

# ”Lasten ja nuorten hyvinvointi ja terveys” – tutkimusohjelma Avajaisseminaari



Ajankohta: 15.–16.4.2010

Paikka: Hotelli Scandic Rosendahl, Pyynekintie 13, Tampere

12:05- 12.35 Entä jos? - tosipuhetta lasten onnen ja ilon aiheista

**Silva Järvinen**, lähettiläs ja istuntokauden 2007- 2009 Suomen Lasten Parlamentti pj.

**Jesse Kosonen**, hallituksen jäsen, Tampereen Lasten Parlamentti

ja Tampereen kaupungin valtakunnallisen Suomen Lasten Parlamentin edustaja

**SILVA:** Haluamme kertoa teille asioista jotka tuottavat lasten elämään iloa ja onnea.

Asioita jotka tekevät meidät lapset iloisiksi ja onnellisiksi. Lasten onnellisuuteen vaikuttaa tärkeinä koti, perhe ja ystävyysuhteet.

## SILVA

- Elina kertoo, että ”Minut tekee onnelliseksi ja iloiseksi oma perhe”. Ettei tarvi olla yksin, vanhemmat auttavat aina ja niille voi kertoa jos jokin painaa mieltä!!”
- ”Perhe voi vaikuttaa paljonkin onnellisuuteen, mulle ainakin perhe on tosi tärkeä, tietää että ne tukee tilanteessa kun tilanteessa”
- ”Minusta on mukava se kun pääsen isäni luo aina jokatoinen viikonloppu ja juuri tänä viikonloppuna olen menossa isän luo!”
- No tietty onnelliseksi tekee ”No tietty ystävät ja se et saa käydä kouluu ja et on koti jota ei kaikilla ole”
- ”Mut tekee iloseks mun omat isoveljet!! Ne on auttanut mua paljon.”
- ”No koska on joku kuuntelee ja välittää” tekee onnelliseksi
- ”Myös se että näkee että perheellä ja kavereilla on hyvä olla tekee mut todella onnelliseksi!”
- ””Perhe huolehtii.” Se tekee mut onnelliseksi

## JESSE:

eli näin lapset kertoivat

- Tulen onnelliseksi ”jos kaveri lohduttaa”
- ”Eikä tarvi olla yksin kotona kun on kavereita”
- Kun saa olla kavereiden kanssa ja niiltä saa tukea joihinkin ongelmiin”
- Kaverit ovat kivoja ja ne auttavat ongelmassa”
- Tulen onnelliseksi ja iloiseksi ”ainakin se jos muilla on asiat hyvin tai mä oon voinu auttaa niitä jotenkin”
- ”On hauska kun on kavereita jotka tukee, auttaa ja on muutenkin mukana.”
- ”no tietty onnelliseksi tekee ystävät ja se et saa käydä kouluu ja et on koti jota ei kaikilla ole”
- ”mut tekee myös onnelliseksi koiran ulkoiluttaminen ja kavereiden kanssa juttelu ja oleskelu!”

**SILVA:**

Ystävyyssuhteet ovat ilon ja onnen aiheita. Sen että voi viettää aikaa ystävien kanssa, saada heiltä apua ja olla heille tukena.

- Kavereiden kanssa oleminen
- Ystävät ja Uudet ystävät
- Se kun kaverit auttavat ja tukevat
- Se kun joku auttaa

Hali – tekee onnelliseksi

- ”Kaverit tekee mut onnelliseksi, koska heidän kanssaan on vaan niin hyvä ja just turvallinen olla, heidän kanssaan on hauskaa ja voi tehdä mitä vaan kivaa.”
- ”Myös se että näkee että perheellä ja kavereilla on hyvä olla tekee mut todella onnelliseksi!”
- ”Mut tekee iloseks esimerkiks koulussa välkällä hulluna oleminen ku yhen mun kaverin kans me aina lauletaan täysillä ja kaikkee sen sellasta ja oikestaan melkeen kaikki tekee mut iloseks!”
- ”Minut tekee onnelliseksi kavereitten ja perheen kanssa oleminen ja kaikki kiva.”
- Mun peitto tekee mut onnelliseksi, samoin lämpö.”

**JESSE:**

Kodin ja perheen kaverisuhteiden jälkeen meistä onnea ja iloa tuottavia asioita ovat harrastukset ja vapaa-aikaan liittyvät asiat.

- Urheileminen
- Soittimen soittaminen
- Musiikki
- Oma vapaa-aika
- Ulkona oleminen
- Matkustaminen
- Legot- eli leikkimiseen ja rakenteluun liittyvät asiat

**SILVA:**

Näin lapset kertoivat:

- ”Mut tekee myös onnelliseksi koiran ulkoiluttaminen ja kavereiden kanssa juttelu ja oleskelu!”
- ”Mut tekee iloseks laulamien omasta tunteistaan!”
- ”Vaatteitten piirtäminen” tekee onnelliseksi
- ”Harrastukset on mukavaa ajanvietettä ja korvaa esim. tietokoneella pelaamisen”
- ”Musiikista tulee hyvälle mielelle”
- ”Harrastan kitaraa ja rumpuja ja niiden kuuleminen tekee onnelliseksi.”
- ”Mä rakastan liikuntaa ja oon aina valmis kokeillee uusii liikuntamahollisuuksii joten todellakin se tekee mut onnelliseksi!”
- ”Mut tekee onnelliseksi ensinnäkin hyvä musiikki, kun onnistuu vaikkapa harkoissa todella hyvin.”
- .... Ja myöskin kun saa mennä lavalle laulamaan ja tehdä just sitä omaa juttua” se tekee onnelliseksi ja iloiseksi

**JESSE:**

Tietysti kaikki elämän perusjuttuihin liittyvät asiat on meistä tärkeitä ja tuo sen ilon ja onnen elämäämme ... kuten nukkuminen ja hyvä terveys ja ruoka

Näin lapset kertoivat:

Onnelliseksi tekee:

- Ruoka
- Suklaa ja karkki
- Terveys
- Uni
- Nukkuminen
- Helmi, sanoo, että tekee onnelliseksi se kun oikeen tuntee hyvän olon.”
- Sara taas kertoo, että: ”mut tekee super onnelliseksi kun oon saanu nukuttua kunnon yöunet!”

**SILVA:**

Iloitsemme siitä, että Suomessa on hyvä elää

Tulemme onnelliseksi siitä, että

- Suomessa on hyvä elintaso
- Se ettei Suomessa ole sotia
- Hyvinvoinnista
- Se että saa elää hyvää elämää
  
- Sara, kertoo ”Se tekee mut myös ihan superonnelliseksi se että me saadaan elää rauhassa täällä Suomessa ja että täällä ei oo sotia tai esim. maanjäristyksiä kuten muualla maailmassa.” ja ”Mut tekee ihan huippu iloiseksi perhe, ystävät, eläimet, urheilu, Suomen elintila ja se miten hyvin me saadaan elää!

**JESSE:**

Olemme tosi onnellisia ja iloisia siitä että meillä on kesä ja meillä on loma!

Kesässä iloa antaa erityisesti aurinko, lämpö ja vapaus.

Näin lapset kertoivat:

- Loma tekee onnelliseksi
- Kesäloman pituus
- Auringonpaiste
- 
- ”Koska lomalla on aikaa, ja aurinko paistaa!” Tekee onnelliseksi
- ”No lomalla saa ottaa rennosti ”
- ”Lomalla ei tarte murehtia koulusta”
- On niin onnellista se, et voi uida kesällä omalla mökillä kavereiden kera.”

## SILVA:

Lemmikkien olemassaolo tekee elämän onnelliseksi. Monelle meistä lapsista lemmikkieläin on kuin yksi hyvistä ystävistä. **Lemmikkieläimet voivat lohduttaa samalla tavalla kuin ihmisystävätkin.**

Näin lapset kertoivat:

- Erilaiset lemmikkieläimet tekee mut onnelliseksi
- Minut tekkee iloiseksi: suloiset eläimet sun muut. Elämä ja perhe ja ruoka ja hyvinvointi on myös mukavaa, kun ne asiat ovat hyvin. Pidän myös musiikin kuuntelemisesta, koska silloin rentoudun. Myös kaverit ja eläimet ja huolenpito ovat tekevät iloiseksi.”
- Niin, Ne eläimet ovat aina iloisia.”
- ”No, meidän kissa tekee mut onnelliseksi jos mä itken tai mä olen kipeä. Kerran kun mun jalka oli kipeä niin se hyppäs mun sängylle ja nuoli mun kipeää jalkaa ja tuli heti parempi olo.”
- ”Meidän koira nuolee mua aina kun mä olen surullinen ja kun mä tuun koulusta.”
- ”Mut tekee onnelliseksi... Perhe, ystävät, lähimmäiset, eläimet (Ne on melkei aina ilosia ni heti kun mä nään eläimen ni sitte oon onnellinen) ,syntymäpäivät tekee onnelliseksi. Melkein kaikki mitä maailmasta löytyy.”
- ” Mut tekee onnelliseksi se, että saan asua maalla, saan hoitaa ihanaa hoitohevostani ja omaa marsuani. Ja perhe, ystävät.. Kaikki hyvät asiat melkeen.”

Se, että on mahdollisuus koulunkäyntiin vaikuttaa onnellisuuteen. Kouluun liittyy lasten mielestä iloisia asioita:

Hyvät koenumerot, tuntuvat mukavalta ja tuovat iloa.

- ”Ilo on se, että on kaverit, se että saa käydä koulua, saa harrastaa ja kertoa oman mielipiteensä.”
- ”Se tekee kyllä onnelliseksi, jos koulussa on vaikka niin hauska opettaja kuin meillä.... vai kuinka monen opettaja päättää että liikuntatunnilla heitellään frisbeetä umpihangessa.... hauskaa oikeesti”

## JESSE:

Onhan niitä asioita vielä paljon jotka tuotta meille lapsille iloa ja onneakin. Kerromme vielä mitä lapset asiasta juttelivat:

Näistä tulen iloiseksi ja onnelliseksi:

- Nauramisesta
- Iloisuudesta
- Synttäreistä
- Lahjoista
- Pienistä asioista
- Kehumisesta
- Se kun onnistuu jossakin oikein hyvin
- Se että voi ottaa rennosti
- Hauskoista jutuista ja vitseistä
- Noloista tilanteista

- Suomen Lasten Parlamentista
- Arjen pienistä asioista
- "Mut tekee myös iloiseks se että oon päässy tänne Lasten Parlamentin toimintaan mukaan ja se että oon saanu ihania ystäviä täältäkin."
- "Nauramisesta jää hyvä mieli, jokin ollut hauskaa."
- " Mut tekee iloiseksi ystävät "
- Musta on välillä silti kivaa vaan istuskella kesällä rannalla ja nauttia hetkestä."
- On niin onnellista, kun on perhe ja eläimet. Iloa tuottaa mulle sellaiset ihmiset jotka ottavat kaiken elämästä irti, eivätkä jää miettimään vanhoja, tai ikäviä, hampaankolossa olevia asioita, sellaiset jotka elää täysillä, eli elävät sen tietäen että meillä on vaan tämä yksi elämä, ja siitä kannattaa ottaa kaikki irti!

Veeran onnen aiheista yksi on tämä: "Ja tänään aamulla kans, kun aurinko paisto, nii tuli sillee hyvä mieli"

#### **SILVA:**

Podimme myös sitä miten iloisuus ja onnellisuus vaikuttaa lasten hyvinvointiin? Kaikkien mielestä oli tosi tärkeää, että lapset saavat tuntea olonsa onnelliseksi.

Onnellisina lapset voivat hyvin ja jaksavat.

Näin lapset pohtivat:

- "Onnellisena jaksaa paremmin vaikka koulus."
- "Nauru pidentää ikää."
- "No jos on surullinen ei jaksu niin hyvin kaikkee."
- "No on hyvä olo ja se on tärkeä."
- "Jaksaa kolussa"
- "Että kaikki jaksaa esim. koulussa ja muutenkin kun se asia voi jäädä päähän pyörimään."
- "Lapset voi paremmin kun ne on iloisia."
- "On paljon parempi olla kun on onnellinen."
- "Kun on onnellinen niin ei tule mitään koulusurmia koska kaikki on onnellisia."
- "Onnellisuus vaikuttaa henkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin."
- "Et me ei olla vaivaks - silloin kun lapset ovat onnellisia"

Helmi kirjoittaa. "No oishan se nyt aika tylsää jos lapset ois aina surullisia, ni on kiva aina kun on onnellinen ja " Kun lapset ovat iloisia ja onnellisia niin silloin Lapsilla on parempi olo sisältä päin😊"

**JESSE:** Siinä olikin Suomen Lasten Parlamentista lasten terveiset, Silva mikä sinut tekee iloiseksi ja onnelliseksi?

**SILVA:**

- ”Minut tekee onnelliseksi kaverit ja perhe. Ystävien kanssa oleilu ja varsinkin kaikki urheilu. Pidän myös omasta rauhasta kun saa vain miettiä maailmaa ja rauhoittua edes hetkeksi. Ilman kavereita ja perhettä elämä olis todella tylsää ja tämän takia jokainen hetki tuntuu ihanalta!”  
Jesse, sinua ilahduttaa ja milloin tunnet itsesi onnelliseksi

**JESSE:** Minulla on paljon onnen ja ilon aiheista. Ensiksi haluan mainita perheen, koska perheeltä saan kaiken tarvittavan tuen. Myös isovanhemmat auttavat ja antavat tukea. Kaverit, harrastukset, vapaa-aika koulutus, omarauha ja yllätykset tekevät minut onnelliseksi.

**JESSE :**

Toivotamme teille kaikille hyvää kevättä ja luovutamme nämä lasten ilon ja onnenkääröt ohjelmapäällikkö Jukka Reiviselle ja professori Tuula Tammiselle.

**SILVA:...** Oikein hyvää kesää ja.....Kiitos kutsusta, oli ilo olla kertomassa teille lasten ajatuksia siitä mikä meidän lapset tekee onnelliseksi.. .