

TERVEYDEN PERUSTA LUODAAN



Professori Kerttu Tossavainen
Kuopion yliopisto
Hoitotieteen laitos
22.10.2008



- WHO 1998:
 - Lasten ja nuorten terveys ja hyvinvointi säilyvät kansallisten ja kansainvälisten linjausten painopistealueina vuodesta toiseen
 - Myös **koulun merkitys** nähdään **kodin ohella** keskeisenä terveyteen ohjaavana yhteisönä
- Koti on tärkein terveysvaikuttaja: useat tutkimukset osoittavat näin



KOULUYHTEISÖ OPPIMIS- JA TOIMINTAYMPÄRISTÖNÄ



Kouluyhteisön viisi perusarvoa

1. oikeudenmukaisuus,
2. oppilaiden aktiivinen osallistuminen ja toimintakyky
3. oppilaiden toimintakyvyn kehittyminen,
4. koulun sosiaalisen ja fyysisen ympäristön tärkeys ja
5. terveyden edistämisen eri politiikkojen yhdistyminen osana koulun kehittämistä

(ks. Kouluterveydenhuollon (2004) ja terveyden edistämisen (2006) laatusuosituks; laatua kodin ja koulun yhteistyöhön (2007)



Oikeudenmukaisuus

- ilmenee esimerkiksi hallinnossa ja päätöksenteossa



Oppilaiden aktiivinen osallistuminen ja toimintakyky

- korostaa oppilaiden ja vanhempien aktiivista osallistumista ja palautteen antomahdollisuutta



Koulun sosiaalinen ja fyysinen ympäristö

- toimiva vuorovaikutus ja fyysinen ympäristö
- työskentelyolojen terveellisyys ja viihtyvyys
- koulun ja kodin aktiivinen yhteistyö



Terveyden edistämisen eri politiikkojen yhdistyminen osana koulun kehittämistä

- moniammatillinen ja poikkihallinnollinen yhteistyö
- kodin ja oppilaiden osallisuus ja heidän kuulemisensa
- koulun riittävät voimavarat ja toimintaedellytykset



OPETUSSUUNNITELMA OPPILAIDEN TERVEYSOPPIMISTA OHJAAVANA ASIAKIRJANA



- Terveyden edistämisen käsite
- Terveyskäsite
- Oppimiskäsitys
- Oppimisympäristö

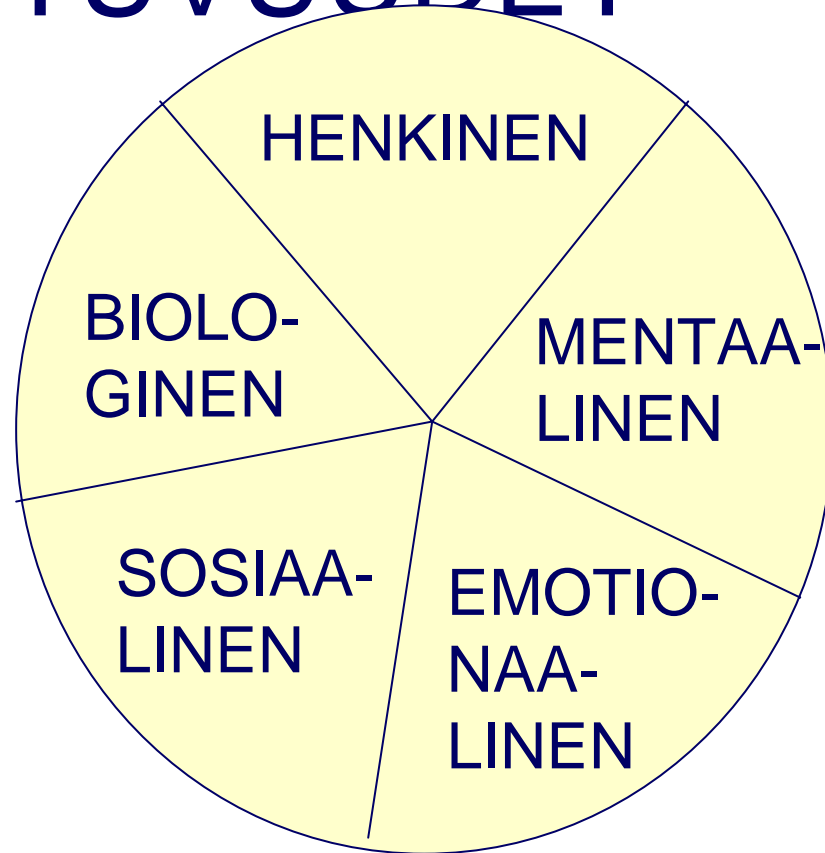


TERVEYDEN EDISTÄMISEN KÄSITTEITÄ

- yksilön ja yhteisön vahvistaminen
- osallistuminen
- hallinta
- selviytyminen
- toimintakykyisyys
- pystyvyys
- itsetuottamus
- terveyden lukutaito
- terveyden oppiminen



TERVEYDEN ULOTTUVUUDET



Terveystieto oppiaineena

- edistää oppilaiden terveyttä, hyvinvointia ja turvallisuutta
- **kehittää** oppilaiden tiedollisia, sosiaalisia, tunteiden säätelyä ohjaavia, toiminnallisia ja eettisiä **valmiuksia**
- lähtökohtana on terveyden ymmärtäminen **fyysiseksi, psyykkiseksi ja sosiaaliseksi toimintakyvyksi**
- kehitetään **tietoja ja taitoja** terveydestä, elämäntavasta, terveystottumuksista ja sairauksista



- **Oppimiskäsitys**

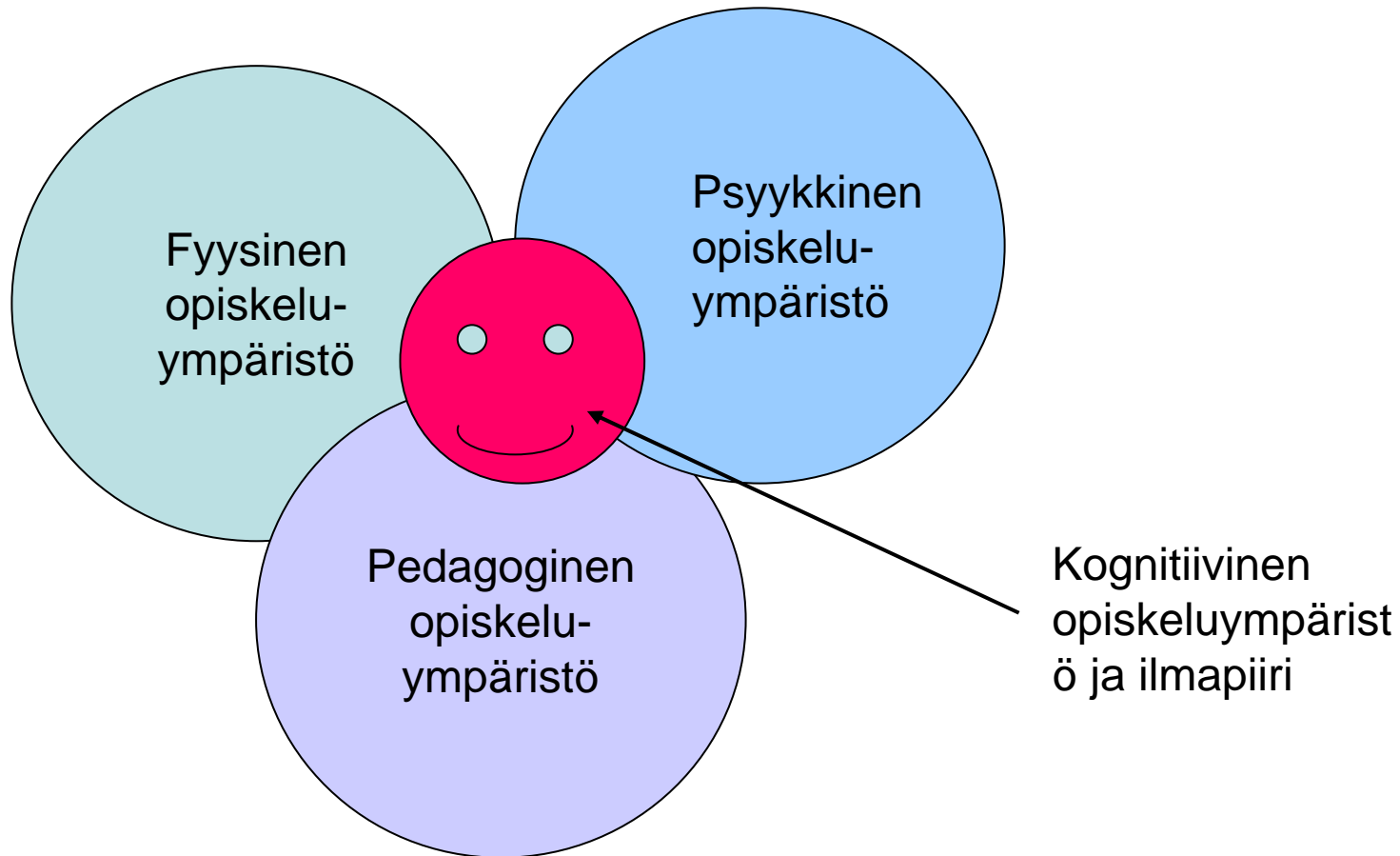
"Opetussuunnitelman perusteet on laadittu perustuen oppimiskäsitykseen, jossa oppiminen ymmärretään **yksilölliseksi ja yhteisölliseksi tietojen ja taitojen rakennusprosessiksi**, jonka kautta syntyy kulttuurinen osallisuus"

- **Oppimisympäristö**

"Oppimisympäristön tulee tukea oppilaan kasvua ja oppimista. Sen on oltava fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallinen ja **tuettava oppilaan terveyttä**"



Opiskelu ympäristöt



KOULUN JA KODIN KASVATUSKUMPPANUUS



Lapsen ja nuoren terveyden ja hyvinvoinnin tukeminen kouluuyhteisössä

- sektorirajat ylittävää toimintaa
- koulun koko henkilöstön yhteinen asia
- kotien osallisuuden tiivistäminen tärkeää

-> **sitoutuminen** toimimaan yhdessä lapsen ja nuoren terveyttä ja hyvinvointia tukien ja siihen ohjaten



Lapsen terveellisen, sosiaalisen ja turvallisen kehittymisen tukeminen opetus- ja kasvatustyönä



Vanhempien tiedot, taidot ja asenteet vaikuttavat lapsen terveysoppimiseen alkaen ***konkreettisesti*** kotikasvatuksesta:

- levon ja unirytmien,
- riittävän ja monipuolisen ravinnon saannin ja
- hygienian oppimisesta.



Lapsen ja vanhemman läheisen, suojaavan vuorovaikutussuhteen kehittyminen edellyttää, että heillä on riittävästi yhteistä aikaa.

Kuitenkin lapsiperheiden vanhempien yhteenlaskettu viikottainen **työaika on selvästi pidempi** kuin lapsettomilla pariskunnilla.

(Lapsille sopiva Suomi, STM 2005)



ARKI

Merkittävien kohtaamisten, erojen ja konfliktien kohtauspaikka, side ja kasvualusta



Arjen ulottuvuudet

- Ajan arkinen olomuoto: **toistaminen**
 - Arki muuttuu hitaasti ja suojaa muutoksilta
- Tilan arkinen olomuoto: **kodintuntuisuus**
- Arkinen inhimillisen toiminnan muoto: **tapa**



Arki lapsen kokemana

- leikki, kaverit ja vanhemmat ovat lapselle merkittäviä asioita
- koti on lapselle erittäin tärkeä ympäristö, jossa lapsen onni syntyy riittävästä yhdessäolosta vanhemman kanssa sekä omatahtisesta leikkimisestä
- lapsen elämisen ja olemisen tahti on erilainen kuin vanhemman ja yhteiskunnan
- aikuisen velvollisuus on kuunnella lasta

(Kyrönlampi-Kylmänen 2007)



Perheiden ongelmatilanteita / haasteita lapsen kasvulle



- vanhempien mielenterveyden ja alkoholin käytön ongelmat
- perheväkivalta
 - parisuhdeväkivalta
 - lasten ruumiillinen kuritus
- vanhempien parisuhteen kriisiytyminen ja ongelmat, vanhempien ero
- raskaana olevien naisten päihteiden käyttö
 - noin 600 syntyvällä lapsella on äidin alkoholin käytöstä aiheutuva selkeä vamma
 - noin 100 vauvaa syntyy vuosittain vieroitusoireisena äidin raskaudenaikaisen huumeiden käytön vuoksi

(Lapsille sopiva Suomi, STM 2005)



Vanhemmat lapsen terveysosaamisen tukena ja esimerkkinä

- Vanhempien on helpompi kontrolloida lastaan ja olla tietoinen hänen tekemisistään, jos suhde lapseen on läheinen
- On helpompi *ennaltaehkäistä* lapsensa riskikäyttäytymistä *kuin korjata* jo tapahtunutta
- Vanhempien on todettu sekä omalla esimerkillään että rohkaisun ja tuen kautta vähentävän lastensa riskikäyttäytymistä



Lapsuudesta nuoruuteen - esimurrosikä

- aikainen fyysinen kypsyminen altistaa sekä poikia että tyttöjä aikaiselle tupakka- ja alkoholikokeilulle



Sosiaalisen verkoston yhteys nuorten tupakoimattomuuteen nuorten itsensä arvioimana

– *Kouluympäristö*

- opettajilta tietoa tupakoinnin haitoista, tupakointikiellon valvonta, terveydenhoitajan ohjaus, roolimalli

– *Vanhemmat*

- tietoa tupakoimattomuuden eduista ja tupakoinnin haitoista, kannustus, roolimalli, luottamus, kielteinen asenne nuoren tupakointiin

– *Sisarukset*

- tietoa tupakoimattomuuden eduista ja tupakoinnin haitoista, kehuminen, uhkailu

– *Kaverit*

- tietoa tupakoinnin haitoista, kannustus, kehuminen, kavereiden valinta, roolimalli



Lapsuuden elinolot vaikuttavat nuorten aikuisten elintapoihin ja terveyteen

- Lapsuuden epäsuotuisat elinolot ennustavat nuoren aikuisiän terveydelle haitallisia elintapoja ja huonoa terveyttä.
- Esimerkiksi vanhempien tupakointi ja alkoholinkäyttö periytyvät toimintamallina vanhemmilta lapsille ja monet lapsuuden ongelmat ennustavat nuorten aikuisten huonoa terveyttä.
- Vanhempien vähäisellä koulutuksella on myös yhteys nuoren aikuisen ylipainoon ja lihavuuteen.



NUORILLE SUUNNATTUJA PÄIHTEIDEN KÄYTÖN EHKÄISYKAMPANJOITA



Panimo- ja virvoitusjuomateollisuusliiton

Kännissä olet ääliö –kampanja: esimerkki onnistuneesta uudesta valistuksesta

- Sosiaalinen ts. kaveripiirin hyväksyntä on nuorille kaikki kaikessa
- Kampanjan tavoite: Keskustelun ja ajatusten herättäminen alkoholin ääliökäyttämisen sosiaalisesta hyväksyttävyydestä
- Suunnattu 18-30 –vuotiaille

Kampanjassa hyödynnetään nuorille tuttuja tiedonvälittämiskanavia:

Internet: interaktiiviset internet-sivut, keskustelufoorumit ja blogit

Media: televisio, lehdet



ETUOSIWI

KÄNNITÖTUUKSIA

LINKIT

KAMPANJAT

KATSO FILMI



WWW.KÄNNISÄ-OLET-AALIO.FI



SIISTIA VAI NOLOA?

KÄNNITÖTUUKSIA
JA TÖTUUKSIA

LISÄÄ
KÄNNISTÄ

HOST'S
INGLED
EGH ON
BROADCAST

RYKÄ
KATSO
UTUI
LEEN
FILMI



KUOPION YLIOPISTO

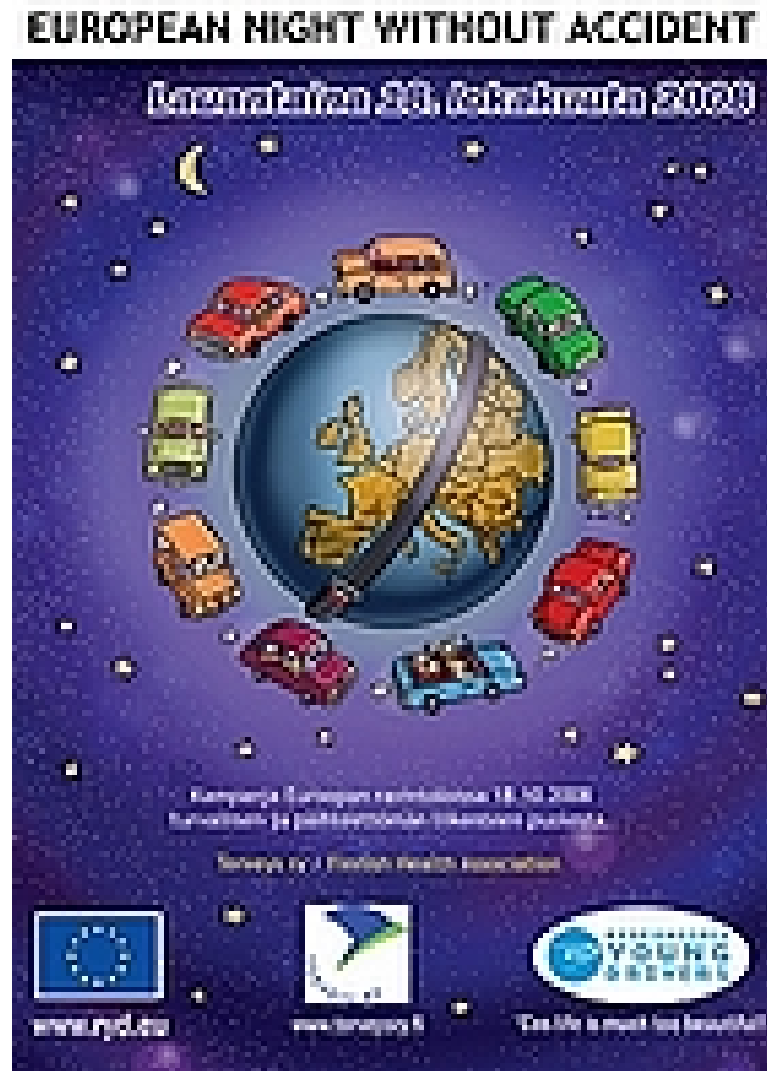
Terveys, ympäristö, hyvinvointi

Euroopan tapaturmaton yö

- Tapahtuma järjestetään 21 maassa nuorten vapaaehtoisten toimijoiden avulla
- Tavoitteena Euroopan tapaturmattomuuden yö: alkoholi ja liikenne eivät kuulu yhteen
- Kohderyhmä: nuoret ravintola-asiakkaat, jotka ovat autolla liikkeellä sitoutuvat olemaan juomatta alkoholia illan aikana



European night without accident



TURVATTOMUUDEN
KOKEMINEN
NUORUUDESSA: ERÄS
KESKEINEN HAAVOITTAVA
TEKIJÄ



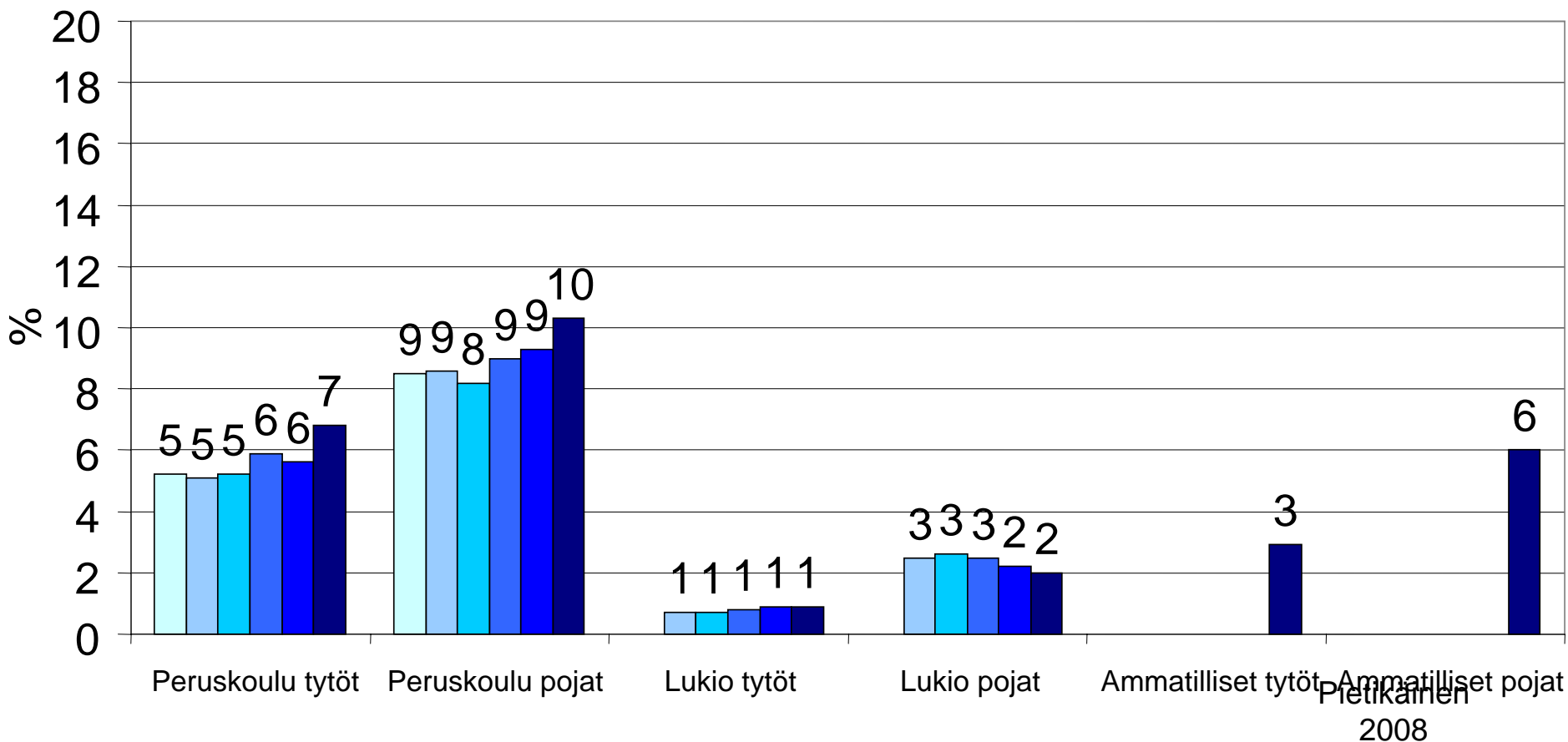
Turvattomuuden kokeminen kouluyhteisössä

- koulukiusaaminen lisääntynyt
- väkivalta Kouluterveyskyselyn 2008 aineistossa (Pietikäinen 2008)



Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa

1998 2000 2002 2004 2006 2008



Turvattomuuden kokeminen perheessä nuorten itsensä kokemana

- haavoitti syvästi
- henkinen ja fyysinen väkivalta
- vanhempien päihdeongelma, voimattomuus
- puhumattomuus

"Perheasiat...vanhempien riitely, toiseen käsiksi käyminen. Se voi olla semmosta valvomista yöllä, kun ne tappelee, niin sit ei jaksa koulussa"



TERVEYDEN PERUSTA LUODAA LAPSUUDESSA



KUOPION YLIOPISTO

Terveys, ympäristö, hyvinvointi