TURVATAITOJEN SUPERSANKARIKSI

Harjoitusvihko lapsille ja vanhemmille



OULU

TURVALLINEN OULU

OPETUS- JA KULTTUURIMINISTERIÖ

ISBN 978-952-7094-79-2

2. painos (pdf.)

Kirjoittajat, Turvallinen Oulu -hanke:
Tiia Brockman, projektikoordinaattori
Iida-Maria Bimberg, projektikoordinaattori
Satu-Maaria Toppinen, projektikoordinaattori
Arttu Kuivala, projektikoordinaattori
Minna Viinikka, projektitutkija

Teoksen nimi:
Turvataitojen supersankariksi – Harjoitusvihko lapsille ja vanhemmille

Julkaisija:
Turvallinen Oulu -hanke, Oulun kaupungin sivistys- ja kulttuuripalvelut, PL 17, 90015 Oulun kaupunki

Julkaisuvuosi:
2022

Paino:
Painatuspalvelut, Monetra Oulu Oy.

Taitto ja graafinen suunnittelu:
Advertising Kioski Oy

Julkaisu on osa Turvallinen Oulu -hankkeen opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittamaa lastenja nuorten turvataito-kasvatuksen edistämisen toimenpidettä.

OULU

TURVALLINEN OULU

OPETUS- JA KULTTUURIMINISTERIÖ

SISÄLLYSLUETTELO

TIETOA TURVATAITOKASVATUKSESTA JA HARJOITUSVIHKOSTA 4

Miten tukea lasta tunne- ja vuorovaikutustaidoissa? 5
Miten tukea lasta arjen selviytymistaidoissa? 6
Miten tukea lasta digiturvataidoissa? 7

OHJEITA LAPSEN KANSSA KESKUSTELTAVAKSI 8

Miten käyttää ohjekuvia lapsen kanssa? 8
Miten selviydyn hämmentävissä tilanteissa? 10
Vastausehdotukset toimimiseen hämmentävissä tilanteissa 11
Miten selviydyn netin uhkaavissa tilanteissa? 12
Vastausehdotukset netin uhkaaviin tilanteisiin 13
Turvaohjeet nettiin 14

OHJEITA VANHEMMILLE 15

Media mukana lapsen arjessa 16
Vinkkejä sujuvaan media-arkeen 17
Toimintaohjeet aikuiselle 18

HARJOITTELEMALLA TURVATAITOJEN SUPERSANKARIKSI 19

Miten harjoituksia käytetään? 19
Omat vahvuuteni 20
Turvalliset aikuiseni 21
Tästä minä pidän 22
Vihreä vai punainen valo? 23
Medialaitteiden pelisäännöt 24
Tunnekuvat 25
Tunnemittari 27
Tunnelautapeli 29

LÄHTEET 31

TIETOA TURVATAITO-KASVATUKSESTA JA HARJOITUSVIHKOSTA

Turvataitojen avulla lapsi oppii tunnistamaan vaaratilanteita ja toimimaan niissä

Aikuisten tehtävä on antaa lapsille heidän tarvitsemaansa hoivaa, suojaa ja turvaa. Lapset tarvitsevat kuitenkin myös itse tietoja ja taitoja, jotka auttavat heitä pitämään huolta turvallisuudestaan. Turvataidot auttavat lasta toimimaan uhkaavissa tilanteissa ja tukevat lasten hyvinvointia. Digiturvataitoja harjoittelemalla lapsi oppii toimimaan internetissä ja sosiaalisessa mediassa turvallisesti.

Kun lapsi tuntee olevansa arvokas ja tärkeä, hän haluaa puolustaa itseään

Turvataitokasvatuksella vahvistetaan lasten itsetuntoa ja tunnetaitoja, vuorovaikutustaitoja, arjen selviytymistaitoja sekä digiturvataitoja. Turvataitokasvatus vahvistaa lapsen omia voimavaroja ja tunnetta, että hän on arvokas ja tärkeä. Lapsi oppii, että hän on hyvän kohtelun arvoinen ja hänellä on oikeus kasvaa ja elää turvassa, myös internetissä.

Turvataitokasvatuksen tavoitteena on ennaltaehkäistä lapsiin ja nuoriin kohdistuvaa kiusaamista, häirintää ja väkivaltaa

Kiusaamista, häirintää ja väkivaltaa tapahtuu niin kasvotusten kuin digitaalisissa ympäristöissä. Sitä esiintyy sekä lasten keskinäisissä suhteissa että aikuisten ja lasten välillä. Internet ja sosiaalinen media ovat myös mahdollistaneet yhä nuorempien lasten lähestymisen manipuloivilla tavoilla ja ilmiö yleistyy. Turvataitokasvatuksen avulla edistetään lapsen omia taitoja puolustaa itseään ja rajojaan kiusaamisen, väkivallan, häirinnän, houkuttelun ja ahdistelun tilanteissa.

Vastuu lapsen turvallisuudesta säilyy aina aikuisilla

Vastuu lasten turvallisuudesta on aikuisilla, vaikka turvataitokasvatuksen avulla lapset saavat myös itse taitoja toimia uhkaavissa tilanteissa. Sen vuoksi turvataitokasvatuksessa lapsia ohjataan kertomaan aina huolistaan turvalliselle aikuiselle.

Harjoittelemalla turvataitojen supersankariksi

Tämän harjoitusvihkon tarkoitus on antaa vanhemmille tietoa turvataidoista sekä välineitä keskustella niistä lasten kanssa. Harjoitusvihkossa on paljon harjoituksia, jotka tehdään yhdessä lapsen kanssa. Niiden avulla voi ottaa puheeksi turvataitoja ja kehittyä turvataitojen supersankariksi!



MITEN TUKEA LASTA TUNNE- JA VUOROVAIKUTUSTAIDOISSA?

Tunteista puhuminen tekee kaikille hyvää

Lapsille on tärkeää sanoittaa, että kaikki tunteet ovat arvokkaita. Tunteiden sanoittaminen ja hyväksynnän osoittaminen lapsen tunteita kohtaan on merkityksellistä lapsen hyvinvoinnin kannalta. Lapsen on tärkeä oppia ottamaan omat tunteensa todesta ja luottamaan omaan sisäiseen varoituskelloonsa. Silloin hän uskaltaa kuunnella itseään ja puolustaa rajojaan tilanteissa, joissa häntä kohdellaan ikävästi. Kun aikuinen tunnistaa ja sanoittaa omia tunteitaan, lapsi oppii tunnetaitoja häneltä. Aikuisten aidon myönteinen ja hyväksyvä asenne erilaisia tunteita kohtaan on merkittävässä roolissa tunnetaitoja harjoiteltaessa.

Myönteisiä tunteita on tärkeä vahvistaa

Myönteiset tunteet, kuten ilo, tyytyväisyys ja innostuneisuus, ovat herkkiä ja vaativat vahvistusta. Myönteisten tunteiden huomaaminen, sanoittaminen ja vaaliminen lisää lasten, aikuisten ja koko perheen hyvinvointia. Myönteiset tunteet vahvistavat sinnikkyyttä ja oppimista. Myönteiset tunteet auttavat vaikeiden tunteiden käsittelyssä.

Vaikea tunne helpottaa, kun se tulee kuulluksi

Vaikeat tunteet, kuten viha ja pelko, ovat vahvoja ja niistä on hankalampi päästää irti. Vaikeita tunteita ei silti pidä kieltää, vaan niitä on tärkeä oppia ymmärtämään ja käsittelemään. Lapsen on tärkeä oppia, että jokainen tunne kestää aikansa ja menee sitten ohi. Tunteet tuovat mukanaan arvokkaita viestejä siitä, mikä meille on hyväksi ja mikä ei. Niiden ei kuitenkaan ole tarkoitus antaa ohjata käytöstämme hallitsemattomasti. On tärkeä muistaa, että vaikea tunne helpottaa yleensä jo silloin, kun lapsi kokee tulleensa kuulluksi ja ymmärretyksi.

Vuorovaikutustaitoja voi opetella

Hyvän vuorovaikutuksen ohjeet ovat: ole kiinnostunut, kunnioita, kuuntele, kysy ja kannusta. Lasten kanssa kannattaa harjoitella kysymysten tekemistä sekä taitoa ylläpitää keskustelua ja osoittaa kiinnostusta toisen ajatuksia kohtaan. Hyvät vuorovaikutustaidot auttavat ystävyyssuhteiden solmimisessa ja ylläpitämisessä, ristiriitojen käsittelyssä sekä avun ja tuen pyytämisessä ja saamisessa.

Jämäkkä ilmaisu auttaa puolustamaan omia rajoja

Lapsen on tärkeä oppia oman mielipiteen ja tahdon selkeää ja rohkeaa ilmaisua. Kukaan ei osaa lukea toisen ajatuksia ja jämäkkä ilmaisu auttaa puolustamaan omia rajoja. Taito ja rohkeus ilmaista omia ajatuksia, tarpeita ja tunteita on merkittävässä roolissa lapsen hyvinvoinnin kannalta. Jämäkästi ilmaistut toiveet ja tarpeet tulevat paremmin kuulluksi ja huomioiduksi. Jämäkkyys vahvistaa arjen selviytymistaitoja.



MITEN TUKEA LASTA ARJEN SELVIYTYMISTAIDOISSA?

Tärkein arjen selviytymistaito on turvaohjeiden oppiminen

Kun lapsesta joku tilanne tuntuu pelottavalta, ahdistavalta tai pahalta hänellä on aina oikeus sanoa EI, lähteä pois ja kertoa turvalliselle aikuiselle. Tätä kutsutaan turvaohjeeksi. Turvallisuutta uhkaavia tilanteita ovat esimerkiksi toisen lapsen tai aikuisen ikävät sanat, teot tai kosketukset. Opeta lasta toimimaan tällaisissa tilanteissa turvaohjeen mukaan.

Vihreän ja punaisen valon kosketus

Lapsen on tärkeä oppia, että jokaisella on lupa omiin rajoihinsa. Mukavaa kosketusta, josta jää hyvä ja turvallinen mieli, voi kutsua vihreän valon kosketukseksi. Kosketus, joka sattuu, tuntuu kurjalta ja josta jää epämukava olo, on punaisen valon kosketus. Sellaiseen ei lapsen tarvitse koskaan suostua ja silloin saa ja pitää sanoa EI.



Hyvät ja huonot salaisuudet

Lapsen on tärkeä oppia, että ikävää punaisen valon kosketusta ei saa kukaan vaatia pitämään salaisuutena. Siitä on aina oikein kertoa turvalliselle aikuiselle. Hyvät salaisuudet ovat sellaisia, joista tulee mukavalla tavalla jännittävä olo kuten syntymäpäiväyllätykset. Huono salaisuus aiheuttaa kurjan ja pelokkaan olon ja siitä saa aina kertoa turvalliselle aikuiselle. Lapselle pitää myös painottaa, että toisen häneen kohdistama punaisen valon kosketus ei ole koskaan lapsen oma syy.

Uimapukusääntö

Uimapukusääntö tarkoittaa, että jokaisella lapsella on uimapuvun alla omat yksityiset alueet, joihin kukaan muu ei saa koskea ilman lapsen omaa lupaa. Lapselle on tärkeä kertoa myös, että lisäksi suu ja nännit ovat jokaisen yksityistä aluetta. Uimapukusäännön lisäksi lapsen pitää tietää, että kenelläkään ei ole oikeutta puhua hänen yksityisistä alueista ilman hänen lupaansa. Omien rajojen puolustamiseen tarvitaan jämäkkyyttä. Näin lapsi pystyy suojautumaan vahingollisilta asioilta.

Turvallinen arki ja aikuisen vastuu

Lapsen kanssa harjoitellaan arjen selviytymistaitoja, mutta vastuu säilyy aina aikuisella. Jos lapsi ei osaa tositilanteessa toimia turvaohjeiden mukaan, lasta ei saa moittia siitä. Selviytymistaitojen vahvistamiseksi lapsi tarvitsee paljon turvaa. Turvaa rakentaa lämmin ja kiireetön lapsen kohtaaminen, hyväksyvä katse, lempeä ja arvostava kosketus ja lapsen kanssa keskusteleminen. Kun aikuinen kuuntelee lasta ja on lapsen asioista kiinnostunut, lapsen itsetunto- ja arvostus vahvistuvat. Lapsi oppii, että hänellä on oikeus elää turvassa ja saada hyvää kohtelua.

MITEN TUKEA LASTA DIGITURVATAIDOISSA?

Kysy lapselta digikuulumiset päivittäin

On tärkeää olla kiinnostunut siitä, mitä lapsi laitteilla tekee. Hyviä kysymyksiä digikuulumisten kysymiseen ovat esimerkiksi: Mitä näit tänään netissä? Millaisia pelejä pelasit? Kenen kanssa juttelit somessa? Näitkö netissä jotain pelottavaa? Jäikö joku asia mietityttämään?

Kerro lapselle, että netissä on ihmisiä, jotka voivat huijata

Kasvattajien on tärkeää olla tietoisia, että verkossa tapahtuu lapsiin kohdistuvaa häirintää, kiusaamista ja myös rikollista toimintaa. Lapselle on tärkeä kertoa, että netissä ihminen voi esittää muuta kuin on. Lasta pitää muistuttaa, että vieraille ihmisille ei koskaan tarvitse vastata somessa tai peleissä.

Kerro lapselle, että verkossa on pelottavia sisältöjä

Lapsi tarvitsee opastusta ja taitoja voidakseen toimia verkossa turvallisesti. Lapselle kerrotaan digimaailman iloisten asioiden lisäksi, että verkossa on myös ikäviä ja pelottavia sisältöjä. Aikuisten vastuulla on kertoa lapselle ikärajoista ja valvoa ikärajojen noudattamista. Rohkaise lasta kertomaan heti turvalliselle aikuiselle, jos hän kokee tai näkee verkossa jotain hämmentävää, ahdistavaa tai pelottavaa.

Opeta lapselle turvaohje nettiin

Opeta lapselle, miten toimia netin pelottavissa ja uhkaavissa tilanteissa: sulje laite tai sovellus ja kerro aikuiselle. Lapselle kannattaa myös opettaa ruutukaappauksen ottaminen. Sen avulla viesti tai kuva voidaan säilyttää, jos siitä on tarve tehdä rikosilmoitus.

Näytä mallia ja opasta

Aikuisen täytyy opettaa lapselle henkilötietojen ja salasanojen suojaamista. Aikuisen kanssa harjoitellaan kenelle kuvia ja videoita voi jakaa ja miten netissä käyttäydytään. Omalla toiminnallaan aikuinen näyttää mallia, miten toimitaan älylaitteilla ja somessa. Digimaailmaan liittyy paljon hyvää ja laitteiden avulla lapset voivat oppia uutta ja tehdä mukavia asioita kavereiden kanssa. Aikuinen ei voi kuitenkaan jättää lasta yksin pärjäämään digimaailmassa.



OHJEITA LAPSEN KANSSA KESKUSTELTAVAKSI

MITEN KÄYTTÄÄ OHJEKUVIA LAPSEN KANSSA?

Tästä luvussa on kuvitetut turvaohjeet uhkaaviin tilanteisiin ja turvaohjeet nettiin. Käy niitä lapsen kanssa läpi säännöllisesti, jotta lapsi osaisi toimia turvaohjeiden mukaan uhkaavassa tilanteessa. Turvaohjeita on tärkeä myös harjoitella.

Harjoittele lapsen kanssa jämäkän EI:n sanomista ja oman mielipiteen ja tahdon ilmaisua. Rohkaise lasta kertomaan selkeästi itse: "Minä pidän tästä". Harjoitelkaa lapsen kanssa sanomaan rohkeasti: "Minä en pidä tästä". Arjen eri tilanteissa opetelkaa myös sitä, että lapsi sanoo jämäkästi, mitä hän haluaa ja mitä hän ei halua.

Tässä luvussa on turvaohjeiden lisäksi arjen selviytymistaitoihin ja digiturvataitoihin liittyviä tilannekuvia. Kuvien tilanteisiin löytyy vastausehdotukset viereiseltä sivulta. Voit käyttää niitä apuna, kun keskustelet lapsen kanssa kuvista ja lapsen ajatuksista kuvien tilanteisiin liittyen.

Turvataitojen supersankariksi -harjoitusvihkon sähköinen versio ja kaikki muut materiaalimme löytyvät osoitteesta *turvataitokasvatus.fi*




SANO EI!
LÄHDE POIS
KERRO TURVALLISELLE AIKUISELLE

MITEN SELVIYDYN HÄMMENTÄVISSÄ TILANTEISSA?



KUVA 1. Tuntematon ihminen pyytää tai suostuttelee sinua mukaansa tai pyytää apua.



KUVA 2. Olet yksin kotona ja joku haluaa päästä sisälle.



KUVA 3. Henkilö, jota et tunne, seuraa sinua.



KUVA 4. Joku koskettaa sinua ikävällä tavalla.



KUVA 5. Toinen lapsi kiusaa sinua tai koskettaa tavalla, josta et pidä.



KUVA 6. Saat hämmentäviä tai ikäviä viestejä tai puheluita.

VASTAUSEHDOTUKSET TOIMIMISEEN HÄMMENTÄVISSÄ TILANTEISSA

KUVA 1. Tuntematon ihminen pyytää tai suostuttelee sinua mukaansa tai pyytää apua

Jos joku tuntematon pyytää sinua mukaansa esimerkiksi sisälle johonkin rakennukseen, kotiinsa, kujille tai metsikköön tai pyytää sinulta apua, noudata turvaohjeita. Vaikka tuntematon houkuttelisi sinua palkinnoilla, älä lähde tuntemattoman mukaan. Tuntematon aikuinen voi pyytää apua toiselta aikuiselta, jos hän tarvitsee apua. Jos joku tuntematon kyselee nimeäsi tai osoitettasi, sinun ei pidä kertoa niitä hänelle. Kerro tilanteesta turvalliselle aikuiselle.

KUVA 2. Olet yksin kotona ja joku haluaa päästä sisälle

Jos joku tuntematon haluaa tulla kotiisi, kun olet yksin, älä avaa ovea. Soita jollekin turvalliselle aikuiselle ja pyydä apua.

KUVA 3. Henkilö, jota et tunne, seuraa sinua

Jos sinua seurataan, juokse! Mene johonkin lähellä olevaan paikkaan esimerkiksi kauppaan tai kotiisi. Mene paikkaan, jossa on muita ihmisiä ja joka on turvallinen. Kerro jollekin turvalliselle aikuiselle seuraajasta.

KUVA 4. Joku koskettaa sinua ikävällä tavalla

Ikävällä tavalla koskettaminen on punaisen valon koskettamista. Se on koskettamista, johon ei tarvitse suostua. Saatat pitää tästä ihmisestä, vaikka et siitä tavasta, jolla hän koskettelee sinua. Jos tuttu ja sinulle läheinen ihminen koskettelee sinua yksityisiin alueisiisi epämukavalla tai hämmentävällä tavalla tai suostuttelee sinua koskettelemaan itseään, se on punaisen valon koskettamista. Tutullekin ihmiselle, myös aikuiselle tai isommalle lapselle, pitää tällaisissa tilanteissa sanoa EI tai LOPETA. Tällaisissa tilanteissa lapsen ei pidä totella.

Jos toinen ei lopeta, vaan jatkaa kiellostasi huolimatta, lähde pois ja kerro tilanteesta turvalliselle aikuiselle. Kerro, vaikka sinua olisi kielletty kertomasta tai sinua olisi uhkailtu. Koskettamista ei tarvitse pitää salaisuutena. Aikuisten tehtävänä on auttaa sinua ja saada sellainen loppumaan. Kerro niin kauan ja niin monelle, kunnes joku kuuntelee ja uskoo sinua!

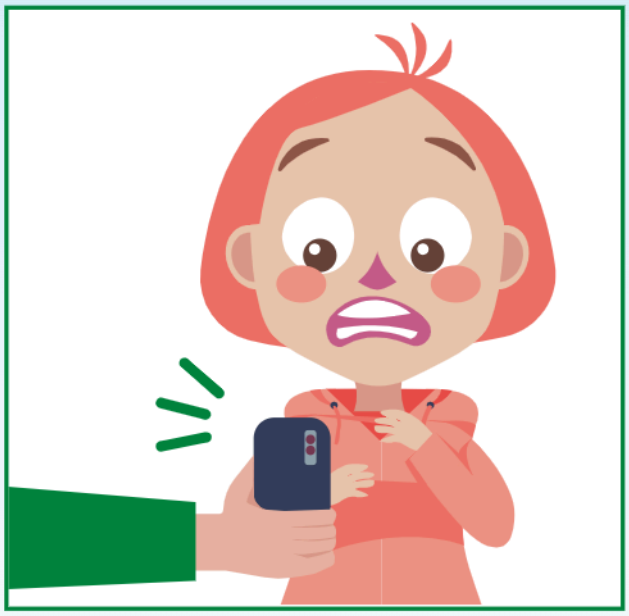
KUVA 5. Toinen lapsi kiusaa sinua tai koskettaa tavalla, josta et pidä

Sano EI! Jos joku toinen lapsi kiusaa tai koskettaa sinua tavalla, josta et pidä, se on punaisen valon kosketus. Sinä itse päätät, miten sinua saa koskettaa ja lähestyä. Sinulla on oikeus sanoa EI tai LOPETA. Poistu tilanteesta ja kerro turvalliselle aikuiselle. Aikuinen auttaa sinua.

KUVA 6. Saat hämmentäviä tai ikäviä viestejä tai puheluita

Älä vastaa viesteihin tai puheluihin. Säilytä viestit ja näytä ne turvalliselle aikuiselle. Aikuinen auttaa sinua estämään häiritsijän. Aikuinen ilmoittaa asiasta sovelluksen ylläpidolle ja ottaa tarvittaessa yhteyden poliisiin.

MITEN SELVIYDYN NETIN UHKAAVISSA TILANTEISSA?



KUVA 1. Joku näyttää sinulle pelottavia kuvia, videoita tai pelejä



KUVA 2. Eksyt netissä vahingossa sivustolle, joka pelottaa, järkyttää tai hämmentää sinua



KUVA 3. Joku lähettää sinulle inhottavia ja hämmentäviä viestejä



KUVA 4. Sinua tai jotain toista kiusataan tai ahdistellaan netissä

VASTAUSEHDOTUKSET NETIN UHKAAVIIN TILANTEISIIN

KUVA 1. Joku näyttää sinulle pelottavia kuvia, videoita tai pelejä

Lähde tilanteesta pois ja sano, ettet halua katsoa niitä!

KUVA 2. Eksyt netissä vahingossa sivustolle, joka pelottaa, järkyttää tai hämmentää sinua

Sulje sivu! Kerro siitä omalle turva-aikuisellesi!

KUVA 3. Joku lähettää sinulle inhottavia tai hämmentäviä viestejä

Älä luota liikaa nettituttuihin! Lopeta keskustelu, jos se alkaa tuntua epäilyttävältä tai epämukavalta. Kerro turvalliselle aikuiselle, jos joku tuntematon laittaa sinulle viestiä tai lähettää sinulle kuvia.

KUVA 4. Sinua tai jotain toista kiusataan tai ahdistellaan netissä

Älä vastaa kiusaamisviesteihin, mutta näytä ne turva-aikuisellesi! Jos sinulta pyydetään kuvia, joissa sinulla on vähän vaatteita, älä lähetä niitä.





TURVAOHJEET NETTIIN

NÄMÄ KAKSI ON TÄRKEÄ LAPSEN OSATA ITSE

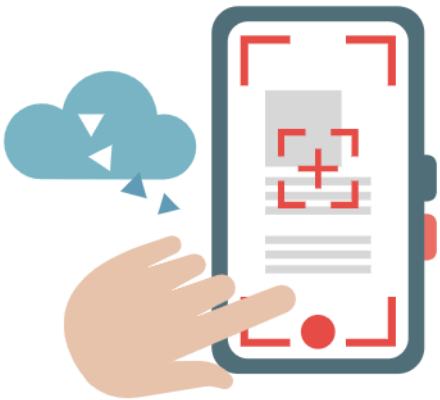


Sulje laite tai sovellus.



Kerro turvalliselle aikuiselle.

YHDESSÄ AIKUISEN KANSSA



Säilytä viestit, kuvat tai videot ruutukaappauksella.



Estä henkilön yhteydenotot puhelimen ja somen asetuksista sekä ilmianna henkilö sivuston tai sovelluksen ylläpidolle.



Ota aikuisen kanssa tarvittaessa yhteyttä poliisiin.

OHJEITA VANHEMMILLE

Media on monin tavoin lapsen arjessa mukana. Tässä luvussa on vinkkejä lapsen hyvinvoinnin tukemiseen ja sujuvaan media-arkeen sekä toimintaohjeet aikuiselle.

Lue toimintaohjeet ajatuksella läpi. Sivulta löytyy selkeät ohjeet, miten toimia lapsen turvallisuutta uhkaavissa tilanteissa. Sivulta löytyy myös tietoa, minne ottaa yhteyttä ja mistä saa tukea, jos lapsen turvallisuus on uhattuna.

Jos lapsi kertoo sinulle kiusaamisen, häirinnän tai väkivallan kokemuksesta, pysy rauhallisena, kuuntele ja tue lasta. Älä syyllistä lasta, vaan vakuuta, että tämä ei ole lapsen vika. Vastuu on aina aikuisella.



MEDIA MUKANA LAPSEN ARJESSA

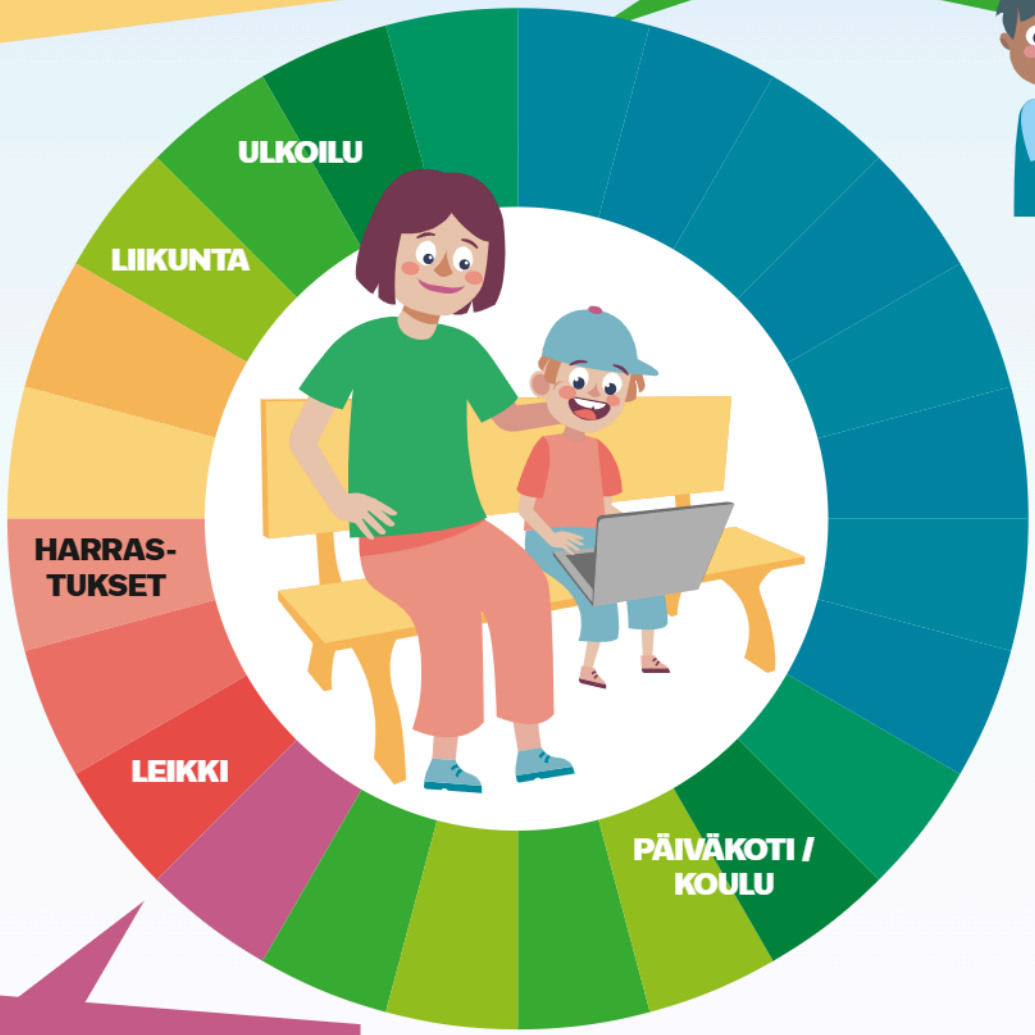
MEDIA

Pelatessa ja median äärellä ollessa on hyvä kiinnittää huomiota ergonomiaan ja muistaa säännölliset tauot.

YHDESSÄOLO PERHEEN JA KAVEREIDEN KANSSA

Lapsen kaverisuhteita kannattaa tukea, sillä ystävät ja ryhmään kuuluminen ovat tärkeitä.





RUOKAILU

Yhteiset ruokailuhetket ovat hyviä mahdollisuuksia jutella ja jakaa päivän kokemuksia ilman medialaitteita.



NUKKUMINEN

Aika ennen nukkumaanmenoa kannattaa rauhoittaa digitaaliselta medialta riittävän levon ja laadukkaan unen takaamiseksi.





VINKKEJÄ SUJUVAAN MEDIA-ARKEEN

Median käytön tottumukset luodaan varhain

- *Mieti yhdessä lapsesi kanssa sopivat rajat pelaamiselle ja muulle mediankäytölle*
- *Ole reilu ja johdonmukainen lapsesi mediankäytön rajoittamisessa*
- *Pohdi omaa mediankäyttöäsi ja antamaasi esimerkkiä*
- *Huolehdi monipuolisesta arjesta ja tarjoa lapsellesi vaihtoehtoja monenlaiseen tekemiseen ja harrastamiseen*
- *Tue lapsesi mediataitoja, omaa ilmaisua ja turvallista mediankäyttöä*
- *Ota selvää ikärajoista ja huolehdi, että lapsesi käyttämät mediasisällöt sopivat hänelle*
- *Auta hahmottamaan yksityisyyttä ja julkisuutta mediaympäristöissä*

Yhteiset hetket median parissa ovat tärkeitä

- *Ole kiinnostunut siitä, mitä lapsesi tekee median parissa*
- *Tutustu säännöllisesti lapsesi digitaaliseen pelaamiseen ja netinkäyttöön*
- *Löydä teille sopiva tapa viettää mukavia hetkiä yhdessä median parissa*
- *Pyydä lastasi näyttämään osaamistaan ja miettikää yhdessä, miten hän voi jakaa mielenkiinnon kohteitaan mediassa*
- *Ole tukena, jos lapsesi kohtaa jotain ikävää tai askarruttavaa*
- *Arvosta lapsellesi merkityksellisiä elämyksiä ja oppimiskokemuksia median parissa*

MLL MANNERHEIMIN LASTENSUOJELULIITTO

EHYT

LÄHTEET:

EHYT ry. (2020). Media mukana lapsen arjessa - Vinkkejä sujuvaan media-arkeen. URL: https://ehyt.fi/tuote/media-mukana-lapsen-arjessa/. Viitattu 10.6.2021.

Mannerheimin lastensuojeluliitto. (2020) Media mukana lapsen arjessa - Vinkkejä sujuvaan media-arkeen. URL: https://cdn.mll.fi/prod/2019/02/05094203/Media-mukana-lapsen-arjessa-EHYT-ja-MLL.pdf. Viitattu 10.6.2021.

TOIMINTAOHJEET AIKUISELLE

Jos lapsi kertoo kiusaamisen, häirinnän tai väkivallan kokemuksestaan sinulle

Yritä pysyä rauhallisena, älä syyllistä
Kun on oma lapsi kyseessä, tunteet nousevat helposti pintaan. Vältä miksi -kysymyksiä. Lapset usein syyllistävät itseään ja ajattelevat, että: ”Miksi mä olin niin tyhmä!”

Vastuu teosta on aina aikuisella. Aikuinen voi lieventää lapsen syyllisyyden ja huonommuuden tuntoa esimerkiksi sanomalla: ”Lapsi ei voi tietää kaikkea”. ”Tämä ei ole sinun vikasi. Aikuinen on aina vastuussa.”

Kuuntele ja tue, älä jätä yksin ajatusten ja tunteiden kanssa

Usko mitä lapsi kertoo. Kuuntele enemmän ja puhu vähemmän.

Miettikää yhdessä, mitä asialle voisi tehdä tai miten ikävän asian voisi jatkossa välttää.

Muista kehua lasta siitä, että tämä kertoi asiasta eikä jäänyt tilanteessa yksin.

Noudata alla kerrottuja toimintaohjeita.

Toimintaohjeet turvallisuutta uhkaaviin tilanteisiin

Jos lastasi häiritään, kiusataan, houkutellaan tai ahdistellaan esim. viesteillä ja/tai kuvilla:

SÄILYTÄ viestit, kuvat tai videot ruutukaappauksella
ESTÄ henkilön yhteydenotot puhelimen ja somen asetuksista
ILMIANNA henkilö sivuston tai sovelluksen ylläpidolle
OTA YHTEYS poliisiin, mikäli epäilet rikosta
PYYDÄ TUKEA

Mihin voi ilmoittaa?

Kiireellistä apua: **HÄTÄNUMERO 112**

Mikäli epäilet itseesi tai lähiomaiseesi kohdistunutta rikosta: **SÄHKÖINEN RIKOSILMOITUS** osoitteessa ***poliisi.fi/tee-rikosilmoitus*** tai lähin poliisiasema (kiireellisissä tapauksissa)

Kiireettömän tiedon ilmoittaminen epäilyttävistä aineistoista tai ilmiöistä osoitteessa ***poliisi.fi/nettivinkki***

Voit myös lähestyä sosiaalisessa mediassa toimivia poliiseja osoitteessa ***poliisi.fi/some***

Voit ilmoittaa netissä havaitsemastasi groomingista sekä lapsia tai nuoria kuvaavasta seksuaalisesta materiaalista osoitteessa ***pelastakaalapset.fi/nettivihje***

Mistä tukea?

Oppilashuoltohenkilöstö

Oulun sosiaali- ja kriisipäivystys *p. 044 703 6235*

Oulun lasten- ja nuorisopsykiatrinen työryhmä *p. 044 703 5919*

Sosiaali- ja terveyspalvelut esim. kasvatus- ja perheneuvonta

Oulun Kriisikeskus, ***mielenterveysseurat.fi/oulu/tukeajaapua/*** *p. 044 369 0500*

Rikosuhripäivystys *p. 116006*, ***riku.fi/nuoret***

Lasten ja nuorten puhelin *p. 116 111*

Pyydä apua Oulun sähköisestä perhekeskuksesta: ***https://easiointi.ouka.fi/sosiaali-ja-perhepalvelut/pyyda-apua/***

HARJOITTELEMALLA TURVATAITOJEN SUPERSANKARIKSI

MITEN HARJOITUKSIA KÄYTETÄÄN?

Omat vahvuuteni
Kirjoittakaa asioita, joissa lapsi on taitava sekä lapsen vahvuuksia tehtävän viivoille. Lapsi saa piirtää kuvan itsestään vahvuuksien keskelle. Vahvuuksia kuvaavia sanoja ovat esimerkiksi sinnikäs, avulias, energinen, kärsivällinen, myötätuntoinen, päättäväinen, rohkea, reilu, rehellinen ja harkitsevainen.

Turvalliset aikuiseni
Keskustelkaa yhdessä, ketkä ovat lapsen turvallisia aikuisia. Kirjoittakaa ympyröihin turvaverkoksi lapsen turvalliset aikuiset. Pohtikaa yhdessä vastauksia sivun kysymyksiin.

Tästä minä pidän
Keskustelkaa yhdessä, mitä lapsi toivoo, kun kaipaa tekemistä yhdessä aikuisen kanssa, lohdutusta tai lähellä olemista. Lapsi saa värittää samalla.

Vihreä vai punainen valo?
Keskustelkaa tehtävän tilanteista liikennevalojen värien avulla. Lapsi värittää väittämän vieressä oleva ympyrän vihreäksi, kun kosketus tuntuu mukavalta. Jos kosketus tuntuu ikävältä tai pahalta, lapsi värittää ympyrän punaisella.

Medialaitteiden pelisäännöt
Miettikää yhdessä, millaiset pelisäännöt teillä on eri medialaitteille. Pohtikaa myös muita mukavia vapaa-ajan puuhia ja piirtäkää niitä sivun alaosaan.

Tunnekuvat
Leikkaa ja halutessasi päällystä kontaktimuovilla tunnekuvat. Tunnekuvia voi säilyttää pienessä rasiassa ja käydä niiden avulla keskustelua lapsen kanssa päivän kuulumisista: Oletko ollut tänään iloinen jostakin asiasta? Onko joku asia huolestuttanut sinua? Tunnekuvia voi käyttää myös tunteiden tunnistamisen ja sanoittamisen apuna esim. kun lapsi on vihainen.

Tunnemittari
Leikkaa ja halutessasi päällystä kontaktimuovilla tunnemittari. Laita tunnemittari esimerkiksi jääkaapin oveen tai lapsen huoneen seinälle. Tunnemittarin avulla on helppo näyttää, miltä lapsesta ja aikuisesta tuntuu päivän mittaan eri tilanteissa.

Tunnelautapeli
Tunnelautapelin voi leikata irti vihkosta. Ottakaa esille noppa ja niin monta nappulaa kuin teitä on pelaamassa. Heittäkää noppaa vuorotellen ja vastatkaa tunnepelin kysymykseen siinä ruudussa, jonne nopan silmäluku nappulanne ohjaa.

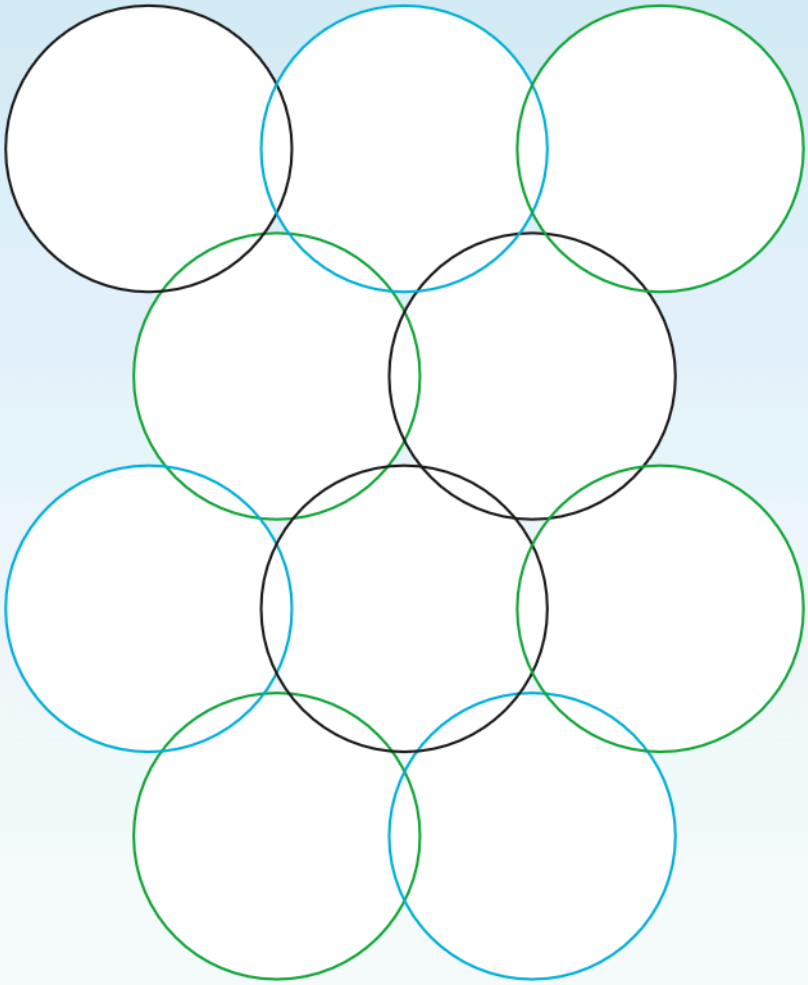
OMAT VAHVUUTENI

Piirrä keskelle oma kuvasi ja kirjoittakaa yhdessä aikuisen kanssa kuvan ympärille vahvuuksiasi.



TURVALLISET AIKUISENI

Kirjoittakaa yhdessä turvaverkkoon lapsen elämässä olevia turvallisia aikuisia ja pohtikaa vastauksia kysymyksiin.



MITEN HE NÄYTTÄVÄT SINULLE, ETTÄ VÄLITTÄVÄT?

KUKA OLISI SINUN TURVALLINEN AIKUISESI SEURAAVISSA TILANTEISSA:

1. **Kun tarvitset apua huoliisi, kenen luokse voit mennä?**

   _____

2. **Keneltä voit pyytää apua, jos olet yksin kotona ja sinua pelottaa?**

   _____

3. **Kuka voisi auttaa ja tukea sinua, kun olet surullinen?**

   _____

4. **Jos satutat itseäsi kaverin luona, kuka auttaa sinua?**

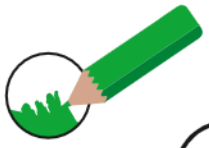
   _____

5. **Kenen kanssa haluat jakaa ilosi?**

   _____

TÄSTÄ MINÄ PIDÄN

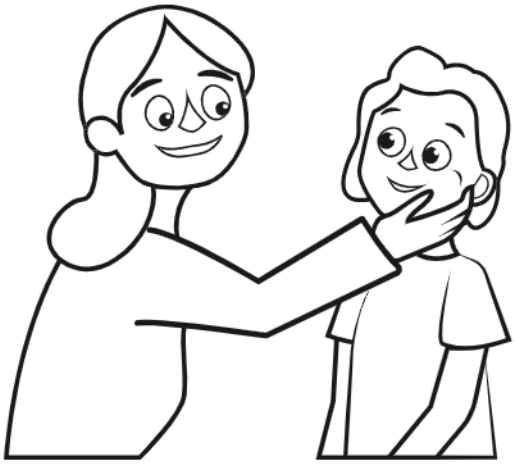
Väritä ne kuvat ja tilanteet, joissa haluaisit olla silloin, kun kaipaat yhdessä tekemistä, lohdutusta, hoivaamista tai lähellä oloa.















VIHREÄ VAI PUNAINEN VALO?

Väritä lamppu **vihreäksi**, kun kosketus on sinusta mukava.
Väritä lamppu **punaiseksi**, kun kosketus on sinusta ikävä.



1. Kaveri tönii ruokajonossa.
2. Aikuinen, josta pidät, haluaa painia kanssasi, vaikka et itse haluaisi.
3. Lääkäri rokottaa.
4. Sinua taputetaan takapuoleen.
5. Äiti silittää hiuksiasi.
6. Sinua tukistetaan.
7. Isä antaa suukon poskelle.
8. Koira nuolaisee kasvojasi.
9. Ystäväsi äiti/isä halaa sinua hyvästiksi.
10. Pikkusisaresi puraisee sinua.
11. Sinua lyödään.
12. Ystäväsi pitää sinua kädestä.
13. _____
14. _____

MEDIALAITTEIDEN PELISÄÄNNÖT

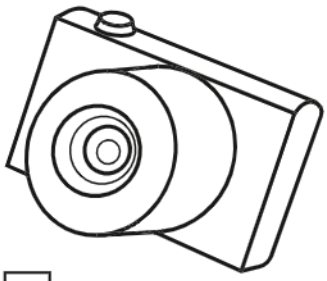
VÄRITÄ KÄYTTÄMÄSI MEDIALAITTEET.

Piirrä rasti ruutuun niiden laitteiden kohdalle, joiden käyttöön on sovittu pelisäännöt.

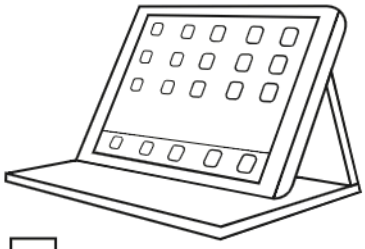




☐ TIETOKONE



☐ KAMERA



☐ TABLETTI



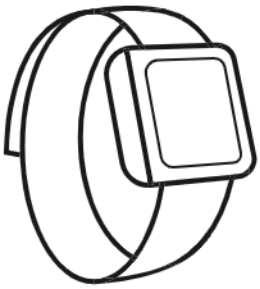
☐ PELIKONSOLI



☐ KÄNNYKKÄ



☐ SANOMALEHTI



☐ AKTIIVISUUSRANNEKE

PIIRRÄ SINULLE MIELUISIA VAPAA-AJAN ASIOITA

(harrastuksia, leikkejä, pelejä ja kotiaskareita).

TUNNEKUVAT







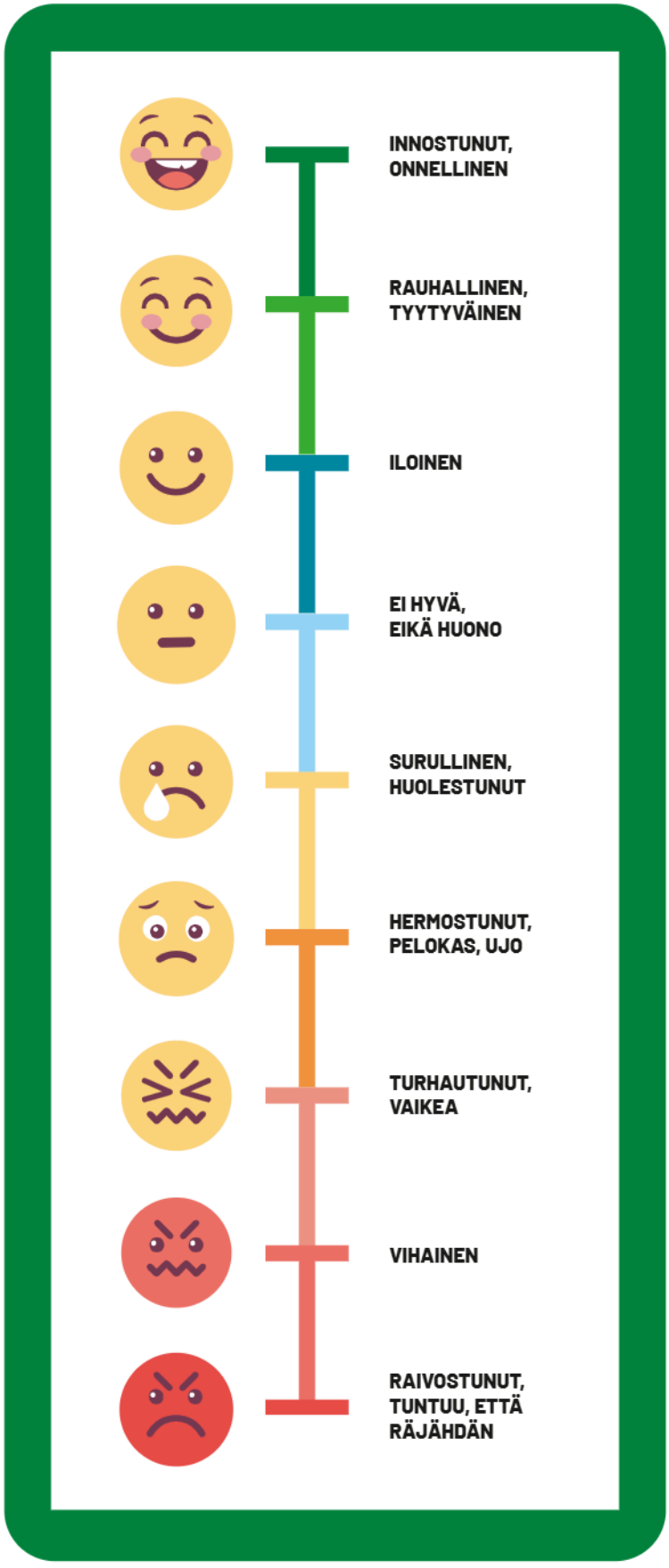






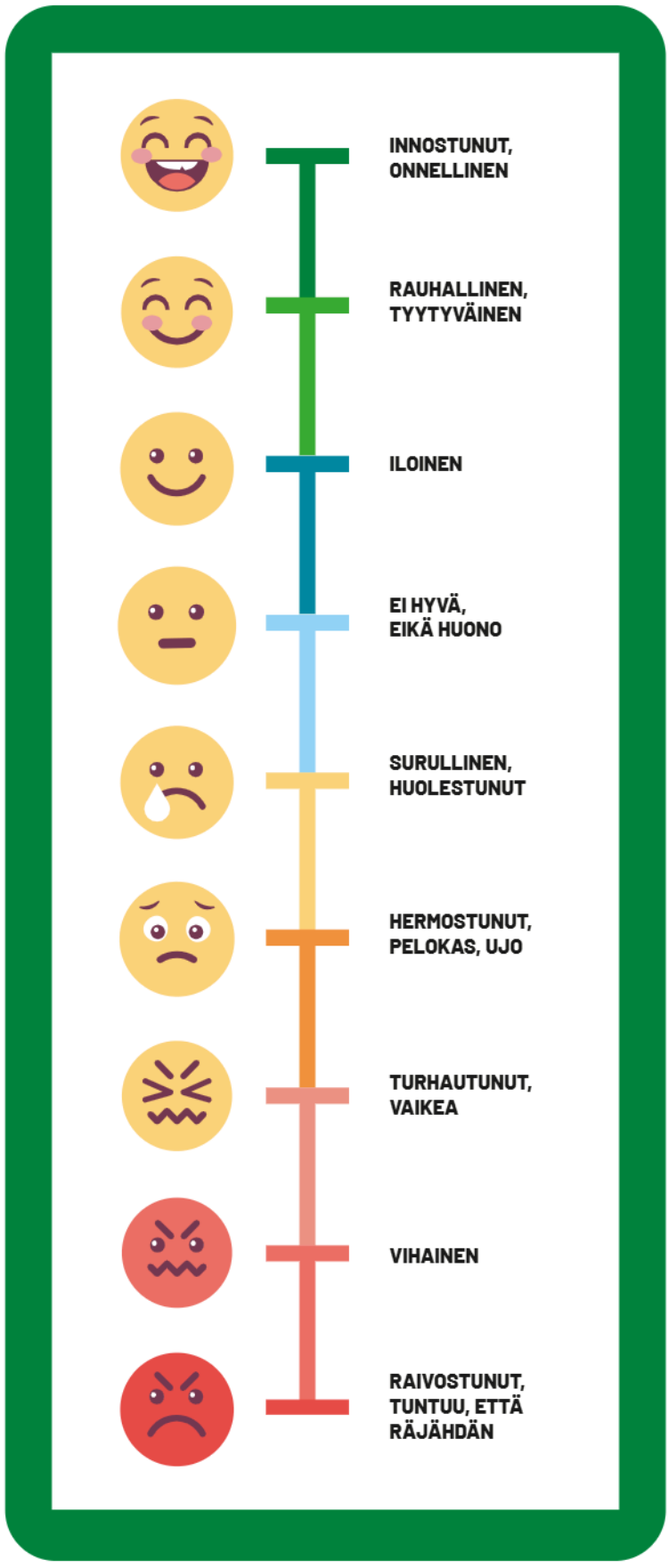

TYYTYVÄINEN	SURULLINEN	PELÄSTYNYT JÄNNITTYNYT HERMOSTUNUT KAUHISTUNUT
VIHAINEN RAIVOSTUNUT ÄRTYNYT	NOLOSTUNUT EPÄVARMA	INNOSTUNUT RIEMASTUNUT
RAUHALLINEN LUOTTAVAINEN LEVOLLINEN	YLLÄTTYNYT HÄMMÄSTYNYT	ILOINEN
ROHKEA ITSEVARMA TARMOKAS	HUOLESTUNUT	IVALLINEN KATEELLINEN

TUNNEMITTARI



Mukaillen lähteestä: viitotturakkaus.fi

TUNNEMITTARI



TUNNELAUTAPELI



Mukaillen lähteestä: viitotturakkaus.fi



LÄHTEET

Avola, P. & Pentikäinen, V. (2020) Kukoistava kasvatus: Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja. BEEhappy Publishing Oy.

Cacciatore, R. & Korteniemi-Poikela E. (2019) Sisu, tahto, itsetunto: Portaat itkupotkuraivareista aggression hallintaan. Helsinki: Minerva Kustannus Oy.

EHYT ry. (2020). Media mukana lapsen arjessa: Vinkkejä sujuvaan media-arkeen.
URL: *https://ehyt.fi/tuote/media-mukana-lapsen-arjessa/*.
Viitattu 18.2.2022.

Kuivala, A. & Poijula, H. (2021) Turvataito- ja kehotunnekasvatuksen opetusmateriaali: Esiopetus. Painatuspalvelut, Monetra Oulu Oy.
URL: *https://www.turvataitokasvatus.fi/documents/23152206/26913058/Turvallinen- Oulu_Esiopetus_A4_sahkoinen_29092021-1.pdf*.

Kuivala, A. & Poijula, H. (2021) Perusopetuksen tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali: Luokka-asteet 1-2. Painatuspalvelut, Monetra Oulu Oy.
URL: *https://www.turvataitokasvatus.fi/documents/23152206/26913058/Turvallinen-Oulu_1-2luokka_A4_sahkoinen_29092021_1.pdf*.

Kuivala, A. & Poijula, H. (2021) Perusopetuksen tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali: Luokka-asteet 3-4. Painatuspalvelut, Monetra Oulu Oy.
URL: *https://www.turvataitokasvatus.fi/documents/23152206/26913058/Turvallinen- Oulu_3-4luokka_A4_sahkoinen_29092021-1.pdf*.

Kuivala, A. & Poijula, H. (2021) Perusopetuksen tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali: Luokka-asteet 5-6. Painatuspalvelut, Monetra Oulu Oy.
URL: *https://www.turvataitokasvatus.fi/documents/23152206/23160005/Turvallinen- Oulu_5-6luokka_A4_sahkoinen_25082021-2.pdf*.

Lajunen, K., Ylenius-Lehtonen, M., & Andell, M. (2015). Tunne- ja turvataitoja lapsille. Tunne- ja turvataitokasvatuksen oppimateriaali. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Mannerheimin lastensuojeluliitto. (2020) Media mukana lapsen arjessa: Vinkkejä sujuvaan media-arkeen.
URL: *https://cdn.mll.fi/prod/2019/02/05094203/Media-mukana-lapsen-arjessa-EHYT-ja-MLL.pdf*. Viitattu 18.2.2022.

Tenhunen, T., Andell, M., Ylenius-Lehtonen M., & Lajunen, K. (2019). Turvataidoilla turvaa. Teoksessa: U. Korpilahti, H. Kettunen, E. Nuotio, S. Jokela, V.M. Nummi, & P. Lillsunde. (2019). Väkivallaton lapsuus: toimenpidesuunnitelma lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisystä 2020–2025.

