



**”TOIVOISIN, ETTÄ VANHEMPANI  
MUISTAISIVAT MILLAISTA OLI OLLA  
NUORI”**

**-Avoin vanhempainilta murrosikäisten  
vanhemmille**

**Essi Frantti  
Leea Hauta-aho**

**Opinnäytetyö  
Lokakuu 2007**



**JYVÄSKYLÄN  
AMMATTIKORKEAKOULU**

*Sosiaali- ja terveysala*

Tekijä(t) Essi Frantti  Leea Hauta-aho	Julkaisun laji Opinnäytetyö	
	Sivumäärä 50	Julkaisun kieli Suomi
	Luottamuksellisuus <input type="checkbox"/> Salainen _____ saakka	
Työn nimi ”Toivoisin, että vanhempani muistaisivat millaista oli olla nuori” – Avoin vanhempainilta murrosikäisten vanhemmille		
Koulutusohjelma Sosiaali- ja terveysala: Hoitotyön koulutusohjelma		
Työn ohjaaja(t) Maarit Jakobsson		
Toimeksiantaja(t) Lehtimäen kunta ja Lehtimäen yhteiskoulu		
<p>Nuoret tarvitsevat paljon tukea, jotta he selviävät nuoruuden tuomista kehityshaasteista. Kodin tulisi olla nuoren ensisijainen turvapaikka. Vanhempain tehtävä on tukea nuorta kohti tasapainoista aikuisuutta.</p> <p>Projektimuotoisen opinnäytetyön tavoitteena oli tukea vanhemmuutta, tuomalla esille nuorten omia toiveita vanhemmille. Lisäksi tavoitteena oli tuoda tietoa nuoren normaalista kehityksestä ja mahdollisista häiriöistä. Jotta tavoitteisiin päästiin tehtiin opinnäytetyötä varten nuorille avoin kysely. Kyselyssä kyseltiin nuorten toiveista vanhemmille ja kasvattajille. Kysely toteutettiin noin sadalle nuorelle kevään 2007 aikana. Vanhempainiltaan pyydettiin puhumaan myös ulkopuolinen asiantuntijaluennotsija.</p> <p>Projektin toimeksiantajana oli Lehtimäen yhteiskoulu ja Lehtimäen kunta. Opinnäytetyöprojekti, avoin vanhempainilta murrosikäisten vanhemmille, järjestettiin Lehtimäen kunnantalolla elokuussa 2007. Vanhempainilta koostui nuorille tehdyn kyselyn läpikäynnistä, keskusteluista, asiantuntijaluennoista ja yhteiskoulun rehtorin tervehdyksestä.</p> <p>Vanhempainillasta saatu palaute oli pääosin hyvää. Vanhempainillassa vanhemmat kokivat saaneensa ajankohtaista tietoa tämän päivän nuorten ongelmista. Erityisesti nuorille tehtyä kyselyä vanhemmat pitivät hyvänä. Vastaavia vanhempainiltoja voisi pitää varmasti monella paikkakunnalla. Nopeasti muuttuvassa yhteiskunnassa vanhemmat tarvitsevat yhä enemmän tukea omaan vanhemmuuteensa.</p>		
Avainsanat (asiasanat) Projekti, nuoruus, murrosikä, vanhemmuus		
Muut tiedot		

Tekijä(t) Essi Frantti Leea Hauta-aho	Scholarly thesis	
	Sivumäärä 50	Julkaisun kieli Finnish
	Luottamuksellisuus <input type="checkbox"/> Salainen _____ saakka	
Työn nimi "I wish that my parents would remember what it was like to be young" –An open parents' night for parents of teenagers		
Koulutusohjelma Degree programme in nursing		
Työn ohjaaja(t) Maarit Jakobsson		
Toimeksiantaja(t) The municipality of Lehtimäki and public school of Lehtimäki		
Tiivistelmä  <p>Teenagers need lots of support to manage the challenges in development that adolescence brings forth. The home should be a teenagers primary shelter. The parents' job is to support their teenagers toward a balanced adulthood.</p> <p>The goal of this project-formed scholar thesis is to support parenthood by bringing forth teenagers own wishes and hopes for their parents. In addition, its purpose is to give knowledge concerning the normal development and possible disorders of youth. In order to achieve these goals, a survey for the teenagers was made. In the survey, we asked the teenagers about their hopes for their parents and upbringing. The survey was conducted to about one hundred teenagers during spring 2007. A professional lecturer was also asked to speak at the parents night.</p> <p>The applicants of this project were the public school of Lehtimäki and the municipality of Lehtimäki. The scholar thesis project, an open parents' night for the parents of teenagers, was arranged at the town hall of Lehtimäki in august 2007. The parents night consisted of going through the survey made for the teenagers, conversations, a lecture by a professional, and the greeting by the principal.</p> <p>The feedback from the parents' night was primarily good. The parents attending felt they had received current information concerning the problems of today's youth. The survey made to the teenagers was especially thought of as good. Similar parents' nights could possibly be held on several municipalities. In a constantly changing society, the parents need a growing amount of support to their own parenthood.</p>		
Avainsanat (asiasanat) Project, adolescence (youth), teenage, parenthood		
Muut tiedot		

## SISÄLTÖ

<b>1. JOHDANTO</b> .....	4
<b>2 NUORUUS</b> .....	5
<b>2.1 Nuoruusiän kehityshaasteet ja -vaiheet</b> .....	5
<b>2.2 Nuoren psyykinen oireilu</b> .....	7
2.2.2 Masennus .....	9
2.2.3 Ahdistuneisuushäiriö .....	9
2.2.4 Vakava stressireaktio ja sopeutumishäiriö .....	9
2.2.5 Syömishäiriöt.....	10
<b>3 VANHEMMUUS</b> .....	11
<b>3.1 Perhe nuoren tukijana</b> .....	11
<b>3.2 Vanhempi nuoren tukijana</b> .....	12
<b>3.3 Vanhemmuuden roolit</b> .....	13
<b>3.4 Täydellinen vanhempi</b> .....	15
<b>4 OPINNÄYTETYÖN SUUNNITELMA</b> .....	16
<b>4.1 Opinnäytetyön lähtökohdat ja taustaa</b> .....	16
<b>4.2 Opinnäytetyön tavoitteet ja tarkoitus</b> .....	16
<b>4.3 Toiminnan suunnitelma</b> .....	17
4.3.1 Markkinoinnin suunnittelu.....	19
4.3.2 Vanhempainillan suunnittelu.....	20
4.3.3 Vanhempainillan palautteen suunnittelu.....	21

<b>4.4 Kysely nuorille .....</b>	<b>21</b>
4.4.1 Kyselyn tulokset .....	22
4.4.2 Kyselyn vastausten ja luotettavuuden tarkastelu.....	29
<b>5 VANHEMPAINILLAN TOTEUTUS JA PALAUTE .....</b>	<b>31</b>
<b>5.1 Palautekyselyn tulokset.....</b>	<b>32</b>
<b>6 POHDINTA.....</b>	<b>36</b>
<b>6.1 Vanhempainillan suunnittelun arviointi .....</b>	<b>36</b>
<b>6.2 Vanhempainillan toteutuksen arviointi.....</b>	<b>36</b>
<b>6.3 Opinnäytetyöntekijöiden omaa pohdintaa.....</b>	<b>37</b>
<b>LÄHTEET .....</b>	<b>40</b>
<b>LIITTEET .....</b>	<b>42</b>
<b>Liite 1. Lupa kyselyn toteuttamiseen Lehtimäen yhteiskoululla.....</b>	<b>42</b>
<b>Liite 2. Kutsu oppilaiden vanhemmille vanhempainiltaan .....</b>	<b>43</b>
<b>Liite 3. Mainos vanhempainillasta.....</b>	<b>44</b>
<b>Liite 4. Haastattelu Uutisnuotta lehdessä 15.8.2007 .....</b>	<b>45</b>
<b>Liite 5. Vanhempainillan palautelomake .....</b>	<b>46</b>
<b>Liite 6. Kyselylomake Lehtimäen yhteiskoulun 6-9-luokkalaisille.....</b>	<b>47</b>
<b>Liite 7. Kirjoitus vanhempainillasta Uutisnuotta lehdessä 29.8.2007 ...</b>	<b>50</b>

## KUVIOT

KUVIO 1. Opinnäytetyön kulku.....	18
KUVIO 2. Miten kuvailisit tämänhetkistä elämääsi?.....	23
KUVIO 3. Millainen on suhteesi vanhempiisi/vanhempaasi/kasvattajisi? .....	24
KUVIO 4. Millainen on suhteesi ystäviisi? .....	25
KUVIO 5. Millainen on suhteesi opettajisi? .....	26
KUVIO 6. Millaisia odotuksia sinulla on tulevaisuudelle?.....	27

## 1. JOHDANTO

Nuorelle murrosikä on suurta muutoksen aikaa. Sekä fyysisesti että psyykkisesti murrosikä tuo nuorelle uusia kehityshaasteita, jotka hänen täytyy ratkoa. Haluamme omassa opinnäytetyössämme tukea murrosikäisten nuorten vanhempien vanhemmuutta muuttuvassa yhteiskunnassa. Tarkoituksemme on pienentää vanhempien ja heidän nuortensa välistä kuilua, antamalla vanhemmille tietoa ja mielikuvia siitä, millaisessa yhteiskunnassa ja maailmassa tämän päivän nuoret elävät. Nuorisokulttuuri on muuttunut paljon 60 ja 70-luvun nuorisokulttuurista. Itse 60 ja 70-luvulla oman murrosikänsä läpikäyneet vanhemmat yrittävät selvitä nyt omien nuortensa kanssa, jotka elävät omaa murrosikänsä 2000-luvun muuttuneessa yhteiskunnassa ja nuorisokulttuurissa. (Airola & Tarsalainen 2005, 6.)

Huolenaiheeksemme nousi kiire, joka hallitsee yhteiskunnassamme. Tämä kiire heijastuu myös vanhemmuuteen. Nuoret tarvitsevat vanhempiensa aikaa ja läsnäoloa. Stakesin tekemässä kouluterveyskyselyssä (2005), kävi ilmi, että Etelä-Pohjanmaalla 22 % 8-9-luokkien oppilaista, sekä 21 % lukion 1. ja 2. lukuvuoden oppilaista kokivat vanhemmuuden puutetta. Vanhemmuuden puute koostui kyselyssä seuraavista asioista: vanhemmat eivät tunteneet nuoren ystäviä, eivätkä tienneet missä nuori viettää aikaansa, nuoret kokivat myös, että eivät kyenneet keskustelemaan vanhempiensa kanssa, eivätkä saaneet vanhemmiltaan tukea kouluvaikeuksiin. Myös sellaisia nuoria joiden vanhemmat eivät tienneet missä nuori vietti viikonloppuisin aikaansa oli 8-9-luokkalaisista 37 %, sekä lukion 1. ja 2. vuoden oppilaista 32 %. (Jokela, Luopa, Puusniekka, Räsänen & Sinkkonen 2005, 12, 48.)

Halusimme opinnäytetyöksemme järjestää tapahtuman, jossa voisimme tukea murrosikäisten nuorten vanhempia kanssakäymisessä omien lastensa kanssa, sekä antaa heille uusia avaimia vanhemmuuteen. Päädyimme järjestämään vanhempainillan, jonka avulla halusimme auttaa vanhempia ymmärtämään murrosikäisiä lapsiaan paremmin. Uskomme, että suurin vastuu nuoren tukemisessa ja rajojen asettamisessa on vanhemmillä. Haluamme tukea vanhemmuutta, jotta nuoret voisivat paremmin.

Terveys 2015 -kansanterveysohjelman yhdeksi päätavoitteeksi on nostettu lasten ja nuorten tasapainoisen kehityksen tukeminen ja syrjäytymisen ehkäisy (sosiaali- ja terveysministeriö 2001, 23–24). Omalla työllämme haluamme rohkaista vanhempia nuorten tasapainoisen kehityksen tukemiseen.

Toteutimme opinnäytetyömme vanhempainillan Lehtimäellä. Lehtimäki on pieni noin 2500 asukkaan kunta Etelä-Pohjanmaalla. Yhteistyötahoinamme olivat Lehtimäen kunta ja Lehtimäen yhteiskoulu. Vastaavanlaista vanhempainiltaa ei ollut kunnassa aikaisemmin järjestetty ja yhteistyötahot pitivät ai-  
hettä ajankohtaisena ja tärkeänä.

## **2 NUORUUS**

### **2.1 Nuoruusiän kehityshaasteet ja -vaiheet**

Yhteiskunta asettaa monia tavoitteita ihmisten eri elämänvaiheille. Näitä tavoitteita kutsutaan toiselta nimeltä kehityshaasteiksi. Kehityshaasteet ovat asioita, joita jokaisen tulisi saavuttaa tiettyinä ikäkausina kasvaessaan itsenäiseksi aikuiseksi. Jokainen ihminen asettaa itselleen, tiedostamatta tai tiedostaen, haasteita omaa elämäänsä ajatellen. Sen tähden on hyvä käyttää termiä kehityshaaste, joka kuvaa ihmisen itsensä asettamia tavoitteita, sekä yhteiskunnan ja elinympäristön asettamien tavoitteiden välisiä kompromisseja. Ympäristöltä saatu tuki, sen asettamat odotukset ja mahdollisuudet sekä ihmisen omat tarpeet, voimavarat ja valinnat muodostavat näitä kehityshaasteita. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén ym. 2003, 19.)

Nuoren itse itselleen asettamat tavoitteet eivät aina ole realistisia. Reaaliminän (todellinen minä; millaisena ihminen itseään pitää) ja ideaaliminän (minäkäsitys, jota ihminen tavoittelee) erottaminen on nuoruusiässä välillä vaikeaa. Nuoruuden eri vaiheissa tavoitteet muokkautuvat ja saattavat vaihtua kokonaan. Ympäristön palaute ja elämän mukanaan tuoma kokemus muokkaavat



nuoren näkemystä itsestään, ympäristöstään sekä kehityshaasteistaan.  
(Mts.20.)

Nuoruutta voidaan kuvata uutena mahdollisuutena; sillä tällöin kehitystehtävien edetessä voidaan korjata jotain, mikä lapsuudenkehityksessä on epäonnistunut tai jäänyt kesken. Nuoruuden kehitysvaiheet voidaan jakaa kolmeen osaan. Puberteetti, jota kutsutaan varhaisnuoruudeksi alkaa n. 11–14 -vuotiaana. Tämän ajan kehitystehtävänä on nuoren suhde omaan muuttuvaan kehoonsa. Nuoren entinen kehonkuva hajoaa ja tilalle tulee uusi vaikeasti hallittava ruumis. Nuoren viettipaine kasvaa, ja seksuaalisuuteen liittyvät asiat alkavat kiinnostaa molempia sukupuolia. Oman intimitietin tarve on suurempi kuin lapsuusiässä ja varhaisnuori haluaakin monesti viettää paljon aikaa yksin. Terveeseen kehitykseen kuuluu myös normatiivisia regressioita, jolloin nuori turvautuu ja hakee tyydytystä vanhemmilta entisen lapsenomaisen käyttäytymismallin mukaan. Varhaisnuoret ovat usein käytökseltään ja mielialoiltaan ailahtelevia, ja he käyttäytyvät vanhempien ja yleisten käyttäytymisnormien vastaisesti. Näin he hakevat rajoja käyttäytymiselleen sekä hallintaa mielen myllerrykselle. (Almqvist, Kumpulainen, Moilanen, Piha, Räsänen & Tamminen 2004, 46–47.)

Keskinuoruus sijoittuu n. 15–18-ikävuoden kohdalle. Tällöin nuori etsii itseään ja omaa minuuttaan erilaisin keinoin esimerkiksi roolikokeilujen myötä. Suhde vanhempien ja lapsen välillä muuttuu ja nuori tekee erotyötä vanhemmistaan. Samaan aikaan ystävyys- ja kaverisuhteiden merkitys kasvaa ja nuori hakee tukea ja ymmärrystä samankaltaisten tunteiden kanssa kamppailevilta vertaisiltaan. Nuoren ego, eli minä, on tällöin hyvin haavoittuvainen ja herkkä. On tärkeää, että keskinuoruudessa nuori voi kokea oman seksuaalisuutensa ja kehonsa myönteisenä ja tyydytystä antavana. (Mts. 47.)

Nuoruusiän loppuvaihe eli jälkivaihe on n. 19–22-vuotiaana. Mikäli nuoren nuoruusikä on kulkenut terveellä tavalla, hän alkaa tässä vaiheessa olla valmis itsenäistymään ja konkreettisesti irrottautumaan lapsuuden kodistaan ja vanhemmistaan. Tämä vaatii sitä, että nuoren kokonaispersoonallisuus eheytyy ja hänen egonsa lujittuu. (Mts. 47.)

## 2.2 Nuoren psyykkinen oireilu

Nuoruusikä on hyvin haastavaa aikaa. Nuoruuteen kuuluu olennaisesti kehityskriisejä sillä se on psyykkisen kasvun ja kehityksen aikaa. Normaaliin kehitykseen murrosiässä kuuluu paljon muutoksia ja tämän takia on erityisen haastavaa tunnistaa milloin nuorella on psyykkisiä ongelmia ja milloin kyse on normaalista nuoruusikään liittyvästä oireilusta. Mielenterveys koostuu perimästä, sekä kaikista elämäkokemuksista joita yksilö kohtaa kehittyessään. Hyvän mielenterveyden perustan luovat varhaislapsuuden suotuisat ihmissuhteet, mutta mielenterveys on silti myös koko elämän jatkuva kehitysprosessi. (Kolehmainen 2005, 8.)

Mielenterveyden häiriöiden esiintyvyys nuoruusiällä on suunnilleen yhtä yleistä kuin aikuisuudessa, ja lapsuuteen verrattuna määrä on noin kaksinkertainen. Erityisesti käytöshäiriöiden, ahdistuneisuushäiriöiden ja masentuneisuustilojen yleistyminen ovat johtaneet nuoruuden mielenterveyshäiriöiden lisääntymiseen. Yleisesti varttuneimmilla nuorilla mielenterveyden häiriöt ovat yleisempiä kuin varhaisnuoruudessa, sekä kaupungeissa asuvilla yleisempää kuin maaseudulla. Myös alemmissa sosiaaliryhmissä mielenterveyden häiriöitä esiintyy enemmän kuin ylemmissä. (Lönnqvist, Heikkinen, Henriksson, Marttunen & Partonen 2000, 501.)

Nuoren psyykkisen oireilun erottaminen normaalista nuoruuden kehityksestä on välillä vaikeaa, sillä nuoruus itsessään saattaa olla jo valtava kriisi. Nuoren ”pahan olon” ja psyykkisten ongelmien hälytysmerkkejä ovat kuitenkin muun muassa hyvin tavallisuudesta poikkeava käyttäytyminen, vetäytyminen ja eristäytyminen, ikätovereiden puute, hajanaisuus, psykoottiset oireet, itsetuhoisuus, vakava masennus, epäsosiaalinen käytös/runsas päihteiden käyttö, voimakas ahdistuneisuus, hankalat pakko-oireet ja runsas laihtuminen. (Kaataja 2007.)

Kaatajan (2007) vanhempainillan luennossa tuli esille yleisimpinä nuorten mielenterveyshäiriöinä: käytöshäiriöt/päihteiden ongelmakäyttö, masennus, ahdis-

tuneisuushäiriö, vakava stressi ja sopeutumishäiriö sekä syömishäiriöt. Seuraavassa käymme läpi näitä Kaatajan esille tuomia ongelmia. (Mts.)

### **2.2.1 Käytöshäiriöt/päihteiden ongelmakäyttö**

Käytöshäiriöllä tarkoitetaan toistuvaa ja alituista epäsosiaalista, hyökkäävää tai uhmakasta käytöstä. Sillä ei tarkoiteta yksittäisiä tilanteita, vaan samankaltainen käyttäytyminen on pitkäkestoista. Se poikkeaa selvästi ja on vakavampaa kuin lapsuuden kiukuttelu tai nuoruuden kapina. Käytöshäiriön oireita ovat muun muassa varastelu, aggressiivinen käyttäytyminen, haluttomuus mennä kouluun, toisten omaisuuden tuhoaminen, tulensytyttäminen ja päihteiden käyttö. (Räsänen, Moilanen, Tamminen & Almqvist 2000, 234–235.)

Valtaosalla nuorista, joilla päihteiden käyttö on runsasta, esiintyy samanaikaisesti myös muu mielenterveydenhäiriö. Selvimmin nuorten päihteiden käyttö ja päihderiippuvuus ovat yhteydessä käytöshäiriöön. (Lönqvist ym. 2000, 515.)

Päihteiden käyttö alkaa monesti tupakoinnilla. Tupakointi koetaan houkuttelevimpana 12–16-vuotiaana, kun taas alkoholin käytön kokeilu alkaa pari vuotta myöhemmin. Alkoholivaikutus koetaan joko myönteisenä ja helpottavana tai turruttavana ja väsyttävänä. Alkoholin runsaan käytön seurauksena ovat epämiellyttävien tuntemukset, kuten krapula ja syyllisydentunto. Nuoret saattavat käyttää myös lääkkeitä päihtymystarkoituksessa. Tällaisia lääkeaineryhmiä ovat rauhoittavat-, särky- ja unilääkkeet. Lääkkeitä ja alkoholia käytetään myös yhdessä, jolloin niiden yhteisvaikutus on huomattavasti voimakkaampi. Erinäisten liuottimien haistelu eli imppaaminen on aaltomaisesti esiintyvä muoti-ilmiö nuorten keskuudessa. Impattavaksi kelpaavat muun muassa liima, lakka tai tinneri, ja se saa aikaan lyhytkestoisen humalatilan harhanäkyineen. Huumeista yleisemmät Suomessa käytetyt aineet ovat kannabis, opiaatit, kokaiini ja amfetamiini johdannaisineen sekä LSD. (Aaltonen ym. 2003, 285–305.)

### 2.2.2 Masennus

Nuoruusiän masennus on alidiagnosoitu, koska sitä on joskus vaikea erottaa nuoruusiän tavallisesta kriisistä. Nuoruusiän masennus voi olla jatkoa lapsuusiän sairaudesta tai puhjeta ensimmäistä kertaa. Masentunut nuori voi olla aggressiivinen, hänellä voi olla runsaasti somaattisia oireita, ärtyvyyttä, toivottomuutta, itsemurha-ajatuksia, uniongelmia, huonoa koulumenestystä ja tottelemattomuutta. Nuoruudessa normaalistikin itsetunto-ongelmat ja pelko omasta kyvyttömyydestä saattavat kasvaa tilapäisesti. Masennukseen liittyvä toivottomuus ja avuttomuus huonontavat yleensä itsetuntoa entisestään. Mikäli nuori sairastaa masennusta pitkään, saattaa hänen murrosiän kehityksensä viivästyä -varsinkin, jos masennukseen liittyy ruokahaluttomuutta ja painonmenetystä. (Räsänen ym. 2000, 193–194.)

### 2.2.3 Ahdistuneisuushäiriö

Jokainen ihminen tuntee välillä ohimenevästi olonsa ahdistuneeksi. Ahdistuneisuus on subjektiivinen kokemus ja sitä on vaikea määritellä. Se on epämääräinen ja epämiellyttävä tunne, johon voi liittyä somaattisia oireita. Normaali ja sairaaloinen ahdistus erotetaan toisistaan nuoren oman kokemuksen mukaan ja sen kuinka paljon oireet vaikuttavat jokapäiväiseen elämään. Tavallisimmat nuoruusiällä esiintyvät ahdistuneisuushäiriöt ovat yleistynyt ahdistuneisuus, julkisten paikkojen ja sosiaalisten tilanteiden pelko, pakko-oireinen häiriö sekä paniikkihäiriö. (Lönngqvist ym. 2000, 503–504.)

### 2.2.4 Vakava stressireaktio ja sopeutumishäiriö

Äkillinen stressireaktio on ohimenevä, mutta oireiltaan vakava häiriö. Se kehittyy oireettomalle ihmiselle poikkeuksellisen fyysisen tai psyykkisen stressin yhteydessä, joita voivat olla esimerkiksi vaikeat liikenneonnettomuudet, perheväkivalta, fyysinen tai seksuaalinen väkivalta, ryöstön näkeminen tai uhrina oleminen tai muut tapahtumat, joihin liittyy esimerkiksi oma tai läheisen ihmisen kuoleminen tai vahingoittumisen uhka. Oireet ilmenevät yleensä muutama tunnin tai päivän sisällä tapahtumasta. Oireet ovat lyhyt kestoisia, korkeintaan yhden kuukauden kestäviä. Mikäli oireet ovat pidempi kestoisia, pu-

hutaan traumaperäisestä stressihäiriöstä. Tavallista äkillisen stressin jälkeen on lamaantuminen, ulkopuolisuuden tunne ja tunnereaktioiden puuttuminen. Myös tietoisuus ympäristöstä vähenee ja todellisuudentaju heikkenee. Nuoruusiässä näköharhat, pelkotilat, unihäiriöt painajaisineen sekä unissakävely voivat myös olla oireita. (Räsänen ym. 2000, 211.)

Sopeutumishäiriötä käytetään usein nuorten psyykkisissä häiriöissä tai oireyhtymissä diagnoosina, jos niitä ei osata luokitella muihin liittyviksi. Se ei kuitenkaan ole epämääräinen oireyhtymä, vaan oma spesifinen diagnoosinsa. Sopeutumishäiriöstä on kyse, kun nuoren on vaikea sopeutua johonkin erityiseen psykososiaaliseen stressitekijään, joita voi olla esimerkiksi kouluunmeno, muutto toiselle paikkakunnalle, kiusaamisen kohteeksi joutuminen, oma sairastuminen tai jokin muu jokapäiväiseen elämään kuuluva muutos. Yksilön alttiudella ja haavoittuvuudella on suuri merkitys oireyhtymän syntyyn. Toiset nuoret voivat saada oireita hyvin pienistäkin stressitekijöistä. Sopeutumishäiriö esiintyy muun muassa pahana olona ja emotionaalisena häiriönä. Koulutehtävistä selviäminen heikkenee, ja nuoren ihmissuhteissa ja sosiaalisissa toimisissa esiintyy selviä häiriöitä. (Mts. 213.)

### **2.2.5 Syömishäiriöt**

Syömishäiriöissä ruoka on menettänyt merkityksensä ravinnon tarpeen tyydyttäjänä, ja sitä käytetään ulkonäön ja painon säätelyyn. Ruuasta tulee nuorelle mielen keskeinen kiinnostuksen kohde, siihen kuuluvat rituaalit tarjoavat nuorelle mielen suojan. Koska syömishäiriö toimii mielen suojana, on siitä hyvin vaikea luopua. Syömishäiriöt voidaan jakaa kahteen ryhmään; laihuushäiriö (anoreksia nervosa) ja ahmimishäiriö (bulimia nervosa). Ahmimishäiriöön liittyy ruuan kontrolloimatonta ahmimista ja usein myös itse aiheutettua oksentamista. Ahmimishäiriö ei aina näy päällepäin. Nuoret ovat normaalipainoisia, vaikka kokevat itsensä lihaviksi ja haluavat laihtua. Ahmimishäiriöön liittyvät olennaisesti häpeä ja syyllisyydentunto joten nuorten on vaikea hakea siihen apua, vaikka tiedostavat syömistottumustensa epänormaalisuuden. (Mts. 286–290)

Laihuushäiriössä nuoren ajatusmaailma vääristyy ja hän kokee itsensä lihavaksi vaikka olisi luurankomaisen laiha. Hän karsii ruokavaliostaan pois kaiken ”lihottavan”, kuten rasvan ja sokerin. Hän asettaa itselleen epärealistisen alhaisen tavoitepainon ja pyrkii säätelemään painoaan ylenmääräisellä liikkumisella. Nuoren mieli täyttyy omaan ulkomuotoon, ruokaan ja syömiseen liittyvistä ajatuksista. Nuori pyrkii monesti salaamaan syömättömyyttään ja laihtumistaan, ja laihuushäiriöön sairastuneet ovat yleensä luonteeltaan hyvin tunnollisia ja vaativia itseään kohtaan. (Eirola, Friis & Mannonen 2004, 102.)

### **3 VANHEMMUUS**

#### **3.1 Perhe nuoren tukijana**

Vuoden 2001 lopussa suomessa oli 605 300 lapsiperhettä. Tilastoissa lapsiperheellä tarkoitetaan perhettä jossa on vähintään yksi alle 18-vuotias lapsi. Lapsiperheiden määrä on viime vuosina ollut koko ajan laskussa (Aaltonen ym. 2003, 190.) Lapsiperheet voidaan jakaa Suomessa neljään eri perhetyyppiin enemmistö (64 %) perheistä on edelleen avioparin (miehen ja naisen) perustamia perheitä. Avoliiton suosio on viime vuosina kasvanut runsaasti ja tämän kaltaisia perheitä on toiseksi eniten (22 %). Yksinhuoltaja perheistä sellaisia joissa lapset asuvat äidin luona on 13 % ja ainoastaan 1 % perheitä jossa lapset ovat isän luona. Uusperheiden määrä, eli perheiden jossa kaikki lapset eivät ole yhteisiä, on myös kasvamassa. Nykyisin joka kymmenes lapsi asuu tämän kaltaisessa perheessä. (Eirola ym. 2004, 16.)

Perheitä perustetaan Suomessa nykyään varsin myöhään. Ensisynnyttäjien keski-ikä on 27,6 vuotta. Vanhemmat haluavat ennen lapsen syntymää saada ammatin, luoda työuraa sekä ostaa oman asunnon, jotta toimeentulo olisi mahdollisimman turvattua. Nyky-yhteiskunnassa vaaditaan vanhemmilta paljon, kodin ja työelämän yhteensovittaminen voi olla joskus vaikeaa. Varsinkin yksinhuoltaja perheissä tämä ongelma korostuu. Yhteiskunta tarjoaa neuvolan

ja päivähoidon muodossa lastenhoitopalveluita, mutta silti päävastuu lapsen kasvatuksessa on edelleen vanhemmilla. (Mts.16.)

### 3.2 Vanhempi nuoren tukijana

Vanhemmilta saatu tuki, vuorovaikutus, rakkaus, turva ja yhdessä tekeminen ovat nuoren elämän tukipilareita. Vanhempien tehtävä on huolehtia, asettaa rajoja ja antaa esimerkkiä kasvavalle nuorelle. Perheen tulotaso, asuinolot, sekä vanhempien työolosuhteet ja ammatin arvostus ovat asioita, jotka vaikuttavat siihen millaisen kasvuympäristön vanhempi nuorelleen voi antaa. Erityisesti vanhempien työajat vaikuttavat monesti siihen paljonko perheelle jää yhteistä aikaa ja mahdollisuuksia vuorovaikutukseen. Myös perheen koko ja vanhempien ikä ovat seikkoja, jotka vaikuttavat nuoren kehitykseen. Esimerkiksi yksinhuoltajaperheessä nuoren kehityksen häiriöt johtuvat yleisimmin muuttuneen perhetilanteen aiheuttamista rasitustekijöistä ja tuen puutteesta. (Aaltonen 2003, 201–202.) Litsilän (2001) tutkimuksessa tulee ilmi, ettei perhemuodolla sinänsä ole yhteyttä nuorten hyvinvoinnin ongelmiin. Vanhemmuudella sekä nuoren ja vanhempien välisellä vuorovaikutuksella taas on merkittävä rooli nuorten hyvinvoinnissa. (Litsilä 2001, 34.)

Myös kasvatustavat vaikuttavat perheen ilmapiiriin ja vanhempien ja nuoren väliseen suhteeseen. Autoritaarisen kasvatuksen perusta on rajat, palkkiot ja rangaistukset. Vanhemmat määrittelevät säännöt ja rajoitukset, eikä nuoren tarpeita oteta huomioon. Lapsijohtoisessa kasvatuksessa nuori on oppinut juoksuttamaan vanhempiaan ja päättämään perheen asioista. Tällainen tilanne tuo nuorelle turvattomuuden tunnetta ja voi johtaa epäsosiaaliseen käyttäytymiseen. Ohjaava kasvatustapa taas perustuu avoimeen vuorovaikutukseen. Silloin nuori saa vastuuta taitojensa mukaan ja hänen mielipiteensä otetaan huomioon päätettäessä asioista. Nuorelle asetetaan rajoja ja kieltoja, mutta näin toimittaessa perustellaan miksi ollaan tätä mieltä ja keskustellaan asiasta. (Aaltonen 2003, 202.)

Hemming ja Liekkinen (2005) tekivät tutkimuksen perheen merkityksestä peruskoulun päättövaiheessa olevan nuoren elämässä. Tutkimustuloksissa kävi ilmi, että yli puolet nuorista ei pysty keskustelemaan kaikista asioistaan kotona vanhempien kanssa. Tämä johtuu osaltaan nuoruusajan kehityksestä, jolloin nuoret turvautuvat monessa asiassa enemmän ystäviinsä, jotka toimivat vertaistukijoina, kuin vanhempinsa. Huolestuttavaa on silti se, etteivät nuoret haluaisi vaikeimmissakaan asioissa kääntyä vanhempien puoleen. Vanhempien tulisi kuitenkin olla perillä lastensa asioista, sillä he ovat alaikäisiä ja holhouksen alaisia. Samassa tutkimuksessa käy myös ilmi, että tytöt ovat kotona huomattavasti avoimempia kuin pojat. Äiti on myös kotona se, johon nuoret helpommin turvautuvat. Tämä johtuu luultavasti perinteisestä roolijaosta, jossa äidillä on suurempi kasvatusvastuu. (Hemming & Liekkinen 2005, 66–67.) Hartikaisen tekemä pro gradu -tutkielma (2003) tukee myös Hemmingin ja Liekkisen tuloksia. Hartikaisen mukaan vanhemmuuden laadulla on yhteys nuorten uskoutumiseen. Mikäli nuori koki suhteensa vanhempiin hyväksi ja heidän välillään oli kumppanuutta - mikä tarkoittaa vanhempien osoittamaa lämpöä, läsnäoloa ja valvontaa - sitä helpompi nuoren oli uskoutua vanhemmilleen. (Hartikainen 2003, 28.)

### 3.3 Vanhemmuuden roolit

Vuonna 1998 varsinaissuomen lastensuojelunkuntayhtymän henkilökunta kehitti vanhemmuuteen roolikartan. Roolikartan tarkoitus oli olla apuvälineenä niin ammattilaisille kuin vanhemmille hahmottamaan mistä osatekijöistä vanhemmuus koostuu. Roolikartta saavutti valtavan kiinnostuksen ja sitä on käytetty hyväksi valtakunnallisesti. Kartan mukaan vanhemmuuden roolit jaetaan viiteen osaan; huoltaja, rakkauden antaja, elämän opettaja, ihmissuhdeosaaja ja rajojen asettaja. (Rautiainen 2001, 58–59, 45–49.)

Huoltajalla tarkoitetaan murrosikäisen kohdalla ihmistä, joka on läsnä, mutta ei liikaa. Vaikka ystävien kesken nuori saattaa olla uhoava, kaipaa hän silti äidin tekemiä sämpylöitä. Nuoret eivät aina ole niin itsenäisiä kuin antavat ymmärtää, vaan tarvitsevat huoltajan, jotta voivat rauhassa jatkaa kasvamistaan.



Poissaolevan ja ylisuojelevan ja ohjailevan huoltajan välillä on kultainen keskitie, jonka löytäminen edellyttää vanhemmilta herkkyyttä asettua nuoren käytettäväksi. (Mts. 45.)

Murrosikäisen kohdalla rakkauden antaminen ei välttämättä tarkoita fyysistä läheisyyttä, eikä hellyyden osoituksia. Välillä nuori saattaa tulla lähelle ja olla kuin pieni lapsi. Tästä huolimatta nuori on tullut siihen ikään, että hän pyrkii etäämmälle ensisijaisista rakkauden kohteista ja valmistautuu hakemaan näitä kodin ulkopuolelta. Rakkauden antamisella nuoren kohdalla tarkoitetaan sitä, että juttelee ja väittelee nuoren kanssa, on läsnä ja käytettävissä, sekä tukee ja kulkee rinnalla nuoren kohdatessa vaikeita asioita. (Mts. 46.)

Murrosiässä nuoren mielessä pyörii paljon kysymyksiä liittyen muun muassa muuttuvaan kehoon, ihmissuhteisiin, tunteisiin, seksiin ja uskontoihin. Yksi vanhemman rooleista on olla elämän opettajana, jolloin hän keskustelee ja antaa totuudenmukaisempaa tietoa kuin esimerkiksi monet ystävät kyseisistä asioista. (Mts. 46–47.)

Ihmissuhdeosaajan rooli on vaikea, sillä ihmissuhteiden hallintaa on vaikea opettaa. Ihmissuhdetaitoja vanhempi opettaa parhaiten omalla esimerkillään, sillä sitä ei voi tiivistää lauseiksi. Tärkeitä ihmissuhdetaitoja nuorelle ovat sovi-  
tuista asioista kiinnipitäminen, asiallisuus, rehellisyys ja toisen ihmisen kunnioitus. (Mts. 48.)

Vanhemmista irrottautuminen on yksi keskeisimmistä nuoruuden kehitystehtävistä. Toiset pystyvät tähän hienovaraisemmin, kun taas toisilla tämä ilmenee repivänä riitelynä ja rajojen ylityksinä. Vanhemman ei tarvitse sallia kaikkea, vaan hän tekee suuren palveluksen nuoren kehittyvälle minuudelle asettamalla rajat ja asettautumalla itse nuorta vastaan, niin että nuori uskaltaa olla vihainen ja näyttää mieltään vanhemmalleen. Näin vanhempi osoittaa olevansa turvallinen ja välittävänsä. Hän ei anna nuoren hortoilla rajattomassa ympäristössä. (Mts. 49.)

### 3.4 Täydellinen vanhempi

Vanhemmat, jotka joutuvat lastensa kanssa vaikeuksiin, kokevat monesti olevansa epäonnistuneita ja huonoja kasvattajia. Heidän mielestään kummittelee kuva täydellisestä vanhemmuudesta, jossa kaikki osataan tehdä oikein. Voiko ja tarvitseeko täydellistä vanhemmuutta kuitenkaan oikeasti olla? On hyvä muistaa, että vaikka vanhempien rooli nuoren elämässä on suuri, se ei aina riitä. Nuoren tie voi mutkistua myös vanhemmista johtumattomista syistä. Vanhemmatkin ovat vain ihmisiä. Täydellisen vanhemmuuden sijaan onkin armollisempaa käyttää käsitettä riittävä vanhemmuus. (Määttä 2007, 105.)

*Riittävän hyvä vanhempi...*

*...Kestää kritiikin ja arvostelun  
 ...On aikuinen...uskaltaa olla vanhempi  
 ...Ei ole täydellinen  
 ...Antaa turvaa ja luo rajoja  
 ...Valvoo lapsensa tekemisiä ja antaa kasvaa rauhassa  
 ...Antaa lapsen kokea itsensä ihanaksi ja ihmeelliseksi  
 ...Kokee monenlaisia tunteita ja on vastuullinen  
 ...Hyväksyy ristiriidat osaksi normaalia elämää  
 ...On välillä täysin uupunut ja menettää malttinsa  
 ...Arvostaa arkea  
 ...Uskoo itseensä vanhempana  
 ...Muuttuu lapsen kasvun mukana  
 ...Määrittelee roolinsa itse  
 (Syrjälä 2005, 21.)*

## **4 OPINNÄYTETYÖN SUUNNITELMA**

### **4.1 Opinnäytetyön lähtökohdat ja taustaa**

Opinnäytetyön idea sai alkunsa tekijöiden mielenkiinnosta nuorten hyvinvointia kohtaan. Pohdimme kuinka nuorten tasapainoista kehitystä voitaisiin tukea entistä paremmin. Molempien tekijöiden mielestä vanhemmilla on suurin vastuu murrosikäisten lastensa tukemisessa tasapainoiseen aikuisuuteen. Näistä ajatuksista syntyi idea vanhempainillasta, jossa nuorten ääntä tuotaisiin vahvasti kuuluviin ja vanhempia tuettaisiin vanhemmuudessa. Nuorten äänen kuuluville tuomiseksi tekisimme kyselyn nuorille, jota hyödyntäisimme vanhempainillassa. Päätimme tarjota ideaamme entiselle kotipaikkakunnallemme, joka on pieni eteläpohjanmaalainen kunta Lehtimäki. Kunnassa pidettiin ideasta ja pääyhteistyökumppanimme tulisivat olemaan Lehtimäen kunta ja Lehtimäen yhteiskoulu. Sovimme yhdessä heidän kanssaan vanhempainillan ajankohdasta, sisällöstä ja kustannusten jakamisesta.

Ensisijainen kohderyhmämme olivat murrosikäiset nuoret, joiden hyvinvointiin haluamme vaikuttaa heidän vanhempiansa kautta. Vanhempainiltaan kutsuttiin erityisesti kaikki murrosikäisten nuorten vanhemmat, mutta tilaisuus oli avoin ja osallistua saivat kaikki asiasta kiinnostuneet.

### **4.2 Opinnäytetyön tavoitteet ja tarkoitus**

Halusimme järjestää vanhemmille vanhempainillan, jossa he saavat ajankohdaista tietoa tämän päivän nuorten hyvinvoinnista ja voivat yhdessä pohtia kuinka kohdata omia nuoriaan.

Tavoitteenamme oli, että mahdollisimman moni vanhempi saapuisi paikalle ja päivämme palvelisi heidän tarpeitaan. Yhteistyökumppanimme kanssa kes-

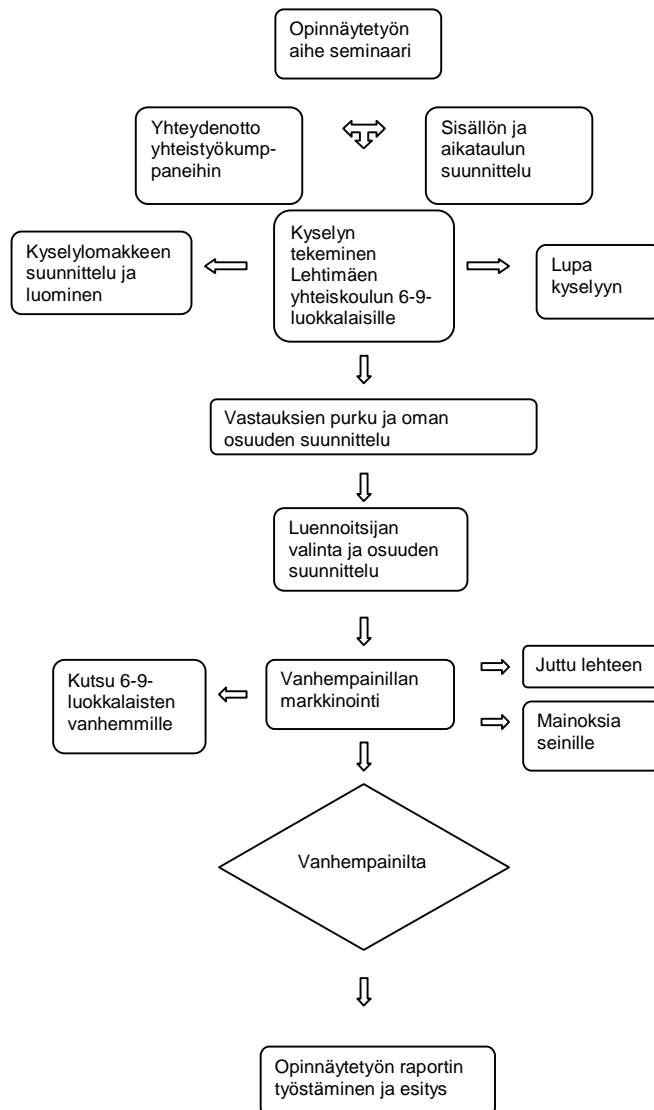
kustelimme yhdessä ajankohtaisista aiheista ja tämän hetkisistä koulutustarpeista kunnassa.

Pyrimme tekemään tavoitteistamme mahdollisimman konkreettisia, jotta ne olisivat saavutettavissa. Tavoitteitamme;

- 1) Tuoda tietoa tämän päivän nuorten maailmasta, sekä mitä nuoret vanhemmiltaan odottavat.
- 2) Antaa eväitä vanhemmuuteen ja murrosikäisen nuoren kohtaamiseen.
- 3) Tuoda asiantuntijan kautta tietoa, kuinka nuorten pahoinvointi näkyy, ja kuinka siihen vanhempana tulisi puuttua.
- 4) Rohkaista vanhempia toimimaan yhdessä nuortensa hyvinvoinnin edistämiseksi ja pohtimaan uusia toimintatapoja nuorten kohtaamiseen.

### **4.3 Toiminnan suunnitelma**

Kuviossa 1 esitetään opinnäytetyön suunnittelun kulku. Teimme kuvion selkiyttääksemme lukijalle koko toiminnallisen opinnäytetyömme prosessin.



KUVIO 1. Opinnäytetyön kulku

Opinnäytetyön idea lähti muotoutumaan syksyllä 2006. Saimme opettajiltamme lisäideoita jo suunnittelemiimme vaihtoehtoihin ja lähdimme niistä muokkaamaan ehdotusta yhteistyötahollemme. Tammikuussa 2007 otimme ensimmäisen kerran yhteyttä yhteistyökumppaneihimme, Lehtimäen kuntaan ja Lehtimäen yhteiskouluun, ja tarjosimme heille opinnäytetyötämme. Yhteistyötahot hyväksyivät ideamme ja saimme luvan lähteä viemään suunnitelmiam-

me eteenpäin. Aloimme yhdessä opinnäytetyön ohjaajamme kanssa pohtia syvemmin vanhempainiltamme sisältöä ja aikataulutusta.

Huhtikuussa otimme uudelleen yhteyttä yhteistyötahoihimme ja sovimme tapaamisajan toukokuuksi. Samalla tapaamisella toteutimme suunnittelemaamme kyselyn Lehtimäen yläkoulun oppilaille. Kyselyä varten pyysimme kirjallisen luvan Lehtimäen yhteiskoulun rehtorilta (liite 1). Samalla tapaamisella sovimme myös opinnäytetyön kustannuksista ja päivän sisällöstä, myöhemmin teimme kirjallisen sopimuksen yhteistyöstä ja rahoituksesta.

Koska halusimme vanhempainiltaamme asiantuntijan luennoimaan, aloimme kartoittaa mahdollisia vaihtoehtoja Etelä-Pohjanmaalta. Eräs kollegamme Seinäjoelta suositteli meille kahta vaihtoehtoa, joista toiseen sitten otimme yhteyttä sähköpostitse. Näistä kahdesta vaihtoehdosta hänen ammattitaustansa vaikutti sopivammalta omaa aihettamme ajatellen. Hän on ammatiltaan sairaanhoitaja ja perheterapeutti, joka on tehnyt pitkän uran nuorisopsykiatrisella osastolla. Nykyään hän työskentelee nuorten syömishäiriöprojektissa. Saimme häneltä nopeasti myöntävän vastauksen ja sovimme luentopalkkiosta sekä käsiteltävistä aiheista. Annoimme hänelle kuitenkin mahdollisuuden muokata sisältöä oman asiantuntijuutensa mukaan.

Toukokuun Lehtimäen vierailun jälkeen aloitimme kyselyiden purun. Päätimme tehdä jokaisesta kysymyksestä yhteenvedon ja yhteenvedoista teimme taulukot. Kyselyiden purun jälkeen aloimme suunnitella tarkemmin oman osuutemme kulkua ja esitystä vanhempainillassa. Omassa osuudessamme tulisimme purkamaan pääosin edellä mainitun kyselyn tuloksia.

#### **4.3.1 Markkinoinnin suunnittelu**

Markkinoimme vanhempainiltaamme monin tavoin. Kutsuimme yläaste ikäisten oppilaiden vanhemmat vanhempainiltaan oppilaiden kautta lähettämillämme kutsuilla (liite 2). Kutsuihin tuli merkitä kuinka monta ihmistä perheestä tulisi osallistumaan, että saimme hieman kartoitettua osallistujien määrää. Koska emme voineet olla varmoja näyttäisivätkö kaikki oppilaat kutsuja kotona vanhemmille, teimme vanhempainillasta myös mainoksia (liite 3), joita kiinni-

timme Lehtimäen kauppojen ja pankin ilmoitustauluille. Ilmoitimme tapahtumasta myös paikallisissa lehdissä (Uutisnuotta (liite 4) ja JärviseuTU), joista ainakin toinen tulee Lehtimäellä lähes jokaiseen talouteen. Lehtijutun kautta pystyimme kutsumaan vanhempainiltaan niin Lehtimäkeläisiä kuin naapurikunnissakin asuvia lukijoita. Lehden kautta pystyimme tuomaan aiheitamme tiettäväksi myös niille, jotka eivät vanhempainiltaan osallistuneet.

#### **4.3.2 Vanhempainillan suunnittelu**

Vanhempainillan päivämääräksi päätimme 23.8.2007. Illan ajankohdaksi sopi mielestämme hyvin lukukauden alku. Koulun kannalta tämä ajankohta oli myös sopiva, sillä uuden lukukauden alettua oli koulullakin ajankohtaista informaatiota vanhemmille. Kesän jälkeen, arjen taas normalisoiduttua, tulevat myös perheen sisäiset vuorovaikutussuhteet yhteisen arjen sujumiseksi esille. Siksi myös vanhempien kannalta ajankohta oli otollinen.

Paikaksi vanhempainillalle saimme varattua Lehtimäen kunnantalon auditorion. Auditorioon mahtuu sata henkilöä ja se on melko uusi. Auditoriossa on mahdollisuus videotykin käyttöön ja muutoinkin tila on varustukseltaan toimiva.

Koska järjestimme vanhempainillan seudulle, jossa on vielä maataloutta jäljellä, tuli meidän ottaa huomioon tämä vanhempainillan aloitusaikaa miettiesämme. Yhdessä yhteistyökumppaneidemme kanssa päätimme, että iltamme alkaisi kello 18.30 kahvituksella, niin että kaikki halukkaat ehtisivät mukaan. Kello 19.00 aloittaisimme itse tapahtuman.

Oma osuutemme keskittyi tekemämme kyselyn läpikäyntiin. Kyselyiden läpikäymiseen varasimme aikaa noin puoli tuntia, jonka jälkeen oli mahdollista yhdessä keskustella aiheesta. Jotta keskustelua syntyisi, yleisö saisi aluksi jakaa ajatuksiaan vieressä istujan kanssa, ja vasta sen jälkeen kävisimme niitä yhdessä läpi.

Keskustelun jälkeen oli asiantuntijaluennon vuoro. Luennoitsijaa pyysimme käsittelemään omassa osiossaan, kuinka nuoret voivat tänä päivänä, kuinka

nykypäivän nuori oirehtii, mitä vanhemmat voivat tehdä nuorten hyvinvoinnin hyväksi, mitkä oireet kuuluvat nuorten normaaliin kehitykseen ja mistä tulisi huolestua. Luennon kesto oli 45 minuuttia ja sen jälkeen annettiin aikaa taas keskustelulle ja kysymyksille. Illan päätteeksi Lehtimäen yhteiskoulun rehtori lausui loppusanat ja kertoo tulevasta lukukaudesta. Lopuksi keräsimme kuuli-joilta vielä palautteet ja ilta päättyi kello 21.00.

### **4.3.3 Vanhempainillan palautteen suunnittelu**

Lomakkeen (liite 5) suunnittelussa pyrimme huomioimaan illan eri osa-alueet, jotta saamamme palaute olisi mahdollisimman kattava. Illan aikataulu oli tiukka ja siksi pyrimme tekemään palautelomakkeesta nopeasti täytettävän. Tämän vuoksi päädyimme käyttämään lomakkeessa nuorisokulttuurista tuttuja hymynaamoja. Koska vanhempainilta oli avoin kaikille, on palaute pyydettävä välittömästi illan päätteeksi, vaikka palautteen antaminen olisi helpompaa asioita jo hetken pohdittua.

## **4.4 Kysely nuorille**

Toukokuussa 2007 toteutimme kyselyn (liite 6) Taimelan koulun vuosiluokille 6-9. Kyselyn tarkoituksena oli avata nuorten ajatuksia omasta elämästään tällä hetkellä ja tuoda heidän ajatuksensa nuorten äänenä kuuluviin vanhempainillassa. Kyselyssä haimme nuorilta vastauksia seuraaviin kysymyksiin.

- Miten kuvailisit tämän hetkistä elämääsi
- Millainen on suhteesi vanhempiisi/vanhempaasi/kasvattajiisi
- Millainen on suhteesi ystäviisi
- Millainen on suhteesi opettajiisi
- Millaisia odotuksia sinulla on tulevaisuudelle
- Miten toivoisit vanhempiesi kohtaavan/tukevan sinua
- Onko olemassa asioita, joihin toivoisit vanhemmilta enemmän ymmärrystä



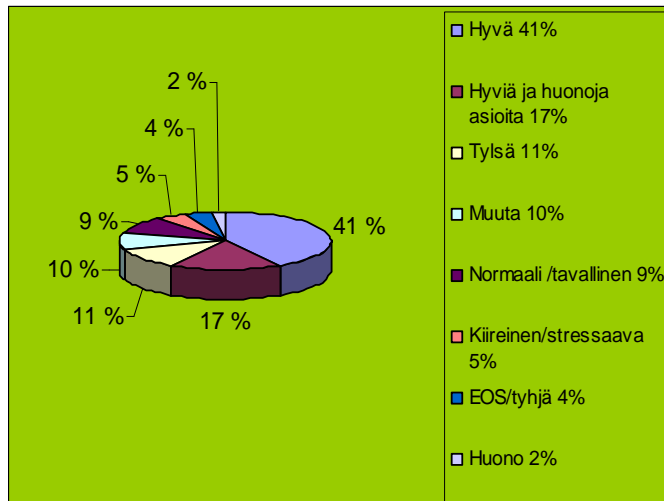
Ennen kyselyn tekemistä on tärkeä selvittää nuorille, että kysely on luottamuksellinen ja vastaukset tullaan käsittelemään niin, ettei kenenkään henkilöllisyys paljastu. Kyselyssä ei paljastu vastaajan sukupuoli eikä ikä, jotta tunnistaminen olisi mahdotonta. Nuorille kerrotaan myös, että kyselyt hävitetään, kun niistä on tehty tarvittava yhteenveto.

Kyselyä tehdessämme pohdimme miten kysely olisi parasta toteuttaa ja millaisella lomakkeella. Hirsijärvi ja muut (2007) ovat kirjassaan vertailleet avointen ja monivalintakysymysten etuja ja haittoja. Heidän mukaansa avointen kysymysten suosijat perustelevat valintaansa sillä, että ne antavat vastaajalleen mahdollisuuden kertoa mitä hänellä on todella mielessään, kun taas monivalintakyselyt kahlitsevat vastaajansa valmiiksi annettuihin vaihtoehtoihin. Avointen kysymysten haittapuoleksi kirjassa taas mainitaan vastausten tuottama sisältö, joka saattaa olla hyvin kirjavaa, vähäsanaista ja vaikeasti käsiteltävää. (Hirsijärvi, Remes & Sajavaara 2007, 196.) Omassa työssämme päädyimme avoimeen kyselylomakkeeseen. Tiesimme avoimen kyselyn riskit, mutta teimme päätöksen avoimesta kyselystä tietoisesti ja halusimme myös tällä tavalla itse osoittaa luottamustamme nuoriin.

#### **4.4.1 Kyselyn tulokset**

Nuorille tehty avoin kysely tuotti erittäin hyvää materiaalia vanhempainiltaa varten. Avasimme osan kysymyksistä luokittelemalla ne vastauksien perusteella pääryhmiin. Pääryhmät koostuivat vastauksissa eniten esiintyvistä teemoista. Teimme vastauksista kuviot, laskien jokaisen pääryhmän vastausten prosenttiluvut. Useissa kysymyksissä on kohta muuta; nämä kohdat ovat yksittäisiä vastauksia, joita ei voinut luokitella pääryhmiin. Kahta viimeistä kysymystä ei voinut luokitella ryhmiin, sillä vastaukset olivat niin erilaisia. Poimimme niistä yhteenvedoksi asioita, joita vastauksissa esiintyi eniten ja avasimme sen jälkeen kohdan nuorten omilla vastauksilla.

Seuraavassa käymme läpi kyselyn tuloksia, kuvioissa 2,3,4 ja 5 ilmoitetaan prosentteina saadut vastaukset. Näiden kuvioiden jälkeen esitämme joitakin vastausesimerkkejä.



KUVIO 2. Miten kuvailisit tämänhetkistä elämääsi?

#### Hyvä 41%

*"elämäni on tervettä ja hauskaa. Harrastan paljon liikuntaa ja ulkona oleilua ja käyn kavereiden kanssa lenkillä ja oleilen heidän kanssaan muutenkin. Koulu asiat hoidan kohtuu hyvin, mutta en ota siitä stressiä. Koton oleilen ja teen kotitöitä silloin tällöin. Olen rehellinen ja vastuuntuntoinen, tai näin minulle on sanottu. ☺ "*

#### Hyviä ja huonoja asioita 17%

*"Olen ihan tyytyväinen elämään tällä hetkellä. Minulla on ihana harrastus, ystäviä ja ehjä perhe. Vaikka välillä tuntuu, että vanhemmat utelevat liikaa..."*

#### Tylsä 11%

*"Elämäni on tylsää. En saa olla kavereiden luona myöhään, kuten muut ystävät. Perääni kysytään heti; saitko luvan lähteä ja nyt et enää lähde tänä viikona minnekkään..."*

#### Muuta 10%

*"Siinähan se, joka päivä lähemmäks kuolemaa..."*

#### Normaali/tavallien 9%

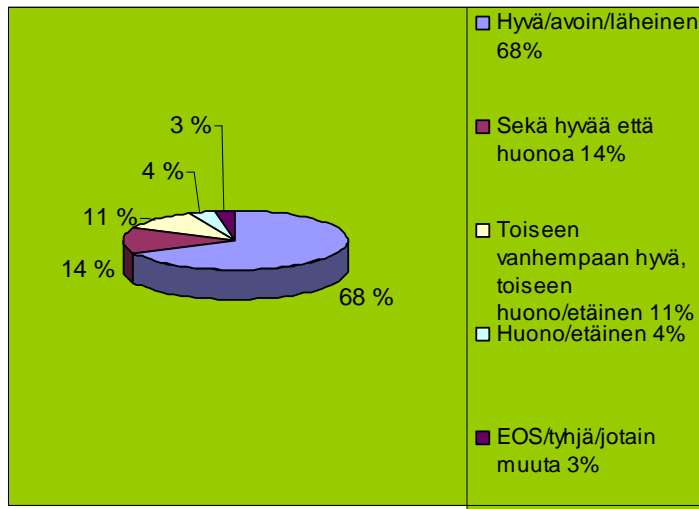
*" Sellaista normaalia. Mukavaa ja rentoa."*

#### Kiireistä/stressavaa 5%

*" Koulu stressaa... Muuten kaikki on ihan kestävästi... Välillä kaikki tuntuu kaatuvan päälle, mutta kyllä se siitä selviää."*

Huono 2%

*"Se o yhtä helvettiä. Murkku painaa päälle, pikkuveli ärsyttää jne..."*



KUVIO 3. Millainen on suhteesi vanhempiisi/vanhempaasi/kasvattajiisi?

Hyvä/avoin/läheinen 68%

*"Avoin, kehtaan käydä esim. lenkillä niiden kanssa"*

Sekä hyvää, että huonoa 14%

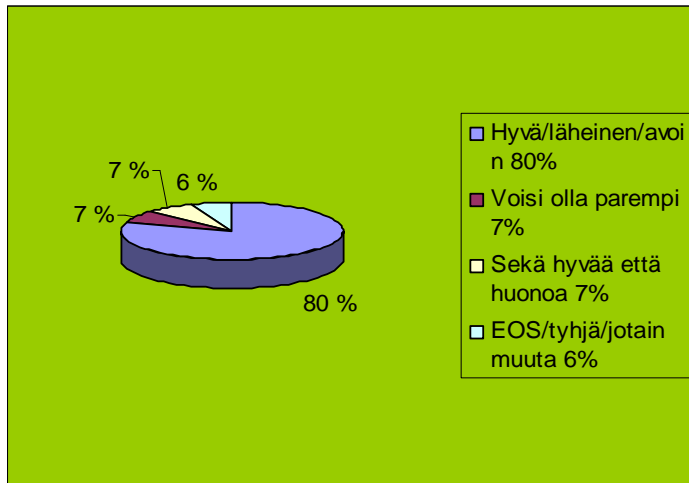
*"Suhteeni on vanhempiini avoin. Joskus ne huutaa vain minulle ja minä olen muka aina syypää!"*

Toiseen hyvä, toiseen huono/etäinen 11%

*"Äitiin läheinen, mutta isään aika etäinen. Pystyn puhumaan äitille kaikesta."*

Huono/etäinen 4%

*"Suhteeni vanhempiini on hieman etäinen, mutta ennen se oli läheinen. Uskon, että etäinen suhde kuuluu murrosikään, koska haluan omaa rauhaa ja tilaa ajatella ja toimia itse."*



KUVIO 4. Millainen on suhteesi ystäviisi?

Hyvä/läheinen/avoin 80%

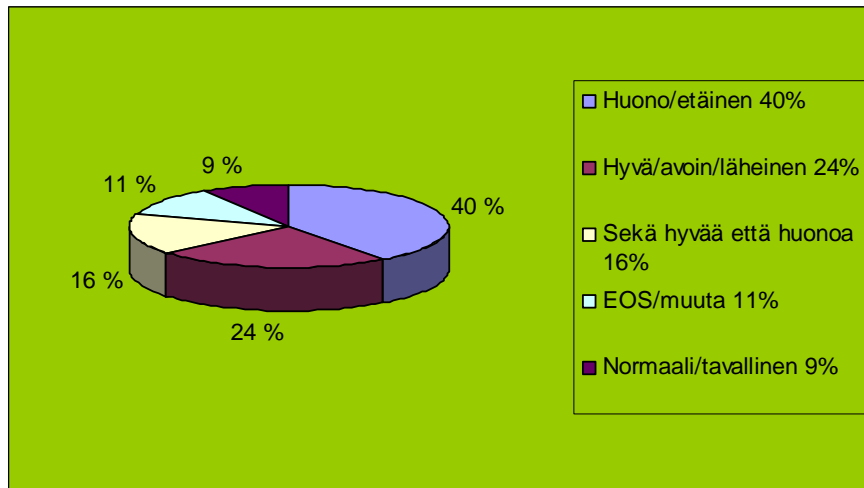
*"Vielä läheisempi kuin vanhempiini, tulee kerrottua "salaisimpiakin" asioita."*

Voisi olla parempi 7%

*" Voisi olla läheisempi. Nähdään harvoin koulun jälkeen vapaa-ajalla, mutta juttelen netissä joka päivä."*

Sekä hyvää, että huonoa 7%

*"Melko hyvä. Joskus ärsyttää, kun kavereilla on omat juttunsa ja sitten on niitä supisemis juttuja jne. En ole koskaan tuonut kavereita kotiin. Kun taas kaverit käyvät toistensa luona."*



KUVIO 5. Millainen on suhteesi opettajiisi?

Huono/etäinen 40%

*"Huono useimpiin. Kyllä heidän kanssaan jotenkin tulee toimeen, mutta huonosti. He huutavat aika helposti."*

Hyvä/avoin/läheinen 24%

*"Minulla on hyvät suhteet kaikkiin opettajiin. En ole kenenkään opettajan lellikki, mutta en myöskään syrjitty tai väheksyty oppilas."*

Sekä hyvää, että huonoa 16%

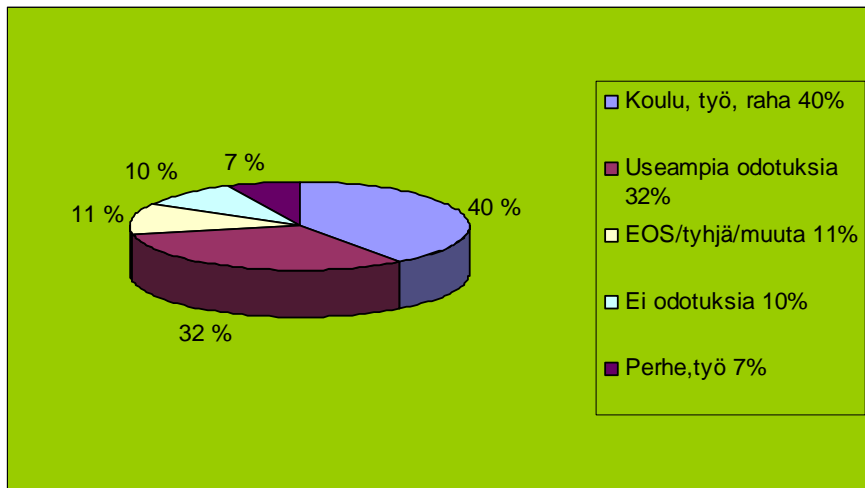
*"No ei tilanne mikään paha oo. Mutta kukapa opettajien kanssa kauheesti kaveeraakaan. Eli hiukan etäiset, mutta aivan tavalliset."*

Ei osaa sanoa/muuta 11%

*"Riippuu päivästä."*

Normaali/ tavallinen 9%

*" Ei mitään tavallisuudesta poikkeavaa."*



KUVIO 6. Millaisia odotuksia sinulla on tulevaisuudelle?

Koulu/työ/raha 40%

*"Työtä, työtä, työtä ei muuta."*

Useampia odotuksia 32%

*"Haluaisin auttaa vähäosaisia. Haaveena olisi muuttaa Yhdysvaltoihin tai jonnekin päin Afrikkaa. Yhdysvalloissa olisi kiva päästä poliisiksi tai joksikin muuksi, jossa voisi torjua rikollisuutta/terrorismia. Afrikassa auttaa köyhiä lapsia. Myös Green Peace:ille voisi olla hauska päästä. Voisin ottaa itselleni paljon kodittomia eläimiä. Haluaisin kokeilla kasvissyöjänä olemista. Tietenkin pitäisi päästä rikkaisiin naimisiin, että olisi varaa kaikkeen tähän. Lääkäriksi/kirurgiksi voisin myös ruveta, mutta en tiedä, miten kestäisin latinan kielen opettelua... Toivoisin voivani oppia mahdollisimman hyväksi ihmiseksi. Voi olla, että toivon liikaa, mutta kyllähän sitä toivoa saa ☺"*

EOS/tyhjä/muuta 11%

*"Että murkku menis pian ohi ja elämä parantuis."*

Ei odotuksia 10%

*"Ei minkäänlaisia"*

Perhe/työ 7%

*"No nyt päällimmäisenä, että pääsis ykköstoiveena olevaan kouluun, ja sieltä sitten valmistua ja tehdä rahaa töissä, ukko ja muutama lapsi olis ihan kivat myös."*

Miten toivoisit vanhempien kohtaavan/tukevan sinua?

Nuoret toivoivat vanhemmiltaan:

- Kärsivällisyyttä
- Ymmärrystä
- Kunnioitusta
- Luottamusta
- Tukemista
- Vapauksia
- Aikaa
- Rahaa

*"Toivoisin että ne viettäisivät enemmän aikaa kanssani, tukisivat ja kannustaisivat minua enemmän ja kiinnittäisivät minuun vähän enemmän huomiota."*

*"1. Heidän pitäisi ymmärtää.*

*2. Heidän ei pitäisi verrata minua toisiin ihmisiin tai itseensä, koska olen oma itseni, enkä jaksa/viitsi esittää mitään, mitä en ole.*

*3. Ei pitäisi vaatia liikaa."*

*"- Kuuntelemalla, ei saa vähätellä nuorten ongelmia.*

*- Kertomalla omista nuoruuden kokemuksistaan ja tunteistaan.*

*- Antaa nuorten kokeilla itse ja tehdä omat virheensä."*

*"Antais rahaa, rahaa vois olla, no ihan vähä rahaa"*

Onko olemassa asioita, joihin toivoisit vanhemmilta enemmän ymmärrystä?

Nuoret toivoivat ymmärrystä:

- Ulkonäköön
- Kavereihin
- Harrastuksiin
- Nuorisokulttuuriin
- Seurustelusuhteisiin
- Luottamuksellisiin asioihin

*”No ainakin se, ettei tarvitse kuuluttaa ihan kaikkia yksityisasiota julki. Varsinkin isän jutut loukkaavat joskus minua.”*

*”No harrastuksiin kun pitää välillä rautalangasta vääntää että olen menossa johonkin hiihtokisoihin.”*

*”No semmoinen, että antaisivat minun itse päättää otanko lävistyksiä/tatuointeja ja kuinka paljon.”*

*”Aikuiset saisivat olla ymmärtäväisempiä etenkin nuorten seurustelusuhteiden tukemisessa, ja muistaa että nuoriso on vastuullista nykyaikana.”*

*”Nykyaikaisiin asioihin, koska ovat jossain määrin vähän vanhanaikaisia eivätkä ymmärrä kaikkea nyky tekniikasta ja asioista.”*

#### **4.4.2 Kyselyn vastausten ja luotettavuuden tarkastelu**

Nuorille tekemämme kysely oli erittäin onnistunut. Suurin osa vastauksista osoitti nuorten todella pohtineen niitä. Olimme painottaneet kyselyn alussa, että vastaukset käsitellään nimettöminä ja ne tullaan hävittämään heti niistä tehdyn yhteenvedon jälkeen. Tämä vaikutti varmasti siihen, että nuoret uskalsivat vastauksissaan tuoda esille arkoja ja ikäviäkin asioita. Pidimme tärkeänä sitä, että olimme itse tekemässä kyselyä nuorille ja kertomassa sen tarkoituksesta. Nuorten luottamusta vastausten salassapitoon lisäsi se, että olimme heille vieraita, emmekä tunteneet nuoria esimerkiksi käsialoista, kuten monet opettajat.

Lehtimäki on pieni Etelä-pohjanmaalainen maaseutukunta, joka näkyy osaltaan vastauksissa positiivisena vaikutuksena. Tätä ajatusta tukee muun muassa Aallon (2003) Pro gradu – tutkielma jossa käy ilmi, että kaupunkinuoret kokivat maaseutunuoria useammin, että kotona on vaikea olla. Kaupunkinuoret eivät myöskään tulleet yhtä usein hyvin toimeen vanhempiensa kanssa kun maaseutukuntien nuoret. (Aalto 2003, 49.)

Nuorten vastauksista ilmeni valtaosan pitävän elämänsä hyvänä. Pääosin tyytyväisiä oltiin suhteisiin vanhempiin. Kuitenkin nuoret kuvasivat elämänsä myös tylsäksi, stressaavaksi ja huonoksikin. Elämä koettiin pääasiallisesti hyväksi silloin, kun kouluasiat eivät painaneet, kotona asiat olivat kunnossa ja



nuorella oli ystäviä sekä harrastuksia. Nuorten ja vanhempien välisissä suhteissa, oli jonkin verran sijaa muutoksille. Nuoret muun muassa kokivat, että vanhemmat utelevat heiltä liikaa ja kertovat nuorten asioita muille ihmisille. Myös riidat ja vanhempien liialliset odotukset koettiin rasitteina. Nuoret toivoivat, että vanhemmat kuuntelisivat heitä enemmän ja viettäisivät heidän kanssaan enemmän aikaa. Suuri osa nuorista toivoi myös, että vanhemmat luottaisivat heihin ja antaisivat enemmän vapauksia. Nuoret edellyttivät vanhemmiltaan myös niin taloudellista kuin henkistäkin tukea.

Ystävyys-suhteisiinsa nuoret olivat enimmäkseen tyytyväisiä. He kokivat, että ystäville he voivat kertoa ”salaisimpiakin” asioita ja ystävät ymmärtävät heitä. Joissakin vastauksissa nuoret olivat pettyneitä ystäviinsä, koska kokivat ystäviensä juonitelleen heidän selkänsä takana. Muutamat taas kokivat ongelmaksi yhteisten mielenkiinnon aiheiden puutteen. Ystävät olivat nuorille kuitenkin todella tärkeä tuki, ja heidän kanssaan haluttiin viettää paljon aikaa.

Valtaosa nuorista kokivat suhteensa opettajiin huonoksi. Opettajia pidettiin vain opettajina, eikä suhdetta osattu sen syvemmin pohtia. Jotkut olivat kokeneet tulevansa syrjityiksi opettajien toimesta ja myös erimielisyydet johtivat välihuonontumiseen. Kun suhde opettajiin toimi, eikä ristiriitoja tai epäselvyyksiä ollut, koettiin suhde hyvänä. Monet suhteensa opettajiin hyvänä kokivat nuoret, kuvailivat itseään kilteiksi ja kuuliaisiksi oppilaisiksi. Suurin osa oli kuitenkin sitä mieltä, ettei opettajille voinut kertoa henkilökohtaisia asioita.

Tulevaisuuden odotuksista päällimmäisiksi nousivat odotukset tulevasta opiskelupaikasta peruskoulun jälkeen, sekä viihtyisästä työstä, josta saisi hyvin rahaa. Joissakin toiveissa tuleva perhe, aviopuoliso ja lapset, oli nostettu uran rinnalle, mutta vain harvoissa vastauksissa perhe oli ykkössijalla tulevaisuuden haaveista. Tulevaisuudelta odotettiin myös, että päästäisiin muuttamaan pois kotoa, ja tutustuttaisiin uusiin ihmisiin. Vastauksia, joissa tulevaisuuden haaveita ei ollut lainkaan, tai niitä ei osattu nimetä, oli myös useampi. Pääsääntöisesti tulevaisuus kuitenkin nähtiin positiivisena.

Aikuisilta nuoret toivoivat muun muassa enemmän ymmärrystä harrastuksiin, joita pidettiin suurimmassa osassa vastauksissa hyvin tärkeinä. Harrastuk-

set olivat monesti paljon aikaa vieviä tai kalliita, jolloin erityisesti toivottiin vanhempien tukea. Nuoret kaipasivat ymmärrystä myös ulkonäöllisiin ja nuorisokulttuurillisiin asioihin, kuten vaatteisiin, lävistyksiin, musiikkiin, hiustyyliihin ja erillisiin nuorisoryhmittymiin. Myös kaveri- ja seurustelusuhteet olivat asioita joita vanhemmat eivät nuorten mielestä tarpeeksi ymmärtäneet. Joidenkin nuorten mielestä, vanhemmat olivat liian vanhanaikaisia, eikä heillä ollut ymmärrystä nykypäivän asioihin. Nuoret myös toivoivat, että vanhemmat muistaisivat millaista heillä itsellään oli ollut nuorena, ja siten ymmärtäisivät myös omia nuoriaan paremmin. Muutama nuori toivoi, että vanhemmat voisivat jakaa omia kokemuksiaan omasta nuoruudestaan ja siten he voisivat ymmärtää toisiaan paremmin.

Kyselyn yhteenvedon tekemistä vaikeutti se, että vastaukset olivat hyvin erilaisia. Joidenkin vastauksien kohdalla oli hyvin tulkinnanvaraista mihin kategoriaan ne sijoittuivat. Saimme kuitenkin tehtyä pääryhmiä, joihin suurin osa voitiin luokitella, mutta joitain vastauksia sijoitimme osioihin ”muuta”.

## **5 VANHEMPAINILLAN TOTEUTUS JA PALAUTE**

Murrosikäisten nuorten vanhempainilta toteutettiin 24.8.2007 Lehtimäen kunnantalon Lehtimäkisalissa. Saavuimme paikalle hyvissä ajoin laittamaan tekniset laitteet käyttövalmiuteen, sekä valmistelemaan kahvitarjoilua, jonne olimme leiponeet kakkuja tarjottavaksi. Osallistujia saapui paikalle 40 henkeä.

Ilta aloitettiin kahvitarjoilulla kello 18.30. Varsinainen illan ohjelma aloitettiin tekemälläme videolla, jossa kulki vuoronperään kuvia ja musiikkia 70- ja 2000-luvulta. Orientoivan videon jälkeen, toivotimme osallistujat tervetulleiksi ja kerroimme illan kulusta. Ensimmäisenä aiheena oli nuorille tehdyn kyselyn läpikäynti ja tuloksien purku. Opinnäytetyön tekijät purkivat tekemänsä kyselyn powerpoint -esityksenä, jossa tuli esille yhteenvedot jokaisesta nuorille esitetyistä kysymyksestä erikseen. Kyselyn läpikäyntiin käytettiin aikaa noin puoli tuntia. Pysyimme aikataulussa hyvin. Kyselyn purun jälkeen annettiin aikaa keskustelulle. Nuorten ajatukset, joita kyselyn purussa oli tullut runsaasti esil-

le, herätti ajatuksia myös vanhemmissa ja keskustelua tässä vaiheessa syntyi jonkin verran. Avasimme keskustelun pyytämällä osallistujia ensin keskustelemaan vieruskaverin kanssa kyselyn herättämistä ajatuksista ja oliko vanhemmille noussut siitä jotain mahdollisia ajatuksia omia lapsiaan ajatellen. Tämän jälkeen pyysimme vanhempia kertomaan heränneistä ajatuksista kaikille osallistujille ääneen ja opinnäytetyöntekijät kirjoittivat ajatuksia edessä olevalle taululle. Keskustelua jatkui noin 10 minuuttia.




Keskustelu osuuden jälkeen annettiin vuoro asiantuntijaluennoitsijalle, joka puhui aiheista; normaali nuoruus, miten nuoret oireilevat ja näyttävät pahaa oloaan nykypäivänä. Luennoissa tulivat esille myös nuorten yleisimmät psykiset ongelmat ja miten näihin ongelmiin voidaan vastata. Luennoitsijamme käytti myös apunaan powerpoint -esitystä. Luento kesti noin 45 minuuttia. Tämän jälkeen annettiin osallistujille mahdollisuus esittää kysymyksiä asiantuntijalle ja kommentteja luennon herättämistä ajatuksista. Muutamia ajatuksia yleisö toikin esille, mutta kysymyksiä ei juurikaan esitetty. Luennon jälkeen vielä opinnäytetyöntekijät kiittivät asiantuntijaa ja osallistujia paikalle saapumisesta.

Aivan lopuksi yhteistyökumppanina toimineen Lehtimäen yhteiskoulun rehtori toi iltaan oman tervehdyksensä opinnäytetyöntekijöiden pyynnöstä. Rehtori kertoi tulevan syksyn opiskeluista ja koululla tapahtuvista asioista ja kutsui vanhempia mukaan toimimaan yhteisvastuullisesti pitäjän nuorten parhaaksi. Näin saimme lopuksi heittää pallon vanhemmille; on heidän käsissään mitä he tekevät omien nuortensa hyväksi.




## **5.1 Palautekyselyn tulokset**

Seuraavassa käymme läpi saamamme palautteiden vastauksia. Saimme palautteen 34 osallistujalta, osallistujista kuusi ei täyttänyt palautelomaketta. Olemme keränneet vastaukset yhteen ja käymme ne läpi esittäen jokaisesta vastauksesta yhteenvedot prosenttimäärinä. Palautelomakkeen viimeinen

kohta on avoin palaute opinnäytetyöntekijöille. Olemme jakaneet hymynaamat kolmeen kategoriaan; hyvä, kohtalainen, huono.

				Ei vastausta
<b>Herättikö illan aiheet ajatuksia?</b>	91%	3%	0%	6%



Esille nostamamme aiheet herättivät vanhemmissa ajatuksia. Yksi vanhempainiltamme tarkoituksista olikin toimia juuri ajatusten herättelijänä.

			
<b>Mitä mieltä olit illan järjestelyistä;</b>			
- Etukäteistiedotus?	85%	15%	0%
- Illan rakenne?	76%	24%	0%
- Esitysten ulkoasut?	88%	12%	0%
- Aloitus video?	74%	26%	0%




Valtaosa vanhemmista olivat tyytyväisiä illan järjestelyihin. Etukäteistiedotus oli ollut riittävää ja kutsut koululaisten mukana olivat kulkeutuneet vanhemmillemme. Illan rakenteessa oli palautteiden mukaan jotain parantamisen varaa. Vanhemmilta saamassamme suullisessa palautteessa tuli esille, että ryhmäkeskusteluja olisi voinut illassa olla. Mutta kuitenkin kun keskustelua yritettiin herättää, ei sitä juurikaan syntynyt.

			
<b>Oliko tilaisuudessa sinulle uutta tietoa?</b>	50%	44%	6%

Tässä kysymyksessä tuli osallistujille eniten eriäviä mielipiteitä. Noin puolet osallistujista kokivat saaneensa illassa uutta tietoa, kun taas toinen puoli kokivat saaneensa jotain uutta tietoa. Kuusi prosenttia vastaajista olivat sitä mieltä, ettei illassa heille uutta tietoa tullut.

			
<b>Oliko illan aiheet mielenkiintoisia;</b>			
- Nuorten kyselyn läpikäynti?	85%	15%	0%
- Asiantuntijaluento?	59%	41%	0%

Vanhemmat kokivat nuorten kyselyn läpikäymisen illan mielekkäimpänä osuutena. Kyse oli omista lapsista ja heidän asiansa ja ajatuksensa kiinnostavat luonnollisesti vanhempia. Asiantuntijaluennon mielekkyydestä tuli jonkin verran eriäviä mielipiteitä. Noin 60% vastaajista olivat sitä mieltä, että luento oli hyvin mielenkiintoinen, kun taas noin 40% arvioivat luennon kohtalaiseksi.

				Ei vastausta
<b>Heräsikö sinulle uusia ajatuksia/ toimintatapoja joita voisit oman nuoresi kohdalla toteuttaa?</b>				
	62%	35%	0%	3%

Viimeinen kysymys on aika hankala vastattavaksi välittömästi illan päätteeksi. Jotta osallistujat voisivat vastata kunnolla tähän kysymykseen, olisivat he varmasti tarvinneet hieman aikaa miettiä ja sulatella juuri kuulemaansa. Kuitenkin 62 % vastaajista oli heti sitä mieltä, että saivat jotain eväitä oman murrosikäisen ymmärtämiseen ja kohtaamiseen. 35 % vastaajista ei ainakaan välittömästi osannut ajatella kuulemansa täytäntöönpanoa.

### **Avoin palaute**

Monessa palautelomakkeessa saimme myös avointa palautetta. Avoimissa palautteissa saimme paljon positiivisia palautetta työstämme kokonaisuudessaan.

*"Paras vanhempainilta, missä olen ikinä ollut (opettajan mielipide)"*

*"Vapaasti ja hyvin esitelty. Nuorten näkökulma hyvä – luennon kanssa täydensivät toisiaan."*

Avoimissa palautteissa saimme myös huomata illan herättäneen vanhemmissa ajatuksia ja konkreettisia toimintatapoja. Vastauksista voi huomata vanhempien todella ajatelleen omaa toimintaansa ja toivon heräämistä siitä, että voi vielä itsekkin muuttaa käyttäytymistään.

*”Mielenkiintoinen, herätti uusia ajatuksia oman nuoreni kohdalla... Ehkä opin suhtautumaan lapseeni vähän paremmin.”*

*”Mielenkiintoista oli kuulla nuorten ajatuksia ja toiveita vanhemmille. Näinhän se on että aina ei näe metsää puilta. Nuoret toivovat samaa ”huolenpitoa” kuin pienempänäkin. Ei mitään sirkustemppuja. Havahduin kun tuli esille että nuoret eivät halua että heidän asioistaan kerrotaan julkisesti. Tähän tulee syyllistettyä. Hyvää jatkoa opintoihin ja työhön! Olitte aitoja ja sympaattisia esiintyjä!”*

Seuraavassa vastauksessa tuli myös esille toive siitä, että kyselyn tuloksia olisi verrattu muiden kyselyjen tuloksiin enemmän ja tyttöjen ja poikien kokemusten välistä suhdetta olisi vertailtu.

*”Reipas esitys. Oli mielenkiintoinen ja kivasti ”huumoria seassa”. Ehkä olisi kaivannut vähän syvempää vertailua. Miten tytöt suhteessa poikiin jne.”*

### **Lehtiartikkeli**

Vanhempainillastamme kirjoitettiin artikkeli Uutisnuotta-lehteen (liite 7). Artikkelissa kuvattiin opinnäytetyöntekijöiden tarjonnan valaisevan illan murrosikäisten nuorten vanhemmille. Toimittaja oli referoinut illan tärkeimmät sisällöt artikkeliin. Näin myös vanhemmat, jotka eivät päässeet paikalle, saivat illassa tarjotun tiedon.

## **6 POHDINTA**

### **6.1 Vanhempainillan suunnittelun arviointi**

Toiminnallinen opinnäytetyöprosessi oli hyvin laaja kokonaisuus. Vanhempainillan suunnitteluprosessi oli opinnäytetyön aikaa vievin osuus. Järjestimme koko vanhempainillan alusta loppuun itse yhteistyökumppanimme ja ohjaavan opettajamme tuella. Suunnitteluprosessi, markkinoinnista käytännön järjestelyihin oli myös opettavainen kokemus. Suunnittelu alkoi jo vuoden 2006 syksyllä ja vanhempainilta toteutui alkusyksyllä 2007. Väliin mahtui paljon työtä, mutta myös pieni viivästys aikatauluun tuli opinnäytetyöntekijöiden muuttuvien elämäntilanteiden vuoksi.

Onnistuimme mielestämme suunnittelussa hyvin. Tässä vaiheessa tuli ottaa huomioon laajoja kokonaisuuksia ja välillä kaikkien osatekijöiden hallitseminen tuntui haastavalta. Kyselyn suunnittelu vaiheessa pohdimme pitkään kyselyn toteutustapaa ja ulkomuotoa. Päädyimme avoimeen kyselyyn ja olimme tyytyväisiä tähän ratkaisuun, sillä vastaukset joita saimme, auttoivat meitä eteenpäin vanhempainillan suunnitteluprosessissa. Asia johon olisimme voineet suunnittelussa kiinnittää enemmän huomiota, oli aiheen rajaus. Päättyömme kokonaisuudessaan kasvoi hyvinkin laajaksi.

### **6.2 Vanhempainillan toteutuksen arviointi**

Vanhempainilta toteutui Lehtimäellä 23.8.2007. Lähes kaikki ilmoittautuneet vanhemmat saapuivat paikalle, mutta ulkopuolisia kuulijoita paikalla ei juuri ollut. Osaltaan tämä luultavasti johtui hienosta säästä ja monet paikallaolijoidenkin harmittelivat ihanan ulkoilukelin menetystä. Toinen seikka, joka saattoi vaikuttaa kuulijoiden vähyyteen, oli sana vanhempainilta, joka monesti liitetään koulun yhteyteen. Lehtihaastattelussa painotimme illan olevan avoin kai-

kille asiasta kiinnostuneille. Illan toteutus sujui pitkälti suunnitelmien mukaan. Omasta osuudestamme, jossa kävimme läpi nuorille tehdyn kyselyn tuloksia, saimme erittäin hyvää palautetta. Olisimme voineet kyselyä läpikäydessämme syventää tuloksia vertaamalla niitä muihin aiheesta tehtyihin tutkimuksiin. Tulimme kuitenkin siihen tulokseen, että kyselyn syvempi analyysi olisi ollut jo toisen päättötyön aihe. Vanhempainillalla oli myös hyvin tiukka aikataulu ja kyselyn läpikäyntiin meillä oli aikaa puoli tuntia, joten myös tämä seikka rajoitti osuuttamme. Halusimme antaa vanhemmille aikaa keskustella kyselyn läpikäynnin jälkeen. Toiveenamme oli, että juuri nuorten vastausten kuuleminen herättäisi vanhemmissa halua yhteiselle pohdinnalle. Toivomaamme keskustelua syntyi kuitenkin vain vähän. Myös asiantuntijaluennon jälkeen oli aikaa yhteiselle keskustelulle ja kysymyksille, mutta myös tällöin syntynyt keskustelu oli erittäin vähäistä. Tämä oli mielestämme harmillista, sillä keskustelut ovat usein hyvin hedelmällisiä ja avaavat asioihin uusia näkökulmia. Oman osuutemme jälkeen olimme varautuneet muutamaa keskustelua herättävään tehtävään, mutta vanhempainilta opetti, että näitä keskustelua avaavia tapoja kannattaa miettiä huolella.

### **6.3 Opinnäytetyöntekijöiden omaa pohdintaa**

Ajatus toiminnallisen opinnäytetyön tekemisestä oli koko prosessin ajan selkeä, vaikka aihe muokkaantuikin pikkuhiljaa opinnäytetyön edetessä. Opinnäytetyön tekeminen oli samalla hyvin haastavaa, mielenkiintoista ja opettavaa työskentelyä. Opinnäytetyöstämme muotoutui prosessin edetessä laaja ja monisäikeinen kokonaisuus. Nyt työtämme jälkikäteen tarkastellessamme huomaamme, että aihetta olisi alussa voinut rajata vielä tarkemmin. Vaikka ennen toteutusta karsimmekin jo alustavia suunnitelmiamme, oli työ silti melko laaja. Yksin nuorille tehty kysely olisi laajemmin käsiteltynä ja analysoituna ollut kokonaisen päättötyön aihe. Tässä olisikin mahdollisuus jatkotutkimukselle. Meitä tekijöinä jäi hieman harmittamaan, ettei aikaa ja resursseja ollut kyselyn paremmalle analyysille ja vertailulle.



Tavoitteidemme realistisuuden ansiosta pääsimme melko hyvin tavoitteisiimme. Pyrimme tuomaan vanhemmilla illassa konkreettista tietoa siitä millaisessa maailmassa heidän lapsensa elävät ja vanhemmilta saamamme palautteen mukaan onnistuimmekin tässä. Nuorille tekemässämme kyselyssä tuli ilmi paljon hyviä esimerkkejä siitä miten nuoret itse toivoisivat heitä kohdattavan ja näin pystyimme antamaan vanhemmille eväitä lastensa kohtaamiseen. Yhteiskoulun rehtorin loppupuheenvuorossa kutsuttiin vanhempia toimimaan yhdessä murrosikäisten lastensa hyväksi.

Opinnäytetyöntekoprosessi venyi pitkäksi. Opinnäytetyön kannalta olisi ollut parempi jos aikataulu olisi ollut tiiviimpi. Prosessin loppupuolella työn tekeminen on ollut tiivistä ja mielenkiinto on säilynyt työn tekemisessä. Vanhempainillan toteutus sujui suunnitelmien mukaan ja olimme tyytyväisiä omaan työskentelyymme. Opinnäytetyön teoriaosuuden kirjoittaminen ennen vanhempainiltaa sujui myös hyvin ja tutkimuksia ja kirjallisuutta aiheesta löytyi paljon. Vanhempainillan totutuksen jälkeen aloitimme raportin kirjoittamisen, joka oli haastavaa. Välillä hankaluuksia tuotti ratkaista miten tarkasti suunnittelu osuutta kirjoitetaan ylös. Myös suunnittelu ja toteutus osioiden päällekkäisyydet toivat haasteita kirjoitus prosessiin.

Yhteistyömme sujui läpi opinnäytetyöprosessin hyvin. Samanlaiset tavoitteet ja näkemykset opinnäytetyöstämme auttoivat meitä työskentelyssä. Yhteisten päämäärien eteen oli helppo tehdä töitä. Työskentelymme sujui tehokkaasti silloin, kun tiedossamme oli päivämäärät milloin jonkin osion tulee olla valmis. Siksi työskentelymme on ollut tehokkainta nyt prosessin loppupuolella.

Saimme työhömmme ohjausta aina tarvittaessa ohjaavalta opettajaltamme. Hän oli tärkeä tuki varsinkin raporttia kirjoittaessamme, koska ulkopuolisena on helpompi nähdä tekstin puutteet. Myös yhteistyötahoihimme Lehtimäellä, sekä luennoitsijaamme, olimme opinnäytetyön edetessä yhteydessä niin puhelimitse kuin sähköpostin välityksellä. Kuitenkin palaverit yhteistyötahojen kanssa olivat tärkeimpiä työn eteenpäin saattamiseksi. Tärkeää tukea työmme tekemisessä saimme yhteistyötahoiltamme, jotka auttoivat meitä mielellään.

Saimme opinnäytetyötä tehdessämme arvokasta kokemusta tapahtuman järjestämisestä. Oli yllättävää huomata kuinka paljon asioita tulee ottaa huomioon erilaisia tapahtumia järjestettäessä. Vanhempainiltaa järjestäessämme tuli meidän ottaa huomioon käytännön järjestelyiden ja sisällön tuottamisen lisäksi myös markkinointi ja lupa-asiat sekä yhteistyötahojen ajan tasalla pito.

Tutkimuksiin tutustuessamme ja omaa osuuttamme vanhempainiltaan suunnitellessamme saimme kertailla koulussa oppimiamme tärkeitä aiheita nuorten kehityksestä ja mahdollisista ongelmista. Lisäksi mielissämme uuteen arvoon nousi vanhemmuuden tärkeys! Kuinka tärkeä ja merkittävä rooli vanhemmilla on murrosikäisten nuorten tukemisessa ja heidän hyvinvointiinsa vaikuttamisessa. Läsnä olevaa vanhemmuutta ei voida liikaa korostaa aikataulujen täyttämässä yhteiskunnassa. Nuoret eivät tarvitse niinkään ”laatuaikaa” vanhemmiltaan, vaan arjessa mukana olevaa ja tukevaa aikuista.

Opinnäytetyömme on käyttökelpoinen malli muille toiminnallista opinnäytetyötä suunnitteleville ja tapahtuman järjestäjille. Myös tekemämme kyselyn tuloksia voidaan käyttää hyväksi samankaltaisten tutkimusten teossa. Mutta koska kyselyn vastaukset on hävitetty, ei niitä suoranaisesti voida käyttää hyväksi mahdollisessa jatkotutkimuksessa. Lehtimäellä opinnäytetyötämme arvostettiin ja toivottavasti vanhemmat siellä saivat omaan arkeensa uudenlaisia toimintatapoja. Toivomme myös, että vanhemmat Lehtimäellä lähtisivät yhdessä toimimaan pitäjän nuorten parhaaksi.

## LÄHTEET

- Aalto, M. 2003 Nuorten kokema yksinäisyys ja sen yhteys tulevaisuusorientaatioon. Pro gradu. Helsingin yliopisto, kasvatustieteen laitos. Viitattu 16.10.2007.  
<https://oa.doria.fi/bitstream/handle/10024/4011/nuortenk.pdf?sequence=1>.
- Aaltonen, M., Ojanen, T., Vihunen, R. & Vilén, M. 2003. Nuoren aika. Porvoo: WSOY.
- Airanen, M. & Tarsalainen, A. 2005. Murkkuelämää. Helsinki: LK-Kirjat/ Lasten Keskus.
- Almqvist, F., Kumpulainen, K., Moilanen, I., Piha, J., Räsänen, E. & Tamminen, T. 2004. Lasten- ja nuorisopsykiatria. Helsinki: Duodecim.
- Eirola, R., Friis, L. & Mannonen, M. 2004. Lasten ja nuorten mielenterveystyö. Helsinki: WSOY.
- Hartikainen, M. 2003. Nuorten uskoutuminen ja sen yhteydet hyvinvointiin. Pro gradu. Jyväskylän yliopisto, psykologian laitos. Jykdok. Viitattu 14.1.2007.  
<http://selene.lib.jyu.fi:8080/gradu/v04/G0000478.pdf>. Opinnäytteet.
- Hemming, V-M. & Liekkinen, S. 2005. Perhe on paras? Perheen merkitys peruskoulun päättövaiheessa olevan nuoren elämässä. Opinnäytetyö. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, sosiaali- ja terveysala, sosiaalialan koulutusohjelma.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara P. 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki: kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Jokela, J., Luopa, P., Puusniekka, R., Räsänen, M. & Sinkkonen, A. 2005. Kouluterveys 2005: Länsi-suomen lääniraportti. Stakes. Viitattu 15.09.2007.  
<http://info.stakes.fi/NR/rdonlyres/C38B9F68-9B3F-4A29-BD16-81F3990C88A2/0/Isuomi2005.pdf>.
- Kaataja, A. 2007. Psykiatrinen sairaanhoitaja, ”Toivoisin, että vanhempani muistaisivat millaista oli olla nuori” – Avoin vanhempainilta murrosikäisten vanhemmille. Luento 23.8.2007.
- Kolehmainen, M. 2005. Nuorten mielenterveyttä suojaavat ja haavoittavat tekijät peruskoulussa – opettajien näkemyksiä. Pro gradu. Kuopion yliopisto, hoitotieteen laitos, hoitotiede: preventiivisen hoitotieteen koulutus.
- Litsilä, R. 200. Perhemuodon yhteydet nuorten hyvinvointiin ja vanhemmuutta koskeviin arviointeihin. Pro gradu. Jyväskylän yliopisto, psykologian laitos. Viitattu 10.09.2007.  
<https://webacc3.jypoly.fi/oneNet/NetStorage/DriveH@c5546/opiin%C3%A4yten%C3%B6h%C3%B6n%20gradu.pdf>.

Lönnqvist, J., Heikkinen, Martti., Henriksson, M., Marttunen, M. & Partonen, T. 2000. Psykiatria. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Määttä, K. 2007. Helposti särkyvää nuoren kasvun turvaaminen. Helsinki: Kirjoittajat ja kirjapaja.

Rautiainen, M. 2001. Vanhemmuuden roolikartta syvennä ja sovelle. Helsinki: Suomen kuntaliitto.

Räsänen, E., Moilanen, I., Tamminen, T. & Almqvist, F. 2000. Lasten- ja nuorisopsykiatria. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2001. Valtioneuvoston periaatepäätös Terveys 2015-kansanterveysohjelmasta. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2001:4. Viitattu 20.2.2007. [Http://www.terveys2015.fi/terveys2015.pdf](http://www.terveys2015.fi/terveys2015.pdf).

Syrjälä, J. 2005. Vahva vanhemmuus – Paras tuki nuoren kasvuun. Helsinki: VL-Markkinointi Oy.

## LIITTEET

### Liite 1. Lupa kyselyn toteuttamiseen Lehtimäen yhteiskoululla

#### LUPA KYSELYYN LEHTIMÄEN YLÄASTEEN 7-9-LUOKKALAISILLE

Myönnän Leea Hauta-aholle sekä Essi Frantille luvan tehdä Lehtimäen yläasteen 7-9-luokkalaisille kyselyn. Kysely liittyy heidän opintoihinsa (Jyväskylän AMK, sosiaali- ja terveysala) kuuluvaan opinnäytetyöhön. Kyselyn avulla he kartoittavat nuorten mielikuvia omasta hyvinvoinnistaan sekä nuoruusiästä, suhteistaan ystäviin ja ympärillä oleviin aikuisiin. He käyttävät vastauksia opinnäytetyöhönsä kuuluvassa toiminnallisessa päivässä jonka he pitävät nuorten vanhemmille. Kysely tehdään niin, ettei nuorten henkilöllisyys paljastu.

Aika ja paikka

Allekirjoitus

17.4.07 Chusmau

Liisa Nygård

Rehtori, Liisa Nygård

## Liite 2. Kutsu oppilaiden vanhemmille vanhempainiltaan

### KUTSU

~~~~~  
 "TOIVOISIN, ETTÄ VANHEMPANI MUISTAISIVAT MILLAISTA OLI OLLA  
 NUORI "

Olette lämpimästi tervetulleita  
**torstaina 23.8.2007 klo 18:30 alkaen Lehtimäkisalissa/kunnanatalolla**  
 järjestettävään avoimeen vanhempainiltaan. Ensisijaisesti ilta on suunnattu yläasteikäisten  
 ja yläasteelle menevien nuorten vanhemmille, mutta tervetulleita ovat kaikki asiasta  
 kiinnostuneet.

Ilta alkaa kahvitarjoilulla ja toivoisimmekin, että voisitte palauttaa kutsun oppilaiden kautta  
 takaisin opettajille, ja merkitä alla olevaan kohtaan perheenne osallistujamäärän.  
 Toivomme, että kutsu palautetaan, vaikka ette pääsisikään osallistumaan.

Vanhempainiltaan osallistuu perheestämme \_\_\_\_\_ henkilöä.

Illan aiheena mm.  
 Miten 6-9-luokkalaiset kokevat elämänsä,  
 ja minkälaista tukea he odottavat  
 vanhemmiltaan. Miten nuoret voivat, ja  
 mitkä ovat nuorten keinoja näyttää pahaa  
 oloaan.

Illassa asiantuntijavieraana sairaanhoitaja / perheterapeutti Ari Kaataja.

Illan järjestävät Jyväskylän AMK sairaanhoitaja opiskelijat Essi Frantti ja Leea Hauta-aho,  
 yhteistyössä Lehtimäen kunnan ja yläasteen kanssa.

Liite 3. Mainos vanhempainillasta

**”TOIVOISIN,  
ETTÄ VANHEMPANI MUISTAISIVAT  
MILLAISTA OLI OLLA NUORI ”**

- avoin vanhempainilta murrosikäisten vanhemmille

**Tervetuloa Lehtimäen Kunnantalolle  
kaikille avoimeen vanhempainiltaan**

**23.8.2007**

klo 18.30 alkaen

Lehtimäkisalissa

Illan aiheina mm.

**Miten 6.-9.luokkalaisten kokevat elämänsä,  
ja minkälaisia tunteita he odottavat vanhemmiltaan?**

**Miten nuoret voivat nykyään,  
ja mitkä ovat nuorten keinoja  
näyttää pahaa oloaan?**

**Illassa asiantuntijana  
sairaanhoitaja / perheterapeutti Ari Kaataja**

Illan järjestävät sairaanhoitajaopiskelijat Essi Frantti ja Leea Hauta-aho opettajavereyden kanssa.



## Liite 4. Haastattelu Uutisnuotta lehdessä 15.8.2007

Keskiviikko 15. elokuuta 2007

ÄHTÄRINJÄRVEN UUTISNUOTTA

### Murrosikäisten nuorten vanhemmille tietoa Lehtimäellä **Mitä nuoret haluavat ja toivovat**

Essi Frantti ja Leea Hauta-aho opiskelevat sairaanhoitajiksi Jyväskylän ammattikorkeakoulussa. Essi suuntautui mielenterveys- ja päihdetyöhön ja valmistui koulusta keväällä. Leea jatkaa vielä opintoja ja aikoo myös suuntautua mielenterveys- ja päihdetyöhön.

– Olen ollut jo puoli vuotta työelämässä. ”Toivoisin, että vanhempani muistaisivat millaista oli olla nuori” – avoin vanhempainilta murrosikäisten vanhemmille, on meidän opinnäytetyön nimenä. Työhön liittyen järjestämme avoimen luento- ja keskusteluillan Lehtimäen kunnantalon auditoriossa torstaina 23. päivä elokuuta alkaen kello 18.30 kahvituksella, Essi kertoo.

Tyttöjen opinnäytetyö perustuu nuorten omille ajatuksille ja tuntemuksille. Tietoa saadakseen he järjestivät viime vuonna lehtimäen yhteiskoulun 6. – 9. luokkalaisille luottamuksellisen kyselyn.

– Kyselyyn vastasi noin sata nuorta. Kysymykset liittyivät nuorten omiin tuntemuksiin ja ajatuksiin sekä siihen, mitä he haluavat omilta vanhemmiltaan. Vanhempainillan tarkoituksena on tuoda nämä ajatukset esille nuorten omin sanoin ja tukea nuorten vanhempiä vanhemmuudessa. Toivottavasti ilta herättää ajatuksia siitä, miten voisi



*Essi Frantti (vas.) ja Leea Hauta-aho toivovat paikalle mahdollisimman paljon vanhempia. He tuovat viestiä nuorilta, nuorten omin sanoin.*

toimia oman nuoren kohdalla, Essi sanoo.

– Työn ensisijaisena kohderyhmänä ovat nuoret, haluamme vaikuttaa heihin vanhempien kautta. Kun nyt tiedämme nuorten näkökulman, niin haluamme antaa vanhemmille vinkke-

jä siitä, mitä nuoret ajattelevat. Opinnäytetyön nimi tulee suoraan nuorten ajatuksista.

Illan aikana kuullaan myös psykiatrian erikoissairaanhoitaja ja perheterapeutti Ari Kaatajaa Seinäjoelta. Hän tuo asiantuntijana

esille, miten hänen silmissään nuoret voivat tänä päivänä ja kuinka nuoret oirehtivat.

– Kaataja puhuu muun muassa siitä, mihin nuoret purkavat pahaa oloaan tänä päivänä, mikä on normaalia murrosikään kuuluvaa oireilua ja mistä tulisi huolestua, Essi kertoo.

Essi ja Leea ovat molemmat kiinnostuneita psykiatriasta, mielenterveydestä ja nuorten hyvinvoinnista. Sen pohjalta he lähtivät kasaamaan omaa työtään. Molemmat ovat kotoisin Lehtimäeltä, joten oli luontevaa sijoittaa työ kotimaisemiin.

– Nuoruudessa ehkä eniten kiinnostaa se, että se on armollista aikaa – tehtyjä virheitä voi vielä korjata. Näemme siinä mahdollisuuden. Murrosikä on nuorelle haasteellista aikaa monin tavoin, omat tunteet myllertävät ja pitäisi irrottautua kotoa.




























Vaikka vanhempainilta on suunnattu pääasiassa yläasteikäisten nuorten vanhemmille, niin kaikki ovat tervetulleita kuuntelemaan ja keskustelemaan.

– Kaikki, joita vähänkin aihe kiinnostaa, ovat tervetulleita. Toivottavasti paikalle tulee mahdollisimman monia ja että vanhemmille jäisi illasta jotain ajatuksia. Illan aikana on varattu aikaa myös yleiseen keskusteluun ja kysymyksiin vastailemme mielellämme, Essi sanoo.



## Liite 5. Vanhempainillan palautelomake

### Palautelomake

|                                                                                               |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| Herättikö illan aiheet ajatuksia?                                                             |    |    |    |
| Mitä mieltä olit illan järjestelyistä;                                                        |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| - Etukäteistiedotus?                                                                          |    |    |    |
| - Illan rakenne?                                                                              |    |    |    |
| - Esitysten ulkoasut?                                                                         |    |    |    |
| - Aloitus video?                                                                              |    |    |    |
| Oliko tilaisuudessa sinulle uutta tietoa?                                                     |    |    |    |
| Oliko illan aiheet mielenkiintoisia;                                                          |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| - Nuorten kyselyn läpikäynti?                                                                 |    |    |    |
| - Asiantuntijaluento?                                                                         |    |    |    |
| Heräsikö sinulle uusia ajatuksia/toimintatapoja joita voisit oman nuoresi kohdalla toteuttaa? |  |  |  |

Avoin palaute opinnäytetyön tekijöille, risuja/ruusuja

---



---



---



---



---

**SUURI KIITOS OSANOTOSTASI JA  
VASTAUKSISTASI!**

## Liite 6. Kyselylomake Lehtimäen yhteiskoulun 6-9-luokkalaisille

Jyväskylän AMK/SOTE  
Keskussairaalantie 21,  
40620 Jyväskylä  
Puh. (014) 444 6611

Leea Hauta-aho puh.040 9122010  
Essi Frantti puh.040 7408105

### KYSELY

Olemme sairaanhoitaja opiskelijoita Jyväskylän ammattikorkeakoulusta. Tällä kyselyllä kartoitamme yläasteikäisten nuorten mielikuvia omasta hyvinvoinnistaan ja nuoruusiästä, suhteistaan ystäviin ja ympärillä oleviin aikuisiin. Kyselyn vastauksia käytämme opinnäytetyössämme ja siihen liittyvässä vanhemmille tarkoitetussa koulutuspäivässä, kartoittamaan nuorten omia ajatuksia nuoruudesta ja murrosiästä.

Kysely tapahtuu nimettömänä ja tulokset tullaan esittämään niin, ettei kenenkään henkilöllisyys paljastu. Kyselylomakkeet hävitetään välittömästi päättötyön valmistumisen jälkeen. Kyselyyn vastaamisessa kuluu noin puoli tuntia.

1. Miten kuvaillet tämänhetkistä elämääsi?

---

---

---

---

---

---

---

2. Millainen on suhteesi:

(esim. läheinen, avoin, etäinen, huono)

Vanhempiisi/ vanhempaasi/ kasvattajiisi?

---

---

---

---

---

---

---

---

Ystäviisi?

---

---

---

---

---

---

---

---

Opettajiin?

---

---

---

---

---

---

---

---

3. Millaisia odotuksia sinulla on tulevaisuudelle?

---

---

---

---

---

---

---

---

4. Miten toivoisit vanhempien kohtaavan/tukevan sinua?  
(3 toivomusta)

---

---

---

---

---

---

---

---

5. Onko olemassa sellaisia asioita, joihin toivoisit aikuisilta enemmän ymmärrystä? (esim. musiikki, harrastukset, seurustelusuhteet, ulkonäkö)

---

---

---

---

---

---

---

---

**Kiitoksia vastauksista!**

# Liite 7. Kirjoitus vanhempainillasta Uutisnuotta lehdessä 29.8.2007

12

ÄHTÄRINJÄRVEN UUTISNUOTTA

Keskiviikko 29. elokuuta 2007

## Lehtimäellä perehdyttiin nuorten ajatusmaailmaan

"Toivoisin, että vanhempi muistaisivat millaista oli olla nuori" – avoin vanhempainilta murrosikäisten vanhemmille järjestettiin Lehtimäellä sairaanhoitajaopiskelijoiden Essi Franttin ja Leea Hauta-ahon toimesta. Kyseessä oli heidän päätötyönsä, johon liittyi olennaisena osana Taimelan koulun 6. – 9. -luokkalaisten viime keväänä tehty kysely heidän ajatuksistaan ja toiveistaan.

Vanhempainillassa näitä ajatuksia kerrottiin nuorten vanhemmille ja keskusteltiin pintaan nousseista asioista. Paikalla oli mukavasti vanhempia ja muita nuorten elämässä vaikuttavia aikuisia.

Kyselyn ensimmäisessä kohdassa pyydettiin nuorta kuvailemaan tämän hetkistä elämänsästä. 41 prosenttia vastaajista kertoi elämänsä olevan hyvää. Hyväksi elämä koettiin silloin, kun oli harrastuksia ja koulun kanssa ei ollut paineita, opiskelijat kertoivat.

Vain kaksi prosenttia vastaajista koki elämänsä huonoksi, mutta kodin sotkuista selvitettiin yleensä kavereiden avulla. Tylyys ja rajoitettu kavereiden kanssa oloa koettiin huonoksi. Viisi prosenttia vastaajista koki koulun stressaavaksi tekijäksi.

Kyselyn toinen kysymys pyysi nuorta kuvailemaan suhdettaan vanhempiensa. Peräti 68 prosenttia vastaajista kertoi suhteensa olevan hyvän, lämpimän ja avoimen. Hyvä suhde pitää sisällään sen, että voi puhua kaikista asioista vanhempien kanssa ja että aikaa vietetään yhdessä.

14 prosenttia kertoi suhteensa vanhempiin olevan vähän sekä että. Jostain asioista voi puhua vanhempien kanssa, mutta ei kaikista. Nuorista tuntui, että joskus vanhemmat vain huutavat. Yhteistä vastauksissa oli se, että usein läheiset välit olivat vain toiseen vanhempaan

– yleensä äitiin.

Neljä prosenttia nuorista kertoi suhteensa vanhempiensa olevan huonon ja etäisen. Tämä selittyi usein nuoren itsenäistymisen tarpeella, jolloin etäisyyttä haetaan tarkoituksella.

Nuoret pohtivat myös suhdettaan ystäviinsä. 80 prosenttia kertoi suhteensa olevan hyvän ja avoimen, tällöin yhdessä vietetty aika ja samat kokemukset painoivat vaakakupissa. Seitsemän prosenttia vastaajista toivoi suhteeseen olevan parempi, sillä pitkät välimatkat ja erilliset kiinnostuksen kohteet haastavat suhdetta. Seitsemän prosenttia nuorista kertoi suhteensa ystäviin olevan huono. Tämän taustalla oli yleensä koettu pettymys ystävää kohtaan.

Kyselyyn osallistuneista 40 prosenttia kertoi suhteensa olevan huonon ja etäisen. Tätä selitettiin sillä, että opettajat eivät keskustele tarpeeksi ja aliarvioivat oppilasta. Moni totesi opettajien vain opettavan.

24 prosenttia vastaajista tuli hyvin toimeen opettajien kanssa ja 16 prosenttia totesi suhteensa olevan sekä huonon että hyvän. Erään oppilaan kommentina oli, että opettajat keskeyttävät puheen tunnilta, vaikka väittävät, että keskustelutaitoja pitäisi kehittää.

Kyselyssä perehdyttiin myös nuoren tulevaisuuden odotuksiin. Lähes kaikilla oli jotain odotuksia, vain kymmenellä prosentilla vastaajista ei ollut mitään odotuksia tulevaisuutensa suhteen.

Yleisimmät odotukset liittyivät rahaan, tulevaan koulutukseen ja työhön. 32 prosentilla oli useampia odotuksia. Seitsemän prosenttia nuorista nosti odotusten listalle työn ohella myös perheen. Eräällä nuorella oli tavoitteena oppia mahdollisimman hyväksi ihmiseksi.

Nuorilta kyseltiin myös,

kuinka he haluaisivat vanhempien tukevan heitä. Lista oli varsin laaja, mutta pinnalle sieltä nousivat kärsivällisyys, kunnioitus, luottamus, ajan antaminen, raha sekä ymmärrys.

Se, että vanhemmat uskaltaisivat antaa tilaa ja vapauksia nousi esiin monessa vastauksessa. Nuoret halusivat vanhempiensa luottavan heihin ja järjestävän koko perheen yhteistä aikaa. Myös kuunteleminen ja liian suurien vaatimusten asettaminen tuli esiin. Nuoret eivät myöskään halua, että heitä verrataan muihin.

Nuoret eivät halua heikentää seurustelusuhdetta, joten nuoren yksityisasioita ei pidä mennä kertomaan muille. Myös harrastusten, ulkonäön, musiikin tai ystävien arvosteleminen loukkaa nuorta. He toivovat, että vanhemmat ymmärtäisivät ajan muuttuneen ja muistaisivat, millaista oli olla nuori.

### Säännöllinen vuorokausirytmä

Vanhempainillan asian tuntijaluennosta vastasi psykiatrian erikoissairaanhoitaja ja perheterapeutti Ari Kaataja. Hän kertoi, että yleisimmin nuoren psykososiaalisten ongelmien takaa löytyy se tosiasia, ettei nuorella ole mitään tekemistä.

Ongelmien taustalla voivat olla myös rahan puute, vanhemmat, opettajat tai uteliaat naapurit. Nuoret kertovat usein kavereilleen kaiken pahan taustalla olevan tyhmiä vanhempiä. Joskus asia onkin näin – valitettavasti, Kaataja totesi.

Nuoruusikä koetaan 12 – 22-vuotiaana. Nuoruusikään luetaan esinoruusikä, varhaisuoruus, varsinainen nuoruusikä, myöhäisnuoruusikä sekä jälkinoruus. Kehityksessä pojat tulevat tässä asiassa tyttöjä jäljessä.

– Murrosikään mennessä



Essi Frantti, Ari Kaataja ja Leea Hauta-aho tarjosivat valaisevan illan murrosikäisten nuorten vanhemmille Lehtimäellä.

lapsi on toivottavasti tankannut rakkautta ja huolenpitoa turvallisuutta oluolusuhdeissa niin paljon, että on valmis irrottautumaan kotoa. Nuoren tärkeimmiksi kehitystehdäviksi voidaan lukea oman seksuaalisen kehon tunnistaminen ja hyväksyminen, irrottautuminen lapsuuden riippuvuusuhdeesta ja vanhempien korvaaminen uusien samaistumisten kautta sekä tasavertaisen toverisuhteiden luominen.

Kehitystehdäviin kuuluvat myös oman aikuisen minäkuvan ja identiteetin syntyminen, oman arvomaailman kehittäminen, eheä persoonallisuus ja kyky tasavertaiseen parisuhteeseen.

Murrosikäisen käyttäytyminen saattaa heilahdella laajasta laitaan mikä on aivan normaalia. Käyttäytymisellään nuori kokeilee rajojaan ja hakee paikkaansa maailmassa. Usein käyttäytymisellä saatetaan hakea vanhemmilta huomiota. Nuoren käyttäytymistä kan-

natkaa kuitenkin tarkkailla eikä kaikkea voi laittaa murrosiän piikkiin.

Hälytysoireita ovat vetäytyminen, eristäytyminen, outo käytös, ikävereiden puute, itsetuhoisuus, epäsosiaalisuus, runsas laihtuminen ja päihteet. Oireiden taustalla voi olla vakava ongelma tai sairaus. Esimerkiksi koulukiusaaminen on yksi käyttäytymisen muoto. Lapsista 18 – 21 prosenttia kiusaa muita ja 35 prosenttia kokee tulleensa kiusatuksi.

Laihtumisen taustalla saattaa olla syömishäiriö. 40,6 prosenttia normaalipainoisista tytöistä kokee olevansa ylipainoinen ja normaalipainoisista pojista 16,9 prosenttia. Anoreksia ei lisääntynyt, bulimia kylläkin.

Syömishäiriön taustalla on usein laihtumisen ihannoitinta, äidin syömishäiriö tai itsetuhoisuuden hauraus. Tietyt ammatit ja harrastukset saattavat myös johtaa syömishäiriöön. Tällaisia ovat muun muassa mannekiinin ammatti ja

harrastuksista voimistelu. Myös vakava masennus on hyvä tunnistaa ajoissa.

Vakavan masennuksen tunto-merkkejä ovat itsetuhoajukset, eristäytyminen, väsymys ja kontaktien lakkaaminen. Myös koulumenestys laskee. Osa näistä oireista kuuluu normaaliin murrosikään, mutta on syytä huolestua, jos nuori muuttuu äkkiä arvaamatta ja tilanne jatkuu pitkään. Usein vakavasti masentunut ei näe tulevaisuudessaan mitään kokemisen arvoista.

Kaatajan ohjeet oireita vastaan ovat varsin yksinkertaiset. Niihin kuuluu olennaisena osana säännöllisen vuorokausirytmien palauttaminen.

Varmista riittävä yöuni, selkeät kotintuloajat sekä säännölliset ruokailuajat yhdessä perheen kanssa. Osota kiinnostusta ja rakkautta, mutta ylläpidä rutiineja ja valvontaa. Harrasta nuoren kanssa turvallista riitelyä ja väittelyä, Kaataja opasti.