

---

# Mitä huoltajat voivat tehdä kiusaamiselle?

*Otu –oikeus turvallisuuteen,  
Eija Arvola*



# Kysy usein, mitä lapsellesi kuuluu

Miten päivä  
meni?

Oliko kiva päivä?

Miten koulussa sujuu?  
Miten oppiminen sujuu?  
Miten koulukavereiden  
kanssa menee?

Mitä sinulle  
kuuluu?

Onko kaikki hyvin?

Kerro kavereistasi.  
On turvallista,  
että minäkin tunnen  
heidät.

Kerrothan aina aikuiselle,  
jos somessa tai netissä  
tapahtuu jotain ikävää.

# Puhu lapsesi tai nuoresi kanssa jo ennen kuin kiusaamista tapahtuu

- Kerro oma asenteesi, että kiusaaminen, syrjiminen, väkivalta tai muu asiaton käytös toista kohtaan on aina väärin.
- Puhukaa, mitkä ovat luvallisia keinoja purkaa kiukkua tai vihaa. Tähän saat vinkkejä koulusi kuraattorilta.
- Kerro, että kiusaamisesta pitää kertoa jollekin aikuiselle.
- Kerro, että kiusatuksi tai syrjityksi tulemistasi ei tarvitse hävetä. Kuka tahansa voi joutua kiusatuksi tai syrjityksi tai kokea häirintää tai väkivaltaa.
- Tue lapsesi ystävyys-suhteita koulukavereihin.
- Tutustu toisiin vanhempiin. Vanhempien keskinäinen yhteistyö ehkäisee kiusaamista.

# Jos epäilet, että lastasi kiusataan

- Jos huomaat lapsen tai nuoren olemuksessa jotain poikkeavaa, kysy asiasta
  - Vetäytyminen, itkuisuus, alakulo, univaikeudet, halu jäädä kotiin ja myöhästelyt koulusta.
- Kannusta lastasi kertomaan huolistaan. Ikävistäkin asioista on tärkeä puhua.
- Varaudu siihen, että lapsi ei välttämättä halua kertoa kiusaamisesta. Yritä myöhemmin uudelleen.
  - Lapsesta voi tuntua nololta tai hän voi ajatella, että hänessä on jotain vikaa.

# **Jos lapsesi kertoo kiusaamisesta, yksinäisyydestä, häirinnästä, syrjinnästä tai väkivallasta**

- Ota asia vakavasti. Kuuntele rauhallisesti.
- Asia voi herättää voimakkaita tunteita. Älä hermostu lapsen nähden.
- Kiitä lasta, että hän kertoi sinulle.
- Kiusaamiskokemus on hyvä käsitellä. Oppilaalla on aina oikeus opiskeluhuoltoon, kuraattori, kouluterveydenhoitaja, koulupsykologi tai -psykkari

# Selvitä asia aikuisten kanssa

- Jos kiusaaminen tapahtuu koulussa, ota yhteyttä opettajaan, kouluterveydenhoitajaan, kuraattoriin ym. Valitkaa se, mikä sopii parhaiten lapselle tai nuorelle.
- Jos kiusaaminen tapahtuu harrastuksissa, ota yhteyttä ohjaajaan tai valmentajaan.
- Ilmoita vapaa-ajan kiusaamisesta kouluun, jos arvelet, että sillä on vaikutusta myös lapsesi koulunkäyntiin.

# Somessa tapahtuva kiusaminen, häirintä, syrjintä, väkivalta ja grooming

- Sopikaa somen käytön säännöistä yhdessä.
- Tutustu lapsesi käyttämiin digitaalisiin ja sosiaalisen median ryhmiin, palveluihin, pelialustoihin ym.
- Tarkistakaa eri palveluiden ja sovellusten yksityisyyden asetukset.
- Pidä kiinni somen ja pelien ikärajoista.
- Opeta lapsellesi sometaitoja: omaa kuvaa tai yhteystietoja ei jaeta somessa sellaiselle ihmiselle, jota ei ole koskaan tavattu.
- Kannusta lastasi kertomaan ikävistä asioista, vaikka ne tuntuisivatkin nololta tai hän häpeäisi niitä.

# Jos lastasi kiusataan, häiritään, syrjitään somessa, pelialustoilla tai muissa digitaalisissa palveluissa

- Jos lastasi kiusataan, hän saa asiattomia viestejä, kuvia tai videoita tai hänestä levitetään yksityisiä tietoja
  - Tallentakaa viesti, kuvat tai videot. Ottakaa esimerkiksi kuvakaappauksia.
  - Merkitkää ylös tekijän käyttäjänimi, profiili ym.
  - Ilmoittakaa asiaton viesti ylläpidolle ja poliisille.
- Jos somessa tapahtuva häirintä, kiusaaminen, uhkailu ym. liittyy oppilan kouluun, kannattaa ilmoittaa myös koululle.

# Jos lapsesi on osallistunut kiusaamiseen, häirintään, syrjintään tai väkivaltaan

- Tilanne voi aiheuttaa voimakkaita tunteita --> rauhoitu ensin ja puhu lapsesi kanssa vasta sen jälkeen.
- Kerro, että et hyväksy kiusaamista, mutta lapsesi on sinulle tärkeä ja haluat auttaa häntä.
- Pyydä lastasi kertomaan tilanteesta omin sanoin. Kuuntele, yritä olla keskeyttämättä.
- Kiitä, että lapsesi kertoi asiasta sinulle.
- Ota yhteyttä kouluun tai harrastukseen ja sovi, miten asiassa edetään.
- Muista, että lapsellasi on oikeus opiskeluhuollon palveluihin (kuraattori, kouluterveydenhoitaja, koulupsykologi ym.)
- Lasten ja nuorten riita-asioissa voitte käyttää Lapin sovittelutoimiston apua.

# Apua ja tietoa vanhemmille

- [Vanhempainnetti - Mannerheimin Lastensuojeluliitto](#)
- [Kiusaaminen - Mannerheimin Lastensuojeluliitto](#)
- [Nettikiusaaminen - Mannerheimin Lastensuojeluliitto](#)
- [mll\\_lapsi-ja-media\\_2025-www.pdf](#)
- [MLL-Nuori-ja-media-10-vinkkia-digiajan-vanhemmalle-opas-2025.pdf](#)
- [Apua nuorille ja vanhemmille nopeasti - Mannerheimin Lastensuojeluliitto](#)
  - Vanhempainpuhelin: 0800 92277
  - Päivystävä chat ja ajanvarauschat
  - Vanhempien nettikirje
  - Vanhempien keskustelupalsta
- [Vastauksia vanhempien usein pohtimiin kysymyksiin - poliisi](#)
- [Sovittelufoorumi: rikos- ja riita-asioiden sovittelu nuorille](#)
- [Rikosuhripäivystys: koulukiusaaminen](#)
- [lapha.fi/pyyda-apua](#)