



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU

Uuden edellä

”En mä sellasta olis normaalisti älynny ajatella”

Yhdeksänluokkalaisten näkemyksiä nuorten terveyden edistämisestä

Kuitinmäki-hankkeessa

Korpelainen, Piri

2012 Otaniemi

Laurea-ammattikorkeakoulu
Laurea Otaniemi

”En mä sellasta olis normaalisti älynny ajatella” - Yhdeksänluokkalaisten näkemyksiä nuorten terveyden edistämisestä Kuitinmäki-hankkeessa

Piri Korpelainen
Terveystyö
Opinnäytetyö
Huhtikuu, 2012

Piri Korpelainen

”En mä sellasta olis normaalisti älynny ajatella” - Yhdeksäsluokkalaisten näkemyksiä nuorten terveyden edistämisestä Kuitinmäki-hankkeessa.

Vuosi 2012 Sivumäärä 48

Tämä opinnäytetyö on osa Espoon Kuitinmäen yläkoulun ja Laurea-ammattikorkeakoulun yhteistyössä toteuttamaa Kuitinmäki-hanketta. Hankkeen alkaessa yleistavoitteena oli edistää ja ylläpitää Kuitinmäen yläkouluikäisten nuorten terveyttä ja hyvinvointia sekä lisätä nuorten tietoutta oman terveyden yllpitämisestä. Kuitinmäki-hanketta on toteutettu yhteistyönä alkaen vuodesta 2006.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, kuinka Kuitinmäki-hanke toteutui vuosina 2008 - 2010, ja kuinka oppilaat itse arvioivat terveyden edistämisen onnistumista. Tämän opinnäytetyön lisätavoitteena on tuottaa tietoa Kuitinmäki-hankkeen toiminnasta, avata hankkeessa toteutettujen terveysteemapäivien sisältöä, sekä tuottaa arviointitietoa samalla hankkeen jatkokehittämiseksi ja muille mahdollisille nuorten terveyden edistämiprojekteille.

Tutkimus suoritettiin haastatteluilla, jossa haastateltiin Kuitinmäen yläkoulun yhdeksäsluokkalaisten oppilaita (n=8). He osallistuivat kolmen vuoden ajan, seitsemänneltä luokalta lähtien hankkeen järjestämiin nuorten terveyden edistämisen teemapäiviin. Teemapäivät keskittyivät aihealueisiin, kuten: yleisen terveyden edistäminen, ensiapuvalmius ja seksuaaliterveys. Haastatteluissa oppilaita pyydettiin kuvailemaan ja arvioimaan hankkeen toteutuneisuutta, kiinnostavuutta sekä onnistuneisuutta eri teemoittain, suhteessa uuden tiedon oppimiseen. Lisäksi haastatteluissa pyydettiin arvioimaan kokonaisuutena tuotetun sisällön mielekkyyttä ja oppimismetodeja heidän ikäisilleen.

Haastattelukysymykset laadittiin Kuitinmäki-hankkeen yleistavoitteiden pohjalta, jonka lähtökohdaksi oli luoda nuorille avoin keskustelunomainen tutkimustilanne, jossa laadullinen aineisto kerättiin anonymisesti. Työ toteutettiin laadullisin tutkimusmenetelmin ja tutkimuksesta kerätty aineisto analysoitiin sisällönanalyysin avulla. Tutkijana sekä haastattelijana toimi opinnäytetyöntekijä.

Tutkimustulosten perusteella nuoret olivat saaneet Kuitinmäki-hankkeesta uutta tietoa ja kehittyneet oman terveyden ylläpitäjinä. Kahdeksannella luokalla järjestetty ensiapupäivä sai kiitosta hyvää organisoinnista, sekä uusista ja hyödyllisistä aiheista. Mielenkiintoisimmaksi oppilaat olivat kokeneet yhdeksännen luokan seksuaaliterveyskasvuspäivän. Opetusmuodosta parhaimmiksi koettiin toiminnalliset, käytännönläheiset interventiot. Ammattikorkeakoulun opiskelijoiden osallistuminen teemapäivien järjestämiseen koettiin positiivisena ja toivottiin, että hanke edelleen jatkuisi saman sisällöllisillä teemapäivillä.

Varsinaisena jatkokehittämisideana nuorilta nousi esille päihteiden käytön ehkäisy. Nuoret kaipasivat lisää tietoa alkoholin ja tupakan haittavaikutuksista terveyteen. Lisäksi osa toivoi lisätietoa kulttuurista ja mielenterveydestä, jotka olivat hieman vieraampia aiheita tulosten perusteella.

Asiasanat: terveyden edistäminen, nuoruus, kvalitatiivinen tutkimus,

Piri Korpelainen

"I wouldn't have realized to think about that" - 9th graders' evaluation of youth health promotion for the Kuitinmäki project

Year	2012	Pages	48
------	------	-------	----

This thesis is part of the Kuitinmäki project which was conducted in cooperation between Espoo Kuitinmäki Elementary School and Laurea University of Applied Sciences. The project started in 2006. The aim of the project was to promote and maintain the health of the youngsters and increase the knowledge of maintaining their health and well-being.

The purpose of this thesis is to study how Kuitinmäki project was realized during 2008-2010 and how the students themselves evaluate the health promotion project. The aim of this thesis is to produce information on the activities of the Kuitinmäki project, to clarify the contents of health promoting theme days organized for the project, as well as evaluate the development of the project and plans for possible future projects.

This study was conducted by a qualitative interview, where 9th grade students of Kuitinmäki Elementary School were interviewed during three years period, starting from the 7th grade and participating in the Kuitinmäki project's health promoting theme days. Theme days concentrated on themes, such as: common health and well-being, first aid and sexual education. In the interviews, students were asked to describe and evaluate how well the project was conducted and how interesting and successful it was, in relation to their own learning. In addition, the students were asked to evaluate the whole project and its contents as well as learning methods at their age.

The questions were made based on the common aims of the Kuitinmäki project, creating an open, conversation-based interview situation, where students could answer anonymously. The study was carried out by qualitative research methods and the answers were analyzed with means of content analysis by the author of this study.

Based on the results, the students had received new information and developed their maintenance of health and well-being. First aid day in the 8th grade received positive feedback on good organizing as well as new and useful information. According to the students, the sexual education day in the 9th grade was the most interesting event in the project. The best learning methods were functional and practical interventions. The participation of the students of University of Applied Sciences in organizing the theme days, were considered positive and similar theme days were hoped to organize in the future. As a development idea for this project, the students mentioned drug using. The students hoped to receive more information on alcohol and tobacco and especially on their negative affects to health. In addition, some of the students hoped to learn more about culture and mental health.

Keywords: Health promotion, youth, qualitative research

Sisällys

Johdanto.....	7
1 Opinnäytetyön tausta ja tavoitteet.....	9
1.1 Tausta	9
1.2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet.....	10
2 Teoreettinen viitekehys.....	11
2.1 Terveyden edistäminen	11
2.2 Nuorten terveyskasvatus ja oman terveyden edistäminen.....	12
2.3 Kuitinmäki-hanke osana kansallista opetussuunnitelmaa	13
2.4 Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistäminen	13
2.5 9.-luokkalaisten arviointia Kuitinmäki-hankkeesta.....	14
3 Kuitinmäki-hankkeen teemapäivien sisältöalueet.....	15
3.1 Terveysteemapäivä 7.-luokkalaisille.....	15
3.2 Ensiapurasti terveysteemapäivä 8.-luokkalaisille	15
3.3 Seksuaaliterveyden teemapäivä 9.-luokkalaisille	16
4 Tutkimuksen toteuttaminen.....	17
4.1 Laadullinen menetelmä - Kvalitatiivinen tutkimus.....	17
4.2 Haastattelujen toteutus - Teemahaastattelu.....	18
4.3 Haastattelujen teemat	19
4.4 Haastattelujen suunnitelma.....	20
4.5 Induktiivinen tutkimustapa	21
4.6 Harkinnanvarainen otanta	21
4.7 Aineiston litterointi ja haastattelujen purkaminen	22
5 Tutkimustulokset	23
5.1 Laadullinen sisällönanalyysi	23
5.2 Tulosten erittelyä	23
5.2.1 Terveysteemapäivien arviointia	24
5.2.2 Käytännön toteutumisen onnistuminen, organisointi	30
5.2.3 Uuden tiedon saanti ja oppiminen	30
5.2.4 Oman terveyden ylläpitämiseen motivointi	31
5.2.5 Käsiteltyjen asioiden ikään sopivuus.....	32
5.2.6 Terveysteemapäivien ja hankkeen positiivisuus ja negatiivisuus.....	33
5.2.7 Hyvänä koetut tapahtumat järjestettävän ikäisilleen nuorille.....	33
5.2.8 Opetusmuodot nuorten terveysohjauksessa	34
5.2.9 Terveystieto oppiaineena	35
5.2.10Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijat ohjaamassa.....	35
5.2.11Nuorten jatkoideoita Kuitinmäkihankkeelle	37
5.3 Tulosten luotettavuus	38
5.4 Tulosten hyödynnettävyys	39

6	Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys.....	40
6.1	Luotettavuus ja eettisyys.....	40
6.2	Reliabiliteetti ja validiteetti.....	41
7	Pohdinta.....	42
7.1	Tutkimustulosten arviointia.....	44
7.2	Toteutuksen arviointia.....	45
7.3	Kehittämisideat ja jatkotutkimushaasteet.....	46

Johdanto

Terveyden edistämisellä ja terveystieteillä on merkitystä yksilön valintoihin ja ratkaisuihin elämässä. Peruskouluaikojen opetuksella voi todella olla suojaavia tekijöitä nuoren terveyteen myöhemmässä elämässä. Nuorten ohjaus, motivoiminen ja terveystietouden lisääminen koetaan tärkeäksi koko yhteiskunnan hyvinvoinnin kannalta.

Terveyden edistämisen määritteli World Health Organization (Maailman terveysjärjestö - WHO), vuonna 1986. Sen kuvattiin olevan fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin kokonaisvaltaista turvaamista, ylläpitämistä ja edistämistä. WHO on edistänyt ja toimeenpannut hankkeita ja laatusuosituksia monenlaisen terveyden edistämisen puolesta, myös ympäristöterveyden, terveyserojen kaventamisen ja tapaturmien ehkäisyn, niin ikään elintapojen ohjaamiseksi, ihmisten hyvinvoinnin ja paremman terveyden säilyttämiseksi. (WHO)

Suomen kansanterveyttä ja terveyden edistämisen työtä koordinoi, ohjaa ja valvoo Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus THL eli Terveyden ja hyvinvoinnin tutkimus- ja kehittämislaitos, jonka toimintaa ohjaa lait ja asetukset. Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen päätehtävänä on väestön hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen, sairauksien ja sosiaalisten ongelmien ehkäiseminen sekä sosiaali- ja terveystieteiden kehittäminen. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. 2011)

”Merkittäviä väestön toimintakykyä heikentäviä ja ennenaikaista kuolleisuutta aiheuttavia sairausryhmiä ovat krooniset kansantaudit eli sydän- ja verisuonisairaudet, hengityselinten sairaudet, syöpät, tuki- ja liikuntaelinten sairaudet, mielenterveyden häiriöt sekä nopeasti yleistynyt diabetes. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos, 2012.)”

Elämme maailmassa, jossa kohtaamme joka päivä satoja terveystieteiden ja hyvinvointiamme alentavia tekijöitä. Kohtaamme infektioita, erilaisia sairauksia, syöpiä, tartuntatauteja ja tapaturmia. Saastuminen, luonnonkatastrofit ja muut ympäristöuhat tuovat oman lukunsa ihmisten elämään ja terveyteemme. Terveys on haasteellinen ja yksi merkittävin elämässämme vallitseva tekijä. Hyvä terveys on kaikkien elinehto.

Yksilön terveyteen ja terveyttä suojaaviin tekijöihin voimme jopa ratkaisevasti vaikuttaa, kun tiedostamme omat elintapamme ja valinnat elämässämme suojaamalla itseämme juuri niiltä terveystieteiltä, joihin pystymme omilla päätöksillämme vaikuttamaan. Terveystieteet kuten mm. tupakka, alkoholi, päihteet sekä seksitauti ovat yksiä monista. Terveellisillä elämäntavoilla kuten hyvällä ravitsemuksella, riittäväällä unella sekä mm. monipuolisella liikunnalla voimme tukea ja ylläpitää vallitsevaa ja tulevaa terveyttämme.

Toisaalta taas osaksi ihmisten terveyserot ovat yhä kasvaneet, jopa Suomessa. Suomen tasavallan presidentti Tarja Halonen puhui 2012 uudenvuoden puheessaan kuinka rikkaiden ja köyhien elinajanodote erot ovat kasvaneet, nyt jo jopa 7 - 13 vuodella, myös nuorten syrjäytyminen puhututtaa. Nämä ovat haasteita myös kokonaisvaltaisen nuorten terveyden edistämisen työlle.

Lähes vuosittain tilastoidaan yhä kasvava prosentuaalinen määrä sairastuneita mm. syöpiin, diabetekseen, sydän- ja verisuonisairauksiin sekä lihavuuteen. (stages) Osasy siihen on ehkä edistyneet tietojärjestelmät, tilastoinnin mahdollisuudet, mutta mikä merkityksellisintä huontuneet elintavat. Onneksi myös hoito mahdollisuudet ovat edistyneet. Tilastojen valossa todellisuutta on kuitenkin se, että sairaudet lisääntyvät väestössä. Toisissa maissa yhä edelleen vuosittain kuolee tuhansia nälänhätään, tartuntatauteihin ja sairauksiin mitkä olisivat rokotuksilla, hygienialla ja lääkkeillä estettävissä.

Nämä tilastot ja tiedot maailman sekä Suomen tilasta, niin terveellisistä ja epäterveellisistä elämänvalinnoista ovat nuorten ulottuvissa internetissä, mediassa sekä muissa lähteissä. Silti nuoret tarvitsevat opastusta ja tukea oikeisiin valintoihin. (MLL, 2012) Nuorilla, joilla on jo kohtalaisen hyvä terveys, voidaan silti koettaa ylläpitää terveyttä ja ehkäistä mahdollisia sairauksia vaikuttamalla nimenomaan niihin tekijöihin, joihin voidaan vaikuttamaan. Mitä enemmän tietomäärämme lisääntyy, sitä tietoisemmiksi tulemme ympärillämme olevista hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä. Nuoret ovat todella tulevaisuus. Liikunnalla, ravitsemuksella ja oikeilla elämänvalinnoilla jo peruskouluaikana on todella merkitystä yksilön myöhemmän hyvinvointiin ja lopulta koko kansan terveyteen.

Tässä opinnäytetyössä, tutkitaan Kuitinmäki-hankkeen terveyden edistämisen vaikuttavuutta peruskoulun yläkoulukäisten nuorten terveyteen ja hyvinvointiin. Opinnäytetyön nimi "En mä sellasta olis normaalisti älynny ajatella" tulee tutkimukseen osallistuneen yhden yhdeksäsluokkalaisen oivallisesta vastauksesta, hänen saamaansa uuteen tietoon hankkeen teemapäivien yhteydessä.

Tieto luo ymmärrystä, lisää motivaatiota ja saa aikaan muutosta.

1 Opinnäytetyön tausta ja tavoitteet

1.1 Tausta

Kuitinmäki-hanke on Laurea-ammattikorkeakoulun ja Kuitinmäen yläkoulun yhteinen projekti nuorten terveyden ja hyvinvoinnin ylläpitämiseksi ja edistämiseksi. Laurea-ammattikorkeakoulun ja Kuitinmäenyläkoulun yhteistyö on alkanut vuonna 2006. Kuitinmäki-hanke on ollut usean vuoden projekti, jossa Espoon Kuitinmäen yläkoululle on tuotettu ja työstetty monenlaisia interventioita nuorten terveyden edistämiseksi Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijoiden pitämänä. Hanke on toiminut jo useana vuonna ja samalla pyrkinyt jatkuvasti kehittämään toimintaansa.

Kuitinmäki-hankkeen lähtökohtana suunnitteluvaiheessa oli ylläpitää ja edistää Kuitinmäen yläkouluikäisten nuorten terveyttä ja hyvinvointia. Tarkoituksena oli vahvistaa ja ylläpitää terveyttä suojaavia tekijöitä promotiivisesta näkökulmasta. (Kuitinmäen hankesuunnitelma, 2006) Vuoden 2010 alusta Kuitinmäki hankkeesta alkoi jo toinen kolmivuotinen jakso, jonka suunnittelussa huomioitiin jo aiemman periodin saatuja tuloksia. (Kuitinmäen hankesuunnitelma, 2010)

”Promotiivisuudella tarkoitetaan pyrkimystä luoda elinoloja ja kokemuksia, jotka tukevat ja auttavat yksilöä ja yhteisöä selviytymään. Se perustuu positiiviseen terveystieteeseen.

Promootiolla pyritään vaikuttamaan yksilöön tai yhteisöön ennen ongelmien ja sairauksien syntyä luomalla mahdollisuuksia huolehtia omasta ja ympäristönsä terveydestä. Promootionäkökulmasta terveyden edistämisen tehtävänä on ylläpitää ja vahvistaa terveyttä suojaavia tekijöitä, jotka suodattavat riskien vaikutuksia yksilöihin.” (Koskinen-Ollonqvist & Savola 2005, 13-14.)

Promotiivisilla terveyden edistämisen toimintamuodoilla, pyritään vahvistamaan yksilön ja yhteisön selviytymistä ja voimavaroja luomalla mahdollisuuksia. (Koskinen-Ollonqvist & Savola 2005, 8)

Vuosien ja hankkeen edetessä myös preventiiviset toimintatavat tulivat mukaan Kuitinmäki hankkeen toteutukseen, opinnäytetöiden myötä. Terveyden edistämisessä preventiivisyys on terveystieteiden toimintamuoto, johon kuuluvat erilaiset terveystieteiden ohjelmat. (Koskinen-Ollonqvist & Savola 2005, 15.)

Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijat ovat hankkeen tavoitteiden pohjalta kehittäneet, ideoineet ja toteuttaneet vuosittain seksuaaliterveyspäivää yhdeksäsluokkalaisille, ensiapurastipäivää kahdeksäsluokkalaisille ja terveysteemapäivää seitsemäsluokkalaisille. Yläkoulun jokaisen ikäluokan luokkaryhmät ovat osallistuneet lähes kokonaisuudessaan teemapäiviin. Vuosittain teema on vaihtunut. Suurimmaksi osaksi kaikki yläkoulun oppilaat ovatkin olleet mukana osallistumassa päiviin, joitakin muun muassa leirikoulu ajankohtien päällekkäisyyksiä lukuun ottamatta. Kuitinmäki-hankkeessa onkin valmistunut useita Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijoiden opinnäytetöitä sekä muita ammattikorkeakoulun opiskeluihin liittyviä ammatillisuuden kehittymisen harjoitustöitä useammalta eri koulutusohjelmalta, yläkouluikäisten terveysteemakäyttöön ja hyvinvointiin liittyen. (Kupari, K. & Salmi, L. toim. 2011.)

Laurea-ammattikorkeakoulu toi hankkeelle myös oman oppimismetodinsa, kehittämispohjaisen oppimisen mallin, Learning by Developing (LbD). Se on Laurean innovaatio pedagogisesta toimintamallista, jossa opitaan tutkien ja kehittämällä. (Kallioinen, 2008) Ammattikorkeakoulun opiskelijat suorittavat suuren osan opinnoistaan, aidoissa työelämän kehittämishankkeissa ja Kuitinmäen koulu on ollut yksi näistä monista Laurea-ammattikorkeakoulun yhteistyötahoista.

Hankkeen sisällä olleet säännölliset kokoukset yhteistyössä Kuitinmäen yläkoulun rehtorin, terveydenhoitajan, muun henkilökunnan ja Laurea-ammattikorkeakoulun lehtoreiden sekä ammattikorkeakoulu opiskelijoiden kanssa ovat ohjanneet ja muovanneet hankkeen toimintaa.

1.2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet

Tätä opinnäytetyötä lähdettiin toteuttamaan Kuitinmäki-hankkeessa ilmenneen tarpeen pohjalta. Koettiin, että hankkeessa toteutuneesta toiminnasta olisi kerättävä tietoa oppilaiden omista kokemuksista ja näkökulmista, tutkimuksellisessa valossa. Koettiin, että tämänkaltaisen opinnäytetyön olisi hankkeen jatkokehittämiselle mielekäs.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, kuinka Kuitinmäki-hanke toteutui vuosina 2008 - 2010, ja kuinka oppilaat itse arvioivat terveyden edistämisen onnistumista. Tämän opinnäytetyön lisätavoitteena on tuottaa tietoa Kuitinmäki-hankkeen toiminnasta, avata hankkeessa toteutettujen terveysteemapäivien sisältöä, sekä tuottaa samalla arviointitietoa hankkeen jatkokehittämiselle ja muille mahdollisille nuorten terveyden edistämishankkeille. Opinnäytetyöntuloksilla halutaan ennen kaikkea tuottaa tietoa Kuitinmäki-hankkeen ja Laurea-ammattikorkeakoulun käyttöön.

Tutkimuksessa pyritään selvittämään, sitä kuinka hyvin nuoret saivat tietoa ja tukea terveysasioihin hankkeen kautta. Selvitetään millaiset opetusmuodot ovat heidän mielestään olleet mielekkäimpiä ja mitkä aihepiirit ovat herättäneet eniten kiinnostusta ja koettu hyödyllisimpinä nuorille. Mikä olisikaan sen laadukkaampaa, kuin opettaa niillä tavoilla ja keinoilla, mitkä oppilaat itse kokevat parhaina opetuskäytäntöinä.

Lisäksi tällä opinnäytetyöllä pyritään jatkamaan ja tuottamaan lisää laadullista sisältöä Kuitinmäki-hankkeesta aiemmin valmistuneelle opinnäytetyölle Yhdeksäsluokkalaisten arviointia Kuitinmäki-hankkeesta (Maijala & Mäkelä, 2010), jossa määrällisien menetelmien avulla koostettiin tietoa kvantitatiivisin tutkimusmenetelmin. Mäkelän ja Maijalan tutkimustuloksista kävi ilmi, että Kuitinmäki-hankkeesta kokonaisuudessaan nuoret olivat saaneet uutta tietoa ja oppineet uusia taitoja oman terveyden ylläpitämiseksi ja edistämiseksi. Seksuaaliterveyspäivä oli koettu motivoivimpana ja yleisesti käytännönläheisistä interventioista oli pidetty. Heidän yhtenä kehittämis- ja jatkotutkimushaasteena nousi esille laadullinen tutkimustapa samasta aiheesta. (Maijala & Mäkelä. 2010, 32-33)

Opinnäytetyössä luonnollisesti pyrkimyksenä on myös kehittää opinnäytetyöntekijän omaa ammatillisuutta, prosessin aikana ja sen edetessä. Kasvaa tutkijana ja haastattelijana.

Tässä opinnäytetyössä käytetään sanaa oppilas, kun kerrotaan haastatelluista tai muista Kuitinmäen koulun yläkouluikäisistä oppilaista ja sanaa opiskelija silloin, kun tarkoitetaan Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijaa tai ylipäänsä korkeakoulu opiskelijoita.

2 Teoreettinen viitekehys

Tämän opinnäytetyön teoreettisina viitekehysinä käytettiin aiempia nuorten terveyden edistämisen työn lähteitä, julkaisuja sekä muutamia aiempia opinnäytetöitä. Terveyskasvatuksesta ja terveyden edistämisen käsitteistä onkin olemassa jo lukuisia lähteitä eri käyttötarkoituksissa, monilla eri toimialoilla. Löydetyistä rajattiin tähän opinnäytetyön teoriaosuuteen mukaan vain ne, joista koettiin olevan eniten hyötyarvoa ja kiinnostusta työn toteutukselle ja tutkimuksen etenemiselle.

2.1 Terveyden edistäminen

Terveyskasvatusta sekä terveydenedistämistyötä on tehty kansallisesti ja kansainvälisesti jo pitkän aikaa. Maailman terveysjärjestö WHO määritteli ensimmäisen kerran Terveys - käsitteen jo vuonna 1948, järjestön perustamisvuonna. Tuolloin Terveys- käsite määriteltiin olevan täydellinen fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen kokonaisuuden hyvinvointi, eikä ainoastaan sairauden puuttumisesta. (WHO) Sen jälkeen käsitteet seksuaaliterveys ja terveydenedistäminen

kehittyivät ja ne määriteltiin omiksi käsitteikseen. (Ottawa charter for Health promotion. 1986) WHO on ollut ensimmäisenä linjaamassa mm. monia terveyshankkeita ja ohjaamassa kansallisesti eri maiden terveydenedistämistyötä.

Itsessään terveyden edistäminen on hyvin laajasti ymmärretty ja käytetty käsite, sitä on sovellettu moniin eri käyttötarkoituksiin ja menetelmiin. Terveyden edistämässä keskeisesti toiminnan vaikutusten olisi syytä näkyä, tuloksissa yksilön, yhteisön tai jopa yhteiskunnan hyvinvoinnin lisääntymisenä. Terveyden edistäminen voi olla monenlaista toimintaa, ratkaisevaa on se millaiset tavoitteet on asetettu toiminnalle ja miten ne saavutetaan. (Koskinen-Ollonqvist & Savola 2005, 8-10.) Ilmiönä terveyden edistämisen käsitteen on nähty olevan ennen kaikkea yleisen hyvinvoinnin turvaamista ja säilyttämistä.

Keskeisiä teemoja peruskouluikäisen terveyden edistämässä ovat oman kasvun ja kehityksen ymmärtäminen, elämänhallintataidot, itsetunnon tukeminen, ihmissuhde- ja sukupuolikasvatus, ravitsemuskasvatus, liikunta sekä päihteiden käytön ja tupakoinnin ehkäisy. (Terveyden edistäminen, uudistuvat työmenetelmät, s. 101)

Suomessa viime vuosina kouluissa tapahtuvaa kansallista terveyden edistämisen työtä on ohjannut yhteinen Terveys 2015 Kansanterveysohjelma. Sosiaali- ja terveysministeriön valtioneuvosto julkaisi periaatepäätöksen Terveys 2015 - kansanterveysohjelman toukokuussa vuonna 2001, jonka yhteisenä tavoitteena ja päämääränä oli linjata Suomen terveystoimintaa 15 vuoden tähtämällä. Tuolloin ohjelmassa kansanterveyden ja hyvinvoinnin ylläpitämiseksi ja edistämiseksi haluttiin strategian pääpaino laittaa nimenomaisesti terveyden edistämiseen, ei niinkään terveystoimintojen kehittämiseen. (Terveys 2015 s. 8)

2.2 Nuorten terveystoiminta ja oman terveyden edistäminen

Suuri osa nuorten terveystoiminnasta ja valinnoista nousevat kotikasvatuksesta, vanhemmilta opitun mallin mukaan. Toisaalta kouluilla on kasvattamisen ohella ratkaiseva merkitys myös nuorten hyvinvoinnin ylläpitäjänä ja vaikuttajana. Koulujen tehtävänä on toimia esimerkkinä terveystoimintaa ja hyvinvointia tukevaan elämään.

Nuoruuden käsitteellä voidaan ymmärtää laajasti monen ikäisiä ihmisiä. Suomen nuorisolaki käsittää nuoriksi kaikki alle 29-vuotiaat. (Finlex. 2012) Tässä opinnäytetyössä nuoruudesta puhuttaessa ja nuoria tarkoittaessa on pyritty kuvaamaan pääsääntöisesti teini-ikäisiä, yläkouluikäisiä alle täysi-ikäisiä nuoria.

Lapset ja nuoret tarvitsevat tukea, tietoa, aikuisen opastusta ja käytännön mahdollisuuksia omaksuakseen terveelliset elämäntavat, jotka vaikuttavat loppuelämän terveyteen ja hyvin-

vointiin tiivistää Mannerheimin lastensuojeluliitto. (MLL, 2012) Terveiden edistäminen nuoren elämässä on psyykkisen, fyysisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin kokonaisuuden turvaamista. Sairauksien ennaltaehkäisyä. Suurten ikäluokkien vanhetessa sekä kansantautien lisääntyessä, nuorten terveyden edistäminen ja terveyden ylläpito koetaan tärkeiksi. Nuorten oman terveyden arvostus, tietous sekä ylläpito, on asioita joihin oikeilla menettelytavoilla, voidaan vaikuttaa suojaavasti.

Oikeat valinnat elämässä ja elämäntavoissa, todella voivat vaikuttaa siihen millainen terveys aikuisena vallitsee. Toisaalta terveillä elintavoilla ei voida kokonaan ehkäistä sairastumista, mutta tiettyihin riskeihin sillä on merkitystä. Sairastuuko joku vai ei, riskitekijöistä ja terveystottumuksista huolimatta, sitä ei kukaan varmaksi tiedä. Metabolinen oireyhtymä, lihavuus, aikuistyyppin diabetes, verenpainetauti ja korkeat kolesterolit, voisi kuitenkin olla isolta osalta ehkäistävissä.

2.3 Kuitinmäki-hanke osana kansallista opetussuunnitelmaa

Oppilaiden hyvinvoinnin edistäminen ja terveen kasvun tukeminen on yhä enenevässä määrin otettu huomioon koulujen toiminnassa, kasvatustyössä ja siitä on myös asetettu säädöksiä suomen opetushallituksen uudessa opetussuunnitelmassa. Syyslukukaudesta 2006 on uuden opetussuunnitelman mukaista opetus- ja kasvatustyötä pitänyt kouluissa alkaa toteuttaa. (Opetushallitus 2004)

2.4 Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistäminen

Sosiaali- ja terveysministeriön seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelman 2007 - 2010 tavoitteissa on, että seksuaalikasvatus tavoittaisi tasa-arvoisesti kaikki lapset ja nuoret ja, että se sisältyisi kaikkeen kasvatukseen ja opetustoimintaan kouluissa.

”Seksuaalikasvatuksella tarkoitetaan ammatillista, institutionaalista toimintaa, jonka sisältönä ja kohteena on seksuaalisuutta koskeva ymmärrys, kokemus ja päämääränä yksilöiden ja yhteisön seksuaalisen hyvinvoinnin kokonaisvaltainen edistäminen” (Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistämisen toimintaohjelma, 2006, 25)

Seksuaaliterveyskasvatus onkin kuulunut pakollisena oppiaineena peruskoulujen opetusohjelmaan vuodesta 1970 asti ja terveystieto on ollut itsenäisenä aineena vuosituhatien alusta. (Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistämisen toimintaohjelma. 2006, 25) Peruskoulun kahdeksas - ja yhdeksäsluokkalaisten seksuaaliterveys tietämystä on seurattu valtakunnallisissa kouluterveyskyselyissä vuodesta 1996 lähtien. (Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistämisen toimintaohjelma. 2006, 25). Tutkimuksissa on todettu, että poikien tietämys seksuaaliasioihin ja mm. sukupuolitautilien tietotasoon on ollut heikompaa kuin tyttöjen. Lisäksi yleisellä kou-

lumenestyksellä on nähty olevan merkitystä seksuaaliterveystietämykseen ja 9.luokkalaisilla on ollut paremmat valmiudet kuin kahdeksaluokkalaisilla. (Liinamo 2005, 69)

2.5 9.-luokkalaisten arviointia Kuitinmäki-hankkeesta

Aiemmin samantyyppistä arviointia on tehty, kun Kuitinmäki-hankkeesta valmistui kvantitatiivinen tutkimuksellinen opinnäytetyö. (Maijala & Mäkelä, 2010) He selvittivät niin ikään aiemman ikäryhmän yhdeksännen luokan oppilailta, kuinka silloiset 9.-luokkalaiset arvioivat Kuitinmäki-hankkeen toteutumista. Maijala ja Mäkelä toteuttivat määrällisen tutkimustyönsä kyselylomakkeella, johon silloisilta yhdeksänluokilta vastausprosentti oli yli 90 % koulun koko ikäluokasta.

” Tutkimustulosten mukaan nuoret kokivat saaneensa jokaisesta terveystietämyspäivästä uutta tietoa ja oppineensa uusia taitoja. Oman terveyden hoitamiseen motivoi eniten 9. luokan seksuaaliterveystietämyspäivä, ja sillä oli myös eniten merkitystä nuorten oman terveyden ylläpitämiseen ja edistämiseen. Opetusmuodoista parhaaksi koettiin videot ja toiminnalliset tilanteet. Tulosten mukaan ammattikorkeakouluopiskelijoiden mukana oloa pidettiin hyvänä. Kaiken kaikkiaan terveystietämyspäivästä pidettiin ja ne koettiin hyödyllisiksi.”
(Maijala & Mäkelä 2010,3)

Tässä opinnäytetyössä haluttiin käyttää jo valmiiksi muodostuneita teemoja, jotka nousivat Maijalan ja Mäkelän opinnäytetyöstä. Näin ollen tämän haastattelututkimuksen laadullisesta aineistosta saatavia tutkimustuloksia pyritään vertaamaan suhteessa kyseisen aiemman kvantitatiivisen opinnäytetyön tuloksiin.

Opinnäytetyössä tarkoituksena ei ole pelkästään verrata saatuja tuloksia toisiinsa, vaan pitää Maijalan ja Mäkelän opinnäytetyön tulokset teoreettisena viitekehystenä, nyt tehtävälle laadulliselle analyysille. Laadullisen tutkimuksen tulokset nousevat aineistosta. Heidän saamiaan tuloksia käytetään tämän opinnäytetyön tutkimuksen tavoitteiden täsmentämisessä ja ohjauksessa. Lopuksi pyritään vertailemaan saatuja vastauksia esim. uuden tiedon oppimisen ja aiheiden kiinnostavuuden osalta, teemojen sisällä.

Hyvinkään Laurean opiskelijat, ovat tehneet samantyyppisen laadullisen tutkimustyön selvittääkseen nuorten toiveita terveyden edistämiseksi. He toteuttivat tutkimuksen Hyvinkäällä, Tapanilan yläkoululla, haastattelemalla 8-luokkalaisia oppilaita. Heidän tarkoituksena oli selvittää miten nuorten kokevat terveystietämyksen vaikuttavan terveyteen ja millaista toimintaa oppilaat kokevat hyvänä järjestettävän kouluyhteisössä. (Hakanen, Parviainen & Pfaler. 2009)

”Opinnäytetyön tuloksissa korostui koulu yhteisön merkitys nuorten hyvinvointiin vaikuttavana ja tukevana ympäristönä. Koulussa nuoret saavat tietoa terveyteen vaikuttavista valinnoista sekä keskustelutukea aikuisten ja ikätovereidensä kanssa. (Hakanen, ym. 2009)

Hakanen ym. tulosten mukaan nuorilla on jo paljon tietoa terveydestä ja hyvinvoinnista. Tuloksissa ilmeni että oppilaat kaipaavat siitakin huolimatta tukea, ohjausta ja neuvontaa mm liikunnan, ravitsemuksen ja unen osalta. Heidän tulosten mukaan nuoret ovat valmiita voimavaroiltaan terveysneuvontaan ja ryhmänohjaukseen.

”Olemassa oleva tieto ei aina riitä, vaan terveystiedon hyödyntäminen käytännön tasolle vaatii sekä oppilaiden, vanhempien että koulu yhteisön taholta tehokasta omien asenteiden muokkaamista ja yhteistä suunnittelua terveystietäytymisen edistämiseksi.” (Hakanen, ym. 2009)

3 Kuitinmäki-hankkeen teemapäivien sisältöalueet

3.1 Terveysteemapäivä 7.-luokkalaisille

Kuitinmäen yläkoulun 7.-luokkalaisille järjestettiin terveysteemapäivä, joka toteutettiin huhtikuussa 2008. (Salonen & Sopanen. 2009. Nuorten terveyden edistäminen terveysteemapäivän avulla.) Vastaavanlainen teemapäivä oli toteutettu jo aiemmin eri ikäryhmän seitsemäsluokkalaisille. Kuitinmäki-hankkeen terveysteemapäivän toteuttivat Laurea-ammattikorkeakoulun terveydenhoitaja- ja fysioterapiaopiskelijat, jotka pitivät lyhyitä interventioita mm. ravitsemuksesta, mielenterveydestä, ryhdistä, unesta ja levosta sekä ympäristöterveydestä. Terveysteemapäivä toteutettiin oppilaille tehdyn esikyselyn perusteella.

Silloista terveysteemapäivää puolestaan arvioitiin lyhyellä kyselylomakkeella, joihin Kuitinmäenyläkoulun 7.-luokan oppilaat vastasivat päivän päätteeksi. Järjestäjät olivat käyttäneet myös vapaamuotoista havainnointia arviointinsa tukena. Kyselylomakkeiden perusteella nuoret olivat kokeneet normaalista opetuksesta poikkeavan päivän hyväksi. Toiminnalliset sekä osallistavat interventiot olivat olleet tuolloin nuorten mieleen. Noin 60 prosenttia oppilaista oli vastannut saaneensa teemapäivänä uutta tietoa ja lähes puolet vastaajista oli pitänyt päivän aiheita kiinnostavina ja koki myös kiinnostuksen omaa terveyttä kohtaan lisääntyneen koululla järjestetyn terveysteemapäivän myötä. (Salonen & Sopanen. 2009, 44)

3.2 Ensiapurasti terveysteemapäivä 8.-luokkalaisille

Kahdeksannella luokalla vuonna 2009 samoille oppilaille järjestettiin ensiapurastipäivä, johon kaikki silloiset kahdeksaluokkalaiset saivat osallistua. Päivä oli niin ikään Kuitinmäki-hankkeen yksi interventio nuorten terveyden ylläpitämiseen ja edistämiseen. Nuoret kiersivät Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijoiden pitämällä ensiapurasteilla koululla ja lähiympäristössä useamman tunnin ajan. Rasteja oli muun muassa niin palovammoista, haavanhoidosta, tajuttoman ensiavusta kuin muista todentuntuisista ensiaputilanteista. Päivän olivat suunnitelleet Laurea-ammattikorkeakoulun hoitoalan opiskelijat, opettajiensa johdolla tarkoituksena lisätä nuorten ensiapu valmiutta ja tietoutta. Samankaltainen päivä oli myös järjestetty jo aiempina vuonna edellisvuoden 8.-luokkalaisille. Päivän loppuun kerättiin lyhyesti kirjallista palautetta oppilailta.

3.3 Seksuaaliterveyden teemapäivä 9.-luokkalaisille

Yhdeksäsluokkalaisten teemapäivä seksuaaliterveydestä järjestettiin keväällä 2010 Kuitinmäen yläkoulun liikuntasalissa. Kuitinmäen yläkoulun 9.-luokkalaisille seksuaaliterveyspäivä oli järjestetty jo useampana vuonna peräkkäin, nyt sen toteuttivat terveydenhoitaja opiskelija ryhmä, aiempien seksuaaliterveyskasvatuspäivien pohjalta. Se on perinteisesti ollut rastipisteistä koostuva rata, jonka oppilaat kiertävät luokka kerrallaan. Nyt päivä sisälsi useampia rastipisteitä nuorten seksuaaliterveyskasvatukseen liittyen. Seksuaaliasioita käsiteltiin sukupuolitautipelin muodossa, alias sananselityksen keinoin, mietittiin julkisuuskuva suhteessa todellisuuteen. Vapaaehtoisen kondomiajokortin sai myös suorittaa yksi tai useampi oppilasryhmästä kerrallaan. Rasteja oli myös seurusteluasioista sekä muun muassa tietoa nuorille suunnatuista nettisivuista.

Päivän olivat järjestäneet Laurea-ammattikorkeakoulun viimeisen vuosikurssin terveydenhoitajaopiskelijat. Laurean opiskelijat olivat pitämässä rasteja ja keskustelemassa nuorten kanssa aiheista sekä vastaamassa nuorilta herääviin kysymyksiin. Opettajien rooli Kuitinmäen koulun sekä Laurea-ammattikorkeakoulun puolesta oli olla lähinnä taustatukena päivän onnistumiseen ja organisointiin. Käytännössä seksuaaliterveyspäivän toteutuminen oli terveydenhoitajaopiskelijoiden ja yhdeksäsluokkalaisten välillä käytyä vuorovaikutusta ja informaation jakamista rastipisteillä. Aikaa rastien kiertämiseen yhdelle yhdeksäsluokalle oli varattuna noin opetustunnin verran. Muu koulupäivä oppilaille oli normaalia opiskelua. 9.-luokkalaiset saivat itse jakautua ryhmiin rasteille ja osaa autettiin ryhmien muodostamisessa. Päivän loppuun kerättiin lyhyesti kirjallista palautetta oppilailta.

Lähtökohtana teemapäivälle oli saada nuoret tietoisemmiksi seksuaaliterveys ja seurusteluasioista. Tarkoituksena oli saada heidät motivoituneemmiksi hoitamaan omaa terveyttään ja ennaltaehkäisemään mahdollisia sairauksia ja huomioimaan seksuaaliterveyteen liittyviä riskejä.

Seksuaaliterveyden teemapäivää ovat myös aiempina vuosina Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijat järjestäneet, kuten vuonna 2009 siitä on tehnyt opinnäytetyön Seksuaaliterveyskasvatuspäivä Kuitinmäen koulun 9.-luokkalaisille. (Murtomäki, Oksa & Savolainen, 2010.) Heidän toteuttamasta teemapäivästä tuloksena ilmeni, että nuorten tiedot sekä taidot seksuaaliterveydessä lisääntyivät ja teemapäivä koettiin tuolloin hyödyllisenä. (Murtomäki ym. 2010 s.3)

4 Tutkimuksen toteuttaminen

Tämän opinnäytetyön toteuttaminen alkoi Kuitinmäki-hankkeen kokouksiin osallistumalla, siellä yhdessä hankkeesta vastaavien lehtoreiden kanssa nähtiin, että tämänkaltainen laadullinen tutkimustyö olisi mielekäs sekä hankkeen kehittämiseksi, että opinnäytetyöntekijälle. Oli tarve saada tietoa hankkeen toteutuneisuudesta ja toimivuudesta, oppilasnäkökulmasta. Kuitinmäen aiempiin opinnäytetöihin peilaten, luontevaksi tavaksi kerätä tietoa valittiin laadullinen lähestymistapa.

4.1 Laadullinen menetelmä - Kvalitatiivinen tutkimus

Laadullisessa tutkimuksessa tarkastellaan ihmisten käyttäytymistä heidän omasta näkökulmastaan. Pyritään ymmärtämään ihmisen käyttäytymistä, heidän omien tulkintojensa perusteella. Laadullinen tutkimus tapa eroaa kvantitatiivisesta tutkimuksesta esimerkiksi siinä, ettei laadullista analyysiä yritetäkään esittää numeraalisesti vaan tulokset ovat tiivistä kuvausta tutkittavasta ilmiöstä. (Eskola & Suoranta. 2008, 20) Kvalitatiivisessa tutkimuksessa ei myöskään pyritä yleistettävyyteen. (Paunonen & Vehviläinen-Julkunen. 1997, 216)

Parhaimmillaan laadulliset ja tilastolliset tutkimusmenetelmät täydentävät toisiaan. (Pyörälä, 2012. Helsingin yliopisto). Tässä opinnäytetyössä onkin lähtökohtaisesti ajatuksena täydentää aiempaa Maijalan ja Mäkelän tekemää opinnäytetyötä Kuitinmäki-hankkeessa, jossa tutkimusmenetelmänä on ollut kvantitatiivinen tutkimustapa. (Maijala & Mäkelä, 2010)

Tutkimustulosten analyysi sekä erittelyvaiheessa on pyritty hahmottamaan tutkittavan ilmiön merkitys, eli sen millaisena nuoret ovat kokeneet Kuitinmäki-hankkeen terveysteemapäivät. Raporttia kirjoittaessa pyritään siihen, että tutkimuksen merkitysympäristö säilyy. Merkitysympäristö on se, josta aineisto on kerätty. (Eskola & Suoranta, 2008) Ei lähdetä analysoimaan muuta kuin vain se, josta aineistonkeruu on koostunut. Tässä tutkimuksessa tulosten tarkastelu vaiheessa ei lähdetä analysoimaan tai vastaamaan laajoihin kysymyksiin esim. koko koulun yläkouluikäisten puolesta, kun kyse on hankkeeseen osallistuneiden tietyn ikäisten yhdeksäsluokkalaisten nuorten vastauksista.

tilastolliseen tutkimukseen tottuneen lukijan tulkitsemaan ne esitutkimuksiksi: Laadullisen tutkimuksen aineistojen pieni koko saattaa johtaa hyvään laadulliseen tutkimukseen on aivan yhtä tarkkaa, huolellista ja itsekriittistä kuin tilastollinen tutkimus

Laadullinen tutkimus mahdollisesti auttaa tulkitsemaan tilastollisia tuloksia, ja ymmärtämään niitä. Se on siitä hyvä menetelmä että näin voidaan päästä tutkimaan ilmiöitä tai kohderyhmiä, joita ei voida tutkia vain tilastomenetelmiä käyttäen. (Pyörälä, 2012. Helsingin yliopisto).

Tällä opinnäytetyön tuloksilla pyritään myös perustelemaan ja tekemään vertailevaa tutkimustyötä suhteessa aiempien kvalitatiivisten tutkimusten tuloksiin Kuitinmäki-hankkeesta. Tulosten tarkastelu vaiheessa halutaan saada selvyttä, oliko tämän nuoremman luokkaryhmän pohdinnat samansuuntaisia kuin numeraalisesti kerätyn tiedon pohjalta Maijalan ja Mäkelän opinnäytetyössä. Samalla vastaten tähän kysymykseen voidaan tarkastella Kuitinmäki hankkeen kehitystä hyvin karkeasti.

Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus onkin hyvä tapa tällaisen opinnäytetyön tekemiselle, jossa halutaan saada laadullista tai syvällisempää tietoa jostakin aiheesta. Tässä opinnäytetyössä päätettiin lähteä pääosin aineistolähtöisestä tutkimusanalyysistä, mikä tarkoittaa tulosten tarkastelua tehdään sekä valmiiden teemojen mukaan, mutta myös haastatteluissa ilmittyneiden asioiden kautta.

Maijalan ja Mäkelän opinnäytetyöstä saadun teoreettisen tiedon pohjalta lähdettiin muodostamaan haastattelun teemoja. Haastateltaville annetaan vapaus vastata kokemuksen ja oman empiirisen tietonsa pohjalta kysymyksiin, mutta haastattelija pyrkii samalla ohjaamaan tutkimustilanteen kulkua parhaiten vastaamaan tutkimuskysymykseen ja tehdyn haastattelurunгон mukaisesti, vastaamaan tutkimuksen tarkoitusta ja tavoitetta. Käytännössä haastattelija muodostaa kysymysasettelut valmiiden teemojen mukaisesti.

Tutkijan asemassa on laadullisessa tutkimuksessa tietynlaista tutkijan vapautta, joka antaa mahdollisuuden jopa hyvin joustavaan tutkimuksen suunnitteluun ja toteutukseen. (Eskola & Suoranta. 2005, 20-21.) Haastattelija pyrkii hypoteesittomuuteen tutkimusta tehdessään. Näin ollen valmiit ajatusmallit vastauksista ja tutkijan omat ennakkokäsitykset aiheesta pyritään tiedostamaan ja jättämään pois. Sen vuoksi esimerkiksi Maijalan ja Mäkelän opinnäytetyön tuloksiin tutkija on pyrkinyt perehtymään vasta haastattelutilanteiden jälkeen, etteivät ne vaikuta liiaksi tutkijan asenteisiin ja haastatteluissa pystytään karsimaan niiden mahdolliset vaikutukset tämän tutkimuksen vastauksiin.

4.2 Haastattelujen toteutus - Teemahaastattelu

Aineistonkeruu menetelmäksi valittiin teemahaastattelut eli osittain strukturoidut haastattelut. Strukturoitu haastattelu on osittain rajattu haastattelunmuoto, jossa on ennalta päätetyt aiheet eli teemat, joihin liittyvää tietoa sekä vastauksia tutkija haluaa saada. (Krause & Kiikkala. 1996, 108) Koettiin, että haastattelemalla nuoria saataisiin monipuolisempaa ja laajempaa tietoa, näin ollen syvempiä vastauksia heidän ajatuksistaan ja mielipiteistään sekä tutkitavasta ilmiöstä. Haastattelussa päästäänkin aidosti syventämään vastauksia ja tarkentamaan kysymyksiä. "Kyselytutkimusta voidaan täydentää haastattelulla tai haastattelua käytetään itsenäisenä tiedonkeruumenetelmänä." (Krause & Kiikkala. 1996, 108).

Teemahaastattelussa haastattelun aihepiirit, teemat on siis ennalta määrätty. Tämän tyyppisessä haastattelussa kysymysten tarkka muoto ja järjestys eivät ole olennaisia kuten täysin strukturoidussa haastattelussa. Teemahaastattelussa siis haastattelija varmistaa että ennalta päätetyt aiheet käydään haastattelun aikana läpi haastateltavan kanssa, mutta haastattelu on keskustelunomainen. Valmiita vastausvaihtoehtoja teemahaastattelussa ei ole vaan haastateltava voi vastata vapaamuotoisesti. (Eskola & Suoranta, Johdatus laadulliseen tutkimukseen. s. 86)

Haastattelussa mahdollisesti myös haastateltavien vastausprosentit nousevat jokaisessa kysymyksessä tai ainakin vastausprosentti nousee suhteessa kvalitatiiviseen tutkimukseen, koska vastaajien on hankalampi olla vastaamatta avoimessa haastattelutilanteessa tutkijan esittämiin kysymyksiin.

4.3 Haastattelujen teemat

Haastatteluihin valitut teemat ovat pääpiirteissään edellisen opinnäytetyön pohjalta laadittuja. (Maijala & Mäkelä 2010, 7-8) Heidän jo määrällisin menetelmin testaamiaan, hyväksi havaittuja teemoja, joihin vuonna 2009 Kuitinmäenkoulun lähes koko 9.-luokan ikäryhmä vastasi. Haastatteluja tehdessä valmiiksi luoduilla teemoilla helpotetaan tutkijan työtä ja säilytetään suunta kohti tuloksia, joilla parhaiten pystytään vastaamaan tutkimuksen tarkoitukseen ja mahdollisiin tutkimuskysymyksiin.

Terveysten edistämisen teemapäivät

Käytännön toteutumisen onnistuminen

Uuden tiedon saanti ja oppiminen

Oman terveyden ylläpitämiseen motivointi

Käsiteltyjen asioiden ikään sopivuus

Mikä koettiin positiiviseksi ja mikä negatiiviseksi

Millaisia tapahtumia oppilaat kokevat hyvänä järjestettävän ikäisilleen nuorille

Opetusmuodot nuorten terveysohjauksessa

Terveystieto oppiaineena
Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijat ohjaamassa
Jatkoideoita Kuitinmäkihankkeelle

4.4 Haastattelujen suunnitelma

Haastattelut tehdään kahden hengen ryhmähaastatteluina. Haastatteluihin osallistuu yhteensä kahdeksan 9.-luokkalaista nuorta Kuitinmäen yläkoululta kahdelta eri yhdeksäisluokilta. Haastateltavat valitaan osin sattumanvaraisesti. Haastattelija itse ei voi vaikuttaa haastateltavien valintaan vaan valinnan tekevät opettajat lähes sattumanvaraisesti. Tasan puolet haastateltavista oppilaista on poikia ja puolet tyttöjä. Valintakriteeriin piti huomioida myös se että oppilaat olivat käyneet Kuitinmäen yläkoulua kolme vuotta, jolloin heillä oli ollut mahdollisuus osallistua kaikkiin koululla järjestettyihin teemapäiviin ja terveyden edistämisen toimintaan.

Haastatteluihin valittiin mielekkääksi haastatella pareittain kahta oppilasta kerralla, jotta haastattelutilanne olisi mahdollisimman mukava ja rento oppilaille. Haastattelijoita on yksi, joka alussa antaa oppilaille luotettavaksi paperin jossa kertoo opinnäytetyöstä, sen luotettavuudesta ja tutkimuksen käyttötarkoituksesta. Haastattelujen alussa haastattelija myös kertoo oman roolinsa ja ulkopuolisuutensa tutkittavaan aiheeseen liittyen sekä suullisesti että kirjallisesti (Liite 1)

Haastateltaessa aiheet jaetaan eri teemapäivien mukaan. Jokainen teemapäivä käydään oppilaiden kanssa erikseen läpi. Keskustellaan päivän aiheesta, mielekkyydestä, opetustavoista ja annetaan oppilaille vapaus vastata kysymyksiin laajasti, omin sanoin. Ideana on teemoittain tapahtuva avoin keskustelu, jota haastattelija vie eteenpäin. Oppilaat voivat keskeyttää ja sanoa väliin mahdollisesti heräviä omia ajatuksiaan ja mielipiteitään.

Haastatteluissa tärkeää on myös se, ettei haastattelija johdattele haastateltavaa tai anna heille valmiita vastauksia. Haastattelutilanne pyritään luomaan mahdollisimman luontevaksi ja tila rauhalliseksi, jossa haastateltavat kokevat luottamusta haastattelijaa kohtaan ja voivat luottaa vastaustensa anonyymiyteen.

Opinnäytetyön tutkimustilanteessa tärkeänä osana on haastattelujen aikana tapahtuva sosiaalinen vuorovaikutus haastateltavien ja tutkijan välillä, mikä vaatii myös opinnäytetyöntekijän omaa ammatillisuutta. Tutkimuksen luotettavuuden kannalta on olennaista se, kuinka haastattelija pystyy muodostamaan hyvän vuorovaikutteisen ja luottamuksellisen suhteen tutkimustilanteen haastateltaviin. Parhaimmillaan tutkimuksessa näkyy haastattelijan oma kehittyminen ammatillisuudessa.

Haastattelut toteutetaan Kuitinmäen koululla, rauhallisessa kirjaston työtilassa, jossa on määritelty mahdolliset tutkimustilanteen häiriötekijät mm. melu ja fyysiset puitteet, sekä muut ympäristön mahdolliset vaikutukset. Haastattelujen ajankohta on toteutettu niin, että muut oppilaat ovat tällöin luokissa oppitunneilla, etteivät käytävillä olevat toiset oppilaat vaikuta tutkimustilanteen kulkuun.

4.5 Induktiivinen tutkimustapa

Opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa päädyttiin tekemään tutkimusta enemmän induktiivisen kuin deduktiivisen mallin mukaan. Induktiivisella lähestymistavalla koettiin saavan paremmin esille juuri tästä otannasta saatava aineisto, käytännössä juuri tämän ikäluokan ja haastateltavien vastaukset huomioitua.

Induktiivisella tutkimuksella tarkoitetaan tapaa käsitellä tutkimusongelmaa aineiston pohjalta eikä valmiin mallin mukaan. (Eskola & Suoranta. 2005)

Induktiivisella päättelyllä voidaan tarkoittaa laajemmin mitä tahansa tietoa lisäävää tai vain suppeasti pääteltyä yleistykseen erityistapauksista. Käytännössä induktiivisuus on ei-deduktiivista. Deduktiivisessa tavassa johtopäätös ennemminkin sisältyy jo ennalta oletettuun. Induktiivinen tapa ei näin ole välttämättä totuuden säilyttävää tai erehtymätöntä. Kokemuksellisissa tutkimuksissa ja hoitotieteissä usein käytetäänkin ennemmin induktiivista lähestymistapaa.

Induktiivisella lähestymistavalla tässä opinnäytetyössä pyritään käsittelemään juuri aineistosta nouseva laadullinen tieto ja tehdään yhdistämiset ja mahdolliset yleistyksiset vasta analyysivaiheessa.

4.6 Harkinnanvarainen otanta

Periaatteessa tutkimuksiin valittujen haastateltavien valinnassa on käytetty harkinnanvaraista otantaa. (Eskola & Suoranta. 2005) Käytännössä se tarkoittaa, että tutkimukseen valitut ovat ennalta tyypitettyjä, tietynlaisia vastaajia. Tässä otannassa haastateltavat ovat yhdeksäsluokkalaisia, terveysteemapäiviin osallistuneita Kuitinmäenkoulun oppilaita. Kuitenkin tutkijalle selviää vasta haastattelutilanteessa, kuinka moni haastateltavista on todella osallistunut terveysteemapäiviin. Tilanteeseen kun voi vaikuttaa oppilaiden poissaolo, sairastapaukset ym. vaikuttavat tekijät ajankohtina, jolloin teemapäivät on järjestetty. Käytännössä haastateluissa pätee sekä harkinnanvarainen että harkinnanvaraton otanta, koska tutkijalle riitti että oppilaat ovat koulun yhdeksäsluokkalaisia.

4.7 Aineiston litterointi ja haastattelujen purkaminen

Haastatteluja tehdessä kaikki haastattelukeskustelut nauhoitettiin tutkijan käytössä olevalle nauhurille. Haastattelujen jälkeen tehtiin litterointi. Litterointi tarkoittaa audiotallenteen purkamista äänitteeltä kirjalliseen muotoon sanatarkasti. (Hirsjärvi, ym. 1997, 222)

Haastattelujen nauhoitukset viedään koneelle, josta ne kuunnellaan, aukaistaan ja kirjoitetaan puhtaaksi. Litteroinnin jälkeen ryhdytään analysoimaan tuloksia ja vertaamaan haastattelujen aineistoja toisiinsa. Haastattelujen nauhoittamisella varmistetaan myös tutkimuksen luotettavuutta ja eettisyyttä. Käytännössä nauhoittamalla saadaan paljon paremmin tulokset siirrettyä analysoitavaksi, kun jokainen haastateltavan puhuttu sana on tallennettu muistiin. Eivätkä vastaukset ole vain kuulijan varassa tai haastattelijan kirjaamisen varassa. Haastattelujen purkamisen jälkeen niihin voidaan aina myös palata myöhemmin.

Itse haastattelemisen ja litterointi tuovat omat haasteensa opinnäytetyön tekemiselle. Litteroinnin jälkeen saadut tiedot kerätään yhteen ja vastaukset analysoidaan ja arvioidaan niiden pohjalta. Analysointi tehdään vastauksia muuttelematta. Pyritään siihen, että tulosten esittämisessä vastaajien kommentit olisivat mahdollisimman alkuperäisessä muodossaan.

5 Tutkimustulokset

5.1 Laadullinen sisällönanalyysi

Laadullisen tutkimuksen aineiston runsaus ja elämänläheisyys tekevät analyysivaiheen haastavaksi, jopa vaikeaksi. Tämän tutkimuksen aineistoa analysoitaessa pyrittiin pääosin ymmärtävään lähestymistapaan, jossa teemoittain tapahtuva analyysikuvaus muodostuu myös tutkijan päätelmien teosta aineiston pohjalta.

”Aineistoa voidaan analysoida monin tavoin. Ymmärtämiseen pyrkivässä lähestymistavassa käytetään tavallisesti laadullista analyysiä ja päätelmien tekoa.” (Hirsjärvi, ym. 1997, 222)

Aineistolähtöistä sisällönanalyysiä alkaessa tekemään, oli ensin purettava litteroinnit auki haastatteluista kirjalliseen muotoon ja saatu aineisto jaoteltava osiin. Tämä alkutyö mahdollisti paremman käsittelyn ja tulosten selkiyttämisen. Aineisto jaoteltiin ensin eri terveysteemapäiviin, joilla pyrittiin sulkemaan tuloksissa toinen toisensa pois ja sen jälkeen vielä osiin esim. uuden tiedon oppimisesta ja motivoinnista. Jaottelussa käytettiin apuna jo aiemmin tehtyjä teemoja, joiden ympärille suunnittelu vaiheessa haastattelujen kysymykset muodostettiin. (Liite 2)

Aineiston analysointi ja käsittely vei oman aikansa. Järjestäminen ja luokittelu ala- ja yläkäsitteiksi ei ollut aivan yksikertaista, koska monet vastaukset sopivat useamman alaluokan alle. Lisäksi litterointi vaiheessa, varsinaisesti kaikkiin kysymyksiin ei jokainen haastattelija suoraan itse vastannut, vaan parimuodossa tehdyissä haastatteluissa toinen vastaajista saattoi ikään kuin vastata molempien puolesta, toisen nyökytellessä. Nämä kohdat piti haastattelijan kirjata ylös. Tästä johtuen kaikissa tulosten luokittelu vaiheissa ei välttämättä ole kaikkien haastateltujen vastauksia ja toisaalta yhden vastaajan useampi alkuperäisilmaus mukana.

Kuitenkin voidaan ajatella, että tällaisessa laadullisessa tutkimuksessa pystytään silti tulosten luotettavuus säilyttämään, koska tutkimus ei etsi tarkkoja numeraalisia vastauksia, vaan runsasta sisältöä alkuperäisestä kontekstista.

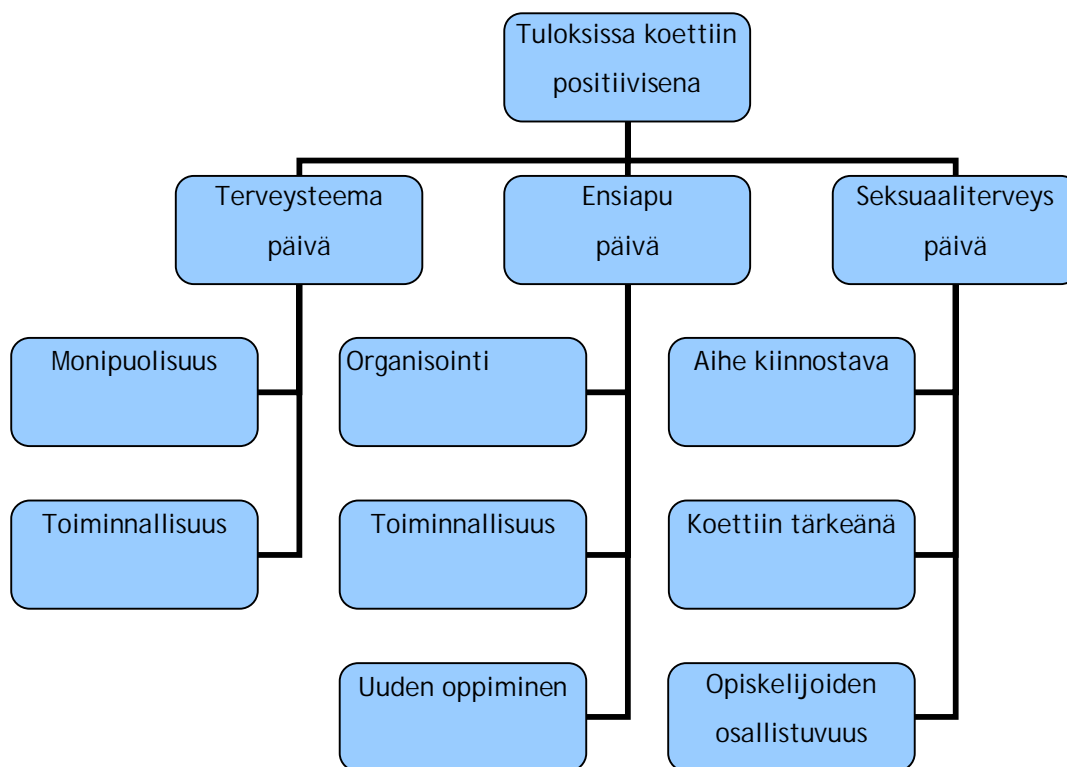
Tässä laadullisessa tutkimusanalyysissä on pyritty tapaan esitellä tulokset, joka parhaiten vastaa tämän tutkimuksen tarkoitusta.

5.2 Tulosten erittelyä

Tulosten tarkastelussa on pyritty siihen, että tulokset olisivat tiivistä kuvausta tutkittavasta ilmiöstä, kuten laadulliselle tutkimukselle jo aiemmin esiteltiin olevan tavanomaista. Tutkimustulokset on havainnollistettu taulukoin. Tutkimustulosten tarkastelu ja esittely vaiheessa jätettiin erittelyistä pois haastatteluun osallistuneiden "Kyllä." ja "Joo." pelkistetyt vastaukset, niin että kaikki vastaukset tuli huomioitua. Tutkijan näkökulmasta koettiin, ettei sellaisilla vastauksilla ollut lisäarvoa tulosten analyysissä, vaan yhtyvät ja myönteiset kommentit sisällytettiin samojen teemojen alle esim. uuden tiedon oppimisessa. Tässä laadullisessa tutkimuksessa määriteltiin merkittävämmäksi, kuvailevat, runsaammat vastaukset, jotka analysoitiin ja pelkistettiin tuloksiin. Toisaalta myös haastattelujen pohjalta nousseet vastaukset muovasivat hiukan tulosten analysointia. Teemojen aiheiden olettamuksista, esim. huomattiinkin tulosten vastaavan sellaisiin kysymyksiin, mitä alkuvaiheen suunnittelussa ei otettu juurikaan huomioon. Tästä mielenkiintoisena esimerkkinä nousivat hyvinkin eriävät vastaukset, siitä mitä seitsemäsluokkalaisten päivästä muistettiin sekä negatiivisuus ja positiivisuus teema sulautui lähes täysin muiden teemojen alle.

5.2.1 Terveysteemapäivien arviointia

Itse Kuitinmäki-hanke oli sanana vieras käsittää. Terveysteemapäivät muistettiin hyvin mutta kaikki haastateltavat eivät ymmärtäneet niiden kuuluneen yhteistyöhankeen alle.



Kuvio 1.

Seitsemäs luokan terveysteemapäivä

Haastatteluissa tuli esille, että seitsemäs luokalla ollut teemapäivä oli kaikkien seitsemän vaikeampi muistaa, yksi haastateltavista ei ollut osallistunut kyseiseen päivään. Muistamiseen vaikutti heidän mukaansa teemapäivästä kulunut aika, mutta osan mielestä myös aiheen kiinnostavuus osaltaan madalsi päivän muistamista. Ensimmäisestä teemapäivästä oli kulunut jo kaksi vuotta aikaa, haastattelu hetkellä. Haastateltavien muistellessa päivien sisältöä suurimmat eroavaisuudet teemapäivien aiheista tulivatkin seitsemännen luokan teemapäivästä. Osa haastatelluista ei muistanut aluksi kovinkaan paljoa ja haastattelijan täytyi kysyä avusteisin kysymyksin päivän sisällöstä. Se mitä ensimmäisenä teemapäivästä muistettiin, vaihteli suuresti.

”Se uni juttu. Kun me oltiin salissa ja sitten jotain rentouduttiin. Se oli kivaa ja sit me saatiin purkkaa.”

” Se kun kuviluokassa askarrettiin. Leikattiin lehdistä kaikkia. Se oli hauska.”

Kiinnostavuus, aiheet ja muistikuvat päivästä		
Alkuperäinen ilmaus	Pelkistys	Yläkategoria
V2- Se uni juttu. Kun me oltiin salissa ja sitten jotain rentouduttiin. Se oli kivaa ja sit me saatiin purkkaa	Unesta	mielekäs - kiinnostava
V2- Meillä oli se joku mielenterveysjuttu just ja ryhti ja sitten ihan vikaks me askarrettiin jotain mut. Se oli varmaan koko luokan juttu.	Mielenterveys, ryhti, kierrätys	neutraali - kiinnostava
V3 -Mun mielestä se oli vähän tylsä tai jotenkin kun siellä piti vaan istua. Siellä vaan selitettiin ettei saanu jotenkin osallistua vaan piti vaan kuunnella. Kyl ne kysy joitain kysymyksiä mut ei siinä kuitenkaan voinut osallistua niin hyvin kuin kasilla tai ysillä.	Ei kiinnostava	ei mielekäs-ei kiinnostava
V4- Jotain sellaisia uni ja mielenterveysjuttuja, mutta ei mitään tupakka..	Uni, mielenterveys	neutraali - kiinnostava
V4- Se kun kuviluokassa askarrettiin. Leikattiin lehdistä kaikkia. Se oli hauska.	Kierrätys, askartelu	mielekäs - kiinnostava
V5 -ei me kyl oikein muisteta ellei se ollu se päivä et piti arvaa paljonko sokeripaloja on limupullossa ja mars patukassa	Ravitsemus	neutraali - kiinnostava
V6- Ja se liitty kans kierrätykseen	Kierrätys	neutraali - kiinnostava
V8- joo kyl se koulu opiskelun voitti - välillä	Kiinnostava	mielekäs - kiinnostava

Yläkategoria		
Neutraali	Mielekäs	Ei mielekäs

Uuden tiedon saanti ja oppiminen/ mielekkyys/ positiivisuus		
Alkuperäinen ilmaus	Pelkistys	Tulos
V1 -Joo oppi uutta. Tuli siellä kyl sellasiakin mitä jo tiesi.	Koki saaneensa uutta tietoa sekä vanhan kertausta.	Sai uutta tietoa ja kertasi jo opittua.
V2 - En mä tiedä, varmaan mä opin just jotain näistä mielenterveysjutuista. Kun kerrottiin niistä erilaisista häiriöistä. Niin kaikkii uusii.	Koki saaneensa uutta tietoa	Sai uutta tietoa.
V3 - Sillonkin kun meillä oli tuo ravitsemus juttu niin sillonkin sai siitä niin paljon.	Koki saaneensa uutta tietoa	Sai uutta tietoa.
V4 -No ei oikein, muistan vaan ne jotenkin ne kalvot. Ehkä niistä oppi ja jäi mieleen.	Ei kokenut oppineensa uusia taitoja. Koki saaneensa jnkv uutta tietoa.	Koki saaneensa vain vähän uutta tietoa.

Tutkijana uskon, että tähän päivään vaikutti haastateltavien omat mielenkiinnon kohteet, päivän "neutraalius" yleisesti terveys aiheista. Teemapäivässä oli vastausten mukaan laajasti eri aihealueita, mutta suppeammin käsiteltynä. Toisaalta monipuolinen tiedon saanti, mahdollisti kaikille vähän jotakin, koska seitsemännen luokan päivän aiheita ei oltu yhtä selkeästi rajattu kuin kahdessa muussa teemapäivässä.

Motivaatio		
Alkuperäinen ilmaus	Pelkistys	Tulos
V2- En mä tiedä, en mä muista. Ehkä vähän.	Koki päivän motivoineen vähän.	Vähäinen motivaatio
V2- No joo. Ainakin se uni juttu että pitäis nukkua enemmän. Kun siel kerrottiin niitä. - Joo ehkä yritin joskus, mutta en mä enää ainakaan nyt sit muista.	Koki päivän motivoineen.	Koki päivän motivoineen.
V3- ruokaympyrä ja jotain et miten pitäis syödä, miten paljon ja kuin paljon olis hyvä liikkua oikein. Joo ne oli jotain tuommosia. Ei niit oikein muista kaikkii niit lukemiaa.	Koki päivän motivoineen.	Koki päivän motivoineen.
V4 -mul ei tuu mitään mieleen. en mä oikein kauheesti muista siit silleen.	Ei muistikuvia, ei motivoitumista	Ei motivoitumista
V8 - no joo kyl se vähän autto, mut ei hirveesti	Koki päivän motivoineen vähän.	Vähäinen motivaatio
V7 seiskalla- unesta ehkä saattoi motivioda et vähän meni aiemmin nukkuu.	Koki päivän motivoineen.	Vähäinen motivaatio

Yläkategoria		
Motivoi	Vähäinen motivaatio	Ei motivoinut

Seitsemäsluokan päivän avoimessa kysymyksessä päivän motivoinnista, vähäiseksi motivaatioksi luettiin ne vastaukset, kun vastaaja koki motivoineen vähän, mutta ei osannut kuvailla miten. Motivoitumiseksi luettiin, jos haastateltava vastasi vähäistä motivaatio ja kuvaili itse käytännön millä tavalla.

Kahdeksannen luokan ensiapupäivä

Kahdeksannella luokalla järjestetty ensiapupäivä sai kiitosta organisoinnista sekä hyödyllisistä aiheista, jotka nuorille olivat uusia. Teemapäivistä ensiapupäivä jakoi vähiten eriäviä mielipiteitä, suurin osa koki päivän mielekkäänä. Oppilaat olivat kokeneet saaneensa fyysistä tietoa tilanteisiin, jos esimerkiksi kaveri sammuisi humalassa tai menisi tajuttomaksi. Konkreettisuus ja toiminnallisuus auttoivat päivän muistamisessa.

” Mä muistan kyl ne kasiluokan tekohaavat ja kaikki ne. ”

Motivaatio ja terv. edistyminen	Alaluokka	Yläluokka
Alkuperäinen ilmaus	Pelkistys	Tulos - toteutuma
V1 Ei mulle kyl tapahdu mitään tommosia palovammoja tai mennä tajuttomaks.	Ei osattu hyödyntää tietoa käytäntöön	Motivaatio ei lisääntynyt, tieto kasvoi
V3- Joo tuli vähän sellanen että miten oikeesti pitäis toimia jos sellainen tilanne tulis vastaan.	Motivoi pohtimaan	Motivaatio lisääntyi, tiedot ja taidot kasvoi
V3- Nyt ainakin osaa auttaa jos jollekin tulee jotain?	Koki oppineensa, motivoi	Motivaatio lisääntyi, tiedot ja taidot kasvoi
V4- Minä jäin miettii et jos jollekin ystävälle tapahtuis jotain sellaista niin miten sit et osaisko auttaa ja pystyiskö auttaa?	Motivoi pohtimaan	Motivaatio lisääntyi, tieto kasvoi
V5 - Joo, niin no en mä varovaisemmaks oo ruennu esim. palovammojen suhteen mut sit jos tulee niin tietää mitä pitää tehdä. Mennä ihan normaalisti, mut sit jos tarve niin tietää kuin toimia	Ei muutosta käyttäytymiseen. Koki oppineensa.	Tiedot ja taidot lisääntyi
V5- Ei mun kohdalla	Ei muutosta käyttäytymiseen. Koki oppineensa. (muusta ilmaisusta)	Motivaatio ei lisääntynyt, tieto kasvoi
V6 - Ei munkaan, en alkanut olee varuillaan. Mut oonhan mä aina varuillaan muutenkin esim. tulen kans.	Ei muutosta käyttäytymiseen. Koki oppineensa.	Tiedot ja taidot lisääntyi

V8 - En mä tiedä oikein motivoiko. Ei ehkä hirveesti silleen kummiskaan. Tietysti kylhän nyt tietää mitä pitäis tavallaan tehdä, jonkun verran.	Ei muutosta käyttäytymiseen. Koki oppineensa.	Motivaatio ei lisääntynyt, tiedot ja taidot kasvoi
---	---	--

Yhdeksännen luokan seksuaaliterveyspäivä

Yhdeksännellä luokalla järjestetty seksuaaliterveyspäivä koettiin mieleen jäävimpänä, koska se oli ollut juuri kuukautta ennen haastatteluja, eli keväällä 2010. Seksuaaliterveyspäivän rasteista eniten ajatuksia olivat herättäneet kondomiajokortti, alias-sanaselityspeli, seksitautit -peli sekä rasti julkisuuskuvasta. Tyttöjen vastauksissa tuli jonkin verran esille että kulttuuriasioita toivottiin lisää, mutta pojat eivät kokeneet sitä tärkeänä tai itselle läheisenä aiheena. Pääsääntöisesti seksuaaliterveyspäivä muistettiin hyvin, oli mielenkiintoinen, mutta negatiivisena vastauksissa tuli esille päivän lyhyt aika ja hieman liian nopeatempoinen rytmi. Monet käsitellyt asiat olivat jo ennalta oppilaille tuttuja.

Seksuaaliterveys päivän rasteista		
Alkuperäinen ilmaus	Pelkistys	Tulos
V1- Se sanaselitys oli vähän tyhmä. -En mä tiää.	Sanaselityspelistä ei tykätty	Sanaselityspelistä ei tykätty
V2- Se julkisuusjuttu oli hyvä, et miten paljon niitä muokataan.	Julkisuuskuva -rasti	Julkisuuskuva -rasti, mielenkiintoinen
V3- Se kondomiajokortti oli mieleen jäävin.	Kondomiajokortti rasti jäi mieleen	Kondomiajokortti
V3 - Sit oli kiva se kulttuurijuttu. Niistä kulttuureista kun kyseltiin niin se oli kiva kanssa.	Kulttuurirastista tykättiin	Kulttuurirastista tykättiin
V4- Sukupuolitaupeli oli vähän hankala. Me ei olla ainaakaan niistä saatu mitään tietoa juuri, että suoraan kun pitää mennä sitä tekemään. Ollaan me terveystiedossa käyty läpi jotain mut ei ne oo kauheesti jääny mieleen.	Sukupuolitaupeli koettiin hankalaksi	Sukupuolitaupeli koettiin hankalaksi
V5- No oli se kulttuurijuttu sinänsä ihan mielenkiintoista tietoa mut sinänsä turhaa meille. Niinkun meidän tätä vaihdetta sinänsä. Siin oli joku intia ja. - Niin olihan se aikalailla, toisaalta ihan hauska, mut musta se poikkes niistä muista aiheista.	Kulttuuri -rasti mielenkiintoinen, koettiin turhaksi	Kulttuurirastia ei koettu ajankohtaiseksi
V5 - joo, joo se oli mielenkiintoinen (kondomiajokortti)	Kondomiajokortti rasti jäi mieleen	Kondomiajokortti, mielenkiintoinen
V6- Joo se sanaselityspeli oli ehkä mielenkiintoisin?	Sanaselityspeli koettiin mielenkiintoiseksi	Sanaselityspeli, mielenkiintoinen
V6- Oli se hyvä et siinä puhuttiin seksuaalisuudesta ja sitten kans ihmissuhteista. Nuorille ajankohtaista aihetta.	Ihmissuhde rastista tykättiin	Ihmissuhde rastista tykättiin

V7-Se sanaselitys, jotkut oli kinkkisiä ja toiset mitä kuulee päivittäinkin. Ne pysty selittää helposti.	Sanaselityspeli muis-tettiin	Sanaselityspeli, mie-lenkiintoinen
V8 - Se sanaselitys oli mieleenjäävin	Sanaselityspeli muis-tettiin	Sanaselityspeli, mie-lenkiintoinen

Se mikä oli merkityksellistä huomata, että kondomiajokortti rastin toteuttamisesta pojat ja tytöt olivat täysin eri mieltä. Poikien mielestä jokaisen nuoren olisi ollut hyvä suorittaa itse kondomiajokortti, eikä vain yhden ryhmästä. Kondomiajokortti rastin suorittaminen vaati, että käytännössä piti pukea kondomi laatikossa olevan muovisen penismallin päälle. Tyttöjen mielestä riitti että näki kuinka se tehtiin, kun aina yksi vapaaehtoinen pienryhmästä suoritti sen.

Kondomiajokortin suoritus (yksi ryhmästä vai kaikki)		
Alkuperäinen ilmaus	Pelkistys	Tulos
V1 - Ei, kyl se riittää mun mielestä	Kondomiajokortin suoritus yksi ryhmästä	Yksi ryhmästä
V2- Kyl se yks on ihan riittävä, ettei kaikkien tarvitse sitä tehdä.	Kondomiajokortin suoritus yksi ryhmästä	Yksi ryhmästä
V3 & V4- No kyllä siinä oppi sen, että yksikin laitto sen ja näki sen homman. Et kumminkin tajusi et miten sen teet.	Kondomiajokortin suoritus yksi ryhmästä	Yksi ryhmästä
V 5&6 - Kyl se olis hyvä ollut, et kaikki olis suorittanut.	Kondomiajokortin suoritus kaikki ryhmästä	Kaikki ryhmästä
V8 - Periaatteessa jokainen olis voinu suorittaa sen sit ei ainakaan tuu hätätilannetta jollekin.	Kondomiajokortin suoritus kaikki ryhmästä	Kaikki ryhmästä

Vastauksia analysoitaessa ja pelkistettäessä, jaoteltiin vastaukset vielä erikseen kahdesta rastipisteestä, kondomiajokortin suorittamisesta sekä sanaselitys pelistä, jotka nousivat esiin vahvemmin kaikissa haastatteluissa. Haastatelluista yksikään tyttö ei ollut valloittunut rastin suorittajaksi, pojissa rastin suorittajia löytyi. Tyttöjen ja poikien vastauksissa eroavaisuutta, tuli rastin suorittamisesta. Poikien mielestä jokaisen olisi ollut hyvä tehdä se ja tyttöjen mielestä riitti että yksi vapaaehtoinen ryhmästä suoritti sen.

Seksuaaliterveyspäivän aiheet koettiin mielenkiintoisimpina, mutta eniten saman toistona omien terveystiedon opetustuntien kanssa. Osa haastateltavista oli kokenut edeltävät terveystiedon tunninit niin hyvinä ja kattavina että hankkeen seksuaaliterveyspäivä ei tuonut juurikaan uutta tietoa.

5.2.2 Käytännön toteutumisen onnistuminen, organisointi

Kahdeksannella luokalla järjestetty ensiapupäivä sai eniten kiitosta järjestelyistä ja toimivuudesta. Oppilaat kokivat rasteilla kiertämisen mielekkääksi ja sopivan pituiseksi tapahtumaksi. Erityisesti palovamman hoito oli ollut mieleen jäävä harjoitus. Se oli jäänyt useamman mieleen, ettei palovammoihin saa laittaa rasvaa, kuten moni oli luullut. Toinen mikä muistettiin myös uutena asiana, oli kylmä-koho-kompressio -harjoitus.

Yhdeksäs luokan päivä koettiin osan mielestä liian nopeatempoiseksi ja lyhyeksi asiaan paremmin syvemmin perehtymiselle. Organisoinnista, nuoret kautta linjan kokivat, ettei ryhmän muodostamisella ollut juurikaan merkitystä. Kaikki tunsivat oman luokkalaisensa niin hyvin, ettei sillä asialla ollut väliä.

” V2- Ne oli jaettu. Kyl me nyt tunnetaan omat luokkalaisemme niin hyvin, ettei sillä niin kauheesti ollu väliä kenen kanssa oli.”

”V4 - Ei se kyl meidän luokalla oo mikään ongelma kun ollaan kaikki silleen kaikkien kaa kavereita.”

5.2.3 Uuden tiedon saanti ja oppiminen

Haastattelujen pohjalta oppilaat olivat kaikki pääsääntöisesti kokeneet saaneensa kaikista teemapäivistä uutta tietoa ja oppineensa niiden kautta myös uusia taitoja. Osaksi teemapäivien aikana käytyt asiat olivat olleet jo tuttuja, mutta kertauksenkin suurin osa koki hyvänä asiana. Tässä tutkimuksessa ei tule kuitenkaan aivan selvästi esille se miten paljon nuoret kokivat saaneen uutta suhteessa vanhaan tietoon. Suurin osa toi esille että kaikki päivät olivat tuoneet uutta ja mielenkiintoista tietoa, osallistumista motivoi toiminnallisuus, vaikka asiat olisivat olleetkin tutumpia.

Seksuaaliterveyspäivä oli noin puolien haastatelluista mielestä osaksi toistoa terveystiedossa käsiteltyjen asioiden kanssa. Yhdeksäsluokkalaisille terveystiedontunnit oli pidetty syysluku-kaudella, juuri ennen joulua joten asiat olivat tuoreessa muistissa tällä haastatteluun osallistuneella luokalla.

Vastauksissa tuli keskustelua oppilaiden kesken siitä, että mistä terveysasiat on lopulta opittu. Osa tulee koulun terveystiedosta, osa teemapäivistä ja tietenkin monelta osin kotoa vanhemmilta ja terveyteen liittyvää tietoa myös opitaan vähän joka puolelta.

Kirjallisen informaation jakamisessa toivottiin jatkossa mieluummin kaikki materiaali samassa lehtisessä, ettei esim. jaeta yksittäisiä nettilähteitä erillään.

Uuden tiedon saanti ja oppiminen, EA-Päivä		
Alkuperäinen ilmaus	Pelkistys	yläkäsité
V1"Se kylmä-koho-kompressio. Sen mä opin."	Lisäsi ensiapu valmiuksia. Koki oppimista.	Sai uutta tietoa ja oppi uusia taitoja.
V2"Niitä miten niitä erilaisia juttuja jotenkin hoide-taan. Siel oli esim. palovamma ja joku kun sano et laitetaan rasvaa niin ei siihen saanutkaan laittaa rasvaa."	Lisäsi ensiapu valmiuksia. Koki oppimista.	Sai uutta tietoa ja oppi uusia taitoja
V1,V2 "Joo saatiin uutta tietoa"	Koki saaneen uutta tietoa	Sai uutta tietoa.
V1"Tuli siellä kyl sellasiakin mitä jo ties"	Koki vanhan kertausta	Vanhan kertausta
V3- Ne palovammajutut. Olisin laittanut rasvaa siihen vaik ei olis saanut.	Lisäsi ensiapuvalmiuksia. Koki oppimista.	Sai uutta tietoa ja oppi uusia taitoja
V5 -Et siel 8lk ensiapupäivässä oppi juttuja ihan tosissaan.	Lisäsi ensiapu valmiuksia. Koki oppimista.	Sai uutta tietoa ja oppi uusia taitoja
V6 - Niin saatiin fyysistä tietoa, et mitä sä teet jos kaveri on juonu liikaa ja sammuu siihen.	Lisäsi ensiapu valmiuksia. Koki oppimista.	Sai uutta tietoa ja oppi uusia taitoja
V5 - Et kaikki tietää ambulanssin ja 112 mut se et mitä sinä aikana voi tehdä. Se pitäis tietää etukä-teen.	Lisäsi ensiapu valmiuksia. Koki oppimista.	Sai uutta tietoa ja oppi uusia taitoja
V8 Joo vähän niinkun havaintomateriaalia	Lisäsi ensiapu valmiuksia. Koki oppimista.	Sai uutta tietoa ja oppi uusia taitoja
V7- joo, kyl siel aika paljon uutta tietoa tuli. Aika paljon tuttuakin.	Uutta ja vanhaa tietoa	Sai uutta tietoa.

5.2.4 Oman terveyden ylläpitämiseen motivointi

Ensiapupäivän pohjalta oman terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä ei niinkään koettu, mutta ea-päivä toi uusia taitoja ja motivaation koettiin lisääntyneen. Varmuus ja osaavuus kasvoi- vat, jos oppilaat joutuisivat toimimaan yllättävissä ensiaputilanteissa. Kukaan ei muuttanut käytöstään varsinaisesti varovaisemmaksi päivän jälkeen, mutta monet se oli herättänyt poh- timaan todellisia tilanteita.

Motivaatio		
Alkuperäinen ilmaus	Pelkistys	Yläkäsité
V1- Ei siinä tullut just kauheesti mitään uutta tietoa.	Päivä ei motivoinut	Motivaatio ei lisääntynyt, tieto ei lisääntynyt

V2- Ei mitenkään erityisesti. Mitä vois sitten soveltaa, niinkun omaan arkielämään kun ne oli just tollasia.	Ei osattu hyödyntää tietoa käytäntöön	Motivaatio ei lisääntynyt, tieto kasvoi
V3 No joo kyl siitä sai niin paljon uutta tietoa et tajus enemmän kaikkia juttuja.	Päivä motivoi, lisäsi ymmärrystä	Motivaatio lisääntyi, tiedot ja taidot kasvoi
V3 No kyl siin vähän silleen alko. Et tuli silleen vähän et pitäis ehkä vähän miettii näit juttuja.	Päivä motivoi miettimään	Motivaatio lisääntyi, tieto kasvoi
V4 Kantsis ajatella vähän etukäteen noita.	Päivä motivoi	Motivaatio lisääntyi, tieto kasvoi
V5- Pitää huolta ja olla tarkkana tiettyjen juttujen kanssa.	Päivä motivoi	Motivaatio lisääntyi, tieto kasvoi
V6 - Joo ajatusta muutti joo.	Päivä motivoi	Motivaatio lisääntyi, tieto kasvoi
V7- eipä juuri. ei se ysin.	Päivä ei motivoinut	Motivaatio ei lisääntynyt

5.2.5 Käsiteltyjen asioiden ikään sopivuus

Yleisesti haastattelujen vastauksissa tuli esille, että oppilaat kokivat kaikkien teemapäivien asiat sopivina nuorten ikään nähden tai asiat olisivat voineet tulla jo aiemminkin luokilla. Yhden oppilaan mielestä kaikki teemapäivät olisi voitu järjestää jopa jo seitsemäs luokalla, muut vastaajat olivat kuitenkin sitä mieltä että varsinkin seksuaaliterveyspäivän asiat eivät ole vielä seitsemäs luokan ikäisille hyvä tai ajankohtainen aihe. Kahden oppilaan mielestä ensiapupäivä olisi voinut olla jo 7.luokalla. Seksuaaliterveyspäivä pidettiin hyvänä järjestää samaan ajankohtaan tai vuotta aiemmin. Kukaan vastaajista ei kokenut että päivät olisivat sopimattomia nuorten ikään nähden.

Ikään sopivuus ja ajankohta		
Vastaus	Pelkistys	yläkäsité
V1- Voishan tuota (7-8lk) olla jo ala asteellakin, ei se mitenkään meitä järkyttäis jos meitä vähän neuvottais miten kannattais elää, koska sit ehkä yläasteella tavallaan muodostuu jo tietynlaiset elämäntavat ja niitä on vähän vaikeempi muuttaa. Mut jos ala-asteella tulis enemmän niin vois olla vähän parempi. Kyl ihan kaikki mitä me ollaan käyty mitä me ollaan käyty vois tulla jo vähän aiemminkin.	Terveysteema ja ensiapu päivä, aiemmin	Kaikki terveysteema päivät aiemmin
V1- Oli ikään sopivia (9lk) ja oishan ne tietty voinut olla jo aiemminkin.	Seks. terv. Sama ajankoh- ta tai aiemmin	Seks. terv. aiemmin
V2- Joo, paitsi ehkä se kondomiajokortti voi seiskaluok- kalaisille olla vähän liian kiusallista.	Seks.terveys aihe ei vielä seiskalla	Seks. terv. Myöhemmin kuin 7lk
V4 -Joo kyl ne uni ja muut oli sellasia siihen sopivia. (7lk)	7lk Terveysteemapvä ikään sopiva	Terveysteema pvä 7lk, sama ajankohta

V3- (ea pvä) joo oli. Seiskalla ei vielä ehkä oikein tajuu ja ysillä se pitäis jo osata.	Ensiapu pvä, hyvä ajankohta	Ea-pvä sama ajankohta
V4- Olishan ne vähän aikasemminkin voinut olla, koska kyllä ne koskee aika paljon yläaste ikäisiä.	Seks. terv. pvä aiemmin, ajankohtainen jo aiemmin	Seks. terv. pvä aiemmin
V4- Meidän mielestä noi seksuaaliterveysasiat oli liian myöhään meille et tiedettiin jo paljon noista asioista	Seks. terv. pvä aiemmin	Seks. terv. pvä aiemmin
V3- Se seks. terveyspäivä. Se oli mielenkiintoisin. Mut se olis ehkä ollut hyvä pitää aiemmin vaik jo vuotta aikaisemmin.	Seks. terv. aiemmin	Seks. terv. aiemmin, 8lk
V7 - sen olis voinut pitää keväällä niin olis kerinnyt jo tottuu seiskalla olemiseen	Terveysteema pvä myöhemmin	Terveysteema pvä myöhemmin 7lk
V5 -ei kyl musta se olis liian aikasta jos se (9lk) olis vaik seiskalla. Ne olis varmaan järkyttynyt.	Seks. terveys pvä 9lk, ikä huomioiden	Seks. terveys pvä, sama ajankohta
V6 -ehkä seiskalla (ea-pvä) V5 - niin ehkä pientä tutustumista seiskalla ja kasilla vähän tiiviimpi pakkaus siitä.	Ensiapu pvä aiemmin, 7lk	Ea-pvä aiemmin
V7- Niin miten se nyt ottaa, voishan se olla jo kasi tai seiskaluokillakin periaatteessa ajankohtanen	Seks. terv. mahdollisesti ajankohtainen aiemmin	Seks. terv. Sama tai aiemmin?
V7 -- Seks.terveys pvä. voisi periaatteessa olla kasin lopulla tai ysien alussa?	Seks. terv. sama ajankohta tai aiemmin	Seks. terv. aiemmin
V8 -Mun mielestä sopiva aika (8lk ea)	Ensiapu, sama ajankohta	Ensiapu, sama ajankohta
V8 -Eipä oikeastaan se on ehkä enemmän korrektia ysiluokalla (seks. terveys) - ikää kun miettii niin ehkä ysillä	Seks. terveys pvä 9lk, ikä huomioiden	Seks. terveys pvä, sama ajankohta

5.2.6 Terveysteemapäivien ja hankkeen positiivisuus ja negatiivisuus

Ensiapupäivänä positiivisimmaksi koettiin kaikki rasteilla opetus ja kokonaisuutena sen toiminnallisuus.

Seksuaaliterveyspäivän rasteista sananselityspelin pitämisessä toivottiin Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijoilta enemmän valmiutta auttaa ja huomioida ujoja tai arkoja oppilaita. Haastateltavien mukaan pelissä oli joitakin ikäisilleen hyvin vaikeita sanoja, kuten mm. G-piste jonka selittämiseen toivottiin pitäjien parempaa apua.

5.2.7 Hyvänä koetut tapahtumat järjestettävän ikäisilleen nuorille

Kaikki haastatellut nuoret pitivät järjestettyjä terveysteemapäiviä mielekkäinä ja hyödyllisinä, vaikka osa tunsikin saaneensa osaksi kertausta. Heidän mielestään jatkossakin olisi hyvä pitää juuri nämä samat teemapäivät, muuttamatta suuremmin niiden sisältöä. Mielenterveysaihe nousi useamminkin tytön sekä pojan vastauksissa esille. Mielenterveysasioista toivottiin puhuttavan enemmän juuri yhdeksännellä luokalla kun koulun loppumisen paineet, viimeiset

kokeet, ammatillisiin oppilaitoksiin ja lukioihin tehtävän hakuprosessin tuoma stressi alkavat vaikuttaa nuorten elämään.

5.2.8 Opetusmuodot nuorten terveysohjauksessa

Kaikki käytännönläheinen, jossa nuoret itse pääsevät tekemään ja osallistumaan oli koettu hyvänä. Kalvojen tai luentojen seuraamisesta ei tykätty, ei myöskään omassa luokassa istumisesta vaan oppilaiden puheissa tuli vahvasti keskustelun ja vuorovaikutuksen tarve sekä itse osallistuvuus. Toisaalta haastateltavien mielestä sekin olisi jo kiva että koulun tai opetuksen ulkopuolinen henkilö kertoisi terveysasioista. Tytöt kokivat enemmän halukkuutta ja mielenkiintoa myös keskusteluille, pojille toiminnalliset interventiot oli mieluisimpia.

”Sekin vois olla kiva et joku tulis luokkaan puhuu. Joskus kävi terkkari. Välillä on kiva, et joku muu kun opettaja puhuu niistä asioista.”

Videot koettiin kiinnostavina, jos ne ovat sopivan mittaisia, eivätkä ole liian vanhoja tallenteita. Ryhmätöiden käyttö opetusmuotona herätti keskustelua. Osan mielestä ryhmätöet voivat olla hyviä jos ryhmädynamiikka on kohdallaan ja niihin paneudutaan kunnolla, mutta toisaalta sitäkin mieltä oltiin että aina ryhmätöissä osa joutuu tekemään enemmän työtä kuin toiset. Ryhmätöiden käyttämiseen opetuksessa jakoi mielipiteet tasaisesti.

” Isossa koulussa kun noit ryhmätöitä tulee jo muutenkin paljon”

Opiskelijoiden osallistuvuus		
Alkuperäinen ilmaus	Pelkistys	Yläkäsite
V1 - Se on ihan kiva et ne tulee tänne ja kertoo niitä juttuja, kun ne on kumminkin nuoria eikä mitään semmosia tosi vanhoja. Eikä anna mitään sellasia ohjeita elämään.	Positiivinen kokemus, nuoria, ohjaajan rooli.	Hyvä kokemus
V2- Ihan kiva silleen et ne oli sillai ulkopuolisia eikä mitään meidän koulun opettajia tai et ne oli niinkun ammattilaisia.	Positiivinen kokemus, ulkopuolisia, ammatillinen rooli.	Hyvä kokemus
V3- Joo. Ne kaikki vaikutti niin avoimilta ja iloisilta. Niiltä oli helppo kysyä, ei tuntunut yhtään sille etteikö uskaltais kysyä	Positiivinen kokemus, helposti lähestyttävä.	Hyvä kokemus
V3- Onhan se ihan hyvä et ne on jatkossakin mukana nuorten terveysohjauksessa.. ainakin se seksuaaliterveys ja mielenterveys on ihan sika tärkeitä nuorille.	Positiivinen kokemus, ammatillinen rooli	Hyvä kokemus
V3 Niin sellaset päivät on kumminki ihan piristäviä. Saa vähän energiaa. Opettajia ei jaksa kiinnostaa tai sit ne ei välttämättä tiiä jostain asiasta niin paljon. Ilkeää paremmin kysyä ulkopuoliselta kuin omalta opettajalta.	Positiivinen kokemus, ulkopuolisia, ammatillinen myönteinen rooli.	Hyvä kokemus

V4 - No ihan hyvin. Kun niitä ollu aika usein täällä. En tiä sit muista kouluista. Ei niistä oo mitään haittaakaan ollut.	Positiivinen, tuttuus neutraali rooli.	Hyvä kokemus
V4- Ihan hyvin. Reippaina ja tuntuu että niitä ei oo mitenkään laitettu tänne vaan et ne on omasta tahdostaan. Et ei tunnu et ne on pakosta.	Positiivinen kokemus, myönteinen rooli.	Hyvä kokemus
V4- kyl se on parempi että ulkopuolinen. opettajien kanssa ollaan muuten niin paljon tekemisissä.	Positiivinen kokemus, ulkopuolinen rooli.	Hyvä kokemus
V5 - Hyvä et ne on nuoria. Uskaltaa sanoa ja kysyä ainakin rasteilla.	Positiivinen kokemus, nuori, helposti lähestyttävä.	Hyvä kokemus
V5 -Se on hyvä et sitä tietoa siirretään nuoremmille!	Positiivinen kokemus, nuoria, ohjaajan rooli.	Hyvä kokemus
V6- No jos ne ei oo sieltä niin mistäs sitten?	Positiivinen kokemus, tärkeä rooli	Hyvä kokemus
V6- Tietty tosi hienoa että ne on nää järjestänyt.	Positiivinen kokemus, neutraali rooli	Hyvä, neutraali kokemus
V7 - asiallisia	Neutraali, asiallinen rooli	Neutraali kokemus
V8 -Joo uskalsi kysyä, ei ollut mitenkään jännittävää.	Positiivinen kokemus, helposti lähestyttävä.	Hyvä kokemus

5.2.9 Terveystieto oppiaineena

Oppilaat kokevat terveystiedon tärkeäksi oppiaineeksi. Haastatelluista kukaan ei kuitenkaan tuonut esille että se koettaisiin ehdottoman tärkeäksi oppiaineeksi koulussa. Terveystieto ja terveystieto koettiin olevan mielenkiintoista, kevyempi oppiaine muiden rinnalla. Terveystieto nähtiin olevan lähinnä luonnollisesti normaalia omasta itsestä ja terveydestä huolehtimista.

5.2.10 Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijat ohjaamassa

Kaikissa haastatteluissa tuli esille, että yläkouluiikäiset olivat kokeneet Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijoiden osallistumisen päivien toteutukseen ja järjestämiseen hyvänä sekä positiivisena asiana. Tämä oli lähes ainoa kysymys, johon oppilaiden vastaukset olivat kaikki yhteneviä. Oppilaiden sanojen mukaan oli parempi, että päivien järjestäjät olivat koulun ulkopuolisia henkilöitä. Lisäksi terveystietoa opiskelevina heidän koettiin olevan parempia ammattitaidoltaan vastaamaan oppilaiden esittämiin kysymyksiin terveysasioista, kuin esim. koulun omien opettajien. Opiskelijoiden nuori ikä oli oppilaista myös hyvä asia, se osataan teki heistä helpommin lähestyttäviä. Kukaan vastaajista ei kokenut opiskelijoiden osallistuvuutta negatiivisena.

Tässä vastauksessa haastattelija mietti oman roolinsa vaikutusta vastaajiin. Haastattelutilanne ja tutkijan roolin selkeästi tuominen alussa esille vakuutti tutkimuksen tekijänkin uskaan, ettei haastattelijalla eli tutkimuksen tekijällä ollut merkitystä oppilaiden mielipiteisiin. Lisäksi muissakin kysymyksissä nuoret uskalsivat tuoda esille myös huonompina kokemansa asiat terveysteemapäivistä. Näin ollen voidaan uskoa että vastausten yhtenevyys, johdetaan todellisesta kokemuksesta ja vastausten luotettavuus säilyy.

Opiskelijoiden osallistuvuus		
Alkuperäinen ilmaus	Pelkistys	Tulos
V1 - Se on ihan kiva et ne tulee tänne ja kertoo niitä juttuja, kun ne on kumminkin nuoria eikä mitään semmosia tosi vanhoja. Eikä anna mitään sellasia ohjeita elämään.	Positiivinen kokemus, nuoria, ohjaajan rooli.	Hyvä kokemus
V2- Ihan kiva silleen et ne oli sillai ulkopuolisia eikä mitään meidän koulun opettajia tai et ne oli niinkun ammattilaisia.	Positiivinen kokemus, ulkopuolisia, ammatillinen rooli.	Hyvä kokemus
V3- Joo. Ne kaikki vaikutti niin avoimilta ja iloisilta. Niitä oli helppo kysyä, ei tuntunut yhtään sille etteikö uskaltais kysyä	Positiivinen kokemus, helposti lähestyttävä.	Hyvä kokemus
V3- Onhan se ihan hyvä et ne on jatkossakin mukana nuorten terveysohjauksessa.. ainakin se seksuaaliterveys ja mielenterveys on ihan sika tärkeitä nuorille.	Positiivinen kokemus, ammatillinen rooli	Hyvä kokemus
V3 Niin sellaset päivät on kumminki ihan piristäviä. Saa vähän energiaa.Opettajia ei jaksa kiinnostaa tai sit ne ei välttämättä tiä jostain asiasta niin paljo.Ilkeää paremmin kysyä ulkopuoliselta kuin omalta opettajalta.	Positiivinen kokemus, ulkopuolisia, ammatillinen myönteinen rooli.	Hyvä kokemus
V4 - No ihan hyvin. Kun niitä ollu aika usein täällä. En tiä sit muista kouluista. Ei niistä oo mitään haittaakaan ollut.	Positiivinen, tuttuus neutraali rooli.	Hyvä kokemus
V4- Ihan hyvin. Reippaina ja tuntuu että niitä ei oo mitenkään laitettu tänne vaan et ne on omasta tahdostaan. Et ei tunnu et ne on pakosta.	Positiivinen kokemus, myönteinen rooli.	Hyvä kokemus
V4- kyl se on parempi että ulkopuolinen. opettajien kanssa ollaan muuten niin paljon tekemisissä.	Positiivinen kokemus, ulkopuolinen rooli.	Hyvä kokemus
V5 - Hyvä et ne on nuoria. Uskaltaa sanoa ja kysyä ainakin rasteilla.	Positiivinen kokemus, nuori, helposti lähestyttävä.	Hyvä kokemus
V5 -Se on hyvä et sitä tietoa siirretään nuoremmille!	Positiivinen kokemus, nuoria, ohjaajan rooli.	Hyvä kokemus
V6- No jos ne ei oo sieltä niin mistäs sitten?	Positiivinen kokemus, tärkeä rooli	Hyvä kokemus
V6- Tietty tosi hienoa että ne on nää järjestänyt.	Positiivinen kokemus, neutraali rooli	Hyvä, neutraali kokemus
V7 - asiallisia	Neutraali, asiallinen rooli	Neutraali kokemus

V8 -Joo uskalsi kysyä, ei ollut mitenkään jännittävää.	Positiivinen kokemus, helposti lähestyttävä.	Hyvä kokemus
--	--	--------------

5.2.11 Nuorten jatkoideoita Kuitinmäkihankkeelle

Oppilaiden vastauksissa tuli suhteellisen vähänlaisesti kokonaan aivan uusia ideoita Kuitinmäkihankkeelle. Yhdessä haastattelussa tuli esille uutena ideana, että Kuitinmäenkoulun oppilaat voisivat mahdollisesti vuorostaan mennä tutustumaan Laurea-ammattikorkeakouluun. Tarkemmin sitä ei osattu kuvailla mitä heille siellä voisi järjestää. Pääsääntöisesti jo pidettyjä teemapäiviä pidettiin hyvinä ja mielekkäinä, jatkossakin toteuttamiskelpoisina. Lähinnä kehitysehdotuksia tuli päivien aiheisiin, järjestämisajankohtaan sekä teemapäivien määrän lisäykseen ja toivottiin pientä hienosäätöä opetusmuotoihin. Suurimmassa osassa haastatetuissa oppilaat olivat sitä mieltä, että teemapäiviä voisi olla useammin kuin kerran vuodessa. Se mikä oli mielenkiintoista, että lähes puolien vastauksissa tuli esille tupakka ja päihde asiat, niitä toivottiin lisää varsinkin poikien osalta. Haastateltavat kokivat, ettei heidän ikäryhmälleen niistä ehkä riittävästi oltu puhuttu yläkouluaikana. Ennen kaikkea nuoret tuntuivat olevan huolissaan ikätovereidensa alkoholinkäyttö ja tupakointi määristä.

Yleisesti ottaen nuoret olivat sitä mieltä, että yhdeksäs luokan seksuaaliterveyspäivä olisi voinut olla jo aiemminkin kuin viimeisen vuoden keväällä, koska se oli hyvin lähekkäin omien terveystiedon tuntien kanssa. Seitsemäs luokka koettiin kuitenkin liian aikaiseksi seksuaaliterveysaiheelle, mutta kahdeksas luokka ja yhdeksännen luokan syksy olivat suurimman osan mielestä parhaimpia ajankohtia. Neljäsosan mielestä jo seitsemäs luokka voisi olla hyvä ajankohta tällaisen aiheen käsittelyyn.

Nuorten kehitysideoita/palautetta hankkeelle ja teemapäiville		
Vastaus	Pelkistys	Tulos
V1- Ehkä mekin voitais tulla välillä tutustumaan teidän kouluun, kun te olette aina täällä?	Uusia ideoita, tutustuminen Laureaan	Uusi idea, amk tutustuminen
V1-Ehkä se kun oli se seksuaalihomma, niin kun jotkut on sen verran ujoja tai semmosia et kun jotkut ei tykkää puhua niin niille vois sit enemmän puhua ettei niiden tarvii mitään sananselityksiä	Enemmän valmiutta päivien järjestämiseen, tilannetajua	Suunnitteluun panostus, järjestäjien valmiutta
V1- Ehkä me oltais voitu kattoo joitain videoita, eihän me näissä olla mitään katottu. Ainakaan mä en muista. Nekin on ihan hauskoja tai tietty myös jotain toiminnallista?	Opetusmuotoina videot, toiminnallisuus	Monipuoliset opetusmuodot
V2- Nää samat mitkä on ollut nyt. Ne on ollu ihan hyödyllisiä.	Sama aiheiset päivät	Päivät koettiin mielekkäinä, ei muutoksia
V3- Sais olla näitä päiviä vähän useammin, kun kerran vuodessa. Et muistais paremmin. Terveystiedonhoitajakin painottaa aina unta ja syömistä ja liikuntaa ja kummiskin ne aina jää.	Päiviä useammin, aiheina terveys, uni, ravinto ja liikunta	Lisää terv. edistämisen teemapäiviä

V4- mun mielestä niinkun joku mielenterveys ois hyvä olla ysiluokalla koska tässä on kumminkin hirveesti koko ajan stressiä yllä. Niin mielenterveys ois ollu ihan hyvä olla nyt.	Uusia aiheita 9lk, mielenterveys, välineitä oppilaan arkeen	Uusi aihe, ajankohtaisuus, mielenterveys
V4- Ehkä ruuasta? ja päihteistä, alkoholista ja tupakasta ja huumeista. Niin onks meille puhuttu koskaan silleen näistä? No ei oikeen koulussa oo - Et miten ne vaikuttaa sit terveyteen.	Uusia aiheita; ravitsemus sekä valistusta päihteistä ja tupakasta	Uusia aiheita, ravitsemus sekä päihteet
V5 - Näyttää vaik ihan paperilla et mitä aineita siinä on ja miten ne vaikuttaa sit ne ite näkis ne. Visuaalisesti se ehkä järkyttäs hyvin. enemmän ne niinkun tietäs sit. Et ne ei vaan vetäs sen takia et se on coolia.	Päihde valistusta, havainnollistamista, suunnitteluun panostusta	Uusi aihe, tupakka, päihteet. Opetusmuodot visuaalisointi
V5- tupakka ja alkoholi joo. Niitä käytetään niin paljon et se olis tärkeä aihe ennen kun ne alkaa polttaa sitä tupakkaa. et kertos mitä aineita se sisältää..	Päihde valistusta	Uusi aihe, tupakka, päihteet
V6- en mä osaa sanoo. Hyvä näin.	Sama aiheiset päivät	Päivät koettiin mielekkäänä, ei muutoksia
V6- tää on just hyvä et ne on täällä. koulupäivän aikana, ettei illaala missään kaukana. Muuten ei varmaan tulis. Kouluunkun pitää tulla	Organisointi koululla koettiin helpoksi osallistua	Organisointi järkevää
V7- Kasiluokan aiheeks sopis vaik päihteet, tupakka, alkoholi?	Päihde valistusta, 8lk	Uusi aihe, tupakka, päihteet
V7 -- onhan se hyvä että tällaisia päiviä järjestetään, ettei tarvii koko ajan nähdä samoja naamoja	Järjestetyt päivät toi vaihtelua koulupäivien arkeen	Päivät koettiin mielekkäänä vaihteluna
V8 -Tunteja menee, on se muutenkin ihan jees et tällaisia päiviä järjestetään.	Järjestetyt päivät toi hyvää vaihtelua koulupäivien arkeen	Päivät koettiin mielekkäänä
V8 - Mielenterveydestä vois olla kyl joku tapahtuma? – seisalla ei ajankohtainen, kasilla varmaan paras?	Mielenterveyden aihe lisäksi	Lisää päiviä, uusi aihe, mielenterveys

5.3 Tulosten luotettavuus

Kaikki haastatteluihin osallistuneet oppilaat olivat osallistuneet kaikkiin kolmeen eri teemapäivään, yhtä oppilasta lukuun ottamatta, joka oli ollut poissa seitsemäsluokan teemapäivästä. Opinnäytetyön kokonaisuuden kannalta olikin mielekästä, että valitut oppilaat olivat kaikki osallistuneet laajasti teemapäiviin. Lähes sataprosenttinen haastateltavien osallistuvuus teemapäiviin toi tutkimukselle lisää ulottuvuutta ja luotettavuutta. Vaikka laadulliselle tutkimukselle ei sinänsä kuulu numeraaliset arvot, voidaan tätä asiaa tarkastella hieman lukujen valossa. Kun ajatellaan, että haastateltavia on kahdeksan ja terveysteemapäiviä kolme, jos jokainen on osallistunut kaikkiin terveysteemapäiviin, on vastausprosentti 100. Haastateltavista kun yksi ei ollut osallistunut seitsemäs luokan teemapäivään on vastausprosentti näin ollen oikeastaan 95% otannasta ajatellen tutkimuksen tavoitteita. Haastateltavia oli kahdeksan nuorta koko ikäluokasta ja Kuitinmäenkoulun yhdessä ikäluokassa oli tuolloin noin 100 oppilasta, joten haastateltavat edustavat noin vajaata 10 prosenttia ikäluokastaan. Merkityksellistä ei tällaiselle kvalitatiiviselle tutkimukselle ole kuitenkaan vastaajien määrä vaan se mitä tutkitaan, millaisin tuloksin. Lisäksi haastattelujen teemat ovat edellisen opinnäytetyön tut-

kimuksen pohjalta laadittuja. Tuolloin kyselylomake kosketti silloista koko 9.-luokan ikäryhmää lähes sata prosenttisesti.

Välillä piti auttaa haastateltavia muistamaan ja palauttamaan mieleen aiempina vuosina käsitellyjä terveysteemapäivien asioita. Tutkijalle olikin haastavaa saada kysytyä kysymykset mahdollisimman samalla lailla kaikilta ja mahdollisimman neutraalisti, avoimin kysymyksin vaikuttamatta vastauksiin. Kahdeksannen ja yhdeksannen luokan terveysteemapäivät olivat selkeästi paremmin oppilaiden muistissa. Ratkaisevasti asiaan vaikutti se, että aikaa oli kulu-
nut vähemmän ja aiheet heidän mukaan olivat kiinnostavampia. Toisaalta seitsemannen luokan päivästä muistettiin yksilöllisemmin, kukin henkilökohtaisesti mielekkäitä asioita.

Tulosten luotettavuuteen voidaan katsoa että mitään tietoja ei ole muutettu, eikä sivullisten tietoon ole aineistoa annettu. Kaikki analyysivaiheen materiaali on ollut vain opinnäytetyön tekijän käsissä.

5.4 Tulosten hyödynnettävyys

Tutkimustulosten arviointiin voi vaikuttaa monesti myös yleinen luokkahenki, mutta tulosten luotettavuuden kanssa sillä ei ole mitään tekemistä.

Mietitään hieman tällaisen tutkimuksen tuloksiin vaikuttavia otantalähtöisiä tekijöitä. Mikä tai mitkä vaikuttavat yleisesti oppilaiden mielipiteisiin eri opetustapoja tai asioita kohtaan. Ajatellaan esimerkiksi liikuntapainotteista luokkaa ja matemaattisluonnontieteellispainotteista luokkaa, kuinka heidän vastaukset voisivat erota toisistaan? Ehdotetussa tilanteessa ero voisi olla ratkaiseva esimerkiksi oppimistapojen tai aiheiden kiinnostavuutta tutkittaessa. Lähtökohtaisesti voisi ajatella että esim. liikuntapainotteisella luokalla olevat nuoret olisivat enemmän kiinnostuneita hoitamaan terveyttään ja mahdollisesti myös tietoisempia terveysasioista urheilupainotteisten harrastusten kautta. Painotteisuus aihe on mielestäni tärkeä ja mielenkiintoinen tulevaisuudessa, koska monissa yläkouluissa alkaa olla jo eriytyneitä luokkia tai eripainotteisia luokkia paljonkin. Mahdollisesti silloin myös yhdelle luokalle oppilaat ja-
kaantuvat enemmän samantyyppisesti. Tässä opinnäytetyössä kuitenkin haluttiin tutkia niin sanottuja yleisluokan tavallisia, keskiverto yhdeksäsluokkalaisia nuoria, normaalilta yläkoulu-
luokalta, joiden lähtötilanteeseen ei vaikuta kiinnostus suuresti jotain yhtä ilmiötä tai asiaa kohtaan.

Kukaan haastatelluista ei muistanut muita samankaltaisia päiviä tai minkään muunlaisia terveysaiheisia päiviä järjestetyn koululla, joten vastaukset haastatteluista eivät sekoitu muiden tapahtumien kanssa.

Haastattelujen vastauksista on tallella alkuperäiset litteroinnit, joihin voi aina palata. Mikä toisaalta osoittaa osaltaan myös tulosten luotettavuudesta tai toistettavuudesta.

6 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

6.1 Luotettavuus ja eettisyys

Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuutta mittaa usein uskottavuus, siirrettävyys, riippuvuus ja vahvistettavuus. (Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2009, 160)

Uskottavuus edellyttää selkeää kuvausta sisällönanalysistä ja tulosten muodostamisesta, niin että lukijalle muodostuu selkeä käsitys prosessista ja ymmärrys tutkimuksen heikkouksista ja vahvuuksista. (Kankkunen, ym. 2009, 160)

Laadullisessa tutkimuksessa uskottavuutta lisää tutkija kyky empiirisen eli kokemuksellisen aineiston sekä käsitteellisen ajattelun yhdistämiseen tuloksia esitellessään. Tulosten esittelyä ja käsitteiden sisältöjä voidaan havainnollistaa muodostetuilla luokituksilla tai kategorioilla. (Kankkunen, ym. 2009, 160) Tässä opinnäytetyössä on pyritty systemaattiseen tulosten analysointiin pelkistämällä ja kategorioimalla tulokset, ennalta määriteltujen teemojen valossa. Käytetyt teemat ja saadut tulokset nojaavat aiempaan kvalitatiiviseen tutkimukseen, jossa on käytetty suurempaa otantaa. (Maijala & Mäkelä. 2010, 20) Mikä osaltaan lisää tutkimuksen johdonmukaisuutta, lisää luotettavuutta ja mahdollistaa sen toistettavuutta.

Tässä tutkimuksessa siirrettävyyttä vahvistavat hyvät taustatiedot hankkeesta ja haastateltaviksi valituista. Opinnäytetyö sisältää selkeää kuvausta tutkimuksen kulusta ja aineistonkeruuvaiheista.

Kvalitatiivisen tutkimukselle on usein tunnusomaista että tuloksissa on esitetty autenttisia -suoria lainauksia haastatteluteksteistä tai saadusta aineistosta. (Kankkunen, ym. 2009, 160.) Tässä tutkimuksessa saadusta aineistosta on esitetty suoria lainauksia tulosten havainnollistamiseksi, ne tuovat luotettavuutta tapaan, jolla tulokset on saatu.

Laadullisessa tutkimuksessa usein nousee esille, se miten luotettavana ja uskottavana yhden ihmisen työstämää laadullista tutkimusta voidaan pitää. Usein laadullinen tutkimus kuvastaa myös sitä ihmistä, joka sen on tehnyt, hänen työpanostaan ja ammatillisuuttaan. Tässä tutkimuksessa opinnäytetyöntekijälle itselleen ei ole mitään hyötyä tutkimuksen tuloksista. Tässä työssä tutkija on pyrkinyt tarkastelemaan aineistoa, kerätyn aineiston pohjalta, ei oman empiirisen kokemuksen tai ennako oletusten kautta. Laadullista tutkimusta tehdessä on tutkija

on työnsä keskeinen tutkimusväline. (Eskola & Suoranta, s.210) Tästä totuudesta huolimatta opinnäytetyöntekijä on pyrkinyt tarkastelemaan aihetta mahdollisimman objektiivisesti.

Opinnäytetyön neutraali aihe ei luo suuria ilmauksia tai kannanottoja, vaan siinä on mahdollisuus tutkia vapaasti aihetta ja tuloksia. Myöskään opinnäytetyöntekijä ei itse pääse konkreettisesti hyötymään työnsä tuloksista. Toisin kuin esimerkiksi liiketalouden puolen opinnäytetöissä, joissa voi mukana olla tilastoja ja tulkintaa jonkin yrityksen taloudellisista asioista ja mahdollisesti myös valmistuvan opiskelijan jatko työllistymismahdollisuuksista sitä kautta. Tällaista mahdollisuutta tässä opinnäytetyössä ei ole. Se antaa vaikutteen tutkijan eettisyydestä työtä kohtaan.

Opinnäytetyössä puhutaan terveydenhoitaja opiskelijoiden osallisuudesta terveysteemapäivien järjestämiseen. Käytännössä se tarkoittaa sitä, että vaikka opinnäytetyöntekijä on itse terveydenhoitajaopiskelija, ei hän ole olennaisesti puuttanut teemapäivien suunnitteluun, sisältöön tai muuten käsiteltyihin aiheisiin, vaikka onkin ollut avustamassa jo valmiiksi suunniteltua päivää Kuitinmäen koululla yhdessä terveysteemapäivässä opiskeluvuosina. Tutkijan objektiivinen tarkasteluote säilyy sen myötä, suhteessa tutkittavaan ilmiöön.

Pohdinta toteutettiin haastattelujen ja litteroinnin pohjalta, jossa luonnollisesti voi näkyä opinnäytetyöntekijän oma tulkinta haastateltavien vastauksista. Opinnäytetyötä tehdessä ja litterointeja kuunnellessa, jopa vastaajan äänenpaino ja eri äänensävyt toivat hankaluutta vastausten tulkinnassa. Toisaalta siksi kysymysten asettelu oli oltava selkeää, neutraalia, eikä johdattelevaa. Haastattelijan piti luoda luottamus haastateltaviin oppilaisiin hyvin nopeasti.

Eettisyys - Vaikka opinnäytetyössä on murre ilmaukset jätetty sanasta sanaan, eivät haastatteluun osallistuneet ole tunnistettavissa, koska kaikki puhuivat samanlaista paikallista nuorten yleiskieltä.

6.2 Reliabiliteetti ja validiteetti

”Arviointi kohdistuu tutkimusaineiston keräämiseen, aineiston analysointiin ja tutkimuksen raportoitiin”. (Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. 1997, 216.)

Tutkimuksen reliabiliteetti on mittaustulosten toistettavuutta. Se tarkoittaa tutkimuksen kykyä antaa ei-sattumanvaraisia tuloksia. (Hirsjärvi ym. 2004, 231.) Reliabiliteettia voidaan tässä tutkimuksessa ajatella, että jos samoilta henkilöiltä kysyttäisiin samat kysymykset uudestaan olisiko tulokset samanlaisia.

Validiteetti sitä vastoin tarkoittaa pätevyyttä. (Hirsjärvi ym. 2004, 231.) Validiteetti pyrkii kuvaamaan kykyä mitata juuri sitä mitä on tarkoituskin mitata.

Validiteetti täyttyy tämän opinnäytetyön kohdalla. Tutkijalla on ollut mahdollisuus kerätes- sään aineistoa eli tehdessään haastatteluja, tehdä selväksi mitä hän kulloinkin tarkoittaa. Näin ollen haastattelija on voinut korjata tarkoittamaansa kysymystä tai toistaa itseään pa- remmin ymmärrettäväksi, mikäli on kokenut että haastateltavat eivät ole ymmärtäneet kysy- mystä tai vastaukset eivät ole vastanneet tarkoitettua asiaa.

Reliabiliteetti on haasteellisempi osoittaa, koska kyseessä ei ole numeraalinen tutkimus ja kyse on ihmisten sen hetkisistä tunteista, ajatuksista, mielikuvista ja muistoista. Tutkimuksen toistettavuuteen vaikuttaa myös aika, tutkijan rooli ja hänen oma tulkinta aineiston pohjalta. Jos joku toinen toistaisi täysin saman tutkimuksen samoilla kysymyksillä, voisi vastauksissa luonnollisesti olla hieman poikkeavuutta, mutta toisaalta tämä luo tutkimukselle omaleimai- suutensa ja viehätöksensä. Tutkimus on tutkijansa kädenjälki.

Reliabelius toteutuu, koska aiheesta aiemmin tehty edellinen kvalitatiivinen tutkimustyö sai lähes samansuuntaiset tutkimustulokset, johon osallistui kymmenkertainen määrä vastaajia.

7 Pohdinta

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, kuinka Kuitinmäki-hanke toteutui vuosina 2008 - 2010, ja kuinka oppilaat itse arvioivat terveyden edistämisen onnistumista. Lisätavoit- teena oli tuottaa tietoa Kuitinmäki-hankkeen toiminnasta, avata hankkeessa toteutettujen terveysteemapäivien sisältöä, sekä tuottaa arviointitietoa samalla hankkeen jatkokehittymi- selle ja muille mahdollisille nuorten terveyden edistämiprojekteille.

Opinnäytetyössä saadut tulokset vastaavat tutkittavaan aiheeseen ja siihen mitä alussa läh- dettiin selvittämään. Tutkimuksesta saadut tulokset, vastaavat tutkimuksen tarkoitusta. Opinnäytetyön tulosten pohjilta vastaukset olivat hyvin samansuuntaisia kuin Maijalan ja Mä- kelän tulokset. Mielestäni tässä aiheessa kvantitatiiviset ja kvalitatiiviset tulokset vastasivat hyvin toisiaan. Näin ollen tutkimustulosten perusteella nuoret olivat saaneet Kuitinmäki- hankkeesta edelleen uutta tietoa ja kehittyneet oman terveyden ylläpitäjinä. Se kuinka pal- jon määrällisesti hanke toi lisää terveystietämystä tai terveyden edistämisen kannalta oleelli- sia tekijöitä, ei tämä tutkimus kerro. Voidaankin vain nähdä että hankkeesta oli hyötyä nuoril- le ja heidän terveydelle.

Haastavaa oli saada analyysi tehtyä kattavasti mutta järjeistetyksi. Haastatteluissa oli paljon materiaalia, joiden purkaminen ei ollut aivan yksinkertaista.

Tutkimuksen ja opinnäytetyöntekijänä koen että tämä opinnäytetyö on hyvin käyttökelpoinen ja innovatiivinen työ jatkossakin. Tulosten tarkastelu on helppoa luotettavuutensa ja helposti ymmärrettävän tekstinsä vuoksi. Numeraalisia ja tilastollisia kaavioita ei ole juurikaan käytetty, joten laadullisen analyysin tulokset ovat monenkin erityyppisen asiaan sen kummemmin perehtymättömän lukijan helposti ymmärrettäviä.

Uskon tämän opinnäytetyön olevan autenttinen tietoperusta Kuitinmäki-hankkeen että yläkoulukäisten terveyden edistämisen myöhemmälle kehittämiselle.

Vaikka työssä kaikki teksti ei olekaan tiivistä teorialähtöistä kuvausta aiheesta, on se kuitenkin induktiiviselle analyysille pohjautuva teorialähtöinen tutkimus.

Mielestäni kaikki mitä yläkoulukäisten nuorten kanssa tehdään pitää olla hyvin suunniteltua, perusteltua ja johdonmukaista. On paljon terveysasioita mitä voisi ja ehkä pitäisikin käsitellä nuorten kanssa, mutta tänä päivänä nuoret itse ovat jo hyvin tietoisia ja melkein kaikesta saa tietoa internetin kautta. Toisaalta voisi ajatella että nuoret ovat herkässä iässä ja näin myös vaikutteille alttiimpia, siksi on hyvin olennaista mitä ja miten jotakin asiaa kerrotaan heille.

Mielestäni tällaista tutkimustyötä tehdessä, olisi helpompi ja mielekkäämpi haastatella nuoret suoraan lyhyen ajan säteellä kustakin teemapäivästä. Asiat unohtuvat kouluvuosien edetessä ja tuoreimmassa muistissa tämänkin tutkimuksen perusteella oli se teemapäivä, josta oli kulunut lyhin aika. Laadullista tutkimusta tehdessä, keskustelut avoimissa haastatteluissa olisivat hedelmällisempiä ja näin ollen myös tulokset sekä analyysi vaihe saisi enemmän lihaa luiden ympärille, kun interventioista olisi aikaa vähemmän kuin kaksi vuotta. Toisaalta kuitenkin niin pitkä aika, että nuoret pystyisivät jo vertaamaan niiden hankkeen mahdollisia vaikutuksia omiin ratkaisuihin ja mahdollisiin terveyden edistämisen toteutumisiin.

Haastetta opinnäytetyön tekemiselle loi samankaltaisuus toisen aikaisemman opinnäytetyön kanssa, kulunut aika sekä aiheen laajuus. Maijalan & Mäkelän opinnäytetyö oli kvantitatiivinen tutkimus lähes samasta aiheesta aiemmilta vuosikursseilta, joissa tutkimukseen osallistuneet oppilaat vastasivat kyselylomakkeella. Vastausprosentti tuolloin oli lähelle sata, koska kyselyyn vastasi melkein kaikki silloiset yhdeksäsluokkalaisten. Nyt oli mielenkiintoista saada tulokset, kahden erilaisen mutta hyvin samaa aihetta käsittelevästä tutkimuksesta. Oliko hankkeessa tapahtunut kehitystä tai muutoksia.

Terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen on tärkeää. Lähtökohtaisesti terveydenhoitajankin ammatin perusideaan on alusta asti kuulunut sairauksien ennaltaehkäisy. Sen myötä terveyden edistämisen ja Kuitinmäki-hankkeen tavoitteiden toteutuvuuden aihe koskettavat ja kiinnostavat myös opinnäytetyöntekijää.

Opinnäytetyö sekä koko tutkimusprosessi alusta loppuun kehitti opinnäytetyöntekijää valtavasti ammatillisesta näkökulmasta sekä tutkimustyön prosessin toteuttamisessa, suunnittelussa, tutkijan roolissa sekä itsetutkiskelussa, vastaten näin lisäksi henkilökohtaisiin omiin tavoitteisiin.

7.1 Tutkimustulosten arviointia

Tutkimuksen tulokset ovat hyvin samansuuntaisia kuin aiemman Maijalan ja Mäkelän määrällisen työn tulokset. Tämän tutkimuksen tuloksista kävi ilmi että kahdeksannella luokalla järjestetty ensiapupäivä sai kiitosta organisoinnista sekä hyödyllisistä aiheista, mitkä nuorille olivat eniten vieraampia ja uusia. Aiheena edelleen mielenkiintoisimmaksi oppilaat kokivat yhdeksannen luokan seksuaaliterveyskasvuspäivän. Opetusmuodoista parhaimmiksi koettiin toiminnalliset, käytännönläheiset interventiot. Ammattikorkeakoulun opiskelijoiden osallistuvuus teemapäivien järjestämiseen koettiin positiivisena.

Tutkijana uskon vahvasti, että oppilaiden omat mielenkiinnon kohteet, persoonallisuus sekä teemapäivien järjestämisen aikaan heidän elämässään olevat ajankohtaiset asiat vaikuttivat vastauksiin ja siihen mitkä kukin haastateltava koki mielenkiintoisena ja mitkä vähemmän tärkeinä tietoina.

Kuitinmäenkoulu onkin toiminut aktiivisesti yhteistyössä Laurea-ammattikorkeakoulun kanssa, jotta heidän oppilaiden saama tieto terveysasioista olisi mahdollisimman ajankohtaista, monipuolista ja hyödyttäisi nuoria eniten. Terveysteemapäivät ovat olleet, toisentyypistä opetusta melkein samoista asioista, joita ehkä jo terveystiedossa on käyty, mutta tällaisen käytännön tavan oppilaat ovat kokeneet mielekkäänä. Muissa yläkouluissa ei välttämättä ole tämän tyyppistä terveystiedon opetusta järjestetty ollenkaan, vaan asiat käsitellään oppituntien sisällä.

Kuitinmäenkoulun aktiivisuudesta ja opetuksen laadusta kertoo mielestäni myös se, että esim. seksuaaliterveyspäivän asiat olivat monelle oppilaalle tuttuja jo omilta tunneilta. Silloinhan opetuksen laatu on niin hyvää, että tärkeät asiat ovat jääneet oppilaiden mieleen.

Nuoret, varsinkin pojat kaipasivat lisää informaatiota ja tietoa mitä vaikutuksia alkoholilla ja tupakalla todella on terveyteen. On totta, että yhteiskunnassamme vallitsee tietyn tyyppinen sanaton sallivuuden ilmapiiriin nuorten alkoholinkäyttöä kohtaan, jota ei pitäisi hyväksyä. Toisaalta haastateltavien ikäryhmälle on ehkä vain sattumalta voinut tulla vähemmän päihdeasioiden terveystiedon opetusta tai yksinkertaisesti tietoa vain kaivataan lisää.

Mahdollisesti myös käytännön järjestelyjen osalta, oliko hankkeen toiminta muuttunut tai kehittynyt tulosten pohjalta.

Toisaalta oppilaat eivät ehkä osaa arvostaa hankkeen tuomia opetusmuotoja ja teemapäiviä, koska he eivät ehkä osaa nähdä mitä olisi ilman niitä. Uskon vahvasti ja myös vastauksia tulkitessa tuli esille että tällaiset opetustavat jäävät paremmin nuorien mieleen kuin se että opetettaisiin tunnilla luokassa, vaikka sisältö olisikin sama.

Haastavaksi opinnäytetyön tutkimustulosten arvioinnissa teki oppilaiden vastaaminen joihinkin kysymyksiin hyvin lyhyesti tai se, ettei kysymyksiin osattu vastata kovin laajasti. Haastattelun aikana tutkijan pitikin olla hyvin tietoinen terveysteemapäivien sisällöstä, että hän pystyi auttavasti palauttamaan oppilaiden mieleen joitakin päivien aikana käsiteltyjä ja ehkä jo unoh-tuneita asioista. Haastattelijan roolissa oli myös hyvin vahvasti eduksi se, että hän oli itse terveydenhoitoalan opiskelija. Selvästi oppilaita havainnoimalla ja kuuntelemalla sai suuremman luottamuksen tutkijan sillä, että oli kyseiseltä alalta. Haastatteluissa varsinkin tyttöjen kanssa saattoi tutkijan oma ammatillisuus pompat esille kun nuoret kysyivät, jotain terveyteen liittyvää.

Haastattelutilanne oli opinnäytetyöntekijälle mielenkiintoinen ja ammatillisesti kasvattava kokemus. Haastattelujen tekeminen oli varmasti mielenkiintoisin osuus koko tutkimustyötä tehdessä. Oli myös mielenkiintoista päästä palaamaan haastattelupäivään ja keskusteluihin asioihin litteroinnin kautta. Haastatteluja purkaessa pystyi vertaamaan eri haastattelujen kulua ja kuuntelemaan kuinka itse kehittyi tutkijan roolissa. Litteroidessa myös huomasi kehitysehdotuksia itselleen mahdollisiin tuleviin haastattelutilanteisiin myöhemmin elämässä. Toisaalta olikin hyvä, että kaikki haastattelut olivat saman päivän aikana, että samankaltaisuus haastattelutilanteissa säilyi. Tutkija uskoo, että jokaisessa haastattelu tutkimuksessa tutkijan vaatteilla, asustuksella, äänenkäytöllä ja muutenkin persoonallisella olemuksella on merkitystä haastateltavien luottamuksen saamiseen.

Hankkeen teemapäivät on hyvä miettiä koulun terveystiedon tuntien kanssa ettei syntyisi liikaa päällekkäisyyttä. Eihän voi jättää niinkään että päivässä olis sellaista mikä jätettäisiin tunneilta kokonaan pois, uskoisin että järjestys voisi olla toisinpäin, ensin päivä jossa heräteltäisiin mielenkiintoa ja tutustuttaisiin aiheeseen ja sen jälkeen terveystiedon tunnit jotka syventäisi aiheeseen.

7.2 Toteutuksen arviointia

Tutkimukseen valittu otanta olisi voinut olla suurempi. Mahdollisesti suuremmalta haastatteluvien ryhmältä olisi saatu enemmän tietoa ja analysoitavaa, jolloin olisi tullut vastauksia monipuolisemmin ja laajemmin. Vastauksien erot olisivat voineet olla selvemmat ja sitä olisi voinut olla helpompi verrata esim. muihin lähteisiin. Oppilaita olisi myös toisaalta voitu ottaa useammalta eri yhdeksäs luokalta. Tähän tutkimukseen valittu otanta oli kuitenkin perusteltua.

7.3 Kehittämisideat ja jatkotutkimushaasteet

Opinnäytetyötä kirjoittaessa uusia ideoita ja kehitettävää nuorten terveyden edistämisestä sekä itse opinnäytetyön tekemisestä nousi koko ajan lisää.

On paljon asioita, jotka ovat keskeisiä ja merkittäviä nuorten elämässä. Nuorten terveydestä ja monenlaisen hyvinvoinnin edistämisestä voisi tehdä lisää kehitysideoita ja tutkimuksia. Tällä hetkellä nuorten henkinen hyvinvointi, jaksaminen, tulevaisuuden tähtäimet sekä positiivisen elämäkatsomuksen ylläpito ovat erittäin tärkeitä huomioida. Mielenterveyden ongelmat ja masennus ovat jatkuvasti lisääntyneet. Näistä järkyttävinä esimerkkeinä, on ollut lähivuosina sattuneet kouluampumatapaukset Suomessa. Ne ovat asioita, joihin opinnäytetyöntekijänä ja tulevana terveydenhoitajana vahvasti uskon pystyttävän vaikuttamaan jo peruskouluiässä, tukemalla nuorten itsetuntoa ja vahvistamalla terveen kasvun suojaavia tekijöitä.

Kulttuuriasioissa voisi tehdä parannuksia. Tällä hetkellä Kuitinmäen koululla on niin sanotusti kulttuurisesti vielä hyvin homogeeninen oppilaskanta, eli suurin osa oppilaista on juuriltaan suomalaisia nuoria kun verrataan joihinkin muihin Espoon tai pääkaupunkiseudun alueen kouluihin. Toisissa Espoon kouluissa nuoret ovat taustaltaan hyvinkin monen eri kulttuurin edustajia. Vaikka nuoret Kuitinmäellä ovatkin tällä hetkellä vielä pääosin suomalaisia nuoria, ovat he usein monen eri kulttuuritaustaisten kanssa tekemisissä sekä koulumaailmassa että muualla elämässä. Tämän vuoksi olisi hyvä opettaa myös esimerkiksi terveystiedossa ja tai hankkeessa eri kulttuureista esim. seksuaalikasvatuksesta. Kulttuurituntemus kouluissa jää hyvin usein helposti uskonnon ja elämäkatsomus oppituntien opetusten varaan. Kulttuurinen tietämys lisäisi suvaitsevaisuutta, ymmärrystä, tietoutta tulevaisuudessa ja auttaisi asettumaan paremmin toisissa kulttuureissa kasvaneiden nuorten asemaan. Maailma kun on globalisoitumassa jatkuvasti yhä enemmän ja nuoret aikuiset hakeutuvat ulkomaille opiskelemaan, matkustamaan ja myös työelämään.

Varsinaisena jatkokehittämisideana nuorilta nousi esille päihteiden käyttö, mikä oli opinnäytetyöntekijälle mielenkiintoinen tulos. Lähtökohtaisesti voisi kuvitella, että nuorilla olisi jo riittävästi tietoa tupakasta, alkoholista ja päihteistä sekä niiden haittavaikutuksista terveydelle. Näin ei kuitenkaan tutkimustulosten mukaan ollut.

Terveyden edistämisen voisi laajentaa kattamaan myös jatko-opiskelupaikkoihin, nuorten syrjäytymisen ja väliinputoamisen ehkäisyyn. Asioihin, joista nyt tänä päivänä ollaan kovasti huolissaan Suomessa. Uskon että peruskoulu tasolla nuorten valmiudet, apu ja mahdollisuudet ovat hyvät, mutta mitä sen jälkeen kun nuori jatkaa ammattioppilaitoksiin, erilaisiin opistoihin ja korkeakouluihin. Millaiset valmiudet näissä ympäristöissä on tukea nuorta oikeisiin terveisiin elämänvalintoihin.

Paljon on myös hyvää, monessa kohdassa on yleisellä tasolla edistytty ja terveystietous nuorten keskuudessa on lisääntynyt, muun muassa laissa määriteltyjen koulujen terveystiedon tuntien ansioista. Tästä hyvänä esimerkkinä lisääntymis- ja seksuaaliterveyden edistäminen, mikä tässäkin opinnäytetyössä tuli esille, että nuoret olivat jo hyvin tietoisia seksuaaliasioista. Hankkeessa toteutettu seksuaaliterveysaiheinen teemapäivä, oli monen vastauksissa jo tuttua asiaa. Ammatillisesta näkökulmasta uskon tämän olevan vain positiivista, nuorille varmasti ylimitoitettu informaatio on aina parempaa kuin tiedon puute. Yksikin tarttunut sukupuolitauti tai alkanut ei-toivottu raskaus vähemmän on aina terveyttä edistävää.

Näkemykseni mukaan laadulliset tutkimukset eivät vanhene, joten jatkossa opinnäytetyötä voi hyödyntää mahdollisesti erilaisiin tarkoituksiin. Oppilaiden vastaukset ja tutkimustulokset kävivät hyvinkin järkeen monessa mielessä. Tulosten perusteella hankkeen toiminnalle ja kehittämiselle on lisää arviointitietoa sekä käytännön toteutukseen että mahdollisiin terveyden edistämisen uusiin teemapäiviin. Idealista olisi, jos Kuitinmäki-hankkeen tyyppiset yhteistyöhankkeet laajenisivat tasaisesti muihinkin yläkouluihin niin Espoossa kuin muualla Suomessa. Kuten tutkimustulokset osoittavat nuoret kokevat terveyden edistämisen ja tiedon lisäämisen tempaukset mielekkäinä. Kuitinmäki-hanke lisäsi nuorten terveystietoutta ja valmiutta oman terveydenhoitamiseen. Kukaan haastatelluista ei ollut kokenut hankkeen teemapäiviä turhina tai päinvastaisesti tyhjentävinä, joten aina on kehitettävää ja lisättävää.

Mahdolliseksi jatko-opinnäytetyöksi voisi verrata kahden eripainotteisen luokan eroavaisuuksia suhteessa terveysasioista kiinnostumiseen. Stereotypiana onko matemaattisluokan "nörtit" yhtä kiinnostuneita ja tietoisia oman terveyden ylläpitämisestä kuin liikuntaluokan "urheiluhullut". Tämä olisikin oiva aihe uudelle tutkimukselle ja opinnäytetyölle.

Kuitinmäki hankkeen jatkokehittämishaasteeksi, voisi ajatella toteuttamisen toistettavuutta ja pysyvyyttä.

Lähteet

Alasuutari, P. 1999. Laadullinen tutkimus. 3. uudistettu painos. Tampere: Vastapaino.

Eskola, J. & Suoranta, J. 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 8. painos. Tampere: Vastapaino.

Hakanen, H., Parviainen, L. & Pfaler, S. 2009. Nuorten toiveita terveyden edistämiseksi kouluyhteisössä. Laurea-ammattikorkeakoulu. Laurea Hyvinkää. Opinnäytetyö.
<http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-200906013517> Luettu: 03.04.2011

Helsingin yliopisto. Oppimisen kehittämissyksikkö. Pyörälä, E.
<http://www.valt.helsinki.fi/yleope/kvali/kvali1.htm> Luettu: 15.12.2011

Hirvonen, Pietilä, Salminen, & Sirola. 2008. Terveyden edistäminen. Sanoma Pro Oy. WSOY
Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita. 15.-16. painos. Helsinki: Tammi.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2004. Tutki ja kirjoita. 10., osin uudistettu painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki University Press, Helsinki 2000.

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2009, 160) Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: WSOY proOy

Kallioinen, O. 2008. Oppiminen Learning by developing - toimintamallissa. Laurea-ammattikorkeakoulu.

Koskinen-Ollonqvist, P. & Savola, E. 2005. Terveyden edistäminen esimerkein - Käsitteitä ja selityksiä. Terveyden edistämisen keskuksen julkaisuja -sarja 3/2005. Helsinki: Edita Prima Oy.

Kouluterveyskysely
<http://info.stakes.fi/kouluterveyskysely/FI/tulokset/index.htm> Luettu: 01.03.2012

Kupari, K. & Salmi, L. (toim.) 2011. Learning by developing - Polkuja uudistuvaan opettajuuteen. Laurea-ammattikorkeakoulun julkaisusarja B.46. Vantaa

Kuusela, J., Rimpelä, M., Rigoff A-M., & Peltonen, H. Opetushallitus, Stakes. 2007. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen peruskouluissa - Peruseräraportti kyselystä 7.-9. vuosiluokkien kouluille. Vammala : Vammalan kirjapaino Oy.
http://info.stakes.fi/NR/rdonlyres/CD5131EC-3B63-4D77-8095-A973A6A54B30/0/Peruseraportti_79luokat.pdf Luettu: 01.03.2012

Krause, K. & Kiikkala, I. 1996. Hoitotieteellisen tutkimuksen peruskysymyksiä. Helsinki: Kirjayhtymä, Hygieia.

Liinamo, A. 2005. Suomalaisnuorten seksuaalikasvatus ja seksuaaliterveystiedot oppilaan ja koulun näkökulmasta : arviointia terveyden edistämisen viitekehityksessä. Jyväskylän yliopisto.
<http://urn.fi/URN:ISBN:951-39-2176-X> Luettu: 15.02.2012

Maijala, A. & Mäkelä, A. 2010 Yhdeksäsluokkalaisten arviointia Kuitinmäki-hankkeesta. Laurea-ammattikorkeakoulu. Laurea Otaniemi. Espoo. Opinnäytetyö.
<http://publications.theseus.fi/handle/10024/23076> Luettu: 02.03.2011

Murtomäki, R., Oksa, L. & Savolainen, J. 2010. Seksuaaliterveyskasvatuspäivä Kuitinmäen koulun 9.-luokkalaisille. Laurea-ammattikorkeakoulu. Laurea Otaniemi. Espoo. Opinnäytetyö. http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/21806/Murtomaki_Oksa_Savolainen.pdf?sequence=1 Luettu: 15.02.2012

Mäkelä, K. (toim.) 1990. Kvalitatiivisen aineiston analyysi ja tulkinta. Helsinki: Gaudeamus.

Salonen, S. & Sopenen, S. 2009. Nuorten terveyden edistäminen terveysteemapäivän avulla. Laurea-ammattikorkeakoulu: Opinnäytetyö. <http://publications.theseus.fi/handle/10024/2672> Luettu: 02.03.2011

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2006. Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistäminen. Toimintaohjelma 2007-2010. Selvityksiä 2006:83

Sosiaali- ja terveysministeriö. Terveyden edistäminen. <http://www.stm.fi/hyvinvointi/terveydenedistaminen> Luettu: 15.02.2012

THL - Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/organisaatio Luettu 23.01.2012

WHO Health promotion
http://www.who.int/hpr/NPH/docs/hp_glossary_en.pdf Luettu: 01.03.2012

WHO School and Youth health
http://www.who.int/school_youth_health/en/ Luettu: 01.03.2012

Laurean ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyön ohjeet
https://intra.laurea.fi/intra/fi/02_opiskelu/02_opiskelu_osa2/01_opinnot/05_opinnaytetyo/01_ont_ohjeet/index.jsp Luettu: 25.02.2012

Mannerheimin lastensuojeluliitto.
<http://www.mll.fi/kasvattajille/paihdekasvatus/terveyskasvatus/> Luettu: 25.02.2012

Helsingin yliopisto. Kvalitatiivinen tutkimus
<http://www.valt.helsinki.fi/blogs/laadtut/pyorala.htm> Luettu: 25.2.2012

Painamattomat lähteet,

Tutkimus- ja kehittämissuunnitelma. Yläkouluikäisten nuorten terveyden ja hyvinvoinnin ylläpitäminen ja edistäminen - Kuitinmäki-hankkeelle. 2006

Liitteet

[LIITE 1](#)

Hei!

Olen Laurea-ammattikorkeakoulun terveydenhoitajaopiskelija. Teen opinnäytetyötäni Kuitinmäki-hankkeessa yhteistyössä Kuitinmäenkoulun kanssa. Opinnäytetyöni tarkoituksena on saada palautetta ja kerätä tietoa kuitinmäki-hankkeen hyödyllisyydestä teille oppilaille. Siitä miten te olette kokeneet hankkeen pohjalta tehdyt teemapäivät.

Haastatteluissa käydään läpi niitä asioita mitä olette kokeneet hyvinä oman terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen kannalta ja mitä olette niistä olleet mieltä.

Haastattelut käsitellään luottamuksellisesti. Vastausten pohjalta arvioidaan hankkeen toteutuneisuutta sille asetettuihin tavoitteisiin. Kiitos osallistumisesta, se on tärkeää.

Ystävällisin terveisin

Piri Korpelainen

LIITE 2

Teemahaastattelun kysymysrunko

HAASTATTELUT

Olette osallistunut koulullanne järjestettyihin Kuitinmäki-hankkeen terveystapahtumiin. Muun muassa terveysteemapäivä 7lk, ensiapurastipäivä 8lk ja. seksuaaliterveyspäivä 9lk

1. Muistatko osallistuneesi kaikkiin kolmeen teemapäivään?
2. Missä tapahtumissa olit mukana?
3. Minkä päivä oli mieleen jäävin, miksi?

Päivä 1 (7lk) / Päivä 2 (8lk) / Päivä 3 (9lk)

4. Saitko tietoa tapahtumista riittävästi ennen osallistumista? (esim. pvm, klo, sisältö)
5. Koitko saavasi tietoa päivän aikana?
6. Opitko uusia taitoja.
7. Motivoiko tapahtuma terveytesi hoitamiseen, millä tavoin?
8. Auttoiko päivä ylläpitämään jatkossakin omaa terveyttäsi.
9. Oliko aihe ja päivän aikana käsitellyt asiat mielestäsi sopivia ikääsi nähden.
10. Mitä erityisesti jäi mieleen päivästä?
11. Koitko jonkun asian päivässä vaikeaksi, hankalaksi tai negatiiviseksi.
12. Mikä oli positiivisinta?
13. Mitä olisit vielä kaivannut lisää?
14. Millaisena koit Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijoiden osallistumisen päivien järjestämiseen.
15. Koetko hyvänä jos Laurean opiskelijat ovat mukana nuorten terveysohjauksessa.
16. Koetko terveystiedon tärkeäksi ja kiinnostavaksi aiheeksi itsellesi.
17. Millaiset opetusmuodot ovat mielestäsi parhaita nuorten terveysohjauksessa. (esim. luento, harjoitus, toiminnalliset tilanteet, ryhmätyöt, keskustelut, videot, roolipelit.)
18. Luuletko terveyteen liittyvät asiat olevan nyt paremmin hallussa tapahtumapäivien kautta.
19. Luuletko oman terveyden ylläpitämisen kiinnostavan jatkossa enemmän.

20. Millaisia tapahtumia kokisit hyvänä järjestettävän jatkossakin ikäisillesi nuorille koulullanne.

21. Uusia ideoita Kuitinmäenkoulun ja Laurea-ammattikorkeakoulun yhteistyölle.

Muuta keskustelua - ja Kiitokset haastattelusta.

