

Manninen Marja, Mulari Hanna

TERVEYTTÄ EDISTÄVÄ NÄKÖKULMA JA LASTEN TOIVEET ILTAPÄIVÄ-  
KERHOJEN TOIMINTAA OHJAAMAAN

Opinnäytetyö  
Kajaanin ammattikorkeakoulu  
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Kevät 2007

Fannin, Petruksen ja Jonin (8 v) satu sadutuksesta:

Me kerrotaan ja sä kirjoitat.

Sä kerrota ja me kirjoitetaan

Me sanotaan ja sä teet töitä.

Sä sanot ja me tehdään töitä

Sä kirjoitat meidän tarinat

Me kirjoitetaan sun tarinas.

Sä luet sit kun se on valmis, orja.

Ja me luetaan, kun sun on valmis.

Orja kirjottaa, lapset laulaa sanoja.

Me ollaan orja ja sä oot lapsi

Me raahataan kuulaa ja lekaa kädessä.

Sä nautit elämästä.

( Karlsson 2005, 173)



**Kajaanin**

**ammattikorkeakoulu**

## OPINNÄYTETYÖ TIIVISTELMÄ

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	Koulutusohjelma Hoitotyön koulutusohjelma
Tekijä(t) Manninen Marja ja Mulari Hanna	
Työn nimi Terveyttä edistävä näkökulma ja lasten osallisuus iltapäiväkerhojen toimintaa ohjaamaan	
Vaihtoehtoiset ammattiopinnot Terveydenhoitotyö	Ohjaaja(t) Lerssi Leena, Takala Katri
	Toimeksiantaja Kajaanin ammattikorkeakoulun Oppimisneuvola, Leena Lerssi
Aika Kevät 2007	Sivumäärä ja liitteet 43+6
<p>Opinnäytetyömme koskee Kajaanin ammattikorkeakoulun Oppimisneuvolan järjestämiä, kolmannelta kuudennen luokkien oppilaille suunnattuja iltapäiväkerhoja. Opinnäytetyötä aloittaessamme Oppimisneuvola järjesti Terve elämys -iltapäiväkerhoja kolmella eri koululla ja ohjelma koostui erilaisista teemoista muun muassa terveyteen, vuodenaikaan tai juhliin liittyen.</p> <p>Opinnäytetyömme tarkoituksena on kehittää iltapäiväkerhojen toimintaa ja lisätä lasten osallisuutta iltapäiväkerhojen toiminnan suunnittelussa. Tavoitteenamme on sekä selvittää lasten toiveita kerhojen ohjelmaksi, että korostaa toiminnan kehittämisessä terveyttä edistävää näkökulmaa.</p> <p>Tutkimustehtävämme: 1) Selvittää, mitä toiveita lapsilla on iltapäiväkerhojen sisällöksi, 2) osoittaa, miten iltapäiväkerhojen toimintaa voisi kehittää terveyttä edistäväksi lasten toiveiden mukaisesti.</p> <p>Opinnäytetyömme suoritimme kvalitatiivisella tutkimusotteella. Ensimmäiseen tutkimustehtäväämme haimme vastauksia haastatteleamalla lapsia sadutus -menetelmällä. Sadutus tiedonkeruumenetelmänä on hyvin yksinkertainen. Sen tarkoitus on osoittaa, että sekä lapsesta että hänen kertomastaan ollaan kiinnostuneita. Toiseen tutkimustehtäväämme saimme vastauksia tutkimalla teoretietoa ja yhdistämällä sitä omiin tutkimustuloksiimme.</p> <p>Yhdeksi keskeiseksi johtopäätökseksi tutkimuksessamme nousi se, että lapset haluavat iltapäiväkerhoihin hyvin monipuolista ja kokonaisvaltaista toimintaa. Haastateltaviemme vastauksista nousi esille myös ryhmässä toisten lasten kanssa toimimisen merkitys, sekä liikunnan tärkeys lapsille.</p>	
Kieli	Suomi
Asiasanat	Iltapäiväkerhotoiminta, terveyden edistäminen, Terveys 2015-kansanterveysohjelma, lasten osallisuus
Säilytyspaikka	<input checked="" type="checkbox"/> Kajaanin ammattikorkeakoulun Kaktus-tietokanta <input checked="" type="checkbox"/> Kajaanin ammattikorkeakoulun kirjasto



**Kajaani  
Polytechnic**

**THESIS  
ABSTRACT**

School Kajaani University of Applied Sciences	Degree Programme Degree programme in nursing
Author(s) Manninen Marja, Mulari Hanna	
Title After- School Activities Guided by Health Promotive Perspective and Children`s Wishes	
Optional Professional Studies Public health nursing	Instructor(s) Lerssi Leena, Takala Katri
	Commissioned by Kajaani University of Applied Sciences, Learning Clinic, Lerssi Leena
Date Spring 2007	Total Number of Pages and Appendices 43+6
<p>This thesis discusses after school activities are arranged for pupils from third to sixth grade. Activities are organised by the Learning Clinic. When we started working on our thesis the Learning Clinic arranged after- school activities called Terve elämys (Healthy experience) in three different schools and the program consisted of different themes, for example health, seasons or holidays.</p> <p>The purpose of this thesis was to develop after -school activities and increase children`s participation in the planning of those activities. Aim was to clarify children`s wishes for the activities and to emphasise the perspective of health promotion.</p> <p>Research tasks were : 1) to clarify what children wish concerning the content of after -school activities, 2) to point out how after -school activities could be developed into health promotive by using children`s wishes.</p> <p>The thesis was done using the qualitative research method. For the first research task information was collected by interviewing the children by using the method called storycrafting. Storycrafting is very simple and the meaning of it is to point out that the listener is interested in what the child is saying. For the second research task theoretical information was studied and combined with our own research results.</p> <p>One of the most central conclusions was that children wish after-school activities to contain very versatile and comprehensive acts. Also the importance of physical exercise and group activities with other children emerged from the results.</p>	
Language of Thesis	Finnish
Keywords	After-school activities, health promotion, Terveys 2015- public health programme and children`s participation
Deposited at	<input checked="" type="checkbox"/> Kaktus Database at Kajaani Polytechnic Library <input checked="" type="checkbox"/> Library of Kajaani Polytechnic

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 LAINSÄÄDÄNTÖÄ LASTEN OIKEUKSISTA	3
3 ILTAPÄIVÄKERHOJEN TARPEEN TAUSTAA	4
3.1 Lapsiperheiden vanhempien työssäkäynti	4
3.2 Yksinolon vaikutukset	5
3.3 Ratkaisumalleja ulkomailta	6
4 LASTEN AAMU- JA ILTAPÄIVÄKERHOTOIMINTA	8
4.1 Iltapäiväkerhot Oulun läänissä	8
5 TERVEYDEN EDISTÄMINEN	10
5.1 Terveys 2015 -kansanterveysohjelma	11
5.2 Terveiden edistäminen iltapäiväkerhoissa	12
5.3 Osallisuus lasten terveyttä edistämässä	14
6 TUTKIMUSTEHTÄVÄ	16
7 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	17
7.1 Kohderyhmän valinta ja haastattelu tilanne	17
7.2 Sadutus -menetelmä	18
8 TUTKIMUKSEN TULOKSET	20
8.1 Liikunta	20
8.2 Hyödylliset asiat	20
8.3 Pelit ja leikit	21
8.4 Tarinat	21
8.5 Ryhmäkoko	21
9 JOHTOPÄÄTÖKSET JA AIKAISEMPAA TUTKIMUSTIETOA	22
9.1 Ryhmäkoon merkitys terveyden edistämässä	22
9.2 Liikunnan merkitys terveyden edistämässä	23
9.3 Hyödyllisten asioiden merkitys terveyden edistämässä	24
9.4 Pelien ja leikkien merkitys terveyden edistämässä	25
10 ILTAPÄIVÄKERHOTOIMINNAN KEHITTÄMINEN	27
10.1 Toiminnallinen oppiminen sadun ja eläytymisen kautta	28
10.2 Mediakasvatus	29
11 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	31
12 POHDINTA	35

LÄHTEET

38

LIITTEET

## 1 JOHDANTO

Kajaanin ammattikorkeakoulun Oppimisneuvola on erilaisille ryhmille ja yksilöille palveluja tuottava yksikkö. Terveyspalvelut ovat osa sosiaali-, terveys- ja liikunta-alanopiskelijoiden opetussuunnitelman mukaista opiskelua. (Kajaanin ammattikorkeakoulu.) Palvelutarjontaan kuului opinnäytetyötä aloittaessamme monien muiden toimintojen lisäksi 3-6 –luokkalaisten lasten iltapäiväkerhojen terveyttä edistävän toiminnan järjestäminen.

Opinnäytetyömme tarkoituksena on lisätä lasten osallisuutta iltapäiväkerhojen toiminnan suunnittelussa sekä kehittää iltapäiväkerhojen toimintaa. Tavoitteena on selvittää lasten toiveita kerhojen ohjelmaa ajatellen, sekä yhdessä näiden kanssa tuoda toiminnan kehittämisessä esille terveyttä edistävä näkökulma. Opinnäytetyöstämme Oppimisneuvola hyötyy saadessaan lapsia kiinnostavia ja terveyttä edistäviä sisältöjä kerhojen toimintaan. Näistä on hyötyä kerhoa suunnitteleville ja toimintaa järjestäville opiskelijoille.

Terveys 2015 –kansanterveysohjelmassa on erääksi tavoitteeksi määritelty lasten hyvinvoinnin lisääntyminen, terveydentilan paraneminen, sekä turvattomuuteen liittyvien sairauksien ja oireiden merkittävä väheneminen. Laajempi tavoite on, että Suomen kansalaisten kokemus omasta terveyden tilastaan ja ympäristön vaikutuksista siihen säilyisivät vähintään ennallaan. Ohjelmalla pyritään myös siihen, että eriarvoisuus maassamme vähenee ja heikoimmassa asemassa olevien asema ja hyvinvointi paranevat. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus/Kansanterveyden neuvottelukunta 2002-2007.)

Opinnäytetyömme kohdistuu lapsiin ja toivomme sillä olevan vaikutusta näiden kansanterveysohjelman asettamien yhteisten, yhteiskunnallisten tavoitteiden saavuttamiseksi. Iltapäiväkerhotoiminta voi yhteiskunnallisesti ajatellen olla yksi lasten ongelmia ja sairauksia ennaltaehkäisevä, sekä terveyttä edistävä palvelumuoto. Onnistuneella toiminnalla on parhaillaan kauas tulevaisuuteen asti ulottuvat vaikutukset. Tuemme näin lasten itsensä ohella myös perheiden ja kouluuyhteisön terveyttä ja hyvinvointia. Tarkoituksenamme on opinnäytetyöllämme lisätä lasten osallisuutta. Osallisuus puolestaan ennaltaehkäisee syrjäytymistä (Suomu, Erkama & Havu 2005, 15), ja se voidaan myös nähdä yhtenä terveyden edistämisen strategiana (WHO 1997). Lisäksi Okkosen (2004, 103) mukaan, järjestettäessä jo alle kouluikäiselle, viidestä kuuteen vuotiaalle lapselle terveyttä edistävää toimintaa, lapsen mielipiteen kuuleminen

on tärkeää, sillä myös hänellä on jo omia keinoja vaikuttaa terveyteensä ja omia ajatuksia sitä koskien.

Lasten, koulujen ja vanhempien kannalta on hyvä, että iltapäiväkerhoja saadaan kehitettyä lasten toiveiden mukaisiksi, sillä tällä hetkellä toiminnan suunnittelun taustalla ei ole vielä lasten toiveet. Ohjelman tulisi olla sopivaa pitkän koulupäivän päätteeksi, koska lapset ovat usein väsyneitä. Tärkeä näkökulma toiminnan kehittämiseksi on mielestämme nimenomaan se, että kerhot olisivat vastapainoa oppitunneille ja opetustavat monipuolisia ja toiminnallisia. Kerhojen tarkoitus ei mielestämme ole se, että lapset tulevat sinne suorittamaan ja saamaan aikaan tuloksia. Toiveena on, että yhdessä tekeminen ja toiminnallisuus antavat lapsille hyvän mielen ja onnistumisen kokemuksia ja lapset haluavat käydä kerhoissa säännöllisesti. Terveystiedon edistämisen tulee näkyä kehittämissuunnitelmassa, koska se on Oppimisneuvolan iltapäiväkerhojen alkuperäinen tarkoitus.

Opinnäytetyöprosessin tavoitteena on kehittää opiskelijan valmiuksia soveltaa tietojaan ja taitojaan opintoihin liittyvissä käytännön asiantuntijatehtävissä. Opinnäytetyö kehittää työelämän todelliseen asiantuntijuuteen ja sen tavoitteena on helpottaa opiskelijan siirtymistä työelämään. Prosessina opinnäytetyö opettaa opiskelijalle kriittisyyttä, luovuutta ja ongelmanratkaisukykyä. (Kajaanin ammattikorkeakoulu 2003-2004, 7.) Harjaannutamme tutkimus- ja kehittämisosaamistamme, päätöksentekokykyä sekä kriittistä tutkimustiedon lukutaitoa. Opinnäytetyömme tukee ammatillista kehitystämme hoitoalan asiantuntijoiksi, sillä esimerkiksi lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa kohtaamme paljon lapsia. Opinnäytetyömme kautta olemme ymmärtäneet, kuinka tärkeää lasten kuunteleminen on.



## 2 LAINSÄÄDÄNTÖÄ LASTEN OIKEUKSISTA

Lasten suojelulain 1§:ssä ja 2§:ssä (5.8.1983/683) säädetään seuraavasti lasten oikeuksista ja lasten suojelusta: ”Lapsella on oikeus turvalliseen ja virikkeitä antavaan kasvuympäristöön, tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen sekä etusija erityiseen suojeluun.” ”Lastensuojelun tarkoituksena on turvata lapsen 1 §:ssä mainitut oikeudet vaikuttamalla yleisiin kasvuoloihin, tukemalla huoltajia lasten kasvatuksessa sekä toteuttamalla perhe- ja yksilökohtaista lastensuojelua.”

Laki lapsen huollosta (8.4.1983/361) 1§ : ”Lapselle tulee turvata hyvä hoito ja kasvatus sekä lapsen ikään ja kehitystasoon nähden tarpeellinen valvonta ja huolenpito. Lapselle on pyrittävä antamaan turvallinen ja virikkeitä antava kasvuympäristö sekä lapsen taipumuksia ja toivomuksia vastaava koulutus.” Lisäksi YK:n jäsenvaltiot ovat lasten oikeuksien yleissopimuksen 3. artiklassa sopineet seuraavaa: ”Sopimusvaltiot takaavat lapselle henkinjäämisen ja kehittymisen edellytykset mahdollisimman täysimääräisesti. ”

Perusopetuslain (21.8.1998/628 )8a luvussa, 48b §:ssä on aamu- ja iltapäivätoiminta säädetty koskemaan ensimmäisen ja toisen vuosiluokan oppilaita sekä erityisopetusta tarvitsevia oppilaita. Kuitenkin kolmasluokkalaiset, joista nuorimmat ovat lukuvuoden alkaessa vasta 8,5 vuotiaita, ovat vielä kovin pieniä olemaan yksin tai ilman aikuisen seuraa useiden tuntien ajan päivittäin (Launonen & Pulkkinen, 2005. 16).

Vaikka lasten kasvuolojen turvaamiseksi ja huoltajien kasvatuksen tukemiseksi on paljon lainsäädäntöä, mielestämme edellä mainitut lasten oikeudet harvoin toteutuvat täydellisesti. Ottaen huomioon lapsen oikeuksia koskevan lainsäädännön, tulisi lapsilla myös toisen vuosiluokan jälkeen olla tarvittaessa mahdollisuus järjestettyyn iltapäivätoimintaan. On olemassa perheitä, joilla vanhempien työssä ollessa vaikkapa sukulaiset tai ystävät voivat auttaa lasten hoidossa, mutta kaikilla perheillä ei tällaista mahdollisuutta ole. Oikeuksien toteutumisen esteenä on yhteiskunnallisia puutteita, mutta on myös olemassa paljon perheitä, jotka eivät kykene tarjoamaan lapsilleen heidän vaatimaansa huolenpitoa. Mielestämme jo lainsäädännön nojalla tulisi kehittää erilaisia palveluita lapsille ja heidän perheilleen

### 3 ILTAPÄIVÄKERHOJEN TARPEEN TAUSTAA

Suomalainen koulu on perinteisesti rajannut tehtävänsä tietyn oppituntimäärän tarjoamiseen lapselle viikoittain. Nykyisessä teollistuneessa yhteiskunnassa, naisten työssäkäynnin lisääntyä, ilman yhteiskunnan toimesta järjestettyä ohjattua ja valvottua toimintaa lasten iltapäivät ovat pitkiä ja yksinäisiä, koska lasten oppituntimäärä voi lyhimmillään olla vain puolet kokopäivätyötä tekevien vanhempien viikkotyöajasta. Lapsi jää vaille aikuisen ohjausta ja tukea yhtä suureksi osaksi valveilla olo aikaansa kuin hän saa opetusta. Käytännössä tämä tarkoittaa aikuissuhteiden vähyyttä, toiminnan ja valvonnan puutetta ja turvattomuutta. Valvomattoman ajan määrä on sitä pitempi, mitä pienemmästä koululaisesta on kysymys, koska pienimmillä on lyhimät koulupäivät. (Launonen & Pulkkinen 2005, 21; Pulkkinen 2002, 13.)

Kun Suomen koululaitos kehittyi, elettiin maatalousvaltaisessa yhteiskunnassa. Vanhemmat kasvattivat lapsiaan oman työnsä jatkajiksi. Lasten päivät koulussa muodostuivat tiivistä oppitunneista, joiden jälkeen lapset menivät kotiin. Tuolloin suurperheiden aikana, ennen nykyistä ydinperheiden aikakautta ja naisten työssäkäynnin yleistymistä lasten palatessa koulusta kotiin, oli siellä aina joku odottamassa. Lapset varttuivat isossa perheessä vanhempien, sisarusten ja isovanhempien ympäröimänä ja ottivat osaa muiden rinnalla kodin töihin ja toimintoihin. Tuolloin koulujärjestelmän malli tiivistä koulupäivistä soveltui silloiseen kulttuuriin perheenjäsenten työskennellessä kotona. (Korhonen 2002, 63.)

#### 3.1 Lapsiperheiden vanhempien työssäkäynti

Lapsiperheissä työssäkäynti on yleisempää kuin muissa kotitalouksissa, sillä äitien ja isien työllisyysaste ja työvoimaosuus on suurempi, kuin muiden työikäisten miesten ja naisten (Sauli 2002, 48; Launonen & Pulkkinen 2004, 47). Vanhempien työssäkäynti vaihteli vuonna 1998 jonkin verran lasten iän mukaan ja erityisesti äitien työssäkäyntiin tällä oli vaikutusta: 1-2 vuotiaiden lasten äideistä 45% kävi töissä. Lasten tultua kolmen vuoden ikään, äitien työnteko lisääntyi ja kouluikäisten lasten äideistä jo lähes 70 % oli joko koko- tai osapäivätyössä. Melkein kaikissa perheissä joissa oli kaksi vanhempaa, ainakin toinen oli töissä, sillä näissä perheissä työssäkäymättömyys oli noin 9%, kun se keskimäärin kotitalouksissa oli 26%. Lapsiperheiden vanhempien keskimääräinen viikkotyöaika 64 tuntia/viikko, on myös huo-

mattavasti suurempi kuin työikäisten lapsettomien parien viikkotyöaika 48 tuntia/viikko. (Sauli 2002, 48-51.)

Työmarkkinoiden ja yhteiskuntamme rakenteen asettamat kovat vaatimukset, kuten verotus, perheiden kustannustaso, epätyypilliset työajat sekä ylityövaatimukset heijastuvat erityisesti perheiden ilmapiiriin. Kodin hankkiminen ja lasten kasvattaminen vaatii molempien vanhempien työpanoksen. Työssä olevien pienten lasten vanhempien työpäivät muodostuvat pitkiksi: isompien lasten äidit tekevät ylitöitä enemmän kuin alle kouluikäisten äidit ja erityisen yleistä ylityöt ovat suurissa perheissä. Kolmasosa koululaisten äideistä tekee töitä iltaisin, öisin ja viikonloppuisin. Kaikkein eniten ylitöitä tekevät pienten lasten isät. (Varhaiskasvatuksen työryhmän muistio 1999, 4 ; Sauli 2002, 51; Launonen & Pulkkinen 2004, 47.)

### 3.2 Yksinolon vaikutukset

Tutkimustulokset eri maissa osoittavat, että lapsen tunne-elämän, koulunkäynnin, yhteiskuntaan jäsentymisen ja päihteiden käytöstä pidättäytymisen kannalta on parempi, että lapset eivät vietä pitkiä aikoja ilman aikuisten läsnäoloa (Pulkkinen 2002, 26-27, 12-13; Launonen & Pulkkinen 2004, 47). Valvomattoman ajankäytön seurauksena nuoriso voi kuljeksia laumoin ja he voivat tehdä asioita, joita eivät yksinään ja aikuisen seurassa tekisi. Keskenään ollessaan lapset saattavat katsella sopimattomia tv-ohjelmia tai pelata tietokonepelejä pitkiäkin aikoja. Ollessaan pitkiä aikoja ilman aikuisen valvontaa lapset voivat altistua vaikutteille joista aikuiset eivät tiedä. (Pulkkinen 2002, 14.)

Valvomattoman vapaa-ajan ja yksinolon ohella myös muun muassa nuorten ja lasten harrastusten ajoittuminen iltoihin on merkki siitä, etteivät lasten hyväksi toimivat instituutiot kohtaa lapsia, eikä heidän perheitään ja heidän tarpeitaan. Lasten päivä olisi ihanteellinen silloin, jos aktiiviseen valveillaolon aikaan sijoittuisi oppiminen ja virkistystoiminta ja iltoihin mahdollisuus levätä, kerätä voimia ja viettää aikaa perheen kanssa. Sen sijaan lasten päivät voivat nykyään käytännössä olla sekava yhdistelmä opiskelua, iltapäivien määrittelemätöntä vapaa-aikaa, kiireisiä iltoja vanhempien tullessa töistä ja harrastusten tapahtuessa. Harrastustoiminnan sijoittuminen iltapäiviin voisi mahdollistaa lasten silmälläpidon aikuisten taholta ja tällöin perheillä olisi paremmat mahdollisuudet viettää enemmän aikaa yhdessä. (Pulkkinen 2002, 13-14.)

Nykyään lapsia voidaan piilevästi pakottaa itsenäistymään ja ottamaan vastuulleen isojen ihmisten asioita liian aikaisin. Lapsista halutaan kasvattaa jo varhain omista asioistaan huolehtivia ja itsenäisiä mutta tällä tavoin lapsen vastuulle jää helposti liian paljon asioita. (Kepler-Uotinen 2005, 139.) Mielestämme lapselle voi, ja pitääkin antaa vastuuta, mutta sen mukaan kuin hän ikätasoonsa nähden voi sitä ottaa. Ei pidä unohtaa sitä, että aikuisten tehtävä on huolehtia siitä että perusasiat ovat kunnossa, eikä sitä että lapsella on oikeus huolenpitoon ja turvalliseen lapsuuteen. Liian usein kuulee pienistäkin lapsista, jotka ovat vanhempiensa mielestä itsenäisiä ja eteväitä sillä perusteella, kun osaavat koulun jälkeen itse lämmittää mikroaaltolämpöuunin ja pärjäävät kotona kunnes vanhemmat tulevat töistä.

### 3. 3 Ratkaisumalleja ulkomailta

Lasten iltapäivien valvomiseksi on kehitetty eri maissa erilaisia ratkaisuja. Yksi malli on kehitetty varhain teollistuneessa Iso-Britanniassa ja samaa mallia noudattaen Kanadassa ja Yhdysvalloissa. Lapsilla on säännölliset koulupäivät, joihin sisältyy muutakin toimintaa kuin opitunnit. Lainsäädäntö estää lasten jättämisen yksin alle 12-vuotiaana, minkä vuoksi esimerkiksi Iso-Britanniassa on vaikea ymmärtää lasten yksinäisten iltapäivien ongelmaa. Toinen ratkaisu löytyy naapurimaastamme Ruotsista, jossa on lyhyet koulupäivät kuten Suomessa, mutta jossa jo 20 vuotta sitten kunnat velvoitettiin perustamaan iltapäiväkoteja ansiotyössä käyvien vanhempien lapsille. Jokaisella ruotsalaisella lapsella, jolla on tarve valvottuun toimintaan iltapäivällä, tulee myös olla mahdollisuus siihen. Ruotsissa ja muissa Pohjoismaissa vanhemmat käyttävät hyväkseen lisäksi lyhennettyä työaikaa, mikä lyhentää lasten koulupäivän päättymisen ja vanhempien kotiintulon välistä aikaa. (Launonen & Pulkkinen 2005, 27 - 28.)

Erilaisia ratkaisumalleja lasten yksinolon vähentämiseksi on kehitetty, mutta lapset ovat silti mielestämme liikaa yksin. Suomalaisessa yhteiskunnassa lapsiperheissä molemmat vanhemmat ovat usein työelämässä, jolloin lapset ovat keskenään tai yksin. Kun ajattelemme lisäksi perheitä, joissa vanhempia on kahden sijasta vain yksi, uskomme että lasten koulupäivän jälkeisen hoidon tai valvonnan järjestely vaatii vielä enemmän töitä verrattuna perheisiin joissa vanhempia on kaksi. Lasten hoitojärjestelyt eivät mielestämme ole muuttuneet yhdessä perheiden tarpeiden mukana. Yhteiskunnassamme tulisi käydä yhdessä julkista keskustelua, jotta löydettäisiin uusia ratkaisuja lasten iltapäivien laadun parantamiseksi. Ulkomailla käytetyt

mallit lasten päivien järjestämisessä eivät välttämättä suoraan sovellu meidän yhteiskuntaamme, mutta niistä voisi löytyä ideoita joita voisi soveltaen kokeilla meilläkin.

## 4 LASTEN ILTAPÄIVÄKERHOTOIMINTA

Iltapäiväkerhojen toiminnassa painotetaan lapsen omia kokemuksia. Toiminnan suunnittelun lähtökohdانا ovat yksilölliset ja yhteisölliset sekä sosiaaliseen kasvuun liittyvät näkökohdat. Tavoitteena on tarjota lapselle hänen tarpeensa huomioon ottavaa monipuolista ja virkistävää toimintaa sekä antaa myös mahdollisuus lepoon ja itsekseen oloon. Iltapäivätoiminnalla on tärkeä rooli koululaisen eheän arjen syntymisessä. Vanhemmilla on suurin vastuu lapsen kasvatuksesta, mutta iltapäivätoiminnan ohjaajat kasvattavat lasta kyseisen yhteisön, iltapäiväkerhon jäsenenä. Iltapäivätoiminta auttaa vanhempia heidän kasvatustehtävänsä toteuttamisessa ja muodostaa luontevan jatkumon koulupäivälle. (Opetushallitus 2004, 4; Suonu, Erkama & Havu 2005, 11.)

Kunta vastaa toiminnan kokonaisuudesta: se voi järjestää toimintaa itse tai hankkia palveluja erilaisilta julkisilta tai yksityisiltä palveluntuottajilta. Toiminnan toteutuksen tulee tapahtua ammattitaitoisen ja tehtävään soveltuvan henkilöstön valvonnassa. Toiminnassa voidaan käyttää koulun tiloja tai muita siihen soveltuvia ympäristöjä. Kunnan on huolehdittava siitä, että tilat ja välineet ovat turvallisia ja etteivät lapset joudu kiusaamisen häirinnän tai väkivalan kohteeksi. (Opetushallitus 2004, 5.)

### 4.1 Iltapäiväkerhot Oulun läänissä

Oulun läänissä iltapäiväkerhojen järjestäjät ovat olleet pääasiassa 4H-, vanhempain- tai asukasyhdistyksiä ja kuntia. Vaikka lääninhallitus on kehottanut kuntien eri järjestäjiä yhteistyöhön koululaisten iltapäiväkerhotoiminnan järjestämisessä, toiminta on vielä hajanaista. Kaajanissa oli kuusi ja Oulussa, Raahessa ja Suomussalmella neljä eri kerhotoiminnan järjestäjää. (Oulun lääninhallitus 2004, 4.)

Noin puolet kerhojen järjestäjistä tarjosi kerhotoimintaa sekä ala- että yläasteikäisille. Suurin osa kerhoista kokoontui kerran viikossa. Pääsääntöisesti kerhoja pidettiin heti koulun päättymisen jälkeen ennen kello 18.00. Vuonna 2004 kerhoissa kävi yhteensä 3446 kerholaista, mikä on 717 vähemmän kuin hakemusten mukainen oletettu kerholaisten määrä. Järjestäjien raportoinnin mukaan kerholaisista 52,7% oli tyttöjä. (Oulun lääninhallitus 2004, 5.)

Yleisesti Oulun läänissä ollaan sitä mieltä, että kerhotoiminnan tavoitteena on tarjota mahdollisimman monelle lapselle ja nuorelle mielekästä, turvallista ja terveellistä tekemistä heti koulupäivän päättymisen jälkeen sekä mahdollisuus löytää harrastusten kautta sisältöä elämään. Sosiaalinen vahvistaminen, elämäntaitojen hallinnan tukeminen ja nuorten rohkaiseminen toimimaan ryhmässä mainittiin myös toiminnan tavoitteiksi. Kerhotoiminnan toivottiin katkaisevan lasten ja nuorten ”ongelmaisia kehityspolkuja” kohti syrjäytymistä ja rikollisuutta yhteisten positiivisten kokemusten ja yhteenkuuluvuuden kautta. Konkreettisesta toiminnasta yleisimpänä kerhoissa järjestettiin kädentaitoja sisältävää tekemistä sekä erilaisia liikuntaleikkejä ja -pelejä. Lisäksi kerhoissa järjestettiin erilaisia eläin- ja luontoaiheita, luovaa ilmaisua ja kotitaloutta. Ohjelma on painottunut jokaisessa kerhossa eri tavalla, joten jotkin kerhot saattavat järjestää vaikka pelkkää liikunnallista toimintaa. (Oulun lääninhallitus, 5-6.)

Kun aloitimme opinnäytetyömme tekemisen, Kajaanissa oli useita eri tahoja, jotka järjestivät iltapäiväkerhoja lapsille, esimerkiksi Oppimisneuvola, Mannerheimin lastensuojeluliitto ja urheilujärjestöt. Tuolloin Kajaanin ammattikorkeakoulun Oppimisneuvola järjesti iltapäiväkerhoja Oulun lääninhallituksen tukemana, mutta tällä hetkellä Oppimisneuvolan osuus on järjestää iltapäiväkerhoissa ensiapua ja terveysteemoja osana Kajaanin kaupungin kerhoja. Toimintaa järjestävät Kajaanin ammattikorkeakoulussa opiskelevat hoitotyön opiskelijat jotka suorittavat opintosuunnitelman mukaista harjoittelua Oppimisneuvolassa. Oppimisneuvola toimii Kajaanin ammattikorkeakoulun yhteydessä, ja järjestää erilaisia terveyttä edistäviä palveluja ryhmille ja yksilöille opiskelijoiden etenemisen mukaisesti pääsääntöisesti opetussellisenä aikana (Kajaanin ammattikorkeakoulu.)

Iltapäiväkerhot, joiden järjestämisessä Oppimisneuvola oli mukana, oli suunnattu 3-6-luokan oppilaille. Iltapäiväkerhoja järjestettiin kullakin koululla kerran viikossa koulupäivän päätteeksi. Kerhojen ohjelmaan Oppimisneuvolan osalta kuului ensiapua ja terveyttä edistävää toimintaa.

## 5 TERVEYDEN EDISTÄMINEN

Määriteltäessä terveyden edistämistä, on ensin tiedostettava mitä on terveys. Terveyden määrittäminen ei ole yksiselitteistä, vaikka se onkin kaikille hyvin tuttu käsite. Yleensä terveydellä tarkoitetaan ihmisen kokonaisuutta ja sitä on pidetty ominaisuutena, toimintakyknä, voimavarana, tasapainona tai kyknä sopeutua tai selviytyä. Terveys on hyvin monimerkityksinen sana ja määritelmiä onkin kymmeniä. Eri määritelmät osoittavat terveyden olevan moniulotteinen, laaja-alainen, yksilöllinen ja yhteiskunnallinen, subjektiivinen kokonaisuus. (Vertio 2003, 15, 27; Koskinen-Ollonqvist & Savola 2005, 10; Koskinen-Ollonqvist, Pelto-Hulkko, Tuominen & Savola 2005, 6.) Koska sanallinen kuvaus voi olla hankalaa, terveyttä on pyritty kuvaamaan visuaalisesti muun muassa janavan avulla. Janan toisessa päässä on täydellinen terveys ja toisessa päässä kuolema. Sairaudet siirtävät ihmisen asemaa janalla. (Vertio 2003, 15.) Mielestämme tämä kuvaus on kuitenkin hieman yksipuolinen, sillä omien käsityksiemme mukaan ihmisen kokemukseen omasta terveydestään voi vaikuttaa monet muutkin asiat, kuin pelkästään varsinaiset diagnosoidut sairaudet.

WHO on määritellyt terveyden Ottawan asiakirjassaan (1986) seuraavasti: ”Terveys on positiivinen käsite, joka painottaa yhteiskunnallisia ja henkilökohtaisia voimavaroja samoin kuin fyysisiä toimintamahdollisuuksia. Sen vuoksi terveyttä pidetään jokapäiväisen elämän voimavarana, ei tavoitteena.” Tämä määritelmä on arvosteltu vuosien saatossa paljon, mutta se on edelleen säilyttänyt asemansa. Toisen WHO:n määritelmän mukaan terveys ei ole pelkästään sairauden tai toiminnanvajavuuden puuttumista, vaan se on täydellinen fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tila. Myös tätä määritelmää on arvosteltu erityisesti siksi, koska se luo terveydestä saavuttamattoman kuvan. (Vertio 2003, 26; Koskinen-Ollonqvist ym. 2005, 10.) WHO:n määritelmistä onkin kritiikin myötä muotoiltu seuraavanlainen ehdotus: ”Terveys on dynaaminen, täydellinen fyysisen, psyykkisen ja spirituaalisen hyvinvoinnin tila, ei niinkään sairauden tai toiminnanvajavuuden poissaoleminen (Vertio 2003, 27).

Lapsen kokemus terveydestä rinnastuu sekä kivuttomaan olotilaan, että kokemukseen hyvästä olost. Hyvä olo puolestaan tulee lapselle muun muassa kavereiden kanssa leikkimisestä, ulkoilusta ja myös lepäämisestä ja nukkumisesta. Terveys merkitsee lapselle mahdollisuutta toimia, joka käytännössä merkitsee sitä, että lapsi voi halutessaan esimerkiksi leikkiä ulkona, olla sisällä ja kutsua kavereita kylään. (Okkonen 2004, 61.)



Terveyden edistäminen on keino terveyden saavuttamiseksi ja sen ylläpitämiseksi. Se on terveyden edellytysten parantamista yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan kannalta (Koskinen- Ollonqvist ym. 2005, 6; Vertio 2003, 29). Terveyden edistäminen voidaan kuvata toiminnaksi, joka parantaa ihmisten ja yhteisön mahdollisuuksia vaikuttaa, parantaa ja hallita omaa terveyttään (WHO 1986; Etzell, Korpivaara, Lukkarinen, Nikula, Pekkarinen, Peni & Värmälä. 1998, 134). Sen tarkoituksena on useimmiten muuttaa ihmisen käyttäytymistä ja se halutaan aikaan saada asenteisiin vaikuttamalla ja ympäristöä muuttamalla (Koskinen- Ollonqvist ym. 2005, 6).

### 5.1 Terveys 2015- kansanterveysohjelma

”Terveys 2015” on valtioneuvoston vuonna 2001 periaatepäätöksellä hyväksymä kansanterveysohjelma, joka viitoittaa Suomen terveyst politiikkaa vuoteen 2015 asti. Sen keskeinen ajatus on terveyden edistäminen. Kansanterveysohjelman taustalla vaikuttaa WHO:n Terveyttä kaikille ohjelma. ”Terveys 2015” on tarkoitettu monien muiden hallinnonalojen ohella erityisesti terveydenhuoltoon. Ihmisten ympäristössä, kuten työpaikoilla, kouluissa, ja päiväkodeissa on runsaasti sekä terveyttä vaarantavia, että sitä edistäviä asioita. (Sosiaali- ja terveysministeriö/Kansanterveyden neuvottelukunta 2002-2007.)

Yksi Terveys 2015 –kansanterveysohjelman tavoitteista on, että lasten hyvinvointi lisääntyy, terveydentila paranee, sekä turvattuuteen liittyvät sairaudet ja oireet vähenevät merkittävästi. Yksi kaikille yhteisistä tavoitteista on, että Suomen kansalaisten kokemus omasta terveyden tilasta ja ympäristön vaikutuksista siihen, säilyisivät vähintään ennallaan. Ohjelmalla pyritään myös siihen, että eriarvoisuus maassamme vähenee ja heikoimmassa asemassa olevien asema ja hyvinvointi paranevat. (Sosiaali- ja terveysministeriö/Kansanterveyden neuvottelukunta 2002-2007.)

Kansanterveysohjelmassa määritellyt tavoitteet ohjaavat osaltaan Kajaanin ammattikorkeakoulun Oppimisneuvolan iltapäiväkerhojen toimintaa ja sen suunnittelua, koska kerhoissa tulevan toiminnan tulee olla terveyttä edistävää. Kerhojen hyvin suunnitellun toiminnan avulla voidaan mielestämme vaikuttaa lasten ja nuorten terveyteen pitemmälläkin tähtäimellä ja näin ollen edesauttaa Terveys 2015 –kansanterveysohjelman tavoitteiden saavuttamista.

## 5.2 Terveyden edistäminen iltapäiväkerhoissa

Iltapäiväkerhon hyvä, terveyttä edistävä arki koostuu monista tekijöistä, jotka vastaavat lapsen fyysisiin, psyykkisiin ja sosiaalisiin tarpeisiin. Erilaiset liikuntaleikit ja pelit edistävät osaltaan lasten fyysistä ja sosiaalista hyvinvointia. Fyysinen kehitys on terveyden perusta ja siihen liittyvät olennaisesti liikuntataitojen kehittyminen ja oman kehon hallinta. Fyysinen kehitys on keskeinen osa minän rakentumista. (Järvisalo, Lahtinen & Koskinen- Ollonqvist 2001, 21; Pulkkinen. 2002, 106.) Terveyden edistämisen näkökulma ohjaa etenkin Oppimisneuvolan iltapäiväkerhojen toimintaa ja se on otettava huomioon jo kerhojen ohjelmaa, sisältöä ja ympäristöä suunniteltaessa.

Kerholaisten hyvinvointiin iltapäiväkerhossa vaikuttavat monenlaiset asiat. Koululaisen tulee olla valvotussa ja viihtyisässä ympäristössä, jossa häntä ohjaa lapsesta aidosti kiinnostunut aikuinen. Lapsella täytyy olla myös mahdollisuus levähtää. Tapaturmia ennaltaehkäistään ja ohjaajat hallitsevat välittömän ensiavun. Myös vanhempien kanssa käytävä yhteistyö on tärkeä osa lapsen hyvinvointia iltapäiväkerhoissa. Jos iltapäiväkerhoissa sattuu jotakin, tai jos kerhon ohjaaja tietää lapselle sattuneen jotakin koulupäivän aikaan, on tiedon kuljettava vanhemmille ja vastavuoroisesti kotoa päin on tultava tietoa, jos esimerkiksi lapsen terveyden tilassa on jotakin huomioitavaa. (Suomu ym. 2005, 17.)

Kerhotoiminnan järjestämisessä pidetään lähtökohtana lasta ja lapsen elämän rikastuttamista. Kerhotoiminta mahdollistaa sosiaalisten taitojen kehittymisen, mielekkään tekemisen, turvallisen paikan vapaa-aikana sekä näiden mukanaan tuomat hyödyt. Lasten aktiivisuus ja hyvinvointi kasaantuu ja vaikuttaa monille elämänaloille. Pohjimmiltaan kerhotoiminta nähdään kansankasvatuksena, jossa tärkeä osa-alue ovat sosiaaliset taidot. Yhdessäolon mukanaan tuomaa vastuuta ja yhteisöllisyyden taitoja harjoitetaan normaalista koulupäivästä poikkeavissa puitteissa. Arkojen lapsien tukeminen on tärkeää, sillä kavereiden löytyminen on sosiaalisten taitojen lähtökohta. (Koivisto, 40.)

Kerhojen keskeinen toimintamuoto, ryhmätoiminta, antaa yhteiskunnassa tärkeitä taitoja, jotka eivät voi kehittyä muutoin kuin ryhmässä. Aikuisten valvonta ja tuki auttaa lapsia oppimaan sosiaalisen vuorovaikutuksen tasapainottamista. Aikuisen valvonnassa lapset myös joutuvat kantamaan vastuuta teoistaan, mikä on tärkeää moraalisen kehityksen kannalta. Myös toiminnan tavoitteellisuus ja pitkäjänteisyys on tärkeä opittava taito. (Koivisto, 40-)

41.) Kun toimintaan otetaan mukaan lisäksi erilaisia terveysteemoja lapset saavat niistä keinojan oman, ja ympäristönsä terveyden hallinnan lisäämiseen (Järvisalo ym. 2001, 21).

Vapaa leikki ja oleminen ovat myös tärkeitä, sillä ne ovat ohjatun toiminnan vastapaino. Etenkin pienten koululaisten kohdalla niihin tulee kiinnittää huomiota, sillä sosiaalisten taitojen lisäksi leikki kehittää mielikuvitusta, joka puolestaan on olennainen voimavara ja jopa suojakeino myöhemmässä elämässä. (Koivisto, 40-41.)

Mielestämme lasten yksinäisten iltapäivien vähentäminen eri keinoin, esimerkiksi iltapäiväkerhojen muodossa, edistää sekä lapsen että perheen ja yhteiskunnan terveyttä. Lapset saavat mielekästä tekemistä, ohjattua toimintaa, sekä oppivat hyödyllisiä taitoja jotka tukevat heidän kasvuaan ja kehitystään ja vaikuttavat mahdollisesti kauaskantoisesti myös tulevaisuuteen. Perheen näkökulmasta hyödyt näkyvät siinä, että vanhemmat tietävät lapsensa iltapäivien sujuvan aikuisen opastuksessa. Yhteiskunnan kannalta yksinolon lieveilmiöt vähenevät lasten viettäessä aikaa turvallisessa ja valvotussa ympäristössä.

Syrjäytyminen on ongelmana yhä vaikeampi havaita ja tunnistaa, eikä se koske enää pelkästään huono-osaisten ja ongelmaperheiden lapsia. Aamu- ja iltapäivätoiminnan järjestämisen yhteiskunnallisena lähtökohdana on turvallisen kasvuympäristön tarjoamisen lapselle ennen ja jälkeen koulupäivän. Toiminnan tarkoituksena on tukea lapsen kasvua ja kehitystä, luoda perustaa hyvälle vapaa-ajanviettotavoille ja auttaa perheitä kasvatustehtävän toteuttamisessa. (Opetushallitus 2004, 4; Koivisto, 3-40.) Iltapäiväkerhojen yksi terveyttä edistävän toiminnan tärkeä näkökulma on mielestämme lasten ja nuorten syrjäytymisen ja muiden yksinäisiin iltapäiviin liittyvien lieveilmiöiden ehkäisy.

Lasten ja nuorten valvomattomaan ajankäyttöön voi liittyä riskitekijöitä, kuten päihteidenkäyttöä, tupakointia sekä nuorisorikollisuutta, joka yleensä sijoittuu iltapäiviin. Liian vähäinen valvonta voi myös aiheuttaa turvattomuuden tunnetta, jolla puolestaan voi olla yhteys mielenterveysongelmiin, kuten masennukseen. (Koivisto, 39; Pulkkinen 2002, 19;27;112.) Aamu ja iltapäivätoiminnalla halutaankin ehkäistä näitä ongelmia, sekä pyritään edistämään yhteiskunnallista tasa-arvoa ja ehkäisemään syrjäytymistä (Opetushallitus 2004, 4; Koivisto, 39-40). Syntyvyyden laskiessa Suomessa työikäisten määrä laskee ja vastaavasti huollettavia vanhuk- sia on entistä enemmän. Suomalaisella yhteiskunnalla ole varaa menettää ketään syrjäytymisen takia. (Pulkkinen & Launonen 2005, 26.) Näin ollen ennaltaehkäisevä työ syrjäytymisen

ehkäisemiseksi on tärkeää jo lapsuudessa, jolloin siihen on mielestämme parhaat mahdollisuudet.

### 5.3 Osallisuus lasten terveyttä edistämässä

Osallisuus ennaltaehkäisee syrjäytymistä (Suomu ym. 2005, 15). Jakartan julistuksessa (WHO 1997) osallisuus määritellään yhdeksi terveyden edistämisen strategiaksi: ”Osallistuminen on välttämätöntä toiminnan jatkuvuuden takia. Jotta terveyden edistämällä olisi vaikutuksia, ihmisten on oltava toiminnan ja päätöksenteon ytimessä.”

Lapsia ja nuoria kuullaan harvoin heitä koskevissa asioissa. Heidän mielipiteitään kysytään vain satunnaisesti, vaikka lapsilla on ideoita ja tietoa, joita aikuisilla ei ole. Kaikkien kansalaisten osallisuutta ja osallistumismahdollisuutta on vähitellen ryhdytty pitämään tärkeänä ja siitä kertovat valtakunnalliset hankkeet, kuten esimerkiksi valtiovarainministeriön Kuule kansalaisista- hanke. (Valtiovarainministeriö 2001, 2.)

YK:n sopimusvaltiot ovat lastenoikeuksien yleissopimuksessa (1987) säätäneet: ”Sopimusvaltiot takaavat lapselle, joka kykenee muodostamaan omat näkemyksensä, oikeuden vapaasti ilmaista nämä näkemyksensä kaikissa lasta koskevissa asioissa. Lapsella on oikeus ilmaista vapaasti mielipiteensä. Tämä oikeus sisältää vapauden hakea, vastaanottaa ja levittää kaikenlaisia tietoja ja ajatuksia yli rajojen suullisessa, kirjallisessa, painetussa, taiteen tai missä tahansa muussa lapsen valitsemissa muodossa. Lapsen näkemykset on otettava huomioon lapsen iän ja kehitystason mukaisesti.”

Lapsille pitää antaa oikeus tulla kuulluksi ja nähdyksi omilla ehdoillaan. Yhteiskunnallinen osallistuminen lasten ja nuorten kohdalla on tarpeellista sekä uusien sukupolvien yhteisöllisyyteen ja yhteenkuuluvuuteen kasvamisen, että koko yhteiskunnan ja erilaisten yhteisöjen toiminnan, sekä kaikkien yhteisen hyvän kannalta. Lasten osallistuminen tutkimuksiin on perusteltua kulttuurin, yhteiskunnan ja lääketieteen tutkimuksen näkökulmasta sekä myös lasten itsensä näkökulmasta. (Kuula 2006, 147; Satka 2005, 17.) Osoittaaahan esimerkiksi Okkosen (2004, 103) väitöskirjan tulokset selvästi sen, että jo 5-6 -vuotiaat toivat esille näkökulmia, jotka puolestaan lisäsivät jo olemassa olevaa tietoutta lasten terveyskäsityksistä. Lasten esille tuomat ajatukset saivat aikuiset miettimään uudelleen omia käsityksiään lasten terveyttä koskevissa asioissa. Lasten kuulemisen tärkeyttä korostaa tulosten mukaan entisestään

myös se, että vaikka lapsi on terveyttään koskevissa päätöksissä ja asioissa pitkälti riippuvainen aikuisesta, hänellä on myös omia keinoja vaikuttaa terveytensä ja turvallisuuteensa. Jotta lapsi tulisi kuulluksi ja toiminnan yhteinen suunnittelu olisi mahdollista, on lapselle luotava mahdollisuuksia ilmaista itseään ja ajatuksiaan. Lapsen esille ottamat näkökulmat ovat palautteen antajana toimintaa ja laatua koskien. (Karlsson 1999, 56.)

Osallistuva toimintakulttuuri perustuu siihen, että niin aikuiset kuin lapsetkin hyväksytään aktiivisina, osaavina ja luovina sekä tiedon ja kulttuurin tuottajina. Osallistuva toiminta vaatii kuuntelua ja vastavuoroisuutta. Vastavuoroista kuuntelua pitää opetella niin aikuisten kesken kuin aikuistenkin kanssa. Silloin kuullaan se, mitä lapsi haluaa kertoa – ei vain se, mitä aikuinen haluaa tai odottaa kuulevansa. Lapsille tärkeintä osallisuutta on se, että he voivat vaikuttaa tässä ja nyt, siihen elinpiiriin, jossa he kasvavat, leikkivät, lepäävät, keksivät ja oppivat. (Suomu ym. 2000, 25-26.)

Jo alle kouluikäiselle lapselle suunniteltaessa terveyttä edistävää toimintaa, lapsen kuunteleminen on tärkeää, sillä lapsi on itsekkin oman terveytensä rakentaja (Okkonen 2004; 103). Mielestämme lasten mielipiteiden kuuleminen heitä koskevissa asioissa on yhtä tärkeää, ellei jopa tärkeämpää, kuin aikuistenkin kuuleminen. Lapsia kuulemalla voidaan saada esille asioita, joita aikuiset eivät edes välttämättä huomaa. Lasten on vaikeampi saada äänensä kuuluville, sillä aikuiset eivät usein joko kuuntele tai todella ajattele mitä lapsi yrittää kertoa. Lasten osallisuuden lisääminen ja näkemyksien kuuleminen iltapäiväkerhoa koskevissa asioissa on tärkeää, jotta lapset saavat itse vaikuttaa toimintaan. Ymmärtääksemme vaikuttamisen mahdollisuus lisää toiminnan mielekkyyttä ja tätä kautta lasten halukkuus ottaa osaa kerhoihin, kasvaa. Uskomme lasten mielipiteiden kuulemisen olevan tärkeää myös Oppimisneuvolan iltapäiväkerhojen kehittämiseksi.

## 6 TUTKIMUSTEHTÄVÄ

Opinnäytetyömme tarkoituksena on lisätä lasten osallisuutta iltapäiväkerhojen toiminnan suunnittelussa, sekä kehittää toimintaa lasten toiveiden suuntaisesti. Tavoitteena on selvittää lasten toiveita kerhojen ohjelmaksi, sekä tuoda toiminnan kehittämisessä esille terveyttä edistävä näkökulma.

Tutkimustehtävämme ovat:

- 1) Mitä toiveita lapsilla on iltapäiväkerhojen sisällöksi?
- 2) Miten iltapäiväkerhojen toimintaa voitaisiin kehittää terveyttä edistäväksi lasten toiveiden mukaisesti?

## 7 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Opinnäytetyömme suoritimme kvalitatiivisella tutkimusotteella. Ensimmäiseen tutkimustehtäväämme haimme vastauksia haastattelemalla lapsia sadutus -menetelmällä. Toiseen tutkimustehtäväämme saimme vastauksia tutkimalla teorian tietoa ja yhdistämällä sitä mahdollisuuksien mukaan omiin tutkimustuloksiimme.

Kvalitatiivinen tutkimus on luonteeltaan kokonaisvaltaista tiedon hankintaa, ja aineisto koostuu luonnollisissa, todellisissa tilanteissa. Siinä suositetaan ihmistä tiedon keruun elementtinä ja apuna käytetään usein monenlaisia lomakkeita ja testejä. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa suositetaan metodeja, joissa tutkittavien näkökulmat ja mielipiteet pääsevät esille. Tällaisia metodeja ovat muun muassa teemahaastattelut, ryhmähaastattelut ja osallistuva havainnointi. Tutkimus toteutetaan joustavasti, ja tutkimussuunnitelma muotoutuu tutkimuksen edetessä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 165.)

Opinnäytetyössämme kvalitatiivisen tutkimuksen tyypilliset piirteet tulevat selvästi esille. Aineisto on koottu lasten omassa, jokapäiväisessä ympäristössä ja sadutus -menetelmää voisi mielestämme pitää eräänlaisena teemahaastatteluna. Lasten äänen ja mielipiteiden kuuleminen on yksi tärkeimmistä opinnäytetyötämme ohjaavista tekijöistä ja sitä korostaa osaltaan juuri tiedonkeruu tapamme, sillä sadutus metodina on hyvin lapsikeskeinen.

Aineiston analysoimme induktiivisella sisällönanalyysillä. Induktiivisessä analyysissä on tarkoituksena paljastaa odottamattomia seikkoja. Lähtökohtana ei ole hypoteesien ja teorian testaaminen, vaan aineiston monipuolinen ja yksityiskohtainen tarkasteleminen. Tutkija ei määrää sitä, mikä on tärkeää. Aineistoa tutkitaan ainutlaatuisena. (Hirsjärvi ym. 1997, 165.)

### 7.1 Kohderyhmän valinta ja haastattelutilanne

Kohderyhmäämme kuului neljä iltapäiväkerhoihin osallistunutta lasta. Osallistujiksi valittiin kaikki halukkaat lapset. Heidän luokkatasonsa vaihteli kolmannesta viidenteen luokkaan. Haastateltavista kaksi oli tyttöjä ja kaksi poikia. Tiedotimme kaikille kerholaisille mahdollisuudesta osallistua opinnäytetyöhömmme. Jokaisesta kolmesta koulusta joissa iltapäiväkerhoja tuolloin järjestettiin, saimme haastateltavan työhömmme.

Haastattelut tapahtuivat iltapäiväkerhojen jälkeen samoissa tiloissa, joissa toiminta järjestettiin. Kahdessa iltapäiväkerhossa haastateltavia oli vain yksi, joten olimme molemmat läsnä näissä haastattelutilanteissa, kun taas yhdessä kerhossa haastateltavia oli kaksi, ja siellä molemmat haastattelimme yhden lapsen.

## 7.2 Sadutus -menetelmä

Sadutuksen idea on yksinkertainen. Sadutettaessa on yleensä läsnä kertoja tai kertojia, sekä kuulija. Välineinä käytetään vain kynää ja paperia. Kuulija kirjaa lapsen kertoman tarinan sanatarkasti ylös. Sadutuksen lopuksi tarina luetaan ääneen ja lapsi saa tehdä siihen haluamiaan muutoksia. Ennen sadun kerrontaa lapset ohjeistetaan näillä ohjeilla. Menetelmän tarkoitus on osoittaa, että lapsesta ja hänen kertomastaan ollaan kiinnostuneita. (Karlsson 1999, 61; Karlsson 2000, 94.)

Lasten kanssa toimiessa on tiedettävä, mitä he ajattelevat asioista. Lasten näkökulmia ja ajatuksia tulee arvostaa ja kuunnella. Tiedonkerääminen lapsilta ja heidän ajatuksiensa selvittäminen on ongelmallista, sillä suorien kysymysten esittäminen lapsille ei välttämättä tuon esiin juuri lapsen näkökulmaa. Lapselle esitetyt suorat kysymykset voivat tuoda esiin aikuisen painottamat ja tärkeänä pitämät asiat ja lapsen omat ajatukset sekä mielipiteet voivat jäädä huomiotta. Kyselemisen luonne voi muuttua helposti johdattelevaksi ja pakottavaksi. Lapset ovat tottuneet siihen, että usein heiltä kysytään kysymyksiä, joihin aikuinen kuitenkin tietää ”oikean” vastauksen. Näin ollen lapsi usein pyrkiikin vastaamaan aikuisen odotuksen mukaan. Sadutus -menetelmällä pyritäänkin muuttamaan tämä aikaisempi stereotyyppinen ja johdatteleva vastaustapa. (Karlsson 1999, 60-61; Karlsson 2000, 90; 92-93.)

Sadutus -menetelmä on tietty dokumentoinnin tai havainnoinnin väline. Se ei tähtää lapsen jatkuvaan arviointiin ja arvosteluun, johon dokumentointi toisinaan yhdistetään. Dokumentoinnilla tai havainnoinnilla on usein tarkoitus saada esiin dokumentoijaa kiinnostavia asioita. Sadutuksessa on tarkoituksena kuitenkin kertojan tärkeänä pitämä näkökulma. Kun perinteisessä dokumentoinnissa havainnoija tekee omia muistiinpanojaan, sadutuksessa dokumentoija kirjaa asiat avoimesti ja sanatarkasti kertojan mukaan. Koska kiinnostuksen kohde on niminomaan se, mitä he ajattelevat ja miten kertovat ajatuksistaan, tarinankerrontaa ei johdella kysymyksin. Sadutus vuorovaikutustapahtumana poikkeaa perinteisestä, sillä lapsi puhuu



ja aikuinen kuuntelee. Sadutus pohjautuu siis aktiiviseen ja osaavaan lapsikäsitkseen sekä lasten taitoihin, kykyihin ja aikaisempiin kokemuksiin. (Karlsson 2000, 92-93.)

Aineistonkeruu tilanteessa lapset saivat kertoa sadun ”Unelmien iltapäiväkerhosta”. Ohjeitimme lapset ennen sadutusta asianmukaisesti. Lasten sadut kirjoitimme muistiin käsin lapsen kertoessa, ja lopuksi luimme tuotoksen ääneen. Tämän jälkeen lapsilla oli mahdollisuus tehdä kertomaansa korjauksia tai lisäyksiä. Emme tehneet sadutuksen yhteydessä johdattelevia kysymyksiä, vaan kuuntelimme lapsen kertomuksen kokonaisuudessaan häntä keskeyttämättä.

## 8 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Ensimmäinen tutkimustehtävämme oli selvittää, mitä toiveita lapsilla on iltapäiväkerhojen toiminnaksi. Sadutusten tuloksena selvisi, että lapsilla on monenlaisia, suurin osin jo sellaisenaankin totutettavissa olevia ideoita iltapäiväkerhojen toiminnaksi. Induktiivisen aineiston analyysin aloitimme lukemalla aineistot useampaan kertaan läpi ja poimimme sieltä olennaiset suorat lainaukset. Suorista lainauksista teimme pelkistetyt ilmaukset, jotka jaottelimme ryhmiin samankaltaisuuden perusteella. Näistä ryhmistä loimme alakategoriat, joista saimme vielä neljä yläkategoriaa. Seuraavassa käymme läpi saamamme yläkategoriat luokittain.

### 8.1 Liikunta

Liikunta eri muodoissa nousi hyvin vahvasti esiin kaikkien lasten kertomuksissa. Sekä tytöt että pojat toivovat monipuolisesti erilaista liikuntaa. Liikunnan yläkategoria muodostui seuraavista alakategorioista: välineurheilu, välinevoimistelu, pallo- ja juoksupelit ja liikunta.

*”Tehtäs tempulläikkeitä, pompittais trampoliinilla ja sitten kaikkia juoksuleikkejä.”*

*”Ja sitten lähdetäis ulos ja hiihdetään ja luistellaan.”*

*”Liikuntaa!”*

### 8.2 Hyödylliset taidot

Hyödyllisten taitojen yläkategoria muodostui hyödyllisistä asioista, ensiavusta ja välipalasta. Jotkut haastateltavista toivat suoraan esille toivovansa iltapäiväkerhoissa oppivansa elämässä hyödyllisiä taitoja, esimerkiksi ensiapua. Ruokailuun liittyvät toiveet tulivat esille melkein jokaisen kertomassa.

*”Kaikkeaa hyödyllistä, mitä tulee elämässä tarvitsemaan, esimerkiksi ensiaputaidot, koska olin silloin viimeksi kipeänä.”*

*”Saisi joskus tuoda omat eväät itelle...”*

### 8.3 Pelit ja leikit

Liikunnan lisäksi myös erilaiset pelit ja leikit nousivat tarkeänä osana esiin lasten toiveissa. Perinteisten lauta- ja seurapelien lisäksi etenkin pojat halusivat viettää aikaa viihdeelektroniikan parissa, eli katsella myös videoita ja pelata tietokonepelejä. Lisäksi lapset toivoivat että ohjaajat lukisivat lapsille ja kertoisivat jännittäviä tarinoita. Pelien ja leikkien yläkategoria muodostui seuraavista asioista: askartelu ja piirtäminen, seurapelit, viihdeelektroniikka, tarinat ja lukeminen, sekä piilonen.

*”...ja jos joskus saisi tuoda omia lautapelejä tai filmejä. Ja joskus voitais olla tietokonehuokassa puoli tuntia...tai vähän enemmän.”*

*”Olisi ihan mukavaa jos olisi kaikenlaista puuhaa: askartelua ja pelejä ja kaikenlaista pikkupuuhaa...niinku tekemistä.”*

*”...ohjaaja lukisi kirjaa ja kertoisi jännittäviä tarinoita.”*

### 8.5 Ryhmäkoko

Yksi lapsista toivoi enemmän kerhoon osallistujia. Iltapäiväkerhojen ohjaajina huomasimme, että yleensäkin kaikissa kerhoissa lapset toivoivat enemmän osallistujia, varsinkin sellaisina päivinä, jolloin kerholaisia oli vähän.

*”Tai pitäisi myös olla enemmän... kerhoon liittyjiä.”*

## 9 JOHTOPÄÄTÖKSET JA AIEMPAA TUTKIMUSTIETOA

Tutkimusaineistosta saimme monipuolisia tuloksia ja vastauksia tutkimustehtäviimme. Saduttaessamme lapsia yllätyimme siitä, kuinka samankaltaisia vastauksia sekä tytöillä, että pojilla oli. Olisimme olettaneet, että tyttöjen ja poikien toiveiden välillä on suuria eroavaisuuksia. Oman kokemuksemme perusteella toimintaa vaikeuttaa kuitenkin usein se, että käytännön tilanteessa tytöt ja pojat hakeutuvat omiin ryhmiinsä. Yleistä ryhmätilanteissa on, että varsinkin tytöt voivat aluksi kieltäytyä toimimasta poikien kanssa.

Opinnäytetyömme tulosten perusteella voimme päätellä, että lapset toivovat hyvin toimintakeskeistä ja monipuolista ohjelmaa. Terveyden edistämisen teemoja täytyisi mielestämme tuoda esille juuri lasten toivomien erilaisten pelien, leikkien ja visailujen avulla. Lapset tarvitsevat uusia virikkeitä ja vaihtelua, mutta hyviä perinteisiä pelejä ja leikkejä ei kuitenkaan sovi unohtaa koska lapset pitävät niistä. Ohjatessamme kerholaisia huomasimme että monet omasta lapsuudestamme tutut leikit ovat yhä suuressa suosiossa. Liikunnan osuus korostuu erityisesti tutkimuksessamme ja sen suosio näkyi myös käytännön kerhotilanteissa. Liikuntaan iltapäiväkerhojen suunnittelussa kannattaakin panostaa.

### 9.1 Ryhmäkoon merkitys terveyden edistämisessä

Pennasen (2000, 65) mukaan yksi iltapäivän tärkeistä osista ovat sosiaaliset suhteet. Ystävyys-suhteet ja ajanvietto omanikäisten kanssa oli Pennasen tutkimuksiin osallistuville tärkeää. Myös lapsen kokemukseen terveydestä ja hyvästä olosta liittyy olennaisesti se, että hän pystyy halutessaan leikkimään kavereiden kanssa (Okkonen 2004, 61), kun taas Suomun ym. (2000, 15) mukaan lasten yhteistoiminta ryhmässä on merkityksellistä, sillä toverisuhteet opettavat vastavuoroisuutta sekä tunteiden ilmaisua ja säätelyä. Aution (1995) mukaan yksin leikkiesään lapsi yleensä on voittaja, mutta toimiessaan ryhmässä toisten lasten kanssa joku muu voikin johtaa leikkiä ja lapsi saa kokemuksia myös häviäjän roolista (Autio 1995, 15).

Tutkimuksessamme ei selkeästi kukaan maininnut kavereita, mutta voimme päätellä tulosten perusteella ryhmässä toimimisen olevan tärkeää, koska kaikissa lasten kertomuksissa nousi vahvasti esiin ryhmässä tapahtuva toiminta. Tästä voi päätellä, että iltapäiväkerhoissa tulee olla tarpeeksi osallistujia, jotta lapset viihtyisivät ja ryhmätoiminta onnistuisi. Osassa Kaja-

nissa toimivista iltapäiväkerhoista osallistujamäärä oli joskus hyvin pieni ja tämä tuottikin ongelmia ryhmätoiminnan onnistumiselle.

## 9.2 Liikunnan merkitys terveyden edistämisessä

Monipuolinen liikunta edistää lapsen tervettä kasvua ja hyvinvointia. Lapsuudessa omaksuttu liikunnallinen elämäntapa ja myönteinen asenne liikuntaan ovat pohjana aikuisen liikuntaharrastuksiin. Jokaisen koululaisen arkeen tulisi kuulua erilaisia liikuntaleikkejä joissa juostaan, kiipeillään, hypitään ja tasapainoillaan. (Suomu ym. 2000, 19.) Jo Telama, Silvennoinen, Laakso & Kannas (1989, 33) kertovat, että peruskoulun ala-asteen ikää pidetään parhaana liikuntatottumusten oppimisen ja liikuntataitojen kehittymisen aikana. Tämän vuoksi on luonnollista, että liikunta kuuluu tässä iässä jossain muodossa lähes jokaisen lapsen elämään.

Lapsi tarvitsee liikuntaa vähintään kaksi tuntia päivässä. Kuitenkin nykyisillä liikuntamäärillä lasten fyysinen kasvu ja kehitys ovat vaarantuneet. Lasten ajankäyttö on muuttunut paljon muun muassa tietotekniikan myötä siten, että ulkona leikkimisen sijasta lapset istuvat sisällä laitteiden ääressä. (Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2005:17, 3, 7.) Alhainen fyysinen aktiivisuus on selvässä yhteydessä moniin sairauksiin ja vaivoihin, kuten sydän- ja verisuonitauteihin, diabetekseen, kohonneeseen verenpaineeseen, joihinkin syöpiin sekä osteoporoosiin. Näin ollen riittävä fyysinen aktiivisuus auttaa ehkäisemään monia elintapoihin liittyviä sairauksia. (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2005, 42; Aro & Männistö, 2005 16.)

Lapsi toteuttaa itseään ja kehittää kasvavan elimistönsä toimintakykyisyyttä ja taitoja erilaisissa leikeissä. Lasten leikkitoiminnassa liikunnalla on hyvin merkittävä osuus. Mukavaan iltapäivään kuuluu liikunta ja urheilu. Liikuntaan liittyvät toiveet ovat hyvin monipuolisia. (Penanen 2000, 69.) 7-9 -vuotiailta lapsilta kysyttäessä, mitä nämä tekivät vapaa-aikana kavereiden kanssa ja mitä yksin, kävi ilmi että kavereiden kanssa tehdyistä toiminnoista yleisimpiä olivat liikunnalliset leikit kuten hippaset, takaa-ajoleikit, naruhyppelyt ynnä muut. Liikunnan laatu ja määrä luonnollisesti vaihtelee suuresti yksilöllisten ja ympäristötekijöiden mukaan. (Telama ym, 1989, 33.)

Opinnäytetyössämme lapset toivovat runsaasti liikuntaa ja siihen liittyvää toimintaa. Mielestämme lapsille tulisi tarjota runsaasti erilaisia liikuntavaihtoehtoja, joista he itse saisivat valita sillä hetkellä mukavimmalta tuntuvan vaihtoehdon. Liikuntaa tulisi lisäksi tapahtua sekä sisäl-

lä että ulkona. Terveyttä edistävien näkökulmien ja hyödyllisten taitojen opettelu voisi mielestämme onnistua liikunnallisten pelien ja leikkien avulla. Lapset saisivat tyydyttää liikunnalliset tarpeensa ja oppiminen tapahtuisi leikin varjolla. Kun suurin osa opetuksesta tapahtuu sisällä istuen ja ajankäyttötavat ovat muuttuneet, voikin mielestämme ajatella että jo pelkästään liikkuminen ja siihen kannustaminen voi iltapäiväkerhoissa edustaa terveyden edistämistä. Iltapäiväkerhot ovat hyvä kanava nykyisten lasten liikuntasuosittelun saavuttamiseen.

### 9.3 Hyödyllisten asioiden merkitys terveyden edistämisessä

Yhdessä nautittu välipala iltapäiväkerhoissa on osa ravitsemuskasvatusta, sillä lapsuudessa luodaan pohja pysyville, myöhemmin vaikeasti muutettaville ruokailutottumuksille. Huomiota kiinnitetään myös hyviin ruokatapoihin, toisten huomioimiseen ja ruokahetken rauhoittamiseen muilta toiminnoilta. (Suomu ym. 2000, 19.)

Sydän- ja verisuonisairauksiin, kuten diabetekseen ja kohonneeseen verenpaineeseen on olennaisessa yhteydessä ruokavalio, kuten haitalliset rasvat, liiallinen suolan käyttö ja vähäinen kuidun määrä ruokavaliassa. Toisaalta monipuolistuneella ruokavaliolla on ollut selvä vaikutus eräiden syöpien, kuten maha- ja ruokatorvisyövän sekä huuli- ja kurkunpäänsyöpien vähenemiseen. (Aro & Männistö 2005, 16-19.)

Hyödyllisten asioiden kategoriaan luokittelimme lasten toiveissa selkeästi esiintyvät ruokaan liittyvät toiveet. Lapset toivovat iltapäiväkerhoihin monia ruokaan liittyviä asioita: omien eväiden syöntiä, karkkia ja pizzaa. Pizzan ja karkkien asemasta, lasten kanssa voisi esimerkiksi suunnitella ja toteuttaa terveellisen, mutta mieluisen välipalan. Samalla kun lapset saivat toivomansa välipalan, he saivat myös tietoa terveellisestä ruoasta ja sen merkityksestä. Myös Pennasen (2000, 70) tutkimuksessa nousevat esiin ruoka ja syöminen. Lasten toiveiden lisäksi, aiemmin mainitut terveydelliset ja kasvatukselliset näkökulmat huomioiden voimmekin sanoa, että ruoan ja ravitsemuksen käsittely iltapäiväkerhoissa on terveyttä edistävää toimintaa.

Toisaalta terveellisen aterioinnin lisäksi myös järkevään herkutteluun tai säännölliseen ruokailuun ohjaaminen iltapäiväkerhoissa voisi kokemuksiemme mukaan olla hyödyllistä. Peltosaari, Raukola & Partanen (2002, 248-250) kertovat että koulu- ja murrosikäisen kehitykseen voi kuulua ruokailutottumusten muutos ja usein jopa ravitsemusvirheet. Ateriat unohtuvat

helposti ja voivat korvautua makeilla tai suolaisilla herkuilla ja yösyöminenkin voi olla yleistä. Toisaalta lisääntynyt kasvissyöjien määrä on haaste oikeanlaiselle ravitsemukselle. Lihavuus on moninainen ongelma nuorten keskuudessa, sillä erityisesti tietyissä riski-ikä vaiheissa kertynyt suuri rasvakudoksen määrä voi johtaa pysyvään ja vaikeasti johdettavaan lihavuuteen.

Terveyttä edistävää toimintaa lapsille suunniteltaessa mielestämme pitäisi ehdottomasti huomioida terveellisten ravitsemustottumusten ja edellisessä kappaleessa käsittelemämme liikunnallisen aktiivisuuden yhteys. Valtion ravitsemusneuvottelukunnan antamissa uusissa ravitsemussuosituksissakin (2005, 6; 9;42) nähdään terveellisen ruokavalion ja liikunnan terveysvaikutusten vahvuus yhdessä, sekä niiden yhteyden tärkeys terveyttä edistävien elintapojen luomisessa. Lisäksi ravitsemussuosituksissa kiinnitetään huomiota muun muassa siihen, kuinka suomalaisen ravitsemuksen yksi suurimmista ongelmista ja lihavuuden lisääntymisen syy on nimenomaan energian saannin ja sen kulutuksen välinen epätasapaino. Näin ollen liikuntaa ja oikeanlaista ravitsemusta ei pitäisi siis suinkaan erottaa toisistaan tai ajatella toistensa vaihtoehtoina, vaan hyödyntää niiden tulosten vaikuttavuus yhdessä. Myös Peltosaari ym. (2002, 250) kertovat että lihavuuden ennaltaehkäisyssä ja hoidossa on ruokavalion lisäksi riittävä liikunta merkittävässä asemassa.

#### 9.4 Pelien, leikkien ja tarinoiden merkitys terveyden edistämisessä

Lapsi elää leikin maailmassa ja lapsen kehityksen kokonaisuutta ajatellen sillä on suuri merkitys. Lapsi voi leikin turvin piiloutua kuvitteellisten hahmojen taakse ja näin kokeilla erilaisissa rooleissa elämistä. Leikissä yhdistyy kaikki kehityksen piirteet kuten tunteet, ajattelu, liikkuminen ja sosiaaliset suhteet. (Autio 1995, 15.) Suomun ym. (2000, 27) mukaan leikillä on monenlaisia hyötyjä: lapsen kieli kehittyy, samoin syy-seuraus- ajattelu, joustava yhdisteleminen ja ongelman ratkaisu kyky. Lisäksi leikki kehittää sosiaalis-emotionaalisia taitoja, omien tunteiden säätelyä, esineiden käsittely ja toimintatapoja sekä yhteistoiminnan muotoja. Leikistä syntyvä toiminnan keksimisen ilo edistävät lasten emotionaalista, sosiaalista ja kognitiivista kehitystä.

Tutkimuksemme osallistuvien toiveissa oli hyvin erilaiset pelit ja leikit. Perinteisiä pelejä toivottiin sekä tyttöjen että poikien taholta. Toivottua ajanvietettä, etenkin poikien taholta, olivat myös tietokoneella pelaaminen ja esille tulivat myös television ja videoiden katselu. Myös

Pennasen (2000, 70-71) tutkimuksessa lapsien mukaan mukavaan iltapäivään kuului usein myös leikkiminen.

Mielestämme erilaisten pelien ja leikkien järjestäminen iltapäiväkerhoon onkin tärkeää, koska niiden kautta voidaan opetella monenlaisia taitoja. Lisäksi nämä asiat tasapainottavat koulupäivää ja tuovat vaihtelua lasten tavalliseen arkeen koulussa. Erilaisiin visailuihin ja peleihin sekä askarteluun voi ottaa helposti aiheeksi erilaisia terveyteen liittyviä asioita. Lapset toivoivat tutkimuksessamme ohjaajien kertovan myös tarinoita ja lukevan kirjoja. Pennasen (2000, 71) tutkimuksessa lasten mielestä mukavaan iltapäivään sisältyi kirjan lukeminen ja kirjastossa käyminen. Mielestämme rauhallinen lukuhetki puolestaan tuo hyvää vastapainoa toiminnalliselle leikkimiselle ja liikkumiselle.



## 10 ILTAPÄIVÄKERHOTOIMINNAN KEHITTÄMINEN

Toinen tutkimustehtävämme oli selvittää teoratiedon ja ensimmäisen tutkimustehtävän vastausten avulla, kuinka iltapäivätoimintaa voitaisiin kehittää lasten toiveiden mukaisesti sekä terveyden edistämisen näkökulmaa korostaen. Tässä kappaleessa käymme läpi ensimmäisen tutkimustehtävämme tuloksia yhdessä teoratiedon kanssa ja tuomme esille myös kehittämisehdotuksia.

Koulun terveystiedon opetuksen tavoitteena on muun muassa antaa lapselle jokapäiväisessä elämässä tarvittavia tietoja ja taitoja sekä asenteita, joiden avulla he voivat ylläpitää ja edistää terveyttä ja hyvinvointia (Kepler-Uotinen 2005, 140.) Oppiaineen tavoite on, että oppilas kykenee arvioimaan ja ymmärtämään useita terveyteen liittyviä asioita. Tavoitteiden saavuttamiseksi oppilaan tulee omakohtaisesti miettiä ja pohtia asioita sekä itsenäisesti, että ryhmässä. (Välimaa&Rintala 2006, 30).

Vaikka iltapäiväkerhoilla on nimensäkin mukaisesti ohjaavana sisältönä terveys ja siihen liittyvät teemat mielestämme varsinaisessa toiminnassa voisi kuitenkin terveyden edistämisen näkökulma näkyä entistä enemmän. Vaikka kerhot eivät korvaakaan koulussa annettavaa opetusta eikä sinne lasten ole tarkoitus tulla suorittamaan, voisi koulussa opetettavan terveystiedon tavoitteita soveltaa iltapäiväkerhoissakin.

Kerhoissa terveyden teemoja voi tuoda esille toiminnallisen oppimisen kautta ja ajattelun kehittämisen kautta. Toiminnallisuus -sana mielletään yleensä kaikkeen hyvin aktiiviseen tekemiseen. Todellisuudessa se liittyy yhdessä tekemiseen ja osallistuvaan tekemiseen, sekä aktivoivaan ja kokemukselliseen tekemiseen. Kaikki osallistuva tekeminen ei suinkaan johda oppimiseen, sillä se edellyttää itsenäistä ajattelua, päättelyä ja ongelman ratkaisua eli kognitiivisia prosesseja. (Tyrväinen 2005, 53 & Kepler-Uotinen 2005, 143.) Toimimalla oppimiseen voi liittyä monenlaisia menetelmämahdollisuuksia ja erityisesti leikki on merkittävässä asemassa (Tyrväinen 2005, 143-144). Itse myös ymmärrämme toiminnallisen oppimisen ja osallistumisen eron sillä tavoin, että toiminnallisessa oppimisessa lapsi todella itse aktiivisesti ajattelee ja pohtii, kun taas osallistua voi ryhmään vaikka pelkällä läsnäololla ilman että mitään välttämättä oppiikaan.

### 10.1 Toiminnallinen oppiminen sadun ja eläytymisen kautta

Toiminnan ja osallistumisen, sekä lasten omien ajatusten aktivoinnin avulla lasten kiinnostus herää. Mielestämme iltapäiväkerhoissa tapahtuvan opetuksen tulisikin, aina kun mahdollista, olla toimintaan ja leikkiin liitettyä. Tällöin iltapäiväkerhot ovat myös sopivaa vastapainoa koulupäivälle, joiden aikana opetus usein tapahtuu luokissa istuen ja opettajaa kuunnellen. Hyödyllisten asioiden kategoriaan luokittelemiemme ensiavun sekä ruokaan liittyvien asioiden käsittelyn, tulisi mielestämme tapahtua toiminnallisen oppimisen kautta.

Toiminnan rajoitteet, kuten resurssit ja tilat, huomioidessa voi varsinaisen välipalan tekeminen olla mahdotonta Oppimisneuvolan iltapäiväkerhoissa. Terveellisen välipalan voisi kuitenkin käydä läpi toiminnallisen leikin avulla. Lasten kanssa voisi esimerkiksi tehdä kuvitteellisen kauppamatkan (Kepler-Uotinen 2005, 144), jolloin kaupasta ostetaan tietyllä rahasummalla terveellinen, ravitseva ja monipuolinen välipala. Lapset voisi tarvittaessa mielestämme jakaa pienempiin ryhmiin joissa kauppareissu toteutetaan ja tehtyjen ostosten jälkeen ryhmät voisivat keskustella ostoksistaan ja välipala ehdotuksistaan sekä vertailla niiden terveellisyyttä keskenään ja miettiä vaihtoehtoisia välipaloja.

Hyödyllisten taitojen opettelussa kerhoissa voisi käyttää myös eläytymiskertomusta ja ongelmanratkaisua, jolloin oppilaille annetaan valmis tekstin alku, jota he sitten itse kirjoittaen jatkavat (Tyrväinen 2005, 158; Kepler-Uotinen 2005, 146). Lapsille voisi myös antaa pelkän aiheen, jolloin he loisivat tarinan kokonaan itse. Sadun aiheena voisi olla esimerkiksi vaaratilanne liikenteessä tai tarina pojasta joka söi joka päivä herkkuja. Liikenne -sadusta keskustelemalla voidaan pohtia sadun vaaratilannetta ja miettiä mitä sen välttämiseksi olisi voitu tehdä. (Kepler-Uotinen 2005,150.) Jos sadussa tapahtuu onnettomuus, voidaan lasten kanssa miettiä, ja oikeilla ensiapuvälineillä havainnollistaa, kuinka onnettomuuden uhria voidaan auttaa ja miten hätäkeskukseen otetaan yhteys. Herkuttelu –sadun avulla voidaan miettiä, mikä merkitys jatkuvalla epäterveellisen ruuan syömisellä on. Lapset voivat myös pohtia, miten poika voisi muuttaa elintapojaan. Satujen pohjalta voi halutessaan luoda pieniä näytelmiä (Kepler-Uotinen 2005,150).

## 10.2 Mediakasvatus

Tutkimustulostemme mukaan lapset toivovat iltapäiväkerhoihin lisää viihde-elektroniikkaan liittyvää toimintaa. Tutkittuamme kirjallisuutta oivalsimme, että tähän mielenkiinnon kohteeseen on helppo yhdistää terveyttä edistävä kasvatusnäkökulma mediakasvatuksen avulla.

Mediakasvatuksesta puhuttaessa nähdään se laajempänä kokonaisuutena, kuin pelkästään esimerkiksi laitteiden käytön opettamisena tai hauskana ajanvietteenä. Mediakasvatus on tavoitteellista toimintaa jolla pyritään tukemaan yksilön ja yhteisön mediaidentiteetin rakentamista, sekä yksilön kriittistä ja osallistuvaa toimintaa mediakulttuurissa. Mediakasvatuksen tavoitteena on kasvattaa yksilön mediaymmärrystä, sekä kriittisiä ja luovia kykyjä mediatekstien analyysin ja jopa omien mediatuotosten kautta. Tavoitteena voidaan myös pitää vastuullisesti mediaan suhtautuvien kansalaisten kasvattamista. Mediaymmärryksellä tarkoitetaan esimerkiksi ymmärrystä viestinnän eri muodoista ja teknologian rakenteista, sekä myös eettisen näkökulman tukemista. Mediakasvatusta toteutetaan yhteistyössä muun muassa perusopetuksen, opettajan koulutuksen ja median ammattilaisten sekä erilaisten kasvatusalan järjestöjen kanssa. (Sintonen 2005, 28.)

Media ja tietokoneiden maailma luovat innostavan oppimisympäristön. Ne voivat tuoda uusia oppimisen mahdollisuuksia, ystäviä sekä tietoja ja taitoja. Muun muassa teknisiä taitoja ja kieliä voi niiden avulla kehittää, ja tietokoneiden avulla on helppo paikata vaikkapa puuttuvia ominaisuuksia sekä löytää rentoutumisen mahdollisuuksia. (Mustonen 2006, 38.) Lasten toiveissa tutkimuksessamme tuli esille perinteisten pelien ja leikkien lisäksi ajanvietto viihde-elektroniikan, eli tietokoneiden ja videoiden parissa. Näiden toiveiden pohjalta asiasisällöksi voisi iltapäiväkerhoihin ottaa median käsittelyn.

Toisaalta, kuten usein muillakin elämän alueilla, myös median maailmassa menestyvät kuitenkin parhaiten ne nuoret joilla on vahva minäkuva ja hyvät sosiaaliset taidot, ja jotka pystyvät käsittelemään median mukanaan tuomaa tietoa kriittisesti. Kyseisen maailman ongelmat kerääntyvät usein näiltä taidoiltaan heikoimmille nuorille, ja mediaan on helppo jäädä koukuun silloin kun todellinen maailma tuntuu aiheuttavan vain pettymyksiä ja pahaa mieltä. (Mustonen 2006, 38).

Vuoden 2004 Intermedia -tutkimuksen mukaan suomalaisilla kuluu viestimien parissa keskimäärin yli yhdeksän tuntia aikaa päivässä. Monet meistä voivat esimerkiksi lukea aamulla lehtiä, kuunnella yömatkalla autossa radiota ja katsoa TV:tä illalla. Nykyään monen kirjava

media muokkaa lasten, nuorten ja aikuisten käsitystä maailmasta: sarjoista voimme seurata monimutkaisia ihmissuhdekuvia ja seksillä kaupataan musiikkia. Media vaikuttaa näkemysiimme terveydestä, ihmissuhteista, seksuaalisuudesta ja kauneusihanteista (Hankala 2005, 89).

Nuorten mediatekstien kriittisen analysoinnin ja ymmärtämisen kehittämiseksi on kouluissakin asiasisältönä olemassa mediakasvatus (Hankala 2005 89, 90-91). Iltapäiväkerhoissakin aihetta voitaisiin käsitellä muun muassa valmiita mediatekstejä, sarjoja ja mainoksia analysoimalla. Ryhmässä lapset voivat pohtia vaikkapa TV -sarjojen mutkikkaita ihmissuhteita: verrataan tapahtumia todellisuuteen ja mietitään yhdessä kuinka roolihahmot olisivat voineet toimia toisin. Pohtimisen aiheeksi voisi myös ottaa sen, minkälaisen valmiin mallin lehdet ja TV antavat nuorille tytöille ja pojille ja onko tämä malli realistinen ja tavoittelemisen arvoisen (Hankala 2005, 94-95.)

Iltapäiväkerhoissa aikuisen ohjauksessa median käsittely ja pohtiminen voisi mielestämme auttaa lapsia arvioimaan sitä, mikä mainoksissa ja sarjoissa vastaa todellisuutta. Iltapäiväkerhoja ohjatessamme kuulumme joiltakin kerholaisilta lapsista jotka saattoivat viettää päivittäin jopa useita tunteja tietokonepelien parissa. Monet lapset myös saavat katsoa ohjelmia joiden asiasisältö ei heille ikänsä puolesta sovi. Kerhoissa voisi pyrkiä myös osaltaan vaikuttamaan tällaisten lasten ajan viettoon siten, että rohkaistaisiin heitä etsimään myös muita harrastuksia ja annettaisiin hyviä kokemuksia yhdessä muiden lasten kanssa toimimisesta.

## 11 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Eettinen ajattelu on kykyä pohtia sekä omien että yhteisöjen arvojen kautta sitä, mikä jossain tilanteessa on oikein tai väärin (Kuula 2006, 21). Opinnäytetyössä eettisiä kysymyksiä voi liittää moneen eri tutkimuksen vaiheeseen; tutkimuskohteen ja menetelmän valintaan, aineiston hankintaan, tieteellisen tiedon luotettavuuteen, tutkittavien kohteluun ja tutkimustulosten vaikutuksiin. Käytännön tutkimustilanteet tuovat esille monimuotoisia eettisiä ongelmatilanteita. Sen vuoksi ei ole helppoa esittää mitään yksiselitteisiä sääntöjä, jotka tarjoaisivat ratkaisuja eri tutkimustilanteisiin. Tutkimuksen eettisten kysymysten pohtiminen on kuitenkin tärkeää. (Kuula 2006, 11; Paunonen & Vehviläinen-Julkunen 1997, 32.)

Tutkimuksen piiristä ei saisi systemaattisesti sulkea pois marginaaleja ihmisryhmiä kuten dementoituneita, kehitysvammaisia tai lapsia, sillä muutoin ihmiselämästä jäisi tutkimatta olennaisia puolia. Lakien mukaan lapset kuuluvat suojeltaviin erityisryhmiin, eikä heillä ole täysivaltaista oikeutta itse päättää osallistumisestaan tutkimukseen. Lasten osallistumisesta tutkimukseen tarvitaan siis huoltajan tai muun laillisen edustajan lupa. Tätä perustellaan sillä, että lapsilla itsellään ei ole täyttä ymmärrystä ja kykyä antaa suostumusta tutkimukseen osallistumisesta. Huoltajilta on saatava kirjallinen suostumus tutkimukseen, mutta lopullisen suostumuksen antaa lapsi itse. (Kuula 2006, 147-148.)

Kuulan (2006, 86-89) mukaan yksityisyyden kunnioittaminen on sitä, että ihmisellä itsellään on oikeus määrittää, mitä tietoja he itsestään tutkimus käyttöön antavat. Lisäksi yksityisyyden suoja tutkimuksessa on myös sitä, ettei tutkimustekstejä kirjoiteta siten, että niistä tunnistaisi yksittäisen tutkittavan. Luottamuksellisuus tutkimuksessa tarkoittaa sitä, että asiat tehdään koko tutkimusprosessin ajan niin kuin on ennalta sovittu tutkijan ja tutkittavien välillä. Tämä tarkoittaa muun muassa ihmisen henkilötiedoista, aineiston käyttötavoista ja käyttäjistä sekä säilyttämisestä sovittuja asioita.

Omassa opinnäytetyössämme eettisillä kysymyksillä on suuri merkitys, koska aineistonkeruu tapahtui haastattelemalla, ja koska tutkimuskohteinamme olivat lapset. Mielestämme erityisesti lasten haastattelussa on tärkeä se, että lapset itse todella haluavat osallistua, eivätkä esimerkiksi muut ryhmäläiset tai aikuiset painosta heitä osallistumaan. Kun tiedotimme lapsille opinnäytetyöstämme, korostimme vapaaehtoisuutta, emmekä missään vaiheessa painostaneet

ketään osallistumaan. Neljän haastatteluihin osallistuneen lapsen osallistuminen lähti täysin heidän omasta halusta ottaa osaa sadutukseen.

Opinnäytetyöhömmme halukkaat lapset saivat kerhosta mukaansa tiedotteen, jossa vanhemmille kerrottiin opinnäytetyöstämme. Kerroimme opinnäytetyömme aiheesta ja tavoitteista, sekä painotimme sitä, ettei lasten henkilötietoja eikä tutkimuksen aineistoa missään vaiheessa käytetä julkisesti. Lapussa oli palautettava osio, jossa vanhempi allekirjoituksellaan vahvisti lapsen osallistumisen tutkimukseemme.

Saduttaja voi toimia väärin ikään kuin sadutuksen varjolla, kuten minkä tahansa muunkin toimintamuodon. Saduttaja voi muuttaa tilanteen vallan välineeksi esimerkiksi olemalla välinpitämätön, lukemalla kertomuksen pilkallisesti, naureskelemalla tarinalle halveksivasti tai osoittamalla pettymyksensä tulokseen. Tällöin ei ole kysymys sadutuksesta, jos saduttaja toimii näin tietoisesti tai tiedostamattaan, lapset kieltäytyvät helposti kertomasta mitään. (Karls-son 2005, 139.) Oma sadutus -tilanteemme ja aineistonkeruumme sujui mielestämme eettisesti oikein. Lapset kertoivat tarinaansa innokkaasti ja mielellään, joten tästä voisi päätellä, ettemme antaneet itsestämme välinpitämätöntä, pettynyttä tai halveksivaa kuvaa saduttaes- samme.

Opinnäytetyön eettisyyteen liittyy myös muita tärkeitä asioita. Toisten tekstiä ei saa plagioida. Jokaisella on tuottamaansa tekstiin nähden copyright-oikeus, mikä merkitsee sitä, että tekstiä lainattaessa lainaus on osoitettava asianmukaisin lähdemerkinnöin. Toisten tutkijoiden osuutta ei vähätellä, eli julkaisuissa on mainittava tutkimusryhmän jäsenet, eikä yhteistyön tulokse- na syntyneitä tuotoksia saa julkaista vain omalla nimellä. Tuloksia ei myöskään saa yleistää kriitikittömästi. Tuloksia ei sepitellä eikä kaunistella ja tutkimuksen puutteetkin on tuotava julki. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2000, 27-28.) Opinnäytetyössämme olemme luonnolli- sesti kiinnittäneet näihin asioihin huomiota ja välttäneet plagiointia, vähättelyä ja sepittämis- tä. Olemme pyrkineet kriittisesti pohtimaan myös mahdollisia puutteita työssämme.

Tutkimuksen keskeisiä kysymyksiä eettisyyden ohella on luotettavuus. Tutkimuksen reliaabe- lius tarkoittaa mittaustulosten toistettavuutta. Tutkimuksen validius tarkoittaa taas mittarin tai tutkimusmenetelmän kykyä mitata juuri sitä, mitä on tarkoituskin mitata. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa reliaabelius ja validius ovat kuitenkin saaneet erilaisia tulkintoja. Termit kytke- tään usein kvantitatiiviseen tutkimukseen, ja niiden käyttöä pyritään välttämään. Kvalitatiivi- sen tutkimuksen tekijä voi aiheellisesti ajatella, että kaikki ihmistä ja kulttuuria koskevat ku-

vakset ovat ainutlaatuisia, ettei ole kahta samanlaista tapausta. Tulokset eivät siis pyritä yleistettävyyteen, joten perinteiset luotettavuuden ja pätevyyden arvioinnit eivät tule kysymykseen. Laadullisessa tutkimuksessa tuotetussa tiedossa näkyy usein tutkijan oma persoonallinen näkemys. (Hirsjärvi ym. 2000, 213-214 ; Paunonen ym. 1997, 215-216.)

Validiteettiongelmat tutkimuksessa voivat liittyä siihen, ettei tutkimusaineisto anna vastausta tutkimustehtävään, aineiston keräämisessä on puutteita tai tutkimusaineisto ei ole edustava. Reliabiliteettiongelmat voivat syntyä aineiston analyysin aikana tehdyistä koodausvirheistä, epäjohtonmukaisesta koodauksesta tai virheellisistä tulkinnoista. (Paunonen ym. 1997, 215.)

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta parantaa se, että tutkija mahdollisimman tarkasti kuvaa koko tutkimusprosessin kulun. Kun aineistonkeruu on tehty esimerkiksi haastattelemalla, kerrotaan haastattelutilanteesta mahdollisimman tarkasti: olosuhteet ja paikka kuvataan hyvin, kerrotaan aineistonkeruuseen kulunut aika, mahdolliset haastattelua häirinneet tekijät ja virheelliset tulkinnat sekä myös haastattelijan oma tulkinta tilanteesta. Aineiston analyysin yhteydessä tehtyjen luokittelujen kuvaaminen ja luokittelujen syntymisen perustelut lisäävät luotettavuutta. Tulosten tulkinnan luotettavuuteen liittyy myös sama periaate: perusteet tulkintojen tekemiselle. Lukijaa ajatellen luotettavuutta voidaan lisätä käyttämällä tutkimuksen selostuksen yhteydessä suoraan aineistosta lainattuja otteita. ( Hirsjärvi ym. 2000, 214-215.)

Olemme pyrkineet kuvamaan tutkimuksemme kulun mahdollisimman tarkasti ja laajasti. Itse sadutus -tilanteen luotettavuutta lisää mielestämme se, että aineistonkeruu tapahtui harjoittelumme loppuvaiheessa, jolloin olimme pitäneet kerhoja jo useamman kerran. Aiemmin suunnittelimme saduttavamme lapsia heti ensimmäisten kerhojen yhteydessä. Kun haastattelut tapahtuivatkin myöhemmin, meillä ja lapsilla oli ollut mahdollisuus tutustua toisiimme paremmin. Näin ollen mielestämme välillämme oli aineistoa kerätessä luottamuksellinen suhde. Jos olisimme toimineet alustavan suunnitelman mukaan, lapsilta saatu aineisto ei ehkä olisi ollut riittävää ja luotettavaa ja olisimme mahdollisesti joutuneet keräämään aineistoa uudestaan myöhemmin. Sadutus -tilanteen aikana ei ilmennyt häiriötekijöitä ja tunnelma oli rauhallinen ja mukava. Tunnelmaan vaikutti mielestämme se, että sadutus tapahtui heti kerhon jälkeen samoissa tiloissa. Jos olisimme esimerkiksi suorittaneet aineistonkeruun erillisenä ajankohtana erillisissä tiloissa, olisi tilanne ollut uskoaksemme liian virallinen ja jäykkä, jolloin se olisi voinut vaikuttaa lapsiin.

Sadutus on tiedonkeruumenetelmänä ikään kuin paranee kun se tulee tutuksi ja kun esimerkiksi lapsi saa varmuutta kerrontaan. Käsittääksemme menetelmä oli lapsille uusi ja pohdimmekin jälkeensä, olisimmeko saaneet runsaampaa aineistoa jos olisimme saduttaneet samoja lapsia uudestaan myöhemmin. Aikataulumme ei kuitenkaan antanut periksi sadutuksen uusimiseen, joten tyydyimme saamaamme aineistoon.

Useamman lapsen saduttamista kerrallaan ryhmässä harkitsimme aluksi, mutta päädyimme kuitenkin saduttamaan yhtä lasta kerrallaan. Ajattelimme että ryhmätilanteessa lasten mielipiteet olisivat vaikuttaneet toisiinsa ja lapset olisivat voineet ”sanoa mitä kaverikin sanoi”, eli saadun aineiston luotettavuus olisi ollut kyseenalaista. Lasten vaikutus toisiinsa näkyi muun muassa siinä, kun etsimme halukkaita osallistujia: vapaaehtoisia oli alussa enemmän, mutta jotkut mielestämme selvästi muuttivat mieltään osallistumisen suhteen kun hyvä kaveri ei halunnut osallistua. Lisäksi lasten saduttaminen yksin oli luonnollista ja joillakin kouluilla olosuhteiden takia myös pakollista. Lisäksi saduttaminen tiedonkeruumenetelmänä on luonteeltaan sellainen, että mielestämme sopii paremmin yksilölle.

Luotettavuutta omassa opinnäytetyösäämme lisää se, että vertasimme tutkimustuloksiamme johtopäätökset -osiossa toiseen, samankaltaiseen tutkimukseen. Siinä oli saatu aikaan hyvin samankaltaisia tutkimustuloksia, mikä varmistaa tutkimustulostemme paikkansa pitävyyden. Uskomme lisäksi tutkimustulostemme olevan toistettavissa, koska ne olivat hyvin samankaltaisia kuin Pennasen tutkimuksessa, johon olemme omaa työtämme verranneet.



## 12 POHDINTA

Lasten turvallisen olon kokemuksessa korostuu isän ja äidin läsnäolo ja toiminta, sillä lapset kokevat olonsa turvalliseksi vanhempien läheisyydessä ja suojassa. Turvallisella ympäristöllä on siis lapselle psykososiaalinen merkitys, joka tulee läheisen ihmisen luomasta turvallisuuden tunteesta. (Okkonen 2004, 63;65). Kuitenkin, nykyajan yhteiskunnassamme isien ja äitien ollessa pääsääntöisesti töissä, lasten yksinolo voi monissa perheissä olla arkipäivää. Mielestämme meillä Suomessa ei yleisesti tiedosteta sitä, mikä merkitys aikuisen läsnäololla on lapselle. Mahdollisimman varhaisessa vaiheessa yksin pärjäävä lapsi on liian monille vanhemmille ylpeyden aihe. Ensimmäisen ja toisen vuosiluokan oppilailla on mahdollisuus iltapäivähoitoon mutta sitä vanhemmat lapset voivat joutua viettämään useita tunteja viikossa yksin, ellei perheillä ole keinoja järjestää yksinäisiin iltapäiviin valvontaa. Näin ollen, aikuisen läsnäolon ollessa tärkeä tekijä lapsen turvallisuuden tunteen muodostumisessa, isommille lapsille suunnatuilla iltapäiväkerhoilla on mielestämme tärkeä rooli. Luotettavien ja ammattitaitoisten ohjaajien läheisyydessä lapset voivat viettää valvottua, mutta virikkeellistä iltapäivää ennen kuin menevät kotiin vanhempien tullessa töistä.

Opinnäytetyöprosessimme alkoi aiheanalyysin teolla, jonka jälkeen teimme opinnäytetyön suunnitelman. Keväällä 2006 aloimme tehdä varsinaista opinnäytetyötä. Opinnäytetyömme liittyi Kajaanin ammattikorkeakoulun Oppimisneuvolan iltapäiväkerhoihin ja varsinaisen tutkimuksen aloitimme Oppimisneuvolassa suorittamamme vaihtoehtoisten ammattiopintojen harjoittelun yhteydessä. Tuolloin valitsemalla tutkimukseen osallistuvat lapset ja keräämällä aineiston saduttamalla. Tiedon kerääminen lapsilta poikkeaa hyvin paljon tiedon keruusta aikuisilta ja lasten kanssa toimiessa tulee huomioida monia asioita. Koimmekin tiedonkeruun haastavaksi, sillä meillä ei ollut aiempaa kokemusta lasten haastattelusta.

Sadutuksen jälkeen aloimme etsiä teorialtetta liittyy opinnäytetyömme aiheeseen. Teoria-tiedon keräämisen koimme opinnäytetyömme aikaa vievimmäksi ja vaikeimmaksi vaiheeksi, koska aihealueemme oli sellainen, että siitä löytyi vähän suoranaista tietoa. Vaikka alasteikäisten iltapäivät ja vapaa-aika onkin välillä puhuttanut paljon julkisestikin, kovin laajasti kirjallisuutta ja tutkimuksia ei ollut löydettävissä. Asiaa yhteiskunnallisella tasolla ovat pitkälti tuntuneet ajaneen vain muutamat ihmiset. Tämä näkyy osaltaan myös työmme lähteissä: samalta ihmiseltä on löydettävissä useampiakin teoksia, mutta laajempaa ajatustenvaihtoa ei

tunnu olevan, vaikka mediassa on asiaa puitu ilmeisesti välillä kiivaastikin. Luimme paljon kirjallisuutta ja pohdimme mikä on työhömmе sopiva viitekehys. Lapsista ja lapsiin liittyvästä terveyden edistämisestä löytyy hyvin tietoa ja aihetta voi lähestyä hyvin monesta näkökulmasta, joten oli suuren työn takana olla päästämättä teoriaosuutta harhailemaan aiheemme ulkopuolelle. Kirjoja selatessa opinnäytetyömmе alkoi hitaasti hahmottua ja alkuun päästyämme kirjoittaminen alkoi sujua.

Tutkimuksemme tulokset eivät olleet kovin yllättäviä. Tuloksista johdimme johtopäätöksiä, joiden mukaan kerhoa voisi kehittää. Se etteivät tutkimustulokset tulleet meille itsellemme yllätyksenä, johtuu luultavasti siitä että olemme olleet usein ohjaamassa iltapäiväkerhoja. Olimme jo aiemmin saaneet kuvan siitä, millaista toiminta lasten näkökulmasta tarkasteltuna voisi olla.

Oppimisneuvolalle on tutkimuksestamme hyötyä, sillä kerhojen vetäjät vaihtuvat säännöllisesti ja ohjaajien lähtökohdat ja ammatilliset valmiudet vaihtelevat. Työmmе antaa suuntaviivoja kerhojen sisällön suunnitteluun ja toivoimme siitä olevan apua kaikille jotka kerhoissa toimivat ohjaajina. Iltapäiväkerhojen vetäjien vaihtuessa jatkuvasti, kerhojen toiminta ei välttämättä aina ole sujuvaa ja saumatonta. Osalla ohjaajista ei välttämättä ole paljon kokemusta lasten kanssa toimimisesta, eikä motivaatiokaan ole välttämättä aina hyvä. Lapsiin itseensä ohjaajien vaihtuminen vaikuttaa omien havaintojemme mukaan hyvin paljon: tutustuminen ja luotettavuuden syntyminen vie lasten kanssa paljon aikaa ja siihen tulee kiinnittää huomiota ja kun lapsiin on saanut luotua hyvän kontaktin, vaihtuu ohjaajat jälleen. Lapset itse sanoivat myös usein suoraan, ettei ohjaajien vaihtuminen ole mukavaa.

Iltapäiväkerhoissa olemme aina ohjaajina työskennellessämme huomioineet terveyttä edistävän näkökulman, sillä lukukausisuunnitelmissa näkyy jonkin verran terveyteen liittyvää ohjelmaa. Lisäksi yksi terveydenhoitajakoulutuksemme peruslähtökohta on yksilön ja yhteisön terveyden edistäminen. Opinnäytetyömmе kautta meille on selkiintynyt, kuinka monessa asiassa terveyden edistämisen näkökulmat voidaan ottaa huomioon lapsia ohjatessa. Tutkimuksen myötä ja iltapäiväkerhoja ohjatessamme olemme saaneet paljon varmuutta isojenkin lapsiryhmien kanssa toimimiseen.

Iltapäiväkerhojen kehittäminen olisi mielestämme tärkeä, jotta lapset lähtisivät kerhoon mielellään, eivätkä jäisi yksin kotiin, on kuunneltava millaista toimintaa lapset itse haluaisivat kerhossa olevan. Kun lapset saadaan tulemaan iltapäiväkerhoihin ja ottamaan aktiivisesti osaa

niihin, voivat ne osaltaan vähentää lasten yksinoloa ja siitä aiheutuvia lieveilmiöitä. On varmasti helpotus työssäkäyville vanhemmille, että he tietävät lapsen pitävän kerhojen toiminnasta ja siksi heidän varmasti jäävän sinne koulun jälkeen. Jos lasten iltapäiviin haluttaisiin joku selkeä ja yhtenäinen järjestely, vaikkapa ulkomaiden malleista oppia ottaen, se vaatisi useiden eri tahojen, kuten vanhempien, koulujen sekä toimintaa järjestävien osapuolien keskustelua.

Sadutus tiedonkeruumenetelmänä oli meille uusi, mutta mielestämme se on lapsia ajatellen hyvin edullinen tapa heidän näkökulmansa löytämiseksi, sillä se antaa hyvän kanavan lasten tunteille ja ajatuksille. Sadutusta voisi hyödyntää myös iltapäiväkerhojen toiminnassa yleisemminkin. Menetelmän avulla lasten mielikuvitus ja luovuus pääsevät oikeuksiinsa kun lapset saavat kertoa tarinoita haluamistaan aiheista. Sadutuksen yhteyteen voisi liittää tarinan kerronnan lisäksi myös piirtämistä, maalaamista ja vaikkapa musiikkia ja syntyvien tarinoiden avulla voisi tehdä vaikkapa iltapäiväkerholaisten oman satukirjan, näytelmän tai videon.

Tutkimuksemme pohjalta voisi jatkaa suunnittelemalla opinnäytetyössämme esille tulleiden asioiden pohjalta uudenlaisen ohjelman iltapäiväkerhoihin. Nykyään iltapäiväkerhojen vuosisuunnitelmat ovat suurpiirteisiä. Mielestämme suunnitelmissa voisi näkyä selvemmin terveyden edistämisen näkökulma ja ne voisivat olla hieman tarkemmin yksilöityjä. Tämä edesauttaisi Oppimisneuvolan palveluiden kehittämistä ja voisi tehdä kerhotoiminnasta johdonmukaisempaa. Ohjaajien jatkuvalla vaihtumisella ei tällöin olisi niin suurta vaikutusta kerhojen sisältöön ja laatuun, kun eri valmiuksia omaavilla ja lähtötasossa olevilla opiskelijoilla olisi tarkempi ohje kerhojen toimintaa suunniteltaessa.

Muita jatkotutkimusaiheita voisi olla kerhoa ohjaavien opiskelijoiden valmiudet toimia lapsien kanssa. Voisi myös tutkia mihin suuntaan ohjaajat itse haluaisivat kerhojen toimintaa kehittää, tai mitä toiveita vanhemmilla on kerhojen toimintaa ajatellen.

## LÄHTEET

- Aro A., Männistö S. 2005. Ravitseminen kansansairauksien ehkäisyssä. Teoksessa Aro A., Mutanen M. & Uusitupa M. (toim.) Ravitsemustiede. Helsinki. Duodecim. Helsinki.
- Aromaa J. & Sulku S. toim. Kohtaamispaikkana lapsuus. Vuoropuhelua lapsen maailmasta. 2002. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Lapsi-foorumi. Helsinki. Oy Edita Ab.
- Autio T. 1995. Liiku ja leiki. Motorisia perusharjoitteita lapsille. Helsinki. VK-Kustannus Oy. Helsinki.
- Etzell S. Korpivaara L. Lukkarinen T. Nikula A. Pekkarinen I. Peni R. & Värmälä H-M. 1998. Perheen ja yhteisön terveyttä edistävä hoitotyö. Helsinki. Kirjayhtymä Oy. Helsinki.
- Hankala M. 2005. Mediakasvatus terveystiedon opetuksessa. Teoksessa Kannas L. & Tyrväinen H. Virikkeitä terveystiedon opetukseen. Terveyden edistämisen tutkimuskeskus. Julkaisu ja 3. Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä.
- Hirsjärvi S., Remes P. & Sajavaara P. 1997. Tutki ja kirjoita. Tampere Kirjayhtymä Oy.
- Hirsjärvi S., Remes P. & Sajavaara P. 2000. Tutki ja kirjoita. Helsinki. Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Intermediatutkimus. 2004. medianetti-  
ti.helsinginsanomat.fi/tiedosto/adobe/1101979528726/Tiedotusvalineisiin%20kaytettava%  
20aika.pdf. Luettu 15.11.2006.
- Järvisalo J., Lahtinen E. & Koskinen-Ollonqvist P. 2001. Sosiaalivakuutus ja terveyden edistäminen. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2001:13. Helsinki.
- Kajaanin ammattikorkeakoulu. 2003-2004. Opinto-opas. Jyväskylä 2003.
- Karlsson L. 2005. Sadutus. Avain osallistuvaan toimintakulttuuriin. Opetus 2000. Keuruu. PS-Kustannus .
- Karlsson L. 2000. Lapsille puheenvuoro. Ammattikäytännön perinteet murroksessa. Helsinki. Oy Edita Ab.

- Karlsson L. 1999. Saduttamalla lasten kulttuuriin. Verkostotyön tuloksia Kuperkeikkakyydisä. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Stakes. Raportteja 241. Saarijärvi.
- Keppler-Uotinen K. 2005. Terveystietoa alaluokille: mitä, miksi ja miten? Teoksessa Kannas L. & Tyrväinen H. Virikkeitä terveystiedon opetukseen. Terveiden edistämisen tutkimuskeskus. Julkaisuja 3. Jyväskylän yliopisto.
- Koivisto K. Nuorison sivistämisestä turvallisiin iltapäiviin perusopetuksen kerhotoiminta muutoksessa. Kerhokeskus koulutyöntuki.
- Koskinen-Ollonqvist P., Peltola A., Hulkko A., Tuominen P. & Savola E. 2005. Sata tapaa arvioida terveydenedistämistä. Katsaus terveyden edistämisen tutkimuksiin. Terveiden edistämisen keskuksen julkaisuja 6/05. Helsinki.
- Koskinen- Ollonqvist P. & Savola E. 2005. Terveiden edistäminen esimerkein. Käsitteitä ja selityksiä. Terveiden edistämisen keskuksen julkaisuja –sarja 3/2005. Helsinki.
- Korhonen M. 2002. Aina oli joku kotona. Teoksessa Kolbe L. & Järvinen K.(toim.) Onks ketään kotona? Kasvatuksen suuntaa etsimässä. 2002 Helsinki. Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Jyväskylä: Osuus-  
kunta Vastapaino.
- Launonen L. & Pulkkinen L. 2005. Eheytetty koulupäivä. Lapsilähtöinen näkökulma koulupäivän uudistamiseen. Helsinki. Edita Publishing Oy.
- Launonen L. & Pulkkinen L. 2004 toim. Koulu kasvuyhteisönä. Kohti uutta toimintakulttuuria. Opetus 2000. Jyväskylä:PS-kustannus.
- Lastensuojelulaki 5.8.1983/683. [www.finlex.fi](http://www.finlex.fi). Luettu 4.11.2006.
- Laki lapsen huollosta 8.4.1983/361. [www.finlex.fi](http://www.finlex.fi). Luettu 4.11.2006.
- Mustonen A. 2006. Nuoret ja media: iloja ja harmejä. Julkaisussa XI Kouluterveyspäivät 28.–29.8.2006 Jyväskylä Paviljonki. Tiivistelmät. Posterit. Stakes.
- Okkonen T. 2004. Lapsen terveystietämyksestä lapsen terveyden yhteistoiminnalliseen edistämiseen. Kuopion yliopiston julkaisuja E. Yhteiskuntatieteet 112. Väitöskirja. Kuopio. Kuopion yliopisto.

Opetushallitus. Aamu- ja iltapäivätoiminnan perusteet 2004.

Opetushallitus. Selitys lasten ja nuorten iltapäivätoiminnasta. Moniste 8/2002.

Oulun lääninhallitus. Sivistysosasto. Nuorisotoimi. Toteutunut iltapäiväkerhotoiminta Oulun läänissä vuonna 2004. Sähköposti Leena Lerssiltä. Tulostettu 11.10.2006.

Paunonen M. & Vehviläinen-Julkunen K. 1997. Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Juva: WSOY.

Peltosaari L., Raukola H. & Partanen R. 2002. Ravitsemustieto. Keuruu. Otava.

Perusopetuslaki 21.8.1998/628. [www.finlex.fi](http://www.finlex.fi). Luettu 4.1.2006.

Pulkkinen L. 2002. Mukavaa yhdessä. Sosiaalinen alkupääoma ja lapsen sosiaalinen kehitys. Jyväskylä. PS-kustannus.

Sauli H. 2002. Vanhempien työhön osallistuminen ja työajat. Viikkotyöaika lapsiperheissä. Teoksessa Bardy M., Heino T. & Salmi M. 2002. Mikä lapsiamme uhkaa? Suuntaviivoja 2000-luvun lapsipoliittiseen keskusteluun. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Stakes. Raportteja 263. Saarijärvi. Gummerus.

Salmi M. 2002. Työelämän vastuu vanhemmuudesta ja lapsuudesta. Teoksessa Bardy M., Heino T. & Salmi M. 2002. Mikä lapsiamme uhkaa? Suuntaviivoja 2000-luvun lapsipoliittiseen keskusteluun. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Stakes. Raportteja 263. Saarijärvi. Gummerus.

Satka, M. 2005. Lasten yhteiskunnallinen osallistuminen ja yhteisöllisyyteen kasvaminen. Artikkelisarjassa Tulva, T. toim. 2005. Lapsen kasvuympäristö ja sosiaaliset taidot. Saarijärvi. Opetus 2000.

Sauli, H. 2002. Vanhempien työhön osallistuminen ja työajat. Viikkotyöaika lapsiperheissä. Teoksessa Bardy, M., Heino T. & Salmi M. 2002. Mikä lapsiamme uhkaa? Suuntaviivoja 2000-luvun lapsipoliittiseen keskusteluun. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Stakes. Raportteja 263. Saarijärvi. Gummerus.

Sintonen S. Asiantuntijanäkökulmia mediakasvatuksen kehittämiseen. Julkaisussa Mediakasvatus 2005. Kansalliset kehittämistarpeet. Kotilainen S. & Sintonen S. (tekijät). Oikeusministeriön julkaisuja 2005:5. Oikeusministeriö. <http://www.om.fi/31548.htm>. Luettu 11.4.2007.

Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus. 2005:17. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset.

Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus/Kansanterveyden neuvottelukunta 2002–2007. <http://www.terveys2015.fi>. Luettu 5.10.2005

Suomu K., Erkama K. & Havu E. 2005. Koululaisten iltapäivätoiminnan opas. Helsinki. Mannerheimin lastensuojeluliitto.

Telama R., Silvennoinen M., Laakso L. & Kannas L. 1989. Kouluikäisten lasten liikuntaharrastus. Teoksessa Pyykkönen T., Telama R. & Juppi J. Liikkuvat lapset. Liikuntatieteellinen seura. Helsinki.

Tyrväinen H. 2005. Opetussuunnitelmasta oppitunniksi. Teoksessa Tyrväinen H. ja Kannas L. Virikkeitä terveytiedon opetukseen. Terveyden edistämisen tutkimuskeskus. Julkaisuja 3. Jyväskylän yliopisto.

Valtion ravitsemusneuvottelukunta. Suomalaiset ravitsemussuosituksien suositukset. 2002. Helsinki. Edita Publishing Oy.

Valtionvarainministeriö 2001. Kuule kansalaista -hankkeen loppuraportti. Valtionvarainministeriö. Hallinnon kehittämissosasto. Helsinki.

Varhaiskasvatustyöryhmän muistio. 1999:4.

Vertio H. 2003. Terveyden edistäminen. Jyväskylä. Tammi.

Välimaa R. Rintala T. 2006. Terveystieteistä pohdittua. Julkaisussa XI Kouluterveyspäivät 28.–29.8.2006 Jyväskylä Paviljonki. Tiivistelmät. Posterit. Stakes.

WHO 1997. Jakartan julistus.

WHO 1986. Ottawan asiakirja.

Yleissopimus lasten oikeuksista. Tulostettu 31.10.2006.

Kajaanin ammattikorkeakoulu <http://www.kajak.fi/neuvola/neuvola.htm>. Luettu 1.11.2006



## LIITTEIDEN LUETTELO

Sisällönanalyysi (1/1)-(1/4)

Lupahakemus (2/1)

Tutkimuslupahakemus (3/1)

Tutkimuslupa Hanna (4/1)-(4/2)

Tutkimuslupa Marja (5/1)-(5/2)

Toimeksiantosopimus (6/1)-(6/2)

## SUORA LAINAUS

## PELKISTETTY ILMAUS

”.. askartelua ja pelejä..”	a) askartelu b) pelit
”..jonkinlaiset seurapelit..”	c) seurapelit
”Liikuntaa!”	d) liikunta
”Kaikkea hyödyllistä asiaa, mitä tulee elämässä tarvitsemaan, esimerkiksi ensiaputaidot..”	e) hyödylliset taidot f) ensiapu
”..pelattas koripalloa, jalkapalloa, roikutaan naruilla..”	g) koripallo h) jalkapallo i) naruilla roikkuminen
”..leikittäis piilosta ja siellä tehtäs tommosia voimisteluhommia..”	j) piilonen k) voimistelu
”..temppuliikkeitä, pompittais trampoliinilla ja sitten kaikkia juoksuleikkejä..”	l) temppuliikkeet m) trampoliini n) juokseminen
”Askartelua ja piirtoa..”	o) askartelu p) piirtäminen
”..siellä olisi karkkia tarjolla ja leikittäisiin rullalautoilla..”	q) karkit r) rullalautailu
”..ohjaaja lukisi kirjaa ja kertoisi jännittäviä tarinoita..”	s) lukeminen t) tarinoiden kuuntelu
”..lähdettäis ulos ja hiihdetään ja luistellaan. Sitten tultais sisälle ja siellä olisi pizzaa..”	u) hiihtäminen v) luistelu w) pizza
”..lähdetään laskettelemaan ja uimaan..”	x) laskettelu y) uinti
”..pitäisi olla paljon sekä ulkona, että sisällä..”	z) olla ulkona å) olla sisällä
”..tehdä hiihtoretki..tai pulkkaretki..”	ä) hiihtoretki ö) pulkkaretki
”..Saisi joskus tuoda omat eväät..”	§) omat eväät
”..pitäisi myös olla enemmän.. kerhoon liittyjiä..”	%o) enemmän osallistujia

”Pitäisi joskus olla noita videonauhureita, ja joskus saisi tuoda &) videot  
omia lautapelejä tai filmejä.”

€) lautapelit  
£) filmit

”..voitais olla tietokonehuokassa..”

#) tietokone

## 3 PELKISTETTY ILMAUS

## ALAKATEGORIA

askartelu  
piirtäminen

askartelu ja piirtäminen

lautapelit  
pelit  
seurapelit

seurapelit

piilonen

piilonen

lukeminen  
tarinoiden kuuntelu

lukeminen ja tarinat

olla sisällä

sisällä oleminen

videot  
filmit  
tietokone

viihde-elektroniikka

liikunta

liikunta

koripallo  
jalkapallo  
juokseminen

pallo- ja juoksupelit

naruilla roikkuminen  
voimistelu  
tempputiikkeit  
trampoliini

välinevoimistelu

rullalautailu  
hiihtäminen  
luistelu  
laskettelu  
uinti  
hiihtoretki  
pulkkaretki

välineurheilu

olla ulkona

ulkona oleminen

hyödylliset taidot  
ensiapu

hyödylliset asiat

karkit  
pizza  
omat eväät

välipala

enemmän osallistujia

enemmän osallistujia

## ALAKATEGORIA

## YLÄKATEGORIA

askartelu ja piirtäminen  
seurapelit  
sisällä oleminen  
viihde-elektroniikka  
tarinat ja lukeminen  
piilonen

pelit ja leikit

hyödylliset asiat  
välipala  
ensiapu

hyödylliset asiat

välineurheilu  
välinevoimistelu  
pallo- ja juoksupelit  
liikunta  
ulkona oleminen

liikunta

enemmän osallistujia

ryhmäkoko

## Lupahakemus

Olemme kaksi Kajaanin ammattikorkeakoulun terveydenhoitajaopiskelijaa. Teemme opinnäytetyötä ammattikorkeakoulun Oppimisneuvolan ylläpitämiin iltapäiväkerhoihin liittyen. Opinnäytetyömme tavoitteena on selvittää lasten toiveita iltapäiväkerhojen toiminnaksi, sekä luoda niiden pohjalta terveyttä edistäviä kehittämis ehdotuksia kerhojen tulevaa toimintaa ajatellen.

Haastattelut tapahtuvat tammi- helmikuun aikana ja ne suoritetaan nimettöminä. Haastattelujen tuloksena saatu materiaali käsitellään luottamuksellisesti. Kenenkään haastateltavan lapsen henkilötiedot eivät tule esiin missään vaiheessa.

Pyydämme teitä allekirjoittamaan tämän anomuksen, mikäli annatte luvan haastatella lastanne ja käyttää haastattelun materiaalia opinnäytetyössämme.

Kiittäen

Terveydenhoitajaopiskelijat:

Hanna Mulari      Marja Manninen

Hanna Mulari

Marja Manninen

Toimeksiantaja :

Leena Lerssi

Leena Lerssi

Päivämäärä : \_\_\_\_\_

Lapseni nimi : \_\_\_\_\_

Huoltajan allekirjoitus : \_\_\_\_\_

Kajaanin ammattikorkeakoulu  
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala  
Ketunpolku 4  
87100 KAJAANI

TUTKIMUSLUPAHAKEMUS

15.2.2006

Rehtori Arto Karjalainen

Ketunpolku 5  
87100 KAJAANI

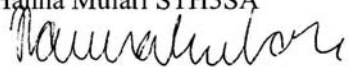
## TUTKIMUSLUPAHAKEMUS OPINNÄYTETYÖTÄ VARTEN

Olemme kaksi ammattikorkeakoulun sosiaali-, terveys- ja liikunta-alan opiskelijaa. Valmistumme terveydenhoitajiksi keväällä 2007. Opinnäytetyömme valmistuu syksyllä 2006. Anomme lupaa saada haastatella 3.-6. luokkaa käyviä lapsia, jotka osallistuvat Kajaanin ammattikorkeakoulun Oppimisneuvoston järjestämien iltapäiväkerhojen toimintaan. Toimeksiantajamme on Oppimisneuvola.

Suoritamme kevään harjoittelumme Oppimisneuvolassa ja ohjaamme tuolloin myös kyseisiä iltapäiväkerhoja. Ilmoitamme lapsille tutkimuksesta kerhojen yhteydessä. Haastattelut suoritamme helmi- maaliskuun aikana. Halukkaille annamme lupahakemuksen vanhemmille vietäväksi. Lupahakemuksesta käy ilmi tutkimuksen tarkoitus ja tavoite, sekä se, että tutkimus on luottamuksellinen ja kaikki tutkittavien tiedot, kuten nimi, ikä jne. käsitellään luottamuksellisesti.

Tutkimuksemme tarkoitus on selvittää lasten toiveita iltapäiväkerhojen toimintaa ajatellen. Tavoitteena on luoda näiden haastattelujen pohjalta Oppimisneuvolalle iltapäiväkerhojen toiminnan kehittämis ehdotuksia, joissa painottuisi terveyden edistämisen näkökulma. Tutkimusotteemme on laadullinen ja haastattelut suoritamme sadutus –menetelmää hyväksikäyttäen yksilöhaastatteluina.

Hanna Mulari STH3SA



Marja Manninen STH3SA





**KAJAANIN KAUPUNKI**  
Kajaanin ammattikorkeakoulu

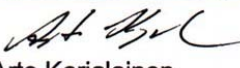
**VIRANHALTIJAPÄÄTÖS**  
Muu päätös

Sivu  
1

Viranhaltija ja virka-asema  
Ammattikorkeakoulun rehtori

Päivämäärä / §  
20.02.2006/ § 4

Liitteitä:

Asia	<b>Tutkimusluvan myöntäminen opinnäytetyön tekemistä varten</b>
Päätös ja sen perustelut	<p>Kajaanin ammattikorkeakoulun sosiaali-, terveyst- ja liikunta-alan opiskelijat Hanna Mulari STH3SA ja Marja Manninen STH3SA pyytävät 15.2.06 päivätyllä hakemuksellaan lupaa suorittaa haastattelututkimus Kajaanin ammattikorkeakoulun Oppimisneuvolan iltapäiväkerhojen toimintaan osallistuville 3. - 6.luokkaa käyville lapsille. Haastateltavien vanhemmilta pyydetään lupa haastatteluun. Tutkimus suoritetaan opinnäytetyönä, jonka toimeksiantajana on Oppimisneuvola. Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää lasten toivomuksia iltapäiväkerhojen toimintaa varten. Haastattelut suoritetaan helmi-maaliskuun aikana yksilöhaastatteluina.</p> <p><u>Rehtorin päätös:</u> Myönnän opiskelija Hanna Mularille ja Marja Manniselle luvan suorittaa opinnäytetyönä haastattelututkimus Kajaanin ammattikorkeakoulun Oppimisneuvolan iltapäiväkerhojen toimintaan osallistuville lapsille. Haastateltavien vanhemmilta tulee pyytää lupa haastatteluun.</p> <p><u>Päätöksen perustelu:</u> Henkilötietolaki 523/1999, 8.1; L viranomaisen toiminnan julkisuudesta 621/1999, 16 §.</p> <p><u>Lisätiedot:</u> Oppimisneuvolan terveydenhoitaja Niina Turpeinen, puh. (08) 6189 9209 tai 044 7101 647 sähköposti: etunimi.sukunimi@kajak.fi</p>
Päätöksenteko-oikeus	Kajaanin ammattikorkeakoulu -liikelaitoksen johtosääntö 7 §
Allekirjoitus	 <b>Rehtori Arto Karjalainen</b>
Päätös yleisesti nähtävillä	Paikka ja aika Kajaanin ammattikorkeakoulun toimistossa maanantaisin klo 10.00 - 12.00, Ketunpolku 3, 87100 Kajaani
Oikaisuvaatimusohje	Päätökseen tyytymätön voi tehdä kirjallisen oikaisuvaatimuksen. Oikaisuvaatimuksen voi tehdä se, johon päätös on kohdistettu tai jonka oikeuteen, velvollisuuteen tai etuuteen päätös välittömästi vaikuttaa (asianosainen) sekä kunnan jäsen
Oikaisuvaatimusviranomainen	Viranomainen, jolle oikaisuvaatimus tehdään ja postiosoite Kajaanin kaupunginhallitus, Pohjolankatu 13, 87100 KAJAANI, e-mail: kajaani@kajaani.fi
Oikaisuvaatimusaika ja sen alkaminen	Oikaisuvaatimus on tehtävä 14 päivän kuluessa päätöksen tiedoksisaannista. Kunnan jäsenten katsotaan saaneen päätöksestä tiedon kun pöytäkirja on asetettu yleisesti nähtäväksi. Asianosaisen katsotaan saaneen päätöksestä tiedon, jollei muuta näytetä, seitsemän päivän kuluttua kirjeen lähettämisestä, saantitodistuksen osoittamana aikana tai erilliseen tiedoksisaantitodistukseen merkittynä aikana.
Oikaisuvaatimuksen sisältö ja toimittaminen	Oikaisuvaatimuksesta on käytävä ilmi vaatimus perusteluineen ja se on tekijän allekirjoitettava. Oikaisuvaatimus on toimitettava oikaisuvaatimusviranomaiselle ennen oikaisuvaatimusajan päättymistä.
Muutoksenhaku	Valituskielto ja sen peruste
	<input type="checkbox"/> Erillinen muutoksenhakuohje
Tiedoksianto asianosaiselle	Asianosainen <b>Hanna Mulari, Marja Manninen</b>
	Miten





**KAJAANIN KAUPUNKI**  
Kajaanin ammattikorkeakoulu

**VIRANHALTIJAPÄÄTÖS**  
Muu päätös

Sivu  
2

Viranhaltija ja virka-asema  
Ammattikorkeakoulun rehtori

Päivämäärä / §  
20.02.2006/ § 4

<input type="checkbox"/>	Lähetetty postitse	<input type="checkbox"/>	Luovutettu	<input checked="" type="checkbox"/>	Muulla tavalla, miten?	sisäinen posti
					20.2.06	
	Tiedoksiantajan allekirjoitus ja virka-asema				Vastaanottajan allekirjoitus	
	<i>Miina Turpeinen, Eija Heikkinen, Merja Mäkinen</i>					
Sisäinen jakelu	Miina Turpeinen, Eija Heikkinen, Merja Mäkinen					



**KAJAANIN KAUPUNKI**  
Kajaanin ammattikorkeakoulu

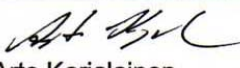
**VIRANHALTIJAPÄÄTÖS**  
Muu päätös

Sivu  
1

Viranhaltija ja virka-asema  
Ammattikorkeakoulun rehtori

Päivämäärä / §  
20.02.2006/ § 4

Liitteitä:

Asia	<b>Tutkimusluvan myöntäminen opinnäytetyön tekemistä varten</b>
Päätös ja sen perustelut	<p>Kajaanin ammattikorkeakoulun sosiaali-, terveys- ja liikunta-alan opiskelijat Hanna Mulari STH3SA ja Marja Manninen STH3SA pyytävät 15.2.06 päivätyllä hakemuksellaan lupaa suorittaa haastattelututkimus Kajaanin ammattikorkeakoulun Oppimisneuvolan iltapäiväkerhojen toimintaan osallistuville 3. - 6.luokkaa käyville lapsille. Haastateltavien vanhemmilta pyydetään lupa haastatteluun. Tutkimus suoritetaan opinnäytetyönä, jonka toimeksiantajana on Oppimisneuvola. Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää lasten toivomuksia iltapäiväkerhojen toimintaa varten. Haastattelut suoritetaan helmi-maaliskuun aikana yksilöhaastatteluina.</p> <p><u>Rehtorin päätös:</u> Myönnän opiskelija Hanna Mularille ja Marja Manniselle luvan suorittaa opinnäytetyönä haastattelututkimus Kajaanin ammattikorkeakoulun Oppimisneuvolan iltapäiväkerhojen toimintaan osallistuville lapsille. Haastateltavien vanhemmilta tulee pyytää lupa haastatteluun.</p> <p><u>Päätöksen perustelu:</u> Henkilötietolaki 523/1999, 8.1; L viranomaisen toiminnan julkisuudesta 621/1999, 16 §.</p> <p><u>Lisätiedot:</u> Oppimisneuvolan terveydenhoitaja Niina Turpeinen, puh. (08) 6189 9209 tai 044 7101 647 sähköposti: etunimi.sukunimi@kajak.fi</p>
Päätöksenteko-oikeus	Kajaanin ammattikorkeakoulu -liikelaitoksen johtosääntö 7 §
Allekirjoitus	 Rehtori Arto Karjalainen
Päätös yleisesti nähtävillä	Paikka ja aika Kajaanin ammattikorkeakoulun toimistossa maanantaisin klo 10.00 - 12.00, Ketunpolku 3, 87100 Kajaani
Oikaisuvaatimusohje	Päätökseen tyytymätön voi tehdä kirjallisen oikaisuvaatimuksen. Oikaisuvaatimuksen voi tehdä se, johon päätös on kohdistettu tai jonka oikeuteen, velvollisuuteen tai etuuteen päätös välittömästi vaikuttaa (asianosainen) sekä kunnan jäsen
Oikaisuvaatimusviranomainen	Viranomainen, jolle oikaisuvaatimus tehdään ja postiosoite Kajaanin kaupunginhallitus, Pohjolankatu 13, 87100 KAJAANI, e-mail: kajaani@kajaani.fi
Oikaisuvaatimusaika ja sen alkaminen	Oikaisuvaatimus on tehtävä 14 päivän kuluessa päätöksen tiedoksisaannista. Kunnan jäsenten katsotaan saaneen päätöksestä tiedon kun pöytäkirja on asetettu yleisesti nähtäväksi. Asianosaisen katsotaan saaneen päätöksestä tiedon, jollei muuta näytetä, seitsemän päivän kuluttua kirjeen lähettämisestä, saantitodistuksen osoittamana aikana tai erilliseen tiedoksisaantitodistukseen merkittynä aikana.
Oikaisuvaatimuksen sisältö ja toimittaminen	Oikaisuvaatimuksesta on käytävä ilmi vaatimus perusteluineen ja se on tekijän allekirjoitettava. Oikaisuvaatimus on toimitettava oikaisuvaatimusviranomaiselle ennen oikaisuvaatimusajan päättymistä.
Muutoksenhaku	Valituskielto ja sen peruste
	<input type="checkbox"/> Erillinen muutoksenhakuohje
Tiedoksianto asianosaiselle	Asianosainen Hanna Mulari, Marja Manninen Miten



**KAJAANIN KAUPUNKI**  
Kajaanin ammattikorkeakoulu

**VIRANHALTIJAPÄÄTÖS**  
Muu päätös

Sivu  
2

Viranhaltija ja virka-asema  
Ammattikorkeakoulun rehtori

Päivämäärä / §  
20.02.2006/ § 4

<input type="checkbox"/>	Lähetetty postitse	<input type="checkbox"/>	Luovutettu	<input checked="" type="checkbox"/>	Muulla tavalla, miten?	sisäinen posti
					20.02.06	
	Tiedoksiantajan allekirjoitus ja virka-asema				Vastaanottajan allekirjoitus	
	<i>Miina Turpeinen, Eija Heikkinen, Merja Mäkinen</i>					
Sisäinen jakelu	Miina Turpeinen, Eija Heikkinen, Merja Mäkinen					



**TOIMEKSIANTOSOPIMUS  
OPINNÄYTETYÖT  
MUUT OPPIMISPROJEKTIT**

Päiväys  
31.2007

**TOIMEKSIANTOSOPIMUS OPISKELIJATYÖNÄ TEHTÄVISTÄ OPINNÄYTETÖISTÄ JA  
MUISTA OPPIMISPROJEKTEISTA**

**TOIMEKSIANTAJAN TIEDOT**

Toimeksiantaja	<u>Kajaanin AMK:n oppimisneuvola / Leena Kersä</u>
Osoite ja puhelinnumero	_____
Työn ohjaaja toimeksiantajan puolelta	<u>Leena Kersä</u>

**TOIMEKSIANNON KUVAUS**

Toimeksiannon kuvaus (mahdollinen liite, projek- tikuvaus yms)	<u>Opinnäytetyö: Itäpääntien kehittäminen kirkon</u>
Aikataulu	<u>syysy 2007 - kevät 2007</u>
Kustannusarvio ja kustan- nusvastuu	_____
Lopputuotoksen muoto	<u>Opinnäytetyö</u>

**TOIMEKSIANNON TEKIJÄT KAJAANIN AMMATTIKORKEAKOULUSSA**

Toimeksiannon tekijät ja yhteystiedot (opiskelijat)	<u>Marja Kunninen ja Hanna Kuluri</u>
Toimeksiannon ohjaaja Kajaanin amk:ssa	<u>Leena Kersä</u>
Työstä tehdään	<input checked="" type="checkbox"/> opinnäytetyö <input type="checkbox"/> muu, mikä

Marja Kunninen / Hanna Kuluri  
Tekijöiden allekirjoitukset

Leena Kersä  
Toimeksiantajan allekirjoitus

**HYVINVOINTI**  
Sairaanhoidtajakoulutus  
Terveydenhoitajakoulutus  
PL 52, (Ketunpolku 4)  
87101 Kajaani  
Puh. (08) 6189 9612  
Faksi (08) 6189 9620

**PALVELUT**  
Restonomikoulutus  
PL 52, (Ketunpolku 3)  
87101 Kajaani  
Puh. (08) 6189 9610  
Faksi (08) 6189 9620

**PALVELUT**  
Tradenomikoulutus  
PL 52, (Kuntokatu 5)  
87101 Kajaani  
Puh. (08) 6189 9454  
Faksi (08) 6189 9424

**TEKNOLOGIA**  
Insinöörikoulutus  
PL 52, (Kuntokatu 5)  
87101 Kajaani  
Puh. (08) 6189 9611  
Faksi (08) 6189 9620

KAJAANIN AMMATTIKORKEAKOULU

TOIMEKSIANTOSOPIMUS  
OPINNÄYTETYÖT  
MUUT OPPIMISPROJEKTIT

2

## TOIMEKSIANNON KUVAUS

<b>Tavoitteet</b> Toimeksiantajan kannalta	
Opiskelijoiden oppimisen kannalta	Paras aikaa sekä ihille, että AMK:n oppimisneuvostolle hyödyntäen ja helposti toteutettava opinnäytetyö
<b>Keskeiset tuotokset</b> (raportit, suunnitelmat, tuotokset, esitteet, tietokoneohjelmat, tilaisuudet yms.)	Kehittämishankkeet itäparhaiksi
<b>Sovitut kokoukset ja raportoinnit</b>	Ohjauksen neuvottelut Opinnäytetyön esitys 28.2.07
<b>Projektin resurssit</b> 1. Toimeksiantaja	
2. Opiskelijat	
3. Ammattikorkeakoulun ohjausresurssit	
<b>Kustannusarvio ja kustannusvastuu</b> Materiaalit Laittekustannukset Opiskelijoiden palkkiot Ohjaavan opettajan palkkiot Matkakustannukset Muut	Arvio
	Vastuu
<b>Muuta</b> Luottamuksellisuus Tekijänoikeudet Laskutus	

Sopimuksessa noudatetaan Kajaanin ammattikorkeakoulun vakioehtoja opiskelijatyönä tehtävistä toimeksiannoista.

**HYVINVOINTI**  
Sairaanhoitajakoulutus  
Terveydenhoitajakoulutus  
PL 52, (Ketunpolku 4)  
87101 Kajaani  
Puh. (08) 6189 9612  
Faksi (08) 6189 9620

**PALVELUT**  
Restonomikoulutus  
PL 52, (Ketunpolku 3)  
87101 Kajaani  
Puh. (08) 6189 9610  
Faksi (08) 6189 9620

**PALVELUT**  
Tradenomikoulutus  
PL 52, (Kuntokatu 5)  
87101 Kajaani  
Puh. (08) 6189 9454  
Faksi (08) 6189 9424

**TEKNOLOGIA**  
Insinöörinkoulutus  
PL 52, (Kuntokatu 5)  
87101 Kajaani  
Puh. (08) 6189 9611  
Faksi (08) 6189 9620