

# Alakoulun seksuaaliopetus oppikirjojen ja opetussuunnitelman valossa

Anne Kunnari

## Johdanto

Kaiken ikäisten seksuaalioikeuksiin kuuluu oikeus hakea ja saada tietoa seksuaalisuuteen liittyvistä asioista. Tiedonsaantioikeus sisältyy myös Yhdistyneiden kansakuntien laatimaan lasten oikeuksien sopimukseen. Lasten kohdalla on tärkeää huomioida, että heillä on nimenomaan oikeus saada ikäänsä nähden sopivaa seksuaalikasvatusta.

(Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010, 17-19.) Seksuaalikasvatusta voidaan antaa valistuksen, opetuksen, ohjauksen ja neuvonnan tasolla. Opetus ei ole yhtä epävirallista tai henkilökohtaista kuin ohjaus ja neuvonta mutta sisältää mahdollisuuden keskusteluun, mikä puuttuu valistuksellisesta tasosta. (Bildjuschkin 2015, 13.)

Virallisen seksuaalikasvatuksen eli esimerkiksi koulussa annettavan seksuaaliopetuksen lisäksi, lapsen ja nuoret saavat epävirallista seksuaalikasvatusta perheenjäseniltään ja nykyään yhä enemmän erilaisista internetin lähteistä. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010, 21-22). Luokanopettajat ovatkin jo huomanneet työssään, että lapset saavat netistä ikätasonsa ylittävää ja jopa väärää tietoa seksistä ja seksuaalisuudesta. (Jakoaho & Savelainen 2019, 44.) Tämä asettaa lisävaatimuksia seksuaaliopetukselle, jotta lasten luontaiseen tiedonjanoon voitaisiin vastata ajoissa ja samalla harjoittaa seksuaaliterveyteen liittyviä turvataitoja.

Tässä työssä tulen perehtymään alakouluikäisille koulussa annettavaan seksuaaliopetukseen. Aluksi käsittelen lyhyesti seksuaalisuuden ilmenemistä alakouluikäisellä, jonka jälkeen perehdyn perusopetuksen opetussuunnitelmaan ja tutkimuksiin alakoulun ympäristöopin oppikirjoista seksuaalikasvatuksen näkökulmasta. Opetussuunnitelmaa ja oppikirjojen sisältöjä peilaan pohdinnassa seksuaalikasvatuksen WHO:n standardeihin.

## Seksuaalisuuden kehitys alakouluikäisellä

Lasten kehitys on monivaiheinen prosessi, josta meille helpoiten havainnollistuvat fyysiset muutokset sekä motoristen taitojen kehittyminen. Näiden muutosten rinnalle kehittyvät myös lapsen henkiset ominaisuudet ja seksuaalisuus. Lapsen seksuaalista kehitystä voidaan kuvata portaittaisten vaiheiden kautta, jossa jokainen etenee yksilölliseen tahtiinsa askelma kerrallaan. Kehityksen omatahtisuudesta johtuen alakouluun tulevat oppilaat voivat olla hyvinkin erilaisissa kehityksen vaiheissa (Riikonen, Laru & Cacciatore 2015, 47, 50).

Alakoulun aikana oppilas ehtii mahdollisesti käymään läpi seksuaalisuuden kehityksen portaat 4-8, jotka sijoittuvat yleensä ikähaarukkaan 6-16. Näillä portailla siirtyy esimerkiksi ihastumisen kohde kaukaisesta idolista tuttuun ikätoveriin. Samalla salatusta ihastuksesta rohkaistutaan kertomaan ensin kaverille ja lopulta myös ihastuksen kohteelle. Kahdeksannella portaalla siirrytään tunteiden kokemisen ja kertomisen harjoittelusta seurustelun harjoitteluun kulkemalla ihastuksen kanssa käsi kädessä. Tällöin julkistetaan omat tunteet koko maailmalle: "Me seurustellaan!" Kädestä pitäminen on myös ensimmäinen harjoitus toisen koskettamisesta. Seksuaalisuuden kehittymiseen kuuluvat ihastuksen, rakastumisen ja pettymyksen tunteiden harjoittelu. Rakastumisen tunnetta on turvallista harjoitella "mahdottoman" kaukaisen idoli-ihastuksen avulla. Yhteinen ihastumisen kohde ja ystävien kanssa tunteista puhuminen harjoittavat myös ystäväyyden taitoja. Alakouluikäinen

voi myös aloittaa omaan kehonsa tuntemuksiin tutustumisen myös itsetyydytyksen kautta (Riikonen, Laru & Cacciatore 2015, 52-53).

## **Seksuaaliopetus alakoulussa**

Suomen peruskouluissa opetusta ohjaa valtakunnallinen opetussuunnitelma. Sen tarkoituksena on taata koulutuksen tasa-arvo ja laatu (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 9). Millainen on uuden opetussuunnitelma seksuaalikasvatuksen sisältöjen näkökulmasta?

Opetussuunnitelman yhteisessä osassa painotetaan, että kaikkia oppilaita tulee kohdella yhdenvertaisesti esimerkiksi sukupuolesta ja seksuaalisesta suuntautumisesta riippumatta (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 14). Opetussuunnitelmaan on kirjattu 7 laaja-alaisen osaamisen tavoitetta, joista itsestä huolehtiminen ja arjen taidot on yksi. 3-6. -luokalla tähän tavoitteeseen kuuluu yksityisyyden ja henkilökohtaisten rajojen suojaamisen merkityksen ymmärtäminen sekä ja siihen liittyvien toimintatapojen oppiminen (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 156).

Oppiainekohtaisissa sisällöissä ei mainita suoraan seksuaalisuutta tai seksuaalikasvatusta. Sisällöistä voi kuitenkin löytää yhteneväisyyksiä seksuaalikasvatuksen teemojen kanssa. Alakoulussa ympäristöoppiin sisältyy mm. biologian ja terveystiedon sisällöt (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 130). 1-2. luokalla ympäristöopissa yhtenä tavoitteena on että *“oppilaalle muodostuu ymmärrys ihmisen kehon osista ja elintoiminnoista sekä elämäkulusta ja oman ikäkauden kasvusta ja kehityksestä pääpiirteissään.”* (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 132). 3-6. luokalla lapsuuden ja nuoruuden kehityksestä nostetaan esiin vielä kehityksen yksilöllisyys. Yksi 8-arvosanan kriteereissä on, että oppilaan tulisi osata selittää murrosikään liittyviä keskeisiä kasvun ja kehityksen tunnuspiirteitä sekä niiden yksilöllistä vaihtelua. Seksuaalisuus mainitaan ensimmäisen kerran 3-6. -luokan sisällöissä. Tällöin ympäristöopissa tulisi käsitellä ikäkauden mukaisesti seksuaalista kehitystä ja ihmisen lisääntymistä. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 241 ja 246.)

Osana ympäristöopin sisältöjä on jokaisella luokka-asteella tunnetaitojen harjoittelu sekä fyysisen että henkisen koskemattomuuden arvostamista sekä erilaisia turvataitoja kuten avun hakemista (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 132, 241). Tunnetaidot, itsensä arvostaminen sekä itsetuntemuksen ja identiteetin kehittyminen ovat myös osana uskonnon ja elämäkatsomustiedon opetusta. Lasten oikeudet, joihin myös opetussuunnitelman arvot pohjautuvat, ovat myös osa näiden oppiaineiden sisältöjä. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 134-5, 139-40, 246-9, 253-6.) Erilaisten tunteiden tunnistamisen harjaantuminen on myös osana liikunnan tavoitteita. Liikunnan opetuksella pyritään myös vahvistamaan myönteistä suhtautumista omaan kehoon. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 148, 273.)

Perusopetukseen suunnatut oppikirjat pohjautuvat opetussuunnitelmaan mutta ovat tietenkin kirjantekijöiden oma tulkinta siitä. Hanninen ja Mikkonen selvittivät pro gradussaan (2014, 29-30) peruskoulujen oppikirjojen seksuaalikasvatusta. Heidän havaintojensa mukaan seksuaalisuutta ei käsitellä suoraan lainkaan alakoulussa vaan oppikirjojen sisällöt painottuvat muihin seksuaalikasvatuksen osa-alueisiin. Tutkimuksen mukaan alakoulun oppikirjoissa kuvataan 1-2. -luokalla ihmiselämän alkua ja raskautta sisältäen joitakin elimistön osien nimiä. Lisääntymiseen palataan vasta 5-6. -luokan oppikirjoissa. Tällöin käsitellään myös yhdyntää sekä raskauden ja sukupuolitautien ehkäisyä. (Hanninen &

Mikkonen 2014, 37-38.) Hannisen ja Mikkosen (2014, 43-44) mukaan murrosikää oppikirjat käsittelivät vasta 5-6. -luokilla. Tunne- ja ihmissuhdekasvatusta sekä esimerkiksi erilaiset koskettamisen tavat käsiteltiin alakoulun pääasiassa 3-6. -luokalla. Oppikirjat lähtivät liikkeelle tunteista ja ystävyydestä edeten seurusteluun ja omiin oikeuksiin. (Hanninen & Mikkonen 2014, 46-49.)

Uudemman selvityksen aiheesta on tehnyt Lipiäinen (2016). Työssään hän vertasi kahden kirjasarjan 1-6. -luokan ympäristöopin kirjoja WHO:n seksuaalikasvatuksen sisältöihin. Tunnekasvatusta ja ihmissuhdetaitoihin liittyviä asioita käsiteltiin oppikirjoissa eri vuosiluokilla kattavasti (Lipiäinen 2016, 56). Lisääntymisestä ja hedelmällisyydestä sekä esimerkiksi kuukautista kerrotaan vasta 5-6. -luokan kirjoissa. (Lipiäinen 2016, 55.) Erona Hannisen ja Mikkosen tutkimiin kirjoihin (Hanninen & Mikkonen 2014, 41-42) seksuaalisuudesta ja esimerkiksi seksuaalisesta suuntautumisesta kerrottiin toisessa Lipiäisen tutkimassa kirjasarjassa, mutta vasta 5-6. -luokalla (Lipiäinen 2016, 46). Lipiäisen (2016, 56) mukaan seksuaalioikeuksia ei käsitelty lainkaan tutkituissa oppikirjoissa.

Lipiäinen vertasi oppikirjojen sisältöjä myös vuoden 2014 perusopetuksen opetussuunnitelmaan. Hän havaitsi, että opetussuunnitelman tavoitteista 3-4.-luokan kirjoissa ei toteudu tavoite ihmisen rakenteen, toimintojen ja kehityksen ymmärtämisestä. Muut opetussuunnitelman seksuaalikasvatuksen tavoitteet toteutuivat valtaosassa tutkituissa oppikirjoissa. (Lipiäinen 2016, 58-60.) Vuoden 2014 perusopetuksen opetussuunnitelman mukaisiin 5-6. -luokan oppikirjoihin ovat perehtyneet myös Miesvirta & Tuomola (2019). He päätyivät työssään siihen, että ympäristöopin oppikirjoissa toteutui opetussuunnitelman seksuaalikasvatuksen sisällöt sekä valtaosa THL:n hyvän seksuaalikasvatuksen periaatteista ja tavoitteista. (Miesvirta & Tuomola 2019, 29-35.)

Pro gradu työssään seksuaalikasvatusta tutkineet opiskelijat kokivat, ettei heidän luokanopettajakoulutuksensa ollut antanut riittävää tietopohjaa seksuaalikasvatuksen antamiseen (Mäkinen & Teikari 2013, 65). Seksuaaliopetusta antavat kouluissa opettajien lisäksi usein myös terveydenhoitajat. Terveydenhoitajien henkilökohtaiset tapaamiset antavat mahdollisuuden myös henkilökohtaisempaan neuvontaan ja seksuaaliterveyden ohjaukseen. Terveydenhoitajat osallistuvat myös seksuaaliopetukseen pitämällä esimerkiksi oppitunteja murrosiästä. (Jakoaho & Savelainen 2019, 46-47.) Seksuaalikasvatuksen haasteena terveydenhoitajat pitävät työssään sille varatun ajan riittävyyttä (Jakoaho & Savelainen 2019, 49).

## **Pohdinta**

Opetussuunnitelma on Suomessa perusopetuksen “raamattu”. Opetussuunnitelman tarkkuus on vaihdellut vuosikymmenten aikana. Oman kokemukseni mukaan uusi opetussuunnitelma ei ainakaan yläkoulun biologian, maantiedon ja terveystiedon kohdalla anna kovinkaan tarkkoja ohjeita opetettavista sisällöistä. Vuoden 2014 opetussuunnitelma otettiin alakouluissa käyttöön syksyllä 2016 (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 1). Jotkin luokanopettajatkin ovat kokeneet haastavana seksuaalikasvatuksen suppean osuuden opetussuunnitelmassa (Jakoaho & Savelainen 2019, 40). WHO:n seksuaalikasvatuksen standardeissa kuitenkin ohjeistetaan, että seksuaalikasvatusta tulisi käsitellä opetusohjelmassa yksityiskohtaisesti (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010, 30). Nyt näyttää siltä, että kuntakohtaisten opetussuunnitelmien, oppikirjojen ja opettajan oman ammattitaidon varaan jää paljolti se mitä sisältöjä käsitellään ja millä luokka-asteella. Tässä on mielestäni riskinä, että opettajan omat epämurkavuusalueet esimerkiksi seksuaalikasvatuksen puolella, karsivat pois vaikeaksi koettuja sisältöjä.

Oman kokemuksen mukaan oppikirjat ovat yksi opettajien keskeisimmistä työkaluista varsinkin uran alussa. Alakoulussa luokanopettajalla on vastuullaan lähes kaikkien oppiaineiden opetus, minkä vuoksi arvelisin oppikirjojen sekä kirjasarjojen opettajanmateriaalien olevan luokanopettajilla vielä suuremmassa roolissa kuin aineenopettajilla. Aineenopettajilla on opetusaineestaan yleensä laajempi koulutus ja mahdollisuus keskittyä pienempään aihealueeseen.

Opetussuunnitelma on jaettu alakoulun osalta kahteen osaan. Esimerkiksi ympäristöopin sisällöt ja tavoitteet esitellään luokille 1-2 ja 3-6 jaottelemta tarkemmin mitkä eri sisällöt tulisi käsitellä esimerkiksi luokilla 3, 4, 5 ja 6 (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 130, 239.) Oppikirjailijat näyttävät tehneen sen ratkaisun, että seksuaalisuuden biologinen puoli eli esimerkiksi kehon osat ja niiden muuttuminen sekä lisääntyminen käsitellään vain 1-2 ja 5-6. -luokan kirjoissa (Hanninen & Mikkonen 2014, 37-38 ja Lipiäinen 2016, 43-53). Vaikka välissä käsitelläänkin muita seksuaalikasvatuksen teemoja kuten tunteita ja ihmissuhteita (Lipiäinen 2016, 51) rikkoo se mielestäni seksuaalikasvatuksen jatkuvuuden periaatetta, joka on myös WHO:n seksuaalikasvatuksen standardeissa yksi seitsemästä hyvän seksuaalikasvatuksen piirteistä (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010, 31).

Hanninen ja Mikkola (2014, 2) selvittivät edellisen opetussuunnitelman pohjalta tehtyjen oppikirjojen sisältöjä koko peruskoulun ajalta. Huomioni kiinnittyi tutkimuksen tuloksissa siihen, ettei murrosikää käsitelty kuin vasta 5-6.-luokan oppikirjoissa (Hanninen ja Mikkonen 2014, 43-44). Tämä on mielestäni hämmästyttävää ottaen huomioon, että murrosiän muutokset kuten rintojen kasvu alkaa tytöillä jo 8-vuoden ikäisenä sekä kuukautisetkin yleensä 10-14 vuotiaana eli esimerkiksi jo neljännellä luokalla (Jalanko 2017). WHO:n seksuaalikasvatuksen standardien mukaan asioita tulisi käsitellä ennen kuin ne ovat lapsella ajankohtaisia, jolloin hän on valmistautunut tuleviin muutoksiin (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010, 22). Vaikka varhain kehittyneet oppilaat olisivat saaneet tietoa murrosiästä kotonaan olisi näistä tärkeää tietää kaikkien, jotta toisten fyysiseen muutokseen osattaisiin suhtautua ymmärtäväisemmin ja mahdollisesti kiusaaminenkin vähenisi. Luokanopettajilla on myös kokemuksia siitä, että seksuaalikasvatuksen painottuminen alakoulun viimeisille vuosille on johtanut siihen, että 5.-luokkalaisten on jo päässyt syntymään vääriä käsityksiä seurustelusta ja seksistä (Jakoaho & Savelainen 2019, 44).

Alakouluikäisten seksuaalisuuteen liittyvistä tiedoista ei ole samanlaista kattavaa seuranta tutkimusta kuten on yläkoulun ja toisen asteen oppilaista Kouluterveyskyselyjen ansiosta (Klemetti & Raussi-Lehto 2014, 28). Tämän vuoksi on vaikea tehdä päätelmiä seksuaaliopetuksen tasosta ja riittävydestä alakoulussa. Jonkin verran asiaa valottaa Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen vuonna 2013 tekemä kysely 3371 viidesluokkalaisten ja heidän vanhemmilleen (Kanste, Halme ja Perälä 2017, 4). Tutkimuksessa selvisi, että lähes kaksi kolmasosaa viidesluokkalaisten piti aikuiseksi kasvua luonnollisena sekä mukavana ja heillä oli vähintään yksi aikuinen, jonka kanssa puhua murrosiästä ja seurustelusta (Kanste, Halme ja Perälä 2017, 46-47). Viidesluokkalaisten olivat siis mahdollisesti saaneet riittävästi tietoa muutoksista, jotta iso osa heistä ei kokenut kasvamista pelottavana.

Alakoulussa lasten kehityksen erot voivat olla suuria, minkä seksuaaliopetusta antaneet terveydenhoitajat kokivatkin haasteelliseksi (Jakoaho & Savelainen 2019, 50). Seksuaalikasvatuksen ikätasoisuuden varmistamisessa voisi auttaa seksuaalikasvatuksen toteuttaminen interaktiivisesti. Interaktiivisuus seksuaalikasvatuksessa tarkoittaa sitä, että opettajat (tai koulut) vaihtavat tietoa sekä oppilaiden että kasvatuksen suunnittelijoiden kanssa (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010, 30). Kun oppilaiden annetaan osallistua seksuaaliopetukseen merkittävällä tavalla, varmistetaan se, että heille ajankohtaiset

aiheet tulevat käsitellyiksi. Tämä vaatii opettajalta myös rohkeutta ja vahvaa osaamista, jotta hän osaa reagoida oikein ja vastata kysymyksiin sekä tarttua pinnalle nouseviin vaikeisiin aiheisiin. Vuorovaikutteisuus oppilaiden kanssa tukisi myös seksuaalikasvatuksen periaatetta tilannelähtöisyydestä, jossa oppilaiden tarpeet ja esimerkiksi erilaiset kulttuuritaustat tulisi huomioitua (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010, 31).

Jotta interaktiivisuus ja tilannelähtöisyys toteutuisivat, on opettajan mietittävä sopivia tapoja tuoda oppilaslähtöisyyttä aiheiden valintaan ja käsittelyyn. Henkilökohtaiseksi koetuista aiheista kuten seksuaalisuudesta puhuminen ja kysymysten esittäminen vaatii rohkeutta. Nimettömien kysymysten kerääminen on ainakin yksi tapa saada esiin lasten pohtimia asioita. Tämä tapa toiminee ainakin 3-6. -luokkalaisilla. Seksuaalisuuden käsittelyssä vaaditaan myös hyvää vuorovaikutusta opettajan ja oppilaiden välillä sekä turvallista ilmapiiriä.

## Lähteet

Bildjuschkin, K. 2015. Seksuaalikasvatus. Teoksessa Bildjuschkin, K. (toim.) Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 13-15. Viitattu 29.10.2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-542-4>

Hanninen, K. & Mikkonen. 2014. Kokonaisvaltainen seksuaalikasvatus peruskoulun oppikirjoissa. Pro gradu -tutkielma. Kasvatustieteen yksikkö. Tampereen yliopisto. Viitattu 17.10. 2019. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:uta-201402101114>

Jakoaho, A. & Savelainen S. 2019. ” Seksuaalisuushan on meissä vauvasta vaariin”- Luokanopettajien ja terveydenhoitajien kokemuksia 3.-6.-luokkien oppilaiden seksuaaliterveyden tukemisesta. Pro gradu –tutkielma. Opettajankoulutuslaitos. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 18.10.2019. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-201902181540>

Jalanko, H. 2017. Murrosiän kehitysongelmat tytöillä. Duodecim terveyskirjasto. Viitattu 29.10.2019. [https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00453](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00453)

Kanste, O., Halme, N. ja Perälä, M-L. (2017) Viidesluokkalaisten oppilaiden näkemyksiä hyvinvoinnista, koulu yhteisöstä ja palveluista. Helsinki: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy. Viitattu 29.10.2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-824-1>

Klemetti, R. ja Raussi-Lehto, E. (toim.) 2014. Edistä, ehkäise, vaikuta – Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelma 2014-2020. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 27.10.2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-174-7>

Lipiäinen, P. (2016). Seksuaalikasvatus alakoulun kontekstissa. Miten ympäristöopin oppikirjat vastaavat seksuaalikasvatuksensisältöihin ja tavoitteisiin. Pro-gradu-tutkielma. Luokanopettajien aikuiskoulutus. Kokkolan yliopistokeskus Chydenius. Jyväskylän yliopisto. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-201611024554>

Miesvirta, E. & Tuomola A. Seksuaalikasvatus peruskoulun oppikirjoissa. 2019. Opettajankoulutuslaitos. Turun yliopisto. Viitattu 18.10. 2019. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2019051315375>

Mäkinen, A. & Teikari K. 2013. Luokanopettajien valmiudet seksuaalikasvatukseen. Pro gradu –tutkielma. Kasvatustieteen yksikkö. Tampere: Tampereen yliopisto. Viitattu 18.10. 2019. <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-23945>

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Opetushallitus. 2016. Määräykset ja ohjeet 2014:96.4. painos. Helsinki: Next Print Oy. Viitattu 17.10.2019.

[https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen\\_opetussuunnitelman\\_perusteet\\_2014.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf)

Riikonen, R., Laru, S. & Cacciatore R. 2015. Teoksessa Bildjuschkin, K. (toim.) Seksuaalikasvatuksen tueksi. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 47-55. Viitattu 29.10.2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-542-4>

Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa. Suuntaviivat poliittisille päättäjille, opetus- ja terveydenhoitoalan viranomaisille ja asiantuntijoille.2010. Maailman terveysjärjestön (WHO) aluetoimisto ja BZgA. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. Helsinki: Valopaino Oy. Viitattu 17.10.2019. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201205085324>