

Please note! This is a self-archived version of the original article.

Huom! Tämä on rinnakkaistalenne.

To cite this Article / Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä: Botha, E., Tuomi, J. & Äimälä, A-M. (2017) Hedelmällisyyden suojele – oppimateriaalin kehittäminen nuorille. Teoksessa Jouni Tuomi & Anna-Mari Äimälä (toim.) Viisaat valinnat – tietoa, tukea, ohjausta. Tampere: Tampereen ammattikorkeakoulu. Tampereen ammattikorkeakoulun julkaisuja. Sarja B. Raportteja 93, 26-31.

URL:

<http://julkaisut.tamk.fi/PDF-tiedostot-web/B/93-Viisaat-valinnat-tietoa-tukea-ohjausta.pdf>

3 HEDELMÄLLISYYDEN SUOJELU – OPPI- MATERIAALIN KEHITTÄMINEN NUORILLE

*Elina Botha, TtM, kätilötyön lehtori, väitöskirjatutkija, Tampereen ammattikorkeakoulu
Jouni Tuomi, yliopettaja, terveyden edistäminen, Tampereen ammattikorkeakoulu
Anna-Mari Äimälä, THM, kätilötyön lehtori, Tampereen ammattikorkeakoulu*

TIIVISTELMÄ

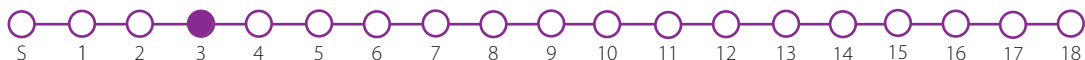
ViVa-HANKKEESSA TUOTETTIIN 15–18-vuotiaille nuorille suunnattu oppimateriaalipaketti terveystiedon opettajien ja kouluterveydenhoitajien käyttöön. Tarkoituksena oli nostaa esiin nuorten elämäntapavalintojen kauaskantoiset vaikutukset hedelmällisyyteen ja tuottaa uutta, innostavaa ja luotettavaa tietoa nuorten valintojen tueksi. Kohderyhmä oli aktiivisesti mukana asenne- ja tarvekartoituksissa, materiaalin muodon ideoinnissa, käyttökokeiluissa ja palautetiedon antajana. Räätelöityjä materiaaleja ja koulutusta levitettiin kansallisesti ja monikanavaisesti sekä nuorille että heitä ohjaaville ammattilaisille.

ABSTRACT

The ViVa -project produced teaching and learning material for 15 to 18 year olds' health education carried out by teachers and school nurses. The purpose was to bring up the health choices that affect fertility and to produce new, innovative and reliable knowledge to support the choices of the youth. The target group was actively involved in attitude and demand surveys, material production, testing, piloting and giving feedback. Tailor made materials and training were distributed nationally through many channels for both youth and professionals guiding them.

JOHDANTO

ViVa-hankkeen suunnitteluvaiheessa kävi jo ilmi, että normaalia synnytystä ei valita synnytysvastaanotolla, vaan valinnat on tehty paljon aikaisemmin, jo ennen raskautta. Itse asiassa hedelmällisyysvalinnat on tehty jo nuorena, kun vanhemmuus ei vielä edes kiinnosta. Silti tavoitteena on, että tulevaisuudessa ihmiset olisivat yhä terveempiä raskausaikana ja voisivat synnyttää normaalisti. Päätimme, että osa hankkeen toimenpiteistä pitää suunnata nuorille jo ennen kuin vanhemmuus edes vilahtaa mielessä.



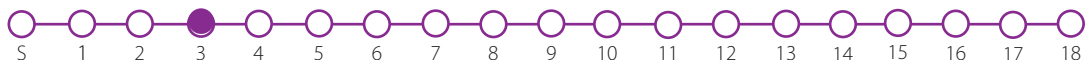
Hankkeen missioksi muotoutui, että suuri osa Suomen fertiili-ikäisistä osaisi tehdä tietoisia kokonais- ja seksuaaliterveyttä tukevia valintoja. Tavoitteena oli, että nuoret tietäisivät elämäntapavalintojensa merkityksen seksuaaliterveyteensä ja osaisivat tiedon avulla tehdä oikeita valintoja. Nuoren elämän tienristeyksissä viisaat terveysvalinnat johtavat kohti parempaa seksuaali- ja lisääntymisterveyttä ja mahdollisuuteen aikanaan saada terveitä lapsia.

Nuoria, 15–18 vuotiaita, pyrittiin tavoittamaan ensisijaisesti koulujen ja oppilaitosten terveystiedon opettajien ja kouluterveydenhoitajien kautta, jotta hanke tavoittaisi koko ikäluokan. Suunnitelmana oli, että hankkeen käynnistyttyä kohderyhmä osallistettaisiin suunnitteluun alusta asti. Näin toiminnot tarkentuisivat suhteessa heidän omiin tarpeisiinsa. Lisäksi päätettiin täydentää olemassa olevaa tietoa nuorten seksuaali- ja lisääntymisterveydestä laajoilla asennekartoituksilla eri kouluasteilla.

NUORTEN OPPIMATERIAALIN TUOTANTO

Kouluterveyskyselyiden pohjalta tiedettiin, että nuorten tiedot seksuaali- ja lisääntymisterveydestä ovat heikentyneet 2010-luvulla. Kyselyt paljastivat, mistä nuorisolla ”kiikastaa” tiedollisesti, mutta toisaalta asenneilmastoa oli selvitetty vähemmän. Saatua tietoa täydentämään tehtiin yläkoululaisille, lukiolaisille ja ammattikoululaisille seksuaali- ja lisääntymisterveyteen liittyvä asenneselvitys. Selvityksen keskeinen viesti oli, että asenteet ehkäisyyn, ja siihen, miten tupakointi ja päihteet vaikuttavat lisääntymisterveyteen olivat valveutuneempia kuin asenteet ravinnon merkitykseen.

TAMK:n vuosittain järjestämässä InnoEvent -tapahtumassa syksyllä 2016 noin 50 nuorta ammattikorkeakouluopiskelijaa tuotti innovatiivisia ratkaisuja ViVan teemaan: Miten saadaan oikeaa tietoa seksuaaliterveydestä nuorten ulottuville ja käyttöön? Monet ryhmien kehittämistä ideoista edistivät ViVa-tiimin työskentelyä. Erityisen selväksi tuli, että kaikki tieto haetaan netistä älypuhelimella. Suosituksia tuli myös jonkun tunnetun henkilön käyttämiseen ja pelin kehittämiseen. Molemmat toteutuivat hankkeessa myöhemmin.

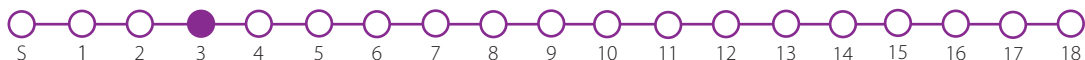


Hedelmällisyyteen vaikuttavia elämäntapatekijöitä kartoitettiin kirjallisuuskatsauksella. Tähän tehtiin tiedonhakua kansallisesti ja kansainvälisesti, sillä hedelmällisyyden terveysuhat ovat samankaltaisia ympäri maailman. Tämä kirjallisuuskatsaus referoitiin pohjaksi oppimateriaalille, joka terveydenhoitajille ja terveystiedon opettajille tuotettiin. Tampereen yliopiston terveystieteiden yksikön opettajaopiskelijat tuottivat koosteen, joka pohjautui tähän kirjallisuuskatsaukseen (Vallenius & Koivunen 2016). Koko oppimateriaalin kivijalka on tämä tieteellisiin tutkimuksiin perustuva PowerPoint-kooste, joka ei ole tarkoitettu luennoitavaksi sellaisenaan, vaan se toimii taustakirjana opettajalle. Haluttiin tuottaa helposti luettava ja käytännöllinen tietopankki opettajalle, jotta hän saisi nopeat välineet opetuksen toteuttamiseksi ja samalla saisi riittävästi tietoa vastataksaan nuorten kysymyksiin.

Nuorten oppimateriaalista pyrittiin tekemään innovatiivinen ja luova. Samalla oli huomioitava, että materiaalin täytyy olla helposti saatavilla ja näppärästi käytettävissä. Hankalasti saavutettava tai käytettävä materiaali jää käyttämättä. Oppimateriaalin täytyy palvella monenlaisia oppijoita, ja pyrkimyksenä olikin tuottaa monipuolisesti visuaalisuudellaan palveleva, tunteita herättävä, huumoripitoinen paketti.

Oppimateriaali koostettiin lopulta videoista, vlogeista, animaatiosta, digipelistä ja Prezi -esityksistä. TAMKin opiskelijat tuottivat opinnäytetyönään lyhyitä videoita keskustelujen herätteiksi (Koski & Tumpilla 2017), lisäksi lukion 2. luokkalainen tubettaja Sanni Kelokaski teki viisi vlogia, joissa hän puhuu terveydestä nuorille hänen omista lähtökohdistaan. Näiden lisäksi hankkeessa tuotettiin opettajan avuksi animaatio ”Suojele solujasi” ja lyhyitä Prezi -esityksiä luentopohjiksi. Materiaalin huippuna toimii MatchMaker -peli (Välmaa 2017), jonka avulla nuori voi testata mahdollisuuttaan saada vauvoja ja millaiset mahdollisuudet siihen on eri terveystaustaisten kumppaneiden kanssa. Terveysuhat heikentävät luonnollista hedelmällisyyttä. MatchMaker-terveyspelin rakentamista rahoitti TAMKin tukisäätiö.

Nuorille tarkoitettu oppimateriaali pilotoitiin ja siitä kerättiin terveystiedon opettajilta palaute sekä tehtiin tarvittavat korjaukset. Palaute oli hyvä, materiaali arvioitiin selkeäksi ja toimivaksi. Parannusehdotuksia saatiin myös muutamia.



NUORTEN MATERIAALIN LEVITYS

Vaikka suunnitelmana oli vaikuttaa nuoriin opettajien ja terveydenhoitajien kautta, kävi niin, että hankevuosien aikana tarjoutui lukuisia mahdollisuuksia testata kehitettyjä materiaaleja suoraan kohderyhmällä eli nuorilla. Osallistuminen erilaisiin tapahtumiin antoi tiimille mahdollisuuden olla kontaktissa nuoriin ja avasi heidän maailmaansa sekä kiteytti materiaalien sanomaa.

Nuorten materiaalia hyödynnettiin mm. Tampereen kaupungin järjestämän vuosittaisen seksuaali- ja päihdeseikkailupäivä aikana (SepäSe). SepäSe on monipuolinen ja toiminnallinen seksuaalisuutta, päihhteitä, arvoja ja asenteita käsittelevä teemapäivä 8-luokkalaisille. Päivään osallistuu yli 2000 nuorta vuodessa. ViVa-hanke tuotti virikemateriaalia SepäSe -päivään ja koulutti päivien vetäjiä teemalla ”Anna lupa puhua”. Nuorten materiaalia levitettiin onnistuneesti myös yläkoululaisten ja lukiolaisten tiederaskeilla, Tieteiden päivässä Tampere-talossa ja Etelä-Tampereen elöjuhlilla.

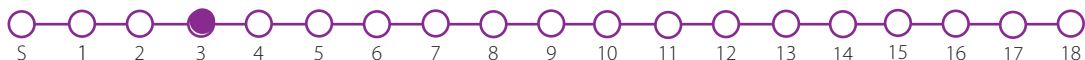
Koulutukset nuorten hedelmällisyyden suojelusta

ViVa-hanke järjesti TAMKissa nuorten hedelmällisyyden suojelusta kaksi koulutusta ammattilaisille. Aiheina koulutuksissa oli ”Hedelmällisyyden suojelu ja hoito” vuonna 2015 ja ”Pitkä nuoruus – viisaat valinnat” vuonna 2016. Aiheesta kirjoitettiin artikkeli ”Luonnollinen hedelmällisyys – uhanalainen ilmiö” Terveystieteiden lehdessä, joka julkaistiin kesäkuussa 2016 (Botha & Tuomi 2016). Lisäksi hedelmällisyyden suojelusta pidettiin useita luentoja erilaisissa koulutustapahtumissa.

Materiaalin levitys netissä ja oppaissa

Pääasiallisesti nuorten hedelmällisyydensuojelumateriaalin levityskanavaksi rakentui nettisivusto viva.tamk.fi. Siellä on oma ”Pitkä nuoruus”-osio nuorille hedelmällisyyden suojelusta ja Pro-osio ammattilaisille löydettävien nuorten oppimateriaalin opetuksen ja ohjauksen tueksi.

Hanke tuotti Mannerheimin Lastensuojeluliiton Hämeen piirin ”Täällä tullaan nuoruus” -opaslehtiseen artikkelin ”Nuori-älä missä tätä! Suo-



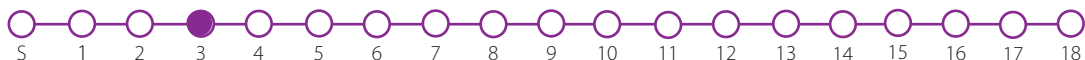
jele hedelmällisyyttäsi (=kykyäsi saada lapsia) jo nyt!” hedelmällisyyden suojelusta ja siihen vaikuttavista elämäntapatekijöistä. Oppaan jakelu on valtakunnallinen, ja sitä levitetään myös sähköisenä.

OPPIMATERIAALIN ARVIOINTI JA TULEVAISUUS

Kun nuorten oppimateriaali oli valmis, sitä käytiin esittelemässä mm. Pirkanmaan alueen terveystiedon opettajien yhteistapaamisessa. Opettajat ottivat materiaalin kiittolisena vastaan, sillä peruskoulun ja toisen asteen koulutuksen opetussuunnitelmissa tavoitteena on käsitellä hedelmällisyys-terveyttä laajemmin, kuin vain biologisista- tai ehkäisyn näkökulmista. Siihen tarpeeseen tämä ViVa-hankkeessa kehitetty materiaalipaketti vastaa täysin. Hedelmällisyyden suojelu -teemasta ei ole oppikirjoissa sisältöjä lainkaan ja siksikin materiaali oli tervetullutta. Opettajat toivoivat edelleen vielä valmiimpaa oppituntimateriaalia. Toivottiin oppituntien pitämiseen PowerPoint -esityksiä ja tehtäviä oppilaiden itseopiskeluun. Opettajilla on resurssi- ja aikapula ja uusi aihepiiri joutuu kilpailemaan muiden tärkeiden asioiden kanssa.

Muutamilta nuorilta saaduissa palautteissa lukiolaiset kokivat, ettei ViVa-sivuston asiat vielä kosketa heitä. Raskauden ehkäisyasiat ovat tuttuja, mutta miksi hedelmällisyysterveys on tärkeää silloin, kun tärkeintä on olla tulematta raskaaksi? Tämä on se väärinkäsitys, mihin kaikella materiaalilla pyritään vastaamaan. Nuoren pitää suojella sukusolujaan ennen kuin niitä tarvitaan, koska vain hyvillä soluilla saadaan aikaan terveitä lapsia. Jokainen nuori haluaa terveitä lapsia – sitten joskus.

Projektin aikana ymmärrys hedelmällisyysterveyden roolista eri ikäkausina lisääntyi. Havaittiin, että varhaisaikuisuudessa hedelmällisyyden suojelu muuttuu araksi, ja jopa leimaavaksi aiheeksi. On tärkeää lisätä nuoren tietoisuutta ajoissa, silloin kun siitä vielä voidaan puhua neutraalina ”sitten joskus” -asiana. Jatkossa on löydettävä vielä uusia keinoja tehdä ohjauksesta yhä henkilökohtaisempaa ja yksilöllisempää.



LÄHTEET

Botha, E. & Tuomi, J. 2016. Luonnollinen hedelmällisyys – uhanalainen ilmiö. Terveystieteiden aikakauslehti 3-4/2016, 46-47.

Koski, V. & Tumpila, V. 2017. Vaikuta hedelmällisyyteesi – koska voit! Videoita hedelmällisyyttä heikentävistä tekijöistä (opinnäytetyö; terveydenhoitaja AMK) www.theseus.fi

Nuorten ohjaus ja opetus. ViVa -hanke. Luettu 10.9.2017. <http://viva.tamk.fi/2016/12/30/nuorten-ohjaus/>

Vallenius, P. & Koivunen, M. 2016. Nuorten seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistäminen. Hedelmällisyyden suojele. **Oppimateriaali.** <http://viva.tamk.fi/2016/12/30/nuorten-ohjaus/>

Välimaa, M. 2016. Terveyspeli MatchMaker: Hyvinvointipeli nuorille hedelmällisyyden suojelemiseksi (opinnäytetyö; kättilö YAMK) www.theseus.fi

