



# Lapsiperheen valmistautuminen neuvolatarkastusta varten - video lastenneuvolassa asioiville huoltajille

Julia Oravainen, Hanne Truong

**Laurea-ammattikorkeakoulu**

Lapsiperheen valmistautuminen neuvolatarkastusta varten - video lastenneuvolassa asioiville  
huoltajille

Julia Oravainen, Hanne Truong

Terveystieteiden koulutus

Opinnäytetyö

Maaliskuu, 2021

Julia Oravainen, Hanne Truong

**Lapsiperheen valmistautuminen neuvolatarkastusta varten - video lastenneuvolassa asioiville huoltajille**

Vuosi 2021 Sivumäärä 42

---

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa informatiivinen ja helposti samaistuttava video, joka auttaa huoltajia valmistautumaan lapsen neuvolatarkastusta varten. Espoon kaupungin kanssa yhteistyönä toteutettu video on suunnattu neuvolaikäisille lapsiperheille. Tavoitteena oli lisätä huoltajien tietoutta neuvolatarkastuksen kulusta, neuvolan tarjoamasta tuesta sekä korostaa neuvolakäynnille valmistautumisen tärkeyttä. Perheen hyvä valmistautuminen neuvolakäynnille edesauttaa asiakaslähtöisemmän palvelun onnistumista sekä lisää käynnin sujuvuutta.

Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena opinnäytetyönä, johon kuuluvat opinnäytetyöraportti sekä video. Tietoperusta teoriapohjaa varten koottiin tutkitusta tiedosta. Videolla perheitä ohjataan tutustumaan sekä valmistautumaan tulevan neuvolakäynnin sisältöön etukäteen. Videon avulla pyrittiin luomaan lämminhenkinen ja helposti samaistuttava katselukokemus lapsiperheille. Espoon kaupungin neuvolat voivat hyödyntää videota toiminnassaan.

Palautetta tehdystä videosta saatiin Espoon kaupungin viideltä neuvolan terveydenhoitajalta sekä kymmeneltä lapsiperheeltä opinnäytetyöntekijöiden lähipiiristä. Palaute kerättiin anonymisti verkossa Google Forms-kyselyn avulla ja se sisälsi kuusi strukturoitua kysymystä sekä lisäksi yhden avoimen kysymyksen kehitysideoita varten. Palautelomakkeessa käytettiin Likertin asteikkoa. Palautteen mukaan video oli hyödyllinen ja auttoi ymmärtämään neuvolaan valmistautumisen hyötyjä. Jatkokehittämissuhteiksi olisi kuvallinen esite, missä olisi laajemmin listaus asioista, joista voisi keskustella neuvolakäynnillä.

Asiasanat: neuvolajärjestelmä, terveystarkastukset, vanhemmuus, video

Julia Oravainen, Hanne Truong

**Preparing for a health check at a child health clinic - a video for parents visiting a child health clinic**

Year 2021

Pages

42

---

The purpose of the thesis was to conduct an informative and easily identifiable video that helps parents to prepare for their child's health check. The video was carried out in cooperation with Espoo city and was aimed at families with children under 7 years of age. The purpose was to give parents more information about the content of the child's health check, inform them about the support that child health clinics provide for families and emphasize the importance of preparing for the health check. The family's preparation for their child's health check contributes to the success of a more customer-oriented and smoother visit. The thesis was conducted as a functional thesis which included the thesis report and the video. The theoretical background of the thesis was compiled based on scientific knowledge. The video guides families to prepare for their child's upcoming health check in advance. The video was meant to create warm-hearted and identifiable feelings in the families while watching it. The child health clinics in Espoo can use the video as a part of their operations.

The feedback of the video was given by five public health nurses working in child health clinics in Espoo and ten families with children under 7 years of age. The feedback was collected anonymously online on the form made by Google Forms and included six close-ended questions and one open-ended question. The questions were answered on a Likert scale. According to the feedback the video was useful and helped the viewers to understand why it is important to prepare for the child's health check in advance. A proposal for a future study could be a handbook that contains a more specific list of the themes that may be discussed when visiting a child health clinic.

**Keywords:** Pediatric and maternity guidance system in Finland, health check, parenthood, video

## Sisällys

|     |   |    |
|-----|---|----|
| 1   | Johdanto .....  | 6  |
| 2   | Suomalainen neuvolajärjestelmä .....                          | 7  |
| 2.1 | Neuvolan alkujuuret ja nykypäivä .....                        | 7  |
| 2.2 | Neuvolan lainsäädäntö .....                                   | 7  |
| 3   | Lastenneuvola.....  | 8  |
| 3.1 | Terveystarkastukset lapsen ensimmäisen ikävuoden aikana ..... | 8  |
| 3.2 | Leikki-ikäisen terveystarkastukset .....                      | 11 |
| 4   | Lastenneuvola lapsiperheiden tukena.....                      | 14 |
| 4.1 | Parisuhteen hyvinvointi .....                                 | 14 |
| 4.2 | Vanhemmuuden jakaminen.....                                   | 14 |
| 4.3 | Vanhemmuuden tukeminen neuvolassa.....                        | 16 |
| 5   | Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet .....                   | 17 |
| 6   | Opinnäytetyöprosessi .....                                    | 17 |
| 6.1 | Toiminnallinen opinnäytetyö .....                             | 17 |
| 6.2 | Kohderyhmä toiminnallisessa opinnäytetyössä .....             | 18 |
| 6.3 | Videon suunnittelu ja toteutus.....                           | 19 |
| 6.4 | Videon arviointi.....   | 21 |
| 6.5 | Opinnäytetyöprosessin arviointi .....                         | 25 |
| 7   | Pohdinta .....  | 27 |
| 7.1 | Tuotoksen tarkastelu .....                                    | 27 |
| 7.2 | Eettisyys ja luotettavuus.....                                | 28 |
| 7.3 | Ammatillinen kasvu .....                                      | 29 |
| 7.4 | Hyödynnettävyys ja jatkotoimenpiteet.....                     | 30 |
|     | Lähteet .....   | 31 |
|     | Kuviot.....   | 35 |
|     | Taulukot.....   | 35 |
|     | Liitteet .....  | 36 |

## 1 Johdanto

Neuvoloilla on suuri rooli vanhemmuuden tukemisessa. Vanhemmat asioivat siellä jo odottaessaan syntynyttä lastaan sekä lapsen syntymän jälkeen siihen saakka, kunnes lapsi saavuttaa op-pivelvollisuusiän (Viljamaa 2003). Toimivan vuorovaikutuksen tukeminen on yksi neuvolan tärkeimmistä tavoitteista. Sillä, miten lapsen ja vanhempien välinen vuorovaikutus toimii, on suuri vaikutus lapseen. (Puura, Sannisto & Riihonen 2018.)

Säännöllisten terveystarkastusten tavoitteena on seurata lapsen kehitystä, edistää lapsen sekä hänen perheensä hyvinvointia, tarjota ammattilaiselle mahdollisuus havaita ja puuttua ajoissa poikkeavaa hoitoa vaativiin sairauksiin tai kehityksen ongelmiin (Saarelma 2020). Tavoitteena on myös edistää tuttavuutta lapsiperheen ja asiantuntijan välille luottamuksen lisäämiseksi ja helpottaa perheen terveyteen ja hyvinvointiin liittyvien asioiden puheeksi ottamista (Lammi-Taskula, Karvonen & Ahlström 2009).

Opinnäytetyöllä tartuttiin työelämästä nousseeseen haasteeseen, jonka mukaan lapsen terveystarkastukset olisivat sujuvampia, jos vanhemmat valmistautuisivat paremmin etukäteen tarkastuksiin. Käynnit voitaisiin tehdä asiakaslähtöisemmiksi, jos perheet osaisivat tarkentaa huolenaiheitaan. Tämä kehittämiskohde tunnistettiin yhdessä yhteistyökumppanin Espoon kaupungin kanssa. Näin syntyi yhteistyössä idea videosta, jossa käydään läpi valmistautumista neivolakäynnille esimerkkiperheen avulla. Opinnäytetyön tekijät ja Espoon kaupungin edustaja halusivat tehdä helposti samaistuttavan ja audiovisuaalisen materiaalin tukemaan jo olemassa olevia terveystarkastusten sisältöjä kotisivuilla.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa informatiivinen ja helposti samaistuttava video, joka auttaa huoltajia valmistautumaan lapsen nevolatarkastusta varten. Espoon kaupungin kanssa yhteistyönä toteutettu video on suunnattu nevolakäisille lapsiperheille.

Tavoitteena oli lisätä huoltajien tietoutta nevolatarkastuksen kulusta, neuvolan tarjoamasta tuesta sekä korostaa neivolakäynnille valmistautumisen tärkeyttä. Perheen hyvä valmistautuminen neivolakäynnille edesauttaa asiakaslähtöisemmän palvelun onnistumista sekä lisää käynnin sujuvuutta.

## 2 Suomalainen neuvolajärjestelmä

### 2.1 Neuvolan alkujuuret ja nykypäivä

1900-luvulla lasten terveyttä alettiin huomioida entistä enemmän Suomessa. Tällöin syntyivät Maitopisara-asetat, joista ensimmäinen perustettiin Helsinkiin vuonna 1904. Nämä asetat edelsivät neuvolatoimintaa. Maitopisara-asetalla toimi lääkäri, joka mittasi lapset säännöllisin väliajoin ja määräsi mittausten perusteella tarvittavan määrän maitoa annettavaksi lapselle. Asetalla toimi myös terveyssisaria, jotka suorittivat kotikäyntejä. (Poutiainen 2017.)

Varsinainen neuvolatoiminta alkoi vuonna 1922 Arvo Ylpön johdolla. Ensimmäinen vastaanototila avattiin halkokellarista kunnostettuun huoneeseen. Lääkäri ja terveyssisar tarkastivat lapsen ja antoivat neuvoja äidille. Seuraavat asiakkaat istuivat huoneen reunalla odottamassa vuoroaan. Samoihin aikoihin aloitettiin myös kiertokoritoiminta Mannerheim-liiton toimesta. Tämä edelsi nykyisin perheille jaettavaa äitiyspakkausta. Vaatekerroista koottiin pakkauksia, jotka annettiin lainaksi vähävaraisiin perheisiin. Perheet palauttivat vaatteet takaisin vauvan kasvettua. Terveysisarten työhön kuului näiden kiertokorien kierrättäminen ja lahjoittaminen. Lasten kuolleisuus neuvolan kirjanpidon mukaan laski merkittävästi tarkastusten myötä. Tämä oli yksi suurimmista syistä sille, että neuvolatoimintaa alettiin toteuttaa myös muualla Suomessa. Vuonna 1925 neuvoloita oli jo 24 paikkakunnalla. Äidit luottivat neuvolaan huomattuaan lasten sairastavuuden ja kuolleisuuden laskeneen neuvolatoiminnan alettua. Neuvolatoiminnan oli alun perin tarkoitus keskittyä 0-2-vuotiaiden tarkastuksiin, mutta toiminta levisi nopeasti koskettamaan kaikkia alle kouluikäisiä lapsia ja heidän perheitään. Neuvoloiden palvelut olivat ensimmäisiä sosiaalihuollon tarjoamia ilmaisia palveluja. (Korppi-Tommola 1990, 63-65.)

Tänä päivänä äitiys- ja lastenneuvolatoiminnasta on kehittynyt universaaleja sekä ennaltaehkäiseviä palveluita, jotka ovat asiakkailleen maksuttomia. Neuvolassa tehtävien terveystarkastusten avulla on mahdollista tavoittaa koko tietty ikäluokka. Toiminta edesauttaa pitämään huolta lasten sekä heidän perheidensä terveydestä ja hyvinvoinnista sekä antaa mahdollisuuden puuttua jo varhain perheen tukea ja apua tarvitsemiin asioihin. (Poutiainen 2017.) Nykyään äitiysneuvolapalveluiden saatavuus ja kattavuus ovat erinomaisia. Syntymäkisteritietojen mukaan palveluita käyttämättömien osuus on ainoastaan 0,2-0,3 % synnytäneistä. (THL 2020d.) Myös lastenneuvolapalvelut ovat laajasti käytössä Suomessa. Palveluita käyttää Avohilmon sekä rokotuskattavuustietojen arvion perusteella 99,6 %. (THL 2020a.)

### 2.2 Neuvolan lainsäädäntö

Neuvolapalveluita Suomessa hallinnoi Sosiaali- ja terveysministeriö. Sen tehtäviin kuuluu lainsäädännön valmistelu sekä suositusten antaminen. Neuvolapalvelut ovat perheille ilmaisia sekä vapaaehtoisia. (THL 2020b.)

Suomen laissa on määritelty säädöksiä koskien neuvolapalveluita. Terveystarkastuslain (1326/2010) avulla pyritään edistämään potilasturvallisuutta sekä parantamaan terveydenhuollon palvelujen laatua (THL 2020b). Laki velvoittaa kunnan järjestämään neuvolapalvelut oman alueensa asiakkaille. Neuvolapalveluihin oikeutettuja ovat lasta odottavat perheet sekä alle kouluikäiset lapset ja heidän perheensä. Terveystarkastuslain 15 § (1326/2010) mukaan neuvolapalveluihin kuuluvat sikiön, raskaana olevan sekä synnyttäneen naisen voinnin seuranta sekä terveyden edistäminen, lapsen kehityksen ja kasvun seuranta sekä terveyden edistäminen, lapsen suun terveydentilan seuranta, vanhemmuuden ja perheen muun hyvinvoinnin tukeminen, lapsen perheen ohjeistaminen terveellisiin elintapoihin sekä lapsen ja perheen erityisen tuen tarpeen mahdollisimman aikainen tunnistaminen sekä tarvittaessa ohjaaminen eteenpäin tutkimuksiin tai muuhun hoitoon. (Finlex 2010.)

Neuvolatoiminnan yhtenäinen laatu- ja palvelutaso valtakunnallisesti Suomessa varmistetaan valtioneuvoston asetuksella (338/2011). Säädös on annettu terveydenhuoltolain (1326/2010) nojalla. Asetuksen mukaan palvelut perustuvat sovittuihin, yhtenäisiin määräaikaisiin terveystarkastuksiin sekä terveysneuvontaan, joissa otetaan huomioon yksilöiden sekä perheiden tarpeet. (Finlex 2011.) Asetuksella pyritään myös kiinnittämään enemmän huomiota terveyden edistämiseen sekä varhaiseen tukeen ja syrjäytymisen ehkäisyyn. Lapsen sekä vanhempien näkemyksiä sekä mielipiteitä halutaan huomioida toiminnassa. Mikäli lapsi jää pois terveystarkastuksista, täytyy tällaisissa tilanteissa asiaan puuttua sekä selvittää perheen mahdollinen tuen tarve. (THL 2020b.)

### 3 Lastenneuvola

#### 3.1 Terveystarkastukset lapsen ensimmäisen ikävuoden aikana

Ensimmäisen ikävuoden aikana lapselle tehdään vähintään yhdeksän terveystarkastusta, joihin sisältyy kaksi lääkärintarkastusta sekä yksi laaja terveystarkastus (kuvio 1). Määräaikaiset tarkastukset toteutetaan terveydenhoitajan tarkastuksina, lääkärin tarkastuksina sekä terveydenhoitajan ja lääkärin yhteistarkastuksina, joita kutsutaan laajoiksi terveystarkastuksiksi. (Lammi-Taskula ym. 2009.)

Säännöllisten terveystarkastusten tavoitteena on seurata lapsen kehitystä, edistää lapsen sekä hänen perheensä hyvinvointia, tarjota ammattilaiselle mahdollisuus havaita ja puuttua ajoissa poikkeavaa hoitoa vaativiin sairauksiin tai kehityksen ongelmiin (Saarelma, 2020). Tavoitteena on myös edistää tuttavuutta lapsiperheen ja asiantuntijan välillä luottamuksen lisäämiseksi ja helpottaa perheen terveyteen ja hyvinvointiin liittyvien asioiden puheeksi ottamista. (Lammi-Taskula ym. 2009.)



|                                | 1–4<br>vk | 4–6<br>vk | 2<br>kk | 3<br>kk | 4 kk<br>(laaja<br>terveys-<br>tarkastus) | 5<br>kk | 6<br>kk | 8<br>kk | (10<br>kk) | 12<br>kk |
|--------------------------------|-----------|-----------|---------|---------|--|---------|---------|---------|------------|----------|
| Terveydenhoitajan<br>tarkastus | x         | x         | x       | x       | x  | x       | x       | x       | (x)        | x        |
| Lääkärintarkastus              |           | x         |         |         | x  |         |         | x       |            |          |

Kuvio 1: Lapsen terveystarkastukset ensimmäisen ikävuoden aikana. Lähde Mäki, Wikström, Hakulinen & Laatikainen 2017

Terveystarkastusten määrä on suunniteltu lapsen kehitysvauhdin mukaiseksi, jonka vuoksi niitä on suhteessa eniten lapsen ensimmäisen ikävuoden aikana (Saarelma 2020). Tarkastuksen yleiseen kulkuun kuuluu lapsen kasvun seuranta mittauksilla, näön ja kuulon seuranta, lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutuksen tarkastelu, ruoka- ja unitottumusten seuranta, suun terveyden seuranta sekä lapsen seksuaalisuuden kehityksen seuranta. Nämä kaikki osa-alueet käydään läpi lapsen iän ja kehitysvaiheen, perheen kokonaistilanteen sekä yksilöllisten neuvontatarpeiden mukaan. Terveysneuvonta kuuluu jokaisen käynnin sisältöön. (THL 2019.)

Tavoitteena on terveyden tarkastelun lisäksi tukea ja ohjata lapsen hoidossa ja antaa tieteellisiin tutkimuksiin perustuvia ja yleisesti hyväksytyjä hoito-ohjeita sekä toimintamalleja. Lisäksi terveystarkastuksiin kuuluvat myös kansallisen rokotusohjelman kuuluvat rokotukset, joita tarjotaan lapsille. (Hermanson 2012.)

Kun lapsi syntyy, pian sairaalasta kotiutumisen jälkeen lapsiperheelle tehdään terveydenhoitajan toteuttama kotikäynti. Tämän tarkastuksen pääsisältönä on vastasyntyneen lapsen ja perheen voinnin tarkastelu, vauvan hoidon ohjaus, imetyksen tai muun vauvan ravinnon ohjaus ja varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen. (THL 2020c.)

Lapsen ensimmäisten elinviikkojen aikana keskeistä on lapsen syntymäpainon ylittäminen, mahdollisen synnynnäisen lonkkaluksaation, kaihin, kuulo- ja näkövammojen, vakavien sydän-sairauksien ja CP-vammojen todentaminen neuvolassa. Lisäksi tarkastellaan lapsen ja vanhemman vuorovaikutus- ja kiintymissuhteen kehittymistä. Neurologista kehitystä tarkastellaan heijasteiden tutkimisella. (THL 2020c.) Erityisesti ensimmäisen lapsen kohdalla vanhemmilla voi olla erilaisia mielteitä uuden tilanteen äärellä, kuten synnytyskokemus, imetyksen sujuminen, vanhemmuuden kohtaaminen ja sen haasteet. Vanhemmilla voi olla epävarmuutta arkisissa asioissa esimerkiksi vauvan pukemisessa, lisäruokinnassa tai nukuttamisessa. Vanhempien jaksaminen tulisi ottaa huomioon kotikäynnillä ja arvioida perheen terveys kokonaisuutena. Ensiviikkojen aikana perheille annetaan paljon ohjeita ja neuvontaa eri tahoilta,

joten on suotavaa keskustella perheen kanssa ohjeiden soveltamisesta heille itselleen sopivaksi ja huomioida myös heidän omia voimavarojaan. (STM 2004, 130-131.)

6vk-3kk tarkastuksissa vauvaa tutkiessa kiinnitetään erityishuomiota hänen liikkeidensä symmetrisyyteen, ihon keltaisuuteen, heijasteisiin, silmien ulkonäköön, katsekontaktiin, vuorovaikutuksen kehittymiseen sekä ääniin reagointiin (THL 2020c). Tässä iässä neuvolalääkäri tutkii lapsen ensimmäistä kertaa kotiutumisen jälkeen, joka täydentää synnytyssairaalassa tehtyä lääkärintarkastusta (STM 2004, 130). Normaalisti 2kk iässä aloitetaan myös lapsen rokotusohjelma, josta tiedotetaan perheille. Suomen kansallinen rokotusohjelma kuuluu kaikille ja on vapaaehtoinen. (Rokotustieto 2020).

Kun synnytyksestä on kulunut noin pari kuukautta, äidille annetaan täytettäväksi masennusta seulova lomake. Tarkastuksessa käydään läpi vanhempien jaksamista sekä tarkastellaan äidin palautumista synnytyksestä ja voimavaroja. (STM 2004, 132.) Synnyttäneistä äideistä jopa 80 prosenttia saattaa kokea herkistymistä, joka on voimakkaimmillaan kolme-viisi päivää synnytyksestä. Tämän niin kutsutun "baby blues" vaiheen on katsottu olevan normaali, ohimenevä jonkinasteinen kriisivaihe. Tässä vaiheessa on kuitenkin erittäin tärkeää äidille saada tukea ja ymmärrystä, sillä herkistyminen lisää masennukseen sairastumisen vaaraa. Jopa 20 prosenttia äideistä sairastaa herkistymisvaiheen jälkeen synnytyksen jälkeistä masennusta. (Hermanson 2012.)

4kk terveystarkastuksessa arvioidaan laaja-alaisesti lapsen hyvinvointiin ja terveyteen vaikuttavia tekijöitä. Tarkastuksessa tarkastellaan lapsiperheen terveystottumuksia, alkoholin käyttöä, voimavaroja, mielialaa sekä jaksamista strukturoitujen kyselylomakkeiden avulla. Lääkärin tekemässä kliinisessä tutkimuksessa huomioidaan mahdollisia kohtausoireita, kivesten tilaa, nivelten liikkuvuutta, näköä, kuuloa, neurologis-kognitiiviskehitystä, heijasteita ja jänteveyttä. (THL 2020c.) Tässä iässä tulisi huomioida erityisesti lapsen motorista kehitystä ja tarvittaessa pyydetään fysioterapeutin apua tukemaan lapsen liikunnallista kehitystä. Näköä ja katsekontaktia tutkiessa pyritään poissulkemaan mahdolliset silmätaudit, kuten karsastus tai laiska silmä. Harvakseltaan jokeltelevan lapsen kuulo tulisi tutkia, mikäli kyseessä on kuulovamma, kehityshäiriö tai varhaisen vuorovaikutuksen riittämättömyys. Kuulon poikkeavuus voi liittyä myös perintötekijöihin tai raskauden kulkuun vauvan olleessa äidin mahassa. Poikkeavuuksien ilmetessä teetetään aina lisätutkimuksia. (STM 2004, 136.)

5kk - 6kk tarkastuksissa huomioidaan erityisesti lapsen liikkumista ja kääntymistä, varhaisheijasteiden sammumista sekä suojeluheijasteiden esiintymistä, jänteveyttä, lihastonusta, oraalimotoriikkaa ja vokaaliääntelyä sekä katsekontaktia ja silmien ulkonäköä (THL 2020c). Tarkastuksessa tarkastellaan lisäksi perheen nukkumistapoja ja ohjataan lapsen lisäruokien aloittaminen, mikäli niitä ei ole aloitettu aikaisemmin (THL 2019). Keskimäärin tässä iässä vauva on kehittynyt huomattavasti motoriikassa ja saattaa kääntyä selältä vatsalleen ja toiste päin

sekä tarttuu yleensä innokkaasti tavaroihin. Hampaiden tulo voi olla ajankohtaista, jolloin ohjataan myös lapsen hampaidenhoito sekä kariesbakteeria ehkäisevät toimet. Perheessä saateen mieltä päivähoitojärjestelyjä ja suunnitelmia, joista voidaan keskustella myös neuvolassa. (STM 2004, 138.)

8kk iässä lääkäri tarkastaa lapsen yhdessä terveydenhoitajan kanssa. Kasvun ja kehityksen arvioinnin lisäksi selvitetään vanhempien mahdollisia huolenaiheita. Lapsiperheen kanssa käydään läpi ravinto- ja uniasiat. (THL 2020c.) Tässä iässä lapsen suun motoriikka on hyvin kehittynyt: lapsi pystyy syömään melko karkeaa ruokaa sekä osaa jo usein säädellä äänтелеmistään ja matkii toisten äännteitä (STM 2004, 139.) Kliinisessä tutkimuksessa lääkäri tutkii paikantamismvastetta ja arvioi lapsen psyykkistä ja neurologista kehitystä. Jos lapsi vierastaa tai suosii tuttua henkilöä, kyseessä on psykososiaalisen kehityksen eteneminen. Tavoitteena on havaita mahdollisia poikkeuksia näössä, motorisessa kehityksessä, kuulossa sekä puuttua ajoissa psykososiaalisen kehityksen häiriöihin ja esikielellisten taitojen puutteisiin. Pojilta tarkastetaan kivekset ja niiden laskeutuminen. Tämän tarkastuksen jälkeen määräaikaistarkastukset harventuvat, mutta perheille voidaan aina järjestää lisäkäyntejä tarvittaessa. (THL 2020c; STM 2004, 140-141.)

Lapsen 1-vuotistarkastuksessa huomioidaan erityisesti lapsen liikkumista ja motorista kehitystä, tuen ottamista, kävelyä, käsien käyttöä, heittämistä ja pinsettioitetta (THL 2020c.) 1-vuotias lapsi osaa jo liikkua hyvin itsenäisesti ja hän saattaa osata jo joitakin sanoja tai yrittää tapailla sanoja. Lapsen kehotuksen noudattamista ja puheen ymmärtämistä tarkastellaan neuvolassa. Oma tahtoa löytyy jo lapselta ja hän voi olla hyvin toimielias, mikä altistaa tapaturmille. Tässä iässä lapsi siirtyy syömään samaa ruokaa muun perheen kanssa, joten perheen kanssa voidaan keskustella säännöllisestä ruokailurytmistä, yleisten aterioiden tarpeesta sekä ravitsemuksellisen ruoan merkityksestä. Muita terveysneuvonnan aiheita voivat olla tapaturmien ehkäisy, lapsen kieltäminen ja rajojen asettelu, vanhemman seurustelu lapsen kanssa ja sen merkitys. Terveysneuvontaa tarjotaan joka käynnillä soveltaen perheiden tarpeita ja huolenaiheita. (STM 2004, 141-142.)

### 3.2 Leikki-ikäisen terveystarkastukset

Ensimmäisen ikävuoden jälkeen lapselle tehdään vähintään kuusi terveystarkastusta, joista kaksi (18kk ja 4v) ovat laajoja terveystarkastuksia (Kuvio 2). Tarkastuksissa käydään läpi tarkistettavan ikävaiheen sekä yksilöllisen tarpeen mukaista kasvua ja kehitystä haastatteluiden ja kliinisten tutkimusten avulla. (Hermanson 2012).

|                                | 18 kk<br>(laaja terveys-<br>tarkastus) | 2 v | 3 v | 4 v<br>(laaja terveys-<br>tarkastus) | 5 v | 6 v |
|--------------------------------|--|-----|-----|--------------------------------------|-----|-----|
| Terveydenhoitajan<br>tarkastus | x                                      | x   | x   | x                                    | x   | x   |
| Lääkärintarkastus              | x                                      |     |     | x                                    |     |     |

Kuvio 2: Määräaikaiset terveystarkastukset lastenneuvolassa ensimmäisen ikävuoden jälkeen.  
Lähde Mäki yms. 2017

18kk laajassa terveystarkastuksessa keskeisintä on ikävaiheen voimakas oppimisen ja oman tahdon kehittyminen (THL 2020e). Tässä iässä lapsi osaa jo usein kävellä ja hän on kiinnostunut ympäröivästä ympäristöstään; hän kurkistelee, tutkii, kiipeilee ja näyttää taitojaan. Vanhempien roolilla ja kasvatustilanteilla on merkittävä vaikutus lapsen tunnesäätelyn ja pettymysten sietokyvyn opettelussa ja se voi tulla osalle vanhemmista yllätyksenä. Keskustelu perheen kanssa lapsen kasvatuksesta ja tapojen linjaamisesta edesauttaa vanhempia hahmottamaan paremmin yhtenäistä kasvatustilannetta. (STM 2004, 142-143.) Lapsiperheen hyvinvoinnin, terveyden ja lapsen kasvuympäristön tarkastelun lisäksi lääkäri ja terveydenhoitaja tekevät laajalajaisen arvion kaikista lapsen terveyteen ja hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä. Suun terveys, tapaturmien ehkäisy, puheen tuottaminen ja ymmärtäminen, näön ja kuulon tutkiminen sekä perheen voimavarat ja jaksaminen käydään läpi strukturoitujen kyselylomakkeiden avulla. (THL 2020e.) Jos lapsella on käytössään vain harvoja sanoja, perheeltä kysytään mahdollisista suvussa esiintyvistä puhe-, oppimis- tai keskittymisvaikeuksista. Näissä tilanteissa sekä lapsen kuullun puheen ymmärtämisen vaikeuksissa perhe voi hyötyä puheterapeutin avusta. (STM 2004, 144-145.)

2- ja 3-vuotiaiden terveystarkastuksissa kiinnitetään erityishuomiota iän mukaisen oman tahdon kehittymisen vaiheen (niin sanotun uhmaiän) tuomiin haasteisiin (THL 2020e). Tässä ikävaiheessa lapsi kehittyy motorisesti koko ajan ja hän tahtoo tehdä ja näyttää taitojaan, kuten hypellä, juosta tai tasapainoilla. Lapsella ei ole kuitenkaan käsitystä mitä saisi tehdä ja mitä ei, ja hän tarvitsee opastusta ja ohjausta myös leikeissä muiden kanssa. Tarkastuksissa tuetaan vanhemmuutta sekä arvioidaan perheen valmiuksia lapsen kehityksen ja itsesäätelytaitojen tukemisessa. (STM 2004, 145-146.) Terveydenhoitaja voi käydä läpi vanhemmuuden eri teemoja, kuten tottumusten oppimista, leikin ja luovuuden merkitystä lapsuudessa sekä erilaisia kasvatuskysymyksiä. Lisäksi vanhempia ohjataan tukemaan lasta puheen oppimisessa ja sisarusuhteiden tukemisessa. (THL 2020e.) Moni lapsi pääsee tässä ikävaiheessa kokonaan pois vaipoista. Kuivaksi opettelu huomioiden lapsen yksilöllisen valmiuden sekä kypsytymisen, on ensiarvoisen tärkeää siisteyskasvatuksessa. Tarvittaessa perhe voi saada tukea ja opastusta tähän neuvolassa. (STM 2004, 145.)

3-vuotiaille kuuluu hammastarkastus hammashoitolassa, johon pyydetään vanhempia viemään lapsensa ennen 4-vuotistarkastusta. Tarkastuksessa tehdään palaute varhaiskasvatusta varten. Tähän pyydetään vanhempien suostumus varhaiskasvatukselle lähetettäväksi. (THL 2020e.)

4-vuotiaan laajassa terveystarkastuksessa tarkastellaan lapsen kasvun ja kehityksen lisäksi perheen hyvinvointia sekä lapsen kasvuympäristöä. Perheen terveystottumuksia arvioidaan muun muassa vanhemmille suunnatun AUDIT-kyselylomakkeen avulla sekä annetaan tarvittaessa tehostettua ravinto- ja liikuntaneuvontaa, mikäli lapsella ilmenee ylipainoa. 4-vuotiaan kohdalla on tärkeää arvioida ja havaita varhain mahdollisia kouluongelmia aiheuttavat neurologisen- ja psyykkisen kehityksen vaikeudet ja järjestää mahdollista lisätukea lapselle ja hänen perheelleen. (THL 2020e.) Terveystarkastuksen tarkastus on kestoltaan muita terveystarkastuksia pidempi, jossa tehdään lapselle leikin kautta toteuttava LENE-tutkimus. Tutkimuksen sisältö koostuu erilaisista arvioinneista lapsen motoriikasta, lähi- ja kaukonäöstä, puheen ja käsitteiden ymmärtämisestä, kuullun hahmottamisesta, silmä-käsiyhteistyöstä sekä lapsen vuorovaikutustaidoista. Lisäksi mitataan lapsen verenpaine. Lääkäri tekee kliinisen tutkimuksen, johon kuuluu sydänäänien kuuntelu, aistien tutkiminen ja LENE-tutkimustulosten arviointi. Lopuksi keskustellaan perheen kanssa tuloksista mukaan lukien varhaiskasvatuksen antama palaute lapsesta. (THL 2020e; Mustonen, Ahonen & Viitanen, 2000.) Mikäli tutkimuksessa ilmenee lievää poikkeavuutta esimerkiksi karkeamotoriikassa (vähintään kolme osatehtäväästä) tai heikkoutta psykososiaalisessa kehityksessä, voidaan pyytää fysioterapeutin apua tai tiedustella päiväkodin havaintoja lapsesta perheen luvalla. Tutkimusta tehdessä arvioidaan lapsen kehitystä kokonaisuudessa eikä tarkoitus ole keskittyä yksittäiseen taitoon tai puutteeseen. Epävarmoissa tilanteissa voidaan miettiä neuvolatyöryhmässä voisiko perhe hyötyä seurantakäynnistä terveydenhoitajalla, lisäohjauksesta tai muista tukitoimenpiteistä. (STM 2004, 151-152.)

5- ja 6-vuotiaiden terveystarkastusten keskeisimpiä aiheita ovat lapsen vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot, kaverisuhteet sekä vahvojen tunteiden säätely, kuten vihan ja suuttumuksen säätely. Tarkastuksessa keskustellaan liikkumisen ja hyvän kunnon merkityksestä, painon vaikutuksesta terveyteen sekä lapsiperheen yhdessä vietetyn ajan tärkeydestä. Lisäksi keskustelun aiheena voi olla mediakasvatus lapsiperheessä sekä lapsen luovuuden tukeminen leikeissä. Kielellistä kehitystä voidaan arvioida LENE-tutkimuksen tai Lumiukko-testin avulla tarvittaessa. 5-vuotiaana tehdään lisäksi kuulotutkimus. (THL 2020e.)

## 4 Lastenneuvola lapsiperheiden tukena

### 4.1 Parisuhteen hyvinvointi

Toimiva parisuhde on lapsiperheen hyvinvoinnin kannalta keskeinen tekijä. Tutkimusten perusteella vanhempien parisuhteella ja vanhemmuuden laadulla on selvä vaikutus lapsen kehitykseen. Perheen perustaminen ja vanhemmuus voivat lujittaa parisuhdetta, mutta voivat tuoda myös mukanaan haasteita. Vaikka parisuhde ja vanhemmuus ovat toisistaan erillisiä tekijöitä ja vanhempien välinen vuorovaikutus on erillään lapsen ja vanhemman välisestä suhteesta, ne ovat vahvasti myös kytköksissä toisiinsa. (Lammi-Taskula ym. 2009.)

Hyvinvoiva ja toimiva parisuhde perustuu luottamukseen, tunnekumppanuuteen sekä mahdollisuuteen jakaa ilot ja surut. Ennen lapsen syntymää puolisoiden välinen suhde on usein elämän keskeisin ja läheisin suhde. Vauva-arjessa vanhemmilla on vähemmän aikaa ja voimaa toisilleen kuin ennen. Parisuhteen romantiikkaan ei välttämättä ole aikaa, sillä kaikki huomio ja keskittyminen laitetaan vauvaan. Tämä kuitenkin puolestaan lisää vanhempien välille uudenlaista suhdetta, vanhemmuuden jakamista. (Rönkä, Malinen & Lämsä 2009.; Lapsi eri ikäkausina 2007, 15-18.)

Pitääkseen huolta parisuhteestaan, on molempien osapuolten oltava sitoutuneita parisuhteeseen. Muuttuneesta arjesta kannattaa keskustella avoimesti yhdessä. Keskustelu voi lisätä ymmärrystä toista kohtaan ja vähentää väärinymmärrysten aiheuttamia turhia riitoja. Parisuhteen hoitamiseen laitetaan aikaa ja vaivaa ja ristiriidoissa ja yhteen sopimattomissa tilanteissa pyritään toimimaan parisuhteen säilyttämisen näkökulmasta. Tuntemusten ja kokemusten jakaminen edistää parisuhteen kommunikaatiota ja auttaa jaksamaan. (Rönkä ym. 2009.; Lapsi eri ikäkausina 2007, 15-18.)

Vauvan kasvaessa ja kehittyessä itsenäisemmäksi, vanhemmalle alkaa löytyä enemmän aikaa itselleen sekä myös parisuhteelle. Itsensä hoitaminen ja parisuhteen hoivaaminen ei ole vauvalta pois, vaan lisää vanhemman jaksamista ja edistää hyvinvointia. Hyvinvoiva ja terve vanhempi pystyy tarjoamaan lapselle turvallisen kasvu ympäristön. (Lapsi eri ikäkausina 2007, 18.; Hakulinen, Laajasalo & Mäkelä 2019.)

### 4.2 Vanhemmuuden jakaminen

Vanhemmuuden jakamisella eli yhteisvanhemmuudella tarkoitetaan vanhempien välistä toistensa tukemista ja arvostusta sekä lapsen kasvatuksen ja hoidon jakamista (Alikärppä, Sevon & Rönkä 2019.) Yhteisvanhemmuus perustuu vanhempien yhtenevään kasvatustalliin lapselle, yhteisen arvopohjan luomiseen perheelle sekä molempien vanhempien osallistumiseen sekä vastuunkantamiseen lapsen hoidosta ja kasvatuksesta. (Kari 2020.)

Vanhemmuuden jakamista aletaan rakentaa jo silloin, kun odotetaan lasta. Vanhemmat alkavat mielessään kehittää ajatuksia vanhemmuudesta sekä sen roolin merkityksestä. Tämä elämänvaihe on parisuhteen kannalta yksi suurimpia muutosvaiheita. Siirtyminen vanhemmuuteen vaatii sopeutumista. Lapsen syntymä tuo mukanaan onnea ja ilontunteita, mutta se yllättää myös haasteillaan. Perheellisyyksen myötä vanhemmat kehittävät ja muodostavat keskenään jatkuvasti uusia työnjakokäytänteitä ja opettelevat käyttämään aikaa ja voimaa arki-rutiineista selviytymiseen muun muassa lapsenhoidon, kotitöiden, harrastusten ja työssä käymisen yhteensovittamisessa. Kun lapsia syntyy useampi, tarkoittaa se esimerkiksi entistä suuremman arkityömäärän pyörittämistä. (Lammi-Taskula ym. 2009; Kari 2020.)

Yhteisvanhemmuudella on merkittäviä vaikutuksia lapsiperheen hyvinvointiin. Sujuva ja toimiva yhteisvanhemmuus edistää vanhempien mielenterveyttä, ristiriitatilanteiden käsittelyä sekä lapsen sopeutumista. Vanhemmuuden jakaminen voi siis olla keskeinen voimavara tai rasite perheelle. (Kari 2020.)

Tutkimusten ja tilastojen mukaan vanhempien välinen työnjako lapsiperheissä on edelleen epätasainen ja perinteinen. Äiti on yleisimmin vastuussa lapsenhoidosta ja kotitöistä, kun taas isä on enemmän vastuussa huoltotöistä. Lisäksi epätasaisuuteen vaikuttaa osaltaan perheväpöiden käytön sukupuoleisuus; äidit pitävät isiä pidempiä hoito- ja vanhempainvapaita. Isät puolestaan suosivat enemmän lyhyempiä isyy vapaita. (Lammi-Taskula ym. 2009; Gergov-Koskelo 2013.)

Yksinhuoltajuudella tarkoitetaan sitä, että lapsen huoltajuus on vain jommallakummalla vanhemmista. Tällaisessa tilanteessa toinen vanhemmista on yksin vastuussa lapsen kasvatuksesta ja hoidosta sekä kaikista lasta koskevista päätöksistä. (Plihtari 2010.) Kaikista lapsiperheistä Suomessa yhden vanhemman perheitä on 22,9 %. Lapsia näissä perheissä on 18 % kaikista lapsista Suomessa. (Yhden vanhemman perheiden liitto ry 2020.)

Vanhempien ero ei kuitenkaan ole haitaksi lapsen tasapainoiselle kehitykselle. Se mikä puolestaan merkitsee, on vanhempien toiminta erotilanteessa. Eron jälkeen on tärkeää, että vanhempien välinen yhteistyö toimii. Mikäli yhteishuoltajuus säilyy, kummankin vanhemman on hyvä tukea lasta ja hänen myönteistä käsitystään kummastakin vanhemmasta. Kun molemmat vanhemmat pysyvät lapsen elämässä ja osallistuvat hänen kasvatukseensa, sopeutuu lapsi helpommin erotilanteen tuomiin muutoksiin. (Plihtari 2010.)

Suomessa pienten lasten vanhemmilla esiintyy usein uupumusta sekä vaikeuksia sovittaa perhe- ja työelämä yhteen (Kari 2020). Yhteisvanhemmuuden vahvistaminen ja tukeminen, sekä haasteiden ja jaksamisen kartoittaminen varhaisessa vaiheessa onkin ensiarvoisen tärkeää äitiys- ja lastenneuvolassa (Hakulinen ym. 2019, 23-24).

### 4.3 Vanhemmuuden tukeminen neuvolassa

Neuvolalla on suuri rooli vanhemmuuden tukemisessa. Vanhemmat asioivat siellä jo odottaessaan syntyvää lastaan sekä lapsen syntymän jälkeen siihen saakka, kunnes lapsi saavuttaa oppivelvollisuusiän. Neuvolalla on siis hyvät mahdollisuudet vaikuttaa vanhemmuuteen synnyttämällä keskustelua, herättämällä ajatuksia sekä lisäämällä vanhempien tietoisuutta kasvatukseen liittyvissä asioissa. (Viljamaa 2003.) Toimivan vuorovaikutuksen tukeminen on yksi neuvolan tärkeimmistä tavoitteista. Sillä, miten lapsen ja vanhempien välinen vuorovaikutus toimii, on suuri merkitys niin lapsen mielen kehitykselle kuin mielenterveydellekin.

(Puura ym. 2018.)

Vanhempien hyvinvointi heijastuu myös lapseen. Kun vanhemmat voivat hyvin ja ovat terveitä, edistää tämä samalla lapsen hyvinvointia sekä terveyttä. Vanhempien jaksamisella on suuri yhteys parisuhteen tilaan, minkä vuoksi vanhempien parisuhdetaitojen tukeminen neuvolassa on todella tärkeää. Myös mahdolliset mielenterveys- tai päihdeongelmat vaikuttavat lapsen terveyteen jo raskausajalta lähtien. Siksi terveysneuvontaa olisikin hyödyllistä sisällyttää jokaiselle neuvolakäynnille heti alusta alkaen. Vanhempien olisi tärkeää pystyä sopimaan yhdessä lapsensa kasvatustapojensa sekä pohtia vanhemmuuden käsitettä. (Hakulinen, Laajasalo & Mäkelä 2019.)

Vanhempien sekä lapsen välinen varhainen vuorovaikutus alkaa jo raskausaikana. Tavallisesti sikiö aistii kohdussa ollessaan erilaisia ääniä niin äidin kehosta kuin omastaan sekä ulkopuolelta ympäristöstään. Mielikuvat, joita vanhemmille muodostuu raskauden aikana ovat merkityksellisiä, sillä ne ovat myöhemmin tarkasteltaessa hyvinkin pysyviä. Tämän vuoksi neuvolassa olisikin suotuisaa pyrkiä vahvistamaan vanhempien myönteisiä mielikuvia tulevasta vanhemmuudesta. Keskustelun avulla neuvolakäynneillä pyritään herättämään vanhemmissa ajatuksia tulevasta vauva-arjesta. Näin vanhemmat pystyvät valmistautumaan tulevaan pohtimalla erityisesti omia vahvuuksiaan sekä mahdollisia ongelmatilanteita sekä niihin valmistautumista. Erityisesti sellaisia vanhempia, jotka voivat psyykkisesti tai fyysisesti huonosti raskauden aikana, tulisi kannustaa myönteiseen ajatteluun tulevasta perheenlisäyksestä. Vanhempien mahdollisesti tarvitsema erityinen tuen tarve olisi tärkeää havaita jo varhain neuvolassa ja ohjata tällaisessa tilanteessa vanhemmat tarvitsemansa tuen piiriin kuten neuvolapsykologille tai perhetyöntekijälle. (Puura ym. 2018.)

Lapsen synnyttyä yleisimpiä aiheita, joihin vanhemmat kaipaavat tukea ovat lapsen hoito, jaksaminen sekä pärjääminen. Neuvolan tehtävänä on tukea vanhempia keskustellen askarruttavista asioista. Vanhempia opastetaan lapsen hoitoon ja kasvatukseen liittyvissä asioissa. On myös tärkeää, etteivät vanhemmat väsytä itseään liikaa, vaan uskaltavat tarvittaessa esimerkiksi pyytää apua läheisiltään. Neuvola voi myös tilanteen vaatiessa ohjata vanhemmat erilaisiin vertaisryhmiin, järjestää lapsiperheen kotiapua tai perhetyöntekijän apua kotiin.



Neuvolassa pyritään myös korostamaan vanhemmille sitä, että ylimääräisiä kuormittavaa tekijöitä olisi syytä välttää vauvan syntymän tienoilla. Esimerkiksi opiskelun aloitus tai muutto saattavat olla liian suuri taakka työllistävän vauva-arjen lisäksi. (Hakulinen ym. 2019.) Mikäli neuvolassa herää vakava huoli tai perhe itse sitä toivoo, neuvolan tehtävänä on olla yhteydessä lastensuojeluun ja hakea apua tätä kautta. (Puura ym. 2018.)

## 5 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa informatiivinen ja helposti samaistuttava video, joka auttaa huoltajia valmistautumaan lapsen neuvolatarkastusta varten. Espoon kaupungin kanssa yhteistyönä toteutettu video on suunnattu neuvolaikäisille lapsiperheille.

Tavoitteena on lisätä huoltajien tietoutta neuvolatarkastuksen kulusta, neuvolan tarjoamasta tuesta sekä korostaa neuvolakäynnille valmistautumisen tärkeyttä. Perheen hyvä valmistautuminen neuvolakäynnille edesauttaa asiakaslähtöisemmän palvelun onnistumista sekä lisää käynnin sujuvuutta.

## 6 Opinnäytetyöprosessi

### 6.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallinen opinnäytetyö on toinen vaihtoehto tutkimukselliselle opinnäytetyölle ammattikorkeakoulussa. Sillä pyritään käytännön toiminnan ohjeistamiseen, opastamiseen, toiminnan järjestämiseen tai järjeistämiseen. Opinnäytetyön tulisi olla työelämälähtöinen, riittävällä tiedolla sekä taidolla toteutettu, käytännönläheinen sekä tehty tutkimuksellisella asenteella. Toiminnallinen opinnäytetyö voidaan tuottaa monin eri tavoin kuten opastuksena, ohjeena tai tapahtumana. (Vilkka & Airaksinen 2004, 9-10.) Tämä opinnäytetyö toteutettiin videona, joka ohjaa ja opastaa katsojaansa. Videolla pyritään korostamaan huoltajille neuvolakäynneille valmistautumisen tärkeyttä sekä antamaan lisää tietoa neuvolan tarjoamista tuista perheille.

Toiminnallisena opinnäytetyönä tehty opas, ohje tai tapahtuma yksinään ei kuitenkaan ole riittävä tuotos ammattikorkeakoulun opinnäytetyöksi. Lopputuloksessa tulisi näkyä käytännön toteutuksen ja ammatillisen teoreettisen tiedon yhdistäminen sekä oman alan ammattikulttuurin kehittäminen alan teorioiden pohjalta. (Vilkka & Airaksinen 2004, 41-42.) Opinnäytetyön tavoitteena on, että sillä pystyisi näyttämään parhaiten osaamansa asiat omalla alallaan (Vilkka & Airaksinen 2004, 24).

Hyvä opinnäytetyöaihe on sellainen, jonka idea muodostuu koulutusohjelman opintojen pohjalta. Aihe muotoutuu niin, että sen avulla pystyy muodostamaan yhteyksiä työelämään sekä

mahdollisesti myös ylläpitämään kontakteja aiempiin työharjoittelupaikkoihin. Mikäli opinnäytetyöaihe on saatu työelämästä, tukee se myös samalla tekijän ammatillista kasvua. Opinnäytetyötä tekemällä opittuja tietoja ja taitoja pystyy syventämään sellaisesta aiheesta, jonka itse kokee mielenkiintoisena. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 16-17.) Tässä opinnäytetyössä sopiva aihe on tunnistettu yhdessä työelämän kanssa. Opinnäytetyöntekijöiden harjoittelukokemusten sekä työelämän kokeman haasteen perusteella syntyi idea videosta, jolla lähestytään neuvolassa asioivia asiakkaita ja rohkaistaan perheitä valmistautumaan etukäteen tarkastuksiin.

## 6.2 Kohderyhmä toiminnallisessa opinnäytetyössä

Toiminnallisessa opinnäytetyössä tuotos tehdään aina jollekin. Työssä tavoitellaan henkilöiden osallistumista johonkin toimintaan tai tapahtumaan tai vaihtoehtoisesti toiminnan selkeyttämistä ohjeistuksen tai oppaan avulla. Kohderyhmää pohdittaessa usein mietitään sosioekonomista asemaa, ikää, koulutusta, ammattiasemaa, henkilötasoa tai asemaa työyhteisössä, toimeksiantajan toiveita ja tavoitteeksi asetettuja tuotoksia. On myös hyvä pohtia, millainen ratkaistava ongelma on ja ketkä tämän ongelman kohteena ovat. Kohderyhmän valinta vaikuttaa merkittävästi siihen, millaista sisältöä opinnäytetyön lopullinen tuotos sisältää. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 38-39.)

Tämän opinnäytetyön kohderyhmänä ovat neuvolassa asioivat lapsiperheet. Yhteistyössä Espoon kaupungin kanssa toteutettua videota hyödynnetään Espoon kaupungin neuvoloiden toiminnassa. Videon avulla pyritään luomaan lämminhenkinen ja helposti samaistuttava katselukokemus lapsiperheille. Huoltajia ohjataan videolla tutustumaan sekä valmistautumaan tulevan neuvolakäynnin sisältöön etukäteen. Monesti perheet tulevat käynneille valmistautumatta, mikä hankaloittaa neuvolakäyntien sujuvuutta. Myös mieltä askarruttavat asiat jäävät helposti kysymättä käynnin yhteydessä.

Koko Espoon kaupungin väestöstä 77 prosenttia kuuluu perheväestöön. Lapsiperheitä oli 35861 vuosina 2019-2020 (Jaatinen & Österholm 2020). Espoossa huoltaja voi varata lastenneuvola-tarkastusajan sähköisestä ajanvarauksesta tai saada ajan käynnin yhteydessä. Leikki-ikäisten lasten määräaikaistarkastusten ajankohdan voi tarkistaa kaupungin nettisivuilta ja varata ajan sähköisesti tai soittamalla puhelinpalveluun. Vuonna 2015 onnistuneen sähköisen ajanvaraus-pilotoinnin jälkeen palvelua on laajennettu kaikkiin Espoon kaupungin neuvoloihin (Espoon kaupunki 2015). Muita espoolaisille lapsiperheille suunnattuja palveluja ovat keskitetty ajanvaraus- ja neuvontayksikkö sekä neuvolan oma chat-palvelu, jossa huoltaja voi lähettää kysymyksiä suoraan terveydenhoitajalle (Espoon kaupunki 2019.) Erityisesti pandemia-aikana sähköisiä palveluja on laajennettu ja monipuolistettu entistä enemmän, jonka myötä asiakkailla on mahdollisuus saada palvelua erilaisten etäyhteyksien välityksellä fyysisen neuvolakäynnin lisäksi (Espoon kaupunki 2020).

### 6.3 Videon suunnittelu ja toteutus

Toiminnallisen opinnäytetyön toteutusmuotona päädyttiin videon tuottamiseen yhteistyökumppanin, Espoon kaupungin, pyynnöstä. Neuvolan terveydenhoitajien ja opinnäytetyöntekijöiden omissa harjoitteluissa tekemien havaintojen perusteella asiakkaat eivät useinkaan valmistaudu tai perehdy etukäteen käyntien sisältöihin. Tätä ei kuitenkaan voida pyytää perheiltä ennen käyntejä, joten visuaalinen video voisi auttaa antamaan uutta näkemystä valmistautumisen hyödyistä. Ennen videon kuvaamista perehdyttiin hyvän videon kriteereihin sekä ideointiin.

Videon suunnittelu alkaa ideasta. Tämän jälkeen hahmotellaan tavallisesti lyhyt luonnos videon sisällöstä eli synopsis. Siinä esitellään videon olennaisimmat asiat paperilla aikajärjestyksessä. Tämän pohjalta luodaan käsikirjoitus. Käsikirjoituksesta käy ilmi, mitä videolla tapahtuu. Nämä asiat täytyy pystyä kertomaan kuvan ja äänen avulla. (Apogee productions 2017.) Tämän opinnäytetyön käsikirjoituksessa (liite 1) on pyritty kuvaamaan videossa tapahtuvat toiminnot ja repliikit hyvin tarkasti, jotta seuraava vaihe eli kuvaaminen onnistuisi mahdollisimman sujuvasti. Opinnäytetyöntekijöillä oli selkeä visio videon kulusta, mutta videon sisältöön ja repliikkien työstämiseen kului useita päiviä. Videon juonesta haluttiin saada hauska ja mukaansa tempaava sisältäen kuitenkin kaikki tarvittavat viestit. Neuvolaan valmistautumisen hyötyjä kuljetettiin mukana läpi koko käsikirjoituksen. Lisäksi loppuun sijoitettiin vielä selkeät diat valmistautumisen hyödyistä. Käsikirjoitukseen sisällytettiin kohta, jossa äiti selaa Espoon kaupungin sivuja. Tällä haluttiin viitata siihen, että kyseisiltä internet-sivuilta löytyy luotettavaa tietoa neuvolatarkastuksen kulusta. Neuvolan tarjoamaa tukea korostettiin käsikirjoituksessa erityisesti vanhemmuuden jakamiseen liittyen. Käsikirjoitusta suunnitellessa haluttiin luoda arkinen tilanne, jossa perhe syö iltapalaa ja keskustelu vanhempien välillä on samalla käynnissä. Repliikkeihin haluttiin luoda rento tunnelma esimerkkivanhempien välille ja siihen lisättiin vitsi isän kanssa käyneestä vahingosta.

Käsikirjoituksen suunnitteluvaihe oli merkittävä videon lopputuloksen kannalta, sillä videon kuvaamisen jälkeen sisältöä ei olisi voinut enää muuttaa. Prosessia tehtiin tiiviissä yhteistyössä toimeksiantajan ja eri alojen asiantuntijoiden kanssa. Videon kuvaukseen pyydettiin mukaan markkinoinnin asiantuntijaa sekä näyttelijöitä opinnäytetyöntekijöiden lähipiiristä. Pienen lapsen, näyttelijöiden sekä kuvaajan aikataulujen yhteensovittamiseksi päädyttiin varaamaan yksi kuvauspäivä. Opponenteilta ja ohjaajavalta opettajalta pyydettiin palautetta käsikirjoituksesta ennen videon tuottamista suunnitelmavaiheessa, jotta käsikirjoituksessa pystyttiin hyödyntämään heidän palautteitaan ja kehitysideoitaan. Palaute annettiin suullisesti sekä vapaamuotoisesti sähköpostilla. Opettaja kiinnitti huomiota käsikirjoituksen kirjakeleeseen sekä ehdotti lisäämään arjentuntuisempia lapsiperheen kohtaamia vaikeuksia. Tämän jälkeen käsikirjoitukseen lisättiin uniongelmat, joka ovat yleisiä haasteita lapsiperheissä. Yhteistyökumppanin edustajan kanssa pidettiin palaveri, jossa esitettiin laadittu

käsikirjoitus (liite 1). Siinä nousi esiin 1-vuotiaalle lapselle rokotuksista kertominen, joka ei vaikuttanut todentuntuiselta ikätasoon nähden. Tämä korjattiin ja rokotuksista kertomisen sijaan valittiin lohtulelun tuominen mukaan neuvolakäynnille. Korjaukset olivat pieniä, mutta merkittäviä videon luontevuuden ja uskottavuuden kannalta.

Toteutusvaihe aloitetaan parhaiden kuvauspaikkojen ja kuvakulmien etsimisellä. Kameran ja kuvattavien asioiden tai henkilöiden asettelussa on tärkeää kiinnittää huomiota taustaan ja sen toimivuuteen. Lisäksi kameran liikkeillä tulisi olla tarkoitus kuvakerronnassa. (Apogee productions 2017.) Kuvauspaikaksi valittiin kodin keittiö ja kuvaustaustasta haluttiin luoda mahdollisimman rento ja totuudenmukainen, joten taustalle lisättiin erilaisia kodin tavaroita. Hieman haastetta syntyi kuvausvalon suhteen, sillä tarina sijoittuu ilta-aikaan, mutta valoa tarvittiin kuitenkin videoinnissa. Otoksia otettiin eri kuvauskulmista, jonka avulla pyrittiin pitämään katsojan mielenkiintoa yllä. Mikäli koko video kuvattaisiin vain yhdestä kulmasta, tulisi lopputuloksesta tylsä ja yksipuolinen.

Hyvä ohjausvideo on lyhyt ja ytimekäs. Jotta videoon jaksaa keskittyä ja katsoa sen alusta loppuun, tulisi sen olla kestoaltaan maksimissaan kuuden minuutin mittainen. Ääntä ja visuaalisia elementtejä on hyvä yhdistellä asioiden selittämisessä. Puhekielellä esitettyjen videoiden on huomattu olevan tehokkaampia oppimisen suhteen verrattuna kirjakielellä esitettyihin videoihin. (Brame 2015.) Videon tarkoitus on saavuttaa mahdollisimman monta katsojaa, joten siitä haluttiin tehdä lyhyt ja ytimekäs. Videon pituudeksi tuli 3min 8s.

Videoinnin jälkeen aloitettiin editoiminen, jossa kohtausten yhteen liittämisen lisäksi laadittiin videoon lisättävät lopputekstit. Tekstien suunnittelussa on hyödynnetty videon tarkoitusta ja tavoitteita. Toimeksiantajan pyynnöstä videosta tehtiin suomen-, ruotsin- ja englanninkieliset tekstitykset. Tekstityksellä on oleellinen rooli saavutettavuuden kannalta. Kuulovammaisten henkilöiden lisäksi tekstitys selkeyttää myös tilanteissa, jossa videon ääni on epäselkeä esimerkiksi taustamelun vuoksi (Saavutettavasti 2021). Lopputekstin sekä tekstitysten käännökset englanniksi ja ruotsiksi on tarkastettu Laurean kielten lehtorin toimesta.

Teoreettisen viitekehyksen muodostamiseen käytettiin niin painettuja kuin sähköisiäkin lähteitä. Tiedonhaku suoritettiin etsimällä tietoa sivustoilta Google, Google Scholar ja Finna.fi. Lisäksi kirjastoista käytiin lainaamassa kirjoja sähköisten lähteiden tueksi. Hakusanoina käytettiin esimerkiksi sanoja neuvolatarkastus, neuvolan historia, neuvolan lainsäädäntö, lapsen kehitys, vanhemmuus ja parisuhteen hyvinvointi. Opinnäytetyön teoriapohjaksi pyrittiin löytämään mahdollisimman tuoreita lähteitä, kriteerinä maksimissaan 10 vuotta vanhoja. Tämä ei kuitenkaan kaikilla osa-alueilla ollut mahdollista, sillä esimerkiksi neuvolan historiasta ja vanhemmuuden jakamiseen liittyvistä aiheista löytyi vain niukasti tutkimustietoa. Tällaisissa tilanteissa päädyttiin käyttämään myös hieman vanhempia lähteitä sekä erilaisia lopputöitä.

Opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa videon hyvien ja huonojen puolien arvioinnissa otettiin käyttöön SWOT-analyysimenetelmä (taulukko 1). Tämä nelikenttäinen pohja on usein käytetty arviointimenetelmä projektisuunnittelussa, jolla kartoitetaan tutkittavan asian vahvuudet, heikkoudet, mahdollisuudet ja uhat. Analyysin pohjalta voidaan hyödyntää päätelmien tuloksia, miten heikkoudet muutetaan vahvuuksiksi, miten vahvuuksia hyödynnetään ja miten uhkia voidaan ennaltaehkäistä tai välttää. (Kortelainen & Piirainen 2013.)

|  |  |
|--|--|
| <p><b>Vahvuudet</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Video on visuaalisesti helpompi ja mukavampi katsoa kuin lukea tekstiä esitteestä</li> <li>- Videon saavutettavuus: kieliversioita on helppo tehdä tekstitysten avulla</li> </ul> | <p><b>Heikkoudet</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Useimmilla lapsiperheillä on jo paljon tietoa neuvolan tarjoamista palveluista internetin avulla</li> <li>- Opinnäytetyöntekijöillä ei ole asiantuntemusta tai kokemusta videon tuottamisesta</li> </ul> |
| <p><b>Mahdollisuudet</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Videon suosio lisääntyy</li> <li>- Perheet saavat vinkkejä videosta ja valmistautuisivat tarkastuksiin</li> </ul>  | <p><b>Uhat</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ei-innostava käsikirjoitus ja heikko editointi voisi pilata videon viestin tarkoituksen, joka ei saavuta katsojia</li> <li>- Katsoja ei jaksaa katsoa videota loppuun</li> </ul>                               |

Taulukko 1: SWOT-analyysi videosta

#### 6.4 Videon arviointi

Videotuotoksesta kerättiin palautetta Google Formsissa luodun sähköisen palautelomakkeen muodossa (liite 2 ja liite 3). Kyselyn ja videon linkit sisällytettiin saatekirjeisiin (liite 4 ja liite 5), jotka lähetettiin Espoon kaupungin kolmen eri neuvolan terveydenhoitajille sekä kahdellekymmenelle lapsiperheelle opinnäytetyöntekijöiden lähipiiristä. Saatekirjeessä esiteltiin opinnäytetyöntekijät, videon tarkoitus ja tavoitteet sekä kerrottiin palautteen vastaamisesta ja sen vapaaehtoisuudesta.

Kysely on yksi aineistokeruun muodoista. Erityistä verkkokyselyssä on laaja saavutettavuus sekä ajan säästäminen laatijalle. Hyvin suunnitellun lomakkeen aineiston purkaminen voidaan käsitellä ja analysoida helposti. Toki kyselyssä on myös haittoja; esimerkiksi ei ole

mahdollista varmistaa, ovatko vastaajat vastanneet huolella tai rehellisesti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 189-190.)

Kyselylomakkeen laatimisessa on tärkeää kiinnittää huomiota sen kohtuulliseen pituuteen sekä ulkoasun selkeyteen. Mikäli kyselylomakkeen yleisilme on epäselkeä tai se on todella pitkä, karkottaa tämä helposti kyselyyn vastaajia. Vastaajan ensivaikutelma vaikuttaa merkittävästi siihen, aikooko hän täyttää kyselyä vai ei. Kyselylomakkeeseen on kannattavaa sisällyttää kysymysten lisäksi myös vastausohje selkeyttämisen vuoksi. (Kvantimotv 2010.) Hyvät kysymykset eivät ole itsestäänselvyksiä eivätkä loukkaa kyselyyn vastaajaa. Lomakkeeseen ei myöskään sisällytetä johdattelevia tai vihjailevia kysymyksiä. (Hotulainen 2020.) Yleisten kysymysten sijaan suositaan spesifejä kysymyksiä, jotta vältetään tulkinnanvaran mahdollisuudelta. Kysymystenasettelulla on merkitystä ja olisi hyvä välttää kysymyksiä, joihin sisältyy kaksoismerkitys. Hyvän lomakkeen laatimiseen kannattaa käyttää aikaa ja etsiä tietoja. (Hirsjärvi ym. 2007, 190.) Kyselyn visuaalisesta ilmeestä sekä johdannosta pyrittiin tekemään mahdollisimman mielenkiintoinen, joka olisi kutsuvampi palautteen antajalle. Palautteen tarikat kysymykset perustuivat opinnäytetyön tarkoituksiin ja tavoitteisiin. Terveystoimittajille ja lapsiperheille laadittiin omat kyselyt, sillä oletuksena oli, että terveystoimittajilla oli jo esitietoa asiakkaiden hoitopolusta sekä neuvolan tarjoamasta tuesta. Vastausaikaa annettiin molemmille ryhmille kaksi viikkoa.

Palautteen keruussa käytettiin Likertin asteikkoa. Neliportaisessa asteikossa väittämät olivat 1. Täysin samaa mieltä 2. Jokseenkin samaa mieltä 3. Jokseenkin eri mieltä 4. Täysin eri mieltä. Kyselyssä käytettiin strukturoituja kysymyksiä sekä yhtä avointa kysymystä (liite 2 ja liite 3). Suljetuissa eli strukturoiduissa kysymyksissä vastaaja sai valita niistä vaihtoehdon, miten voimakkaasti hän on samaa tai eri mieltä väittämän kanssa. Tällainen vastausmuoto on helpompi sekä tuottaa vähemmän kirjavia vastauksia. Avoimet kysymykset antavat puolestaan vastaajalle enemmän vapautta vastata ja ilmaista mielipiteensä omin sanoin. (Hirsjärvi ym. 2007, 196.) Palautekyselyn loppuun sijoitettiin yksi avoin kysymys sekä avoin palautekohta. Avoin kysymys oli: Mitä muuta olisit toivonut toteutuvan videossa?

Yhteyshenkilön avulla saatekirje saavutti kolme Espoon kaupungin neuvolaa ja sen työntekijöitä. Yhteensä saatiin viisi palautetta terveystoimittajilta ja vastausten prosentuaaliset arvot on ilmoitettu taulukossa. Taulukoissa on hyödynnetty frekvenssijakaumaa, jossa on laskettu kokonaisfrekvenssin jakautumista muuttujan eri arvojen kesken.

| Väittämät  | Täysin eri mieltä<br>n(%) | Jokseenkin eri mieltä<br>n(%) | Jokseenkin samaa mieltä<br>n(%) | Täysin samaa mieltä<br>n(%) |
|--|---------------------------|-------------------------------|---------------------------------|-----------------------------|
| Videon ääni oli selkeä.  |                           |                               | 3 (60%)                         | 2 (40%)                     |
| Video oli hyvin toteutettu visuaalisesti.  |                           |                               |                                 | 5 (100%)                    |
| Videon juoni oli hyvä.   |                           |                               | 3 (60%)                         | 2 (40%)                     |
| Toivon, että asiakkaillani, joilla on neuvolaikäisiä lapsia, olisi mahdollisuus katsoa video valmistautuessaan neivolakäynnille. |                           |                               | 1 (20%)                         | 4 (80%)                     |
| Video voisi antaa uutta näkemystä asiakkaille tarkastukseen valmistautumisen hyödyistä.  |                           |                               | 3 (60%)                         | 2 (40%)                     |
| Videota oli viihdyttävää katsella.   |                           | 1 (20%)                       | 1 (20%)                         | 3 (60%)                     |

Taulukko 2: Terveydenhoitajien palautekyselyn tulokset

Terveydenhoitajat pitivät videon ääntä selkeänä. Kaksi vastaajaa oli täysin samaa mieltä ja kolme vastaajaa jokseenkin samaa mieltä siitä, että videon ääni oli selkeä. Visuaalinen toteutus miellytti kaikkia, sillä jokainen vastaajista oli täysin samaa mieltä hyvin toteutuneesta visuaalisesta ilmeestä. Vastaajista kolme oli jokseenkin samaa mieltä siitä, että videon juoni oli hyvä sekä kaksi täysin samaa mieltä väittämästä. Terveydenhoitajista neljä oli täysin samaa mieltä väittämästä, jossa terveydenhoitaja toivoisi asiakkaillensa mahdollisuutta katsoa video ennen neuvolatarkastusta. Yksi vastaajista oli tähän väittämään jokseenkin samaa

mieltä. Kaikista vastauksista terveydenhoitajien kokema hyöty videosta koettiin tärkeimmäksi. Neljännen väittämän vastausten perusteella voidaan todeta, että vastaajat pitivät videota hyödyllisenä. Terveydenhoitajista kaksi oli väittämästä täysin samaa mieltä ja kolme jokseenkin samaa mieltä. Lopuksi kysyttiin videon viihdyttävyyttä. Tästä väittämästä täysin samaa mieltä oli kolme vastaajaa, jokseenkin samaa mieltä yksi vastaaja sekä jokseenkin eri mieltä yksi vastaaja.

Lisäksi suurin osa terveydenhoitajista antoi avointa palautetta. Palautteissa toivottiin, että videossa voitaisiin rohkaista enemmän asiakkaita tuomaan esille muitakin kuin lasten asioita sekä korostaa työntekijöiden vaitiolovelvollisuutta. Kahdessa palautteessa tuli esiin videon tuoma paine hyvin hoidetusta vanhemmuudesta sekä stereotyyppisestä työnjaosta esimerkiksi vanhempien välillä videossa. Toisen terveydenhoitajan palautteen kehittämisehdotuksena oli näyttää tilanne, jossa väsymys näkyisi selkeämmin lapsiperheessä, jossa asiat eivät etene sujuvasti aikataulussa. Lopulta vanhemmat pääsisivät kuitenkin keskustelemaan toinen toistaan kunnioittaen sekä arjentuntuisesti. Videon idea koettiin tärkeänä ja yhdessä palautteessa keuhuttiin hoitopolun kuvaamista sekä lopputekstejä.

Lapsiperheille tarkoitettu kysely lähetettiin kahdellekymmenelle perheelle, joilla on neuvolaikäisiä lapsia. Kohderyhmältä saatiin yhteensä kymmenen palautetta (taulukko 3).

Vastausten perusteella videon ääni oli hyvin selkeä. Yhdeksän vastaajaa oli täysin samaa mieltä ja yksi jokseenkin samaa mieltä väittämästä. Kahdeksan vastaajaa oli tyytyväisiä videon visuaaliseen ilmeeseen ja kaksi vastaajaa jokseenkin samaa mieltä asiasta. Kuusi lapsiperhettä sai lisää tietoa neuvolan tarjoamasta tuesta ja neljä sai osittain uutta tietoa videolta. Opinnäytetyön hyödynnettävyyden kannalta kahdeksan lapsiperhettä hyötyi videon tuomasta informaatiosta ja ymmärsi sen myötä paremmin neuvolaan valmistautumisen hyötyjä. Kaksi vastaajista vastasi tähän väittämään, että olivat jokseenkin samaa mieltä asiasta. Puolet vastaajista kokivat videon lämminhenkiseksi ja puolet olivat jokseenkin samaa mieltä väittämästä. Video oli viihdyttävä kuuden lapsiperheen mielestä ja neljä vastaajaa oli väittämästä jokseenkin samaa mieltä.

Lapsiperheiltä saatiin avointa palautetta hienosta visuaalisesta toteutuksesta sekä selkeästä videon rakenteesta.



| <b>Väittämät</b>   | <b>Täysin eri mieltä</b> | <b>Jokseenkin eri mieltä</b> | <b>Jokseenkin samaa mieltä</b> | <b>Täysin samaa mieltä</b> |
|--|--------------------------|------------------------------|--------------------------------|----------------------------|
|  | <b>n(%)</b>              | <b>n(%)</b>                  | <b>n(%)</b>                    | <b>n(%)</b>                |
| Videon ääni oli selkeää.                                     |                          |                              | 1 (10%)                        | 9 (90%)                    |
| Video oli hyvin toteutettu visuaalisesti.                    |                          |                              | 2 (20%)                        | 8 (80%)                    |
| Videosta sain lisää tietoa neuvolan tarjoamasta tuesta.      |                          |                              | 4 (40%)                        | 6 (60%)                    |
| Video auttoi ymmärtämään neuvolaan valmistautumisen hyötyjä. |                          |                              | 2 (20%)                        | 8 (80%)                    |
| Videosta välittyi lämmin henki.                              |                          |                              | 5 (50%)                        | 5 (50%)                    |
| Videota oli viihdyttävä.                                     |                          |                              | 4 (40%)                        | 6 (60%)                    |

Taulukko 3: Lapsiperheiden palautekyselyn tulokset

### 6.5 Opinnäytetyöprosessin arviointi

Aihe kehittyi syksyllä 2020, kun Espoon kaupunki ehdotti videon tekemistä heidän kotisivuilleen. Opinnäytetyöllä tartuttiin työelämästä nouseeseen haasteeseen, että lapsen terveystarkastukset olisivat sujuvampia, jos vanhemmat valmistautuisivat paremmin etukäteen tarkastuksiin. Käynnit voitaisiin tehdä asiakaslähtöisemmäksi, jos perheet osaisivat tarkentaa huolenaiheitaan. Näin syntyi yhteistyössä idea videosta, jossa käydään läpi esimerkkiperheen avulla valmistautumista neivolakäynnille.

Opinnäytetyön tekijät ja Espoon kaupungin edustaja halusivat tehdä helposti samaistuttavan ja audiovisuaalisen materiaalin tukemaan jo olemassa olevia terveystarkastuksen sisältöjä

kotisivuilla. Idean esiteltyä opinnäytetyön ohjaajalle suunnittelutapaamisessa, molemmat osapuolet olivat tyytyväisiä opinnäytetyön aiheeseen ja toteutustapaan, eli toiminnalliseen opinnäytetööhön.

Opinnäytetyön työstäminen aloitettiin tietoperustan kirjoittamisella marraskuusta joulukuuhun 2020. Aihealueet jaettiin tasaisesti opinnäytetyöntekijöiden kesken huomioiden molempien omia mielenkiintoja sekä toiveita aiheiden suhteen. Koronapandemian vuoksi työskentely oli pääosin itsenäistä. Työstämisen aikana opinnäytetyöntekijät pitivät kuitenkin aktiivisesti yhteyttä, sillä molemmille oli tärkeää, että työ vastasi molempien näkemyksiä.

Suunnitelman valmistuttua yhteistyökumppanin kanssa pidettiin väliarviointi, jossa käytiin läpi opinnäytetyöntekijöiden työstämä käsikirjoitus. Yhteyshenkilön, opponenttien sekä ohjaavan opettajan palautteiden jälkeen käsikirjoitusta hiottiin ja muokattiin entistä sopivammaksi. Opinnäytetyön ohjaajan kehitysehdotuksesta käsikirjoitus esimerkiksi muutettiin puhekieliseksi, joka kuulosti videossa luontevammalta. Tämän jälkeen suunniteltiin kuvauspäivä.

Opinnäytetyöntekijät olivat valmistautuneet siihen, että kuvaaminen olisi haastavaa. Vähäisen kokemuksen vuoksi apuun pyydettiin markkinoinnin asiantuntijaa kuvaamaan, josta oli erittäin suuri apu videon tuottamisessa. Pienen lapsen kuvaaminen sekä äänenlaadun takominen ei ollut helpoimmasta päästä ja otoksia tuli otettua monta kymmentä. Kuvauspäivän jälkeen kuvaaja aloitti työstämään videon editointia opinnäytetyöntekijöiden kanssa. Hyvä editointitaito edesauttoi onnistuneiden otosten liittämistä ja tuotoksen lopputulokseen oltiin äärimmäisen tyytyväisiä.

Yhteistyö Espoon kaupungin yhteyshenkilön kanssa oli sujuvaa ja keskustelua pidettiin aina avoimena ja rakentavana. Yhteyshenkilön kirjallisen palautteen perusteella opinnäytetyöntekijät ottivat hyvin huomioon yhteistyökumppanin muutostoiveita, ja työskentely oli omatoimista ja ripeää esimerkiksi työn saavutettavuuden suhteen. Yhteyshenkilön avulla saatekirjeet saavuttivat Espoon kaupungin terveydenhoitajat. Opinnäytetyön kokonaisuuden arviointia varten pyydettiin neuvolan työntekijöiden palautteita, jotta arvio ei jäisi liian subjektii-viseksi. Saadut palautteet auttoivat opinnäytetyöntekijöitä pohtimaan projektin ammatillista merkittävyyttä ja kehitystä. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 157.)

Opinnäytetyön työstäminen eteni melko hyvin aikataulussa (kuvio 3). Lopputyön esittäminen viivästyi kuukaudella, sillä opinnäytetyön tekijät olivat epähuomiossa jättäneet varaa vastausaikaa palautekyselyille. Tämä ei kuitenkaan haitannut prosessia, sillä muutoin projekti oli edennyt ilman suurempia haasteita.



Kuvio 3: Alkuperäinen aikataulusuunnitelma

## 7 Pohdinta

### 7.1 Tuotoksen tarkastelu

Terveydenhoitajien antaman palautteen perusteella videoon oltiin tyytyväisiä. Kaikki vastaukset yhtä lukuun ottamatta olivat joko samaa mieltä tai jokseenkin samaa mieltä väittämän kanssa. Erityisesti videon visuaalinen toteutus miellytti terveydenhoitajia sekä videon esittäminen perheille koettiin hyödylliseksi ennen neuvolakäyntiä.

Lisäksi suurin osa terveydenhoitajista antoi avointa palautetta. Palautteissa toivottiin, että videossa voitaisiin rohkaista enemmän asiakkaita tuomaan esille myös muita kuin lasten asioita sekä korostaa työntekijöiden vaitiolovelvollisuutta. Kahdessa palautteessa tuli esiin videon tuoma paine hyvin hoidetusta vanhemmuudesta sekä stereotyyppisestä työnjaosta esimerkiksi vanhempien välillä videossa. Toisen terveydenhoitajan palautteen kehittämisehdotuksena oli näyttää tilanne, jossa väsymys näkyisi selkeämmin lapsiperheessä, jossa asiat eivät etene sujuvasti aikataulussa. Videon idea koettiin myös palautteissa tärkeänä ja yhdessä palautteessa kehuttiin hoitopolun kuvaamista sekä lopputekstejä.

Kokonaiskuva terveydenhoitajien palautteista on positiivinen. Videota tehdessä pyrittiin siihen, että Espoon kaupungin terveydenhoitajat voisivat hyödyntää videota työssään. Palautteen perusteella vaikuttaisi siltä, että terveydenhoitajat näyttäisivät mielellään videon asiakkailleen ennen neuvolatarkastukseen saapumista.

Lapsiperheet olivat myös vastausten perusteella tyytyväisiä näkemäänsä videoon. Kaikki vastaukset sijoittuivat joko täysin samaa mieltä- tai jokseenkin samaa mieltä-sarakkeisiin. Lapsiperheiden näkökulmasta erityisesti videon ääni koettiin selkeäksi. Avointa palautetta saatiin hienosta visuaalisesta toteutuksesta sekä selkeästä videon rakenteesta.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa informatiivinen ja helposti samaistuttava video, joka auttaa huoltajia valmistautumaan lapsen neuvolatarkastusta varten. Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä huoltajien tietoisuutta neuvolatarkastuksen kulusta, neuvolan tarjoamasta tuesta sekä korostaa neuvolakäynnille valmistautumisen tärkeyttä. Vastausten perusteella video auttoi ymmärtämään neuvolaan valmistautumisen hyötyjä. Saadun palautteen perusteella video myös antoi lisää tietoa neuvolan tarjoamasta tuesta. Näiden saatujen palautteiden perusteella voidaan todeta, että tavoiteltu tulos saavutettiin.

## 7.2 Eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyössä tutkimuseetiikka perustuu moniin valinta- ja päätöksentekotilanteisiin, joissa tutkimuksen tekijän on tehtävä ratkaisuja koko prosessin ajan suunnitteluvaiheesta julkaisuun asti. Etiikka on käsitys oikeasta ja väärästä, hyvästä ja pahasta. Tutkimusta tehtäessä pääpainona on pohtia, miten tuottaa eettisesti hyvää ja luotettavaa tietoa tutkittavasta asiasta. (Hirsjärvi ym. 2007; Kylmä & Juvakka 2012, 127-138.)

Työn aiheen valintavaiheessa opiskelijan tulisi pohtia aiheen merkitystä sekä toteutettavuutta. Yksinkertaisen ja helponkin aiheen kohdalla tulisi tarkastella ja huomioida sen yhteiskunnallista merkittävyyttä. (Hirsjärvi ym. 2007, 23-27.) Tämän opinnäytetyön kohdalla aiheetta voidaan pitää yhteiskunnallisesti merkittävänä, sillä huolellisella neuvolaan valmistautumisella voidaan edistää palveluiden asiakaslähtöisyyttä ja toiminnan tehokkuutta. Hyvin kohdistettu palvelu lisää asiakastyytyvyyttä, joka puolestaan vaikuttaa lapsiperheiden hyvinvointiin.

Eettisiin tutkimusohjeisiin kuuluu huolehtia tutkimusluvista, jos kyseessä on tutkimus organisaatiosta, sen toiminnasta tai edustajista. Lupakäytännöt ja sen myöntämisen edellytykset ovat organisaatiokohtaista. Opinnäytetyötä tehdessä on hyvä selvittää työelämän edustajan kanssa tarvittavat luvat ennen työn aloittamista. Koska opinnäytetyö on julkinen asiakirja, tekijöiden täytyy huolehtia lisäksi siitä, että se ei sisällä lain mukaan salassa pidettäviä tietoja kuten henkilötietoja tai liike- ja ammattisalaisuuksia. Jos henkilötietojen käsittely on välttämätöntä, täytyy tutkittavilta henkilöiltä pyytää suostumus. (Arene 2020.) Yhteistyökumppanin, Espoon kaupungin edustajalta kysyttiin tarvittavista tutkimusluvista ennen suunnitteluvaihetta. Edustajan mukaan kirjallista tutkimuslupaa ei tarvittu, vaan suullinen sopimus riitti. Videossa esiintyville tehtiin kirjallinen sopimus, jossa ilmenee videon tarkoitus, esiintyjien suostuminen näkyvyyteen ja videon käyttöehdot. Osallistuminen videon kuvaukseen oli näyttelijöille vapaaehtoista.

Opinnäytetyötä tehdessä noudatetaan hyvän tieteellisen käytännön edellytyksiä. Tieteellisessä tekstissä viitataan selkeästi alkuperäiseen kirjoittajaan. Tekstissä tulee ilmetä, kenen teksti on kyseessä. Toisen idean, tutkimustuloksen tai ajatuksen esittäminen ja käyttäminen omana on anastamista. (TENK 2012. 8-9.) Plagiointi eli toisen henkilön teoksen vilpillinen

käyttö ilman alkuperäisen lähteen asianmukaista ilmaisemista on yleisin tutkimuksissa esiintyvä huijaus. Tietosuojasta ja tietoturvasta huolehtiminen on erityisen tärkeää. (Arene 2020.) Tässä opinnäytetyössä on pyritty noudattamaan näitä tärkeitä edellytyksiä ja videossa esiintyviltä on pyydetty kuvaus- ja julkaisulupa yksityisyyden suojan ja tekijänoikeuksien takaamiseksi.

Mahdollisimman luotettavan tutkimustiedon tuottamiseen tarvitaan luotettavuuden arviointia tutkimustoiminnan ja sen hyödyntämisen kannalta. (Kylmä. & Juvakka 2012, 127.) Luotettavuutta osoitetaan lähdeviittauksilla, jotka osoittavat tiedon alkuperän sekä tekijän perehtyneisyyteen aiheeseen. Lisäksi voidaan tarkistaa tiedon oikeellisuus. (Aalto yliopisto 2012.) Opinnäytetyön luotettavuuteen on pyritty vaikuttamaan viittaamalla Laurean viiteohjeiden mukaisesti ja käyttämällä mahdollisimman ajankohtaisia ja luotettavia lähteitä. Osasta tutkittavista tiedoista löytyi niukasti lähteitä, mutta aina pyrittiin käyttämään lähdekritiikkiä ja varmistamaan lähteen oikeellisuus.

### 7.3 Ammatillinen kasvu

Opinnäytetyön tekeminen oli mielenkiintoista ja ajoittain hyvin haastavaa. Opinnäytetyöntekijät olivat ennestään tehneet paljon projekteja yhdessä, joten selkeään työnjaon ja aikatauluttamisen jälkeen prosessi eteni melko sujuvasti. Kuitenkin tämä projekti oli aikaisempia projekteja pidempi ja laajempi, joten uusia haasteita tuli huomattavan usein eteen. Prosessia tehdessä tuli kerrata aikaisempia oppeja sekä hakea laajasti tietoa. Tiedonhaun lisäksi tuli opetella entistä tehokkaammin aikatauluttamaan sekä ylläpitämään yhteyttä eri toimijoiden kanssa. Suurta ammatillista kasvua syntyikin moniammatillisuuden hyödyntämisessä sekä vuorovaikutustaitojen kehittämisessä.

Laajan projektin myötä opinnäytetyöntekijöiden taidot terveyden edistäjinä vahvistuivat, sillä teoriatietoa tuli opiskeltua paljon. Videota työstäessä tuli pohtia ja ajatella eri näkökulmia; sekä ammattilaisen että lapsiperheiden hyötymistä videosta. Idea lapsiperheiden valmistautumisesta neuvolakäynnille vaikutti aluksi yksinkertaiselta, mutta tämän tärkeän viestin tuominen perheisiin vaati useita näkökulmia ja ideoiden hiomista. Tuotos oli suunnattu kaikille lapsiperheille katsomatta taustaa, kieltä tai sosioekonomista asemaa. Asiakaslähtöisyys oli projektin pääperiaate ja siitä ei haluttu tinkiä. Tämä oli kuitenkin suurin haaste videota työstettäessä, sillä jokaista lapsiperheen ongelmaa ei voitu ottaa esille ja sopivien repelliikkinen sekä haasteiden esille nosto vaati puntaroimista. Opinnäytetyöntekijät oppivat, että kaikkien lapsiperheiden haasteisiin tarttuminen ei ollut mahdollista eikä ollut videon tarkoitus. Tavoitteena oli lisätä huoltajien tietoutta neuvolatarkastuksen kulusta ja neuvolan tarjoamasta ottaen huomioon myös työelämän toiveet videon teossa.

Opinnäytetyöprosessin aikana pyydettiin jatkuvasti palautetta ja sen vastaanottaminen ja hyödyntäminen ovat olleet osa ammatillista kasvua. Opinnäytetyön vaativuus koettiin yhtenä

valmistelevana tekijänä ennen työelämään siirtymistä ja sai tekijät tarkastelemaan omaa toimintaansa kriittisemmin. Parityöskentelyssä tuli huomioida toisen aikataulut ja toiveet lopputuloksen suhteen, joka toimi osittain motivaattorina. Aikataulullisesti opinnäytetyöntekijät olivat varautuneet tekemään korjauksia työhön, joten niiden tekeminen ei tuottanut vaikeuksia. Joustaminen aikataulullisesti opinnäytetyön teossa oli välttämätöntä, sillä tämä oli luonnollisesti huomioitava yhteistyötä tehdessä työelämän kanssa.

Tärkeimpänä kasvutekijänä opinnäytetyöntekijät kokivat terveydenhoitajan työn ymmärtämisen laajemmassa mittakaavassa sekä työn merkityksen terveyden edistäjänä. Jo pienilläkin teoilla ja huomioilla voi olla suurta vaikutusta lapsen tai vanhemman elämässä. Tärkein oivalus oli kuitenkin aidon kiinnostuksen merkitys asiakkaita kohdatessa sekä oman ammatillisuuden jatkuva kehittäminen. Nämä seikat kantavat kauas terveydenhoitajan ammatissa.

#### 7.4 Hyödynnettävyys ja jatkotoimenpiteet

Valmis video lähetettiin kolmella eri kielellä yhteistyökumppanille Espoon kaupungille. Videot tullaan julkaisemaan Espoon kaupungin nettisivuilla ja niitä voi tulevaisuudessa katsoa seuraavilla tekstityksillä; suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi. Tekstitysten avulla video pystyy saavuttamaan monia erilaisia lapsiperheitä. Näin ollen tämän toiminnallisen opinnäytetyön perusarvo eli yhdenvertaisuus toteutuu.

Yhteistyökumppanin sekä lapsiperheiden palautteiden perusteella video oli monissa määrin hyödyllinen ja useimmat saivat uutta näkökulmaa tarkastukseen valmistautumisen hyödyistä. Esimerkiksi Espoon kaupungin internet-sivujen hoitopolun avulla voi tutustua käyntien sisältöihin ja saada itselleen hyödyllisiä materiaaleja. Saadut palautteet saivat opinnäytetyöntekijät tyytyväisiksi ja kokemaan, että tämän suuren projektin tavoitteet saavutettiin. Jo yhdenkin perheen hyötyminen videosta on positiivista.

Jatkokehittämissuhteeksi olisi kuvallinen esite, missä olisi laajemmin listaus asioista, joista voisi keskustella neuvolakäynnillä. Terveydenhoitajien palautekyselyn vastauksissa nousi toive kertoa laajemmin neuvolan tarjoamasta tuesta, muun muassa päihde-, mielenterveys- sekä parisuhdeasioissa. Esitettä voitaisiin jakaa vauvan syntymän jälkeisellä kotikäynnillä, jolloin tietous neuvolan tarjoamasta tuesta tulisi tutuksi perheelle jo varhaisessa vaiheessa.

## Lähteet

## Painetut

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

Korppi-Tommola, A. 1990. Terve lapsi. Mannerheimin lastensuojeluliitto.

Kylmä, J. & Juvakka, T. 2012. Laadullinen terveystutkimus. Helsinki: Edita.

Rönkä, A., Malinen, K. & Lämsä, T. 2009. Perhe-elämän paletti. PS-kustannus. Jyväskylä: WS Bookwell Oy.

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2004. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

## Sähköiset

Alikärppä, Sevon ym. 2019. Tukea vanhemmuuteen valmistautumiseen: kirjallisuuskatsaus perhevalmennusohelmien sisällöistä ja työmuodoista. Suomen mielenterveysseura. Viitattu 3.1.2021

<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/63711/jyxkasikirjoitusala-karppa%20ja%20muut%202018.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Apogee productions. 2017. Ideasta käsikirjoitukseksi. Viitattu 7.1.2021

<https://www.apogee.fi/oppaat/videotuotannon-perusteet/>

Arene. 2020. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Viitattu 14.1.2021

<http://www.arena.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/Arenen%20ONT%20eettiset%20ohjeet%20esitysmateriaali%202020.pdf?t=1578486373>

Brame, C.J. 2015. Effective Educational videos. Viitattu 7.1.2021

<https://cft.vanderbilt.edu/guides-sub-pages/effective-educational-videos/>

Espoon kaupunki, 2015. Sähköisen ajanvarauspalvelun käyttö laajenee. Viitattu 19.3.2021

[https://www.espoo.fi/fi-FI/Sahkoisen\\_ajanvarauspalvelun\\_kaytto\\_laaj\(66338\)](https://www.espoo.fi/fi-FI/Sahkoisen_ajanvarauspalvelun_kaytto_laaj(66338))

Espoon kaupunki, 2019. Äitiys- ja lastenneuvoloiden toimintatapoihin ja käyntien sisältöihin uudistuksia. Viitattu 19.3.2021

[https://www.espoo.fi/fi-FI/Sosiaali\\_ja\\_terveyspalvelut/Aitiys\\_ja\\_lastenneuvoloiden\\_toimintatapo\(169893\)](https://www.espoo.fi/fi-FI/Sosiaali_ja_terveyspalvelut/Aitiys_ja_lastenneuvoloiden_toimintatapo(169893))

Espoon kaupunki, 2020. Neuvolapalveluja etäyhteyksien välityksellä. Viitattu 19.3.2021

[https://www.espoo.fi/fi-FI/Sosiaali\\_ ja\\_ terveyspalvelut/Lapsiperheiden\\_ palvelut/Neurolat/Neurolapalveluja\\_ etayhteyksien\\_ valitykse\(181834\)](https://www.espoo.fi/fi-FI/Sosiaali_ ja_ terveyspalvelut/Lapsiperheiden_ palvelut/Neurolat/Neurolapalveluja_ etayhteyksien_ valitykse(181834))

Gergov-Koskelo, 2013. Tasavertaisen vanhemmuus isän näkökulmasta. Opinnäytetyö. Metropolia YAMK. Helsinki. Viitattu 8.12.2020

[https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/66937/Opinnaytetyo\\_valmis\\_liitteineen\\_021213.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/66937/Opinnaytetyo_valmis_liitteineen_021213.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Hakulinen T., Laajasalo T. & Mäkelä J. 2019. Vanhemmuuden ja parisuhteen vahvistaminen. THL. Verkkojulkaisu. Viitattu 2.12.2020

[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138389/URN\\_ISBN\\_978-952-343-357-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138389/URN_ISBN_978-952-343-357-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Hermanson, E. 2012. Neuvolan terveystarkastukset. Duodecim. Verkkojulkaisu. Viitattu 28.11.2020

[https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=kot00602](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kot00602)

Hermanson, E. 2012. Synnyttäneiden äitien jälkeinen masennus. Duodecim. Verkkojulkaisu. Viitattu 1.2.2021

[https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=kot00207](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kot00207)

Hotulainen, R. 2020. Aineiston keruu kyselylomakkeella. Helsingin yliopisto. Viitattu 10.1.2021

<https://www.mv.helsinki.fi/home/hotulain/Tilasto/Kyselomakeohjeet.htm>

Jaatinen, S. & Österholm, E. 2020. Väestörakenne 2019/2020. Tietoisku 5/2020. Espoon kaupunki. Viitattu 11.3.2021

<https://www.espoo.fi/download/noname/%7B192CF192-DDB0-4991-AB5A-5F67FE64F885%7D/129474>

Kari, S. 2020. Sosiaalisen verkoston merkitys yhteisvanhemmuuteen vanhemmuuteen siirtymävaiheessa. Pro gradu. Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä. Viitattu 4.1.2021

<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/73126/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-202012117072.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Kortelainen & Piirainen. 2013. Kaikki hyvä loppuu aikanaan. Pro gradu. Oulun yliopisto. Oulu. Viitattu 18.12.2020

<http://jultika.oulu.fi/files/nbnfioulu-201306051479.pdf>

KvantiMOTV, 2010. Kyselylomakkeen laatiminen. Viitattu 15.1.2021

<https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kyselylomake/laatiminen.html>



Lammi-Taskula, Karvonen ym. 2009. Lapsiperheiden hyvinvointi. THL. Verkkojulkaisu. Viitattu 7.12.2020

<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80047/0e6f5676-9ccf-4490-8496-45c7b3acce5f.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Lapsi eri ikäkausina 0-6kk. 2007. MLL. Viitattu 2.1.2021

<https://cdn.mll.fi/prod/2017/08/04174306/Lapsi-eri-ik%C3%A4kausina-0-6-kk.pdf>

Lastenneuvola. 2020a. THL. Viitattu 27.11.2020

[https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/aitiys\\_ja\\_lastenneuvola/lastenneuvola](https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/aitiys_ja_lastenneuvola/lastenneuvola)

Lisäruokinen aloittaminen. 2019. THL. Viitattu 2.12.2020

<https://thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/imetys/imetyssuosituksent/lisaruoalien-aloittaminen>

Mustonen, Valtonen & Ahonen. 2000. Lene- leikki-ikäisen lapsen neurologisen kehityksen arviointimenetelmä lastenneuvoloille. 9/2000. Viitattu 4.12.2020

<https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/alkuperaistutkimukset/lene-leikki-ikaisen-lapsen-neurologisen-kehityksen-arviointimenetelma-lastenneuvoloille/>

Mäki, Wikström, Hakulinen & Laatikainen. 2017. Terveystarkastukset lastenneuvolassa ja koulu-terveydenhuollossa. THL. Verkkojulkaisu. Viitattu 8.12.2020

[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135858/URN\\_ISBN\\_978-952-302-964-4.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135858/URN_ISBN_978-952-302-964-4.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Neurolatyon lainsäädäntö. THL. 2020b. Viitattu 27.11.2020

[https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/aitiys\\_ja\\_lastenneuvola/neurolatyon\\_lainsaadanto](https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/aitiys_ja_lastenneuvola/neurolatyon_lainsaadanto)

Plihtari, E. 2010. Eron jälkeinen vanhemmuus etä-isän näkökulmasta. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 2.2.2021

<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/26575/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201102221794.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Poutiainen, H. 2017. Mikä herättää terveydenhoitajan huolen? Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 2017:54:163-168. Viitattu 29.11.2020

<https://journal.fi/sla/article/download/63658/25001>

Puura, K., Sannisto, T., & Riihonen, R. 2018. Mitä vauva haluaa? Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen neuvolassa. Lääkärilehti 21/2018. Viitattu 29.11.2020

<https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/katsausartikkeli/mita-vauva-haluaa-varhaisen-vuoro-vaikutuksen-tukeminen-neuvolassa/?public=651c21f2876587a7b15d1deb4b0bdc52>

Rokotustieto. 2020. Lapset ja nuoret. Lääketietokeskus. Viitattu 1.2.2021

<https://www.rokotustieto.fi/minun-rokotukseni/lapset-ja-nuoret>

Saavutettavasti, 2021. Videot ja äänitteet. Viitattu 21.3.2021

<https://www.saavutettavasti.fi/kuva-ja-aani/videot-ja-aanitteet/>

Saarelma, O. 2020. Terveystarkastukset. Duodecim. Viitattu 26.11.2020

[https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00336](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00336)

Sosiaali- ja terveysministeriö, 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena. Opas työntekijöille. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 14. Helsinki. Viitattu 1.2.2021

<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74223/Opp200414.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Terveystarkastuslaki 1326/2010. Finlex. Viitattu 27.11.2020.

<https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326>

Terveystarkastukset lapsen ensimmäisen elinvuoden aikana. 2020c. THL. Viitattu 2.12.2020

<https://thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/maaraaikaistarkastukset/terveystarkastusten-tarkempi-sisalto/terveystarkastukset-lapsen-ensimmaisen-ikavuoden-aikana>

Terveystarkastusten yleinen kulku. 2019. THL. Viitattu 26.11.2020

<https://thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/maaraaikaistarkastukset/terveystarkastusten-yleinen-kulku>

Tieteellinen viittaaminen: Viittauskäytännöt. 2020. Aalto yliopiston oppimiskeskus. Viitattu 14.1.2021

<https://libguides.aalto.fi/c.php?g=410672&p=2798012>

Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta. 338/2011. Finlex. Viitattu 27.11.2020

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2011/20110338>

Viljamaa, M. 2003. Neuvola tänään ja huomenna. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 3.12.2020

<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/13356/9513914275.pdf>

Yhden vanhemman perheiden lukumäärä. 2020. Yhden vanhemman perheiden liitto ry. Viitattu 2.2.2021

<https://www.yvpl.fi/edunvalvonta/yhden-vanhemman-perheet-tilastoina/>

Äitiys- ja lastenneuvola. 2020d. THL. Viitattu 27.11.2020

[https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/aitiys\\_ja\\_lastenneuvola](https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/aitiys_ja_lastenneuvola)

1-6 -vuotiaiden terveystarkastukset. 2020e. THL. Viitattu 4.12.2020

<https://thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/maaraaikaistarkastukset/terveystarkastusten-tarkempi-sisalto/1-6-vuotiaat>

#### Kuviot

|  |    |
|--|----|
| Kuvio 1: Lapsen terveystarkastukset ensimmäisen ikävuoden aikana. Lähde Mäki, Wikström, Hakulinen & Laatikainen 2017 ..... | 9  |
| Kuvio 2: Määräaikaiset terveystarkastukset lastenneuvolassa ensimmäisen ikävuoden jälkeen. Lähde Mäki yms. 2017 .....      | 12 |
| Kuvio 3: Alkuperäinen aikataulusuunnitelma .....   | 27 |

#### Taulukot

|   |    |
|---|----|
| Taulukko 1: SWOT-analyysi videosta.....                       | 21 |
| Taulukko 2: Terveystarkastajien palautekyselyn tulokset ..... | 23 |
| Taulukko 3: Lapsiperheiden palautekyselyn tulokset .....      | 25 |

## Liitteet

|  |    |
|--|----|
| Liite 1: Käsikirjoitus .....                     | 37 |
| Liite 2: Terveystenhoitajien palautekysely ..... | 39 |
| Liite 3: Lapsiperheiden palautekysely .....      | 40 |
| Liite 4: Saatekirje lapsiperheille .....         | 41 |
| Liite 5: Saatekirje terveystenhoitajille .....   | 42 |

Liite 1: Käsikirjoitus

Roolit: Isä, äiti ja 1-vuotias Kasper

Miljö: Kodin keittiö

Äiti, isä ja lapsi istuvat keittiössä. Isä on syöttämässä lapselle iltapalaa. Äiti on tietokoneella ja selaa Espoon kaupungin sivuja.

Äiti: "Ensi kuussa Kasper täyttää jo 1 v. Aika menee niin nopeasti. Mä yritän nyt tässä varata Kasperille neuvolatarkastusta."

Isä: "Onko siitä niin pitkä aika siitä viime kerrasta. Kylläpä sä kasvat nopeasti pikkunen. Mitä siihen tarkastukseen kuuluu?"

Äiti: "Katotaanpas tästä."

Kuvataan äitiä, kun hän selaa sivustoa, jossa näkyy Espoon kaupungin 1v. -neuvolakäynnin sisältö.

Äiti: "Tässä on lista vältettävistä ruoka-aineista leikki-ikäiselle. Mehän voitais tulos-taa tää, kun aina mietitään mitä voitais tarjota Kasperille, ettei tapahdu mitä viimeksi kävi isän kanssa."

Vanhemmat nauravat.

Isä: " No ettei muistella sitä ihan liikaa niin poika taitaa haluta pesulle. Uppista, mitäs äidille sanotaan?

Äiti: "Hyvää yötä Kasper."

Isä: " Joo mennään. Jutellaan kohta lisää sitten "

Isä vie lapsen pesulle ja tulee sitten takaisin keittiöön.

Äiti: "Hei tuleeks sulle mieleen mitään kysyttävää sinne neuvolakäynnille? Kun tuntuu et meillä on aina niin paljon kysyttävää mut sit kuitenkin unohdetaan kysyä siellä neuvolassa ne asiat. Nii mä mietin et voitais tällä kertaa mieltä etukäteen ja kirjoittaa ylös paperille et mitä halutaan kysyä siellä hoitajalta."

Isä: "Hei onpa muuten hyvä idea. No ainakin ekana mul tuli mieleen ne unioingelmat, koska mä en muista, milloin Kasper olisi nukkunut viimeksi pitkiä yöunia. Onkohan sillä jokin kehitysvaihe meneillään... mutta muuten mun mielestä ensimmäinen vuosi on mennyt yllättävän hyvin, kun ollaan opeteltu olemaan tiiminä

vanhempia. Mut samalla kyl mä mietin myös sunkin jaksamista, et miten sä oot pärjännyt täällä, kun sä oot ollut kuitenkin enemmän kotona pojan kanssa."

Äiti kirjoittaa listaa ja mumisee hiljaa ääneen "uniasiat".

Äiti: "Niin, aluks musta tuntu, et mä hoidin usein kodin asioita yksin. Mutta sit sen viime neuvolakäynnin jälkeen, kun keskusteltiin siitä työnjaosta kotona, niin musta tuntuu, et me ollaan nyt työstetty tätä vanhemmuuden jakamista paremmin."

Isä: "On kyllä mahtavaa, että me ollaan saatu tukea ja opastusta sieltä neuvolasta tän ekan vuoden aikana. Olikohan muuten Kasperilla tulossa jotain rokotuksia seuraavalla kerralla?"

Äiti: "Joo, täs näkyekin, että on tulossa. Täytyykin muistaa ottaa se Kasperin lohtulelu sitten sinne neuvolaan mukaan."

Isä: "Olipa hyvä muuten, että tutustuttiin etukäteen neuvolakäynnin sisältöön, niin tiedetään mitä on tulossa."

Äiti: "Niinpä. Kiva että pystytään yhdessä keskustelemaan näistä asioista."

Lopputekstit:

"Miksi on tärkeää valmistautua neuvolatarkastukseen?"

"Sinun valmistautumisesi edistää käynnin sujuvuutta! "

"Pääsemme keskittymään juuri sinun perhettäsi koskettaviin asioihin. "

"Halutessasi voit valmistella lapsesi käynnille hänen ikätasonsa huomioiden. "

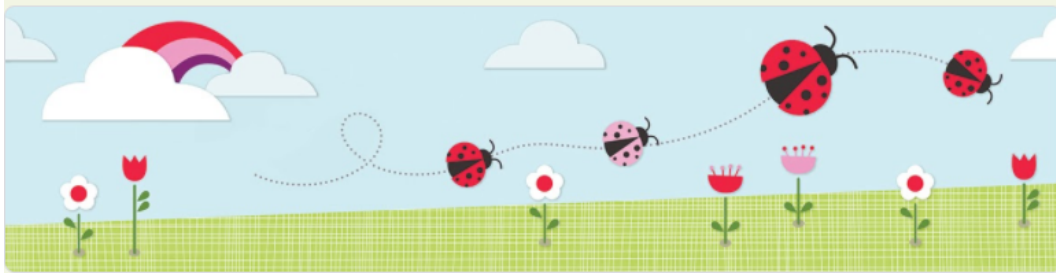
"Miksi neuvolaan mennään ja mitä siellä tehdään."

"Ja tärkeimpänä..."

"Tule neuvolaan omana itsenäsi!

"Haluamme kuulla, mitä juuri sinun perheellesi kuuluu."

## Liite 2: Terveydenhoitajien palautekysely



### Palautekysely Espoon kaupungin terveydenhoitajille

Hei,

Olet katsonut videomme Kasperin ja hänen vanhempinsa valmistautumisesta neuvolatarkastukseen. Mitä mieltä olit videosta?

Tällä lomakkeella toivomme Sinulta palautetta "Lapsiperheen valmistautuminen neuvolatarkastusta varten" -videosta. Antamasi palaute on meille ensiarvoisen tärkeää ja mikäli sinulla on kehitysehdotuksia meille, otamme ne mielellämme vastaan! Kiitos ajastasi!

Kysely toteutetaan anonyymina.

Terveisin, terveydenhoitajaopiskelijat Hanne Truong ja Julia Oravainen

Videon ääni oli selkeä. \*

- Täysin samaa mieltä.
- Jokseenkin samaa mieltä.
- Jokseenkin eri mieltä.
- Täysin samaa mieltä.

### Liite 3: Lapsiperheiden palautekysely



Palautekysely lapsiperheille

Hei,

Olet katsonut videomme Kasperin ja hänen vanhempinsa valmistautumisesta neuvolatarkastukseen. Mitä mieltä olit videosta?

Tällä lomakkeella toivomme Sinulta palautetta "Lapsiperheen valmistautuminen neuvolatarkastusta varten" -videosta. Antamasi palaute on meille ensiarvoisen tärkeää ja mikäli sinulla on kehitysehdotuksia meille, otamme ne mielellämme vastaan. Kiitos ajastasi!

Kysely toteutetaan anonymina.

Terveisin, terveydenhoitajaopiskelijat Hanne Truong ja Julia Oravainen

Videon ääni oli selkeä. \*

Täysin samaa mieltä.

Jokseenkin samaa mieltä.

Jokseenkin eri mieltä.

Täysin eri mieltä.



## Liite 4: Saatekirje lapsiperheille



### Palautekysely lapsiperheille

Hei,

Olemme kaksi loppuvaiheen terveydenhoitajaopiskelijaa Laurea-ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyön lapsiperheen valmistautumisesta neuvolatarkastukseen.

Opinnäytetyömme tarkoituksena on tuottaa informatiivinen ja helposti samaistuttava video, joka auttaa huoltajia valmistautumaan lapsen neuvolatarkastusta varten. Espoon kaupungin kanssa yhteistyönä toteutettu video on suunnattu neuvolaikäisille lapsiperheille.

Opinnäytetyömme tavoitteena on lisätä huoltajien tietoisuutta neuvolatarkastuksen kulusta, neuvolan tarjoamasta tuesta sekä korostaa neuvolakäynnille valmistautumisen tärkeyttä. Perheen hyvä valmistautuminen neuvolakäynnille edesauttaa asiakaslähtöisemmän palvelun onnistumista sekä lisää käynnin sujuvuutta.

Tämän palautekyselyn tarkoituksena on selvittää videon hyödyllisyyttä ja käytettävyyttä neuvola-asiakkaan näkökulmasta. Videon pituus on 3 min 8 s.

Linkki videoon:

<https://drive.google.com/file/d/1fYbqKr-dHOZN3sA-yrSAAPoQx5kxDUI1/view>

Kyselyyn vastaaminen vie aikaa noin 5-10 min. Kysely toteutetaan anonyymina ja vastaaminen on vapaaehtoista. Voit vastata kyselyyn 26.2.2021 mennessä, osoitteessa:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfqnz5hu4Dm6\\_z3uhvO5DC4KJlqRl8q\\_XYpelfqzI8o0aV6w/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfqnz5hu4Dm6_z3uhvO5DC4KJlqRl8q_XYpelfqzI8o0aV6w/viewform?usp=sf_link)

Kiitos Sinulle arvokkaasta palautteesta!

Ystävällisin terveisin,  
Hanne Truong ja Julia Oravalinen

## Liite 5: Saatekirje terveydenhoitajille



### Palautekysely Espoon kaupungin terveydenhoitajille

Hei,

Olemme kaksi loppuvaiheen terveydenhoitajaopiskelijaa Laurea-ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyön lapsiperheen valmistautumisesta neuvolatarkastukseen.

Opinnäytetyömme tarkoituksena on tuottaa informatiivinen ja helposti samaistuttava video, joka auttaa huoltajia valmistautumaan lapsen neuvolatarkastusta varten. Espoon kaupungin kanssa yhteistyönä toteutettu video on suunnattu neuvolaikäisille lapsiperheille.

Opinnäytetyömme tavoitteena on lisätä huoltajien tietoisuutta neuvolatarkastuksen kulusta, neuvolan tarjoamasta tuesta sekä korostaa neuvolakäynnille valmistautumisen tärkeyttä. Perheen hyvä valmistautuminen neuvolakäynnille edesauttaa asiakaslähtöisemmän palvelun onnistumista sekä lisää käynnin sujuvuutta.

Tämän palautekyselyn tarkoituksena on selvittää videon hyödyllisyyttä ja käytettävyyttä neuvola-asiakkaan näkökulmasta. Videon pituus on 3 min 8 s.

Kyselyyn vastaaminen vie aikaa noin 5-10 min. Kysely toteutetaan anonymina ja vastaaminen on vapaaehtoista. Voit vastata kyselyyn 26.2.2021 mennessä, osoitteessa:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdjo5Nv0TvLy4hMBIJTmIxxY0wbecJi25nfyncfjWydTSWmqw/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdjo5Nv0TvLy4hMBIJTmIxxY0wbecJi25nfyncfjWydTSWmqw/viewform?usp=sf_link)

Kiitos Sinulle arvokkaasta palautteesta!

Ystävällisin terveisin,  
Hanne Truong ja Julia Oravainen