

Opinnäytetyö YAMK

Terveys ja hyvinvointi

Sosiaali- ja terveysalan kehittäminen ja johtaminen

2019

Sanna Arell

# VANHEMMUUDEN TUKEMINEN NUORTEN TERVEYDEN EDISTÄMISESSÄ

– nuori, terveys ja nikotiini

OPINNÄYTETYÖ (YAMK) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Terveys ja hyvinvointi | Sosiaali- ja terveysalan kehittäminen ja johtaminen

2019 | 41 sivua, 8 liitesivua

Ohjaaja: Raija Nurminen

Sanna Arell

# VANHEMMUUDEN TUKEMINEN NUORTEN TERVEYDEN EDISTÄMISESSÄ

- nuori, terveys ja nikotiini

Mitä aikaisemmin tupakanpolto aloitetaan, sitä suuremmiksi kasvavat terveysriskit. Tupakka aiheuttaa riippuvuutta ja tupakoinnin seurauksena kuolee vuosittain yli viisi miljoona ihmistä. Nuoret ovat kiinnostuneita uusista nikotiinituotteista, joiden käyttöön houkuttelevat muun muassa helppo saatavuus, käyttö ja käytön huomaamattomuus sekä tiedon puute, kaveripiirin asenteet ja painostus. Nuori haluaa kokeilla nuuskaa, koska monet kaverit koulussa ja vapaa-ajalla kokeilevat ja käyttävät sitä. Tutkimuksissa on löytynyt kolme tekijää, jotka vaikuttavat nuorten tupakoinnin aloittamiseen: henkilökohtaiset ominaisuudet, perhe (vanhempien tupakointi, tupakoitsijoiden lukumäärä perheessä, vanhempien asenne tupakointiin) ja ystävät. Vanhemmuutta tukemalla voidaan saavuttaa laajamittaisia vaikutuksia, joilla on suuri kansanterveydellinen ja -taloudellinen merkitys. Vanhemmuutta tukevilla ohjelmilla voidaan vähentää muun muassa lasten myöhempiä päihdeongelmia.

Kehittämiprojektin tarkoituksena oli selvittää mitkä tekijät vahvistavat vanhemmuutta ja mihin asioihin vanhemmat kokevat tarvitsevansa tukea. Projektin tavoitteena oli nuorten terveyden edistäminen ja hyvinvoinnin ylläpitäminen sekä nuorten nikotiinituotteiden käytön väheneminen vanhemmuutta tukemalla. Tavoitteena oli vahvistaa ja lisätä vanhempien toiminnallisia mahdollisuuksia nuorten terveyden edistämiseksi. Kehittämiprojekti oli osa Lounais-Suomen Syöpäyhdistys ry:n ja Turun Ammattikorkeakoulun yhteistyönä toteutettavan nuorten nikotiinituotteiden käytön vähentämiseksi tähtäävä NIKO – hankkeen osaprojekti.

Vanhemmuuden tukemisen toimintamalli kehitettiin systemaattisesta kirjallisuuskatsauksesta ja tutkimuksesta saatua tietoa hyödyntäen. Tutkimuksessa keskeistä oli osallistaa vanhempia ja asiantuntijoita tiedon tuottajina toimintamallin kehittämisessä. Toimintamalli käsittää vanhempain vertaisryhmän ohjaajalle sisällön vanhemmuuden tukemiseen tähtäävään ohjauskertaan. Valmistunut vanhemmuuden tukemisen toimintamalli osoitettiin ensisijaisesti Linkkitoiminnan Murkkufoorumi™ -vanhempain vertaisryhmätoiminnan käyttöön. Linkki-toiminta on tarkoitettu varsinaissuomalaisille 10-18 -vuotiaille nuorille ja heidän vanhemmilleen. Linkki on osa Varsinais-Suomen Lastensuojelujärjestöt ry:n toimintaa ja sitä toteutetaan yhdessä jäsenjärjestöjen kanssa.

ASIASANAT:

Vanhemmuus, nuori, terveys, nikotiini

BACHELOR'S / MASTER'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Management and Leadership in Health Care (Master degree)

2019 | 41 pages, 8 pages in appendices

Instructor: Raija Nurminen

Sanna Arell

# SUPPORTING PARENTHOOD IN THE PROMOTION OF YOUNG PEOPLES` HEALTH

- youth, health and nicotine

The earlier one starts smoking, the greater the health risks. Tobacco is addictive and over five million people die each year as a result of smoking. Young people are interested in new nicotine products attracted by, among other things, ease of access, ease of use and discreet use, lack of knowledge, friends' attitudes and peer pressure. A young person may want to try snus if many school friends and friends from leisure activities are trying and using it. Studies have identified three factors that affect the start of smoking among young people: personal characteristics, family (smoking parents, number of smokers in the family, parental attitudes towards smoking) and friends. By supporting parenthood, large-scale impacts with a high public health and economic impact can be achieved. Programs supporting parenthood can reduce, among other things, children's later substance abuse problems.

The purpose of the development project was to find out which factors can endorse parenthood and what issues parents feel they need support with. The aim of the project was to promote the health and well-being of young people and to reduce youngsters' nicotine product use by endorsing parenthood. The aim was to strengthen and enhance the parents' functional potential in promoting young people's health. The development project was part of the NIKO project, a collaboration of the Southwest Finland Cancer Association and the Turku University of Applied Sciences, which aims to reduce young people's use of nicotine products.

The operating model of parental endorsement was developed drawing from a systematic literature review of research information. A key part of the research was to involve parents and experts as knowledge producers in the development of the operating model. The operating model includes content for parental peer group facilitators to use during a parental support themed peer meeting. The completed parental endorsement operating model was primarily allocated for use in parents' peer group activities of *Linkkitoiminnan*

*Murkufoorumi*<sup>™</sup> (*The Link Activities' Teen Forum*). *'Linkki'* activities are intended for young people of South Western Finland, between the ages of 10 and 18, as well as their parents. *'Linkki'* is part of the Finnish Association for Child Welfare in Southwest Finland, its activities implemented collaboratively between member organizations.

KEYWORDS:

Parenthood, young, health, nicotine

# SISÄLTÖ

<b>1 JOHDANTO</b>	<b>6</b>
<b>2 KEHITTÄMISPROJEKTIN LÄHTÖKOHDAT</b>	<b>8</b>
2.1 Kehittämiprojektin taustat ja toimeksiantajat	9
2.2 Kehittämiprojektin tarve	9
2.3 Kehittämiprojektin tavoitteet, tarkoitus ja tuotos	10
2.4 Kehittämiprojektin eteneminen	10
<b>3 SYSTEMAATTINEN KIRJALLISUUSKATSAUS JA TÄYDENTÄVÄT HAUT</b>	<b>13</b>
<b>4 KEHITTÄMISPROJEKTIN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT</b>	<b>15</b>
4.1 Nuoret ja nikotiinituotteiden käyttö	15
4.2 Vanhemmuuden tukeminen nuoren terveydenedistämässä	17
<b>5 KEHITTÄMISPROJEKTIN EMPIIRINEN OSA</b>	<b>21</b>
5.1 Tutkimuksen tavoite tarkoitus ja tutkimuskysymykset	21
5.2 Aineiston keruu teemahaastatteluina ja analyysi	21
<b>6 TUTKIMUKSEN TULOKSET</b>	<b>24</b>
6.1 Asiantuntijoiden teemahaastattelu vanhemmuuden tuen tarpeesta	24
6.2 Vanhempien teemahaastattelu vanhemmuuden tuen tarpeesta	26
<b>7 POHDINTA</b>	<b>27</b>
7.1 Tulosten tarkastelu	27
7.2 Eettisyys ja luotettavuus	28
<b>8 VANHEMMUUDEN TUKEMISEN TOIMINTAMALLI</b>	<b>30</b>
<b>9 TOIMINTAMALLIN IMPLEMETOINTISUUNNITELMA</b>	<b>34</b>
<b>10 KEHITTÄMISPROJEKTIN ARVIOINTI</b>	<b>35</b>
<b>LÄHTEET</b>	<b>37</b>

## **LIITTEET**

Liite 1. Takalan ”Syövän torjunta ja terveyden edistäminen” - toimintamalli

Liite 2. Saatekirje.

Liite 3. Tutkimuslupa.

Liite 4. Tutkimuslupa.

Liite 5. Toimeksiantosopimus.

Liite 6. Vanhemmuuden tukemisen toimintamallin esitekuvaus.

Liite 7. Vanhemmuuden tuki -toimintamallin tuotos, sivu 1.

Liite 8. Vanhemmuuden tuki -toimintamallin tuotos, sivu 2.

## **KUVIOT**

Kuvio 1. Kehittämisprojektin eteneminen.

11

Kuvio 2. Analyysipolku.

22

Kuvio 3. Toimintamalli vanhemmuuden tukemiseen.

32

# 1 JOHDANTO

Nuoruus on murrosvaihe lapsen elämässä ja tuen tarve on välttämätöntä kasvun turvaamiseksi. Vanhempien tukeminen on perusteltua sekä lapsen hyvinvoinnin että vanhemman yksilöllisen tarpeen näkökulmasta. (Hänninen 2013, 22.) Vanhemmuutta tukemalla on saatu selviä hyötyjä eri osa-alueisiin liittyen nuoren kehitykseen. Esimerkiksi perhekohtaisilla toimenpiteillä voidaan vaikuttaa nuorten hyvinvointiin ja tupakkatuotteiden käytön aloittamiseen ja vallalla oleviin asenteisiin (Grimshaw ym. 2013, Thomas ym. 2013). Vanhemmuutta tukemalla on myös saatu lapsen käytösongelmat vähenemään (Sourander ym. 2018).

Nuorten tupakoinnin vähentäminen on ollut yhtenä tärkeimpänä teemana suomalaisessa terveyspolitiikassa 1960-luvulta lähtien. Erilaisin lainsäädännöin ja projektein on pyritty vaikuttamaan suomalaisten tupakkakulttuuriin ja työllä on saatu hyviä tuloksia. Nuorten (14–20-vuotiaat) päivittäinen tupakointi on vähentynyt. Vuonna 2017 16-vuotiaista pojista 6 prosenttia ja 7 prosenttia tytöistä tupakoi päivittäin. Vastaavat osuudet vuonna 2005 tytöillä 27 prosenttia ja pojilla 23 prosenttia. Ammatillisten oppilaitosten opiskelijoista päivittäin tupakoi huomattavasti useampi kuin lukiolaisista. (Jääskeläinen & Virtanen 2018.)

Tupakka- ja muiden nikotiinituotteiden käyttö moninaistuu nuorten keskuudessa. Vaikka savukkeiden käyttö on vähentynyt nuorilla 2000-luvulla, on nuuskan ja sähkösavukkeiden käyttö yleistynyt. Myös savukkeiden ja nuuskan rinnakkaiskäyttö on yleistynyt (Puupponen ym. 2017). Eri tuotteiden yhteiskäytön lisääntyessä, on osalle nuorista syntynyt hyvin voimakas nikotiiniriippuvuus. Tupakoinnin yleisyydessä sosioekonomiset erot ovat erityisen suuria (Piispa 2017). Nikotiinituotteet aiheuttavat voimakkaan riippuvuuden sekä runsaasti terveyshaittoja, kuten syöpää, sydän- ja verisuonisairauksia sekä metabolista oireyhtymää.

Vanhemmuuden tukeminen nuorten terveydenedistämässä - nuori, terveys ja nikotiini -kehittämiprojekti oli osa Turun Ammattikorkeakoulun Yamk -opintoja sekä Lounais – Suomen Syöpäyhdistyksen NIKO -hanketta, jonka tavoitteena oli ennaltaehkäistä ja vähentää nuorten nikotiinituotteiden käyttöä.

Kehittämiprojektin tarkoituksena oli selvittää mitkä tekijät vahvistavat vanhemmuutta ja mihin asioihin vanhemmat kokevat tarvitsevansa tukea. Projektin tavoitteena oli nuorten

terveyden edistäminen ja hyvinvoinnin ylläpitäminen sekä nuorten nikotiinituotteiden käytön väheneminen vanhemmuutta tukemalla. Tavoitteena oli vahvistaa ja lisätä vanhempien toiminnallisia mahdollisuuksia nuorten terveyden edistämiseksi. Kehittämishankkeen tuotoksena syntyi vanhemmuuden tuen toimintamalli vanhempainohjaustukiryhmään, sisältäen ohjaajan materiaalit.

## 2 KEHITTÄMISPROJEKTIN LÄHTÖKOHDAT

### 2.1 Kehittämiprojektin taustat ja toimeksiantajat

Lounais-Suomen syöpäyhdistyksen ylläpitämä NIKO-projekti on Varsinais- Suomen alueelle suuntautunut kaksivuotinen tutkimus- ja kehittämisprojekti. NIKO-projekti käynnistyi maaliskuussa 2017. Sen taustalla huoli nuorten ja nuorten aikuisten nikotiinituotteiden lisääntyneestä ja monipuolistuneesta käytöstä sekä tarpeesta kehittää terveyden edistämisen ja syövän ennaltaehkäisyn malleja. Projektin ensisijaisena tarkoituksena on kehittää terveyttä ylläpitäviä ja edistäviä malleja sekä toimintaa nuorten nikotiinituotteiden käytön vähentämiseksi, lopettamiseksi ja ennaltaehkäisemiseksi. NIKO-projektissa järjestetään terveyttä edistävää toimintaa nuorelle ja heidän lähiaikuisille. (Salakari 2017.)

NIKO-projektin päätavoitteena on kehittää malleja ja uudenlaisia toimintatapoja syövän ennaltaehkäisyyn nikotiinivalmisteita käyttävien nuorten (12-20 vuotiaat) arjessa. Nikotiinituotteisiin katsotaan sisältyvän yleisesti kaikki nikotiinia sisältävät tuotteet pois lukien nikotiinin korvaushoidoksi tarkoitetut tuotteet. Tämä kehittämisprojekti oli NIKO-projektin osaprojekti. Kehitetty toimintamalli perustui ”Syövän ehkäisy ja terveyden edistäminen” -toimintamalliin (liite1) (Takala 2017). Kehittämisprojektin toimeksiantajina olivat Turun Ammattikorkeakoulu ja Lounais-Suomen Syöpäyhdistys ry.

Kehittämisprojektiin kuuluivat ohjausryhmä ja projektiryhmä. Ohjausryhmän kokoontuminen oli säännöllistä ja kokouskäytäntöjen mukaista. Ohjausryhmään kuuluivat NIKO-projektin projektipäällikkö, LSSY:n edustajat, ammattikorkeakoulun yliopettaja sekä NIKO-projektiin kiinnittyneet AMK- ja YAMK-opiskelijat. Ohjausryhmä antoi tuen kehittämisprojektin toteutumiselle, ja oli mukana ideoimassa etenkin projektin alkuvaiheessa. Projektiryhmään kuuluivat NIKO-projektin projektipäällikkö sekä ammattikorkeakoulun yliopettaja



## 2.2 Kehittämiprojektin tarve

Toimimaton vanhemmuus on uhka lapsen fyysiselle, sosiaaliselle kuin psyykkisellekin kasvuille. Vanhemmuutta tukemalla voidaan saavuttaa laajamittaisia vaikutuksia, joilla on suuri kansanterveydellinen ja taloudellinen merkitys. Paitsi lasten kaltoinkohtelua, voidaan vanhemmuutta tukevilla ohjelmilla vähentää muun muassa lasten sosioemotionaalisia ongelmia, käytösongelmia ja myöhempiä päihdeongelmia (Laajasalo, 2017).

Nuorten nikotiinituotteiden käytön aloittamisen ennaltaehkäisy ja käytön lopettamisen tukeminen ovat aikuisuuteen kuuluva velvoite ja haaste, johon vanhempien, kasvattajien ja muiden nuorten kanssa tekemisessä olevien aikuisten ja yhteisöjen on vastattava (Hara ym. 2010,13).

Kehittämiprojektin tarpeen loivat nuorten aikuisten monipuolistunut nikotiinituotteiden käyttö, nuuskan käytön lisääntyminen (Puupponen ym. 2017). Nuoret ovat kiinnostuneita uusista nikotiinituotteista, joiden käyttöön houkuttelevat muun muassa helppo saatavuus, käyttö ja käytön huomaamattomuus sekä tiedon puute, kaveripiirin asenteet ja painostus (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2017). Ojasen (2013) tutkimuksen tulokset osoittivat selkeästi, että tämän päivän vanhemmuus tarvitsee tukea. Sosiaalisten verkostojen puute on suoraan verrannollinen vanhempien jaksamiseen ja vauvan ja vanhemman väliseen vuorovaikutukseen.

Ruotsissa on vuodesta 2009 toteutettu kansallista vanhemmuuden tuen ohjelmaa. Yksi esimerkki vanhemmille tarjottavasta tuesta on ”vanhemmuuden ABC” -kurssi, kaikille 3-12 -vuotiaiden lasten vanhemmille suunnattu neljän ryhmämuotoisen tapaamisen sarja. Ohjelman kantavana teemana on vanhemman lapselle osoittama rakkaus ja kiintymys, myönteisen huomion ja lämmön osoittaminen ja positiiviset kasvatustrategiat, vanhemman johdonmukaisuus ja lapsilähtöinen leikki. Kurssien alkamisesta muistutetaan vanhempia näkyvästi esimerkiksi sanomalehdissä. Tulokset ovat olleet lupaavia, ja kursseille osallistuminen on lisännyt sekä lasten että vanhempien hyvinvointia (Ulfsdotter, 2016).

Maailman terveysjärjestö WHO on asettanut kansallisen toimeenpano-ohjelman tupakoinnin vähentämiseksi maailmalla, tavoitteena tupakoinnin vähentyminen 30 prosenttia nykytasosta vuoteen 2025 mennessä. Samalla Suomi on lähtenyt mukaan savuton

Suomi 2030 -kampanjallaan, jossa tähdätään siihen, että enää alle kaksi prosenttia suomalaisista tupakoi vuoteen 2030 mennessä (Heloma, Ruokonen & Jousilahti 2015).

### 2.3 Kehittämiprojektin tavoitteet, tarkoitus ja tuotos

Kehittämiprojektin tarkoituksena oli saada tietoa mitkä tekijät vahvistavat vanhemmuutta ja mihin asioihin vanhemmat kokevat kaipaavansa tukea. Tavoitteena oli nuorten terveyden edistäminen ja hyvinvoinnin ylläpitäminen sekä nuorten nikotiinituotteiden väheneminen vanhemmuutta tukemalla. Tavoitteena oli vahvistaa ja lisätä vanhempien toiminnallisia mahdollisuuksia nuorten terveyden edistämiseksi.

Vanhemmuuden tukemisen toimintamalli kehitettiin systemaattisesta kirjallisuuskatsauksesta, sekä kehittämiprojektin tutkimuksesta saatua tietoa hyödyntäen. Tutkimuksessa keskeistä oli osallistaa vanhempia ja asiantuntijoita tiedon tuottajina toimintamallin kehittämisessä.

Kehittämiprojektin tuotoksena syntyi vanhemmuuden tukemisen toimintamalli, joka valmistui vanhempien vertaistukiryhmän ohjaajan käyttöön vertaistukiryhmän ohjaamisen tueksi.

### 2.4 Kehittämiprojektin eteneminen

Kehittämiprojekti eteni systemaattisen kirjallisuuskatsauksen, vanhempien ja asiantuntijoiden teemahaastattelun kautta mallin kehittämiseen. Kirjallisuudesta ja teemahaastattelusta tulleiden tulosten pohjalta laadittiin vanhemmuuden tukemisen toimintamalli.

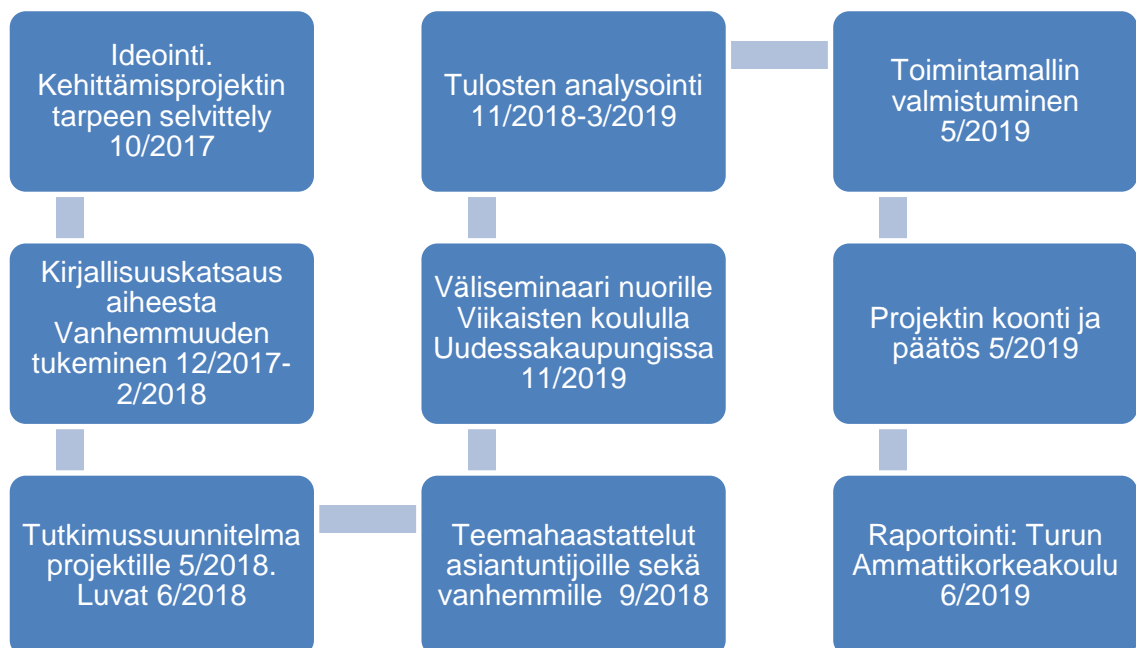
Projektin ideointi alkoi lokakuussa 2017. Samalla selvitettiin tarve projektille. Vanhemmuuden tukemisen kirjallisuuskatsaus aloitettiin joulukuussa 2017, ja hakuja tehtiin koko kevään 2018 aikana. Kirjallisuuskatsaus, sekä tutkimussuunnitelma projektille valmistui toukokuussa 2018. Luvat tutkimukseen anottiin Uudenkaupungin sivistystoimelta ja terveyspalveluista, ja ne saatiin kesäkuussa 2018.

Teemahaastattelut asiantuntijoille sekä vanhemmille järjestettiin syyskuussa 2018. Teemahaastatteluihin osallistui kuusi vanhempaa ja viisi asiantuntijaa Varsinais-Suomen sairaanhoitopiirin alueelta. Molemmat sukupuolet olivat edustettuina haastatteluihin.

Vanhempien ryhmähaastatteluun vapaaehtoiset löytyivät sosiaalisesta mediasta ja ryhmähaastattelun ajankohta sovittiin puhelimitse.

Asiantuntijoiden ryhmähaastattelu järjestyi kysymällä sähköpostilla ja/tai suullisesti halukkuutta ryhmähaastatteluun. Haastatteluun osallistui koululääkäri, kaksi terveydenhoitajaa, erityisopettaja ja koulukuraattori. Asiantuntijoiden haastattelun ajankohta sovittiin sähköpostin avulla. Haastattelupaikkoina olivat organisaation tilat. Haastattelukerrat kestivät 60-80 minuuttia. Kaikkiaan haastatteluaineistoa kertyi 14 sivua (Times New Roman fonttikoko 12 ja 1-riviväli). Nauhoitettuja haastatteluja oli yhteensä noin 2 tuntia 10 minuuttia. Haastatteluja ennen osallistujat allekirjoittivat tutkimuslupalomakkeen.

Kehittämiprojektin väliseminaari suunnattiin nuorille 7-9 -luokkalaisille Viiikaisten koululla Uudessakaupungissa. Seminaari pidettiin marraskuussa 2018. Kehittämiprojektin tutkimuksen tuloksia analysoitiin marraskuun 2018 ja maaliskuun 2019 välisenä aikana. Vanhemmuuden tukemisen toimintamalli valmistui toukokuussa 2019. Projektin eteneminen on kuvattu kuviossa 1.



Kuvio 1. Kehittämiprojektin eteneminen.

Kehittämiprojektin koonti ja päätös sekä implementointisuunnitelma toteutui touku-  
kuussa 2019. Kehittämiprojektin raportointi pidettiin Turun Ammattikorkeakoulussa ke-  
säkuussa 2019.

### 3 SYSTEMAATTINEN KIRJALLISUUSKATSAUS JA TÄYDENTÄVÄT HAUT

Kirjallisuuskatsaus tehtiin systemaattisena kirjallisuuskatsauksena soveltaen Finkin seitsemänvaiheista mallia mukaillen vanhemmuuden tukemisen merkityksestä nuorten terveyden edistämisessä. Kirjallisuuskatsaus on systemaattinen, selkeä ja toistettava metodi valmiin ja dokumentoidun materiaalin identifiointiin, arviointiin ja yhdistämiseen (Fink 2016, 3). Se edellytti tarkkaa tutkijaotetta, prosessin huolellista suunnittelua ja kuvausta, sekä kattavan määrään alkuperäistutkimusten löytämistä. Menetelmällisen laadun selvittäminen ja tutkimustuloksien synteesi on merkittäviä, jotta saataisiin jo olemassa olevat tutkimustulokset mahdollisimman tehokkaasti ja selkeästi hyödynnettyä (Metsämuuronen 2009, 47, Salminen 2011, 11).

Kirjallisuuskatsaus alkoi Finkin (2016) mallia soveltaen tutkimuskysymyksiä valinnalla. Tutkimuskysymykset olivat:

- Millä keinoin vanhemmuutta pitäisi tukea nykyisin?
- Minkälaista tukea vanhemmat kaipaavat vanhemmuuteensa?
- Miltä tahoilta halutaan tukea vanhemmuuteen?

Tämän jälkeen valittiin tietokannat ja muut tiedon lähteet. Tietokannat olivat artikkeleita, kirjoja ja raportteja, jotka tuottivat materiaalia tutkimuskysymyksiin. Tietokantojen valinnan jälkeen alkoi hakutermin valinta, joilla löydettiin tarvittava kirjallisuus. Ne pohjautuvat sanoihin ja käsitteisiin tutkimuskysymysten ympärillä.

Neljänneksi lisättiin haulle käytännön sisäänotto- ja hylkäyskriteerit. Kirjallisuushaku tuotti useita hakutuloksia, joista suurin osa ei antanut vastauksia tutkimuskysymyksiin. Siksi asetettiin hakukriteerit. Hakukriteereinä voi olla esimerkiksi kielen valinta, artikkelin tyyppi, julkaisuaika tai ihmisen ikäjakauma jota tutkimus käsittelee.

Viimeinen vaihe katsauksessa sisältää tulosten yhdistämisen esimerkiksi kuvailevasti, jolloin ne ovat katsauksen tekijän tulkintoja perustuen hänen kokemuksiinsa ja katsaukseen valikoituneen kirjallisuuden laatuun ja sisältöön (Fink 2016, 5).

Kirjallisuuskatsauksen hakusanoina käytettiin young, nicotine, parent, support, stop smoking, health promotion, parenthood, terveyden edistäminen, nuoret ja vanhemmuus. Niitä käytettiin erilaisilla yhdistelmillä boolean operaattoreiden avulla. Haun kansainväliseksi tietokannoiksi valittiin Pubmed, Cinahl Complete ja TamPub. Haut toteutettiin joulukuun 2017 ja helmikuun 2018 välisenä aikana. Haut rajattiin julkaisuvuosiin 2007-2017, adolescent: 13-18 years, full text ja methods.

Kolmen tietokantahaun tuloksena saatiin yhteensä 3979 julkaisua, joista karsintaa tehtiin otsikoita silmäilemällä ja lukemalla, karsimalla sellaiset julkaisut, jotka eivät vastanneet tutkimuskysymyksiin. Yhteensä 14 julkaisua valikoitui tiivistelmien perusteella kirjallisuuskatsaukseen. Julkaisuja hylättiin, koska ne olivat joko haastatteluja tai ikäryhmä oli kirjallisuuskatsaukseen väärä. Tietokantahakujen lisäksi suoritettiin manuaalihakua löytyneiden tutkimusten lähteistä, joista kaksi valikoitui kirjallisuuskatsaukseen.

Kehittämiprojektin kirjallisuushaut täydentyivät projektin edetessä. Kirjallisuuskatsauksen valmistumisen jälkeen ilmestyi uusia tutkimuksia ja löytyi kirjallisuuteen tutustuttaessa aihepiiriä syventävää materiaalia. Nämä teokset lisättiin täydentämään projektin kirjallisuuskatsausta. Kirjallisuuden teoreettinen perusta täydentyi manuaalisin hain.

## 4 KEHITTÄMISPROJEKTIN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

### 4.1 Nuoret ja nikotiinituotteiden käyttö

Mitä aikaisemmin tupakanpolttto aloitetaan, sitä suuremmiksi kasvavat terveysriskit (Hefler ym. 2017, 2). Tupakka aiheuttaa riippuvuutta ja tupakoinnin seurauksena vuosittain kuolee yli viisi miljoonaa ihmistä. WHO arvioi, että tupakanpoltoasta johtuvien kuolemien määrä tulee nousemaan kahdeksaan miljoonaan vuoteen 2030 mennessä. Ihmiset, jotka kuolevat tupakan polttoon liittyvistä syistä ovat yleensä 35-vuotiaita tai sitä vanhempia (Coppo ym. 2014, 3), mutta tupakanpolttto aloitetaan yleensä nuoruudessa (Coppo ym. 2014, Hefler ym. 2017).

Nuori haluaa kokeilla nuuskaa, koska monet kaveritkin koulussa ja vapaa-ajalla kokeilevat ja käyttävät sitä. Nuuska herättää mielenkiintoa, koska se on jotain uutta ja muodikkaampaa kuin tupakointi. Nuoret ovat myös kokeilunhaluisia ja uteliaita tietämään, miltä nuuska tuntuu ja miten se vaikuttaa. Lisäksi nuoria, erityisesti ammatillisessa oppilaitoksessa opiskelevia poikia, motivoi nuuskakokeiluihin halu lopettaa tai vähentää tupakointia. Nuoret siis luulevat, että nuuskan avulla he voisivat päästä eroon tupakoinnista (Salomäki & Tuisku, 2013; Piispa. 2017, 26.)

Nuorten urheilijoiden mielikuvissa nuuska on osa urheilun maailmaa. Nuuskan mieltään olevan urheilijoiden, erityisesti jääkiekkoilijoiden, päihde ja "tavaramerkki". Sen käyttö sopii nuorten mielestä paremmin urheilijoiden imagoon kuin esimerkiksi tupakointi. (Salomäki & Tuisku 2013, 4)

Tupakkatuotteet aiheuttavat riippuvuutta ja lukuisia sairauksia. Erityisesti lasten ja nuorten aivot ovat herkät riippuvuuksien syntymiselle ja tupakan sisältämät myrkyt ovat erityisen vaarallisia kasvaville kudoksille. (Ollila, 2012.) Nuorten nikotiinituotteiden käyttö ja siihen liittyvät tekijät ovat tärkeässä asemassa tavoitteen saavuttamisessa (Puupponen ym. 2017).

Nuorten tupakkatuotteiden käyttöä on tutkittu Nuorten terveystapa 2011 – tutkimuksessa vuosien 1977 - 2011 välisenä aikana. Nuorten tupakkakokeilut alle 18-vuotiaiden keskuudessa ovat vähentyneet 1977-2011 välisenä aikana. Yli puolet 16-vuotiaista nuorista on kokeillut tupakkaa. Vajaa kolmannes 16 -vuotiaista tupakoi päivittäin. Nuorempien

ikäluokkien keskuudessa kokeilu oli harvinaisempaa vuonna 2011. (Lindfors ym. 2011, 19.) Nuorten terveystapa 2015 -tutkimuksessa todettiin nuuskakokeilujen ja nuuskan käytön lisääntymisen jatkuneen jo muutaman vuoden ajan. Ikä- ja sukupuoliryhmittäisessä tarkastelussa on havaittu viime vuosien ajan erityisesti 14–16-vuotiaiden poikien nuuskakokeilujen lisääntyneen. Päivittäin vain nuuskaa, mutta ei savukkeita päivittäin käyttävien 18-vuotiaiden poikien keskuudessa osuuden voimakas nousu 0,9 %:sta 4,4 %:iin. (Kinnunen ym. 2015.)

Maailman terveysjärjestön (WHO) mukaan nuuskan haitat ovat ilmeiset eikä nuuskasta ole terveyshyötyjä (WHO 2002). Pitkäaikaiset seurantatutkimukset nuorena aloitetun nuuskankäytön vaikutuksista puuttuvat vielä. Monet nuuskan mahdolliset terveysvaikutukset voidaan havaita vasta vuosikymmenien kuluttua. Nuuskaa käyttävillä suusyövän lisäksi ruokatorvi-, maha- ja haimasyövän vaaran suurenemisesta on näyttöä. Muita nuuskan aiheuttamia riskejä ovat sydän- ja verenkiertoelinsairaudet. Uusi havainto on nuuskaa käyttävien naisten raskausmyrkytyksen, enneaikaisen synnytyksen sekä vastasyntyneen hengitysvaikeuksien riski. Tavallisin nuuskan aiheuttama suuvaurio on paikallinen limakalvovaurio. Ikenien vetäytyminen ja hammaskaulojen paljastuminen ovat yleisiä siinä kohdassa, missä nuuskaa pidetään. Nämä muutokset ovat pysyviä (Wicholm & ym. 2012.)

Nuorten tupakointikäyttäytymiseen ohjaavana tekijänä vanhemmilla ja perheellä on vahva rooli, äidin tupakointi vaikuttaa isän tupakointia enemmän. Vanhempien tupakointimattomuus, tupakointikielto kotona ja tupakan saatavuuden rajoittaminen toimivatkin yhtenä suojakeinoina tupakoinnin aloittamista vastaan (Rainio 2009, 8). On tutkittu sosiodemografisten ja äitiin liittyvien tekijöiden olevan yhteydessä nuorten tupakointiin ja nuoren tupakoinnin yhteyden alkoholin ja huumeiden käyttöön (Vilpas 2008, 58-59).

Nuoren nikotiinituotteiden käytön aloitukseen, vaikuttaa muun muassa nuoren saama sosiaalinen tuki. Hershbergerin (2016) tutkimuksen tulokset osoittivat, että sosiaalisen tuen eri keinot kuten vanhempien, vertaisten ja opettajien tuki voivat vähentää nuorisorikollisten savukkeiden käyttöä. Ojasen (2013) tutkimuksen tulokset osoittivat selkeästi, että tämän päivän vanhemmuus tarvitsee tukea. Sosiaalisten verkostojen puute on suoraan verrannollinen vanhempien jaksamiseen ja vauvan ja vanhemman väliseen vuorovaikutukseen.

Thomas, Baker, Thomas, Lorenzetti (2015) mukaan nuorten tupakoinnin aloittamisen ehkäisy on tärkeää, koska tupakointiin liittyvät sairaudet ovat lisääntyneet.



Tutkimuksissa on löytynyt kolme tekijää, jotka vaikuttavat nuorten tupakoinnin aloittamiseen: Henkilökohtaiset ominaisuudet, perhe (vanhempien tupakointi, tupakoitsijoiden lukumäärä perheessä, vanhempien asenne tupakointiin) ja ystävät. Perhepohjaiset intensiiviset interventiot ovat potentiaalisia keinoja lasten ja nuorten tupakoinnin aloittamisen ehkäisyssä ja ohjaava vanhemmuus on tehokkaampaa kuin salliva tai autoritäärinen vanhemmuus. Ohjaava vanhempi huolehtii ja on kiinnostunut lapsesta/nuoresta sekä asettaa rajoja käyttäytymiselle. (Thomas ym. 2015.)

Lisäämällä nuorten tietoisuutta tiedotusvälineiden, vertaisryhmien ja perheen kautta, voidaan auttaa nuorta sitoutumaan tupakoimattomuuteen (Andersen ym. 2015). Koska perherakenteilla on todettu olevan merkitystä nuoren tupakointiin (Vilpas 2008, 58-59), on perhekohtaiset toimenpiteet tutkitusti ennaltaehkäiseviä nuorten tupakoinnin aloittamisessa (Thomas ym. 2013, 2).

#### 4.2 Vanhemmuuden tukeminen nuoren terveydenedistämässä

Vanhemmat muodostavat vanhemmuuttaan ohjatessaan lastaan arjessa. Vanhemmuuteen sisältyy perheen yhteisten toimintatapojen, sääntöjen, arvojen ja normien luominen. (Schmitt 2003, 298–326.) Vanhempien tukeminen on perusteltua sekä lapsen hyvinvoinnin, että vanhemman yksilöllisen tarpeen näkökulmasta (Hänninen, 2013, 22). Vanhemmuus on jatkuva oppimis- ja sopeutumisprosessi, jossa on biologinen perusta ja jossa vanhemman ja lapsen suhde on vastavuoroinen.

Vanhemmuus on laaja ja moniulotteinen ilmiö, jota voidaan tarkastella monenlaisista lähtökohdista. Vanhemmuus voidaan jakaa biologiseen, sosiaaliseen ja psykologiseen osatekijään, jotka ovat osittain myös päällekkäisiä (Gerris 1994, 148-149). Biologinen vanhemmuus määrää lapsen geneettisen identiteetin. Lapsen sosiaalinen identiteetti muodostuu sosiaalisen vanhemmuuden kautta, jolloin lapsi saa nimen, kansallisen identiteetin ja kansalaisuuden. Psykologinen vanhemmuus muodostuu niistä vanhempien ominaisuuksista tai tavoista, joilla he tukevat lapsensa psykologista identiteettiä niin älyllisesti, sosiaalisesti, moraalisesti kuin fyysisestikin. Psykologinen vanhemmuus voi kuitenkin kehittyä ilman biologista vanhemmuutta, esimerkiksi adoptioperheessä. (Laakkonen, 2010, 16-17.)

Vanhemmuutta voidaan pitää sosiaalisesti rakentuneena kulttuurisena ilmiönä, jolloin vanhemmuutta luodaan, opitaan ja kehitetään sosiaalisessa toiminnassa, vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa (Kemppainen 2001, 15). Vanhemmat rakentavat oman käsityksensä itsestään äitinä ja isänä (Viljamaa 2003, 18). Vanhemmuudella on vaikutus lapseen, ja varhainen vuorovaikutus on keskeinen tekijä esimerkiksi lapsen itsetunnon kehittymiselle. Vuorovaikutus kasvotusten vanhemman kanssa on ensiarvoisen tärkeää vauvan kehitykselle (Cohn & Tronick 1989). Varhaisella vuorovaikutuksella tarkoitetaan sitä kaikkea mitä vanhempi ja vauva tekevät yhdessä, hoito- ja syöttötilanteista seurusteluun.

Oleennaista on vanhemman ja lapsen kyky sopeutua toistensa ominaisuuksiin ja tarpeisiin sekä ympäristön jatkuvasti muuttuviin olosuhteisiin (Mäntymaa, 2006). Tämä perusturvallisuuden ja luottamuksen kokemus heijastuu jatkossa lapsen ihmissuhteisiin. Se luo pohjaa hyvälle itsetunnolle ja minäkuvalle, sekä kehittää empatiakykyä. Varhaisen vuorovaikutuksen merkitystä ei voida liikaa korostaa esimerkiksi neuvolatyössä.

Kouluterveyskyselyn (2014) tulosten mukaan hyvä suhde nuoren ja hänen vanhempiensa välillä suojaa nuorta vaikeuksilta, vaikka perheessä olisi työttömyyttä tai alhainen koulutustaso. Pitkän seurantatutkimuksen mukaan lapsuusaikaiset hyvät suhteet vanhempiin suojaavat muun muassa aikuisena koetulta masennukselta (Mustonen ym. 2013). Ystävien ja vanhempien tuen on havaittu olevan erityisen tärkeä nuorten kohdassa stressaavia elämäntapahtumia (Aro ym. 1989).

Haarasan (2012) väitöskirjan tuloksista käy ilmi, että vanhemmat pitävät perheen terveydessä vuorovaikutusta tärkeänä. Ongelmia käsitellään ja niihin etsitään ratkaisuja yhdessä. Kommunikoimalla avoimesti, toista perheenjäsentä kuunnellen ja kunnioittaen ponnistellaan asioiden ratkaisemiseksi. Perheet voivat hyötyvät vanhempainryhmistä, koska niistä voi saada tukea vanhemmuuteen ja perheen tekemisiin valintoihin. Ryhmistä voi saada uusia ideoita ja ratkaisuja perheen arkeen vertaamalla omaa tilannetta muiden tilanteeseen ja refleктоimalla omia kokemuksiaan muiden kokemuksiin. (Haaranen 2012.)

Vanhemmuudessa on paljon lämpimyyttä ja rajat asetetaan lapselle johdonmukaisesti ja rakastavasti. Viljamaa (2017,103) kirjoittaa vanhemmuudesta näin: ”Vanhemman rakkaus on rajoja, esimerkkinä toimimista, reilua ja oikeudenmukaista palkitsemista ja rangaistamista. Hyvästä käytöksestä tulee palkinto, ja huonosta ikäviä seurauksia, jopa rangaistus.”

Vanhempien tukeminen on perusteltua sekä lapsen hyvinvoinnin, että vanhemman yksilöllisen tarpeen näkökulmasta (Hänninen, 2013, 22). Lapsiperheiden tukeminen Suomessa kuuluu lakisääteisesti kuntien järjestämille neuvolapalveluille. Neuvolapalveluiden tehtävänä on vanhemmuuden ja perheen hyvinvoinnin tukeminen, lapsen ja perheen erityisen tuen varhainen tunnistaminen ja perheen tukeminen. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009, Terveystieteiden tutkimuskeskus 2010, Valtioneuvoston asetus 338/2011.)

Vanhemmuus luodaan ja opitaan sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Vanhemmuutta, äitiyttä ja isyyttä voidaan pitää sosiaalisesti ja kulttuurisesti rakentuvina (Viljamaa 2003, 9). Vanhemmat toivoivat isovanhempien viettävän enemmän aikaa lastenlastensa kanssa ja osallistuvan myös kasvatukseen jossain määrin, joskin vanhemmat olettivat usein kasvatusohjeiden olevan usein vanhentuneita tai muistoja isovanhempien omasta nuoruudesta (Vesterlin, 2007, 33).

Vanhemmuuden tuki nuoren elämässä on tärkeässä roolissa. On osoitettu, että vanhempien tupakoimattomuus suojaa nuorta tupakoinnin alkamiselta (Rosendal ym. 2003). Uusperheiden lapset tupakoivat eniten ja yksinhuoltajaperheiden lapset enemmän kuin ydinperheiden lapset. Lisäksi säännöllisesti tupakoivien äitien lapset tupakoivat enemmän kuin kaksi kertaa useammin, ja satunnaisesti tupakoivien lähes 1,5 kertaa useammin, kuin tupakoimattomien äitien lapset (Vilpas 2008). Murrosikä aiheuttaa kehitysvaiheena uudenlaisia roolivaatimuksia ja vanhemmuuden tehtäviin liittyviä haasteita ja pakottaa muovaamaan kasvatuksellisia periaatteita. Tästä syystä tuki vanhemmuudelle murrosiän aikoihin on merkityksellistä ja tärkeää – myös niiden vanhempien kohdalla, joilla ei ole nuoreen liittyen varsinaisia suurempia huolenaiheita (Salo 2015, 109.)

Salo (2015, 8) kirjoittaa tutkimuksessaan, että Colemanin (1997, 45) mukaan 11–18-vuotiaiden vanhempana toimimista voidaan pitää yhtenä suurimmista haasteista vanhemmille. Steinbergin (2001) ja Grotevantin (1998) mukaan murrosiän on osoitettu olevan erityisen rankkaa ja stressaavaa aikaa nimenomaan vanhemman näkökulmasta, jopa enemmän kuin nuoren. Tämä voi heijastua myös vanhemman henkiseen hyvinvointiin.

2000-luvulla on tehty selvityksiä, joissa on tarkasteltu lapsiperheille suunnattuja sosiaali- ja terveyspalveluja. Selvitysten mukaan moniammatillisena yhteistyönä toteutettujen sosiaali- ja terveyspalveluiden tulee painottua enenevässä määrin sekä vanhemmuuden tukemiseen, että lapsen ja koko perheen psykososiaalisen hyvinvoinnin edistämiseen (Haaranen 2012).

Tietoisuus perheen terveysriskeistä voi motivoida terveellisempään elämäntapaan (Wilson ym. 2016), joten perhekeskeisiä tupakoinnin ehkäisykeinojen kehittämiseksi ja toteuttamiseksi tarvitaan lisäselvityksiä (Rainio 2009), koska jos vanhempien terveyskäyttäytymiseen pystytään vaikuttamaan, sillä voi olla vaikutus nuoren terveyteen (Wilson ym. 2016).

Edellä olevien tutkimusten perusteella vanhemmuuden tukemiseen tarvitaan uusia toimintamalleja, koska tuen antaminen on perusteltua ja tukee koko perheen hyvinvointia. Päätelmänä voidaan todeta, että perhekohtaisilla ja koulupohjaisilla toimenpiteillä voidaan vaikuttaa nuorten tupakoinnin aloittamiseen ja siihen liittyviin asenteisiin. Haku-koonti kirjallisuuskatsauksessa osoitti myös sen, että vanhemmuuden tuella näyttää olevan selvästi merkitystä nuorten terveysvalintoihin ja hyvinvointiin.

## 5 KEHITTÄMISPROJEKTIN EMPIIRINEN OSA

### 5.1 Tutkimuksen tavoite tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Tutkimuksen tarkoituksena oli saada tietoa mitkä tekijät vahvistavat vanhemmuutta. Tutkimuksen tavoitteena oli tunnistaa nuorten terveyden edistämisen ja hyvinvoinnin ylläpitämisen keinoja sekä nuorten nikotiinituotteiden vähenemisen keinoja vanhemmuutta tukemalla. Kehittämiprojektin tutkimustieto hyödynnettiin tuotoksena syntyneen Vanhemmuuden tuki -mallin kehittämisessä.

Tutkimuskysymykset olivat:

- Millä keinoin vanhemmuutta pitäisi tukea nykyisin?
- Minkälaista tukea vanhemmat kaipaavat vanhemmuuteensa?
- Miltä tahoilta halutaan tukea vanhemmuuteen?

### 5.2 Aineiston keruu teemahaastatteluina ja analyysi

Teemahaastattelulla on mahdollista selvittää todellisia tapahtumia ja prosesseja kokonaisvaltaisesti (Hirsjärvi ym. 2016. 161, 208). Teemahaastattelujen avulla syvennetään kirjallisuuskatsauksesta saatua tietoa. Haastatteluissa huomioidaan osallistujien tulkin-toja eri asioista ja niille annettuja vuorovaikutuksessa syntyneitä merkityksiä (DiCicco-Bloom & Crabtree 2006; Baumbusch 2010). Teemahaastattelu antaa haastattelulle selkeän rakenteen, jolloin haastattelu pysyy aiheessa ja mahdollisti haastateltavien samanarvoisen kohtelun sekä haastatteluihin käytettävän ajan (Gillham 2005; DiCicco-Bloom & Crabtree 2006).

Teemahaastattelussa etuna on, että se mahdollistaa haastattelurungon rakentamisen tutkittavan ilmiön perusteella, mutta vapauttaa kuitenkin tietyllä tavalla tutkijan näkökulmasta, koska kysymykset eivät ole tarkkaan rajattuja ja kaikille samoja. (Hirsjärvi & Hurme, 2010.)

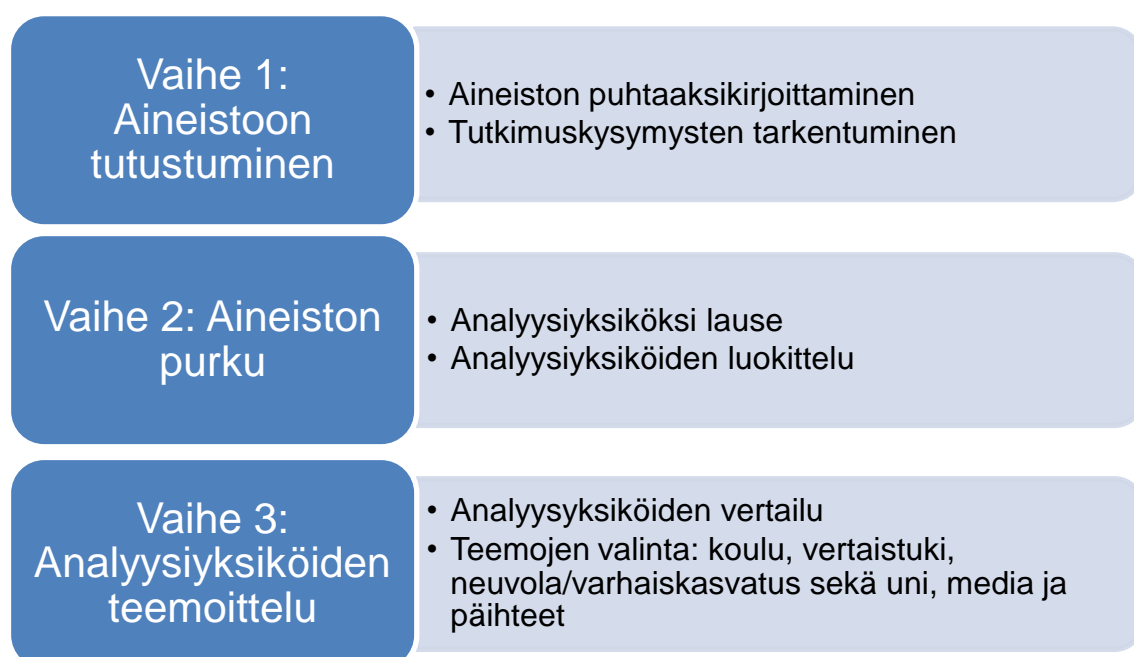
Haastatteluaineisto ja kyselyjen avoimet kysymykset analysoitiin laadullisella sisällön analyysillä. Sisällönanalyysi määritellään eri tavoin. Yleisesti se määritellään

menettelytavaksi, jolla voidaan analysoida dokumentteja systemaattisesti ja objektiivisesti. Sisällönanalyysiä käytetään kuvailemaan tutkittavaa ilmiötä. Sen avulla voidaan muodostaa tutkittavaa ilmiötä kuvaavia kategorioita, käsitteitä, käsitejärjestelmä, käsitekartta tai malli (Weber 1990, Morgan 1993, Elo & Kyngäs 2008).

Sisällönanalyysiä käytetään silloin kun halutaan muodostaa muun muassa käsitteitä, kategorioita ja malleja. Sisällönanalyysin perimmäinen tarkoitus on kuvailla jotain tiettyä ilmiötä. Laadullisella tutkimuksella voidaan tutkia ihmisten käsityksiä ja ajatuksia ja tätä kautta saadaan näistä arvokasta tietoa ja ymmärrystä eri asioihin.

Sisällönanalyysi on menetelmä, joka mahdollistaa tutkittavan ilmiön jäsentämisen, järjestämisen ja kuvailun tekstipohjaisista aineistoista. Sisällön analyysin avulla voidaan osoittaa tekstistä merkitykselliset sisällöt, kuvailla kuinka usein ne ilmenevät ja missä järjestyksessä, ilmaista arvoja kuten myönteiset ja kielteiset näkemykset asioista sekä osoittaa kuinka ideat ovat suhteessa toisiinsa. (Elo & Kyngäs 2008; Denscombe 2010.)

Sisällön analyysillä pyrittiin löytämään vastaukset tutkimuskysymyksiin. Aineiston analyysi aloitettiin jo tietojenkeruuvaiheessa. Aineisto analysoitiin sen perusteella, mikä on selvästi ilmaistu dokumentissa. Aineisto kuunneltiin tallennetulta kovalevyiltä, josta kirjoitettiin päätelmät, ja jonka jälkeen aineistoa tiivistettiin. Tiivistelmä syntyi aineistoa pelkistämällä luomalla yläotsakkeet (teemat). Pelkistetyt ilmaukset ryhmiteltiin. Lopulta aineistosta nousi esiin pääteemat. Analyysipolku kuviossa 2.



Kuvio 2. Analyysipolku.

Aineiston pelkistämistä ohjaa tutkimustehtävä ja sille asetetut kysymykset. Sisällönanalyysillä pyritään järjestämään aineisto selkeään muotoon kadottamatta sen sisällöllistä informaatiota. (Sarajarvi & Tuomi 2009,108- 109.)

Pääteemoiksi sisällönanalyysissä erottui kolme pääteemaa, joista tukea vanhemmuuteen on koettu saavan parhaiten ja/tai josta sitä halutaan saada: koulu, vertaistuki ja neuvola/varhaiskasvatus. Nämä teemat nousivat esiin sekä vanhempien että asiantuntijoiden sisällönanalyysissä. Tiedon ja tuen tarpeina nousi sisällönanalyysistä (asiantuntijat ja vanhemmat) esiin uni ja media. Lisäksi asiantuntijoiden haastattelusta nousi esiin päihteiden kokeilu ja käyttö. Pääteemojen alakategoriat hyödynnettiin toimintamallin sisältöä työstettäessä.

Haastateltavien esiin tuodut merkitykset puettiin lauseista lyhyempään sanalliseen muotoon. Laadullisessa sisällön analyysissä aineisto pelkistettiin haastatteluista saatujen teemojen avulla. Samaa tarkoittavat ilmaukset yhdistettiin ja niille annettiin sisältöä kuvaava nimi. Analyysin tueksi tutkimuksellisen osan tekijä oli kirjannut haastattelun aikana lauseita ja asioita, jotka veivät haastattelua eteenpäin tai muuten herättivät eniten keskustelua.

## 6 TULOKSET

### 6.1 Asiantuntijoiden teemahaastattelu vanhemmuuden tuen tarpeesta.

Asiantuntijoiden haastattelussa keskusteltiin vanhempien rajojen asettelusta: *Mun työssä näkyy, kuinka vanhemmuus on kateissa. Aika paljon tulee puhelinsoittoja yläkouluikäisten vanhemmilta sellaisista aika yksinkertaisista asioista, että miten saada lapsi nukkumaan tai voiko kännykän ottaa pois. Tuntuu, että se varmuus katoaa kun lapsi tulee murrosikäiseksi. Ei enää tiedetä, mitä lapsen kanssa saa, voi ja pitää tehdä. Tuntuu, että se varmuus katoaa.*

Asiantuntijaraadin haastattelussa mietittiin syitä miksi rajojen asettelu tuntuu tällä hetkellä olevan vanhemmille vaikeaa. *Mun ikäiset ihmiset just on vanhempina hukassa. Mul on semmonen olo, et nyt kun sieltä tulee ne nuoremmat, pikkulasten vanhemmat, niin niillä alkais olemaan taas paremmin asiat. Mun ikäryhmä on sellainen, joka jostain syystä on antanut lapselleen sellaisia kaveriominaisuuksia. Siinä on ehkä monella taustalla ne sodanjälkeiset omat vanhemmat, jotka on joutunut elämään tosi tiukkaa ja sellasta rajattua elämää ja ne on siirtäneet painolastinsa sille mun ikäiselle sukupolvelle.*

Haastattelussa tuotiin esiin, että vanhemmuutta tuetaan ja apua tarjotaan herkemmin, kuin ennen. Perhemuodoilla ei asiantuntijoiden mukaan ollut suoranaista vaikutusta vahvaan vanhemmuuteen. Sen sijaan ”kylän tuki” nähtiin suurena voimavarana, mikäli sellainen vanhemmilla oli. Asiantuntijoiden mielestä teini-ikäisten vanhempien kannattaisi olla toisiinsa yhteydessä esim. lasten kotiintuloaikoja mietittäessä.

Avun saanti vanhemmuuteen lähtee usein koulun puolelta: *Yllättävän vähän pyydetään apua vanhemmuuteen matalan kynnyksen palveluista. Usein asiakkuus alkaa koulun aloitteesta. Tähän voi vaikuttaa se, että psykososiaalisen tuen palvelut lähes lopetettiin 90-luvun lopulla, ja se jollain tavalla näkyy vieläkin. Eli vanhemmat, jotka itse käyneet koulun silloin, niin ei ollut näitä palveluita samalla tavalla kuin nyt.*

Koulu tekee yhteistyötä mm. perheneuvolan kanssa. *Viimisen kymmenen vuoden aikana on ruvennut tulemaan enemmän tukitoimia vanhemmuuteen yhteiskunnan puolelta. On panostettu perheneuvolaan ja monenlaista ohjautumista tuen piiriin on kehitetty.*

Vanhemmuuteen puututaan kuitenkin usein vasta sitten, kun ongelmat ovat olemassa. Nuorten median käytön rajoittaminen olivat puheenaiheina myös asiantuntijoiden haastattelussa: *Some on nyt aika isossa roolissa ja kun se tuli, niin nuoret oppi sen helpommin*



*kuin vanhemmat. Vanhempien auktoriteetti ei ollut itsestään selvää somen suhteen, koska puhuttiin asioista, joista ei tiedetty. Ei ole sitä mallia edelliseltä sukupolvelta, että kännykät pois. Se on niin uusi asia.*

Ongelmien puuttumisajankohta pitäisi olla asiantuntijoiden mukaan mahdollisimman varhain, ennen kuin tilanne ”karkaa käsistä”: *Mä itekin näen että se lähtee siinä vaiheessa kun se lapsi haluaa sen tikkarin sieltä kaupasta ja alkaa se itkupotku -raivari. Siinä vaiheessa, kun lapsi on pieni, pitää vanhempaa ohjeistaa, että anna vaan sen lapsen huu-  
taa ja kiljua. Tää lapsi joka saa sen tikkarin, niin jatkaa koko lapsuuden ja nuoruuden sitä samaa ja sitten murrosiässä ongelmat ovat jo aikamoiset.*

Päivähoito nähtiin neuvolan lisäksi merkittävänä vanhemmuuden tukijana: *Mä luulen että aika pitkälle on hukkaan menty sitten jos yläkouluikäisen vanhemmalla on tällaisia ongelmia. Kyllä se lähtee ihan sieltä päiväkodista. Se tuki tuottaa sinne siihen vanhemmuuteen.”*

Asiantuntijaraadissa mietittiin kehittämisideoita vanhemmuuden tukemiseen. Mietittiin, miten vanhemmat tavoitettaisiin mahdollisimman hyvin. Alle kouluikäisten vanhemmille toivottiin riittävästi resurssia neuvolakäynneille. *Yleensä kaikki käy säännölliset neuvolakäynnit, niin hyvä jos vanhemmuuden tukeminen tapahtuu niiden käyntien sisällä. Ne, joilla on suurimmat ongelmat, eivät enää varta vasten lähde hakemaan järjestettyä apua.*

Nuorten vanhemmat tavoitetaan koululla: *Tietoiskua ja maalaisjärkeä seiskaluokan vanhempainiltaan, mikä tavoittaa yleensä 95% vanhemmista.*

Nikotiinituotteista asiantuntijat olivat yhtä mieltä, että nuoret eivät välitä nuuskan vaaroista. *Lähipiirissä ei ole vielä ketään, jolla olisi nuuskan aiheuttama syöpä.* Asiantuntijat näkivät ongelmaksi, mikäli nuoren vanhempi käyttää itse nikotiinituotteita: *Aika vaikeaa rajoittaa nikotiinituotteiden käyttöä, jos itse käyttää.* Asiantuntijat olivat kuitenkin huomanneet sen voivan vaikuttaa nuoreen myös päinvastaisesti: *Joku fiksu nuori katsoo, ettei ainakaan ala käyttämään, jos vanhempi käyttää.*

Nuuskan vaaroista toivottiin tietoiskua hammashoitolasta: *Screenillä kuvat limakalvo-  
muutoksista.*

## 6.2 Vanhempien teemahaastattelu vanhemmuuden tuen tarpeesta.

Vanhempien teemahaastattelun mukaan murrosiän merkit näkyivät kotona ovien paukkumisena, ärtymyksenä, mielialojen vaihteluna, huutamisena ja äidin ja etenkin tyttärien tappeluina. Kiistaa murrosikäisten kanssa aiheuttivat mm. kotiintuloajat sekä tyttöjen videopuhelut, joiden johdosta nukkumaanmenokin pitkittyi.

Vanhemmat kokivat neuvottomuutta median käytön säännöstelemisen kanssa. Mietinnässä oli, voiko teini-ikäisten salasanoja vaatia vanhemman tietoon ja miten paljon median käyttöä voi rajata nuorelta.

Vanhemmuuden tukemiseen auttoivat vanhempien mukaan nuorten harrastukset, jotka lisäsivät arjen hallinnan tuntua. Toisen aikuisen läsnäolo nähtiin tärkeänä sekä äidin ja isän yhteinen näkemys asioista tuki vanhemmuutta. Tärkeiksi tukijoiksi nähtiin vertaistuki muilta vanhemmilta sekä koululta saatu tuki. Haastattelussa tuli ilmi, että vanhemmat kokivat tärkeäksi saada vahvistusta muilta vanhemmilta omiin näkemyksiin ja lasten kasvatukseen. Yhteys muihin vanhempiin nähtiin tärkeinä myös kotiintuloaikoja määrittäessä.

Vanhempien mukaan vertaistuki ystäviltä tai toisilta vanhemmilta on tukenut parhaiten omaa vanhemmuutta. Myös koulu, ja erityisesti nuoren oma opettaja on ollut isossa roolissa. Koulun oppilashuolto ja kuraattorin palvelu nähtiin hyvänä. Myös koulupoliisin ja rippipapin tuki nuorelle nähtiin tärkeinä koko perheelle.

Vanhempien teemahaastattelun tuloksien mukaan, vanhemmuuteen ei pyydetä tukea omilta vanhemmilta tai isovanhemmilta. Vanhemmat pitävät omia vanhempiaan tärkeinä apujoukkoina muun muassa lasten hoitamisessa. Kasvatukseen tai vanhemmuuteen ei kuitenkaan haluttu tukea omilta vanhemmilta. Vanhempien teemahaastattelussa kysyttiin myös kehittämisideoita vanhemmuuden tukemiseen. Pohdittiin, pitäisikö vertaistukiryhmiä järjestää vanhemmille kohdennetusti koulun kautta, esim. paikkakunnalle muutaneet voisivat hyötyä vertaisryhmistä. *Pitäisikö avuntarvitsijat bongata koulun puolesta, ja tarjota heille vertaistukiryhmää?* Vanhemmat näkivät tärkeänä vanhemmuuden onnistumisessa vanhemman läsnäolon lapselle/nuorelle, ja sen, että vanhemmilla on yhteneväinen näkemys asioista.

## 7 POHDINTA

### 7.1 Tulosten tarkastelu

Verrattaessa systemaattiseen kirjallisuuskatsaukseen valikoituneista tutkimusartikkeleista vanhemmuuden tukemisesta ja vanhemmuuden tukemisen merkityksestä, löytyy paljon yhteneväisyyksiä tukemaan tämän tutkimuksen, sen teemahaastattelujen loppu tulemaan. Verrattaessa kirjallisuuskatsauksen synteesiin, samankaltaisia teemoja esiintyy tässä tutkimuksessa.

Vanhemmat kokevat hyötyvänsä ammattilaisten tarjoamasta avusta. Hännisen (2013) tutkimuksessa tärkeäksi tukemisen tavaksi vanhemmat kokivat ammattilaisilta saadun positiivisen palautteen haastavissakin tilanteissa. Ammattilaisten antama tuki oli kokonaisvaltaista ja hyödytti koko perhettä murrosikään liittyvissä haasteissa. Myös vanhempien osallisuuden katsotaan lisäävän perheen hyvinvointia, jonka vuoksi osallisuutta on tärkeä tukea muun muassa vanhemmuutta vahvistamalla, perheiden arjen toimivuutta tukemalla ja turvaamalla sosiaalisen tuen saanti (Ylätaalo, 2016, 25).

Tämän tutkimuksen mukaan neuvola ja varhaiskasvatus ovat hyviä vanhemmuuden tukijoita. Neuvolakäynteihin toivottiin riittävästi resursseja, jotta vanhemmuuden tukemiselle olisi riittävästi aikaa käytettävissä. Perheneuvolan toiminnot koettiin hyväksi ammattilaisten ohjatessaan vanhempia tuen piiriin.

Koulu ja sen tarjoamat palvelut nousevat esiin perhettä tukevinä palveluina tässäkin tutkimuksessa. Koulussa toteutetut nuoria ohjaava toiminta ja vanhempien tukeminen koettiin hyödyllisiksi, ja perheet kokivat hyvinvointinsa parantuneen. Opettaja nähtiin tärkeänä murrosikäisen nuoren ja perheen hyvinvointia tukevana tekijänä. Asiantuntijoiden haastattelussa todettiin seitsemännen luokan vanhempainillan olevan oiva tilaisuus tavata murrosikäisten vanhemmat. Kasvatuksellinen vanhemmuutta tukeva osio sisältyisi seitsemännen luokan vanhempainiltaan.

Vertaistuki yhtenä sosiaalisen tuen muotona koetaan tärkeäksi vanhemmuuden tukijaksi. Vanhemmat kaipaavat vertaisryhmistä tietoa ja keinoja lapseen ikään liittyvien pulmien ratkaisemiseksi (Haaranen. 2012, 74). Tämän kehittämisprojektin tutkimuksen mukaan vanhemmat kokivat vertaistuen yhdeksi tärkeimmäksi tukimuodoksi oman vanhemmuuden tukemiseen. Omat ystävät, perhe, lasten kavereiden vanhemmat sekä

muut aikuiset koettiin parhaimmiksi vertaistuen antajiksi. Sen sijaan vanhemmat eivät kokeneet haluavansa/saavansa omilta vahemmiltaan tukea omaan vanhemmuuteensa.

Tutkijalla oli tähän aiheeseen liittyvää kokemusta työtehtävistä ennaltaehkäisevän terveydenhuollon eri pisteistä. Työpisteitä oli mm. lastenneuvolatyö, sekä koulu- ja opiskeluterveydenhuolto. Vuosien käytännön kokemus vanhemmuuden tukemisesta motivoi tutustumaan kirjallisuuteen ja laatimaan oman tutkimussuunnitelman. Tutkijan omat työtehtävät antoivat syvyyttä tutkimuksen toteutukseen, sillä esimerkiksi asiantuntijaraadin kokoaminen oli luontevaa, ja tutkimuksen aihepiiristä keskusteltiin muutenkin työpäivien aikana.

## 7.2 Eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2012) laatimien ohjeistuksien mukaisesti kehittämissuunnitelmassa on viitattu muiden tutkijoiden töihin asianmukaisesti ja projektiin tarvittava tutkimuslupa (liitteet 3 ja 4) on myönnetty ennen tutkimuksen aloittamista.

Projektissa noudatettiin Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2018a) julkaisemia ihmistieteitä koskevia eettisiä periaatteita, kuten itsemääräämisoikeutta, vahingoittamisen välttämistä ja yksityisyyttä. Teemahaastatteluun osallistuneille asiantuntijoille sekä vanhemmille kerrottiin kehittämissuunnitelmasta tarkasti, ennen tutkimuksen aloittamista.

Tämä tutkimus kohdistettiin asiantuntijoille ja murrosikäisten vanhemmille. Vanhemmuuden tuen merkitystä lähdettiin selvittämään heidän näkökulmastaan. Tähän päädyttiin ideointivaiheen aikana ohjausryhmältä tulleesta ehdotuksesta. Teemahaastatteluun osallistuneille asiantuntijoille sekä vanhemmille kerrottiin kehittämissuunnitelmasta tarkasti, ennen tutkimuksen aloittamista. Tutkimusluvut (liitteet 3 ja 4) tutkimussuunnitelma ja saatekirje (liite 1) oli osallistujien luettavissa ennen haastatteluihin osallistumista.

Tutkimuksen uskottavuus ja eettiset ratkaisut perustuvat pitkälti hyvään tieteelliseen käytäntöön. Siinä noudatetaan rehellisyyttä, yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta kaikissa vaiheissaan. Tutkimuksen tulokset julkaistaan avoimesti, lähdeviittaukset ovat oikein merkityjä ja tutkimus on yleisesti ottaen suunniteltu, toteutettu ja raportoitu yksityiskohtaisesti ja tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten mukaisesti. Tutkimusaiheen valinta on jo eettinen kysymys eli mitä tutkitaan ja miten. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 125-133.)

Tutkija tekee selväksi myös tutkittavien vapaaehtoisuuden, sen ettei tutkimuksesta aiheudu tutkittavalle vahinkoa ja että tiedot ovat luottamuksellisia. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 131.) Haastatteluun osallistuminen oli täysin vapaaehtoista ja jokainen haastatettava sai saatekirjeen (liite 1). Haastateltavat jäivät nimettömiksi ammattikuntansa edustajiksi. Kenenkään henkilöllisyys ei käy ilmi tutkimuksesta. Haastateltaville korostettiin, ettei heidän henkilöllisyyttä tulla julkaisemaan, eikä tutkimuksella haluta vahingoittaa kenenkään yksityisyyttä. Osallistujilta pyydettiin lupa myös haastattelujen nauhoittamiseen.

Tutkimuksen luotettavuutta lisää se, että projektipäällikkö teki aiheesta kaksi erillistä kirjallisuuskatsausta, joista toisen arviointiin käytettiin AMSTAR-asteikkoa ja katsaus todettiin luotettavaksi (Shea ym. 2007). Kummankin kirjallisuuskatsauksen yhteenveto oli samankaltainen. Samat teemat nousivat esiin kirjallisuuskatsauksissa kuin kehittämisprojektin tutkimuksessakin.

## 8 VANHEMMUUDEN TUKEMISEN TOIMINTAMALLI

Vanhemmuuden tukemisen toimintamalli kehitettiin systemaattisesta kirjallisuuskatsauksesta sekä kehittämisprojektin tutkimuksesta saatua tietoa hyödyntäen. Tutkimuksessa keskeistä oli osallistaa vanhempia ja asiantuntijoita tiedon tuottajina toimintamallin kehittämisessä. Vanhemmuuden tukemisen toimintamalli valmistui vanhempien vertaistukiryhmän ohjaajan käyttöön vertaisryhmän ohjaamisen tueksi.

Pietilän ym. (2002, 152) mukaan toimintamallilla tarkoitetaan työn tai toiminnan organisoitintapaa, työnjako- tai järjestämistapaa tai työn teoreettista mallia. Luotu toimintamalli (kuvio 3) perustuu asiantuntijuuteen, vertaistukeen ja moniammatillisuuteen. Toimintamalli on laadittu ryhmätyökäyttöön, jossa tiedollista tukea tarjoavat eri alojen ohjaajina toimivat ammattilaiset, emotionaalista ja sosiaalista tukea vanhemmuuteen saadaan vertaisilta.

Toimintamalli sisältää kolme haasteellisiksi koettua teemaa:

1. Nuoren unen tarve
2. Nuoren median käyttö
3. Nuoren päihdekokeilut

Nuoren unen tarve

Suomalaiset nuoret ovat tutkimusten mukaan Euroopan väsyneimpiä. Noin puolet suomalaisista nuorista nukkuu alle 8,5 tuntia yössä. Kun ihminen nukkuu noin viisi vuorokautta yhtäjaksoisesti liian vähän, olotila vastaa yhden promillen humalaa tai yhtäjaksoista 24-tunnin valvomista. Säännöllisestä ja riittävästä unesta kannattaa siis huolehtia oman hyvinvoinnin takia. (THL 2010). Pitkäaikainen unen puute vaikuttaa moniin eri perustoimintoihin: keskittymiskyky heikkenee, tapaturmien ja onnettomuuksien riski kasvaa, muisti huononee, oppiminen vaikeutuu, paino nousee ruokahalun kasvaessa, turhaantuu ja tulee helposti pahantuuliseksi, uupuu helposti ja alttius sairauksille kasvaa (esim. masennus).

Teemahaastattelussa tuli esiin vanhempien rajojen asetteluun vaikeudet nuoren nukkumisasioissa. Nuoren median käyttö sekä riittämättömän unen saanti kulkivat haastattelujen perusteella usein käsikkäin. Osa vanhemmista koki hankalaksi valvoa nuoren nukkumaanmenoa, mikäli talossa kaksi kerrosta ja nuorella oma huone eri kerroksessa missä vanhemmat viettävät aikaa. Osa vanhemmista toi esiin, ettei tilanne ollut täysin heidän hallussaan.

### Nuoren median käyttö

Sosiaalisen median käytöstä ja sisällöntuotannosta on muodostunut nuorille arkirutiini. Sekä tytöt että pojat toimivat aktiivisimmin netissä 15–19-vuoden iässä, jolloin useampi kuin kolme neljästä pitää joka päivä netin välityksellä yhteyttä kavereihinsa. Vain vajaa kolmannes suomalaisnuorista kääntyisi vanhempiensa puoleen kohdattuun uhkaan internetissä. Syitä siihen, että nuoret eivät puhu mediankäyttöön liittyvistä asioista vanhemmilleen lienee useita. Nuoret voivat myös pelätä sitä, että vanhempi estää tai kieltää nuoren kaiken yhteydenpidon tai netinkäytön tapauksen seurauksena. (Rahja, 2013.)

Vanhempien teemahaastattelussa tuli esiin voimattomuutta lapsen älylaitteiden hallintaan liittyvissä asioissa. Salasanojen hallussapidosta ja kännykkään pääsystä oli kahdenlaista näkökulmaa. Osa vanhemmista tiesi lapsensa salasanat, osa ajatteli, ettei saisi niitä nuorelta tietoon. Rajojen asettelu nuorelle voi toimia muissa asioissa, mutta nuoren kännykän hallinnassa osa vanhemmista koki vaikeuksia. Nuorten median käyttöön vanhemmat kaipaisivat sekä tiedollista- että vertaistukea.

### Nuoren päihdekokeilut

Alkoholin käytöllä on vahva yhteys nuorten tupakointiin (Ruokolainen & Mäki 2015, 51). Riskiä päivittäiselle tupakoinnille kasvattaa jo harvemmin kuin kerran kuussa tapahtuva alkoholin käyttö. Viikoittain alkoholia käyttävillä on tutkitusti kuitenkin suurin riski tupakointiin. (Ruokolainen ym. 2013, 639.) Kannabiksen kokeilulla ja tupakoinnilla on havaittu olevan yhteyttä: kertakokeilut kasvattavat tupakoinnin riskiä, mutta useasti kannabista kokeilleilla on suurin riski tupakointiin. (Ruokolainen ym. 2013, 639.)

Nuorten päihteiden käytöstä syntyi vähiten keskustelua vanhempien teemahaastattelussa, koska asia ei ollut tullut konkreettisesti ajankohtaiseksi juuri haastateltavien perheissä. Osa vanhemmista kuitenkin pohti, miten toisen vanhemman antama esimerkki päihteiden käyttäjänä vaikuttaa nuoreen. Nuorten päihteiden käyttö ja kokeilut nousivat

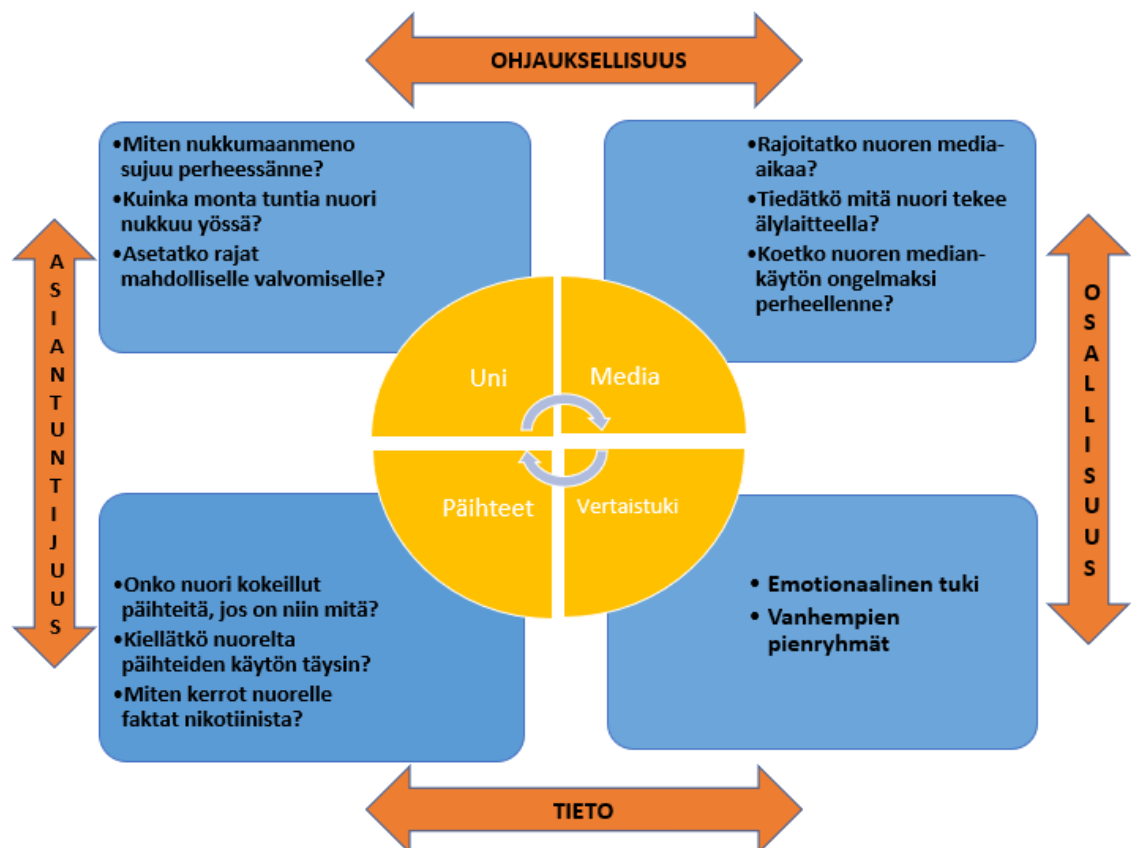
sen sijaan asiantuntijoiden haastattelussa pinnalle ja asiasta syntyi runsaasti keskustelua. Päihdekokeilut, etenkin nuuskan nouseva käyttö oli jo ongelma asiantuntijoiden työympäristöissä.

Kuhunkin teemaan on osaksi toimintamallin konkreettista tuotosta (kuvio 3) laadittu ohjaajien apukysymykset keskustelun eteenpäin viemiseksi. Apukysymykset ovat:

Nuoren unen tarve: Miten nukkumaanmeno sujuu perheessänne? Kuinka monta tuntia nuori nukkuu yössä? Asetatko rajat mahdolliselle valvomiselle?

Muoren median käyttö: Rajoitatko nuoren media-aikaa? Tiedätkö mitä nuori tekee älylaitteella? Koetko nuoren median käytön ongelmaksi perheellenne?

Päihdekokeilut: Onko nuori kokeillut päihteitä, jos on niin mitä? Miten kerrot nuorelle faktat nikotiinista? Kiellätkö nuorelta päihteiden käytön täysin?



Kuvio 3. Toimintamalli vanhemmuuden tukemiseen.



Toimintamallissa **asiantuntijana** toimiva ohjaaja vastaa toiminnan eteenpäin viemisestä, ohjaa keskustelua, asettaa tarkentavia kysymyksiä, jotta aikaan saadaan dialogista keskustelua. **Ohjauksellisuus** ei ole täysin strukturoitua, vaan antaa osallistujille "tilaa" omien ajatusten ja haasteiden esille tuomiseen ja käsittelyyn. Tarkoitus on luoda avoin ja hyväksyvä ilmapiiri, jossa vanhempien **osallisuus** toimintaan ja vanhemmuuden ja arjen tukeminen ovat ensisijaisia tavoitteita.

Luotua toimintamallia voidaan hyödyntää laajasti: Murkkufoorumin vertaistapaamisissa, yläkoulujen vanhempainilloissa, koulun oppilashuollon toiminnassa ja esimerkiksi perheneuvoloissa ja -valmennuksissa neuvola- ja kouluterveydenhuollon toiminnassa. Toimintamallin avulla voidaan taata oikea-aikainen ja oikeaan **tietoon** pohjautuva vanhemmuuden tukeminen ympäristöissä, joissa nuoret ja vanhemmat luontaisesti arjessaan toimivat.

## 9 TOIMINTAMALLIN IMPLEMENTOINTISUUNNITELMA

Valmistunut vanhemmuuden tukemisen toimintamalli osoitetaan ensisijaisesti Linkkitoiminnan Murkkufoorumi™ -vanhempain vertaisryhmätoiminnan käyttöön. Ammatillisesti ohjattujen vertaisryhmien etuna voidaan pitää sitä, että ammattilainen tuo ryhmän käyttöön ryhmäläisten kokemustiedon ohelle myös ammatillista tietoa (Jyrkämä 2010, 34). Linkki-toiminnan palvelut ovat perheille maksuttomia ja niihin voi hakeutua joko itse tai ammattilaisen ohjaamana. Tukimuotoja ovat ohjaus ja neuvonta, keskusteluapu, RennoX ja FiiliXissä -toiminta nuorille, nuorten vertaisryhmät, keskusteluillat sekä vanhemmille suunnattu ammatillisesti ohjattu vertaisryhmä Murkkufoorumi™.

Murkkufoorumissa on ohjaajalle työstetty kansio, josta löytyvät eri aihealueita murrosikäisten vanhemmille ryhmässä pohdittaviksi. Vanhemmuuden tukemiseen tarvittavaa materiaalia ei ole ollut, mutta tarve siihen on ollut olemassa. Valmistunut toimintamalli on visualisesti projektipäällikön mieltymysten mukainen, ja se noudattaa NIKO -projektin värimaailmaa.

Toimintamalli on testattu kaksi kertaa. Ensimmäisellä kerralla malli esiteltiin ohjausryhmässä, jossa toivottiin toista sivua ja lisää sisältöä vanhempien ohjaamiseen. Toinen toimintamallin testaus tehtiin ohjausryhmän esittämien muutosten jälkeen asiantuntijalla ja vanhemmalla. Toisen testauksen jälkeen ei muutoksia enää tehty.

Toimintamalli sisältöineen on vapaasti käytettävissä ja muokattavissa kenen tahansa käyttöön – myös Murkkufoorumin. Toimintamalli on mahdollista painattaa kaksipuoliseksi kortiksi, jolloin se soveltuu hyvin myös jaettavaksi materiaaliksi, tai kansioon lisättäväksi.

## 10 KEHITTÄMISPROJEKTIN ARVIOINTI

Kehittämiprojekti eteni kokonaisuudessaan projektisuunnitelmaan laaditun aikataulun mukaisesti. Kehittämiprojektin aiheen valinta oli perusteltua kirjallisuuskatsauksesta saadun tiedon valossa.

Vanhemmuuden tukeminen on yksi Lapsi -ja perhepalveluiden (LAPE) muutosohjelman ensisijainen tavoite. Muutosta johtavat sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö sekä opetus- ja kulttuuriministeriö, jonka vastuulla on lasten ja nuorten hyvinvoinnin tuki varhaiskasvatuksessa, koulussa ja oppilaitoksessa. Ohjelman toimeenpanossa ovat mukana myös Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos sekä Opetushallitus (Aula, 2019.)

Kirjallisuuskatsaus ja teemahaastattelut loivat hyvän perustan toimintamallin laatimiselle. Kehittämiprojektin tiedottaminen toteutui säännöllisin väliajoin lukukausien aikana. Viestintä projektiryhmän kanssa toteutui pääasiallisesti sähköpostin välityksellä sekä muutamien tapaamisin.

Kehittämiprojektin aihe oli tutkijalle itselleen mieleinen, ja se motivoi etenemään projektissa. Vastaavanlaisesta projektin vetämisestä ei projektipäälliköllä ollut entuudestaan kokemusta. Projektipäällikön pyrkimys oli selvittää mahdollisimman pienellä ohjausavulla alusta lähtien. Ohjausta tarvittiin kuitenkin sopimusten, idean kehittämisen ja kirjallisten materiaalien tekemisessä. Projektipäällikkö oli kouluttautunut Murkkufoorumin vertaisryhmän ohjaajaksi, joten tiedossa oli toimintamallin juurruttamispaikka.

Kehittämiprojektin etenemistä helpotti projektipäällikön verkostot tutkimusta toteutettaessa. Toimeksiantajat olivat myös helposti saavutettavissa. Aihe istui ”kuin nenä päähän” projektipäällikön työskennellessä nuorten ja heidän perheidensä parissa. Tutkimuksen tekemisestä jäi postivinen mieli, koska teemahaastatteluihin osallistujat olivat tutkimuksessa täysillä mukana ja näin myös aiheen tärkeys korostui.

Kehittämiprojektin tarve pohjautui Lounais-Suomen syöpäyhdistyksen strategiaan ja linjauksiin sekä NIKO-projektiin tavoitteisiin ja tarpeisiin. Projektin tuloksena syntyi vanhemmuuden tukemisen toimintamalli. Projektipäällikkö huomasi projektin aikana aiheen olevan pinnalla, ja uusille vanhemmuuden tukemisen toimintamalleille olevan tilausta. Projektissa jäi mietittävään toimintamallin juurtuminen käytäntöön. Toimintamalli

osoitettiin vertaistukiryhmätoimintaan ohjaajan työkaluksi. Tulevaisuus näyttää, miten toimintamallia tullaan hyödyntämään.

## LÄHTEET

Aro H, Hänninen V, Paronen O. 1989. Social support, life events and psychosomatic symptoms among 14-16-year old adolescents. *Soc Sci Med* 1989;29:1051-6.

Aula, M. 2019. LAPE 2019 askelmerkit Lapsi keskiöön –tuki arkeen. Viitattu 20.5.2019. [https://stm.fi/documents/1271139/1953486/LAPE+2019+toimintasuunnitelma+mka+14012019\\_.pdf/8fcbffa2-1ee8-8c07-925c-7ab2380c8c20/LAPE+2019+toimintasuunnitelma+mka+14012019\\_.pdf.pdf](https://stm.fi/documents/1271139/1953486/LAPE+2019+toimintasuunnitelma+mka+14012019_.pdf/8fcbffa2-1ee8-8c07-925c-7ab2380c8c20/LAPE+2019+toimintasuunnitelma+mka+14012019_.pdf.pdf)

Baumbusch J, 2010. Semi-Structured Interviewing in Practise-Close Research. *Journal for Specialist in Pediatric Nursing*, Vol. 15(3), 255-258.

Cohn J F, Tronick E. Specificity of infants' response to mothers' affective behavior. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry* 1989; 28: 242–8.

Coleman, J. C. 1997. The parenting of adolescents in Britain today. *Children & Society* 11 (1), 44–52.

Coppo, A: Galanti, M: Giordano, L: Buscemi, D: Bremberg, S & Faggiano, F. 2014. School policies for preventing smoking among young people. Viitattu 19.3.2019. <http://onlinelibrary.wiley.com.ezproxy.turkuamk.fi/doi/10.1002/14651858.CD009990.pub2/full>

DiCicco-Bloom B & Craptree BF. 2006. The qualitative research interview. *Medical education* Vol, 40(4), 314-321.

Elo S & Kyngäs H. 2008. The qualitative content analysis process. *Journal of Advanced Nursing* 62 (1), 107–115.

Finck, A. 2014. *Conducting research literature reviews. From the Internet to Paper. Fourth Edition.* London: Sage Publications Ltd.

Gerris, J. 1994. Perhearvot vanhempien silmin: Perhe-elämän ja lastenkasvatuksen arvosperus-taiset mallit. Teoksessa Virkki, J. (toim.) *Ydinperheistä yksilöllistyviin perheisiin.* Juva: WSOY. 143-162.

Gillham B. 2005. *Research Interviewing: The Range of Techniques.* Berkshire, GBR. McGraw-Hill Education.

Grimshaw, G, Stanton, A. 2013. Tobacco cessation interventions for young people. Viitattu 20.3.2019. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/14651858.CD003289.pub5/full>

Grotevant, H.D. 1998. Adolescent development in family contexts. Teoksessa Damon, W. & Eisenberg, N. (toim.) *Handbook of child psychology, volume 3: Social, emotional and personality development*, 5. painos. New York: Wiley, 1097–1150.

Haaranen, A. 2012. Realistinen arviointi lapsiperheiden vanhempainryhmistä Muutokset perheen terveydessä ja vaikuttavuutta edistävät toiminnot. Viitattu 20.3.2019. [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_isbn\\_978-952-61-0968-8/urn\\_isbn\\_978-952-61-0968-8.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-0968-8/urn_isbn_978-952-61-0968-8.pdf)

Hara, M., Ollila, H. & Simonen, O.(toim.). *Lasten ja nuorten tupakoimattomuuden edistäminen Yhteinen vastuamme. Toimintasuositukset lasten ja nuorten terveyden ja tupakoimattomuuden edistämiseksi Suomessa vuosina 2010-2013.* Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen selvityksiä 2009:58

- Hefler, M., Liberato, S. & Thomas, D. 2017. Incentives for preventing smoking in children and adolescents. Viitattu 20.3.2019. <https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD008645.pub3/epdf/full>
- Heloma, A.; Ruokolainen, O & Jousilahti, P. 2015. WHO:n tavoite tupakoinnin vähenemisessä voidaan saavuttaa – kansallinen tavoite Savuton Suomi 2040 vaatii tehostettuja toimia. THL. Tutkimuksesta tiiviisti 10. huhtikuu 2015. Viitattu 20.3.2019. [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125825/URN\\_ISBN\\_978-952-302-460-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125825/URN_ISBN_978-952-302-460-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Hershberger, A., Zapolski, T., Aalsma; M.C. 2016. Social support as a buffer between discrimination and cigarette use in juvenile offenders. Viitattu 8.5.2019. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27010849>.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2010. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. ja Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2016. Tutki ja kirjoita. 21. painos. Helsinki: Tammi
- Jyrkämä, O. 2010. Vertaistukiryhmä käyntiin! Teoksessa Laatikainen, T. (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. Helsinki: Asumispalvelusäätiö Aspa, 25–49.
- Hänninen, H. 2013. Murrosiän myllerryksessä -vanhempien voimavarat ja vertaistuki. Helsinki: Diakonia ammattikorkeakoulu. Viitattu 13.2.2019. [http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/59735/Hanninen\\_Hanna.pdf?sequence=1](http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/59735/Hanninen_Hanna.pdf?sequence=1)
- Jääskeläinen, M & Virtanen, S. 2018. Nuuskan käyttö on lisääntynyt mutta tupakointi edelleen vähentynyt. Tilastoraportti 37/2018. Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 1.3.2019. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137060/Tr37\\_18.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137060/Tr37_18.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Kempainen, Jaana. 2001. Kotikasvatus kolmessa sukupolvessa. Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research 190. Jyväskylän yliopisto.
- Kinnunen, J; Pere, L; Lindfors, P; Ollila, H; Rimpelä, A. 2015. Nuorten tupakka-tuotteiden ja päihteiden käyttö 1977-2011. Nuorten terveystapatutkimus 2015. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki. Viitattu 8.1.2018. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126379/URN\\_ISBN\\_978-952-00-3592-1.pdf?sequence=1](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126379/URN_ISBN_978-952-00-3592-1.pdf?sequence=1)
- Laajasalo, T. 2017. Arkipäiväistetään vanhemmuuden tuki. Viitattu 20.3.2019. <https://www.kasvuntuki.fi/arkipaivaistetaan-vanhemmuuden-tuki/>
- Laakkonen, K. 2010. "Vanhemmuus on vastuuta koko lapsen elämästä." Vanhempien käsityksiä vanhemmuudesta, perheestä ja kasvatuksesta nykypäivänä. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Hämeenlinna: Opettajankoulutuslaitos.
- Lindfors P., Pere L., Raisamo S., Rimpelä A., Tiirikainen M. 2011. Nuorten tupakka-tuotteiden ja päihteiden käyttö 1977-2011. Nuorten terveystapatutkimus 2011. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki. Viitattu 8.1.2018. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/112030/URN%3aNB%3afi-fe201504223563.pdf?sequence=1>
- Metsämuuronen, J. 2009. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Morgan DL. 1993. Qualitative content analysis: a guide to paths not taken. Qualitative Health Research 3 (1), 112–121.

Mäntymaa, M. 2006. Early mother-infant interaction: determinants and predictivity. Väitöskirja. Acta Universitatis Tamperensis 1144. Tampere. Tampereen Yliopistopaino Oy. Juvenes Print 2006.

Ojanen, P.2013. Vanhemmuuden varhaisen tukemisen mallinnus. Meidän vauva – verkoston askeleet kohti vauvaperheiden hyvinvointia. Opinnäytetyö. Ylempi AMK tutkinto. Tampere: Tampereen ammattikorkeakoulu. Viitattu 1.5.2019. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/61765/Ojanen\\_Paivi.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/61765/Ojanen_Paivi.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Ollila, H. 2012. Nuorten tupakkariippuvuus ja sen arviointi. Teoksessa: Tupakka-riippuvuus ja tupakasta vieroitus. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Yleislääketieteen yhdistyksen asettama työryhmä. Duodecim. Helsinki.

Pietilä A-M, Eirola R, Vehviläinen-Julkunen K. 2002. Työmenetelmiä terveyttä edistävässä asiakastyössä. Teoksessa Pietilä A-M, Hakulinen T, Hirvonen E, Koponen P, Salminen E-M & Sirola K. (toim.) Terveyden edistäminen. Uudistuvat työmenetelmät. Juva, WS Bookwell OY.

Piispa, M. 2017. Sammuuko savuke, nouseeko nuuska? Tutkimus yläkouluikäisten tupakkatuotteisiin liittyvistä mielikuvista ja kokemuksista. Nuorisotutkimusseuran verkkojulkaisuja 127. Viitattu 20.3.2019. [http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/mikkopiispa\\_sammukosavuke\\_verkko-1.pdf](http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/mikkopiispa_sammukosavuke_verkko-1.pdf)

Puupponen, M; Ruokolainen, O; Ollila, H; Seppänen, J. 2017. Savukkeiden, nuuskan ja sähkösavukkeiden aloittamisalttius, käyttö ja hankinta sekä suhtautuminen tekstivaroituksiin nuorilla keväällä 2016. THL. Viitattu 8.1.2018. [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131929/URN\\_ISBN\\_978-952-302-801-2.pdf?sequence=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131929/URN_ISBN_978-952-302-801-2.pdf?sequence=1)

Rahja, R. 2013. Nuorten mediamaailma pätkinänkuoressa. Mediakasvatusseura ry.

Rainio, S. 2009. Familial influences on adolescence smoking - parental smoking, home smoking ban and home - based sourcing of tobacco. Viitattu 20.3.2019. <http://urn.fi/urn:isbn:978-951-44-7626-6>

Rosendahl KI, Galanti MR, Gilljam H ym. Smoking mothers ang snuffing fathers; Behavioural influences on youth tobacco use in a Swedish cohort. Tob control 2003;12(1): 74-8

Ruokolainen O. & Mäki N. 2015. Koulutuksellinen asema ja päihteiden käyttö nuorilla: erot ammatillisessa oppilaitoksessa ja lukiossa opiskelevilla. Sosiaalilääketieteellinen Aikakauslehti, [S.I.], v. 52, n. 1, huhti. 2015. ISSN 0355-5097. Viitattu 30.5.2019. [file:///C:/Users/jenni/AppData/Local/Packages/Microsoft.Microsof-tEdge\\_8wekyb3d8bbwe/TempState/Downloads/50759-1-43362-1-10-20150428.pdf](file:///C:/Users/jenni/AppData/Local/Packages/Microsoft.Microsof-tEdge_8wekyb3d8bbwe/TempState/Downloads/50759-1-43362-1-10-20150428.pdf)

Ruokolainen O., Ollila H. & Heloma A. 2013. Päihdekäyttö vahvimmin yhteydessä tupakointiin oppilaitostyyppistä riippumatta. Vertailu ammattiin opiskelevien ja lukiolaisten kesken. Yhteiskuntapolitiikka 78 (2013): 6; 634-649. Viitattu 30.5.2017 <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116035/ruokolainen.pdf?sequence=1>

Salakari, M. 2017, "NIKO" -syövän ehkäisy ja terveyden edistäminen nuorten arjessa. Projektisuunnitelma 2017.

Salo, Anna-Elina. 2015. Et tuli kyl semmonen innostus et kyl mäki osaan ja kyl mäki pystyn. Murkkufoorumi-vertaisryhmät vanhemmuuden minäpystyvyyden tukena. Turun Yliopisto. Kasvatustieteen laitos. Viitattu 20.5.2019. <https://linkkitoiminta.fi/wp-content/uploads/2017/02/Anne-Elina-Salo-Pro-gradu.pdf>

Salomäki, S-M; Tuisku, J. 2013. Nuuska nuorten maailmassa. Nuorten käsityksiä ja kokemuksia nuuskasta ja nuuskan käytöstä. Helsinki. Viitattu 8.5.2019. <https://s3-eu-west-1.amazonaws.com/frantic/syopa-jarjestot/Nuuska-nuorten-maailmassa.pdf>

Schmitt, F. 2003. Riittävän hyvä vanhemmuus. Teoksessa J. Sinkkonen (toim.) Pesästä lentoon. Kirja lapsen kehiksestä kasvattajalle. Helsinki: WSOY. 298-326.

Shea, B.; Grimshaw, J.; Wells, G.; Boers, M.; Andersson, N.; Hamel, C.; Porter, A.; Tugwell, Mohe, D.; & Bouter, L. 2007. Development of AMSTAR: a measurement tool to assess the methodological quality of systematic reviews. BMC Medical Research Methodology. Viitattu 26.5.2019 <https://bmcmmedresmethodol.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2288-7-10>

Sosiaali- ja terveysministeriö 2009. Neuvolatoiminta, koulu- ja opiskelu-terveydenhuolto sekä ehkäisevä suun terveydenhuolto. Asetuksen 380/2009 perustelut ja soveltamisohjeet. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2009:20. Yliopistopaino. Helsinki.

Sourander, A., McGrath, P., Ristkari, T., Cunningham, C., Huttunen, J., Hinkka-Yli-Salomäki, S., Kurki, M., Lingley-Pottie, P. (2018). Two-Year Follow-Up of Internet and Telephone Assisted Parent Training for Disruptive Behavior at Age 4. J Am Acad Child Adolesc Psychiatry, 57, 658-668.

Steinberg, L. 2001. We know some things: Parent-adolescent relationships in retrospect and prospect. Journal of Research on Adolescence. 11 (1), 1–19.

Terveydenhuoltolaki 1326/2010. Finlex.

THL 2010. Kouluterveyskysely.

THL 2017. Kouluterveyskysely.

Thomas, R: Baker, P: Thomas, B & Lorenzetti, D. 2015. Family-based programmes for preventing smoking by children and adolescents. Cochrane Database of Systematic Reviews. Viitattu 20.3.2019. <http://onlinelibrary.wiley.com.ezproxy.turkuamk.fi/doi/10.1002/14651858.CD004493.pub3/full>

Tuomi J. & Sarajärvi A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannusosakeyhtiö Tammi, Helsinki.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2018a. Eettinen ennakoarviointi ihmistieteissä. Viitattu 15.5.2018 <http://www.tenk.fi/eettinen-ennakoarviointi-ihmistieteissä>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 18.5.2019. [https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)

Ulfdotter, (2016). Evaluation of a Swedish Universal Health-Promoting Parenting Program Effectiveness, Cost-Effectiveness and Predictors. Karolinska Institutet. Viitattu 25.5.19. <https://openarchive.ki.se/xmlui/handle/10616/45320>

Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta 338/2011. Finlex – Valtion säädöstietopankki.

Vesterlin, Hannele. 2007. Voimavaroja vanhemmuuteen ja parisuhteeseen. Lapsiperheiden vanhempien kokemuksia tukiryhmätoiminnasta. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto. Hoitotieteen laitos. Viitattu 8.2.2019. <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/78196/gradu01965.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Vilpas, H. 2008. Väitöskirja. Hoitotieteen laitos. Tampere: Tampereen yliopisto. Nuorten tupakointi. Sosiodemografisten ja äitiin liittyvien tekijöiden yhteys nuorten tupakointiin sekä tupakoinnin yhteys päihteiden käyttöön. Viitattu 20.3.2019. <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-17820>

Viljamaa, Janne. 2017. Mitä minä teen tämän teinin kanssa. Minerva kustannus Oy. Helsinki.

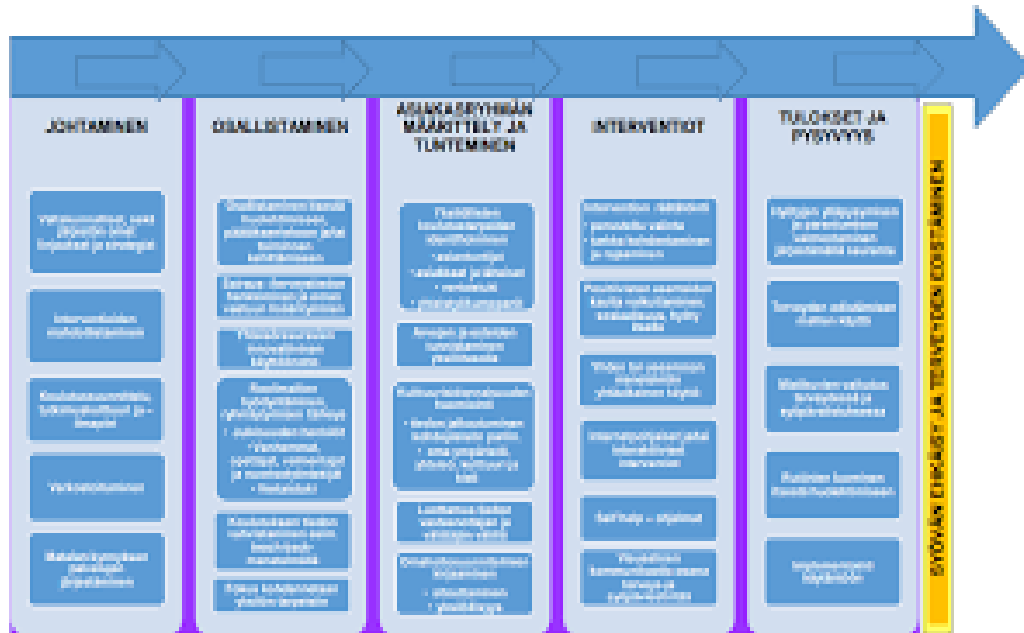


Viljamaa, M-L. 2003. Neuvola tänään ja huomenna. Vanhemmuuden tukeminen, perhekeskeisyys ja vertaistuki. Jyväskylän Yliopisto. Väitöskirja.

Weber RP. 1990. Basic content analysis. Sage Publications, Newbury Park, CA

Wickholm, S; Laitinen, A; Ainamo, A; Rautalahti M. 2012. Nuuskan terveyshaitat. Duodecim 2012;128; 1089-96. Viitattu 8.1.2018. <http://www.duodecimlehti.fi/api/pdf/duo10270>

# Liite 1. Takalan ”Syövän torjunta ja terveyden edistäminen” -toimintamalli



Lähde: Takala, Satu. 2017.

## Liite 2. Saatekirje.

Hyvä vastaaja

Kohteliaimmin pyydän Sinua osallistumaan haastatteluun, jonka tarkoituksena on tuottaa tietoa vanhemmuuden tuen vaikutuksesta nuorten terveystietoisuuden ja hyvinvoinnin aihealueilta. Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa toimintamalli vanhemmuuden tukemiseen nuorten terveyden edistämiseen. Tämä aineiston keruu liittyy Lounais-Suomen Syöpäyhdistyksen NIKO -projektiin, jonka pyrkimyksenä on ehkäistä nuorten nikotiinituotteiden käyttöä. Lupa aineiston keruuseen on saatu Uudenkaupungin terveystietoisuudelta sekä sivistystoimelta. Suostumuksesi haastateltavaksi vahvistat allekirjoittamalla alla olevan Tietoinen suostumus haastateltavaksi -osan ja antamalla sen haastattelijalle.

Haastattelu vie noin tunnin työaikaasi. Osallistumisesi on erittäin tärkeää, koska olet avainhenkilö organisaatiossanne koskien nuorten terveystietoisuutta ja vanhemmuuden tuen merkitystä. Haastattelun tulokset tullaan raportoimaan niin, ettei yksittäinen haastateltava ole tunnistettavissa tuloksista. Sinulla on täysi oikeus keskeyttää haastattelu ja kieltää käyttämästä Sinuun liittyvää aineistoa, jos niin haluat.

Tämä aineiston keruu liittyy osana Turun ammattikorkeakoulussa suorittamaani ylempään ammattikorkeakoulututkintoon kuuluvaan opinnäyteteeseen. Opinnäytetyöni ohjaaja on Raija Nurminen, yliopettaja, Turun AMK / Terveystietoisuus.

Osallistumisestasi kiittäen

Sanna Arell Sairaanhoidaja / terveydenhoitaja AMK, YAMK -opiskelija puh. 044 0764111  
sanna.arell@edu.turkuamk.fi Tietoinen suostumus haastateltavaksi:

Olen saanut riittävästi tietoa opinnäytetyöstä, ja siitä tietoisena suostun haastateltavaksi ja asiantuntijaraadin keskustelun nauhoittamiseen. Haastattelu tulee vain opinnäytetyöntekijän käyttöön.

Päiväys \_\_\_\_\_

Allekirjoitus \_\_\_\_\_

Nimen selvennys \_\_\_\_\_

## Liite 3. Tutkimuslupa.

Sosiaali- ja terveyspalvelut  
Yliääkäri  
Piia Lahtinen  
Terveystie 4  
23500 Uusikaupunki

### TUTKIMUSLUPAHAKEMUS

**Tutkimustiedot:** Vanhemmuuden tukeminen nuorten terveydenedistämässä – nuori, terveys ja nikotiini

**Vastuullinen tutkija:** Raija Nurminen, Turun Ammattikorkeakoulu, Terveys ja hyvinvointi, [raija.nurminen@turkuamk.fi](mailto:raija.nurminen@turkuamk.fi), 044-9074582

**Tutkimusaika:** 2018-2019

**Opinnäytetyön/kehittämisprojektin suorittaja:** Sanna Arell, [sanna.arell@edu.turkuamk.fi](mailto:sanna.arell@edu.turkuamk.fi), 044-0764111

**Ohjaaja:** Minna Salakari, Projektipäällikkö, Niko –hanke, Lounais-Suomen Syöpäyhdistys, [minna.salakari@lssy.fi](mailto:minna.salakari@lssy.fi), 040-7307877

**Opinnäytetyön ala:** Turku YAMK, Terveystien kehittäminen ja johtamisen koulutus

**LIITTEET** Tutkimussuunnitelma

**Vastuullisen tutkijan allekirjoitus**

**Päiväys:** 22/5/2018 **Allekirjoitus:**

*Sanna Arell*  
*Raija Nurminen*  
Raija Nurminen  
Yliopettaja, TtT  
Turun ammattikorkeakoulu, Terveys ja hyvinvointi

**Toimialueen, palvelualueen, tulosalueen johtajan puoltava päätös**

**Päiväys:** 5/6/2018 **Allekirjoitus:**

*Piia Lahtinen*  
Piia Lahtinen  
Johtava yliääkäri  
Uusikaupungin kaupunki

## Liite 4. Tutkimuslupa.

Uusikaupungin kaupunki  
 Sosiaali- ja terveyspalvelut  
 -Rehtori- *Va. sivistyspalvelukeskuksen johtaja*  
~~Jukka Silvola~~ *Jussi Paavola*  
 Viikaistenkatu 3  
 23500 Uusikaupunki

### TUTKIMUSLUPAHAKEMUS

**Tutkimustiedot:** Vanhemmuuden tukeminen nuorten terveydenedistämisestä  
 terveys ja nikotiini

**Vastuullinen tutkija:** Raija Nurminen, Turun Ammattikorkeakoulu, Terveys ja  
 hyvinvointi, [raija.nurminen@turkuamk.fi](mailto:raija.nurminen@turkuamk.fi), 044-9074582

**Tutkimusaika:** 2018-2019

**Opinnäytetyön/kehittämiprojektin suorittaja:** Sanna Arell,  
[sanna.arell@edu.turkuamk.fi](mailto:sanna.arell@edu.turkuamk.fi), 044-0764111

**Ohjaaja:** Minna Salakari, Projektipäällikkö, Niko –hanke, Lounais-Suomen  
 Syöpäyhdistys, [minna.salakari@lssy.fi](mailto:minna.salakari@lssy.fi), 040-7307877

**Opinnäytetyön ala:** Turku YAMK, Terveystieteiden ja johtamisen koulutus

**LIITTEET** Tutkimussuunnitelma

**Vastuullisen tutkijan allekirjoitus**

**Päiväys:** 22/5/2018 **Allekirjoitus:** *Raija Nurminen*  
 Raija Nurminen  
 Yliopettaja, TtT  
 Turun ammattikorkeakoulu, Terveys ja  
 hyvinvointi

**Toimialueen, palvelualueen, tulosalueen johtajan puoltava päätös**

**Päiväys:** 21/6/2018 **Allekirjoitus:** *Jussi Paavola*  
~~Jukka Silvola~~ *Jussi Paavola*  
 -Rehtori- *Va. sivistyspalvelu*

## Liite 5. Toimeksiantosopimus.

Tämän sopimuksen osapuolina allekirjoittaneet hyväksyvät edellä esitetyt ehdot ja sitoutuvat toimimaan opinnäytetyön toteutuksessa niiden mukaisesti. Tämän sopimuksen allekirjoituksin Turun ammattikorkeakoulu Oy hyväksyy edellä yksilöidyn opinnäytetyön aiheen. Tämä sopimus astuu voimaan, kun kaikki osapuolet ovat sen allekirjoittaneet, ja voimassaolo lakkaa automaattisesti kolmen (3) vuoden kuluttua voimaan astumisesta tai sitä ennen opinnäytetyön valmistuttua.

(Paikka) / / (pp.kk.vvvv) (Paikka) / / (pp.kk.vvvv)  
 Toimeksiantajaorganisaatio Opiskelija

M. Salonen Sanna Arell  
 Nimen selvennys/ titteli Nimen selvennys, opiskelija  
 MINNA SALONEN SANNA ARELL  
 Projektipäälliköksi

17 / 8 / 2018 (pp.kk.vvvv)  
 (Paikka)  
 Turun ammattikorkeakoulu Oy

Katja Heini  
 Nimen selvennys, KT-päällikkö/KT-päällikön  
 valtuuttamana KATJA HEIKKINEN

LIITTEET  
 Opinnäytetyösuunnitelma   
 Salassapitoehdot

## **Liite 6. Vanhemmuuden tukemisen toimintamalli. Esitteen kuvaus.**

Kyseinen toimintamalli on kaksipuolinen. Ensimmäisellä sivulla on nähtävissä ne paikat, joista teini-ikäisten vanhemmat kokevat saavansa parhaiten tukea vanhemmuutensa, sekä ne tahot joista asiantuntijat näkisivät vanhempien saavan parhaan tuen vanhemmuuteen.

Toisella sivulla on puheenaiheet, jotka tulivat ensisijaisesti tutkimuksessa esiin aiheina, joihin tarvittaisiin lisää tukea vanhemmuuteen.

Liite 7. Vanhemmuuden tukemisen toimintamalli, sivu 1.

Niko

# VANHEMMUUDEN TUKI

NUORTEN TERVEYDEN EDISTÄMINEN

## NEUVOLAT JA VARHAISKASVATUS

- PERHENEUVOLA
- IKÄKAUSITARKASTUKSET
- PERHEVALMENNUKSET

## KOULU

- 7-LUOKAN VANHEMPAINILTA
- OPETTAJA JA OPPILASHUOLTO
- PSYKOSOSIAALISEN TUEN PALVELUT

## VERTAISTUKI

- YSTÄVÄT
- NUOREN KAVERIPIIRIN VANHEMMAT
- VANHEMMUUDEN VERTAISRYHMÄT



LOUNAIS-SUOMEN  
SYÖPÄYHDISTYS

NIKO-projekti 5/2019



## Liite 8. Vanhemmuuden tukemisen toimintamalli, sivu 2.

### NUOREN UNEN TARVE

- Miten nukkumaanmeno sujuu perheessänne?
- Kuinka monta tuntia nuori nukkuu yössä?
- Asetatko rajat mahdolliselle valvomiselle?

### NUOREN MEDIAN KÄYTTÖ

- Rajoitatko nuoren media-aikaa?
- Tiedätkö mitä nuori tekee älylaitteella?
- Koetko nuoren median käytön ongelmaksi perheellenne?

### PÄIHDEKokeilut

- Onko nuori kokeillut päihteitä? Jos, niin mitä?
- Miten kerrot nuorelle faktat nikotiinista?
- Kiellätkö nuorelta päihteiden käytön täysin?



LOUNAIS-SUOMEN  
SYÖPÄYHDISTYS

NIKO-projekti 5/2019