



Kouluterveyspäivät 2010
24.–25.8.2010 Tampereen yliopisto
Tiivistelmät ja posterit

© Kirjoittajat ja THL

Taitto: Pauliina Luopa

Yliopistopaino
Helsinki 2010

Tervetuloa Kouluterveyspäiville!

Tänä vuonna tulee kuluneeksi 15 vuotta siitä, kun Kouluterveyspäivät järjestettiin ensimmäistä kertaa. Tällöin reilu 100 hengen joukko kokoontui Tampereelle pohtimaan yhdessä nuorten päihteiden käytön trendejä, koulu yhteisön hyvinvointia ja Kouluterveyskyselyn tulosten hyödyntämismahdollisuuksia kouluissa. Jo seuraavana vuonna osallistujien määrä nousi 400 henkeen ja tämän jälkeen osallistujia on ollut vuosittain 600–800 riippuen tarjolla olleiden istumapaikkojen määrästä.

Olemme kuulleet vuosien varrella maamme eturivin asiantuntijoiden laadukkaita esityksiä ja pohtineet yhdessä heidän kanssaan mm. nuorten elinoloja, terveystottumuksia, koulujen työoloja sekä kouluterveydenhuollon ja oppilashuollon kehitysnäkymiä. Kouluterveyspäivien historiaa tarkastellessa huomaa, että monet teemoista ovat varsin ajankohtaisia edelleen. Vuoden 2010 Kouluterveyspäiviä suunnitellessamme olemme pitäneet jalat tiukasti historiassa, mutta katseen nykyhetkessä ja tulevaisuudessa. Olemme halunneet tarjota jälleen monipuolista ja tuoretta tietoa sekä konkreettisia työvälineitä kotiin vietäviksi.

Kouluterveyspäivien ensimmäinen päivä tarjoaa tietoa Kouluterveyskyselyn uusista tuulista ja tuoreimmista tuloksista. Kuulemme myös Terveyden edistämisen politiikkaohjelman kokemuksista. Käsittelemme nuorten mielen hyvinvoinnin tukemista ja pohdimme, miten nykyinen järjestelmä vastaa nuorten tarpeisiin. Tätä teemaa syvennämme iltapäivän rinnakkaisohjelmassa, jossa on tarjolla myös muita mielenkiintoisia aiheita, mm. seksuaaliterveyteen ja kouluterveydenhuollon mittauksiin liittyen. Maahanmuuttajateema on saanut oman erillisen session ensimmäistä kertaa Kouluterveyspäivien historiassa.

Kouluterveyspäivien toisena päivänä keskitymme erityisen tuen teemaan. Avaamme erityisen tuen käsitettä sekä kouluterveydenhuollon että opetustoimen näkökulmasta ja pohdimme erityisen tuen tarpeen tunnistamista koulussa. Kuulemme myös käytännön esimerkkejä koulun arjesta sekä kuntien kehittämistoiminnan tuloksia. Aihetta käsitellään oppivelvollisuusikäisten näkökulmasta. Päivä on jatkumoa ja samalla myös päätös seminaarisarjalle, joka käynnistyi Lasten ja nuorten terveyden ja hyvinvoinnin neuvottelukunnan aloitteesta. Sarja on käsitellyt erityisen tuen tematiikkaa eri-ikäisten lasten ja nuorten osalta.

Posterinäyttely on ollut tärkeä osa Kouluterveyspäiviä heti alusta lähtien. Tänäkin vuonna se täydentää hienosti päivien sisältöä tuomalla tietoa koulu yhteisöissä toteutetuista tutkimus- ja kehittämishankkeista sekä vinkejä nuorten terveyden edistämisen käytänteistä.

Haluamme kiittää Sinua lämpimästi, että olet ollut mukana rakentamassa Kouluterveyspäivien historiaa ja sen ainutlaatuista ilmapiiriä! Kuulemme mielellämme ajatuksiasi tämänvuotisista Kouluterveyspäivistä ja toiveistasi tuleville päiville. Toivonkin, että käytät muutaman minuutin ja täytät tämän abstraktikirjusen välissä olevan palautepaperin. Voit lähettää kommentteja myös myöhemmin Kouluterveyspäivien nettisivuilla olevan sähköisen palautelomakkeen kautta.

*Kouluterveystiimi toivottaa Sinut lämpimästi tervetulleeksi juhlistamaan kanssamme
15 vuotta täyttäviä Kouluterveyspäiviä!*



Riikka Puusniekka
Tutkija

Sisällys

Tervetuloa Kouluterveyspäiville!

Ohjelma	6
Rinnakkaisohjelma	8
Kerrosopas ja ruokailupaikat	10
Tiistain puheenvuorot juhlasalissa	11
15. Kouluterveyspäivien avaus	11
Kouluterveyskysely 2010	12
Tienviittoa terveyden edistämiseen – Kokemuksia ja näkemyksiä politiikkaohjelman valossa	17
Miten erottaa psyykkiset häiriöt murrosiän myrskyistä?	18
Nuoren psykososiaalisen kehityksen tukeminen – mitä Kaste kasvattaa	19
Tiistain puheenvuorot rinnakkaisohjelmassa	20
Maahanmuuttajanuoret kasvatuskulttuurien ristipaineessa	20
Kouluterveydenhuollon keinot tukea maahanmuuttajanuoria	21
Maahanmuuttajatyttöjen erityiskysymykset naiseuden ja seksuaalisuuden ihmeellisessä maailmassa	22
Miksi seksi kiinnostaa koululaisia ja miten siihen tulisi aikuisten suhtautua? – Työvälineitä seksuaalisuuden käsittelemiseen yksilö- ja yhteisötasolla koulun arjessa	23
Sukupuolen ja seksuaalisen suuntautumisen moninaisuus koulumaailmassa?	25
Ryhmätyömenetelmät sosiaalisten taitojen opettelussa ja elämänhallinnassa	26
Tukevasti alakoulusta yläkouluun	27
Neuvokkaat aikuiset neuropsykologisesti oireilevan nuoren arjessa – ymmärrystä ja keinoja nuorten kanssa koulussa toimivien käyttöön	28
Elinikäisen oppimisen avaintaidot: Terveys, turvallisuus ja toimintakyky	29
”Mitä sitä turhaan rehkimään” – Miten saamme nuoret osallistumaan ja liikkumaan?	30
Liikunta opiskelijoiden toiminta- ja työkyvyn edistämässä	31
Hyvästä ruoasta virtaa kouluun, työhön ja vapaa-aikaan	32
Käsikirja kouluterveydenhuollossa tehtävistä mittauksista, kyselyistä ja tutkimuksista ja LATE-tutkimuksen tuloksia	33
Kasvun seuranta ja uudet suomalaiset kasvukäyrät	34
Mitä tiedämme suomalaisen koululaisen ruokavaliosta – kouluterveydenhuollon rooli koululaisen ravitsemuksen seurannassa ja neuvonnassa	35
Keskiviikon puheenvuorot	36
Erityinen tuki kouluterveydenhuollon näkökulmasta	36
Erityinen tuki opetustoimen näkökulmasta	37
Erityisen tuen tarve – LATE-tutkimuksen tuloksia kouluikäisten terveydestä ja hyvinvoinnista	38
Lapsen ja perheen tukeminen kouluterveydenhoitajan ja opettajan yhteistyönä	39
Koulukuraattorin rooli erityisen tuen tarpeen tunnistamisessa ja oppilaan tukemisessa	40
Erityinen tuki koululääkärin näkökulmasta – ruohonjuuritason realismia	41
Tehostetun ja erityisen tuen sekä oppilas- ja opiskelijahuollon valtakunnalliset kehittämishankkeet	42
Vantaan oppilas- ja opiskelijahuollon palvelurakenteen kehittämishanke; alueellisen oppilashuoltotyön ja esiopetuksesta kouluun -nivelpäivien kehittäminen	43
Oppimisen, kasvun ja koulunkäynnin tuen kehittäminen Vantaalla	44
Seminaarin päätös	45

Posterinäyttely.....	46
Terveenä ja hyvinvoivana jo työuran alussa 2010–2011	46
Neljän vuodenajan lautasmalli -hanke	47
Kokemustietoa syömishäiriöistä	48
Neuvokas perhe – apua ohjaustyöhön.....	49
Kehittämishanke ja selvitystyö 2009–2010: Liikunnasta syrjäytyneiden lasten ja nuorten fyysinen aktivointi	50
Lasinen lapsuus -materiaalit vanhempien päihteidenkäytöstä kärsivien lasten kanssa työskentelyn tukena.....	51
Alateen Kolo – Chat-ryhmä alkoholiperheiden nuorille	52
Savuton Sohva Sakille – ammattiin opiskelevien osallisuuden lisäämistä ja tupakoinnin vähentämistä	53
Preventiimi – nuorisovalvokkujen ehkäisevän päihdetyön osaamiskeskus	54
Tunnetko Terveys ry:n?	55
Helsingin NMKY:n päihdekasvatus	56
Kouluturvallisuuden rakentaminen Kansallisen lasten ja nuorten tapaturmien ehkäisyohjelman keinoin	57
Koulu- ja opiskeluiden tapaturmat ja turvalaitteiden käyttämättömyys	58
Amis-TAPE-hanke Kouvolassa tähtää tapaturmien ehkäisyyn ammatillisissa oppilaitoksissa	59
Draaman keinoin liikenteessä -hanke	60
Mielenterveysongelmien kohtaaminen oppilaitoksissa.....	61
Avaimia mielenterveyteen koulussa	62
Friends – mielen hyvinvointia edistävä ohjelma kouluissa	63
NEPSY-hanke	64
Nuoret haluavat puhua omalla tavallaan – Poikien Puhelimessa heitä kuullaan	65
Tyttöjen Talo@: kymmenen vuotta naistietoisuuden kehittämistä	67
Puhutaan seksuaalisuudesta! – Työvälineitä seksuaaliterveysopetuksen ja -kasvatuksen tueksi	68
Kuitinmäki-hanke – Seksuaaliterveyskasvatuksen teemapäivä 9.-luokkalaisille	69
Selkenevää! Seksuaalisen hyvinvoinnin vahvistamishanke.....	70
Seksuaalinen väkivalta tai hyväksikäyttö on rikos.....	71
Sykkäys-hanke	72
Kunnan perusopetuksen terveydenedistämistä aktiivisuuden kuvaaminen vertailukelpoisin tunnusluvuin	74
Nuorten hyvinvoinnin ankkurit Lapissa -hanke.....	75
Yläkoulujen väliset erot Helsingin metropolialueella – oppilaiden sosioekonominen tausta, koulukokemukset, terveys ja terveystottumukset Kouluterveyskyselyn mukaan	76
Oppilaiden poissaolojen seuranta	77
Mannerheimin Lastensuojeluliiton Vanhempainnetti – tietoa ja tukea vanhemmuuteen	78
Hinku.net-verkkopalvelu astmaa sairastaville lapsille ja nuorille.....	79
Liikunnan ja Terveystiedon Opettajat LIITO ry	80
Terveystiedon edistämisen määräraha.....	81
Kasvun kumppanit – uusi verkkopalvelu lasten parissa työskenteleville	82

Ohjelma

Tiistai 24.8.2010 (*Juhlasali*)

Puheenjohtaja: Osastojohtaja Anneli Pouta, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos

- 10.00 **15. Kouluterveyspäivien avaus**
Osastojohtaja Anneli Pouta, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
- 10.15 **Kouluterveyskysely 2010**
Tutkija Riikka Puusniekka, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
- 11.00 **Tienviittoja terveyden edistämiseen – Kokemuksia ja näkemyksiä politiikkaohjelman valossa**
Ohjelmajohtaja Maija Perho, sosiaali- ja terveysministeriö
- 11.35 **Keskustelua**
- 11.45 L o u n a s t a u k o, tutustuminen näyttelyyn
- 13.00 **Miten erottaa psyykkiset häiriöt murrosiän myrskyistä**
Yksikön päällikkö Mauri Marttunen, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
- 13.40 **Nuoren psykososiaalisen kehityksen tukeminen – mitä Kaste kasvattaa**
Kehittämispäällikkö Jukka Mäkelä, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
- 14.20 **Keskustelua**
- 14.30 T a u k o, tutustuminen näyttelyyn
- 15.00 **Rinnakkaisohjelmat** (tarkemmin sivuilla 8–9)
- a) **Kulttuurien kohtaamisesta ihmisten kohtaamiseen** (*Luentosali A 3, 2. krs*)
pj. nuorisolääkäri Elina Hermanson, Kirkkonummi
 - b) **Seksuaalisuuden kiperiä kysymyksiä kouluterveydenhuollon arjessa – Ymmärrätkö nuorta ja miten häntä tuen** (*Luentosali D 10a, pohjakerros*)
pj. asiantuntijalääkäri Minna Nikula, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
 - c) **Lähetteistä lähelle – uudistamassa nuorten palveluja** (*Luentosali D 11, pohjakerros*)
pj. kehittämispäällikkö Jukka Mäkelä, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
 - d) **Amiksesta terveyden ja työkyvyn avaimet** (*Luentosali A 4, 2. krs*)
pj. suunnittelija Niina Mustonen, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
 - e) **Käsikirjasta tukea kouluterveydenhuollon työhön** (*Juhlasali, 2. krs*)
pj. osastojohtaja, ylilääkäri Tiina Laatikainen, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
- 17.00 **Rinnakkaisohjelmat päättyvät**

Keskiviikko 25.8.2010 (Juhlasali)

Puheenjohtaja: Ylijohtaja Aino-Inkeri Hansson, sosiaali- ja terveysministeriö

Erityinen tuki – miten se määritellään ja mitä tiedämme sen tarpeesta?

- 9.00 **Erityinen tuki kouluterveydenhuollon näkökulmasta**
Ylitarkastaja Marjaana Pelkonen, sosiaali- ja terveysministeriö
- 9.20 **Erityinen tuki opetustoimen näkökulmasta**
Hallitusneuvos Outi Luoma-aho, opetus- ja kulttuuriministeriö
- 10.00 **Erityisen tuen tarve – LATE-tutkimuksen tuloksia kouluikäisten terveydestä ja hyvinvoinnista**
Asiantuntija Päivi Mäki, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos

10.30 T a u k o, tutustuminen näyttelyyn

Erityinen tuki koulun arjessa

- 11.00 **Lapsen ja perheen tukeminen kouluterveydenhoitajan ja opettajan yhteistyönä**
Kouluterveydenhoitaja Eva Autio ja luokanopettaja Pia Nyberg, Keinutien ala-aste, Helsinki
- 11.30 **Koulukuraattorin rooli erityisen tuen tarpeen tunnistamisessa ja oppilaan tukemisessa**
Vastaava koulukuraattori Hanna Gråsten-Salonen, Tampere
- 12.00 L o u n a s t a u k o, tutustuminen näyttelyyn
- 13.15 **Erityinen tuki koululääkäriin näkökulmasta – ruohonjuuritason realismia**
Nuorisolääkäri Elina Hermanson, Kirkkonummi

Erityinen tuki kuntien kehittämistoiminnassa

- 13.45 **Tehostetun ja erityisen tuen sekä oppilas- ja opiskelijahuollon valtakunnalliset kehittämishankkeet**
Opetusneuvos Aija Rinkinen ja opetusneuvos Kristiina Laitinen, Opetushallitus
- 14.15 T a u k o j u m p p a
- 14.20 **Kuulumisia Vantaalta**
Vantaan oppilas- ja opiskelijahuollon palvelurakenteen kehittämishanke; alueellisen oppilashuoltotyön ja esiopetuksesta kouluun -nivelevaiheen kehittäminen
Johtava koulupsykologi Tuija Harakka, Vantaa
Oppimisen, kasvun ja koulunkäynnin tuen kehittäminen Vantaalla
Tehostetun ja erityisen tuen kehittämistoiminnan koordinaattori Niina Lång, Vantaa
- 15.00–15.15 **Seminaarin päätös**
Ylijohtaja Aino-Inkeri Hansson, sosiaali- ja terveysministeriö

Rinnakkaisohjelma

Tiistaina 24.8.2010, klo 15.00–17.00

a) Kulttuurien kohtaamisesta ihmisten kohtaamiseen (Luentosali A 3, 2. krs)

pj. nuorisolääkäri Elina Hermanson, Kirkkonummi

Maahanmuuttajanuoret kasvatuskulttuurien ristipaineessa

Asiantuntija Eeva Suomenaro, Ihmisoikeusliitto, Kitke!-hanke

Kouluterveydenhuollon keinot tukea maahanmuuttajanuoria

Nuorisolääkäri Elina Hermanson, Kirkkonummi

Maahanmuuttajatyttöjen erityiskysymykset naiseuden ja seksuaalisuuden ihmeellisessä maailmassa

Asiantuntija Saido Mohamed, Ihmisoikeusliitto

b) Seksuaalisuuden kiperiä kysymyksiä kouluterveydenhuollon arjessa – Ymmärräkö nuorta ja miten häntä tuen (Luentosali D 10a, pohjakerros)

pj. asiantuntijalääkäri Minna Nikula, THL

Miksi seksi kiinnostaa koululaisia ja miten siihen tulisi aikuisten suhtautua? – Työvälineitä

seksuaalisuuden käsittelemiseen yksilö- ja yhteisötasolla koulun arjessa

Projektityöntekijä, seksuaalineuvoja Anne Pelander ja kehityspäällikkö, seksuaalineuvoja Tuulia Aho, Väestöliitto

Sukupuolen ja seksuaalisen suuntautumisen moninaisuus koulumaailmassa?

Koulutussuunnittelija, seksuaalineuvoja ja -kasvattaja Marita Karvinen, SETA ry

c) Lähettestä lähelle – uudistamassa nuorten palveluja (Luentosali D 11, pohjakerros)

pj. kehittämisspäällikkö Jukka Mäkelä, THL

Ryhmätyömenetelmät sosiaalisten taitojen opettelussa ja elämänhallinnassa

Projektisuunnittelija Tiina Ilola, Rajapinta-projekti, Satakunnan shp

Tukevasti alakoulusta yläkouluun

Projektipäällikkö Ulla Lindqvist, Lapsen ääni -kehittämisohjelma

Neuvokkaat aikuiset neuropsykologisesti oireilevan nuoren arjessa – ymmärrystä ja keinoja nuorten kanssa koulussa toimivien käyttöön

Hanketyöntekijä Ari Korvenkallas ja hanketyöntekijä Aleksis Konttinen, Kasperihanke

d) Amiksesta terveyden ja työkyvyn avaimet (*Luentosali A 4, 2. krs*)

pj. suunnittelija Niina Mustonen, THL

Elinikäisen oppimisen avaintaidot: Terveys, turvallisuus ja toimintakyky

Opetusneuvos Aira Rajamäki, OPH

”Mitä sitä turhaan rehkimään” – Miten saamme nuoret osallistumaan ja liikkumaan?

Kehittämispäällikkö Pauli Miettinen, Kuusamon kaupunki

Liikunta opiskelijoiden toiminta- ja työkyvyn edistämisessä

Liikuntapedagogiikan professori Lauri Laakso, Jyväskylän yliopisto

Hyvästä ruoasta virtaa kouluun, työhön ja vapaa-aikaan

Kehittämispäällikkö Marjaana Lahti-Koski, Suomen Sydänliitto

e) Käsikirjasta tukea kouluterveydenhuollon työhön (*Juhlasali, 2. krs*)

pj. osastojohtaja, ylilääkäri Tiina Laatikainen, THL

Käsikirja kouluterveydenhuollossa tehtävistä mittauksista, kyselyistä ja tutkimuksista ja LATE-tutkimuksen tuloksia

Asiantuntija Päivi Mäki, THL

Kasvun seuranta ja uudet suomalaiset kasvukäyrät

Lastentautien professori Leo Dunkel, Itä-Suomen yliopisto

Mitä tiedämme suomalaisen koululaisen ruokavaliosta – kouluterveydenhuollon rooli koululaisen ravitsemuksen seurannassa ja neuvonnassa

Tutkimusprofessori Suvi Virtanen, THL

Kerrosopas ja ruokailupaikat

Kerrosopas (Päätal):

2. krs

Juhlasali
Luentosali A 3
Luentosali A 4
Posterinäyttely
Yliopiston Ravintola

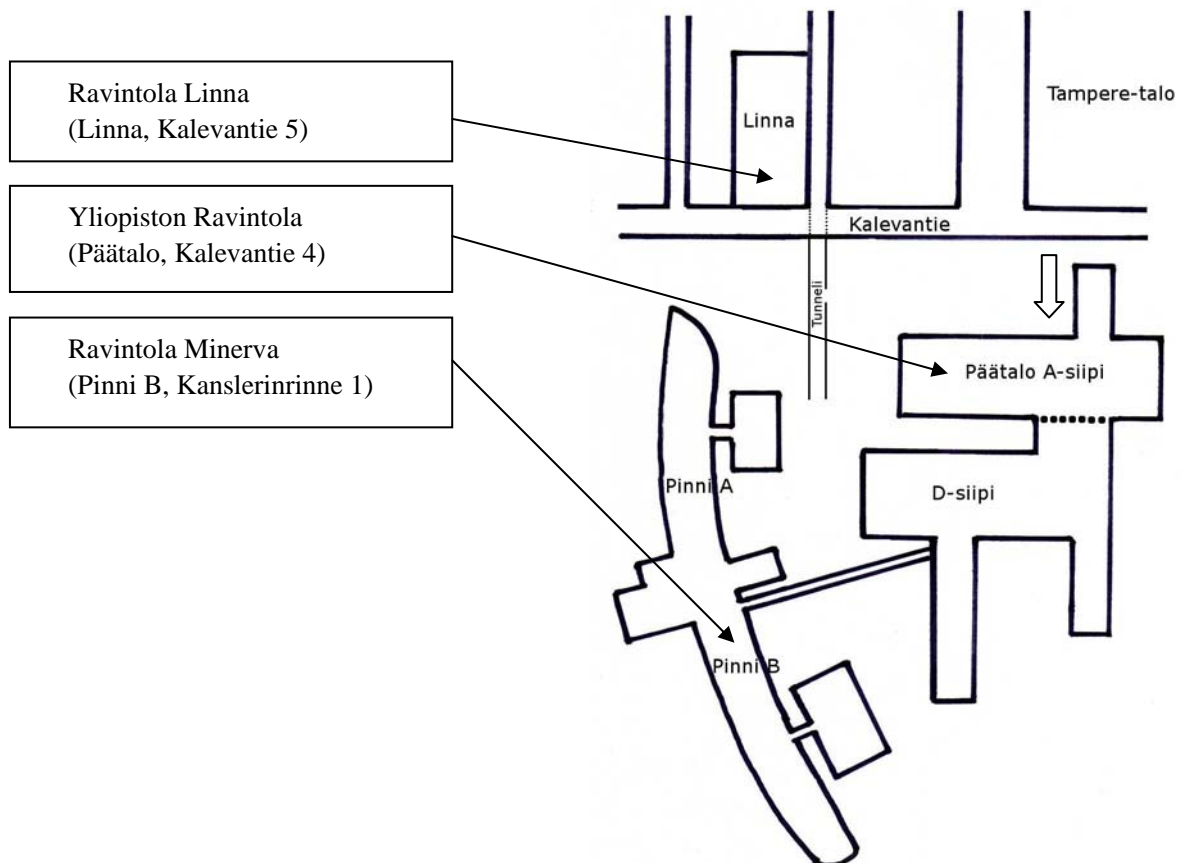
1. krs

Infopiste
Luennoitsijoiden ilmoittautuminen
Vaatesäilytys

Pohjakerros (D-siipi)

Luentosali D 10a
Luentosali D 11
Aulabaari

Ruokailupaikat yliopiston keskustakampuksella:



Kouluterveyskysely 2010

Tutkija Riikka Puusniekka, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos

Vuosi 2010 – suurten uudistusten vuosi

Kouluterveyskysely uudistuu merkittävästi vuoden 2010 aikana. Suurimmat uudistukset koskevat syksyllä käynnistyvää tulosten raportointia. Kuntakohtaiset tulokset esitetään kuntaraporteissa aiemmasta poiketen indikaattorikuvien ohessa olevina tekstimuotoisina taulukkoina. Taulukoista on tarkasteltavissa keskeisimmät muutokset, jotka ovat tapahtuneet kunnassa suhteessa edelliseen kyselyvuoteen tai pidemmällä aikavälillä. Taulukkoihin on merkitty myös merkittävimmät erot tyttöjen ja poikien tuloksissa sekä suhteessa maakuntaan ja koko tutkimusalueeseen. Tulosten loppuun on edelleen koottu kunnan tärkeimmät ilon- ja huolenaiheet.

Uudistuneen kuntaraportin lisäksi kunnat saavat entistä enemmän ja aiempaa paremmin havainnollistettuja tuloksia. Jo aiemmin tutuksi tulleiden indikaattorikuvien lisäksi on nyt saatavilla kaksi uutta indikaattorikoostetta, joista toinen on suunnattu kunnan poliittisille päättäjäille ja toinen oppilas- ja opiskelijahuollon toimijoille. Poliittisen päätöksenteon tueksi laadittuun koosteeseen on kerätty keskeisimmät kuntaraportin indikaattorit yhteen kuvioon. Sitä silmäilemällä kuntapäätäjä saa nopeasti yleiskuvan kunnan nuorten hyvinvoinnin kehityksestä. Oppilas- ja opiskelijahuollon kooste on sen sijaan runsaasti uusia indikaattoreita sisältävä tulospaketti nuorten kanssa toimiville ammattilaisille. Tämä kooste toimitetaan sekä kunta- että oppilaitoskohtaisesti.

Muutoksia on tehty myös Kouluterveyskyselyn kyselylomakkeeseen. Siihen lisättiin keväällä 2010 runsaasti uusia kysymyksiä muun muassa osallisuudesta, kiusaamisen muodoista, seksuaalisesta häirinnästä ja väkivallasta, netin käytön aiheuttamista ongelmista ja ruudun ääressä vietetystä ajasta. Uusien kysymysten pohjalta on rakennettu myös uusia indikaattoreita, jotka otetaan käyttöön jo tämän vuoden tuloksia raportoitaessa.

Seuraavassa esitetyt tulokset ovat alustavia tuloksia vuoden 2010 Kouluterveyskyselystä. Lisää tuloksia on saatavissa Kouluterveyskyselyn nettisivuilta: www.thl.fi/kouluterveyskysely.

Uudet kysymykset tuovat uutta tietoa

Ruudun ääressä vietetty aika ja netin käytön tuomat ongelmat

Fyysisen aktiivisuuden suosituksessa esitetään korkeintaan kahden tunnin ruutu-aikaa viihdemedian ääressä vuorokaudessa¹. Kouluterveyskyselyn mukaan suosituksen mukaisesti toimii arkipäivisin peruskoulun yläluokkalaisista 34 prosenttia, lukiolaisista 37 prosenttia ja ammattiin opiskelevista 28 prosenttia. Ruudun ääressä vietetty aika kasvaa selvästi viikonloppuisin, jolloin yli 6 tuntia ruudun ääressä viettäviä on 20 prosenttia peruskoululaisista, 16 prosenttia lukiolaisista ja 25 prosenttia ammattiin opiskelevista.

Ruutuajan ohella nuorilta kysyttiin tänä vuonna ensimmäistä kertaa netin käytön aiheuttamista ongelmista. Netin käyttö aiheutti ongelmia eniten lukiolaisille. Heistä 26 prosenttia koki netin käytön tuovan ongelmia vuorokausirytmiin ja 30 prosenttia opiskeluun. Yläluokkalaisilla vastaavat osuudet olivat 18 prosenttia ja 21 prosenttia. Ammattiin opiskelevia netin käyttö häiritsi vähiten. Vuorokausirytmiin se aiheutti ongelmia 17 prosentille ja opiskeluun 10 prosentille.

Seksuaalisen väkivallan kokemukset

Tyttöjen kokemukset seksuaalisesta väkivallasta olivat selvästi yleisempiä kuin poikien. Seksuaalista väkivaltaa ilmoitti kokeneensa ammattiin opiskelevista tytöistä 31 prosenttia, lukion tytöistä 23 prosenttia ja peruskoulun tytöistä 21 prosenttia. Pojista vastaavat osuudet olivat 6–9 prosenttia. Yleisintä oli kehon intiimien alueiden koskettelu vasten tahtoa.

Avun saanti itseä huolestuttavissa asioissa

Nuorilta tiedusteltiin avun saamista erilaisiin itseä huolestuttaviin asioihin, kuten alkoholin liialliseen käyttöön, ylipainoon tai syömisongelmiin ja ystävyys- tai seurustelusuhteisiin. Yleisimmin apua oli tarvittu

oman pahan olon kokemuksiin ja mielenterveysasioihin, ystävyys- ja seurustelusuhteisiin sekä perheen sisäisiin asioihin. 21 prosenttia yläluokkalaisista ja 15–16 prosenttia toisen asteen opiskelijoista koki, ettei ollut saanut riittävästi apua aikuisilta itseään huolestuttavissa asioissa.

Osallisuus

Peruskoululaisista aiempaa useammat tiesivät, miten he voivat vaikuttaa koulun asioihin. Edelleen lähes joka toinen yläluokkalainen ja ammattiin opiskeleva sekä noin joka kolmas lukiolainen ei kuitenkaan tiennyt, miten voi vaikuttaa. Nuorilta tiedusteltiin ovatko he osallistuneet erilaisiin koulun toimintoihin, kuten koulun järjestyssääntöjen laatimiseen, koulun tilojen ja piha-alueiden suunnitteluun ja kouluruokailujärjestelyihin. Kaiken kaikkiaan osallistuminen oli hyvin harvinaista. Yleisimmin oli osallistuttu juhlien ja teemapäivien järjestämiseen.

Trendeissä pääosin vähäisiä muutoksia

Kouluoloja kuvaavat tulokset olivat pääosin samansuuntaisia kuin viime vuosinakin. Ilahduttavaa oli huomata, että lukiolaisten fyysiset työolot kohenivat edelleen ja yhä harvemmat näkivät niissä puutteita. Myös koulussa kuulluksi tuleminen lisääntyi hieman kaikissa koulutyypeissä. Koulukiusaaminen pysyi aiemmallalla tasollaan. Kiusaamisen muotoja selvitettiin Kouluterveyskyselyllä nyt ensimmäistä kertaa. Yleisimpiä olivat nimittely ja naurunalaiseksi tekeminen, valheiden levittely loukkaamistarkoituksessa ja kaveriporukan ulkopuolelle jättäminen. Nimittelyä oli kokenut 44 prosenttia yläluokkalaisista, 27 prosenttia ammattiin opiskelevista ja 21 prosenttia lukiolaisista. Kaveriporukan ulkopuolelle oli jätetty 29 prosenttia yläluokkalaisista ja 18–19 prosenttia toisen asteen opiskelijoista. Valheiden levittämisen kohteeksi oli joutunut 19 prosenttia yläluokkalaisista ja 8–9 prosenttia toisen asteen opiskelijoista.

Oppilas- ja opiskelijahuollon palvelujen saatavuudessa oli nähtävissä joitakin muutoksia. Yläluokkalaiset kokivat kuraattorille ja koululääkärille pääsyn helpommaksi kuin kaksi vuotta aiemmin. Myös lukiolaiset pitivät kuraattorille pääsyä helpompana. Ammatillisissa oppilaitoksissa sen sijaan pidettiin sekä lääkärin että psykologin vastaanotolle pääsyä nyt hieman aiempaa vaikeampana.

Vuonna 2008 kasvuun kääntynyt yläluokkalaisten rikkeiden teko kasvoi edelleen. Toisen asteen opiskelijoiden kohdalla kasvu oli vähäisempää. Toistuvien rikkeiden tekoon syyllistyi nyt 22 prosenttia yläluokkalaisista, 9 prosenttia lukiolaisista ja 13 prosenttia ammattiin opiskelevista.

Nuorten koetussa terveydessä ei ollut havaittavissa merkittäviä muutoksia edelliseen kyselyvuoteen nähden. Oireilu, masentuneisuus ja ylipaino pysyivät aiemmallalla tasolla ja nuoret myös pitivät omaa terveydentilaansa hyvänä yhtä yleisesti kuin viime vuosina. Nuorten terveystottumukset kehittyivät osin myönteiseen suuntaan. Liikunnan harrastaminen vapaa-ajalla lisääntyi ja vähän liikkuvien osuus oli nyt pienempi kuin aiemmin 2000-luvulla. Liikunnan harrastamiseen on syytä kiinnittää kuitenkin edelleen huomiota, sillä peruskoululaisista ja lukiolaisista noin kolmasosa ja ammattiin opiskelevista lähes puolet harrasti vapaa-ajallaan hengästymistä tai hikoilemista aiheuttavaa liikuntaa korkeintaan tunnin viikossa. Myöhään valvominen arki-iltaisina vähentyi lukiolaisten osalta hieman vuodesta 2008. Nyt 36 prosenttia lukiolaisista, 40 prosenttia ammattiin opiskelevista ja 27 prosenttia yläluokkalaisista valvoi koulupäiviä edeltävinä iltoina pidempään kuin kello 23.

Peruskoulun yläluokkalaisten ja lukiolaisten kohdalla myönteinen kehitys tupakoinnin osalta näyttäisi pysähtyneen. Humalaan juominen oli heillä edellisten vuosien tasoa. Ammattiin opiskelevilla säännöllinen humalaan juominen sen sijaan vähentyi. Päivittäinen tupakointi pysyi heillä lähes aiemmallalla tasolla. Vuonna 2010 päivittäin tupakoivia oli 15 prosenttia peruskoululaisista, 12 prosenttia lukiolaisista ja 40 prosenttia ammattiin opiskelevista. Vähintään kerran kuukaudessa itsensä humalaan joi 16 prosenttia peruskoululaisista, 26 prosenttia lukiolaisista ja 39 prosenttia ammattiin opiskelevista.

Vuoden 2010 tuloksissa erityisenä huolena kannabiskokeilujen lisääntyminen

Kouluterveyskyselyn mukaan laittomien huumeiden kokeilut lisääntyivät edellisestä kyselykerrasta. Lisäystä oli nähtävissä erityisesti toisen asteen opiskelijoiden osalta. Lukiolaisista 17 prosenttia ja ammattiin opiskelevista 23 prosenttia ilmoitti nyt kokeilleensa laittomia huumeita ainakin kerran elämänsä aikana,

kun kaksi vuotta aiemmin osuudet olivat 12 prosenttia ja 20 prosenttia. Peruskoulun yläluokkalaisten kokeilut lisääntyivät hieman vähemmän, 7 prosentista 9 prosenttiin. Nuorten huumeekokeilut muodostuvat pääosin kannabiskokeiluista ja kokeilujen lisääntyminen näyttäisi johtuvan nimenomaan kannabistuotteiden lisääntyneestä kokeilusta. Muiden laittomien huumeiden kokeiluissa ei ole nähtävissä merkittäviä muutoksia. Niitä ilmoittaa kokeilleensa 1–4 prosenttia vastaajista.

Pojilla huumeekokeilut lisääntyivät tyttöjen kokeiluja enemmän ja olivat nyt 2000-luvun alun tasolla. Poikien huumeekokeilut olivat tyttöjen kokeiluja hieman yleisempiä kaikissa koulutyypeissä. Vuonna 2010 ammattiin opiskelevista pojista 24 prosenttia ja tytöistä 22 prosenttia ilmoitti kokeilleensa joskus laittomia huumeita. Vastaavasti kokeiluja oli lukiolaispojista 19 prosentilla ja tytöistä 15 prosentilla sekä peruskoulun yläluokkien pojista 11 prosentilla ja tytöistä 7 prosentilla. Kannabista kokeilleiden osuudet olivat prosenttiyksikön edellä mainittuja lukuja pienemmät.

Maakuntien välillä oli nähtävissä jonkin verran eroa kannabiskokeiluissa. Kannabiksen kokeileminen oli selvästi yleisintä pääkaupunkiseudulla, jossa noin joka kahdeksas peruskoululainen, noin joka neljäs lukiolainen ja noin joka kolmas ammattiin opiskeleva oli kokeillut vähintään kerran kannabista. Pääkaupunkiseudun ohella kokeilut olivat yleisiä Uudellamaalla, Päijät-Hämeessä, Kymenlaaksossa ja Etelä-Karjalassa.

Kannabiskokeilut lisääntyivät vuodesta 2008 eniten pääkaupunkiseudulla ja kaupunkimaisissa kunnissa. Poikkeuksena ammattiin opiskelevien kokeilut, joissa lisääntyminen oli yleisintä pääkaupunkiseudun ohella taajaan asutuissa kunnissa. Vähäisintä lisääntyminen oli maaseutumaisissa kunnissa.

Päihdeasenteet ja sosiaalinen altistuminen huumeille

Vuoden 2009 Kouluterveyspäivillä käsiteltiin nuorten höltyneitä asenteita tupakointia ja päihteiden käyttöä kohtaan. Tällä tutkimusalueella höltymistä oli nähtävissä jo vuonna 2008 ja nyt 2010 asenteet näyttäsivät höltyneen edelleen. Kun marihuanan polton silloin tällöin hyväksyi vuonna 2006 Kouluterveyskyselyyn vastanneista yläluokkalaisista 11 prosenttia ja lukiolaisista 20 prosenttia, nyt vastaavat osuudet olivat 18 prosenttia ja 31 prosenttia. Ammattiin opiskelevista silloin tällöin tapahtuvan polton hyväksyi 30 prosenttia. Marihuanan säännöllisen polttamisen hyväksyi nyt 7–11 prosenttia nuorista. Asenteiden lieveneminen voi johtua siitä, että huumeiden läsnäoloon on vähitellen totuttu. Tämän suuntaista höltymistä arvellaan tapahtuneen erityisesti nuorten kaupunkilaisten osalta - siellä missä huumeita on eniten ja pisimpään esiintynyt².

Kouluterveyskyselyn mukaan huumeita tarjottiin nuorille viime vuosia yleisemmin. 17 prosenttia yläluokkalaisista, 23 prosenttia lukiolaisista ja 29 prosenttia ammattiin opiskelevista kertoi, että heille on tarjottu huumaavia aineita Suomessa kuluneen vuoden aikana. Tarjoajina olivat yleisemmin ystävät tai tuttavat kuin tuntemattomat henkilöt. Tämä viittaa siihen, että huumeista on tullut osa nuorten arkea ja niiden saatavuus ei ole kiinni enää vain ulkopuolisista välittäjistä. Huumeiden hankinnan omalta paikkakunnalta arvioi melko tai erittäin helpoksi ikäisilleen 29 prosenttia yläluokkalaisista, 36 prosenttia lukiolaisista ja 47 prosenttia ammattiin opiskelevista. Vaikka hankintaa pidettiin nyt parin vuoden takaisista helpompana, se koettiin selvästi vaikeammaksi kuin 2000-luvun alussa.

Yhä useammat nuoret tiesivät tuttavapiiristään jonkun, joka on kokeillut huumaavia aineita: yläluokkalaisista 47 prosenttia ja lukiolaisista ja ammattiin opiskelevista 56–57 prosenttia. Tämä on huolestuttavaa, sillä kaveripiiriin kokeilut ovat vahvasti yhteydessä nuorten omiin kokeiluihin. Jo yhden huumeita kokeilleen ystävän on todettu lisäävän alttiutta varhaisiin huumeekokeiluihin³. Kouluterveyskyselyn mukaan näyttäisi siltä, että mitä useampia huumaavia aineita kokeilleita tuttavilla nuori tiesi, sitä yleisemmin hän itsekin oli kokeillut kannabista tai muita laittomia huumeita. Muita aikaisemmissa tutkimuksissa esiintyneitä huumeekokeiluja ennustavia tekijöitä ovat tupakoinnin aloittaminen ja humalajuominen 14-vuotiaana tai aiemmin, tupakavien ystävien suuri määrä sekä lapsuusajan ylivilkkaus, käytös- ja tunne-elämän ongelmat sekä masennus^{3, 4, 5, 6}.

Miksi kannabiksen käyttöön tulee puuttua

Kannabista on pidetty suhteellisen harmittomana huumeena, mutta väestötason tutkimukset paljastavat sen käytön olevan yhteydessä vakaviin mielenterveyshäiriöihin. Tutkimusten mukaan toistuva kannabiksen

käyttö lisää sekä akuuttia psykoosin riskiä että pidempiaikaisten seurauksien, kuten skitsofrenian riskiä. Kannabiksen käyttö voi altistaa myös masennus- ja ahdistuneisuusoireilulle.^{7, 8, 9}

Psykoosiin sairastumisen riski on arvioitu noin 40 prosenttia suuremmaksi kannabiksen käyttäjillä kuin niillä, jotka eivät ole koskaan käyttäneet päihdettä. Erityisesti teini-ikäisten kannabiksen käyttäjien on todettu olevan suuremmassa psykoosiriskissä. Jo satunnaisella ja yksittäisellä käytöllä on havaittu olevan selvästi suurentunut riskiyhteys psykooseihin.⁸ Tämä on tärkeä tieto sekä kouluterveydenhuollolle että kotiin vanhemmille.

Kannabispäihtymyksen aiheuttama akuutti sekavuustila voi aiheuttaa väkivaltaista käytöstä ja lisätä onnettomuusriskiä liikenteessä. Kannabiksen pitkäaikaisella käytöllä on vaikutuksia kognitiivisiin kykyihin. Sen käyttö vaikeuttaa ongelmanratkaisua, lisää muistiongelmia, välinpitämättömyyttä ja vuorovaikutusongelmia. Säännöllinen käyttö heikentää oppimiskykyä ja voi siten vaikuttaa nuoren koulumenestykseen.⁹ Kannabiksen polttaminen vaurioittaa myös hengitysteitä. Suun, nielun ja kurkunpään syöpäriski kasvaa ja limakalvojen ja keuhkoputkien tulehdukset sekä yskä ovat tavallisia^{9, 10}.

Mitä nuoremmalla iällä päihdekokeilut alkavat, sitä suurempi on myöhemmän päihderiippuvuuden riski. On arvioitu, että kannabiksen käyttäjistä joka kymmenes tulee riippuvaiseksi siitä ja nuorista käyttäjistä yksi kuudesta⁹. Kannabiksen on todettu aiheuttavan nuorille jo itsessään riippuvuusoireita riippumatta muiden laittomien huumeiden tai alkoholin ja nikotiinin käytöstä¹¹.

Puheeksi ottaminen osa koulu- ja opiskeluterveydenhuollon perustyötä

Huumausaineista puhuminen koetaan usein haasteellisemmaksi kuin tupakasta tai alkoholista puhuminen. Niistä keskusteleminen nuorten kanssa on kuitenkin äärettömän tärkeää, sillä keskustelut auttavat nuoria tekemään järjeviä päätöksiä elämässään. Keskusteleminen on erityisen tärkeää silloin, kun nuoren epäillään tai jo tiedetään käyttävän huumeita. Varhainen puuttuminen mahdollistaa huumeiden käytön lopettamisen jo heti alussa.

Huumeista on hyvä keskustella nuorten kanssa avoimesti ja rehellisesti. Asiallinen ja neutraali, monesta näkökulmasta käsin tapahtuva asioiden käsittely auttaa nuorta ymmärtämään asiaa laajemmin. Aiheen käsittely valikoivasti ja yksipuolisesti heikentää aikuisen uskottavuutta.

Kuulijan iästä ja kokemuksista riippuen hänen kanssaan voi käsitellä esimerkiksi huumausaineiden vaikutusta aivojen toimintaan ja terveyteen, huumausaineiden käytön syitä, käytön vaikutuksia ympäristöön ja huumekaupan vaikutuksia. On hyvä kysyä nuorilta itseltään, mistä he haluavat kuulla ja keskustella. Aikuisen kannattaa päivittää tietonsa ja valmistautua nuorten esittämiin argumentteihin. Toisaalta on myös hyvä muistaa, että kaikkea ei tarvitse tietää – aina voi palata asiaan uudelleen.

Päihteiden käytön ehkäisy, varhainen toteaminen ja eriasteiseen haitalliseen käyttöön puuttuminen ovat koulu- ja opiskeluterveydenhuollon perustyötä. Terveydenhuollon määräaikaistarkastukset tarjoavat hyvän mahdollisuuden ottaa päihdeasiat puheeksi nuoren kanssa. Päihteiden käytön asteen arvioinnissa ja puheeksi oton välineenä voi käyttää apuna kyselyjä, kuten CRAFFT tai ADSUME. Ensimmäisten kokeilujen esiintullessa voi puheeksi otto, voimavarojen kartoitus ja seuranta riittää interventioiksi. Säännöllinen tai riskikäyttö vaatii laajempia toimenpiteitä. Lastensuojeluilmoituksen tekeminen ja yhteistyö sosiaalitoimen kanssa ovat tarpeen, mikäli päihteiden käyttö on vakavaa, nuori ei itse tunnista päihteiden käyttöön liittyviä ongelmia tai perheen tuki on riittämätöntä päihteiden käyttöön puuttuessa.

Koulu- ja opiskeluterveydenhuolto ovat mukana laatimassa oppilaitosten päihteiden käytön ehkäisyä ja päihteiden käyttöön puuttumista koskevia toimintasuunnitelmia. Käytännössä suunnitelma tarkoittaa kannanottoa siihen, miten tupakointiin tai päihteiden käyttöön oppilaitoksessa reagoidaan. Se voi sisältää selkeitä puuttumisen malleja eri tilanteisiin, esimerkiksi oppilaitoksen tai asuntoloiden alueella. Suunnitelmasa voidaan osoittaa myös oppilaitoksen ulkopuoliset hoito- ja tukipalvelut, joihin nuori voidaan ohjata päihdeongelmissa. On hyvä muistaa, että ehkäisevä päihdetyö on aina moniammatillista yhteistyötä ja koulu- ja opiskeluterveydenhuollon palvelujen tulee integroitua alueelliseen palvelujärjestelmään ja toimintakulttuuriin.

Kouluissa tehtävä ennalta ehkäisevä päihdetyö on erittäin merkityksellistä. Koulun keskeiset tehtävät päihteiden käytön ehkäisyssä liittyvät laadukkaaseen opetuksen toteuttamiseen, lasten ja nuorten osallistumisen ja vaikuttamismahdollisuuksien tukemiseen, hyvään yhteistyöhön kotien, oppilas- ja opiskelijahuollon ja

muiden tukiverkostojen kanssa sekä ongelmien varhaiseen tunnistamiseen ja puuttumiseen¹². Ehkäisevä päihdetyö tulisi suunnitella siten, että se vahvistaa päihteiden käytöltä suojaavia tekijöitä ja vähentää riskitekijöitä¹³. Toisin sanoen päihteiden käytön ja niiden aiheuttamien haittojen torjunnassa on merkityksellistä muokata nuorten elinoloja ja elinympäristöä. Nuorten kanssa työskentely koulussa ei saisi siis jäädä irralliseksi, vaan siihen tulisi liittää mukaan vanhemmat sekä erilaiset harrastustoiminnot ja yhteistyöverkostot.

Kouluterveyskysely toteutettiin tänä vuonna Lapin, Itä-Suomen sekä Etelä-Suomen alueella. Kyselyyn vastasi perusopetuksen 8. ja 9. luokkien oppilaat sekä lukioiden ja ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijat. Vastaajia oli yhteensä 103 326: yläluokilta 55 523, lukioista 27 117 ja ammatillista oppilaitoksista 20 686. Ammattiin opiskelevien osalta saatiin nyt ensimmäistä kertaa valtakunnallista seurantatietoa.

Lähteet:

- ¹ Nuori Suomi & Opetusministeriö (2008). *Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille (7–18-vuotiaille)*.
- ² Piispa, M., Helakorpi, S., Laitalainen, E., Uutela, A. & Jallinoja P. (2008). *Huumekontaktit ja huumemielipiteet. Tutkimus työikäisistä suomalaisista 1996–2007. Kansanterveyslaitoksen julkaisu B/2008. Helsinki: Kansanterveyslaitos.*
- ³ Korhonen, T., Huizink, A., Dick, D., Pulkkinen L., Rose, R. & Kaprio, J. (2008). *Role of individual, peer and family factors in the use of cannabis and other illicit drugs: A longitudinal analysis among Finnish adolescent twins. Drug and Alcohol Dependence 97 (1–2), 33–43.*
- ⁴ Niemelä, S. (2008). *Predictors and Correlates of Substance Use among Young Men. The Longitudinal "From a Boy to a Man" Birth Cohort Study. Turku: Turun yliopisto.*
- ⁵ Niemelä, S., Poikolainen, K., Sourander, A. (2008). *Miten nuorten päihteiden käyttöön voi puuttua? Suomen Lääkärilehti 40/2008, vsk 63.*
- ⁶ Sihvola, E., Rose, JR., Dick, DM., Pulkkinen, L., Marttunen, M. & Kaprio, J. (2008). *Early-onset depressive disorders predict the use of addictive substances in adolescence: a prospective study of adolescent Finnish twins. Addiction 103, 2045–2053.*
- ⁷ McGrath, J., Welham, J., Scott, J., Varghese, D., Degenhardt, L., Hayatbakhsh, MR., Alati, R., Williams, GM., Bor, W. & Najman, JM. (2010). *Association Between Cannabis Use and Psychosis-Related Outcomes Using Sibling Pair Analysis in a Cohort of Young Adults. General Psychiatry 67(5): 440–447.*
- ⁸ Moore, TH., Zammit, S., Lingford-Hughes, A., Barnes, T R., Jones, PB., Burke, M. & Lewis, G. (2007). *Cannabis use and risk of psychotic or affective mental health outcomes: a systematic review. Lancet Jul 28; 370: 319–28.*
- ⁹ Hall, W. & Degenhardt, L. (2009). *Adverse health effects of non-medical cannabis use. Lancet Oct 17; 374: 1383–1391.*
- ¹⁰ *Kannabiksen polttamiseen liittyy syöpäriski. Lääkärilehden uutisia. Julkaistu 17.6.2009.*
- ¹¹ Nocon, A., Wittchen, H-U., Pfister, H., Zimmermann, P. & Lieb, R. (2006). *Dependence symptoms in young cannabis users? A prospective epidemiological study. Journal of Psychiatric Research 40, 394–403.*
- ¹² Peltonen, H. (2001). *Koulu ja nuorten päihteiden käytön ehkäisy. Teoksessa Huoponen, K., Peltonen, H., Mustalampi, S. & Koskinen-Ollonqvist, P. Päihteiden käytön ehkäisy. Opas koulujen ja sidosryhmien yhteistyöhön.*
- ¹³ Mustalampi, S. & Koskinen-Ollonqvist, P. (2001). *Esimerkkejä päihdekasvatusohjelmista arviointitutkimusten valossa. Teoksessa Huoponen, K., Peltonen, H., Mustalampi, S. & Koskinen-Ollonqvist, P. Päihteiden käytön ehkäisy. Opas koulujen ja sidosryhmien yhteistyöhön.*

Tienviittoa terveyden edistämiseen – Kokemuksia ja näkemyksiä politiikkaohjelman valossa

Ohjelmajohtaja Maija Perho, sosiaali- ja terveysministeriö

Lasten ja nuorten terveyden ja hyvinvoinnin merkitystä Suomen tulevaisuudelle ja hyvinvointiyhteiskunnan itseisarvona ei voi liikaa korostaa. Lasku, joka maksetaan syrjäytymisen inhimillisistä ja taloudellisista seurauksista on yksinkertaisesti liian suuri. Lasten ja nuorten hyvinvointia tukevan toimintaympäristön ja palvelujärjestelmän takaaminen on kannattava investointi. Tästähän periaatetasolla ollaan yhtä mieltä ja tähän ajatukseen myös Terveyden edistämisen politiikkaohjelma on nojannut.

Politiikkaohjelma yhteistyökumppaneineen on viestittänyt eri keinoin kuntapäätäjille ja kuntien virkamiesjohdolle, että terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen, varhainen puuttuminen ts. painopisteen muuttaminen korjaavasta ehkäisevään on välttämätön suunnanmuutos. Aamulehden pääkirjoituksessa 3.8. asia on sanottu ytimekkäästi: ”Sosiaali- ja terveyspuolella ensimmäiseksi tingitään ennaltaehkäisevästä työstä, kun raha on tiukalla. Ongelmien syiden sijasta hoidetaan niiden seurauksia ja ollaan tyytyväisiä, jos voimavarat riittävät edes siihen. **Ja sitten tuskailtaan, kun euron säästöstä ennen pitkää koituu kahden euron kulut.**”

Päätäjien ja muiden aikuisten on kannettava kaikki se vastuu, joka on mahdollista – hyvänä vanhemmuutena, eri kasvuyhteisöissä ja lapsen luontaisessa lähiympäristössä. Tämä vastuu koskee niin kunnanjohtajia, rehtoreita ja opettajia, kaavoittajia, nuorisotyöntekijöitä, kulttuurisihteereitä ja luonnollisesti terveyden- ja sosiaalihuollon ammattilaisia sekä urheiluseurojen ja muiden järjestöjen toimijoita.

Tätä seikkaa halutaan erityisesti korostaa Terveyden edistämisen politiikkaohjelman, Sitran Terveydenhuollon ohjelman ja Terveyden edistämisen keskus ry:n yhteistyössä tuottamassa julkaisussa ”Kahdeksan tienviittoa terveyteen – ohjeita ja käytäntöjä lasten ja nuorten terveyden edistämiseen”. Julkaisussa ja sen nettiversiossa (www.tienviitat.fi) herätellään yhteiseen vastuuseen ja tarjotaan näkökulmia ja työkaluja ts. hyviä käytäntöjä eri tahojen käyttöön, jotta ”koko kylä kasvattaa” -ajatus konkretisoituisi lasten ja nuorten arjessa. Siksi ensimmäisessä tienviitassa lukeekin: Olet VIP. Tällä viestitetään, että nuoret odottavat aikuisilta välittämistä ja vastuunottoa.

Lasten ja nuorten harrastuspiirit ovat oivallisia yhteisöjä paitsi kasvattaa alan taitoja ja osaamista, kasvattaa myös lähimmäisvastuuta, empatiaa ja hyviä tapoja ts. sitä, että opitaan olemaan ihmisiksi. Esimerkiksi Savuton Savo 2015 on hyvä esimerkki siitä, miten savuttomuus ja päihteettömyys voidaan yhdistää liikuntajärjestön toimintakulttuuriin.

Koulut ja oppilaitokset ovat tärkeä kasvuyhteisö, koska ne tavoittavat samanaikaisesti lasten ja nuorten suuren enemmistön. Koulu voi monipuolisesti edistää terveitä elintapoja: Terveys on arjessa. Soukan koulussa on saatu hyviä tuloksia terveysaiheisten teemakuukausien avulla. Näitä ovat olleet esimerkiksi ulkoiluun, lepoon ja uneen sekä mielen hyvinvointiin liittyvät teemat.

Perheen tärkeä tuki on neuvola – etenkin uuden asetuksen valossa, kun sitä kehitetään perhekeskusmallin suuntaan tukemaan koko perhettä ja vanhempien parisuhdetta. Neuvoloiden, kouluterveydenhuollon ja oppilashuollon sekä perhetyön resurssien turvaaminen ja yhteistyö lasten vanhempien kanssa on kehittämiskohde, johon on entistä vahvemmin tartuttava.

Yhteystiedot:

etunimi.sukunimi@stm.fi

puh. 050 443 0805

Miten erottaa psyykkiset häiriöt murrosiän myrskyistä?

Yksikön päällikkö Mauri Marttunen, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos

Nuoruusikä on elämänkaaressa lapsuudesta aikuisuuteen siirtymisen vaihe, joka alkaa fyysisestä puberteetista ja päättyy vähitellen nuoreen aikuisuuteen. Nuoruus on useimpien mielenterveyshäiriöiden tyypillinen alkamisikä. Ainakin viidennes nuoruusikäisistä kärsii jostain mielenterveyden häiriöstä. Yleisimmät mielenterveyshäiriöt nuoruudessa ovat ahdistuneisuus-, mieliala-, käytös- ja päihdehäiriöt.

Erityyppinen lievä psyykinen oireilu on yleistä myös normaalisti etenevän nuoruuskehityksen aikana. Esimerkiksi lyhytaikaisia surumielisyyden ja masennuksen tunteita esiintyy normaalireaktiona erilaisten menetysten ja vastoinkäymisten yhteydessä ja monet normaalisti kehittyvät nuoret kärsivät esimerkiksi esiintymiseen liittyvistä jännitysoireista. Etenkin varhaisnuoruudessa kokemus itsestä voi olla katkelmallista ja vaihdella voimakkaasti, mikä altistaa nuorta käyttäytymisen, mielialan, ihmissuhteiden ja mielenkiinnon kohteiden vaihtelulle.

Nuoren mielenterveyshäiriötä on syytä epäillä, jos varhaisnuoruudessa usein nähtävä ”nuoruuden kapiointi” johtaa vakaviin normirikkomuksiin ja tärkeiden ihmissuhteiden rikkoutumiseen, jos nuorella on äärimmäisiä toistuvia tunteiden purkauksia, pitkäkestoisia voimakkaita mielialan vaihteluja tai hän näpistelee toistuvasti, kuljeskelee, tai pinnaa koulusta. Voimakkaan passiivisuuden, eristäytymisen ja vakavien keskittymisvaikeuksien, tai runsaan päihteiden käytön tulisi herättää epäily mielenterveysongelmasta. Vartuneemmilla nuorilla riskin merkkejä ovat esimerkiksi pitkittynyt identiteetti-kehitys tai selvät päihdeongelmat.

Arvioitaessa nuoren oireilua ja sitä, onko kyse mahdollisesti mielenterveyden häiriön oireista vai ”normaaliksi” luettavasta oireilusta, on arvioitava ensinnäkin nuoruuskehityksen sujumista. Tulisi selvittää, eteneekö vai juuttuuko nuoruusiän kehitys, sillä tilapäinen kehityksen taantuminen ei ole häiriön merkki, kunhan kehitys kokonaisuudessaan etenee. Myös nuoren oireiden vakavuudesta, kestosta ja toistuvuudesta tulee saada käsitys. Nuoren toimintakyvyn arviointi on tarpeen, sillä ”normaalisti oireileva” nuori kykenee käymään koulua, olemaan ikätovereiden seurassa, tulee kohtuullisesti toimeen aikuisten kanssa ja kykenee esimerkiksi osallistumaan harrastuksiin. On myös tarpeen arvioida nuoren elämän olosuhteita, sitä, tarjoaako kasvuympäristö mahdollisuuden nuoren terveille kehitykselle.

Yhteystiedot:

etunimi.sukunimi@thl.fi

Tiistain puheenvuorot rinnakkaisohjelmassa

Maahanmuuttajanuoret kasvatuskulttuurien ristipaineessa

Asiantuntija Eeva Suomenaro, Ihmisoikeusliitto, Kitke!-hanke

Maahanmuuttajanuoret ovat kulttuurien ristipaineessa kulttuuritaustan ja kasvatuskulttuurin erilaisuudesta johtuen. Maahanmuuttajanuorten tilanne onkin tästä johtuen haasteellisempi verrattuna kantasuomalaisen nuorten tilanteeseen.

Maahanmuutto ja maastamuutto vaikuttavat ihmisen henkiseen tilaan erittäin voimakkaasti. Monesti kuitenkin ajatellaan, että nuoret selviytyvät maahanmuutosta helpommin kuin heidän vanhempansa. Tämä saattaa olla jossakin mielessä totta mutta nuorten asema uudessa maassa ja kulttuurissa on erittäin haastavaa. He joutuvat elämään kahden kulttuurin välissä ja noudattamaan kahden kulttuurin asettamia vaatimuksia ja sopeutumaan molempiin kulttuureihin. Heihin kohdistetaan suuria odotuksia vanhempien ja yhteiskunnan taholta. Vanhempien mielestä nuoret ovat heidän tulevaisuutensa toivo, kulttuurin ja perinnön jatkajia, suvun ja nimen kantajia. Yhteiskunnan taholta asetetut paineet ovat integraatioon liittyviä, koulutukseen ja uuden kotimaan kulttuuriin ja tapoihin liittyviä odotuksia.

Nuoret jäävät kulttuurien ristipaineessa puristuksiin yrittäessään miellyttää vanhempansa ja heidän odotuksiinsa ja yrittäessään samalla sopeutua yhteiskunnan ja kaveripiiriin odotuksiin. Nuoret elävät joskus kaksoiselämää, kotona pyritään noudattamaan kulttuuriperinteitä ja ulkona yritetään olla suomalaisia. Pyrkimys miellyttää molempia tahoja saattaa aiheuttaa nuorissa mielenterveyteen liittyviä ongelmia ja uupumusta.

Nuoret joutuvat arvioimaan uudelleen oman suhtautumisensa kulttuurin asettamiin arvoihin ja periaatteisiin. Nuorilla saattaa kehittyä erilainen käsitys arvoista, tasa-arvosta, suvaitsevaisuudesta ja uskonnosta. Nuoret saattavat kokea, että heidän vanhempiensa edustama arvomaailma on vanhanaikainen ja aikansäälänyt. Yksi tärkeimmistä arvoista patriarkaalisille yhteiskunnille on kunnia-käsitys eli naisen sukupuolisiveyteen liittyvät tabut ja normit.

Ihmisoikeusliitossa toimiva Kitke!-hanke on keskittynyt ennaltaehkäisemään kunniaan liittyviä konflikteja ja auttamaan viranomaisia tunnistamaan ilmiö paremmin ja puuttamaan tilanteisiin herkemmin. Kunniakonfliktit saattavat ääritapauksessa johtaa kunnianvähäisyyteen ja kunniamurhaan.

Kitke!-hankkeessa työskentelee kolme asiantuntijaa ja hanke järjestää tilaisuuksia, jotka on suunnattu viranomaisille, nuorille ja vanhemmille. Hankkeen asiantuntijat pyrkivät tapaamaan kaikkia konfliktin osapuolia ja löytämään ratkaisuja tilanteisiin ottaen perheiden ja konfliktien osapuolten erityistarpeet huomioon. Hankkeella on päivystyspuhelin, johon voi soittaa arkisin 9–10. Hanke saa rahoitusta RAY:ltä.

Lisätietoja:

<http://www.ihmisoikeusliitto.fi/index.php/toiminta/kitke>

Yhteystiedot:

asiantuntija / advisor Eeva Suomenaro
Kitke!-hanke / Kitke!-project
Ihmisoikeusliitto ry / Finnish League for Human Rights
Döbelninkatu 2, 8. krs
00260 Helsinki
puh. 040 178 3482
etunimi.sukunimi@ihmisoikeusliitto.fi
www.ihmisoikeusliitto.fi

Kouluterveydenhuollon keinot tukea maahanmuuttajanuoria

Nuorisolääkäri Elina Hermanson, Kirkkonummi

Tärkein maahanmuuttajista muistettava asia on, että hekin ovat yksilöitä ja että heillä on paitsi yksilöllinen persoonallisuutensa, myös yksilöllinen elämänhistoriansa. Intialaisen, Nokialla työskentelevän huippuinsinöörin tytär on maahanmuuttaja siinä kuin pakolaisena, salaa ja ilman vanhempiaan Suomeen tullut poikaakin. Maahanmuuttaja voi olla paremman elämän toivossa naimakaupan kautta Suomeen tullut nainen mutta myös hänen lapsensa, joka on lähetetty Suomeen muutaman vuoden kuluttua äitinsä perässä. Ehkä äidillä oli lähtiessään pelko, että hän joutuu huijatuksi, ja ehkä hän silkkaa rakkautaan jätti lapsensa kotimaahan. Ehkä motiivit olivat jotkut muut. Niin tai näin, nuoren maahanmuuttajan näkökulmasta hänet hylättiin, ja sitten hänet repäistiin irti kotoaan, tuttujen ja rakkaitten joukosta, omasta kielestä ja kulttuurista kylmään, outoon maahan ja oudoksi muuttuneen äidin hoitoon. Rohkenisin pitää suorastaan inhimillisenä, jos nuoren tunteet vaikkapa suomenkielen opiskelua kohtaan eivät kriittisen ensimmäisen maahantulovuoden aikana olisi järin positiivisia.

Kouluterveydenhuollon mahdollisuudet auttaa näitä nuoria? Verrattuna opettajiin tai vaikkapa päättäjiin kouluterveydenhoitajan ja -lääkäriin mahdollisuudet ovat huikeat. Hoitaja ja lääkäri kohtaavat yksilön, eivät massaa. Heillä on oikeus ja suorastaan velvollisuus kysyä intiimejä kysymyksiä, joita opettajan ei ole yksiselitteisen hyvä esittäjä: ”Miten tulet toimeen vanhempiesi/vanhempasi kanssa?”, ”Onko sinulla jotain ihan muita huolia tai suruja? Mitä mieltä olet omasta kropastasi?” Liian usein unohdamme, että myös maahanmuuttajanuorilla on ihan tavallisiakin, vaikkapa omaan kehoon tai seksuaali-identiteettiin liittyviä murheita.

Turha panikoida, ettei osaa kaikkien kulttuurien kaikkia nyansseja. Aina voi kysyä, onko tämä tai tuo asia sinun kulttuurisi kannalta ok, vai tuntuuko tämä menettely sinusta oudolta. Ei kysyvä tieltä eksy.

Oman kokemuksen mukaan hankalinta on kommunikointi maahanmuuttajanuorten vanhempien kanssa. Standardimenettely ei toimi: maahanmuuttajavanhemmat eivät palauta lappuja, joissa kysellään heidän huoliaan, eikä nuoren mukana lähetetty viesti terveystarkastuksen tuloksista koskaan löydä perille sekään.

Pieni eläytymisharjoitus saattaa auttaa. Kuvittelepa itsesi lukutaidottomaksi maahanmuuttajavanhemmaksi Suomessa: vaikka kaikin voimin toivotkin, että lapsesi opiskelevat pitkään ja saavuttavat sinua paremman aseman, miltä tuntuu, kun lapsesi koulu kommunikoi kanssasi ainoastaan lippusten ja lappusten välityksellä? Todennäköisesti et pysty edes erottamaan, mikä viesti on opettajalta, mikä rehtorilta ja mikä kouluterveydenhoitajalta. Ei ole helppoa pyytää omalta lapseltaan tulkkausapua. Yleismaailmallinen totuus on, että vanhemmasta on nöyryyttävää, jos hän joutuu turvautumaan lapsensa apuun asioidessaan toisen aikuisen kanssa.

Me viranomaisihmiset pystymme yleensä aika kivuttomasti tekemään päätöksiä, jotka koskevat toisia ihmisiä. Mutta yksi asia tuntuu olevan meille ylivoimaista: meidän pitäisi järjestää tilanteita, joissa puhuisimme näiden ulkomaalaisten kanssa kasvotusten. Ken siihen hurjaan hommaan ryhtyy, saa huomata ihmeellisen asian: puhumalla asiat ratkeavat.

Yhteystiedot:

etunimi.sukunimi@kirkkonummi.fi

Miksi seksi kiinnostaa koululaisia ja miten siihen tulisi aikuisten suhtautua? – Työvälineitä seksuaalisuuden käsittelemiseen yksilö- ja yhteisötasolla koulun arjessa

Kättilö, terveydenhoitaja, seksuaalineuvoja, projektityöntekijä, Anne Pelander ja terveydenhoitaja, seksuaalineuvoja, kehityspäällikkö Tuulia Aho, Väestöliitto

On tavallista, että lapset ja nuoret provosoivat ympäristöönsä puhumalla seksistä tai aiheuttavat kuohuntaa seksuaalisuuteen liittyvällä asialla juuri kouluyhteisössä. Terveystiedon seksuaalikasvatustunnit ja terveydenhoitajan vastaanotot ovat parhaita tilanteita ottaa seksuaalisuus sekä sen kehitys puheeksi tai puuttua aiheeseen ja pohtia yhdessä, mitä puhutun ilmiön ja kuohunnan takana on. Jokainen tilanteessa mukana oleva vanhempi tai ammattilainen on seksuaalikasvattaja. Kun asia käsitellään oppilaiden parissa, tilanne otetaan haltuun ja kuohunta laantuu. Aikuisen ei kannata näissä tilanteissa siis provosoitua tai kieltäytyä puhumasta, vaan tarttua rohkeasti siihen kiinni. On vain hyvä tietää miksi ja miten.

Murrosiässä tapahtuu suurimmat muutokset kehossa, kun lapsi alkaa pikkuhiljaa kasvaa aikuiseksi. Fyysiset merkit eivät kuitenkaan kerro koko totuutta kehityksestä. Seksuaalinen kehitys tapahtuu vaiheittain, yksilön psyykkisen, fyysisen ja sosiaalisen kehityksen osina. Nuoruudessa kehitykseen sisältyvät suuret muutokset: biologinen kehitys lapsesta lisääntymiskykyiseksi aikuiseksi, seksuaalisten tuntemusten vahvistuminen ja tunne-elämän kehitys kuohuineen. Nuoruudessa luodaan käsitys siitä, mitä seksuaalisuus ja seksi ovat: miten niitä on tapana, kuuluu tai saa toteuttaa. Nuori työstää käsitystä myös itsestään: olenko hyvä, arvokas ja riittävä, suojaamisen arvoinen, potentiaalinen partneri? Voimakas jatkuva muutos, yksilölliset aikataulut, oman kehon erilaisuus ja median paineet hämmentävät. Valintoihin vaikuttavat vahvasti aikuisten tuki tai tuen puute. Nuoruudessa tehdään kauaskantoisia päätöksiä omasta seksuaaliterveydestä.

Nuoria on kautta aikojen askarruttanut samat asiat liittyen omaan kehoon ja kehitykseen; olenko minä normaali; mikä on normaalia? Väestöliiton nettipalveluun alle 18-vuotiaiden nuorten lähettämistä kysymyksistä suurin osa koskee omaa muuttuvaa kehoa ja sen toimintaa. Toiseksi eniten pohditaan ehkäisymenetelmiä ja niiden käyttämiseen liittyviä kysymyksiä. Myös seksistä kysytään ja pohditaan omia rajoja ja seksuaalioikeuksiin liittyviä kysymyksiä. Seksuaalisuuden käsitteeseen ja käsitykseen omasta itsestä sekä kanssaihmisistä vaikuttaa nuoren kasvuympäristö ja siihen liittyvät asenteet, arvot, normit ja toimintamallit: koti, koulu, kaverit, harrastukset, media. Tämän päivän suurin haaste nuoren seksuaaliselle kehitykselle onkin median, erityisesti siihen sekoittuvan pornon vaikutukset. Porno kiinnostaa, koska siitä puhutaan ja sitä joutuu näkemään, myös tahtomattaan. Nuori ei tosin ymmärrä pornon haitallisuutta, jos sitä ei hänelle opeteta. Nuorten miesten yksi yleisimmistä puheenaiheista Väestöliiton Poikien Puhelimessa on porno. Nuoret toimivat myös tehokkaasti toistensa opettajina. Kun joku nuori on kokenut, nähnyt tai kuullut jonkin asian seksiin liittyen, niin asia helposti lähtee elämään omaa elämäänsä ja toimii ylläkkeenä, joka ilmenee kouluissa kuohuntana. Riskinä ovat pahimmillaan vääränlaiset tavoitteet, tiedot ja odotukset, jotka aiheuttavat vääristynyttä minäkuvaa, huonoa itsetuntoa, masennusta ja erilaista itsensä laiminlyöntiä, kuten seksiriskikäyttäytymistä.

Nuorille on annettava tietoa seksuaalisuudesta, sen kehityksestä, mediasta ja pornosta, sillä heille on selitettävä maailmaa jossa elävät ja suojattava sen negatiivisilta vaikutuksilta. Laadukkaalla, oikea aikaisella, riittävällä ja vaihtoehtoisin menetelmin toteutetulla seksuaalikasvatuksella sekä mediakasvatuksen keinoin voidaan vaikuttaa ennaltaehkäisevästi, jotta nuori oppii erottamaan toden tarusta ja mahdollisen mahdottomasta. Ikään sopimattomat seksuaaliset vaikutteet voivat traumatisoida tai aiheuttaa riippuvuutta tai jopa riskikäyttäytymistä. Tärkeää on ymmärtää nuoren seksuaalista kehitystä, tukea terveiden ihmissuhteiden syntymistä ja ihmissuhdetaitoja; elämässä pärjäämistä yksin, kumppanina ja osana yhteisöä. Nuoret tarvitsevat aikuisen tukea ja suojaa, jotta saavat mahdollisuuden tasapainoiseen, terveeseen ja positiiviseen kehitykseen. Aikuisten tulee tuntea ja hyväksyä nuorten seksuaalisuus ja seksuaalioikeudet. Nuoren seksuaalisen kehityksen tukeminen tarkoittaa myös mahdollisuutta saada jutella jonkun aikuisen kanssa kehityksestä, tunteista ja ihmissuhteista.

Seksuaalisuudesta voi olla hankala puhua, myös ammattilaisena, koska jokaisella on omat käsitykset, asenteet, normit ja historia siihen liittyen. Seksuaalisuus on hyvin henkilökohtainen ja myös arka aihealue, jollaisena sen saa myös pitää. Kuitenkin siitä voi puhua yleisellä tasolla, eikä kenenkään tarvitse tai tule

puhua omasta seksuaalisuudestaan tai kokemuksistaan. Asioiden puheeksi ottamista voi harjoitella ja puhuminen tuo lisää varmuutta. Ensin kannattaa opetella sanoja ja käsitellä omia asenteita. Omat asenteet eivät saa vaikuttaa tai olla esteenä autettaessa nuorta. Nuoret tarvitsevat ajantasaista ja relevanttia tietoa seksuaaliterveydestä ja seksuaalisuudesta, aikuisen tukea ja auktoriteettia. Jos me aikuiset, jotka olemme mukana nuorten arjessa, emme tätä tietoa anna ja olla valmiita siitä keskustelemaan, niin nuoret hankkivat kipeästi tarvitsemansa tiedon jostain muualta, vaikka pornosta. Joskus seksuaalisuuteen liittyvien asioiden käsitteleminen on helpompaa, kun ottaa avuksi erilaisia testattuja menetelmiä ja malleja, joita mm. Väestöliitto on kehittänyt yli 20 vuoden ajan. Itsensä kehittäminen tutkiskelemalla omia asenteita ja käsityksiä, myös tiedon hankkiminen on tärkeää. Tärkein kaikista on kuitenkin päättäväisyys ja rohkeus asian käsittelemiseen ja puheeksi ottamiseen. Loppuen lopuksi seksuaalisuus on luonnollinen osa ihmistä ja ihmisen kokonaisvaltaista kohtaamista.

Lähteet:

Aho T, Kotiranta-Ainamo A, Pelander A, Rinkinen T: Puhutaan seksuaalisuudesta – nuori vastaanotolla. VL -markkinointi, Väestöliitto 2008.

Apter D, Halonen M, Cacciatore R. Nuorten seksuaaliterveys ja seksuaalinen kehitys. Kirjassa: Nuorten hyvin- ja pahoinvointi. Duodecim. Vammalan kirjapaino Oy 2010.

Cacciatore R, Korteniemi- Poikela E: Portaita pitkin. WSOY 2009.

Väestöliiton seksuaaliterveyspoliittinen ohjelma. Vammalan Kirjapaino Oy 2006

www.vaestoliitto.fi

Yhteystiedot:

*kättilö, terveydenhoitaja, seksuaalineuvoja, projektityöntekijä Anne Pelander & terveydenhoitaja, seksuaalineuvoja, kehityspäällikkö Tuulia Aho, Nuorten Avoimet Ovet, Seksuaaliterveysklinikka, Väestöliitto ry
etunimi.sukunimi@vaestoliitto.fi
www.vaestoliitto.fi*

Sukupuolen ja seksuaalisen suuntautumisen moninaisuus koulumaailmassa?

Koulutussuunnittelija, seksuaalineuvoja ja -kasvattaja Marita Karvinen, SETA ry

Luennossa käsitellään aluksi sukupuolen ja seksuaalisen suuntautumisen lapsilla ja nuorilla. Tiedetään, että alle kouluikäisistä lapsista 1–10 prosenttia ilmaisee sukupuoltaan epätyypillisellä tavalla. Osalla näistä lapsista sukupuolen epätyypillinen kokeminen ja ilmaisu jatkuvat myös kouluikäisenä ja aikuisena, osa näistä lapsista alkaa ilmaista sukupuoltaan tyypillisemmin ja sukupuolinormatiivisesti. Yksittäisen lapsen ja nuoren kasvusuuntaa ei kuitenkaan voida ennustaa. Miten koulussa tulisi suhtautua Minttuun, joka haluaa aina välitunneilla osallistua poikien leikkeihin, haluaa käyttää poikien vessaa eikä suostu osallistumaan tyttöjen liikuntatunneille? Entä mitä tehdä, kun Jere alkaa tulla kouluun meikattuna ja hameessa? Näin sukupuoltaan julkisesti ja avoimesti epätyypillisesti ilmaisevien nuorten lisäksi on nuoria, jotka kokevat sukupuolensa epätyypillisesti, mutta pyrkivät tämän salaamaan. Luennossa perehdytään siihen, miten tällaiset nuoret voisi tunnistaa ja miten tällaisia nuoret tulisi kohdata.

Nuoren seksuaalinen suuntautuminen alkaa muodostua viimeistään murrosiässä. Hetero-olettaus ja heteronormatiivisuus koulumaailmassa eivät edesauta kaikkien nuorten hyvinvointia. Luennossa perehdytään konkreettisten esimerkkien kautta heteronormatiivisiin ajattelumalleihin sekä tarjotaan vaihtoehtoisia toimintatapoja koulumaailmassa. Seksuaalisen suuntautumisen moninaisuus ei kosketa vain itse vähemmistöön kuuluvia nuoria, vaan myös niitä sateenkaariperheiden lapsia, joiden vanhemmat kuuluvat seksuaalivähemmistöön. Moni lapsi ja nuori voi tarvita tukea koulussa, jos epäasiallinen kielenkäyttö (kuten homotelu) on koulun arkea tai jos lasta kiusataan oman perhetaustansa vuoksi.

Koska hlbt-vähemmistöön (homot, lesbot, biseksuaalit, transihmiset, intersukupuoliset) kuuluvalla opilaalla voi olla erityistarpeita, olisi kouluterveydenhuollossa tärkeää tunnistaa näitä oppilaita. Monissa ulkomaisissa tutkimuksissa on todettu muun muassa, että jopa 40 prosenttia hlbt-nuorista on yrittänyt itsemurhaa. Ei ole syytä olettaa, että Suomessa asiat olisivat toisin. Tämä kertoo monen hlbt-nuoren vaikeasta pahoinvoinnista. Jokaisella koulun aikuisella, opettajilla ja oppilas- ja opiskelijahuollon työntekijöillä on vastuunsa myös seksuaali- ja sukupuolivähemmistöön kuuluvien nuorten hyvinvoinnista. Kouluterveydenhoitajalla on ehkä parhaat mahdollisuudet tukea näitä oppilaita, jotta heillä olisi samanlaiset mahdollisuudet tasapainoiseen kasvuun kuin muillakin oppilailla. Luennossa annetaan vinkkejä siihen, miten kouluterveydenhoitaja voi ottaa asian puheeksi nuorten kanssa sekä yleisellä että yksilöllisellä tasolla.

Yhteystiedot:

VTT, koulutussuunnittelija Marita Karvinen

Seta ry

etunimi.sukunimi@seta.fi

Ryhmätyömenetelmät sosiaalisten taitojen opettelussa ja elämänhallinnassa

Projektisuunnittelija Tiina Ilola, Rajapinta-projekti, Satakunnan shp, Remontti-hanke

Kaste-ohjelma on valtakunnallinen kehittämisohjelma ja Rajapinta-pilotti yksi Remontti-hankkeen piloteista (Länsi-Suomen Kaste). Pilotin toiminta-alueena on Satakunta ja se kohdistuu 13–25-vuotiaisiin nuoriin eli yläkoulukäisistä nuorista ammattikorkeakoululaisiin.

Pilotin tarkoituksena on, että nuorisopsykiatria jalkautetaan nuorten arkiympäristöön kouluihin ja näin mahdollistetaan varhainen puuttuminen. Tavoitteena on pyrkiä hoitamaan nuorta mahdollisimman varhaisessa vaiheessa siirtämällä psykiatrista osaamista perustasolle. Pilotissa välitetään tietoa perustason työntekijöille sekä tarjotaan työmenetelmiä ja tukea heidän työhönsä. Lisätiedon ja tuen avulla he pystyvät omilla resursseillaan entistä paremmin auttamaan lapsia ja nuoria koulumaailmassa.

Koulujen/oppilaitosten työntekijöille annetaan koulutusta erilaisten ryhmämuotoisten hoitomallien esim. depressio- ja ART-ryhmien (Aggression Replacement Training) ohjaamiseen nuorten auttamiseksi. Depressioryhmässä keskustellaan nuorta kuormittavista ongelmista, joita monet erilaiset asiat ja tapahtumat elämässä heille aiheuttavat. Ryhmästä nuoret saavat myös tarvitsemaansa vertaistukea. ART on ryhmäharjoitusmenetelmä aggressiivisesti käyttäytyville nuorille. Ryhmässä hiotaan sosiaalisia taitoja, harjoitellaan vihanhallintaa sekä moraalista päättelyä mallintamisen avulla.

Tavoitteena on, että ryhmämuotoiset menetelmät jäävät osaksi koulun toimintaa ja mahdollisimman moni henkilökunnasta voisi halutessaan kouluttautua ohjaamaan tällaisia ryhmiä. Syksyn aikana pilotin tarkoituksena on kehittää unikoulun tyyppistä ryhmätoimintaa nuorille. Tarvittaessa työskentelen koulun henkilökunnan työparina ryhmänohjaajana.

Masennus-, ART- ja Unikouluryhmien tarve on noussut suoraan koulujen esittämistä tarpeista nuorten auttamiseksi.

Yhteystiedot:

*projektisuunnittelija, psyksh Tiina Ilola
Rajapinta-pilotti
Satshp/Remontti-hanke
etunimi.sukunimi@satshp.fi
puh. 044 707 9772*

Tukevasti alakoulusta yläkouluun

Projektipäällikkö Ulla Lindqvist, Lapsen ääni -kehittämishjelma

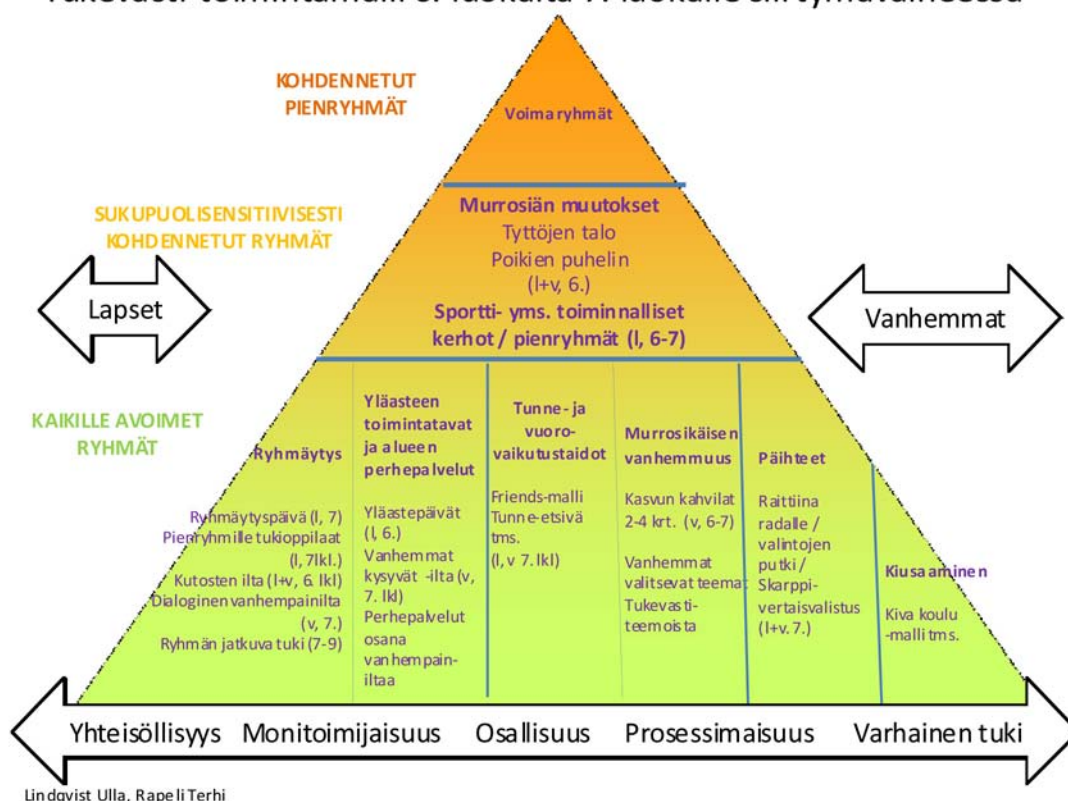
Kuudennelta seitsemännelle luokalle siirtyminen on lapsuudesta nuoruuteen siirtymisen aikaa. Nuori kohtaa samanaikaisesti yläkoulun aloittamiseen liittyvät kaverisuhteisiin, opettajiin, opetukseen, koulun fyysiseen ympäristöön ja suhtautumisessa itseän opiskelijana liittyvät muutokset että murrosikään kuuluvat fyysiset, emotionaaliset, sosiaaliset ja kognitiiviset muutokset.

Syksyllä 2009 Helsingissä käynnistyneessä Tukevasti alkuun, vahvasti kasvuun -hankkeessa **tuetaan lasten ja heidän vanhempiensa hyvinvointia kuudennelta seitsemännelle luokalle siirtymisen muutosvaiheessa kehittämällä lapsi- ja perhelähtöinen varhaiseen tukeen perustuva monitoimijainen malli**. Hankkeessa suunnitellaan, pilotoidaan ja arvioidaan kouluympäristössä tapahtuvaa ryhmätoimintaa ja vahvistetaan ja mallinnetaan alueellista yhteistyötä. Toiminnan tavoitteena on:

- lisätä lasten, nuorten ja vanhempien osallisuutta
- vahvistaa vanhemmuutta
- vahvistaa kodin ja koulun yhteistyötä
- parantaa nuorten kouluviihtyvyyttä.

Pilottialueita on kolme ja kehitystyö perustuu sosiaali- ja opetusviraston, nuoriso-asiainkeskuksen, terveyskeskuksen, järjestöiden, oppilaitosten, seurakunnan ja muiden mahdollisten tahojen entistä tiiviimpään kumppanuuteen.

Tukevasti-toimintamalli 6. luokalta 7. luokalle siirtymävaiheessa



Tukevasti-toimintamallissa varhaisen tuen muotoja ovat kaikille avoimet ryhmät, sukupuolisensitiivisesti kohdennetut ryhmät ja erityisten tarpeiden pohjalta kohdennetut pienryhmät.

Yhteystiedot:

projektipäällikkö Ulla Lindqvist
etunimi.j.sukunimi@hel.fi
puh. 040 334 0203

Neuvokkaat aikuiset neuropsykologisesti oireilevan nuoren arjessa – ymmärrystä ja keinoja nuorten kanssa koulussa toimivien käyttöön

Hanketyöntekijä Ari Korvenkallas ja hanketyöntekijä Aleksis Konttinen, Kasperi-hanke

Luento sisältää käytännön ohjeita ja vinkkejä joilla voi tukea ja auttaa neuropsykiatrisesti oireilevaa lasta ja nuorta.

Ymmärryksen ja tiedon lisäämiseksi tämä koulutuspaketti on alkupala, joka toivottavasti herättää tiedonhalun ja lisää ymmärrystä.

Luennossa käydään läpi neuropsykiatristen ilmiöiden taustatekijöitä pureutumatta diagnooseihin, esiintyvyyteen tai lääkitykseen.

Luennosta on löydettävissä hyvän kuntoutuksen kulmakivet, mutta se avaa myös oireiden tunnistusta ja antaa vihjeitä toimintamalleista ja -tavoista, joista nepsy-lapsi ja -nuori hyötyy.

Paketissa on työkaluja joiden käyttäminen voi helpottaa neuropsykiatrisesti oireilevan nuoren ja lapsen kanssa toimimista.

Lapsen ja nuoren toimintaympäristöissä olevien aikuisten yhteistyölle annetaan luennossa suuri painoarvo, koska yhteistyön toteutuminen on se tie, joka helpottaa lapsen ja nuoren elämistä ja kuntoutumista.

Neuropsykiatriset piirteet jäävät pääosin lapsen elämään aikuisuuteen asti. Hyvissä ajoin tehty tunnistus ja aikaisin aloitettu kuntoutus antaa mahdollisuuden mahdollisimman normaaliin elämään aikuisena.

Yhteystiedot:

Aleksis Konttinen & Ari Korvenkallas

Kaste-hanke Kasperi

Nepsy-hanke

Koulukatu 9 D 3.krs

33200 Tampere

Elinikäisen oppimisen avaintaidot: Terveys, turvallisuus ja toimintakyky

Opetusneuvos Aira Rajamäki, Opetushallitus, Ammattikoulutus/Tutkinnot -yksikkö

Opetushallitus on uudistanut ammatillisten perustutkintojen perusteet sekä ammatilliseen peruskoulutukseen kuuluvien valmistavien ja valmentavien koulutusten opetussuunnitelmien perusteet vuosina 2008–2010. Uudistetuissa tutkintojen ja opetussuunnitelmien perusteissa on erityisesti kiinnitetty huomiota elinikäisen oppimisen avaintaitoihin (EU:ssa Key Competencies), jotka on määritelty perusteiden määräyso- osassa.

Elinikäisen oppimisen avaintaidoilla tarkoitetaan osaamista, jota tarvitaan jatkuvassa oppimisessa, tulevaisuuden ja uusien tilanteiden haltuunotossa sekä työelämän muuttuvissa olosuhteissa selviytymisessä. Ne ovat tärkeä osa ammattitaitoa ja kuvastavat yksilön älyllistä notkeutta ja erilaisista tilanteista selviytymistä. Ne lisäävät kaikilla aloilla tarvittavaa ammattisivistystä ja kansalaisvalmiuksia, ja niiden avulla opiskelijat tai tutkinnon suorittajat pystyvät seuraamaan yhteiskunnassa ja työelämässä tapahtuvia muutoksia ja toimimaan muuttuvissa oloissa. Niillä on myös suuri merkitys yksilön elämän laatuun ja persoonallisuuden kehittymiseen. Elinikäisen oppimisen avaintaidot sisältävät edellisen opetussuunnitelman ja näyttötutkin- non perusteiden yhteisten painotusten ja kaikille aloille yhteisen ydinosaamisen lisäksi perusopetuksen ja lukion aihekokonaisuuksia sekä Euroopan parlamentin ja neuvoston suosituksia 2005/0221 (COD) elinikäi- sen oppimisen avaintaidoiksi. Elinikäisen oppimisen avaintaitoja (11) ovat: oppiminen ja ongelmanratkai- su, vuorovaikutus ja yhteistyö, ammattietiikka, *terveys, turvallisuus ja toimintakyky*, aloitekyky ja yrittä- jyyys, kestävä kehitys, estetiikka, viestintä ja mediaosaaminen, matematiikka ja luonnontieteet, teknologia ja tietotekniikka, aktiivinen kansalaisuus ja eri kulttuurit.

Elinikäisen oppimisen avaintaidot sisältyvät uudistetuissa ammatillisissa perustutkinnoissa ammattitai- toa täydentävien tutkinnon osien (yhteisten opintojen) tavoitteisiin ja ammatillisten tutkinnon osien amat- titaitovaatimuksiin ja niiden arviointikriteereihin. Erikseen arvioitava elinikäisen oppimisen avaintaidon arvioinnin kohde sisältää seuraavat elinikäisen oppimisen avaintaidot: oppiminen ja ongelmanratkaisu, vuorovaikutus ja yhteistyö, ammattietiikka ja *terveys, turvallisuus ja toimintakyky*.

Opetusministeriö on ohjeistanut perustetyötä kiinnittämällä huomiota mm. *terveyden, turvallisuuden ja toimintakyvyn* ammattitaitovaatimusten monipuoliseen huomioon ottamiseen perustutkintojen ammatillisis- sa tutkinnon osissa. Uudistuksella pyritään vastaamaan ammatillisessa koulutuksessa erityisesti nuorten terveyden, hyvinvoinnin ja toimintakykyisyyden sekä ergonomian ja työturvallisuusvalmiuksien kehittämi- seen ja mahdollisimman kestävien ammattiurien synnyttämiseen työelämässä. Tutkimukset osoittavat, että ammatillisen koulutuksen nuoret ovat lukiokoulutuksessa olevia heikommassa asemassa useissa terveyttä ja hyvinvointia sekä elämänhallintaa kuvaavissa tilastoissa.

Koulutuksen järjestäjien tulisi tehostaa tutkintokohtaista tiedottamista opiskelijavalinnan yhteydessä si- ten, että mahdollisimman moni opiskelijaksi hakeutuva tulisi valituksi myös terveydellisistä näkökohdista arvioituna itselleen parhaiten soveltuvaan koulutukseen.

Opetus- ja kulttuuriministeriö ja Opetushallitus tukevat koulutuksen järjestäjiä opiskelijoiden terveyttä, toimintakykyisyyttä ja turvallisuutta edistävissä toiminnoissa kohdentamalla niihin valtionavustuksia sekä tekevät yhteistyötä sosiaali- ja terveydenhuollon viranomaisten kanssa opiskelijahuollon ja opiskelutervey- denhuollon palveluiden kehittämisessä.

Lisätietoja tutkintojen ja opetussuunnitelmien uudistuksesta:

www.oph.fi kohdasta Ammattikoulutus

”Mitä sitä turhaan rehkimään” – Miten saamme nuoret osallistumaan ja liikkumaan?

Kehittämispäällikkö Pauli Miettinen, Kuusamon kaupunki

Hyvinvointia yhdessä liikunnasta - Hyrrä-hanke on kuuden Pohjois-Pohjanmaan ja Lapin kunnan yhteinen kehittämis- ja koulutushanke. Mukana ovat Kuusamo, Taivalkoski, Posio, Pudasjärvi, Haukipudas ja Utajärvi. Sosiaali- ja terveysministeriö rahoittaa kolmevuotista hanketta 2009–2011.

Hankkeen tavoitteena on nuorten liikunnan ja osallisuuden lisääminen sekä terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen. Nuorten osallisuutta vahvistamalla nuoret voivat vaikuttaa itseään koskevaan päätöksentekoon ja omaan toimintaympäristöönsä. Toisena tavoitteena on kuntien hallintokuntien ja järjestöjen yhteistyön kehittyminen. Kunnissa luodaan toimijoiden poikkihallinnollinen yhteistoimintamalli. Se toimii nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi. Kunnissa laaditaan yhteistyössä toimijoiden ja nuorten kanssa nuorten terveysliikuntaohjelma.

Kuusamon yläkoulujen ja toisen asteen nuoret ovat osallistuneet ideariihiiin, joissa on pohdittu syitä nuorten vähäiseen liikkumiseen, miten nuoret saadaan liikkumaan ja mitä nuoret haluavat. Kunnan liikuntapalvelut ja urheiluseurat järjestävät monenlaista toimintaa, mutta nuorten mielestä liian tarjontalähtöisesti. Tieto liikuntamahdollisuuksista ei myöskään tavoita kattavasti nuoria. Nuorille on tarjolla liian vähän harrasteryhmiä, järjestetty liikunta on joidenkin nuorten mielestä liian kallista, eikä sivukylillä ole riittävästi toimintaa nuorille. Kilpaurheilupainotteinen liikunta ei jaksa kiinnostaa suurta osaa nuorista. Halutaan harrastaa kavereiden kanssa. Nuoret toivovat myös lisää vapaita vuoroja koulujen saleille.

Ideariihen ja Hyrrä-kyselyn mukaan nuoret haluavat kokeilla myös uusia lajeja perinteisten lisäksi. Nuoret esittävät omia ryhmiä kiipeilyyn, soutuun, joogaan, nyrkkeilyyn ja myös perinteisiin lajeihin. "Seurat hereille!" On nuorten vetoamus.

Yhteenvetona ideariihen nuoret esittävät enemmän alkeisryhmiä, halvempaa liikkumista, parempaa mainontaa, uusia lajeja, lajiesittelyjä, tapahtumia. Nuoret on otettava mukaan suunnittelemaan, tekemään ja toimimaan.

Hyrrä on pistetty nyt pyörimään nuorten kanssa, nuoria kuunnellen ja yhdessä toimien. Johtotähtinä ovat osallistuminen, liikunnan ilo, kiva yhdessäolo, aktiivisuus ja vaikuttaminen.

Vuosi 2010 on käynnistetty kuusamolaisille nuorille, nuorten toiveita kuunnellen: tyttöjen ohjattu kuntosalitunti, Määttälänvaaran palloilukerho, nuorten ideariihet, Kaon opiskelijoiden keilaus, Liiku Terveemmäksi -päivä lajiesittelyineen ja tutustumisineen, Nilon yläkoulun liikuntahaipakka, johon osallistui 220 nuorta, kiipeilytapahtuma Ruoppivaarassa, kesällä pyörivä nuorten ohjaama liikuntakerho urheilukentällä, kutsuntaikäisten liikuntaneuvonta, Nilon yläkoulun tyttöjen koriskerho, jossa nuoret ovat ohjaajina ja Mäkelän yläkoulun palloilukerho, jota ohjaa nuori koulun oppilas. Osallistumiskertoja on ollut tammikuusta kesäkuun loppuun 75 ja osallistujia tapahtumissa ja ohjatuissa toiminnoissa peräti 1193.

Lasten ja nuorten on hyödyllistä päästä liikkumaan kouluaiikana ja ystävien sekä kavereiden kanssa kotiansa ja koulujensa lähistöllä.

Lähiliikuntapaikkojen suunnittelu jatkuu koulujen piha-alueille. Nilon ja Rukan koulualueiden suosituiksi osoittautuneet lähiliikuntapaikat rakennettiin 2009. Niiden suunnitteluun osallistuivat koulujen oppilaat ja opettajat. Vuonna 2011 on vuorossa Tolpanniemen koulualueen lähiliikuntapaikka.

"Mikään ei ole niin voimallinen kuin idea, jonka aika on koittanut."

Yhteystiedot:

etunimi.sukunimi@kuusamo.fi
puh. 0400 306 534

Hyvästä ruoasta virtaa kouluun, työhön ja vapaa-aikaan

Kehittämispäällikkö Marjaana Lahti-Koski, Suomen Sydänliitto

Hyvät elintavat edistävät terveyttä ja työkykyä. Monipuolinen ruoka, jossa on paljon kasviksia ja kuitua, mutta vain vähän suolaa, tukee terveyttä ja hyvää toimintakykyä. Hyvä ruokavalio ei ole rasvaton. Tarvi- taan myös kohtuullinen määrä hyvälaatuaista rasvaa, jota saa kasviöljystä ja -margariineista sekä kalasta. Sen sijaan kovaa rasvaa, jota tulee salakavalasti erityisesti piilorasvan muodossa rasvaisista maitovalmis- teista, leivonnaista ja lihavalmisteista, tulisi välttää. Syödä pitäisi vain sen verran kuin kuluttaa, ettei vyötä- rön ympärys kasvaisi.

Nuorten ja nuorten aikuisten ruokatottumuksissa on kohentamisen varaa. Kasvisten, hedelmien ja mar- jojen kulutus on kaukana suosituksista. Vanhempiin ikäryhmiin verrattuna sokerin saanti on runsasta, kui- dun saanti vastaavasti niukempaa. Nuorilla kovan rasvan saanti on samalla tasolla kuin vanhemmilla, mutta tyypilliset lähteet ovat erilaisia. Siinä missä vanhempi väki saa kovaa rasvaa voista, makkaroista ja makeis- ta leivonnaisista, nuorilla pitsat, lihapiirakat, juustot ja suklaa ovat merkittäviä kovan rasvan lähteitä.

Säännöllinen ruokarytmi auttaa jaksamaan. Aamupala antaa energiaa päivään. Hyvä lounas tauottaa koulu- ja työpäivän. Jokaisella koululaisella ja työssä käyvällä tulee olla mahdollisuus pitää kunnan ruoka- tauko ja nauttia terveellinen lounas työpäivän aikana. Viisaat välipalat tuovat lisää virtaa. Hyvän välipalan nyrkkisääntö on helppo muistaa: 1+1(+1). Ensimmäinen ykkönen tarkoittaa kasviksia, hedelmiä tai marjo- ja, toinen vähäsuolaisia ja runsaskuituisia viljavalmisteita. Kolmas ykkönen voi sisältää rasvattoman tai vähärasvaisen maitovalmisteen tai vähäsuolaisen leikkeleen.

Yhä yleistyvä ylipainoisuus uhkaa terveyttä ja työkykyä. Erityinen haaste on lasten ja nuorten ylipainoi- suus. Nykyinen elinympäristö tekee painonhallinnan haastavaksi. Ruokaa – etenkin paljon sokeria, rasvaa ja/tai suolaa sisältäviä elintarvikkeita – on tarjolla kaikkialla, tilaisuuksia liikkumiseen paljon heikommin. Miten koulu- ja työympäristö voi tukea hyviä ruokatottumuksia ja painonhallintaa? Onko ruokatarjonta kunnossa?

Jokaisessa opiskelu- ja työpaikassa pitäisi olla henkilöstöravintola, jossa ruokapalvelun ammattilaiset huolehtivat hyvästä tarjonnasta. Ravitsemuslaatua voi nyt vaatia sosiaali- ja terveysministeriön joukkoruo- kailun seuranta- ja kehittämistyöryhmän toimenpidesuosituksen (STM 2010:11) mukaisesti. Helppo työka- lu on elintarvikkeista tuttu Sydänmerkki (jo yli 600 tuotteessa), joka on laajentunut lautaselle Sydänmerkki- aterian muodossa. Sydänmerkin avulla ruokailijoille voi viestiä ravitsemuksellisesti laadukkaasta ruuasta ja paremmista valinnoista. Sydänmerkki-aterioissa rasvan laatu ja suolan määrä ovat kohdallaan – mausta tinkimättä.

Yhteystiedot:

kehittämispäällikkö, FT, dosentti Marjaana Lahti-Koski

Suomen Sydänliitto ry

etunimi.sukunimi@sydanliitto.fi

Käsikirja kouluterveydenhuollossa tehtävistä mittauksista, kyselyistä ja tutkimuksista ja LATE-tutkimuksen tuloksia

Asiantuntija Päivi Mäki, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos

Terveystarkastuksissa lapsen kasvua, kehitystä ja terveydentilaa tutkitaan ja arvioidaan erilaisilla tutkimuksilla, mittauksilla ja kyselylomakkeilla. Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta (380/2009) säätää terveystarkastusten ja -neuvonnan sisällöstä ja määrästä. Kouluterveydenhuollon määräaikaisten terveystarkastusten tarkempi sisältö on ohjeistettu kouluterveydenhuollon oppaassa (Stakes 2002) ja laatusuosituksessa (STM 2004). Lastenneuvoloissa ja kouluterveydenhuollossa tehdyt selvitykset kuitenkin osoittavat, että valtakunnallisesta ohjeistuksesta huolimatta terveystarkastuskäytännöissä on huomattavia eroja. Terveydenhoitajilta saadun palautteen mukaan terveystarkastuksissa tehtävistä tutkimuksista ja arviointimenetelmistä tarvitaan tarkempia ohjeita. Tästä syystä Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen Lasten terveysseurantahanke (LATE) valmistelee käsikirjaa lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa tehtävistä yleisimmistä mittauksista, tutkimuksista ja kyselyistä. Käsikirja julkaistaan sekä PDF:nä internetissä että painettuna versiona vuoden 2010 loppuun mennessä.

Valmisteilla oleva käsikirja on tarkoitettu lastenneuvoloissa ja kouluterveydenhuollossa työskenteleville terveydenhoitajille ja lääkäreille ja sen tavoitteena on yhtenäistää terveystarkastusten sisältöjä ja mittausmenetelmiä. Vastaavaa ohjeistusta ei ole aiemmin ollut saatavissa. Käsikirjaan kootaan keskeiset mittaukset, tutkimukset ja kyselylomakkeet, kuvataan kenelle, miksi ja miten mittaus tehdään, mitä välineitä tarvitaan, miten tulokset tulkitaan, mitä jatkomenettelyjä tulosten perusteella tulee tehdä ja miten tulokset kirjataan. Lisäksi käsitellään mittausmenetelmien standardointia. Mittausmenetelmien luotettavuutta voidaan parantaa jo pienillä toimenpiteillä, kuten tarkistamalla mittausvälineet ja -olosuhteet (esim. pituusmitan oikean kiinnityskohdan mittaaminen, muovisen mittanauhan vaihtaminen määräajoin, vaakojen ja verenpainemittareiden huoltaminen ja kalibroiminen laitekohtaisten ohjeiden mukaisesti, oikean näöntutkimusetaisyyden mittaaminen ja merkitseminen sekä tahriintuneiden tai kellastuneiden näkötaulujen uusiminen).

LATE-työryhmä on esittänyt, että kansallisen sähköisen potilaskertomusarkiston, perusterveydenhuollon hoitoilmoitusrekisterin ja sähköisten potilastietojärjestelmien kehittämisen myötä lasten terveystietoja kerättäisiin jatkossa suoraan potilastietojärjestelmistä valtakunnallista lasten terveysseurantaa varten. Edellytyksenä tiedonkeruulle on terveystarkastusten ajankohtien, sisältöjen ja käytettävien tutkimusmenetelmien riittävä yhdenmukaisuus ja luotettavuus. Valtioneuvoston asetus (380/2009) luo hyvän lähtökohdan terveystarkastuskäytäntöjen yhdenmukaistamiselle ja parantaa siten terveystarkastuksista kerättävien tietojen vertailukelpoisuutta ja siten mahdollistaa lapsiväestön terveydentilan seurannan sekä kuntatasolla että alueellisesti ja valtakunnallisesti.

Lisätietoja LATE-hankkeesta:

www.thl.fi/lastenterveysseuranta

Yhteystiedot:

*asiantuntija, TtM Päivi Mäki
etunimi.sukunimi@thl.fi*

Keskiviikon puheenvuorot

Erityinen tuki kouluterveydenhuollon näkökulmasta

Ylitarkastaja Marjaana Pelkonen, sosiaali- ja terveysministeriö

Erityisen tuen tarpeen tunnistamisesta ja tuen järjestämisestä kouluterveydenhuollossa säädetään uudessa 1.7.2009 voimaan tullessa asetuksessa (380/2009). Vastaava säännös sisältyy hallituksen esitykseen terveydenhuoltolaiksi (HE 90/2010). Kuntia sitovan asetuksen tavoitteena on tehostaa varhaisen tuen ja syrjäytymisen ehkäisyä sekä vahvistaa terveyden edistämistä. Asetuksen tueksi on valmistunut julkaisu (STM 2009).

Vaikka erityisestä tuesta käytetään erilaisia termejä, on itse asialla yhteinen tavoite: turvata lapselle ja hänen perheelleen riittävä apu ja tuki oikeaan aikaan ja riittävän varhaisessa vaiheessa. Kouluyhteisössä toimivien työntekijöiden velvollisuutena on sovittaa oma osuutensa koululaista ja hänen perhettään palvelevaksi toimivaksi kokonaisuudeksi. Varhaisen tai erityisen tuen järjestäminen edellyttää yleensä positiivista diskriminaatiota: tuen rohkeaa kohdentamista sitä tarvitseville.

Asetuksessa (13 §) säädetään, että terveysneuvonta ja terveystarkastukset on järjestettävä siten, että oppilaan ja perheen erityisen tuen tarve tunnistetaan mahdollisimman varhaisessa vaiheessa ja tarpeenmukainen tuki järjestetään viiveettä. Kouluterveydenhuollossa tämä tarkoittaa määräaikaisten, erityisesti laajojen terveystarkastusten järjestämistä asetuksen mukaisesti. Laajat terveystarkastukset tarjoavat oivan tilaisuuden koko perheen hyvinvointitilanteen tarkastelulle yhteistyössä vanhempien kanssa. Tarvittaessa on järjestettävä lisäkäyntejä tai kotikäyntejä. Tuen tarpeen tunnistamisessa tarvittavia menetelmiä ja taitoja on tarpeen kehittää. Tuen tarve on selvitettävä, jos lapsessa, nuorella, perheessä tai ympäristössä on tekijöitä, jotka voivat vaarantaa tervettä kehitystä. Tällaisia ovat muun muassa monet lapsen tai vanhempien sairaudet ja ongelmat.

Erityisen tuen järjestämisestä on laadittava suunnitelma yhteistyössä tukea tarvitsevan oppilaan ja hänen perheensä kanssa. Oppilaan hyvinvointi- ja terveysuunnitelmaan sisällytetään tuen tarve, tavoitteet ja järjestettävä tuki. Tavoitteiden saavuttamista on seurattava ja arvioitava, ja suunnitelma on sovitettava yhteen mahdollisten muiden suunnitelmien kanssa. Eri tahojen yhteistyö, keskeisenä oppilas- ja opiskelijahuolto, on yleensä erityisen tuen järjestämisen välttämätön edellytys. Toimiva oppilashuoltoryhmä ja etukäteen erityistilanteita varten laaditut suunnitelmat helpottavat ja nopeuttavat yhteistyötä ja oppilaan auttamista.

Lasten ja nuorten hyvinvoinnin nykyistä vaikuttavampi tukeminen edellyttää painopisteen siirtämistä korjaavasta toiminnasta hyvinvoinnin edistämiseen ja pahoinvoinnin ehkäisemiseen. Kuntien peruspalvelujen valtionosuuksia asetuksen (380/2009) toimeen panemiseksi on korotettu terveydenhoitajien ja lääkäreiden palkkaamiseksi.

STM 2009. Neuvolatoiminta, koulu- ja opiskeluterveydenhuolto sekä ehkäisevä suun terveydenhuolto. Asetuksen (380/2009) perustelut ja soveltamisohjeet. Julkaisuja 20.

Yhteystiedot:

etunimi.sukunimi@stm.fi

Erityisen tuen tarve – LATE-tutkimuksen tuloksia kouluikäisten terveydestä ja hyvinvoinnista

Asiantuntija Päivi Mäki, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen Lasten terveysseuranta -hankkeessa (LATE) on kehitetty vuodesta 2006 alkaen valtakunnallista lasten terveysseuranta. Tavoitteena on kehittää järjestelmä, jonka avulla voidaan kustannustehokkaasti kerätä lasten kasvua, kehitystä ja terveyttä koskevia tietoja suoraan lastenneuvolan ja kouluterveydenhuollon terveystarkastuksista. LATE-hanke toteutti vuosina 2007–2009 tutkimuksen, jonka tavoitteena oli testata tiedonkeruuta suoraan terveystarkastuksista valtakunnallista lasten terveysseuranta varten. Tutkimukseen osallistui 10 pilottiterveyskeskusta (N=1541), Kainuun maakunta (N=2473) ja Turun kaupunki (N=2496). Tiedonkeruu toteutettiin lasten määräaikaissa terveystarkastuksissa ja kohdeyrymänä olivat puoli-, yksi-, kolme- ja viisivuotiaat lapset sekä kouluterveydenhuollossa ensimmäisen, viidennen ja kahdeksannen (tai 9.) luokan oppilaat. Lastenneuvolassa osallistumisaktiivisuus oli kaikissa ikäryhmissä yli 90 % ja kouluterveydenhuollossa vaihtelua oli eri luokka-asteiden välillä 64–84 %. Tutkimus sisälsi terveydenhoitajan suorittaman lapsen terveystarkastuksen, kyselylomakkeet lasten huoltajille sekä kyselylomakkeen 8. (9.) luokkalaisille. Raportti tutkimuksesta on saatavilla internetistä: www.thl.fi/lastenterveysseuranta.

Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta (380/2009) sisältää säädökset lasten, nuorten ja perheiden erityisen tuen tarpeen tunnistamisesta ja tuen järjestämisestä. Tilanteita, joissa lapsi tai perhe voi tarvita erityistä tukea, on hyvin erilaisia. Asetuksessa on mainittu joitakin esimerkkejä tilanteista, joissa lapsen ja perheen tilannetta ja tuen tarvetta on arvioitava tarkemmin. Lapsi ja perhe voivat tarvita erityistä tukea esim. lapsen pitkäaikaissairaudesta tai kehitysviiveen vuoksi. LATE-aineistossa 68 % koululaisten vanhemmista arvio lapsensa terveydentilan erittäin hyväksi, mutta noin 35 %:lla oli jokin pitkäaikaissairaus, vamma tai kehitysviive. Noin 5 % ensimmäisen ja viidennen luokan oppilaista sai erityisopetusta ja 13 % tukiovetusta. Lapsen mielenterveys- ja päihdeongelmat, käytöshäiriöt ja kiusaaminen ovat myös tilanteita, joissa lapsen tai perheen erityisen tuen tarve tulee arvioida. LATE-aineistossa 12 %:lla kahdeksaluokkalaisista tytöistä ja 5 %:lla samanikäisistä pojista oli vähintään lieviä masennusoireita R-BDI mielialatestin perusteella. Lähes viidesosa (17 %) kahdeksaluokkalaisista oli ollut joskus todella humalassa. Neljäsosa ensimmäisen ja viidennen luokan oppilaista ja 10 % kahdeksaluokkalaista oli kiusattu viime kuukausina.

Valtioneuvoston asetuksen (380/2009) mukaisesti kouluterveydenhuollossa, erityisesti laajoissa terveystarkastuksissa, tulisi huomioida lasten terveyden ja hyvinvoinnin lisäksi koko perheen hyvinvointi. LATE-tutkimus osoitti, että hieman yli kolmasosalla perheistä oli lapsen vanhempien mielestä liian vähän yhteistä aikaa ja yhtä suuri osuus vanhemmista olisi kaivannut perheelleen enemmän tukea sukulaisilta ja muilta läheisiltä. Perheiden ja lasten sosiaalisten verkostojen tukemiseen onkin syytä kiinnittää aiempaa enemmän huomiota myös kouluterveydenhuollossa. Noin neljäsosalla (23 %) perheistä oli menojen kattaminen käytävissä olevilla tuloilla vähintään melko hankalaa. Noin 7 %:lla kouluikäisten lasten äideistä ja 28 %:lla isistä oli vähintään lievästi kasvanut alkoholihaittojen riski AUDIT-testin perusteella. Vanhempien alkoholinkäyttö saattaa aiheuttaa lapselle turvattomuutta ja on uhka lapsen psykososiaaliselle kehitykselle.

LATE-tutkimuksessa terveydenhoitajat tekivät lapsen fyysisen ja psykososiaalisen kehityksen kokonaisarvion. Kokonaisarvio pohjautui terveystarkastustilanteeseen, huoltajien kyselylomakkeista saataviin tietoihin sekä keskusteluihin huoltajien ja lapsen kanssa. Terveydenhoitajilla oli herännyt vähintään lievää huolta lapsen fyysisestä terveydentilasta 15 %:ssa kouluikäisten terveystarkastuksia, huolta koululaisen hoidosta ja kasvatuksesta noin 6 %:ssa ja perhetilanteesta 10 %:ssa terveystarkastuksia. Psykososiaalisesta kehityksestä huolta oli herännyt 14 %:ssa kouluikäisten terveystarkastuksia. Tilanteissa, joissa työntekijällä herää huolta on tarpeen arvioida lapsen kokonaistilannetta tarkemmin yhdessä perheen kanssa.

Lisätietoja LATE-hankkeesta: www.thl.fi/lastenterveysseuranta

Yhteystiedot:

asiantuntija, TtM Päivi Mäki
 etunimi.sukunimi@thl.fi

Lapsen ja perheen tukeminen kouluterveydenhoitajan ja opettajan yhteistyönä

Kouluterveydenhoitaja Eva Autio ja luokanopettaja Pia Nyberg, Keinutien ala-aste, Helsinki

Kouluterveydenhuolto jatkaa jo lastenneuvolassa alkanutta lapsen kasvun ja kehityksen seurantaan sekä vanhempien tukemista kasvatustyössään. Kodin, koulun ja kouluterveydenhuollon yhteistyön pohja luodaan lapsen aloittaessa ensimmäisen luokan tai siirtyessään kesken lukuvuoden uuteen kouluun. Eri asiantuntijoilta saatujen lasta koskevien etukäteistietojen lisäksi on vanhempien tapaaminen välttämätöntä. Opettajan tapaamisen lisäksi myös kouluterveydenhuolto kutsuu lapsen ja vanhemmat tapaamiseen. Tällöin luodaan pohja jopa vuosien yhteistyölle. Tapaamisissa selvitetään asioita, jotka saattavat vaikuttaa lapsen koulutyöhön. Avoin luottamuksellinen suhde kodin ja koulun sekä kouluterveydenhuollon kesken luo hyvän pohjan lapsen kasvulle ja kehitykselle.

Lapsen koulutyön edistymistä seurattaessa opettaja saattaa havaita tilanteita, joissa lapsi oireilee. Lapsella voi olla toistuvia poissaoloja, läksyistä ja tavaroista huolehtiminen on vaikeaa, lapsi on väsynyt ja alakuloinen. Yhteydenotto lapsen äitiin tai isään on aina välttämätöntä. Moni huoli selviää ja lapselle sekä kodille välittyy tunne koulun huolehtivista aikuisista. Yhteistyö kouluterveydenhoitajan kanssa on luontevaa ja pohjautuu vanhempien suostumukseen. Lukuisten poissaolojen syynä ovat usein vatsakivut, päänsäryt, huonot olot yms., jotka ovat seurausta perheen tuen tarpeesta. Nopea puuttuminen eli yhteydenotto vanhempiin sekä yhteisen tapaamisen järjestäminen opettajan, kouluterveydenhoitajan, kodin ja lapsen kanssa selvittää kaikille tilannetta ja auttaa lasta koulutyössä.

Lukuvuosittain järjestettävä ns. koulun arviointiviikko sekä vanhempien vartit ovat tärkeä osa koulun toimintaa. Tapaamisissa arvioidaan koulutyön sujuvuutta ja keskustellaan lapsen voimavaroista sekä perheen mahdollisuudesta tukea lapsen koulutyötä. Opettaja tapaa jokaisen lapsen huoltajat ja kutsuu tarvittaessa kouluterveydenhoitajan mukaan. Tapaamisiin vanhemmat tuovat mukanaan aina omat aiemmat kokemukset, mutta myös arvokkaan tiedon lapsen äitinä tai isänä. Lapsen ja perheen tukeminen pohjautuu kaikkien, myös lapsen kuulemiseen. Koulun arjen sekä opetus- ja kasvatustavoitteiden selvittäminen auttaa vanhempia ymmärtämään koulun tarjoamia tukimuotoja. Toisinaan perheet kaipaavat apua koulun ulkopuolisten tukitoimien löytämisessä ja vastaanottamisessa. Jokaiselle koululaiselle järjestetään lukuvuosittain terveydenhoitajan tapaaminen. Koululaisen hyvinvoinnin seurannassa kuullaan lapsen oma sekä opettajan ja vanhempien arvio lapsen tilanteesta. Tapaamisissa arvioidaan kasvua ja kehitystä sekä koulutyön sujuvuutta. Läsnäolo koulun arjessa sekä tiivis yhteistyö opettajan kanssa auttaa terveydenhoitajaa arvioimaan lapsen koulutyön sujuvuutta. Kahdenkeskisissä tapaamisissa lapsen kanssa on helppo ottaa esille myös opettajan välittämiä huolia.

Luottamus ja avoimuus perheen ja koulun välillä on ajoittain haasteellista. Vanhempien omat aiemmat kokemukset, ennakkoluulot, kulttuuritaustat ja yhteisen kielen puute saattavat vaikeuttaa tuen järjestämistä lapselle. Kulttuuri- ja kielitaustan vuoksi käsitteet voivat olla täysin vieraita tai ne ymmärretään huonosti. Yhteydenpitoon saatetaan tarvita ulkopuolinen tulkki eikä kirjallisesta materiaalista ole apua. Onnistunut lapsen ja perheen tukeminen edellyttää myös oppilashuoltohenkilöstön tiivistä yhteistyötä. Yhteinen vastuu tilanteesta on välttämätön – yksin ei kukaan jaksaa. Opettajan ja kouluterveydenhoitajan välinen yhteistyö pohjautuu yhteiseen tavoitteeseen tukea lasta ja perhettä. Eri ammatillisten näkökulmien yhteensovittaminen lisää onnistunutta koululaisen tukemista koulutyössään.

Lapsen lähin kehitysympäristö eli koti on nähtävä tärkeimpänä lapsen tukimuotona. Koulu ja sen aikuiset auttavat kodin kasvatustyötä. Monelle lapselle koulun tarjoama säännöllinen arkirytmisi tiettyine velvoitteineen on riittävä kasvun ja kehityksen tuki. Koulun aikuisten rohkeus ja kyky ottaa huolet esille eivät edellytä lisä- tai täydennyskoulusta. Asetusten, suositusten ja ohjeistuksien lisäksi on välttämätöntä pysähtyä miettimään koulun ja kouluterveydenhuollon perustehtävää ja työn sisältöä. Ohjeistukset turvaavat rakenteet ja resurssit, mutta lapsen ja perheen tukeminen on aina riippuvainen arjen työntekijöistä ja yhteistyöstä.

Koulukuraattorin rooli erityisen tuen tarpeen tunnistamisessa ja oppilaan tukemisessa

Vastaava koulukuraattori Hanna Gråsten-Salonen, Tampereen kaupunki, Perusopetus, Erityispalvelut, Saukonpuiston koulu

Koulukuraattoritoimintaa säätelee perusopetuslaki (31 a § Oppilashuolto) ja lastensuojelulaki (9 § Tuki koulunkäyntiin), jonka mukaan koulukuraattorin tehtävänä on antaa esi-, perus- ja lisäopetuksen sekä valmistavan opetuksen oppilaille riittävä tuki ja ohjaus koulunkäyntiin sekä ehkäistä ja poistaa oppilaiden kehitykseen liittyviä sosiaalisia ja psyykkisiä vaikeuksia.

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden (2004) mukaan opetuksessa erityistä tukea tarvitsevat oppilaat, joiden kasvun, kehityksen ja oppimisen edellytykset ovat heikentyneet vamman, sairauden tai toimintavajavuuden vuoksi. Lisäksi erityisen tuen piiriin kuuluvat oppilaat, jotka tarvitsevat psyykkistä tai sosiaalista tukea. Erityisen tuen piiriin kuuluvat myös oppilaat, joilla on opetuksen ja oppilashuollon asiantuntijoiden sekä huoltajan mukaan kehityksessään oppimiseen liittyviä riskitekijöitä.

Sosiaalityöntekijänä koulukuraattori on koulussa sosiaalityön ja erityisesti lastensuojelun asiantuntija. Koulukuraattorin lakisääteisenä perustehtävänä on työskennellä erityisesti niiden oppilaiden ja perheiden kanssa, joilla on sosiaalisia ja lastensuojelullisia ongelmia. Koulukuraattorilta edellytetään myös mielenterveystyön osaamista.

Koulukuraattorien asiakkaiden kohdalla tuen tarpeen tunnistajana toimii useimmiten opettaja. Oppilaat tulevat koulukuraattorin asiakkaiksi myös oppilashuoltoryhmän ja vanhempien aloitteesta tai omasta aloitteestaan. Aloite voi tulla myös lastensuojelusta, perheneuvolasta, lasten tai nuorten psykiatriasta, nuorisotoimesta tai poliisilta. Yhteydenoton syyt liittyvät usein käyttäytymiseen, sosiaalisiin suhteisiin, perheeseen liittyviin asioihin, tunne-elämän pulmiin tai koulunkäyntijärjestelyihin sekä oppimiseen.

Koulukuraattori itse voi toimia tuen tarpeen tunnistajana esimerkiksi opettajan tai vanhempien kanssa käytävissä oppilaskonsultaatioissa, oppilaan poissaoloja seuraamalla tai luokan ilmapiirikartoituksia ja kiusaamisselvityksiä tekemällä. Tuen tarve voi tulla esille myös kuraattorin koko luokka-asteelle (esimerkiksi 7.-luokkalaiset) tekemissä haastatteluissa.

Sosiaalisessa selvityksessään koulukuraattori kartoittaa oppilaan koulunkäyntiä, opiskelua ja oppimisympäristöä, oppilaan henkilökohtaista toimintakykyä, vointia ja jaksamista, perhe- ja kotitilannetta sekä kaverisuhteita, harrastuksia ja vapaa-ajan viettoa. Jatko toimia voivat olla koulukuraattorin ohjaus- ja tukikeskustelut oppilaan ja/tai hänen perheensä kanssa, koulunkäyntijärjestelyt (joko koulun sisäiset tai siirto erityisopetukseen) tai oppilaan ja/tai hänen perheensä ohjaaminen koulun omien (esimerkiksi koulupsykologi, kouluterveydenhuolto) tai koulun ulkopuolisten tukitoimien piiriin. Eniten tukea tarvitsevien oppilaiden asioissa koulukuraattorin työprosessi voi kestää useita vuosia.

Oppilaita voidaan tukea myös johonkin aiheeseen/teemaan (esimerkiksi kiusaaminen, sosiaaliset taidot, masentuneisuus) liittyvissä ryhmissä, joita vedetään usein työparin kuten koulupsykologin, erityisopettajan tai terveydenhoitajan kanssa. Koulukuraattori saa tietoa oppilaan toiminnasta ja käyttäytymisestä ryhmässä havainnoimalla häntä luokassa. Kokonaisten luokkien kanssa työskentely yhteistyössä opettajan kanssa tulee usein kysymykseen luokan ilmapiiri- ja kiusaamistilanteissa. Koulukuraattori voi myös pitää esimerkiksi kiusaamiseen, ihmissuhteisiin, päihteiden käyttöön, kaltoin kohteluun ja mielenterveyteen liittyviä oppitunteja.

Yhteystiedot:

etunimi.sukunimi@koulut.tampere.fi

Erityinen tuki koululääkärin näkökulmasta – ruohonjuuritason realismia

Nuorisolääkäri Elina Hermanson, Kirkkonummi

Se, että kouluterveydenhuoltoa pidetään osana ennaltaehkäisevää terveydenhuoltoa, tarkoittaa joillekuille sitä, ettei paukkuja pidä pistää auttamiseen, ainoastaan avun tarpeessa olevien etsimiseen. ”Auttamista varten on muita toimijoita.”

Ruohonjuuritason työntekijänä olisi luontevaa sanoa, että näin typerästi ajattelevat vain päättäjät ja byrokraatit. Mutta arkielämän realiteetteja on, että mitä päättäjät edellä, sitä työntekijät perässä. Nyt kun on annettu asetus, joka määrää syynäämään niin ja niin monta kertaa niin ja niin monta yksilöä, sitä tehdään sitten. Annetaan jokaiselle säädetty tunti, vaikka hyvin pärjällevä, avoin Mari oikeastaan hyvin tunnetaan muista yhteyksistä, mutta Masasta tiedetään, että hän on hyvin sulkeutunut ja vaikeasti lähestyttävä. Uusintatapaamisille ei ole aikaa, koska päihde-, uni-, seksi- ja ruokailuvalistukset on esitettävä tasa-arvoisesti jokaiselle ikäluokan yksilölle.

Tämä on inhimillistä. Olen vakuuttunut siitä, että joka ikisellä käytännön työntekijällä on tarve tehdä työnsä hyvin ja vaikuttavasti. Kuitenkin, jos esimiehet jankuttavat vuosikausia jostain yhdentekevästä tulostavoitteista ja normeista ja viisi veisaavat yksilöllisistä ponnisteluistasi, sinä lannistut ja otat uudeksi päämääräksesi täyttää normeja. Sitä tehdään mitä tilataan.

Kouluterveydenhoitajat on jätetty toimimaan järjettömän yksin. Jos uusi asetus tuokin nyt koululääkärin aiempaa varmemmin tekemään määräaikaistarkastuksia, mitä iloa tuosta kiireisestä, ylityöllistetyistä, huonosti asiaan perehtyneestä viransijaislääkäristä on, kun sinä terveydenhoitajana joudut miettimään, pitäisikö sinun huolestua nuoren jatkuvista koulupoissaoloista vai ei? Mitä teet, kun tiedät, että vaikka koululääkäri laittoi lähetteen psykiatrilille, vanhemmat hiljaisesti sitä vastustivat, eikä nuori tule koskaan menemään outoon erikoissairaanhoidon paikkaan?

Kuka oikeastaan on erityisen tuen tarpeessa? Eikö ole jotenkin oireellista, että nuorisopsykiatrilille päätyy nykyisin yhä enemmän kauniita, laihduttavia ja itseään viilteleviä tyttöjä, mutta poikia ainoastaan, jos he ymmärtävät syyttää tulipalon eteiseen? Kun taikinaihoinen, harvasanainen pulska poika kertoo viettävänsä kaiken aikansa tietokoneen äärellä, tutkitut kilpirauhashormonit mutta kun poikkeavaa ei löydy, alat luultavasti saarnan liikunnan tarpeesta ja kenties ohjaat pojan ravitsemusterapeutille. Kuinka paljon jaksat kaivaa nuoren pahan olon syytä? Käypä hoito -suositus lihavuudesta puhuu kyllä lihavuuden stigmatisoivasta vaikutuksesta, muttei siitä, kuinka syöminen voi olla ainoa lohtu vakavasti masentuneelle.

Miten selviät, kun selvästi avun tarpeessa oleva kieltäytyy ottamasta apua vastaan? Tiedämme että peräkammarin pojat ne itsensä todennäköisemmin hirteen vetävät. Mutta apua ei voi antaa, ellei sitä oteta vastaan.

Perimmäinen kysymys on, miten kestää turhauttavaa työtä, jonka todellinen vaikuttavuus on äärimmäisen vaikeasti mitattavissa. Oma ratkaisuni, johon otan mieluusti kommentteja ja vasta-arvioita, on kauan sitten keksitty psykiatrisessa erikoissairaanhoidossa, sosiaalityössä ja etenkin poliisitoimessa: työparityökentely. Vakiintunut, toisiinsa luottava hoitaja-lääkäarityöpari pystyy, uskaltaa ja jaksaa tehdä sitä, mihin edes leegio yksintyökentelijöitä ei kykene, oli koulutuspäiväsparraus miten erinomainen hyvänsä.

Yhteystiedot:

etunimi.sukunimi@kirkkonummi.fi

Tehostetun ja erityisen tuen sekä oppilas- ja opiskelijahuollon valtakunnalliset kehittämishankkeet

Opetusneuvos Aija Rinkinen ja opetusneuvos Kristiina Laitinen, Opetushallitus, yleissivistävän koulutuksen kehittäminen -yksikkö

Viime vuosina yksi koulutuspoliittisista painopisteistä on ollut perusopetuksen laadun kehittämisessä. Opetussektorilla on käynnistetty useita valtakunnallisia kehittämistoimenpiteitä, jotka ovat kohdistuneet tehostetun ja erityisen tuen ja oppilas- ja opiskelijahuollon palvelurakenteen kehittämisen lisäksi oppilaanohjaukseen, kerhotoimintaan, sairaalaopetuksen ja romaniopetuksen kehittämiseen sekä viimeisimpänä vieraiden kielten opetuksen kehittämiseen. Kuntien ja seutujen paikallisella tasolla toteuttamaa kehittämistyötä on tuettu valtionavustuksin, joita on jaettu useissa aalloissa niin opetusministeriön kuin Opetushallituksen toimesta.

Sosiaali- ja terveysministeriön asettama oppilashuoltoon liittyvän lainsäädännön uudistamistyöryhmä (2006) esitti yhtenä suosituksenaan oppilashuollon palveluiden saatavuuden turvaamista kehittämällä kuntien keskinäistä yhteistyötä palveluiden järjestämisessä ja tuottamisessa. Seuraavana vuonna (2007) Suomeen laadittiin ensimmäistä kertaa erityisopetuksen strategia, jossa esitettiin kehittämissuunnitelmissä erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden opetuksen järjestämiseksi. Vastaavasti Koulutuksen ja tutkimuksen kehittämissuunnitelmassa 2007–2010 ehdotetaan perusopetuksen erityisopetuksen uudistamista strategian mukaisesti. Erityisopetuksen strategian toteuttaminen edellyttää lainsäädännön muutoksia, esi- ja perusopetuksen opetussuunnitelmien perusteiden muuttamista sekä kuntien toimintatapojen kehittämistä.

Edellä mainittuihin suosituksiin pohjautuen opetusministeriö käynnisti oppilashuollon kehittämistoiminnan vuonna 2007 sekä tehostetun ja erityisen tuen kehittämistoiminnan vuonna 2008. Kehittämistyötä on jatkettu ja laajennettu asteittain jaettujen valtionavustusten kautta. Tästä syystä kunnissa ja seuduilla toteutettu kehittämistoiminta voi olla hyvin eri vaiheissa. Oppilas- ja opiskelijahuollon kehittämistoiminnassa on ollut mukana yhteensä noin 200 kuntaa. Tehostetun ja erityisen tuen kehittämistoiminnassa on ollut mukana noin 260 kuntaa tai yksityistä opetuksen järjestäjää. Kehittämistoimintoja ohjaa Opetushallitus ja lisäksi kuntien työtä tuetaan mm. valtakunnallisella ja alueellisella täydennyskoulutuksella.

Kehittämistoimintaa on toteutettu joko yksittäisen kunnan sisäisenä tai seudullisena yhteistyönä. Uusimpia valtionavustuksia on kohdennettu erityisesti seudulliseen kehittämisverkostotoimintaan, jossa tarkoituksena on yhdistää kuntien voimavaroja ja osaamista. Kehittämisverkostotoiminnan perusajatuksena on luoda oppilashuoltoon tai tehostettuun ja erityiseen tukeen liittyviä uusia innovaatioita, jotka jatkossa ovat vakiinnutettavissa valtakunnallisesti. Innovaatioiden kehittämisessä kuntien toimintaan yhdistyy tieteellinen tutkimus.

Tällä hetkellä kunnissa on käynnissä samanaikaisesti useita kehittämishankkeita, joiden sisällöt ja tavoitteet ovat osittain samansuuntaisia. Ennaltaehkäisevä työ, hyvinvoinnin tukeminen, varhainen puuttuminen, palvelujen saatavuuden parantaminen ja hallintokuntien välisen yhteistyön kehittäminen ovat edellä mainittujen toimintojen keskeisiä tavoitteita. Vaikka kehittämistoiminta on suurimmassa osassa kuntia edelleen käynnissä, voidaan tässä vaiheessa jo todeta, että kehittämistoiminnan tulokset noudattavat asetettuja tavoitteita.

Yhteystiedot:

etunimi.sukunimi@oph.fi

Vantaan oppilas- ja opiskelijahuollon palvelurakenteen kehittämishanke; alueellisen oppilashuoltotyön ja esiopetuksesta kouluun -nivelevaiheen kehittäminen

Johtava koulupsykologi Tuija Harakka, Vantaa

1. Alueellinen oppilashuoltotyö

Vantaan viidellä aluerehtorialueella toimii varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen toimintaa tukeva moniammatillinen, alueellinen oppilashuoltoryhmä (alueohr). Alueohr huolehtii alueensa oppilaiden hyvinvoinnista tukemalla varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen oppilashuoltotyötä sekä seuraamalla moniammatillisten oppilashuoltopalvelujen saatavuuden tasapuolisuutta ja oppilashuollollisten toimintatapojen yhdenmukaisuutta alueella. Jäsenet pyritään nimeämään siten, että alueen eri yksiköt ja oppilashuollon toimijat tulevat mahdollisimman kattavasti edustetuiksi. Ryhmään kuuluvat aluerehtori, varhaiskasvatuspäällikkö, aluekuraattori, nuorisotyöntekijä/erityisnuorisotyöntekijä, erityisopetuksen aluekoordinaattori, johtava lastensuojelun sosiaalityöntekijä/sosiaalityön esimies, kieli- ja kulttuuriryhmien opetuksen aluekoordinaattori, konsultoiva erityislastentarhanopettaja, koulupsykologi ja kouluterveydenhoitaja.

Toiminnan tavoitteena on mm. varhaisen puuttumisen keinojen, osaamisen ja kehittämisen jakaminen, nivelvaiheissa toteutettavan sujuvan tiedonsiirron ja hyvän yhteistyön edistäminen eri toimijoiden kesken, yhtenäisten toimintatapojen vahvistaminen oppilaan hyvinvointia edistävässä työssä, oppilaan hyvinvoinnista huolehtivien työntekijöiden yhteistyön tiivistäminen, tehtävien ja vastualueiden selkiytyminen sekä työntekijöiden verkoston vakiinnuttaminen sekä hyvän tiedonkulun varmistaminen alueen ja virastotahojen välillä.

2. Esiopetuksesta Kouluun -tiedonsiirtoprosessi (EsKo) Vantaalla

Vantaalla on otettu käyttöön yhtenäinen esi- ja alkuopetuksen tiedonsiirtomalli, jota toteutetaan jokaisessa päiväkodissa ja koulussa. Prosessin ja siihen liittyvän tiedonsiirtolomakkeen käytön tavoitteena on varmistaa tiedon siirtyminen kaikista koulutulokkaista ja samalla vähentää suullisesti siirrettävän tiedon määrää. Esiopetusikäisen lapsen havainnointi -lomake ja EsKo-tiedonsiirtolomake täytetään kaikista esiopetusikäisistä lapsista. Esiopetuksen opettaja kokoaa havainnot lapsen taidoista, vahvuuksista ja tuen tarpeista havainnointilomakkeelta EsKo-tiedonsiirtolomakkeelle. Esiopetuksen opettaja käy tiedonsiirtolomakkeen läpi yhdessä vanhempien kanssa, lapsen esiopetusvuoden arviointikeskustelun yhteydessä.

Esiopetuksen oppilashuoltoryhmät ja koulun oppilashuoltoryhmät järjestävät tiedonsiirron koulutulokkaista lähikoulumäärittelyjen jälkeen. EsKo-tiedonsiirtolomake luovutetaan rehtorille. Keväällä lomaketta ja suullisesti tiedonsiirtoneuvottelussa välittynyttä tietoa hyödynnetään ryhmien jakoperusteena, opetuksen suunnittelussa ja lapsen oppilashuollon järjestämisessä. Syksyllä opettaja käyttää tietoa opetuksen ja kasvatuksen suunnittelussa (esim. tukiopetus, osa-aikainen erityisopetus) sekä vanhempien tapaamisen pohjana. Lomake on tukena Oppimisen ja kasvun suunnitelman laatimisessa (tehostettua tukea tarvitsevat) tai Hojks:n laatimisessa (erityistä tukea tarvitsevat). Oppilashuoltoryhmä hyödyntää tietoa 1. luokkien ryhmien tilanteen ja /tai yksittäisten oppilaiden asioiden käsittelyssä. Syksyllä järjestetään tiedonsiirron arviointitilaisuus, jossa esiopetuksen ja koulun henkilöstö arvioivat kevään prosessia ja voivat vielä täydentää koulutulokkaista keväällä saatua opetuksen järjestämisen kannalta olennaista tietoa. Yksittäisten oppilaiden neuvotteluihin (esim. Hojks, Oppimisen ja kasvun suunnitelma), pyydetään mukaan esiopetuksen opettaja, joka tarvittaessa täydentää tietoa esiopetusvuoden kokemusten perusteella.

Yhteystiedot:

etunimi.sukunimi@vantaa.fi

Oppimisen, kasvun ja koulunkäynnin tuen kehittäminen Vantaalla

**Tehostetun ja erityisen tuen kehittämistoiminnan koordinaattori Niina Lång ja
opetustoimen suunnittelija Hanna-Mari Sarlin, Vantaa**

Vantaalla opetuksen järjestämisen lähtökohtana on toimiva esi- ja perusopetus, joka mahdollistaa tuen eri muotojen toteuttamisen lähipäivähoidossa ja -koulussa. Tavoitteena on tukea oppilasta siten, että hän voi osallistua esi- ja perusopetukseen yhdessä ikätovereidensa kanssa. Opetusryhmien sisäiset ja opetusryhmien väliset joustavat opetusjärjestelyt tukevat näiden periaatteiden toteuttamista. Oppimisen tuki järjestetään Vantaalla lähipalveluperiaatteella, jota tukee alueellinen tuen organisointi. Oppimisen tukea vahvistetaan aluerehtorijärjestelmän, alueellisten oppilashuoltoryhmien sekä oppimisen tukipalveluiden ja kieli- ja kulttuuriryhmien aluekoordinointijärjestelmien avulla. Varhaiskasvatuksessa konsultaatiota antavat konsultoivat erityislastentarhanopettajat. Syksyllä 2011 aloitetaan varhaiskasvatuksen kieli- ja kulttuuriryhmien alueellinen koordinointi ja konsultaatio.

Perusopetuksen strategisena tavoitteena lukuvuosina 2010–2012 on pedagogisen tuen muotojen kehittäminen, joka kohdentuu sekä oppimisen että koulunkäynnin tukeen. Strategiatyö nivoutuu tehostetun ja erityisen tuen kehittämistoimintaan, jonka tavoitteena on selkiyttää vantaalaista palvelujärjestelmää ja luoda oppilaiden tarpeita paremmin vastaavia opetusjärjestelyjä. Kehittämistoiminnan painopisteinä ovat (1) yleisen, tehostetun ja erityisen tuen rakenteiden, toimintamuotojen ja menetelmien kehittäminen, (2) pedagoginen kehittäminen ja henkilöstön osaamisen vahvistaminen, (3) opetuksen siirtymävaiheiden hyvät käytänteet sekä (3) alueellisen toiminnan vahvistaminen. Pedagogisen kehittämisen tukena toimivat vuosittain järjestettävät Erityisopetus- ja Kieli- ja kulttuuriryhmien foorumit sekä opettajien alueelliset tapaamiset. Uusia pedagogisia toimintamalleja pilotoidaan, kehitetään ja mallinnetaan pilottiyksiköissä. Olemassa olevia, hyväksi havaittuja oppimisen ja kasvun tukemisen käytänteitä on koottu verkkoympäristöön ja lisäksi niitä jaetaan vantaalaisilla Oppimisen tuki-messuilla. Pitkän tähtäimen tavoitteena on vantaalaisen opettajavaihdon ja benchmarking -järjestelmän kehittäminen. Lukuvuonna 2010–2011 perusopetuksen strategista tavoitetta tuetaan kaupunkitasoisella VESO-koulutuskokonaisuudella, jossa painopisteinä ovat eriyttäminen ja oppimaan oppimisen taitojen tukeminen.

Yhteystiedot:

etunimi.sukunimi@vantaa.fi

Posterinäyttely

Terveenä ja hyvinvoivana jo työuran alussa 2010–2011

E. Korkiakangas, N. Nevanperä & J. Laitinen, Työterveyslaitos

Hankkeen tavoitteena on yhteistyössä logistiikka-alan oppilaitosten ja kouluttajien kanssa edistää ammattikuljettajiksi opiskelevien terveellisiä elintapoja ja itsestä huolehtimista osana hyvää ammatti-identiteettiä ja työsuojeluosaamista. Hankkeen tavoitteena on myös logistiikka-alan perustutkinnon ja ammattia logistiikka-alalle vaihtavien koulutuksen sisältöjen kehittäminen integroimalla terveyttä ja työkykyä edistäviä sisältöjä olemassa oleviin koulutuskokonaisuuksiin.

Hankkeessa toteutettiin alkukysely ammattikuljettajiksi opiskeleville touko-kesäkuussa 2010. Kysely toistetaan syyskuussa 2011. Kyselyjen myötä saadaan tietoa ammattikuljettajiksi opiskelevien terveystotumuksista sekä niissä mahdollisesti tapahtuneista muutoksista.

Hanketyöskentely sisältää työkokouksia, seminaareja ja koulutusta. Oppilaitoksissa pyritään toimimaan aktiivisesti opiskelijoiden terveellisten elintapojen edistämiseksi.

Opetussuunnitelman kehittämistyö kirjataan ja sitä arvioidaan säännöllisesti. Opintosisältöjen kehittäminen perustuu Työterveyslaitoksen ja yhteistyöoppilaitosten yhteistyöhön sekä sisältöjen, materiaalien ja menetelmien testaamiseen.

Hankkeen tuloksena tuotetaan opetuksen taustamateriaalia opettajille ja kouluttajille sekä opetusmateriaalia ja -menetelmiä, jotka soveltuvat logistiikka-alan opetukseen. Hankkeessa järjestetään täydennyskoulutusta logistiikka-alan opettajille ja kouluttajille. Tuotoksista pyritään tiedottamaan laajasti.

Hankkeessa luodaan toimintamalli terveyskäyttäytymisen sitomisesta ja integroimisesta osaksi ammatillisia opintoja. Toimintamallia luodaan yhdessä opettajien ja opiskelijoiden kanssa. Mallin luominen perustuu terveystieteiden ja alan opetustyön asiantuntijuuden jakamiseen, jolloin työskentelyssä ovat mukana näkökulmat liikenne- ja logistiikka-alan ammatillisesta osaamisesta, logistiikka-alan pedagogisesta osaamisesta sekä terveellisten elintapojen, ajoterveyden ja työkyvyn substanssista.

Työterveyslaitoksen yhteistyökumppaneita hankkeessa ovat Taksikoulu Pirssi, JAKK Oulu, JAKK Vantaa, JAKK Tampere, JAKK Jalasjärvi, Kainuun ammattiopisto, Kokkolan ammattiopisto, Jämsän ammattiopisto, Oulun seudun ammattiopisto, Etelä-Karjalan ammattiopisto ja Etelä-Karjalan aikuisopisto.

Neljän vuodenajan lautasmalli -hanke

Kotimaiset Kasvikset ry

Neljän vuodenajan lautasmalli on Kotimaiset Kasvikset ry:n vuoden 2010 hanke, jossa korostetaan ruokalautasen täyttämistä puolilleen kauden kasviksilla ihmisen ja ympäristön hyvinvointia edistäen. Hankkeessa tiedotetaan erityisesti kuluttajille kauden kasviksista ja havainnollistetaan sesonkiajattelua sekä jatketaan edelleen Puoli kiloa päivässä eli kuusi kourallista -tavoitteen esille tuomista erilaisin toimenpitein ja keinoin kohderyhmästä riippuen. Kohderyhmänä ovat kaikki suomalaiset, erityisesti lapset, nuoret ja miehet.

Tekstissä keskitytään lapsiin ja nuoriin suunnattuihin toimenpiteisiin, jotka toteutetaan hankkeessa Terveyttä kasviksilla -kampanjan nimen alla. Yhteistyötahoina ja rahoittajina toimivat Kotimaiset Kasvikset ry, Suomen Sydänliitto ja Syöpäjärjestöt. Lisäksi saadaan hankerahoitusta maa- ja metsätalousministeriöltä.

Terveyttä kasviksilla -kampanja

Kampanjan tavoite

Terveyttä kasviksilla -kampanjan tavoitteena on lisätä lasten ja nuorten kasvisten eli vihannesten, juuresten, marjojen ja hedelmien käyttöä osana monipuolista ja terveyttä edistävää ruokavaliota. Päivittäinen kasvis-suositus on kuusi kourallista eli puoli kiloa.

Teemat

Kasvisten käytön lisäämistä edistetään tänä vuonna erityisesti korostamalla säännöllisen ateriarhythmin, lautasmallin ja kunnan välipalojen merkitystä. Syömällä säännöllisesti aamupalan, lounaan, välipalan, päivällisen ja iltapalan ja pitämällä sekä pääaterioilla että välipaloilla mielessä lautasmalliajatus, kasvisten osuus ruokavaliossa pysyy riittävänä ja oikeassa suhteessa muuhun ruokaan. Lisäksi korostetaan vanhempien mallin ja roolin merkitystä lasten ruokailuun liittyvissä asioissa.

Kohderyhmät

Kampanjan kohderyhmä on koululaiset eli lapset ja nuoret. Pääasiallinen toimintaympäristö on ala- ja yläkoulut. Kampanjan viestinviejinä toimivat koululaisten lähipiirissä toimivat aikuiset kuten luokan-, terveys-tiedon- ja kotitalouden opettajat, rehtorit, kouluterveydenhoitajat ja suun terveydenhuollon ammattilaiset. Lisäksi tärkeitä ryhmiä ovat vanhemmat, ruokapalveluhenkilökunta ja ravitsemusasiantuntijat.

Toimenpiteet

Huhti-toukokuussa tiedotettiin lasten ja nuorten opetuksesta ja neuvonnasta vastaaville ammattilaisille Terveyttä kasviksilla -kampanjan toimenpiteistä ja aineistoista sekä kannustettiin toimimaan koululaisten terveyden edistämiseksi. Rehtoreille lähetettiin markkinointikirje, jossa innostettiin alakouluja järjestämään koko koulun yhteinen kasvistapahtuma tai -viikko ja kannustettiin tilaamaan järjestämisen tueksi kasvis-tapahtumien aineistopaketti.

Suun terveyden ammattilaisille lähetettiin vastaavasti tietoa ja mahdollisuus tilata ateriarhythmiiin ja suun terveyteen liittyvää aineistoa. Kotitalousopettajille lähetettiin tietoa kotitalous- ja terveystiedon opetukseen liittyvästä uudesta säännölliseen ateriarhythmiiin, lautasmalliasiaan, kasvisten syömisen lisäämiseen, kunnan välipalaan ja kasvisten sesonkiajatteluun liittyvän aineiston tilaamisesta ja aiheiden käsittelyn tärkeydestä oppilaiden kanssa.

Lisäksi Etelä-Pohjanmaalla järjestetään syyskuun alussa seitsemässä alakoulussa Kaappaa kasvis! -viikko, jonka tarkoituksena on lisätä koululaisten kasvisten kulutusta ja tuntemusta. Toiveena on hyödyntää pilotin tuloksia ja sen perusteella kehittää ja laajentaa Kaappaa kasvis! -viikko tulevaisuudessa laajemmin Suomen alakouluihin, jos hankkeelle löytyy rahoitusta.

Tietoa Terveyttä kasviksilla -kampanjasta, sähköistä tai tulostettavaa opetus- ja neuvonta-aineistoa ammattilaisten käyttöön sekä hankkeen uutta ja aikaisemmin tuotettua aineistoa on saatavilla ja tilattavissa osoitteesta www.terveyttakasviksilla.fi. Tilattavat aineistot ovat maksuttomia, posti- ja käsittelykulut peritään tilauksen painon mukaan.

Lisätietoa:

*ravitsemusasiantuntija Päivi Jämsén, Kotimaiset Kasvikset ry,
etunimi.sukunimi@kasvikset.fi, puh. 040 728 0562*

Kokemustietoa syömishäiriöistä

Syömishäiriöliitto - SYLI ry ja Väli-Suomen syömishäiriöperheet ry

Vuonna 2004 perustettu Syömishäiriöliitto - SYLI ry on valtakunnallinen syömishäiriöön sairastuneita ja heidän läheisiään edustava järjestö. Liiton tehtävänä on lisätä kokemukseen perustuvaa syömishäiriötietoutta ja -osaamista. Syömishäiriöliiton keskeisiä kokemustiedon viestintäkanavia ovat:

- **Internet-sivut** www.syomishairioliitto.fi, joilta löytyy tietoa liiton ja alueellisten jäsenyhdistysten toiminnasta, vertaistuesta ja syömishäiriöistä.
 - Nettisivuilla myös **keskustelupalstat** syömishäiriöön sairastuneille ja heidän läheisilleen
 - Sivuilta löytyy myös Syömishäiriöliitto - SYLI ry:n **jäsen- ja tiedotuslehti SYLILLINEN**
- **Nuorille suunnatut nettisivut** osoitteessa www.nettisyli.fi
- **Liiton esite:** ”Oikeus olla ainutlaatuinen ja omannäköinen”. Maksuttomia esitteitä voi tilata numerosta (02) 251 9716.
- **Neuvontapuhelin** (02) 251 9207, joka päivystää maanantaisin ja torstaisin klo 9–15
- **Valtakunnalliset Syömishäiriöpäivät** – kokemustiedon ja ammattiosaamisen kohtauspaikka. Seuraavat Syömishäiriöpäivät järjestetään Turussa 19.–20.1.2011.
- **Syömishäiriöt – mistä on kyse? ensitieto-opas.** Maksullista opasta voi tilata nettisivujen www.syomishairioliitto.fi kautta tai puhelimitse (02) 251 9716.
- **Ensitietoryhmä** syömishäiriöön sairastuneiden vanhemmille (ENSISYLI -kehittämisprojekti)

Syömishäiriöliitto - SYLI ry:n keskustoimisto on Turussa ja aluetoimistot Oulussa sekä Jyväskylässä. Toimintaa rahoittaa suurelta osin RAY. Tuotemerkki Dove on tukenut jo pitkään liiton ennaltaehkäisevää työtä.

Väli-Suomen syömishäiriöperheet ry – yksi viidestä liiton jäsenyhdistyksestä

Väli-Suomen syömishäiriöperheet ry:n keskeisimpänä toimintamuotona on vertaistukitoiminta sekä sairastuneille että heidän läheisilleen. Yhdistyksellä on vertaistukiryhmätoimintaa Tampereella, Jyväskylässä, Lahdessa, Kuopiossa ja Joensuussa. Vertaistukiryhmätoiminnan lisäksi yhdistys tarjoaa myös sähköposti-vertaistukea.

Yhteystiedot:

Keskustoimisto

Läntinen Pitkätatu 35, 2. krs

20100 TURKU

kotisivu www.syomishairioliitto.fi

info@syomishairioliitto.fi

puh. (02) 251 9716

fax. (02) 251 9180

neuvontapuhelin (02) 251 9207

Neuvokas perhe – apua ohjaustyöhön

Koululaisen ja perheen liikunta- ja ravitsemusohjauksen työvälineet

J. Koskenkorva, Suomen Sydänliitto ry

Perhekeskeisellä ohjauksella tuloksiin

Liikunta- ja ravitsemusohjausmenetelmä – Neuvokas perhe – tarjoaa käytännön työvälineitä koululaisen ja vanhempien ohjauksen tueksi. Työvälineet kannustavat koululaista ja vanhempia itse arvioimaan omia liikunta- ja ruokatottumuksia. Lisäksi työvälineet antavat käytännön vinkkejä tottumusten muuttamiseen.

Neuvokas perhe -menetelmä on perhe- ja voimavara- ja elintapaohjaus. Se perustuu valtakunnallisiin terveyttä edistäviin ja koululaisen normaalia kasvua ja kehitystä tukeviin liikunta- ja ravitsemussuosituksiin sekä Turun yliopiston STRIP-projektiin*.

STRIP-projekti on antanut vankan näytön siitä, että perhekeskeisen ravitsemus- ja elintapaohjauksen avulla voidaan vaikuttaa myönteisesti lasten ja koululaisten liikunta- ja ruokatottumuksiin.

Menetelmä on tarkoitettu käytettäväksi kaikkien alakoululaisten ja heidän perheidensä kanssa osana terveystarkastuksia. Työvälineet soveltuvat erityisesti terveydenhoitajille, mutta niitä voivat käyttää myös esimerkiksi lääkärit, fysioterapeutit, ravitsemusterapeutit ja suuhygienistit.

Terveydenhoitajat mukana suunnittelutyössä

Menetelmän ja työvälineiden kehitystyö on käynnissä. Suunnitteluun osallistuu alakoulujen kouluterveydenhoitajia Helsingistä, Keravalta, Noormarkusta ja Vantaalta. Menetelmää testataan vuonna 2010 eri puolilla Suomea ja menetelmä valmistuu 2011.

Menetelmä äitiys- ja lastenneuvolaan valmistui syksyllä 2008. Kouluterveydenhuollon menetelmä on sovellus neuvolamenetelmästä.

Käytännön työvälineitä

Työvälineissä on kysymyksiä koululaiselle ja hänen vanhemmilleen arkeen liittyvistä liikunta- ja ruokatottumuksista. Liikennevalovärien mukaiset vastausvaihtoehdot helpottavat kysymyksiin vastaamista ja herättelevät perheenjäseniä itse tarkastelemaan omia tottumuksiaan.

Esimerkkejä suunnitteluvaiheen koululaisen liikunta- ja ruokatottumuskysymyksistä:

• Istun tv:n, tietokoneen ja/tai elektroniikkapelien parissa 0–2 tuntia päivässä	Joo	Joskus	Ei
• Leikin ja liikun ulkona koulupäivän jälkeen	Joo	Joskus	Ei
• Syön aamupalan	Joo	Joskus	Ei
• Syön kouluruualla lämmintä ruokaa, leipää, maitoa ja salaattia	Joo	Joskus	Ei

Työvälineitä ovat myös ammattilaisen käsikirja ja havainnolliset kuvat, joiden tarkoitus on mm. innostaa koululaista tarkastelemaan omia tottumuksiaan.

Lisätietoa:

www.sydanliitto.fi > Extranet

* Juomat ravitsemuksessa. Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 2008.

Kouluruokailusuositus. Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 2008.

Physical Activity Guidelines for Americans. U. S. Department of Health and Human services. 2008.

Salminen M., Koski K., Kivelä S-L. Sydänsairauksien perhekeskeisen ehkäisyohjelman vaikutukset lasten ja nuorten terveyskäyttäytymiseen. Turun yliopisto. Yleislääketiede. Tutkimus 5/2002.

Suomalaiset ravitsemussuositukset – ravinto ja liikunta tasapainoon. Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 2005.

Tammelin T., Karvinen J., toim. Fyysisen aktiivisuuden suositus koululaisille 7–8-vuotiaille. OPM ja Nuori Suomi. 2008.

Tuotettu RAY:n ja STM:n tuella

Kehittämishanke ja selvitystyö 2009–2010: Liikunnasta syrjäytyneiden lasten ja nuorten fyysinen aktivointi

Nuori Suomi ry

Jokainen lapsi tarvitsee liikuntaa vähintään kaksi tuntia – joka päivä. Fyysisen aktiivisuuden suositukset määrittävät, että kaikkien lasten tulee liikkua vähintään 2 tuntia päivässä monipuolisesti ja innostavalla tavalla. Yli 2 tunnin pituisia istumisjaksoja tulee välttää. Ruutu-aikaa viihdemedian ääressä saa olla korkeintaan 2 tuntia päivässä.

Päivittäinen liikunta on lapsen hyvinvoinnin ja terveen kasvun perusta. Monipuolisella liikuntakasvatuksella on mahdollista tukea lasten ja nuorten fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista kehitystä ja hyvinvointia. Parhaimmillaan se johtaa liikunnallisen elämäntavan omaksumiseen.

Terveytensä kannalta vähän liikkuvia lapsia on yhä enemmän ja liikunnasta ulkopuolelle jäävien määrä on kasvanut hälyttävästi. Yli puolet suomalaisista lapsista ei liiku terveytensä kannalta riittävästi. Erittäin vähän liikkuvia – liikunnasta syrjäytyneitä – on noin 10–25 prosenttia lapsista ja nuorista.

Yksilölliset erot lasten liikkumisessa on huomattavia. Samalla kun liikuntaa harrastavien lasten määrä kasvanut, on vähän liikkuvien lasten määrä lisääntynyt. Ongelma ei olekaan liikuntaharrastamisen vähenemisessä, vaan luonnollisen liikkumisen, fyysisen temmellyksen vähenemisessä ja puutteessa.

Liikkumattomuus aiheuttaa lapsille terveyshaittoja, lisää pitkän aikavälin terveysriskejä sekä heikentää lasten ja nuorten elämän laatua. Alle 18-vuotiaiden lihavuus on yleistynyt myös Suomessa hälyttävästi. Lihavuus on osittain lisääntynyt lasten liikkumisen vähenemisen vuoksi.

Liikunnallinen elämäntapa opitaan jo lapsena. Aikuisen rooli lapsen liikunnan edistäjänä on ratkaiseva. Lasten ja nuorten liikunnallisen elämäntavan tukeminen tapahtuu lasten arkiympäristössä: kotona, päivähoidossa, koulussa ja harrastuksissa. Erityisesti vanhempien kannustus ja kotona opitut mallit ohjaavat arkisia valintoja. Valitettavasti liikkumaton lapsi ei liiku aikuisenakaan. Aikuisen velvollisuuksiin kuuluu sallia lapsen liike ja luoda lapselle liikkumisen mahdollisuuksia.

Nuori Suomi käynnisti vuonna 2009 kehittämishankkeen vähän liikkuvien ja liikunnasta syrjäytymisvaarassa olevien lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden lisäämiseksi. Kohderyhmänä ovat vähän liikkuvat 0–18-vuotiaat lapset ja nuoret, joiden liikkumattomuus johtuu monista syistä. Välillisiä kohderyhmiä ovat lasta lähellä olevat aikuiset, terveydenhuollon henkilöstö, liikuntatoimintaa järjestävät tahot ja päättäjät.

Hankkeen tavoitteena on valmistella vuoden 2010 loppuun mennessä kansallinen selvitystyö ja suunnitelma liikunnasta syrjäytymisen ehkäisemiseksi. Suunnitelma laaditaan yhteistyössä olemassa olevien hankkeiden, asiantuntijoiden ja järjestöjen kanssa.

Lisätietoa:

www.nuorisuomi.fi/erityinentuki

Lasinen lapsuus -materiaalit vanhempien päihteidenkäytöstä kärsivien lasten kanssa työskentelyn tukena

A-klinikkasäätiö

Vuonna 1986 aloitettu A-klinikkasäätiön alainen Lasinen lapsuus -toiminta on pitkäjänteisesti etsinyt uusia ja tehokkaita keinoja turvata eheä elämä vanhempien päihteidenkäytöstä haittoja kokeville lapsille. Lasinen lapsuus korostaa lapsen näkökulman huomioimista ja lapsen avuntarpeen ensisijaisuutta. Perheen elämää tarkastellaan lapsen silmin ja kokemusmaailmaa kunnioittaen. Vieläkään ei yleisesti ymmärretä, kuinka paljon kodin alkoholinkäyttö heijastuu lasten tunne-elämään, elämänvalintoihin ja myöhempään päihteiden käyttöön.

Toiminnan perusajatuksena on ollut vanhempien päihteidenkäytöstä aiheutuvien ongelmien esiintäminen ja ammattilaisten varustaminen lasten kohtaamiseen. Lasinen lapsuus on tuottanut ja julkaissut runsaasti tietoutta aihepiiristä, ja vuosien varrella kymmenet tuhannet lasten kanssa työtä tekevät ammattilaiset ovat saaneet perustiedot ongelman luonteesta ja lasten auttamisesta Lasinen lapsuus -koulutuksista ja materiaaleista.

Uunituore juliste- ja kortisarjamme on kerännyt paljon myönteistä huomiota ammattilaispiireissä, ja julisteitamme pidetään erinomaisena apuvälineenä helpottamaan päihdeasioiden puheeksi ottamista. Esittelemme myös Lasinen lapsuus -sivustolta ilmaiseksi ladattavissa olevaa ”Lapsuus päihteiden varjossa – Vanhempien päihteidenkäytöstä kärsivät lapset tutkimuksessa ja käytännön työssä” -raporttia, jonka julkaisimme maaliskuussa 2010 lapsiasiavaltuutettu Maria Kaisa Aulan kanssa Eduskunnassa järjestämässämme seminaarissa. Juuri on valmistunut myös esite viimeisimmästä kotimaisesta aiheeseen liittyvästä selvityksestä, eli vuonna 2009 teettämästämme kotien päihteidenkäyttöä koskevasta väestögallupista.

Ajatuksia herättävien julisteiden ja korttien sekä tietosisältöä tarjoavien painotuotteiden lisäksi haluamme tarjota opetusalan ammattilaisille myös nuorille suunnattuun Varjomaailmaverkkopalveluun liittyvää materiaalia (käyntikortteja, sarjakuvalehtiä, brosyyreitä) oppilaille välitettäväksi. Moni nuorten kanssa työskentelevä on antanut myönteistä palautetta Varjomaailmalle: Internetistä löytyy turvallinen paikka jonne ohjata niitä nuoria, joiden tukeminen tuntuu oman työn puitteissa liian vaikealta nuorten haluttomuudesta ja häpeän tunteista johtuen.

Lasinen lapsuus selvitti alkuvuodesta 2010 erilaisten ammattiryhmien näkemyksiä päihteidenkäyttäjien lasten kohtaamisesta. Opetushenkilökunnasta vanhempien päihteidenkäytön puheeksi ottamista lapsen kanssa piti vaikeana tai hyvin vaikeana 53 prosenttia. Päihteidenkäytöstä kärsivien lasten tunnistamista puolestaan piti haastavana 56 prosenttia. Näiden lasten ohjaamista tarkoituksenmukaisen avun piirin piti vaikeana peräti 67 prosenttia opetusalan ammattilaisista. Kouluissa moni kaipaa eväitä päihteidenkäyttäjien lasten kanssa toimimiseen.

Lasinen lapsuus -toiminnan ajattelutavassa koulujen henkilökunnalta ei kuitenkaan odoteta sosiaalityöntekijän tai päihdetyöntekijän taitoja. Kuka tahansa lasta kuunteleva ja hänestä kiinnostunut aikuinen terveydenhoitajasta kuraattoriin tai aineopettajasta keittäjään voi olla lapselle kodin päihteidenkäytön haitoilta suojaava myönteinen tekijä elämässä.

Alateen Kolo – Chat-ryhmä alkoholiperheiden nuorille

Al-Anon Keskuspalvelu

Al-Anon auttaa alkoholistien läheisten vertaistukiryhmiensä ja kirjallisuutensa avulla. Suomessa on ryhmiä sadalla eri paikkakunnalla, yhteensä noin 140 ryhmää. Ryhmistä sekä koko toiminnastamme saa parhaiten tietoa kotisivuiltamme www.al-anon.fi. Alkoholiperheiden nuoria varten meillä on chat-ryhmä, Alateen Kolo.

Alateen Kolo kokoontuu torstaisin klo 19–21 osoitteessa www.helppimesta.fi/Kolo. Kummeina on paikalla yksi tai kaksi Al-Anonin aikuista jäsentä, joilla on omakohtaista kokemusta siitä, mitä alkoholiperheissä tapahtuu. Kummit pitävät myös huolta, ettei mitään luvaton pääse ryhmän aikana tapahtumaan.

Kolossa nuoret pääsevät vaihtamaan ajatuksiaan toisten nuorten kanssa. Usein he ovat kuvitelleet olevansa ainoita, joiden elämä on mennyt sekaisin läheisen juomisen takia, ja helpottuvat huomattaessaan, että ei asia ole niin. Kummit lohduttavat nuoria ja vakuuttavat heille, etteivät he ole syällisiä läheisensä juomiseen. Heitä pyydetään kertomaan harrastuksistaan ja kiinnostuksen kohteistaan sekä etsimään hyviä puolia elämästään. Ongelmasta olisi hyvä myös kertoa jollekin toiselle ihmiselle – ystävälle, sukulaiselle, kouluterveydenhoitajalle tai -kuraattorille.

Kummien ilo on suuri, kun nuoret vierailun lopussa lähes aina kertovat olotilansa parantuneen ja huo- maavat vapautuneensa pahimmasta tuskastaan.

Al-Anon ei ole sitoutunut mihinkään uskonsuuntaan, kirkkokuntaan, poliittiseen ryhmittymään, järjes- töön tai yhteiskunnalliseen laitokseen. Yhteisö on omavarainen ja toimii jäsentensä vapaaehtoisten avustus- ten turvin. Jäsenmaksuja ei ole.

Lisätietoa:

www.al-anon.fi

Savuton Sohva Sakille – ammattiin opiskelevien osallisuuden lisäämistä ja tupakoinnin vähentämistä

Elämäntapaliitto ry

Savuton Sohva Sakille on Elämäntapaliiton ja Suomen Ammattiin Opiskelevat - SAKKI ry:n yhteinen kolmivuotinen (2009–2011) hanke, joka saa rahoituksensa Raha-automaattiyhdistykseltä. Tavoitteena on lisätä ammattiin opiskelevien osallisuutta ja vähentää heidän tupakointiaan. Hankkeen toiminta jakaantuu 1) selvitysten tekoon taustatiedon saamiseksi ja syventämiseksi, 2) kokeiluihin ja 3) viestintään, josta esimerkinä ovat erilaiset ammattiin opiskelevia osallistavat kilpailut.

Hankkeessa on toteutettu Terve amis -selvitys ammattiin opiskelevien terveyden taustatekijöistä, jossa haastateltiin kuutta asiantuntijaa, joiden mielipiteistä koottiin 50 toimenpide-ehdotusta ammattiin opiskelevien hyvinvoinnin parantamiseksi. Tämän jatkoksi valmistuu pro gradu -työ, jossa testataan selvityksen ajatuksia ammattiin opiskelevilla itsellään ja selvitetään heidän näkemyksiään ryhmähaastattelujen avulla. Lisäksi on selvitetty oppilaskuntien aktiivisuutta, terveystiedon opetussuosituksia ja käytäntöjä sekä tehty taustaselvitystä tupakoinnin vähentämiskokeiluun.

Etelä-Karjalan ammattiopistossa on käynnissä tupakoinnin vähentämiskokeilu, jossa koulutetaan tuteita toimimaan esimerkkeinä uusille opiskelijoille tupakoimattomuudessa. Tutorit pyrkivät olemaan tupakoimatta koulupäivän ajan ja puhumaan aloittaville opiskelijoille savuttomuuden hyödyistä. Myös henkilökuntaa on koulutettu. Kokeilu kestää kahdeksan viikkoa ja se seurataan ja raportoidaan kahden opinnäyte-työntekijän toimesta.

Viestinnästä esimerkkeinä toimivat logokilpailu ja syksyllä käynnistyvä Tuunaa Sohva! -kilpailu. Sen tavoitteena on saada ammattiin opiskelevat kunnostamaan oppilaitostensa mahdollisia taukutiloja ja tehdä tai kunnostaa sinne sohva. Kuvat sohvista laitetaan IRC-galleriaan, jossa äänestetään kilpailun voittajat.

Hankkeessa pyritään vaikuttamaan positiivisin keinoin tupakoinnin vähentämiseen ja osallisuuden lisäämiseen. Tavoitteena on vaikuttaa opiskeluympäristöön siten, että se tukisi paremmin savuttomuutta.

Preventiimi – nuorisoalan ehkäisevän päihdetyön osaamiskeskus

Preventiimi on valtakunnallinen nuorisoalan ehkäisevän päihdetyön osaamiskeskus, joka tarjoaa laadukasta, uusinta ja monipuolisinta tietoa ehkäisevästä päihdetyöstä nuorisolain mukaisten alle 29-vuotiaiden nuorten ja nuorten aikuisten parissa toimiville ammattilaisille. Preventiimi on avoin kehittäjäyhteisö ilman kaupallisia tavoitteita, jota hallinnoi Humanistinen ammattikorkeakoulu, ja toimintaa tukee opetus- ja kulttuuriministeriö.

Preventiimi käy kolme kertaa vuodessa tuloskeskustelut opetus- ja kulttuuriministeriön kanssa, joissa päivitetään Preventiimin tavoitteet. Vuonna 2010 Preventiimin toiminnan tavoitteena on lisätä nuorisoalan ehkäisevän päihdetyön tunnettuutta edistämällä tutkimusta, järjestää laadukasta ehkäisevän päihdetyön täydennyskoulutusta sekä kehittää ehkäisevän päihdetyön toimijoiden yhteistoimijuutta ja omata näköalaa kokonaisuuteen. Lisäksi Preventiimin tavoitteena vuoden 2010 aikana on edistää ehkäisevän päihdetyön arviointia ja laatutyötä sekä tuottaa ehkäisevän päihdetyön menetelmiä ja materiaaleja.

Preventiimin kaksi tärkeää painopistettä toiminnassa ovat täydennyskoulutus sekä vastuullinen verkostoituminen. Työelämän täydennyskoulutus on keskeinen osa Preventiimin osaamisen lisäämisen valtakunnallisia tavoitteita. Sen avulla lisätään laadun ja arvioinnin näkökulmia sekä uusinta tietoa nuorisoalan ehkäisevään päihdetyöhön. Toinen kantava teema on vastuullinen verkostoituminen, jonka myötä kannustetaan ensisijaisesti paikallisten verkostojen luomiseen.

Preventiimiverkosto koostuu noin 80 kumppanuusorganisaatiosta. Kumppanuusorganisaatiot ovat ehkäisevää päihdetyötä tekeviä ammattilaisia ja edustavat kuntien nuoriso- ja vapaa-aikatoimia, järjestöjä, säätiöitä, yrityksiä ja oppilaitoksia. Lisäksi Preventiimiverkostolla on muita yhteistyökumppaneita, jotka sateenvarjon tavoin keräävät yhteen ehkäisevän päihdetyön toimijoita. Preventiimiverkosto yhteistyökumppaneineen osallistuu aktiivisesti yhteiskehittäjyyteen ehkäisevässä päihdetyössä tuottaen materiaaleja, työmenetelmiä ja osallistuen tilaisuuksiin sekä kirjoittaen julkaisuissa.

Lisätietoa:

kehittäjä Virpi Koivisto

Preventiimi / Humak

puh. 020 762 1394

etunimi.sukunimi@humak.fi

Tunnetko Terveys ry:n?

Terveys ry on valtakunnallinen järjestö, joka edistää lasten ja nuorten hyvinvointia tekemällä ehkäisevää päihdetyötä. Viestimme on, että jokainen lapsen ja nuoren päihdeettömän vuosi on voimavara tulevaisuuteen. Tuemme ammattilaisten työtä tarjoamalla käyttöönnne mm. aineistojamme ja koulutuksiamme. Koulut ja oppilaitokset ovat meille tärkeitä yhteistyökumppaneita.

Ajankohtaista Terveys ry:ssä syksyllä 2010

- **PÄIHTEETTÖMÄT POHJAT – HYVÄT JATKOT** on Terveys ry:n vuoden 2010 pääviesti. Löydät teemavuoden aineistot verkkosivuiltamme.
- Mitä nuoret ajattelevat ikäistensä päihdeiden käytöstä? Entä aikuiset? Kysy lisää Terveys ry:stä
- Tutustu Terveys ry:n Apsu-tonttuun! Tampereen Liikenne- ja liikenneturvallisuusyhdistys ry lahjoittaa Apsu-tontun terveystapaamisen kaikille Kouluterveyspäivien osanottajille.
- Nuoret on saatava ja otettava mukaan yhdessä aikuisten kanssa tekemään ehkäisevää päihdetyötä: **PÄÄEDELÄ.FI**
- ”Tositietoa päihdeistä -esitesarja” (tupakka, nuuska, alkoholi sekä alkoholi ja tapaturmat) on hyvä jakomateriaali nuorille.
- Liity TSEMPPAJAT päihdeettömyyden puolesta -verkostoon. Saat sähköisen uutiskirjeen kerran kuussa.
- Päihdeet ja liikenne eivät sovi yhteen. **SELVÄPELI.FI** -sivusto nyt myös englanniksi ja venäjäksi.
- Tupakoimattoman kouluvuoden tueksi: **SMOKEFREE.FI**
- Muista myös Turvallisesti mopolla -koulutukset 8.-luokkalaisille ja Selvä peli -luennot toisen asteen opiskelijoille.

Kysy lisää Terveys ry:n esittelypisteestä ja käy netissä osoitteessa www.terveysry.fi.

Toivomme, että otat yhteyttä meihin yhteistyön käynnistämiseksi. Sinua palvelevat keskustuimistomme Helsingissä (puh. (09) 685 0330) sekä kahdeksan aluekoordinaattoriaamme:

Uusimaa - Häme / Terttu Huttunen, puh. 0400 469 769 (etunimi.sukunimi@terveysry.fi)

Kymenlaakso - Etelä-Karjala / Heli Vaija, puh. 044 510 0228

Pirkanmaa - Satakunta - Varsinais-Suomi / Anne Mikkola, puh. 044 055 9920

Keski-Suomi / Harri Jukkala, puh. 0400 274 823

Savo - Pohjois-Karjala / Mirja Pekkanen, puh. 0400 469 767

Pohjanmaa / Liisa Viitanen, puh. (06) 232 8102, 040 527 0842

Pohjois-Pohjanmaa - Kainuu / Sinikka Korpela, puh. 0400 274 833

Lappi / Teppo Kuusela, puh. 040 522 9559

Helsingin NMKY:n päihdekasvatus

Helsingin NMKY palvelee seurakuntia, kuntia, järjestöjä, vanhempainyhdistyksiä, urheiluseuroja ja kouluja lasten ja nuorten parissa tehtävässä päihdekasvatuksessa. Toteutamme toimintaa lasten ja nuorten kanssa, koulutamme tilaajan henkilöstöä tai teemme ne yhteistyössä tilaajan henkilöstön kanssa. Järjestöllä on tällä hetkellä käytössä kolme nuorille suunnattua päihdekasvatusmallia. Jokaista voidaan toteuttaa valtakunnallisesti.

Camera obscura on yläkouluikäisille ja heidän lähiaikuisilleen suunnattu arvo- ja päihdekasvatusohjelma. Sen tavoitteena on vähentää lasten ja nuorten päihteidenkäyttöä vaikuttamalla heidän arkiympäristönsään. Ohjelma sisältää peruskoulun opetussuunnitelmasta nousevan oppimateriaalin ja siihen liittyvän Camera obscura -seikkailun. Ne ovat kiinteä kokonaisuus. Ohjelman toteuttajina toimivat aina koulu ja paikalliset nuoriso- ja ehkäisevän päihdetyön toimijat. Helsingin NMKY:n pitämä perehdytyskoulutus antaa tilaajalle valmiudet ohjelman toteutukseen. Ohjelman voi toteuttaa tilaamalla kiertävä Camera obscura -tekniikka omalle paikkakunnalle tai pääkaupunkiseudulla hyödyntäen Pukinmäessä olevaa Camera obscuraa. Raha-automaattiyhdistys tukee ohjelmaa ja siksi se on maksuton tilaajalle.

Syksystä Syksyyn on ylä- ja alakouluilla (6.–8. lk) toteutettava vuorovaikutuksellinen päihdekasvatusmalli, joka pohjaa narratiivisiin ja toiminnallisiin menetelmiin. Toiminnan runkona ovat Syksystä Syksyyn -tarinat, jotka on suunniteltu kohderyhmiään varten. Tarina, sen synnyttämät keskustelut ja siihen liittyvät erilaiset harjoitukset nostavat esiin kysymyksiä, joita nuorilla on päihteisiin liittyen. Toimintamallin avulla pyritään kannustamaan nuoria itsenäiseen päätöksentekoon ja korostamaan tehtyjen valintojen vaikutusta tulevaisuuteen. Lisäksi toimintamalliin kuuluvat päihdeaiheinen kirjoituskilpailu, vanhempainillat ja kehitteillä oleva opettajien tukimateriaali Syksystä Syksyyn -oppituntien jatkoksi. Syksystä Syksyyn toimii lahjoitusvaroin ja on siksi pääkaupunkiseudun kouluille maksuton. Toiminnan suurin tukija on Varova Oy.

Ryhmässä Päihteettä on arvovalintoihin perustuva ehkäisevän päihdetyön toimintamalli, jonka kohdeyrymänä ovat nuoret urheilijat (12–15 v.) ja heidän lähiaikuisensa. Toiminnan tavoitteena on herättää keskustelua ja tukea nuoria päihteisiin liittyvissä pohdintoissa, kannustaa nuoria itsenäiseen päätöksentekoon, vahvistaa nuorten omaa identiteettiä ryhmän jäsenenä sekä vaikuttaa myönteisen joukkuehengen kasvuun. Toimintaan osallistuvien kanssa käydään läpi 1–2 tapaamiskertaa sisältävä narratiivipedagogiikkaan ja toiminnallisiin harjoituksiin pohjautuva päihdekasvatuspaketti. Päihteiden ohella nuorten kanssa keskustellaan myös yleisesti urheilijan elämästä. Ohjelma on kehitetty Raha-automaattiyhdistyksen tuella vuosina 2004–2007. Tämän jälkeen toimintaa ovat tukeneet mm. opetusministeriö, muutamat säätiöt sekä yritykset. Ryhmässä Päihteettä -ohjaajia voidaan kouluttaa valtakunnallisesti toteuttamaan kyseistä ohjelmaa omilla paikkakunnillaan.

Lisätietoa:

www.paihdekasvatus.fi

Camera obscura

Ulla Huhtinen

etunimi.sukunimi@hnmky.fi, puh. 050 466 4327

Syksystä Syksyyn, Ryhmässä Päihteettä

Tessa Lankinen

etunimi.sukunimi@hnmky.fi, puh. 050 504 4497

Kouluturvallisuuden rakentaminen Kansallisen lasten ja nuorten tapaturmien ehkäisyn ohjelman keinoin

Jaana Markkula & Mirka Råback, Tapaturmat ja toimintakyky -yksikkö, THL

Vuoden 2009 alkusyksystä julkaistiin Kansallinen lasten ja nuorten tapaturmien ehkäisyn ohjelma, jossa on esitetty tavoitteet ja toimenpide-ehdotukset 0–24-vuotiaiden suurimpien terveyden menetysten vähentämiseksi. Ohjelmaa olivat tekemässä useat ministeriöt, tutkimuslaitokset ja järjestöt sekä Suomen Kuntaliitto ja Opetushallitus. Tulevaisuuden visioksi määriteltiin: *Suomalaislapset ja nuoret elävät virikkeellistä ja turvallista elämää. Vammojen aiheuttamat terveyden menetykset ovat huomattavasti nykyistä vähäisempiä.*

Koulut ja oppilaitokset ovat yksi jokaisen suomalaislapsen ja -nuoren elämänsäkaareen kuuluvista arjen ympäristöistä, jolla on mahdollisuus osaltaan vaikuttaa näiden terveyden menetysten vähentämiseksi varmistamalla opiskeluympäristön turvallisuus sekä lisäämällä lasten ja nuorten tietoja ja taitoja sekä turvallisuuden arvostusta. Ohjelmassa tavoitteiksi kouluissa ja oppilaitoksissa tehtävälle työlle on asetettu:

1. Vakavissa koulutapaturmissa ja koulukiusaamisessa nollatoleranssi.
2. Kokonaisvaltainen turvallisuuden edistämisen malli valtakunnalliseksi.
3. Tapaturmien ja väkivallan systemaattinen seuranta käytännöksi.
4. Lasten ja nuorten turvallisuuden edistämisen valmiudet paranevat.

Turvallisuus kouluissa ja oppilaitoksissa on monen tekijän summa. Koulu- ja opiskeluyhteisöön tulee luoda **turvallisuusmyönteinen toimintakulttuuri** kehittämällä selkeät turvallisuusjohtamisen käytännöt kunnassa, kouluissa ja oppilaitoksissa (ml. tilanneseuranta). Lisäksi huomiota on kiinnitettävä oppilashuoltoryhmien toimintaan ja henkilöstön koulutukseen turvallisuusaiheista. Vastaavasti on huomioitava välituntien, koulumatkojen sekä oppituntien (erityisesti liikuntatunnit), retkien, leirien, opintomatkojen, aamu- ja iltapäivätoiminnan turvallisuus ja otettava käyttöön yhteiset kiusaamisen vastaiset käytännöt.

Fyysisen oppimisympäristön turvallisuudesta ja virikkeellisyydestä huolehditaan. Koulupihoja kehitetään tästä näkökulmasta ja huolehditaan puutteiden korjaamisesta.

Turvallisuuskasvatusta toteutetaan aihekokonaisuuksien kautta, joiden tulisi näkyä koulujen ja oppilaitosten toimintakulttuurissa ja opetuksessa oppiainerajat ylittäen. Tapaturmien ehkäisyskäytäntöjen näkyvyyttä opetuksessa parannetaan lisäämällä niitä opettajien koulutukseen, tuottamalla opetusmateriaalia ja toiminnallisia opetusmenetelmiä.

Koulu- ja opiskeluterveydenhuollolla on keskeinen rooli turvallisuuteen liittyvän neuvonnan antajana. Arvioidaan uuden asetuksen neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta (380/2009) vaikutukset koulu- ja opiskeluterveydenhuollon terveysneuvonnan tapaturmasisältöjen ja riittävän henkilöstön osalta.

Turvallisuutta kehitetään yhteistyössä koko oppimisyhteisön voimin tarpeen mukaan ulkopuoliseen asiantuntemukseen turvautuen. Vanhempainyhdistykset aktivoituvat kouluyhteisön terveyden ja turvallisuuden edistämiseksi. Luodaan aktiivisesti turvallisuuskumppanuuksia pelastuslaitosten, poliisin ja järjestöjen kanssa.

Lisätietoa:

Lapsen turvaksi -hankkeen nettisivut: Kuuden koon malli tapaturmien ehkäisyyn päiväkodeissa ja kouluissa: http://www.mll.fi/kasvattajille/lapsen_turvaksi/.

Markkula J & Öörni E (toim.) (2009): Turvallinen elämä lapsille ja nuorille. Kansallinen lasten ja nuorten tapaturmien ehkäisyn ohjelma. THL, julkaisuja 27: Helsinki. Sähköisesti Tapaturmaportaalista: www.thl.fi/tapaturmat.

UKK-instituutin Liikuntavammojen ehkäisyohjelma (LiVE). Terve Urheilija -malli (www.terveurheilija.fi) ja Terve Koululainen-hanke (www.tervekoululainen.fi).

Koulu- ja opiskeluikäisten tapaturmat ja turvalaitteiden käyttämättömyys

Jaana Markkula, Mirka Råback & Topi Kinnunen, THL & Jyväskylän yliopisto

Tapaturmatilanne ja turvalaitteiden käyttö

Vuosittain reilut 70 12–19-vuotiaasta kuolee ja yli 5 500 joutuu sairaalan vuodeosastohoitoon tapaturmien vuoksi. Tapaturmat selittävät 32–44 prosenttia kaikista 10–19-vuotiaiden kuolemista.

Nuorten on todettu käyttävän erilaisia vammoja ja terveyden menetyksiä vähentäviä turvalaitteita laiskasti. Uusimpien Lasten terveysseuranta -hankkeen tutkimustulosten mukaan 8.-luokkalaisista 9 prosenttia käyttää aina pyöräillessään pyöräilykypärää, 14 prosenttia heijastinta pimeällä ja 81 prosenttia turvavyötä autossa. Käyttöaktiivisuus on huomattavasti heikompaa kuin 1.-luokkalaisilla, joilla vastaavat osuudet ovat huomattavasti korkeampia. (Markkula & Råback 2010.)

Tilanne kouluissa

Oppilailla ja opiskelijoilla on oikeus fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti turvalliseen koulu- ja opiskeluympäristöön. Tätä kokemusta horjuttavat osaltaan tapaturmat. Oikeus on turvattu kouluja ja oppilaitoksia koskevassa lainsäädännössä ja opetussuunnitelmien perusteissa.

Pelkästään koulutapaturmat aiheuttavat lukuvuosittain lähes joka neljännelle 8.–9.-luokkalaiselle, 8 prosentille lukion ja 12 prosentille toisen asteen ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuosikurssien opiskelijoista vähintäänkin yhden käynnin terveydenhoitajan tai lääkärin vastaanotolla (Kouluterveyskysely 2008/2009). Yläkoululaisilla koulutapaturmat näyttäisivät myös hieman yleistyneen edellisestä kyselyvuodesta (2006/2007). Vuosina 2006–2008 keskimäärin lähes 250 12–19-vuotiaasta on ollut THL:n hoitoilmoitusrekisterin mukaan koulutapaturman vuoksi sairaalan vuodeosastohoidossa.

Yläkoulussa tavallisimmin tapaturmaan joudutaan liikuntatunneilla. Toisella asteella tilanne hieman muuttuu, sillä ammatillisten oppilaitosten opiskelijoille yhtä tavallisia ovat muilla tunneilla sattuneet tapaturmat. Lisäksi tapaturmia sattuu ammatillisiin opintoihin kuuluvan työssäoppimisen yhteydessä.

Riskiryhmät

Tapaturmariskit ovat ikäsidonnoisia – nuoruudessa elämänpiiri laajenee, rajojen kokeileminen ja itsenäisyys lisääntyvät. Nämä ja kokemattomuus ovat kuitenkin tapaturma-altis yhdistelmä. Nuoret ja etenkin nuoret miehet ovatkin tapaturmien ehkäisylle suuri haaste, mikä nostettiin esille jo Terveys2015-kansanterveysohjelmassa. Esimerkiksi sairaalan vuodeosastohoitoon johtaneista 12–19-vuotiaiden koulutapaturmista 67 prosenttia sattui pojille vuosina 2006–2008.

Nuorten kohdalla puhutaan yleisesti riskikäyttäytymisestä, joka liittyy myös tapaturmiin. Samoilla nuorilla voi olla myös muita ongelmia. Koulutapaturmiin joutumisen on havaittu olevan yhteydessä mm. fyysisen uhan kokemiseen, toistuvaan rikkeiden tekemiseen, toistuvasti koulukiusatuksi joutumiseen, lintsaamiseen, koulu-uupumukseen sekä keskivaikeaan tai vaikeaan masentuneisuuteen (Kouluterveyskysely 2008/2009).

Lähteet:

Kouluterveyskyselyn tulokset vuosilta 2006–2009.

Markkula J & Råback M (2010): Lasten tapaturmat. Teoksessa Mäki P, Hakulinen-Viitanen T, Kaikkonen R, Koponen P, Ovaskainen M-L, Sippola R, Virtanen S, Laatikainen T ja LATE-työryhmä (toim.). Lasten terveys – LATE-tutkimuksen perustulokset lasten kasvusta, kehityksestä, terveydestä, terveystottumuksista ja kasvuympäristöstä. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Raportti 2: Helsinki.

Amis-TAPE-hanke Kouvolassa tähtää tapaturmien ehkäisyyn ammatillisissa oppilaitoksissa

Tapaturmien ja väkivallan ehkäisykeskus (Start)

Kouvolassa toimivassa Tapaturmien ja väkivallan ehkäisykeskuksessa (Start) on vuoden 2010 alusta aloitettu Amis-TAPE-hanke, jonka tavoitteena on tunnistaa ammattioppilaitoksen eri koulutusalojen opiskeluun ja työharjoitteluun liittyvät tapaturmariskitekijät ja luoda internetissä toimiva tapaturmien seurantaohjelma TAPE ammattioppilaitosympäristöön.

Ammattioppilaitoksissa tapahtuvista tapaturmista on erittäin vähän systemaattisesti tilastoitua tai tutkimustietoa. Hankkeessa kehitettävä TAPE-ohjelma on väline, jonka avulla tiedot tapaturmasta tallennetaan prospektiivisesti, tunnistetaan ohjelmaan tallennetun tiedon avulla riskitilanteet ja -paikat ja kehitetään tapaturmien ehkäisytoimenpiteitä. Tapaturmatieto ja tapaturmariskien tunnistaminen lisäävät myös työturvallisuusajattelua.

TAPE-ohjelma on otettu käyttöön Kouvolan ala- ja yläluokilla sekä lukioissa vuonna 2007. Koska ammattioppilaitoksissa tapaturmariskit ovat hyvin erilaiset, ammatilliseen oppiympäristöön soveltuva TAPE-ohjelman tietosisältö kehitetään Kouvolan seudun ammattioppilaitoksen (KSAO) henkilökunnan ja Start-keskuksen yhteistyönä. Informaatioteknologia kehitetään ohjelmistoyrityksessä. Pilottivaiheessa mukana ovat luonnonvara- ja ympäristöala sekä kulttuuriala.

Tapaturmien seurantatyövälineelle ammattioppilaitosympäristössä on tarve

KSAO:ssa on todettu, että toimiva väline tapaturmien seurantaan ja työturvallisuuden edistämiseen puuttuu. Työturvallisuusajattelu ammattioppilaitoksessa kaipaa kehittämistä ja tehostamista. TAPE-ohjelma on hyödyllinen työturvallisuusopetuksen väline, varsinkin kun myös oppilaat osallistuvat sen käyttöön. TAPE-ohjelma suunnitellaan ensisijaisesti ammattioppilaitosten omaksi tapaturmien ehkäisyn ja turvallisuusjohtamisen välineeksi.

Ohjelman käyttö on helppoa ja nopeaa

TAPE-ohjelmaan kirjaututaan opetusalaakohtaisen käyttäjätunnuksen ja salasanan avulla. Ohjelma ohjaa käyttäjää täyttämään tapaturmatiedot vaiheittain sähköiseen tietopohjaan. Tavoitteena on täyttää tiedot mahdollisimman pian tapaturman sattumisen jälkeen. Tietopohja voidaan myös tulostaa ohjelmasta paperilomakkeena, jolle tapaturmatietojen täyttö käy nopeasti, ja viedä tapaus ohjelmaan myöhemmin.

TAPE-ohjelma on tilastointi-, raportointi- ja seurantaohjelma

Tapaturmista täytetään mm. seuraavia muuttujia: tapaturma-aika, tapaturma- tai altistumistyyppi, tapaturmatilanne, tapaturmaan yhteydessä olevat tekijät, suojainten käyttö, vamman tyyppi ja hoito ja tapaturman tahallisuus. Tapaturmien kirjaamiskynnys on tarkoitus pitää mahdollisimman matalana, ja siksi tietopohjaan kirjataan läheltä piti -tilanteet. Tietopohjassa on myös vapaan tekstin tila, johon kirjataan sellaiset tapaturman kannalta olennaiset tekijät, joita tietopohjassa ei kysytä (esimerkiksi tapaturmaan liittyvät erityisolosuhteet). Ohjelma tuottaa tapaturmasta yhteenvetoraportin. Tapaturmat näkyvät reaaliaikaisesti raportointiosuudessa, jossa saadaan helposti jokaisesta muuttujasta näkyville taulukot. Tapaturmataulukoita voidaan tarkastella opetusalaakohtaisesti, lukumäärittäin tai prosenttiosuuksina, sukupuolittain sekä halutulla ajanjaksolla.

Sosiaali- ja terveysministeriö tukee hanketta terveyden edistämisen määrärahalta.

Yhteystiedot:

Tapaturmien ja väkivallan ehkäisykeskus (Start)

Salpausselänkatu 22, 45100 Kouvola

www.tapaturmahanke.fi

keskuksen päällikkö Ilona Nurmi-Lüthje, puh. 040 526 7544

erikoissuunnittelija Kirsi-Marja Karjalainen, puh. 040 488 4016

suunnittelija Miia Pauna, puh. 040 488 4017

projektiassistentti, Amis-TAPE Joni Nurminen, puh. 040 592 2345

etunimi.sukunimi@kouvola.fi

Draaman keinoin liikenteessä -hanke

Liikenneturva

Nuorten liikenneturvallisuuden parantamiseksi on Pohjanmaalla ja Etelä-Pohjanmaalla kokeiltu uusia draaman keinoihin perustuvia valistustilaisuuksia. Draama tuo kokemuksen iholle. Tavoitteena on vahvistaa nuorten turvallisuusmyönteisiä asenteita liikenteessä. Draaman keinoin kiertue on koskettanut vuoden 2009 syksyn ja 2010 kevään aikana lähes 2000 opiskelijaa yhdeksässä eri oppilaitoksessa Pohjanmaalla ja Etelä-Pohjanmaalla. Oppilaitoskiertueen takana ovat olleet Liikenneturva ja Terveys ry. Yhteistyökumppaneina ovat olleet poliisi ja Hälsa och trafik -järjestö.

Draaman keinoin liikenteessä -esitys koostuu seitsemästä pysäkidä, joiden aikana opiskelijat pääsevät itse osallistumaan nuorten tarinaan ja sen etenemiseen. Onnettomuustarina ja nuorten kuolonkolarien syyt ovat usein hyvin samankaltaisia: viikonloppuyö, kuljettaja humalassa, kuljettajien ja matkustajien turvavöiden käyttämättömyys, ylinopeus, kuljettajan yllytys ja ulosajo. Tarinassa kohelletaan, keskustellaan, ryypätään ja ajaututaan lopulta onnettomuuden kautta aina poliisikuulusteluun asti. Teatterikokemuksen kautta tarjotaan tärkeää ajateltavaa ja parhaimmillaan tämä auttaa oivaltamaan omia liikennesuhteitä.

Draaman keinoin -tilaisuuksilla halutaan vahvistaa nuorten turvallisuusmyönteisiä asenteita liikenteessä. Usein liikenneonnettomuuden voi välttää oikealla asenteella ja vastuun ottamisella. Draaman keinoin -esityksellä nuorille halutaan havainnollistaa, että pienikin virhe liikenteessä voi johtaa vakaviin seurauksiin, jopa kuolemaan. Perustavana ajatuksena on, että kuljettaja ottaa vastuun kanssamatkustajistaan ja on raittiina ratissa. Myös matkustajilla on oma roolinsa, että he tiedostavat käyttäytymistapansa kyvyssä ollessaan.

Hankkeessa mukana olleille nuorille on tehty arviointikysely Draaman keinoin liikenteessä -tapahtumasta. Alustavien tulosten mukaan nuoret ovat pitäneet tapahtumaa ajankohtaisena ja koskettavana. Valtaosa nuorista myös toivoo, että kouluissa toteutettaisiin liikenneturvallisuuskampanjointia säännöllisesti. Draaman keinoin -tilaisuuksia on tarkoitus jatkaa toteuttaa myös muualla Suomessa.

Lähes joka kolmas tieliikenteessä vahingoittunut on nuori

Vuosittain kuolee yli 80 ja loukkaantuu lähes 3000 15–24-vuotiaista nuorta (keskiarvo vuosilta 2004–2008). Lähes kolme neljästä nuoresta kuolee ja yli puolet loukkaantuu henkilöautossa. 15-vuotiaiden mopoilijoiden henkilövahinkojen määrä on 2,5-kertaistunut vuodesta 2004 ja henkilövahinkoja tapahtuu 15-vuotiaille mopoilijoille enemmän kuin 18-vuotiaille autoilijoille. Nuorten kuljettajien väestöön suhteutettu kuolemanriski on kolminkertainen koko väestöön verrattuna.

Nuorten kuljettajien onnettomuusriski laskee ajokokemuksen karttuessa. Nuorille on tyypillistä omien ajotaitojen yliarviointi ja tavallista suurempi riskinotto. Kuolemaan johtaneissa rattijuopumusonnettomuuksissa osallisista kuljettajista nuoria on yli kolmannes. Pääsyyt nuorten korkeaan onnettomuusriskiin ovat ajokokemuksen puutteessa ja ajamista ohjaavissa motiiveissa. Turvallisuutta tärkeämpinä tavoitteina voidaan pitää arvostuksen hankkimista toveripiirissä, kilpailemista, itsehostusta, jännittäviä kokemuksia tai ajoneuvon hallintataitojensa näyttämistä.

Yhteystiedot:

Liikenneturva

aluepäällikkö Leena Piippa

etunimi.sukunimi@liikenneturva.fi

puh. 020 728 2386

Mielenterveysongelmien kohtaaminen oppilaitoksessa

Mielenterveyden keskusliitto

Opetushenkilöstön koulutus

Mielenterveyden keskusliitto järjestää opettajille suunnattua koulutusta mielenterveyttä tukevasta opiskeluympäristöstä ja mielenterveyskuntoutujan kohtaamisesta. Koulutus tarjoaa tietoa mielenterveyden ongelmista, niiden kohtaamisesta oppilaitoksissa sekä opiskelijoiden mielenterveyden tukemisen mahdollisuuksista.

Koulutuskokonaisuus on suunnattu opettajille ja muulle oppilaitoksen henkilökunnalle, jotka työssään kohtaavat opiskelijoiden mielenterveysongelmia. Koulutuksen tavoitteena on antaa opetushenkilöstölle valmiuksia mielenterveysongelmien kohtaamiseen ja konkreettisia työvälineitä opiskelijoiden henkisen hyvinvoinnin tukemiseen

Prinsessa-koulukampanja

Mielenterveyden keskusliiton Prinsessa-koulukampanjassa kerrotaan koululaisille ja opiskelijoille mielenterveysongelmista ja pyritään vähentämään niihin liittyviä ennakkoluuloja. Koulukampanja pohjautuu Arto Halosen Prinsessa-elokuvaan, joka saa ensi-iltansa 10.9.2010. Prinsessa-elokuva perustuu tositapahtumiin ja todelliseen henkilöön Anna Lappalaiseen, Prinsessaan, joka vietti elämästään yli 50 vuotta Tuusulan Kellokosken mielisairaalassa. Elokuva kertoo valoisan ja huumorin sävyttämän tarinan yhteiskunnan sairaksi leimaamasta yksilöstä, joka valloittavalla olemuksellaan ilostuttaa ja parantaa muita ihmisiä ja elinympäristöään.

Prinsessa-elokuvasta tehdään myös opettajille tarkoitettu oppimateriaali Koulukinon sivuille. Oppimateriaali on suunnattu toisen asteen oppilaitosten käyttöön ja se rakentuu erilaisuuden hyväksymisen, yhteisöllisyyden, ihmisarvon ja mielenterveyden voimavarojen teemojen ympärille.

Mielenterveyden keskusliiton tarjoamat tuki- ja neuvontapalvelut mielenterveyskuntoutujan opiskeluun ja työllistymiseen

Tietopalvelu Propelli

Mielenterveyden keskusliiton tietopalvelu Propellista saa neuvontaa kuntoutuspalveluista ja mielenterveyskuntoutujille tarkoitetuista lakisääteisistä etuuksista. Palvelu on tarkoitettu kuntoutujille, heidän läheisilleen sekä sosiaali- ja terveysalan ammattihenkilöille. Propellin käyntipisteet löytyvät Helsingistä, Turusta ja Kuopiosta. Lisäksi palvelee valtakunnallinen neuvontapuhelin.

Ammatillisen kuntoutumisen tukipiste

Ammatillisen kuntoutumisen tukipiste Helsingissä tarjoaa tukea ja neuvontaa työllistymiseen ja opintoihin liittyen.

Avaimia mielenterveyteen koulussa

Suomen Mielenterveysseura

Suomen Mielenterveysseuran pitkäkestoinen yhteistyö koulujen kanssa 2000-luvulla osoittaa, että voimavaralähtöinen mielenterveyden oppiminen ja opettaminen **rakentaa tulevaisuuden yhteiskunnan hyvinvoinnin perustaa:**

- tavoittaa perusopetuksen kautta koko ikäluokan
- antaa opettajille konkreettisia välineitä ja tieto-taitoa nuoren kasvun ja kehityksen tukemiseen
- tulokset osoittavat, että nuori oppii löytämään ja käyttämään omia vahvuuksiaan, saa taitoja ihmissuhteisiin ja kykyä selviytymiseen vaikeissa tilanteissa sekä oppii tarvittaessa hakemaan apua
- Mielen hyvinvointi -opetuskokonaisuus on kehitetty uudenlaisen voimavaralähtöisen mielenterveyskäsityksen pohjalta niin, että siinä on otettu huomioon perusopetuksen opetussuunnitelman tavoitteet

Kysyntä ja tarve mielenterveyden voimavarakeskeiselle koulutukselle ja työvälineille ovat osoittautuneet odotettuakin suuremmaksi. Palautetta koulutuksista: ”Upeaa, että näinä säästämisen aikoina on jotain näin hienoa tarjolla.” ”Kerrankin avaimet käteen -koulutus.” ”Tarkkaan mietitty ja asiantunteva paketti. Opettajan työ on otettu hyvin huomioon valmiiden tuntisuunnitelmien ja harjoitusten muodossa.”

MIELEN HYVINVOINNIN OPETTAJAKOULUTUKSET (2009–2011)

- Koulutamme 700 terveystietoa opettavaa opettajaa kaksipäiväisillä koulutuksilla
- Koulutus lisää opettajan sisällöllistä ja menetelmällistä tietoa mielenterveydestä voimavarana
- Koulutuksessa opettaja saa Mielen hyvinvointi -materiaalipaketin
- Koulutus- ja materiaalipaketti ovat maksuttomia

HYVÄN MIELEN KOULU (2010–2011)

- Hyvän mielen koulu -koulutuspäivä koulujen tiimeille, joissa on edustettuna johtajuus, oppilashuolto ja opettajuus (3–4 henkilöä):
 - vahvistaa henkilökunnan ammatillisia mielenterveystaitoja
 - tukee luokanohjaajuutta
 - lisää turvallisen yhteisöllisyyden toimintatapoja
 - vahvistaa oppilashuoltoryhmän ja opettajien yhteistyötä
- Koulutus kestää yhden päivän ja on maksuton, koulutiimit saavat Mielen hyvinvoinnin opetusmateriaalipaketin sekä työkirjan

MIELEN HYVINVOINTI -projekti toiselle asteelle (2009–2011)

- kehitetään mielen hyvinvointia edistävää materiaalia toisen asteen opetushenkilöstön käyttöön.
- kehitetään hyvinvoivan oppilaitoksen koulutusmalli, jota voidaan hyödyntää toisen asteen oppilaitoksissa ja oppimista tukevissa yhteistyöverkostoissa
- projektissa muodostetaan koordinaattori- ja kouluttajarengas.

OSAAN JA KEHITYN -HANKE (2006–2009)

- kehitettiin ja pilotoitiin Mielen hyvinvoinnin opetuskokonaisuus sekä opettajien täydennyskoulutusmalli
- hankkeessa valmistui Mielen hyvinvointi -opetuskokonaisuus terveystietoon
- pilottikuntana Vantaa

Koulutusten ja hankkeiden rahoittajina OPM, Terveystieteen edistämisen politiikkaohjelma, OPH-ESR ja RAY.

Yhteystiedot:

hankejohtaja Marjo Hannukkala (KL, AO, työnohjaaja), puh. 040 581 1068 tai (09) 6155 1742

hankesuunnittelija Soile Törrönen (FM), puh. (09) 6155 1731

hankekoordinaattori Elina Marjamäki (VTM), puh. (09) 6155 1708

etunimi.sukunimi@mielenterveysseura.fi

Suomen Mielenterveysseura

Maistraatinportti 4 A, 00240 Helsinki

www.mielenterveysseura.fi, www.mielenhyvinvoinninopetus.fi

Friends – mielen hyvinvointia edistävä ohjelma kouluissa

Aseman Lapset ry

Tausta

Friends on kouluissa toteutettava koko luokalle suunnattu ahdistusta ja masennusta ennaltaehkäisevä sekä mielenterveyttä edistävä ohjelma. Ohjelma perustuu kattavaan tieteelliseen tutkimukseen ja arviointiin. Friends-ohjelma on Maailman terveysjärjestön (WHO) hyväksymä. Ohjelmaa hyödyntävät lukuisat ala- ja yläkoulut eripuolilla Suomea ja ohjelmaan on osallistunut jo reilut 13 000 peruskoululaista. Friends-ohjelman koulutuksista vastaa Aseman Lapset ry, joka myös tuottaa ohjelmassa käytettävän materiaalin.

Sisältö

Ohjelman sisältöjä ovat mm. tunteiden tunnistaminen ja käsitteleminen, rentoutuminen, erilaiset ongelmanratkaisukeinot sekä myönteiset ajattelumallit. Friends vahvistaa oppilaan myönteistä minäkuvaa, lisää uskoa omaan kyvykkyyteen sekä opettaa selviytymiskeinoja pettymysten ja vastoinkäymisten varalle.

Toteutus

Lasten ohjelma on suunnattu alakoulun 4. tai 5. luokille ja nuorten ohjelma 7. luokille. Hyviä kokemuksia on saatu myös nuorten ohjelman hyödyntämisestä lisäopetusluokissa ja maahanmuuttajataustaisten nuorten opetusryhmissä. Yläkouluissa ohjelman tunnit ovat sijoittuneet mm. oppilaanohjauksen, terveystiedon, äidinkielen tai ryhmänohjaajan tunneille. Ohjelma rakentuu kymmenestä oppitunnista sekä kahdesta kertaosopitunnista. Oppilailla on oma Friends-työkirja, jota hyödynnetään tunneilla ja kotona. Oppitunneilla keskustellaan ja tehdään erilaisia harjoituksia, joiden avulla mm. etsitään konkreettisia keinoja selviytyä huolta tai pelkoa aiheuttavista arkipäivän tilanteista. Osa kotitehtävistä on tarkoitettu tehtäväksi yhdessä vanhempien kanssa. Tavoitteena on, että ohjelman sisällöt tulevat tutuiksi myös perheelle ja että opitut taidot siirtyvät kodin arkeen. Vanhemmille järjestetään myös vanhempainiltoja, joissa he tutustuvat Friends-ohjelman sisältöihin ja tavoitteisiin.

Ohjelman käyttöönotto edellyttää osallistumista ohjaajakoulutukseen. Koulutuspäivän aikana perehdytään ohjelman taustateoriaan, tutkimuksiin sekä käytännön toteutukseen. Tuntien suunnittelussa ja toteutamisessa apuna toimii ohjaajan opas, jossa esitellään ohjelman sisällöt ja runsaasti erilaisia ideoita tuntien toteutukseen. Ohjaajalla on mahdollisuus poimia kirjasta omalle luokalleen hyödyllisimmiksi arvioimansa tehtävät. Painetun materiaalin lisäksi ohjaajilla on käytössään sähköinen materiaalipankki. Kouluissa ohjaajina toimivat opettajat, koulupsykologit, -kuraattorit ja -terveydenhoitajat sekä nuorisotyöntekijät. Työparityöskentely on koettu mielekkäänä työmuotona ja mahdollistanut moniammatillisen yhteistyön koululaisten mielen hyvinvoinnin edistämistyössä.

Lisätietoa:

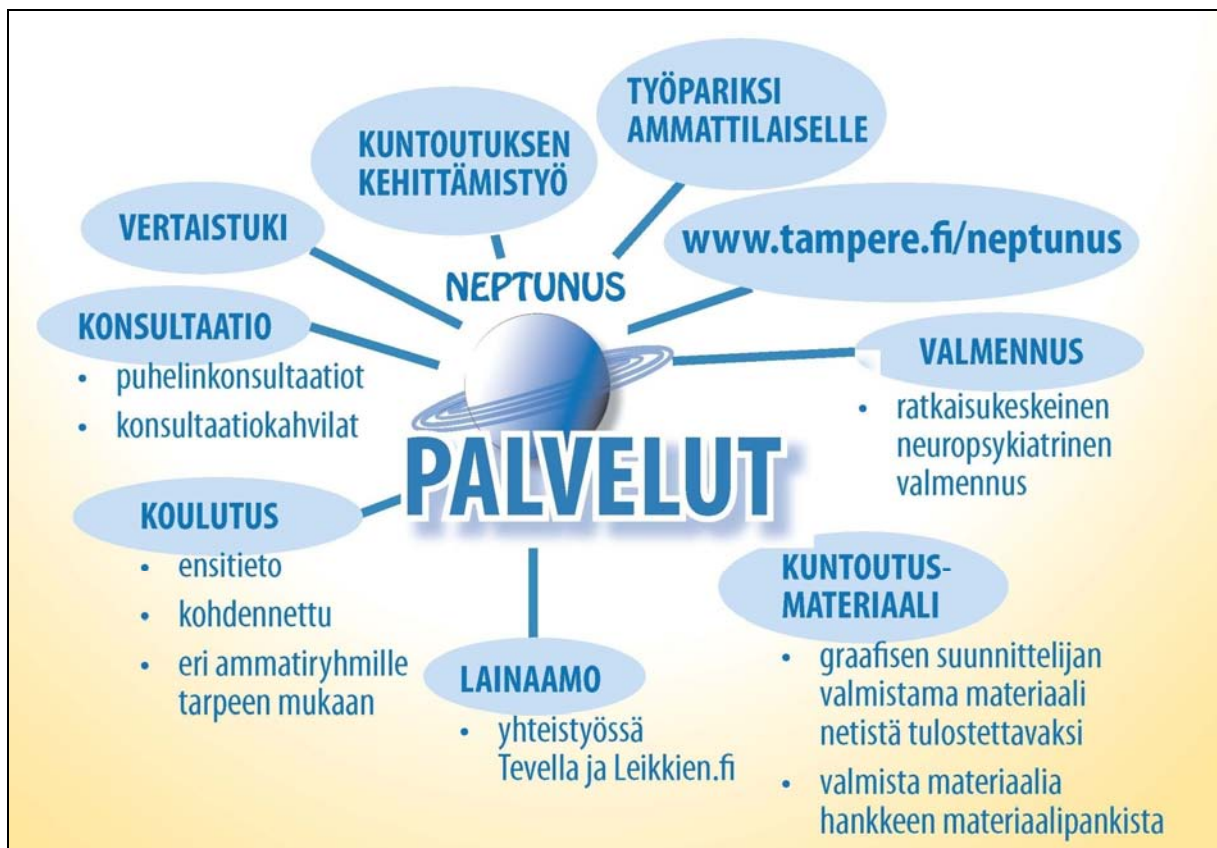
www.asemanlapset.fi

NEPSY-hanke

Kumppanuus lasten ja nuorten mielenterveystyön palvelurakenteen perustana 2009–2011: Tampere, Lempäälä & Sastamalan perusturvakuntayhtymä

Nepsy-hankkeen tavoitteena on:

- Neuropsykiatrisen tiedon ja kuntoutuksen siirtäminen erikoissairaanhoidosta aikaisempaa laajemmaksi osaksi perustasoa.
- Tukea autismi-, adhd-, add-, Asperger-, Tourette-lasten ja -nuorten kehitystä sekä kehitysympäristöjä (koti, päivähoito, koulu, harrastukset).
- Kehittää käytännön palveluja yhteistyön keinoin.



Nuoret haluavat puhua omalla tavallaan – Poikien Puhelimessa heitä kuullaan

Väestöliitto

Poikien Puhelin on Väestöliiton alle kaksikymmenvuotiaalle nuorille miehille tarkoitettu **auttava puhelin**. Palvelu neuvoo nuoria miehiä ja poikia joka arkipäivä kello 13–18. Pää tarkoitus on tukea poikien kasvua onnellisiksi ja ehjiksi miehiksi sekä tavoittaa etenkin syrjäytymisriskissä olevat nuoret miehet nopeasti, herkästi ja ajoissa. Puhelimeen soitetaan noin 21 000 puhelua vuodessa.

Poikien Puhelin on Suomen ainoa vain pojille ja nuorille miehille suunnattu puhelinpalvelu, joka tarjoaa aikuisen miespuoleisen **ammattilaisen** aikaa ja mahdollisuutta käydä nimettömänä luottamuksellisia keskusteluja. Puheluiden aiheita ei ole mitenkään rajattu ja nuorten miesten puheet ovatkin koskeneet satoja eri aiheita. Pääosin keskustelut ovat kuitenkin koskeneet niitä aiheita, jotka nuoret kokevat liian vaikeiksi, häpeällisiksi tai pelottaviksi lähipiirinsä kanssa keskusteltaviksi.

Palvelussa vastaajina on koulutettuja ammattilaisia ja palvelu keskittää osaamisen yhteen pisteeseen, josta sitä voidaan jakaa sujuvasti koko maahan. Saavuttamiinsa asiakasmääriin nähden palvelu on erittäin halpa. Se on niin kokonaiskustannuksiltaan kuin kuluina puhelua kohden selvästi vastaavia palveluita halvempi. Rahoituksensa Poikien Puhelin on saanut yksittäisinä lahjoituksina ja apurahoina erilaisilta säätiöiltä.

Poikien Puhelimella on toiminnassaan kaksi tarkoitusta:

1. Lisätä suomalaisten nuorten miesten elämänhallintaa
2. Kerätä tietoa soittajista

Puheluiden sisällöissä koostuvat aiheina seksuaalisuus, erilaiset väkivallan muodot ja nuorten yksityiselämän asiat. Kun palvelu perustettiin vuonna 2007 puheluita tuli vain murto-osa nykyisestä määrästä ja puheluiden aiheet olivat arkisempia.

Väestöliitto kerää Poikien Puhelimen avulla tietoa pojista ja nuorista miehistä – siitä mikä heille on tärkeää ja mistä tiedosta he ehkä muuten jäisivät paitsi. Kertyvästä informaatiosta kyetään kuulemaan heikko- ja signaaleja siitä, mitä nuoret ajattelevat elämästään ja mitkä asiat nuorison keskuudessa ovat seuraavaksi nousemassa esiin.

Tietoa Poikien Puhelimen soittajista kerätään kirjaamalla puhelun aikana heidän antamansa tiedot ylös, luokittelemalla puhelu siinä ilmenevien aiheiden mukaan ja litteroimalla puheluista nuorten kertomukset mahdollisimman täydellisinä. Käytännössä puheluista kertyy kuukaudessa noin sata sivua luokiteltua tekstimassaa, jossa nuoret kertovat ja kyselevät mitä erilaisimmista aiheista.

Miten nuoret kohdataan?

Pojilla kuten miehilläkin on oma tapansa puhua. He haluavat puhua mutta eivät suostu tai kykene puhumaan sovinnaisin tavoin.

Keskusteluissa käytetään elementteinä kuuntelemista, suoraa puhetta, todellisuuden tuomista tarinoihin ja tarinan muuttamista. Jos nuori soittaa auttavaan puhelimeen, hänellä on asiaa. Silloinkin kun hän huutaa, toistaa samaa asiaa pakkomielteisesti kymmenen kertaa viikossa tai pilkkaa vastaajaa armotta. Nuori on ojentanut kätensä – uskaltanut! Silloin on syytä kuunnella.

Nuoret soittajat eivät käytännössä koskaan kerro kaikkea itsestään tai aiheesta, josta haluavat puhua. Usein he valehtelevat minkä ehtivät. Tämä on tervettä ja normaalia. On pelkästään hyödyllistä, että haavoittuva nuori osaa suojautua tarinoiden taakse puhuessaan tuntemattoman ihmisen kanssa.

Poikien Puhelimessa ei voida tietää, mikä nuorten kertomuksissa on todellista ja mikä keksittyä. Nuori kohdataan kuin hän puhuisi totta. Nuorelle on joka tapauksessa tärkeä kuulla ammattilaisen mielipide. Soitossa voi olla kyse silkasta uteliaisuudesta. Televisiossa tai kavereille on voinut tapahtua jotain, mistä nuori iskee juttua. Tai sitten isompien poikien jutut mietityttävät.

Poikien Puhelimessa ammattilainen astuu tarinoiden sisään ja puhuu soittajan kanssa siitä, mitä kukin asia niissä tarkoittaa. Kontaktia hakevaa nuorta kunnioitetaan ja hänen tarinansa kuullaan, vaikka se olisi kuinka erikoinen. Vastaajan selitykset eivät aina ole sitä mitä soittaja toivoi kuulevansa, mutta hänelle jää silti niistä ajatuksia, jotka muokkaavat hänen seuraavia puheluitaan.

Tarinallisuus ja sen käyttäminen kommunikaation välineenä on Poikien Puhelimen tärkeimpiä vahvuuksia. Palvelussa ei koskaan kohdata suoraan asiakkaita, vaan pelkästään heidän tarinoitaan. Näitä tarinoita

kommentoidaan ja kaikki keskustelut käydään niiden kautta. Tämä antaa nuorille mahdollisuuden suojautua tarinoiden taakse ja antaa vastaajalle mahdollisuuden keskittyä kuulemaansa, koska hänen ei tarvitse koko ajan pohtia tarinan todenperäisyyttä.

Ilon, kirousten ja huudon kautta keskusteluun

Nuoret itse kertovat, ettei heille löydy heidän arjestaan ketään, joka kestäisi heidän energiaansa ja puheensa tapaa. Tyypillinen asiakas tarvitsee kolmivaiheisen kohtaamisen voidakseen luottaa puhelinneuvojaan niin paljon, että voi keskustella tämän kanssa.

Soittavat nuoret miehet tarvitsevat Poikien Puhelimeen soittaessaan kärsivällisyyttä, maailmansa tunte-musta ja rehellisyyttä, jota kertovat jääneensä paitsi. Palvelussa nuorta kunnioitetaan, mutta hänen tunne-myrskyihinsä ei heittäydytä mukaan. Puhelussa pysytään asiassa ja vastauksia ei silotella, vaikka ne esite-täänkin asiakkaan ikätasoon sopivalla tavalla.

Tämä jopa raa'alta vaikuttava lähestymistapa voittaa nuorten soittajien luottamuksen. Kun vastaaja sel-västi kestää soittajan tarinoita ja kykenee antamaan niissä esitettyihin tilanteisiin mielekkäitä ohjeita hänel-tä, voi alkaa kysyä asioita laajemminkin.

Tässä vaiheessa nuorelle soittajalle annetaan tietoa. Testaavat nuoret ryhtyvät ohuen luottamuksen muodostuttua kyselemään kaikesta, mitä he eivät muualla koskaan ole kehdanneet kysymään. Tässä vai-heessa käsitellään useimmiten tabuja, joista nuoret eivät uskalla puhua lähimmäistensä kanssa.

Jos tiedollinen testaaminenkin nuoren näkökulmasta onnistuu, voi jonkinlaista uskoutumista tapahtua. Prosessin aikana nuori suojautuu yhä vähemmän ja uskaltautuu keskustelemaan vapaammin. Samaan ai-kaan vastaaja voi vastauksissaan ymmärtää soittajaa enemmän ja hänen kanssaan voidaan käydä yhä pa-remmin häntä auttavia keskusteluja.

Ilman testausvaiheiden läpikäyntiä monet palveluun soittavista nuorista eivät suostu puhumaan vastaa-jalle mitään itsestään. Tämä voidaan nähdä terveenä itsesuojelunakin – miksi turvautua sellaiseen jota ei tiedä kykeneväksi kuuntelemaan?

Tyttöjen Talo®: kymmenen vuotta naistietoisen tyttötyön kehittämistä

Perustehtävänä on tyttöjen ja nuorten naisten kasvun ja identiteetin tukeminen kohti oman itsensä näköistä naiseutta naistietoisessa ja yhteisöllisyyttä arvostavassa ilmapiirissä. Perustehtävän juurina ovat Tyttöjen Talon® arvot: yksilöllisyys, moninaisuuden arvostaminen, tasa-arvo, ihmisen omiin voimavaroihin luottaminen, yhteisöllisyys ja naistietoisuus.

Tyttöjen Talo® -kumppanuushanke käynnistettiin vuoden 1999 lopussa kehittämishankkeena, joka myöhemmin vakiintui pysyväksi toimintamuodoksi. Tyttöjen Talo on kumppanuustalo, josta vastaavat Kalliolan Nuoret ry, Settlementinuorten liitto ry ja Helsingin kaupungin nuorisoasiainkeskus. Toiminnan päärahoittajat ovat Raha-automaattiyhdistys ja Helsingin kaupunki. Tyttöjen Talo on ensimmäisenä tahona Suomessa kehittänyt sukupuolisensitiivistä sosiaalista nuorisotyötä ja naistietoista tyttötyötä. Tyttöjen Talon nimi rekisteröitiin vuonna 2005 Kalliolan Nuoret ry:lle. Rekisteröinnin jälkeen nimen käyttöoikeus on sopimuksilla luovutettu Tampereen Tyttöjen Talolle (2006) ja Oulun Tyttöjen Talolle (2006) sekä Turun Tyttöjen Talolle (2007). Näin Helsingin Tyttöjen Talosta on tullut sukupuolisensitiivisen tyttötyön keskus, joka tukee myös monia muita tyttötyötä tekeviä tahoja. Uusien Tyttöjen Talojen synnyn myötä on luotu valtakunnallinen, toisiaan tukeva verkosto Tyttöjen Talojen kesken. Settlementinuorten liiton koordinoima Tyttöjen Talon verkosto- ja tutkimushanke tukee vahvasti Helsingin Tyttöjen Talon työtä.

Tyttöjen Talo -toiminta on lähtenyt liikkeelle tyttöjen ja nuorten naisten elämästä tässä ajassa nousevista haasteista ja tarpeista. Koko toimintansa ajan Tyttöjen Talo on pyrkinyt vastaamaan sosiaalisen nuorisotyön uusiin haasteisiin ja kehittänyt samalla sukupuolisensitiivistä sosiaalista nuorisotyötä uraa uurtavalla tavalla. Tyttöjen Talon sukupuolisensitiivinen sosiaalinen nuorisotyö merkitsee tyttöyden erityispiirteiden ja -ongelmien tunnistamista. Työn tarkoituksena on voimaannuttaa, tukea elämänhallintaa ja osallisuutta sekä ennaltaehkäistä syrjäytymistä. Omaan sukupuoleen juurtuminen vahvistaa osaltaan itsetuntoa ja vapauttaa myös arvostamaan toista sukupuolta. Talon tilat kantavat seinillään sekä sisustuksessaan erityisesti tyttöjen ja naisten elämää koskettavia kuvia ja esineitä. Sisällöllisesti yksilö- ja ryhmätyö, yhteisön avoin toiminta ja tapahtumat suunnitellaan sukupuolisensitiivisestä näkökulmasta ja naistietoisuus näkyy jokaisessa työmuodossa. Nuorisotyössä on ehdottoman tärkeää lisätä ja kehittää sukupuolisensitiivisyyttä, jotta nuorilla – sekä tytöillä että pojilla – olisi mahdollisuus tulla kohdatuiksi myös sukupuolensa erityisyyden ja moninaisuuden kautta, saaden vahvistusta ja rakennuspalikoita oman itsen näköiselle identiteetille. Sukupuolisensitiivisyys luo uuden arvon ja lisän sosiaaliselle nuorisotyölle, kun syrjäytymisvaarassa olevia nuoria pyritään sosiaalisesti vahvistamaan.

Sukupuolisensitiivinen, kuten myös mm. kulttuurisensitiivinen työote asettavat haasteita työntekijöille ja heidän aktiiviselle kouluttautumiselleen sekä sisäiselle kasvuprosessilleen. Yksilö- ja ryhmätyönohjaus, naistietoisuuskoulutus sekä ammattitaitoa kehittävät jatkokoulutukset auttavat haasteeseen vastaamisessa. Tyttöjen Talossa painottuu moniammatillinen työ sekä verkostotyö. Työntekijätiimiä kuvaa parhaiten nimitys asiantuntijaorganisaatio, jossa keskeistä on refleктоiva työote, oppiva organisaatio ja sisäinen yrittäjyys, kun uusia hankkeita on kehitetty. Moniammatillisuus tukee asiakaslähtöisyyttä ja tytön aitoa kohtaamista, mahdollistaen uusien, asiakasta hyödyntävien toimintatapojen ja ratkaisujen löytymisen. Asiakaskunnan jatkuvasti suuremmat tarpeet vaativat myös työn rakenteiden jatkuvaa kehittämistä. Näiden rakenteiden ylläpitäminen ja kehittäminen Tyttöjen Talossa on keskeistä ja välttämätöntä.

Puhutaan seksuaalisuudesta! – Työvälineitä seksuaaliterveysopetuksen ja -kasvatuksen tueksi

Aids-tukikeskus

Seksuaalisuus on olennainen osa ihmisyyttä ja jokaisen yksilön persoonallisuutta koko elämän ajan. Seksuaalisuus sisältää mm. seksuaalisen kehityksen, biologisen sukupuolen, sosiaalisen sukupuoli-identiteetin ja siihen liittyvän roolin, seksuaalisen suuntautumisen, eroottisen mielenkiinnon, nautinnon ja intiimiyden sekä suvunjatkamisen. Seksuaalisuus rakentuu yksilön ja sosiaalisten rakenteiden välisessä vuorovaikutuksessa. Seksuaalisuuden täysi kehittyminen on välttämätöntä yksilölliselle, ihmisten väliselle ja yhteiskunnalliselle hyvinvoinnille.

Seksuaaliterveyden **työkalupakki** on Aids-tukikeskuksen kokoama ilmainen sähköinen materiaalipaketti, josta löydät harjoituksia nuorten seksuaaliterveyden edistämiseksi opetuksen ja seksuaalikasvatuksen tueksi. Paketti sisältää myös aikuisille suunnattuja harjoituksia, joiden avulla voi käsitellä omia valmiuksia seksuaaliterveyden opetuksessa ja kasvatuksessa.

Työkalupakki on sähköisessä muodossa, jotta sitä pystytään jatkuvasti päivittämään ja kehittämään. Materiaali on ilmaiseksi kaikkien käytettävissä ja se löytyy sähköisessä PDF-muodossa Aids-tukikeskuksen nettisivuilta www.aidstukikeskus.fi/materiaalit.

Monelta nuorelta saattaa kehityksellisten erojen vuoksi mennä seksuaaliterveyskasvatuksen sisältö ohi, mikäli seksuaalikasvatuksen muotona käytetään pelkkää tiedon antamista. Pelkkä tieto ei myöskään riitä, kun halutaan vaikuttaa käyttäytymiseen. Työkalupakin harjoitusten tarkoituksena on aktivoida nuoret ajattelemaan itse ja soveltamaan opittua omaan elämäänsä. Harjoituksissa on otettu huomioon myös seksuaalisen suuntautumisen moninaisuus, joka on vahvasti mukana Aids-tukikeskuksen työssä.

Seksuaalikasvatukseen vaikuttavat faktojen lisäksi aikuisen asenteet, ajatukset ja persoona. Tämän vuoksi työkalupakissa on monenlaisia harjoituksia myös aikuisille, jotka toimivat seksuaaliterveyskasvatuksen parissa. Näiden harjoitusten tarkoituksena on lisätä aikuisen omia valmiuksia kohdata seksuaalisuuteen liittyviä kysymyksiä. Työkalupakissa on mm. harjoituksia, joita miettimällä saa palautettua mieleen, miltä tuntui olla nuori ja kokea seksuaalisuuden nopea kehittyminen sekä miten puhua seksuaalisuudesta.

Jos seksistä ja seksuaalisuudesta puhuminen tuntuu hankalalta, on sitä hyvä harjoitella ja miettiä valmiiksi omaa sanastoaan. Nuorten on helpompi vastaanottaa aikuisen sanoma, kun hän käyttää sanoja ja ilmaisuja, jotka tuntuvat omilta ja luontevilta, mutta jotka nuori myös ymmärtää.

Hyvä tapa aloittaa seksuaalisuudesta puhuminen koulussa voi olla **teemapäivän tai -viikon** järjestäminen. Aids-tukikeskukselta löydät Teemapäivä-ohjeistuksen, joka on koottu avuksi seksuaaliterveyden teemapäivien suunnitteluun oppilaitoksissa ja kouluissa.

Hiv-säätiö/Aids-tukikeskus

Aids-tukikeskus toimii Hiv-säätiön ylläpitämänä päämääränään ennaltaehkäistä hiv-tartuntoja, tukea tartunnan saaneita ja heidän läheisiään sekä tartunnasta huolestuneita yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa. Aids-tukikeskukselta voi tilata hiviin, aidsiin ja turvaseksiin liittyvää koulutusta ja materiaalia.

Yhteystiedot:

Hiv-säätiö/Aids-tukikeskus

Neuvonta ja ajanvaraus hiv-testiin (klo 10–15.30): puh. 020 746 5705

Vaihde (klo 9–16): puh. 020 746 5700

www.aidstukikeskus.fi

Nuorten omat seksuaaliterveyden nettisivut: www.justwearit.fi

Lisätietoja nuorten parissa tehtävästä työstä:

terveydenhoitaja, seksuaaliterapeutti Katri Tuomainen

puh. 020 746 5720

etunimi.sukunimi@aidstukikeskus.fi

Kuitinmäki-hanke – Seksuaaliterveyskasvatuksen teemapäivä 9.-luokkalaisille

Riikka Murtomäki, Laurea-ammattikorkeakoulu, Otaniemi

Kuitinmäki-hankkeen kokonaistavoitteena on ollut ylläpitää sekä edistää yläkouluikäisten nuorten terveyttä ja hyvinvointia. Hanke on Laurea-ammattikorkeakoulun ja Kuitinmäen koulun yhteishanke.

Hankkeeseen kuuluvan opinnäytetyön tarkoituksena on ollut järjestää Kuitinmäen koulun 9.-luokkalaisille seksuaaliterveyskasvatus teemapäivä ja tätä kautta tukea nuorten seksuaaliterveyden edistämistä sekä ennaltaehkäisevää toimintaa. Tavoitteina oli lisätä nuorten tietoutta seksuaaliterveydestä sekä omasta vastuusta tässä mahdollisimman mielekkäällä tavalla. Lisäksi tavoitteena oli auttaa nuoria löytämään luotettavia tiedonlähteitä aiheeseen liittyen.

Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisella menetelmällä Keski-Espoon koulun liikuntasalissa. Liikuntasaliin oli pystytetty kuusi rastia, joiden aiheet ja sisällöt käsittelivät seksuaaliterveyttä, seksuaalioikeuksia, vastuunottoa sekä median luomia paineita liittyen seksuaaliterveyteen. Jokaisen rastin toteutuksessa oli huomioitu toiminnallisuus sekä tarvenäkökulma. Tärkeä osa päivän toteutusta oli positiivisen asenteen näkyminen oppilaille. Tärkeää oli viestiä, ettei vakavia aiheita tarvitse käsitellä vakavalla naamalla; pieni viihteellisyys toi ilmeikkyyttä ja mielekkyyttä päivään. Rastit suunniteltiin sekä toteutettiin Laurean opiskelijoiden toimesta, opinnäytetyöntekijöiden toiveiden pohjalta. Rastien toteutuksen onnistuminen oli merkittävä tekijä päivän onnistumiselle.

Toteutettu terveyskasvatuspäivä arvioitiin useasta eri näkökulmasta. Laurean opiskelijat arvioivat päivää ja sen suunnittelua vertaisarvioinnin sekä palautelomakkeen avulla. Kuitinmäen koulun oppilaat antoivat palautteen päivästä palautelomakkeen avulla. Opinnäytetyöntekijöinä arvioimme prosessia oman ammatillisen kasvun sekä kehityksen näkökulmasta. Oppilaat antoivat päivästä palkitsevaa ja positiivista palautetta ja pitivät toiminnallista toteutusta hyvänä oppimismenetelmänä.

Seksuaaliterveyskasvatusteemapäivä oli onnistunut tapahtuma kokonaisuudessaan ja opinnäytetyölle asetetut tavoitteet saavutettiin. Tavoitteina oli lisätä tietoa seksuaaliterveydestä nuorten keskuudessa, lisätä tietoisuutta omasta vastuusta seksuaaliterveysasioissa ja saada nuoret pohtimaan tätä sekä auttaa löytämään oikeita tiedonlähteitä. Nuorten tiedot sekä taidot seksuaaliterveydessä lisääntyivät ja päivä koettiin hyödyllisenä myös työelämän edustajien puolelta. Opinnäytetyöprosessi oli onnistunut myös ammatillisen kasvun näkökulmasta, tiedot ja taidot organisoinnista sekä huolellisen suunnittelun tärkeydestä ja ryhmän ohjaamisesta kehittyivät.

Selkenevää! Seksuaalisen hyvinvoinnin vahvistamishanke

Turun kaupungin sosiaali- ja terveystoimi

Selkenevää! Seksuaalisen hyvinvoinnin vahvistamishanke 2010–2012 on saanut rahoituksensa Terveyden edistämisen määrärahoista. Hankkeen toteuttajatahona on Turun kaupungin sosiaali- ja terveystoimen terveydenedistämisen yksikkö.

Selkenevää! on suunnattu ammatillisia opintoja suorittavien nuorten seksuaalisen hyvinvoinnin ja seksuaaliterveyden edistämiseksi. Kouluterveyskyselyiden mukaan ammatillisia opintojaan suorittavilla nuorilla seksuaaliterveys on herkästi vaakalaudalla. Seksuaaliterveysopetus saattaa jäädä varsin vähäiseksi ammattiin opiskeltaessa, vaikka nuori tarvitsisikin tukea oman seksuaalisuutensa kasvussa ja kehityksessä erityisesti tässä vaiheessa.

Selkenevää! -hanke täydennyskouluttaa ammatillisten oppilaitosten henkilökuntaa prosessimaisesti vahvalla työnohjauksellisella otteella kannustaakseen aikuisia ottamaan seksuaalisuuden puheeksi oppilaiden kanssa arjen kohtaamisissa, opiskeltavien asioiden lomassa tai opiskelijoiden teemaa esille nostamalla. Keskeistä hankkeessa on kouluhenkilökunnan omakohtainen pohdinta seksuaali- ja sukupuolikysymyksissä, kohtaavaan ja avoimeen dialogiin kannustaminen ja nuorten toiveiden ja tarpeiden kuunteleminen ja niihin vastaaminen.

Hanke kehittää seksuaalikasvatuksen tueksi materiaalia ja ammattilaisten täydennyskouluttamiseen räätälöitävän koulutuksen mallia, jota voitaisiin soveltaa valtakunnallisesti.

Hankkeen ensivaiheessa mukana on viisi koulua, joista kolme on Turussa ja kaksi pääkaupunkiseudulla.

Lisätietoja:

seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistämisen asiantuntija Katriina Bildjuschkin

Turun terveyden edistämisen yksikkö

etunimi.sukunimi@turku.fi.

Seksuaalinen väkivalta tai hyväksikäyttö on rikos

Raiskauskriisikeskus Tukinainen

Raiskauskriisikeskus Tukinainen on voittoa tavoittelematon uhrien tukijärjestö, joka antaa kriisi- ja juridista tukea ja neuvontaa seksuaalista väkivaltaa ja/tai hyväksikäyttöä kokeneille sekä heidän läheisilleen. Konsultaatiota saavat myös seksuaalista väkivaltaa kokeneiden parissa työskentelevät sosiaalialan ja terveydenhuollon työntekijät. Tuki, neuvonta ja konsultaatio toimivat pääasiassa puhelimitse. Erillisiä asiakastapaamisia järjestetään avun tarpeen mukaan, samoin kuin yhdistyksen kohderyhmälle suunnattuja terapeuttisia ryhmiä.

Raiskauskriisikeskus tekee yhteistyötä muiden kolmannen sektorin toimijoiden kanssa. Yhdistys pyrkii vaikuttamaan yhteiskunnallisesti muun muassa päättäjiin antamalla lausuntoja lainsäädännön valmistelijoille ja aiheeseen liittyvään julkiseen mielipiteeseen median kautta. Tukinainen täydentää omalla erityisosaamisellaan julkisen sektorin toimijoiden työtä. Tukinaisen työntekijät ovat kaikki pätevyityneitä ja koulutettuja toimenkuvansa edellyttämällä tavalla.

Tukinaisella on meneillään tällä hetkellä kaksi projektia: Senja- ja Nettitukinainen-projektit. Senja on Raiskauskriisikeskus Tukinaisen koordinoima Sensitiivisyyskoulutus juridiikan ammattilaisille. Projekti järjestää koulutuspäiviä, joiden aiheena on seksuaalista väkivaltaa ja hyväksikäyttöä sekä lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden uhrien kohtaaminen asiallisella ja arvostavalla tavalla. Koulutukset järjestetään yhteistyössä Oikeusministeriön, Valtakunnansyyttäjänviraston, Sisäasiainministeriön ja Poliisiammattikorkeakoulun kanssa. Nettiauttamisprojektin tavoitteena on kehittää ja ottaa käyttöön ajanmukainen, uusi kanava ammatitavun tarjoamiseksi väkivallan ja hyväksikäytön uhreille, heidän läheisilleen ja eri alojen ammattilaisille. Projektin päätuotoksena on Nettitukinainen.fi-sivusto Internetissä, joka tarjoaa turvallisen paikan ammatitavun ja tiedon välittämiseksi.

Maksuton kriisipäivystys

puh. 0800 97 899

ma–pe klo 9–15

la–su klo 15–21, myös aattoina ja pyhinä

Maksuton juristipäivystys

puh. 0800 97 895

ma–to klo 13–16

pe klo 9–13 lähisuhdeväkivaltaa kokeneille

Nettitukinainen – luottamuksellista apua Internetistä anonyymisti

www.nettitukinainen.fi

Lisätietoa aiheesta ja ryhmistä:

www.tukinainen.fi

Sykkäys-hanke

Opetushallituksen rahoittama ESR-hanke ohjelmakaudella 2007–2013 kehittämissuunnitelmasta Paremmat arjentaidot ja opintojen kautta töihin. Rahoituksessa ovat mukana myös hankkeessa mukana olevat oppilaitokset: Raahen ammattiopisto, Lybeckerin käsi- ja taideteollisuusopisto, Ruukin maaseutuopisto ja Raahen Porvari- ja Kauppakoulu.

Erityisoppilaiden määrä on kasvussa, joten tuen saaminen mahdollisimman varhaisessa vaiheessa on tärkeää. Sykkäys-hankkeen tarkoituksena on luoda malli, jolla tehostetaan ennaltaehkäisevää työtä, varhaista puuttumista ja ammatillisen kasvun tukemista. Kohderyhmänä ovat toisen asteen oppilaitoksissa aloittavat ja valmistumisvaiheessa olevat opiskelijat sekä TOP-jaksoilla olevat opiskelijat. Välillisenä kohderyhmänä ovat ammatillisten oppilaitosten opettajat ja henkilökunta, perusopetuksen opettajat, kohderyhmän opiskelijoiden huoltajat, elinkeinoelämä ja työssäoppimispaikat. Tavoitteita ovat perusopetuksen ja toisen asteen nivelvaiheen ohjaus- ja tukitoimien kehittäminen, varhaisen puuttumisen ja verkostoitumisen tehostaminen sekä yksilöllisten tukitoimien kehittäminen. Edellä mainittujen tavoitteiden toteutumiseksi on työtä teemmällä luotu selkeää ja pysyvää toimintamallia toisen asteen opintojen läpiviemiseen sekä ennaltaehkäisevään toimintaan.

Tavoitteiden toteutumiseen kehitettyjen toimintatapojen ja opiskelijahyvinvoinnin koordinointiin on tarvittu työntekijää lisäämään oppilashuollon toimintaresurssia. Työn kautta on kehitetty laajennettua kasvatusohjaajan tehtävän kuvaa. Ennaltaehkäisevän ja oppilaita osallistavan sekä koko yhteisöön kohdistuvan kasvatustyön kautta on pystytty pienentämään kuraattoripainetta; kasvatusohjaajan työnkuva koostuu 60 prosenttisesti koulukuraattorin ja 40 prosenttisesti koulun kasvatusohjaajan tehtävistä. Laajennetun kasvatusohjaajan tehtäviin kuuluvat mm. opiskeluvaikeuksiin puuttuminen, tukikeskustelut, ohjaaminen tarvittaessa muihin tukipalveluihin, verkostoyhteistyö, yhteistyö opiskelijan perheen kanssa, osallistuminen opiskelijahuoltoryhmien toimintaan, ”rästiklinikoiden”, tutor- ja oppilaskuntatoiminnan ohjaaminen ja tukeminen sekä opiskelijahyvinvoinnin koordinointi esim. ennaltaehkäisevän päihdetyön osalta. Hankkeen tuottamassa mallissa jokaisessa oppilaitoksessa toimisi vähintään yksi kasvatusohjaaja (1 kasvatusohjaaja < 300 opiskelijaa), jonka tehtävänä on erityisen tuen tarpeeseen vastaaminen paikallisiin, alueellisiin ja valtakunnallisiin asiantuntijoihin verkottumisen lisäksi myös vertaistuen, osallistavien ja yhteistoiminnallisten menetelmien avulla.

Tavoitteiden saavuttaminen

Nivelvaihe:

- yhteistyössä seutukunnan opotiimin kanssa kehitetyt tiedonsiirtolomakkeet otettiin käyttöön heti hankkeen alussa ja yhteistyössä on järjestetty syksyistä messutyypistä seutukunnan perusopetuksen ja toisen asteen oppilaitosten tiedonsiirtopäivää,
- yhteistyötä perusopetuksen ja Joustavan Perusopetuksen kanssa sekä Ammattistartin kanssa on pidetty tarpeellisena,
- ensimmäinen mahdollisuus vaikuttaa ohjauksen kautta opintojen etenemiseen on jo 9.-luokkalaisten kohtaamistilanteissa niin oppilaitoksissa, messuilla kuin henkilökohtaisissa tai tulevan opiskelijan verkoston kanssa järjestetyissä tapaamisissa.

Varhaisen puuttumisen ja verkostoitumisen tehostaminen

- sähköinen/ajantasainen poissaoloseuranta on otettu käyttöön hankkeen toimintaoppilaitoksissa,
- opintojen etenemisen seurantaan kehitetty sähköinen HOPS-työkalu auttaa suorittamatta jääneiden opintojen suunnittelussa,
- ryhmänohjaajia on tiedotettu jatkuvan seurannan merkityksestä, erityisopiskelijoiden sekä haastavien ryhmien osalta seuranta on jaettu koulunkäyntiavustajille, opinto- ja kasvatusohjaajille
- tiedonvaihtopäivät seutukunnan sosiaalitoimen kanssa ovat tehostaneet lastensuojeluasiakkaiden todellisten tarpeiden tunnistamista ja realisoineet opiskelijan kohtaamisia kuten JoPo-yhteistyössäkin,
- yhteistyöstä nuorisotoimen kanssa (nuorisotyöntekijät ovat oppilaitoksissa demonstroineet ryhmäytämismenetelmiä, vierailuilla puolin ja toisin tutustuneet paikkakunnalle muuttaneisiin nuoriin ja tutustut-

taneet nuoria paikalliseen nuorisotoimintaan) on myös hyviä kokemuksia, tiedonsiirto vapaa-ajan ja oppilaitosajan välillä on näyttänyt tarpeellisenä,

- päihdeohjeistuksen päivittäminen ja yhdenmukaistaminen sekä ennaltaehkäisevä päihdetyö (esimerkkinä käytännön toiminnasta: syksyinen Hyvinvointipäivä opiskelijoille verkostoyhteistyön ponnistuksena, ennaltaehkäisevän päihdetyön viikolla järjestettävä Pähkä-tapahtuma jokaisessa oppilaitoksessa ja samoin jokaiseen oppilaitokseen opiskelijavetoisesti tehty vähintäänkin yksi ”valistusvessa”) ovat osoittaneet myös kouluterveyskyselyn tulosten valossa erityisen merkityksellisiksi; opiskelijoiden tietous päihteiden vaaroista on kaikesta valistuksesta huolimatta hälyttävän alhaista eli valistustyötä tarvitaan yhä ja myös uusilla tavoilla,
- yhteistyö seutukunnan muiden lapsi- ja nuorisotyön sekä sosiaali- ja terveyden huollon sekä kolmannen sektorin kanssa on muotoutunut toimivaksi ja molemminpuolisesti opiskelijoiden edun mukaiseksi koettua,
- tutor- ja oppilaskuntatoiminnan vahvistamisesta saadaan lisävoimaa varhaiseen puuttumiseen ja ongelmia ennaltaehkäisevään toimintaan,
- opas varhaiseen puuttumiseen toisen asteen toimijoille on saanut positiivista palautetta ja on valtakunnallisesti käyttöön otettavissa hankkeen blogisivulta (osoite alla),
- opiskelijatapaamiset, opettajien ja projektihenkilöiden tiivis yhteistyö ovat kaiken toiminnan kulmakiviä.

Yksilöllisten tukitoimien kehittäminen

- tukikeskustelujen hyödyllisyys on sekä diagnostista että korjaavaa; säännöllisten tukikeskustelujen kautta yksilön elämän kokonaisuus tulee huomioiduksi ja kun hän itse omin sanoin säännöllisesti pohtii elämänsä ja opiskelujensa suuntaa, se oletettavasti pysyy tallessakin paremmin,
- saattaen siirto/rinnalla kulkeminen toiseen oppilaitokseen/työvoimapalveluihin/työpajatoimintaan/terveydenhuollon piiriin tms.; mikäli oppilaitos ei kykene opiskelijaa opinnoissa kiinni pitämään on keskeyttämisen estämistä tärkeämpää löytää nuorelle toinen paikka, jossa jatkaa kasvuaan ja tärkeintä on varmistaa, ettei nuori jää yksin
- ”rästiklinikka”-toimintaa (ei vain rästejä vaan myös opiskelijoiden itsenäisten tehtävien suorittamisen tukemista) on ollut kaikissa hankkeen toimintaoppilaitoksissa ja toiminta on nähty hyvänä keinona estää opintojen tarpeeton venyminen,
- henkilökunnan käyttöön toisen asteen opiskelijan ohjaamiseen tuotettu ”reseptivihko”.

”Sykkäyshanke – Vipuvoimaa opintojen etenemiseen” blogisivu (<http://sykkays.ning.com>) luotiin yhteisen keskustelun ja toimintatapojen edelleen kehittelyn työkaluksi ja hyvien käytäntöjen jakamisen avoimeksi kanavaksi. Olet tervetullut sivuston jäseneksi! Jaa viltimmät ajatukseti edelleen kehitettäväksi ja kommentoi muiden jäsenten kirjoituksia – yhdessä osaamme enemmän!

Kunnan perusopetuksen terveydenedistämisasiivisuuden kuvaaminen vertailukelpoisin tunnusluvuin

Vesa Saaristo, Timo Ståhl & Matti Rimpelä, THL & Tampereen yliopisto

Terveyden edistämisen vertailutietojärjestelmä TEAviisari julkistettiin maaliskuussa 2010. Tietojärjestelmässä kuvataan kunnan toimintaa väestönsä terveyden edistämiseksi seitsemästä ulottuvuudesta muodostuvan viitekehysten kautta. Järjestelmän on tarkoitus kattaa kunnan keskeisimmät toimialat. Ensimmäisenä aineistona järjestelmään vietiin terveyskeskuksista syksyllä 2008 kerätty aineisto.

Kunnan opetustoimea kuvaavat tunnusluvut muodostettiin peruskoulujen johdolta syksyllä 2009 kootun aineiston (Rimpelä ym. 2010) pohjalta. Vertailukelpoisina peruskoulutasolta kerätyt tiedot yhdistettiin kuvaamaan opetuksen järjestäjän kannalta perusopetuksen kokonaisuutta koulun oppilasmäärällä painottamalla. Muuttujat ryhmiteltiin kuuden terveydenedistämisasiivisuuden ulottuvuuden (sitoutuminen, johtaminen, seuranta, voimavarat, yhteiset käytännöt, osallisuus) alle. Kysymysten vastausvaihtoehdot pisteytettiin niin, että pistemäärä ilmaisee vastausta suhteessa oletettuun hyvään käytäntöön eli hyvään laatuun. Kunnan tunnusluvut esitetään vain niille kunnille, joista saatiin vastaus vähintään kolmesta peruskoulusta.

Sitoutumista mittaivat oppilaiden ja huoltajien vaikuttamismahdollisuuksien kuvaaminen koulun opetussuunnitelmassa, oppilashuollon toiminnan kuvaaminen vuosikertomuksessa ja terveyttä käsittelevien teemapäivien tai -viikkojen järjestäminen. Johtamista mitattiin oppilashuoltoryhmän kokoontumistiheydellä ja ajankäytöllä, poissaolojen seurannalla ja tietoisuudella työolotarkastuksen tekemisestä. Seuranta mittasi koulun johdon tietoisuutta eri tapahtumien ja tilanteiden (kiusaaminen, koulunkäynnin häiriöt, tupakointi ja päihteet, kurinpito ja ojentaminen, tapaturmat, ohjaaminen erityispalveluihin) yleisyydestä ja yhteenvedojen tekemistä kouluterveydenhuollon tarkastuksista.

Voimavaroja mitattiin opetusryhmien maksimikoolla, opettajien, psykologien, kuraattoreiden ja avustajien työpanoksella sekä tuki- ja erityisopetuksen resursoinnilla koulun oppilasmäärään suhteutettuna. Yhteiset käytännöt liittyivät ongelmatilanteiden (tupakointi ja päihteet, häirintä, kiusaaminen, poissaolot, tapaturmat, mielenterveysongelmat) ehkäisemiseen ja tunnistamiseen sekä oppilashuoltoryhmäkäsittelyn kirjaamiseen. Osallisuus muodostui opettajan, huoltajan ja oppilaan välisistä keskusteluista, vanhempainyhdistys- ja tukioppilastoiminnasta sekä huoltajien ja oppilaiden vaikutusmahdollisuuksista.

Terveydenedistämisasiivisuuden viitekehys vaikuttaa soveltuvan varsin hyvin kouluja koskevien tietojen esittämiseen. Jatkossa raportoitavien muuttujien määrää on mahdollista vähentää, koska osa muuttujista korreloi voimakkaasti keskenään. Joitakin ulottuvuuksia pitää täydentää suoraan opetustoimesta kerättävillä tai kouluhallinto-ohjelmista saatavilla tiedoilla.

Lähteet:

Rimpelä M, Fröjd S & Peltonen H (toim.) 2010. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen perusopetuksessa. Peruseraportti 2009. Koulutuksen seurantaraportit 2010:1. Opetushallitus & THL. Helsinki.

Saaristo V, Ståhl T & Rimpelä M. 2010. Terveydenedistämisasiivisuus perusopetuksessa – menetelmäraportti. THL Avauksia. Helsinki.

Nuorten hyvinvoinnin ankkurit Lapissa -hanke

Pohjois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus & Lapin yliopisto

Nuorten hyvinvoinnin ankkurit Lapissa -hankkeen tavoitteena on tuottaa tietoa lappilaisten nuorten psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tekijöistä sekä kehittää uusia innovatiivisia, kuvataidetta ja erilaisia mediaympäristöjä hyödyntäviä toimintamalleja nuorten parissa tehtävään työhön. Toimintamallien ja tutkimustiedon kautta pyritään ehkäisemään syrjäytymistä sekä vahvistamaan nuorten kiinnostumista kotiseudulle, opintoihin ja työmarkkinoille. Hankkeen kohderyhmänä ovat 15 vuotta täyttäneet peruskoulun jälkeisessä nivelvaiheessa olevat nuoret. Hankkeessa edistetään sosiaalityön, kuvataidekasvatuksen, nuorisotyön ja koulujen yhteistyötä nuorten hyvinvoinnin tueksi. Hanke toimii Inarissa, Kemijärvellä, Kolarissa ja Ranualla.

Hankkeen aikana hankekuntien nuorten kanssa on toteutettu erilaisia, media-, ympäristö- ja yhteisötaidetyöpajoja. Taidetoiminta on keskitetty kuntien nuorisotoimintaan nuorisotiloille sekä 9. luokan, lisäluokan, ammattistartin ja ammattiopiston opetuksen yhteyteen. Ranualla on toteutettu julkinen yhteisöveistos Elämän onnenlehdet. Kemijärvellä on toteutettu mosaiikkiseinäteoksia ja eri alan oppilaat ovat toteuttaneet yhdessä tilanmuutoksia Itä-Lapin ammattiopistolla. Inarissa on pidetty Tässä ja tulevaisuudessa valokuvaustyöpaja ja -näyttely sekä koostettu kierrätysmateriaalista seinäteos Nuorten ympyrät. Kolarissa puolestaan nuoret ovat miettineet omaa turvapaikkaa ja tutustuneet neulanreikäkameraan, serigrafiaan ja yhteisömaalaukseen. Hankkeen taidetyöpajoihin osallistumalla nuoret ovat saaneet mahdollisuuden kokeilla erilaisia taidemuotoja, kokea onnistumisen elämyksiä, luoda uskoa osaamiseensa ja itseensä. Lisäksi nuoret ovat oppineet toimimaan enemmän ryhmässä sekä päässeet näkyville kotikunnassaan. Hankekunnissa toteutettujen pilottiprojektien kokemusten pohjalta on tuotettu Ankkurit-toimintamalli, jossa kuvataan, miten nuoria voidaan innostaa yhteisölliseen taidetoimintaan. Taidetoimintamallia voidaan soveltaa nuoriso-, sosiaali- ja opetus- sekä kasvatustyössä. Taidetoimintamallikäsikirja julkaistaan syksyllä 2010.

Hankkeen toinen pääteema on lappilaisten nuorten hyvinvointia käsittelevä tutkimus. Hankkeen aikana tehdään nuorten hyvinvointiselvitys, joka tuottaa tietoa nuorten psyykkisestä ja sosiaalisesta hyvinvoinnista sekä niihin vaikuttavista tekijöistä. Selvitys koostuu Lapin 9.-luokkalaisille vuonna 2009 tehdystä lomakyselystä (N=562) sekä hankekuntien nuorille tehdyistä yksilö- ja ryhmähaastatteluista. Nuorten hyvinvointiselvitys julkaistaan syksyllä 2010. Lisäksi julkaistaan raportti hankekuntien nuorten näkemyksistä hyvinvoinnin edistämisen kehittämisen- ja ongelmakohdista. Hankkeessa on lisäksi tehty nuorten hyvinvointiin liittyviä pro gradu -töitä sekä kuvataidekasvatuksen että sosiaalityön laitoksilla.

Nuorten hyvinvoinnin ankkurit Lapissa on ESR-rahoitteinen hanke, joka toimii vuosina 2008–2010. Rahoituksen on myöntänyt Lapin ELY-keskus. Hankkeen hallinnoija on Pohjois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus ja osatoteuttajina ovat Lapin yliopiston kuvataidekasvatuksen laitos ja sosiaalityön laitos.

Yhteystiedot:

*projektikoordinaattori Katri Kuusela
Pohjois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
puh. 0400 163 362
etunimi.sukunimi@poskelappi.fi*

*tutkija Riikka Sutinen
Lapin yliopisto, Sosiaalityön laitos
puh. 0400 479 927
etunimi.sukunimi@ulapland.fi*

<http://www.sosiaalikollega.fi/hankkeet/nuorten-hyvinvoinnin-ankkurit>

Yläkoulujen väliset erot Helsingin metropolialueella – oppilaiden sosioekonominen tausta, koulukokemukset, terveys ja terveystottumukset Kouluterveyskyselyn mukaan

Matti Rimpelä & Vesa Saaristo, Tampereen yliopisto & THL

Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin 8.–9. vuosiluokkien peruskoulujen välisiä eroja vuosina 2002–2008 Kouluterveyskyselyn aineistossa yhdessätoista Helsingin metropolialueen (MetrOP-alue) kunnassa. Erityisesti tarkasteltiin oppilaiden sosioekonomista taustaa ja sen yhteyksiä koulutyötä, terveyttä ja terveystottumuksia kuvaaviin indikaattoreihin koulutasolla.

Vuosina 2002–2008 tehdyissä neljässä Kouluterveyskyselyssä oli MetrOP-alueelta mukana 116 koulua ja yli 80 000 oppilasta. Oppilailta kysytyistä tiedoista muodostettiin indikaattoreita, joista laskettiin koulu-kohtaisia prosenttiosuuksia. Keskeltä aikasarjaa puuttuvat yksittäiset tiedot korvattiin viereisten vuosien keskiarvolla. Näin saadussa koulutason aineistossa oli mukana 127 koulua (81 prosenttia niistä MetrOP-alueen kouluista, joissa syyslukukaudella 2008 oli 8.–9. vuosiluokkia). Erityiskoulut (n=12) jätettiin analyysien ulkopuolelle. Indikaattoreiden pysyvyyttä tarkasteltiin Spearmanin järjestyskorrelaatiolla vuosien 2002 ja 2008 tulosten välillä.

Koulujen välinen vaihtelu oli suurinta vanhempien koulutustaustassa. Yksittäisessä koulussa oli enimmillään 74 prosenttia ja pienimmillään 10 prosenttia oppilaita, joiden vanhemmista kummallakaan ei ollut korkeakoulututkintoa. Myös kaikissa muissa tarkastelluissa indikaattoreissa koulujen välillä oli merkittäviä eroja. Tarkastelujakson aikana keskimääräinen vanhempien koulutustaso oli selvästi parantunut ja oppilaiden tupakointi vähentynyt. Muut muutokset vuodesta 2002 vuoteen 2008 koulujen keskimääräistä tilannetta kuvaavissa tuloksissa olivat muutaman prosenttiyksikön suuruusluokkaa.

Vanhempien koulutuksen keskimääräisestä paranemisesta huolimatta koulujen keskinäinen järjestys vanhempien koulutustaustan suhteen pysyi varsin samanlaisena vuodesta 2002 vuoteen 2008 ($r=0,87$). Myös vanhempien tupakointia ja perherakennetta kuvaavat indikaattorit kertovat koulutason pysyvyydestä ($r=0,72$ ja $0,65$). Terveystottumuksia kuvaavat indikaattorit viittaavat myös kohtalaiseen pysyvyyteen koulu-kohtaisessa keskimääräisessä tilanteessa ($r=0,28$ – $0,41$). Lähes samalla tasolla olivat oireisuutta ja opiskeluvaikeuksia kuvaavien indikaattoreiden korrelaatiokertoimet.

Käytännössä nämä tulokset tarkoittavat, että koulujen väliset erot oppilaiden elinoloissa ovat melko pysyviä. Myös terveystottumukset koulutasolla tarkasteltuina olivat melko pysyviä. Sen sijaan oppilaiden kokemukset koulutyöstä omassa koulussaan vuonna 2002 ja vuonna 2008 eivät tämän analyysin mukaan juuri olleet yhteydessä toisiinsa.

Kun tarkasteltiin erikseen Helsinkiä, Espoota, Vantaata ja alueen muita kuntia, tuli näkyviin selvästi erilaisia vaiheita eriytymisessä. Helsingissä koulujen välinen vaihtelu oli selvästi suurinta ja myös Espoossa se oli jo merkittävää. Vantaalla ja muissa kunnissa ei toistaiseksi ole perusteltua puhua eriytymisestä muuten kuin joissakin poikkeustapauksissa. Kauniainen tosin poikkeaa selvästi muista kunnista tämän ryhmän sisällä.

Lähde:

Rimpelä M & Saaristo V. 2010. Yläkoulujen väliset erot oppilaiden sosioekonomisessa taustassa, koulukokemuksissa, terveydessä ja terveystottumuksissa. Teoksessa Rimpelä M & Bernelius V (toim.): Peruskoulujen oppimistulokset ja oppilaiden hyvinvointi eriytyvällä Helsingin seudulla. Helsingin yliopiston geotieteiden ja maantieteen laitoksen julkaisuja B1/2010. Helsinki.

Oppilaiden poissaolojen seuranta

Niina Lehtinen, Anne-Marie Rigoff, Vesa Saaristo & Timo Ståhl, THL

Perusopetuslaki velvoittaa kouluja seuraamaan poissaoloja. Toistuvien poissaolojen on todettu olevan yhteydessä huonoon koulumenestykseen ja käyttäytymiseen. Poissaolojen taustalla saattaa piillä psykososiaalisia ongelmia, koulukiusaamista ja koulun ilmapiiriongelmiä. (Reid 2002.) Poissaoloja voidaan käyttää kouluikäisten terveyden ja hyvinvoinnin indikaattorina.

Poissaoloista ei ole valtakunnallisesti yhteistä määrittelyä. Perusopetuslaissa ei myöskään ole tarkkaa säädöstä siitä, kuinka pian tai miten poissaoloista on ilmoitettava kotiin. (Fröjd 2010.)

Syksyllä 2009 peruskoulujen johdolle tehdyn kyselyn mukaan (Fröjd 2010) sairauspoissaolojen määrä tiedetään vain kolmanneksessa kouluista. Siitä, milloin huoltaja ilmoittaa oppilaan poissaolosta koululle ja milloin koulu raportoi luvattomasta poissaolosta vanhemmille, vallitsee erilaisia käytäntöjä. Poissaolojen seuraamiskäytännöt ja määritykset vaihtelevat siis suuresti sekä koulujen välillä että koulujen sisällä.

THL:n TedBM-hankkeessa on kehitetty yhteistyössä yliopistojen harjoittelukoulujen kanssa poissaolojen yhtenäistä luokitusta tarkoituksena yhtenäistää niiden seurantaa ja raportointia. Yliopistojen normaali-kouluissa on ollut testattavana ja todettu toimivaksi seuraava luokittelu:

- Myöhästyminen alle 15 min
- Sairauspoissaolo
- Muu luvallinen poissaolo
- Luvaton poissaolo (myös myöhästyminen yli 15 min. oppitunnista)

Yhtenäisen poissaolojen kirjaamistavan myötä koulut saavat sekä luokkakohtaista että koulukohtaista informaatiota poissaoloista. Yhtenäinen poissaolojen kirjaaminen mahdollistaa poissaolotilastojen vertailun sekä koulun sisällä että koulujen välillä. Tallentuvasta informaatiosta on hyötyä monelle taholle. Sitä voivat hyödyntää rehtori, opettajat, oppilashuoltoryhmä ja oppilaan vanhemmat. Malli helpottaa myös uusien opettajien ja sijaisten työtä, kun säännöt poissaolojen kirjaamisesta ovat selkeät ja kaikissa kouluissa samat.

Tämän lisäksi poissaolojen seurantaa helpottamaan on suunnitteilla opettajan työkalu, joka selkeästi ja reaaliajassa ilmoittaisi kunkin oppilaan läsnäolotilanteen. Työkalu mahdollistaisi nopean havaitsemisen ja puuttumisen poissaoloihin (vihreä yli 90 % kouluajasta paikalla; keltainen 81–90 % paikalla; punainen vähemmän kuin 80 % paikalla).

		vk40	vk41	vk42	vk43
Jenni	9B	96,70 %	96,39 %	95,92 %	95,76 %
Sami	9B	70,49 %	72,83 %	86,73 %	72,65 %
Ossi	9B	86,54 %	86,14 %	85,71 %	98,45 %
Anniina	9B	91,35 %	92,57 %	89,69 %	79,23 %
Tiina	9B	69,45 %	76,78 %	81,13 %	87,65 %

Lähteet:

Fröjd S. 2010. *Oppilaiden poissaolojen seuranta. Teoksessa Rimpelä M, Fröjd S & Peltonen H (toim.): Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen perusopetuksessa 2009. Koulutuksen seurantaraportit 2010:1. Opetushallitus & Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki.*

Reid, K. 2002. *Long-term strategic approaches 1. Teoksessa Reid, K. 2002. Truancy – short and long-term solutions. Routledge Falmer.*

Mannerheimin Lastensuojeluliiton Vanhempainnetti – tietoa ja tukea vanhemmuuteen

Parasta lastensuojelua on vanhemmuuden tukeminen!

Vanhempainnetistä löytyy monipuolista tietoa ja hyödyllisiä välineitä lapsen ja nuoren kasvun ja kehityksen sekä vanhemmuuden ja perheen arjen tueksi.

Vanhempainnetin ensisijaisena kohderyhmänä ovat perheet, joissa on alle 18-vuotiaita lapsia ja nuoria. Sivusto on tarkoitettu myös lasten, nuorten ja lapsiperheiden kanssa työskenteleville (sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteiden) ammattilaisille. Ammattilaisten näkökulmasta sivustoa voi hyödyntää kahdella tavalla: oman työn taustoittamisessa auttavat esim. nuoren kehitystekstit ja työkaluja voi hyödyntää suoraan asiakastyössä (esim. työkalut). Toisaalta sivuston eri materiaaleista voi antaa vinkin asiakasperheille tai asiakkaiden vanhemmille oma-apuvälineiksi.

Vanhempainnetti-sivusto on tuotettu Mannerheimin Lastensuojeluliiton (MLL) kahdessa RAY:n tuella toteutetussa projektissa vuosina 2003–2009. Sivuston sisällöt on luotu yhteistyössä alan asiantuntijoiden kanssa ja niissä yhdistyy ajankohtainen kehityspsykologinen, psykiatrinen, lääketieteellinen sekä sosiologinen tieto lapsuudesta ja nuoruudesta. Sisältöjen ymmärrettävyys ja käytännönläheisyys on varmistettu projektin testivanhempien arvioinneilla.

Mitä Vanhempainnetti tarjoaa?

Tietotekstit

Tietotekstit antavat mahdollisuuden pureutua itseä kiinnostaviin aiheisiin, esim. lapsen tai nuoren (0–18 v.) kehitykseen ja siihen liittyvään (esim. uni, ravitsemus, koulu, media), psyykkiseen terveyteen, erilaisiin arjen pulmatilanteisiin, perheen kriiseihin ja muutoksiin.

Kättä pidempää

Tukivinkit tilanteesta toiseen

- asiantuntevaa ja rohkaisevaa tietoa perheen arjen takkuihin ja muutostilanteisiin. Tietoa löytyy tavallisista, kaikkia perheitä koskettavista arjen asioista, mutta myös harvempien perheiden kohdalle tulevista tilanteista. Esimerkiksi Lapsi syö huonosti ja Nuori tupakoi.

Työkalut

- Työkalut ovat erilaisia tulostettavia A4-kokoisia kalentereita, listoja ja oppimisvälineitä, joita voi hyödyntää monissa eri arjen tilanteissa. Esimerkiksi Koululaisen aamu ja Nuoren ajankäytön viikkokalenteri.

Työkirjat

- Työkirjat ovat vanhemman itsenäiseen työskentelyyn tarkoitettuja laajoja yhteen teemaan keskittyviä kokonaisuuksia, jotka sisältävät tietoa ja harjoituksia eri aiheista. Esimerkiksi Pelottaa -työkirja lapsen pelkojen kohtaamiseen ja Sopivaa etäisyyttä etsimässä -työkirja itsenäistyvän nuoren vanhemmille.

Vertaistuki

Vertaistukea vanhemmille tarjoavat Keskusteluareena sekä MLL:n Vanhempainpuhelin ja -netin kirjepalvelu, joissa vanhempien huolia jakavat MLL:n kouluttamat vapaaehtoiset MLL:n työntekijän ohjauksessa.

”Todella hyvät nettisivut, iso RUUSU! Toimin terveydenhoitajana ja olen myös vanhempi. Hyviä vinkkejä niin työssä kuin siellä omassa arjessakin.”

(vanhemman palaute Vanhempainnetti -sivustosta)

Vanhempainnetin materiaalit ovat maksutta kaikkien vapaasti käytettävissä. Sivusto löytyy osoitteesta www.mll.fi/vanhempainnetti.

Hinku.net-verkkopalvelu astmaa sairastaville lapsille ja nuorille

Hengityслиitto Heli ry

Hengityслиiton Hinku.net on verkkopalvelu, joka tarjoaa tietoa ja tukea astmaa sairastaville, 10–15-vuotiaille lapsille ja nuorille.

Taustaa

Astman hoidossa on tärkeää onnistunut omahoito. Lapsen on hyvä oppia jo aikaisessa vaiheessa tuntemaan sairautensa: kyettävä toimimaan sen kanssa itsenäisesti arjessa, opeteltava kuuntelemaan vointiaan ja säätlemään lääkitystään ohjeiden mukaan. Pitkäaikaissairauden kanssa eläminen voi herättää nuorena monia kysymyksiä ja ristiriitaisia tunteita, joiden kanssa hän saattaa olla yksin. Niihin ei ehkä uskalleta hakea vastauksia tai tukea vanhemmilta, ja kouluterveydenhoitajan puheille hakeutuminen voi olla hankalaa. Hinku.netin tavoitteena on tarjota nuorille paikka, jossa he saavat tietoa astmasta, sen taustasta ja luonteesta, hoidosta ja sairauden kanssa elämisestä. Tiedon lisäksi palvelu tarjoaa areenan, jossa he voivat vaihtaa ajatuksiaan ja saada tukea toisilta nuorilta sekä myös turvallisilta aikuisilta.

Verkkopalvelun rakenne

Hinku.net-palveluun on koottu faktoasioita, jotka jakautuvat seuraaviin teemoihin:

- ammatinvalinta
- julkkikset
- kauneus
- koulu
- lemmikit
- tupakka & päihtet
- liikunta & urheilu
- lääkitys
- matkustelu
- astma
- minä & muut

Keskeinen osa verkkopalvelua ovat nuorten itsensä tuottamat sisällöt. Keskustelupalstalla he voivat vaihtaa ajatuksiaan ja astmaan liittyviä kokemuksiaan. Käyttäjät voivat myös kirjoittaa omia tarinoitaan – stooreja. Astmaan liittyvistä asioista voi kysyä terveydenhoitajalta tai lääkäriltä.

Vaikka palvelu on suunnattu ensisijaisesti nuorille, on siinä omat osionsa myös astmanuorten vanhemmille, kouluille ja harrastusten ohjaajille. Niissä nuorten astmaa tarkastellaan vanhempien, koulun henkilökunnan tai harrastusten ohjaajien näkökulmasta.

Kysely kouluterveydenhoitajille

Kouluille-osiossa on tällä hetkellä kysely kouluterveydenhoitajille. Kyselyllä Hengityслиitto selvittää heidän tarvettaan astmapotilaan ohjaamiseen ja savuttomuuteen liittyvien tietojen ja taitojen päivittämiseksi. Vastaamalla kyselyyn kouluterveydenhoitajat voivat vaikuttaa siihen, minkälaista ammattikoulutusta tai muuta tukea Hengityслиitto tarjoaa heille tulevina vuosina.

Kyselyyn voi vastata vieraillemalla Kouluterveyspäivien aikana Hengityслиiton pöydän luona, tai Hinku.netissä osiossa Kouluille.

Yhteystiedot:

Sari Sakala

PL 40, 00621 Helsinki, puh. 020 757 5123

etunimi.sukunimi@hengityслиitto.fi

www.hinku.net

Liikunnan ja Terveystiedon Opettajat LIITO ry

Liikunnan ja terveystiedon opettajien etujärjestö

- pedagoginen aineopettajajärjestö
- jäseniä yli 1 400

LIITO:n keskeisen tavoitteet

- edistää koulujen liikunta ja terveystiedon opetusta
- valvoa jäsenten ammatillisia etuja
- edistää jäseniensä jatko- ja täydennyskoulutusmahdollisuuksia
- lisätä liikunnan ja terveystiedon opetuksen arvostusta

Jäsenenä saa mm.

- apua edunvalvontaa liittyvissä kysymyksissä
- oppimateriaaleja jäsenhintaan
- täydennyskoulutusta jäsenhintaan
- avustusta kansainväliseen täydennyskoulutukseen
- LIITO-lehden (sis. terveystiedon teemat)

Terveystietotyöryhmä

- käsittelee terveystiedon opetukseen liittyviä erityiskysymyksiä
- työstää terveystiedon ylioppilaskirjoitusten pisteytys suosituksia
- tekee terveystiedon preliminäärikoepaketit
- seuraa ajankohtaisia asioita terveystietoon liittyen
- tekee yhteistyötä eri tahojen kanssa

Terveystiedon opettajien oppimateriaali

Terveys ja media-oppimateriaalipaketti

- Kattava oppimateriaalipaketti mediakasvatuksen integroimisesta terveystiedon opetukseen
- Valmiit tehtävät yläasteen terveystiedon opetussuunnitelman mukaan

Vinhoa vinkkejä ja valmiita ideoita terveystiedon opetukseen

Terveystiedon ainerealin preliminäärikoe 1 ja 2

Terveystiedon ylioppilaskokeen pisteytys suosituksia

Terveyden edistämisen määräraha

Terveyden edistämisen määräraha on harkinnanvarainen, vuosittain haettavaksi julkaistava rahallinen tuki, joka on tarkoitettu pääsääntöisesti 1–3 vuotta kestäviin terveyden edistämisen kokeilu- ja kehittämishankkeisiin sekä terveyden edistämistä tukeviin tutkimushankkeisiin ja ohjelmiin. Määräraha on lakisääteinen ja perustuu lakiin terveyden edistämisen määrärahasta (333/2009) ja valtioneuvoston asetukseen terveyden edistämisen määrärahasta (535/2009). Sen mitoituksessa otetaan huomioon väestön terveyskäyttäytyminen, päihteiden käytön ja tupakoinnin yleisyys sekä niistä aiheutuneet haitat.

Terveyden edistämisen määrärahasta voidaan myöntää valtionavustuksia järjestöille, säätiöille, kunnille ja muille toimijoille (esimerkiksi yliopistot, ammattikorkeakoulut ym. oppilaitokset, sairaanhoitopiirit), tehdä sopimuksia valtionhallinnon laitosten kanssa terveyden edistämisen hankkeista sekä käyttää osa määrärahan hallinnointiin liittyvien menojen maksamiseen.

Rahoituksen myöntämisen tärkein peruste on hankkeen tuottama lisäarvo terveyden edistämiseksi. Tuettavan hankkeen tulee kehittää terveyden edistämisen rakenteita, menetelmiä, laatua tai yhteistyötä, sekä pyrkiä kaventamaan väestöryhmien välisiä terveyseroja. Tärkeää on myös hankkeen kytkentä kansallisiin terveyden edistämisen ohjelmiin. Määrärahan jaossa on vuosittaisia painotuksia, jotka ohjaavat määrärahaa saavien hankkeiden valintaa. Etusijalla ovat useiden toimijoiden yhteiset, suuret hankkeet.

Terveyden edistämisen määrärahan valmistelu- ja toimeenpanotehtävät kuuluvat Terveyden ja hyvinvoinnin laitokselle (THL), joka vastaanottaa ja arvioi määrärahaa koskevat hanke-ehdotukset. Arvioinnissa otetaan huomioon toiminnan painotukset sekä hankkeiden laatu, laajuus, tarkoituksenmukaisuus ja lisäarvo kansallisesta näkökulmasta. THL voi käyttää apuna ulkopuolisia asiantuntijoita. Päätökset määrärahan myöntämisestä tekee sosiaali- ja terveysministeriö (STM).

Hakuilmoitus julkaistaan Helsingin Sanomissa, Hufvudstadsbladetissa ja THL:n verkkosivuilla vuosittain toukokuussa. Hanke-ehdotukset jätetään kesäkuun puoliväliin mennessä ja ne arvioidaan heinäsyyskuussa. STM vahvistaa määrärahan hankekohtaisen käyttösuunnitelman viimeistään tammikuussa. Hankkeet voivat hakea maksatuksia enintään kolme kertaa vuodessa. Loppuselvitys jätetään THL:ään seuraavan vuoden maaliskuun loppuun mennessä.

Opas terveyden edistämisen määrärahasta antaa tietoa määrärahan hakemiseen, käyttämiseen, raportointiin, arviointiin ja seurantaan liittyvistä asioista. Opas löytyy THL:n internetsivuilta www.thl.fi/maararaha. Määrärahaan liittyvät lomakkeet löytyvät Suomi.fi-verkkopalvelusta: www.suomi.fi.

Tiedustelut ja neuvonta:

*kehittämispäällikkö Nella Savolainen
etunimi.sukunimi@thl.fi
puh. 020 610 8605*

Kasvun kumppanit – uusi verkkopalvelu lasten parissa työskenteleville

THL avaa uuden verkkopalvelun parantamaan lasten, nuorten ja perheiden palvelujen laatua. Palvelun tavoitteena on edistää siirtymistä pirstaleisista palveluista joustavaan palvelukokonaisuuteen. Päämääränä on, että lasta lähellä olevien aikuisten kesken sekä aikuisten ja lasten välillä tapahtuisi vuoropuhelua. Kyse on kasvun kumppanuudesta.

Tieto tarjotaan verkossa muodossa, joka tukee työntekijän arkea. Verkkopalvelu korostaa lapsuuden, nuoruuden ja perheiden arvoa, lapsiperheiden palvelujen tärkeyttä sekä sen työn merkitystä, jota heidän parissaan työskentelevät ihmiset tekevät.

Sivuston taustalla ovat paljon käytetyt varttua.fi sekä neuvolakeskus.fi. Ne täydentyvät Kasvun kumppaneissa koulu- ja opiskeluterveydenhuollolla, jolloin kaikki lapsuus- ja nuoruusiän ikäryhmät tulevat sen piiriin. Verkkopalvelu avataan 5.10.2010.

www.thl.fi/kasvunkumppanit

Tietoa lasten ja nuorten kanssa työskenteleville

Timo Ståhl, Arja Rimpelä (toim.)

Terveyden edistäminen tutkimuksen ja päätöksenteon haasteena

Kirjassa kuvataan monipuolisesti suomalaisen terveyden edistämistyön lähistoriaa sekä tarkastellaan alan tulevaisuuden haasteita. Ennen kaikkea terveyden edistäminen nähdään investointina tulevaisuuteen, siksi tilaa annetaan erityisesti nuorten tilanteen tarkastelulle.

Teema 9/2010 151 s. 26 €

Päivi Mäki jne. (toim.)

Lasten terveys

LATE-tutkimuksen perustulokset lasten kasvusta, kehityksestä, terveydestä, terveystottumuksista ja kasvuympäristöstä

Raportissa kuvataan vuosina 2007–2008 toteutetun lasten terveysseuranta-tutkimuksen perustulokset lasten kasvusta, kehityksestä, terveydestä, terveystottumuksista ja kasvuympäristöstä. Tutkimus tehtiin 10 terveyskeskuksen lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa.

Raportti 2/2010 160 s. 22 €

Pauliina Luopa, Anni Lommi, Topi Kinnunen, Jukka Jokela

Nuorten hyvinvointi Suomessa 2000-luvulla

Kouluterveyskysely 2000–2009

Raportissa tarkastellaan suomalaisnuorten elinoloissa, kouluoloissa, terveydessä, terveystottumuksissa sekä terveysosaamisessa ja oppilas- tai opiskelijahuollossa tapahtunutta kehitystä.

Muutoksia seurataan peruskoulun 8. ja 9. luokkien oppilaiden sekä lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoiden osalta. Vuosina 2008/2009 kysely laajennettiin ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijoihin, joten nyt on ensimmäistä kertaa saatavilla koko maan kattavaa tietoa ammattiin opiskelevien hyvinvoinnista.

Raportti 20/2010 112 s. 21 €

Nina Halme, Marja-Leena Perälä, Camilla Laaksonen

Yhteistyöinterventtioiden vaikuttavuus lapsiperhepalveluissa

Järjestelmällinen katsaus

Katsaus sisältää 88 tutkimusta, joissa on haettu tietoa lapsiperheiden ja työntekijöiden välisistä, työntekijöiden keskinäisistä ja palveluihin kohdistuneista yhteistyöinterventioista sekä niiden vaikuttavuudesta. Tavoite on edistää terveys-, sosiaali- ja koulutoimen sekä muiden lapsiperheiden parissa työskentelevien tahojen yhteistyötä.

Raportti 10/2010 230 s. 28 €

Anna Väinälä, Jarmo Kärki, Ari Suhonen, Riikka Väyrynen (toim.)

Selvitys palvelukohtaisista asiakastiedoista lastensuojelun, kasvatus- ja perheneuvonnan sekä koulun sosiaalityön tehtävissä

Selvityksessä esitellään asiakastiedot, joita työntekijät kirjaavat lastensuojelun, kasvatus- ja perheneuvonnan sekä koulun sosiaalityön tehtävissä. Lisäksi selostetaan kunkin tehtävän lainsäädäntöä ja palveluprosessien vaiheita yleisellä tasolla.

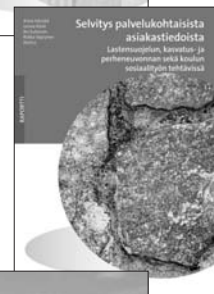
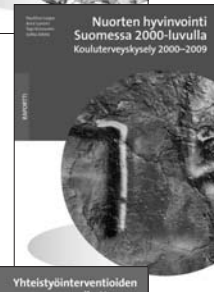
Raportti 1/2010 323 s. 27 €

Mielenterveys- ja päihdeongelmien varhainen tunnistaminen

Opas ennaltaehkäisevän työn ammattilaisille

Oppaassa kuvataan tavallisimpia asiakastyössä kohdattavia mielenterveys- ja päihdeongelmia sekä niiden varhaista tunnistamista ja seulomista. Siinä esitellään myös asiakastilanteisiin soveltuvia riskinarvioinnin mittareita.

Opas 5/2009 66 s. 20 €



TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN LAITOS

www.thl.fi/kirjakauppa

Julkaisujen tiedustelut myös puh. 020 610 7190 arkisin klo 9-12