

KARELIA-AMMATTIKORKEAKOULU

Terveystenhoitajakoulutus

Hanna Heiskanen

4-VUOTIAS LAPSI NEUVOLASSA – TARINA LAPSILLE JA  
HEIDÄN VANHEMMILLEEN NEUVOLAKÄYNTIIN  
VALMISTAUTUMISEN TUEKSI

Kehittämistyö

Huhtikuu 2021



**KEHITTÄMISTYÖ**  
**Huhtikuu 2021**  
**Terveystarkastus**  
Tikkarinne 9  
80200 JOENSUU  
+358 13 260 600

**Tekijä**

Hanna Heiskanen

**Nimeke**

4-vuotias lapsi neuvolassa – Tarina lapsille ja heidän vanhemmilleen neuvolakäyntiin valmistautumisen tueksi.

**Tiivistelmä**

4-vuotiaana on leikki-ikäisen lapsen ensimmäinen laaja terveystarkastus. Uudet ja vieraat asiat, kuten neuvolakäynti, voivat jännittää lasta. Lapsen kanssa keskusteleminen ja tulevaan valmistautuminen helpottavat jännitystä ja siihen liittyvää oirehdintaa.

Kehittämistyön tarkoituksena oli auttaa 4-vuotiasta ja hänen vanhempiaan valmistautumaan neuvolakäyntiin kotona. Kehittämistyön tavoitteena oli helpottaa 4-vuotiaan jännitystä neuvolaan tullessa. Kehittämistyön tehtävänä oli tuottaa tarina 4-vuotiaan neuvolakäynnistä jaettavaksi lasten vanhemmille.

Tämä kehittäminen toteutettiin toiminnallisena tuotoksena. Toimeksiantaja oli Siun sote – Pohjois-Karjalan sosiaali- ja terveystarkastus kuntayhtymä. Video kertoo 4-vuotiaan Aavan neuvolakäynnistä yhdessä vanhempiensa kanssa. Videon palautteen perusteella video on kohderyhmälleen sopiva ja hyödynnettävissä lastenneuvolatyössä. Jatkokehitys-ideana voisi tehdä videosta samankaltaisen kohdennettuna 5- ja 6-vuotiaille.

**Kieli**

suomi

Sivuja 23

Liitteet 3

Liitesivumäärä 5

**Asiasanat**

laaja terveystarkastus, 4-vuotias lapsi, lastenneuvola



**DEVELOPMENT ASSIGNMENT**  
**April 2021**  
**Degree Programme in Public Health**  
**Nursing**  
Tikkarinne 9  
FI-80200 JOENSUU  
FINLAND  
Tel. + 358 13 260 600

Author

Hanna Heiskanen

Title

A 4-Year-Old Child at the Child Health Centre – A Story to Help Children and Their Parents Prepare for a Child Health Centre Visit

Abstract

The extensive health check-up for the 4-year-old is the first extensive check-up for toddlers. New and unfamiliar things like going to a child health centre can be exciting for a child. Talking to the child and preparing for the upcoming visit eases the nervousness and associated symptoms.

The purpose of the development assignment was to help the 4-year-old and the parents prepare for the child health centre visit at home. The aim of the development assignment was to ease the nervousness in the 4-year-old when visiting the child health centre. The objective was to produce a story about a 4-year-old child visiting the child health centre that can be distributed to the parents.

The approach used in this development assignment was practise-based. This assignment was commissioned by Siun Sote - Joint Municipal Authority for North Karelia Social and Health Services. The video tells the story of a 4-year-old Aava visiting the child health centre with her parents. Based on the video feedback, the video is suitable for its target group and can be used in child health centre work. An idea for further development is to make a similar video targeted at 5- and 6-year-olds.

Language

Finnish

Pages 23

Appendices 3

Pages of Appendices 5

Keywords

extensive health inspection, a 4-year-old child, child health centre

## Sisältö

1	Johdanto .....	5
2	4-vuotiaan lapsen kehitys .....	5
2.1	Persoonallisuuden kehitys .....	5
2.2	Älyllinen ja kielellinen kehitys.....	6
2.3	Sosiaalinen kehitys ja leikki .....	7
2.4	Fyysinen ja liikunnallinen kehitys .....	8
3	4-vuotiaan laaja terveystarkastus .....	8
4	Lastenneuvola terveyden edistäjänä.....	10
5	Kehittämistyön tarkoitus, tavoite ja tehtävä .....	11
6	Kehittämistyön prosessi .....	11
6.1	Toiminnallinen kehittämistyö.....	11
6.2	Toimeksiantajan kuvaus .....	12
6.3	Kehittämistyöprosessin vaiheet .....	12
6.4	Videon arviointi .....	14
7	Pohdinta.....	17
7.1	Tuotoksen tarkastelu .....	17
7.2	Luotettavuus ja eettisyys .....	18
7.3	Ammatillinen kehittyminen .....	20
7.4	Kehittämistyön hyödynnettävyys ja jatkokehitysideat .....	21
	Lähteet.....	22

### Liitteet

Liite 1	Tarinan sivut
Liite 2	QR-koodijuliste neuvolan seinälle
Liite 3	Kehittämistyön palautelomake

# 1 Johdanto

Kehittämistyöni aiheeksi valikoitui 4-vuotias lapsi neuvolassa, mikä oli toimeksi-antajani asiakkaan toiveesta lähtenyt idea. Lapsi voi kokea jännitystä uuden edessä, kuten aloittaessa päivähoitoa, uudessa tilanteessa tai neuvolakäynnillä. Lapsi reagoi jännitykseen yksilöllisesti ja jännitys voi ilmetä ruokahaluttomuutena, mahavaivoina, hiljaisuutena, vilkkautena tai univaikeuksina. Usein lapsi kiukuttelee jännittäessään vanhemmille herkemmin. (Neuvokas perhe 2021a.)

Kehittämistyöni tuotoksella on tarkoitus lievittää neljävuotiaan jännitystä ennen neuvolakäyntiä. Vanhemmat voivat yhdessä lapsen kanssa kuunnella tarinan Aavasta ja keskustella lapsen kanssa siitä, mikä tulevassa neuvolakäynnissä jännittää.

Kehittämistyössäni syvennyn 4-vuotiaan kehitykseen ja 4-vuotiaan laajaan terveystarkastukseen. Kehittämistyössäni käsitellään laajaa terveystarkastusta enemmän terveydenhoitajan näkökulmasta, vaikka tarkastukseen kuuluu myös lääkärin tarkastus ja lapsen ollessa hoidossa myös varhaiskasvatuksen arvio lapsesta. Kehittämistyössäni käsitellään tervettä nelivuotiasta, jolla ei ole kehityksellistä viivettä tai pitkäaikaissairautta, mikä voisi näkyä muun muassa kasvun hidastumana.

## 2 4-vuotiaan lapsen kehitys

### 2.1 Persoonallisuuden kehitys

4-vuotias lapsi on kiinnostunut ympäristöstään, on innokas, touhuilee ja puhuu paljon. Luovuus on kehittynyt huomattavasti aiempiin ikävuosiin verraten. Oma-toimisuus lisääntyy koko ajan sekä varmuus toimia tuttujen ja tuntemattomien kanssa. Aiempiin ikävuosiin verraten 4-vuotias ei koe niin suurta eroikävää ja

pystyy jäämään toisen ihmisen hoitoon vanhempien ollessa muualla. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019a.)

4-vuotiaan tunnetaidot ovat kehittyneet sen verran, että lapsi on jo hyvin huomaavainen sekä yhteistyökykyäkin löytyy. Näistä olisi hyvä tuoda lapselle kiitosta. 4-vuotiaalle on tyypillistä ihastua joko omaan vanhempaansa tai johonkin muuhun hänelle tärkeään henkilöön. Tämä vaihe on ohimenevää. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019a.)

4-vuotias kokee olevansa hyvin itsenäisesti pärjäävä ja iso lapsi. Kuitenkin lapsi kaipaa huolenpitoa, hellyyttä ja sylissä pitämistä. 4-vuotiaan mielikuvitus on hyvin vilkas ja lapsi voi kertoa mitä mielenkiintoisimpia tarinoita, joissa on liioittelua ja kerskailua. Osalla 4-vuotiaista on mielikuvitusystäviä. Mielikuvituksen kirjavuus voi saada aikaan sen, että lapsi uskoo omiin suurellisiin tarinoihinsa. Tämä aiheuttaa lapselle mahdollisesti pelon tunnetta, kun tarinan mörkö tuntuukin aivan todelliselta. Mielikuvituksen tuotokset, muun muassa möröt voivat aiheuttaa nukahtamisongelmia, jos lapsi kuvittelee heidän asuvan hänen vuoteensa alla. Tämä voi vaikuttaa myös siihen, että neuvolakäynti voi jännittää, jos lapsi ajattelee rokotusneulan olevan valtavan kokoinen ja neuvolan tehtävien mahdottoman vaikeita. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019a.)

Rajojen asettaminen tuo lapselle turvallisuuden tunnetta. Perheen säännöistä on hyvä pitää kiinni ja perustella lapselle, miksi niin olisi hyvä toimia. 4-vuotias loukkaantuu herkästi ja tulee pahalle mielelle. Niissä tilanteissa vanhemman on hyvä lohduttaa ja keskustella lapsen kanssa siitä, että kaikki tunteet ovat sallittuja. Lapsi tarvitsee rakkautta ja huolenpitoa myös silloin, kun elämä tuntuu hankalalta ja kiukuttaa. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019a.)

## **2.2 Älyllinen ja kielellinen kehitys**

4-vuotiaan puhe on hyvin kehittynyttä ja kieliopillisesti lähes oikeaoppista. Ikätasoisesti kehittyneellä 4-vuotiaalla on käytössä reilu tuhat sanaa. (Armanto & Koistinen 2007, 147.) Äännevirheitä voi vielä esiintyä puheessa. Tyypillisimmät

äännepuutokset koskevat r-, s- ja d-äänteitä. (Hermanson 2012.) Jos 4-vuotaalta puuttuu äänteet k, t ja p, on syytä tehdä lähete puheterapiaan (Armanto ym. 2007, 159). Lapsi puhuu paljon, loruilee, runoilee ja kertoo itse keksimiään satuja. Lapsi jaksaa jo keskittyä ja on kiinnostunut kuuntelemaan satuja. 4-vuotias lapsi pohtii asioita ääneen ja keskustele mieltä askarruttavista kysymyksistä vanhempiensa kanssa. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017a.)

Nelivuotias pystyy muistamaan jo paljon asioita, jopa vuodenkin takaa. Lapsi on kiinnostunut kaukaisistakin tapahtumista. Yhden päivän kulun nelivuotias osaa jo hahmottaa. Lapsi ymmärtää, että päivään sisältyy aamu, päivä, ilta ja yö. Käsitteiden käyttöä 4-vuotias opettelee koko ajan, hänen puheissaan on esimerkiksi sanoja ylös, alas, tänään ja huomenna. Lapsi osaa nimetä yleensä jo päivärit. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017a.)

### **2.3 Sosiaalinen kehitys ja leikki**

Jatkuvasti yhä taitavammin lapsi ottaa huomioon muiden ihmisten tunteita, toiveita ja ajatuksia. Itsekeskeinen ajattelu lievenee 4-vuoden iässä. Lapsi osaa olla myötätuntoinen ja osoittaa sitä, antaa lohdutusta ja piristää muita. Neljävuotias usein pitää leikkimisestä ikätovereidensa kanssa. Mielikuvitus- ja roolileikit ovat mieluisia tässä iässä. Leikeissä on usein sääntöjä. Tunteiden hallinnassa voi olla yhä haasteita, mikä voi ilmetä leikeissä aggressiivisuutena. Ristiriitatilanteissa lapsi usein haastaa kaveria verbaalisesti ja esimerkiksi lyöminen on vähentynyt aikaisempiin ikävuosiin verraten. Ristiriitatilanteet kehittävät neuvottelutaitoja. Häviäminen voi harmittaa 4-vuotiasta voimakkaasti ja pettymystä voi olla vaikea käsitellä. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017b.)

4-vuotias alkaa tarkastelemaan omaa osaamistaan ja vertailee itseään muihin. Lapsi voi tuntea huonommuuden tunnetta, erilaisuutta ja kömpelyyttä verraten itseään omiin kavereihinsa. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017b.) Lapsen kanssa olisi hyvä keskustella asioista, missä hän on hyvä ja rohkaista lasta. Myös neuvolassa on hyvä kehua lasta ja vahvistaa hänen itsetuntoaan. (Neuvokas perhe 2021b.) 4-vuotias lapsi pohtii oikeaa ja väärää, hyvän ja pahan vastakohtia

ja häntä kiinnostaa, toimitaanko tilanteissa oikeudenmukaisesti (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017b).

## **2.4 Fyysinen ja liikunnallinen kehitys**

4-vuotias lapsi kasvaa usein tasaisesti. Painoa tulee 3-4 kilogrammaa vuodessa ja pituuskasvu on noin 5-10 senttimetriä. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019b.) Lapsen kasvua ja kasvukäyrien kehitystä seurataan neuvolassa. Kasvun seurannalla pyritään saamaan kiinni varhaisessa vaiheessa kasvuun vaikuttavat tekijät, esimerkiksi sairaudet. (Mäki, Wikström, Hakulinen & Laatikainen 2017, 17.) 4-vuotias lapsi on usein jo päiväkuiva, mutta yökastelua voi vielä ilmentyä (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019b).

4-vuotias on usein vauhdikas, hän osaa hyppiä, kiipeillä, juosta ja painia. Uusia taitoja harjoitellaan, muun muassa naruhyppelyä, uimista ja pyörällä ajamista. Yhdellä jalalla hyppiminen onnistuu ja hän jaksaa seistä pienen hetken yhden jalan varassa. Sorminäppäryys ja silmä - käsi -koordinaatio kehittyy, lapsi opettelee käyttämään saksia, laittamaan itse paidan napit kiinni ja pujottamaan helmen nauhaan. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019c.)

## **3 4-vuotiaan laaja terveystarkastus**

Lastenneuvolassa lapsille tehdään kolme laajaa terveystarkastusta. Nämä tapahtuvat 4kk, 18kk ja neljän vuoden iässä. Laaja terveystarkastus kartoittaa kokonaisvaltaisesti lapsen hyvinvointia, siihen vaikuttavia osatekijöitä ja lapsen terveydentilaa. Niin kuin määräaikaikaisetkin terveystarkastukset neuvolassa, niin myös laajat terveystarkastukset perustuvat lainsäädäntöön. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021a.)

Terveystarkastus voidaan lastenneuvolassa tilastoida laajaksi tarkastukseksi, kun tietyt reunaehdot tarkastuksen suorittamisessa täyttyvät. Ensimmäinen ehto



on se, että lapsen molemmat vanhemmat kutsutaan tarkastukseen ja vähintään toinen vanhemmista osallistuu tarkastuskäynnille. Toisen ehdon mukaan tarkastukseen täytyy osallistua sekä terveydenhoitaja, että lääkäri. Terveydenhoitaja ja lääkäri voivat tehdä tarkastuksen yhdessä tai erikseen. Kolmantena ehtona täytyy kirjata arvio lapsen ja vanhempien terveydestä ja hyvinvoinnista. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021a.)

Laajassa terveystarkastuksessa havainnoidaan vanhemman ja lapsen keskinäistä vuorovaikutusta, tehdään kokonaisvaltainen arvio lapsen hyvinvoinnista ja terveydentilasta, arvioidaan hänen sosiaalisia valmiuksiaan ja tunteidensäätelytaitoja. Neljävuotiaan terveystarkastuksessa keskeisimpiä keskusteluaiheita ovat vanhempien omat ajatukset ja huolenaiheet koskien lasta, lapsen puheen kehittyminen, keskittymiskyky, arjen sujuminen, leikkiasiat, kaverit, luovuus ja mielikuvitus, hampaiden hoito, D-vitamiinin käyttö, ravitseminen, uniasiat ja ruutu-aika. (Armento ym. 2007, 121.)

4-vuotiaan laajaan terveystarkastukseen kuuluu lapsen kognitiivisten taitojen ja oppimisen valmiuksien tutkiminen Lene-tehtävien avulla ja lukuvalmiuksien tutkiminen LUKIVA-menetelmällä (Valtonen 2009). Neuvolatyön harjoittelussa samantyyppisen kokemuksen mukaan lapsi tekee tehtävät yhdessä terveydenhoitajan kanssa huoltajan/hoitajien odotellessa toisessa huoneessa.

Osana laajaa terveystarkastusta otetaan huomioon koko perheen hyvinvointi, perhedynamiikka, tukiverkosto perheen ympärillä, vanhempien parisuhde, heidän jaksamisensa ja elintavat (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021b). Terveydenhoitajan olisi hyvä keskustella vanhemman ja lapsen kanssa tapaturmien ehkäisystä ja turvataidoista. Jos lapsi on päivähoitossa, laajaa terveystarkastusta varten pyydetään varhaiskasvatukselta kirjallinen arvio lapsen hyvinvoinnista, mikä liitetään käynnin kirjaukseen. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021a.)

Terveystarkastuksessa terveydenhoitaja mittaa tai tutkii lapsen pituuden, painon, pään ympäryksen, näön, kuulon sekä verenpaineen (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021c). Tarkastuksessa annetaan nelivuotiaalle nelosrokote (DTaP-IPV), joka on kurkkumätää, jäykkäkouristusta, hinkuyskää ja poliota vastaan. Lapselle

tarjotaan myös kausi-influenssarokotetta influenssakaudella. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021d.) Ennen rokottamista kerrotaan rokotteen mahdollisista haittavaikutuksista.

Neljävuotiaan laajassa terveystarkastuksessa lääkäri tekee yleensä somaattisen tutkimuksen ja neurologisen statuksen suppeasti. Somaattisiin tutkimuksiin kuuluu ihon tarkistaminen ja kasvojen symmetrian tutkiminen, sydämen kuuntelu, vatsan ja reisivaltimoiden tunnustelu sekä kivisten tarkastaminen. Lääkärin käynnin tärkein tehtävä on seuloa mahdolliset poikkeavuudet ja riskitekijät, kartoittaa voimavarat ja tarkastella kokonaisvaltaisesti lapsen hyvinvointia. (Airaksinen, Alenius & Mustonen 2020.)

#### **4 Lastenneuvola terveyden edistäjänä**

Lastenneuvolatoimintaa ohjaa terveydenhuoltolaki. Terveydenhuoltolain 15§ (1326/2010) mukaisesti kunnan täytyy järjestää alle kouluikäisille lapsille ja heidän perheilleen neuvolapalvelut. Lisäksi laki määrittää lastenneuvolan määräaikaistarkastusten lukumäärän ja sisällöt. (Terveydenhuoltolaki 1326/2010.)

Lastenneuvolassa aloitetaan terveyden edistämistyö jo kuusiviikkoiselle lapselle ja hänen huoltajilleen. Lastenneuvolan yleistavoitteeksi on kirjattu lasten psyykkisen ja fyysisen terveyden parantaminen, sekä perheiden hyvinvoinnin edistäminen etenkin niissä perheissä, jotka tarvitsevat erityistä tukea. Tämä kaventaa voimassa olevia terveyseroja perheiden välillä. Lastenneuvolatoiminnalla pyritään myös luomaan parempia terveyden ja vanhemmuuden voimavaroja tuleville sukupolville. (Armanto & Koistinen 2007, 116.)

Terveydenhoitajan päätyötä lastenneuvolassa on määräaikaiset terveystarkastukset, jotka toteutuvat tasaisin väliajoin lapsen ollessa 0-6-vuotias. Määräaikaisissa tarkastuksissa terveydenhoitaja edistää koko perheen terveyttä, tukee ja antaa voimavaroja, sekä poimii varhaisessa vaiheessa ne lapset ja perheet, jotka

tarvitsevat erityistä tukea tai lisätutkimuksia. Sosiaali- ja terveysministeriön asetuksen (STM 2008a) mukaan terveysneuvonta toteutetaan yhdessä perheen kanssa keskustellen ja kartoittaen perhekohtainen tilanne, heidän resurssinsa ja ohjauksen tarve. Terveysneuvonnan täytyy tukea koko perhettä kaikilla elämän osa-alueilla ottaen huomioon ikävaihe, mikä lapsella on kulloinkin menossa. (Lammi-Taskula, Karvonen & Ahlström 2009.)

## **5 Kehittämistyön tarkoitus, tavoite ja tehtävä**

Kehittämistyön tarkoituksena on auttaa 4-vuotiasta ja hänen vanhempiaan valmistautumaan neuvolakäyntiin kotona. Kehittämistyön tavoitteena on helpottaa 4-vuotiaan jännitystä neuvolaan tullessa. Kehittämistyön tehtävänä on tuottaa tarina 4-vuotiaan neuvolakäynnistä jaettavaksi lasten vanhemmille.

## **6 Kehittämistyön prosessi**

### **6.1 Toiminnallinen kehittämistyö**

Kehittämistyöni on toiminnallinen kehittämistyö. Toiminnallisen kehittämistyön prosessiin kuuluu käytännön toteutus ja sen raportoiminen. Käytännön toteutus voi olla muodoltaan video, posterit, tapahtuma, popup-piste tai esimerkiksi nettisivut. Toiminnallinen tuotos, eli käytännön toteutus voidaan suunnata myös suoraan jollekin ammattiryhmälle, esimerkiksi terveydenhoitajille oppaan muodossa. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9.) Toiminnallisen kehittämistyön keskiössä on työelämälähtöisyys ja käytäntö. Toiminnallinen kehittämistyö perustuu tutkimukselliseen tietoon ja sen alan tietoon, mitä kehittämistyö edustaa. Toiminnallinen kehittämistyö liittyy yhteen alan tiedot, taidot ja asenteet ja tuo ne esille projektin muodossa. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 10.)

Toiminnallista kehittämistyötä tehdessä ei tarvitse tehdä tutkimuksellista työtä, sillä se nostaisi työn määrää yli opintopistesuosituksen. Lähdeaineisto kerätään harkiten ja prosessin aikana täytyy ottaa huomioon omat henkiset, ajalliset ja taloudelliset resurssit. Työn lopputulokseen vaikuttaa omien resurssien lisäksi toimeksiantajan odotukset, kohderyhmän tarpeet ja oppilaitoksen antamat vaatimukset. Tuotos on kompromissi näiden kaikkien välillä. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 56.)

Tämä kehittämistyö on toiminnallinen kehittämistyö ja sen tuotoksena on video. Video luodaan käytettäväksi toimeksiantajana toimivan Siun Soten käyttöön. Video on suunnattu lastenneuvolaan.

## **6.2 Toimeksiantajan kuvaus**

Toimeksiantajana toimii Siun sote – Pohjois-Karjalan sosiaali- ja terveystalvelujen kuntayhtymä. Kuntayhtymän toiminta on alkanut vuoden 2017 alusta. Kuntayhtymä työllistää noin 7800 työntekijä ja huolehtii sosiaali- ja terveystalveluuden järjestämisestä 13 kunnan alueella.

Kehittämistyöni on suunnattu lastenneuvolatyöhön. Keväällä 2021 Siun soten alueella on yhteensä 25 lastenneuvolaa. Lastenneuvolan tarkoituksena on mahdollistaa lapsen turvallinen ja hyvä kasvu, kehitys ja edistää terveyttä. Lastenneuvolassa tarkastellaan kokonaisvaltaisesti lapsen kasvua. Lastenneuvolan kautta lapsi saa kansallisen rokotusohjelman mukaiset rokotteet. (Siun sote 2021.)

## **6.3 Kehittämistyöprosessin vaiheet**

Kehittämistyöni tekeminen alkoi elokuussa 2020. Silloin työn kirjoittaminen tuntui hyvin kaukaiselta ajatukselta. Sain toimeksiannon Siun sotelta ja aiheekseni valikoitui pelokas lapsi neuvolassa. Työni tarkoituksena oli tuottaa video, joka helpottaisi lasta ja lapsen vanhempia valmistautumaan neuvolakäyntiin. Syksyllä

2020 elokuusta joulukuuhun saakka keskityin muihin opintoihin, omaan jaksamiseen ja työharjoitteluun. Kehittämistyöni ei edennyt, ei oikeastaan edes ajatuksen tasolla. Joulukuun lopussa keskustelin opinto-ohjaajani kanssa kehittämistyöstäni ja hänen kanssaan päädyimme siihen, että aiheittani olisi hyvä tyypistää ja videototeutus vaihtaa toisenlaiseen toteutukseen. Kehittämistyön aihe tyypistyikin koskemaan vain 4-vuotiasta lasta.

Tammikuun 2021 alkupuolella otin yhteyttä asiantuntijaterveydenhoitajaani. Tammikuun lopussa aiheeni alkoi muotoutumaan ja rajautui koskemaan vain neljävuotiasta. Sain asiantuntijaterveydenhoitajikseni kaksi lastenneuvolassa työskentelevää terveydenhoitajaa ja allekirjoitimme toimeksiantosopimukset.

Tuotoksekseni muotoutui tarina, joka tehdään Powerpoint-ohjelmalla. Tarinasta loin videon, missä itse luen tarinan ääneen. Tämä toteutustapa vaikutti helpoilta sekä mieluisimmalta, sillä on mukava saada oma ääneni tarinan lukijana kuulumaan. Kirjoitin tarinan yhdeltä istumalta ja ensimmäinen versio sai osakseen karsimista ja yksinkertaistamista. Pohdimme yhdessä ohjaavien opettajieni kanssa, että alkuperäisessä seikkaperäisesti kuvatut neuvolatehtävät voisivat saada tarinan kuulevan lapsen harjoittelemaan kyseisiä tehtäviä. Kuvat tuotokseen tilasin ystävältäni, joka maalasi ne korvausta vastaan.

Helmikuun alussa pidimme Teams-palaveria asiantuntijaterveydenhoitajieni kanssa. Palaveriin mennessä neuvolatarina oli muotoutunut jo lähes lopulliseen muotoonsa, kuvat vain olivat vielä maalausvaiheessa. Palaverissa keskustelimme työn värimaailmasta ja tekijänoikeussuojista koskien työn laajaa jakamista Siun Soten alueella. Asiantuntijaterveydenhoitajat olivat organisaatioon yhteydessä asian tiimoilta. Teams-palaverissa sain hyvää palautetta kehittämistyöstäni, mikä motivoi tekemään työtä eteenpäin sen mitä työharjoittelultani ehdin. En ollut maininnut tarinassani olenkaan 4-vuotiaan terveystarkastukseen kuuluvaa verenpaineen mittausta, mikä oli hyvä lisäys toimeksiantajilta. Heidän mukaansa useat lapset jännittävät ensimmäistä verenpaineen mittausta, kun ajattelevan sen tekevän kipeää. Tästä syystä toimenpide olisi hyvä sisällyttää tarinaan.

Maaliskuussa äänitin tuotukseeni tarinan tekstin taustalle ja visuaalinen muoto työssäni alkoi hahmottumaan. Äänitysprosessi vaati luovuutta, sillä asuntoni ei ole hyvin äänieristetty ja vieressä on vilkas tie. Sain saman vuorokauden aikana palautetta työstäni myös asiantuntijaterveydenhoitajilta. Minua ohjattiin muokkaamaan muutamia sanavalintoja, esimerkiksi alkuperäisen ”pistää piikin” korvasin kirjoittamalla ”laittaa rokotuksen”. Lähetin kehittämistyön tuotoksen oikoluettavaksi isosiskolleni, jolta sain hyviä ehdotuksia koskien tarinan tekstiä. Lopputuloksesta tuli huomattavasti sujuvampi tämän myötä. Maaliskuun ja huhtikuun vaihteessa viimeistelin raporttiani, tein videon ja QR-koodin valmiiksi sekä keräsin videostani palautteet. Projektin loppuvaiheilla tein lastenneuvoloihin tulostettavan julisteen, mistä löytyy QR-koodi ja linkki videooni. Julisteen tekemiseen käytin Canva-sovellusta. Esittelin työni seminaarissa huhtikuun puolivälissä.

#### **6.4 Videon arviointi**

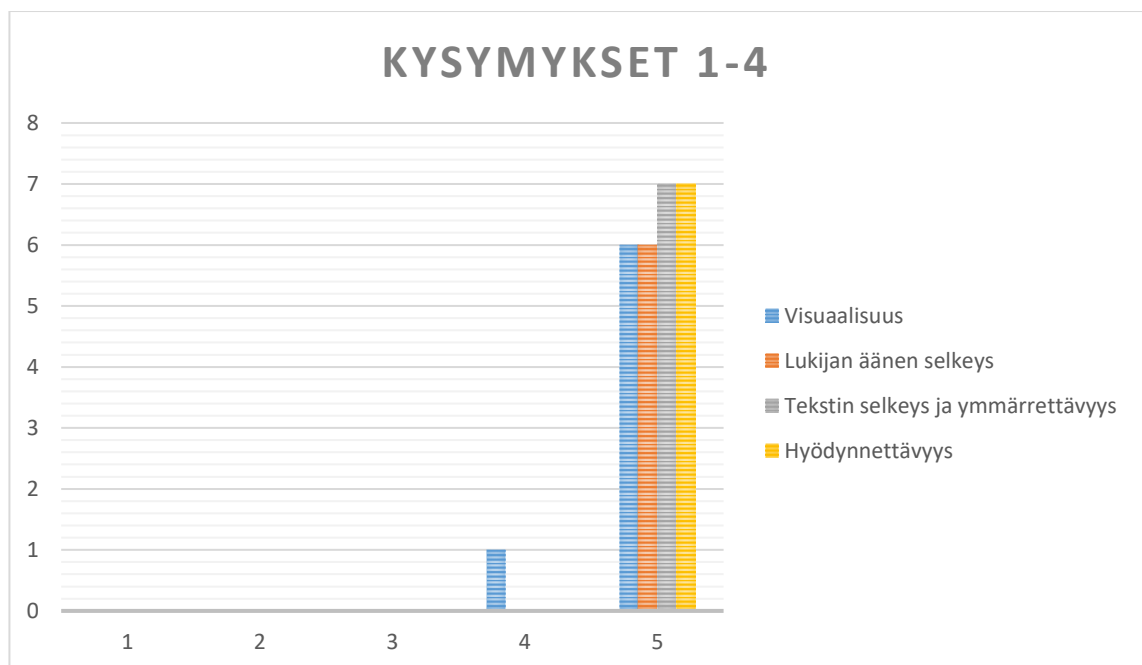
Kehittämistyön tekijän ja toimeksiantajan lisäksi on hyvä kysyä palautetta myös videon kohderyhmältä, jotta työn arviointi olisi mahdollisimman kattava. Palautteen perusteella voidaan tarkastella kehittämistyön tavoitteiden toteutumista. Palautteessa olisi hyvä kysyä arviota toiminnallisen tuotoksen (videon) käytettävyydestä, ulkoasusta, selkeydestä ja hyödyllisyydestä. (Vilka ym. 2003, 157.)

Läpi kehittämistyöprosessin olen kysynyt asiantuntijaterveydenhoitajilta palautetta. En ollut onnistunut luomaan PowerPointistä videota, joten pyysin välipalautetta esityksestä, johon oli liitettyä äänitiedostoina lukemani teksti. Asiantuntijaterveydenhoitajalta sain seuraavanlaista palautetta: ”Ihana oli myös sinun lukemana!” ”Ihan tosi huippu työ sinulla lähes valmiina!” Kehittämideoita tuli paljon ja ne otin ilolla vastaan.

Videon arviointia varten tein yksinkertaisen palautelomakkeen (liite 2), joka sisälsi neljä kysymystä ja vapaan sanan osion. Kysymyksillä tavoittelin saada palautetta videon ulkoasusta, selkeydestä ja hyödyllisyydestä. Ensimmäisen ”Video on visuaaliselta ilmeeltään miellyttävä ja selkeä” -kysymyksen avulla oli tarkoitus arvioida videon visuaalista ilmettä ja siinä onnistumista. Toisen kysymyksen ”Lukijan

ääni oli tarpeeksi selkeä ja helposti kuunneltava” tarkoituksena oli arvioida videon äänen selkeyttä ja toimivuutta. Videon tarkoituksena oli olla äänikirjamainen. Kolmas kysymys ”Tarinan teksti oli selkeä ja 4-vuotiaalle lapselle ymmärrettävää” arvioi videon sopivuutta kohderyhmälle. Viimeinen kysymys ”Videota voi hyödyntää helpottaakseen lapsen jännitystä ennen neuvolakäyntiä” arvioi koko kehittämistyön tavoitteen toteutumista. Vapaan sanan osioon toivoin risuja ja ruusuja koskien videota.

Video sekä palautelomake lähetettiin kaikille Siun soten lastenneuvolassa työskenteleville terveydenhoitajille. Vastausaikaa annettiin viikoksi. Videon ja palautelomakkeen välitti asiantuntijaterveydenhoitajani, jotka sitten lähettivät saamansa palautteen minulle. Terveydenhoitajien lisäksi lähetin videon sekä palautelomakkeen kolmen perheen vanhemmille.



**Kuvio 1.** Terveydenhoitajien ja perheenäitien vastaukset kysymyksiin 1-4

Palautelomakkeeseen vastasi viisi terveydenhoitajaa, joihin kuuluu myös minun kehittämistyötäni ohjanneet terveydenhoitajat ja kaksi perheenäitiä. Ensimmäisessä kysymyksessä iso osa vastanneista koki videon visuaalisen ilmeen miellyttävänä, ja antoi arvioksi viisi. Yksi vastanneista antoi 4. Toinen kysymys koski lukijan äänen selkeyttä ja siihen vastasi kuusi seitsemästä. Kaikki vastanneet antoivat 5, eli vastaajat kokivat lukijan äänen olevan tarpeeksi selkeä ja helposti

kuunneltava. Kaikki vastanneet antoivat kolmannessa kysymyksessä arvon 5, mistä päätellen he kaikki kokivat videon tekstin olevan 4-vuotiaalle lapselle selkeä ja ymmärrettävä. Neljännessä kysymyksessä selvitettiin videon hyödynnettävyyttä ja kaikki vastaajat kokivat työn olevan hyödynnettävissä antaen niin ikään arvon 5. (Kuvio 1.)

Viides kysymys oli vapaan sanan osio, missä pyysin vastaajilta risuja ja ruusuja videosta. Neuvolan terveydenhoitajien ja äitien vastauksista nousi esille työn hyödynnettävyys, käyttämäni sanamuodot sekä lukijan äänen nopeus.

*”Oikein mukava video. Voisin tätä hyvin suositella perheille, etenkin jos lapsi jännittää neuvolaan tuloa. Lähinnä jäin miettimään joitakin sanamuotoja, jotka voivat vanhemmille viestittää virheellisesti, neuvolaan ei kutsuta, aika varataan itse ja kaikki eivät ota lasta ensin tehtäville. En kylläkään osaa sanoa onko nyt tässä tarkoituksessa olevaan videoon oleellista.”*

*”Rokotus olisi voinut vähän nipistää. Harvemmin ”ei koske yhtään”. Kiva, riittävän lyhyt video.”*

*”Minun mielestä todella hyvä työ, vaikea keksiä risuja sanottavaksi. Ääni on miellyttävä ja lapsiystävällinen, mutta joissain kohdissa tahti on melko reipas.”*

*”Video oli todella hyvä ja ikätasoon sopiva. Videossa käytiin hyvin läpi terveydenhoitajan osuus laajasta terveystarkastuksesta. Suositteaisin videota mieluusti perheille ennen 4v käynnille tuloa. Hienoa työtä!”*

*”Visuaalinen äänikirja on mielestäni erinomainen valinta tällaiselle työlle ja kokonaisuudessaan se on hienosti toteutettu. Tarina tuntuu nelivuotiaalle helposti eläydyttävältä ja lukijan ääni on eloisa ja mukaansa tempaava. Tarinan pituus on kompakti ja se on helppo kuunnella vaikka hetkeä ennen neuvolaan lähtöä.”*



Toimeksiantajieni palautteen perusteella työni onnistui, oli visuaaliselta ilmeeltään miellyttävä ja työn kuvat tukivat tarinan kerrontaa. Heidän palautteensa mukaan lukijan ääni sopi hyvin työhön. Heidän mukaansa työ oli kokonaisuutena aivan loistava.

## **7 Pohdinta**

### **7.1 Tuotoksen tarkastelu**

Kehittämistyöprosessi on edennyt vaihtelevasti ja ajoittain työn eteneminen on ollut kovan ponnistelun takana aikataulullisien haasteiden takia. Muiden kurssien, harjoittelun ja kehittämistyön tekemisen yhdistäminen on ollut kuormittavaa. Prosessin aikana minusta on tuntunut siltä, etten osaa työstää työtäni yksin eteenpäin. Kuitenkin kokonaisuutta ajatellen kehittämistyö on koko ajan edennyt.

Yhteistyö asiantuntijaterveydenhoitajien kanssa on ollut sujuvaa ja olen ollut heihin tarvittaessa yhteydessä, mikä on helpottanut tätä haastavaa prosessia. Olen saanut heiltä rakentavaa palautetta työstäni ja hyviä kehittämissuhteita. Kehittämistyöni tuotoksesta olen saanut raakileenakin hyvää palautetta ja työn visuaalista ilmettä on kehuu.

Tarinan suunnittelussa olen ottanut huomioon kohderyhmän vaatimukset ja pyrin saamaan tuotoksestani sellaisen, mikä palvelisi kuulijakuntaani, eli 4-vuotiasta lasta ja hänen vanhempiaan. Tarinan olen kirjoittanut neljävuotiaalle samaistuttavaksi ja siten helposti lähestyttäväksi.

Kuvat maalasi ystäväni Jenni. Sain häneltä kolme isoa kuvaa ja yksittäisiä pieniä kuvia (muun muassa mittanauha, pallo & nalle) jotka leikkasin Leikkaa ja luonnostelee -ohjelmalla työhöni sopivaksi. Lopputulosta tarkastellessa kuvia olisi voinut olla enemmän, sillä se olisi mahdollistanut tarinan tekstien jakamista useammalle sivulle. Päädyin tekemään tekstisivuista hieman turhankin tiiviit, sillä halusin jokaiselle sivulle yhden kuvan. Tilasin kuvia alun perin liian vähäsen ja

aikataulut eivät mahdollistaneet uusien kuvien maalaamista ystäväni puolesta. Tekstin toisenlainen asettelu ja useampi kuva olisi saanut tuotoksesta selkeämmän, etenkin jos vanhemmat haluavat itse lukea tarinan lapselleen.

Videosta tuli mielestäni visuaalisesti miellyttävä, sopivan lyhyt ja selkeä. Äänitin tarinan yksi osio kerrallaan ja videon puolella välissä lukunopeus hetkellisesti kiihtyy. Kiihtymisestä sain myös palautetta, mutta jätin sen kuitenkin lopputulokseenkin. Videon keskivaiheilla sivujen vaihtuessa on noin viiden sekunnin siirtymä, mikä poikkeaa muista videon siirtymistä. Olisin halunnut editoida sen pois, mutta päädyin jättämään senkin lopulliseen versioon. Aikataulu työn tekemisessä ei antanut enää myöten. Videon lisäksi tein lastenneuvolan seinälle tulostettavan yksinkertaisen julisteen (liite 2), mistä löytyy QR-koodi ja linkki videoon.

Kehittämistyöni tavoitteena on auttaa 4-vuotiasta lasta valmistautumaan neuvolakäyntiin kotona ja palautteen perusteella tuotoksella on päästy tavoitteeseen. Myös omasta mielestäni työstä tuli hyödynnettävä ja kohderyhmälle sopiva.

## **7.2 Luotettavuus ja eettisyys**

Tietoa hakiessaan kehittämistyön tekijän täytyy huomioida tutkimuseettiset periaatteet ja vastuu siitä on lähdeaineiston kerääjällä. Opetusministeriön tutkimuseettinen neuvottelukunta on luonut ohjeet toimimiseen. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 23.) Plagiointia tai itseplagiointia ei saa tehdä, raportointi ei voi johtaa lukijaansa harhaan. (Hirsjärvi ym. 2009, 26–27.) Kehittämistyössäni en ole sortunut kopiaimaan toisen kirjoittamaa.

Sosiaali- ja terveysalan ammattieettisistä ohjeista vastaa oma eettinen neuvottelukunta, ETENE (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012). Hyvän tieteellisen käytännön avainasioita ovat rehellisyys tarkkuus, kunnioittaminen ja huolellisuus. Lähteisiin viittaaminen on oltava asianmukaista. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.) Prosessissa tekijän täytyy jatkuvasti punnita lähteidensä luotettavuutta. Lähteitä valitessaan pitää ottaa huomioon lähteen aitous, alkuperä, muista riippumattomuus, sekä objektiivisyys. (Mäkinen 2006, 128.)

Olen käyttänyt kehittämistyössäni lähteinä lähinnä suomalaisia lähteitä. Iso osa lähteistäni on Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen verkkojulkaisuja. Lähteitä pohiessa olen ottanut huomioon lähteiden julkaisuvuoden. Yli 10 vuotta vanhoja lähteitä ei suositella käyttämään.

Tutkimuksen vaiheet tuodaan julki selkeästi ja tutkimuksen teko suunnitellaan, toteutetaan ja raportoidaan ohjeiden mukaisesti. Tutkimusprosessin aloittaminen vaatii tutkimuslupan. Ennen tutkimuksen tekemistä olisi hyvä yhdessä keskustella tutkimukseen osallistuvien vastuusta, velvollisuudesta ja oikeuksista. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.)

Kehittämistyötä tehdessäni ja tietopohjaa rakentaessani olen käyttänyt useita eri lähteitä ja olen liittänyt lähdeviitteet raporttiini. Viittauksen olen tehnyt työssäni opinnäytetyöhöön mallin mukaisesti. Kehittämistyöni on toiminnallinen kehittämistyö, joten en tarvinnut työlleni tutkimuslupaa. Toiminnallisena tuotoksena kehittämistyössäni on tarina, minkä saatavuudesta ja käyttöluvista olemme keskustelleet yhdessä toimeksiantajieni kanssa.

Toiminnallisen kehittämistyön luotettavuutta arvioidessa voi käyttää tukena laadullisen tutkimuksen menetelmiä (Karelia ammattikorkeakoulu 2018, Liite 3). Laadullisen tutkimuksen arviointia tarkastellaan uskottavuuden, siirrettävyyden, riippuvuuden ja vahvistettavuuden kautta. Tulokset, etenkin selkeät tulokset tuovat uskottavuutta. Siirrettävyydellä tarkoitellaan sitä, että tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää samankaltaisiin kohderyhmiin. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 199–200.) Tämä on eri asia mitä yleistettävyyttä. Vahvistettavuus tarkoittaa sitä, että tutkimustulokset perustuvat käytettyyn aineistoon. Päiväkirjan pitäminen tutkimusprosessista lisää vahvistettavuutta. (Janhonen & Nikkonen 2001, 258–259.)

Kehittämistyöni luotettavuutta tarkastellessa olisin voinut käyttää enemmän kansainvälisiä lähteitä, mutta neuvolatoiminnasta ei ole niin paljon kirjoitettu muualla kuin täällä Suomessa. Kehittämistyöni luotettavuutta olisi myös lisännyt se, että

minulla olisi ollut enemmän aikaa paneutua teoriapohjaan ja lähteiden kirjo olisi ollut vielä laajempi.

### **7.3 Ammatillinen kehittyminen**

Kehittämistyön tekeminen on tukenut ammatillista kasvuani terveydenhoitajaksi. Lastenneuvolatyö on tällä hetkellä terveydenhoitajan työkentistä lähimpänä sydäntäni ja on ollut mielenkiintoista perehtyä syvemmin yhden ikäryhmän kehitysvaiheisiin ja lastenneuvolatyöhön. Neuvolaharjoitteluni sijoittui syksylle, mikä on tukenut kehittämistyön tekemistä.

Tarinaa kirjoittaessa täytyi sukeltaa 4-vuotiaan mielenmaailmaan ja kirjoittaa tarina sellaiseksi, että se kohtaisi 4-vuotiaan kuulijan. Myös kuvien suunnittelussa mietin, miten kiinnittää lapsen huomio niihin. Kuviin halusin värejä, jotta työn visuaalisesta ilmeestä tulisi mahdollisimman lapsiystävällinen. Tämän työn tehtyäni koen saaneeni enemmän tietoa 4-vuotiaan lapsen kehityksestä ja ikäryhmälle tyypillisistä tavoista toimia.

Tein opinnäytetyöni toiminnallisena ja yhdessä opiskeluystäväni kanssa. Tämän prosessin läpikäyminen yksin on opettanut minua paljon. Harjoittelun ja kehittämistyön yhdistäminen on haastanut ja opettanut ajanhallintataitoja. Se, ettei pysytkään tukeutumaan toiseen muun muassa tietoteknisissä haasteissa on välillä aiheuttanut niin sanottuja harmaita hiuksia. Opinnäytetyössäni oli sama toimeksiantaja, joten julkinen organisaatio toimeksiantajana on tuttu asia, mutta toteutustapa työlle aivan uusi. Toiminnallinen tuotos vaihtui posterista videoon, minkä tekeminen oli minulle hyvin uutta.

Kaiken kaikkiaan prosessi on ollut yksi tärkeä etappi kohti terveydenhoitajuuttani. Neuvolaharjoittelu ja tämä prosessi ovat tukeneet toinen toistaan. Matkan varrella on paineensietokyky sekä armollisuus itseä kohtaan on kehittynyt. Prosessi on opettanut ja vahvistanut minun yhteistyökykyjäni ja otan nämä opit evääksi työelämään.

#### **7.4 Kehittämistyön hyödynnettävyys ja jatkokehitysajat**

Kehittämistyöni menee suoraan lastenneuvolan käyttöön ja luomani QR-koodin kautta videota pääsee katselemaan kuka vain. Mielestäni kehittämistyöni tuotosta voidaan hyödyntää tavoitteen mukaisessa käytössä. Ajattelisin videon sopivan myös 5-6 -vuotiaalle lapsille, mikä laajentaa videon hyödynnettävyyttä.

Jatkokehitysajana olisi tuottaa videosta vihkomainen kirja, jonka vanhemmat voisivat lukea lapsilleen. Toisena jatkokehitysajana on samankaltaisen tuotoksen tekeminen kohdennettuna viisi- ja kuusivuotiaalle lapsille.

## Lähteet

- Airaksinen, J., Alenius, H., Mustonen, K. 2020. Lääkäriin käsikirja. Lääkäriin tekemät ikäkausitarkastukset lastenneuvolassa. Terveysportti. <https://www.terveysportti.fi/apps/ltk/article/ykt00658/search/l%C3%A4%C3%A4k%C3%A4rin%20tekem%C3%A4t%20ik%C3%A4kausitarkastukset%20lastenneuvolassa>. 22.3.2021.
- Armanto, A., Koistinen, P., 2007. Neuvolatyön käsikirja. Helsinki. Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Hermanson, E. 2012. Kielen ja kommunikaation kehitys. Duodecim Terveyskirjasto. [https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=kot00607](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kot00607). 27.1.2021.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Janhonen, S. & Nikkonen, M. 2001. Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Helsinki: WSOY.
- Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: SanomaPro Oy.
- Karelia-ammattikorkeakoulu. 2018. Opinnäytetyön ohje. [https://student.karelia.fi/fi/opinnot/oppari/opinnaytetyo\\_asiakirjakirjasto/Karelia\\_opinnaytetyon\\_ohje.pdf](https://student.karelia.fi/fi/opinnot/oppari/opinnaytetyo_asiakirjakirjasto/Karelia_opinnaytetyon_ohje.pdf). 1.2.2021.
- Lammi-Taskula, J., Karvonen, S., Ahlström, S. 2009. Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Terveystieteiden tutkimuskeskus. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80047/0e6f5676-9ccf-4490-8496-45c7b3acce5f.pdf?sequence=1&isAllowed=y#page=153>. 23.2.2021.
- Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2017a. 4-5-vuotiaan älyllinen kehitys. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/4-5-v/4-5-vuotiaan-alyllinen-kehitys/>. 27.1.2021.
- Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2017b. 4-5 -vuotiaan sosiaalinen kehitys. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/4-5-v/4-5-vuotiaan-sosiaalinen-kehitys/>. 27.1.2021.
- Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2019a. 4-5-vuotiaan persoonallisuuden kehitys. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/4-5-v/4-5-vuotiaan-persoonallisuuden-kehitys/>. 27.1.2021.
- Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2019b. 4–5-vuotiaan fyysinen kehitys. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/4-5-v/4-5-vuotiaan-fyysinen-kehitys/>. 27.1.2021.
- Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2019c. 4-5 -vuotiaan liikunnallinen kehitys. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/4-5-v/4-5-vuotiaan-liikunnallinen-kehitys/>. 27.1.2021.
- Mäkinen, O. Tutkimusetiikan abc. 2006. Helsinki. Kustanneosakeyhtiö Tammi.

- Mäki, P., Wikström, K., Hakulinen, T., Laatikainen, T., 2017. Terveystarkastukset lastenneuvolassa & kouluterveydenhuollossa. Menetelmäkäsikirja. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Neuvokas perhe. 2021a. Jännittääkö uudet asiat? Miten autat lasta? <https://neuvokasperhe.fi/artikkeli/jannittaako-uudet-asiat-miten-autat-lastat-2/>. 18.3.2021.
- Neuvokas perhe. 2021b. Minä olen hyvä – video. <https://neuvokasperhe.fi/artikkeli/mina-olen-hyva-video/>. 27.1.2021.
- Siun Sote. 2021. Lastenneuvola. <https://www.siunsote.fi/lastenneuvola>. 25.3.2021.
- Terveydenhuoltolaki 1326/2010.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2021a. Lastenneuvolakäsikirja. Terveystarkastusten tarkempi sisältö. Laaja terveystarkastus. <https://thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/maaraaikaistarkastukset/terveystarkastusten-tarkempi-sisalto#laaja>. 26.1.2021.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2021b. Tiedä ja toimi. 4 vuoden ikäisen lapsen laajan terveystarkastuksen kirjaaminen. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137102/THL\\_TT\\_laaja\\_terveystarkastus\\_4v\\_verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137102/THL_TT_laaja_terveystarkastus_4v_verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y). 26.1.2021.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2021c. Lastenneuvolakäsikirja. 1-6 -vuotiaiden terveystarkastukset. <https://thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/maaraaikaistarkastukset/terveystarkastusten-tarkempi-sisalto/1-6-vuotiaat#4v>. 27.1.2021.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2021d. Infektiotaudit ja rokotukset. Rokotusohjelma lapsille ja aikuisille. <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/tietoa-rokotuksista/kansallinen-rokotusohjelma/rokotusohjelma-lapsille-ja-aikuisille>. 26.1.2021.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. [https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf). 1.2.2021.
- Valtonen, R. 2009. Kehityksen ja oppimisen ongelmien varhainen tunnistaminen Lene-arvioinnin avulla. Jyväskylän yliopisto. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/19890/9789513935382.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 27.3.2021.
- Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

## Tarinan sivut



Tässä on Aava. Aavalla on juuri ollut 4-vuotissyntymäpäivä, ja hän on saanut vanhempiensa kanssa kutsun neuvolaan laajaan terveystarkastukseen. Aavaa odottaa neuvolakäyntiä, sillä häntä odottaa siellä terveydenhoitaja Helmi.

Aava, äiti ja isä lähtevät yhdessä neuvolaan. Matkalla äiti kertoo, että siellä tehdään tehtäviä, mitataan pituus sekä paino, tutkitaan Aavan näkö ja kuulo sekä jutellaan Aavan kavereista. Aava muistaa heti monta hyvää kaveria: Matti, Anna, Hugo ja Alva. He kaikki ovat hänen päiväkotikavereitaan. "Ja tietenkin kaikki pehmolelustävät ja kaikki muut", Aava ajattelee. "Onko siellä rokotuksia?" Aava kysyy. "On siellä yksi", isä vastaa etupenkiltä. "Rokotus menee todella hienosti ja on vain hytтын piston tuntuinen, voit olla minun sylissäni sen aikana." "Onneksi Helmi on kiva, vaikka minua pistetäänkin", Aava pohtii itsekseen.





## Tarinan sivut

Neuvolassa terveydenhoitaja Helmi tervehtii iloisesti Aavaa, äitiä ja isää. Aivan aluksi Aava menee Helmin kanssa huoneeseen kahdestaan tekemään tehtäviä äidin ja isän jäädessä aulaan odottamaan.

Aava piirtää, leikkaa saksilla ja harjoittelee liikkeitä lattialla yhdessä Helmin kanssa. Tehtävät ovat Aavasta hauskoja. Tehtävien jälkeen tutkitaan näköä taulun avulla ja Aava saa merirosvolapun silmälleen. Helmi tarkistaa myös, kuinka hyvin Aava kuulee.

Seuraavaksi Helmi mittaa Aavan pituuden, painon ja verenpaineen. Lopuksi mitataan verenpaine käsivarresta. Mikään tutkimuksista ei satu ollenkaan.

Kun tehtävät ovat tehty ja Aava mitattu, hän saa käydä pyytämässä äidin ja isän Helmin luokse. Helmin kanssa äiti ja isä keskustelevat Aavan lempiruoista, ja Aava kertoo rakastavansa makaronilaatikkoa. He juttelevat myös nukkumisesta, Aavan päiväkotikavereista ja siitä, mitä Aava osaa tehdä jo itse.



Aava kertoo osaavansa jo lähes kaikki asiat, mutta pyörällä ajo on vielä hieman hankalaa. "Mutta saakin olla, olen vielä aika pieni", Aava tokaisee Helmille. Äiti, Isä ja Helmi nauravat ja kertovat Aavan olevan aivan oikeassa. "Sinä opit koko ajan lisää ja olet nyt jo hyvin taitava monessa asiassa", Helmi sanoo.

Lopuksi laitetaan rokotus käsivarreen. Aava istuu isän sylissä ja häntä jännittää hieman. "Hyvin se menee", Helmi rohkaisee. Helmi laittaa rokotuksen, ja sitten se onkin jo ohi. "Kiitos, se meni todella hienosti", Helmi sanoo. "Ei sattunut yhtään ja oli tosi hirveän nopeasti ohi!" Aava iloitsee.

Palkinnoksi neuvolakäynnistä Aava saa ksylitolipastilleja ja tarran. Aava ja vanhemmat hyvästelevät Helmin, kiittävät ja lähtevät takaisin kotiin. Ensiviikolla he tulevat neuvolaan lääkärin luokse.



## Tarinan sivut

Tervetuloa  
neuvolaan!



Lähde: Heiskanen, H. Kehittämistyö. 2021. 4-Vuotias lapsi neuvolassa – Tarina lapsille ja heidän vanhemmilleen neuvolakäyntiin valmistautumisen tueksi.  
Tarina: terveydenhoitajaopiskelija Hanna Heiskanen. Kuvat: Jenni Peltokangas.



## QR-koodijuliste neuvolan seinälle



# Hei sinä 4-vuotiaan lapsen huoltaja!

Tässä sinulle ja lapsellesi Aava neuvolassa -video  
neuvolakäyntiin valmistautumisen tueksi.

Video löytyy QR-koodin takaa ja osoitteesta  
<https://www.youtube.com/watch?v=thW2RhO6Ko4>.



Videon on tehnyt terveydenhoitajaopiskelija Hanna Heiskanen osana kehittämistyötä.  
Kuva: Jenni Peltokangas.

## Kehittämistyön palautelomake

### Aava neuvolassa -videon palautelomake

#### 1. Video on visuaaliselta ilmeeltään miellyttävä ja selkeä

1= Täysin eri mieltä 2= Osittain eri mieltä 3= En osaa sanoa 4= Osittain samaa mieltä  
5= Täysin samaa mieltä

\_\_\_\_\_

#### 2. Lukijan ääni on tarpeeksi selkeä ja helposti kuunneltava

1= Täysin eri mieltä 2= Osittain eri mieltä 3= En osaa sanoa 4= Osittain samaa mieltä  
5= Täysin samaa mieltä

\_\_\_\_\_

#### 3. Tarinan teksti oli selkeä ja 4-vuotiaalle lapselle ymmärrettävää

1= Täysin eri mieltä 2= Osittain eri mieltä 3= En osaa sanoa 4= Osittain samaa mieltä  
5= Täysin samaa mieltä

\_\_\_\_\_

#### 4. Videota voi hyödyntää helpottaakseen lapsen jännitystä ennen neuvolakäyntiä

1= Täysin eri mieltä 2= Osittain eri mieltä 3= En osaa sanoa 4= Osittain samaa mieltä  
5= Täysin samaa mieltä

\_\_\_\_\_

#### 5. Vapaa sana – risuja, ruusuja?

---

---

---

---

---

Kiitos vastauksista! 😊