

Nuorten neuvonantajien tapaaminen

Teema: Terveys

Paikka: Sinervän koulu, Multia

Aika: Perjantai 10.2.2023

Paikalla: 33 oppilasta (8. ja 9. luokka), opettajat, erikoistutkija Terhi Tuukkanen, lapsiasiavaltuutettu Elina Pekkarinen

Lapsiasiavaltuutettu tapasi yläkoululaisia Sinervän koulussa Multialla helmikuussa 2023. Tapaamisessa kuultiin 8.-9.-luokan oppilaiden ajatuksia terveydestä. Tapaamisessa keskusteltiin nuorten kanssa kolmesta teemasta: terveydestä yleisesti, terveystalvuluista ja terveyden edistämisestä. Oppilaat keskustelivat teemoista ensin pienissä ryhmissä, minkä jälkeen käytiin yhteistä keskustelua.

Yläkoululaiset hahmottivat terveyttä kokonaisvaltaisesti fyysisenä, psyykkisenä ja sosiaalisena hyvinvointina. Tämän määritelmän he kertoivat oppineensa koulussa. Lisäksi koulussa oli opittu terveyteen liittyviä perusasioita esimerkiksi ruokavaliosta, unesta, liikunnasta ja seksuaalisuudesta. Nuoret kertoivat saaneensa terveyteen liittyvää tietoa koulun ohella perheeltä, internetistä, terveydenhoitajalta ja uutisista. Osa oppilaista oli ja osa ei ollut keskustellut terveyteen liittyvistä asioista kavereiden kanssa.

Oppilaiden näkemykset terveystalvuluista ja niiden toimivuudesta vaihtelivat. Suurin osa nuorista kertoi saaneensa apua, kun on sitä tarvinnut, mutta joukossa oli myös nuoria, jotka eivät olleet saaneet apua. Kaikki kertoivat saaneensa terveyteen liittyvää apua pyytäessään hyvää kohtelua, vaikka osa kertoi, että avunantajalla on ollut liikaa kiirettä ja avunsaanti on toisinaan pitkittynyt.

Kun oppilailta kysyttiin, mitä aikuisten pitäisi tietää tai ottaa huomioon, kun he hoitavat lapsia, painottui nuorten viesteissä ymmärrys lasta kohtaan. Oppilaiden mielestä lupauksista täytyy pitää kiinni, pitää olla ymmärtäväinen, kuunnella lapsia, huomioida lasten mielipide, tilanne ja tunteet, eikä saa suuttua. Osa nuorista totesi, että *"asia on hyvällä mallilla, koska lääkärit on koulutettu siihen asiaan, ja he osaavat asian"*. Osa nuorista oli sitä mieltä, että lapsilla on riittävästi tietoa siitä, mistä apua saa, jos sitä tarvitsee, mutta osa oli eri mieltä.



Kun nuorilta kysyttiin lasten terveyttä uhkaavia asioita, painottui oppilaiden vastauksissa koulun aiheuttama stressi. Kokeiden, läksyjen, ryhmätöiden ja koulun ylipäättään koettiin aiheuttavan nuorille liikaa stressiä: *"Niitä (kokeita) on vähän liikaa ja ne stressaa ihan hirveesti. Jos niitä on monta viikossa, ni pitäis käyttää kaikki vapaa-aika niitten lukemiseen. Sitte pitäis vielä jaksaa koulupäivät."* Muina terveyttä uhkaavina asioina nähtiin kiusaaminen ja syrjintä, perheongelmat ja -väkivalta, yksinhuoltajuus, ilmastonmuutos, taudit ja se, ettei saa tarvittavaa hoitoa ja tukea terveyteen liittyen. Joskus terveyttä uhkaava asia voi olla se, ettei nuori itse uskalla kertoa ongelmistaan: *"Kaikki se, että on niinku tuomittu. Ettei välttämättä sitte uskalla puhua asioista"*.

Oppilaiden mielestä lasten terveyttä edistävät koulustressiä lieventävät asiat, kuten loma, läksytön tai kokeeton viikko sekä turvallinen ympäristö, apu, tieto, hyvät välit perheenjäsenten kanssa, harrastukset, ruoka, liikunta, hyvä terveydenhuolto, lääkärit ja psykologi.

Oppilaiden mielestä lapset voivat itse edistää terveyttä puhumalla tunteistaan, vaivoistaan ja ongelmistaan sekä syömällä hyvin ja liikkumalla. Vanhemmat voivat tukea lasta, ymmärtää myös lapsen epäonnistumisia, kysyä lapselta asioita ja kuunnella, olla rauhallisia, hankkia tarvittaessa apua sekä antaa lapselle ruokaa ja rahaa. Opettajat voivat vähentää tehtävien antamista ja turhien sääntöjen asettamista, pienentää vaatimuksia oppilaita kohtaan, huomioida paremmin lasten ongelmat esimerkiksi terveyteen liittyen ja kysyä lasten kuulumisia. Päättäjät puolestaan voivat tehdä parempia päätöksiä, kuunnella nuoria, toteuttaa paremmin heidän toiveitaan sekä lisätä terveystalv palveluja.

Multialla nuoret haluaisivat parannusta erityisesti patjasaliin, johon kunnan kerrottiin kyllä panostaneen, mutta jonne on sittemmin kertynyt turhaa tavaraa.

