, et alles täiskasvanuna nad mõtlesid uimastite tarvitamise negatiivsetele tagajärgedele seoses endaga ja oma tervisega: *Öösel üleval, päeval magasin, vahest ei maganud päris pikka aega. Ikka katus sõitis ära juba. 4N; Kehakaal on kõvasti tõusnud ja liikuda raske, higistan. Peale suuremat joomist ei taha kellegagi suhelda kah. Lülitan end välja. Miks? No tervis sitt ja süümekad ka, sest kui ma joon siis ma ka süüen ohjeldamatult ja järgmine päev on süümekad, et õgisin ja jälle paksemaks muutun. Vererõhu probleemid ka sellest, et kaal on tõusnud, siis kui vahest hullemaks läheb tervisega, siis olen ikka pausi teinud. 4M; Uimastite tarvitamise negatiivse tagajärjena tõi välja ka suhete halvenemist lähedastega, majanduliku ebakindluse suurenemist ja kriminaalseid karistusi täiskasvanueas: *Raha läks ka**

*ainult kanepi peale aga elatud sain küll.2N;Esimene kõne, mida uurijatel teha olin vennale. Ma muidugi ei teadnud, mis valu ma talle tegin. Mina olin 48h kinni pandud, sest sõitsin täis peaga vastu maja seina võõra autoga jne... no see savi võõras või mitte ...mis ma oma vennale tegin.1M;*

## **4.2. Tegurid, mis mõjutasid uimastitarbimist noorukieas uimasteid kuritarvitanud täiskasvanute hinnangul**

### **4.2.1. Personaalsed riskifaktorid**

Personaalse riskifaktori korral oli see seotud näiteks uuritavate seltsiva iseloomuga või vastupidi-endassetõmbuva käitumisega, varase küpsusega jne. Nt.: *Ma olengi selline omaette inimene. Naudin oma seltskonda 2M. Sain vist liiga vara küpseks inimeseks 1N.*

Uimasteid tarvitanute intervjuudest selgus, et uimastite tarvitamise põhjuseks pidasid uuritavad varajases noorukieas uimastite proovimist igavuse peletamiseks, huvi pärast. *Hakkasime huvi pärast, et näha kui lõbus ja äge on olla. lõdvaks lasta, lähedalt tunda 1N. Taheti rohkem rõõmu ellu. Noorena, et oleks lõbus 4N. Sooviti head tuju saavutada Aga nagu teada alkohol teeb ju tuju heaks. 1M*

Uuritavate iseendaga seotud riskifaktorid, miks alustati uimastite tarvitamist uuritavate enda arvates oli kohanemisprobleemid, oskamatus toime tulla stressis, elamusjanu, õnne tunne. *Ma olengi selline omaette inimene. Naudin oma seltskond 2M. Kuulan muusikat põhiliselt, mõtlen omi mõtteid. Ma ei teagi. Õnnelik olen 2M. Põgenemine reaalsest kodusest elust ma arvan 3N.*

### **4.2.2. Sotsiaalsete suhetega seotud riskifaktorid**

Intervjuudest selgus, et sotsiaalsete suhetega seotud riskifaktorite all on kas siis sõbrad või eakaaslased, näiteks üks uuritav selgitas: *Sõpradega saigi asi alguse. Huvitav ja põnev 4M ; teine aga jälle ütles, et: Kambavaim ja lõbus tuju ning tegemised 3N. Osad aga vastasid, et mingit mõju sõpradel polnud, nad ise tahtsid tarbida. Täiskasvanute poolt on esiteks siis negatiivne käitumise mudel lastele ja teiseks alaealiste ärakasutamise eesmärk. Näiteks: *Meie klassi jalkapoisid jõid isegi rohkem kui need, kes trennis ei käinud. Iga kord laagris või kaugematel võistlustel ööbimisega, olid nad alati joogised. Ega treenerid ka huvi ei tundnud, nad olid ise ka joogised.**

*Treenerid on vist kõige suuremad joodikud nagu kuulnud olen 4M. Lisaks olin ma 40.a. mehe armuke, kellelt sain ka toetust. Aga see oli nii rõve, et alati peale tema juures käimist jõin täis end 1N.*

Mõnel juhul väidetakse küll, et eakaaslased ei olnud riskifaktoriks, aga samas öeldakse, et taheti kuuluda kampa, mis siiski viitab eakaaslastele või sõpradele kui riskile alustada uimastitega. Nt: *Sõpradega koos oli lõbus. Nema mind ei mõjutanud, see oli meil n.ö ühine hobi 1N.*

#### **4.2.3. Kooliga seotud riskifaktorid**

Enamus uuritavaid ei pea kooli kohaks, mis oleks mõjutanud uimastite tarvitamist noorukieas. Näiteks üks uuritav kirjeldas olukorda nii: *Olin korralik õpilane Koolis mul probleeme polnud või midagi sellist nagu räägitakse, et kiuasamine ajas jooma. Oi ei. Koolis oli kõik ok 1M.* Kooli kirjeldati kui kohta, kus käidi õppimas ja kool neid uimastitele ei kallutanud. Akadeemiline edukus oli hea ja koolikiusamine puudus. Ainult üks uuringus osalenud toob välja kooli mõju - koolikiusamise, koolistressi, tõrjutuse eakaaslastepoolne kius: *Koolikiusamine. Koolis ju on pidev siblimine ja kui üritad olla omaette, siis oledki imelik ja jääd kuni lõpuni selleks. . Kuskile ja kellegagi ei sobinud ja kui aus olla ei viitsinud seal loomakarjas käia kah. Ja kui oled omaette, ega siis see ju ei sobi teistele. Siis olingi veidrik. Ja siis narriti, peideti asju, tõugiti jne. Õnneks mingit peksmist küll polnud. Sõpru mul polnud, kui siis n.ö virtuaalsed sõbrad arvutis 2M.*

#### **4.2.4. Koduga seotud riskifaktorid**

Koduga seotud riskifaktorid võib kokkuvõtvalt jagada kahte rühma: ühel juhul uuritavad väidavad, et kodu ei olnud mõjutajaks ja teised uuritavad jälle kirjeldavad olukorda selliselt, et kodu andis tõe uimastite tarvitamise poole. Uimasteid noorukieas tarvitama hakanud noortel olid enamasti kodus juba ees alkohoolikutset vanemad, lapsed pidid kodus ise hakkama saama, ei tahetud olla kodus, kus on alkohol ja segadus. Vanematel endil olid alkoholi probleemid, seoses sellega ka pidevad tülid kodus. Pered, kus olid probleemid alkoholiga, olid ka majanduslikud raskused. Vanematepoolne järelvalve laste üle puudus – kus laps on ja kellega?

Alkoholi tabivate vanemate vanemad lapsed pidi ise nooremate laste eest hoolt kandma. Puudus seega ka füüsiline hoolitsus laste üle. Näiteks, uuritavad põhjendasid oma seisukohta järgmiselt: *Vanemate pidevad tülid, sest isa oli täis ja alkoholi sai ka siis lihtsamalt kätte. Ei viitsinud seda lällavat isa ja karjuvat ema vaadata siis sai mindud sõpradega välja ja jooma 3N.*

Need uuritavad, kes vastasid, et kodu ei olnud riskifaktoriks uimastitarvitamisel vastasid järgmiselt: *Kodus oli kõik parimas korras N2*. Lisaks vastas üks uuritav, et kodu polnud mõjutaja, aga tema vastust lugedes on näha, et vanematel polnud aega lapse jaoks ja igavus, mis valitses kodus, tõukas nooruki seltskonda, kus tarvitati uimasteid. Uuritav väljendas end järgmiselt: *Ei mõjutanud. Kodus oli kõik korras, vanemad käisid tööl, mina koolis. Võibolla oli see, et vanematega me nädalavahetustel midagi koos ei teinud nagu paljud minu majas elanud pered. Nad käisid puhkamas, metsas, suusatamas jne. Ma küll suviti olin sugulaste juures maal aga nädalavahetused kulgesid niisama sõprade seltsi.4N*.

### **4.3. Uimasti sõltuvusest loobumise võimalused uimasteid kuritarvitanud täiskasvanute hinnangul**

#### **4.3.1. Tubakast loobumine**

Uuritavate vastustest loeb välja tubakast loobumise kohta, et tehakse seda ise, oma tahtejõuga ja samuti ka tervise halvenemise tõttu: *Vähendasin nädalasi suitsukoguseid 1 suits päevas korraga ja siis loobusin. Alguses oli raske – paar nädalat. Siis oli juba kergem 3M*. Mõni uuritav on vajanud ka meditsiinilist abi ehk on käidud nõelravis.

#### **4.3.2. Alkoholist loobumine**

Alkoholist loobumine tundub uuritavate arvates üks suuremaid muresid olema. Mõned uuritavad ei ole suutnud sellest ikkagi loobuda ja tarvitavad edasi. Üks uuritav täpsustas oma olukorda nii: *Vahest olen ikka end kokku võtnud ise ja mitte tarvitanud alkoholi aga siis võtan jälle. Nii täielikult polegi proovinud nulli minna. Siis kui tervis jälle kehvemaks läheb siis pean vahet igaõhtusel õlle joomisel. Muidu joon ikka iga õhtu kuni 12õlut 4M*. Siin saab välja lugeda selle, et tervise kehvenemine on see, mis tõukab oma tahtejõuga alkoholist loobuma. Sel näitel saab siin rääkida ainult ajutisest karsklusest, mis käib kaasas tervisemuredega. Tagasilöökk toimub just siis, kui tuntakse, et tervis on parem ja arvatakse, et nüüd on jälle õige aeg tarvitada.

Uuritavate väitel on alkoholist loobumise peamiseks põhjuseks enda sisemine soov, et väljuda sellest nõiaringsist. Seega tuleb teha elus kardinaalseid muudatusi ja selleks on vaja kõvasti tahtejõudu. Rehabilitatsioon omal käel: uued käitumismustrid, uus elukeskkond. Nt: *Ise tegin selle otsuse, sest enam nii jätkuda ei saanud, kuna ikkagi õppisin arstiks ja see pole mitte*

*kerge*<sup>3N</sup>; Jätsin oma sõbrad maha. Algul oli kurb. Lihtsalt lõpetasin igasuguse suhtluse ja üsna pea kolisin teise linna. Ei vastanud kõnedele, ei oodanud kedagi külla, ei vastanud kirjadele. No ja uues linnas oli see veel lihtsam, keegi ei tulnud mind otsima. Kirjutati ja helistati küll aga ma ei vastanud. Tegin oma elule n.ö. lõpu peale ja alustasin täitsa uuel lehelt. Uus töö, kool ja sõbrad-tuttavad. Peagi ununes varasem elu. Hakkasin keraamika ja restaureerimisega tegelema vabal ajal. Mul on ka aed, kus on tegemist <sup>3N</sup>.

Uuritavad on maininud ka seda, et loobumine on toimunud talle armsa inimese nimel, seega kõrvaliste isikute näol. On olnud olemas sotsiaalne tugi ja toetavad inimesed lähedal, samuti mainitakse ära ka uue suhte algust, mis kannustab muutustele. Ei taheta uuele kallimale halba. Näited: *kuna on uus naine kõrval, ja olen tema nimel kõigeiks valmis, siis loodan ainult parimat. Enamus halbu kombeid juba kaob. Armastus – haha 1M. hiljem abikaasa abiga, kes oli väga toetav ja tõi mind üldse sellest urkast ja elust välja. Armastusega 4N. Aga ta ütles, et nii kui välja saan, et tulgu tema juurde. Nii ma ka tegin, sest hull kass oli peal. Tahtsin end ära tappa kui aus olla. Läksin tema juurde. Kartsin, et tuleb üks hull loengute rida... aga ei. Pani mulle diivanile aseme, vestlesime. Küsis, kuidas enesetunne? Kui nägi, et vibra on sees ja nutuvõru ka siis küsis, kas sooviksid äkki rahustit, et paremini magada? Olin nõus. Vend andis mulle pool rahustit ja ma olin nii rahul kui vähegi võimalik. Ma nii tänulik. Ma sain peale seda aresti ka lõõgastuda pisut. Paar päeva olingi venna juures ja mõtlesin elu üle järele 1M.*

Osad uuritavatest on pöördunud ka psühhiaatrite poole, et abi saada. Nt: *Uus sõbranna aitas veits, no ütleme suunas aga põhitänu kuulub Kliinikumi meeskonnale 2N. Käisin muidugi ka psühholoogi juures. See ka aitab. Annab innustust ja tahtejõudu 3M.*

Oli ka näide sellisest kogemusest meditsiini töötajatega, mis lükkas inimese jälle tagasi tarbima. Üks uuritav väljendas oma muret: *Sita suhtumisega arst sattus esialgu. Teate mis ta ütles?! Interni juuresolekus ja sis kõik kolm koos õega naersid et näed kui väärt nõu arst andis 16.a. Ta ütles, et kui sul ei ole seda joogi pidamatust siis jätta kõik joogid sõbrannadele ja siis oli hull naer. Pisar tuli silma, lõin ukse kinni ja tükk aega ei läind sinna majja 1N.*

On ka arvamus, et abi pole üldse vajagi, et kõik on korras: *Ei olegi abi vaja. Nüüd on siis uus arst ja tema arvab, et peab mind rohtudelt maha saama. Eks vaatame 2M.*

Ka kriminaalne tegevus on suutnud punkti panna alkoholi tarbimisele, sest on tekkinud hirm. Nt: *Tundsin, et peale seda kui olin 48h kinni mendis, kui mingi suvakate autoga sõitsin vastu baari seina ja pandi kinni, kuna olin täis ja lubadeta, siis pean olema mees ja midagi ette võtma 1M.*

### 4.3.3. Retseptiravimitest loobumine

Uuritav vastab, et ei näe oma sõltuvuses probleemi ja ei vajagi abi. Sellega seoses pole ta ka ise loobunud, ega abi otsinud loobumisel. *Ei tea, pole proovinudki 2M.* Uuritaval on nüüd uus raviarst ja liigutakse loobumise suunas, seega on ikkagi ka tegu meditsiinilise sekkumisega: *Ei olegi. Nüüd on siis uus arst ja tema arvab, et peab mind rohtudelt maha saama. Eks vaatame 2M.* Tahtejõu puudumine: *Kui sul on ikka sees sitt olla ja ümberringi pole ka midagi ilusat siis ei saagi vältida. See ongi pääsetee 2M.* Inimesel on küll tahtejõu puudumine aga ema toel ta ka med.abile saai määratud.

### 4.3.4. Illegaalsetest uimastitest loobumine

Illegaalsetest uimastitest loobumisel on sama lugu nagu igast teisest sõltuvusest loobumisel, kõigepealt peab olema soov ja tahtejõud: *Ja lõppude-lõpuks on ikkagi kõik sinus endas kinni ja suures tahtejõus, enda ületamises 3M.*

Lisaks on intervjuudest välja tulnud lootmine meditsiinilisele abile loobumisel, kas siis psühhiaatri või nõelravi näol: *Haiglaravi abil 2N. Käisin nõelravi 3M. Ei olnud abi nõelravist, pigem psühholoogist 3M.*

Sosiaalne tugi, et lähedane inimene on loobumisel abiks: *Uus sõbranna aitas veits, no ütleme suunas 2N. elukaaslase, hiljem abikaasa abiga, kes oli väga toetav ja tõi mind üldse sellest urkast ja elust välja 4N.*

Uuritavad vastavad ka nii, et on vaja rehabilitatsiooni ehk eemaldumine endisest elust on olnud abiks. Nad on loobunud endisest elust, tööst, sõpradest jne: *Elu on vaja täielikult ümber korraldada. Vähemalt alguses – teised poed, kus käia, mõned nr-d telefonist vb kaotada ja kindlasti kõigile selgeks teha, et kui mina olen seltskonnas, siis ma ei taha seal kanepit näha, või ma ei tule 2N.*

On ka intervjuus osalenute hulgas neid, kes hetkel jätkavad tarvitamist, aga vähemal määral juba: *Muid asju ikka tarvitan aga vähem. Töönädal ajab ikka nädalavahetusel lõõgastuma 3M.*

Täieliku karsklust neil veel saavutatud pole

## 5. Arutelu

Antud uurimistöö eesmärgiks oli kirjeldada uimasteid kuritarvitanud täiskasvanute uimastite tarvitamise kogemusi tagasivaatavalt noorukieas. Tegu oli kvalitatiivse uurimusega.

Kvalitatiivses uurimuses kirjeldatakse tegelikku elu ja see on uurija jaoks oluline (Hirsjärvi *et al.*, 2005).

Uuritavateks olid neli naist ja neli meest vanusevahemikus 21.-36. eluaastat.

Intervjuueeritavate näol on tegemist täiskasvanutega, kes kirjaldavad tagasivaatavalt uimastite tarvitamist. Kõik uuritavad olid kuritarvitanud noorukieas uimasteid. Uuritavatel küsiti tagasivaatavalt uimastite tarvitamise kogemuste kohta noorukieas - uimastitest loobumise kohta, riskifaktorite kohta, mis avaldasid mõju uimastite tarvitamise alustamisele ja uimastitest loobumise kohta.

Uimastite kättesaadavuse kohapealt antud uuringus tuli välja see, et legaalseid uimasteid saadi sõpradelt, kodust ja polnud probleemi seda ka poest ise osta. Illegaalseid uimasteid saadi sõpradelt. TAI uuring, mis viidi läbi 15-16.a. õpilaste seas 2020.a. tõi välja ka just samad uimastite soetamise kohad ja lisaks mainib ka seda, et lapsevanemad ise on andnud või ostnud lastele legaalseid uimasteid, lootes ära jätta lastel siis soovi hiljem keelatud vilja tarbida (Tamson & Vorobjov, 2020). Uimastite soetamise kohad ja kellega uimasteid tarvitati tihtilugu ka kattuvad.

Kui noortel oleks see aeg sisustatud – trennid, lugemine, mitte sotsiaalmeedia jne, siis oleks ka uimastite tarvitamine väiksem või üldse puuduks (Tamson & Vorobjov, 2020). Antud tagasivaatav uuring ei anna infot sotsiaalmeedia kohta, kuna siis ei olnud see nii palju teemaks kui praegu, aga on välja tulnud see, et neil noortel, kel oli vaba aeg sisustamata (trennid, vanematega väljasõidud), siis seda sisustati siis uimastite tarvitamisega koos sõpradega. Üks uuritav mainib, et kui teised lapsed oma vanematega nädalavahetustel koos midagi tegid ja kuskil käisid, siis temal oli igav ja ta läks sõpradega uimasteid tarvitama.

Uuritavad väitsid, et nad tarvitasid uimasteid sõprade ja klassikaaslaste seltsis. Legaalseid uimasteid ostsid või muretsesid endale uuritavad ise või said sõpradelt. Illegaalsete uimastitega tehti tutvust sõprade seltsis ja neid uimasteid saadigi tutvusringkonnast. Ka varasemad uurimused Lee & Kim 2017; Saat & Põiklik, 2007; Saat, 2004; Silmere, 2006) näitavad, et esimene uimasti tarbimine toimub koos sõprade või klassikaaslastega. Seega üheks sotsiaalsete suhetega seotud

riskifaktoriks uimastite tarvitamisel olid sõbrad ja klassikaaslased. Ka antud töös uuritavate vastused näitavad, et alustati uimastite tarvitamist sõprade ja eakaaslaste seltsis.

Teiseks riskifaktorite grupiks, mis antud uurimustöös välja tuli uurijatel oli koduga seotud riskifaktorid uimastitarvitamisel. Koduse eluga seonduvalt mainisid intervjuueeritavad ära mitu punkti, mis olid mõjutajateks, nagu näiteks kehva majanduslik olukord kodus, lapsevanemate endi alkoholiprobleemid, lapsevanema hoole puudumine. Sarnaste uurimustulemusteni on jõutud ka teistes töödes (Lee & Kim 2017; Saat & Põiklik, 2007; Brook et al., 2015). Brook *et al.* (2015) aga kirjutavad veel ühest koduga seotud riskifaktorist, milleks on koduvägivald – nii vaimne kui füüsiline, mis pannakse toime laste suhtes. Antud uurimistöös, sellise riskifaktori kohta uuritavatelt pole infot. Rohkem on antud töö uuritavatel riskifaktoriks uimasti tarvitamisel alkoholi tarbivad vanemad. Uuring koolinoorte seas vanuses 15-16.a. uimastite tarvitamise kohta, mis viidi läbi Eesti Tervise Arengu Instituudi poolt on kirjas, et uimastitarvitamine on seotud vanemasuhetega. Need õpilased, kes olid mõlema lapsevanemaga heas suhtes, oli vähem uimasti tarvitajaid. Kui noored said kodus rääkida oma probleemidest, siis oli ka uimastite tarvitamine väiksem ( Tamson & Vorobjov, 2020). Eelnevad uuringud (Tamson & Vorobjov, 2020) on näidanud, et need kelle vanemad on kursis, kus nende lapsed oma vabaaega veedavad, need lapsed tarvitavad ka harvemal juhul uimasteid (Tamson & Vorobjov, 2020). Antud tööst võib samuti välja lugeda samuti, et vanemad, kellel pole huvi laste käikude kohta, on just nende noorte vanemad, kes tarbivad uimasteid tõenäolisemalt.

Individaalsetest riskifaktoritest on antud uurimuses autorite hinnangul ilmnenuid seltsiv iseloom, varane küpsus aga ka vastupidine variant – kohanemisprobleemid, oskamatus toime tulla stressis. Streiman (2003) toob välja individuaalse riskifaktorina elamustejanu. Antud uurimuses oli ainult ühel juhul tegu arvatavasti endasse tõmbunud kohanemisprobleemidega uuritavaga. Teised täiskasvanud uuritavad väitsid, et otsisid noorukieas põnevust ja oldi seltsiva iseloomuga. Eesti Tervisearengu Instituudi poolt läbi viidud uuringus on peamiseks riskifaktoriks uimastite tarvitamisel noorte seas põnevus, tuju tõstmine (Tamson & Vorobjov, 2020).

Kooliga seotud riskifaktoriteks uimastite tarvitamisel on noortel halb õhkkond koolis, huvi puudumine kooli vastu, pingelised suhted koolis jne. (Silmere, 2006; Saat, 2004; Saat & Põiklik, 2007; Brook *et al.*, 2015). Kirjeldatud on, et uimastite tarvitamine langetab ka õppeedukust ja tekivad põhjuseta puudumised (Allaste, 2008). Antud uurimistöös tõi üks uimasteid kuritarvitanud täiskasvanu tagasivaatavalt välja kooliga seotud riskifaktoritena - pingelisi suhted

klassikaaslastega ja kiusamist koolis. Ülejäänud vastanutest ei näe seost koolil ja uimastitarbimisel. Uuritavad väidavad, et need on nende jaoks kaks eri maailma: kool on koht, kus õppida ja pidu on pidu. Meie uuritavatel õppeedukuse langust ega ka puudumisi nende endi väitel polnud.

Tervise Arengu Instituudi uurimustest selgub, et esimesena kasutatakse illegaalseid uimasteid, et teada saada, mis tunne see on. Sõprade ees ahetakse olla ka aktsepteeritud ja muidugi see põnev kogemus. On neid, kes tahavad illegaalseid uimasteid tarvitada, et leevendada stressi, depressiooni ja et oleks lihtsam suhelda teiste inimestega. Mõned noored kasutavad illegaalseid uimasteid, et peletada väsimust ja igavust ja no muidugi joobe (Tamson & Vorobjov, 2020). Esmakordselt alustasid noored uimastite tarvitamisega vanusevahemikus 12-14. a. Ka enamuses uurimustes kirjeldatakse neid aastaid just legaalse uimastite tarvitamise alguseks noorte seas. (Haring *et al.*, 2021; Lee & Kim 2017). Mitmed uurijad on lisaks vaadanud ka tüdrukute ja poiste erinevust uimastite tarvitamise alustamisel ja väidavad, et tüdrukud alustavad uimastite tarvitamisega hiljem kui poisid (Allaste, 2008; Kobin *et al.*, 2012). Eesti Tervisearengu Instituudi uuring, mis viidi läbi 2019 aastal Eesti koolinoorte seas vanuses 15 -16.a. toob uimastite tarvitamise alustamiseks välja eelkõige vanuse 14.-15.a. Ka selles uuringus tuuakse välja, et poisid alustavad varem uimastite tarvitamisega kui tüdrukud (Tamson & Vorobjov, 2020). Antud töös sellist erinevust välja ei tule, töö on tehtud tagasivaatavalt täiskasvanute hinnangul.

Nagu ka eelnevad uurimistööd, nii ka antud töö, kinnitab, et algust uimastitega tehakse just alkoholi ja tubaka tarvitamisega (Lee & Kim, 2017; Brook *et al.*, 2015; Otter, 1997; Ganeri, 2000; Harro, 2017). Hilisemas vanuses minnakse üle illegaalsete uimastite peale või kuritarvitatakse koos nii illegaalseid, kui legaalseid uimasteid. Aga paljud ei pruugigi illegaalsete uimastitega edasi minna ja jäävad ainult legaalseid uimasteid tarvitama, nagu meie töös näha on.

Uimastite tarvitamise keskkond oli intervjueritavatel sarnane. Uimasteid tarvitasid meie uuritavad noorukieas kodus, sõprade juures, õues, maakodudes/suvilates ja pidudel.

Nagu on kirjutasid Lee & Kim (2017) on ka antud uurimusest välja tulnud, et varajases eas uimastitega alustanud noored satuvad kergemini sõltuvusse võrreldes hilisemas eas olevate noorukitega. Tekkisid majanduslikud probleemid, enesevigastamine ja hulljulge käitumine – kadus hirmutunne. Mõnel juhul lisandus ka kriminaalne käitumine. Sama kirjutavad ka oma töös Brook (2015). Uimastite kasutamine noorukieas on seotud ka kehvema haridustasemega (Brook *et al.*, 2015). Antud uurimuses osalejate väited, seda ei kinnitanud. Kõik käisid koolis ja lõpetati

ka kõrgkool mõnel puhul. Need tulemused loeb välja vastanute isikliku ankeedi põhjal, kus küsisime ankeedi täitmisel isiklikke andmeid: sugu, vanus, haridustase.

Täiskasvanueas tekkis enamusel vajadus uimastite järgi, füüsiline kui psühholoogiline sõltuvus, väidavad uuritavad antud uurimistöös ja ka paljud teised autorid oma töödes (Otter, 1997; Ganeri, 2000; Harro, 2017; Saarma 2000). Oldi harjunud kasutama uimasteid enda lõõgastamiseks ja muredest eemale saamiseks.

Et selgitada välja uimasteid kuritarvitanud täiskasvanute katsed uimastitest loobuda, uuriti uimasteid tarvitanud täiskasvanute käest tagasivaatavalt uimastitest loobumise kohta.

Uimasteid tarvitanud uuritavad põgenesid oma tegelikkuse eest, seda kirjutab oma töös ka Harro (2017).

Kõik uuritavad väitsid, et uimastitest loobumiseks on peamine asi omada sisemist jõudu ja soovi. Ka Špakov (2000) kirjutab sarnaselt. Võimalik, et uimastite tarvitamise tõttu on kaotatud ühendus sõprade ja perekonnaga, kuna nad ei suuda kõrvlt vaadata, kuidas uimastid neile lähedase inimese elu rikuvad (Ganeri, 2000). Kõik see pani uuritavaid raskele loobumise teele: tervis, pere, sõbrad jne. Esialgne tegutsemine uimasteid kuritarvitanud poolt oligi iseenda sisemise jõu leidmine ja kui see on leiti, aitasid ka lähedased edasi. Tihti ei saada sellega üksi hakkama ja on vaja lisaks meditsiini toetust – psühholoogid, psühhiaatrid, mõnel juhul ka nõelravi ja haiglaravi.

Miks aga loobumist kaalutakse uimastite kuritarvitajate poolt meie uurimuses, on tervisliku seisukorra halvenemine, majandusliku olukorra halvenemine, suhete katkemine lähedastega, kriminaalne käitumine. Uuring koolinoorte seas vanuses 15-16.a., mis viidi läbi Eesti TAI poolt, mis kajastab seda, et noortel on tekkinud probleemid politseiga, kui nad on uimasteid tarvitanud. Noored aga ei pea terviseriski eriti suureks just alkoholi ja tubaka puhul ja ei usu, et midagi võiks tervisega juhtuda (Tamson & Vorobjov, 2020). Aga nagu näha siis tagasivaataval hinnangul said täiskasvanud aru, et tervis on see, mis kannatab seoses uimastite kuritarvitamisega.

Uurimuse piiranguks võib lugeda seda, et valimisse kuulus vähe intervjuueeritavaid. Kuna see on küllaltki intiimne teema, siis on raske leida inimesi, kes sellest rääkima soostuks.

Antud töö oli esimene, kus käsitleti uimasteid kuritarvitanud täiskasvanute uimastite tarvitamise kogemusi tagasivaatavalt noorukieas ja samateemalisi töid ei olnud kuskilt leida.

### **Tänuõnad**

Täna südamest oma juhendajat Kristi Kõivu. Soovin tänada kõiki magistritöö käigus intervjueritud inimesi. Täna ka kolleege koolist, kes mind moraalselt toetasid. Eriti tänulik olen oma pojale, kes pidas minu kõrval selle aja vapralt vastu.

### **Autorsuse kinnitus**

*Kinnitan, et olen koostanud ise käesoleva lõputöö ning toonud korrekselt välja teiste autorite ja toetajate panuse. Töö on koostatud lähtudes Tartu Ülikooli haridusteaduste instituudi lõputöö nõuetest ning on kooskõlas heade akadeemiliste tavadega.*

Dagmar Mamedova

/allkirjastatud digitaalselt/

20.05.2022

### Kasutatud kirjandus

Brennen, B. S. (2021). *Qualitative research methods for media studies*. Routledge.

Brook, J. S., Pahl, K., Brook, D.W. & Morojele, N. K. (2015). Risk and protective factors for substance use and abuse. In N. el-Guebaly, G. Carrà, M. Galanter (Eds.), *Textbook of addiction treatment: International perspectives* (pp. 2279-2305). Springer. DOI: 10.1007/978-88-470-5322-9\_10

Eesti Tervise Arengu Instituut. TAI. Olukord Eestis – Narko.ee. <https://www.narko.ee/olukord-eestis/>

Ganeri, A. (2000). *Uimastid*. Egemont Estonia.

Griffin, J. (2010). *The lonely society?*. Mental Health Foundation.

Haring, L., Leedo, A., Kisand, H., Voormansik, L., Viimsalu, A., Karis, K., Kangro, R., Vasar, E. (2021). Uimastite tarvitamine Eesti noorte ja täisealiste seas. AAA-uuringu esmased tulemused. *Eesti Arst* 100(1):15–23.

Harro, J. (2017). *Uimastite ajastu*. Tartu : Tartu Ülikooli Kirjastus.

Hawkins, J. D., Catalano, R. F. & Miller, J. Y. (1992). Risk and protective factors for alcohol and other drug problems in adolescence and early adulthood: implications for substance abuse prevention. *Psychological Bulletin*, 112, 64-105.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2005). *Uuri ja kirjuta*. Tallinn: Medicina.

Hsieh, H. F., & Shannon, S. E. (2005). Three approaches to qualitative content analysis. *Qualitative health research*, 15(9), 1277-1288.

Kalmus, V. (2015). *Kvalitatiivne sisuanalüüs*. <https://samm.ut.ee/kvalitatiivne-sisuanalys>.

Kiive, E. & Saat, H. (2001). Uimastiseotuse astmed. M. Kull, H. Saat, E. Kiive, I. Laas, S.

Voronina & E. Kuusk, Sotsiaalsete toimetulekuoskuste õpetus. *Õpetajaraamat 4.-6. klass*. Uimastikasutuse ennetamine koolis (lk 51-53). Tartu.

Kiive, E. & Saat, H. (2004). Uimastid ja uimastiseotuse astmed. E. Kiive, M. Kull, E. Kuusk, H. Saat & K. Kõiv, Uimastikasutuse ennetamine koolis. Sotsiaalsete toimetulekuoskuste õpetus.

*Õpetajaraamat : 7.-9. klassile ja gümnaasiumile* (lk 42-62). Tallinn: Ilo

Kiive, E. & Saat, H. (2007). Uimastid ja uimastiseotuse astmed. E. Kiive, M. Kull, E. Põiklik & H. Saat, Sotsiaalsete toimetulekuoskuste õpetus. *Õpetajaraamat I kooliastmele (1.-5. klassile lihtsustatud õppekava järgi)* (lk 27-42). Tallinn: Puffet Invest

- Kobin, M., & Vorobjov, S. (2012). *Uimastite tarvitamine koolinoorte seas: 15-16-aastaste õpilaste legaalsete ja illegaalsete narkootikumide kasutamine Eestis*.
- Kossinkova, K. & Vorobjov S., (2016). *Vanemate mõju õpilaste narkootikumide tarvitamisele Eestis. Sotsiaaltöö, 67-71*.
- Laaniste, A. *Uimasteid kuritarvitanud ja uimasteid mitte kuritarvitanud noorukite uimastitarbimise kogemused*. Magistritöö. Tartu Ülikooli Haridusteaduste Instituut. 2014.  
[https://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/41928/laaniste\\_angelina.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/41928/laaniste_angelina.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Laherand, M. L. (2008), (2010). Kvalitatiivne uurimisviis. *Tallinn: OÜ Infotrikk, 384*.
- Loeber, R., White, H. R., & Burke, J. D. (2011). Developmental sequences and pathways towards serious delinquency and substance use. In T. Bliesener, A. Beelmann, & M. Stemmler (Eds.), *Antisocial behavior and crime: Contributions of theory and evaluation research to prevention and intervention (pp. 39-52)*. Goettingen, GER: Hogrefe.
- Lee, Y., & Kim, J. (2017). Developmental patterns of substance use by gender and their relation to individual, parental, and peer factors. *Criminal Justice and Behavior, 44*(11), 1413-1443.
- Mayring, P. (2014). Qualitative content analysis: theoretical foundation, basic procedures and software solution.
- Mousavi, Garcia D., Jimmefors A., Archer T. & Ewalds-Kwist B. (2014). *Swedish high-. pupils' attitudes towards drugs in relation to drug usage, impulsiveness and other risk factors*.  
<https://peerj.com/articles/410/>
- Understanding Drug Abuse and Addiction (2012).  
[http://www.drugabuse.gov/sites/default/files/drugfacts\\_understanding\\_addiction\\_final\\_0.pdf](http://www.drugabuse.gov/sites/default/files/drugfacts_understanding_addiction_final_0.pdf)
- Otter, M. (1997). *Narkootikumid*. HUMA.
- Robertson, E. B., David, S. L., & Rao, S. A. (2003). *Preventing drug use among children and adolescents: A research-based guide for parents, educators, and community leaders*. National Institute of Drug Abuse among Children and Adolescents. NIH Publication.  
[http://www.drugabuse.gov/sites/default/files/preventingdruguse\\_2.pdf](http://www.drugabuse.gov/sites/default/files/preventingdruguse_2.pdf)
- Narkootiliste ja psühhotropsete ainete meditsiinilisel ja teaduslikul eesmärgil käitlemise ning sellealase arvestuse ja aruandluse tingimused ja kord ning narkootiliste ja psühhotropsete ainete nimekirjad (2021). *Riigi Teataja I, 23.02.2021, 19*. <https://www.riigiteataja.ee/akt/123022021019>

Narkootiliste ja psühhotropsete ainete ning nende lähteainete seadus (2020). *Riigi Teataja I*, 08.01.2020, 12. <https://www.riigiteataja.ee/akt/NPALS>

Roy, M., & Giraldo-García, R. (2018). The role of parental involvement and social/emotional skills in academic achievement: global perspectives. *School Community Journal*, 28(2), 29-46.

Rogers, P. D. & Goldstein, L. (2005). *Kuidas aidata uimastiprobleemidega last*. Tallinn: Ersen. *Räägime narkootikumidest* (2012).

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/144247947725\\_Raagime\\_narkootikumidest\\_Est.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/144247947725_Raagime_narkootikumidest_Est.pdf)

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/133414486164\\_Raagime\\_narkootikumidest\\_Est.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/133414486164_Raagime_narkootikumidest_Est.pdf) (viimati külastatud: 04.04.2022);

Saat, H. (2001). Uimastitarbimine noorsoo hulgas. M. Kull, H. Saat, E. Kiive, I. Laas, S.

Voronina & E. Kuusk, Sotsiaalsete toimetulekuoskuste õpetus. *Õpetajaraamat 4.-6. klass*.

Uimastikasutuse ennetamine koolis (lk 9-12). Tartu

Saat, H. (2004). Uimasti tarbimisepõhjused. E. Kiive, M. Kull, E. Kuusk, H. Saat & K. Kõiv,

Uimastikasutuse ennetamine koolis. Sotsiaalsete toimetulekuoskuste õpetus. *Õpetajaraamat : 7.-9. klassile ja gümnaasiumile* (lk 15-17). Tallinn: Ilo.

Saat, H. & Põiklik, E. (2007). Uimastitarbimise põhjused. E. Kiive, M. Kull, E. Põiklik & H.

Saat, Sotsiaalsete toimetulekuoskuste õpetus. *Õpetajaraamat I kooliastmele (1.-5. klassile lihtsustatud õppekava järgi)* (lk 10-12). Tallinn: Puffet Invest

Saat, H., Põiklik, E., Kull, M., Kiive, E. (2015). *Uimastiennetuse raamat põhikoolile*. Tallinn:

Tervise Arengu Instituut. [144248000590 Uimastiennetuse opetajaraamat.pdf](https://www.tervisearengu.ee/144248000590_uimastiennetuse_opetajaraamat.pdf)

Seppä, K. (2000). Alkohooliprobleemi varajane tuvastamine. M. Salaspuro, K. Kiianmaa & K. Seppä (Toim), *Narkoloogia* (lk 54- 60). Tallinn: AS Medicina.

Silmere, H. (2006). Riski- ja kaitsetegurite tähtsusest tõendusel põhinevas uimastiennetustöös. *Sotsiaaltöö*, 1, 48-55.

Streimann, K. (2013). Uimastiennetuse üldised põhimõtted noorte hulgas. *Sotsiaaltöö*, 3, 30- 35.

Šprakov, A. O. (2000). Алкоголизм. Наркомания. Токсикомания. Курение. *Природные и бытовые яды*. Санкт-Петербург: Зенит. Энергия.

Talu, A., Abel, K., Kutsar, K., Laastik, L., Allaste, A. A., Ahven, A. & Neuman, A. (2005). *Narkomaania Eestis 2005*.

Taylor, G. , Weiss M.C, Riley. R.,Chewing, B., Taylor, G., Horrocks, S. & Taylor A. (2014). Medication decision making and patient outcomes in GP, nurse, and pharmacist prescriber consultations. *Primary Health Care. Research and Development*, 16(5), 513-527.

<https://www.cambridge.org/core/journals/primary-health-care-research-and-development/article/medication-decision-making-and-patient-outcomes-in-gp-nurse-and-pharmacist-prescriber-consultations/8302D507A16EB5814405724276E7EC79>

Vorobjov, S. (2016). *Uimastite tarvitamine koolinoorte seas: 15-16-aastast õpilaste legaalse ja illegaalse narkootikumide kasutamine Eestis*. Tervise Arengu Instituudi raport.

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/147436247968\\_Uimastite\\_tarvitamine\\_koolinoorte\\_seas\\_uuringu\\_raport\\_2016.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/147436247968_Uimastite_tarvitamine_koolinoorte_seas_uuringu_raport_2016.pdf)

Vorobjov S, & Tamson M. (2020). *Uimastite tarvitamine koolinoorte seas: tubakatoode, alkoholi ja narkootiliste ainete tarvitamine Eesti 15–16-aastaste õpilaste seas*. Tallinn: Tervise Arengu Instituut. [https://tai.ee/sites/default/files/2021-](https://tai.ee/sites/default/files/2021-03/159103814529_Uimastite_tarvitamine_koolinoorte_seas_2019.pdf)

[03/159103814529\\_Uimastite\\_tarvitamine\\_koolinoorte\\_seas\\_2019.pdf](https://tai.ee/sites/default/files/2021-03/159103814529_Uimastite_tarvitamine_koolinoorte_seas_2019.pdf)

*Understanding Drug Abuse and Addiction* (2012) .U.S. Department of Health and Human Services. National Institut of Health. *NIH. Turning discovery Into Health*.

[http://www.drugabuse.gov/sites/default/files/drugfacts\\_understanding\\_addiction\\_final\\_0.pdf](http://www.drugabuse.gov/sites/default/files/drugfacts_understanding_addiction_final_0.pdf)

## Lisad

### Lisa 1. Intervjuu kava

#### *Uimastitega tutvumine ja tarvitamine noorukieas ( nii legaalsed kui illegaalsed)*

1. Kui vanalt hakkasid tarvitama uimasteid?
2. Milliseid uimasteid tarvitasid?
3. Miks sa tarvitama hakkasid?
4. Kuidas sa tarvitama hakkasid? (kus kohast said?)
5. Kellega sa tarvitasid?
6. Kus sa tarvitasid?
7. Kui sageli tarvitasid?
8. Kas sa tegid mitut uimastit korraga?
9. Kas ühe uimasti tarvitamine tekitas isu ka teise järele? (milliseid millistega?)
10. Kui kaua sa tarvitasid uimasteid?
11. Kuidas mõjutas uimastite tarbimine sinu igapäevaelu?

#### *Uimastitarvitamisega seotud riskifaktorid noorukieas*

1. Missugused asjaolud seoses sõprade ja eakaaslastega on Sinu puhul mõjutanud uimastite tarvitamist noorukieas?
2. Missugused asjaolud seoses kooliga on Sinu puhul mõjutanud uimastite tarvitamist noorukieas?
3. Missugused asjaolud seoses koduga on Sinu puhul mõjutanud uimastite tarvitamist noorukieas?
4. Missugused asjaolud seoses Sinu endaga on mõjutanud Sinu uimastite tarvitamist noorukieas?
5. Kuidas saaks Sinu arust uimastite tarvitamist noorukieas vältida?

#### *Sõltuvusest loobumine*

1. Kuidas sa oled proovinud sõltuvusest loobuda?
2. Kui raske oli sõltuvusest loobuda?
3. Kas otsisid ise abi sõltuvusest loobumiseks või aitas sind keegi?
4. Kui tõhus oli see abi?
5. Mida soovivad teistele inimestele, kes tahaksid loobuda uimasti sõltuvusest?

Kas sa sooviksid ise veel lõpetuseks midagi sellel teemal lisada?

## Lisa 2. Väljavõte uurijapäevikust

07.07.2020.	Täna oli mul esimene intervjuu meesterahvaga. See kestis 1h ja 30min. Mul oli heameel, et sattus jutukas mees olema ja rääkis kõik ära mis tal rääkida oli ja rohkemgi veel.
11.07.2020.	Sain esimese intervjuu transkribeerimisega hakkama. Infot sai piisavalt, seega tööd jagus. Täna on veel vestlus teise meessoost intervjuueeritavaga.
16.07.2020.	Eelmise intervjuueeritavaga läks raskemini. Mees oli väga närviline ja kinnine. Sain vähe vastuseid ja selle võrra on sealt raskem midagi leida. Transkribeerimine läheb kindlasti kehvemini.
12.10.2020.	Lõpuks sain kõik intervjuud transkribeeritud. Tundus väga raske ja mahukas töö. Pole varem midagi sellist teinud. Kuigi edaspidises töös on kindlasti kergem nendega, kes rohkem rääkisid. Ühesõnalised vastused on raskemad, kui infot ümber pole.
27.08.2021.	Tegelen hetkel teiste samasuguste teadustööde lugemisega, mida isegi teen.
06.10.2021.	Olen kodeerimisega lõpusirgel. Väga palju abi oli juhendajast. Olin valmis juba käega lööma, sest see tundus mulle tuumafüüsikana. Koode tundus nii palju olevat, et ei kujuta ette, kuidas saan nendest kategooriad luua. Mõned on sarnased aga on ka üksikuid. See osa siis lõpuks seljataga.
22.11.2022.	Sain valmis metoodika peatüki ja saatsin juhendajale. Olen ootusärev. Ei tea, kas tegin õigesti. Loetud sai küll palju teisi magistritöid ja ut.ee-s olevat juhendit (Kalmus, 2015).

## **Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja üldsusele kättesaadavaks tegemiseks**

Mina, Dagmar Mamedova

Annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) minu loodud teose,  
mille juhendaja on Kristi Kõiv

1. reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada digitaalarhiivi DSpace kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
2. Annan Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace kaudu Creative Commons'i litsentsiga CC BY NC ND 3.0, mis lubab autorile viidates teost reprodutseerida, levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
3. Olen teadlik, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
4. Kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei riku ma teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

*Dagmar Mamedova*

***pp.kk.aaaa***