

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU
Hoitotyön koulutusohjelma / Terveystenhoitaja AMK

Anni Peri – Pia Saarelma

”KUKA MINÄ OLEN JA MITÄ MINUSSA TAPAHTUU?” – RAUHALAN KOU-
LUN 6.-LUOKKALAISTEN TYTTÖJEN JA POIKIEN TIETÄMYS KEHON FYY-
SISISTÄ, PSYKKISISTÄ JA EMOTIONAALISISTA MUUTOKSISTA

Opinnäytetyö 2010

TIIVISTELMÄ

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Hoitotyön koulutusohjelma, Terveystieteiden AMK

PERI, ANNI

SAARELMA, PIA

”Kuka minä olen ja mitä minussa tapahtuu?” – Rauhalan koulun 6.-luokkalaisten tyttöjen ja poikien tietämys kehon fyysisistä, psyykkisistä ja emotionaalisista muutoksista

Opinnäytetyö

40 sivua + 4 liitesivua

Työn ohjaaja

THM Koho Sinikka, THM Korpivaara Liisa

Toimeksiantaja

Kotkan Rauhalan koulun ala-aste

Huhtikuu 2010

Avainsanat

murrosikä, tunne-elämän kehitys, fyysinen kehitys, psyykinen kehitys, vastuuntunto

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää Rauhalan koulun 6.-luokkalaisten tyttöjen sekä poikien tietämys oman kehon fyysisistä, psyykkisistä sekä emotionaalisista muutoksista murrosiässä. Työssä tutkittiin myös kykyä tunnistaa erilaisia tunteita sekä itsessä että toisissa. Lisäksi työssä kartoitettiin nuorten kykyä ymmärtää vastuullisuus heidän iässään.

Tutkimus on kvalitatiivinen, ja aineiston keräämiseen käytettiin eläytymismenetelmää, ryhmäkeskustelua ja havainnointia. Aineistoa analysoitiin laadullisella sisällönanalyysillä. Tutkimus on myös pieneltä osin kvantitatiivinen. Aineisto kerättiin kolmena eri kertana syksyn 2009 aikana. Kohderyhmänä toimi Rauhalan ala-asteen kahden kuuden luokan oppilaat (N=45).

Oppilaat tiesivät kehossa tapahtuvista fyysisistä muutoksista eniten. Tyttöjen ja poikien tietomäärä aiheesta oli lähes samantasoista. Vastuullisuus oli oppilaille tuttu käsite, ja he ymmärsivät eri tekijöiden vaikuttavan omaan terveyteen sekä elämään. Tunteiden käsittely ja tunnistaminen oli oppilaille haastavaa. Hyvin abstraktit tunteet oli vaikea ymmärtää ja havaita itsessä sekä toisten käyttäytymisessä.

Ala-koulun terveystieteiden sisällössä tulisi painottaa erityisesti murrosiän psyykkisiä ja emotionaalisia muutoksia. Myös kouluterveydenhoitaja voisi terveystarkastusten yhteydessä ottaa huomioon näitä samoja aiheita.

ABSTRACT

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

University of Applied Sciences

Health Care

PERI, ANNI

SAARELMA, PIA

“Who am I and what is happening in me?” – Rauhala School’s 6th Graders’ Knowledge about Physical, Emotional and Psychological Changes

Bachelor’s Thesis

40 pages + 4 pages of appendices

Supervisors

Sinikka Koho, MSc, and Liisa Korpivaara, MSc

Commissioned by

Rauhala School at Kotka

April 2010

Keywords

puberty, emotional life, psychological changes, physical changes, sense of responsibility

The purpose of this Bachelor’s thesis was to determine what sixth graders know about physical, emotional and psychological changes in puberty. Another purpose was to find out how they recognize emotions in themselves and other people and how students understand responsibility in their age.

This Bachelor’s thesis is a qualitative one and three different methods were used to gather the material. A small part of this research is quantitative. The material was analyzed by qualitative content analysis. The material was collected in fall 2009. The target group was 6th graders in Rauhala School (N=45).

The pupils had the best knowledge in physical changes. The girls and the boys had equal knowledge. Sense of responsibility was a familiar concept for them and they understood its connection with health. Especially abstract emotions were hard to deal and recognize.

Health education in elementary school should emphasize in particular the contents of puberty, psychological and emotional changes. The school nurse could deal with these same things in the health examinations.

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	6
2	NUORUUSIKÄ	7
	2.1 Murrosikä	7
	2.1.1 Fyysinen kehitys tytöstä naiseksi	7
	2.1.2 Fyysinen kehitys pojasta mieheksi	9
	2.1.3 Seksuaalisuus murrosiässä	10
	2.1.4 Psyykinen kehitys murrosiässä	12
	2.1.5 Sosiaalinen kehitys murrosiässä	14
3	TERVEYSTIEDON OPETUS PERUSKOULUN ALALUOKILLA	15
4	TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN	16
	4.1 Tutkimustehtävät	16
	4.2 Tutkimusmenetelmä	17
	4.2.1 Eläytymismenetelmä	17
	4.2.2 Ryhmäkeskustelu	18
	4.2.3 Havainnointi	19
	4.3 Tutkimuksen kohderyhmä ja aineistonkeruu	20
	4.3.1 Teemana oma keho	20
	4.3.2 Teemana vastuullinen minä	20
	4.3.3 Teemana oma mieli	21
	4.4 Tutkimusaineiston analysointi	21
	4.5 Tutkimuksen luotettavuus	23
	4.5.1 Piirustustehtävän luotettavuus	25
	4.5.2 Tarinankirjoittamistehtävän luotettavuus	26
	4.5.3 Tunnetehtävän luotettavuus	26
5	TULOKSET	27
	5.1 Fyysiset muutokset tytöissä	27

5.2	Fyysiset muutokset pojissa	29
5.3	Vastuullisuus murrosiässä	32
5.4	Psyykkiset ja emotionaaliset muutokset	32
6	POHDINTA	35
7	JATKOSUUNNITELMAT	37
	LÄHTEET	38
	LIITTEET	
	Liite 1.	
	Liite 2.	
	Liite 3.	
	Liite 4.	

1 JOHDANTO

Media on tuonut esille huolen murrosikäisten lasten psyykkisestä hyvinvoinnista samaan aikaan, kun on uutisoitu yhä vähenevistä kouluterveydenhoitajien toimista kunnissa. Samalla kun opetusvastuu terveystiedon asioista on siirretty terveydenhoitajilta luokanopettajille, on opetus kohdistunut yhä enemmän fyysisten muutosten tarkasteleluun. Murrosikäisen emotionaaliset ja psyykkiset muutokset jäävät usein hyvin vähälle huomiolle. Terveyskasvatuksen tavoitteena on, että jokainen oppilas ymmärtäisi terveyden merkityksen elämässään, omaksuisi terveyttä edistävät elämäntavat sekä tietäisi vastuun itsensä ja ympäristönsä terveydestä (Terho 2002, 21).

Vaikka media tuo esiin huolen nuorista, se luo samalla suuria haasteita opetus- ja kasvatustyölle. Lasten ja nuorten medialukutaito on puutteellista, mikä omalta osaltaan vaikeuttaa todellisuuden ja fantasian erottamista. Median kautta tulevat mielikuvat ja asenteet nyky-yhteiskunnasta saattavat vääristää todellisuutta ja altistaa lasta liian varhaiselle itsenäistymiselle. (Kangas 2008.)

Kiinnostuksemme lasten ja nuorten kanssa työskentelystä vaikutti suuresti aiheemme valintaan. Murrosikäisten haavoittuvuus ja tämän elämänvaiheen tärkeys lisäsi haluamme kohdentaa tutkimuksemme varhaisnuoriin. Tutkimuksen rajaus oli haastavaa, mutta koimme tärkeäksi tarkastella murrosiän ilmiötä eri suunnilta, erilaisia menetelmiä käyttäen. Näiden pohjalta tutkimuksen tavoitteeksi täsmentyi selvittää Rauhalan koulun 6.-luokkalaisten tietämystä heidän kehossaan tapahtuvista fyysisistä, psyykkisistä sekä emotionaalisista muutoksista murrosiässä. Näiden tutkimustehtävien lisäksi halusimme tietoa myös, miten nuoret ymmärtävät vastuullisuuden omassa iässään.

Opinnäytetyömme hankkeistajana toimii Kotkan kaupungin Rauhalan ala-aste. Yhteyshenkilönä toimivat koulun 6. luokkien opettajat.

2 NUORUUSIKÄ

Nuoruusikä on nuoren psyykkistä kasvua aikuiseksi. Nuoruusiäksi lasketaan ikävuodet 12 – 22. Hormonitoiminnan lisääntyminen ja nuoren fyysinen kasvu murrosiässä muuttavat psyykkistä tasapainoa. Moni nuori saattaa hämmentyä omassa kehossaan tapahtuvista muutoksista. Ulospäin hän saattaa esittää rohkeaa ja itsevarmaa, mutta sisällä kuohuu epävarmuus itsestä sekä tulevasta. Nuoruusikä on psykologista sopeutumista sekä sisäisiin että ulkoisiin muutoksiin. Näin suuret muutokset nuoren elämässä vaativat minä-kuvan uudelleen määrittelyä. Uuden identiteetin löytäminen vaatii nuorelta irrottautumisen lapsuudesta. Nuoruusikä on ainutlaatuinen mahdollisuus parantaa tulevaa elämänlaatua, sillä silloin rakennetaan perustukset aikuisuutta varten. (Aalberg 1999, 15; Vuorinen 1997, 203.)

2.1 Murrosikä

Murrosikä kuuluu nuoruusiän alkuvaiheeseen. Nuoruusiäksi sanotaan psyykkisen kasvun aikaa, joka sijoittuu ikävuosiin 12 – 22. Murrosikä eli puberteetti kestää 2 – 5 vuotta. Sen aikana lapsesta kasvaa fyysisesti aikuinen. Lisäksi sekä sukupuolinen että seksuaalinen kypsyminen alkaa puberteetin aikana. (Aalberg 1999, 15.)

2.1.1 Fyysinen kehitys tytöstä naiseksi

Tytöillä murrosiän fyysisten muutosten alkaminen on hyvin yksilöllistä. Nuorimmat saattavat olla jopa 8-vuotiaita, kun toisilla muutokset alkavat vasta 13-vuotiaana. (Väestöliitto.) Murrosikäkehitys kestää tytöillä noin 3,5 – 4,0 vuotta (Aalberg 1999, 44). Ensimmäinen merkki murrosiän alkamisesta on rintojen kasvaminen ja aristus (Väestöliitto). Aluksi kasvu johtuu rasvakudoksen lisääntymisestä ja myöhemmin maitotiehyiden ja lopulta rauhasrakkuloiden kehittymisestä (Bjälle 2005, 430). Rintojen kasvu, koko ja muoto vaihtelevat yksilöllisesti (Aalberg 1999, 43).

Murrosiän edetessä karvoitus lisääntyy kainaloissa ja sukupuolielinten ympärillä. Karvoituksen väritys ja määrä on hyvin yksilöllistä. Karvoituksen tarkoituksena on suojella ihoa haitallisilta bakteereilta ja hankaumilta, erityisesti sukupuolielinten ympärillä. (Nuoret: tytön kehittyminen ja keho, Cacciatore 2007, 241.)

Murrosiän aikana myös lantion muoto muuttuu pyöreämmäksi ja leveämmäksi. Reisiin ja pakaroihin kertyy enemmän rasvakudosta. Lantion alue kehittyy sellaiseksi, että lapsen synnyttäminen on mahdollista. Toisinaan tytöillä on tässä vaiheessa vaikeuksia hyväksyä uutta kehoaan, koska rasvakudosta kertyy usein nopeassa tahdissa. (Nuoret: tytön kehittyminen ja keho.)

Tytöillä murrosiän kehitys ja pituuskasvu etenevät samanaikaisesti, eli murrosiän päätyttyä tytöt eivät enää kasva pituutta, toisin kuin pojat. Pituuskasvu alkaa tytöillä keskimäärin 12-vuotiaana. Ennen tätä se on hyvin vähäistä. Pituuskasvun aikana kasvaminen on keskimäärin 0,8 cm kuukaudessa, eli 8 – 10 cm vuodessa. (Nuoret: tytön kehittyminen ja keho.)

Kuukautisten alkaminen suomalaisilla tytöillä on hyvin yksilöllistä ja ajoittuu usein ikävuosiin 11 – 15. Myös niiden kesto ja laatu vaihtelevat hyvin paljon. Kuukautiset ovat aluksi hyvin epäsäännöllisiä, ja vuodot saattavat olla pitkiä ja runsaita. Tämä johtuu siitä, että kierrot ovat usein anovulatorisia, eli munasolu ei vielä irtoa munasarjoista, sillä hormonitoiminta on vielä epäkypsää. Aluksi kuukautiset saattavat tulla 2 – 3 tai jopa useamman kuukauden välein. Tämä on normaalia, eikä siihen tule puuttua hormonihoidoilla. (Aalberg 1999, 50.)

Normaaliksi kuukautisvuodoksi lasketaan parin päivän pienet tai jopa viikon kestävät runsaat vuodot. Jos kuukautiset toistuvasti kestävät muutaman viikon ja vuodot ovat runsaita tai tyttö kokee kuukautisensa liian kivuliaiksi, tulee kääntyä lääkärin puoleen. Erityisesti jos vuodot ovat hyvin runsaita, raudanpuuteanemia saattaa uhata, jolloin on hyvä harkita hormonaalista hoitoa kuukautisten hallitsemiseksi. Kuukautiskierto on kuukautisten alkamispäivästä seuraavien kuukautisten alkamispäivään, ja se vaihtelee yksilöllisesti 21 vuorokaudesta jopa 6 viikkoon. Keskimääräinen kuukautiskierron pituus on 28 vuorokautta. (Aalberg 1999, 50 – 51.)

Kuukautisiin valmistautuminen on tytöille hyvin tärkeää. Useimmiten kuukautisia osataan odottaa, ja vaikka vuoto tuleekin yllättäen, ovat merkit olleet ilmassa jo jonkin aikaa. Murrosikä on jo alkanut, rinnat ovat kehittyneet, karvoitus lisääntynyt sekä emättimen erityis lisääntynyt. Äidin esimerkki tytöille on erityisen tärkeää. Jos äiti kokee kuukautisensa riippakiveksi, saattaa tytärkin kokea, että kuukautiset ovat tapahtuma, josta joutuu kärsimään seuraavat vuosikymmenet. Mutta jos äiti on ylpeä naiseudestaan, vahvistaa se tyttären itsetuntoa ja luottamusta omaan kehoonsa ja tunte-

muksiinsa naiseudesta. Jos tytöllä ei ole äitiä, voi luottohenkilönä toimia esimerkiksi koulutoveri tai parhaimman ystävän äiti. (Aalberg 1999, 49.)

2.1.2 Fyysinen kehitys pojasta mieheksi

Poikien murrosiän kehitys alkaa usein noin kaksi vuotta myöhemmin kuin tyttöjen (Pojissa tapahtuvat muutokset). Murrosiän alkaminen ajoittuu keskimäärin 12. ikävuoteen, eli 6. luokalle. Hyvin varhain ilmestyneissä murrosiän merkeissä on otettava huomioon jonkin sairauden mahdollisuus, sillä pojan hormonijärjestelmälle aikaiset muutokset eivät ole tyypillisiä. Pojan vartalossa ensimmäiset murrosiän tuomat muutokset ovat kivesten koon muuttuminen. Kivespussin väri muuttuu punertavammaksi ja myöhemmin tummemmaksi, ja kivespussien iho ohenee. Kivesten koko on ensimmäisten 11 elinvuoden ajan muuttumaton ja pituudeltaan kivekset ovat noin 10 – 12 mm. (Aalberg 1999, 35 – 36)

Pojan lähestyessä 12. ikävuotta niiden kasvu kiihtyy ja kivekset voivat kasvaa puolessa vuodessa jopa 2,0 cm. Pojan murrosiän kehityksen alkamiselle tämä 2,0 cm:n kasvu on merkittävä. Kivesten kasvu aikuisen mittoihin voi joillakin pojilla tapahtua jo 12,5 vuoden iässä, kun taas hitaammin kehittyvillä pojilla kasvu on aluillaan vasta noin 14,5 vuoden ikäisenä. Keskimäärin kivekset ovat 5,0 cm kokoiset. Siittiöiden muodostumisen on arvioitu alkavan kehittyä 13,5 – 14,5 vuoden ikäisenä. (Aalberg 1999, 35 – 38.)

Pojan kehitys murrosiässä noudattaa miltei poikkeuksetta tiettyä järjestystä. Kivesten kasvua seuraa karvoituksen ilmestyminen sukupuolielinten ympärille ja myös muualle vartaloon. Kainalokarvoitus ja suun ympärille kasvavat viikset sekä parta ovat hyvin erilaisia ja yksilöllisiä. (Pojissa tapahtuvat muutokset.) Karvoituksen määrällä on paljon perimän vaikutusta. Myös androgeenien ja kasvuhormonien määrällä on merkityksensä. Samanaikaisesti karvoituksen lisääntyessä penis alkaa kasvaa. Kasvun alkaessa kivekset ovat pituudeltaan noin 25 – 30 mm. Peniksen kasvu kestää vain 2,5 – 3 vuotta, ja se ehtii saavuttaa lopullisen mittansa ennen karvoituksen lopullista kehittymistä eikä kasva enää murrosiän puolivälin jälkeen. Tästä syystä penis voi vaikuttaa suhteellisen suurelta ja hämmentää varhain kehittyvän pojan ajatuksia. (Aalberg 1999, 38 – 41.)

Keskimäärin 13,5 vuoden iässä pojan hien erityis lisääntyy ja samalla hien haju väkevoityy. Hormonitoiminnan muutoksesta myös rinnat saattavat turvota ja aristaa. Ihon rasvoittuminen lisääntyy, ihon puhdistaminen hankaloituu ja iholle ilmestyy helpommin aknea. Lisäksi pojan ääni muuttuu matalammaksi kasvavien äänihuulten ja kurkunpään terävöitymisen takia. Äänenmurros alkaa usein hyvin yllättäen yöllä. (Siimes.) Äänenmurroksen aikana pojan ääni voi vaihdella hyvinkin korkeasta aivan matalaan (Pojissa tapahtuvat muutokset). Kaikkien näiden muutosten lisäksi poika alkaa saada spontaaneja erektioita sekä siemensyöksyjä ja kokea siemensyöksyyn päättyvää masturbaation tarvetta. Spontaaneita erektioita ei aina selitä jokin kiihottava tekijä, vaan jo pelkästään lämpötilan muutos, pelko ja jännitys sekä yllättävät tilanteet, kuten kova ääni, voivat laukaista erektion. Siemensyöksyt alkavat yöllä ja saavat nuoren yllättymään. Siemensyöksyjen ilmestyminen on merkki sukukypsyydestä. Se on usein samanaikaisesti sekä hävettävä että juhlistettava asia pojalle. (Aalberg 1999, 36, 38, 41; Koistinen 2009, 81; Siimes.)

Pojan lähestyessä 14. ikävuotta pituuskasvu on nopeimmillaan. Juuri ennen murrosikää pojan kasvu on hitaimmillaan, ja tästä syystä pojat ovat silloin usein pienempiä kuin tytöt. (Siimes.) Pojan raajat kasvavat kovasti, ja vuodessa poika on saattanut saada reilut 10 cm lisää pituutta. Myös hartioiden muoto levenee, kasvon piirteet muuttuvat jyrkimmiksi ja nenä kasvaa. (Aalberg 1999, 41.)

2.1.3 Seksuaalisuus murrosiässä

Seksuaalisuus ei tarkoita pelkkää seksiä ja mielihyvää. Seksuaalisuus voidaan jakaa kolmeen tasoon: ajattelun, tunteen ja biologian tasoon. Näitä tasoja ei voi erottaa toisistaan, vaan ne yhdessä muodostavat kokonaisuuden ihmisessä. Seksuaalisuus liittyy itsetuntoon ja itsensä hyväksi kokemiseen. Se on voimavara, jota ihminen voi toteuttaa yksin tai yhdessä. (Cacciatore 2007, 178.)

Ihminen kehittyy seksuaalisesti tiettyjen vaiheiden kautta. Näitä kehitysvaiheita voidaan pitää portaina, joissa on yhdeksän askelmaa. Murrosiässä nuori käy useimmiten läpi portaat 2 – 8. Jokainen ei välttämättä käy portaita läpi järjestyksessä vaan pomp-pien portaalta toiselle, joskus jopa palaten takaisin jo käytyyn portaaseen tai tipahtaen portaalta, näin oppien omista virheistään. Tärkeää nuoren seksuaalisessa kehityksessä on, että jokainen porras tulee käytyä läpi ja asiat opitaan. Ei ole turvallista hypätä portaalta yksi suoraan portaalle yhdeksän. (Seksuaalisuuden portaat.)

Seksuaalisuuden portaat:

Lapsuuden uteliaisuus

1. Äiti/ isä – nainen/mies Itsetunto ja yksityisyys

Murrosiän herkistyminen

- | | |
|------------------------|--|
| 2. Idolirakkaus | Haaveilu, ihastumisen ja rakastumisen tunteet |
| 3. Tuttu salattu | Lähellä olevaan ihastuminen |
| 4. Kaverille kerrottu | Luottamus ja uskallus kertoa tunteista |
| 5. Tykkään susta | Tunteiden ilmaisu kohteelle |
| 6. Käsi kädessä | Seurustelun pelisäännöt
Nautintoa itsetyydytyksestä |
| 7. Suudellen | Rakkautta läheisyydestä ja suudelmin |
| 8. Mikä tuntuu hyvältä | Nautinnon ja kiihottumisen tunne |

Varhaisaikuisuus

9. Rohkaistuminen – rakasteleminen Vastuu – kohti aikuisuutta

Seksuaalisuuden ilmestymistä nuoren elämään kutsutaan myös kutsumattomaksi vieraaksi. Kaikki kokevat seksuaalisuuden hyvin eri tavoin ja kulkevat eri polkua pitkin. Nuoren kehitysvaihe murrosiässä ja nykytilanne ohjaavat seksuaalisuuden puhkeamista hyvin yksilöllisesti. Omalle seksuaalisuuden kehittymiselle annettu aika antaa mahdollisuuksia kehittyä myös muilla osa-alueilla. Esimerkiksi masturbaatio on nuorelle turvallinen tapa tutustua omaan kehoonsa. (Vuorinen 1997, 203 – 206.)

2.1.4 Psyykkinen kehitys murrosiässä

Murrosikäisen maailma kuohuu erilaisten tunteiden vallassa. Nuoren kehossa tapahtuvat fyysiset muutokset aiheuttavat hämmennystä ja kiihtymystä, ja kokemus omasta itsestään vaihtelee nopeasti. Lapsenomainen keho on muuttumassa fyysisemmäksi, ja murros nuoren itsenäistymisessä alkaa. Tunteet itkun ja ilon välillä vaihtelevat herkästi, ja nuoren psyykkinen muutos ei tahdo pysyä kehon fyysisten muutosten perässä. Puberteetin käynnistyminen johtaa luonnolliseen katkokseen nuoren minän kehityksessä, ja tästä syystä nuori voi vain arvailla, miltä tulevaisuus näyttää. Nuoren yliminä ja ihanneminä alkavat kokea muutosta, ja oma identiteetti alkaa muodostua. Nuori kokee, että joitakin asioita hänestä vielä uupuu. Kysymys ”Kuka minä olen?” nousee nuoren ajatuksiin. (Aalberg 1999, 56 – 57; Vuorinen 1997, 205, 207 – 209.)

Varhaisnuori elää usein tunteidensa kanssa ristiriidassa. Samalla kun hänellä on vahva halu kasvaa aikuiseksi ja itsenäistyä, hänestä on mukava joskus käpertyä vanhempien kainaloon makailemaan. Nuoren itsetuntemus on vasta kehityksen alkuvaiheessa, ja siitä syystä hänen käyttöksensä on hyvin itsekeskeistä. Nuori hakeutuu usein vanhempiensa kanssa tilanteisiin, joissa hän voi kiistellä heidän kanssaan ja provosoida heitä. Murrosikäinen saattaa tulkita vanhempiensa ja ympäristön reaktiot ja sanomiset kielteisiksi ja väärin. Omassa kehossa tapahtuvat muutokset tuntuvat niin yksilöllisiltä ja suurilta nuorelle itselleen, etteivät varsinkaan omat vanhemmat tunnu ymmärtävän häntä. Murrosikäinen nuori huomaa usein myös oman käyttöksensä ja mielensä heitteilyt sekä sen, ettei pysty ymmärtämään edes itse omia tunteitaan tai yllykkeitään. Tästä syystä ystävät ovat nuorelle tärkeä tukiverkko. (Aalberg 1999, 56 – 57; Kettunen 2001, 12; Vuorinen 1997, 212.)

Varhaisnuoren psyykkisen kehityksen tulisi käydä läpi kolme keskeistä vaihetta: ”Hän irrottautuu lapsuuden vanhemmistaan, ottaa haltuun oman ruumiinsa ja turvautuu kasvussaan ikätovereidensa apuun”(Aalberg 1999, 63). Näillä kaikilla alueilla tulisi edetä yhtäaikaaisesti. Murrosikäisen kognitiivinen ajattelu on lapsen ajatteluun verrattuna huomattavasti kehittyneempää, ja nuori pystyy hahmottamaan itsensä ja ympäristönsä vuorovaikutuksessa toisiinsa. Hän ajattelee asioista kokonaisvaltaisemmin, ymmärtää syy-seuraussuhteita ja on tästä syystä kriittisempi kuin lapsi. Nuori pystyy ymmärtämään abstrakteja asioita sekä kykenee käyttämään loogista ajattelua. Erilaisten käsit-

teiden ymmärtämisen johdosta nuori alkaa toimia käsitteistä käsin. (Aalberg 1999, 61.)

Usein kehitystä seuraa kuitenkin ns. taantuminen, mikä tarkoittaa, että nuoren psyykkisen kasvun kehittyessä hän samanaikaisesti palaa lapsenomaisiin piirteisiin. Pojilla on suurempi taipumus taantua kuin tytöillä. Pojat turvautuvat lapsuudenaikaisiin kokemuksiin ja tätä kautta löytävät ratkaisun ongelmiinsa. Eräs taantumisen muoto on kielellisen taidon heikkeneminen. Tällöin nuoren jo saavuttama kielellinen ilmaisu heikkenee ja nuori alkaa turvautua kiroiluun sekä ystäväpiirille ominaisiin sanoihin. (Aalberg 1999, 60 – 63; Cacciatore 2007, 165; Dunderfelt 2006, 95.)

Kehittyessään aikuiseksi varhaisnuori on kypsymätön. Kypsymättömyys mahdollistaa nuoren ajatusmaailmassa miltei minkä idean vaan, ja toisaalta nuori tekee paljon virheitä. Omia ratkaisuja tehdessään nuori rakentaa omaa minuuttaan ja arvomaailmaansa. Hän on myös narsistinen etsiessään itseään kaiken muutoksen keskellä. Hän luo itsestään itsevarman kuvan ja uhoaa. Samalla nuori voi kuitenkin kokea olevansa kelpaamaton ja mitätön, ja hyvinkin pienet pettymykset voivat horjuttaa hänen mieltään. Nuori tarvitsee ulkopuolista palautetta toiminnastaan ja olemuksestaan mieluiten juuri ystäviltä, joiden kaltainen hän haluaisi olla. Samaistumalla ystävisään niihin piirteisiin, joita nuori haluaisi itselleen, hän muokkaa omaa ihanne-kuvaansa sellaiseksi, kuin toivoisi sen olevan. Ihanteet sekä pyrkimykset täydellisen ihanneminän saavuttamiseksi ovat murrosikäiselle hyvin todellisia ajatuksia. (Aalberg 1999, 65 – 68; Dunderfelt 2006, 97; Vuorinen 1997, 214.)

Murrosiässä tapahtuva kognitiivisen ajattelun kehittyminen mahdollistaa hiljalleen vahvistuvan moraaliajattelun, ja nuori pystyy ymmärtämään usein vaikeita moraalikäsitteitä. Arvot ja normit ymmärretään nyt suhteellisina ja sopimuksenvaraisina. Moraalin oppiminen tapahtuu koettujen ristiriitatilanteiden kautta. Nuori ymmärtää, että säännöistä voidaan keskustella ja että moraalikäsitteet ovat joustavia. Varhaisnuoren moraalin kehittymiseen vaikuttavat vahvasti oma ystäväpiiri ja luokkakaverit. Heidän kanssaan yhdessä opitaan sosiaalista käyttäytymistä ja siihen liittyviä sääntöjä ja normeja. Kiinnostuksen kohteiden käyttäytymistä ja moraalialueita ihannoitetaan ja samalla imetään niistä vaikutteita omaan moraalikäyttäytymiseen. Moraalikäsitykset ovat kuitenkin vielä häilyviä, ja ne saattavat muuttua ystävien vaihtuessa. (Hautamäki 1981, 96, 121.)

2.1.5 Sosiaalinen kehitys murrosiässä

Itsenäistymisen ja yksityisyyden halu vetää murrosikäistä yhä enemmän eroon vanhemmistaan. Ystävistä tulee nuorelle entistä tärkeämpiä, koska heidän on helppo samaistua vallitseviin tunteisiin ja muutoksiin. (Kronqvist 2007, 181, 184.)

Nuorilla alkaa esiintyä yhä enemmän ristiriitoja vanhempiensa kanssa. Heidän kognitiiviset kykynsä pohtia ihmissuhteita kehittyvät, ja heistä tulee paljon kriittisempiä maailmaa kohtaan. Tunteet vanhempia kohtaan muuttuvat ristiriitaisemmiksi, ja emotionaalinen suhde heihin muuttuu. Murrosikäisestä tuntuu usein, että vanhempien ajatusmaailma on esihistoriallista. Usein ristiriidat koskevat kotiintuloaikoja, päihteiden käyttöä, meikkaamista ja nuoren menoja, syntyy siis riitoja vapaudesta ja rajojen asettamisesta. Näillä riidoilla on myös omat merkityksensä: ne kehittävät nuoren itsenäisyyttä ja identiteettiä sekä kertovat muille perheenjäsenille nuoren muuttuvista tarpeista ja haluista. (Kronqvist 2007, 181 – 182.)

Nuoret kokevat kuitenkin saavansa perheeltä taitoja tulevaa aikuisuutta varten. Heidän mielestään perhe antaa konkreettisia taitoja, kuten kodin asioiden hoitaminen, sekä opettaa vastuuta, toisista huolehtimista, sosiaalisuutta ja joustavuutta. Kodin tehtävänä on myös opettaa nuorelle vastoinikäymisestä selviytymistä. (Leppänen 2005, 21.)

Sekä tytöillä että pojilla on usein konflikteja enemmän äidin kuin isän kanssa. Tämä johtuu siitä, että äidin suhde nuoruusiässä olevan lapsensa kanssa on erityisen läheinen. Isien suhde poikiin on usein toiminnallinen, kun taas isien suhdetta tyttöihin kuvataan etäiseksi. Tytär kuitenkin tarvitsee isänsä apua irrottautuaakseen riippuvuussuhteestaan äitiin. Usein murrosikä vaikeuttaa enemmän vanhempien ja tyttären suhdetta. Nuoren kasvaessa ja kehittyessä rajoitukset ja kiellot lisääntyvät tytön seksuaalisuuden herätessä. Vaikka yhteistä aikaa on vähän ja konflikteja esiintyy, voi kiintymyssuhde säilyä vahvana. Nuorelle koti voi olla paikka, jossa saa rauhoittua muusta, vilkkaammasta sosiaalisesta ympäristöstä. (Leppänen 2007, 21; Kronqvist 2007, 183.)

Tyttöjen ja poikien ystävyysuhteet nuoruusiässä ovat hyvin erilaisia. Tytöt muodostavat keskenään tiiviitä vuorovaikutussuhteita ja viihtyvät usein pienissä, kahden tai kolmen hengen ryhmissä. Tytöt hakevat ystäviltään emotionaalista läheisyyttä. Pojat taas viettävät aikaansa isommissa ryhmissä pelaten ja kilpaillen. Pojat hakevat lähei-

syyttä ja ystävyyttä eri tavalla ja jakavat asioita toiminnan kautta. (Kronqvist 2007, 184 – 185.)

Nuoren ystävyysuhteet ovat harjoittelua tulevia ihmissuhteita varten. Suhteissaan ystäviinsä nuori saa mahdollisuuden tutkia omaa minuuttaan ja harjoitella tunnistamaan toisten tunteita ja toiveita. Tämä opettaa nuorelle taitoja säilyttää tulevaisuudessa tärkeitä ihmissuhteita ja niihin liittyviä kykyjä, kuten empatiaa. Ystävyysuhteet saattavat luoda nuorelle paineita käyttäytyä tai pukeutua tietyllä tavalla. Vanhempien antamat ohjeet ja arvot sekä vahva itsetunto auttavat nuorta kulkemaan omaa tietään. (Kronqvist 2007, 186.)

3 TERVEYSTIEDON OPETUS PERUSKOULUN ALALUOKILLA

Kouluterveydenhuollon tehtävänä on varmistaa, että terveystiedon opetus on päämäärähaakuista ja terveystietoon perustuvaa. Opetuksen tulee olla ikää ja kehitystasoa vastaavaa. Koulun ja terveydenhuollon tulisi tehdä joka syksy yhdessä terveystiedon opetussuunnitelma, josta käy ilmi, mitä opetetaan, kuka opettaa ja miten tuloksia seurataan. Kouluterveydenhuollon tulee myös varmistaa, että terveystiedon opetus sisältyy koulun opetussuunnitelmaan ja että se käsittää ikäryhmille määritellyt sisältöalueet. (Terho 2002, 21.)

Tänä päivänä koulun terveydenhoitajan opetusresurssit ovat niin pienet, että terveystiedon opetus on suunnattu opetussuunnitelmassa luokanopettajan vastuulle. Viides- ja kuudesluokkalaisille opetetaan terveystietoa biologian ja maantiedon yhteydessä. Silloin ”tavoitteena on, että oppilas oppii ymmärtämään omaa kasvuaan ja kehitystään fyysisenä, psyykkisenä ja sosiaalisena prosessina sekä ihmisen ja hänen ympäristönsä välisenä vuorovaikutuksena.” (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004, 176.) Rauhalan koulun opetussuunnitelmaan kuuluu viidennellä ja kuudennella luokalla samoja asioita, joita yleinen opetussuunnitelma velvoittaa (Rauhalan koulun opetussuunnitelma). Biologian ja maantiedon opetuksessa käytetään kirjaa nimeltä Pisara. Siinä murrosiän muutoksia ja seksuaalisuutta käsitellään kuuden sivun verran. Pääaiheina ovat fyysiset muutokset ja uuden elämän alku. Psykkisiä muutoksia on käsitelty hyvin vähän. (Cantell 2007, 112 – 117.)

Terveystiedon muuttuminen itsenäiseksi oppiaineeksi vuonna 2001 peruskoulun yläluokilla ja lukiossa on saanut myönteisen vastaanoton sekä opettajilta että oppilailta.

Oppiaineen opettaminen koetaan haastavaksi mutta mielekkääksi. Oppilaat ovat kiinnostuneita terveystiedosta ja kokevat sen hyödylliseksi oman kasvun ja kehityksen kannalta. Terveystietoa opettaa aineenopettaja. Yläluokilla oppiainetta opettavat useimmiten kotitalouden, liikunnan tai biologian opettajat. Terveystiedon opetuksessa korostetaan myös sosiaalisten vuorovaikutustaitojen edistämistä ja pyritään saamaan aikaan keskustelua oppitunneilla. Aihepiireinä käsitellään nuoria kiinnostavia asioita kuten seksuaalisuus, mielenterveys ja päihteet. (Terveystieto sai hyvän vastaanoton 2009.)

Kouluterveyskysely antaa vuosittain luotettavaa tietoa, mitä yläasteikäiset ja lukiolaiset tietävät terveydestä sekä psyykkisestä ja fyysisestä hyvinvoinnistaan. Kouluterveyskyselyllä halutaan tukea nuorten hyvinvointia sekä kehittää nuorille suunnattuja terveystalveluja. Vuonna 2008 tehdyn tutkimuksen mukaan peruskoulun yläluokkalaisten poikien tietoisuus seksuaaliterveydestä on huonontunut aikaisempiin vuosiin verrattuna. Tuloksissa oli tuotu esille huolenaiheet, että koulukiusaaminen on lisääntynyt sekä viikoittainen päänsärky yleistynyt. (Stakes 2008.)

Yläasteikäisten ja lukiolaisten tietämystä terveyteen liittyvistä asioista on tutkittu paljon, mutta ala-asteikäisille vastaavia valtakunnallisia tutkimuksia ei ole suunnattu. Tutkimukset, kuten valtakunnallinen kouluterveyskysely, antavat viitteitä siitä, että tieto terveyteen liittyvistä asioista ei ole kehitystä vastaavalla tasolla. Nykyisin nuoriso on entistä alttiimpaa ympäristön vaikutuksille. Televisio, lehdet ja internet on täynnä nuorisoa kiinnostavaa tietoa seksuaalisuudesta, ulkonäöstä sekä muista murrosikään liittyvistä aiheista. Niistä osa on totuudenmukaista, mutta toden erottaminen mielikuvista voi olla nuorelle vaikeaa. Valitsimme kohderyhmäksemme kuudesluokkalaisten, koska murrosiän muutokset ovat aivan nurkan takana ja niistä olisi hyvä tietää jo, ennen kuin murrosikä puskee toden teolla päälle. Arvelimme, että he tietävät jo jonkin verran muutoksista. Mahdollisesti kotona on kerrottu näistä asioista, ja 5. luokalla biologiassa on käsitelty ihmisen biologiaa. Myös osalla, varsinkin tytöistä, saattaa murrosikä olla jo alkanut.

4 TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN

4.1 Tutkimustehtävät

Tutkimustehtäviä työssä on kolme.

1. Selvitimme Rauhalan koulun 6.-luokkalaisten tyttöjen ja poikien tietämystä kehos-
sa tapahtuvista fyysisistä muutoksista varhaismurrosiässä.
2. Tutkimustehtävänä oli myös selvittää, kuinka 6.-luokkalaiset ymmärtävät vastuul-
lisuuden omassa iässään.
3. Selvitimme vastaajien kokemuksia psyykkisistä ja emotionaalisista muutoksista
murrosiässä. Tarkoituksena oli saada selville, miten hyvin he tunnistavat murros-
iässä ilmeneviä tunteita, miten he kokevat kyseiset tunteet ja kuinka näitä tunteita
voi tunnistaa toisesta ihmisestä.

4.2 Tutkimusmenetelmä

Tutkimus suoritettiin syksyllä 2009 kolmella eri kerralla kahdelle luokalle. Molempi-
en luokkien tytöt ja pojat olivat kaikki omina ryhminään. Tutkimuksen kannalta oli
tärkeää, että aineisto kerättiin näin, jotta saatiin kehitettyä luottamussuhde oppilaisiin
ja he uskalsivat avautua ja ottaa aktiivisesti osaa tunneilla annettuihin tehtäviin. Aikaa
oli varattu jokaiselle ryhmälle 45 minuuttia.

Valitsimme jokaiselle kerralle erilaisen tavan kerätä aineistoa, koska näin suuressa
joukossa on hyvin erilaisia oppijoita. Toisille kirjoittaminen on helpompaa kuin piir-
täminen, kun toiset taas pitävät näyttelemisestä.

4.2.1 Eläytymismenetelmä

Eläytymismenetelmä sopii hyvin käytettäväksi arkojen aiheiden tutkimiseen ja hyvin
heterogeenisille vastaajajoukoille. Sen kehittäminen on alkanut 1960-luvulla sosiaalipsy-
kologiassa, jossa oli noussut huoli tutkimusten eettisistä kysymyksistä. Tarkoituksena
oli löytää eettisesti mahdollisimman ongelmaton tutkimusmenetelmä, josta kuitenkin
edelleen löytyisi peruslogiikka. Tärkeänä pidettiin myös, että ihmisiä kohdeltaisiin
ihmisinä eikä huijattavina ja manipuloitavina tutkimuskohteina. (Hakulinen 2002,
244.)

Eläytymismenetelmässä tutkimusaineisto koostuu tutkittavien kirjoittamista tarinoista,
jotka on kirjoitettu tutkijan antamien ohjeiden mukaan. Vastaajat saavat kehyskerto-
mukseksi kutsutun orientaation, jonka tuomien mielikuvien perusteella he kirjoittavat

pienen esseen. Tarkoituksena on, että vastaaja vie tarinaa mielikuvituksissaan eteenpäin tai miettii, mitä on mahtanut tapahtua ennen tarinaa. Eläytymismenetelmässä käytetyt tarinat eivät välttämättä ole todellisuuspohjaisia, vaan niiden tarkoituksena on saada vastaajat pohtimaan, mitä saattaa tapahtua tai mitä eri asiat merkitsevät. (Eskola 1997, 5 – 6; Eskola 1996, 83; Hakulinen 2002, 244.)

Keskeistä tämän menetelmän käytössä on variaointi. Kehyskertomuksesta tulee olla vähintään kaksi eri versiota, jotka poikkeavat toisistaan jonkun yhden keskeisen seikan suhteen. Keskeistä tämän menetelmän käytössä on selvittää vaihtelun vaikutusta: mikä vastauksissa muuttuu, kun kehyskertomuksesta muutetaan jotain keskeistä elementtiä? Vastaukset itsessään ovat jo mielenkiintoisia, mutta variaointi tuo esiin menetelmän tarjoamat erityispiirteet tutkittavasta ilmiöstä. (Eskola 1997, 6; Hakulinen 2002, 244 – 245.) Aineistot analysoidaan ikään kuin kahteen kertaan. Ensimmäisellä kierroksella analysoidaan niin kuin laadullista aineistoa yleensä, ja toisella kerralla keskitytään variaation tuomiin muutoksiin vastauksissa. (Hakulinen 2002, 244 – 245.)

Eläytymismenetelmässä yhtä kehyskertomuksen versiota voi käyttää 15 – 20 vastaajalle. Jos vastaajien määrä on paljon suurempi, alkavat tarinat toistaa itseään. Kehyskertomuksia tulee olla 2 – 4, ja jokainen vastaaja saa sattumanvaraisesti yhden kertomuksen vastattavakseen. (Eskola 1997, 19, 24; Hakulinen 2002, 245 – 246.) Kertomuksen on syytä olla melko lyhyt, koska muuten vastaaja saattaa kiinnittää huomiota eri vihjeisiin ja siten vastaajat vastaavat hyvin erilaisia asioita (Eskola 1997, 18). Aikaa vastaamiseen kuluu noin 20 minuuttia, joten aineiston keräämiseen ei kulu aikaa kuin noin puoli tuntia. Eläytymismenetelmällä kerätty aineisto sopii hyvin tavallista kyselyä vaivattomammaksi aineistonkeruumenetelmäksi juuri terveyden alueelle. (Hakulinen 2002, 245 – 246.) Eläytymismenetelmää käytimme teematunnilla, jolloin kerättiin aineistoa nuorten vastuullisuudesta.

4.2.2 Ryhmäkeskustelu

Ryhmäkeskustelu ts. ryhmähaastattelu toimi yhtenä aineistonhankintamenetelmänä. Käytimme ryhmäkeskustelua piirrostehtävää tukevana menetelmänä, ja sen avulla saimme lisää tietoa siitä, mitä varhaisnuoret tietävät murrosiän fyysisistä muutoksista.

Ryhmähaastattelussa tutkijan rooli on tehdä aloite, herätellä keskustelua kysymyksillä ja näin saada kohderyhmä keskustelemaan itsenäisesti asiasta. Haastattelijan rooli on

myös ylläpitää keskustelua esittämällä lisäkysymyksiä huomioiden kuitenkin seikat, jotka voivat vaikuttaa kohderyhmän vastauksiin. Tämän tutkimuksen luonteeseen sopii hyvin teemahaastattelu, mikä tarkoittaa sitä, että on olemassa tietty aihealue, josta ollaan tietoisia ja josta keskustelua viritetään. Teemahaastattelussa kysymyksiä ei ole kuitenkaan ennalta kirjoitettu, ja suunnitellutkin kysymykset voivat muuttua keskustelun aikana. Teemahaastattelu on rajatumpi haastattelumuoto kuin täysin avoin haastattelu, mutta samanaikaisesti se mahdollistaa strukturoitua haastattelua paremmin keskustelijoiden yksilöllisten ilmaisujen esille tuomisen. (Eskola 2008, 84 – 88.)

Ryhmähaastattelu sopii hyvin laadullisen tutkimuksen aineistonkeruumenetelmäksi silloin, kun halutaan nostaa ryhmän motivaatiotasoa ja tuoda tilanteeseen jotakin yllättävää. Lisäksi haastattelun avulla saadaan täsmennystä haluttuihin kysymyksiin sekä kuvaavampia vastauksia. Puolistrukturoidun eli teemahaastattelun käyttäminen ryhmähaastattelun menetelmänä sopii hyvin tilanteisiin, joissa keskustellaan intiimeistä ja aroista asioista. (Metsämuuronen 2008, 233 – 235.)

Ryhmäkeskustelun tarkoitus opinnäytetyössämme oli lisätä oppilaiden aktiivisuutta Oma keho -teematunnilla. Yhteispiirroksen työstämisen jälkeen pyrimme saamaan oppilaat aktiiviseen keskusteluun käsitellystä aihealueesta ja samalla hyödynsimme keskustelun antia keräämällä materiaalia opinnäytetyöhön.

4.2.3 Havainnointi

Havainnointi on toimiva tapa tutkimuksissa, joissa tutkitaan tekstejä, kuvia, ympäristöä, luontoa tai esineitä. Se sopii käytettäväksi sekä laadulliseen että määrälliseen tutkimukseen. (Vilka 2006, 38.) Havainnointitapoja on neljä erilaista: havainnointi ilman varsinaista osallistumista, osallistuva havainnointi, osallistava havainnointi eli toimintatutkimus ja piilohavainnointi (Eskola 1996,77; Vilka 2006, 42).

Tärkeää havainnoinnissa on saada luotua hyvä luottamussuhde kohderyhmän ja tutkijan välille. Tämä on tärkeää, jotta tutkija pääsee osaksi ryhmää ja voi samalla haastatella ja keskustella tutkittavien kanssa. Havainnointi on aina subjektiivista toimintaa, ja tutkijan omat kokemukset ja ennako-oletukset vaikuttavat havainnointiin. Kaksi eri havainnoijaa kiinnittää huomiota eri asioihin samassa tilanteessa, mutta tulokset voivat olla mielenkiintoisia juuri erilaisuudesta johtuen. (Eskola 1996, 78 – 79.)

Havainnoinnissa on tärkeää aineiston analysointi ja niiden pohjalta tehty tulosten tulkinta. Havaintojen suora tulkinta on vasta työn dokumentointia. Se ei ole niin merkityksellistä kuin aineiston analysointi. Materiaalista pitää löytää niiden äänetön viesti, mikä on tutkimuksen kannalta merkityksellistä. Havainnointimenetelmässä keskeistä on sisällönanalyysi, jotta aineisto saadaan tiivistettyä helpommin käsiteltävään muotoon. (Vilkkä 2006, 81 – 82.) Tässä työssä havainnointia on käytetty Oma keho -teematuntien piirrosaineistoja analysoitaessa.

4.3 Tutkimuksen kohderyhmä ja aineistonkeruu

Tutkimuksen kohderyhmänä toimi Kotkan Rauhalan ala-asteen 6.-luokkalaiset tytöt ja pojat. Luokkia oli kaksi, joista toisessa oli 22 ja toisessa 23 oppilasta. Tyttöjä oli 25 ja poikia 20.

4.3.1 Teemana oma keho

Ensimmäisellä kerralla aiheena olivat kehon fyysiset muutokset eli ”Oma keho”. Oppilaat kokoontuivat toimintaluokkaan, jossa piirtäminen mahdollistui hyvin. Oppilaiden tehtävänä oli ensin lämmittelynä piirtää A4-kokoiselle paperille ihmiskeho ja siihen murrosiässä tapahtuvat muutokset, jotka he tiesivät. Tytöt ja pojat piirsivät oman sukupuolensa edustajan. Yksilöpiirustuksen jälkeen oppilaiden tehtävänä oli ryhmänä piirtää ihmiskeho ja murrosiän muutokset, mutta nyt isolle paperille. Tytöt piirsivät taas naispuolisen ja pojat miespuolisen henkilön.

Kun piirustus oli valmis, olimme valmiina kyselemään, mitä he olivat piirtäneet. Tarkoituksena oli ottaa selvää, tietävätkö he, miksi näitä muutoksia murrosiässä tapahtuu, esimerkiksi, miksi naiselle kasvaa rinnat tai tuleeko miehelle automaattisesti näkyvät vatsalihakset. Tällä kerralla käytimme tutkimusmenetelmänä myös osallistuvaa havainnointia. Keräsimme yhteispiirroksen lisäksi laajempaa aineistoa oppilaiden tietämyksestä seuraamalla heidän keskusteluaan ja kysymällä tarkentavia kysymyksiä, esimerkiksi: ”Mitä piirroksen ihmisellä on kasvoissa?”

4.3.2 Teemana vastuullinen minä

Toinen tapaamiskerta oli noin kuukauden kuluttua ensimmäisestä. Aiheena oli ”Vastuullinen minä”. Tällä kertaa aineistoa kerättiin eläytymismenetelmän avulla, jolloin

oppilaat pääsivät tuottamaan tekstiä. Oppilaat olivat omina luokkinaan. Aikaa tähän tehtävään molemmille luokille käytettiin 45 minuuttia. Tällä kertaa oppilaat työskentelevät omissa luokkahuoneissa. Oppilaiden tehtävänä oli jatkaa antamaamme tarinaa ja keksiä tarinan henkilölle X nimi. Puolet luokasta sai tarinan A ja puolet tarinan B. (liite 1) Aiheena oli tupakointi. Tarkoituksena oli tarinan avulla saada tietoa, ymmärtävätkö he, mitä on vastuullisuus, vastuu omasta kehosta ja omista tekemisistä.

4.3.3 Teemana oma mieli

Kolmannella ja samalla viimeisellä kerralla aiheena oli murrosiän psyykinen kehitys eli ”Oma mieli”. Tarkoituksena oli, että luokat ovat erillään ja tytöt ja pojat vielä omina ryhminään. Meistä riippumattomista syistä pojat joutuivat työskentelemään yhtenä ryhmänä. Tunti pidettiin jälleen toimintaluokassa. Tila oli muuten sopiva, mutta poikaryhmälle se jäi ahtaaksi. Asiaa käsiteltiin tunnekorttien avulla. Olimme kirjoittaneet 14 tunnetilaa erivärisiin kortteihin. Tunnetilat olivat suru, ilo, pelko, ahdistus, yksinäisyys, arkuus, rohkeus, hämmennys, erilaisuus, viha, uhma, itsevarmuus, epävarmuus ja kiukku. Oppilaiden tarkoituksena oli valita kolme helposti ja kolme vaikeasti ilmaistavaa tunnetta. Heille oli jaettu lomakkeet, joissa oli kysymyksiä tunteista. (liite 2) Heidän tuli vastata kysymyksiin yhdestä helposti ja yhdestä vaikeasti ilmaistavasta tunteesta.

Tämä oli ehdottomasti haastavin kerta kaikista kolmesta. Oppilaiden oli vaikea ymmärtää, mitä tehtävässä piti tehdä, vaikka yritimme selvittää mahdollisimman helposti ja annoimme henkilökohtaista ohjausta useallekin. Tästä syystä kaikkien vastaukset eivät ole sitä, mitä kysymyksessä haettiin. Kysymysten avulla yritettiin selvittää, tunnistavatko oppilaat tunteita, niiden aiheuttajia sekä voiko niitä tunnistaa itsessä ja toisissa. Kun kyselylomake oli täytetty, oppilaiden tuli pareittain esittää jokin tunne ja muun ryhmän yrittää arvata, mitä pari esittää. Tämä tehtävä olikin oppilaista hyvin mieleinen, ja yllätyimme positiivisesti, kun useat halusivat näytellä enemmän kuin vain yhden tunteen.

4.4 Tutkimusaineiston analysointi

Tutkimuksessa käytettiin pääasiallisena analysointimenetelmänä laadullista sisällönanalyysiä. Koska aineistonkeruutavat ovat olleet hyvin erilaisia, katsoimme tarpeelliseksi yhdistää tutkimukseemme myös määrällistä aineiston analysointia. Metsämuuro-

sen mukaan on tutkimuksesta saatu tieto sitä varmempaa, mitä useampaa tutkimusmenetelmää tutkimuksen suorittamisessa käyttää. On tärkeää valita joko laadullinen tai määrällinen pääasialliseksi tutkimusmenetelmäksi, mutta toista menetelmää käyttämällä voi lisätä tutkimuksen luotettavuutta. (Metsämuuronen 2006, 133 – 134).

Nykyisin kvantitatiivista ja kvalitatiivista tutkimusmenetelmää ei tulisi asettaa kovin vahvasti vastakkain, vaan keskittyä itse tutkittavaan ilmiöön ja siihen, mitä siitä halutaan tietää. Määrällinen tutkimusote tässä työssä ei voi nousta pääasialliseksi tutkimusmenetelmäksi, koska tutkittava kohderyhmä on suppea eikä tuloksia ole tarkoitus tilastoida. (Kankkunen 2009, 40 – 41.) Sisällönanalyysillä on tarkoitus tiivistää kerätty aineisto ja saada vastaus tutkimustehtäviin. Tätä menetelmää voidaan käyttää analysoimaan sekä laadullista että määrällistä aineistoa. Erilaisuuksien ja samanlaisuuksien erottaminen on tärkeää sisällönanalyysimenetelmässä. (Janhonen 2001, 23.)

Tyttöjen ja poikien ihmispiirrokset analysoitiin omina ryhminään. Jaottelimme piirrokset tietomäärän mukaan tuottoisiin, tavanomaisiin ja vaillinaisiin. Tuottoisiksi piirroksiksi luokiteltiin aineistot, joissa oli muutoksia piirretty neljä tai enemmän. Tyttöillä tavanomaisiin luokiteltiin sellaiset piirustukset, joissa muutoksia oli yhdestä kolmeen ja pojilla kolme. Tyttöillä vaillinaisia olivat ne piirrokset, joissa oli kuvattu vain ihmiskeho tai osa siitä sekä sellaiset työt, joihin ei ollut piirretty lainkaan. Pojista vaillinaisiksi luokiteltiin työt, joihin oli piirretty kaksi muutosta.

Eläytymismenetelmää käytettäessä ainoana taustatietona meillä oli vastaajien ikä, 11 – 13 vuotta. Ensiksi vastaukset jaettiin ryhmiin annetun tarinan perusteella (liite 1). Ryhmä A:n tarinoissa vastattiin kysymykseen, miksi X polttaa, ja ryhmä B:n tarinoissa, miksi X ei polta. Analysoimme ryhmät erikseen. Tarkastelimme vastauksia sen perusteella, miten oppilaat olivat jatkaneet tarinoita. Poimimme jokaisesta tarinasta syyn tai syytä kysytyyn asiaan. Tämän jälkeen ryhmittelimme syyt suurempiin teemaluokkiin. Ryhmä A:n tarinoiden pohjalta löytyi seitsemän selkeää teemaluokkaa, jotka olivat perheen vaikutus, halu olla suosittu, riippuvuus, kokeilunhalu, ryhmän painostus, välinpitämättömyys ja tietämättömyys. Ryhmä B:n tarinoista nousi selkeästi seitsemän teemaa: terveys, auktoriteetin pelko, paha haju, järkevyyt, vahva luonne, nuoruus, hyvä tulevaisuus.

Analysoimme tyttöjen ja poikien valitsevat tunnekatgoriat erikseen. Keräsimme vastauksista helposti ja vaikeasti ilmaistavat tunteet omiin kategorioihin ja laskimme,

minkäläistä kannatusta mikin tunnetila sai. Joitakin tunnetiloja oli vastattu selkeästi useammin, ja siksi pystyimme käsittelemään niitä tunteita enemmän. Tämän jälkeen analysoimme laadullisesti jokaisen avoimen kysymyksen erikseen. Poimimme samoihin tunnetiloihin vastanneet ja niiden pohjalta analysoimme oppilaiden tietoa tunteiden käsittelystä ja tunnistamisesta. Tässä vaiheessa tyttöjen ja poikien avoimet kysymykset analysoimme yhtenä kokonaisuutena. Avoimien kysymysten kohdalla oli joissakin tapauksissa ymmärretty kysymys väärin.

4.5 Tutkimuksen luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnin perustana voidaan käyttää useita eri menetelmiä riippuen siitä, mikä sopii omalle tutkimukselle mahdollisimman hyvin. Cuba ja Lincoln (1981 ja 1985) ovat esittäneet laadullisen tutkimuksen kriteereinä uskottavuuden, siirrettävyyden, riippuvuuden ja vahvistettavuuden. Myös validiteetti ja reliabiliteetti yhdistetään laadullisen tutkimuksen luotettavuuskysymyksiin, mutta erityisesti reliabiliteetti kuvaa enemmän kvantitatiivisen tutkimuksen luotettavuutta. (Kankkunen 2009, 152 – 153, 159 – 160.)

Tämän tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa keskitymme opinnäytetyön ja tutkimustulosten uskottavuutta, siirrettävyyttä ja induktiivisuutta kuvaaviin tekijöihin. Laadullista tutkimusta ja sen luotettavuutta arvioitaessa on kaikesta huolimatta suurin paino tutkijan rehellisyydellä. Tutkijan tekemät teot, valinnat ja ratkaisut vaikuttavat koko tutkimuksen ajan, ja hänen on samalla tutkimusta tehdessään pystyttävä arvioimaan luotettavuuteen vaikuttavia asioita. Tarkasti kuvatut tutkimuksen vaiheet ja ratkaisut sekä lopullisiin ratkaisuihin päätyminen ja perustelut niille lisäävät luotettavuutta. (Vilka 2005, 158 – 159; Eskola 2008, 210.)

Tutkimuksen uskottavuudella tarkoitetaan, että tutkimuksen sisältö on esitetty selkeästi ja niin, että ulkopuolisen on helppo lukea sitä ja ymmärtää, mitä analysointitapaa on käytetty. Analyysin tarkka kuvaus sekä liitteiden ja taulukoiden käyttö lisää tutkimuksen uskottavuutta. Uskottavuutta arvioitaessa tarkastellaan samalla tutkimuksen validiteettia. Validiteetilla kuvataan sitä, kuinka hyvin tutkimuksen alkuperäinen tarkoitus on säilynyt läpi tutkimuksen ja onko haluttuihin kysymyksiin saatu vastauksia. (Kankkunen 2009, 152 – 153, 159 – 160.) Tutkimuksen validiteettia on tarkasteltava läpi tutkimuksen. Pätevässä tutkimuksessa ei saisi tapahtua yhtään virhettä kysymysten asettelussa eikä tulosten analysoinnissakaan. On myös huomioitava, että tutkija voi

tulkita vastauksen väärin tai vastaaja on vastannut ei-tarkoitettulla tavalla. (Vilka 2005, 161.)

Vierailimme luokkien luona keväällä 2009 yhden kerran ja syksyllä toisen kerran. Käynneillä esittelimme itsemme ja kerroimme tulevasta yhteistyöstä luokkien kanssa. Syksyllä veimme oppilaille aiheet tulevista tunneista, mutta emme paljastaneet, mitä tulemme tekemään. Innokkaimmat oppilaat olivat voineet ottaa asioista selvää, ennen kuin tulimme pitämään teematunteja. Jokaisella tapaamiskerralla korostimme oppilaiden anonymiteettiä, eli heidän henkilöllisyytensä ei tullut missään opinnäytetyön vaiheessa ilmi. Kertomalla oppilaille tulevista aihealueista etukäteen lisäsimme oppilaiden motivoitumista sekä keskittymistä käsiteltäviin asioihin. Oppilaiden vastaamismotivaatioon vaikutti varmasti myös vapaaehtoisuus vastata sekä se, että emme arvioineet vastauksia lainkaan. Tällä tavoin lisäsimme myös oppilaiden vastauksien täsmenlymistä ja uskottavuutta.

Tutkimustulosten luotettavuutta vähentää viimeisellä teemakerralla käytetyn aineistonkeruumenetelmän epäselvyys. Oppilaiden vastauksien perusteella sekä tunnin aikana tekemiemme havaintojen perusteella huomasimme, että kysymysten asettelu oli osalle oppilaista liian hankala. Kysymyksiin oli vastattu ei-tarkoitettulla tavalla, ja osa oppilaista joutui kysymään ohjeita vastaamiseen. Suurena luotettavuutta vähentävänä tekijänä oli vaikuttamassa poikaryhmän liian suuri koko ja tästä aiheutuva keskittymisrauhan puute tehtävän tekemiseen. Kaikilla muilla kerroilla saimme tutkimuksen tarkoituksenmukaisia vastauksia. Tutkimuksen luotettavuus kärsii osaltaan myös siitä, että tutkijoilla ei ole kokemusta laadullisen tutkimuksen tekemisestä ja kokemattomuus saattaa näkyä aineiston analysointimenetelmän käytössä ja raportoinnin epäselvyytenä.

Tutkimuksen siirrettävyydestä puhuttaessa halutaan, että tutkimukseen osallistujien taustatiedot ja aineistonkeruu on kuvattu huolellisesti. Selkeä tutkimuskontekstin kuvaus mahdollistaa, että tutkimusta voi seurata ulkopuolinen henkilö. (Kankkunen 2009, 160 – 161.) Kappaleessa 5.2 tutkimuksen kohderyhmä on selvitetty ja myös se, mikä on tutkimuksen kohderyhmän tausta. Lisäksi kappaleessa 5.3 on kuvattu käyttämämme aineistonkeruumenetelmät sekä paikat, missä tutkimus suoritettiin. Tuloksissa on tuotu ilmi suoria lainauksia oppilaiden vastauksista, mikä lisää luotettavuutta paljastamatta kuitenkaan kirjoittajan henkilöllisyyttä.

Tämän tutkimuksen kohdalla emme arvioi niinkään tutkimuksen tarkkuutta eli reliabiliteettiä, sillä tutkimme asiaa enemmänkin murrosikään liittyvänä ilmiönä. Tämän opinnäytetyön osalta voi suhteellisen reliabelina pitää kuitenkin sitä, että kaksi tutkijaa yhdessä ovat suorittaneet kirjaamisen ja analysoinnin. Vastaajan muistaessa jonkin asian väärin vastatessaan tai ymmärtäessä kysymyksen väärin, voi tutkimuksen tarkkuus horjua. Yksittäinen virhe vastauksissa ei kuitenkaan ole merkittävän suuri, jos tutkija on kuitenkin kommentoinut virhettä tuloksissaan. (Vilka 2005, 162.) Sen sijaan tulosten pohjalta tehty induktiivinen päättely osoittaa, että valtaosa 6.-luokkalaisista vastasi samansuuntaisesti ja tuloksia voi yleistää joiltakin osin.

Keväällä 2009 kävimme ensimmäisen kerran tutustumassa oppilaisiin ja jaoimme heille kotiin viemisiksi lupalaput (liite 3). Tämän tarkoituksena oli, että jokaisen oppilaan vanhemmat ovat tietoisia lapsensa mahdollisuudesta osallistua tällaiseen tutkimukseen. Tärkeänä pidimme tätä, koska käytämme heidän lastensa tuottamaa materiaalia opinnäytetyössämme, vaikkakaan heidän henkilöllisyytensä ei työstä selviä. Kaikki oppilaat saivat kotoa luvan osallistua tunneillemme. Opettaja ei ollut läsnä yhdelläkään aineistonkeruutunnilla, mikä varmasti vaikutti oppilaiden avoimuuteen. Opettajat tiesivät ainoastaan aiheemme etukäteen, mutta eivät tapoja, joilla keräsimme materiaalia. Näin he eivät voineet kertoa oppilaille, mitä oli tulossa. Tuntien pito oli tarkoitus olla samanlainen jokaisella luokalla ja ryhmällä, ja jokainen ryhmä sai samanlaisen tehtävänannon.

4.5.1 Piirustustehtävän luotettavuus

Piirustustehtävässä ryhmät piirsivät ensin yksilötyönä ihmiskehon murrosiän muutokseen. Osa oppilaista selvästi piilotteli omaa työtään muilta, kun taas osa halusi selvästi kurkkia kaverilta. Voi olla, että kaikki tähän työhön piirretyt asiat eivät ole omaa tietoutta. Myös mahdollinen arkuus tiettyjen ”nolojen” asioiden piirtämiseen voi olla syy, miksi joissain töissä oli kehon muutoksia piirretty melko vähän. Alkuun korostimme, että kaikki, mitä asiasta tietää, tulee ja saa piirtää. Haastetta toi myös piirrosten tulkitseminen, erityisesti lantion levenemisen kuvaamisen. Emme ole täysin varmoja, oliko joidenkin kuvien piirtäjä tarkoituksellisesti piirtänyt mielestämme leveän lantion.

Kun ryhmä piirsi isoa kuvaa ihmiskehosta, annoimme heidän rauhassa piirtää emmekä kommentoineet piirrosta mitenkään. Myös tässä vaiheessa oppilaat vielä tarkastivat,

että saavat piirtää kaikkea, mitä mieleen tuli. Korostimme myös jokaisen tunnin alussa, että kenenkään henkilöllisyys ei selviä työstämme ja he saavat jättää kaikki tehtävät nimettöminä. Myöskään opettajille emme kertoneet mitään. Ryhmän työstämisen ihmispiirroksen jälkeen kyselimme oppilailta heidän piirtämistään asioista. Tarkoituksena oli selvittää, mitä he tietävät piirtämistään asioista ohjailematta kuitenkaan heidän vastauksiaan. Kysyimme esimerkiksi: ”Mikä nämä fyysiset muutokset saa aikaan?” Tytöt ja pojat olivat omina ryhminään, jotta kaikilla olisi helpompi puhua oman sukupuolensa muutoksista. Välituntien aikana oppilaat olivat kertoneet seuraavalle ryhmälle, mitä tunnillamme tehtiin. Korostimme myöhemmin, että he eivät kertoisi toisille, jotta jokainen pääsisi antamaan tutkimukseemme oman tietonsa.

4.5.2 Tarinankirjoittamistehtävän luotettavuus

Seuraava kerta pidettiin normaalisti luokassa, jolloin koko luokka oli paikalla. Jaoinme tarinat (liite 1) niin, että vierekkäin istuvat saivat erilaiset tarinat. Näin heillä ei ollut mahdollisuutta kirjoittaa keskenään yhteneviä tarinoita, vaan molemmat kirjoittivat omaa tarinaa. Myös tämän tehtävän oppilaat saivat kirjoittaa nimettöminä, mistä asiasta he kysyivätkin usean kerran.

Osa sai tarinansa valmiiksi nopeasti, ja luokassa syntyi pientä levottomuutta, mikä saattoi vaikuttaa pidempään kirjoittaneiden vastauksiin, jos he eivät mielestään saaneet tarpeeksi keskittyä. Pidimme tärkeänä kertoa, että aikaa on runsaasti ja kaikki ehtivät varmasti kirjoittaa tarinansa sellaiseksi kuin haluavat. Oppilaat ovat erilaisia, ja kaikille ei ole helppoa ilmaista itseään kirjallisesti. Osa selkeästi ei jaksanut keskittyä tehtävään, ja muutamilla oli aluksi vaikeuksia ymmärtää, mitä tehtävässä tulee tehdä. Mutta loppujen lopuksi jokainen sai kirjoitettua jonkin verran tekstiä paperiin.

4.5.3 Tunnetehtävän luotettavuus

Tässä tehtävässä tytöt olivat omina ryhminään ja pojat olivat yhtenä isona ryhmänä. Tämä ei ollut tarkoituksena, vaan Rauhalan koulusta johtuvista aikataulullisista syistä jouduimme ottamaan pojat yhtenä ryhmänä. Tämä järjestely vaikutti paljon materiaalin saantiin pojilta. Yritimme pitää tunnin alustuksen samanlaisena sekä tytöille että pojille, mutta jouduimme auttamaan enemmän poikia, jotta he olisivat saaneet tehtävän juonesta kiinni. Avoimien kysymysten asettelu hankaloitti oppilaiden vastaamista, ja tästä syystä osa ei ollut osannut vastata oikein tai oli jättänyt kokonaan vastaamatta.

Tyttöjen ryhmässä tällaisia vastauksia oli kuusi. Tämä on saattanut vaikuttaa tehtävän luotettavuuteen, koska jouduimme ohjaamaan useaa poikaa henkilökohtaisesti, jotta he ymmärsivät, mitä tehtävässä haimme. Poikien tunnilla esiintyi myös paljon levottomuutta, ja osa pojista sanoikin, että on huono asia, että olemme yhtenä ryhmänä. Luokan oppilaat olivat keskenään persooniltaan kovin erilaisia, joten varsinkin hiljaisemman luokan pojat olivat tyytymättömiä tilanteeseen. Tämä vaikutti varmasti heidän motivaatioonsa tehtävän tekemisessä.

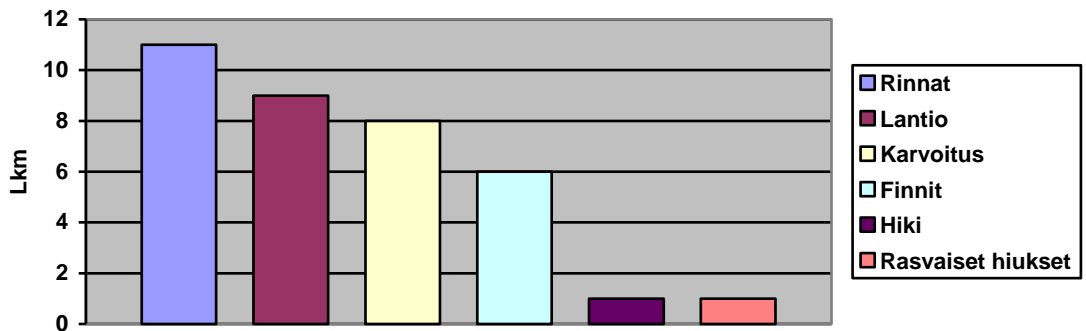
5 TULOKSET

5.1 Fyysiset muutokset tytöissä

Kaikissa tuottoisien piirustuksissa oli kuvattu rintojen kasvu, lantion leveneminen, karvoitus sekä finnit. Eniten muutoksia kuvanneissa teoksissa oli kuvattuna lisäksi myös hikoilu tai rasvaiset hiukset. Tavanomaisten tuotoksissa oli kaikissa kuvattuna rintojen kasvu. Heidän piirroksensa olivat toisistaan poikkeavia siten, että osassa esiintyi rintojen kasvun lisäksi lantion leveneminen tai finnit tai molemmat.

Tuottoisien ryhmässä muutoksista tiedettiin laajasti verrattuna tavanomaisten ryhmään. Muutoksia oli kuvattu rohkeasti ja melko selkeästi. Tässä ryhmässä muutama oli pystynyt tuomaan ilmi sellaisiakin muutoksia, jotka on vaikea piirtämällä esittää, kuten hikoilu ja rasvaiset hiukset. Toiseen muutos oli myös kirjoittamalla ilmaistu. Myös tavanomaisten joukossa oli kuvia, joihin oli kuvattu useampia muutoksia. Vailinaisten piirroksissa ei näkynyt yhtään murrosiän tuomaa muutosta, ihmiskeho oli puutteellinen tai paperi oli tyhjä.

Tytöistä 11 oli piirtänyt yksilöpiirroksensa murrosiän tuomia muutoksia. Kymmenen tytöistä oli piirtänyt tai alkanut piirtää naisen kehoa, mutta emme löytäneet piirroksista minkäänlaisia muutoksia verrattuna lapsen kehoon. Kaksi tyttöä oli jättänyt paperinsa tyhjäksi. Jokaisessa 11 piirroksessa oli kasvavat rinnat kuvattuna. Toisena yleisenä kuvauksena oli lantio. Myös karvoitusta ja finnejä kasvoilla oli lähes yhtä monessa piirustuksessa kuin lantiota. Hiki ja rasvaiset hiukset esiintyivät yksittäisissä piirroksissa (kuva 1).



Kuva 1. Tyttöjen yksilöpiirroksissa esille tulevat muutokset murrosikäisen kehossa (n=11)

Tyttöjen työstämässä yhteispiirroksissa (kuva 2) tuli esille samoja asioita kuin yksilöpiirroksissa. Kuukautisveri oli ainoa uusi asia, mikä isossa piirroksessa ilmeni. Kysyimme tytöiltä, mihin ikään murrosikä ajoittuu ja mikä sen panee alulle. Vastauksena saimme: 10 – 18-vuotiaana. Muutama osasi yhdistää hormonit murrosiässä alkaviin muutoksiin. Hormonien vaikutus nousi esille myös finneistä, rasvaisista hiuksista ja karvoituksista keskusteltaessa. Tyttöjen keskustelussa nousi esille, että rintojen kasvu on muutoksista ensimmäinen. Tytöt kertoivat rintojen koostuvan maito- tai rintarauhasista ja niiden merkityksen olevan imettäminen. Luuston kasvua ei näkynyt piirustuksissa, mutta tytöt sanoivat sen olevan yksi kehon muutos. Heidän mielestään luut katkeavat kasvettaessa nopeasti ja kasvupyrahdyks ajoittuu aikaan ennen murrosikää. Lantion levenemisen he yhdistivät raskaaksi tulemiseen sekä synnyttämiseen. Heidän mielestään naisen kurvikkuus johtuu luuston levenemisestä.



Kuva 2. Tyttöjen yhteispiirros

Tytöt tiesivät kuukautisista hyvin. Kuukautisten alkamiseen liittyy valkovuotoa ja alavatsakipua, ja ne ovat epäsäännölliset noin yhden vuoden ajan. Esille tuli myös, että kivut ja kuukautisvuoto on yksilöllisiä. Kuukautiset ovat heidän mielestään merkki siitä, että nainen voi jäädä raskaaksi. Kuukautiskierto oli tytöille epäselvä. Arvailuja oli kahden ja neljän viikon väliltä. Karvoitusta tytöt kertoivat tulevan alapäähän ja kainaloihin. Se, millaista karvoitus on, esimerkiksi väri tai määrä, oli heidän mielestään geneeistä johtuvaa. Finnejä tulee tyttöjen mielestä kaikille, mutta joillekin enemmän kuin toisille. Finnejä esiintyy kasvojen lisäksi myös muualla kehossa, vaikkakin vähemmän. Finnit johtuvat heidän mielestään hormonien lisäksi suklaasta ja meikeistä.

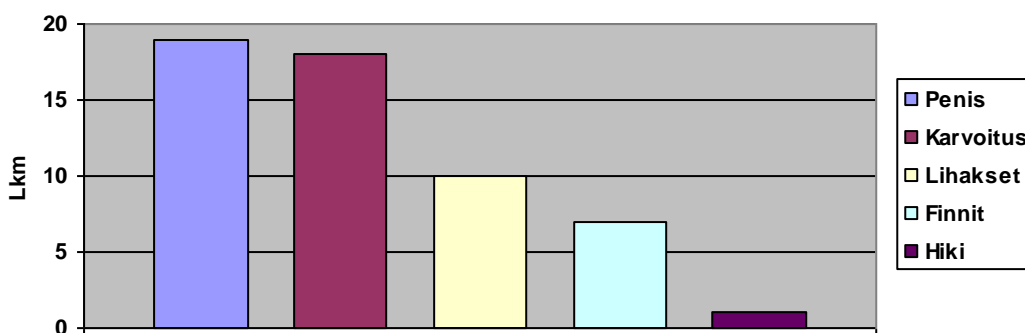
5.2 Fyysiset muutokset pojissa

Kaikissa tuottoisien piirroksissa oli piirretty penis, karvoitus ja lihakset sekä vaihdellen neljäntenä oli kuvattu finnit tai hiki. Tavanomaisten ryhmän tuotokset kuvasivat kolmea muutosta: penis, karvoitus sekä finnit tai lihakset. Lihasten kasvulla tarkoitamme koko kehon massan lisääntymistä sekä hartioiden levenemistä. Mukaan emme ole laskeneet, jos on kuvattu vatsalihakset eli ”sixpack”. Tuottoisien ja tavanomaisten

tietämyksen ero muutoksista oli pieni. Jako näihin kahteen ryhmään tehtiin vain yhden piirretyn muutoksen perusteella. Tieto näkyvistä muutoksista pojan kehossa oli melko laajaa.

Vaillinaiset olivat piirtäneet kaksi muutosta: peniksen sekä karvoituksen tai finnit. Vaikka vaillinaisten ryhmässä oli kuvattuna vain muutama muutos, olivat kaikki kuitenkin piirtäneet jotakin. Kukaan pojista ei palauttanut paperia, jossa ei näkyisi yhtään muutosta. Osa koki paineita omista piirustustaidoistaan, mutta rohkaisemalla piirtämään vaikka tikku-ukon, jokainen sai työnsä valmiiksi.

Kaikissa 19 piirroksessa oli kuvattuna peniksen kasvu. Toiseksi yleisin oli karvoitus, joka oli 18 piirroksessa. Kymmeneen paperiin oli piirretty lihasten kasvu eri puolille kehoa, esimerkiksi hauikset ja hartioiden leveneminen. Finnit oli piirretty kasvoihin seitsemässä työssä. Yhteen työhön oli kuvattu hiki (kuva 3).



Kuva 3. Poikien yksilöpiirroksissa esille tulevat muutokset murrosikäisen kehossa (N=19)

Poikien piirtämissä yhteispiirroksissa (kuva 4) tuli ilmi muutama uusi muutos, joita ei löytynyt yksilöpiirroksista. Peniksen kasvuun oli liitetty siemensyöksyjen alkaminen. Pituuskasvua oli kuvattu kirjoittamalla pituus senttimetrein tai piirtämällä nuoli ylöspäin ihmispiirroksen viereen. Äänenmurrokseen oli yhdistetty aataminomena ja sen kasvu, tai asiaa oli selitetty kirjoittamalla aataminomenan kohdalle ”äänemurros”. Kyseltäessä aataminomenasta kävi ilmi, että poikien mielestä se ei näy kaikilla. Äänemurrosta pojat kuvasivat kurkkukipuna ja äänen kiekumisena. Ihon rasvaisuutta oli kuvattu hiusten rasvoittumisena ja finniin muodostumisena. Poikien mielestä finnejä tulee kaikille, erityisesti kasvoihin, mutta niitä voi tulla myös muualle kehoon.



Kuva 4. Poikien yhteispiirros

Pojat kuvasivat puberteetin sijoittuvan 11 – 22 ikävuosiin. Heidän mielestään tytöillä se alkaa aikaisemmin, ja fyysiset muutokset näkyvät enemmän. Osa pojista tiesi aivojen vaikuttavan kehossa tapahtuvien muutosten alkamiseen. Hormonit tulivat myös keskustelussa esiin. Hormoneja he kuvasivat myös seuraavanlaisesti: ”sisäinen kello, joka aloittaa muutokset”. Poikien mielestä ensimmäinen fyysinen muutos on hien erityksen lisääntyminen. Aikajärjestyksessä seuraavana he arvelivat olevan äänenmurroksen ja karvan kasvun.

Merkittävimmäksi muutokseksi pojat sanoivat peniksen kasvun. Kivesten merkitys tiedettiin hyvin. Kivekset yhdistettiin siemensyöksyyn, yökasteluun sekä lastentekoon. Poikien mielestä yökastelua voi tapahtua myös ilman eroottisia unia. Geeneillä ymmärrettiin olevan merkitystä karvoituksen määrään sekä alueisiin, mihin sitä alkaa muodostua. Kaikille ei heidän mielestään tule partaa ja viiksiä. Vaikka pojat piirsivät yhteispiirroksiin vatsalihakset, he tiesivät, että ne eivät tule kaikille luonnostaan näkyviin, vaan niitä pitää treenata. Tarve näyttää hyvältä teininä näkyi yhteispiirroksissa ja tuli ilmi poikien puheista.

5.3 Vastuullisuus murrosiässä

A-tarinan 23 vastaajasta 13 kertoi tupakoimisen syyn johtuvan halusta olla suosittu. Halua olla suosittu kuvattiin useassa tarinassa synonyymeillä ”cool”, ”kovis”, ”trendikäs” ja ”siisti”. Lisäargumentteina oli esitetty myös halu saada kavereita, tai mallia oli otettu perheessä esiintyvistä tupakoinnista. B-tarinoista yleisimmäksi syyksi tupakointimattomuuteen oli oman terveyden säilyttäminen, joka oli 16 vastauksesta kahdestakymmenestäyhdestä. Teemaluokan ”terveys” alle kuuluvat myös kaikki vastaukset, joissa syyksi oli annettu jokin tupakoinnista aiheutuva sairaus, esimerkiksi syöpä. Terveysargumenttia oli selitetty joissain tarinoissa hyvin epärealistisesti. Yksi yleisimpiä argumentteja oli myös tupakoinnista aiheutuva paha haju, jota kuvattiin pysyvänä negatiivisena tekijänä kodissa tai ihmisessä. Molempien tarinoiden vastauksista nousee esille oppilaiden omat mielipiteet tupakoinnista. B-tarina oli selkeästi luontevaa vastata, että on järkevää olla polttamatta, ja osa olikin laittanut sen lisäargumentiksi. Myös A-tarinan vastauksista kävi ilmi, että osa kirjoittajista ei pitänyt tupakointia järkevänä. Saattaa olla, että kyseessä oleva vastaaja halusi tuoda esille, että hän ei itse polta tai ei hyväksy tupakanpoltoa. Seuraavassa on esimerkkilauseita oppilaiden kirjoittamista tarinoista:

”Koska Jorman mielestä tupakointi on siistii.” (A18)

”Tatu haluaa terveen elämän eikä mitään tautia, joka liittyy tupakkaan.” (B10)

”Kahden vuoden jälkeen uutisissa: Helsingin syöpäklinikalla on kuollut kaksi nuorta. Epäillään, että he polttivat.” (B1)

”Janne ei halua aloittaa polttamista, koska hän on järkevä.” (B20)

5.4 Psykkiset ja emotionaaliset muutokset

Vastaajia tyttöjen ryhmässä oli 24 ja poikien ryhmässä 20. Tunnetilat, joiden pohjalta oppilaat vastasivat kysymyksiin olivat: suru, ilo, pelko, ahdistus, yksinäisyys, arkuus, rohkeus, hämmennys, erilaisuus, viha, uhma, itsevarmuus, epävarmuus ja kiukku. Tytöt sekä pojat olivat valinneet helposti ilmaistaviksi tunteiksi useimmin ilon, kiukun ja vihan. Pojilla myös rohkeus oli saanut yhtä suuren kannatuksen kuin kiukku. Tytöt olivat vastanneet iloa 22 kertaa, kiukkuja 16 kertaa ja vihaa 12 kertaa. Poikien vastauk-

sisästä vastaavat luvut olivat 15, 8, 11 sekä rohkeus 8. Tyttöillä yhdistelmänä iloa, kiukkua ja vihaa oli vastattu eniten helposti ilmaistavina tunteina. Poikien vastauksista ei löytynyt yhtä selkeää vastausyhdistelmää. Arkuus ja ahdistus olivat ainoat tunteet, joita tytöt eivät olleet valinneet helposti ilmaistaviksi tunteiksi kertaakaan. Pojat eivät olleet vastanneet arkuutta helposti ilmaistavaksi tunteeksi.

Vaikeasti ilmaistaviksi tunteiksi tytöt olivat valinneet useimmiten erilaisuuden, itsevarmuuden, yksinäisyyden sekä pelon. Kaikkia oli vastattu yhdeksän kertaa. Vastauksista kuusi kertaa nousi esille rohkeus, epävarmuus ja suru. Poikien mielestä arkuus oli kaikkein vaikein ilmaista. Yksinäisyys, erilaisuus, epävarmuus sekä rohkeus olivat myös vaikeasti ilmaistavien tunteiden joukossa usein. Kaikki muut tunteet paitsi ilo olivat saaneet kannatusta molemmilla sukupuolilla. Lähestulkoon jokaisessa paperissa oli erilainen vaikeasti ilmaistavien tunteiden yhdistelmä.

Suurin osa vastanneista oli vastannut avoimiin kysymyksiin ilosta. Ilo kuvailtiin hyvänä, kivana, onnellisena ja energisenä tunteena. Olo koettiin voitokkaana ja onnistuneena, ja silloin asiat ovat hyvin. Oppilaiden mielestä iloiseksi voi tulla monesta eri asiasta, esimerkiksi ystävistä, hauskoista asioista, elämässä tapahtuvista muutoksista tai toisten auttamisesta. Oppilaiden mielestä ilon tunne on helppo tunnistaa itsessä ja toisissa. Useiden mielestä ilon näkee hymyilevistä tai nauravista kasvoista. Ilo yhdistettiin myös ystävällisyyteen. Iloisuuden voi myös aavistaa toisesta ihmisestä.

Kiukku koettiin sekä helposti että vaikeasti ilmaistavana tunteena. Kiukkua kuvailtiin tunteena, mikä suututtaa ja raivostuttaa. Kiukku koettiin myös vihan tunteena, minkä haluaisi purkaa johonkin muuhun ihmiseen. Vastauksista huomasi, että kiukku ja viha tunteina oli vaikea erotella. Kiukkua ei pidetty kielteisenä tunteena, vaan pikemminkin tunteena, joka oli kiva kokea. Kiukkuseksi voi tulla väsyneenä, yksinäisenä tai jos on riidellyt kaverin kanssa tai on huonolla tuulella. Kiukkua koettiin myös, jos ei saanut tarpeeksi omaa rauhaa. Kiukku koettiin helposti tunnistettavaksi tunteeksi. Äkäisyys, räyhääminen ja huutaminen yhdistettiin kiukkuseen ihmiseen. Iloa ja kiukkua kuvailtiin mm näin:

”Ilo tuntuu siltä, että nousisi metrin maanpinnasta ilmaan.”

”Kiukku tuntuu vapauttavalta.”

Erilaisuus koettiin sekä helposti että vaikeasti ilmaistavana tunteena, minkä pohjalta vastattiin avoimiin kysymyksiin. Erilaisuus koettiin positiivisena ja kivana asiana, mutta tunteena, että ei kuulu joukkoon. Erilaisuus näkyi myös siinä, kuinka kaikki kehittivät omaan tahtiinsa. Tunteen aiheuttajaa oli vaikea kuvata, ja useimmissa vastauksissa se oli ymmärretty väärin. Yhtenä aiheuttajana tunteelle koettiin halu olla erilainen. Joissakin tapauksissa erilaisuuden aiheutti syrjityksi tai pilkan kohteeksi joutuminen. Erilaisuuden voi tunnistaa, kun joku toinen toimii eri tavalla kuin toinen. Erilaisuuden tunnistaminen oli vaikeaa esimerkiksi sellaisissa tapauksissa, joissa ”ihminen kätkee sen sisäänsä”.

Vaikeasti koettavista tunteista yksinäisyyteen oli vastattu useasti avoimissa kysymyksissä. Se koettiin kurjana, haikeana, surullisena ja jopa pelottavana tunteena. Yksinäisyyden syyksi selitettiin kaverittomuutta ja erilaisuutta. Tunne koettiin vaikeaksi tunnistaa toisessa ihmisessä. Oppilaiden mielestä voi arvailla ihmisen olevan yksinäinen, jos hän vetäytyy pois muiden seurasta.

Rohkeus ja pelko koettiin vaikeana tunteena ilmaista. Itsevarmuuden kerrottiin aiheuttavan rohkeuden tunteen, ja rohkean ihmisen voi tunnistaa teoista. Pelko koettiin kamalana tunteena ja sen koettiin aiheuttavan tilanteista, joihin ei uskalla itse ryhtyä. Pelon tunnistamista muissa ihmisissä ei osattu kuvailla.

Lopuissa papereissa oli vaikeasti ilmaistavaksi tunteeksi valittu seuraavat tunnetilat: itsevarmuus, hämmennys, arkuus, ahdistus, viha ja suru. Itsevarmuutta oli kuvattu uskona itseensä ja haluna ilmaista omat mielipiteensä. Tunteen aiheuttajaksi kuvattiin onnistumista aisoissa. Itsevarman ihmisen voi tunnistaa ulkoisesta olemuksesta sekä siitä, että hän uskaltaa kokeilla uusia asioita. Itsevarmuutta pidettiin myös itsekkäänä ja ärsyttävänä piirteenä. Surun aiheuttaa jokin ikävä tapahtuma. Se oli helppo tunnistaa ja kokea. Hämmennyksen osalta kysymyksiin ei osattu vastata haetulla tavalla.

Arkuus koettiin nolona ja outona. Ei uskalleta tehdä tiettyjä asioita. Arkuuden aiheuttaa uusien asioiden tai ihmisten kohtaaminen. Arkuuden tunnistaminen muissa ihmisissä oli vaikeaa. Ahdistuneisuutta osattiin kuvata hyvin. Tunne aiheutuu muiden ihmisten painostuksesta, ja sen voi tunnistaa. Ahdistuneisuus yhdistettiin myös ahtaampaikankammoon, jota kuvattiin seuraavanlaisesti:

”Ahdistuneisuus tuntuu siltä, että olisi laatikossa, jonka seinät tulisivat koko ajan lähemmäs, kunnes puristavat kasaan.”

6 POHDINTA

Tutkimuksen suorittaminen koululla oli antoisaa. Suunnitteluvaiheessa opinnäytetyön aiheen arkuus mietitytti ja heräsi epäily, saammeko rakennettua hyvän luottamussuhteen oppilaisiin ja sitä kautta kerättyä riittävästi materiaalia. He tuottivat kuitenkin tutkimukseen odotettua enemmän materiaalia. Opettajien ja oppilaiden suuri kiinnostus teematunteja kohtaan helpotti tutkimusmateriaalin keräämistä. Saimme oppilaat osallistumaan aktiivisesti tunneilla, ja osa oppilaista oli jo ottanut asioista selvää ennen tunneille tuloa. Teematuntien työstäminen oppilaiden kanssa oli mielenkiintoista ja haastavaa. Työskentelyn haastavuutta lisäsi nuorten erilaisuus. Osa oli vahvasti ulospäin suuntautuneita ja rohkeita tuomaan mielipiteensä esiin, kun taas osa oli varautuneempia, ja he tarvitsivat enemmän rohkaisua osallistumiseen. Aineistonkeruu erilaisia menetelmiä käyttäen palveli hyvin näiden kahden 6. luokan kohdalla, ja jokainen sai tuotua esiin omaa tietämystään.

Piirustustehtävän suorittaminen oli nuorten mielestä ehdottomasti kiinnostavin teematunti. Asiaan saattoi vaikuttaa se, että fyysisiä muutoksia käsiteltiin ensimmäisellä kerralla ja aihe oli varmasti kaikille tutuin. Tulosten perusteella nousi esille, että tytöt ja pojat tiesivät asioista paljon. Se, missä järjestyksessä murrosiän muutokset tapahtuvat, oli pojille epäselvää. Pojat kuvittelivat, että ensimmäinen murrosiän muutos on hien erityys sekä äänenmurros ja karvoituksen lisääntyminen. Todellisuudessa kivesten kasvu kuitenkin aloittaa poikien murrosiän.

Yllättävää oli, kuinka moni tyttö jätti piirtämättä murrosiän muutoksia yksilöpiirroksiin. Näistä piirroksista huokui halu saada lopputulokseksi mahdollisimman kaunis tytön kuva eikä niinkään keskittyä annettuun tehtävään. Saattaa olla, että nämä tytöt kokivat epävarmuutta omista piirustustaidoistaan tai tietämyksestään. Tyhjän paperin jättäneet eivät välttämättä innostuneet aiheesta tai pitivät aineistonkeruumenetelmää heille vaikeana. Ajatellaan, että myös tavallisten joukossa olisi ollut varmasti enemmän tietämystä asioista, mutta arkuus piirtää muutoksia saattoi vaikuttaa lopputulokseen. Poikien kohdalla emme havainneet vastaava arkuutta piirtämisessä. Ajatellaan, että pojat eivät hävenneet omia piirustustaitojaan ja heillä on vahvempi näyt-

tämisenhalu. He mahdollisesti kokevat murrosiän alkamisen hienona tapahtumana ja haluavat myös muiden tietävän siitä.

Kirjoitustehtävä sai aluksi laimean vastaanoton. Edellinen teematunti oli ollut vahvasti normaalista oppitunnista poikkeava, joten oppilaat ehkä odottivat, että muitakin teemoja käsitellään erilaisella tavalla. Alkuperäisyyden jälkeen yllätyimme tarinoiden pituudesta sekä siitä, että kaikki osallistujat olivat kirjoittaneet tarinan. Ennakkoletuksena meillä oli, että vastauksissa näkyisi ryhmän paine tupakoinnin aloittamiseen. Tarinoita analysoidessa kävi kuitenkin ilmi täysin vastakkainen asia. B-tarinoista selvisi, että ryhmän paineesta huolimatta tupakasta pystyttiin kieltäytymään. Otettiin vastuu omista päätöksistä kieltäytyä tupakasta ja samalla pystyttiin säilyttämään kaverisuhteet. Ainoastaan yhdessä A-tarinassa ryhmän painostus sai henkilön tupakoimaan. Vaikka ryhmän painostuksella ei ollut näkyvää merkitystä tupakoinnin aloittamisessa, kuitenkin halu olla suosittu esiintyi useissa tarinoissa. Tästä voisi päätellä, että kavereiden mielipiteillä on kuitenkin merkitystä tupakointiin, vaikka tarinoissa asiaa ei ollut ilmaistu ryhmän painostuksena.

Vastauksista huomasimme oppilaiden tiedostavan hyvin tupakoinnin haitat ja vaarat. Terveysargumentti nousi vastauksissa selkeästi esille, ja se onkin mielestämme riittävä syy tehostaa terveystiedon opetusta alaluokilla. Oppilaat ymmärsivät riippuvuuskäsitteen ja sen merkityksen tupakanpoltossa. Positiivisena yllätyksenä meille tuli, miten osa kirjoittajista oli ajatellut asiaa hyvin kokonaisvaltaisesti. Tulevaisuuden haluttiin menevän hyvään suuntaan ja omilla valinnoilla katsottiin olevan merkitystä.

Viimeinen teemakerta oli meidän mielestämme haastavin. Kyselylomake oli oppilaille liian vaikea, ja tunnin rakenne oli hajanainen. Tunnin loppupuolelle jäi ylimääräistä aikaa johtuen siitä, että aihe oli vaikea ja keskittyminen herpaantui. Kyselylomake olisi pitänyt esitellä jollakin kuudesluokkalaisella ja sen perusteella muokata kysymyksiä selkeämpään muotoon. Tunteita käsittelevä aihe oli tämänikäisille mahdollisesti vaikea ymmärtää, ja siitä johtuen aineiston koko jäi odotettua pienemmäksi. Jouduimme hylkäämään analysointivaiheessa osan vastauksista kokonaan. Tuloksia analysoitaessa yllätyimme positiivisesti kysymykset oikein ymmärtäneiden vastauksista. Vastauksissa oli hyvin kuvattu tunteita, tunnistettu tunteiden aiheuttajia ja osattu lukea tunnetiloja toisista ihmisistä.

Tunteita, joita vastaajat olivat valinneet vaikeasti ilmaistaviksi, olivat melko abstrakteja. Tästä syystä niitä oli luultavasti valittu tähän kategoriaan. Näitä tunnetiloja oli vaikea ymmärtää itsensä tai toisen käyttäytymisestä. Tunnetilat voivat olla myös sellaisia, että niitä on vaikea sanallisesti selittää, kun taas ilo, kiukku ja viha ovat helposti selitettävissä ja huomattavissa itsestä sekä toverista. Ilo, kiukku ja viha ovat myös tunteita, joita on varmasti jokainen harjoitellut jo pienestä pitäen. Ahdistus, epävarmuus, itsevarmuus ja erilaisuus ovat tunteita, joita nuori saattaa kokea tässä iässä vasta ensimmäistä kertaa. Poikien vastauksista näkyi, että on helppoa näyttää olevansa rohkea, mutta samanaikaisesti on vaikea ilmaista olevansa arka. Muutenkin poikien vastauksista ilmeni, kuinka vaikea on ilmaista olevansa ”heikko”. Ei siis haluta jäädä joukon ulkopuolelle olemalla erilainen.

Keräsimme oppilailta palautteen pidetyistä teematunneista (liite 4). Saadun palautteen perusteella oppilaat olisivat halunneet käsiteltävän myös seksiin liittyviä asioita. Vaikka oppilaat odottivat, että teematunneilla puhutaan seksistä, ja he kiinnostuivat eniten fyysisistä kehon muutoksista, meidän mielestämme oli yhtä tärkeää käsitellä emotionaalisia asioita.

Tulosten perusteella saimme vastaukset asetettuihin tutkimustehtäviin. Koimme yhteistyön Rauhalan koulun 6.-luokkalaisten ja heidän opettajiensa kanssa mielekkääksi ja onnistuneeksi.

7 JATKOSUUNNITELMAT

Mielestämme tämän opinnäytetyön tuloksia voi hyödyntää mietittäessä terveystieteiden opetusta alakouluissa. Opinnäytetyön tulosten pohjalta myös kouluterveydenhoitaja pystyy terveystarkastuksia suorittaessaan täsmentämään kysymyksiä enemmän tunnekehitykseen sekä vastuullisuuteen. Tulosten perusteella terveystieteiden opetusta suunniteltaessa olisi tarpeen painottaa nuoren emotionaalista kehitystä. Koska nykyisin terveydenhoitajan resurssit pitää terveystieteen tunteja yhteistyössä opettajien kanssa ovat rajalliset, haluamme tässä opinnäytetyössä saatujen tulosten pohjalta tehdä Rauhalan koulun opettajille materiaalia terveystieteiden opetuksen tueksi.

LÄHTEET

- Aalberg, V. & Siimes, M. 1999. Lapsesta aikuiseksi; nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi. Helsinki: Nemo.
- Bjålie, J., Haug, E., Sand, O., Sjaastad, O. & Toverud, K. 2005. Ihminen: Fysiologia ja anatomia. Helsinki: WSOY.
- Cacciatore, R. 2007. Huomenna pannaan pussauskoppiin: eväitä tyttönä ja poikana kasvamisen haasteisiin syntymästä murrosikään. Helsinki: WSOY.
- Cantell, H., Jutila, H., Laiho, H., Lavonen, J., Pekkala, E. & Saari, H. 2007. Pisara 5: Biologia ja maantieto. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Dunderfelt, T. 2006. Elämänkaari psykologia. Helsinki: WSOY.
- Eskola, J. 1997. Eläytymismenetelmäopas. Tampere: TAJU.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1996. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Rovaniemi: Lapin yliopistopaino.
- Eskola, J. & Suoranta, J., 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Hakulinen, T., Hirvonen, E., Koponen, P., Pietilä, A., Salminen, E. & Sirola, K. 2002. Terveystietäminen – Uudistuvat työmenetelmät. Helsinki: WSOY.
- Hautamäki A., Wahlström J., Wahlström R. & Sinisalo P. 1981. Kasvuvuosien psyykinen kehitys. Helsinki: Suomen kaupunkiliitto.
- Janhonen, S. & Nikkonen, M. 2001. Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteissä. Helsinki: WSOY
- Kangas, S., Lundvall, A. & Sintonen, S. 2008. Lasten ja nuorten mediamaailma pähkinänkuoressa. Liikenne- ja viestintäministeriö. Lasten ja nuorten mediafoorumi. Saatavissa:

http://www.lvm.fi/c/document_library/get_file?folderId=22170&name=DLFE-4803.pdf&title=Lasten [Viitattu: 4.3.2010].

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2009. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: WSOYpro Oy

Koistinen, P., Ruuskanen, S. & Surakka, T. 2009. Lapsen ja nuoren hoitotyön käsikirja. Helsinki: Tammi

Kronqvist, E. & Pulkkinen, M. 2007. Kehityopsykologia – Matkalla muutokseen. Helsinki: WSOY

Leppänen, R. 2005. Älä murjota murkkuikä! – Kuudesluokkalaisten käsityksiä murrosiästä. Kasvatustieteen pro gradu –tutkielma. Saatavissa:

http://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/10182/URN_NBN_fi_jyu-200521.pdf?sequence=1 [Viitattu 18.12.2009].

Metsämuuronen, J. 2008. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Vaajakoski: Gummerus

Metsämuuronen, J. 2006. Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Jyväskylä: Gummerus

Nuoret: tytön kehittyminen ja keho. Nuorten nettipalvelu. Väestöliitto. Saatavissa:

http://www.vaestoliitto.fi/seksuaaliterveys/seksuaaliterveysklinikan_nettipa/nuoret/tietopankit/murrosika/tyton_kehittyminen_ja_keho/ [Viitattu 8.11.2009].

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. 2004. Opetushallitus. Saatavissa:

www.oph.fi/ops/perusopetus/pops_web.pdf [Viitattu 4.1.2010].

Pojissa tapahtuvat muutokset. Nuoret. Väestöliitto. Saatavissa:

http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/kasvu_ja_kehitys/poikienmuutokset/ [Viitattu 4.1.2010].

Rauhalan koulun opetussuunnitelma. Saatavissa:

http://www.kotkankoulut.fi/Rauhalan_koulu/Opetus/Opetussuunnitelma [Viitattu 4.1.2010].

Seksuaalisuuden portaat. Nuoret. Väestöliitto. Saatavissa:

http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/kasvu_ja_kehitys/seksuaalisuuden_portaat/ [Viitattu 4.1.2010].

Siimes, M. Murrosikäisen kehityksestä. Saatavissa:

http://www.occuphealth.fi/NR/rdonlyres/CD676549-808C-4E2E-AFEA-13499F03F4D0/0/Murrosikaisenkehitys_Siimes231104.pdf [Viitattu 12.11.2009].

Stakesin kouluterveyskysely 2008. Saatavissa:

<http://info.stakes.fi/kouluterveys/tulokset/kymenlaakso2008rap.pdf> [Viitattu 4.3.2010].

Terho, P., Ala-Laurila, E-L., Laakso, J., Krogus, H. & Pietikäinen, M. 2002. Koulu-terveydenhuolto. Helsinki: Duodecim.

Terveystieto sai hyvän vastaanoton. 2009. Opetushallituksen lehdistötiedote 12.11.2009. Saatavissa:

http://www.oph.fi/etusivu/102/terveystieto_sai_hyvan_vastaanoton_3 [Viitattu 4.3.2010].

Vilka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Tammi.

Vilka, H. 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.

Vuorinen, R. 1997. Minän synty ja kehitys. Porvoo: WSOY.

Tarina A

X on 13-vuotias nuori, jolla on paljon kavereita. Kaveripiirissä tapahtuu kaikenlaista. X tupakoi ainoana kaveripiirissä, vaikka kavereista ei moni tupakoikaan. Kerro miksi näin?

Tarina B

X on 13-vuotias nuori, jolla on paljon kavereita. Kaveripiirissä tapahtuu kaikenlaista, mutta tupakointia X ei ole aloittanut, vaikka kavereista moni tupakoikin. Kerro miksi näin?

MILTÄ TUNNE TUNTUU ?

MIKÄ TUNTEEN AIHEUTTAA? MISTÄ SE TULEE?

MITEN TUNTEEN VOI TUNNISTAA? VOIKO SEN TUNNISTAA?

Hyvät tulevien kuudesluokkalaisten vanhemmat

Olemme kaksi terveydenhoitajaopiskelijaa Kotkasta. Opiskelemme Kymenlaakson ammattikorkeakoulussa Kuusankoskella tällä hetkellä kolmatta vuotta. Teemme opinnäytetyömme yhteistyössä Rauhalan ala-asteen kanssa, aiheena kuudesluokkalaisten seksuaali- ja terveystieteiden opetus. Tarkoituksemme on selvittää oppilaiden tiedon määrää naiseksi ja mieheksi kasvamisesta. Haluamme myös kuulla oppilaiden mielipiteitä siitä, mitä aiheeseen liittyvää he haluaisivat tässä ikävaiheessa tietää. Keräämiemme tietojen pohjalta pidämme oppilaille seksuaali- ja terveystieteiden tunnin keuhäälä 2010.

Opinnäytetyön toteutus on tarkoitus aloittaa ensi syksynä. Tapaamme oppilaita useamman kerran syyslukukauden aikana. Tarkoituksemme on ensimmäisellä kerralla tavata kaikki kuudesluokkalaiset kerralla ja kertoa tulevien tapaamisten teemoista. Seuraavilla kerroilla tytöt ja pojat ovat omissa ryhmissään. Tapaamiset sisältyvät oppitunteihin. Tunneilla käsitellyt asiat ja käytyt keskustelut ovat luottamuksellisia eikä kenenkään oppilaan henkilöllisyyttä tulla käsittelemään opinnäytetyösämme.

Toivomme, että lapsenne saa osallistua pitämillemme tunneille.

Keväisin terveisin

Anni Ikonen ja Pia Saarelma

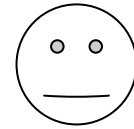
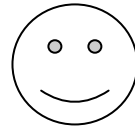
Lapsen nimi _____

Lapseni saa osallistua ei saa osallistua

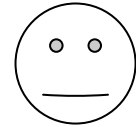
Vanhemman allekirjoitus _____

Palautelomake

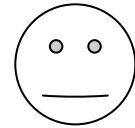
Kiinnostivatko tuntien aiheet sinua?



Tiesitkö asioista paljon jo etukäteen?



Piditkö työskentelytavoista?



Jäikö jokin haluamasi asia käsittelemättä, mikä?

Mistä haluaisit meidän kertovat kevään terveystiedon tunnilla?

Kiitos yhteistyöstä!