



PIRKANMAAN  
AMMATTIKORKEAKOULU

**VANHEMMUUDEN TUKEMINEN LAPSEN TULLESSA  
MURROSIKÄÄN**

Tiina Uusitalo

Opinnäytetyö  
Maaliskuu 2009  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Terveystyön suuntautumisvaihtoehto  
Pirkanmaan ammattikorkeakoulu

## TIIVISTELMÄ

Pirkanmaan ammattikorkeakoulu  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Terveystyön suuntautumisvaihtoehto

UUSITALO, TIINA:

Vanhemmuuden tukeminen lapsen tullessa murrosikään

Opinnäytetyö 80s., liitteet 37s.  
Maaliskuu 2009

---

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli järjestää vanhempainilta murrosiästä neljännen luokan oppilaiden vanhemmille. Opinnäytetyöni tavoite on saada aikuiset ymmärtämään paremmin murrosikäistä ja hänen maailmaansa sekä tukea murrosikää saavuttavien lasten vanhempien vanhemmuutta.

Kirjallisuuskatsauksessa selvitin opinnäytetyölleni taustaa miten murrosikä on muuttunut Suomessa 1950-luvulta tähän päivään ja mitkä asiat ovat vaikuttaneet, vaikuttavat muutokseen. Kirjallisuuskatsauksessa tuli esiin murrosiän perustehtävien, fyysisen ja henkisen kasvun pysyneen pääosin samanlaisena ajan kuluessa. Yhteiskunnan muuttuessa se on tuonut uudenlaisia haasteita murrosikäisen nuoren kohdalle ja muokannut käsitystämme murrosiästä. Jo itse käsitteiden monimuotoisuus on laajentunut.

Opinnäytetyöni on projektityö. Kirjallisuuskatsauksen pohjalta pidin vanhempainillan alaluokkien neljännen luokan lasten vanhemmille. Vanhempainiltaan, Tampereen Karosen koulun neljännen luokan luokkatilassa, osallistui 14 vanhempaa, luokalla oppilasmäärän ollessa 21. Vanhempainillan tarkoituksena oli tukea murrosikää lähestyvien lasten vanhempien vanhemmuutta.

Palautekyselyn tuloksena vanhempainillasta nousi esiin vanhempien mielenkiinto nuoriaan kohtaan ja heidän halunsa tietää sekä ymmärtää nuoriaan paremmin. Vanhemmat halusivat lisätietoa murrosiästä ja sen mukanaan tuomista muutoksista ennen kaikkea psyykkisellä ja sosiaalisella alueella.

---

Asiasanat: Murrosikä, vanhemmuus, työmenetelmät, seksuaalisuus, nuorisokulttuuri, henkinen kehitys, sosiaalinen kehitys, fyysinen kehitys, kasvatus

## ABSTRACT

Pirkanmaan ammattikorkeakoulu  
Pirkanmaa University of Applied Sciences  
Degree Programme in Nursing and Health Care  
Public Health Nursing

UUSITALO, TIINA:

Supporting parenting skills when a child is approaching puberty

Bachelor's thesis 80 pages, appendices 37 pages

March 2009

---

This Bachelor's thesis was carried out as a project. The aim of this thesis was held a parents' evening for the parents of fourth-graders. Fourteen parents participated in the session, while the number of the pupils in the class was 21. The purpose of the parents' evening was to support parenthood.

In literature I define how puberty has changed in Finland since 1950s and what has been involved in it. It was studied how puberty has been handled in literature at different times and how the youth and youth movement have changed at the same period of time.

The puberty itself has not changed radically, but the concept of puberty has been re-shaped. The society has changed, bringing along new challenges, as well as a new perspective to how people see puberty today.

The outcome of the feedback towards the evening was that the parents have interest for their teenagers, and they are willing to understand them better, as well as to know more about them. The results show that the parents would like to get familiar with especially the social and mental aspects of puberty.

---

Keywords: Puberty, parenting, method of work, sexuality, youth movement, mental development, social development, physical development, parents

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	5
2	OPINNÄYTETYÖN TAUSTA .....	7
2.1	Opinnäytetyön tavoite ja tarkoitus .....	7
3	VANHEMMAT JA MURROSIKÄ.....	9
3.1	Kasvatus .....	10
3.2	Murrosikä .....	11
3.3	Vanhemmuus .....	13
4	VANHEMPAINILTA TERVEYDENHOITAJAN TYÖMENETELMÄNÄ.....	14
4.1	Terveydenhoitajan työmenetelmät .....	15
4.1.1	Moniammatillinen yhteistyö .....	15
4.1.2	Vuorovaikutuksellinen tukeminen .....	17
4.1.3	Dialoginen vuorovaikutus .....	18
4.1.4	Ratkaisu- ja voimavarakeskeinen työtapa.....	19
4.1.5	Vanhemmuuden roolikartta.....	20
4.1.6	Verkostokartta.....	22
4.1.7	Ryhmänohjaus.....	24
4.2	Perhehoitotyö .....	25
5	TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ .....	28
5.1	Vanhempainilta-opinnäytetyönä .....	29
5.2	Vanhempainillan aikataulu .....	30
5.3	Vanhempainillan toteutus .....	33
5.4	Vanhempainillassa esiin tulleet asiat .....	34
6	JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA.....	36
6.1	Eettisyys ja luotettavuus opinnäytetyössä.....	37
6.2	Opinnäytetyön merkitys .....	38
6.3	Kehittämisehdotukset ja jatkotutkimushaasteet .....	38
	LÄHTEET.....	40
	LIITTEET .....	43

## 1 JOHDANTO

Valitsin opinnäytetyöni aiheeksi murrosiän, sillä olin kuullut usealta vanhemmalta, kuinka heidän on vaikea ymmärtää nykyisiä murrosikäisiä. Miksi heidän Maija ja Matti käyttäytyvät näin, eihän heidän tulisi vielä olla murrosiässä, vasta 9–10 -vuotiaana. Murrosikä yllättää niin monet vanhemmat kuin ammattilaisetkin, mutta onko kysymys sittenkään murrosiän aikaistumisesta ja muuttumisesta vai nuoria ympäröivän yhteiskunnan arvojen ja käyttäytymisen muutoksesta.

Aloin miettimään omia tietojani murrosiästä, ja totesin niiden suurelta osin perustuvan aikaan, jolloin olin itse murrosikäinen. Mietin, miten voisin terveydenhoitajana kohdata tasavertaisesti niin itse lapsen, nuoren kuin hänen vanhempansa ja ymmärtää molempia osapuolia. Voisinko terveydenhoitajana toimia siltana nuoren ja hänen vanhempiansa välissä, niin ajatusmaailman kuin informaation osalta. Jotta voisin auttaa vanhempaa ja nuorta ymmärtämään toisiaan, tulisi minun saada tietoa siitä, millaista on ollut olla nuori ennen ja nyt.

Saadakseni käsityksen suomalaisten murrosiän muuttumisesta, keskityn työni taustoituksessa (liite 1) suomalaiseen kirjallisuuteen, tutkimuksiin ja suomessa vaikuttaneisiin ilmiöihin suomalaisesta näkökulmasta. Kuten Ojajärvi (1982, 5) kirjoittaa, kasvustandardit eivät ole kaikille maille yhteisiä geneettisten ja ympäristöllisten eroavaisuuksien vuoksi. Siksi niitä tulisikin käyttää siinä maassa jossa tutkimus on suoritettu. Vaikka tuotokseni ei perustu pelkkiin kasvustandardeihin, ovat ne kuitenkin merkittävä osa työni pohjaa. Tuotostani voi käyttää vain suunnannäyttäjänä suomalaiseen murrosikään ja sen muutokseen eri aikoina, eikä se sovellu yksilökohtaiselle tasolle.

Mietin miten saisin tämän tiedon ja ajatusmaailman jaettua vanhemmille ja miten he suhtautuisivat siihen. Päädyin vuorovaikutteiseen vanhempainiltaan, sillä tällöin minulla olisi mahdollisuus oppia tuntemaan paremmin vanhempien ajatusmaailmaa ja elämää.

Toiminnallinen osuus työssäni on vanhempainillan pitäminen joka perustuu työni liitteenä (LIITE 1) olevaan kirjallisuuskatsaukseen murrosiästä eri aikakausina. Halusin pitää vanhempainillan esimurrosikäisten lasten vanhemmille. Tarkoituksena oli pitää 1-

2 vanhempainiltaa 4. luokkalaisten vanhemmille lastensa koululla. Tämän ikäiset lapset ovat tulossa murrosikään. Vanhempien olisi hyvä huomioida asiaa ajoissa, jotta he kykenisivät asettumaan lapsen asemaan ja näin ennakoimaan mahdollisia haasteita ja ongelmia, mitä murrosikä asettaa nuorelle, vanhemmille, perheelle ja muulle ympäristölle. Halusin myös tietää, mitä mieltä vanhemmat ovat siitä, että asia otetaan näin aikaisin esille ja mitkä asiat nousevat päällimmäisiksi heidän mielissään.

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli järjestää vanhempainilta murrosikästä neljännen luokan oppilaiden vanhemmille. Opinnäytetyöni tavoite on saada vanhemmat, aikuiset ja nuorten kanssa työskentelevät ammattilaiset ymmärtämään paremmin murrosikäistä ja hänen maailmaansa sekä tukea murrosikää saavuttavien lasten vanhempien vanhemmuutta.

## 2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA

Kouluterveydenhuollon tehtävänä on huolehtia, että koulu yhteisö ja vanhemmat ovat tietoisia tyttöjen ja poikien kasvun ja kypsymisen keskimääräisistä eroista sekä aiempaa varhaisemmasta fyysisestä aikuistumisesta. Lapsen kehitysyhteisöjä, joista ovat perheen lisäksi tärkeimpiä päivähoito ja koulu, tulisi vahvistaa ja yhdistää peruspalveluihin perheen tukemiseksi. (Kouluterveydenhuolto 2002, 13–16.)

Vanhemmilla on toiveita keskustelevista vanhempainilloista, joissa nuoren tullessa siirtymävaiheisiin saataisiin terveydenhoitajan ohjauksellista ja tiedollista tukea vanhemmuuteen. He toivovat myös lapsen ikäkauteen ja terveyteen liittyvää kirjallista terveyskasvatusmateriaalia. (Mäenpää 2008, 61–66, 73.)

Sain myös lähipiiristäni paljon pyyntöjä selvittää tätä asiaa paremmin. Ennen kuin päätin tämän työn aiheen lopullisesti, keskustelin monien tämän ikäisten lasten vanhempien ja muutamien tätä ikäluokkaa opettavien opettajien kanssa. He halusivat lisää tietoa ja vanhempainiltoja kyseisistä asioista. Tältä pohjalta lähdin suunnittelemaan omaa opinnäytetyötäni.

### 2.1 Opinnäytetyön tavoite ja tarkoitus

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli järjestää vanhempainilta murrosiästä neljännen luokan oppilaiden vanhemmille. Pääteemoina iltaan olivat murrosiän muutokset, vanhemmuus ja sen tukeminen.

Opinnäytetyöni tavoite on saada vanhemmat, aikuiset ja nuorten kanssa työskentelevät ammattilaiset ymmärtämään paremmin murrosikäistä ja hänen maailmaansa sekä tukea murrosikää saavuttavien lasten vanhempien vanhemmuutta. Terveydenhoitajan tai muut nuorten kanssa työskentelevät kykenevät hahmottamaan murrosiän muutokset eri aikausina ja saavuttamaan paremman yhteyden nuoriin ja heidän vanhempiinsa.

Opinnäytetyöni taustoituksessa (LIITE 1) tarkastelen nuorisokulttuuria Suomessa eri vuosikymmeninä. Miten murrosikä tai käsitys siitä on muuttunut ajan kuluessa ja mitkä asiat ovat vaikuttaneet siihen. Aineistona käytin suomenkielistä kirjallisuutta.



### 3 VANHEMMAT JA MURROSIKÄ

Ensisijaisin ja tärkein ryhmä, johon lapsi kuuluu, on perhe. Sillä on suuri vaikutus lapsen terveyden ja hyvinvoinnin kehityksessä. Perhe voi joko edistää tai heikentää lapsen hyvinvointia ja selviytymistä ikäkauden asettamista kehitystehtävistä. 7–12-vuotias alakoululainen elää keskilapsuuden aikaa, jolloin hän hiljalleen siirtyy laajempiin sosiaaliin ympyröihin. Tämä vaikuttaa hänen kognitiiviseen ja sosioemotionaaliseen kehitykseensä ja näyttäytyä käyttäytymisessä. Lapsen itsetunnon, persoonallisuuden ja mielen terveyden kehityksen kannalta tärkeää onkin kodin ilmapiiri sekä vanhempien ja sisarusten suhtautuminen. Alakoulun aikana lapsi oppii itsenäisesti tekemään valintoja, hän oppii elämisen taitoja ja terveystottumukset muodostuvat koko elämänsä ajaksi. Kuitenkin hänen tietotaitonsa päätöksen tekoon on rajoittunut ja edellyttää keskustelumahdollisuutta, ohjausta ja tukea aikuiselta. Ikätovereiden merkitys kasvaa lapsen itsenäistytessä, eteenkin samaa sukupuolta olevien. Heiltä opitaan sukupuolelle tyypillistä käytöstä, sosiaalisia ja toiminnallisia taitoja. (Mäenpää 2008, 22–25.)

Perheen arjen ja työn sovittaminen yhteen on erilaista eri-ikäisten lasten perheissä ja tämä heijastuu niin perheeseen kuin vanhemmuuteenkin. Vaihe, jossa perheen lapset siirtyvät murrosikään on kiinnostava, sillä perhe-elämää koskevat tällöin useat, lyhyellä aikavälillä tapahtuvat päällekkäiset muutokset. Murrosikään tulevien lasten vanhemmat ovat monesti itse tulossa keski-ikään ja pohtivat parisuhdettaan, isovanhemmat saattavat jäädä eläkkeelle tai sairastua, ja näiden asioiden vaikutukset heijastuvat perheeseen. (Sallinen & Rönkä 2008, 44.) Koululaisilla on nykyisin terveyteen ja hyvinvointiin liittyviä ongelmia, joiden takana on usein koko perheen ja vanhempien pahoinvointi. Niiden takana voivat olla perherakenteen hajanaisuus, kasvatusongelmat, sairaudet ja elintapoihin liittyvät ongelmat. (Mäenpää 2008, 25.) Lasten turvaverkkoja heikentävät perheiden hajoamiset (Sarjala 2003, 264). Kielteisiä tunteita ja huolia nuorelle perheessä aiheuttavatkin ristiriidat, eripuraisuus, vanhempien avioero, perheenjäsenen sairaus tai kuolema ja liiallinen riippuvuus perheestä (Mäenpää 2008, 24).

Nuoren sisäisessä maailmassa välit vanhempiin synnyttävät ristiriitoja. Aikuiset unohtavat helposti oman nuoruutensa, tai muistavat siitä vain tunnekuohut ja ristiriidat. Jos vanhemmat torjuvat oman nuoruutensa sekä siihen liittyvät kokemukset, ne saattavat

tulla esiin siten, että vanhemmat sietävät huonosti nuoruuden kuohuntaa. Vanhemmat voivat tällöin muuttua aiempaa jyrkemmiksi tai olla asettamatta nuorelle rajoituksia. (Aalberg & Siimes; 2007, 126.) 80 prosenttia aikuisten ajatuksista on menneisydessä, 15 prosenttia tulevaisuudessa ja vain 5 prosenttia nykyisyydessä. Aikuiset tulkitsevatkin elämäänsä luultua enemmän menneisyyden perusteella ja siirtävät oman nuoruutensa asioita tähän päivään odottaen nuorilta samanlaista käyttäytymistä kuin miten he itse nuoruudessaan käyttäytyivät. (Kempainen & Rouvinen-Kempainen; 1998, 188.) Nuorten ihmissuhteet ja hyvinvointi – tutkimuksessa, eli NISU – tutkimuksessa, ei havaittu vastoin yleistä luuloa vanhempien ja nuorten välisten ristiriitojen tilastollisesti lisääntyvän yläkoulun aikana. Nuorten oman riitaisuusarvioinnin mukaan asteikolla 1-5 nuoret arvioivat riitaisuuden noin kakkoseksi. Kuitenkin mitä useammin nuorten mukaan riitoja oli, sitä masentuneempi oli nuoren mieliala. (Sallinen & Rönkä, 2008, 49.)

### 3.1 Kasvatus

Ihminen kasvaa aina kulttuurinsa, yhteisönsä jäsenenä. Hänet sosiaalistetaan sen ominaisten odotusten ja tulkintojen mukaisesti. (Kujala 1999, 17.) Mäenpää (2008, 24) siteeraa tutkimuksessaan useampaa tutkimusta, joiden perussanomaksi lapsen kehityksen kannalta hän kertoo, että lapsen tulisi saada osakseen opastusta, rohkaisua, rajoja, suojaa jatkuvuutta, pysyvyyttä, turvallisuutta ja itsenäistyessä lisääntyvää päätösvaltaa. Kasvatuksessa tulee esiin mallioppiminen, symbioottinen suhde ja ylisuojelu. Mallioppimisessa kaikkien perheenjäsenten käyttäytyminen vaikuttaa ja muodostaa kokemuksia. Oppimisen kannalta onkin tärkeää huomioida missä tilassa ja minkä asioiden vaikutuksen alla mallia annetaan. Symbioottinen suhde on vanhemman ja vauvan välillä normaalia, mutta voi vanhemman lapsen osalta estää kasvun omaksi persoonaksi. Ylisuojelevat vanhemmat tarkoittavat hyvää, mutta estävät luottamuksen synnyn lapseen. (Kempainen & Rouvinen-Kempainen 1998, 168–169.) Vanhempien ja lapsien välillä voi vallita ristiriita siitä millainen kasvatusilmapiiri kotona on (Kujala 1999, 53).

Autoritäärisessä kasvatuksessa vanhemman tahto on oikein, ja tällöin lapsen ja vanhemman välistä vuorovaikutusta ei pidetä tarpeellisena. Tällaisessa kasvatustyyliässä vanhempi usein tukeutuu korkeampiin auktoriteetteihin ja normijärjestelmiin. (Kujala 1999, 13.) Kasvattamisessa osa vanhemmista asettaa lapselle ja nuorelle onnistumisen

paineita, tai he heijastavat niitä ongelmia, puutteita ja pelkoja joita eivät uskalla kohdata itsessään. Vanhemmat voivat projisoida omia toteutumattomia unelmiensa lapseen tai nuoreen. (Kemppainen & Rouvinen-Kemppainen 1998, 168–169.)

Autoritatiivisessa kasvatuksessa vanhempi pyrkii perustelemaan rationaalisesti ohjaamistaan, mutta pitää kiinni kurista arvostaen kuitenkin lapsen omaa tahtoa. Vanhempi myöntää omat erehdyksensä ja hänellä on vastuu ja velvollisuudet. Autoritatiivinen kasvatusilmasto tukee lapsen itseluottamusta, itsehallintaa, yhteistoiminnallisuuden kehittymistä ja tavoitteellista suoritustavoitetta. (Kujala 1999, 18.)

Sallivassa kasvatustyyliä vanhempi ei ota aktiivisesti vastuuta ja asettaa hyvin vähän vaatimuksia. Lapsen kypsymättömiä toimintatapoja ei karsita vaan lapsen toimintaan ja toiveisiin suhtaudutaan hyväksyvästi. Sallivan kasvatustyylin ei katsota niin hyvin tarjoavan lapselle itseluottamuksen ja koherenssin kehittymistä kuin autoritatiivisen tyylin. (Kujala 1999, 13.)

Perheen merkitys kasvattajana on vähentynyt. Tärkeät kasvattajaryhmät, kuten isovanhemmat, ovat muuttoliikkeiden myötä etäänntyneet kasvatettavista. Aikuisten läsnäolo on lasten elämässä vähentynyt ja lapsia yritetään aikuistaa liian varhain, vaikkakin lapset usein mielellään aikuistelevat. Vanhemmuus on monissa kodeissa työtä, jota vuorotellaan. Aikuisia tarvittaisiinkin auktoriteeteiksi, jotka ohjaavat kokemuksellaan lapsia. (Sarjala 2003, 263–264.)

### 3.2 Murrosikä

Nuoruudesta ei ole yhtä oikeaa määritelmää, vaan se on vaihdellut aikakaudesta, yhteiskunnasta, yksilöstä ja sukupolvesta riippuen. Yleisesti se rajataan ikävuosien 12–25 välille. Nuoruusiän varhaisinta vaihetta kutsutaan esimurrosiäksi tai keskilapsuudeksi. Tässä vaiheessa biologinen murrosikä käynnistyy, vanhempia vastaan protestoidaan ja luodaan uusia ystävyys-suhteita ikätovereihin. (Kujala 1999, 13.) Kun lasten elämästä puuttuu aikuinen, he turvautuvat vertaisryhmiin, mikä ei ole riittävää toivottavan suuntaisen kasvun mahdollistamisen kannalta. (Sarjala 2003, 264.) Kujalan (1999) tutkimukseen osallistuneet vanhemmat tiesivät nuoruuden kehitystehtäväksi itsenäistymi-

sen. Oman identiteetin ja elämän hallinnan kokemuksen rakentaminen sai vanhempien hyväksynnän. (Kujala 1999, 41.)

Nisu-tutkimuksessa (Nuorten ihmissuhteet ja hyvinvointi – tutkimus) kerättiin aineistoa peruskoulun yläluokilta, jossa nuoret arvioivat suhdettaan vanhempiin. Suurin osa nuorista (40/57) asetti äitinsä tai isänsä verkostokartan sisimpään kehään. Tutkimuksessa vain yhden ydinperheen pojan vanhemmat puutuivat täysin verkostosta, mutta isovanhempansa hän sijoitti verkostoon. Läheisimmäksi ihmiseksi verkostokartalla yli puolet (31/57) valitsi äidin. Nuorista noin neljännes (16/57) valitsi läheisimmäksi kaverinsa tai seurustelukumppaninsa. (Sallinen & Rönkä 2008, 44–46.)

Perhesuhteista vanhempien ja lapsien välillä Nisu-tutkimuksessa ilmeni äidin ja tyttären suhteen olevan läheisin, mutta myös alttiina ristiriidoille. Äidin ja pojan välinen suhde oli lähes yhtä läheinen, mutta riitoja oli vähemmän. Isän ja pojan välinen suhde osoitautui mutkattomaksi ja toimivaksi, riitaa oli vähemmän kuin äidin ja tyttären kesken. Isän ja tyttären välinen suhde oli etäisin ja heikoimmin toimiva, he kokivat vähiten läheisyyttä ja riitelivät enemmän kuin äiti ja poika. (Sallinen & Rönkä 2008, 47–48.)

Perheen ilmapiiri ja vuorovaikutus koettiin Nisu-tutkimuksessa pääosin myönteiseksi. Viikkovaihtelua ilmeni; perheen vanhempien ollessa työviikon jälkeen perjantai-iltaisin väsyneimpiä olivat nuoret taasen elämänsä voimassa. Vanhempien mielestä päivävaihtelun haastavimmat hetket liittyivät kotiintulovaiheeseen, jolloin työstä väsyneitä vanhempi odottivat kouluikäiset lapset tarpeineen sekä kotityöt. Parhaat hetket arjessa olivat yhdessä oleminen ja tekeminen. (Sallinen & Rönkä 2008, 55.)

Nisu-tutkimuksessa havaittiin nuorten etääntyvän vanhemmistaan yläkouluun tultaessa, jolloin he alkoivat viihtyä vähenevässä määrin vanhempiensa seurassa. Tyttöjen suhteen äitiin nähtiin lähenevän uudelleen kahdeksannen luokan jälkeen, kehitys muodosti eräänlaisen U-käyrän. Isien ja tyttöjen välinen suhde oli valmiiksi etäisin ja se etääntyi voimakkaammin kuin isien ja poikien välinen suhde. Poikien suhteessa vanhempiin havaittiin tasaista etääntymistä. Tätä selitettiin poikien myöhäisemmällä puberteetin alulla ja seuranta jakson päättymisellä yläluokille. (Sallinen & Rönkä 2008, 48–49.)

### 3.3 Vanhemmuus

Vanhemmuuden perustana on lapsen ja aikuisen välinen biologinen ja/tai psykologinen suhde. Se syntyy päivittäisestä kanssakäymisestä, yhteisistä kokemuksista ja läheisyydestä. Kujalan (1999) tutkimuksessa vanhemmat katsoivat itse mallina olemisen kuuluvaksi vanhemmuuteen. Heidän toimintansa tavoitteena oli tukea lapsen koulunkäyntiä ja kasvamista kelvoksi yhteiskunnan jäseneksi. (Kujala 1999, 15, 43–44.)

Vanhemmuuden voi kokea velvollisuudeksi ja siihen sisältyy paljon stressiä ja uupumusta. Nykyaikainen vanhemmuus on pyrkimystä jatkuvaan kehitykseen. Se pyrkii perustamaan vanhemmuuden sille normaalin nuoruuden käsitykselle, joka ajassa ilmenee. (Kujala 1999, 15.) Vanhemmat asettivat Kujalan (1999) tutkimuksessa paljon toiveita koululle. He halusivat keskustelevampia vanhempainiltoja, yhteydenpitoa myös silloin kuin ei ole ongelmia. Sekä opettajien että vanhempien toivottiin toimivan erityisesti päihteiden vastaisessa työssä positiivisina malleina nuorille. Vanhempien tieto siitä millainen on hyvä malli, tuli lähinnä heidän omasta elämäkokemuksesta. (Kujala 1999, 52, 57.)

Jaettua vanhemmuutta esiintyy lähinnä melko keskiluokkaisissa perheissä. Yhteiskunnan marginaalissa äiti on yleensä lapselle viimeinen perheside. (Nätkin 2003, 35.) Ammatillaiset tapaavat enimmäkseen edelleen äitejä. Äitien ollessa perheen keskiössä, saa perhe kulttuurissamme naisellisen leiman. Huomio on kuitenkin kiinnittynyt yhä enemmän myös isiin. (Vuori 2003, 55–57.) Eron jälkeinen vanhemmuus on sukupuolitunutta. Yli neljä viidesosaa eroperheiden lapsista asuu äitiensä kanssa, muodostaen perheen näin tai äidin uuden kumppanin kanssa uusperheen. (Kuronen 2003, 108.)

#### 4 VANHEMPAINILTA TERVEYDENHOITAJAN TYÖMENETELMÄNÄ

Mäenpään (2008) tutkimuksen mukaan vanhemmat kokevat yhteistyön terveydenhoitajan kanssa epäselväksi, he eivät tunteneet kouluterveydenhuollon palveluita eivätkä terveydenhoitajan työtä. Vanhemmat toivovatkin kouluterveydenhoitajalta enemmän ja tarkempia tietoja terveystarkastusten sisällöstä ja niistä saatujen tulosten selvittämistä lapsen kokonaisvaltaisen terveyden kannalta. Lapsen ikäkauteen ja terveyteen liittyvää kirjallista terveystarkastusmateriaalia toivottiin myös enemmän, hieman samaan tyyliin kuin neuvoloiden ikäkausilehtiset. Vanhemmat kokevat myös, etteivät he riittävästi tiedä millaista ohjausta lapset saavat terveydenhoitajan vastaanotolla, ja kokevat vaikeaksi jatkaa asiasta keskustelua kotona. Lapsen tullessa tarkastuksiin yksin terveydenhoitajat kykenevät tarkastuksissa hyvin keskittymään vain lapseen, mutta samalla terveydenhoitajat kokevat avuttomuutta. Terveydenhoitajat kokevatkin yhteistyön vanhempien kanssa antoisaksi, sillä se luo turvallisuuden tunnetta ja vastuunjakaantumista. Yhteistyön koetaan aina lähtevän lapsen ja perheen tarpeesta ja halusta. Yhteistyön tarpeet ovat aina yksilöllisiä. (Mäenpää 2008, 61–66, 71, 77.)

Vanhemmat kokevat Mäenpään tutkimuksen mukaan vanhempainiltojen olevan tärkeitä lapsen terveyteen liittyvän tiedon saamiseksi ja terveydenhoitajan tapaamiseksi. Terveydenhoitajan tekemät alustukset ravitsemuksesta, unen ja levon merkityksestä sekä perheen yhteisen ajan merkityksestä vanhempainilloissa koetaan tärkeiksi ja vanhemmat toivovatkin terveydenhoitajien osallistuvan useammin vanhempainiltoihin. Terveydenhoitajat itse kokevat, ettei heillä ole paljoakaan mahdollisuuksia vanhempainilloissa henkilökohtaiseen keskusteluun vanhempien kanssa. Luokkakohtaisissa vanhempainilloissa terveydenhoitajat kokevat enemmän mahdollisuuksia henkilökohtaiseen keskusteluun, mutta opettajat kutsuvat harvoin heitä niihin. (Mäenpää 2008, 65.)

Alakoulun aikana lapsi hiljalleen itsenäistyy, mikä voi aiheuttaa ongelmia perheessä. Vanhemmuuteen toivotaan näissä siirtymävaiheissa terveydenhoitajan ohjauksellista ja tiedollista tukea. Mäenpään (2008) tutkimuksen mukaan vanhemmat eivät koe kouluterveydenhuollon olevan kiinnostunut tukemaan vanhemmuutta yhtä hyvin kuin lastenneuvolan. (Mäenpää 2008, 73.) Vanhemmat kokivatkin Kujalan (1999, 51) päihde ohja-

ukseen liittyvässä tutkimuksessa etteivät he helposti turvautuisi ammattiapuun, muuten kuin vain poikkeustapauksissa.

#### 4.1 Terveydenhoitajan työmenetelmät

Työssään terveydenhoitaja tarvitsee erilaisten työmenetelmien osaamista ja monet näistä työmenetelmistä soveltuvat käytettäväksi eri toimintaympäristöissä. Työmenetelmien ja -muotojen välinen raja on häilyvä. Tässä työmenetelmä-sana kuvaa sitä työmuotojen ja toiminnan sisällä tapahtuvaa työtapaa, jolla terveydenhoitaja konkreettisesti edistää asiakkaan terveyttä ohjaamalla. (Honkanen & Mellin 2008, 106.)

Työmenetelminä tässä työssä ovat olleet vanhemmuuden tukeminen vuorovaikutusta tukemalla, vanhemmuuden roolikartta, verkostokartta sekä ryhmänohjaus. Nämä työmenetelmät ovat konkretisoituneet vanhempainillan toteutuksessa yhdessä dialogisen vuorovaikutuksen, ratkaisukeskeisen työtavan ja moniammatillisen yhteistyön kanssa. Vaikka vanhempainillassa ei selkeästi käyty läpi vanhemmuuden rooli- tai verkostokarttaa, ne olivat luomassa vanhempainillan keskustelun ja suunnan pohjaa. Minkälainen vanhempi olen omalle lapselleni, minkälaista aikuisuuden mallia näytän ympäristölle?

##### 4.1.1 Moniammatillinen yhteistyö

Sosiaali- ja terveysalalla korostuu yhteistyö yhä enenevässä määrin. Moniammatillisessa työssä keskipisteenä on asiakas, hän terveytensä ja tarpeensa (Honkanen & Mellin 2008, 117, 123). Moniammatillisessa työssä korostuu viisi kohtaa; asiakaslähtöisyys, eri näkökulmien ja tiedon yhteen kokoaminen, vuorovaikutustietoinen yhteistyö, rajojen ylitykset ja verkostojen huomioiminen. Asiakaslähtöisyydessä pyritään huomioimaan asiakas mahdollisimman kokonaisuutena. Eri näkökulmien ja tiedon yhteen kokoamisesta voidaan parhaillaan puhua synergiana, eli ryhmän yhteinen suoritus tuottaa paremman suorituksen kuin yksittäisten jäsenten suoritukset yhteensä. Vuorovaikutustietoinen yhteistyö on vuorovaikutuksen merkityksen hahmottamista ja siihen vaikuttamista. Rajojen ylitykset ovat organisaatioiden, yhteisöiden ja roolien sovittujen rajojen ja sääntöjen ylityksiä joustavasti ja asiakaslähtöisesti työskenneltäessä. Verkostojen huomioiminen

tarkoittaa asiakkaan sosiaalisen verkoston huomioimista kaikissa tilanteissa. (Isoherranen 2005, 14–16.)

Itsenäiseen työskentelyyn tottuneen työntekijän, kuten terveydenhoitajan, tulee tehdä moniammatillisessa yhteistyössä vähemmän itsenäisiä päätöksiä, mutta hän saa tilalle toisenlaisia etuja. Moniammatillinen yhteistyö on useamman ammattiryhmän yhteistä tavoitteellista toimintaan. Työryhmään osallistujien tulee tietää organisaatioiden rajat ja kenellä on päätöksentekovalta. Selkeät kirjatut ja yhdessä sovitut sopimukset auttavat yhteistyössä. Hyvin toimiva moniammatillinen yhteistyö nostaa esiin kaikkien ammattiryhmien ydinosaamisen. Asiantuntijuus ja osaaminen tulevat laaja-alaiseksi mahdollistaen uusien toimintatapojen kehittämisen ja käyttöönoton. (Honkanen & Mellin 2008, 117–118.)

Moniammatillisen yhteistyön käsite on usein epämääräinen ja sitä käytetään kuvaamaan monenlaisia yhteistyötapoja. Moniammatillista yhteistyötä voidaan tarkastella eri näkökulmista ja käyttää eräänlaisena sateenvarjokäsitteenä. (Isoherranen 2005, 13.) Moniammatillisella yhteistyöllä voidaan tarkoittaa erilaisia työskentelymalleja. Näitä ovat rinnakkain työskentelevä, yhdessä työskentelevä ja yli ammattirajojen työskentelevä malli. Rinnakkain työskentelevässä mallissa asiantuntijuus nähdään yksilöllisenä ominaisuutena ja jokainen arvioi asiakasta oman erityisasiantuntemuksen avulla. Palveluja tuotetaan toisista riippumatta, ja asiakas ei osallistu häntä koskevaan päätöksentekoon. Yhdessä työskentelevässä mallissa työryhmään osallistuu asiakas ja eri alojen ammattilaiset, mutta päätöksenteossa asiakas harvemmin on mukana. Ammattialojen edustajat tekevät itsenäisesti asiakkaasta arvion, mutta laativat yhdessä interventiosuunnitelman. Ammatillisten rajojen yli työskentelevässä mallissa asiakas on työryhmän jäsen ja mukana päätöksen teossa. Kaikki työryhmänjäsenet ovat vastuussa palveluiden laatisesta ja tavoitteena on päällekkäisyyksien ja pirstalemaisuuksien vähentäminen. (Honkanen & Mellin 2008, 118–119.)

Vanhemmilla on tietoa perheen elämäntilanteesta ja arkipäivän tietoa lapsista. Terveydenhoitaja saakin vanhemmilta enemmän tärkeää tietoa lapsesta. Vanhemmat ja terveydenhoitaja edustavat tärkeitä ja toisiaan täydentäviä asiantuntijuuden alueita lapsen elämässä. Vanhemmat kokevatkin terveydenhoitajan tärkeäksi osaksi koulua, sekä toivovat, että terveydenhoitajan asiantuntijuus terveysasioissa näkyisi paremmin kouluyhteisöissä. Yhteistyö opettajan ja terveydenhoitajan välillä koetaan myös vanhempien



puolelta tärkeäksi. Kouluterveydenhuolto ja lapsen terveyden edistäminen ovat yhteistyötä johon osallistuvat itse koululainen ja hänen vanhempansa, koululääkäri ja -terveydenhoitaja, opettaja ja muut oppilashuollon jäsenet. (Mäenpää 2008, 29, 32, 66, 69.)

Moniammatillisuus näkyy tässä työssä suurimmalta osin terveydenhoitajan, opettajan ja terveydenhoitajaopiskelijan välisenä yhteistyönä. Yhteistyötä tapahtui myös vanhempainillassa vuorovaikutuksessa vanhempien kanssa. Paikalla olleiden luokan oppilaiden vanhemmilla (N = 14) on jokaisella oma ammattitausta ja heidän ammatillisuuttaan voitiin käyttää illassa kaikkien osallistujien hyväksi. Vanhemmille ei voida kuitenkaan antaa vanhempainillassa ammattilaisen vastuuta, mutta heidän ammatitaitojaan, ammatillistietotaito sekä arkitietoa lapsesta ja perheestä voidaan hyödyntää.

#### 4.1.2 Vuorovaikutuksellinen tukeminen

Ihmisten tapaan arvioida itseään, toisiaan ja vuorovaikutusta itsensä ja muiden välillä vaikuttaa läpi elämän se, millainen hänen kiintymyssuhteensa on ollut lapsuudessa. Perheen keskinäiseen, lapsen ja aikuisen väliseen vuorovaikutukseen vaikuttavat kielteisesti perheen jäsenen heikko terveys, vanhemman mielenterveysongelma, parisuhteen ristiriidat, kielteiset elämäntapahtumat ja ympäristön vaikutukset kuten väkivalta ja köyhyys. (Honkanen & Mellin 2008, 195–196.) On kuitenkin huomattava, että vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus on vastavuoroista. Vanhemmat yksin eivät vaikuta lapsen käyttäytymiseen, vaan myös lapsen käyttäytyminen vaikuttaa vanhempiin. Vuorovaikutus toimii lapsen maailmassa kehityksen tukirakenteena. (Lyytinen & Lyytinen, 2003, 116–118.) Perhesuhteissa uskalletaan ilmaista myös kielteisiä tunteita. Ne ovat ihmissuhteina pitkäaikaisia ja niitä määrittää sukulaisuus ja lainsäädäntö. (Sallinen & Rönkä 2008, 57).

Vuorovaikutuksen keinoja ovat eleet, ilmeet, liikkeet, katsekontakti ja kieli. Suuri osa vuorovaikutuksesta on tiedostamatonta. (Honkanen & Mellin 2008, 198.) Hoitotyössä tehtävään vuorovaikutukseen kuuluvat kuuntelu, kysely, neuvojen ja tiedon antaminen, opettaminen, tukeminen, kyseenalaistaminen ja vahvistaminen. On tärkeää saada asiakas itse kuvaamaan omaa tilannetta, tunnetta, ajatuksia ja kokemuksia. (Mäenpää 2008,

31.) Ammatillinen vuorovaikutus on vaikuttamista, jakamista, tiedon hankintaa ja asioiden eteenpäin viemistä. Työntekijän ote suhteessa asiakkaaseen voi olla aktiivisempaa ja ohjaavampaa (Vilén, Leppämäki & Ekström 2005, 21.) Vuorovaikutus perheen ja terveydenhoitajan välillä vahvistaa yhteystyösuhdetta. Ymmärtävän ja luottamuksellisen yhteistyösuhteen syntyä voidaan edistää avoimella, tuomitsemattomalla, perheen vahvuuksia arvostavalla vuorovaikutuksella. (Mäenpää 2008, 32.)

Vuorovaikutuksellisessa tukemisessa tarkoituksena on vahvistaa perhettä ja saada heille kokemus siitä, että perheeseen kuuluvat ja muut tukiverkostot ovat tärkeitä huomioida. Tarkoitus on perheen voimaannuttaminen/valtaistaminen, mahdollisuus vaikuttaa perheen omaan elämäntilanteeseen vahvistavasti. Voimaantumisen/valtaistumisen on aktiivista asiakkuutta. (Vilén ym. 2005, 151.)

#### 4.1.3 Dialoginen vuorovaikutus

On kuvattu kolmea erilaista vuorovaikutuksen orientaatiota; asiantuntijakeskeinen, asiakaskeskeinen ja dialoginen. Dialoginenkaan työmenetelmä ei yksin takaa asiakasta tukevaa vuorovaikutusta, jos asiakas ei tunne tullessa kuulluksi. Se nähdään vastavuoroisena suhteena, jossa kaikki osapuolet vaikuttavat. Dialogisessa vuorovaikutuksessa asiakas ja työntekijä yhdessä rakentavat vuorovaikutusprosessin, jonka avulla etsitään vastauksia pulmiin ja asioiden järjestämiseen. Dialogisen orientaation keskeisimpiä tunnuspiirteitä ovatkin vastavuoroinen vuorovaikutus, kuuleminen ja kuunteleminen sekä kumppanuus. Dialogisuus on moniammatillisessa työssä asiakaslähtöisyyden ehto. (Honkanen & Mellin 2008, 106–108.) Dialogissa työntekijä hyväksyy asiakkaan tai muiden työntekijöiden ajatuksia, tieto ja taitoa (Vilén ym. 2005, 152). Mäenpään (2008) tutkimuksessa terveydenhoitajat kokevatkin yhteistyön ja vuorovaikutuksen vanhempiin riippuvan paljolti heidän omasta ammattitaidostaan. (Mäenpää 2008, 61.)

Asiakaskeskeisen orientaation keskeisimpiä tunnuspiirteitä ovat konstruktivismi, voimavarakeskeisyys ja asiakkaan aktiivinen rooli. Tässä työmuodossa kunnioitetaan asiakasta ja hänen tarpeitaan. Asiantuntijakeskeisessä orientaatiossa keskeisimpiä tunnuspiirteitä ovat ongelma- ja yksilökeskeisyys, monologisuus, pyrkimys diagnooseihin ja

asiantuntijavallan käyttö. Työmuodossa toimintaa ohjaavatkin asiantuntijoiden ja järjestelmän määräämät tulkinnat ja tavoitteet. (Honkanen & Mellin 2008, 106–108.)

Asiakkailla, vanhemmilla, oli tässä työssä aktiivisen asiakkaan rooli. He toimivat kumppaneina, dialogisessa suhteessa niin ammattilaisiin kuin toisiinsakin, vaikuttaen koko illan tulokseen positiivisesti. Suuri osa vanhemmista (N = 14) käytti puheen vuoroa vanhempainillan aikana.

#### 4.1.4 Ratkaisu- ja voimavarakeskeinen työtapa

Ratkaisu- ja voimavarakeskeinen työtapa on keskeinen työorientaatiomuoto terveydenhoitajan työssä ja sopii monenlaisiin tilanteisiin. Se mahdollistaa joustavan työskentelyn, jossa asiakas on vastavuoroisena ja vastuullisena osapuolena ja on vaihtoehtona ongelmapainotteisille työmuodoille. Ratkaisukeskeisiä työmenetelmiä on kehitetty ratkaisukeskeisen psykoterapian piirissä. Ratkaisukeskeisessä työtavassa perusajatuksia ovat myönteinen näkökulma, muutos on jatkuvaa, pieni muutos johtaa suurempaan, yhteistyö on välttämätöntä, ihmisillä on voimavaroja ja taitoja ongelmien ratkaisuun, asiakas on asiantuntija, toimivaa ei pidä korjata, vastaanottaja tulkitsee viestin ja sen merkityksen ja poikkeukset kertovat asian ratkaisusta. (Honkanen & Mellin 2008, 109–111.)

Ratkaisukeskeisyytenä voidaan pitää mitä tahansa teoreettista näkökulmaa tai terapeutista suuntausta, jossa keskeistä on ongelmien ratkaisu syiden etsimisen sijaan. (Vilén ym. 2005, 123.) Ratkaisukeskeisessä tavassa pyritään keskustelu suuntaamaan ennemmin tavoitteisiin ja niiden saavuttamiseen kuin itse ongelmiin. Ymmärretään, että asioihin on useita näkökulmia ja mielipiteitä. Erilaisten kysymysten avulla pyritään aktivoimaan asiakkaan resursseja ja oivalluksia, ne asetetaan keskusteluun niin, että ne viestivät henkilön voimavaroja ja kykyä selviytyä. Muutos lähtee ensisijaisesti asiakkaasta ja heijastuu usein myös muille elämän alueille elämän hallinnan kokemuksena. (Honkanen & Mellin 2008, 113–115.)

Asiakassuhteet voidaan jaotella sen mukaan millainen yhteistyösuhde syntyy asiakkaan ja terveydenhoitajan välille. Suhde voi olla vierailijasuhde, kertojasuhde tai asiakassuhde.

de. Tähän vaikuttaa kuinka paljon asiakas haluaa muutosta ja miten hän on valmis sitoutumaan siihen. Vierailijasuhteessa asiakas on usein toisen työntekijän lähettämä, eikä välttämättä koe olevansa ulkopuolisen avun tarpeessa. Yhteistyö voi vaatia työtä ja yhteistä tavoitetta voi olla vaikea löytää. Kertojasuhteessa asiakas hakee ymmärrystä ja hänellä on useita ongelmia. Tavoite löytyy, vaikei asiakas ole valmis työskentelemään sen vaatimalla tavalla. Terveystoimittajan tuleekin löytää ne asiat jotka sujuvat ja antaa asiakkaalle niistä tunnustusta. Asiakassuhteessa asiakas haluaa itse muutosta ja on valmis työskentelemään sen eteen. (Honkanen & Mellin 2008, 111–113.)

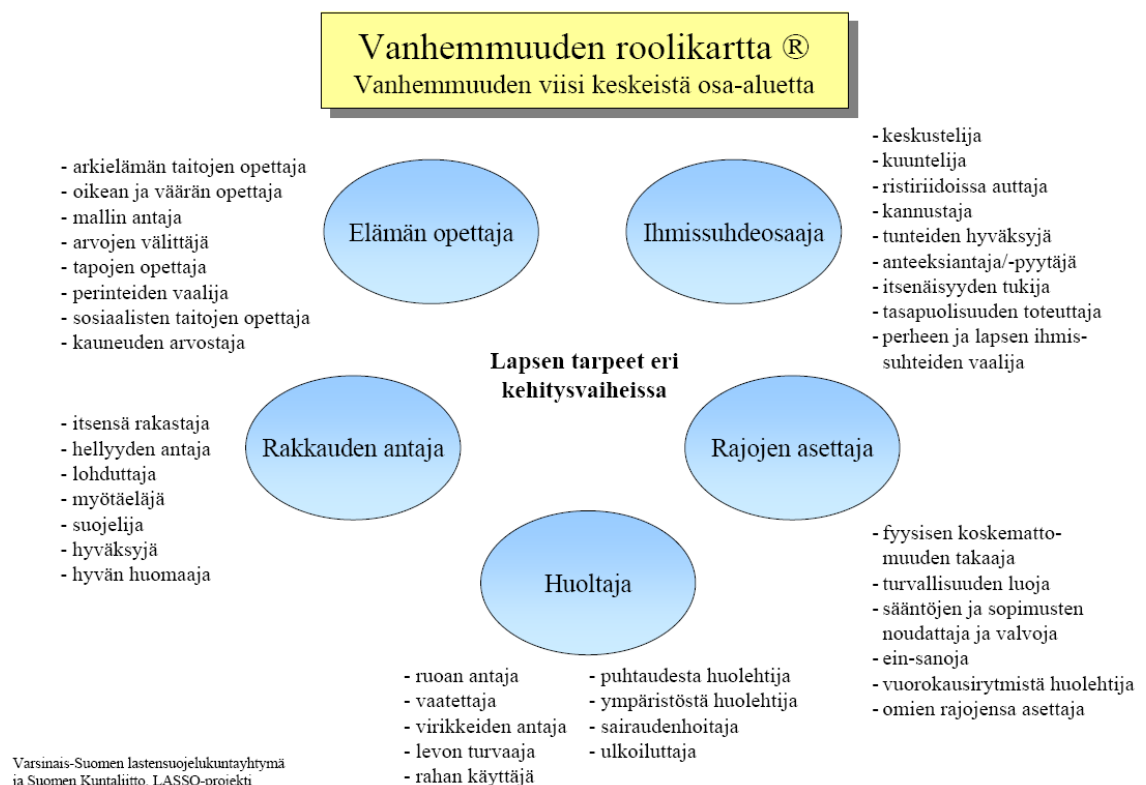
Ratkaisukeskeisyyteen kuvataan 12 askelta, keskeistä toimintaperiaatetta ja taustajatusta, joiden avulla lähdetään ongelmaa pohtimaan. Niitä ovat asiakasohjautuvuus, kunnioittava asenne toista ihmistä kohtaan, luottamus asiakkaan kykyihin ja voimavaroihin, asiakkaan oma vastuu elämästään, tavoitteellisuus, toiveikkuuden ja myönteisen näkökulman näkeminen ja etsiminen, onnistumisiin, vaihtoehtoihin ja edistykseen keskittyminen, käytetyn kielen todellisuus/todenmukaisuus, muutoksen väistämättömyys, myönteisen palautteen ja ansion jako, yhteistyön perustuminen avoimeen vuorovaikutukseen ja ajatusten vaihtoon sekä työntekijän tunnistaminen muutosta luoviin voimiin ja niiden vahvistaminen. (Vilén ym. 2005, 124–135.)

Tässä työssä vanhemmat saivat löytää erilaisia ratkaisuja mahdollisiin pulmallisiin asioihin yhdessä toisten vanhempien kanssa, ammattilaisten tukiessa ja johdattaessa ratkaisujen löytymistä.

#### 4.1.5 Vanhemmuuden roolikartta

Vanhemmuuden sisältöä jäsentää ja selkeyttää vanhemmuuden roolikartta. Se kokoaa visuaalisesti yhteen ne roolit joita vanhemmuudessa esiintyy. Kaikki roolit ovat tärkeitä vanhemmuuden toteutumiselle, mutta eri-ikäisten lasten vanhemmuudessa eri roolien merkitys painottuu lapsen kehityksestä johtuen. (Honkanen & Mellin 2008, 216.) Vanhemmuutta tuetaan esimerkiksi vanhempainryhmissä, yhteistyössä vanhempainyhdistyksen kanssa auttaen vanhempia näkemään omia vahvuuksiaan ja jaksamaan vanhempana. (Mäenpää 2008, 73.)

Vanhemmuuden roolikartan muodostaa kolme hierarkkista tasoa; motivaatoroolit, tavoiteroolit ja tekoroolit. Motivaatoroolit (KUVIO 1) jaetaan viiteen päärooliin jotka kuvaavat vanhemman toimintaa ohjaavia motiiveja; huoltaja, rakkauden antaja, rajojen asettaja, ihmissuhdeosaaja ja elämän opettaja. Motivaatoroolit jakaantuvat 6–9 alarooliin, jotka ovat tavoiterooleja. Tekorooli, jotka ovat konkreettisen tason rooleja, eivät näy vanhemmuuden roolikartalla. Huoltajan rooli on keskeinen lapsen elämää jäsentäessä ja siinä korostuu arkielämä ja perheen rutiinit. Rajojen asettajan roolissa on vanhemman tehtävänä taata lapsen sekä hänen ympäristönsä turvallisuus. Ihmissuhdeosaajan roolissa vanhemman tehtävänä on kuunnella ja ymmärtää lasta, opettaa lasta tunnistamaan omat tunteensa ja tarpeensa sekä antaa myönteistä palautetta. Rakkauden antajan roolissa vanhempi osoittaa rakkautta ja luo lapsen itsetunnon ja -luottamuksen pohjan. Elämän opettajan roolissa vanhempi ohjaa lasta sosiaalisten taitojen ja tapojen oppimiseen. Lapsuuden ja nuoruudenaikana omaksutut asenteet, arvot ja moraalit ovat suhteellisen pysyviä. (Honkanen & Mellin 2008, 217–218.)



Kuvio 1. Vanhemmuuden roolikartta <http://www.kunnat.net>

Vanhemmuuden roolin tasot voivat olla eri tavoin kehittyneitä. Ne voivat olla sopivasti kehittyneitä, ylikehittyneitä, alikehittyneitä, tai puuttua kokonaan. Sopivasti kehittyneessä roolissa vanhemman on helppo toimia ja muuttaa toimintaansa tilannetta vastaa-

vaksi. Ylikehittyneessä roolissa toiminta on automaattista, liiallista tai kankeaa ja vanhempi ei aina toimi tilanteen mukaan. Alikehittyneissä rooleissa vanhemman toimintaa ohjaavat tunteet. Näissä rooleissa vanhemman käyttäytyminen voi näyttäytyä harjoittelun kaltaisena ja hänen puutteellinen osaamisensa saattaa aiheuttaa noloutta tai häpeää. (Honkanen & Mellin 2008, 218–219.)

Vanhemmuuden roolikarttaa terveydenhoitaja voi käyttää työssään joustavasti ja tavoitteiden mukaisesti. Karttaa voidaan soveltaa niin yleiseen neuvontaan kasvatuksesta ja vanhemmuudesta kuin yhteisöllisiin terveystapahtumiin, perhevalmennuksiin tai vanhempainiltoihin. Roolikartan avulla voi luontevasti käsitellä vanhemmuutta, ja terveydenhoitaja voi käyttää sitä viitekehyksenä vanhemmuuteen ja kasvatukseen ohjauksessa. (Honkanen & Mellin 2008, 219–221.)

Tässä työssä vanhemmuuden roolikarttaa on käytetty auttaessa vanhempia hahmottamaan omaa osuuttaan vuorovaikutukseen sekä perheen arkeen. Yhdessä pohdittuja kysymyksiä olivat esimerkiksi: Mitä vanhempi sietää itseltä tai nuorelta? Onko jokin osa-alue painottunut liiallisesti toisen jäädessä varjoon? Voisiko itsessä muuttaa jotain omaa reagointiaan asioihin? Toimiiko jokin alue hyvin, voisiko siitä ottaa oppia? Omaavatko vanhemmat eri vahvuudet roolikartalla?

#### 4.1.6 Verkostokartta

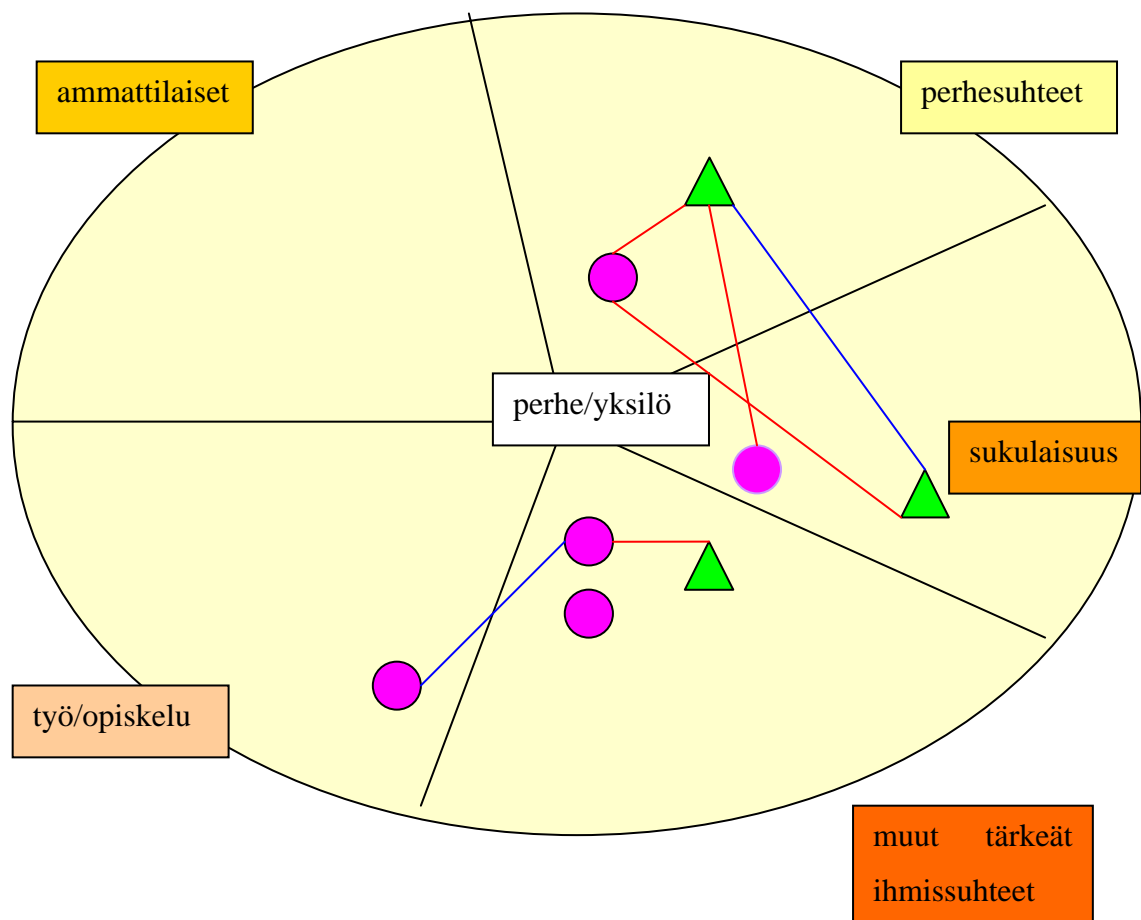
Sosiaalisen tuen edistäjänä voidaan käyttää verkostokarttaa. Yksinkertaisin tapa hahmottaa asiakkaan sosiaalista verkostoa ja sen tarjoamaa tukea on keskustella asiasta asiakkaan kanssa. Verkostokarttaa voidaan käyttää niin yksilön kuin koko perheen näkökulmasta. Myös ammattilaiset voivat hyödyntää verkostokarttaa työssään asettaen kartalle yhteistyökumppaneitaan. Kartta jaetaan viiteen sektoriin (KUVIO 2); perhesuhteisiin, sukulaissuhteisiin, muihin tärkeisiin ihmisiin, työhön, opiskeluun ja harrastuksiin liittyviin ihmissuhteisiin sekä ammattilaisiin. (Honkanen & Mellin 2008, 227–229.)

Verkostoa tarkasteltava henkilö sijoitetaan keskelle ympyrää. Ihmiset sijoitetaan kartalle ajatellen sitä, missä lohkossa he vaikuttavat ja millä etäisyydelle keskushahmosta kun ihmissuhteet ovat mitattu tunteena. Mitä lähemmästä ihmissuhteesta on kyse, sitä lä-

hemmäs keskushahmoa henkilö sijoitetaan kartalla. Eri merkit kertovat kumpaa sukupuolta henkilö on, millainen suhde heillä on ja ketkä ovat tekemissä toistensa kanssa (kolmio = mies, ympyrä = nainen, punainen yhdysviiva = lämmin ihmissuhde, sininen yhdysviiva = kylmä/ristiriitainen ihmissuhde) (KUVIO 2). (Honkanen & Mellin 2008, 228.)

Verkostokarttaan voidaan merkitä verkoston keskeinen henkilö, jonka kautta tieto kulkee henkilöltä toiselle. Keskushenkilön menettäessä kykyään tai energiaan toimia esiintyy verkostossa usein kriisi. Viranomainen voi tilapäisesti ottaa hänen paikkansa tällaisena hetkenä. Myös merkintöjen määrä sekä painopiste kertovat tukiverkkojen vahvuudesta. Tällöin olisi hyvä asiakkaan yhdessä ammattilaisen kanssa pohtia miten voidaan vahvistaa ja hyödyntää verkostoa. Joskus pelkän verkoston tiedostaminen keskustelun avulla voi vaikuttaa positiivisesti ystävyys- ja sukulaissuhteiden ylläpitoon.

(Honkanen & Mellin 2008, 229.)



Kuvio 2. Verkostokartta

Tässä työssä verkostokarttaa on lähinnä käytetty hahmottamaan keitä kuuluu perheen/nuoren verkostoon, onko jokin osa-alue vahvemmin painottunut toisen jäädessä lähes näkymättömiin. Vanhemmat kykenevät hahmottamaan näin paremmin omaa verkostoaan ja lapsensa ystävien osuuttaan nuoren verkostossa. Ajatuksena – Kuinka hyvin vanhemmat tuntevat ylipäätään nuoren verkostoa ja siinä esiintyviä ihmisiä?

#### 4.1.7 Ryhmänohjaus

Ryhmänohjaus on yksilöohjauksen ohella yhä yleistynyt työmenetelmä terveydenhoitajan työssä. Yleisnimikkeenä erilaisille ryhmissä tapahtuville toiminnoille käytetään ryhmänohjausta. Siinä tulee selkeästi esille ryhmänperuselementit; yhteiset tavoitteet ja pyrkimykset, ryhmään kuulumisen tunne, vuorovaikutus ja yhteiset normit. Ryhmänohjaus yleisemmin tarkoittaa pitkäaikaista ohjausta, mutta sitä käytetään myös nimityksenä kertaluonteisista ryhmin ohjauksista. (Honkanen & Mellin 2008, 258–259.)

Ryhmänohjauksesta on etua niin ryhmäläiselle kuin ohjaajallekin. Etuina pidetään ajankäytön tehokkuutta, taloudellisuutta, ohjaajakeskeisyyden vähentämistä, monipuolisten näkökulman mahdollistamista, työskentelyn ja ratkaisumallien tuomista asiaan. Vertais-tuki on ohjauksen ohella ryhmän etuja. Ryhmäläiselle se mahdollistaa vuorovaikutuksellista oppimista, sosiaalista tukea ja kontaktien luomista. (Honkanen & Mellin 2008, 258–259.) Vertaisryhmällä tarkoitetaan sitä, että kaikilla siihen osallistuvilla on sama ongelma. Ryhmän tuki on tärkeä, sillä kaikki ovat ´samassa veneessä´, vaikka eri vaiheessa omaa ongelmaansa. (Vilén ym. 2005, 208–209.)

Ryhmän ohjaus vaatii ohjaajalta ryhmädynamiikan tuntemista, sitoutumista työhönsä, sellaisten taitojen omaamista, jotka helpottavat ryhmän toimintaa ja valmiutta osallistumaan ryhmän toimintaan. Ohjaajan pätevyys koostuu määrätietoisuudesta, ongelmanratkaisutaidoista, viestintätaidoista, teoreettisesta tiedosta, sovelletusta tiedosta, kyvystä toimia organisaatiossa, ihmissuhdetaidoista sekä itseluottamuksesta. Hyvällä ohjaajalla on kyky reflektoida kriittisesti omaa työtään. Tämä mahdollista tehokkaan oppimisen ja lisää joustavuutta työskentelyyn. Oppiminen tehokkaaksi ohjaajaksi on elinikäinen prosessi. (Honkanen & Mellin 2008, 260–261.)



Ryhmädynamiikka muodostuu neljästä kehitysvaiheesta; tutustumis- ja tunnusteluvaiheesta, kriisi eli kuohuntavaiheesta, ristiriitojen rakentavan käsittelyn vaiheesta ja kypsän ryhmän toiminnan vaiheesta. Jokainen ryhmä käy läpi vaiheet siirtyen aikaisemmasta vaiheesta seuraavaan. Ryhmäprosessin kehittyminen jatkuu ryhmän elinkaaren ajan. Vaiheesta toiseen siirtyminen tavallisesti kiinteyttää ryhmää ja tehostaa sen työskentelyä. (Honkanen & Mellin 2008, 262–264.) Mitä turvallisempi ryhmä on, sitä syvemmillä ja useammalla tavalla ryhmässä yksilö voi ilmaista itseään. Ryhmän turvallisuuden tekijöitä ovat luottamus, avoimuus, hyväksyntä, tuen antaminen ja sitoutuminen. (Vilén ym. 2005, 211.) Ryhmän koko vaikuttaa ryhmän luonteeseen ja vuorovaikutukseen. Ryhmän ihannekoko riippuukin paljon ryhmän tehtävästä. Kuitenkin ryhmäläisten määrän ollessa alle kolmen henkeä ei voida enää puhua vuorovaikutteisesta ryhmästä ja ryhmä koon noustessa yhdeksään henkeen tai enemmän ryhmän vuorovaikutus vähenee. (Honkanen & Mellin 2008, 262–264.)

## 4.2 Perhehoitotyö

Opinnäytetyön vanhempainilta antaa viitekehystä perhehoitotyö. Perhe voidaan yhdistää laajempaan kokonaisuuteen, yhteiskuntaan. Perhehoitotyön tavoitteena on tukea perheen omia voimavaroja ja sitä voidaan määrittää eri kolmella tavalla; asiakkaan taustatekijänä, jäsentensä summana ja hoitotyön asiakkaana. (Hakulinen, Koponen & Paunonen 1999, 27–29). Terveystieteiden työssä perheiden auttamiseksi on noussut keskeiseksi moniammatillinen perhetyö yhteistyössä monien eri tahojen kanssa (Honkanen & Mellin 2008, 124). Yhteiskunnalla ja sen tilalla on vaikutus perheeseen, sillä perhe on yhteiskunnan perusyksikkö, joka toimii välittäjänä yksilön ja yhteiskunnan välillä (Paunonen & Vehviläinen-Julkunen 1999, 15). Murrosikäisen taustalla voimavarana on myös perhe.

Perheen määrittely on sidoksissa yhteiskuntaan ja kulttuuriin. Perheen määritellään tavallisimmin isän, äidin ja lasten muodostamaksi yhdessä asuvien henkilöiden yksiköksi. Perhe elää ja muuttuu. Perheen muutosta tarkastellessa usein kuvataankin sen rakenteissa tapahtuneita muutoksia. (Paunonen & Vehviläinen-Julkunen 1999, 15–16). Perherakenteet ovatkin monimutkaistuneet ja perinteisen perheen kehitysvaiheen tunteminen ei riitä perheen ymmärtämiseen. Ydinperheen lisäksi on yksinhuoltaja- ja uusperheitä,

yhdenhengen perheitä, samaa sukupuolta edustavia perheitä, lapsettomia ja iäkkäiden muodostamia perheitä. Keskeisintä nykyään onkin asiakkaan itsensä määrittelemä perhe, ja tämän ottaminen huomioon hoitotyössä. (Åstedt-Kurki & Paavilainen 2006, 4). Perheen keskeisiin tehtäviin kuuluvat suvun jatkaminen, lasten kasvatusta ja socialisaatio ja sen jäsenten tunne-elämän säätely. Osa perheen aikaisempia tehtäviä on siirtynyt yhteiskunnan huolehdittavaksi, kuten terveyden- ja sairaudenhoito, vanhustenhuolto ja lasten kasvatusta. (Paunonen & Vehviläinen-Julkunen 1999, 15).

Perheen ottamista hoitotyöhön mukaan puoltavat useat seikat. Ensinnäkin yhden perheenjäsenen sairaus vaikuttaa koko perheyhteisöön. Toiseksi perheen toiminnalla on hyvin keskeinen vaikutus ihmiseen, elämäntapoihin ja sairauksien ennaltaehkäisyyn. Tavat siirtyvät yleensä sukupolvien välisessä ketjussa sukupolvelta toiselle. Kolmanneksi yhden perheenjäsenen terveysongelma voi koskea myös muita perheenjäseniä ja näin ollen voidaan löytää ja ennaltaehkäistä mahdollisia tulevia perheenjäsenten terveyteen vaikuttavia seikkoja. Neljäntenä vaikuttaa potilaasta saatava laajempi tietopohja, myös muiden perheenjäsenten näkökulma asiaan. (Paunonen & Vehviläinen-Julkunen 1999, 17–18).

Perheen hoitotyössä käsitteitä ovat perhehoitotyö, perhekeskeinen hoitotyö ja perhesysteeminen hoitotyö. Perhekeskeisyyttä on pidetty itsestään selvänä asiana kuuluvaksi hoitotyöhön, mutta vasta 1980-luvun lopusta se on noussut pohdintoihin ja tutkimuksiin. Käsitteiden laatiminen hoitotyöhön on ollut hidasta, koska hoitotieteissä ei olla yksimielisiä siitä mitä siihen kuuluu. Perhehoitotyön käsitteen mukaan yksilöä ei hoideta perheestä irrallisena, vaan osana perhetaustasta ja yhteisö huomioon ottaen. Perhekeskeisen hoitotyön käsitteen mukaan perhettä pidetään asiakkaan taustana ja hoidossa oleva yksilö on keskeisenä. Perhesysteemissä hoitotyössä keskeisenä kiinnostuksen kohteena on koko perheyksikkö. Samanaikaisesti kiinnostuksen kohteena on sekä yksilö että perhe, vuorovaikutus ja vastavuoroisuus perheessä. (Hakulinen ym. 1999, 25–26, 32–35.)

Vahvimmin Suomessa perhekeskeisyyttä hoitotyössä toteutetaan äitiys- ja lastenneuvoloissa, lasten sairaanhoidossa ja synnytyksien hoidoissa. Perhekeskeistä näkökulmaa tulisi toteuttaa kaikilla terveydenhuollon sektoreilla. Keskeisimpiä lähtökohtia sen toteuttamiseen ovat potilaan ja perheen oma halukkuus osallistua. (Paunonen & Vehviläinen-Julkunen 1999, 16–19).

Tässä opinnäytetyössä on keskitytty systeemiseen perhehoitotyön käsitykseen. Kohteena on koko perhe, vanhemmat ja nuoret, jopa perheiden muodostamat yhteisöt.

## 5 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ

Valitsin työni menetelmäksi toiminnallisen opinnäytetyön. Tätä työtä olisi ollut hankalaa toteuttaa muulla tavoin. Tulevaisuudessa tämän työn kautta saaduista kokemuksista on varmasti hyötyä, projektiluontoisia töitä sekä ryhmänohjaamisia tullaan toteuttamaan yhä enenevässä määrin myös terveydenhuollossa. Risto Pellin (2004, 9) kirjoittaa projektinhallinnan käsikirjassaan projektitoiminnan muodostavan yhä merkittävämmän roolin työelämässä niin organisaatio- ja johtamismuotona kuin myös tiimityöskentelyn muotona.

Ammatillisessa kentässä toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena on käytännön toiminnan ohjeistaminen, opastaminen, toiminnan järjeistäminen ja järjestäminen. Alasta riippuen se voi olla ammatilliseen käyttöön suunnattu ohje, perehdyttämisoapas tai jonkin tapahtuman toteuttaminen. Toteutustavan valintaan vaikuttaa kohderyhmä. (Airaksinen & Vilkkä 2003, 9.) Hyvän opinnäytetyön aiheen idea nousee koulutusohjelman opinnoista sitoen työelämän yhteydet sekä tietojen ja taitojen syventämisen yhteen (Airaksinen & Vilkkä 2003, 16).

Opinnäytetyö harjoittaa ajan ja kokonaisuuksien hallintaa. Opinnäytteellä voi osoittaa ammatillisen tiedon ja taidon yhdistämistä käytäntöön. Tämän vuoksi opinnäytetyön on hyvä sisällyttää arviota omasta ammatillisesta kasvusta ja suunnitelmaa tulevasta kehityksestä. Arvioinnissa tulisi kriittisesti pohtia tekemisen mielekkyyttä, onnistumista ja keinoja, olisiko toteutuksen voinut tehdä muulla tavoin. Oman arvioinnin tueksi on hyvä kerätä jonkinlaista palautetta kohderyhmältä. (Airaksinen & Vilkkä 2003, 157–160.)

Projektityölle, joka myös toiminnallinen opinnäytetyö on, tunnusomaista onkin tavoitteellisuus, suunnitelmallisuus, kertaluonteisuus, määrätyt resurssit ja kokonaisuuden ohjaus. Työllä tulee olla tavoite, joka pyritään saavuttamaan suunnitelmien avulla. (Hakala 1998, 24–25.) Projektisuunnitelma kertoo miten tavoitteet ovat tarkoitus saavuttaa: mitä, milloin ja miten tehdään ja kuka tekee (Pellin 2004, 85). Kertaluoteisuus opinnäytetyössä tarkoittaa, ettei se yleensä ole sellaisenaan toteutunut. Opinnäytetyössä määrätyt resurssit tarkoittavat niin alkamis- kuin päättymisaikaa, määrätty joukko ihmisiä sekä puitteet, jotka ovat ennalta määriteltä. (Hakala 1998, 24–25.)

Projektityössä tulee myös ennakoida riskit ja potentiaaliset ongelmat. Riskimäärittelyksi annetaan mahdollinen negatiivinen poikkeama projektin tavoitteista ja jo toteutunut riski määritellään ongelmaksi. Ongelmiin ja riskeihin voidaan ennakoida katsomalla aiempien vastaavanlaisia projekteja. Hyvälläkään ennakoinnilla ei voi ehkäistä kaikkia ongelman mahdollisuuksia, mutta tällä voidaan vähentää niiden mahdollisuutta. Projekteissa esiintyvät riskit voidaan jakaa seuraavanlaisesti; tekniset, aikataululliset, taloudelliset, organisaatiolliset, tuotevastuulliset sekä ulkopuolisiin, asiakkaisiin, ympäristötekijöihin, sopimukseen että mahdolliseen kohdemaahan liittyvät riskit. (Pellin 2004, 199-200.)

Tehdessäni opinnäytetyötäni vastasin yksin myös riskeistä. Pyrinkin ottamaan yhteyttä ja sopimaan asioista ajoissa välttääkseni riskejä aikataulutuksen suhteen. Riskinä opinnäytetyössäni on työparin ja sitä myötä toisen näkökannan puuttuminen, toisaalta asian kääntöpuoli toimii myös työssä mahdollisena joustona. Lyhyelläkin varoitusaikalla kykenin sopimaan tapaamisista juuri tämän vuoksi. Omassa yksityiselämässäni tapahtuneet suuret muutokset eivät ole näin vaikuttaneet toiseen opiskelijaan eivätkä itse vanhempainiltaan.

## 5.1 Vanhempainilta-opinnäytetyönä

Nuori ja hänen vanhempansa kohtaavat tässä kehitysvaiheessa monia uusia tilanteita ja vaatimuksia. Nuorella on parhaimmillaan sisäinen turvallisuudentunne, jota vahvistavat toistuvasti vanhempiin, perheeseen, opettajaan ja ystäviin kohdistetut toistuvat kokeilut. Nuoren täytyy kokea, että hänen lähipiirinsä, vanhempansa ja koulu arvostat häntä ja ovat kiinnostuneet hänestä sekä tarjoavat turvalliset rajat. Usein nuorten vaikeudet kärjistyvät, kun ympäristö epäonnistuu turvallisuuden tai rajojen asettamisessa tai ei siedä ja kestä niitä vastaan tulleita hyökkäyksiä. Nuoren ympäristö, koti ja koulu, on tärkeässä asemassa siinä tapahtumaketjussa, jonka avulla nuori saavuttaa kypsyyden. (Aalberg & Siimes 2007, 125–127.) Koulu on yksi osa lapsen ja nuoren elämää. Kodin ja koulun yhteistyö on tärkeää. Kuten aiemmissa tutkimuksissa (Kujala 1999; Mäenpää 2008) on osoitettu, vanhemmat haluavat enemmän keskustelua ja tietoa lasta kohtaavista ikäkau-

sihaasteista. Opinnäytetyö osaltaan antaa nyt yhden luokan vanhemmille tällaisen mahdollisuuden.

Opinnäytetyönä vanhempainilta antaa opiskelijalle monia valmiuksia toimia työelämässä. Yhteistyö muiden ammattiryhmien ja vanhempien kanssa vaatii erilaista vuorovaikutuksen hallintaa kuin vain oman ammattiryhmien edustajien kanssa työskentely. Vaikka yhteistyötä ei lasten kanssa tässä työssä tullut, he olivat osaltaan erittäin tärkeä ryhmä työn kannalta.

## 5.2 Vanhempainillan aikataulu

Syyskuun alkupuolella otin yhteyttä terveydenhoitajaan Annalan koululla Tampereella (KUVIO 3). Kyseisen terveydenhoitajan valitsin, koska hän toimii useamman koulun alaluokkien terveydenhoitajana. Näin ollen mahdollisuus vanhempainiltaan useammille luokille olisi todennäköisempi. Koulun asuinalueen ennestään tunteminen auttoi minua myös konkreettisemmin pääsemään kiinni niihin mahdollisuuksiin, joita alue tarjoaa nuorille ja vanhemmilleen.

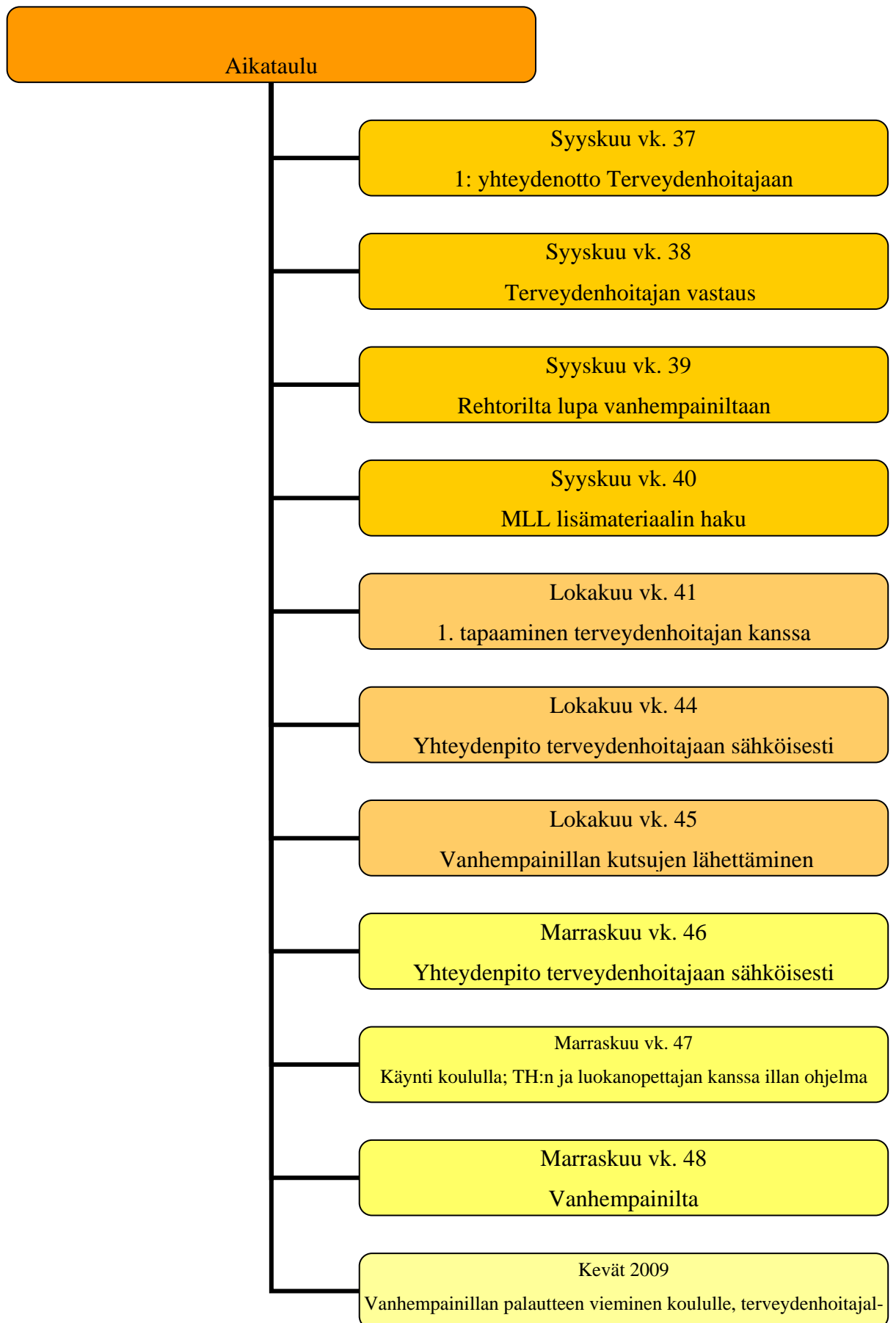
Koulun terveydenhoitaja oli yhteyshenkilöni koululle ja hän otti yhteyttä opettajiin tiedustellakseen heidän halukkuuttaan osallistua mukaan hankkeeseen. Saadessani yhden opettajan osalta kiinnostusta vanhempainiltaa kohtaan otin yhteyttä koulun sen hetkiin rehtoriin puhelimitse. Esittelin asiani ja sain luvan vanhempainillan pitämiseen. Lyhyen kirjallisen infon asiastani vein terveydenhoitajalle häntä tavatessani, muutoin koululle ei tarvinnut viedä esitettä. Sovimme tekeväni yhteistyötä terveydenhoitajan ja luokanopettajan kanssa.

Sovin terveydenhoitajan kanssa tapaamisen ennen vanhempainiltaa, esittelin työni perusrunkoa sekä suunnitellun materiaalin vanhempainiltaan. Terveydenhoitajan kanssa kävimme läpi esitelmän painotuksia ja hän toi omaa näkemystään esille siitä, mitä vanhempainillassa olisi hyvä ottaa esille. Valmiin vanhempainillan PowerPoint-esitykseni hän sai sähköpostiinsa reilu viikko ennen varsinaista vanhempainiltaa.

Itse koin tärkeäksi nähdä tila ja laitteet ennen varsinaista vanhempainiltaa, joten sovimme tapaavamme koululla terveydenhoitajan ja luokanopettajan kanssa. Tällöin esitin

luokanopettajalle ja terveydenhoitajalle illan esityksen varsinaisen sisällön ja he kertoivat omat näkemyksensä asiasta. Alun perin aikaa esitykseen oli sovittu tunti. Nähdessään esityksen sisällön opettaja halusi antaa enemmän aikaa sille, koska koki esityksessä tulleet asiat hyviksi ja tärkeiksi. Sovimme, että käytän aikaa puolestatoista tunnista kahteen tuntiin, riippuen siitä kuinka paljon vanhemmat tulisivat mukanaan keskusteluun illan aikana.

Vanhempainillan oli tarkoitus olla syyslukukaudella, jotta luokan toiminta ja koulunkäynti olisivat päässeet hyvin alkuun, mutta kuitenkin hyvissä ajoin ennen perheiden ja koulun joulukiireitä. Illan päätteeksi luokanopettaja halusi puhua vielä hieman luokan leirikouluasiaa.



Kuvio 3. Aikataulu yhteistyöstä koulun kanssa



### 5.3 Vanhempainillan toteutus

Vanhempainilta toteutettiin marraskuussa 2008 Annalan koululla, neljännen luokan omassa luokkatilassa. Läsä olivat lisäksi luokanopettaja, koulun terveydenhoitaja, opponenttini sekä oppilaiden vanhempia 14 henkilöä luokan oppilasmäärän ollessa 21.

Iltä eteni PowerPoint-esitykseen (LIITE 6) pohjautuen ja keskustellen vanhempia askaruttavista asioista käytännön tasolle tuotuna. Illan päätteeksi vanhemmat saivat PowerPoint-esityksestä lyhennelmän, kirjallisuusvihjeitä ja linkkejä sähköisille sivustoille (LIITE 7). Suositeltava kirjallisuus oli myös mukana luokassa ja vanhemmilla oli mahdollisuus silmäillä teoksia. Alkuperäisestä suunnitelmasta poiketen illan aikataulu venyi suunnitellusta puolestatoista tunnista kahteen tuntiin.

Vanhempainillan sisällöstä ajattelin fyysisyydestä puhumisen olevan pienin osa, sillä tämä alue on selkeä eikä ole kokonaisuudessaan muuttunut. Aikataulu fyysisten muutosten ilmenemisessä on yksilöllinen ja vain hiukan muuttunut viimeisen sadan vuoden aikana. Fyysiset muutokset ovat selkeästi näkyviä ja ymmärrettäviä ja niistä on myös helppoa saada itse tietoa. Pääpaino vanhempainillassa oli sosiaalisilla suhteilla niin perheen sisällä kuin myös kavereiden kesken. Esiin nousi myös vanhempiin kohdistuvat erilaiset odotukset ja toiveet niin nuorten kuin vanhempien itsensä osalta. Tämä asia herättikin vanhempien keskuudessa eniten keskustelua ja pohdintaa. Itse halusin nostaa esiin vanhempien merkityksellisyyden nuorten maailmassa sekä puhua maailman ja nuorisokulttuurien muuttumisesta. Seksuaalisuus ja siihen vaikuttavat asiat olivat myös esillä, mutta tästä asiasta ei vanhempainillassa herännyt paljolti keskustelua.

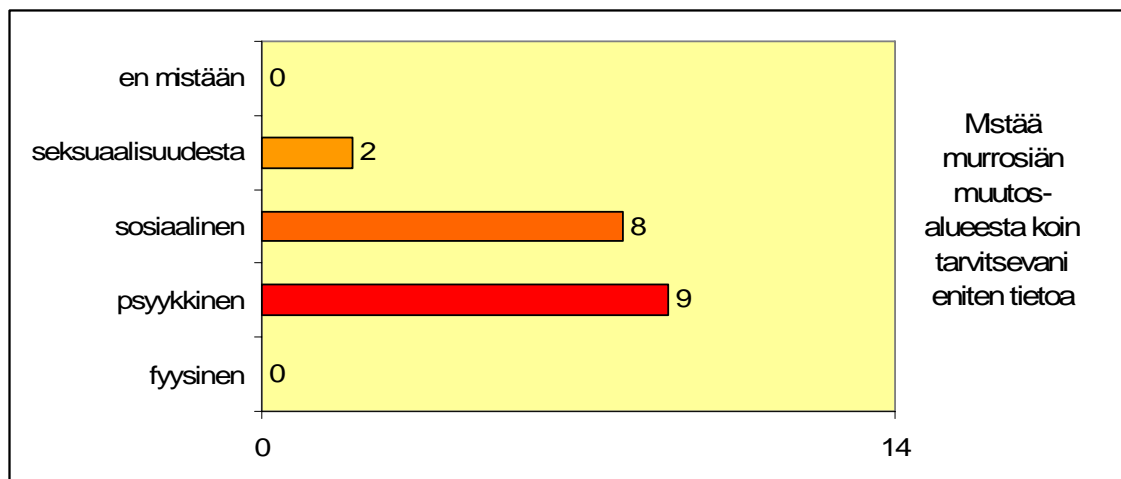
Lopulliset sisältöasiat valitsin vanhempainiltaan keskusteltuani koulun terveydenhoitajan ja luokan opettajan kanssa. Heidän toiveissaan oli samoja asioita joita itsekin toin työssäni esille. Kommunikointi sekä seksuaalisuuden portaat olivat asioita, joita luokanopettaja ja koulun terveydenhoitaja halusivat erityisesti nostettavan esille.

#### 5.4 Vanhempainillassa esiin tulleet asiat

Vanhemmat täyttivät keskustelupitoisen illan jälkeen palautelomakkeen (LIITE 3). Paikalla oli niin naisia kuin miehiäkin, miesten osuus oli n. 1/5 (N=14) paikalla olevista. Aiemmin keskustelussa oli tullut esiin, että useimmilla vanhemmilla oli myös vanhempia kuin neljäsluokkalaisia lapsia. Kyseiset neljäsluokkalaiset olivat moneen perheen kuopuksia. Tämä saattoi vaikuttaa palautelomakkeessa ilmenneisiin tuloksiin ja illan aikaiseen runsaaseen keskusteluun. Vanhemmat osasivat odottaa aiheeseen liittyviä asioita jo kokemuksen kautta ja heillä oli rohkeutta esittää asioista omia kantojaan. Vanhemmat lapset ja heidän kanssaan saatu kokemus murrosikäisestä tulikin usein esiin.

Palautelomakkeen pohjalta tuli esiin, että vanhemmat kokivat tarvitsevansa lisätietoa eniten psyykkisistä ja sosiaalisista muutoksista murrosiän suhteen (KUVIO 4). Myös seksuaalisuus nousi esiin kahden vanhemman palautelomakkeessa (N=14). Vanhemmista ei kukaan kokenut, ettei tarvitsisi lisätietoa mistään neljästä aihealueesta, seksuaalisuudesta, sosiaalisuudesta, psyykkisyydestä tai fyysisyydestä (KUVIO 4).

Fyysisestä puolesta vanhemmat kokivat omaavansa riittävät tiedot ja kukaan (N=14) ei ilmaissut palautelomakkeessa tarvitsevansa eniten lisätietoa fyysisestä muutoksesta murrosiän aikana. Vanhemmat ilmaisivatkin tyytyväisyytensä siihen, ettei ilta keskittynyt vain murrosiän fyysisiin muutoksiin, vaan tämä oli vain yksi osa-alue illan kokonaisuudesta. Esityksessä olleesta fyysisyydestä osuudesta keskustelua herättivät lähinnä painoasiat ja niiden julkittuominen: kuinka ja kenelle ilmaistaan lapsen ylipaino ja miten tähän asiaan tulisi puuttua.



Kuvio 4. Palautekyselyn yhteenveto (N=14)

Suurin osa, kaksitoista (N=14) vanhemmista koki, että illan aikana oli tullut heille uutta tietoa. Useat ilmaisivat tietävänsä asiasta jo suhteellisen paljon, mutta kokivat saaneensa illalta antia itselleen murrosikäisen vanhemmuuden pohtimiseen. Useaan asiaan he ilmoittivat saaneensa uudenlaista näkökulmaa tai suoranaista vinkkiä miten voisi toimia. Palautelomakkeessa (N=14) yksi vanhempi ilmoitti, ettei hän saanut illasta uutta tietoa itselleen.

Miten vanhemmat kokivat neljäsluokkalaisen lapsen vanhempana asian koskevan heitä? Kaikki (N=14) vastanneet olivat sitä mieltä, että asioita tulisi puhua vanhemmille, kun lapset ovat tässä iässä, 9-10 vuotta. Vapaaseen osioon muutama vanhempi kirjoitti, että aikaisempi ajankohta olisi tarpeellinen.

Se, kuinka paljon vanhemmat keskustelivat asiasta, vaikutti illan kulkuun. Erityisesti vanhempien ja lasten välinen vuorovaikutus ja säännöt herättivät paljon keskustelua. Paljon puhutti aikuisen vastuu, esimerkiksi millaista käytöstä ja puhetapaa nuorelta voi sietää. Onko vanhemman tapa aina oikea, vai tulisiko nuoren antaa itse löytää oma tapansa tehdä ja reagoida asioihin? Voivatko vanhemmat puuttua ja puuttuvatko he toisten nuorten käyttäytymiseen ja tekemisiin, etenkin kun käyttäytyminen on selkeästi yhteiskuntamme normirajoja rikkovaa?

Illan loppuun vanhemmat keskustelivat lastensa pukeutumisesta ja muiden, lähinnä ikätoverien, vaikutuksesta siihen. Muutama vanhempi nosti esiin illan aikana puhutuista yhteisistä kotiintuloajoista sivuten, voisivatko he sopia yhteistä pakkasrajaa lasten toppahousujen pitämiseksi. Vanhemmat sopivatkin keskenään yhteiseksi toppahousujen laittorajaksi -5 astetta. Kukaan vanhempi (N=14) vanhempainillassa ei vastustanut ajatusta julkisesti. Päätöksentekoon ei osallistunut kukaan ammattilaisista; opettaja, terveydenhoitaja tai terveydenhoitajaopiskelijat, vaan vanhemmat keskustelivat ja päättivät asiasta itsenäisesti.

## 6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Vanhempainillassa tuli esiin hyvää ja monipuolista keskustelua, joka avarsi omaa esi-  
tystäni ja vei sen lähelle vanhempien omaa arkea. Ilman vanhempien panosta keskuste-  
luun ilta ei olisi ollut niin virikkeellinen kaikille osapuolille. Myös vanhempien itsensä  
asettama ”toppahousupakko” osoittaa tällaisten iltojen tarpeellisuutta.

Palautelomakkeiden mukaan vanhempainilta osui ajallisesti oikeaan aikaan. Mäenpää  
(2008) ja Kujala (1999) tuovat tutkimuksissaan esiin vanhempien haluavan kouluilta ja  
kouluterveydenhuollolta enemmän tämän tyyppistä vanhempien tukemista. Vaikka van-  
hemmat kokisivat tietävänsä asioista, he kaipaavat tukea ja asioiden mieleenpalautta-  
mista. Palautelomakkeissa ja keskustelussa vanhempainillan aikana esiin tulleet asiat  
tukivat näitä aiempia tutkimuksia.

Vanhempainiltaan vaikuttava seikka oli, että suurimmalla osalla vanhemmista oli jo  
kokemusta murrosikää lähestyvän lapsen kanssa asioiden kohtaamisesta. Heidän nykyi-  
set neljäsluokkalaisensa olivat perheen keskimmäisiä tai kuopuksia. Vanhemmat toivat  
esiin omaa tietotaitoaan ja kokemusta sekä vahvistivat toisensa kokemuksia ja antoivat  
erilaisia ratkaisumalleja kokemukseen pohjautuen.

Ilta oli antoisa niin vanhemmille kuin ammattilaisille. Se nosti esiin perheitä askarrutta-  
via asioita ja malleja siitä, miten joku toinen perhe kokee asian tai on ratkaisu sen. Ter-  
veydenhoitajaopiskelijana sain itselleni arvokasta tietoa asioista, joita olisi hyvä ottaa  
puheeksi kouluterveydenhuollon terveystapaamisissa ja -tarkastuksissa neljännellä luo-  
kalla. Kouluterveydenhoitajana toimiessani tulisin mielelläni mahdollisuuksien rajoissa  
pitämään tämän tyyppisiä iltoja keskittyen enemmän vanhempia askarruttaviin seikkoi-  
hin, kuten sosiaaliseen ja psyykkiseen kehitykseen.

Murrosiän kehitystehtävät ovat pysyneet samana, vaikka yhteiskunta on muuttunut ja  
muuttuu edelleen. Samat haasteet eivät kohtaa nuoria nyt ja ennen. Luomamme yhteis-  
kunta asettaa meille eri aikoina erilaisia mahdollisuuksia ja vaatimuksia elämän perus-  
teiden pysyen kuitenkin samana. Pidämme oman aikamme asioita oikeina ja sopeu-  
dumme ja vertaamme itseämme ja saavutuksiamme aikalaisiimme. Nuoret kaipaavat ja

kiinnostuvat samoista asioita kuin ennenkin. He tarvitsevat aikuista ja ohjausta, jonkun joka opettaa heidät maailman tavoille.

## 6.1 Eettisyys ja luotettavuus opinnäytetyössä

Kaikissa osavaiheissa tulee välttää epärehellisyttä. Tutkimustyötä tehdessä ei tule plagioida toisen tekstiä, muuttaa tekstiä tai raportoida harhaanjohtavasti tai puutteellisesti tai yleistää tuloksia. (Hirsjärvi 2007, 26 - 27.) Toiminnallinen opinnäytetyö on uudenvuorokaudenlainen ja siihen löytyvää tutkittua tietoa on vähän. Luotettavuuden arviointi on haasteellista, mutta palautekyselyn ja aiempien tutkimusten (Mäenpää 2008 ja Kujala 1999) antama samansuuntainen tulos kertoo osaltaan luotettavuudesta. Tässä työssä on lähteitä käytettäessä viitattu niihin huolellisesti eikä toisten tekstiä ole esitetty omana. Tutkimustuloksia, kirjallisuutta ja palautelomakkeita läpikäydessä on niihin suhtauduttu huolellisesti ja kriittisesti. Palautekyselyt palautettiin nimettömiä ja niitä käsiteltiin huolellisesti. Ulkopuolisilla ei ole ollut mahdollisuutta saada niitä käsiinsä ja ne tuhottiin työn vaatimalla tavalla.

Opinnäytetyöni pohjalla käytin pääasiassa kouluterveydenhuollon opasta sekä kahta kouluterveydenhuoltoon suunnattua tutkimusta. Muuta lähdemateriaa käyttäessäni pyrin katsomaan sen aiheeseen sopivuutta ja luotettavuutta tekijän ja julkaisijan pohjalta. Opinnäytetyössäni en ole tahallisesti yrittänyt johtaa harhaan tai puutteellisesti esittää asioita.

Vanhempainillan pitämiseen otin mukaan terveydenhoitajan perustyömuotoja ja kehitin näiden työssä käyttämistä. Olen pyrkinyt suhtautumaan kriittisesti reflektoidulla omalla esiintymiselläni vanhempainillalla.

Luotettavuutta arvioitaessa tulisi ottaa huomioon myös puolueettomuusnäkökulma. Vaikka tutkimuksen tulee olla arvovapaata, tutkijan arvot vaikuttavat tutkimuksessa tehtyihin valintoihin. Arvovapaaksi tutkimus tulee kun tutkija paljastaa arvojensa vaikuttavan tutkimukseen, tekee työnsä läpinäkyväksi. (Vilkkä 2005, 160.) Eettisyyden ja luotettavuuteen vaikuttaa työn tekeminen yksin. Tällöin ei ole mahdollisuutta keskustella toisten kanssa työn eettisyydestä ja luotettavuudesta. Olen pyrkinyt työssäni nou-

dattamaan hoitotyön eettisiä ohjeita ja humanistisen ihmisarvon kunnioittamista. Olen suhtautunut kriittisesti kaikkeen kirjoittamaani ja esittämääni. lauseen poisto

## 6.2 Opinnäytetyön merkitys

Opinnäytetyössä oli tarkoitus pitää vanhemmuutta tukeva vanhempainilta. Ilta oli keskustelupitoinen ja vanhemmat tekivät keskenään päätöksen toppahousupakosta, joka osin osoittaa yhteisöllisyyttä. Vanhempainillan palautelomakkeista selvisi myös se, että tässä vaiheessa vanhemmat olisivat halukkaita kuulemaan asioita murrosiästä ja etenkin heitä eniten askarruttaneista aiheista.

Itselleni voin esittää kysymyksen; mitä minulle jäi tästä työstä tulevaisuuteen? Oli mielekästä lukea ja opiskella asioita siitä, mitä Suomessa on tapahtunut ja miten ne ovat vaikuttaneet nuoriin ja koko yhteiskuntaan. Kirjallisuuden perusteella ymmärsin paremmin nuoria ja heidän vanhempiaan. Vanhempainilta syvensi tietoa käytännössä niin murrosikäisistä kuin heidän vanhemmistaankin. Sain ryhmänohjaajana arvokasta lisäkokemusta. Vaikka työ keskittyi murrosikäisiin, se ei ollut ainoa anti työstäni. Opin ymmärtämään ja syventämään tietouttani suomalaisesta yhteiskunnasta ja kuinka se on kehittynyt. Tätä tietoa voin käyttää kaikissa terveydenhoitajan työpisteissä.

Työni edistymistä hidasti ja voimavarojani vähensi omassa elämässä tapahtuneet asiat. Toisaalta tämäkin on osa elämää, ihmisen tulisi olla itselleen ja ympäristölleen armollisempi ja antaa aikaa. Niin myös nuoren tai perheen kohdalla: kaikki nuoret eivät kehity samaan aikaan samalla kaavalla. Heitä on voinut kohdata erilaiset asiat, jotka ovat voineet jarruttaa tai kiihdyttää heidän kehitystään. Jokainen nuori ja hänen vanhempansa tulisikin kohdata yksilöinä, ilman taakkaa siitä, millaisen sukupolven edustaja on.

## 6.3 Kehittämisehdotukset ja jatkotutkimushaasteet

Kuten aiemmista tutkimuksista (Kujala 1999; Mäenpää 2008) on tullut esille, vanhemmat haluaisivat keskustelevia vanhempaintapaamisia, joissa voisi saada myös kirjallista tietoa heidän lastaan sen hetkisesti koskettavista aiheista. Kehittäisinkin tulevaisuudessa

kouluterveydenhoitoa seuraavasti: vanhempainilloissa keskityttäisiin vanhempia eniten askarruttaviin aiheisiin (KUVIO 4), sosiaalisuudessa, psyykessä ja seksuaalisuudessa tapahtuviin muutoksiin. Näin se vastaisi paremmin vanhempien tarpeeseen, mikä auttaisi kodin ja koulun yhteistyötä lapsen ja nuoren hyväksi. Terveystoimittaja voisi pitää näistä aiheista teemailtoja ja kerätä vanhempien tiedonhalun kohteista tiiviin pakettiin.

Vanhempainiltoja voisi kehittää sarjaksi, jossa jokaisella illalla olisi 1-2 teemaa. Nyt vanhempainillassa, kahden tunninkin aikana, kykenimme käymään läpi joitakin asioita tarkemmin, mutta joistakin aiheista vain raapaistiin pintaa. Tämä vaatisi terveydenhoitajien lisäresursointia, sillä nykyisillä resursseilla ei aika tällaiseen toimintaan riitä. Onkin mielenkiintoista seurata nyt tulevaisuutta ja mihin nykyisen taloudellisen kehityksen pysähtymisen aikana sijoitetaan niin henkilö- kuin muitakin resursseja.

Vanhempainiltojen sekä koulun ja kodin yhteistyön tueksi kouluterveydenhuoltoon tulisi kehittää ikäkausilehtiset lapsen eri siirtymävaiheisiin. Ensimmäiselle, neljännelle ja kuudennelle luokalle tulisi olla omat lehtiset sekä yläluokkien puolella mahdollisesti 1-2 lehtistä vanhemmuuden tukemiseksi ja lasta koskettavien ajankohtaisten asioiden puheeksi ottamisen helpottamiseksi.

Kehittämistä omassa työskentelyssä olisi työskentelyn tehostaminen ja aiheen tarkempi rajaaminen etenkin työn alkuvaiheessa. Kirjallisen työn tekeminen suoraan heti varsinaiseen työhön olisi jälkeinpäin katsottuna yksi kehittämisen paikka itselleni. Alkuun tein niin kutsuttua esikarsintaa, jota myös kirjoitin muistiin. Tällaisen työn tekeminen vaatii aikaa ja voimavaroja, ajatusten tulee saada kypsyä ja kehittyä rauhassa.

## LÄHTEET

Aalberg, V. & Siimes, M. 1999. Lapsesta aikuiseksi – nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Airaksinen, T. & Vilkka, H. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Hakala, J. T. 1998, Opinnäyte luovasti - kehittämis- ja tutkimustyön opas. Tampere: Gaudeamus.

Hakulinen, T., Koponen, P. & Paunonen, M. 1999, Perheen hoitotyöhän liittyvät käsitteet. Teoksessa Paunonen, M. & Vehviläinen-Julkunen K. 1999. Perhe hoitotyössä – teoria, tutkimus ja käytäntö. Porvoo: WSOY. 25 – 42.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Honkanen, H. & Mellin, O-K. 2008, Terveystiedon edistämisen työmenetelmiä terveydenhoitajan työssä. Teoksessa Haarala, P., Honkanen, H., Mellin, O-K. & Tervaskanto-Mäentausta, T. 2008. Terveystiedon edistämisen työmenetelmiä terveydenhoitajan työssä. Helsinki: Edita. 105–252.

<http://www.kunnat.net/> Vanhemmuuden roolikartta Luettu 13.3.2009

Isoherranen, K. 2005. Moniammatillinen yhteistyö. Vantaa: WSOY.

Kemppinen, P. & Rouvinen-Kemppinen, K. 1998, Vuorovaikutuksen aarrearkku – Vinkkejä kasvattajille. Helsinki: Kannusvalmennus P. & K. Oy.

Kouluterveydenhuolto 2002. Opas kouluterveydenhuollolle, peruskouluille ja kunnille. Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes. 2002. Stakesin oppaita 51. Helsinki: Stakes.

Kujala, K. 1999. Kunpa sille kasvaisi oma järki – Vanhempien toiminta murrosikää lähestyvän päihdeohjauksessa. Tampereen yliopisto. Terveystieteen laitos. Pro gradu – tutkielma.



Kuronen, M. 2003. Eronnut perhe?. Teoksessa Forsberg, H. & Nätkin, R. 2003. Perhe murroksessa – Kriittisen perhetutkimuksen jäljillä. Helsinki: Gaudeamus. 103–120.

Lyytinen, P. & Lyytinen, H. 2003. Tiedollinen kehitys lapsuudessa. Teoksessa Sinkkonen, J. 2003. Pesästä lentoon – Kirja lapsen kehityksestä kasvattajille. Vantaa: WSOY. 87–120.

Mäenpää, T. 2008, Alakoulun terveydenhoitajan ja perheen yhteistyö – Substanttiivinen teoria ongelmalähtöisestä yhteydenpitämisestä, Tampereen yliopisto. Akateeminen väitöskirja.

Nätkin, R. 2003. Moninaiset perhemuodot ja lapsen hyvä. Teoksessa Forsberg, H. & Nätkin, R. 2003. Perhe murroksessa – Kriittisen perhetutkimuksen jäljillä. Helsinki: Gaudeamus. 16–38.

Ojajärvi, P. 1982. Suomalaisen lapsen murrosikä – pitkittäistutkimus antropometriasta, fyysisestä kehityksestä ja fysiologisista muutoksista. Yliopistollinen väitöskirja. Helsingin yliopistollisen keskussairaalan 1 lastentautien klinikka. Poikkiteollinen artikkeliteos nuorisokulttuureista.

Paunonen, M. & Vehviläinen-Julkunen, K. 1999. Perhe hoitotyössä. Teoksessa Paunonen, M. & Vehviläinen-Julkunen, K. 1999, Perhe hoitotyössä – teoria, tutkimus ja käytäntö. Porvoo: WSOY. 14 – 24.

Pellin, R. 2004. Projektihallinnan käsikirja. Jyväskylä: Projektijohtaminen Oy.

Sallinen, M. & Rönkä, A. 2008. Murrosikäisen perhesuhteet: muutoksia ja jännitteitä. Teoksessa Notko, M. & Sevón, E. 2008. Perhesuhteet puntarissa. Tampere: Gaudeamus. 43–67.

Sarjala, J. 2003. Kasvatuksen vaikea oppi. Teoksessa Sinkkonen, J. 2003. Pesästä lentoon – Kirja lapsen kehityksestä kasvattajille. Vantaa: WSOY. 257 - 268.

Vilèn, M., Leppämäki, P. & Ekström, L. 2005. Vuorovaikutuksellinen tukeminen sosi-  
aali- ja terveysalalla. Werner Söderström Osakeyhtiö.

Vilka, H. 2007. Tutki ja kehitä. Vaajakoski: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vuori, J. 2003. Äitiyden ainekset. Teoksessa Forsberg, H. & Nätkin, R. 2003. Perhe-  
murroksessa – Kriittisen perhetutkimuksen jäljillä. Helsinki: Gaudeamus. 39–63.

Åstedt-Kurki, P. & Paavilainen, E. 2006. Hoitotieteen tutkimus Tampereen yliopistossa.  
Teoksessa Aho, A. L., Tarkka, M-T., Paavilainen, E. & Åstedt-Kurki, P. 2006. Perhe-  
hoitotieteelliset tutkimusmenetelmät. Tampereen yliopisto. Hoitotieteenlaitos. Perhe-  
keskeisen hoidon tutkimus- ja opetuskeskus, julkaisu 7. 2006, 3-8.

## LIITTEET

Liite 1 Kirjallisuuskatsaus Mitä murrosikä on ja miten se on muuttunut Suomessa.

Liite 2 Kutsu vanhempainiltaan 1

Liite 3 Vanhempainillan palautelomake 1

Liite 4 Vanhempainillan suunnitelma 2

Liite 5 Vanhempainillan toteutus 2

Liite 6 PowerPoint esitys vanhempainillassa 4

Liite 7 Vanhemmille jaettavan lyhennelmä esityksestä sekä tietoa lisämateriaalista 2

## Sisällysluettelo

1. MITÄ ON MURROSIKÄ? .....	45
2. MURROSIÄN FYYSISET MUUTOKSET JA BIOLOGIA.....	46
2.1 Biologiset muutokset tytöillä .....	48
2.2 Biologiset muutokset pojilla .....	49
2.3 Nuorten fyysisyydessä tapahtuneet muut muutokset .....	50
3. SEKSUAALISUUS JA SEN KEHITTYMINEN .....	51
3.1 Seksuaalisuuden kehittyminen ja ilmeneminen esipuberteetissa.....	53
3.2 Seksuaalisuuden kehittyminen ja ilmeneminen puberteetissa .....	54
4. HENKINEN KEHITTYMINEN JA SOSIAALISUUS .....	56
4.1 Henkisen kehityksen kulku .....	56
4.2 Sosiaalisuuden muutos ja ilmeneminen .....	57
5. YHTEISKUNNAN VAIKUTUS MURROSIKÄÄN .....	59
5.1 Kasvatuksessa, vanhemmuudessa sekä perhesuhteissa ilmenneet suuret linjat .....	59
5.2 Nuorisokulttuurien trendit ja muutokset .....	61
5.3 Yhteiskunnan ja siinä tapahtuneiden muutoksien vaikutus murrosikään .....	62
5.4 Tietoteknisen kehityksen vaikutus murrosikään .....	63

## 1. MITÄ ON MURROSIKÄ?

Vielä 1960-luvullakaan murrosikä ei ollut erityisen keskeinen käsite nuoria koskevassa ammattikirjallisuudessa eikä tieteellisessä tutkimuksessa. Suomessa murrosikäpuhe yleistyi vasta 1970-luvulle tultaessa. Yhteiskunnallisissa muutoksissa käsitteet murrosikä ja nuoruus muuttuivat. (Aapola 2003, 95.) Perehtyessäni aiheeseen huomasin 1990-luvun jälkeen murrosiästä aletun käyttämään jakoa kolmeen eri kehitysvaiheeseen: esimurrosikään, murrosikään ja loppuvaiheen murrosikään eli nuoruuteen. Alkuperäisen jaon on tehnyt Peter Blosin 1967, mutta tätä ei tuolloin käytetty yleisesti tutkijoiden joukossa, sen liiallisen yleistämisen vuoksi. (Heiskanen & Mitchell 1985, 22.) Aiemmin murrosikää oli katseltu lähinnä fyysisten muutoksien pohjalta yhtenä kokonaisuutena. Kuinka tämä jaottelu ja sen muuttuminen on vaikuttanut ja vaikuttaa yhä käsitykseen murrosiästä, sen aikataulusta ja tehtävistä, vaikka itse murrosikä ja sen asettamat kehitystehtävät eivät olekaan muuttuneet?

Lapsuuden ja aikuisuuden väliin sijoittuvaa psyykkistä kehitysvaihetta, nuoruusikää, tarkoitetaan ikävuosilla 12–22. Tyttöillä itse murrosikä alkaa varhaisemmin kuin pojilla ja se muodostaa nuoruusiän alkuvaiheen. Tällöin hormonitoiminnan lisääntyminen ja fyysinen kasvu muuttavat psyykkistä tasapainoa. Psykologista sopeutumista näihin sisäisiin ja ulkoisiin muutoksiin kuvataan nuoruusiäksi. (Aalberg & Siimes 2007, 15.) Murrosikä eli puberteetti on biologista että fysiologista kehitystä, jonka aikana lapsesta kasvaa fyysisesti aikuinen, tämän ajanjakson kestäessä 2-5 vuotta (Aalberg & Siimes 2007, 15). Murrosikä on kasvun, kehityksen, itsenäistymisen sekä muuttumisen aikaa lapsesta aikuiseksi. Sen alkuvaihe sijoittuu 8-14 vuoden ikään ja tavallisimmin loppu 16–18 vuoden ikään (Kettunen 2001, 9). Murrosiässä, 12–15 v., tulevat esiin sekundääriset sukupuoliominaisuudet, kahden aivolisäkkeen hormonin vaikutuksesta (Bengtsson & Ekendahl, 1992, 2).

## 2. MURROSIÄN FYYSISET MUUTOKSET JA BIOLOGIA

Fyysinen, psyykinen, sosiaalinen ja seksuaalinen kehitys on erilaista tytöillä ja pojilla, murrosiän psyykkiset piirteet eroavat toisistaan. Voidaankin sanoa, että dramaattisimmin sukupuolten välisen eron huomaa 13,5 vuoden iässä, jolloin myös poikien keskinäiset erot ovat suurimmillaan. (Cacciatore 2006, 212.)

Selvin murrosiän kasvun tapahtuma on kasvun kiihtyminen. Poikien murrosikään kuuluvan pituuskasvun nopeutuminen alkaa keskimäärin 12–12,5 vuoden iässä ja tytöillä 10–11 vuoden iässä. (Ojajärvi 1982, 9.) Keskushermoston säätelytoiminta estää murrosiän alkamista lapsuudessa ja tämä esto rapautuu tytöillä poikia helpommin. Sen vuoksi terveiden tyttöjen murrosiän varhainen alkamisikä on normaalia, kun taas se on pojilla harvinaisempaa. (Aalberg & Siimes 2007, 28.) Ellei murrosikä ei ole lainkaan alkanut pojilla 14 ikävuoteen mennessä ja tytöillä 13 ikävuoteen mennessä, tulisi asiaa selvittää lääkärissä (Cacciatore 2007, 240). Murrosiän ensimmäinen merkki, pituuskasvu, onkin helposti havaittavissa useimman kohdalla, kuten myös monet muut fyysiset muutokset. Se, miten ympäröivä yhteisö suhtautuu nuoren fyysisiin muutoksiin, on muuttunut vuosikymmenten aikana luonnollisemmaksi. Aiemmin muutoksia on tarvinnut häpeillä, niistä puhuttaessa tai kirjoitettaessa on käytetty lääketieteellisiä termejä ja sanakäänteitä.

Molemmilla sukupuolilla tapahtuu erinäisiä muutoksia kehossa. Osa muutoksista koskee vain toista sukupuolta, osa molempia. Taulukossa on yhteen vedetty kirjallisuudesta esiintyneet fyysiset muutokset molemmilla sukupuolilla.

Taulukko 1. Fyysiset muutokset (Mukailtu taulukko Kettunen, 2001, 10).

Kaikilla	Tytöillä	Pojilla
Kainalokarvat ja karvoitus sukupuolielinten ympärille	Kuukautiset alkavat	Kivekset kasvavat ja laskeutuvat alemmas ja tummuvat
Ihon muutokset, tali- ja hikirauhasten toiminnan kiihtyminen	Rinnat kasvavat ja nännit suurenevät	Sperman tuotanto alkaa
Hikoilu lisääntyy (kainalot, jalkapohjat, kämmenet)	Lantio levenee ja reidet pyöristyvät	Siitin suurenee, esinahka löystyy sekä mahdollisten kiinnikkeiden irtoaminen
Kasvu nopeutuu	Kohtu ja vagina laajenevat, sisemmät häpyhuulet kasvavat ja immenkalvon aukko löystyy	ilmaantuu ”märkiä unia”
Lihakset kehittyvät	Joillakin tytöistä erittyy maitomaista nestettä	erektiot alkavat
Ääni tulee matalammaksi (äänenmurros)		joillakin erittyy rinnoista maitomaista nestettä
Hiukset rasvoittuvat nopeammin		parrankasvu alkaa

Viimeksi kuluneiden 30 vuoden aikana ei ole havaittu murrosiän kehityksen varhaistumista. Keskimäärin suomalaisilla tytöillä kehitys alkaa vajaan 11 vuoden iässä ja kuukautiset 13 vuoden iässä. (Apter 2006, 95–96.) 2004 vuoden lääkirilehden artikkelin mukaan, joka perustui nuorisotutkimuskyselyyn vuosien 1977–2003 välillä, kertoo kuukautisten keskimääräisen alkamisiän aikaistuneen 1970 luvulta 1990 luvun puoliväliin saakka. Poikien siemensyöksyjen keskimääräisen alkamisiän kerrotaan varhaistuneen vastaavasti, mutta tälle kehitykselle ei nähty yhtä selvää pysähtymistä. (Rimpelä ym. , 2004;59 (44):4229–4235). 2000-luvun alussa murrosiän muutokset tulevat noin vuotta aiemmin kuin 1960–70-luvuilla. Fyysisten muutosten aikaistuminen voi antaa harhakäsitystä myös psyykkisen ja sosiaalisen puolen kehityksen nopeutumisesta.

Tutkimustieto ei tue sosiaalisen eikä psyykkisen kehityksen puolen aikaistumista. (Kouluterveydenhuolto 2002, 12.)

Tiedot ovat osin ristiriitaisia viime vuosien kohdalta. Tämä voikin kertoa osaltaan suuntaa, johon olemme menossa nuorten fyysisen kehityksen suhteen. Viimeaikoina on esitetty myös muovien ja hormonaalisten ehkäisyjen vaikutusta murrosiän aikaistumiseen sekä sukupuolisuuteen ja hedelmällisyyteen, mutta näistä ei ole olemassa vielä selkeää tutkimustietoa. Olisikin hyvä pohtia mitä merkitsee nuorten aiempaa aikaisempi fyysinen kehitys niin nuorelle kuin hänen elämänpiirilleen?

## 2.1 Biologiset muutokset tytöillä

Jokainen kehittyy oman aikataulunsa mukaan, mikä paljolti johtuu perintötekijöistä. (Cacciatore 2007, 240). Ensimmäisiä murrosiän merkkejä, jotka tulevat 8–13 vuoden iässä, tytöillä on rintojen kasvaminen, joka jatkuu pituuskasvun ajan, sekä valkovuoto (Cacciatore 2007, 24). Kuukautiset voivat alkaa joillain tytöillä jo 9-vuotiaina, toisilla vasta 17-vuotiaina. Keskimäärin ne alkavat tytöillä 11–14 vuoden välillä. Kuukautisten alkaessa voi toisilla olla kipuja, sukupuolielinten haju voi muuttua, ennen kuukautisia emättimen aukossa saattaa tuntua kutinaa, vatsa sekä rinnat voivat turvota hiukan ja olla arat. Häpykarvoitus ja kainalokarvoitus kasvavat, käsivarsien ja säärien karvoitus lisääntyy myös. (Aigner & Centerwall 1999, 135–136.)

Kuukautisen alkaminen, eli menarke, on tytön puberteetissa tarkasti määriteltävissä oleva, vaikkakin myöhäisessä vaiheessa esiintyvä kehitystapahtuma. (Ojajärvi 1982, 12). Jo 70-luvulla todettiin Suomessa kuukautisten keskimääräiseksi alkamisiäksi noin 13 vuotta. Sitä edeltäneenä sadan vuoden jaksolla kuukautisikä oli aikaistunut yli kolme vuotta (Hallman & Holger 1970, 64). Menarkepainoa, joka on paino jonka saavuttamisen jälkeen tytöllä voi alkaa kuukautiset, ei voida esittää minään kriittisenä tietynä painona, sen vaihtelurajat ovatkin hyvin laajat, keskiarvot vaihtelevat populaatiosta riippuen 39,8 -55,0 kg:n välillä. Lapset saavuttavat tämän kriittisen painon aiemmin, menarkepaino ei olekaan muuttunut menarkeiän alentuessa vaan hoikemmilla tytöillä menarke alkaa myöhemmin. (Ojajärvi 1982, 9.) Nykyisin lasten painonkehitys ei aikaista enää



kuukautisia, sillä ravitseminen on jo muutkin riittävän hyvä. Kuitenkin liian alhainen paino voi siirtää kuukautisten alkamista myöhemmäksi.

Tytöillä pituuskasvu on vähäistä juuri ennen murrosikää. Keskimäärin 12-vuotiaan alkavan murrosiän pituuskasvun nopeimpina vuosina kasvu tapahtuu pyrähtäen 8-10 cm/vuosi ja on hieman hitaampaa kuin pojilla. Tytöillä pituuskasvu päättyy keskimäärin muutaman vuoden poikia aiemmin. Varhainen murrosikä tytöllä aientaa kasvupyrähdystä sekä kasvun päättymisikää, tällöin kasvuaika lyhenee ja aikuispituus jää ennakoitua odotuspituutta lyhyemmäksi. (Ojajärvi 1982, 11.)

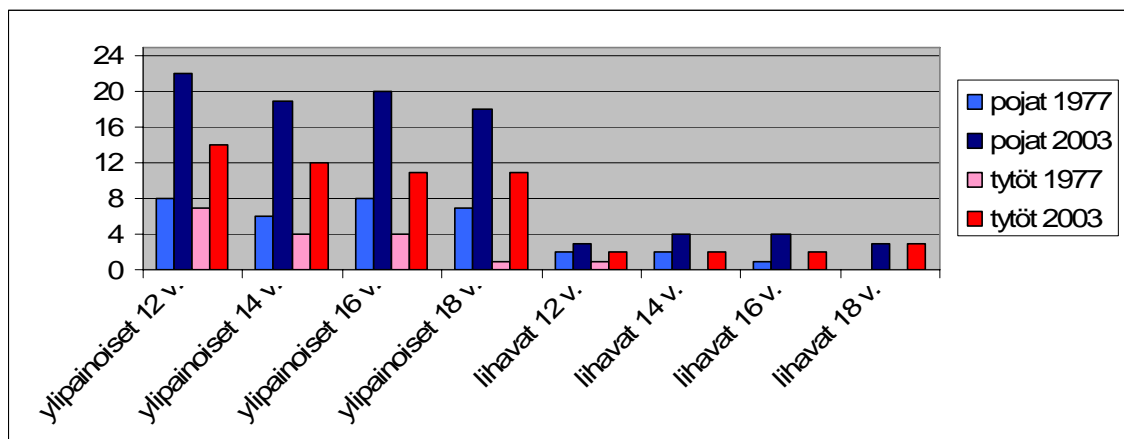
## 2.2 Biologiset muutokset pojilla

Ensimmäisinä merkkeinä murrosiästä pojilla on 9,5 -13,5 vuoden ikäisenä kivesten kasvu sekä mahdollinen, mutta ohi menevä rintojen arkuus (Cacciatore 2007, 240). Pojilla karvoitus kehittyy yksilöllisemmin, vaihtelua esiintyy, joidenkin parrankasvu saattaa alkaa verrattain aikaisin, osalle tulee rintakarvoitusta. Penis ja kivespussit suurenevat ja karvoitusta kasvaa sukupuolielinten alueelle. Rintarauhaset voivat turvota joillain pojilla. Tämä häviää yleensä muutamien vuosien kuluessa, mutta poika saattaa pelätä saavansa naisen rinnat. Kurkunpää ja äänihuulet kasvavat ja ääni syvenee äänenmurroksen myötä. (Aigner & Centerwall 1999, 135–136.)

Hetkeä ennen murrosikää voi pojilla kasvunopeus olla hyvin hidasta, alle 3 cm vuodessa. Keskvaiheilla murrosikää kasvu kiihtyy suurimmilleen muutaman vuoden mittaiseksi pyrähdykseksi. Pojat saattavat kasvaa nopeimman kasvun aikana, 14 vuoden iässä, 12 cm vuodessa, jonka jälkeen pituuskasvua on yhä 3-5 vuoden ajan, koko ajan hidastuen. Loppupituutensa he saavuttavat keskimäärin 18-vuotiaina, mutta noin puolet pojista kasvaa vielä 1-2 vuoden ajan tämän iän jälkeen. Myöhäinen murrosiän alkaminen viivästyttää kasvupyrähdyksen alkua, mikä johtaa kasvukauden pidentymiseen ja mahdolliseen odotuspituutta suurempaan aikuispituuteen. (Ojajärvi 1982, 11.)

### 2.3 Nuorten fyysisyydessä tapahtuneet muut muutokset

Nuorten ensimmäinen terveystapakysely tehtiin vuonna 1977 12–18-vuotiaille ja siitä lähtien kysely on suoritettu joka toinen vuosi. Kyselyiden pohjalta on kyetty kartoittamaan nuorison terveydessä tapahtuneita ja siihen kohdistuneita muutoksia. Muutoksia nuorten fyysisyydessä on tapahtunut painonsuhteen. Vuodesta 1977 vuoteen 2003 nuorten paino kohosi kaikissa ikäryhmissä sekä molemmilla sukupuolilla (KUVIO 5). Ylipainoisten osuus kasvoi 2-3 – kertaiseksi ajan jakson aikana. Ylipaino ei kuitenkaan lisääntynyt tasaisesti vaan lisääntymistä havaittiin juuri painavamman väestön joukossa. Tämän ajatellaankin johtuvan siitä, että nuoret vertailevat itseään ensisijaisesti ikätovereihinsa, sillä mallimaailman ja median tarjoaman ihannekuvan ei uskota olennaisesti muuttuneen tänä aikana. Itsensä yli- tai alipainoiseksi kokevien osuus ei vuosien 1979–1999 välillä noussut. (Rimpelä ym. , 2004;59 (44):4229–4235.)

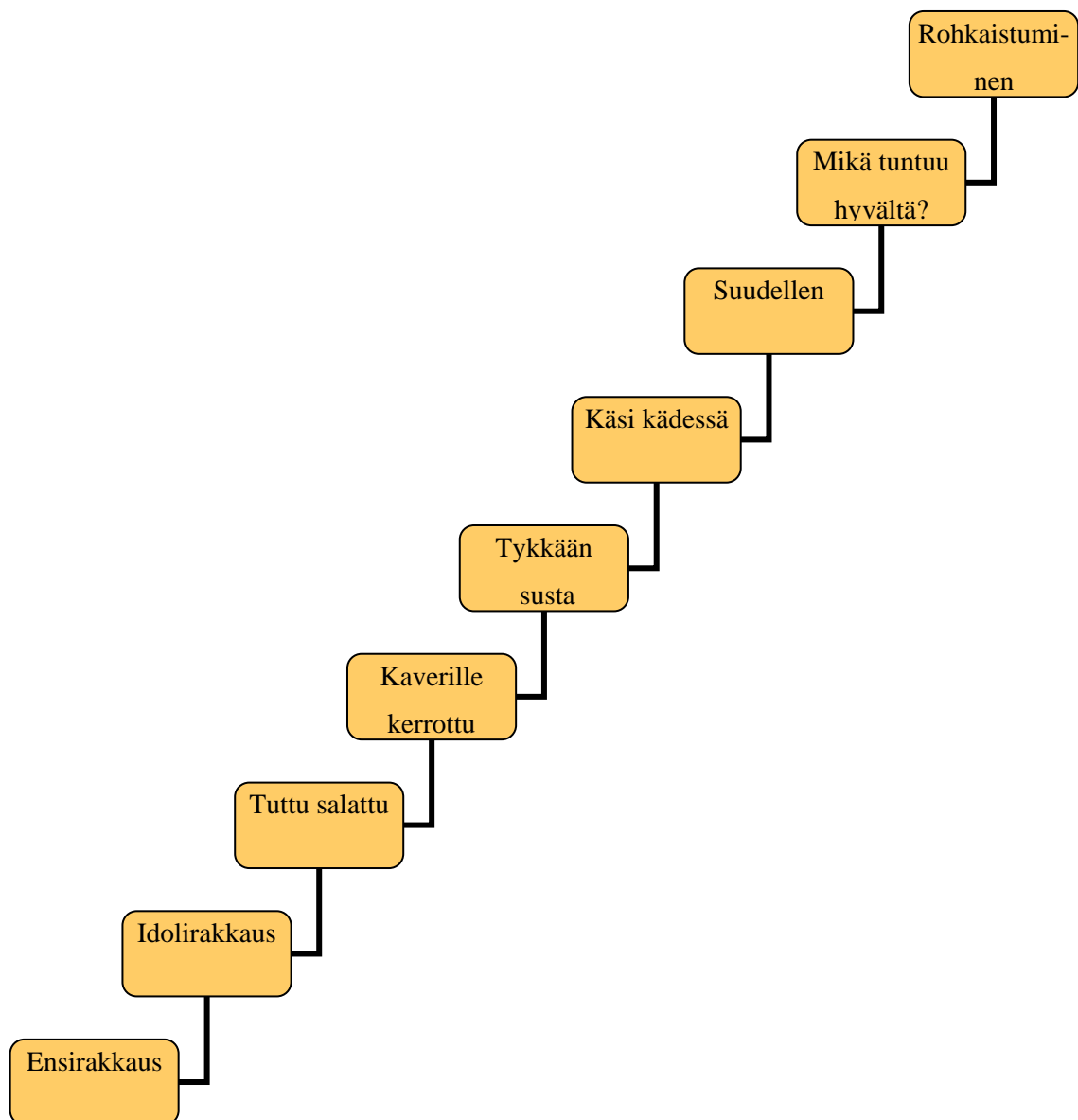


Kuvio 5. Nuorten painon kehityksen muutos, vuosi 1977 ja 2003. Rimpelä ym. , lääkäri-lehti 2004;59 (44):4229–4235 pohjalta muotoiltu.

Nuorten nouseva painonkehitys ei voi jäädä huomiotta heidän elämässään. Sitä ei ole nähty itse fyysistä kehitystä aikaistavana, sillä elintasomme ja ravitsemuksemme on ollut riittävän hyvä jo pitkän aikaa.

### 3. SEKSUAALISUUS JA SEN KEHITTYMINEN

Seksuaalista kehitystä ei voida erottaa muusta kasvusta ja kehityksestä irralleen. Se on yksilön psyykkisen, fyysisen ja sosiaalisen kehityksen osa-alueita, joka etenee portaittain. On tärkeää saada edetä rauhassa omaan tahtiin turvallisesti kehitysporras kerrallaan (KUVIO 6). Seksuaalikasvatus ei voi olla yksittäinen interventio, muusta kasvatuksesta irrallaan olevana. Lapset ja nuoret ovat rajattomia, he eivät ymmärrä riskejä, eivätkä voi vastata omasta seksuaaliterveydestään. Sen vastuu on aikuisella koko nuoren kehityksen ajan, alkuun enemmän ja väheten hiljalleen lapsen kasvaessa. (Cacciatore 2006, 205–206.)



Kuvio 6. Seksuaalisuuden portaat (Cacciatore 2006, 208).

Lapsi saavuttaa biologisen lisääntymiskykynsä kun pojalla alkavaa siemensyöksyt ja tytöllä kuukautiset. Järjen ja tunteen tasolla ei hän ole valmis kasvattamaan itse lasta. (Cacciatore 2007, 240.) Sukupuolisen kypsyyden saavuttamiseen kuuluu aikaa, kyvyn voidaan kuitenkin sanoa alkavan kun nuorella on kyky saada lapsia, tytöillä tämä kyky tulee ensimmäisten kuukautisten myötä ja pojilla siemensyöksyn. Se, miten nuori kokee nämä, riippuu paljolti hänen iästään, tiedoistaan ja tytöillä erityisesti kuukautisiin liittyvistä liitännäisoireista. (Aigner & Centerwall 1999, 135–136.)

Sukupuolisuutta ja ihmissuhteisiin liittyviä kysymyksiä on käsitelty eri tavoin eri aikoina. 1970-luvulla ja vielä 1980-luvulla silloiseen sukupuolikasvatukseen kouluissa suhtauduttiin joillain tahoilla varsin kielteisesti. Vuodelta 1970 olevat peruskoulun opetussuunnitelmakomitean mietinnöt ohjasivat varsin tarkoin mitä tuli opettaa asiasta. Koko Suomea kattavaksi opetussuunnitelma tuli vuonna 1977, jolloin pohjoisesta lähtenyt uudistus tavoitti myös pääkaupunkiseudun. Tarkoituksena oli käsitellä perhekasvatukseen liittyviä asioita jokaisessa ikäpolvessa sen iän ja käsityskyvyn mukaan. (Lähdesmäki & Peltonen 2000, 208–209.) Vuonna 1994 poistettiin kouluista pakollinen perhekasvatus, jonka jälkeen seksuaalikasvatusta on annettu vaihtelevalla menestyksellä. Terveystiedon tultua oppiaineeksi 2000-luvun lopulla, odotetaan sen takaavan hyvää seksuaaliterveydentietoa kaikille tasaisesti. (Cacciatore 2006, 217 - 218.)

Yhteiskuntapoliittisin keinoin on vaikutettu seksuaaliterveyteen 1970-luvun puolivälistä 1990-luvun puoliväliin asti. Tuona aikana seksuaalikäyttäytyminen pysyi lähes muuttumattomana. 1990-luvun lopulta alkaen alle 16-vuotiaina yhdyntöjä aloittaneiden osuus kasvoikin ja 1997 vuodesta teini-ikäisten, 15–19-vuotiaiden, synnyttäjien määrä on kasvanut. Nämä osin johtunevat 1990-luvulla tapahtuneista muutoksista terveydenhuollon yksiköissä, joissa etenkin vähennettiin ennaltaehkäisevän työn osuutta. (Cacciatore 2006, 216–218.) Ensimmäinen sukupuolikumppani oli 1950-luvulle asti naisilla heidän puolisonsa. Vuonna 1971 kaksi naista kolmesta hyväksyi nuorten yhdyntät vasta aviointumisen jälkeen. (Kontula 2. 2006, 31.)

Seksuaalinen vapautuminen alkoi 1960-luvulla, mutta vasta 1990-luvun laman myötä se nousi päivän puheenaiheeksi (Karjalainen 2006, 401). 1960-luvulla alkoi seksuaalinen vallankumous, ja seksiteollisuus laajeni voimakkaasti. Pornografia symbolisoi yksilön seksuaalista vapautta. (Karjalainen 2006, 406.) Porno ja pornografia ovat muuttuneet

tekniikan ja jakelujärjestelmien kehittyessä niin sisällöltään kuin myös kohderyhmää laajentaen. Suomessa 1960-luvulla pornoa olivat yleisemmin kuvat bikiniasuisista naisista ja joissa rohkeimmissa oltiin yläosattomissa. Lähinnä näitä oli tarjolla miestenlehdissä. Vuosikymmen myöhemmin tulivat taidemaiset kokovartalokuvat ja valistavat elokuvat. 1980-luvulla mukaan tulivat yhdyntäkuvat sekä pehmopornoa MTV:n aloittaessa esittämään Emmanuelle-elokuvia. 1990-luvun alussa oli vielä kiellettyä kuvata anaaliyhdyntää, suuseksiä, spermakuvia sekä seksivälineitä, mutta sittemmin nämäkin ovat tulleet sallituiksi. Ainoiksi kielletyiksi aiheiksi kuvata ovat jääneet alaikäiset lapset, yhdyntäkuvat eläinten kanssa sekä seksuaalinen väkivalta. (Kontula 2006, 395–397.) Seksiä sisältävien lehtien painosmäärät supistuvat 1990-luvulla ja tämä vaikutti niiden sisältöön tuoden mukaan kysymyksiä ja vastauksia parisuhteesta (Kontula 2006, 395–397). Suomi sitoutui ihmiskauppaa, prostituutiota, pornografisten julkaisujen levittämistä sekä lasten seksuaalista riistoa vastaan allekirjoittamalla 1953 YK:n yleissopimuksen, jonka Suomi ratifioi 1972 (Karjalainen 2006, 406).

### 3.1 Seksuaalisuuden kehittyminen ja ilmeneminen esipuberteetissa

Muiden silmissä oman yksilöllisyyden näkymistä pohditaan ja testataan eri menetelmin; ulkonäköä meikein korostaen, kampauksilla, paljastavilla, hätkähdyttävillä asuilla, eri rooleissa ja asennoissa itsensä kuvaamalla. Kuvia myös vaihdetaan, vertaillaan ja arvioidaan muilla netin eri verkostoissa kuten esim. Irc-galleriassa. Opetellaan hoitamaan uudet hygienian haasteet, finnit, kuukautiset, rintaliivit, erektiot ja siemensyöksyt. Oman yhteisön seksuaalikulttuurista muodostetaan käsitys mitä seksuaalisuudessa tapahtuu, mitä saa, on tapana ja kuuluu tehdä ja missä iässä; mikä on sopivaa ja odotettua käytöstä, mitkä ovat lait ja riskit. Tietolähteinä toimivat oma koti, koulu, kaverit, Internet sekä muut mediat, kirjat ja lehdet. Nuorten tarkoituksena on hankkia oppia ja tietoa seksuaalisuudesta sekä sen toteuttamisesta. (Cacciatore 2006, 207.)

Raisa Cacciatore toteaa kirjassaan vanhempien terästytävän kun lapsen ensimmäinen seurustelusuhde on ajankohtainen, mutta kertoo tämän olevan myöhäisen pelinavauksen ja jopa hankalin kaikkien mahdollisten osapuolien kannalta. Lapsuuden aikana luodaan pohja vanhemmista tietolähteinä ja ehkäistään parhaiten murrosiän riskikäyttäytymistä.

Lähinnä murrosiässä, houkutusten avautuessa, tämä kyky punnitaan. (Cacciatore 2007, 16, 22.) Vanhempien, koulun ja tiedotusvälineiden antama kuva muokkaa ja antaa pohjan nuoren mielikuville seksuaalisuudesta. Tätä myöten yhteiskunnan avautuminen on muokannut myös nuorten seksuaalisuutta eri aikoina.

Sukupuolihormonieritys on varsin vähäistä lapsuuden aikana ennen murrosikää, tyttöjen estrogeenieritys koko lapsuuden ajan suurempi kuin pojilla. Sukupuoliroolia työstetään vahvasti murrosiän alla. Mietitään, miten olla poika, mies, tyttö tai nainen sekä miten toista sukupuolta tulisi kohdella. Aikuiset voivat aiheuttaa toiminnallaan nuorille paineita, esimerkiksi järjestämällä diskoja ja näin ollen kuumentaa tahtomattaan keskusteluja kelpaamisesta, seurustelusta, valintojen tekemisistä ja kanssa käymisestä toista sukupuolta kohtaan. (Cacciatore 2006, 210.)

Tytöt että pojat kokevat olevansa välillä eri maailmoista, tyttöyttä ja poikuutta korostetaan usein toistensa vastakohtina 7–10-vuotiaana. Kuvaavia ovat ilmaisut ”poika- ja tyttöbasilleista”. Hieman vanhempina, 12–13-vuotiaana, molemmat sukupuolet suosivat erilaisia kasaan kaatumis- ja tönimisleikit toisen sukupuolen kanssa. (Cacciatore 2006, 210.)

### 3.2 Seksuaalisuuden kehittyminen ja ilmeneminen puberteetissa

Nuori rohkaistuu, epävarmuus ja hämmennyt vähenevät hänen oppiessaan tuntemaan kehoon kuin yhteisön seksuaalikulttuuria. Nuorelle alkaa tulla seurustelukokeiluja ja niissä edetään kosketteluun ja kiihottumiseen. Hiljalleen haluja on enemmän kuin pelkoja, mikä johtaakin seksuaalistenkokemusten hankintaan. Seksuaalisuuteen kohdistuvat loukkaukset saattavat pysäyttää tämän kehityksen. (Cacciatore 2006, 208).

Stressi sekä sukupuoleen ja kehoon kohdistuva arvostelu että itsensä kokeminen huonoksi voi laukaista syömishäiriön. Poikien ja miesten tapaturma- ja itsemurha-alttiudella on yhteys kiusaamiseen ja väkivaltaan. Oman naiseuden tai miehisyuden testaamistarve sekä halu tulla hyväksytyksi toisten nuorten joukkoon voi johtaa ongelmiin esimerkiksi raiskaukseen, teinivanhemmuuteen, sukupuolitautiin ja lapsettomuuteen. (Cacciatore 2006, 212.)

Itse tuhoisuus ja kostonhalu näkyvät monesti nuorilla seksiriskikäytöksensä. *Mitä väliä minulla on!* - asenne on vaarallisin kaikista (Cacciatore 2007, 23).

Vaikka ilmiötä ei ole tutkittu syvällisesti 2000-luvullakaan, on todettu varhain kehittyneiden tyttöjen aloittavan sukupuoliyhdyntänsä keskimääräistä aiemmin. Tämän ajatellaan johtuvan osin hormonitoiminnasta ja osin ympäristön kohtelusta, mikä vaikuttaakin psykoseksuaaliseen kehitykseen. (Apter 2006, 95–96.) Joka ainoalla lapsella ja nuorella tulisi olla sen verran itsearvostusta ja lähimmäisen rakkautta, että hän toivoisi välttyvänsä taudeilta ja voisi varjella itse tartuttamasta toista (Cacciatore 2007, 23).

Murrosiässä rakkauden kohteet valitaan yhä kapeampi alaisemmin ja tiukimmin kriteerein. Tarkkaan harkintaan tulevat ikä ja sukupuoli. (Cacciatore 2006, 213). Aikuisilta suomalaisilta lesboilta, homoilta ja biseksuaaleilta 1984 tehdyssä kyselyssä käy ilmi heidän tiedostaneen tunteensa samaan sukupuolta kohtaan suurelta osin alle 16-vuotiaina. 18-vuotiaina naista 69 % ja miehistä 84 % oli tietoinen omista tunteistaan (Grönfors, Haavio-Mannila, Mustola & Stålstöm 1984, 184).

#### 4. HENKINEN KEHITTYMINEN JA SOSIAALISUUS

Maailma aletaan nähdä totuuden mukaisempana toisella vuosikymmenellä. Opettaja ei enää tiedäkään kaikkea, vanhemmat ovat erehtyväisiä ja puuttuvat naurettaviin pikkuasioihin. Maailma ei ole enää samanlainen turvasatama kuin aiemmin. Tietoisuus omasta epätäydellisyydestä tulee tietoisuuteen. (Alaja 2007, 128.)

Nykynuori asustaa kotona pidempään ja hänen tarpeistaan huolehditaan. Tässä suhteessa murrosikäistä pidetään kuin pikkulasta ja hän käyttäytymisensä saattaa taantua. Hän kuitenkin hakeutuu eroon vanhemmistaan, pitää heitä `fossiileina` jotka eivät tajua mitään, ja hakeutuu oman ikäisten seuraan. Tällöin nuori luo eroa sukupolvien välille ja vahvistaa käsitystään omasta pätevyydestään. (Alaja 2007, 127–129.)

##### 4.1 Henkisen kehityksen kulku

Nuorten on tulkittu ennakoivan sitä, mihin olemme menossa ja heidän on katsottu olevan aikamme murroksen tulkkeja. Identiteetti nouseekin kiinnostavalla tavalla valokeilaan; murroksessa identiteetin rakentumisen ja rakentamisen itsestänselvyydet haurastuvat. Jos aiemmin identiteetin muokkautuminen nähtiin murrosiän problematiikkana, on siitä nykyisin tullut murrosajan keskeinen kysymys. Sen muokkautumisen katsotaan muuttuneen monimutkaiseksi ihmisen koko elämänkaaren aikaiseksi tapahtumaksi. Puhutaan identiteetistä prosessina, identiteettityöstä, joustavasta ihmistyypistä tai keskenräisestä ihmisestä. Yhteistä onkin ajatus identiteetin moninaisuudesta: ihminen aktiivisesti rakentaa, muokkaa sekä muuntaa identiteettiään eri tilanteissa ja ikävaiheissa. Identiteettien rakentuminen tuleekin nähdä yhteiskunnallisena prosessina sekä yksilöllisenä draamana, johon heijastuu myös niitä odotuksia sekä näkemyksiä, mitä ympäröivä yhteisö ihmiseen kiinnittää. (Aaltojärvi & Suurpää 1996, 8–10.)

Psyykkisen kehityksen aikana nuori käy läpi kolme keskeistä vaihetta; irrottautuminen lapsuuden vanhemmistaan, oman kehon haltuun ottaminen ja ikätovereihin turvautuminen kasvussa (KUVIO 7). Kehitys ei ole suoraviivaista vaan etenemisen rinnalla on myös taantumaa, tämä ilmenee nuorella lapsenomaisien toiveiden ja halujen ollessa



ristiriidassa tietoisien minän kanssa. Nuori kokee tämän hajottavana voi sulkea ne ulkopuolelleen jättäen aikuisuuteen vain tapahtumamuistoja nuoruudesta ja joista hän ei kykene saamaan yhteyttä mieltä hajottaneisiin myrskyihin.(Aalberg & Siimes 2007, 74–75.)

Psyykkiset muutokset
tietoisuus itsestä kasvaa
tulee seksuaalisia tunteita
mieliala vaihtelee
punastuu helposti
alkaa olla seksuaalifantasioita
mitä muut minusta ajattelevat – pohdintoja
ikätovereiden suhteet erilaistuvat
muodostuu erilaisia kaveri- ja harrastusporukoita
masturbointi alkaa

Kuvio 7. Psyykkiset muutokset nuorena(Kettunen, 2001, 12)

#### 4.2 Sosiaalisuuden muutos ja ilmeneminen

Pojilla psyykkinen taantuma on keskimäärin selkeimmillään 13,5-vuotiaana, tällöin esimerkiksi puhekieli köyhtyy ja töksähtelee, kiroileminen lisääntyy, epäsiisteys ja huonotapaisuus lisääntyvät, ruokaa ahmintaan, vanhempiaan vuoroin halataan että haukutaan, uppiniskaisuuden lisääntyminen, ristiriitaisuus lisääntyy koko olemisessä, pukeutumisessa sekä rahankäytössä. Tytöt ovat avoimen kovia, äänekkäitä ja vihaisia eteenkin äitiään kohtaan, mutta myös muuta perhettä. Itsenäisyyttään he saattavat työstää seksuaalisen viestinnän kautta. (Cacciatore 2006, 211–212.)

Nuorten ihmissuhteiden ja hyvinvoinnin – tutkimuksessa, NISU-tutkimuksessa tutkittiin Suomalaisten yläluokkia käyvien nuorten ihmissuhteita ja kehitystä. Nuoret arvioivat äiti- ja isäsuhdettaan erikseen läheisyyden, ristiriitaisuuden sekä kumppanuuden kautta. Nuorista suurin osa (40/57) sijoitti vanhempansa verkostokarttojen sisimpään kehään ja vain yhdessä puuttui verkostosta vanhemmat kokonaan, mutta tässäkin tapauksessa iso

vanhemmat olivat kartalla. Kaikkein läheisimmäksi verkostokartalla suurin osa nuorista (31/57) sijoitti äidin. Äidin ykkösasemaa osin selittävät eroperheet, joissa lähivanhempana useammin on äiti sekä myös nuoret viettivät enemmän aikaa äidin kanssa kuin isän kanssa, vaikkakin aika olisi ollut passiivista yhdessä oloa. (Sallinen & Rönkä 2008, 45–47.) Vanhempien osuus siis on yhä merkittävä nuoren ihmisen elämässä, vaikkakin vanhemmista etäännyttään ja halutaan irti ottoja.

Parhaan kaverin tai seurustelukumppanin NISU – tutkimuksessa (16/57) valitsi lähimäkseen, nämä nuoret olivat muita nuoria vahvemmin suuntautuneet perheen ulkopuolelle. Tyypillisesti nuoret viettivät vain vähän aikaa yksin, perheen jälkeen tulivat kaverit ja harrastukset. (Sallinen & Rönkä 2008, 45–47.) Nuori tarvitsee ikätovereitaan ja ryhmää kehitykseensä, hän oppii hallitsemaan impulssejaan ryhmän avulla. Se avulla nuori myös etsii ratkaisua sisäisiin ristiriitoihin ja suhdettaan ulkoiseen maailmaan. (Aalberg & Siimes 2007, 72–73.)

## 5. YHTEISKUNNAN VAIKUTUS MURROSIKÄÄN

Yksi suuri vaikuttava tekijä, joka on vaikuttanut niin yhteiskuntaan kuin itse nuoriin, on nuorison lukumäärä. Suomessa on ollut kaksi `nuorison vuosikymmentä`, 1920 - luvulla ja 1960 – luvulla. Ei liene sattumaa, että nämä molemmat vuosikymmenet ovat tunnettuja nuorisoilmiöistään. (Haapala 2003, 72.) 1950-luvulla kehitys ei ollut niinkään tietoteknistä, mutta jääkaappien, pesukoneiden, pölynimurien tulo antoivat helpotusta arjen töihin ja muuttivat näin myös nuorten alle 15-vuotiaiden työpanosta. Tämä vaikutti monella tapaa, nuorilla oli enemmän vapaa-aikaa, eikä elämä ollut enää niin työkeskeistä. (Karisto 2005, 37.)

Yhteiskunnan monikulttuuristuminen on vaikuttanut suomalaisen nuoren kohtaamaa maailmaa olennaisesti. Se on jakanut rasismin ja etnisyyden pohjalta 1990-luvun Suomessa nuorisokulttuureja ja -ryhmiä samaan tapaan kuin 1950 – luvulta lähtien musiikki ja 1960 ja 1980-luvuilla politiikka. (Puuronen 2006, 7.)

### 5.1 Kasvatuksessa, vanhemmuudessa sekä perhesuhteissa ilmenneet suuret linjat

Kasvatuksessa ovat vaihdelleet erilaiset trendit eri aikoina. Koska 1950-luvun nuoret ovat kasvatettu aiemmin, käsittelen myös 1940-luvun kasvatuspohjaa. Varmasti mikään perhe ja aikakausi eivät ole olleet puhtaasti sellaisia kuin ajan trendi on tällöin ollut, mutta antaa suuntaa millainen yhteiskunta on tuolloin ollut.

1940-luvulla päällimmäisenä vallitsi autoritäärinen malli niin kasvatuksessa kuin yhteiskunnassa yleensäkin. Uskottiin, että katastrofien välttäminen oli oikeilla raiteilla kulkemista. Auktoriteetteja, kuten vanhempia, opettajia ja kirkkoa kunnioitettiin ja seurattiin. Tällöin oli sodan jälkeinen jälleenrakentamisen kausi ja suuret ikäluokat syntyivät. (Kemppainen ym. 1998, 79.)

1950-luvulla suurin osa ihmisistä asui vielä maaseudulla, vaikkakin yhteiskuntarakenteen muutos oli voimakas. Kaupungistuminen alkoi, mutta suuri osa äideistä oli yhä

kotona. Kasvatuksessa uskottiin ulkoa ohjautuvuuteen, behaviorismiin, sekä pakkonomaisuuteen. (Kemppainen ym. 1998, 79.)

1960-luvulla vapaa kasvatustuli Suomeen. Suomalaiset muuttivat pohjoisesta etelään ja maalta kaupunkeihin, syntyi lähiösukupolvi. Nuoriso ihanoi rauhaa, vapautta ja irtaantuivat auktoriteeteista. (Kemppainen ym. 1998, 80.)

Lähiöistyminen lisääntyi 1970-luvulla ja suuri osa äideistä oli työelämässä lasten ollessa päiväkodeissa. Palvelut ja tavarat valtasivat alaa. Atk:n ja romanttinen uusrealismi oli vallalla. (Kemppainen ym. 1998, 80.)

1980-luvulla byrokratia ja sektoroituminen lisääntyi, naiset kouluttautuvat miehiä enemmän. Syntyi ns. perijäsukupolvi, joka pääsi nauttimaan vanhempiensa työn hedelmistä. (Kemppainen ym. 1998, 81.)

1990-luvulla Suomalaista yhteiskuntaa koitteli lama, mikä heijastui perhe-elämään epätoivona. Ahdistavat ja syyllistävät menneisyyden kasvatustimet yhä useammin hylättiin. Ongelmat ja kriisit normalisoituvat ja ulkopuolisen avun vastaanottaminen lisääntyi. Ammattikasvattajien nimikkeet ja toimenkuvat muuttuivat, opettajista ajatellaan tulevan ohjaajia, nuorisotyöntekijät ovat projektityöntekijöitä ja lastentarhanopettajista tulee kasvatustieteen kandeja. (Kemppainen ym. 1998, 81, 101.)

2000-luvulle tullessa yksilön vastuu lisääntyi entisestään ja yhteiskunnan tukia vähennetään. Oppilas ja opiskelija ottavat enenevässä määrin vastuuta opiskelujensa etenemisestä. Kotiäitiyttä pidetään ylellisyytenä, johon harvoilla on mahdollisuus. Maa jakautuu entisestään selviytyjiin ja putoajiin. Ja uumoillaan vapaan kasvatuksen uutta tuleamista. (Kemppainen ym. 1998, 82, 85, 102.)

Lasten kasvattaminen vaatiikin 2000-luvulla vanhemmilta enemmän ajassa pysymistä, kykyä tulkita tietotulvaa. Ei ole enää yhtä oikeaa tapaa kasvattaa. (Kemppainen ym. 1998, 169.) Perhesuhteet ja perhe-vaiheen käsitteet ovat muuttuneet, 2000-luvulla perheet eivät välttämättä elää enää jäseniensä ikinä sidoksissa olevia vaiheita yhtä tiiviisti kuin ennen, vaiheiden järjestykin on voinut muuttua.

Tähän ovat vaikuttaneet elämäntyylien yksilöityminen, avioerot ja uusperheet, ne ovat tuoneet vaihtelua perheiden kehityskuluihin. (Sallinen ym. 2008, 43.) Nykyisin pyritäänkin kasvatuksessa tasa-arvoon. Enää ei tietoisesti pyritä kasvattamaan tyttöistä ja pojista erilaisia, vaikkakin poika- ja tyttöluokka-ajatukset ovat viime vuosina nostaneet päätään. Raisa Cacciatore kirjoittaakin nykyisestä kasvatuksesta, että alusta asti luodaan suvaitseva ja tasa-arvoinen asenne kertomalla ihmisyyden monimuotoisuudesta, molemmissa sukupuolissa on empatiaa, hoivaavuutta, strategiataitoja, kilpailuviettiä ja johtamiskykyä. Tyttöjä tulee opettaa arvostamaan itseään ja naisia eikä pidä vahvistaa uskomuksia epäloogisuudesta, ryhmätoimintaan sopimattomuudesta, mustasukkaisuudesta ja kateudesta. Heitä tulee rohkaista näkemään oman kehonsa luonnollisena, kaunistautumisen tulee olla mahdollisuus, ei velvollisuus. Harrastuksien ei tulisi olla vain sellaisia, jotka perustuvat muiden ulkonäölliseen miellyttämiseen tai hyväksynnän hakemiseen hoivaamisella, liiallisella kiltteydellä. Poikia tulee opettaa arvostamaan itseään ja miehiä eikä pidä vahvistaa uskomuksia vastuuttomuudesta, lapsellisuudesta, itsehillinmän puutteesta ja väkivaltaisuudesta. Heitä tulee rohkaista näkemään itsensä hyvinä sellaisenaan, ei vain suoritusten sekä tekojen kautta, voitto ja menestyminen ovat mahdollisuuksia, eivät velvoitteita. Harrastuksien ei tulisi olla vain sellaisia jotka luovat suuria paineita, epäonnistumisen pelkoa ja perustuvat kilpailuun, oman edun tavoitteluun ja väkivaltaan. (Cacciatore 2006, 211.)

## 5.2 Nuorisokulttuurien trendit ja muutokset

Nuorten on tulkittu ennakoivan sitä, mihin olemme menossa. Aiemmin murrosiässä tapahtuvaa identiteetin muokkaantumista pidettiin problemaattisena, kun se taas nykyisessä yksioikeskeisessä yhteiskunnassa onkin keskeinen kysymys. (Aaltojärvi & Suurpää 1996, 108.) Nykyisin selkeisiin ryhmiin ei haluta kuulua niiden rajoittavuuden ja sitovuuden vuoksi, lähinnä suunta päinvastainen, samaistumista ennemminkin kartellaan. (Aaltojärvi & Suurpää 1996, 1).

Nuorisomuotiin erikoistuneita kauppoja tuli Helsinkiinkin vasta 1960-luvulla, olivat farkut saaneet paikkansa nuorisomuodin edustajina. Farkut olivat tällöin merkki nuoruudesta ja suuret ikäluokat eivät ole vielä kukaan hylänneet niitä.

Ne ja esim. rock-musiikki ovat esimerkkinä siitä kuinka nuorena omaksuttuja asioita kuljetetaan mukanaan myös ikääntyessä. (Karisto 2005, 38–39.)

Vuonna 1995 oli huomiota herättäviä luonnonsuojelu sekä skinhead – ryhmiä, he muodostivat vähemmistön, alakulttuurisamaistuminen on vähänevä trendi suomalaisten nuorten parissa. Nuorista valtaosa ei kuulu mihinkään selvärajaisiin, nimettäviin, etenkin alakulttuurimaisiin ryhmiin. (Aaltojärvi & Suurpää 1996, 121.)

1980-luvun loppuilla syntyneitä teknomusiikkia voidaan osana teknokulttuuria, joka koostuu monista tietokoneesta, teknologiaa sekä ihmisen ja koneen välisistä suhteista sivuavista tekijöistä. Sillä on katsottu olevan myös kiinteät yhteydet 1960 -luvulla rockin myötä syntyneeseen psykedeliaan että vanhaan samantistiseen kulttuuriperintöön. Oman ongelman se muodostaa populaari- ja nuorisokulttuurin tutkimukseen, koska se on kiinteämmin yhteydessä markkinavoimiin ja nuorista voi puhua sen luojina että kuluttajina. Vuorovaikutussuhteet ovat muodostuneet yhä vaikeammin määriteltäviksi, koska 1990-luvulla nuoriso on tullut yhä vaikeammin hahmotettavaksi. (Salmi 1996, 163.)

### 5.3 Yhteiskunnan ja siinä tapahtuneiden muutoksien vaikutus murrosikään

Yksi suurimmista vaikuttajista nuorison ja nuorisokulttuurien nousuun on ollut suuret ikäluokat, nuorten määrän kasvu. Ilmiö ei ollut vain suomalainen vaan kosketti lähes kaikkia, olivat maat sitten osallistuneet tai eivät toiseen maailman sotaan. Joskaan ilmiö ei ollut niin selkeä ja voimakas muissa maissa, vaan syntyvyys nousi näissä pitkänajan jakson aikana. Vaikkakin suuret ikäluokat olivat suurelta osin murrosikäisiä ja nuoria vasta 1960 – luvulla, on 1950-luvun yhteiskunnalla ja sen tilalla ollut suuri merkitys. 1950-luvulla Suomi oli maksanut sotakorvaukset, Helsingissä oli Olympiakisat, Coca-Cola tuli Suomeen ja ensimmäinen Nuorisokahvila perustettiin Helsinkiin sekä James-farkut tulivat myyntiin. Nämä kaikki ennakoivat tulevaa muutosta. 1960-luvun alussa Suomessa alle kaksikymmenvuotiaiden määrä nousi korkeammaksi kuin koskaan ennen tai sen jälkeen. (Karisto 2005, 7-9, 22–25, 35)

Alkoholipolitiikka vapautui 1960-luvun lopulla ja tällä oli vaikutus alkoholin kokonaiskulutukseen kasvuun yhdessä nuorten määrän kasvun kanssa. Alkoholi arkipäiväistyi ja 1970-luvun alussa nuoriso kuluttikin enemmän alkoholia kuin aiemmalla vuosikymmenellä tai 1970-luvun lopulla. (Karisto 2005, 33–34.) Monesti suurista ikäluokista puhutaankin märkänä sukupolvena.

Tuula Melkasta lainaten Karisto kertoo 1960- ja 70-lukujen taiteessa syntyneiden erityisen sosiaalisuuden, aiempia sukupolvia tiheämpien ystävyyskontaktien, pohjaavan heidän lapsena päivähoitossa viettämään aikaansa suurissa ryhmissä. (Karisto 2005, 27.) Maaltamuutto asutuskeskuksiin laajeni, ammattirakenne muuttui teollis- ja palvelupainotteiseksi, koulutusajat pitenivät, hyvinvointiyhteiskunta laajeni ja syntyi ihmisoikeusliikkeitä, tapahtui poliittisia muutoksia ja seksuaalisuus alkoi vapautua. Nuoret kyseenalaistivat vanhempiensa arvot aivan uudella tavalla. (Aapola 2003, 96.)

#### 5.4 Tietoteknisen kehityksen vaikutus murrosikään

Yksittäisen ihmisen kohdalla kyky unohtaa on välttämätöntä, mielenterveyden sekä toimintakyvyn kannalta. Kohtalokkaita voivat olla kylläkin kulttuurisen lyhytmuistisuuden seuraukset – lievimmillään huonomuistisuudesta seuraa samojen huolenaiheiden toistuminen uudelleen vuosikymmenestä toiseen. Yhtenä kesto- ja huolenaiheena ovat olleet eri kulttuureita riivanneena muunnellut `miten uusi media lopullisesti turmelee lapsemme ja nuorisomme`. Stanley Cohenin, amerikkalaisen sosiologin, luoman `moraalisen paniikin` käsitteen avulla on kuvattu uuden viestintävälineen pelätyt kielteiset vaikutukset. (Pönttinen 1996, 131.) Aikuisten tehtävänä on ollut ja on yhä kontrolloida lapsiin ja nuoriin kohdistuvaa tietoa ja mediatulvaa. Kuitenkin tulisi ottaa oppia aiemmista tapauksista, niin hyvässä kuin pahassakin.

Uuden välineen aiheuttama huoli on erityisesti kohdistunut yhteiskunnan `puolustuskyvyttömiin`, lapsiin ja nuoriin vaikkakin muutokset koskettivat kaikkia väestöryhmiä. Useimmiten nuoria pidetään kulutuksen edelläkävijöinä, joka ovat ensimmäisenä hyödyntämässä uuden teknologian tarjoamia mahdollisuuksia. Tämän vuoksi mediamaailman muutosten oletetaan vaikuttavan eniten nuoriin. Nuoruus nähdään myös suurten

muutosten aikana, jolloin nuoret ovat alttiimpia vaikutuksille. Vuorollaan jokainen uusi media on ollut moraalisen paniikin kohteena, paniikkien vaikutus ja voimakkuus ovat luonnollisesti vaihdelleet kerrasta ja kulttuurista toiseen. Elokuvat olivat ensimmäisiä mediapaniikin aiheuttajia niiden yleistyessä 1920-luvun lopulla. Niiden jälkeen huolta ovat aiheuttaneet sarjakuvat, televisio, videot, tarjoten myös tutkimuskohteita seksiä ja väkivaltaa sisältäviä lajityyppejä kohtaan. (Pönttinen 1996, 131, 134.) Nykyaikaisen ´peikon´ asemassa on Internet. Uuteen mediaan kohdistuu paineita usein sen vuoksi, etteivät vanhemmat ikäpolvet hallitse uutta tulokasta niin hyvin kuin nuoret.

Joukkoviestimillä on paniikeissa keskeinen osa, ne esittävät uhan aiheen liioittelevan pelkistetyksi sekä stereotyyppisesti, sääntönä niiden liittyessä työväenluokkaisiin nuorisokulttuurisiin ilmiöihin. Tällöin paniikin tuottajat, eli oikein ajattelevat ihmiset, alkavat asiantuntijoiden avulla kehittää ratkaisumalleja. Tähän liittyykin kasvatuksellisia ja kulttuurillisia konfliktin aineksia, nuorethan muodostavat kansakunnan tulevaisuuden. Kamppailut on koettu tärkeiksi erityisesti, koska nuorten kulttuuristen muotojen äärimmillään väitetään uhkaavan kansallista identiteettiä. (Pönttinen 1996, 131, 134.)

1980-luvulla muutokset olivat sekä institutionaalisia että teknisiä. Kehitys tuotti uusia teknisiä jakelujärjestelmiä (satelliitti ja kaapeli) sekä uudenlaista televisiotoimintaa maksutv:n muodossa. Suomessa kansallisen yleisradiotoiminnan perinteisten kanavien lisäksi markkinoille tulivat johonkin tiettyyn ohjelmiston lajityyppiin keskittyneet teemakanavat kuten Music TV, CNN, Eurosport, Filmnet, Sci-Fi yms. Katselijoita ja kuuntelijoita ei enää uusilla markkinoilla puhuteltu poliittisin käsittein vaan taloudellisin käsittein kuluttajina. Globalistumiskehityksen rinnalla kehittyi täysin vastakkainen kehityssuunta niin Suomessa kuin muuallakin Euroopassa, paikallinen radio- ja tv-toiminta. Tämän kehityksen tarkoituksena oli tukea paikallista että alueellista kulttuuria, luoden yhteyden median ja maantieteellisen paikan välille. (Pönttinen 1996, 134.)

Pönttinen kirjoittaa 1990-luvun lopulla nuorten suosivan kulutusvalinnoissaan audiovisuaalista kulttuuria enemmän, mutta heidän olevan silti ikäryhmä, joka lukee eniten kirjoja. Osin Pönttinen epäilee vahvan iltasatuperinteen vaikuttavan suomalaisten lasten lukemissuunnalle. Televisionkatseluun käytetyn ajan hän kertoo lisääntyneen edellisen kymmenen vuoden aikana kaikissa ikäryhmissä, mutta nuorten olevan



edelleen ikäryhmä, joka katsoo televisiota kaikkein vähiten. Musiikin kuuntelu on merkityksellisintä median käyttöä nuorisolla. (Pönttinen 1996, 134.)

**LÄHTEET**

Aalberg, V. & Siimes, M. A. 1999. Lapsesta aikuiseksi – nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi. Jyväskylä: Kustannusosakeyhtiö Nemo.

Aaltojärvi, P. & Suurpää, L. 1996. Näinkö nuoret? Teoksessa Aaltojärvi, P. & Suurpää, P. 1996. Näin nuoret – Näkökulmia nuoruuden kulttuureihin. Pieksämäki: Kirjapaino Raamattutalo. 7–20.

Aapola, S. 2003. Murrosiän lyhyt historia Suomessa. Teoksessa Aapola, S. & Kaarinen, M. toim. 2003. Nuoruuden vuosisata – Suomalaisen nuorison historia. Jyväskylä: Suomalaisen Kirjallisuuden seura. Nuosisotutkimusverkosto. 87 - 105.

Aigner, G. ja Centerwall, E. 1999. Lapset ja seksuaalisuus. Tampere: Kirjayhtymä.

Apter, D. 2006. Hormoni toiminta ja seksuaalisuus. Teoksessa Apter, D., Väisälä, L. & Kaimola, K. 2006. Seksuaalisuus. Jyväskylä: Duodecim. 95–103.

Bengtsson, A. & Ekendahl, M. 1992. Lapsen ja nuoren fyysinen kehitys. Keuruu: Ota-va.

Cacciatore, R. 2006. Lasten ja nuorten seksuaalisuus. Teoksessa Apter, D., Väisälä, L. & Kaimola, K. 2006. Seksuaalisuus. Jyväskylä: Duodecim. 205–225.

Cacciatore, R. 2007. Huomenna pannaan pussauskoppiin – opas vanhemmille. Porvoo: WSOY.

Forsberg, H. & Nätkin, R. toim. 2003. Perhe murroksessa kriittisen perhetutkimuksen jäljillä. Helsinki: Gaudeamus.

Grönfors, M., Haavio-Mannila, E., Mustola, K. & Stålstöm, O. 1984. Esitietoja homo- ja biseksuaalisten ihmisten elämäntavasta ja syrjinnästä. Teoksessa Sievers, K. & Stålstöm, O. (toim.) 1984. Rakkauden monet kasvot. Espoo: Weilin+Göös.

- Haapala, P. 2003. Nuoriso numeroina. Teoksessa Aapola, S. & Kaarininen, M. toim. 2003. Nuoruuden vuosisata – Suomalaisen nuorison historia. Jyväskylä: Suomalaisen Kirjallisuuden seura, Nuosisotutkimusverkosto. 66 - 85.
- Hallman, N & Hultin, H. 1970. Kasvu ja kehitys. Teoksessa Hallman, N., Pakkala, K. & Thuneberg, P. toim. 1970. Terve ja sairas lapsi. Porvoo: Werner Söderström osakeyhtiö. 25–65.
- Heiskanen, I. & Mitchell, R. 1985. Lättähatuista punkkareihin. Keuruu: Kustannusosakeyhtiö Otava.
- Karisto, A. 2005. Teoksessa Suuret ikäluokat. Jyväskylä: Osuuskunta Vastapaino. 17–58.
- Karjalainen, L. 2006. Kaupallisen seksin lieveilmiöt. Teoksessa Apter, D., Väisälä, L. & Kaimola K. 2006. Seksuaalisuus. Jyväskylä: Duodecim. 401 – 411.
- Kemppinen, P. & Rouvinen-Kemppinen, K. 1998. Vuorovaikutuksen aarrearkku – Vinkkejä kasvattajille. Helsinki: Kannusvalmennus P. & K. Oy.
- Kettunen, L. 2001. Kyllä vai ei: murrosikäisestä aikuiseksi. Helsinki: WSOY.
- Kivirauma, J., Rinne, R. & Lehtinen, E. 2004 Johdatus kasvatustieteisiin. Porvoo: WSOY.
- Kontula, O. 2006. Pornografia. Teoksessa Apter, D., Väisälä, L. & Kaimola, K. 2006. Seksuaalisuus. Jyväskylä: Duodecim. 392- 400.
- Kontula, O. 2. 2006. Suomalaisten seksuaalikulttuuri. Teoksessa Apter, D., Väisälä, L. & Kaimola, K. 2006. Seksuaalisuus. Jyväskylä: Duodecim. 27 - 37.
- Lähtenmäki, J. & Siurala, L., toim. 1991. Nuoret ja muutos -Nuorisotutkimus seura tutkimuksia 177. Helsinki: Tilastokeskus.

Lähdesmäki, S. O. & Peltonen, H. 2000. Seksuaalikasvatus koulussa. Teoksessa Kontula, O. & Lottes, I. 2000. Seksuaaliterveys Suomessa. Helsinki: Tammi.

Rimpelä, A., Rainio, S., Pere, L., Saarni, L., Kautiainen, S., Kaltiala-Heino, R., Lintonen, T. & Rimpelä, M., Suomen lääkäri-lehti 2004;59 (44):4229–4235, Duodecim.

Ojajärvi, P. 1982. Suomalaisen lapsen murrosikä – pitkittäistutkimus antropometriasta, fyysisestä kehitymisestä ja fysiologisista muutoksista, Yliopistollinen väitöskirja Helsingin yliopistollisen keskussairaalan 1 lastentautien klinikka poikkitieteellinen artikkeli teos nuorisokulttuureista.

Puuronen, V. 2006. Nuorisotutkimus. Tampere: Vastapaino.

Pöntinen, P. 1996. Kuka pelkää(kään) musateeveetä? Teoksessa Aaltojärvi, P. & Suurpää, L. 1996. Näin nuoret – Näkökulmia nuoruuden kulttuureihin. Pieksämäki: Kirjapaino Raamattutalo. 131–153.

Sallinen, M. & Rönkä, A. 2008. Murrosikäisen perhesuhteet: muutoksia ja jännitteitä. Teoksessa Notko, M. & Sevón, E. 2008. Perhesuhteet puntarissa. Tampere: Gaudeamus. 43–67.

Salmi, M. 1996, TEKNO – 90-luvun psykedeliaa ja uutta yhteisöllisyyttä. Teoksessa Aaltojärvi, P. & Suurpää, L. 1996. Näin nuoret – Näkökulmia nuoruuden kulttuureihin. Pieksämäki: Kirjapaino Raamattutalo. 179–203.

Sievers, K. & Stålström, O. toim. 1984. Rakkauden monet kasvot. Espoo: Weilin+Göös.

Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes. 2002. Kouluterveydenhuolto 2002. Opas kouluterveydenhuollolle, peruskouluille ja kunnille. Stakesin oppaita 51. Helsinki: Stakes.

# **TERVETULOA VANHEMPAINILTAAN**

**KESKIVIKKONA 26.11.2008 KLO 18.00**

**AIHEENA:  
MURROSIKÄ**

**MITÄ MURROSIÄSSÄ TAPAHTUU?  
MITEN SE VAIKUTTAA MURROSIKÄISEEN  
JA HÄNEN LÄHIPIIRIINSÄ?**

**TULE KUUNTELEMAAN, KESKUSTELEMAAN JA  
SAAMAAN TIETOA MURROSIÄSTÄ LUOKAN  
VANHEMPAINILTAAN.**

**TERVEYDENHOITAJAOPISKELIJA TIINA UUSITALO  
PIRKANMAAN AMMATTIKORKEA KOULU**

✂

---

## 4 luokan vanhempainillan palautelomake

fyysisestä psyykkisestä sosiaalisesta seksuaalisuudesta en mistään

Mistä murrosiän  
muutosalueesta  
koin tarvitsevani  
eniten tietoa

\_\_\_\_\_

Kyllä

Ei

Oliko uutta tietoa

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Tietoa oli liikaa

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Tietoa oli liian vähän

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Oliko ajankohta sopiva  
(4 luokan vanhemmat)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Haluatko sanoa jotain muuta?

---



---



---

Kiitos vastauksista ja osanotosta.

## Vanhempainillan suunnitelma

Toteuttaja: Tiina Uusitalo  
Muut paikalla olijat:  
Karosen koulun terveydenhoitaja Liimatainen Terhi  
Luokanopettaja Laitinen Maarit  
Opponentti Revonta AnnaMari  
Luokan vanhempia

Vanhempainillan aihe: Murrosikä

Paikka ja aika: Karosen koulu Keskiviikko 26.11.2008 klo 18.00

Vanhempainillan tavoitteet:

Kokonaistavoite: Käsitellä murrosikään kuuluvia muutoksia sekä yhteiskunnan vaikutusta murrosikään,

Opiskelijan tavoitteet: Ohjata homogeenistä ryhmää sekä saada aikaan keskustelua ryhmässä.

Vanhempainillan tarkoitus: Saada aikaiseksi keskustelua murrosiästä, jonka pohjalta vanhemmat uusia näkökulmia murrosikään.

Käytössä olevat resurssit:

Ryhmän kesto: 1 tunti + alkuvalmistelut

Materiaalit ja välineet: Tietokone ja PowerPoint esitys, Musiikki, Vanhemmille jaettavat materiaalit; Täältä tullaan nuoruus- koululaisen opas MLL, yhteenveto esityksestä sekä kirjallisuus/tieto vinkkejä

## toteutus

Sisältö	Menetelmä	Aika
<b>Alkujärjestelyt</b>	Laitteiden toimintakuntoon saattaminen	17.25–18.00
<b>Aloitus</b>	Musiikkia, Odotan että kaikki saavat itselleen paikan, Esittelen itseni ja kerron miksi olen paikalla Materiaalin jako	18.00–18.10  18.10–18.50
<b>Murrosikä</b>	PowerPoint – esitys, + keskustelua	  18.50–18.55
<b>Palautelomake</b>	Palautelomakkeen jako, täyttö ja keräys.	18.55–19.00
<b>Lopetus</b>	Mistä vanhemmat voivat saada lisätietoa, Kierrättää muutamia kirjoja, antaa vanhemmille tiivistelmä esitelmästä, jossa linkkejä lisätutustumiseen.  Puheenvuoron antaminen luokan opettajalle.	



## Vanhempainillan toteutus

Toteuttaja: Tiina Uusitalo  
Muut paikalla olijat:  
Karosen koulun terveydenhoitaja Liimatainen Terhi  
Luokanopettaja Laitinen Maarit  
Opponentti Revonta AnnaMari  
Luokan vanhempia

Vanhempainillan aihe: Murrosikä

Paikka ja aika: Karosen koulu Keskiviikko 26.11.2008 klo 18.00

Vanhempainillan tavoitteet:

Kokonaistavoite: Käsitellä murrosikään kuuluvia muutoksia sekä yhteiskunnan vaikutusta murrosikään.

Opiskelijan tavoitteet: Ohjata homogeenistä ryhmää sekä saada aikaan keskustelua ryhmässä.

Vanhempainillan tarkoitus: Saada aikaiseksi keskustelua murrosiästä, jonka pohjalta vanhemmat uusia näkökulmia murrosikään.

Käytössä olevat resurssit:

Ryhmän kesto: 2 tunti + alkuvalmistelut

Materiaalit ja välineet: Tietokone ja PowerPoint esitys, Kahvitus, Vanhemmille jaettavat materiaalit; Täältä tullaan nuoruus- koululaisen opas MLL, yhteenveto esityksestä sekä kirjallisuus/tieto vinkkejä

## toteutus

Sisältö	Menetelmä	Aika
<b>Alkujärjestelyt</b>	Laitteiden toimintakuntoon saattaminen	17.25 – 18.00
<b>Aloitus</b>	Aulatilassa tarjolla kahvia ja pikkupurtavaa, odotan että kaikki saavat itselleen paikan, Esittelen itseni ja kerron miksi olen paikalla Materiaalin jako	18.00 – 18.15
<b>Alkupuhe</b>	Luokan opettaja Maarit Laitinen kertoo lyhyesti illasta	18.15 - 18.20 18.20 – 19.40
<b>Murrosikä</b>	PowerPoint – esitys, + keskustelua	
<b>Palautelomake</b>	Palautelomakkeen jako, täyttö ja keräys.	19.40 - 18.50
<b>Lopetus</b>	Mistä vanhemmat voivat saada lisätietoa, Kierrättää muutamia kirjoja ja tiivistelmä vanhemmille esitelmästä, jossa linkkejä lisätutustumiseen.  Puheenvuoron antaminen luokan opettajalle.	18.50 – 19.00

### Murrosikä -

alkaa silloin kun vanhemmat alkavat hankaliksi.



Tiina Uusitalo  
Terveystieteiden linja  
Pirkanmaan ammattikorkeakoulu

Murrosikä on nuoruusiän (12-22 v.)  
alku vuodet, jolloin  
nuoren kehossa tapahtuu  
fyysisiä muutoksia,  
loppu nuoruusiästä  
on näihin  
muutoksiin sopeutumista.

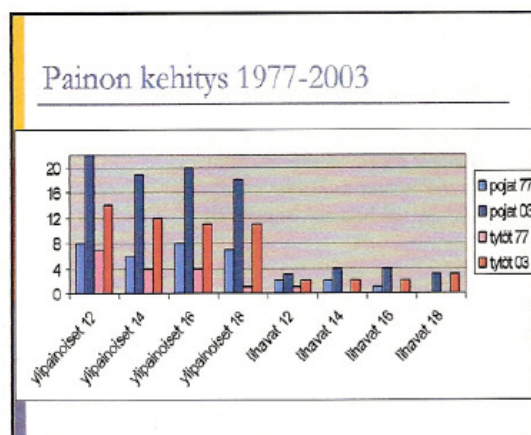
### Mitä murrosikä on ?

- Fyysistä
- Psyykkistä
- Seksuaalista
- Sosiaalista

Kasvua

### Fyysinen muutos

- Kasvu – ensimmäisiä ja selkeimpiä merkkejä
- Ihon muutokset – rasvoittuminen (myös hiukset), finnit
- Hikoilu – kainalot, jalat, kädet
- Karvoitus – sukupuolielimet, kainalot, kädet, jalat, parta
- Lihakset kehittyvät
- Äänenmurros – jonkin asteinen molemmilla sukupuolilla



### Sukupuoli erot

- 13, 5 vuoden iässä sukupuolten erottaa dramaattisimmin tytöt ja pojat kehityksessä toisistaan
- 7-10-vuotiaana korostetaan usein tyttöyttä ja poikuutta toistensa vastakohtina. ...Varotaan jopa "poika- ja tyttöbasilleja"....12-13-vuotiaana kaikenlaiset kasaan kaatumis- ja tönimisleikit ovat suosittuja tyttöjen ja poikien kanssa sekaisin.

### Tyttöjen muutokset

- Rinnan kasvu,
- Lantion leveneminen, rasvan kertyminen elimistöön
- Kuukautisten alkaminen keskimäärin 13-vuotiaana Valkovuotoa
- Varhaistunut n. 3 vuotta 1900 luvun alusta, ei muutoksia viimeiseen 30 v.

### Poikien muutokset

- Kivekset kasvavat, laskeutuvat alemmas sekä tummuvat
- Spermantuotanto alkaa
- Siitin suurenee
- Erektiot
- Parrankasvu alkaa
- Rintarauhasten turvotus - maitomaista eritettä

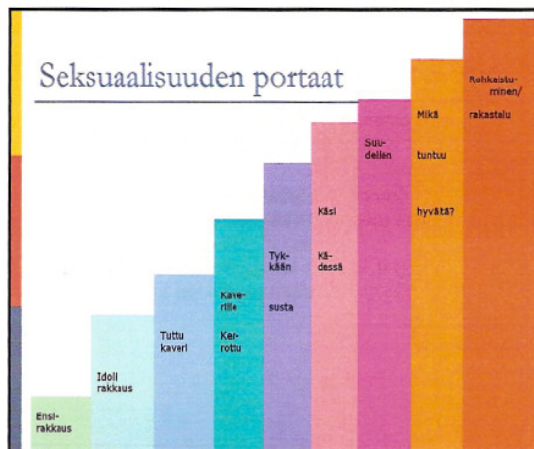
### Psyykkiset muutokset

- Tietoisuus itsestä kasvaa
- Mieliala vaihtelee
- Punastuu helpommin
- Mitä muut ajattelevat - ajatuksia
- Taantuma - kielen köyhtyminen, umpiniskaisuus
- Ristiriitaisuus
- Epäsiisteys & huonotapaisuus

### Seksuaaliset muutokset

- Seksuaalisia tunteita herää
- Seksuaalifantasioita
- Masturbointi
- Oman seksuaalisuuntautuneisuuden tunnistaminen
- Seksuaalinen riskikäyttäytyminen

### Seksuaalisuuden portaat



### Sosiaaliset muutokset

- Erilaisia kaveri- & harrastepiirejä
- Suhteet oman ikäisiin muuttuu
- Kaverisuhteet saattavat muuttua
- Suhteet vanhempiin muuttuvat

## Perhe

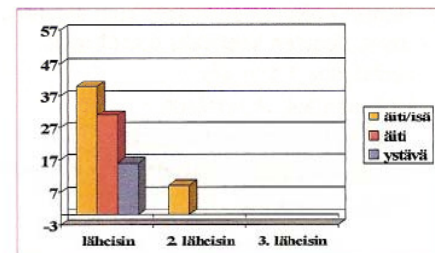
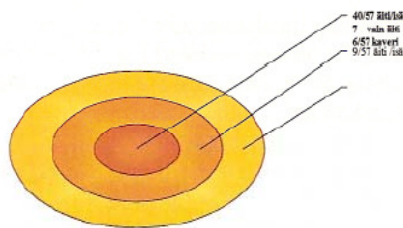
- Perheiden muuttuminen
- Uusperheet, yksinhuoltajat ym.
- Perheen perusrakenne – vanhemmat eri ikäisiä, työ, perheen elämänkaari ja vaihe Isään ja äitiin kohdistuvat erilaiset odotukset
- Lapsen aseman muutos
- Lama

## Sosiaaliset suhteet

Nisu – tutkimus, 7 luokka

- Molemmat vanhemmat tärkeitä, Äiti koetaan hieman läheisemmäksi,
  - äidit ja tyttäret riitelevät keskenään enemmän, mutta suhde läheinen
  - äidin ja pojan välinen suhde lähes yhtä läheinen, mutta riitoja vähemmän
  - isän ja pojan välinen suhde mutkaton ja toimiva
  - isän ja tyttären välinen suhde etäisin ja heikoiten toimiva
- Etääntyminen vanhemmista kasvoi yläluokkien aikana
- N. 25 % lähimmäisekseen parhaan kaverin tai seurustelukumppanin

## Verkostokartta Nisu-tutkimuksen tuloksia



- Jo lapsuudessa aletaan ehkäistään murrosiän riskialtista käyttäytymistä.
- Vanhempien kanssa riitelyn on todettu olevan yhteydessä masentuneisuuteen – riski kasvaa jollei vanhemmat anna tilaa nuoren itsenäistymiselle
- mitä myöhemmin nuori sai liikkua ulkona viikonloppuiltaisina, sitä useammin hän käytti alkoholia humalahakuisesti
- kotiintuloajat arki-iltoina olivat yhteydessä koulumotivaatioon
- Ulkoisen rajoittamisen sijaan vanhemmat säätelevät nuoren toimintaa pikemminkin sisäisesti, tunnesiteiden avulla.
- Väsymyssykli oli perheen vanhemmilla ja nuorilla jossain määrin erilaiset, sillä kun vanhemmilla väsymys kasaantui perjantai-iltaan, niin nuoret olivat silloin elämänsä voimassa

## Murrosiän muuttuminen

- Televisioon katseluun käytetty aika- nuorisoina on ryhmä joka katsoo vähiten n. 2 h /9-14v (1994)
- Ikäryhmä joka lukee eniten, poikien keskuudessa vähentynyt 80-90 luvuilla (1994)
- Nettiriippuvuuden kriteerit täytti 14-18 v. 1,7 % pojista ja 1,4 % tytöistä.(2003)
- Suurin osa ei kuulu mihinkään alakulttuuriryhmään, nuoren nykyisin enemmän karsastavat ajatusta että heidän tulisi käyttäytyä kapinallisesti ym. vain koska ovat nuoria



### Nuorisotutkimus

- Aiemmin tutkittu Birminghamilaistulkinnan mukaisesti, joka kuitenkin on tehty luokkayhteiskuntaan sopivaksi, Alakulttuurit koettiin reagoitina emokulttuurin ristiriitoihin
- Suomessa kuten muissakin pohjoismaissa on esiintynyt ns. alakulttuurisia tyylejä 50-luvulta lähtien. Aika ajoin ne ovat ehkä kuvastaneet nuorten luokkapohjaisten emokulttuurien ristiriitoja; 70-luvulta lähtien tämä on ollut yhä epätodennäköisempää.
- Alakulttuurien kolme kehitysvaihetta
- Alakulttuurisamaistumisen on nähty vähenevän suomalaisen nuorison keskuudessa

### Media – nuoret kuluttajat edelläkävijöitä

- elokuvat
- sarjakuvat
- televisio
- videot
- internet
- pelit

### Kommunikointi

- Nuoret puhuvat eri tavoin kuin aikuiset, myös nuorten keskinäiset erot ovat selittämisen arvoisia
- Halu samaistua /erottua
- Toiminnasta toiseen siirtyminen
- Murre, on tiedostamatonta että tietoista
- Tyttö tutkimusta

### Kännykkä kulttuuria

- Mä ittuin hiekkalaatikon leunalla, mun valpaat oli ihan hiekkatet, mä töin muttaa lakua. Mä annoin tulle palaten ja kuitkatin tun kolvaan "tä oot mun kaveli".
- Lähetä tämä yhdelle oudolle, yhdelle kaverille, yhdelle kovikselle, ihastuksellesi, yhdelle pellelle ja yhdelle ärsyttävälle.  
<nyt mieti; miksi itse sait tämän viestin!!!

### Lisämateriaalia

- Cacciatore Raisa; Huomenna pannaan pussauskoppiin –opas vanhemmille  
Eväitä tyttönä ja poikana kasvamisen haasteisiin syntymästä murrosikään, Wsoy 2007
- Airola Marja & Tarsalainen Anne; Murkkuelämää  
Käsikirja murrosikäisille ja heidän vanhemmilleen, LK-kirjat 2005
- Lehtinen Ismo & Tiina; Mikä mättää ? Murrosiän muutokset kotona ja koulussa, Edita 2007

## Murrosikä -

alkaa silloin kun vanhemmat alkavat huokailla.



Tiina Uusitalo  
Terveystieteiden linja  
Pirkanmaan ammattikorkeakoulu

Murrosikä on nuoruusiän (12-22 v.)  
alku vuodet, jolloin  
nuoren kehossa tapahtuu  
fyysisiä muutoksia,  
loppu nuoruusiästä  
on näihin  
muutoksiin sopeutumista.

## Fyysinen muutos

- Kasvu – ensimmäisiä ja selkeimpiä merkkejä
- Ihon muutokset- rasvoittuminen (myös hiukset), finnit
- Hikoilu – kainalot, jalat, kädet
- Karvoitus – sukupuolielimet, kainalot, kädet, jalat, parta
- Lihakset kehittyvät
- Äänenmurros – jonkin asteinen molemmilla sukupuolilla

## Tyttöjen muutokset

- Rinnan kasvu,
- Lantion leveneminen, rasvan kertyminen elimistöön
- Kuukautisten alkaminen keskimäärin 13-vuotiaana Valkovuotoa
- Varhaistunut n. 3 vuotta 1900-luvun alusta, ei muutoksia viimeiseen 30 v.

## Poikien muutokset

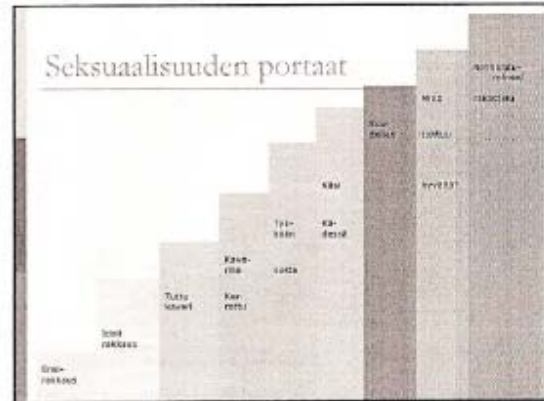
- Kivekset kasvavat, laskeutuvat alemmas sekä tummuvat
- Spermantuotanto alkaa
- Siitin suurenee
- Erektiot
- Parrankasvu alkaa
- Rintarauhasen turvotus – maitomaista eritettä

## Psyykkiset muutokset

- Tietoisuus itsestä kasvaa
- Mieliala vaihtelee
- Punastuu helpommin
- Mitä muut ajattelevat – ajatuksia
- Taantuma – kielen köyhtyminen, umpiniskaisuus
- Ristiriitaisuus
- Epäsiisteys & huonotapaisuus

### Seksuaaliset muutokset

- Seksuaalisia tunteita herää
- Seksuaalifantasioita
- Masturbointi
- Oman seksuaalisuuntautuneisuuden tunnistaminen
- Seksuaalinen riskikäyttäytyminen



### Sosiaaliset muutokset

- Erilaisia kaveri- & harrastepiirejä
- Suhteet oman ikäisiin muuttuu
- Kaverisuhteet saattavat muuttua
- Suhteet vanhempiin muuttuvat

### Sosiaaliset suhteet

Neu - tutkimus, 7 luokkaa

- Molemmat vanhemmat tärkeitä, Äiti koetaan hieman läheisemmäksi,
  - äidit ja tyttäret riitelevät keskenään enemmän, mutta suhde läheinen
  - äidin ja pojan välinen suhde lähes yhtä läheinen, mutta riitoja vähemmän
  - isän ja pojan välinen suhde mutkaton ja toimiva
  - isän ja tyttären välinen suhde etäis ja heikoiten toimiva
- Etäytyminen vanhemmista kasvoi yläluokkien aikana
- N. 25 % lähimmäisekseen parhaan kaverin tai seurustelukumppanin

- Jo lapsuudessa aletaan ehkäistään murrosiän riskialtista käyttäytymistä.
- Vanhempien kanssa riitelyn on todettu olevan yhteydessä masentuneisuuteen - riski kasvaa jollei vanhemmat anna tilaa nuoren itsenäistymiselle
- mitä myöhemmin nuori sai liikkua ulkona viikonloppuiltais, sitä useammin hän käytti alkoholia humalahakuisesti
- kotiintuloajat arki-iltoisin olivat yhteydessä koulumotivaatioon
- Ulkoisen rajoittamisen sijaan vanhemmat säätelivät nuoren toimintaa pikemminkin sisäisesti, tunneistoiden avulla.
- Väsymyssykli oli vanhemmilla ja nuorilla jossain määrin erilaiset, sillä kun vanhemmilla väsymys kasantui perjantai-iltaan, niin nuoret olivat silloin elämänsä voimassa

### Lisämateriaalia

- Cacclatore Raisa; Huomenna pannaan pussauskoppin - opas vanhemmille Eväitä tyttönä ja poikana kasvamisen haasteisiin syntymästä murrosikään, Wsoy 2007
- Airola Marja & Tarsalainen Anne; Murkuelämä Käsikirja murrosikäisille ja heidän vanhemmilleen, LK-kirjat 2005
- Lehtinen Ismo & Tiina; Mikä mättää? Murrosiän muutokset kotona ja koulussa, Edita 2007
- <http://vanhemmat.mii.fi/>
- <http://www.mii.fi/nuorille/nuodennetti/>
- [http://www.viestoliitto.fi/seksuaali-terveys/seksuaaliterveys/klmikan\\_nettoa/nuorat/tietopankki/murrosika/](http://www.viestoliitto.fi/seksuaali-terveys/seksuaaliterveys/klmikan_nettoa/nuorat/tietopankki/murrosika/)