

KAIJA LAJUNEN, MINNA ANDELL, MIRJA YLENIUS-LEHTONEN

# Tunne- ja turvataitoja lapsille





KAIJA LAJUNEN, MINNA ANDELL, MIRJA YLENIUS-LEHTONEN

# Tunne- ja turvataitoja lapsille

Tunne- ja turvataitokasvatuksen oppimateriaali



TERVEYDEN JA  
HYVINVOINNIN LAITOS

### **Kirjoittajat ja toimituskunta:**

**Kaija Lajunen**, *PsL, psykoterapian erikoispsykologi, perheterapeutti, FamServices Oy; kaija@lajunen.net*

**Minna Andell**, *KM, erityisluokanopettaja, Turun kaupunki, Mikaelin koulu; minna.andell@turku.fi*

**Mirja Ylenius-Lehtonen**, *LTO, erityisluokanopettaja, Turun kaupunki, Luolavuoren koulu; mirja.ylenius-lehtonen@turku.fi*

**Turren hahmo ja kirjan kuvitus:**  
**Sanna Ojanen**, *sosionomi*

### **Yhteistyöhön osallistuneet kirjoittajat:**

**Noora-Maria Ahl:** *Toimintaohje lapsen kanssa työskenteleville suuren huolen tai sen epäilyn tilanteissa; Kun lapsi on menossa poliisin kuultavaksi; Tunne- ja turvataitokasvatuksen perusteita ja periaatteita*

**Marja Darth:** *Toimintaohje lapsen kanssa työskenteleville suuren huolen tai sen epäilyn tilanteissa; Kun lapsi on menossa poliisin kuultavaksi*

**Raija Harju-Kivinen:** *Lapsen oikeudet*

**Mirkka Jalonen-Alava:** *Lapsen oikeudet*

**Maaret Kallio:** *Minä selviydyn netissä*

**Marjo Kokko:** *Kiukku ja sen kesyttäminen*

**Anniina Korhonen:** *Digitaaliset tunne- ja turvataitotehtävät (<http://static.jamk.fi/tutapelit/>)*

**Marja-Leena Laakso:** *Tunne- ja turvataitokasvatuksen perusteita ja periaatteita*

**Pirjo Lahtinen:** *Huolestuin – mitä teen?*

**Mika Lehtonen:** *Minä selviydyn netissä; Porno lasten maailmassa*

**Riikka Nurmi:** *Hyvä olo, hyvä mieli*

**Tuija Rinkinen:** *Minä selviydyn netissä; Porno lasten maailmassa*

**Anniina Sillanpää:** *Hyvä olo, hyvä mieli*

**Terhi Tuukkanen:** *Lapsen oikeudet*

**Sari Valoaho:** *Turvallisesti netissä; Nettikaveruus*

**Sirpa Valkama:** *Lapsen seksuaalinen terveys ja sen tukeminen*

**Tuija Valkonen:** *Huolestuin – mitä teen?*

**Kristiina Vuorenoja:** *Tarinoiden alkuja*

Toimitus: Maria Kuronen

Graafinen suunnittelu ja taitto: Tiina Kuoppala

Paino: PunaMusta Oy, Helsinki 2019

2. korjattu painos

**OPAS 39**

ISBN: 978-952-302-467-0

ISSN: 1798-0097

## ESIPUHE

Leikki ja uteliaisuus ympäröivästä maailmasta kuuluvat olennaisena osana lapsen elämään. Lapsen kasvaessa hänen elinpiirinsä laajenee ja lapsen elämään tulee uusia ihmisiä. Vaikka Suomi on turvallinen paikka lapselle, maailmaan sisältyy kaikenlaisia uhka- ja vaaratilanteita, joita ei parhaimmallaan suunnittelulla voida ehkäistä. Niihin voidaan kuitenkin varautua.

Tunne- ja turvataitokasvatuksen tavoitteena on antaa lapselle tietoa ja valmiuksia toimia erilaisissa uhka- ja vaaratilanteissa. Lasten on tarpeen pystyä myös itse suojelemaan itseään, jos heitä kiusataan, ahdistellaan tai kohdellaan väkivaltaisesti. Tarkoituksena ei ole pelotella lapsia, vaan antaa tietoa ja rohkaista. Tunne- ja turvataitokasvatuksella annetaan lapsille tietoa heidän oikeuksistaan ja vahvistetaan heidän itsearvostustaan ja itsemääräämisoikeuttaan. Tunne- ja turvataitokasvatus opettaa lapsille uhkatilanteiden välttämistä ja taitoja niissä toimimiseen, se antaa valmiuksia hakea apua, jos on joutunut seksuaalisen tai fyysisen pahoinpitelyn kohteeksi ja näin estää rikosten syntymistä tai mahdollista uusiutumista. Tunne- ja turvataitokasvatuksella vahvistetaan lapsen omien tunteiden tunnistamista, niiden ilmaisua ja oman käyttäytymisen säätelyä ja näin edistetään lasten vuorovaikutustaitoja ja suhteita muihin lapsiin.

Lasten turvallisuus on vanhempien ja lasten kanssa työskentelevien aikuisten vastuulla. Asiaan on kiinnitetty enenevässä määrin huomiota viime vuosikymmeninä. Naisiin kohdistuvan väkivallan vähentämisen ohjelmassa 2010–2015 yhtenä tavoitteena on puuttua väkivaltaan ennalta ja vaikuttaa väkivaltaa tukeviin asenteisiin ja käyttäytymismalleihin. Eduskunta hyväksyi alkuvuodesta 2015 Euroopan neuvoston naisiin kohdistuvan väkivallan ja perheväkivallan ehkäisemiseksi ja torjumiseksi tehdyn Istanbulin sopimuksen. Sopimuksessa korostetaan opetustoimen ja kasvatuksen merkitystä ennalta ehkäisevässä toiminnassa ja pidetään tärkeänä, että varhaiskasvatuksessa, kouluissa ja oppilaitoksissa kannustetaan väkivallattomaan ilmapiiriin ja sukupuolten tasa-arvoa arvostavaan käyttäytymiseen. Vuoden 2016 alusta voimaan tulevat uudet opetussuunnitelman perusteet ja niiden pohjalta laaditut paikalliset opetussuunnitelmat mahdollistavat aikaisempaa paremmin tunne- ja turvataitokasvatuksen. Perusopetuksen alaluokilla ympäristöoppi-oppiaineen yhtenä tavoitteena on kannustaa oppilasta edistämään terveyttä, hyvinvointia ja turvallisuutta toiminnassaan ja lähiympäristössään ja ohjata oppilasta toimimaan turvallisesti, tarkoituksenmukaisesti, vastuullisesti ja itseään suojellen.

Toivomme, että opas kannustaa lasten kanssa työskenteleviä tunne- ja turvataitoihin!

**Johanna Lammi-Taskula**

*Yksikönpäällikkö  
Terveyden ja hyvinvoinnin laitos*

**Minna Piispa**

*Erikoissuunnittelija  
Oikeusministeriö*

**Heidi Peltonen**

*Opetusneuvos  
Opetushallitus*

Jos haluat kulkea nopeasti,

kulje yksin.

Jos haluat päästä pitkälle,

kulje yhdessä toisten kanssa!

Afrikkalainen sananlasku

## KIITOKSET!

Tunne- ja turvataitoja lapsille -kirja on tehty osana sosiaali- ja terveysministeriön rahoittamaa ja Jyväskylän ammattikorkeakoulun vuosina 2012–2014 organisoimaa Tunne- ja turvataidot osaamiseksi TuTa-hanketta. Hankkeen yhteistyökumppaneina ovat olleet Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Jyväskylän ja Turun kaupunkien sosiaali-, terveys- ja sivistyspalveluiden yhteistyöverkostot, Jyväskylän yliopiston kasvatustieteiden ja opettajankoulutuksen laitokset sekä Onerva Mäen koulu.

Niin kuin kirjan aikaisemman painoksen, myös tämän syntymiseen on tarvittu laajaa yhteistyötä. On ollut koskettavaa ja todella rohkaisevaa huomata, miten eri organisaatioita, ammattialoja ja hallinnon aloja edustavat ammattilaiset ja asiantuntijat ovat olleet yhteisellä asialla ja nähneet tärkeäksi lasten turvallisuuden ja hyvinvoinnin. Eri järjestöt kuten Suomen mielenterveysseura, Väestöliitto, Pelastakaa Lapset ry, Lapsiasianvaltuutetun toimisto, Pesäpuu ry, Mannerheimin lastensuojeluliitto, Viola – väkivallasta vapaaksi ry, Lähisuhdeväkivallan ehkäisyn kansallinen osaamiskeskus -hanke (Aarre) ja Ensi- ja turvakotien liitto ovat myös antaneet omaa erityisosaamistaan kirjan teon eri vaiheissa.

Yhteistyöhön osallistuneiden tahojen ja kirjoittajien lisäksi kiitämme lämpimästi seuraavia Tunne- ja turvataitoja lapsille -oppimateriaalia kommentoneita ja sen syntymiseen muutoin myötävaikuttaneita henkilöitä: Päivi Ahonen, Riitta Ala-Luhtala, Pirjo Ervasti, Julia Fält, Marjo Hannukkala, Minna Hirvonen, Juha Holma, Anu Huovinen, Eija Huttunen, Tuomo Hämäläinen, Katja Ihamäki, Eeva Iisakka, Tapio Ikonen, Tiina Isosaari, Leena Jalava, Karoliina Kontoniemi, Tuija Korhonen, Pauliina Kupila, Anneli Kuusinen, Mari Laiho, Aarno Laitila, Hanna Lajunen, Heimo Lajunen, Katja Lampinen, Sanna Leppänen, Tuulikki Lindh, Tiina Linnove, Eveliina Loijas, Marjo Makkonen, Minna Martin, Pia Marttala, Kaija Matinheikki-Kokko, Heidi Miettinen, Satu Moisiö, Riikka Niemi, Niina Nurminen, Marjatta Ollikainen, Kaija Pakarinen, Merja Pihlajasaari, Tiia Posa, Jaana Pynnönen, Maarit Pöyhönen, Marie Rautava, Elina Ristimäki, Eeva Salonen, Tuija Sievänen, Auli Siltanen, Satu Tallgren, Kirsi Tiainen, Arja Vauhkonen ja Jutta Wiklund. Lasten paras on yhteinen asia!

Erityiset kiitoksemme osoitamme kuvittaja Sanna Ojaselle, jonka kanssa olemme saaneet kokea riemastuttavia hetkiä Turre-koiran matkassa, sekä Luolavuoren koulun rehtori Hannele Mustoselle, Mikaelin koulun rehtori Jyrki Latvalle, näiden koulujen henkilöstölle ja oppilaille, Turun kaupungin sivistystoimialajohtaja Timo Jaloselle sekä Jyväskylän ammattikorkeakoulun Tunne- ja turvataidot osaamiseksi -hankkeen hankepäälikölle, lehtori Sirpa Valkamalle, jotka kaikki ovat innostaneet ja luoneet tarvittavia puitteita tämän materiaalin laatimiseen. Lämmin kiitos myös perheillemme tuesta ja kannustuksesta.

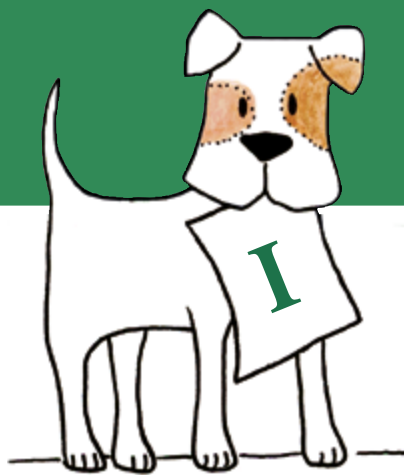
**Kaija, Minna ja Mirja**

# SISÄLLYS

ESIPUHE .....	3
KIITOKSET .....	5
<b>I TUNNE- JA TURVATAITOKASVATUKSEN PERUSTEITA JA PERIAATTEITA .....</b>	<b>8</b>
JOHDANTO.....	9
Tunne- ja turvataitoja lapsille – perusteita ja periaatteita .....	11
1. Tunne- ja turvataitokasvatus pähkinänkuoressa .....	11
2. Miksi tunne- ja turvataitoja?.....	12
3. Tunne- ja turvataitokasvatuksen periaatteita .....	17
<b>II TURVATAITOTUNTIEN TEEMAT JA TOTEUTUS .....</b>	<b>23</b>
ENNEN KUIN ALOITAT .....	24
<b>MINÄ OLEN ARVOKAS JA AINUTLAATUINEN .....</b>	<b>27</b>
Aluksi .....	28
TUTUSTUMINEN JA RYHMÄITYMINEN.....	29
Pelisäännöt .....	29
Lempiesineeni .....	33
Tutustumme toisiimme .....	35
TUNNE OMA ARVOSI .....	38
Olen ainutlaatuinen .....	38
Huomaa hyvä itsessäsi.....	42
Aina en onnistu .....	51
MINUSTA TUNTUU .....	57
Lupa kaikenlaisiin tunteisiin.....	57
Vaihtuvat tunteet .....	67
Kiukku ja sen kesyttäminen .....	72
En ole koskaan pelännyt niin kuin silloin .....	77
OIKEUS OLLA TURVASSA .....	83
Lapsen oikeudet .....	83
Minä turvassa.....	89
Minusta huolehditaan .....	92
Kun olo on turvaton .....	98
Turvallisesti netissä .....	102
KOHTI HYVÄÄ ELÄMÄÄ.....	106
Hyvä olo ja hyvä mieli .....	106
Pidän huolta itsestäni .....	112
PALAUTE .....	115
<b>OLEMME HYVIÄ KAVEREITA .....</b>	<b>117</b>
Aluksi .....	118
YSTÄVYYYS, KAVERUUS JA YHDESSÄOLO .....	119
Kaikkien kanssa kaveri .....	119
Minä, sinä, me! .....	123
Nettikaveruus.....	130
Kiva kaveri ja kurja kaveri .....	133
Huomaa hyvä toisessa .....	137
MUTKIA MATKASSA.....	143
Kun leikki ei suju.....	143
Nyt riitti! – Huomaa kiusaaminen ja lopeta se! .....	148
Kiva kaveri ei kiusaa.....	156
Jos kiusataan? .....	161
Kaveruuden sopimus .....	165



<b>KYLLÄ MINÄ PÄRJÄÄN</b> .....	169
Aluksi .....	170
<b>LUPA RAJOIHIN JA TURVAAN</b> .....	171
Lupa omaan tilaan ja yksityisyyteen .....	171
Lupa omiin rajoihin.....	175
Turvallinen koti.....	180
<b>LAPSI ON KOSKETUKSISSA MONIEN KANSSA</b> .....	185
Lapsi on kosketuksissa monien kanssa.....	185
Vihreän ja punaisen valon kosketuksia.....	194
<b>MINÄ SELVIYDYN</b> .....	200
Minä selviydyn .....	200
Minä selviydyn netissä.....	210
<b>TURVALLISESTI ETEENPÄIN</b> .....	218
Kaikki tarvitsevat hyviä kosketuksia ja kauniita sanoja .....	218
<b>PALAUTE</b> .....	225
<b>KESKUSTELUILTA HUOLTAJILLE</b> .....	227
Keskusteluillan runko .....	228
Tunne- ja turvataitokasvatuksen sisältö ja toteutus .....	229
<b>III AARREARKKU</b> .....	231
1. LEIKKEJÄ, PELEJÄ JA TARINOITA.....	232
1.1. Leikkejä ja pelejä .....	232
1.2. Tarinoita .....	240
1.3. Tarinoiden alkuja .....	244
2. HARJOITUKSIA .....	250
2.1. Mielikuvaharjoituksia .....	250
2.2. Hengitysharjoituksia ja hyväksyvän ja tietoisien läsnäolon harjoituksia .....	251
2.3. Rajaharjoituksia .....	252
2.4. Häätäpuhelun 112 soittaminen .....	253
3. MENETELMIÄ LASTEN KANSSA TYÖSKENTELEMISEEN .....	254
<b>IV HUOLESTUIN – MITÄ TEEN?</b> .....	257
1. Ohjeistuksia ja työvälineitä ammattilaiselle lapseen liittyvän huolen tilanteisiin.....	258
2. Kun lapsi tuo tai on tuonut esille sinua huolestuttavia asioita – Lapsen kanssa puhuminen.....	259
3. Lapsen liittyvän huolen puheeksi ottaminen huoltajien kanssa.....	260
4. Toimintaohje lapsen kanssa työskenteleville suuren huolen tai sen epäilyn tilanteissa.....	261
5. Kun lapsi on menossa poliisin kuultavaksi – ohjeita lapsen lähiaikuiselle, kun lapsi saa kutsun tulla kuultavaksi rikosepäilyyn liittyen .....	267
6. Turvakeskustelu lapsen turvan ja turvataitojen vahvistamiseksi.....	267
7. Hyödyllistä luettavaa .....	271
7.1. Lapsen seksuaaliterveys ja sen tukeminen .....	271
7.2. Porno lasten maailmassa .....	272
<b>LIITE 1. TILANNEANALYYSIKAAVAKE TYÖSSÄ KEHITTÄMISEN VÄLINEENÄ</b> .....	274
<b>LIITE 2. HUOLEN VYÖHYKKEET</b> .....	275



# TUNNE- JA TURVATAITOKASVATUKSEN PERUSTEITA JA PERIAATTEITA

## JOHDANTO

”Kaikki murheet lasten on nostettava valoa vasten, että aikuiset näkevät miksi lapset itkevät.

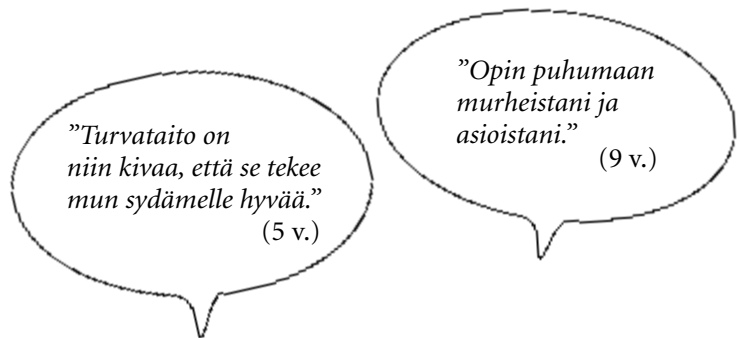
Hälvenee vain siten huoli, näkyy polun valoisampi puoli.”

Eppu Nuotio

Tunne- ja turvataitoja lapsille -oppimateriaali on uudistettu teos Stakesin vuonna 2005 julkaisemasta Turvataitoja lapsille -oppimateriaalista (Lajunen, Andell, Jalava, Kempainen, Pakkanen & Ylenius-Lehtonen, 2005). Aikaisempi oppimateriaali syntyi kunta- ja ammattikuntarajat ylittävän moniammatillisen verkoston työskentelyn tuloksena. Ponttien tällöin spontaanisti ja ruohonjuuritasolla syntyneen ammattilaisten verkostoitumiselle antoivat eri paikkakunnilla esille tulleet laajat lapsiin kohdistuvan seksuaalisen hyväksikäytön tapaukset. Niin vanhemmat kuin ammattilaiset havahtuivat siihen, että lapset itsekin tarvitsevat opastusta itsestä huolen pitämiseen. Aikuiset eivät aina voi, erityisesti lasten kasvaessa ja reviirin laajentuessa, suojella lasta. Siksi lasten on itsensäkin saatava valmiuksia, joiden avulla he voisivat puolustaa oikeuttaan henkilökohtaiseen koskemattomuuteen. Rohkaisua ja mallia saatiin tällöin Kotkan turvakasvatustyöryhmältä (Kempainen & Pakkanen, 2002; Herttua-Ruuskanen, Kempainen & Paatero, 2003), joka jo 1990-luvun alusta lähtien oli ulkomaisten ohjelmien (mm. Elliott, 1989, 1990, 1991) ja kotimaisenkin pioneerityön (Juvonen, 1994) inspiroimana kehittänyt turvakasvatuksen materiaalia lasten ja nuorten ohjaukseen. Turvataitokasvatuksen yhteistyöverkosto otti ensisijaiseksi tavoitteekseen kehittää nimenomaan koulujen ja päivähoiton käyttöön helposti käytettävää turvallisuuspainotteista oppimateriaalia ja työtapoja, joiden avulla lapset saisivat valmiuksia suojella itseään kaikenlaisissa väkivallan, häirinnän ja kiusaamisen tilanteissa. Kauaskantoisena ajatuksena oli, että tulevaisuudessa kaikki lapset tasavertaisesti Suomessa saisivat turvataitokasvatusta omista kasvu- ja oppimisympäristöissään ja että he sen rohkaisemana voisivat myös välttyä joutumasta turvallisuutta uhkaaviin tilanteisiin.

Tänä päivänä tämä unelma on huomattavasti lähempänä toteutumista. Monilla paikkakunnilla turvataitokasvatus on sisällytetty jo vuosia varhaiskasvatuksen ja koulujen opetussuunnitelmiin ja nyttemmin myös kuntien lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmiin. Kymmenen vuoden aikana Turvataitoja lapsille -oppimateriaali on ollut laajasti käytössä. Lapset eri puolilla Suomea ovat oppineet turvataitoja kouluissa, varhaiskasvatuksessa ja muussa lapsityössä.

Turvataitokasvatus on koettu tärkeäksi vanhempien, kasvattajien, opettajien ja lasten näkökulmasta. Lapset ovat olleet lapsilähtöisistä ja toiminnallisista ”turvituokioista” tai ”Turre-tunneista” innostuneita. He ovat saaneet puhua omista tärkeistä asioistaan ja tulleet kuulluiksi. Lapset ovat oppineet yhdessä pohtien ja harjoitellen, tutun aikuisen ja Turre-koiran opastamina turvaohjeita turvallisuutta uhkaaviin tilanteisiin: Sano EI, Lähde pois ja Kerro turvallisuudelle aikuiselle.



Vanhemmat ovat kokeneet turvataitokasvatuksen tärkeäksi tueksi omalle kasvatustyölle. Kotitehtävät ovat valaisseet lasten näkökulmaa ja kokemuksia vanhemmille sekä herätelleet ja tukeneet teemoihin liittyvää keskustelua lasten ja aikuisten välillä.

”Hyvin tärkeä ja ajankohtainen aine. Erityisesti nettiturvallisuuden koen tärkeäksi aiheeksi nykyisessä sosiaalisen median kasvavassa käytämisessä. Omien tunteiden ilmaisu ja erityisesti niiden hallinta ovat myös tärkeitä ja hyödyllisiä.”

”Hienoa, kun lapsi on itsekin saanut mieltä, mitä hyviä puolia hänessä on. Ihana nähdä iloinen ilme, kun lapsi keksii itsestään jotain hyvää. Mielestäni turvataidoista täytyy puhua paljon. Hyvä että niitä käydään läpi koulusakin.”

”On tärkeää opettaa itsensä hyväksymistä sekä muiden erilaisuuden hyväksymistä.”

Opettajien ja lapsiryhmien ohjaajien mielestä turvataitokasvatus on nivoutunut hyvin osaksi varhaiskasvatuksen suunnitelmia ja opetussuunnitelmia. Sitä on pidetty ajankohtaisena ja lapsen turvallisuutta ja hyvinvointia vahvistavana. Turvataitokasvatus on lisännyt oppilaantuntemusta, luonut yhteisöllisyyttä ja yhteisiä pelisääntöjä, vahvistaen kaikkien turvallisuutta. Työntekijöillä on aluksi voinut olla pelkoja ajan ja omien taitojen riittävyydestä. Huolta on voinut olla siitä, miten osaa kuunnella lapsia, puhua erilaisista kosketuksista ja toimia oikein. Kokemuksen, koulutuksen ja yhdessä tekemisen myötä huolet ovat vähentyneet ja taidot lisääntyneet. Prosessiin uskaltautuminen on antanut paljon.

”Niissä oppii olemaan hyvä kaveri.”

(12 v.)

”Nettiturvatunneista on ollut apua nettipedojen suhteen.”

(13 v.)

”Opettaja näkee konkreettisesti, kuinka tärkeä tämä aihe on. Turvallisuuden käsin kosketettava tunne turvataitotunneilla on uskomaton ja hieno! Nettikiusaaminen avautui oppilaille jotenkin konkreettisesti näkökulmasta ja sai aikaan monenlaista pohdintaa – vastuun tiedostaminen niin itsestä kuin muista.”

”Turre-tuokiot ovat kouluviikon aikana hetkiä, jolloin oppilaat kokevat tulevaisuutta kuulluiksi ja ymmärretyksi. Turvataito-tuntien merkitys lapsen itsetunnon vahvistamiseksi kiteytyy seuraavissa lapsilta ja heidän perheiltään tulleista ajatuksista: Uskallamme olla oma itsemme! Olemme täydellisiä sellaisina kuin olemme!”

Tunne- ja turvataitoja -oppimateriaali on ollut myös sosiaali- ja terveystoimen ammattilaisten käytössä lasten yksilö- ja ryhmäkohtaisessa kuntoutuksessa sekä perhetyössä erityisesti silloin, kun huolta lasten rajojen rikkomisesta ja kaltoinkohtelusta on tullut esille. Tällöin lapset ovat saaneet tietoa oikeudestaan koskemattomuuteen ja turvallisten aikuisten apuun sekä taitoja itsekin suojella itseään ja rajojaan. Kokemuksia eri puolilta kuullessamme olemme tulleet yhä vakuuttuneemmiksi siitä, että lapset todella hyötyvät turvataitojen oppimisesta!

Lasten maailma on kuitenkin muuttunut 10 vuodessa, ja siksi oppimateriaalin päivittämiseen on ollut tarvetta. Netin ja älykännyköiden yleistymisen myötä myös kiusaaminen, häirintä ja väkivalta ovat saaneet uusia muotoja. Yhä nuoremmat lapset voivat netissä altistua mieltä järkyttävälle kuville ja videoille. Lapsista seksuaalisesti kiinnostuneet henkilöt toimivat sosiaalisessa mediassa. Paitsi uusia uhkia, myös mahdollisuuksia lasten suojelemiseen on tullut. Lainsäädäntöä (mm. lastensuojelulaki, rikoslaki, opiskelija- ja oppilashuoltolaki) on uusittu ja uusitaan. Hyödyllistä tietoa lasten kasvun ja kehityksen tukemisesta, esimerkiksi tunteiden merkityksestä ja niiden säätelystä, on vuosien varrella tullut lisää. Myös hyviä oppimateriaaleja ja ohjelmia on tullut esimerkiksi tunne- ja turvataitojen sekä sosiaalisten taitojen oppimiseen, kiusaamisen ehkäisyyn, lapsen oikeuksien tiedostamiseen ja nettiturvallisuuden lisäämiseen. Kaikki nämä muutokset ja myönteinen kehitystyö ovat omalta osaltaan siivittäneet oppimateriaalin uudistamiseen.

Tunne- ja turvataitoja lapsille -oppimateriaalin puolisena lankana on turvallisuus ja oman ja toisten ihmisarvon ja loukkaamattomuuden kunnioittaminen. Aikaisempaa painosta terävämmin on pyritty syrjäytymisen ehkäisyyn, erilaisuuden hyväksymiseen, monikulttuurisuuden huomiointiin, yhteisöllisyyteen ja yhteiseen hyvinvointiin sekä empatiakyvyn edistämiseen. Uusina teemakokonaisuuksina ovat lapsen oikeudet, mielen hyvinvointi, netin turvallisen käyttäminen, lupa omaan tilaan ja yksityisyyteen ja oikeus turvalliseen kotiin. Tunteisiin ja niiden säätelyyn liittyvää aineistoa on lisätty, mikä näkyy myös kirjan nimessä. Kuvitusta on uusittu ja menetelmiin on tuotu lisää kehollisuutta, hyväksyvän läsnäolon sekä mielikuvituksen ja tarinoiden voimaa. Aiemman painoksen toimivat tehtävät on säilytetty samalla niitä päivittäen. Turre Turvakoira lasten opastajana on hyödynnetty tietoisemmin.

Tunne- ja turvataitokasvatus saattaa rohkaista lapsia kertomaan huolistaan ja peloistaan aikuisille, joihin he luottavat. Tällaisiin tilanteisiin ammattilaisten on hyvä varautua etukäteen. Kirjaan onkin sisällytetty päivitettyjä ohjeistuksia mm. monialaiseen yhteistyöhön, lapsen kanssa puhumiseen sekä huolen puheeksi ottamiseen vanhempien kanssa. Tunne- ja turvataitoja lapsille -oppimateriaalin uusimisen rinnalla ja vuoropuhelussa ollen on Onerva Mäen erityiskoulussa Jyväskylässä tuotettu turvataitoihin liittyvää nettimateriaalia (Lahtinen, Ristimäki & Oikari, 2015). Tästä niin kuin myös muista Tunne- ja turvataitot osaamiseksi -hankkeesta tuotetuista materiaaleista ([www.jamk.fi/tuta](http://www.jamk.fi/tuta)) saa täydentävää aineistoa lasten ja perheiden kanssa työskentelyyn.

## LÄHTEET

- Elliott, Michele 1989: Dealing with child abuse. The Kidscape Training Guide. London.
- Elliott, Michele 1990: Teenscape. A Personal Safety Programme for Teenagers. London.
- Elliott, Michele 1991: Feeling Happy, Feeling Safe. London.
- Herttua-Ruuskanen, Mirja & Kemppainen, Kaija & Paatero, Sirpa 2003: Pidän huolta itsestäni. Turvataitokasvatuksen materiaalia noin 12-vuotialle. Kotkan turvakasvatustyöryhmä. Julkaisematon materiaali.
- Juvonen, Aila 1994: Skidikantti – Lapsen tie objektista subjektiksi. Helsinki: Lastensuojelun Keskusliitto.
- Kemppainen, Kaija & Pakkanen, Marjo 2002: Tenavien TurvaTaito. 5–8-vuotiaat pitävät huolta itsestään. Kotkan turvakasvatustyöryhmä. Julkaisematon painos.
- Lahtinen, Pirjo, Ristimäki, Elina & Oikari, Helvi 2015: Turvataitoja oppimaan – ryhmämalleja ja materiaaleja turvataitokasvatukseen. <http://www.onetti.fi/oppimisen-tuki/>
- Lajunen, Kaija & Andell, Minna & Jalava, Leena & Kemppainen, Kaija & Pakkanen, Marjo & Ylenius-Lehtonen, Mirja 2005: Turvataitoja lapsille. Turvataitokasvatuksen oppimateriaali. Stakes.

# TUNNE- JA TURVATAITOJA LAPSILLE – PERUSTEITA JA PERIAATTEITA

KAIJA LAJUNEN, NOORA-MARIA AHL, MINNA ANDELL, MARJA-LEENA LAAKSO, & MIRJA YLENIUS-LEHTONEN

## 1. Tunne- ja turvataitokasvatus pähkinänkuoressa

### Tunne- ja turvataitokasvatuksella pyritään

- lasten turvallisen kasvun edistämiseen
- lasten omien tunne- ja turvataitojen vahvistamiseen
- aikuisten ”turvaverkon” ja yhteistyön tiivistämiseen
- kiusaamisen, häirinnän ja väkivallan ehkäisyyn.



### Tunne- ja turvataitokasvatuksen tavoitteena lapsen näkökulmasta on

- vahvistaa lapsen itsearvostusta, itsetuntemusta ja itseluottamusta
- lisätä lapsen tunnetaitoja
- vahvistaa lapsen sosiaalisia taitoja ja hyviä kaverisuhteita
- lisätä lapsen tietoisuutta omasta kehostaan ja itsemääräämisoikeudestaan
- auttaa lasta tunnistamaan uhkaavia tilanteita
- antaa lapselle valmiuksia ja rohkeutta toimia jämäkästi ja itseään suojellen
- ohjata lapsia kertomaan huolistaan luotettavalle aikuiselle.

Tunne- ja turvataitokasvatuksen avulla lapset oppivat taitoja, joilla he voivat välttyä joutumasta kiusaamisen, häirinnän ja väkivallan tilanteisiin tai niihin joutuessaan osaavat suojella itseään ja turvautua luotettavien aikuisten apuun. Tunne- ja turvataitokasvatus ei kuitenkaan ole vain selviytymiskeinojen oppimista, vaan laaja-alaista lapsen hyvinvoinnin ja kehityksen tukemista. Tunne- ja turvataitokasvatus edistää lapsen itsetuntemusta, itsearvostusta ja itseluottamusta, tunne- ja vuorovaikutustaitoja, hyviä ihmissuhteita ja kannustaa lapsia huolissaan ja peiloissaan kääntymään turvallisen aikuisen puoleen. Jotta lapsi käytännössä alkaisi soveltaa oppimiaan turvaohjeita, hänen on nähtävä itsensä arvokkaana, hyvän kohtelun ja huolenpidon arvoisena. Hänen

on myös opittava tunnistamaan tunteita ja huomiomaan niitä. Tunteet auttavat häntä mm. tietämään, milloin hän on turvassa ja milloin uhattuna. Lapsi tarvitsee rohkaisua siihen, että hänellä on oikeus kuunnella omia ”hälytyskellojaan” ja toimia itseään suojelevasti ja apua aikuisilta pyytäen. Lapsi tarvitsee myös tietoa siitä, että hänellä on oikeus turvalliseen elämään, koskemattomuuteen ja aikuisten antamaan hoivaan ja suojaan. Hyvät vuorovaikutustaidot auttavat lasta solmimaan ja ylläpitämään hyviä ihmissuhteita, mikä sinällään voi suojella lasta ajautumas- ta hyväksikäyttäviin ihmissuhteisiin.

Tunne- ja turvataitokasvatuksella pyritään ehkäisemään lapsiin kohdistuvaa väkivaltaa ja kaltoinkohtelua. Tähän pyritään turvallisuuspainotteisesti, lapsen turvallisuuden ja toimijuuden kokemusta vahvistamalla, mutta samalla myös aikuisten ”turvaverkko” ja yhteistyötä tiivistämällä ja valppautta lisäämällä. Vaikka lapset saavat keinoja itsestä huolehtimiseen, ei vastuuta lasten turvallisuudesta kuitenkaan sälytetä heidän omille harteilleen. Vastuu lasten hyvinvoinnista on kaikilla aikuisilla, erityisesti hänen lähipiirissään olevilla. Aikuisten on turvattava lapsille kasvurauha. On tärkeää, että lasten ympärillä olevat aikuiset osoittavat välittämistä, kiinnostusta ja huolenpitoa lapsia kohtaan, ovat valppaita ja käyvät keskustelua lasten suojaamisesta vahingoittavilta ja mieltä järkyttäviltä kokemuksilta sekä sopivat yhdessä elämisen pelisäännöistä ja rajoista. Yhteisöllisyys ja yhteistyö ovat tärkeitä tunne- ja turvataitokasvatuksen periaatteita.

### Perustana lapsen ihmisoikeudet

Tunne- ja turvataitokasvatus on ihmisoikeuksiin perustuvaa kasvatusta (Ala-Luhtala, Lottes, & Valkama, 2014). Ihmisoikeuksien yleismaailmallinen julistus (1948) korostaa jokaisen ihmisen myötäsyttyistä arvoa, oikeutta tasa-arvoon ja vapautta syrjinnästä. Ihmisoikeudet kuuluvat täysimääräisesti myös jokaiselle lapselle. Lasten ihmisoikeuksia on tarkemmin määritelty YK:n lapsen oikeuksien julistuksessa, jonka noudattamiseen myös Suomi on allekirjoituksellaan (1991) sitoutunut. Sopimuksen sisältö on tiivistettävissä kolmeen kohtaan: Lapsella on oikeus erityiseen suojeluun ja hoivaan (protection), riittävään osuuteen yhteiskunnan voimavaroista (provision) ja oikeuteen osallistua ikänsä ja kehitystasonsa mukaisesti itseään koskevaan päätöksentekoon (participation). Vaikka lapsen oikeuksien sopimus tunnustaa

perheen keskeisen merkityksen lapsen hyvinvoinnille, se nostaa lapset itsenäisiksi oikeuksien omistajiksi taaten heille oikeuden mm. identiteettiin, yksityisyyteen, tiedonsaantiin, ajattelun- ja omantunnon vapauteen ja itseilmaisuuksiin (Flowers, 2012). Lapsen oikeudet määrittelevät lapset itsenäisiksi toimijoiksi, joilla on valmiuksia ja kyvykkyyttä selviytyä haasteellisissa tilanteissa. Lapsen oikeudet ovat aikuisten velvollisuuksia. Aikuisten tehtävänä on omilla toimillaan paitsi suojella lapsia kaikelta väkivallalta ja kaltoinkohtelulta myös auttaa heitä pääsemään osallisiksi sellaisesta tiedosta ja hankkimaan sellaisia taitoja, joiden avulla he pystyisivät tekemään omaa hyvinvointiaan edistäviä ja koskemattomuuttaan suojaavia valintoja omassa elämässään. Lapsen oikeudet velvoittavat valtioita, vanhempia, kaikkia lasten parissa toimivia ammattilaisia ja lapsia itseäänkin. Lapsella on oikeus saada suojelua väkivallalta, mutta lapsi itseään ei saa kiusata eikä vahingoittaa toisia millään tavalla. Lapsen oikeudet eivät tarkoita sitä, että lapsella olisi oikeus tehdä mitä tahansa ilman, että aikuisella on oikeus puuttua siihen. Lapsen oikeudet on otettu arvoperustaksi myös kansalliseen lainsäädäntöön ja moniin kansainvälisiin sopimuksiin.

## 2. Miksi tunne- ja turvataitoja?

### Turvallisuus on perustarve ja ihmisen oikeus

Tunne- ja turvataitokasvatuksella pyritään edistämään nimenomaan inhimillistä, ihmisten välisissä suhteissa ilmenevää turvallisuutta ja sen kokemusta. Turvallisuus on yksilön tai ryhmän tila, jossa on mahdollisimman vähän asioita, jotka uhkaavat ihmisen minuutta ja synnyttävät pelkoa, häpeää, syyllisyyttä tai arvottomuuden tunnetta (Aalto, 2002). Turvallisuus ei kuitenkaan ole vain sitä, että uhka on poissa, vaan myös syvää tietoisuutta hyväksytyksi tulemisesta. Turvallisuus on ihmisen perustarve, johon jokaisella on oikeus ja johon ihminen pyrkii (Niemelä, 2000). Ihminen pyrkii kohti turvallisuutta ja eheyttä silloinkin, kun hänen sisäistä tasapainoaan on horjutettu. Lapsen levottoman tai rajattoman käyttäytymisenkin takana voi nähdä lapsen pyrkimystä varmistaa oma turvallisuus.

Turvallisuuden vahvistamiseen on kaksi lähdettä, aikuisten antama hoiva ja läheisten turva ja toisaalta lapsen oma selviytyminen (Kirmanen, 2000; Lahikainen, 2000). Aikuisten antama riittävä ja oikea-aikainen hoiva sisäistyy perusturvallisuudeksi ja luottamukseksi. Merkityksellistä tässä on se, kuinka lasta tuetaan tunteiden säätelyssä. Lapsen itsenäisesti saamat kokemukset onnistuneista tilanteista ja pelon hallinnasta ovat tärkeitä omaa autonomiaa vahvistavia kokemuksia, jotka lisäävät hänen turvallisuuden tunnettaan.

Turvallisuuden tunteen kehittämisessä lähtökohtana on perustavanlaatuisen kokemus jatkuvuudesta, asioiden ennakoitavuudesta sekä mahdollisuudesta vaikuttaa tai hallita tapahtumien kulkua. Luottamus itseen ja toisiin rakentuu, kun lapsi huomaa, että hänen tunteillaan ja tarpeillaan on väliä ja että ne otetaan huomioon vaikkakaan aina ei voitaisikaan toimia niiden mukaan. Vaikka lapsi on aikuisten hoivasta ja huolenpidosta riippuvainen, on hänen sisäisen turvallisuuden tunteen kehittymisen kannalta keskeistä, että hän saa kokemuksia omista vaikutusmahdollisuuksistaan siihen, mitä hänelle tai hänen lähipiirissään tapahtuu ja tunteen siitä, että elämä ympärillä on jollain lailla ymmärrettävissä ja hallittavissa. Tämä edellyttää, että lapsen on saatava ikä- ja kehitystaso huomioon ottaen tietoa asioista. Ilman asiallista tietoa lapsi ei voi ymmärtää ja hallita ilmiöitä ympärillään, ja tämä tuottaa turvattomuuden tunnetta. Tiedon tarjoamisen lisäksi aikuisten on huolehdittava, että lapsi saa keinoja selviytyä häntä kohtaavista tilanteista ja hänelle on turvattava toivon ja mielekkyyden kokemus. Aron Antonovskyn (1993) mukaan ihmisen kokemus elämän hallinnasta vaikeissa kokemuksissa säilyy, kun hän voi ymmärtää, mitä ympärillä tapahtuu, kun hänellä on käsitys siitä, miten hän voi omalla toiminnallaan vaikuttaa asioihin ja kun hän voi kokea omat ponnistelunsa vaivan arvoisiksi eli että elämässä ja ponnisteluissa on mieli ja tarkoitus.

Kaikenlainen väkivalta ja huono kohtelu, jossa lapsi joutuu kokemaan itsensä voimattomaksi ja avuttomaksi ja jossa hän joutuu kohtaamaan jotain käsittämätöntä ja ylivoimaista, horjuttaa turvallisuuden ja hallinnan tunnetta. Tällöin on erityisen tärkeää kiinnittää huomiota elämän hallinnan säilyttämiseen tai sen palauttamiseen. Lasta ei saa jättää yksin vaikeiden kokemusten kanssa, vaan hänen on saatava apua kokemustensa, ajatustensa ja tunteidensa jäsentämiseen (ks. Lapsen kanssa puhuminen s. 259). Hallinnan kokemuksen näkökulmasta on myös tärkeää, että hänen kysymyksiään kuunnellaan ja niihin vastataan. Hänen on saatava tietoa siitä, mitä hän itse voi tehdä itsensä suojelemiseksi ja aikuisten avun saamiseksi ja mitä hänen turvallisuuttaan vahvistavia päätöksiä aikuiset tekevät tai ovat jo tehneet (ks. s. 267 Turvakeskustelu lapsen turvan ja turvataitojen vahvistamiseksi). Mielekkyyden ja voiman omaamista itsestä huolen pitämiseen ja turvaohjeiden käyttöön ottamiseen tulee mm. siitä kokemuksesta, että on jollekin tärkeä ja rakas. Rikosepäilyihin ja lastensuojelullisiin selvittelyihin liittyen on lapsen edun lisäksi tärkeää miettiä, kuinka lapsi voi pysyä osallisena omassa asiassaan sekä millaista tietoa asioiden etenemisestä hän tarvitsee (ks. s. 267, Kun lapsi on menossa poliisiin kuultavaksi).

## Turvallisuus on oppimisen edellytys

Turvallisuus on oppimisen edellytys. Kun lapsi kokee olonsa turvalliseksi, hänellä on halua ja kykyä avautua tutkimaan ympäristöään (Hautamäki, 2001; Ruusanen, 2011). Jos hän on epävarma turvallisuudestaan, hän on varuillaan ja valppaana toimimaan uhkien torjumiseksi. Tällöin keskittyminen leikkiin ja oppimiseen häiriintyy. Lapsi kykenee käsittelemään kokemuksiaan ja tunteitaan ja oppimaan uutta vain tuntiessaan olonsa turvalliseksi. Siksi huomion kiinnittäminen turvallisuuteen lasten kasvu- ja kehitysympäristöissä on välttämätöntä. Lapsuus ja nuoruus on koko ajan uuden oppimista ja opettelua ja siihen täytyy olla voimavaroja käytössä, jotta lapsi pääsisi kehityksessään eteenpäin.

Oppiminen edellyttää yksilön aktiivista osallisuutta oppimistilanteessa. Mikäli lapsi ei koe emotionaalista turvallisuuden tunnetta, lapsen aktiivinen läsnäolo tilanteessa heikkenee ja sen myötä mahdollisuus uuden tiedon omaksumiseen (mm. Koomen, Leeuwen & van der Leij, 2004). Kyky keskittyä, painaa mieleen asioita ja pohtia asioiden välisiä yhteyksiä vaatii paljon psyykkistä energiaa. Lapsella, jonka mielessä on koko ajan epävarmuus siitä, mitä on tapahtumassa ja huoli omista mahdollisuuksista hallita tilannetta tai vaikuttaa asioiden kulkuun, ei ole käytössä uuden oppimisen vaatimaa psyykkistä energiaa eikä hänen mielentilansa siis ole avoin uuden oppimiselle. Jotta lapsi voisi olla utelias ja aktiivinen tiedon etsijä ja tuottaja, hänen täytyy kokea sisäistä turvallisuuden ja hallinnan tunnetta niin, että hän ymmärtää, mitä on tapahtumassa, mitä häneltä odotetaan ja että hän voi omalla toiminnallaan vaikuttaa tilanteen kulkuun.

## Lait ja opetussuunnitelmat velvoittavat

Opetussuunnitelmat ja lainsäädäntö tuovat velvoituksia lasten kasvuympäristöjen turvallisuudesta huolehtimiseen. Tunne- ja turvataitokasvatuksen tavoitteet ja sisällöt tarjoavat välineitä näiden velvoitteiden toteuttamiseen.

*Lastensuojelulaissa (2007)* määritellään lapsen oikeus erityiseen suojeluun sekä turvalliseen kasvuympäristöön ja tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen. Se korostaa ehkäisevän lastensuojelutyön ensisijaisuutta esimerkiksi koulujen, päivähoidon ja neuvoloiden toiminnassa sekä varhaista tukea ja puuttumista. Se antaa lasten parissa työskenteleville velvoituksen lastensuojeluilmoituksen tekemiseen silloin, kun oma toiminta ja yhteistyö perheen kanssa ei riittävästi kohenna lapsen tilannetta sekä ilmoituksen tekemiseen poliisille seksuaalisen ja vakavan pahoinpitelyn epäilyn tilanteessa (ks. Toimintaohje lapsen kanssa työskenteleville suuren huolen tai sen epäilyn tilanteissa s. 261).

Myös vuonna 2014 voimaan tullut *Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki (2014)* korostaa ennaltaehkäisevää toimintaa sekä oppilaan ja koko opiskeluympäristön fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden merkitystä. Samoin *opetussuunnitelma 2016 perusteluonnos* velvoittaa turvallisuuden, hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen niin yksilön tasolla kuin koko opiskeluympäristössä. Sen mukaan oppilaita tulee rohkaista itsensä hyväksymiseen, omien rajojen ja oikeuksien tunnistamiseen ja oikeutettuun puolustamiseen sekä omasta turvallisuudesta huolehtimiseen. Oppilaita on innostettava ilmaisemaan itseään ja kuuntelemaan muita sekä tuettava heidän valmiuksiaan tunnistaa, ilmaista ja säädellä tunteitaan. Samoin alle kouluikäisiä koskevassa *varhaiskasvatussuunnitelmassa (2005)* lapsen turvallisuuteen liittyvät näkökohdat tuodaan selkeästi esille. Keskeisinä periaatteina siinä ovat lapsen oikeus turvallisiin ihmissuhteisiin ja turvattuun kasvuun, kehittymiseen ja oppimiseen ja oikeus sellaiseen ympäristöön, jossa hän voi leikkiä ja toimia monipuolisesti ja tulla ymmärretyksi ja kuulluksi ikänsä ja kehitystasonsa mukaisesti. Varhaiskasvatuksen kasvatuspäämäärissä korostetaan itsenäisyyden asteittaista lisääntymistä siten, että lapsi edellytyksensä mukaisesti kykenee huolehtimaan itsestään ja läheisistään sekä tekemään elämänsä koskevia päätöksiä ja valintoja. Suunnitelmassa todetaan, että lapsi saa iloa oppiessaan huolehtimaan itsestään ja hän saa luottaa omaan osaamiseensa. Hän saa oppia omatoimisuutta kehitystaso huomioon ottaen niin, että tarpeellinen huolenpito ja turva ovat kuitenkin koko ajan lähellä.

## Kaikki lapset ovat alttiina väkivaltakokemuksille

Kaikki lapset ovat alttiina väkivallalle, häirinnälle ja kiusaamiselle niin kodeissaan, vertaisryhmissään, netissä sosiaalisen median välityksellä, koulussa ja päivähoidossa, julkisilla paikoilla ja harrastuksissaan. Siksi on tarpeellista, että kaikki lapset tasavertaisesti ja ennaltaehkäisevästi saavat tunne- ja turvataitokasvatusta.

WHO:n määritelmän mukaan lapsen kaltoinkohtelu sisältää kaikki sellaiset fyysisen ja psyykkisen pahoinpitelyn muodot, seksuaalisen hyväksikäytön, laiminlyönnin taikka kaupallisen tai muun riiston, joista seuraa todellista tai mahdollista vaaraa lapsen terveydelle, elämälle, kehitykselle tai ihmisarvolle suhteessa, jossa on kyse vastuusta, luottamuksesta tai vallasta. On hyvä muistaa, että lapset altistuvat väkivaltakokemuksille myös toisten lasten taholta.

### Lapsen kaltoinkohtelu voi sisältää seuraavia asioita:

- Lapsen seksuaalinen kaltoinkohtelu  
esim. seksin ehdottelu, pornon näyttäminen, seksuaalissävyytteisten viestien lähettäminen lapselle, alastonkuvien lähettäminen lapselle, lapsen pyytäminen lähettämään itsestään alastonkuvia tai esiintymään alasti esim. webkameran välityksellä, seksuaalissävyytteinen koskettelu, suuseksi, yhdyntä.
- Lapsen fyysinen kaltoinkohtelu  
esim. tukistaminen, luunapit, töniminen, ravistelu, potkiminen, lyöminen kädellä tai esineellä, piiskaaminen, pahoinpitely, jossa on käytetty veistä tai ampuma-asetta välineenä.
- Henkinen kaltoinkohtelu  
esim. haukkuminen, mitätöinti, nimittely, väkivallalla uhkailu, symbolinen väkivalta (esim. heitetään esineitä, rikotaan tavaroita), perheenjäsenen kohdistuvan väkivallan näkeminen.
- Laiminlyönti  
esim. perustarpeiden laiminlyönti, ruuatta jättäminen, hygieniasta huolehtimisen laiminlyönti, emotionaalinen laiminlyönti.
- Kemiallinen kaltoinkohtelu  
esim. lääkkeiden, alkoholin tai huumeiden antaminen lapselle huumaamis- tai vahingoittamistarkoituksessa.

Lähteitä: Söderholm & Kivitie-Kallio, 2012; Fagerlund ym., 2014.

Lapsiin kohdistuvan väkivallan ja kaltoinkohtelun laajuutta, muotoja ja muutoksia on Suomessa selvitetty ja seurattu niin lapsille kuin vanhemmille suunnattujen kyselytutkimusten sekä viranomaisien tietoon tulleiden tapausten perusteella. Tulokset hieman vaihtelevat eivätkä ne ole täysin vertailukelpoisia. Yhteisenä havaintona kuitenkin on, että viimeisten vuosikymmenien aikana myönteistä kehitystä lasten väkivaltakokemusten vähenemisenä on tapahtunut. Silti lapsiin kohdistuva väkivalta on yhä yleisempää ja hyväksyttävämpää kuin aikuisiin kohdistuva väkivalta (Fagerlund ym. 2014). Lasten väkivaltakokemusten vähentymistä voidaan sinänsä pitää merkinä siitä, että oikeansuuntaisia toimenpiteitä on tehty ja että tietoisuuden lisääminen lapsen oikeuksista on kantanut hedelmää niin lasten kuin ai-

kuisten parissa. Asennetasolla on kuitenkin vielä tehtävää, jotta lapsiin ja nuoriin kohdistuva väkivalta ymmärrettäisiin yhtä lailla koskemattomuuden loukkaukseksi kuin aikuisiin kohdistuva väkivalta. Lisäksi tarvitaan valppautta uusien uhkien havaitsemiseen ja niihin reagoimiseen.

Lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö ilmiönä vaikuttaa vähentyneen 1980-luvun jälkeen. Nuorten seksuaalinen kanssakäyminen aikuisten kanssa on vähentynyt selvästi (Fagerlund ym. 2014) ja sen myötä myös hyväksikäytön tunnusmerkit täyttäviä kokemuksia on nuorista yhä harvemmalla, yhdeksäsluokkalaisista tytöistä neljällä prosentilla ja pojista yhdellä prosentilla. Muutos hyväksikäyttötapausten määrässä on päinvastainen kuin tuomioistuimissa käsitellyissä hyväksikäyttötapauksissa, jotka puolestaan ovat selvästi lisääntyneet 2000-luvulla (Hinkkanen 2009; Poliisin tulostietojärjestelmä PolStat 2014). Seksuaalisen hyväksikäytön ilmiötä on opittu tunnistamaan paremmin, mikä todennäköisesti on johtanut siihen, että yhä useampi lapsen seksuaalisen hyväksikäytön epäily päättyy poliisin tutkittavaksi, millä sinällään voidaan olettaa olevan ennaltaehkäisevä vaikutus.

Kaikilta osin nuorten seksuaaliseen kanssakäymiseen liittyvät riskit eivät silti ole vähentyneet. Vaikka erityisesti tyttöjen osalta seksuaaliset kokemukset aikuisten kanssa ovat vähentyneet, on lisäystä tullut ehdotusten ja ekshibitionismin tasolla. Myös tuntemattomien osuus tyttöjen seksuaalikumppanina on lisääntynyt (Fagerlund ym. 2014). Sähköisten viestintävälineiden ja sosiaalisen median välityksellä tapahtuva häirintä on kasvava ilmiö, jonka kohteeksi joutuvat sekä tytöt että pojat. Lapset ja nuoret joutuvat myös ikätovereiden taholta seksuaalisesti häirityiksi. Kouluterveyskyselyn (2013) mukaan seksuaalista häirintää (häiritsevää seksuaalista ehdottelua tai ahdistelua puhelimesta tai netissä, seksuaalisuutta loukkaavaa nimittelyä kuten huorittelua tai homottelua, kehon loukkaavaa arvostelua) peruskoulun 8. ja 9. luokan tytöistä joskus tai toistuvasti on kokenut peräti 61 % ja seksuaalista väkivaltaa (intiimiä koskettelua vasten tahtoa, painostusta tai pakottamista yhdyntään tai muuhun seksiin, rahan, tavarain tai päihteiden tarjoamista vastikkeeksi seksistä) 20 %, kun poikien kohdalla vastaavat luvut olivat 46 % ja 9 %. Yhä nuoremmat lapset altistuvat kehitystä haittaaville kokemuksille esimerkiksi älypuhelin kautta törmätessään pornoon joko vahingossa tai oma-aloitteisesti pornosivuille hakeutuen. EU-kids Online -tutkimuksen mukaan 9–16-vuotiaista lapsista 14 % oli nähnyt netissä kuvia, jotka olivat ilmeisen seksuaalisia ja kolmasosa näistä lapsista heidän näkemänsä oli jäänyt vaivaamaan (ks. Porno lasten maailmassa s. 272).



Lasten suojaaminen viestintäteknologian uhkien varalta on yksi ajankohtaisimpia haasteita. Sisäasiainministeriö onkin sisäisen turvallisuuden suunnitelmassaan (2012) nostanut sen kiusaamisen ehkäisyn lisäksi tärkeimmäksi lasten arjen turvallisuutta lisääväksi toimenpiteeksi. Myös Euroopan neuvoston ja Suomenkin vuonna 2011 ratifioiman ns. Lanzaroten sopimuksen mukaan kaikille lapsille on annettava kouluissa tietoa seksuaalisen riiston ja hyväksikäytön riskeistä ja suojelun keinoista mukaan lukien viestintäteknologian vaarat. Tämä onkin välttämätöntä lapsen terveellisen seksuaalisen kehityksen turvaamiseksi (ks. Lapsen seksuaaliterveys ja sen tukeminen s. 271).

Lapsi voi joutua väkivallan kohteeksi kotonaan. Usein kyseessä on ns. kuritusväkivalta, joka on Suomessa lailla kielletty vuonna 1984 ja luokiteltu pahoinpitelyrikokseksi. Suhtautuminen kuritusväkivaltaan on viime vuosikymmenien aikana selkeästi muuttunut kielteisemmäksi, mutta asennetasolla lapsiin kohdistettua väkivaltaa ei aina mielletä väkivallaksi. Lasten vanhemmista 10 % hyväksyy ruumiillisen kurituksen poikkeustapauksissa (Sariola, 2012), kun vielä vuonna 2007 sen hyväksyi 20 % lapsitalouksissa elävistä. Vakavaa väkivaltaa (nyrkillä lyöminen, potkiminen, esineellä lyöminen) käyttäneiden vanhempien määrä jää kyselytutkimuksen mukaan alle yhteen prosenttiin, mutta kun vanhemmilta kysytään tukistamisesta ja luunnappien antamisesta on hyväksyjä jo kaikista lapsiperheiden edustajista 29 %. Kun yhdistetään kaikki kuritusväkivaltaan tyypillisesti luettavat teot (tukistaminen, luunnappi, ravistelu, töniminen tai tarttuminen ja läimäiseminen ja lyöminen), peräti joka toinen 0–12-vuotiaista on kotonaan kokenut kuritusväkivaltaa (Ellonen 2012). Myös lapsille tehdyt kyselyt osoittavat, että kuritusväkivaltaa käytetään edelleen (Fagerlund ym. 2014). Yhdeksäsluokkalaista joka viides ja kuudesluokkalaista noin joka kymmenes ilmoitti kokeneensa vanhempiensa taholta lievää kuritusväkivaltaa. Myös henkinen väkivalta (haukkuminen, nälkiminen, uhkailu, kiroilu) näyttää vähentyvästä trendistä huolimatta olevan verrattain yleistä. Elämänsä aikana sitä ilmoitti kokeneensa yhdeksäsluokkalaista 28 % ja kuudesluokkalaista 26 %. Lapset näkevät tai kuulevat myös muihin perheenjäseniin kohdistuvaa väkivaltaa ja ovat osallisena sisarusten välisessä väkivallassa. Vammaisilla ja erityistä tukea tarvitsevilla lapsilla on kansainvälisten tutkimusten mukaan (Crosse, Kaye & Ratnofsky, 1993; Manders & Stone- man, 2009; Westcott & Jones, 1999) huomattavasti suurempi todennäköisyys joutua hyväksikäytetyiksi tai kaltoinkohdelluiksi kotonaan kuin muilla lapsilla. Samoin nämä lapset joutuvat myös useammin kiusatuiksi (Mepham, 2010).

Kuritusväkivallan osalta erityisen huolestuttavaa on, että tutkimuksen (Ellonen 2012) mukaan van-

hemmat ilmoittivat kohdistavansa väkivaltaa eniten 3–6-vuotiaisiin lapsiin ja että alle 2-vuotiaita lapsia kuritetaan fyysisesti jopa enemmän kuin kouluikäisiä lapsia. Tämä on huolestuttavaa sikäli, että ihmisen aivojen muovautuvuus on suurimmillaan juuri varhaislapsuudessa, jolloin ne ovat herkimmillään myös traumaattisten kokemusten vaikutukselle (ks. Pihko, 2012). Kuritusväkivallan taustalla tutkimuksen mukaan (Ellonen, 2012) on vanhempien kertomana usein varsin inhimillisiä tunteita, kuten väsymystä, stressiä tai osaamattomuutta hallita esimerkiksi aggressiivista lasta. Tämä korostaa pikkulapsiperheille tarjottavan, niin lähipiirin kuin palvelujärjestelmien tuen merkitystä, jotta vanhemmat jaksaisivat arjessa ja elämän kriiseissä sekä löytäisivät myönteisiä lapsen ohjaamisen keinoja. Kasvatuskäytännöt kulkeutuvat usein sukupolvelta toiselle, ja siksi lasta vahingoittavista kasvatuksesta irrottautuminen ei ole helppoa. Hyviä kokemuksia muutokseen pyrkimisessä on saatu esimerkiksi vanhempien vertaisryhmistä (Lajunen & Laakso, 2011; Korhonen & Holopainen, 2015).

Lapsiuhritutkimuksen (Fagerlund ym., 2014) mukaan lasten keskinäiset pahoinpitelyt ja ylipäätään ikätovereiden välinen väkivalta (pahoinpitely, fyysinen ja henkinen väkivalta) pitäen sisällään sisarusten välisen väkivallan, kaikissa muodoissaan on viiden vuoden aikana vähentynyt, mutta on edelleen varsin yleistä. Sen mukaan 6. ja 9. luokan tytöistä viidennes ja pojista noin joka kymmenes oli vuoden aikana kokenut kiusaamista. Kouluterveyskyselyn (2013) mukaan jatkuvasti kiusatuiksi tulleiden määrä on kuitenkin viime vuosina pysynyt samalla tasolla ollen 8. ja 9. luokan oppilailla 7 %. Lapset ja nuoret joutuvat kiusatuiksi ja väkivallan kohteiksi myös ohjatuissa harrastuksissa. Huolestuttavaa on, että kouluterveyskyselyn (2013) mukaan kiusatuiksi tulleista suurin osa (68 %) koki, että aikuiset eivät ole puuttuneet kiusaamiseen. Tämä viittaa siihen, että kiusaamista ja sen haitallisia vaikutuksia ei tunnisteta tai niitä yhä vähätellään. Suomalaisen selvityksen (Kirves & Stoor-Grenner, 2010) mukaan kiusaaminen on varsin yleistä jo päiväkodeissa. Tyypillisiä kiusaamisen muotoja pienillä lapsilla olivat leikeistä tai ryhmästä poisjättäminen. Isompien lasten osalta kiusaaminen on vuosien varrella saanut muotoja, jotka eivät helposti tule aikuisten tietoon, kuten sähköinen kiusaaminen.

Toisten tahallinen loukkaaminen ja kiusaaminen kaikissa ilmenemismuodoissaan on haitallista niin kiusaajille itselleen kuin kiusatuille. On havaittu, että kiusaaminen on yleisempää ryhmissä, joissa vallitsee turvaton ilmapiiri ja joissa aikuisilla ei ole riittävää osaamista tukea myönteisiä vuorovaikutussuhteita lasten kesken sekä lasten ja aikuisten välillä. Tunne- ja turvataitokasvatus edistää hyväksyvän

ja turvallisen ilmapiirin syntymistä lapsiryhmiin lisäämällä tietoisuutta jokaisen ihmisen yhdenvertaisuudesta ja oikeudesta kunnioittavaan kohteluun ja keinoista toimia omaa arvoa loukkaavissa tilanteissa itseä suojellen.

Kyselytutkimusten perusteella huolestuttavaa on, että suurehkoilla osalla lapsista ja nuorista on sellaisia väkivaltakokemuksia, joista he eivät ole kertoneet kenellekään (Fagerlund ym. 2014). Kaikille lapsille ei siis löydy luotettavaa kuuntelijaa. Erityisesti puheeksi ottamisen arkuus korostuu seksuaalidikomusten kohdalla. Asennetason käsitys, että lapsiin ja nuoriin kohdistuva väkivalta olisi aikuisiin kohdistuvaa väkivaltaa hyväksyttävämpää, normaalimpaa tai vähämerkityksisempää ei tue lapsia väkivaltakokemusten käsittelyssä, vaan voi olla tekijä, joka ruokkii epäilyksiä, voiko omista kipeistä kokemuksista kertoa. Lapsiin ja nuoriin kohdistuvan väkivallan ja kiusaamisen vakavasti ottaminen ilmiötasolla on siksi keskeinen edellytys lasten ja nuorten hyvinvoinnin tukemisessa. Vaikka lähipiiri, erityisesti vanhemmat ja ystävät, ovat avainasemassa väkivaltakokemusten käsittelyssä, myös luotettavien ammattilaistahojen tunnettuus ja saavutettavuus ovat tärkeitä – jo siksi, että väkivaltakokemuksista suuri osa sattuu lasten ja nuorten lähimmissä suhteissa (Fagerlund ym. 2014). Tunne- ja turvataitokasvatuksessa lapsia rohkaistaan kertomaan niin pienistä kuin suurista huolistaan jollekin turvalliselle aikuiselle. On myös tarpeen, että konkreettisesti lasten kanssa mietitään, kuka sellainen turvallinen aikuinen voisi olla ja mistä sellaisen voisi löytää.

Koska varsinkin pitkäkestoisen ja vakavan kaltoinkohtelun seuraukset voivat olla kauaskantoisia, on syytä kiinnittää huomiota sen entistä parempaan tunnistamiseen, siihen puuttumiseen ja ennaltaehkäisyyn. Lapsuuden aikainen kaltoinkohtelu lisää lapsen *psykkisen oireilun* riskiä. Lapsen oireet voivat ilmetä sisäänpäin kääntymisenä (kuten mielialaoireet) tai ulospäin suuntautumisena (kuten aggressiivinen käytös). Lapsen pitkäkestoinen kaltoinkohtelu voi vaikuttaa aivojen rakenteeseen ja toimintaan sekä stressihormonitasoihin (Pihko, 2012), ja sillä on merkitystä myös lapsen *fyysiseen hyvinvointiin*. Lapsena seksuaalisesti hyväksikäytetyksi joutuminen nostaa riskiä erilaiselle seksuaaliselle riskikäyttäytymiselle nuoruudessa (kuten useampia seksikumppaneita, suojaamatonta seksiä). Varsinkin perheen sisäinen kaltoinkohtelu voi aiheuttaa lapselle *ongelmia kiintymyssuhteissa*, jotka voivat heijastua ihmissuhteisiin myöhemmin elämän aikana. Kaikkiaan kaltoinkohdeksi tulleen lapsen oireilu voi olla monimuotoista eikä pelkän oireilun perusteella pystytä tunnistamaan kaltoinkohtelun uhreja. Lapsi voi myös olla oireeton tai oireet voivat alkaa myöhemmin elämässä esimerkiksi erilaisissa elämän muutos-

kohdissa kuten oman perheen perustamisen tai itsenäistymisen vaiheissa. Osalla lapsista on elämässään myös asioita, jotka suojaavat heitä kaltoinkohtelun haittavaikutuksilta kuten hyvä tuki perheenjäseniltä, varhainen puuttuminen, ammattiapu ja yksilölliset persoonallisuudenpiirteet. On hyvä tiedostaa, että yksittäinenkin väkivaltakokemus voi merkitä säröä kiintymyssuhteeseen, vaikka se aikuisen näkökulmasta olisi vähäinen ja merkityksetön. Olennaista on, minkä merkityksen lapsi kokemukselleen antaa. (ks. esim. Käypä hoito -suositus, 2013; Söderholm & Kivitie-Kallio, 2012). Onkin tärkeää huolehtia siitä, että lapsi ei kaltoinkohtelukokemusten pohjalta tekisi vääristyneitä omaan arvoon, itseensä tai toisiin liittyviä johtopäätöksiä.

Tutkimusten mukaan tytöillä ja pojilla on erilaiset riskit joutua tiettyjen kaltoinkohtelun muotojen uhriksi. Poikien riski joutua tuntemattoman tekemän väkivallan uhriksi julkisella paikalla on tyttöjä suurempi. Tyttöjen riski joutua kiusatuksi sekä seksuaalisesti häirityksi tai hyväksikäytetyksi, myös sähköisiin viestimiin liittyen, on puolestaan poikia suurempi. Poikiin kohdistuvia väkivallan tekoja ei pidä selittää miehisen toimintakulttuurin varjolla (Ellonen 2014) eikä tyttöjen tarvitse alistua esimerkiksi omaan ulkonäköön liittyviin huomaautuksiin. Myös sisarusten väliseen väkivaltaan ja kiusaamiseen on syytä puuttua eikä pitää niitä normaalina nujakointina.

Tunne- ja turvataitokasvatus on ”vasta-ainerokotusta” väkivaltaa normalisoiville ja ihannoiville sekä toisen nolaamisesta viihdettä etsiville asenteille. Sen myönteiset vaikutukset voivat heijastua yli sukupolvien, kun tämän päivän lapset aikanaan itse tulevat vanhemmiksi. Asenteisiin vaikuttamistyötä kannattaa tehdä laajalla rintamalla ja kaikin mahdollisin keinoin, jottei yhdenkään lapsen tarvitse joutua minikäänlaisen kaltoinkohtelun, häirinnän tai kiusaamisen kohteeksi. Tämä on tärkeää, koska väkivaltakokemusten vaikutukset niin inhimillisen kärsimyksen kuin kansantalouden näkökulmasta esimerkiksi syrjäytymisen riskien kasvaessa ovat merkittävät.

### Turvataitoja erityistä tukea tarvitseville lapsille

Turvataitojen opettaminen erityistä tukea tarvitseville lapsille on ensiarvoisen tärkeää. Näillä lapsilla on usein muita lapsia enemmän epäonnistumisen kokemuksia ja haasteita itseluottamuksessa. Erityistä tukea tarvitsevat lapset haluavat tulla hyväksytyiksi ja saada osakseen arvostusta vielä muita enemmän. He haluavat miellyttää ja olla pidettyjä eikä heillä välttämättä ole taitoja toimia uhkaavissa tilanteissa. Näiden ominaisuuksiensa vuoksi he joutuvat muita helpommin kaltoinkohtelutilanteisiin.

Erityistä tukea tarvitsevat joutuvat muita herkemmin tappeluihin ja riitoihin, joutuvat kiusatuiksi tai itse kiusaavat muita. Heiltä saattaa puuttua kykyä tuntea empatiaa, tunnistaa ilmeitä ja eleitä ja hahmottaa syys-seuraussuhteita. Oman ja toisen ihmisen kehon hahmottaminen ja toisen henkilön rajojen kunnioittaminen on yleensä erityistä tukea tarvitseville lapsille vaikeaa. He saattavat olla itse hyvinkin tunkeilevia ja lähestyä tai kosketella toista ihmistä sopimattomalla tavalla. Sen vuoksi he eivät välttämättä ymmärrä tai koe ikäviksi tai oudoiksi tilanteita, joissa he itse joutuvat sopimattomalla tavalla kosketelluiksi. Erityistä tukea tarvitsevat lapset tarvitsevat säännöllistä ja konkreettista harjoittelua arjen sosiaalisissa tilanteissa ja kuvitelluissa vaaratilanteissa toimimiseen.

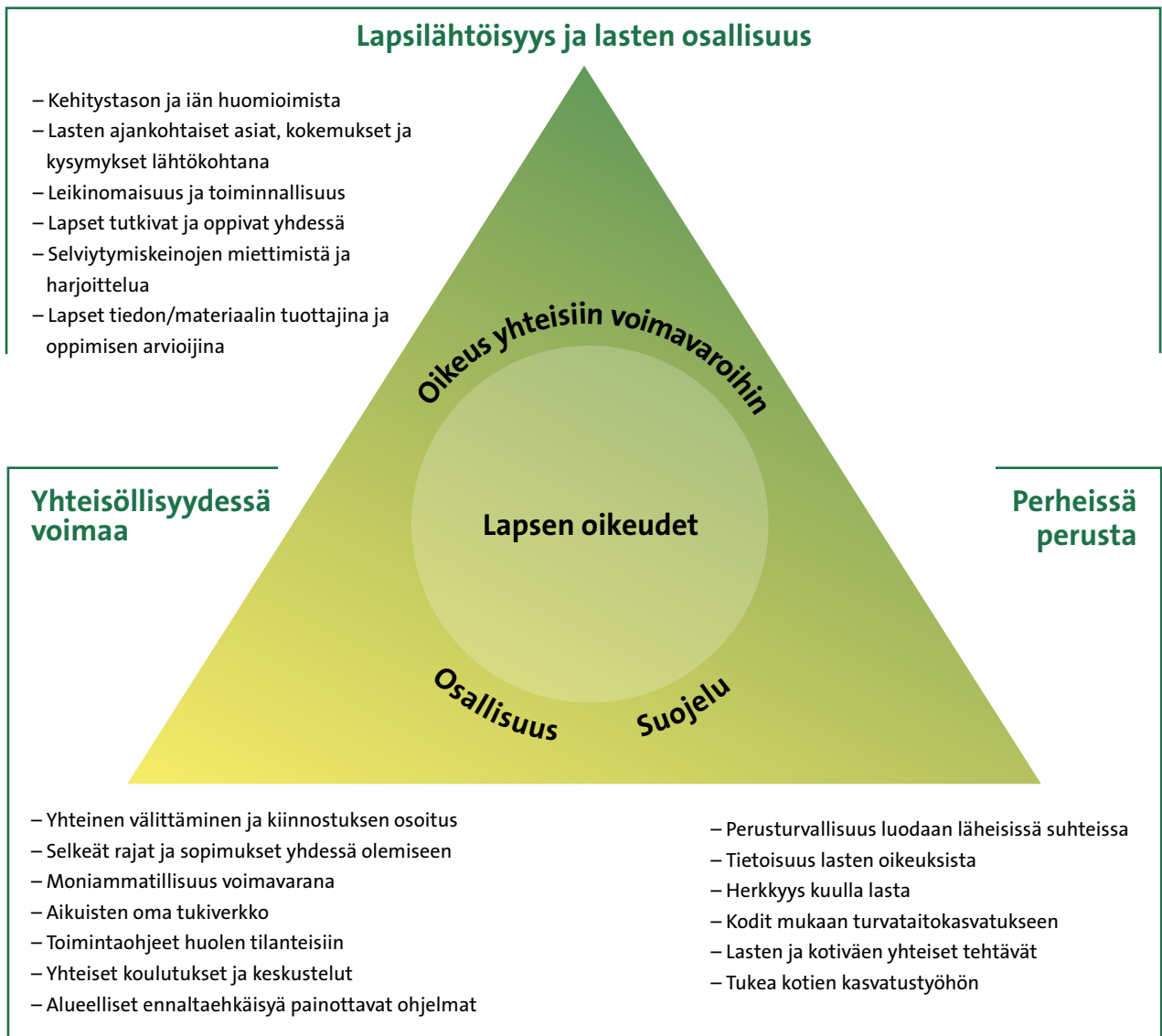
### 3. Tunne- ja turvataitokasvatuksen periaatteita

Voimapyramidi (s. 18) tuo esille niitä periaatteita, jotka tunne- ja turvataitokasvatuksen käytännön toteutuksessa on koettu tärkeiksi. Nämä periaatteet voidaan tiivistää *lapsi-, perhe- ja yhteisönäkökulmiksi*. Tunne- ja turvataitokasvatus on parhaimmillaan, kun sitä toteutetaan lapsilähtöisesti ja lasten omaa osallisuutta tukemalla, yhteistyössä kotien kanssa ja yhteisöllisesti. Lapsen oikeuksien sopimus on voimapyramidin keskellä, josta se ”säteilee” voimapyramidin kaikkiin kulmiin antaen innoitusta ja velvoitusta niin lapsille kuin aikuisille ponnistelemaan lapsen hyvän ja turvallisen elämän puolesta. Lapsen oikeuksien sopimuksen kolme lähtökohtaa, osallisuus, oikeus yhteisiin voimavaroihin ja suojeleminen, koskevat niin lapsia, koteja kuin yhteisöjä. Lapsen oikeuksien sopimuksen hengen mukaisesti tunne- ja turvataitokasvatuksessa lapsi nähdään yhtä aikaa sekä aikuisten hoivaa ja suojaa tarvitsevana, mutta myös itsenäisenä, luovana ja aktiivisena vuorovaikutuksen osapuolena ja oman elämänsä subjektina.

Osallisuuden periaate kuvastaa myös sitä tapaa, jolla tietoa ja ymmärrystä ennaltaehkäisyyn liittyen tuotetaan. Kaikkien näkemyksiä ja osallisuutta tarvitaan, jotta kuhunkin tilanteeseen ja paikkaan sopivia ratkaisuja löydetään niin uhkien ja riskien minimoimiseksi kuin lasten, perheiden ja yhteisöjen voimaantumiseksi. Ei ole olemassa mitään yhtä oikeaa tapaa vahvistaa lasten turvallisuutta ja lasten tunne- ja turvataitoja. Toimivat käytännöt löydetään sosiaalisessa vuorovaikutuksessa yhdessä toimien ja keskustellen ja tulokset ovat kaikkien käytettävissä.

Voimapyramidi-sana viittaa myös *tunne- ja turvataitokasvatuksen voimavarakeskeiseen lähestymistapaan*, jossa painopiste on voimavarojen, vahvuuksien, onnistumisten ja selviytymisen näkyväksi tekemisessä. Voimavarakeskeisissä työskentelytavoissa huomio on enemmän tulevaisuudessa kuin menneisyydessä. Myönteiset tulevaisuuden mielikuvat ja käytännön harjoitukset esimerkiksi turvaohjeiden käyttämisestä jo sinällään luovat toivoa ja tuovat turvan kokemusta. Ne auttavat myös havaitsemaan jo nykyhetkessä käytössä olevia toimivia käytänteitä, myönteistä tulevaisuutta ennakoivia merkkejä sekä löytämään ratkaisuja turvan vahvistamiseksi. Menneisyyden näkeminen selviytymiskertomuksena luo aikaisemmille vaikeillekin kokemuksille uusia merkityksiä ja tuo toivoa tulevaisuuden haasteita selviytymiseen. Siksi on tärkeää huomata kaikki ne teot, joilla lapset ovat puolustaneet itseään tai toisia, vaikka ne eivät olisi täydellistä suojaa vielä tuottaneetkaan. Voimavaroihin ja selviytymiseen keskittyminen ei kuitenkaan tarkoita sitä, että silmät ummistettaisiin huolilta ja ongelmilta. Lapsen kasvua haittaavat asiat, niin lasten omassa käyttäytymisessä kuin ympäristössä, on tunnistettava, otettava rohkeasti puheeksi ja ratkaistaviksi ongelmiksi. Samalla kuitenkin ongelmatilanteissa katse suunnataan selviytymiseen ja tulevaisuuden mahdollisuuksiin.

## TUNNE- JA TURVATAITOKASVATUKSEN VOIMAPYRAMIDI



### Lapsilähtöisyys ja lasten osallisuus

Tunne- ja turvataitokasvatus on lapsilähtöistä ja lasten osallisuutta vahvistavaa. Lasten osallisuus tarkoittaa, että lapset eivät vain osallistu johonkin aikuisten valmiiksi suunnittelemaan ohjelmaan, vaan he ovat itse alusta lähtien vaikuttamassa toiminnan sisältöihin ja toteutukseen. Lähtökohtana ovat lasten omat kokemukset, tarpeet ja ajankohtaiset kiinnostuksen kohteet ja kysymykset. Turvataitoteemojen valitsemisessa huomioidaan lasten ikä ja kehitystaso. Lapsia kannustetaan itse tutkimaan ja pohtimaan asioita sekä etsimään omia ratkaisuja erilaisiin tilanteisiin. Turvataitokasvatus ei ole ylhäältä päin tulevaa, aikuisjohtoista luennointia ja valmiiden ratkaisujen antamista lapsille. Aikuisen rooli painottuu lasten kokemusten ja näkökulmien kuuntelemiseen, rohkaisemiseen, asioiden yhteen kokoamiseen ja do-

kumentointiin. Lapsilähtöisesti toimittaessa turvallisuutta uhkaaviin tilanteisiin varautuminen ei lisää lasten pelkoja, vaan se rohkaisee ja voimaannuttaa.

Lasten osallisuuden mahdollistamiseksi oppimistilanne järjestetään sellaiseksi, että lasten kokemuksellinen tieto voidaan tavoittaa ja saada käyttöön. Turjan (2011) mukaan pienten lasten osallisuus lähtee mikrotason vuorovaikutustilanteista, joissa he saavat konkreettisia kokemuksia kuulluksi tulemisesta ja vaikuttamisesta heille itselleen läheisissä asioissa. Koska lasten kokemuksellinen tieto on tallennettuna heidän toimintaansa ja koska lasten käsitteet rajautuvat ajatuksiin, jotka voidaan pukea konkreetteihin havainnointiviin ilmiöihin, työskentelytapojen on oltava myös toiminnallisia ja konkreettisia elementtejä

sisältäviä (Laakso 2014). Tunne- ja turvataitotutkioissa otetaan käyttöön lasten luontainen tapa ilmaista asioita, mutta myös tuottaa tietoa sekä oppia ja luoda uutta. Lapselle luontaisia työskentelytapoja ovat leikkiminen, kuvien ja symbolien käyttäminen, piirtäminen, satujen kuunteleminen ja niihin eläytyminen, omien tarinoiden kertominen ja roolileikkien leikkiminen ja yhdessä toimiminen. Omaehtoinen tiedon tuottaminen, joka tapahtuu usein leikinomaisen tutkimisen kautta, synnyttää uusia oivalluksia, yllättäviä yhdistelmiä ja erilaisia näkökulmia. Tuokioissa ei varsinaisesti opetella uutta asiaa, vaan oivalletaan, keksitään ja luodaan jotakin erityistä ja ainutlaatuisia aikuisten tukiessa lasten tutkivaa ja kyselevää asennetta.

Lapsilähtöisesti toimittaessa myös aikuiselle voi avautua uutta ymmärrystä lapsista, heidän ajatuksistaan ja kokemuksistaan. Kun aikuinen tavoittaa lapsen ymmärryksen, hän myös paremmin pystyy löytämään keinoja lasten tukemiseen ja ohjaamiseen, mikä tehostaa tunne- ja turvataitokasvatuksen vaikutusta. Lapsen kannalta kokemus kuulluksi tulemisesta ja osallisuudesta jo sinällään vahvistaa lapsen ajattelua, itseymmärrystä ja itseluottamusta (Laakso, 2014) ja siten tukee selviytymistä ja hyvinvointia. Lasten osallisuus merkitsee myös sitä, että lapset itse arvioivat löydettyjen ratkaisujen toimivuutta ja omaa oppimista sekä tuottavat tunne- ja turvataitomateriaalia.

## Yhteisöllisyydestä voimaa

Lasten osallisuus liittyy vahvasti yhteisöllisyyteen, jossa olennaista on lasten ja aikuisten tasavertainen toiminta, yhteinen suunnittelu ja neuvottelut. Yhteisöllisyys heijastaa välittämistä, keskinäistä luottamusta ja arvostusta, joista syntyy turvallisuutta. Ihmisten välinpitämättömyys toisia kohtaan ja verkottumisen puute tuovat turvattomuutta. Turvataitokasvatus on parhaimmillaan, kun se toteutetaan yhteisöllisesti yhteisön kaikissa lapsiryhmissä. Selkeät rajat ja sopimukset yhdessä olemisen pelisäännöistä ja lasten osallistuminen niiden luomiseen sekä luottamukselliset välit lasten ja aikuisten välillä vahvistavat turvan kokemusta. Toimintatavoista sopiminen tilanteisiin, joissa huoli lapsen kohdistuvasta kaltoinkohtelusta on tullut, tuo aikuisille turvaa ja luo rohkeutta nähdä väkivaltaa ja kiusaamista, ottaa se puheeksi ja tuoda yhteisössä ratkaistavaksi ongelmaksi.

Lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisytyö on pitkäjänteistä ja vaatii moniammatillista yhteistyötä. Kaikkien osaamista tarvitaan. Kukaan ei yksin voi hallita kaikkea. Tarvitaan yhteistä ideointia ja kokemusten jakamista. Turvataitokasvatus haastaa mur-

tautumaan ulos tiukkoihin ammatti- ja hallintokuntarajoihin pitäytyvästä työskentelytavasta. Se haastaa verkottumaan moniammatillisesti ja alueellisesti ja etsimään yksintyöskentelyn rinnalle tapoja tehdä työtä pareittain ja tiimeittäin. Toimiva monialainen tiimi tuo lasten lähiaikuisille taustatukea ja luo turvaa lapsen kasvu- ja oppimisympäristöihin niin lapsille kuin aikuisille.

Yhteisissä koulutustilaisuuksissa tullaan tutuiksi. Yhdessä kehitetään ja yhdessä opitaan tasa-arvoisesti kaikkien osaamista hyödyntäen. Tämän uudenlaisen toimijuuden myötä niin lapset kuin aikuiset voivat kehittää omaa osaamistaan ja rohkaistua heittäytymään uusiin haasteisiin.

## Perheissä perusta lapsen turvallisuuden kokemukselle

Perheen ja varhaisten vuorovaikutussuhteiden merkitys lapsen turvallisuuden kokemukselle, itsearvostuksen kehittymiselle, tunteiden säätelylle ja vuorovaikutustaidoille on merkittävä. Tämä pohjautuu siihen, että kaikki, mikä ilmenee aikuisen toiminnassa suhteessa lapseen, näyttää lopulta lapsen omissa mielenrakenteissa käsityksinä ei vain toisista ihmisistä, vaan käsityksinä myös itsestä (Rusanan, 2011). Lapsen varhaisessa vaiheessa aikuinen ikään kuin lainaa omia säätelyjärjestelmiään lapsen käyttöön ja auttaa esimerkiksi kiihtynyttä lasta rauhoittumaan tai apaattista lasta yhteyteen ja iloon. Lapselle tuotettu mielihyvä kokemus sisäistyy käsitykseksi omasta arvosta. Näin lapsen tarpeille herkkä vuorovaikutus on yhteydessä lapsen hyvään itseluottamukseen. Lapsen tarpeille virittynyt vuorovaikutus synnyttää turvallisen kiintymyssuhteen. Siinä lapsi oppii ilmaisemaan tunteitaan ja tarpeitaan ja sisäistää vuorovaikutuksellisen turvan perustavanlaatuisiksi turvallisuuden kokemukseksi. Tähän turvan kokemukseen kytkeytyvät vahvasti oma toimijuus eli mahdollisuus ilmaista itseään sekä kehittyvät keinot säädellä omia tunteitaan. Nämä taidot taas ovat yhteydessä hyviin vuorovaikutustaitoihin sekä kaverisuhteisiin.

Turvallinen kiintymyssuhde luo ja ylläpitää turvallisuuden kokemusta. Turvallisesti kiinnittynyt lapsi tuntee olevansa rakastettu ja arvostettu omana itsenään ilman suorituspainetta. Kun lapsi kokee olevansa rakastettu, hän myös itse oppii arvostamaan ja rakastamaan itseään sekä kokemaan itsensä hyvän elämän ja suojelemisen arvoiseksi. Hän luottaa itseensä ja mahdollisuuteen saada tukea ja turvaa ja siksi suhtautuu luottavaisesti ympäristöönsä. Lapsi, joka on oppinut luottamaan siihen, että toiset ihmiset haluavat hänelle hyvää, voi toisaalta olla liiankin luottavainen ja siksi voi joutua hyväksikäytyksi. Turvallinenkaan suhde aikuiseen ei siis täysin

voi suojata lasta, vaikkakin sen olemassaolo tehnee lapsen rohkeammaksi hädän hetkellä kääntymään aikuisen puoleen. Jokaisella lapsella tulisi olla lämmin ja pysyvä suhde ainakin yhteen aikuiseen, joka pysyy tunnetasolla kohtaamaan hänet.

Turvataitokasvatuksessa yhteistyö vanhempien kanssa on tärkeää. Se merkitsee mm. sitä, että vanhemmat saavat tietoa tunne- ja turvataitokasvatuksen tavoitteista ja teemoista ja että heillä on mahdollisuus osallistua sen suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin. Kotien näkemykset lasten kasvurauhaa uhkaavista tekijöistä on hyvä saada yhteiseen keskusteluun samoin kuin keinot lasten suojaamiseen. Lapset oppivat tunne- ja turvataitoja vuorovaikutuksessa läheisten kanssa myös aikuisten antaman esimerkin ja mallin myötä. Koti ja lähipiiri ihmissuhteineen tarjoaa hyvän kentän oppimiseen, opitun soveltamiseen ja harjaantumiseen. Tunne- ja turvataitokasvatus voi vahvistaa myös aikuisten herkkyyttä nähdä lapsen tarpeita, huomata lapsen sanattomiakin viestejä ja reagoida niihin, kuunnella ja kysellä lapsen mielipiteitä ja nähdä asioita hänen näkökulmastaan.

On tärkeää, että lapsilla on jaksavia aikuisia ympärillään ja että vanhemmat saavat tukea ja apua lasten

hoitamiseen ja ohjaamiseen. Varhainen tukeminen, ennaltaehkäisy ja puheeksi otto lapseen liittyvästä huolesta on tärkeää (ks. s. 260 Lapsen liittyvän huolen puheeksi ottaminen huoltajan kanssa). Kaltoinkohteluun viittaavia merkkejä kuten fyysisiä pahoinpitelyyn viittaavia jälkiä, lasten henkistä pahoinpitelyä ja puuttuvaa emotionaalista yhteyttä vanhemman ja lapsen välillä on hyvä havainnoida ja uskallettava ottaa nämä puheeksi. Sukupolvien yli siirtyvät väkivaltaa, hyväksikäyttöä ja alistamista suosivat asenteet ja vuorovaikutuksen tavat eivät useinkaan muutu ilman ulkopuolista puuttumista. On hyvä kysyä myös vanhempien jaksamisesta ja avun tarpeesta, aikuisten tavoista ratkaista ristiriitatilanteita ja perheväkivallasta, jos siitä on epäilyä. Samoin on hyvä keskustella myönteisistä lapsen ohjauksen ja väkivallattomista lapsen rajoittamisen keinoista sekä tarpeen tullen myös kaltoinkohtelun haitallisista vaikutuksista. Vanhemmat voivat tarvita tukea myös myönteisen tunneyhteyden rakentamiseen sekä lapsen tunteiden, tarpeiden ja käyttäytymisviestien huomaamiseen ja niihin vastaamiseen. Joskus pienetkin puheeksi ottamisen keinot voivat lapsen kannalta tuottaa merkittäviä tuloksia kuten alla oleva lastenneuvolan terveydenhoitajan kertomus osoittaa.

*”Viisivuotias poika tuli neuvolaan ja alussa teimme hänen kanssaan kahdestaan tarkastukseen kuuluvia tehtäviä äidin odottaessa odotushuoneessa. Otin esille tunnekuvia ja poika osasi mukavasti vastata kysymyksiini kuten: ”Missä kuvassa lapsi on vihainen? Missä häntä pelottaa? Missä kuvassa hän on iloinen?” Kysyin pojalta myös, milloin hän itse on iloinen. Siihen hän vastasi: ”Silloin kun äiti ei anna napsuja.” Kun tarkensin, mitä hän tarkoittaa napsuilla, poika näytti kädellään luunapin antamista. Kun äiti tuli huoneeseen tehtävien tekemisen jälkeen kerroin ensin, miten 5-vuotiaan tehtävät olivat menneet. Sen jälkeen otin puheeksi, mitä lapsi oli kertonut tunnekuvista ja luunapeista. Äiti myönsi käyttäneensä niitä silloin, kun muut keinot tuntuivat loppuvan. Hän tiesi, että näin ei saisi toimia. Mietimme yhdessä, mikä voisi auttaa äitiä jaksamaan paremmin lasten kanssa. Aiemmilla käynneillä oli ollut puhetta äidin omasta voinnista ja voimavaroista, mutta äiti oli ajatellut pärjäävänsä ja jaksavansa. Nyt hän päätti ottaa apua vastaan. Kerroin neuvolan perheytyöstä ja sain luvan soittaa sinne ja kertoa tilanteesta. Apua kotiin saatiinkin pian.”*

**Eija Huttunen, terveydenhoitaja**

## LÄHTEET

- Aalto, Mikko 2002: Turvallinen ryhmä ja itseksi tuleminen. Helsinki: Aseman Lapset ry.
- Ala-Luhtala, Riitta & Lottes, Ilse & Valkama, Sirpa 2014: Ihmisoikeuksia korostava tunne- ja turvataidot osaamiseksi -hanke. Teoksessa Valkama, Sirpa. & Ala-Luhtala, Riitta (toim.) Tunne – ja turvataidot osaamiseksi. Jyväskylän ammattikorkeakoulu julkaisuja 194. [www.jamk.fi](http://www.jamk.fi).
- Antonovsky, Aaron 1987: Unraveling the mystery of health. How people manage stress and stay well. San Fransico: Jossey-Bass.
- Crosse, S. B., Kaye, E., & Ratnofsky, A. C. 1993: A report on the maltreatment of children with disabilities. Washington, D.C.: National Center on Child Abuse and Neglect, Administration for Children and Families, U.S. Department of Health and Human Services.
- Ellonen, Noora 2012: Kurin alaiset. Lasten ja vanhempien välisen ristiriitojen ratkaiseminen perheissä. Poliisiammattikorkeakoulun raportteja 103. Tampere.
- Fagerlund, Monica & Peltola, Marja & Kääriäinen, Juha & Ellonen, Noora & Sariola, Heikki 2014: Lasten ja nuorten väkivaltakokemukset 2013. Lapsiuhritutkimuksen tuloksia. Poliisiammattikorkeakoulun raportteja 110.
- Flowers, Nancy (toim.) 2012: *Compassio*. Lasten ihmisoikeuksien käsikirja. Lasten Keskus Oy.
- Hautamäki, Airi 2001: Kiintymyssuhdeteoria – teoria yksilön kiintymisestä tärkeisiin toisiin ihmisiin, kiintymyssuhteen katkoksisista ja merkityksestä kehitykselle. Teoksessa Sinkkonen, Jari & Kalland, Mirjam (toim.) Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Helsinki: WSOY.
- Hinkkanen, Ville 2009: Lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö. Tutkimus rangaistuskäytännöistä ja seksuaalirikosten uusimisesta. Oikeuspoliittisen tutkimuslaitoksen tutkimustiedonantoja 92. Helsinki: Oikeuspoliittinen tutkimuslaitos.
- Kirmanen, Tiina 2000: Pelon hallinta ja lapsen turvallisuus. Teoksessa Niemelä, Pauli & Lahikainen, Anja Riitta (toim.) Inhimillinen turvallisuus. Tampere: Vastapaino.
- Kirves, Laura & Stoor-Grenner, Maria 2010: Kiusaavtko pienetkin lapset? Mannerheimin lastensuojeluliiton julkaisuja.
- Koomen, Helma M.Y. & van Leeuwen, Mirella G.P. & van der Leij, Aryan 2004: Does Well-being Contribute to Performance? Emotional Security, Teacher Support and Learning Behaviour in Kindergarten. *Infant and Child Development*, 13, 253–275.
- Korhonen, Satu & Holopainen, Laura (2015) Vanhempana vahvemmaksi – kohti myönteistä vuorovaikutusta. Kirja vanhemmuudesta ja sen tukemisesta. [www.iloavanhemmuuteen.fi](http://www.iloavanhemmuuteen.fi).
- Kouluterveyskysely 2013. [www.thl.fi](http://www.thl.fi).
- Käypä Hoito: Lapsen seksuaalisen hyväksikäytön epäilyn tutkiminen. Päivitetty 22.5.2013. [www.kaypahoito.fi](http://www.kaypahoito.fi).
- Laakso, Marja-Leena 2014: Lapsen kuuleminen ja osallisuus hyvinvoinnin perustana. Kirjassa Valkama, Sirpa & Ala-Luhtala, Riitta (toim.) Tunne- ja turvataidot osaamiseksi. Jyväskylän ammattikorkeakoulu julkaisuja 194. [www.jamk.fi](http://www.jamk.fi).
- Lahikainen, Anja Riitta 2000: Turvallisuus identiteettikysymyksenä. Teoksessa Niemelä, Pauli & Lahikainen, Anja Riitta (toim.) Inhimillinen turvallisuus. Tampere: Vastapaino.
- Lajunen, Kaija & Laakso, Marja-Leena 2011: Ylivilkkaiden ja haastavasti käyttäytyvien lasten vanhempien ryhmämuotoinen tukeminen. Teoksessa Aro, Tuija & Laakso Marja-Leena (toim.) Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Niilo Mäki Instituutti.
- Lastensuojelulaki 13.4.2007/417 ([www.finlex.fi](http://www.finlex.fi)).
- Manders, Jeanette E. & Stoneman, Zolinda 2009: Children with disabilities in the child protective services system: An analog study of investigation and case management. *Child Abuse & Neglect*, 33,229–237.
- Mepham, Sarah 2010. Disabled children: The right to feel safe. *Child Care in Practice*, 16, 1, 19–34.
- Niemelä, Pauli 2000: Turvallisuuden käsite ja tarkastelukehikko. Teoksessa Niemelä, Pauli & Lahikainen, Anja Riitta (toim.) Inhimillinen turvallisuus. Tampere: Vastapaino.
- Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki 1289/2013 ja lain muutos 1409/2014. ([www.finlex.fi](http://www.finlex.fi)).
- Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014 ([www.oph.fi](http://www.oph.fi)).
- Poliisin tulostietojärjestelmä PolSta 2014.
- Pihko, Helena 2012: Kaltoinkohtelun vaikutus kehittyviin aivoihin. Teoksessa Söderholm, Annlis & Kivitie-Kallio, Satu 2012: Lapsen kaltoinkohtelu. Duodecim.
- Pörhölä, Maili 2008: Koulukiusaaminen nuoren hyvinvointia uhkaavana tekijänä – miten käy kiusatun ja kiusajaan vertaissuhteille. Teoksessa Minna Autio & Kirsi Eräranta & Sami Myllyniemi (toim.) 2008. Polarisoituva nuoruus. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 34.
- Rusanen, Erja 2011: Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys. Porvoo: Finn Lectura.
- Sariola, Heikki 2012: Kuritusväkivaltaa koskevat asenteet ja lapsiin kohdistuvan väkivallan kehitystrendejä Suomessa. Lastensuojelun Keskusliitto.
- Sisäasiainministeriö 2012: Turvallisempi huomina. Sisäisen turvallisuuden ohjelma. Sisäasiainministeriön julkaisuja 26/2012. Helsinki.
- Sourander, Andre & Ronning, John & Brunstein-Klomek, Anat ym. 2009: Childhood bullying behavior and later psychiatric hospital and psychopharmacologic treatment: findings from the Finnish 1981 birth cohort study. *Archives General Psychiatry*. Vol 66(9):1005-1012. *Arch Gen Psychiatry*. Sep; 66(9):1005–12.
- Söderholm, Annlis & Kivitie-Kallio, Satu 2012: Lapsen kaltoinkohtelu. Helsinki. Duodecim.
- Turja, Leena 2011: Lasten osallisuus varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Eeva Hujala & Leena Turja (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä PS-kustannus.
- Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2005: Stakes. Oppaita 56. ([www.julkari.fi](http://www.julkari.fi)).
- Westcott, Helen L. & Jones, David P. H. 1999: Annotation: The Abuse of Disabled Children *Journal of Child Psychology Psychiatry*, 40, 4, 497–506.







# TURVATAITOTUNTIEN TEEMAT JA TOTEUTUS

# ENNEN KUIN ALOITAT

## Tutustumme materiaaliin

Tunne- ja turvataitoja lapsille -oppimateriaali soveltuu lasten ja perheiden kanssa työskentelevien ammattilaisten käyttöön mm. kouluihin, varhaiskasvatukseen ja sosiaali- ja terveydenhuoltoon kuten lastensuojelun perhetyöhön, lastenneuvoloihin, oppilashuoltoon, perheneuvoloihin ja lastenpsykiatrian yksiköihin. Tunne- ja turvataitoja lapsille -materiaali on laadittu käytettäväksi 5–11-vuotiaiden lasten lapsiryhmissä. Materiaalia voidaan soveltaa myös tätä nuorempien ja vanhempien lasten ryhmissä sekä yksittäisten lasten ja perheiden kanssa työskenteleyn.

Tunne- ja turvataitoja lapsille -materiaali sisältää tunne- ja turvataitotuntien teemat ja toteutuksen, ohjeistuksen ohjaajalle, tehtäväsivut lapsille sekä suunnitelman ja materiaalin huoltajille järjestettävän keskustelullaan pitämiseen. Teemojen yhteydessä on viitattu Aarrearkku-osion leikkeihin, tarinoihin, peleihin, mielikuvaharjoituksiin ja rauhoittumiseen sopiviin harjoituksiin, lasten kanssa käytettäviin menetelmiin sekä muihin, vastaavaa teemaa käsitteleviin, hyödyllisiin materiaaleihin, kirjoihin ja linkkeihin. Materiaali sisältää Huolestuin – mitä teen? -osion, jossa on ohjeistuksia ja toimintaohjeita huolen tilanteisiin ja lisälukemistoa aihepiiriin liittyen.

Tunne- ja turvataitotuntien teemat käsittävät kolme toisiinsa liittyvää aihekokonaisuutta:

**1. Minä olen arvokas ja ainutlaatuinen** -osion aiheita ovat itsensä arvostaminen, omat vahvuudet, tunteet ja niiden säätely, lapsen oikeudet, turvassa oleminen ja turvattomuus, turvaohjeet, turvallinen netin käyttö, itsestä huolen pitäminen ja aikuisten antama huolenpito, mielen hyvinvointi.

**2. Olemme hyviä kavereita** -osion aiheita ovat kaveruus ja sen vaaliminen, toisen kannustaminen, yhdessä toimimisen pelisäännöt, nettikaveruus, ristiriitojen ja erimielisyyksien ratkaiseminen, kiusaamisen tunnistaminen ja siihen puuttuminen.

**3. Kyllä minä pärjään** -osion aiheita ovat lupa yksityisyyteen ja omiin rajoihin, turvallinen koti, mukavalta tuntuvat ja pahalta/hämmentävältä tuntuvat kosketukset sekä selviytyminen erilaisissa turvallisuutta uhkaavissa tilanteissa, myös netissä.

Turvataitoteemat muodostavat kokonaisuuden, joka on helpointa ottaa käyttöön edellä esitetyssä järjestyksessä. Liikkeelle lähdetään lapsesta itsestään ja hänelle tärkeistä asioista. Sitten edetään kaverisuhteisiin samalla koko ajan lapsiryhmän turvallisuutta vahvistaen. Lapset oppivat oman itsen ja toisten kunnioittamista vertaissuhteissaan ja soveltavat oppi-

miaan turvaohjeita hämmentävissä ja turvallisuutta uhkaavissa tilanteissa myös ryhmän ulkopuolella ja suhteessa aikuisiin. Eteneminen tässä järjestyksessä ei kuitenkaan ole välttämätöntä. Kukin teema muodostaa oman kokonaisuutensa, jonka voi ottaa käsiteltäväksi ryhmän tarpeiden, arjessa tulleiden tilanteiden tai ajankohtaisten asioiden mukaisesti. Materiaalista voidaan ottaa valikoiden teemoja käsittelyyn silloin, kun lasten toimintaympäristössä on tapahtunut jotakin lapsia hämmentävää tai pelottavaa tai kun on tarvetta vahvistaa lasten turvaa ja turvataitoja.

Kaikki kolme kokonaisuutta alkavat lyhyellä Aluksi-kappaleella, jossa tiivistetysti kerrotaan, mihin jaksossa pyritään, millaisia teemoja se sisältää ja mitä asioita ohjaajan on hyvä erityisesti huomioida.

Materiaalissa on yhteensä 35 tunne- ja turvataitokasvatuksen teemaa. Teemoista voi rakentaa joustavasti eripituisia tunteja tai tuokioita lapsiryhmän tarpeiden mukaan. Yhdessä teemassa voi viipyä kauemminkin ja käyttää sen käsittelyssä vaihtoehtoisia toimintaehdotuksia, jos se tuntuu tarpeelliselta. Useimmissa teemoissa on niin runsaasti tehtäviä ja toimintaa, että niitä kaikkia ei voi eikä ole tarkoituksaan toteuttaa yhdellä kertaa. Kukin ohjaaja voi muokata materiaalia itselleen ja ryhmälleen sopivaksi. Tunne- ja turvataitotuokioiden saavat olla ohjaajien ja ohjattavien näköisiä. Teema ja lapset vievät ohjaajankin löytöretkelle omaan luovuuteensa. Materiaalia voi mainiosti käyttää rinnan myös muiden lasten tunteita ja sosiaalisia taitoja sekä mielen hyvinvointia edistävien materiaalien kanssa.

## Oppimateriaalin teemojen rakenne on aina samanlainen



**Tällä kerralla** -kohdassa määritellään lyhyesti tunne- ja turvataitotuntien tavoitteet.



**Mitä tehdään?** -kohdasta löytyvät ehdotukset tehtävistä ja keskusteluista. Sydänsymbolilla ♥ on merkitty ehdotukset lasten kanssa keskusteltavista asioista.

Tuokioihin on laadittu ohjaajalle valmiiksi pieniä johdantoja käsiteltävään teemaan. Ne on tarkoitettu avuksi ja virikkeeksi. Niiden avulla ohjaaja voi etsiä omaan suuhunsa sopivat sanat ja itselle luontevan ja ryhmälle sopivan tavan puhua asiasta. Ohjaaja virittää kysymyksillään, johdattelullaan tai lämmitteilyleikillä lasten kiinnostusta ja heidän ajatteluaan ja pohdintaansa omista kokemuksistaan ja kysymyksistään. Lapset voivat tarvita aikuisen apua ajatustensa

jäsentämisessä ja erityisesti vaikeiden kokemustensa pukemisessa sanoiksi.

Tehtävien valinnassa on pyritty lapsilähtöisyyteen, lasten osallisuuteen ja yhteistoiminnallisuuteen (ks. *Tunne- ja turvataitokasvatuksen voimapyramidi* s. 228). Tehtäviä valittaessa on pidetty mielessä lapsille ominainen kekseliäisyys ja mahdollisuus työstää asioita eri aistikanavien kautta. Vaihtoehtoisia konsteja on monia: keskustelut, pari- ja ryhmäharjoitukset, sadutus, piirtäminen, maalaaminen, draama, mielikuvaharjoitukset, tarinat ja forum-teatteri, juttukuppila (learning cafe -työskentely), pelit, leikit ja liikunta.



**Muuta puuhaa** -kohdassa on esitetty vaihtoehtoisia tekemistä, josta voidaan etsiä omalle ryhmälle parhaiten sopivia toimintoja. Tästä kohdasta voi ammentaa ideoita myös silloin, kun tuokion aiheeseen halutaan syventyä paremmin tai jos siihen palataan myöhemmin. Näin materiaali palvelee samaa ryhmää useamman vuoden ajan.



**Kotiin**-kohdassa on aiheeseen liittyvä tehtävä tai toiminto lapsen ja hänen kotiväkinsä kanssa yhteisesti tehtäväksi. Kotiin vietävät tehtäväsivut on merkitty kotisymbolilla.



**Vinkkaus**-kohdassa on vinkattu aiheeseen liittyvään lisämateriaaliin tai muihin teemaan sopiviin tehtäviin.

## Tuttu aikuinen ja tuttu ryhmä

Paras tunne- ja turvataitokasvattaja on lapselle tuttu aikuinen. Ryhmän oma ohjaaja voi hyödyntää lapsija ryhmätuntemustaan. Ryhmässä opittua voidaan toistaa ja soveltaa, mikä on tärkeää uusien taitojen oppimisessa. Kertaus on opintojen äiti tunne- ja turvataitojenkin oppimisessa. Yhdessä toimiminen ja leikki arjen tuoksinassa tarjoavat lukuisia luontevia tilanteita harjoitella. Tunne- ja turvataitojen harjoittelu lapsiryhmässä madaltaa kynnystä soveltaa niitä myös muissa ympäristöissä. Ryhmässä oppiminen on hauskaa ja yhdessä toimiminen vahvistaa vuorovaikutustaitojen oppimista.

Yksikin ohjaaja riittää, mutta on suositeltavaa suunnitella ja toteuttaa tunne- ja turvataitokasvatusta työpareina tai tiiminä. Lapsiryhmän muiden opettajien ja ohjaajien lisäksi työpareina voivat olla esimerkiksi erityisopettaja, terveydenhoitaja, toimintaterapeutti, koulukuraattori tai psykologi. Yhdessä työn tekeminen on innostavaa ja kehittävä. Toiselta oppii paljon! Avoimuus opetuksessa ja usean aikuisen yhteistyö takaavat hyvän laadun. Lapset saavat myös yksilöllisempää huolenpitoa ja ohjausta. Pienemmät lapset tar-

vitsevat aikuisten apua tehtävissä, joissa lasta haastatellaan ja hänen kertomansa asiat kirjataan tai kirjoitetaan. Ohjaajan aika voi helposti loppua kesken, kun lapset innostuvat puhumaan omista asioistaan. Miten jokaisen voi huomioida ja miten jokainen saisi kokemuksen siitä, että juuri hänen asiansa on tärkeä? Työparityöskentely tai lapsiryhmän puolittaminen ja pienryhmiin jakaminen helpottavat tätä pulmaa. Lapsilla on yleensä paljon sanottavaa, ja sille olisi oltava tilaa. Omia asioita ja ajatuksia kertomalla ja toisia kuuntelemalla lapset oppivat käsiteltävien asioiden lisäksi tärkeitä vuorovaikutus- ja ryhmätaitoja.

## Dokumentointi ja arviointi

Tehtäväsivuista ja muista lasten tuotoksista kootaan lapsille omat kansiot, vihkot tai portfoliot. Lasten tuotoksia voidaan koota myös seinälehdeille, niitä voidaan videoida ja valokuvata tai niistä voidaan rakentaa näyttelyitä. Näiden kautta tunne- ja turvataitoteemat tulevat näkyville myös vanhemmille ja yhteisön muille lapsille ja aikuisille. Joissakin tilanteissa, esimerkiksi terapeutisessa työskentelyssä, voi olla tarpeen puhua lapsen kanssa siitä, mitä tuotoksia vanhemmille näytetään ja mitä ei.

Aikuisten oman tiimin yhteisen oppimisen kannalta on hyödyllistä dokumentoida tunne- ja turvataitokasvatuksen suunnitelmat, tavoitteet, käytännön toteutuksessa tulleet kokemukset ja kehittämistarpeet. Työn dokumentointi helpottaa jatkossa uuden ryhmän kanssa aloittamista. Se auttaa myös lapsiryhmän uusia ohjaajia jatkamaan jo aloitettua tunne- ja turvataitokasvatusta. Tiimissä tai yhteisössä yhdessä tehty itsearviointi sekä lapsilta ja vanhemmilta saatu palaute auttavat kehittämään tunne- ja turvataitokasvatusta ja siinä tarvittavaa materiaalia vastaamaan yhä paremmin oman yhteisön, lapsiryhmän ja perheiden tarpeita. Dokumentoinnin ansiosta hyväksi koettujen käytänteiden ja kehitettyjen materiaalien jakaminen haluttaessa myös omaa ryhmää laajempaan käyttöön tulee mahdolliseksi.

## Yhteistyö kotien kanssa

Tunne- ja turvataitokasvatuksesta tiedotetaan kotiväkeä vanhempain tapaamisissa, vanhempainilloissa ja aineistossa olevan kirjeen avulla (s. 29). Lasten huoltajille voi myös pitää erillisen tunne- ja turvataitoteemoihin liittyvän keskustelutilaisuuden, jossa kerrotaan tunne- ja turvataitokasvatuksen tavoitteista ja työskentelymenetelmistä, esitellään materiaalia sekä kuunnellaan huoltajien kysymyksiä ja keskustellaan heitä askarruttavista asioista. Lapsiryhmän ohjaajien työpareiksi keskustelutilaisuuteen sopivat erityistyöntekijät tai oppilashuollon työntekijät kuten terveydenhoitajat, sosiaalityöntekijät, kuraattorit ja psykologit.

Materiaalia ja suunnitteluvinkkejä vanhempien keskustelutilaisuuteen löytyy Teemat ja niiden toteuttaminen -osion lopusta (s. 228).

Huoltajille kerrotaan, että lapset tulevat saamaan kotitehtäviä, joita heidän toivotaan tekevän yhdessä kotiväen kanssa. Tehtävät pitävät kotiväen tietoisena siitä, mistä lapsiryhmässä puhutaan. Tehtävien kautta tunne- ja turvataitoteemat voivat siirtyä puheisiin ja pohdittavaksi myös kotona, mikä tehostaa lasten oppimista ja turvan tunnetta.

Vanhemmissa voi herättää hämmennystä tunne- ja turvataitomateriaalin sisältämä viesti kehon itsemääräämisoikeudesta ja lapsen oikeudesta fyysiseen koskemattomuuteen. Se voi väärin ymmärrettyinä panna vanhemmat empimään lasten koskettamista tai hyvänä pitämistä. Sen vuoksi on tärkeää korostaa, että lapset tarvitsevat rakkautta, hellyyttä ja läheisyyttä. Vanhempien lapsiaan kohtaan osoittamaa rakkautta, syyliä ja suukottelua ei pidä sekoittaa lasten seksuaaliseen hyväksikäyttöön, joka on vallan väärinkäyttöä ja johon sisältyy salailua ja aikuisen tavoittelemaa seksuaalista mielihyvää. Normaali lapsen hyvänä pitäminen ei ole koskaan salaisuutena pidettävä asia, ja se kestää sellaisenaan kolmannen osapuolen katseen. Hyvä on mainita siitäkin, että vanhemmilla on edelleen lupa ja velvollisuus rajoittaa lapsia tarvittaessa pitämällä heistä kiinni, mikäli he ovat vaarassa vahingoittaa itseään, toisia tai ympäristöä. Samoin puhuttaessa lapsen oikeuksista on myös syytä tuoda esille, että yhtä lailla lapsellakin on velvollisuuksia. Samalla kun lapsella on oikeus turvalliseen elämään ja kunnioitettavaan kohteluun, hänen on itsekin opetettava suhtautumaan muihin, niin toisiin lapsiin kuin aikuisiin, kunnioittavasti.

Vanhempia rohkaistaan antamaan palautetta tunne- ja turvataitokasvatuksesta ja kertomaan, miten se on heidän mielestään näkynyt kotona ja vaikuttanut lapsiin. Tarvittavasta yhteistyöstä sovitaan. Vanhemmilta pyydetään palautetta myös kirjallisesti. Sen he voivat tehdä palautelomakkeen avulla (s. 225).

## Huolen tilanteisiin varautuminen ja niissä toimiminen

Tunne- ja turvataitokasvatus saattaa rohkaista lapsia kertomaan huolistaan ja peloistaan aikuisille, joihin he luottavat. Turvataitokasvatus saattaa herkistää aikuisia huomaamaan lasten pahaa oloa ja heidän kaltoinkohteluaan. Tällaisiin tilanteisiin on syytä valmistautua etukäteen ja sopia työyhteisössä toimintatavoista jo ennen tunne- ja turvataitokasvatuksen aloittamista. Huolestuin – mitä teen? -osiossa (s. 257) on ohjeistuksia ammattilaisille tilanteisiin, joissa lapsen kanssa päivittäisessä kontaktissa työskentelevällä lähityöntekijällä herää epäily tai huoli lapsen kohdistuvasta kaltoinkohtelusta.

Ohjeistukset antavat eväitä lapsen kanssa puhumiseen ja hänen tukemiseensa, huolen puheeksi ottamiseen huoltajan kanssa ja monialaiseen yhteistyöhön, tarvittaessa myös lastensuojeluilmoituksen ja poliisille ilmoituksen tekemiseen sekä tilanteeseen, jossa lapsi on menossa poliisiin kuultavaksi. Ohjeistusta laadittaessa on ajateltu erityisesti suuren huolen ja harmaan huolen vyöhykkeille (ks. Erikson & Arnkil, 2012) sijoittuvia tilanteita (esimerkiksi seksuaalinen hyväksikäyttö, ahdistelu ja häirintä, henkinen ja fyysinen kaltoinkohtelu), mutta ohjeista on hyötyä myös näitä pienempiinkin huoliin. Ohjeistuksiin on sisällytetty tiivistetysti keskeisimpiä huomioon otettavia asioita. Ne on tarkoitettu helpottamaan puheeksi ottamista ja lapsen ja perheiden varhaista tukemista. Ohjeistuksia voidaan käyttää pohjana työyhteisön omien toimintamallien laatimisessa ja niistä keskusteltaessa. Ohjeistuksissa on myös kuvattu voimavarakeskeistä ja tulevaisuuteen suuntautuvaa turvakeskustelu-työtapa, jonka avulla yhteistyössä perheen ja lähiverkoston kanssa pyritään tiivistämään lapsen turvaverkkoa ja vahvistamaan myös lapsen omia tunte- ja turvataitoja.

Jokaisen työntekijän on selkiytettävä oma roolinsa. Lasta lähellä olevan aikuisen rooli on olla lapselle luotettava aikuinen, kuunnella häntä ja viedä lapsen asiaa eteenpäin siten, että lapsi saa avun. Mikäli lapsi kertoo lapsiryhmässä toisten läsnä ollessa vakavasta kaltoinkohtelusta, häntä on syytä kiittää siitä, että hän on kertonut asiasta, mutta samalla ohjataan keskustelu kahdenkeskiseen tilanteeseen. Mikäli lapsi on jo ehtinyt ryhmässä kertoa pelottavasta tilanteesta, on ryhmän kanssa hyvä yleisellä tasolla miettiä, mikä lasta tuollaisessa tilanteessa voisi auttaa ja mitä lapsen kannattaisi tehdä. Kahdenkeskisessä tilanteessa kyseisen lapsen on hyvä saada kokea, että aikuinen todella kuuntelee ja uskoo häntä. Hänen on hyvä tietää, että hän on tehnyt aivan oikein kertoessaan. Häntä on hyvä kiittää kaikesta siitä, mitä hän on tehnyt itsensä suojelemiseksi ja avun pyytämiseksi. Lapselle ei voi luvata, että asia pidetään salassa, mutta hänen kanssaan on hyvä miettiä, kenelle ensimmäisenä asiasta kerrotaan ja mikä häntä eniten auttaisi. Lapsen on tärkeää saada olla osallisena omassa asiassaan. Hänellä voi olla monenlaisia, ehkä aiheellisiakin pelkoja kertomiseen ja asian esille tulemiseen liittyen ja niistä on hyvä lapsen kanssa puhua ja pyrkiä huomioimaan ne. Lisäohjeita ja huomioitavia näkökulmia lapsen kanssa puhumiseen on Huolestuin – mitä teen? -osiossa (s. 257).



Tietoa vanhemmille: Anne Torvinen & Hanna Huhtala (2014) Opas turvalliseen lapsuuteen. <http://www.jamk.fi/tuta>



---

**MINÄ OLEN ARVOKAS JA  
AINUTLAATUINEN**

## Aluksi

Tässä jaksossa käsiteltävät asiat:

- ryhmän turvallisuus ja tunne ryhmään kuulumisesta
- itsetuntemus ja itsearvostus
- tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen
- lapsen oikeus hyvään ja turvalliseen elämään
- aikuisen hoiva ja huolenpito
- lapsen omat, hyvinvointia edistävät valinnat.

Olen arvokas ja ainutlaatuinen -jaksossa pyritään edistämään lapsen itsetuntemusta, itsearvostusta ja itseluottamusta sekä tietoisuutta oikeudesta hyvään ja turvalliseen elämään. Nämä asiat luovat pohjan tunne- ja turvataitokasvatukselle ja sille, että lapset pystyvät ottamaan oppimiaan turvaohjeita käyttöön.

Jakson alussa kiinnitetään huomiota ryhmän turvallisuuteen mm. luomalla yhdessä toimimisen pelisäännöt ja edistämällä hyväksyvää ja kannustavaa ilmapiiriä. Tällöin omia ajatuksia ja kysymyksiä voi tuoda turvallisesti esille pelkäämättä nolatuksi tulemista.

Lapset opettelevat itsensä hyväksymistä ja arvostamista. Lapset oppivat, että jokaisella ihmisellä on suorituksista ja osaamisesta riippumaton arvo ja olemassa olemisen oikeutus. Tavoitteena on, että lapsi oppisi iloitsemaan itsestään ja omasta ainutlaatuisuudestaan ja että hän näkisi itsensä huolenpidon ja hyvän kohtelun arvoisena. Lapset tutustuvat itseensä, omiin mieltymyksiinsä, tarpeisiinsa ja vahvuuksiinsa. He opettelevat hyväksymään myös epäonnistumisia ja keskeneräisyyttä osaksi itseään. Itsearvostus rakentuu paitsi vertaissuhteissa myös läheisissä ihmissuhteissa ja lapsen saaman turvan ja hoivan kautta sekä rakastetuksi tulemisen kokemuksesta. Yhteistyö kotiväen kanssa on siksi olennaista.

Lapset opettelevat tunteiden tunnistamista, nimeämistä ja ilmaisemista. Tunteet ovat sisäisiä viestejä, jotka auttavat päättämään, mikä itselle on hyväksi ja mikä haitaksi. Pelon tunne ja hämmennys saavat valppaaksi, kiukku antaa voimaa puolustaa itseä ja itselle tärkeitä asioita tai ihmisiä. Ilo ja innostus auttavat oppimisessa. Turvan tunne auttaa tietämään, mitkä tilanteet tai ketkä ihmiset edistävät hyvinvointia. Kaikenlaiset tunteet ovat sallittuja, mutta toimiminen niiden mukaan ei aina kuitenkaan ole oikein tai viisasta. On tärkeää oppia säätämään tunteita, etteivät ne saa liikaa valtaa ja aiheuta tuhoa tai vahinkoa. Tunnetaitoja ja niiden säätelyä opitaan vuorovaikutuksessa toisten kanssa. Aikuisten malli ja kannustus tunteista puhumiseen auttaa lastakin tunnistamaan ja nimeämään omia tunteitaan.

Lapset saavat tietoa lapsen oikeuksista, mm. oikeudesta turvalliseen elämään ja aikuisten antamaan huolenpitoon ja hoivaan. Yhdessä mietitään myös sitä, miten he itse omilla valinnoillaan voivat edistää omaa terveyttään ja hyvinvointiaan, myös internetissä liikkueensa. Tässä jaksossa lapset aloittavat selviytymisreppujensa varustamisen pelottavien ja nolojen tilanteiden varalle, myös tilanteisiin, joissa kiukku on saamassa tuhoa tekevän vallan. Turvapassi ja turvaohjeet tukevat selviytymistä turvattomissa ja uhkaavissa tilanteissa. Lapset miettivät, ketkä ovat heidän lähimpiirinsä tärkeitä aikuisia. Jokaisen lapsen turvaverkkoon pitäisi löytyä ainakin yksi turvallinen aikuinen, jonka puoleen lapsi voisi huolissaan kääntyä.

# TUTUSTUMINEN JA RYHMÄYTYMINEN

## Pelisäännöt



- Tutustutaan turvataitoihin ja Turre Turvakoiraan.
- Tiedotetaan kotiväkeä tunne- ja turvataitokasvatuksesta.
- Luodaan keskinäisen kunnioituksen ja luottamuksen ilmapiiriä lapsiryhmässä.
- Laaditaan turvataitotuntien pelisäännöt.



Turre Turvakoiran avulla ohjaaja kertoo lapsille tunne- ja turvataitokasvatuksesta. Ohjaaja voi käyttää Turren kuvaa (s. 30) tai tuoda pehmolelun, joka on turvataitotunneilla aina mukana. Turre Turvakoiralle on tärkeää, että lapsilla on turvallista ja hyvä elää. Turren kanssa lapset oppivat turvataitoja, joiden avulla he voivat pitää hyvää huolta itsestään ja suojella itseään.

- 1. Turre Turvakoira johdattelee turvataitotunneille:



### MITÄ TURVATAIDOT OVAT JA MIHIN NIITÄ TARVITAAN?

On tärkeää, että kaikilla olisi turvallista ja hyvä olla eikä kenenkään tarvitsisi pelätä. Tunne- ja turvataitotunneilla mietitään, mistä lapselle tulee turvallinen olo. Jokaisella lapsella tulisi olla ainakin yksi luotettava aikuinen, joka huolehtii hänestä ja jolle lapsi voisi kertoa kaikista asioistaan, myös huolistaan ja peloistaan. Turvataitotunneilla opetellaan pyytämään apua turvalliselta aikuiselta. Tunne- ja turvataitotunneilla opetellaan myös taitoja, joiden avulla lapset voivat itsekin pitää huolta itsestään. Jokaisella on oikeus elää turvassa ja ilman pelkoa.



Turvataitotunneilla tutustutaan itseensä ja omiin tunteisiinsa. Tunneilla opetellaan myös kaveritaitoja niin, että kaikilla olisi yhdessä hyvä olla.



2. Lapset ja aikuiset esittäytyvät Turre Turvakoiralle kertomalla nimensä ja asian, josta he pitävät.

3. Lapset voivat miettiä oman nimityksen turvataitotunneille (esim. ”turvistunnit”, ”minä-tunnit”, ”Turre-tunnit” ...).

4. Lasten kanssa laaditaan yhdessä pelisäännöt tunne- ja turvataitotunneille, jotta jokaisella olisi ryhmässä turvallinen ja hyvä olo. Tärkeitä pelisääntöjä ovat esimerkiksi seuraavat:

- Toisten kertomuksia kuunnellaan.
- Kavereihin suhtaudutaan kunnioittavasti.
- Kenellekään ei naureta.
- Toisten kertomuksista ei kerrota muille.

Pelisäännöt kirjataan, ja kaikki ryhmäläiset allekirjoittavat ne. Tarpeen tullen pelisääntöjä voidaan täydentää ja niihin on hyvä palata.



1. *Tunne- ja turvataitotunnit alkavat* -kirjeessä olevaa Turren kuvaa voidaan värittää ja sen ympärille piirtää asioita, jotka ovat Turrelle tärkeitä.

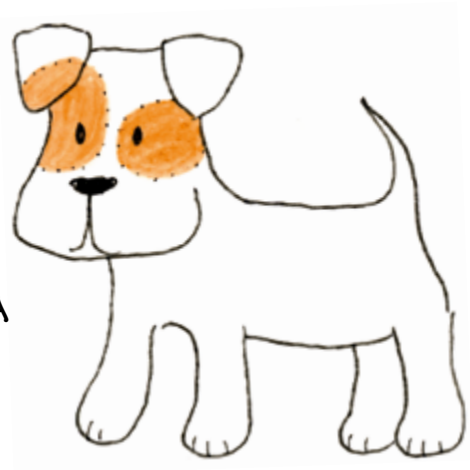


Kotiin lähetetään kaksi eri tiedotetta, *Tunne- ja turvataitotunnit alkavat* -kirje (s. 31) ja *Lempiesine*-kirje (s. 32), joista jälkimmäisessä on ohjeita seuraavaa tunne- ja turvataitotuntia varten. Lapsia pyydetään tuomaan lempiesine seuraavalle kerralle. Ryhmässä voidaan yhdessä miettiä ja sopia, minkälaisia esineitä tuodaan. Lempiesineen tuomiseen pitää olla kotiväen lupa.



Turre Turvakoira -pehmolelua tilattavissa osoitteessa [www.sopivaompelu.fi/turre](http://www.sopivaompelu.fi/turre).

## TUNNE- JA TURVATAITOJA TURREN KANSSA







## HEI KOTIVÄKI! TUNNE- JA TURVATAITOTUNNIT ALKAVAT!

### TUNNE- JA TURVATAITOKASVATUKSELLA KOHTI TURVALLISEMPAA LAPSUUTTA!

Lapsuus on leikin, oppimisen ja kasvamisen aikaa. Kasvu vaatii oman aikansa ja rauhansa. Aikuisten tehtävänä on antaa lapsille heidän tarvitsemaansa hoivaa ja turvaa sekä suojella heitä asioilta, jotka eivät kuulu lasten maailmaan ja häiritsevät heidän kasvuun.

Lapset altistuvat nykyään väkivallalle tiedotusvälineiden ja väkivaltaviihteen kautta. Media ja mainonta seksualisoivat lapsia varhain. Tietotulvaa, kännyköitä ja nettiä on mahdotonta täysin kontrolloida. Aikuisten valvonta ei voi ulottua kaikkialle lasten kasvaessa ja elinpiirin laajentuessa. Lapset ovat luontaisesti uteliaita, ja monet asiat kiinnostavat heitä. Vaikka vastuu lasten turvallisuudesta onkin meillä aikuisilla, lapset tarvitsevat itsekin taitoja, joilla he voivat pitää huolta itsestään ja turvallisuudestaan. Lasten pitää saada tietää, että heillä on oikeus olla turvassa niin kodeissa kuin kotien ulkopuolellakin.

Tunne- ja turvataitokasvatuksella vahvistetaan lasten omia taitoja puolustaa itseään ja pitää huolta rajoistaan kiusaamisen, väkivallan, houkuttelun ja ahdistelun tilanteissa. Turvataitokasvatus on lasten omien voimavarojen ja selviytymiskeinojen laaja-alaista vahvistamista. Sillä edistetään lasten itsearvostusta, itsetuntemusta ja itseluottamusta, tunne- ja vuorovaikutustaitoja sekä hyviä kaverisuhteita. Lapsia ohjataan huolissaan kääntymään turvallisten aikuisten puoleen. Menetelmät ovat lapsilähtöisiä, lasta osallistavia ja yhteistoiminnallisia. Turvataitokasvatuksen teemat kuuluvat osana opetussuunnitelmaan.

Lapsenne mukana tulee kotitehtäviä, joita hänen on tarkoitus tehdä yhdessä kotiväen kanssa. Yhteistyöllä voimme auttaa lapsia riittävän hyvään ja turvalliseen elämään.

Kysykää ja antakaa palautetta!

Ystävällisin terveisin



Olen saanut tiedon tunne- ja turvataitotuntien alkamisesta.

Huoltajan allekirjoitus: \_\_\_\_\_



## LEMPIESINE

Ryhmässämme opitaan tunne- ja turvataitoja. Alussa pyrimme vahvistamaan myönteistä ilmapiiriä ja turvallisuuden tunnetta lasten kesken. Ensimmäisenä tehtävänä pyydämme lapsia tuomaan kotoa oman lempiesineensä ja kertomaan siitä toisille.

Ryhmässä lasta pyydetään kertomaan valitsemastaan lempiesineestä esimerkiksi seuraavia asioita:

- Miksi esine on sinulle tärkeä?
- Keneltä tai mistä esine on saatu?
- Missä tilanteissa käytät esinettä tai leikit sillä?

Pyydämme teitä tarvittaessa olemaan lapsen apuna hänen muistellessaan näitä lempiesineeseen liittyviä asioita.

Terveisin



Olemme jutelleet lempiesineestä.

Allekirjoitus kotiväeltä \_\_\_\_\_

# Lempiesineeni



- Vahvistetaan turvallisuuden tunnetta ja myönteistä ilmapiiriä ryhmässä.
- Tutustutaan omaan itseen.
- Opitaan kertomaan ja jakamaan itselle tärkeitä asioita.
- Harjoitellaan kuuntelemisen taitoa.



1. Kotoa tuodaan lempiesine. Se voi olla jokin esine, mutta myös mikä tahansa lapselle tärkeä asia kuten esimerkiksi kirja, koru, valokuva, kesämuisto tai pehmolelu. Lempiesineen tuomista varten kotiväelle on lähetetty kirje (s. 32). Myös aikuiset tuovat oman lempiesineensä.

Kokoontaan piiriin ja esitellään oma lempiesine. Jokainen kertoo esineestään, ja toiset saavat kysyä siitä:

- Miksi se on tärkeä sinulle?
- Keneltä tai mistä olet saanut sen?
- Missä tilanteessa käytät esinettä tai leikit sillä?
- Missä säilytät esinettä tavallisesti?
- Kulkeeko se matkoilla mukana?

Jos ryhmä on iso, lempiesineen esittely voidaan jakaa useammalle kerralle, jotta jokainen tuntisi itsensä ja kertomuksensa tärkeäksi ja kokisi tulevansa kuulluksi. Aikuisen on myös huolehdittava siitä, että jokaiseen esineeseen ja kertomukseen suhtaudutaan kunnioittavasti, ja että kerrotut asiat säilyvät luottamuksellisina.

2. Lempiesineestä piirretään tai maalataan kuva (s. 34). Kuvat ja esineet kootaan näyttelyksi, josta voidaan ottaa myös valokuvia.



1. Lempiesineistä kerrotaan satuja (sadutuksen ohjeet Aarrearkussa s. 255) ja niillä leikitään.

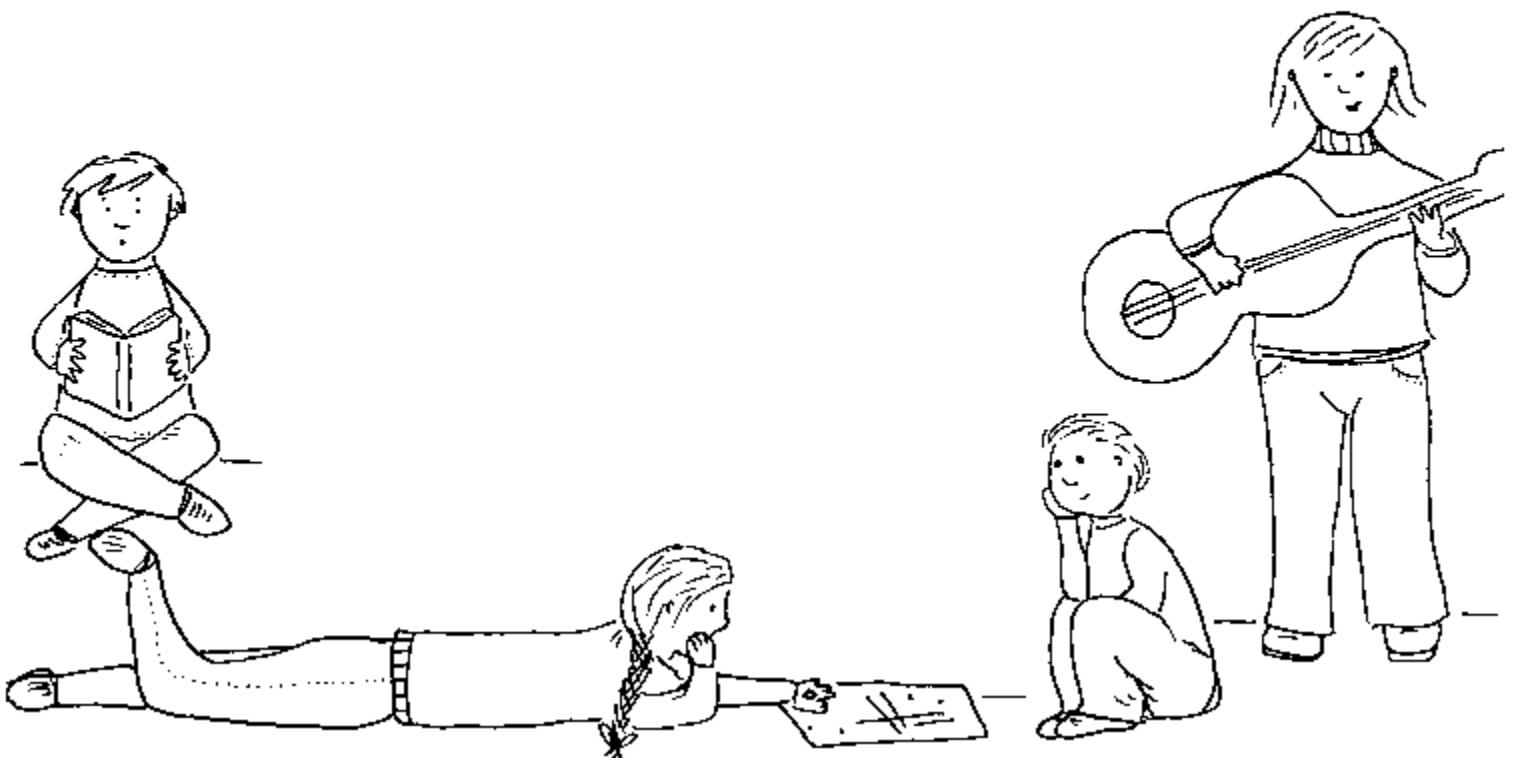
2. Lempiesineistä voidaan puhua myös pienissä ryhmissä. Niistä voidaan tehdä tarinoita ja esityksiä esimerkiksi pöytäteatterin tavoin (ks. Aarrearkku s. 256).



Lapset viimeistelevät kotonaan tunnilla aloittamansa piirtämistehtävän.



## LEMPIESINEENI



## Tutustumme toisiimme



- Opitaan tuntemaan itseä ja muita ryhmään kuuluvia paremmin.
- Harjoitellaan tervehtimistä.
- Vahvistetaan hyväksytyksi tulemisen ja yhteenkuuluvuuden tunnetta.



Leikitään tutustumisleikkejä sisällä tai ulkona.

### 1. Tehosekoitinleikki:

Leikkijät istuvat tai seisovat piirissä. Joku valitaan keskelle, ja hän kertoo, mistä hän pitää (esim. mieliruoka, harrastus, bändi). Keskellä oleva sanoo: ”Ne, jotka pitävät jalkapallosta, vaihtavat paikkaa.” Silloin kaikki jalkapallosta pitävät vaihtavat keskenään paikkaa ja keskellä oleva koettaa napata itselleen vapaan paikan. Paikatta jäänyt siirtyy nyt keskelle ja kertoo, mistä hän pitää.

2. Keskustelu: Jokaisella meistä on omat mielityksemme. Voimme pitää hieman eri asioista. Silti voimme tulla toimeen keskenämme ja pitää yhdessä hauskaa. Ketään ei saa erilaisuuden eikä minkään muunkaan vuoksi hyljeksiä eikä sulkea yhteisen tekemisen ja leikin ulkopuolelle. Kullakin on oikeus omiin mielityksiinsä. Kukin saa tykätä siitä, mistä tykkää.

- Millä lailla olemme samanlaisia?
- Millä lailla olemme erilaisia?
- Mitä toisen erilaisuuden kunnioittaminen tarkoittaa?

### 3. Tervehdysleikki:

Ohjaaja laittaa musiikin soimaan ja pyytää lapsia kävelemään tilassa sikin sokin annetun ohjeen mukaan, niin kauan kuin musiikki soi. Musiikin tauotessa ohjaaja antaa uuden liikkumisohjeen: Liikutaan niin,

- ettei katsota vastaantulijoita silmiin,
- että katsotaan vastaantulijoita silmiin,
- että hymyillään vastaantulijalle,
- että tervehditään vastaantulijaa sanomalla HEI, MOI, TSAU...,
- että tervehditään vastaantulijaa ”ylävitosisilla” ja
- että tervehditään vastaantulijaa kättelemällä.

Tässä leikissä myös lapset voivat keksiä tervehdystapoja.

Keskustelu:

- Miksi toisia tervehditään?
  - Millaisissa tilanteissa on hyvä tervehtiä?
  - Tervehditäänkö kaikkia samalla tavalla?
  - Millainen kaverin tervehdys on sinusta kiva?
  - Millainen tervehdys tuntuu kurjalta?
  - Entä jos kaveri ei tervehdi tai ei edes katso silmiin?
- Millainen olo silloin siitä tulee?



1. Tutustumme toisiimme: Tehtävä tehdään pareittain *Tutustumme toisiimme* -tehtäväsivun avulla (s. 37). Toinen on ensin toimittajana ja toinen haastateltavana. Toimittaja kysyy tehtäväsivulla olevat kysymykset ja kirjoittaa vastaukset. Sitten vaihdetaan rooleja ja lopuksi parit esittelevät tehtävän avulla toinen toisensa koko ryhmälle. Pienet lapset tutustuvat toisiinsa pareittain jutellen kahden tai kolmen annetun kysymyksen avulla ja esittelevät toinen toisensa muulle ryhmälle.

2. Monenlaiset moikkaukset (ks. Kaveritaidot kaikille, [www.mll.fi](http://www.mll.fi)): Lapsilta kysytään, millaisia eri tervehtimistapoja he tietävät. Onko kulttuureissa ja kielissä eroja? Lapset kirjoittavat paperille oman nimensä, rutistavat sen palloksi ja heittävät sen piiriin keskelle. Kukin lapsi hakee yhden pallon ja tulee takaisin paikalleen. Jokainen vuorollaan käy tervehtimässä sitä lasta, jonka nimi paperissa on. Tervehdystyylin voi valita itse tai se voidaan yhteisesti sopia. Tervehdyksen on oltava kunnioittava ja asiallinen. Se ei saa loukata toista. Eri kulttuureita, kieliä tai murteita tuntevat ja edustavat lapset voivat kertoa omaan kulttuuriinsa tai kieliryhmäänsä kuuluvista tavoista tervehtiä.

Esimerkkejä erilaisista moikkauksista:

Sanat: moi, moro, terve, päivää, moikkelis, tsau, helou, heippa, tere, moikka, heips.

Eleet: ylävitonen, pään nyökkäys, halaus, kumarrus, olalle koskettaminen, nyrkit yhteen, vilkutus, käden heilautus.

3. Toivomuspussi: Pienille lapuille kirjoitetaan lasten toiveita leikeistä, lauluista tai luettavista kirjoista ja laput pannaan toivomuspussiin tai -laatikkoon. Ohjaaja voi toteuttaa lasten toiveita pitkin lukuvuotta sopivissa yhteyksissä, esimerkiksi liikuntatunneilla. Toivomuspussiin tai -laatikkoon kerätään myös lasten mielissä olevia asioita tai kysymyksiä, joita he haluaisivat turvataitotunneilla käsiteltävän.

4. Leikitään erilaisia ryhmäytymistä ja yhteenkuuluvuutta edistäviä leikkejä, jotka löytyvät Aarrearkusta, kuten *Rikkinäinen puhelin*, *Seuraa johtajaa*, *Avaimen piilotus* tai *Sähkötyt* (s. 232).

## TUTUSTUMME TOISIIMME



Tämän kaverin nimi on \_\_\_\_\_

ja hänen lempinimensä on \_\_\_\_\_.

1. Kuinka vanha olet? \_\_\_\_\_

2. Mikä on lempiruokasi? \_\_\_\_\_

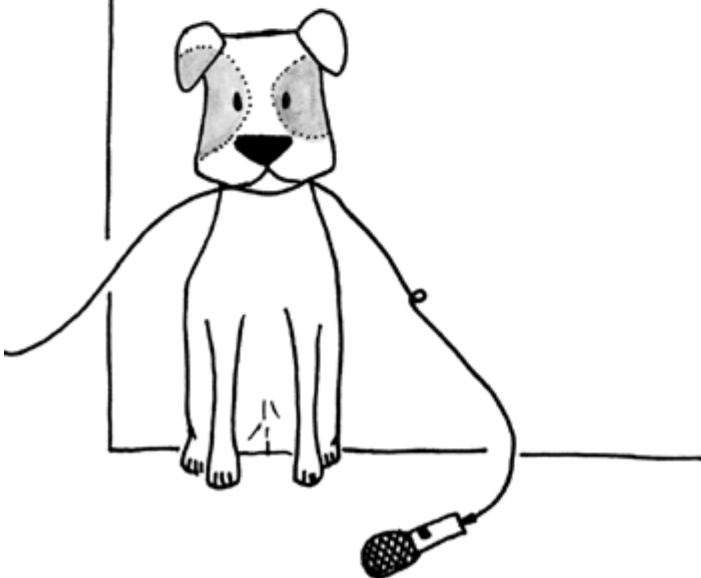
3. Mikä on lempivärisi? \_\_\_\_\_

4. Jos olisit eläin, mikä eläin haluaisit olla? \_\_\_\_\_

5. Mikä saa sinut iloiseksi? \_\_\_\_\_

6. Millaisia asioita inhoat? \_\_\_\_\_

7. Mikä on lempipuuhasi? \_\_\_\_\_



# TUNNE OMA ARVOSI

## Olen ainutlaatuinen



- Huomataan oma ainutkertaisuus.
- Harjoitellaan oman itsen hyväksymistä sellaisena kuin on.
- Opitaan suhtautumaan itseän myötätuntoisesti ja iloitsemaan itsestä.



1. Keskustelu: Me kaikki olemme erilaisia – tummia ja vaaleita, pitkiä ja lyhyitä, isokokoisia ja pienikokoisia.

Meissä on sellaisia ominaisuuksia ja piirteitä, joista iloitemme ja olemme ylpeitä, mutta myös sellaisia, joista emme niin paljon pidä. On tärkeää kuitenkin, että hyväksymme itsemme sellaisina kuin olemme. On hyvä opetella iloitsemaan itsestä ja siitä, millainen on. Jokaisessa meissä on jotain upeaa ja ainutkertaista. Maailmassa ei ole ketään toista ihan samanlaista.



2. Piirretään oma kuva ja kirjoitetaan vapaamuotoinen kertomus itsestä ja omasta ulkonäöstä *Olen arvokas ja ainutlaatuinen* -tehtäväsivun (s. 41) avulla. Kuvataan kasvojen piirteitä ja kehon osia tarkasti, mutta myönteisesti. Ohjaaja voi auttaa alkuun kertomalla itsestään esimerkiksi: ”Olen melko pitkä. Se on mukavaa, koska yletyn helposti ottamaan tavaroita korkealtakin. Hiukseni ovat ohuet, mutta taipuisat. Silmäni ovat siniset ja iloisen näköiset...”. Lapset voivat myös kertoa, mistä he pitävät omassa ulkonäössään.

Vaihtoehtoisesti lapset voivat piirtää oman kuvansa ja jutella aikuisen kanssa kuvasta ja siitä, millaisia he mielestään ovat. Aikuisen tehtävä on tuoda esille piirteitä, jotka lapsessa ovat ihania, mukavia ja kivoja. Piirtäessä peili on kiva apuväline.

- Kukin saa olla sitä mitä on eli oma itsensä.  
Ei tarvitse olla samanlainen kuin joku muu.
- Mitä tarkoittaa, että saa olla sitä mitä on?
  - Jokainen on hyvä sellaisena kuin on. Jokainen ihminen on itsessään arvokas riippumatta siitä, miltä hän näyttää tai mitä hän osaa.
  - Jokainen on erilainen ja silti yhdenvertainen!
  - Saat olla juuri sellainen kuin olet ja se riittää!  
Kukaan ei voi painostaa sinua olemaan mikään muu kuin se, mikä olet.  
Tämä ei tietenkään tarkoita sitä, että saisit tehdä mitä tahansa.
- Mitä ei silti saa tehdä? Ei saa esimerkiksi vahingoittaa itseä, toista tai ympäristöä.



3. Leikitään *Jokaisessa on jotain kaunista* -leikkiä: Muodostetaan kaksi piiriä, sisä- ja ulkopiiri, jotka pyörivät eri suuntiin. Ohjaajan merkistä piirit pysähtyvät ja samaan kohtaan osuneet lapset muodostavat parin. Parin muodostaneet lapset sanovat toisistaan jotain kaunista tai kivaa. Kaunis asia voi liittyä lapsen luonteenpiirteeseen tai ulkonäköön.

Ohjaaja huolehtii, että kaikista sanotaan jotain kaunista. Tarvittaessa hän auttaa lapsia sanomaan toisistaan jotain kivaa ja kaunista. Kaverille sanottavia mukavia ja kauniita asioita voidaan etukäteen miettiä yhdessä ja kirjoittaa taululle. Myös ryhmän aikuiset voivat lasten kuullen sanoa toisistaan kivoja ja kauniita asioita.

- Miltä tuntuu, kun toinen sanoo jotain kivaa itsestä?  
Onko sitä helppoa vai vaikeata kuunnella?
- Miksi on tärkeää kuulla kauniita asioita itsestä?
- Millaista on sanoa kauniita asioita toisesta? Onko se helppoa vai vaikeata?
- Miksi on tärkeää sanoa toiselle kauniita asioita?
- Kun sanoo toiselle jotain kaunista, niin itsellekin tulee hyvä mieli.
- Muista kaunis sana ja silmiin katsominen!

4. Tehdään *Hyväksyvän ja tietoisien läsnäolon harjoitus* (Aarrearkku s. 252). Harjoituksen avulla lapset oppivat myötätuntoista ja hyväksyvää suhtautumista omaan itseensä ja omaan kehoonsa. Harjoitus auttaa myös rauhoittumisessa. Näitä harjoituksia voidaan tehdä säännöllisesti päivän alussa, kesken päivää tai sen lopussa.

- Mitä tarkoittaa se, että hyväksyy ja arvostaa itseään?
- Millaista oli keskittyä ajattelemaan omaa kehoa ja hengitystä?  
Oliko se helppoa vai vaikeaa?  
Oliko se mukavaa vai epämunakavaa? Millainen olo siitä tuli?



1. Lapset keksivät, kirjoittavat tai piirtävät tarinan Turre Turvakoirasta.

- Mitä ainutlaatuista Turressa on?
- Millainen Turre on luonteeltaan?
- Missä Turre asuu?
- Mitä Turre puuhailee mielellään?
- Millaisia kavereita Turrella on?
- Mistä Turre tulee iloiseksi?
- Mikä on Turren lempiruoka?

Turresta voidaan tehdä myös pehmolelu tai käsinukke ja sille suunnitellaan myös kavereita. Turren kuvia, tarinoita ja Turre-käsitöitä hyödynnetään turvataitotunneilla. Kaavat Turren tekemiseen löytyvät Aarrearkusta (s. 236).

2. Tehdään *Tällainen minä olen* -kollaasi: Lapset etsivät kuvalehdistä kuvia tai sanoja, jotka kuvaavat heidän

- ulkonäköään
- harrastuksiaan
- vahvuuksiaan
- ylpeyden aiheitaan
- kiinnostuksiaan
- iloa tuottavia asioita
- unelmiaan, haaveitaan tai toiveitaan.

Kuvat liimataan kollaasiksi. Paperi on jaettu esimerkiksi neljään sektoriin ja keskellä on lapsen nimi. Sektoreihin valitaan yllä olevasta listasta otsikko. Kuvat liimataan sektoreihin. Kollaasit laitetaan seinälle ja niitä katsellaan. Kukin voi myös halutessaan kertoa, miksi valitsi nämä kuvat. Tehtävä onnistuu parhaiten pienessä ja turvallises- sa ryhmässä. Ohjaajan on huolehdittava siitä, että lapset puhuvat toistensa kuvista kunnioittavasti. Vaihtoehtoisesti valmiiksi leikatusta kuvista lapset valitsevat yhden itseensä sopivan kuvan ja kertovat siitä toisille.

3. Tehdään *Etsitään ystävää* -sivustolle ilmoitus, jonka otsikko on *M maailman ihanin ja makein* \_\_\_\_\_.

- mikä minusta tekee hyvän ystävän?
- mikä minussa on parasta?
- minun kanssani voisit tehdä näitä asioita...
- yhdessä meillä olisi hauskaa, koska...

4. Tehdään omasta valokuvasta palapeli (kuvan voi ensin laminoida). Sitten kootaan ja tunnistetaan toisten kuvapalapelejä. Tehtävän voi toteuttaa dokumenttikameralla myös siten, että lapsen kuva on peitetty paloilla. Ohjaaja ottaa palan kerrallaan pois, ja lapset arvaavat, kenen kuvasta on kysymys.

5. Luetaan Aarrearkusta tarina *Peilikuva* (s. 247) ja mietitään, mikä auttaisi tarinan lasta hyväksymään itsensä ja iloitsemaan omasta itsestään ja siitä, miltä hän näyttää.

- Mitä sanoisit Miisalle?
- Mitä Miisa voisi sanoa Emilialle?



Lapset vievät kotiin *Olen arvokas ja ainutlaatuinen* -tehtäväsivun, johon he jo ryh- mässä ovat kirjoittaneet tai piirtäneet siitä, millaisina he näkevät itsensä. Kotiväen tehtävänä on sanoa omalle lapsellensa, mitä kauniita, hauskoja tai persoonallisia piirteitä he lapsessaan näkevät.



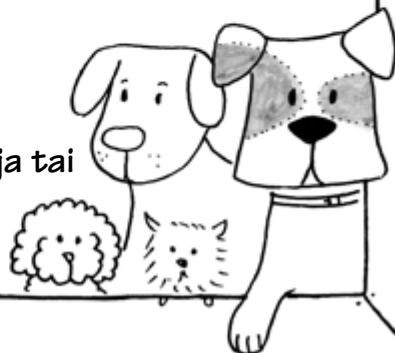
6–11-vuotiaille lapsille kertomuksia, jotka johdattelevat hyväksyvän ja tietoisien läsnä- olon perusteisiin: Markkanen, Sari (2013) *Tipsu ja oivallusten opus*. Basam Books Oy.



## OLEN ARVOKAS JA AINUTLAATUINEN

Kotiväelle:

Sano lapsellesi, mitä kauniita, hauskoja tai persoonallisia piirteitä hänessä näet.



## Huomaa hyvä itsessäsi



- Vahvistetaan itsetuntemusta ja itseluottamusta.
- Opitaan tiedostamaan omia taitoja ja vahvuuksia.
- Opitaan arvostamaan itseä.



1. Keskustelu: Meillä kaikilla on vahvuuksia, asioita joissa olemme hyviä ja jotka tuottavat meille iloa. Jokainen on hyvä jossakin. Kukaan ei kuitenkaan voi olla kaikessa hyvä eikä tarvitsekaan.

- Missä asioissa joku voisi olla hyvä?

Joku on kekseliäs, joku rauhallinen ja harkitseva, toinen taasen voimakas, neuvokas, rohkea, huolellinen tai auttavainen. Meillä on luonnostamme tai syntymälahjana saatuja taipumuksia ja luonteenominaisuuksia. Joitakin asioita opimme harjoittelemalla. Meillä on myös oikeus kehittää itseämme ja taitojamme. Vahvuuksistamme, taidoistamme ja osaamisistamme saamme iloa. Niistä on meille apua ja hyötyä elämässä, esimerkiksi pulmallisissa tilanteissa selviytymiseksi. Niitä voimme käyttää myös toisten hyväksi ja avuksi. On hyvä oppia iloitsemaan toistenkin taidoista ja antamaan tunnustusta toiselle.

Jokainen on hyvä jossakin. Jokainen meistä kuitenkin on tärkeä ja arvokas riippumatta siitä, mitä osaamme ja millaisia ominaisuuksia meillä on. Kaikilla meillä on oma tärkeä paikkamme. Kaikkia meitä tarvitaan.

2. *Kaikkia meitä tarvitaan* -kone: Ensin yksi lapsi alkaa tehdä kehollaan jotain koneen osan liikettä. Muut lapset liittyvät vuoron perään osaksi konetta niin, että jokainen tekee omaa liikettään ollen samalla kosketuksessa johonkin toiseen koneen osaan. Koneesta voi kuulua myös ääntä. Kaikkia meitä tarvitaan!

- Niin kuin koneessa jokainen osa on tärkeä, niin myös jokaisella meistä on oma tärkeä paikka tässä ryhmässä. Mitä hyvää ja tärkeää minä voin antaa toisten iloksi?
- Joskus oma mieli voi kuiskata sellaisia hassuja ajatuksia, että minä en olisi niin tärkeä kuin joku toinen. Mitä voi tehdä, jos tällaisia itseä vähätteleviä ja vertailevia ajatuksia tulee mieleen? Sellaisia ajatuksia ei tarvitse uskoa. Niiden voi antaa mennä menojaan ja haihtua kuin saippuakuplat ilmassa. Itselleen voi sanoa, että olen tärkeä siinä missä muutkin.

3. *Turren alakulo*. Luetaan runo Turren alakulosta (Aarrearkku s. 241) ja keskustellaan.

- Miksi Turre oli allapäin?
- Missä asioissa Turre on hyvä?
- Millä tavoin Turre voi olla hyödyksi toisille?

4. Huomaa hyvä itsessäsi: Opettelemme löytämään hyviä ja mukavia ominaisuuksia ja vahvuuksia itsestämme. Alakulon vallatessa ja epäonnistumisen hetkellä niitä voi muistella, ja olon voi silloin saada tuntumaan mukavammalta. Jokaisessa on paljon hyvää.

Lapset kirjoittavat isoilla kirjaimilla *Huomaa hyvä itsessäsi* -tehtäväsivun (s. 45) vasempaan reunaan pystysuoraan etunimensä kirjaimet. Vaakasuoraan arkille kirjoitetaan tällä kirjaimella alkavia mukavia asioita, jotka kuvaavat itseä. Tämä tehtävä voidaan tehdä myös pienryhmissä tai koko ryhmän kanssa, jolloin lapset yhdessä keksivät toistensa nimiin sopivia mukavia asioita. Tehtävän voi lähettää myös kotiin vanhempien ja lasten yhdessä tehtäväksi. Tehtävässä voi käyttää eri värejä ja sivun voi koristella kauniiksi.

5. *Minä*-torni (s. 46) täytetään luonnesanojen (s. 47) tai *Kehukorttien* (s. 48) avulla. Kerätään itseä kuvaavia ominaisuuksia ja vahvuuksia *Minä*-torniin, jonka huipulla liehuu lippu, jossa on lapsen nimi tai oma tunnuskuva. *Minä*-torniin voidaan myös piirtää itseä kuvaavia mukavia asioita. *Luonnesanat* ja *Kehukortit* on hyvä ensin yhdessä käydä läpi, jotta kaikki ymmärtävät sanojen merkitykset.



1. Luetaan tarina *Kotkan pojasta* (Aarrearkku s. 240) ja keskustellaan siitä.

- Mitä pidit tarinasta?
- Mitä tarinassa kerrottiin?
- Olisiko tarina voinut mielestäsi loppua toisin?  
Keksikää tarinalle toisenlainen lopetus.

2. *Kehutaanpas vähän* -tehtävä: Lapset valitsevat kehu kortteista (s. 48) yhden tai useamman itseään kuvaavan kortin ja esittelevät sen toisille. Toiset lapset miettivät ohjaajan avustuksella, millä tavoin kortin esittämä ominaisuus tulee esille tai näkyy tässä lapsessa. Vaihtoehtoisesti lapset voivat antaa kullekin lapselle vuorollaan yhden kehu kortin ja samalla perustella, miksi se hänelle sopii. Lasten saamista kortteista voidaan ottaa myös valokuva, joka lähetetään kotiin. Tässä tehtävässä voidaan käyttää myös muita kuvakortteja.

Kehuminen ja kannustaminen lisäävät hyvää oloa ja hyvää mieltä. Sitä on hyvä harjoitella. Moittiminen ja vikojen etsiminen sen sijaan tuo kurjaa mieltä ja ikävää oloa.

3. Tehdään *Minä tässä, hei!* -tehtäväsivu (s. 50).

4. *Luonteenpiirteitä jaossa* -leikki: Ennen leikin aloittamista on hyvä yhdessä käydä luonnesanat läpi, jotta kaikki tietävät sanojen merkitykset. Kullekin lapselle annetaan kolme satunnaista, luonnetta tai ominaisuutta kuvaavaa luonnesanaa (s. 47). Kunkin sanan kohdalla lapsen on mietittävä, ketä toista lasta sana kuvastaisi ja kenelle se sopisi, minkä jälkeen hänen on annettava se tälle lapselle. Jos sana ei lapsen mielestä sovi kenellekään, hän voi laittaa kortin pöydälle ja ottaa nurin päin olevasta korttipakasta uuden kortin. Lopuksi kullakin lapsella on vain kolme toisilta saatua korttia. Tällä tavoin huolehditaan siitä, että kaikki ryhmän lapset saavat tasapuolisesti heitä kuvastavia kortteja. Lapset voivat myös kertoa pareittain tai koko ryhmälle, mitä luonnesanoja he saivat ja millä lailla ne heitä kuvastavat. Luonnesanoista voidaan ottaa valokuva tai ne voidaan muutoin tallentaa muistiin. Niistä voidaan tehdä myös pinssi, rintaneula tai juliste.



Kotiin

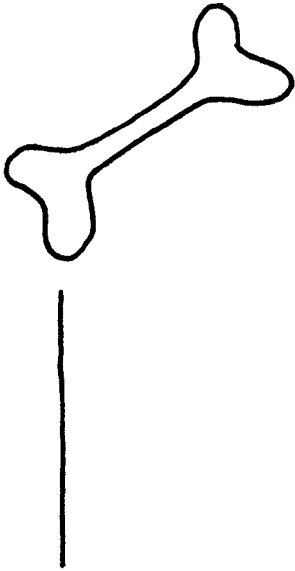
1. Kotiin lähetetään *Huomaa hyvä itsessäsi* -harjoitus vanhempien ja lasten kanssa yhdessä katsottavaksi ja täydennettäväksi. Vanhemmat keksivät lapsen nimen pohjalta lisää lasta kuvaavia hyviä ominaisuuksia ja vahvuuksia. Lapsi voi myös kysyä, millä tavoin hän sai nimensä. Kuka sen keksi ja miksi?

2. Vaihtoehtoisesti kotona jatketaan tunnilla aloitetun *Minä*-tornin rakentamista. Kotiväki kirjoittaa tornin tiileihin lisää lapsen myönteisiä ominaisuuksia.

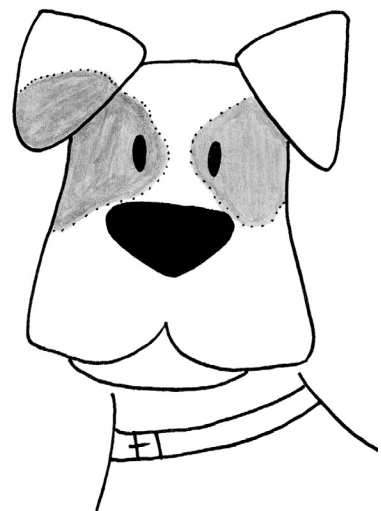
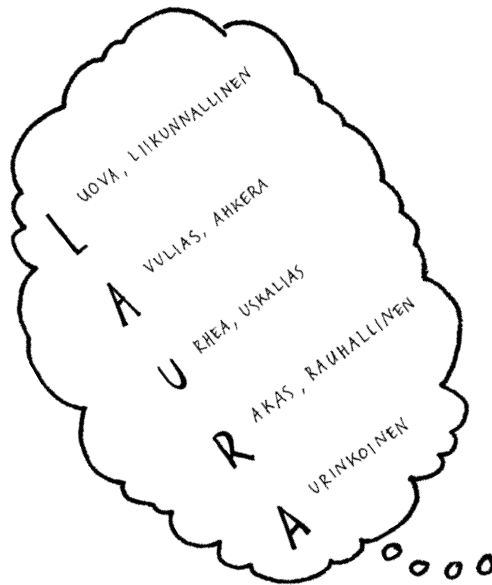


Vinkkaus

Vahvuuskortit osoitteesta [www.pesapuu.fi](http://www.pesapuu.fi).



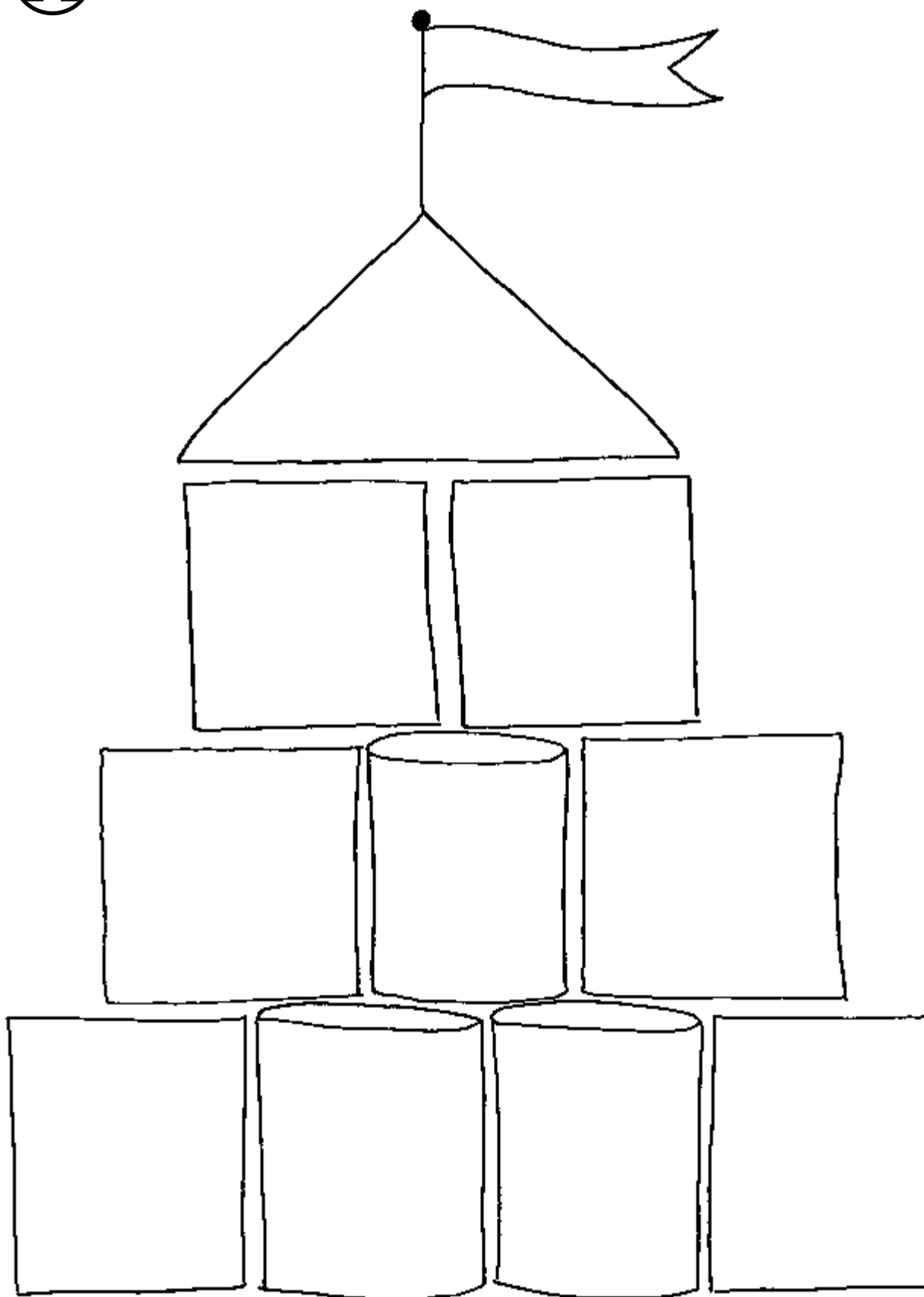
## HUOMAA HYVÄ ITSESSÄSI



Kotiväelle: Lukekaa yhdessä lasta kuvaavat sanat ja keksikää niitä lisää. Kertokaa lapselle, miten lapsi sai nimensä. Kuka antoi lapselle nimen?



# MINÄ-TORNI



Kotiväelle: Kirjoittakaa Minä-tornin palikoihin lisää lapsenne myönteisiä ominaisuuksia ja vahvuuksia.



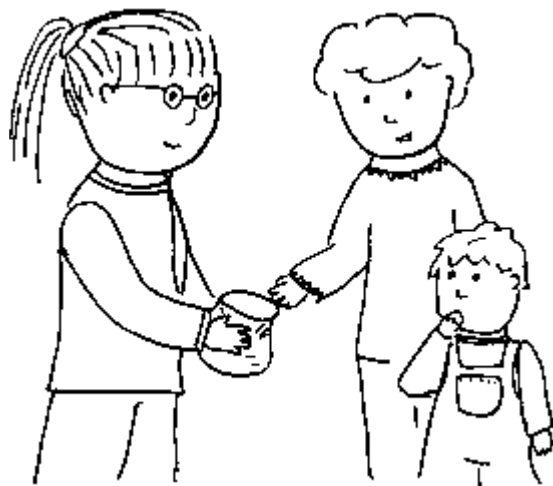
## LUONNESANAT

Luonnesanat kuvaavat hyviä ja arvokkaita luonteenpiirteitä. Niitä on monenlaisia ja niissä voi myös harjaantua.

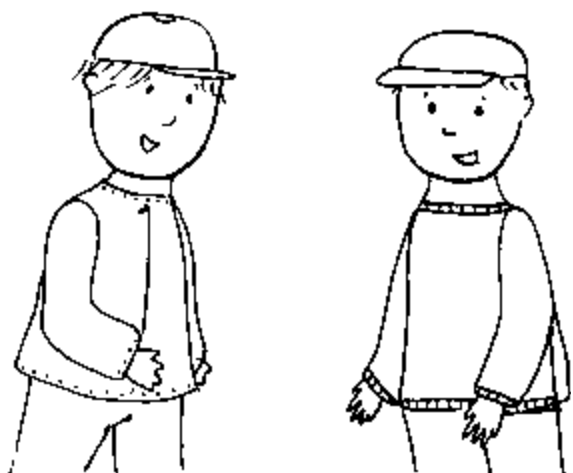
Ystävällinen	Rohkea	Kiva
Lempeä	Veikeä	Monitaitoinen
Iloinen	Hauska	Osallistuva
Sinnikäs	Tietävä	Kantaa ottava
Avulias	Päättäväinen	Leikkisä
Antelias	Reilu	Eloisa
Huolellinen	Rehellinen	Päättäväinen
Innokas	Oikeudenmukainen	Vahva
Ihana	Säteilevä	Luova
Harkitsevainen	Hyväksyvä	Määrätietoinen
Pirteä	Ymmärtäväinen	Älykäs
Vastuuntuntoinen	Kuuntelevainen	Myötäelävä
Jutteleva	Rohkaiseva	Jämäkkä
Pohdiskeleva	Suvaitsevainen	Rauhallinen
Lämmin	Toisia huomioon ottava	Etevä
Rento	Virkeä	Kekseliäs
Joustava	Miettiväinen	Kannustava
Taiteellinen	Perusteellinen	Aloitteellinen
Ymmärtäväinen	Keskusteleva	Tunteellinen
Viisas	Turvallinen	Mukava
Oppivainen	Vastuullinen	Huumorintajuinen
Aurinkoinen	Rauhallinen	Sosiaalinen
Toimelias	Huomaavainen	Kohtelias



Olen vahva



Olen reilu



Olen hauska ja hassu



Olen hyvä urheilussa



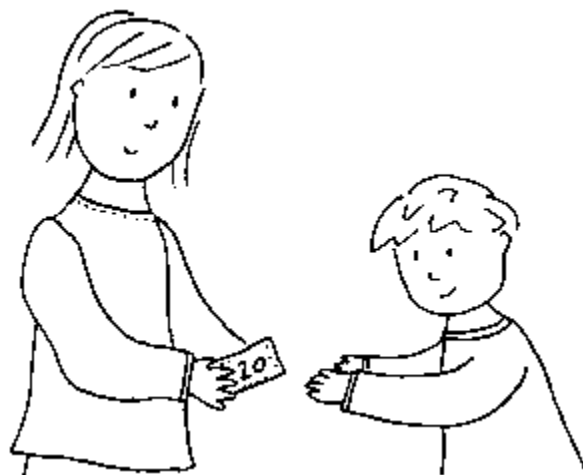
Olen hyvä ystävä



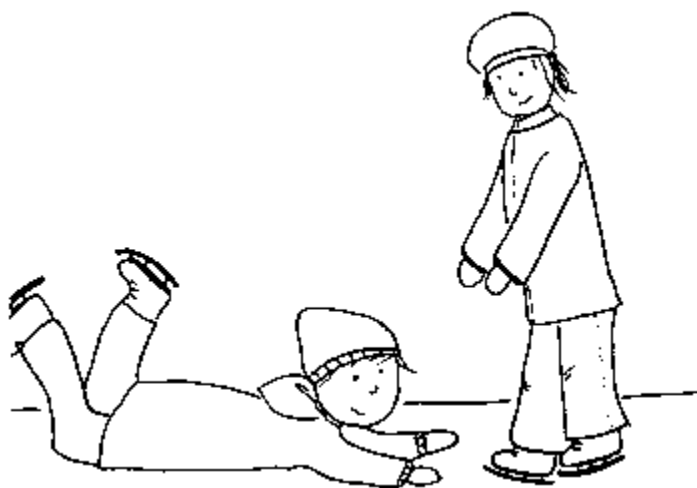
Osaan odottaa



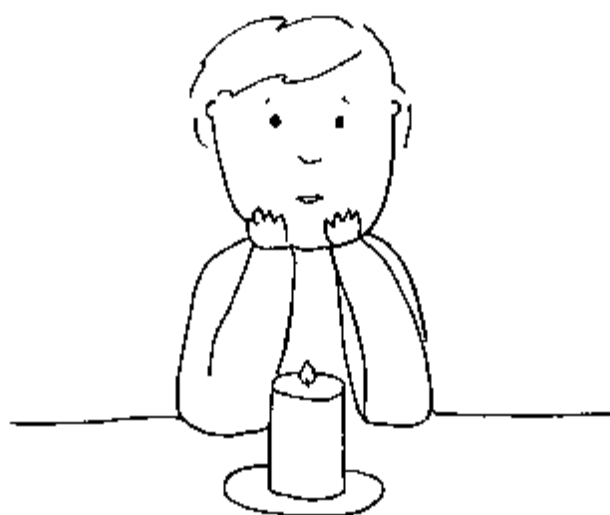
Olen pohdiskeleva



Olen rehellinen



Autan toisia



Olen harkitseva



Olen rohkea



Kestän myös pettymyksiä

# MINÄ TÄSSÄ HEI!

Nimeni on \_\_\_\_\_

Lempinimeni on \_\_\_\_\_

Ikäni on \_\_\_\_\_

Minä asun \_\_\_\_\_

Näistä puuhista pidän \_\_\_\_\_

Minulla oli tosi hauskaa, kun \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Näissä minä olen hyvä \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Hartain toiveeni \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Minusta tulee isona \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## Aina en onnistu



- Lisätään itsetuntemusta.
- Opetellaan hyväksymään itse sellaisena kuin on, joskus myös epäonnistuvana ja virheitä tekevänä.
- Harjoitellaan selviytymään pettymyksistä ja vastoinkäymisistä.



1. Keskustelu: Kaikessa ei voi olla hyvä – eikä tarvitsekaan. Joskus myös epäonnistumme ja joskus teemme virheitä, vaikka kuinka yrittäisimme.

- Missä asioissa esimerkiksi voi epäonnistua tai tehdä virheitä?

Ryhmän aikuiset voivat kertoa omista kammelluksistaan, noloista tilanteistaan ja epäonnistumisistaan ja siitä, miten he ovat niistä selvinneet.

2. Luetaan Aarrearkun tarina *Viimeiset peliminuutit* (s. 247) ja keskustellaan tarinasta.

- Millainen olo Jessellä mahtoi olla, kun hän kaatui?
- Miltä hänestä tuntui, kun kaverit moittivat häntä?
- Mitä ajattelet Jessen pelikavereiden käyttäytymisestä?
- Miten valmentajan pitäisi puhua tilanteesta joukkueen kanssa? Mitä hänen tulisi tehdä?
- Miten lohduttaisitte Jesseä?
- Miten Jesse voisi itseään rohkaista?
- Miltä epäonnistuminen tuntuu?

Tarinan tueksi voidaan ottaa tarinan Jesseä kuvaava käsinukke, jolloin lapset voivat jutella hänen kanssaan, rohkaista ja antaa ohjeita.

Epäonnistuminen voi tuntua kurjalta. Silloin saatamme moittia itseämme tai joskus jopa toisia!

- Mitä voi tehdä, jos oma mieli alkaa syyttää ja moittia itseä virheistä tai epäonnistumisista? Mikä silloin auttaa? Mitä rohkaisevaa itselleen voisi mielessään sanoa?
- Mitä voi tehdä tai sanoa, jos joku toinen moittii/ilkkuu/pilkkaa/nauraa silloin, kun teet virheitä tai epäonnistut?
- Mitä hyötyä virheistä ja epäonnistumisista on?

Vastoinkäymiset ja epäonnistumiset kuuluvat elämään. Niistä voi oppia paljonkin. Niitä voi oppia myös hyväksymään. Itselleen voi antaa anteeksi ja sanoa mielessään, että kukaan ei aina voi onnistua. Itseään voi mielessään myös rohkaista sanomalla, että opin kyllä pikku hiljaa. Voi myös sanoa itselleen, että harjoitus tekee mestarin. Oppimisessa tarvitaan kärsivällisyyttä ja se vie aikaa. Omille virheille ja epäonnistumisille voi joskus jopa nauraa.





Jokaisella on oikeus opetella, tehdä virheitä ja oppia.  
Ketään ei saa pilkata virheiden ja epäonnistumisten takia.



### 3. Tehdään oma tarina tai sarjakuva, jonka aihe on *Silloin minä...*

Valitse ryhmällesi sopiva tehtävä sivuilta 53–55. Tarinoiden, sarjakuvien tai piirustusten avulla lapset kertovat toisilleen omista kammelluksistaan, mokistaan, epäonnistumisistaan ja vastoinkäymisistään. Kuunnellaan toisten kertomuksia ja mietitään yhdessä, miten niihin kannattaisi suhtautua ja miten niistä voisi selviytyä (nauraminen, toiselle kertominen, itsensä rohkaiseminen ja kannustavien sanojen sanominen ääneen tai hiljaa mielessä). Mietitään myös sitä, voisiko virheistä oppia jotain? Kerätään lista ryhmän keksimistä selviytymiskeinoista.

Kirjoitetaan *Selviytymisreppu* (s. 56) *Kun nolottaa* -taskuun joitakin selviytymiskeinoja. Loput taskut täytetään myöhemmin, kun käsitellään pelkoja, kiusaamista, kiukkua ja turvaohjeita.



1. Näillä selviän! Pienryhmissä lapset miettivät iskulauseita, jotka auttavat heitä selviytymään noloissa tilanteissa ja mokissa. Iskulauseet kootaan yhteiseksi julisteeksi seinälle ja se kuvitetaan.



Lapsi pyytää läheisiä aikuisiaan kertomaan heidän omista kammelluksistaan, noloista tilanteistaan tai epäonnistumisistaan ja siitä, miten he niistä selvisivät.



Hyvä aiheeseen liittyvä kirja on Isabel Abedi & Silvio Neuendorf (2006): *Minä voitin! Minä hävisin!* Lasten parhaat kirjat.

*Selviytymisreppu* digitaalisena tehtävänä <http://static.jamk.fi/tutapelit/>.

SILLOIN MINÄ \_\_\_\_\_

## TARINA

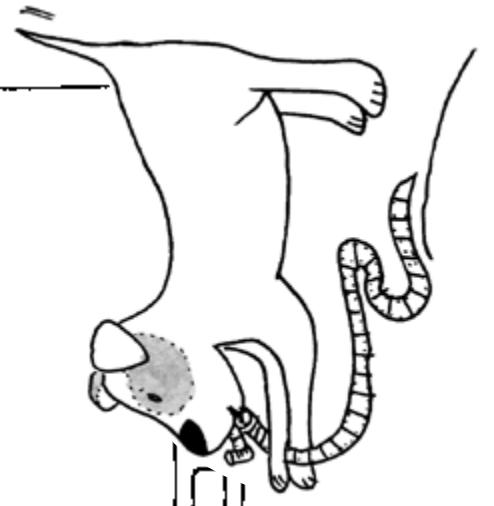
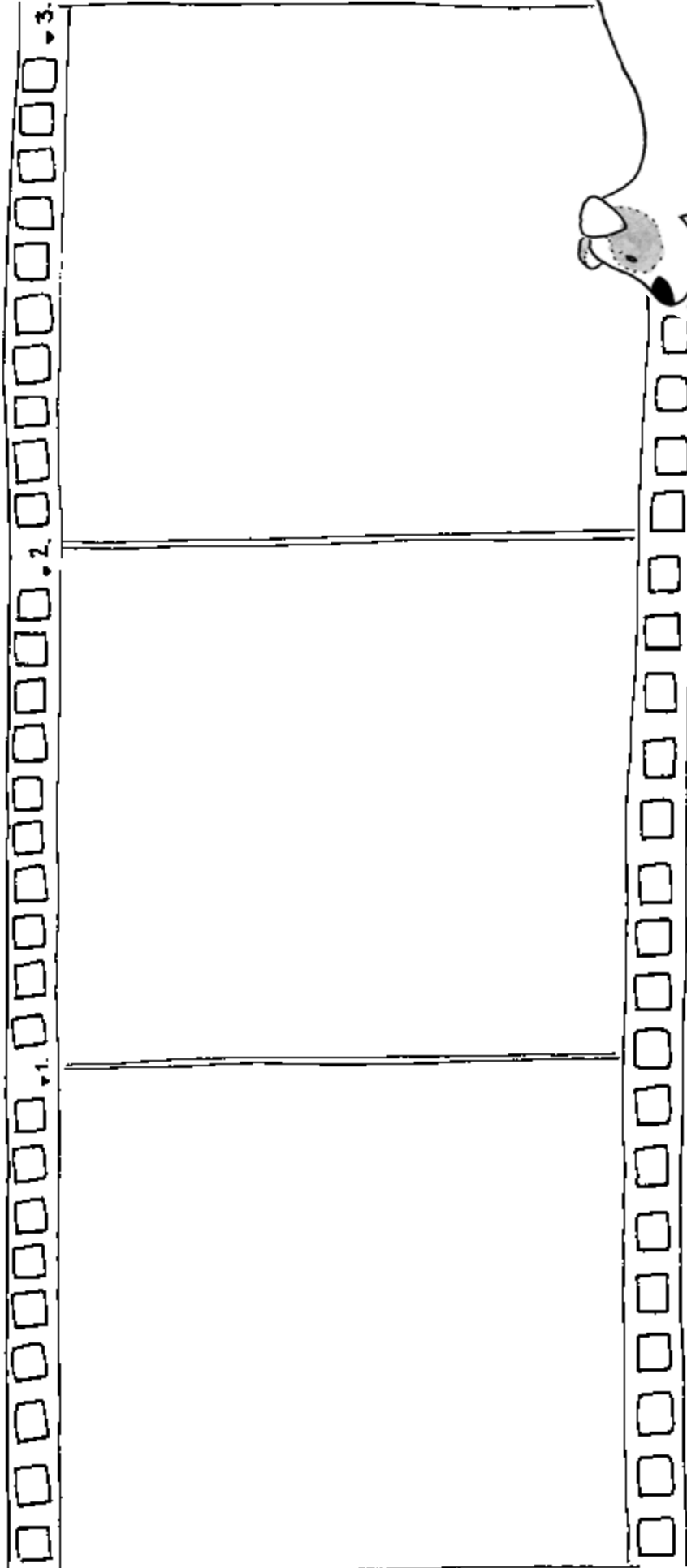
Handwriting practice lines consisting of ten sets of three horizontal lines (top, middle, bottom) for writing a story.



Handwriting practice lines consisting of three horizontal lines (top, middle, bottom) for writing, ending in a decorative swirl on the right side.

SILLOIN MINÄ

SARJAKUVA

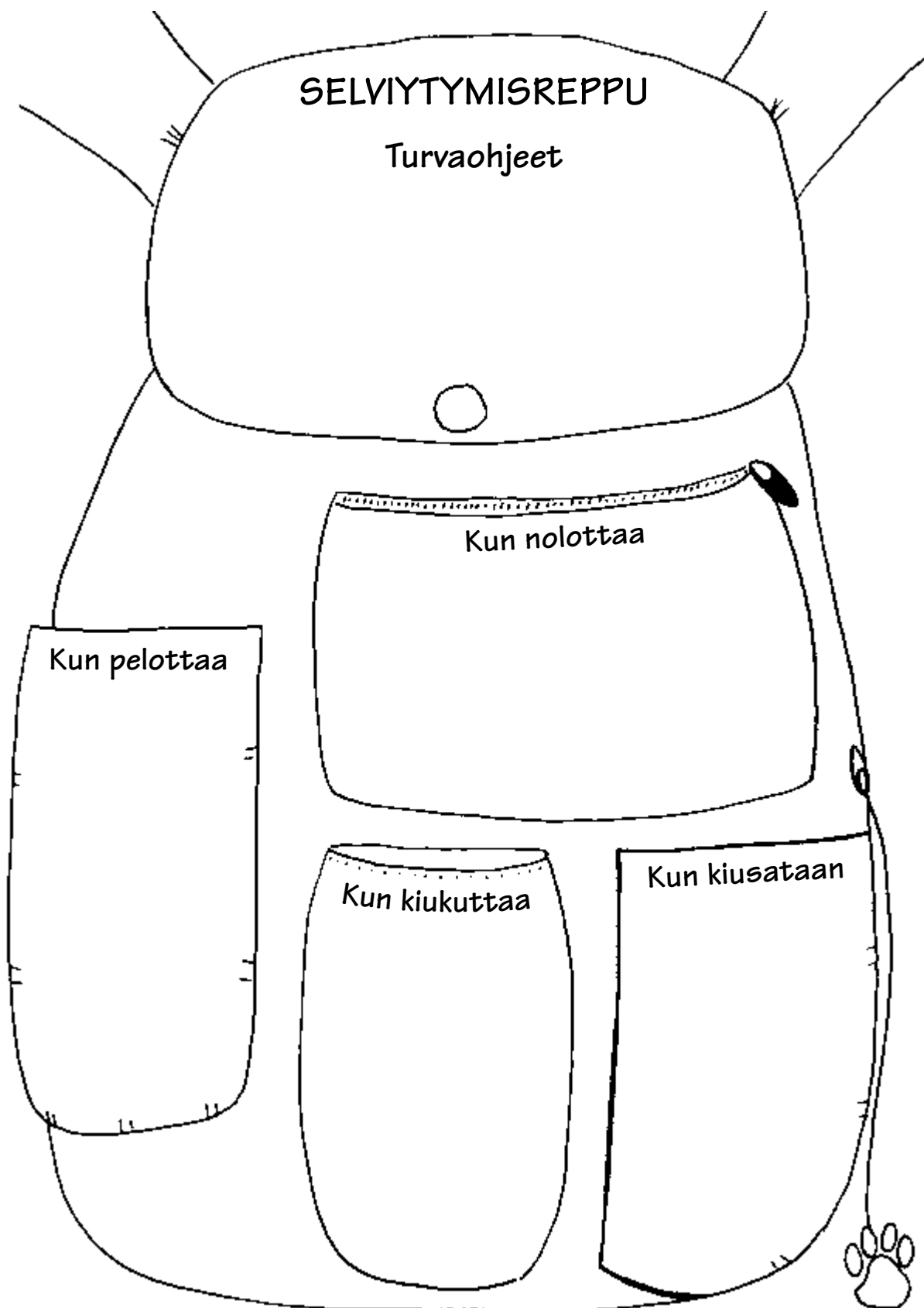




SILLOIN MINÄ \_\_\_\_\_

## PIIRROS





Kotiväelle: Keskustele lapsesi kanssa selviytymisreppun sisällöstä.

## Lupa kaikenlaisiin tunteisiin



– Harjoitellaan tunteiden tunnistamista, nimeämistä ja ilmaisemista.



1. Keskustelu: Tunnetme erilaisia tunteita: iloa, rakkautta, vihaa, surua, pettymystä, onnellisuutta, inhoa, pelkoa, hämmästyttä, hätää, innostusta, syyllisyyttä, häpeää...

➤ Mitä tunteita sinä tiedät?

Joskus olo on kevyt ja aurinkoinen, joskus mieli on musta kuin synkkä yö. Toisinaan tuntuu, että mielessä on oikein tunteiden sekamelska, on niin monenlaista tunnetta yhtä aikaa. On hyvä oppia tunnistamaan omia tunteitaan ja sitä, miltä itsestä tuntuu erilaisissa tilanteissa.

2. *Tunteet tutuiksi* -harjoitus. Ohjaaja näyttää lapsille joitakin tunnekortteja (s. 60–61), yhden tunnekortin kerrallaan ja kysyy:

- Miltä kuvan lapsi näyttää?
- Miltä hänestä mahtaa tuntua?
- Mitähän tässä on voinut tapahtua?

Lapsi valitsee haluamansa tunnekortin, leikkaa ja liimaa sen paperille. Tunnekortin viereen hän piirtää tai kirjoittaa tapahtumia, joissa lapsi voisi tuntea kyseistä tunnetta. Lisäksi hän voi piirtää/kirjoittaa ajatuskupliin lapsen mietteitä ja ajatuksia kyseisessä tilanteessa. Tehtävä voidaan tehdä myös pari-/ryhmätyönä ja niitä esitellään toisille ja niistä keskustellaan.

Lapsella on lupa kaikenlaisiin tunteisiin. Kaikki tunteet ovat sallittuja, vaikka kaikki tunteen vallassa tehdyt teot eivät ole sallittuja. Tunne on eri asia kuin teko.

➤ Mitä hyötyä tunteista on? Miksi meillä on tunteita?

Tunteet ovat avuksi meille ja niiden tehtävänä on edistää hyvinvointiamme. Tunteet ovat sisäisiä viestejä, ne ovat viestejä meiltä itseltämme. Tunteet auttavat meitä tietämään, mikä meille on tärkeää ja arvokasta elämässä. Tunteet auttavat meitä myös tietämään, mikä meille on hyväksi ja mikä vahingoksi. Ne auttavat meitä suojautumaan haitallisilta asioilta ja menemään niitä asioita kohti, jotka tuovat meille hyvää oloa ja turvaa. Tunteet auttavat meitä selviämään elämässä ja toisten ihmisten kanssa.

Innostuksen tunne esimerkiksi auttaa meitä oppimaan uusia asioita, kun taas myötätuntoa tarvitaan kavereiden kanssa. Pelon tunne saa meidät valppaiksi, jos jokin vaara uhkaa meitä. Tunnet vihaa ja suuttumusta, jos joku kohtelee huonosti, satuttaa tai loukkaa meitä ja meille rakkaita ihmisiä. Kiukku auttaa meitä puolustamaan ja suojelemaan itseämme, toisia ja meille tärkeitä asioita. Ilon tunne johdattaa meitä sellaisten ihmisten ja touhujen pariin, joista pidämme ja jotka tekevät meille hyvää. Suru auttaa luopumaan jostakin, mitä ei enää ole.

3. *Missä tunteet tuntuvat* -tehtävä. Jotkut tunteet tuntuvat miellyttäviltä ja jotkut epämiellyttäviltä. Kaikki tunteet kuitenkin kuuluvat ihmisenä olemiseen. Tunteet tulevat ja menevät, joskus ne voivat vaihtua hyvinkin nopeasti.

- Missä kohtaa kehossa sinä tunnet tunteita? Millaiselta kehossa tuntuu, kun tunnet iloa, pahaa oloa/ahdistusta, surua, vihaa, rakkautta, pelkoa, inhoa, hämmästyttä?

Lapsi merkitsee tehtäväsivulla (s. 63) olevaan kehon kaavioon sen kohdan, jossa hänellä tietty tunne tuntuu ohjaajan sanelun mukaan esimerkiksi:

Väritä se kohta

- keltaisella, jossa tunnet innostusta
- punaisella, jossa tunnet iloa
- sinisellä, jossa tunnet surua ja
- ruskealla, jossa tunnet pahaa oloa/ahdistusta.

Piirrä

- sydän sinne, missä tunnet onnellisuutta
- kukkanen sinne, missä tunnet tyytyväisyyttä
- rasti sinne, missä pelko tuntuu ja
- salama sinne, missä viha tuntuu.

Tehtävässä lapset voivat myös itse valita kutakin tunnetta vastaavan värin. Tehtävässä voidaan käyttää myös isoa, lattialla olevaa kehon kuvaa, jolloin tunteita väritetään yhdessä tai pienryhmissä keskustellen. Kehon kuvan päälle voidaan laittaa myös tuntekortteja tai sen päällä voidaan kävellä sen mukaan, missä kohtaa kehossa tietty tunne tuntuu.

Tehtävästä keskustellaan ja huomataan, että tunteet voivat tuntua meissä kussakin osittain samalla, mutta myös hieman eri tavoilla. Usein tunne tuntuu kokonaisvaltaisesti koko kehossa, jolloin tiettyä paikkaa on vaikea tunnistaa.

Ilo ja kivojen asioiden odotus saattaa tuntua jännänä, kihelmöivänä kutinana koko kehossa. Vihastus voi tuntua surinana ja jyskytyksenä päässä tai jännityksenä käsissä. Häätä ja ahdistus voi tuntua raskaana olona ja puristuksena rinnassa.

- Minkä tunteen kokeminen on mukavaa?
- Minkä tunteen kokeminen ja sietäminen on vaikeinta?
- Mikä helpottaa oloa, kun jokin tunne tuntuu liian raskaalta?

4. Laitetaan *Lupa kaikenlaisiin tunteisiin* -juliste (s. 64) yhteisesti näkyville ja keskustellaan siitä.



1. Piirretään ilmeitä *Ilmeet kertovat* -tehtäväsivulle (s. 65): lapset piirtävät kasvokuviiin eri tunteita kuvaavia ilmeitä.

2. Eläytymisharjoituksena leikitään tikunkuljetusleikkiä. Istutaan piirissä ja laitetaan tikku kiertämään. Kuvitellaan, että tikku on esimerkiksi höyhen, palkintopokaali, haiseva kala, kuuma kivi, leppäkerttu, kissanpoikanen, kaunis kukka, myrkyllinen käärme tai kiusanhenki. Samalla voidaan miettiä, mitä tunnetta kyseistä esinettä kuljettaessa lapset voisivat kokea. Lapset itsekin keksivät, mikä tikku voisi leikisti olla.

3. Tunnenurokka: Neljästä tunteesta (esimerkiksi ilo, suru, viha, pelko, tyytyväisyys, pettymys ja hämmästys) tehdään isot kuvat, jotka kiinnitetään neljään eri nurkkaan. Soitetaan tunnetta kuvaavaa musiikkia vähän aikaa ja lasten kanssa mietitään, mitä tunnetta musiikki kuvaa. Sitten suunnataan saman musiikin soidessa tunteen mukaisesti liikkuen (esimerkiksi iloisesti pomppien) kyseistä nurkkaa kohti.

4. Pareittain lapset näyttävät toisilleen erilaisilla ilmeillä, eleillä ja asennoilla joko ohjaajan mainitsemia tai korttipakasta itse ottamiensa korttien esittämiä tunnetiloja: kiukku, suru, ilo, onnellisuus, pelko, viha.

5. Musiikkituokio: Kuunnellaan musiikkia ja ilmennetään musiikin herättämää tunnetta piirtäen, maalaten, ilmein, elein ja liikehtien. Tehdään itse ääniä ja rytmejä, jotka kuvaavat esimerkiksi pelkoa, vihaa, iloa ja surua.

6. Lapset kokeilevat ja harjoittelevat peilin avulla erilaisten tunteiden ilmaisemista ohjaajan näyttämän tunnekortin mukaisesti.



Kotona tehdään *Minusta tuntuu* -tehtäväsivu (s. 66) yhdessä kotiväen kanssa.



Tunteet tutuiksi -tehtäväkortit ([www.ps-kustannus.fi](http://www.ps-kustannus.fi)); Nalle-kortit ja Kissanpäivät-kortit ([www.pesapuu.fi](http://www.pesapuu.fi)).

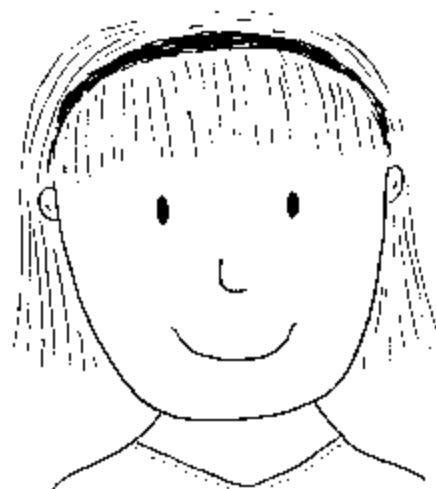
Tuliko tunne? Välineitä tunnetaitojen harjoitteluun. Oppimis- ja ohjauskeskus MIKAEL ([www.valteri.fi](http://www.valteri.fi)).

Tunne-etsivät-tietokonepeli Opetushallituksen sivuilla  
[http://www.edu.fi/verkko\\_oppimateriaalit/tunne\\_etsivat](http://www.edu.fi/verkko_oppimateriaalit/tunne_etsivat).

Tunnenurokka-harjoitus sisältyy raporttiin: Henna-Maria Karppanen & Marianna Parpala 2012. Raportti. Tunne- ja turvataidot osaamiseksi. Työelämälähtöinen kehittämistoiminta. Toimintaterapian/hoitotyön koulutusohjelma. Sosiaali-, terveysala ja liikunta-ala. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.



Rakkaus



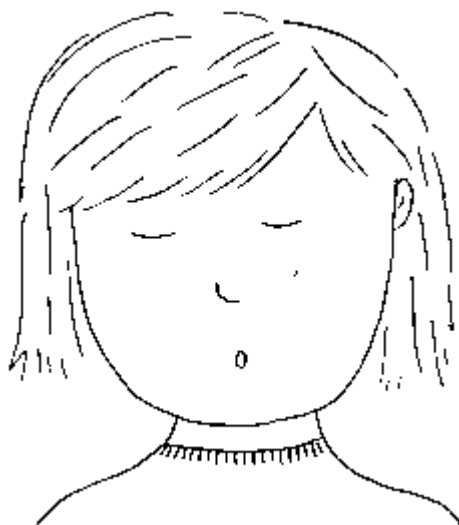
Ilo



Syällisyys



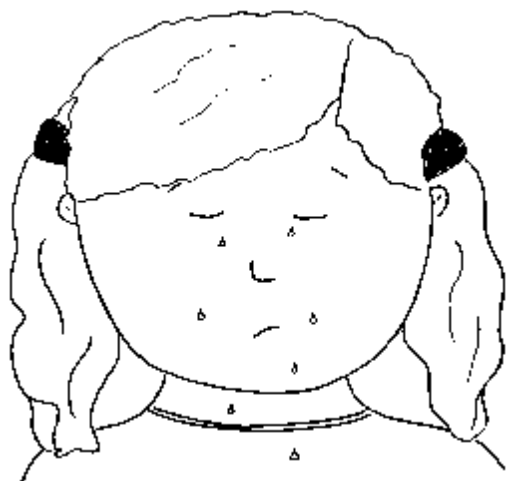
Hämmästyys



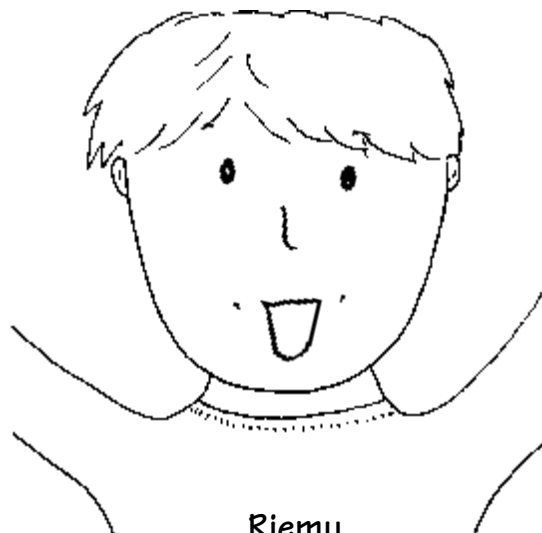
Häpeä



Raivo



Suru



Riemu



Pelko



Viha



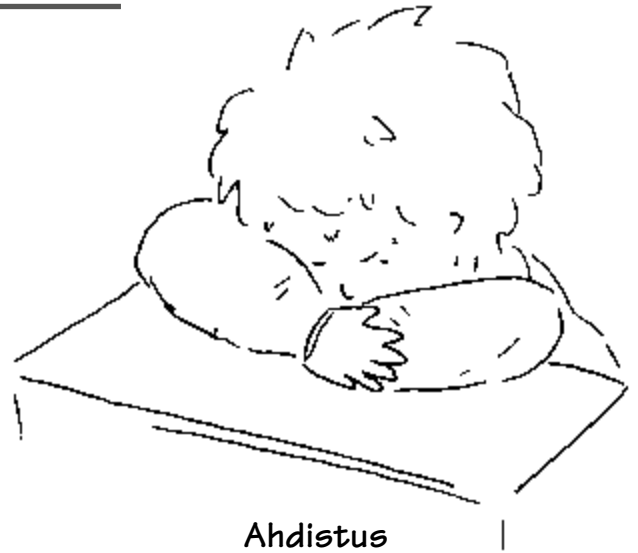
Pettymys



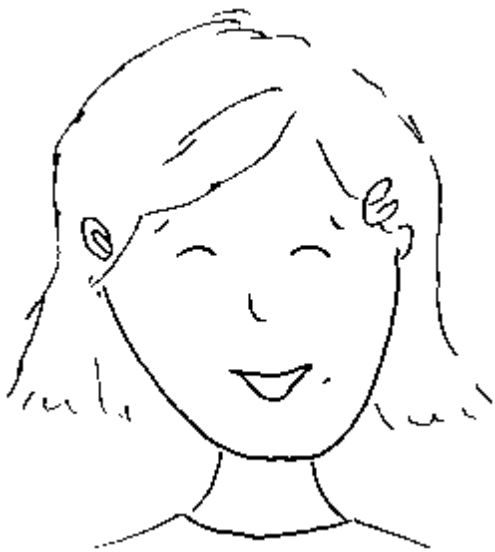
Inho



Säikähdys



Ahdistus



Tyytyväisyys



Kauhu



Innostus

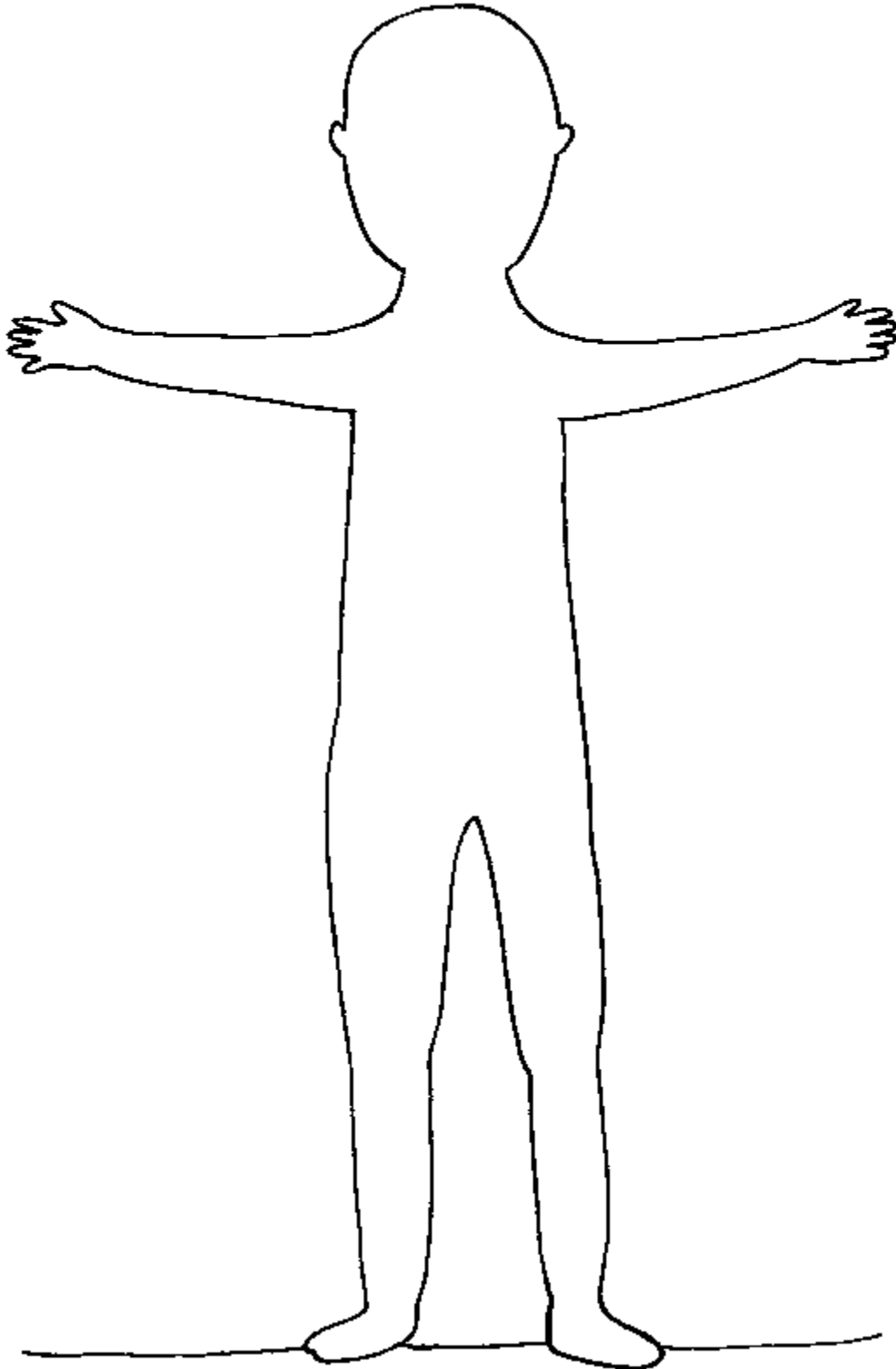


Onnellisuus

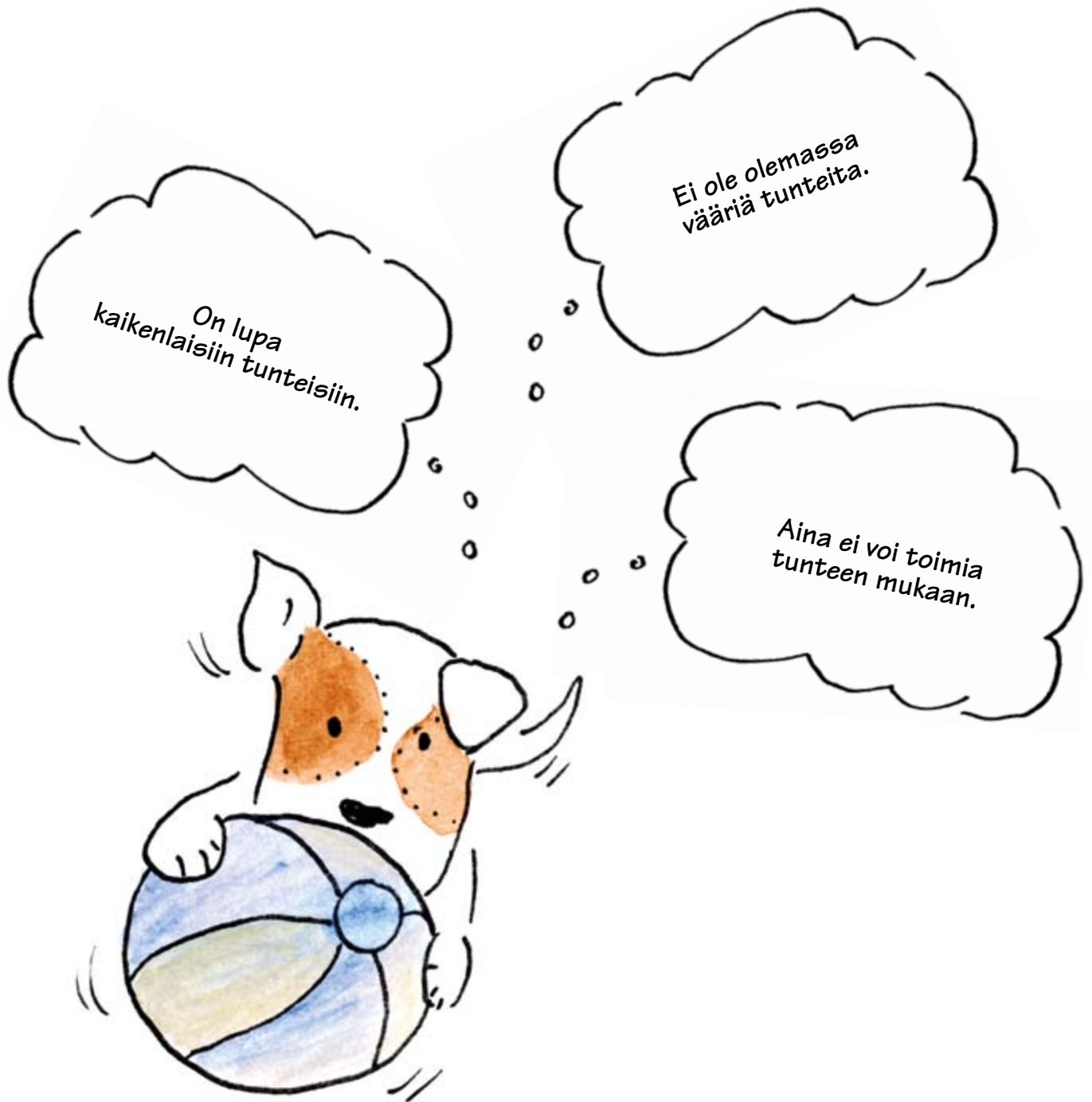


## MISSÄ TUNTEET TUNTUVAT?

Väritä se kohta kehosta, jossa sinä tunnet \_\_\_\_\_

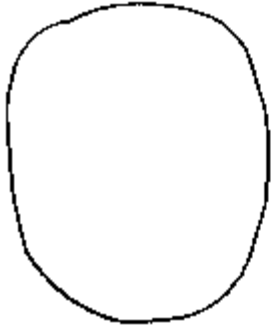


## LUPA KAIKENLAISIIN TUNTEISIIN

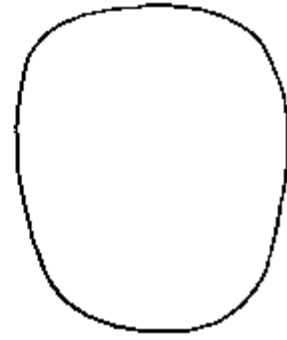


## ILMEET KERTOVAT

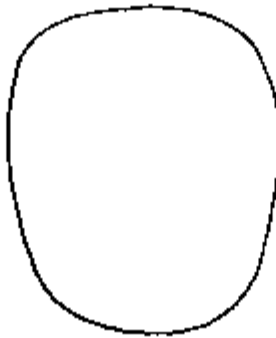
Piirrä alla oleviin kasvoihin miltä tuntuu, kun...  
Anna tunteelle nimi



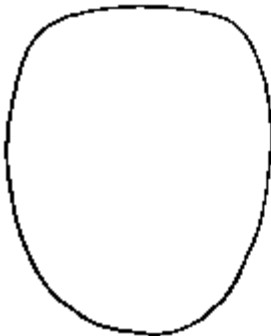
Kaverini pyytää minua  
leikkimään tai pelaamaan



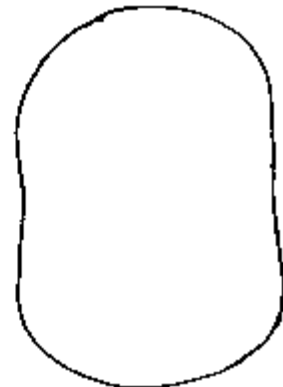
On syntymäpäiväni



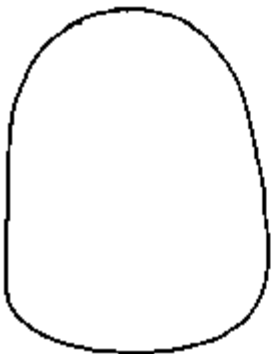
Aikuiset riitelevät



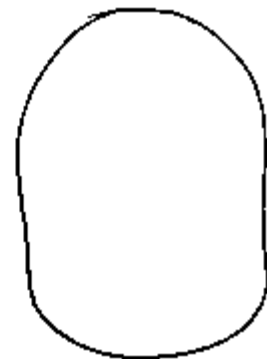
Joku sanoo minulle jotain ilkeää



Kaverini muuttaa pois



Juuri nyt minusta  
tuntuu tällaiselta



Lempitavarani  
menee rikki



# MINUSTA TUNTOU

Piirrä ja kirjoita

Olen iloinen, kun . . .

---

---

Olen surullinen, kun . . .

---

---

Olen vihainen, kun . . .

---

---

Pelkään, kun . . .

---

---

Allekirjoitus kotiväeltä, kun tehtävä on suoritettu! \_\_\_\_\_

## Vaihtuvat tunteet



- Tiedostetaan, että tunteet ovat vaihtuvia ja tilanteisiin ja tapahtumiin liittyviä.
- Opitaan tunteiden ilmaisemista ja säätelyä.



1. *Fiilis*-jana: Ohjaaja pyytää lapsia miettimään, mikä tunnetila heillä juuri tällä hetkellä on ja pyytää heitä menemään lattialle maalarinteipillä merkityn fiilis-janan sille kohdalle, mikä heidän mielestään parhaiten kuvastaa heidän tunnettaan tai oloaan sillä hetkellä. *Fiilis*-janan toinen pää edustaa hyvää oloa ja toinen pää kurjaa oloa. *Fiilis*-janan eri kohtiin voidaan laittaa tai piirtää ilmeitä kuvaamaan eri tunnetiloja. Kukin kertoo janalla seisten vuorollaan, miksi hän meni seisomaan juuri siihen kohtaan. Tehtävässä voidaan harjoitella löytämään omaa oloa vastaavia tunteiden nimiä, jossa voi apuna käyttää myös tunnekortteja. *Fiilis*-jana sopii käytettäväksi esimerkiksi päivittäin päivän tai ”turvistunnin” alussa ja lopussa, jolloin säännöllinen harjoittelu vahvistaa tunteiden tunnistamisen ja nimeämisen taitoja. Lisäksi huomataan, että tunteet vaihtuvat tilanteiden, tapahtumien ja ajan myötä. Tunteiden tunnistamista ja nimeämistä voi harjoitella. On mielenkiintoista oppia ymmärtämään itseä ja sitä, mistä tunteet tulevat ja miten niiden kanssa voi pärjätä.

2. Kultahiput. Luetaan tarina *Kultahiput* (Aarrearkku s. 240). Tarinan jälkeen mietitään, mitä ovat ne ”kultahiput” – asiat, teot, ajatukset – jotka kirkastavat synkän mielen ja hälventävät huolia. Kultahippujen löytäminen ei ole helppoa, mutta kun sellaisen löytää, hämäryyteen, sumuun ja pimeyteen tulee vähitellen valoa. Mitä useamman kultahipun löytää, sitä valoisammaksi ja kirkkaammaksi maisema muuttuu. Kultahippujen löytämiseen tarvitaan hippujen jäljittämisen taitoa ja vainua, ja sitä voi harjoitella. Voisikohan Turre-koirasta olla apua?

Joskus olo voi tuntua tosi kurjalta ja ikävältä.

- Mikä auttaa, kun kurja olo käy liian raskaaksi tai se kestää liian kauan?
- Mikä ilahduttaa mieltä?

Kerätään niin lasten kuin ryhmän aikuisten ”kultahippuja” lapuille joko piirtäen tai kirjoittaen. Laput kerätään ”kultahippupussukkaan”. Kultahippuina voivat olla myös pikkuesineet tai symbolit, jolloin lasten keinot mielen ilahduttamiseen on koottu yhdessä keskustellen ja symbolien merkityksestä yhdessä sopien. Kun kaikki laput tai esineet on kerätty, pussukan sisältö sekoitetaan ja sieltä nostetaan yksi ”kultahippu” kerrallaan. Mielen ilahduttamisen keinoista keskustellaan ja niitä harjoitellaan mm. leikkien ja näytellen. Lapset voivat myös tehdä niihin liittyviä tarinoita, satuja, videoita tai musiikkikappaleita. Lapset saavat tuoda pussukkaan myöhemminkin uusia löytämiään tapoja mielen ilahduttamiseen.

Kultahippupussukasta voidaan nostaa lohduttamisen tai mielen ilahduttamisen keinoja alakuloon tai mieliharmin tilanteisiin. Tarkoituksena ei ole poistaa tai välttää mielipahaa, vaan auttaa sietämään sitä ja samalla vahvistaa asioita, jotka tuovat iloa, toivoa ja yhteyttä toisten kanssa.

On myös tärkeää, että aikuinen ei vähättele lapsen kokemia tunteita liittyivätpä ne aikuisen näkökulmasta hyvinkin merkityksettömiin asioihin. Aikuisen tuki ja kannattelu auttavat lasta sietämään hyvinkin kivuliaita tunteita ja edesauttavat lapsen omien tunteiden säätelykykyä.

Lasten hyväksi havaitsemissa mielen ilahduttamisen keinoja voidaan koota myös ryhmässä ja listata niitä ajatuskartan tapaan.

Mielen ilahduttamisen keinoja ovat esimerkiksi seuraavat asiat:

- omasta kurjasta olostä tai mieltä painavasta asiasta puhuminen kaverille tai turvalliselle aikuiselle
- avun pyytäminen vaikeaan tehtävään tai asiaan
- lohdutuksen pyytäminen toiselta
- isän/äidin/turvallisen aikuisen syliin meneminen
- iloisten ja mukavien asioiden ajatteleminen
- kivojen asioiden tekeminen
- lemmikkieläimen silittäminen tai syliin ottaminen
- leikkeihin tai peleihin mukaan meneminen
- toisen auttaminen
- liikkumaan lähteminen
- musiikin kuunteleminen
- luontoon tai metsään lähteminen
- kaverille soittaminen tai viestin lähettäminen
- tunteen nimen sanominen mielessä tai ääneen esimerkiksi ”tämä on pelkoa”
- syvään hengittäminen.

3. Keskustelu: Joskus voimme pelätä tai säikähtää omia tunteitamme. Ne voivat tuntua niin voimakkailta, että niitä on vaikea sietää tai kestää. Tunteita ei kuitenkaan tarvitse pelätä. Ne eivät vahingoita ketään, vaikka kehossa tuntuisikin kipua tai puristusta. Joskus emme pidä jostakin tunteesta, kun se tuntuu niin pahalta. Haluaisimme päästä siitä äkkiä eroon. Silloin saatamme olla sille vihaisia ja yrittää käskä sitä poistumaan. Vihaisuus ja käskeminen eivät kuitenkaan auta, vaan pahentavat tilannetta. Parempi on opetella hyväksymään kurja olo ja suhtautua siihen ystävällisesti. Kun tunteelle antaa luvan olla, niin se myös menee aikanaan pois ja olo helpottuu. Tunnetta voi vaikka tervehtiä sanomalla sille ”Moi kurja mieli/alakulo”. Tunteet ovat kuin pilvet taivaalla. Ne tulevat ja menevät. Synkätkin pilvet väistyvät ajallaan. Samoin kurja olo muuttuu aikanaan. Kurjan mielen voi kestää paremmin, jos sitä ei tarvitse yksin kestää.

👉 Kenen kanssa sinä juttelisit tai kenen luo menisit, kun sinulla on kurja mieli?

4. Lähdetään mielikuvamatkalle Aarrearkun *Eväsretki*-harjoituksen (s. 250) myötä.

👉 Mitä mielikuvamatkan aikana huomasit sinussa tapahtuvan? Mitä huomasit kehossa tapahtuvan?

Joskus pelkästään kivojen asioiden ajatteleminen auttaa samalla tavalla kuin se, että oikeasti tekisi kivoja asioita.



1. *Tunteiden säättilä* -harjoitus. Lapset leikkaavat ja värittävät itselleen *Tunteiden säättilä* -kortit (s. 70). Ohjaaja pyytää lapsia miettimään, mikä tunnetila heillä juuri tällä hetkellä on ja näyttämään sen kortilla. *Tunteiden säättilä* -kortti voidaan ripustaa kunkin lapsen nimikkopyykkipojalla ryhmätallassa olevaan naruun tai kiinnittää sinitarralla omalle paikalle. Lapset voivat kertoa, miksi he valitsivat kyseisen kortin ja sen, millä tavalla se kuvastaa heidän sen hetkistä oloaan tai tunnettaan. Yhdessä yritetään löytää lapsen tunteelle nimi. Tällä tehtävällä voidaan aloittaa päivä tai tunti ja näin toistoa käyttämällä harjaannutaan tunteiden nimeämisessä. Lapset voivat kesken päivän käydä vaihtamassa kortin, tunnetilan mahdollisesti muuttuessa. Näin opitaan huomaamaan, että tunnetilat tulevat ja menevät ja havainnoimaan sitä, mitkä asiat vaikuttavat tunteiden muuttumiseen (esimerkiksi kaverin ystävällinen sana ja lohdutus, toisen hymy, kiva leikki pihalla, iloiset ajatukset, onnistuminen tehtävissä, kaverin auttaminen).

2. *Arvaa, mikä tunne?* -leikki. Tunteiden ilmaisemista ja toisten tunteiden tunnistamista harjoitellaan *Arvaa, mikä tunne?* -leikin avulla. Siinä käytetään *Tuntee tutuiksi* -kortteja (s. 60) tai muita tarkoitukseen sopivia kortteja (Pesäpuu ry:n Nalle-kortit tai Tunnepantomiimi-kortit).

a) Yksi lapsista saa tai ottaa korttipakasta tunnekortin, ja hän esittää kuvassa olevaa tunnetta. Oikein tunteen arvannut saa seuraavan kortin esitettäväkseen. Sen jälkeen keskustellaan siitä, millaisessa tilanteessa kyseistä tunnetta voisi tuntea.

b) Lapset jaetaan pieniin ryhmiin ja kullekin ryhmälle annetaan yksi kortti. Lapset saavat miettiä ryhmässä, mikä tunne lapsella kortissa on ja missä tilanteessa sellainen tunne voisi olla. Ryhmä voi myös miettiä sitä, missä kohtaa kehossa lapsi voisi sen tunteen tuntea ja millaisena? Ryhmät esittävät vuoronperään muille lapsille kortin tunteen patsaana, liikkeinä ja ilmeinä pantomiimin tapaan. Muut lapset yrittävät arvata, mistä tunteesta on kysymys. Kun oikea tunne on arvattu, kaikki lapset esittävät pienryhmän mallin mukaisesti kyseisen tunteen. Sen jälkeen lapset ”pyyhkivät” kädellään esittämänsä tunteen kehostaan. Esitysten lomassa ja lopuksi voidaan keskustella esitetyistä tunteista.

➤ Minkä tunteen arvaaminen on vaikeaa/helppoa? Miksi?

3. Tunneilmeitä voidaan valokuvata ja tehdä omat tunnekortit. (ks. Tuliko tunne? Välineitä tunnetaitojen harjoitteluun. Oppimis- ja ohjauskeskus MIKAEL).

4. Luovassa liikunnassa erilaisia tunnetiloja voidaan ilmaista liikkuen ja elehtien. Rooleina voi olla pelokas hiiri, vahva ja mahtava jättiläinen, huoleton keiju, rento länkkäri, vihainen tiikeri, ylpeä riikinkukko, pelottava mörkö, piikikäs siili, kiukkui-nen känkäränkkäpeikko, surullinen sammakko ja vahva minä.

5. Luetaan Aarrearkusta tarinoita *Juuson aamu*, *Yksin kotona*, *Viikonloppukassit* tai *Vaihto parkkipaikalla* (s. 245–246).

➤ Mistä tarinan lapselle/lapsille oli tullut kurja mieli?

➤ Mikä auttaisi lasta/lapsia?

➤ Voisiko lapsi tai lapset itse tehdä jotain itsensä hyväksi tai avun saamiseksi?

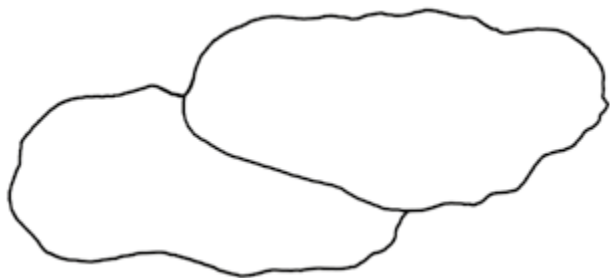
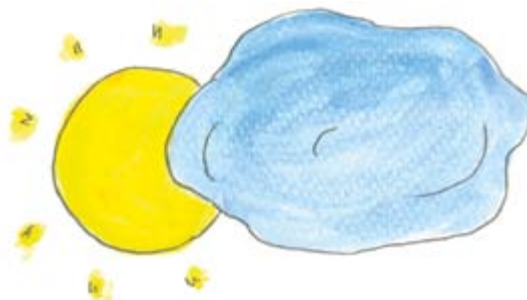


Lapset vievät *Mikä lohduttaisi Turrea?* -tehtäväsivun (s. 71) kotiin ja täyttävät sen kotiväen kanssa keskustellen.



Tunnesäättilakortteja löytyy osoitteessa [www.pesapuu.fi](http://www.pesapuu.fi).

# TUNTEIDEN SÄÄTILA







## MIKÄ LOHDUTTAISI TURREA?

Mieti ja kirjoita yhdessä kotiväen kanssa:

Miltä Turre näyttää? Miltä Turresta tuntuu? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Mitähän on tapahtunut? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Mikä lohduttaisi Turrea? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Miten Turre voisi rohkaista itseään? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Mitä sanoisit Turrelle? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Lapsen allekirjoitus \_\_\_\_\_

Kotiväen allekirjoitus \_\_\_\_\_

## Kiukku ja sen kesyttäminen



- Opitaan tunnistamaan vihan ja kiukun tunne.
- Opitaan ymmärtämään kiukun hyötyvoima.
- Opitaan säätelemään kiukun ja suuttumuksen tunnetta.



1. Keskustelu: Jokainen on ja saa olla joskus kiukkuinen ja vihainen.

- Millainen ilme on kiukkuilme? Lapset näyttävät toisilleen oman kiukkuilmeensä ja -asentonsa. Kiukkuilme piirretään fläpille tai taululle tai kiukkua kuvaava tunnekortti valitaan.
- Mikä sinut saa kiukustumaan? Millaisissa tilanteissa tulet kiukkuiseksi? Kiukkuilmeen ympärille piirretään ja kirjoitetaan tilanteita tai asioita, jotka herättävät kiukun tunnetta.
- Mistä tiedät, että olet kiukkuinen? Miltä silloin kehossa tuntuu?

Kiukun tunteelle läheisiä tunteita ovat esimerkiksi suuttumus, harmistus, viha, ärtymys.

- Kiukun tunteesta on hyötyä. Millä tavalla se on avuksi?

Kiukku, suuttumus, vihastus on tarpeellinen tunne silloin, kun sinua tai jotakuta muuta kohdellaan väärin tai huonosti. Kiukusta saa voimaa.

- Millaisissa tilanteissa tarvitset kiukkuvoimaa?
- Mitä silloin kannattaa tehdä?

Kiukusta saa voimaa ja se auttaa esimerkiksi puolustamaan itseä tai toisia, kertomaan rohkeasti oman mielipiteen, kieltäytymään jostakin tyhmästä asiasta, sanomaan EI, tekemään jonkin vaikean asian tai itselle tärkeän asian loppuun.

2. Kiukkuhahmon piirtäminen. Lapset miettivät, millaisia he ovat kiukkuisina ja piirtävät oman kiukkuhahmonsansa, antavat sille nimen ja värittävät sen kiukun väriseksi. Yhdessä voidaan katsella, millaisia kiukkuhahmoja lapsiryhmästä löytyy.

- Millainen olet kiukkuisena?
- Mistä huomaat sen, että olet kiukkuinen?  
Mitkä ovat ensimmäiset kiukun merkit sinussa?

Kiukun merkkejä ovat esimerkiksi hengityksen kiihtyminen, punan nouseminen kasvoille, äänen nouseminen.

3. Lasten piirtämät kiukkuhahmot kootaan esimerkiksi taululle tai lattialle. Lapset keksivät tilanteita, joissa kiukkuhahmon kiukkuvoimaa tarvitaan. Ohjaaja kirjaa tai piirtää tilanteet kiukkuhahmojen ympärille ajatuskartan tapaan. Kiukkuhahmon hyödyntämisestä näissä lasten keksimissä tilanteissa voidaan tehdä esityksiä pöytäatterin (ks. Aarrearkku s. 256) tai draaman keinoin ja niitä voidaan videoida. Kiukkuhahmoista keksitään myös satuja (sadutuksen ohjeet Aarrearkussa s. 255).

#### 4. Kiukkuhahmon kesyttäminen ja kiukun kesyttämiskoneen tekeminen.

On hyvä oppia tunnistamaan kiukun ensimerkit, jotta osaa ottaa sen huomioon. Jos kiukkua ei tunnista, voi kiukku saada liian paljon valtaa.

##### ➤ Mitä kiukku voi tehdä silloin, kun se saa liian paljon valtaa?

Kiukku on voimakas tunne, joka saa ihmisen helposti myös sanomaan tai tekemään jotain sellaista, jota jälkeenpäin katuu. Pahimmillaan kiukku voi saada ihmisen hajotamaan tavaroita tai lyömään toista ihmistä. Niin ei kuitenkaan saa tehdä, ei aikuinen eikä lapsikaan. Kiukulle ei pidä antaa vahinkoa tekevää valtaa. Jos ei hallitse kiukkua, siitä tulee itselle ja muille paha tai pelokas mieli.

Onneksi kiukun voi kesyttää.

##### ➤ Mitä kesyttäminen tarkoittaa?

Kiukun kesyttäminen on hieno taito, jota pitää harjoitella oikein paljon. Myös aikuiset harjoittelevat kiukun kesyttämistaitoja. Kiukun kesyttämällä tarkoitetaan sitä, että opettelee ilmaisemaan kiukkua ja suuttumusta niin, ettei siitä aiheudu itselle tai muille vahinkoa. Onnistunut kiukun hallinta vie asioita eteenpäin ja tuntuu jälkeenpäin hyvältä. Tärkeää on huomata kiukun ensi merkit. Silloin kiukku ei ehdi kasvaa liian suureksi eikä ehdi saada liian paljon valtaa.

##### ➤ Miten sinä saat oman kiukkuhahmosi kesytettyä?

Lasten ja myös aikuisten kiukun kesyttämisen keinot kootaan ryhmän yhteiseen käyttöön. Niitä voidaan kirjoittaa tai niistä voidaan piirtää kuvia lapuille. Laput ”syötetään” kiukun kesytyskoneeseen. Lapset voivat yhdessä ideoida kiukun kesytyskoneen esimerkiksi kierrätysmateriaaleista. Sitä voidaan täydentää ja sieltä voidaan ottaa keinoja käyttöön kiukkuilanteissa. Kiukun kesytyskonetta hyödynnetään arjen hankalissa tilanteissa ja sen antamia kiukun kesytyskeinoja harjoitellaan kokeillen, näytellen ja leikkien.

Hyviä, helppoja ja aina mukana olevia kiukun kesyttämisen keinoja:

- Hengitä syvään ja anna kiukun hitaasti puhalluksen myötä laantua ja tulla pois jos se on tullakseen!
- Sulje silmät ja laske olkapäät alas!
- Laske hitaasti kymmeneen ja takaisin!
- Sano itsellesi, että tämä on kiukkua.
- Puhu jollekin siitä, mikä sinua kiukuttaa.
- Sano mielipiteesi ja ajatuksesi selkeästi.
- Pyydä apua ajoissa.
- Etsi itsellesi jokin mukava mielikuva, jota alat miettiä kiukun ensimerkkien ilmaantuessa.

Mukava ja mieltä rauhoittava mielikuva voi olla esimerkiksi oma lemmikkieläin, kesämökki, harrastus tai kiva paikka. Muita kiukun kesyttämiskeinoja voivat olla esimerkiksi ystävälle tai aikuiselle puhuminen, musiikin kuuntelu, laulaminen, hyräily, luonnossa kävely, liikunta, piirtäminen, kirjoittaminen, rentoutuminen, varpaiden tai käsien hierominen, silmien sulkeminen, saunominen, kylpy tai hyvä ruoka.

5. Lapset valitsevat itselleen sopivan kiukun kesyttämiskeinon ja piirtävät siitä kuvan kiukkuhahmon viereen ja merkitsevät sen myös *Selviytymisrepun* (s. 56) *Kun kiukuttaa* -taskuun.

Taitava kiukun kesyttäjä muistaa kehua itseään kun on onnistunut kesyttämään kiukun. Voit sanoa hiljaa itsellesi esimerkiksi, että ”hienoa, kun onnistuit kesyttämään kiukun” tai ”minusta alkaa tulla kiukun mestarikesyttäjä”.

Voi käydä myös niin, että et joskus onnistukaan kiukun kesyttämisessä.

👉 Mitä voi tehdä, jos kiukuspäissään on tullut sanoneeksi toiselle pahasti tai on satuttanut toista?

Aina voi pyytää anteeksi ja kysyä, miten voi hyvittää tai korjata asian. Anna myös itsellesi anteeksi, jos et ole onnistunut toimimaan niin kuin haluaisit. Yritä seuraavan kerran muistaa hyvät kiukun kesyttämisen keinosi!

6. Kiukkupuhallus: ”Joskus voi tuntua siltä, että on ihan täynnä sihisevää ja sähisevää kiukkua. On niin täynnä kiukkua kuin aivan täyteen puhallettu ilmapallo ilmaa. Pallo pienenee kun ilmaa lasketaan pois. Samoin kiukku voi pienentyä, kun laskee uloshengityksellä ilmaa pois. Tehdäänpä harjoitus: Puhalla ulos ja anna ilman tulla uloshengityksellä pois. Hengitä sitten sisään ja puhalla taas uloshengityksellä ilmaa pois. Kiukku saa mennä menojaan, jos se on mennäkseen... Sisään ja sitten puhallus ulos. Hyvä!”

7. Luetaan osa Kirsi Kunnaksen *Tiitiäisen Satupuu* -kirjassa (1956) olevasta runosta ”Kattila ja perunat” ja piirretään kuva kiukusta rähisevästä kattilasta perunoineen.

#### KATTILA JA PERUNAT

*Oi olen aivan höyrypäinen,  
Ihan kiehun ja sihisen  
kuiin sähköinen,  
sanoi kattila  
ja nosti hattua  
pshiih*

*ihan kiehun ja kihisen  
ja puhisen, pihisen  
syljen, sihisen  
sähisen, kähisen  
ja kiukusta rähisen,  
sanoi kattila ja nosti hattua  
psiih*



1. Minun ikioma keinoni kiukun kesyttämiseen. Kiukunkesyttäjät tarvitsevat matkaansa omia muistilappuja pystyäkseen toimimaan mahdollisimman nopeasti kiukun yrittäessä villiintyä. Lapset kirjoittavat tai piirtävät muisti- tai liimalappuihin itsellensä sopivia lauseita tai kuvia, jotka auttavat heitä muistamaan, että he osaavat jo kesyttää kiukku. Lapsia rohkaistaan painamaan muistilappujen viestit mieleen, jotta he muistaisivat toimia niiden mukaan. Silloin kiukku ei tempaise heitä mukaansa! Tähän tarkoitukseen sopivia lauseita voivat olla esimerkiksi:

- Pysy rauhallisena!
- Älä suutu!
- Hengitä syvään!



*Kodin kiukkusäännöt.* Lapset laativat kotiväkensä kanssa kodin kiukkusäännöt (s. 76).



Raisa Cacciatore 2008. Aggression portaat. Opetushallitus.





## KODIN KIUKUSÄÄNNÖT

Pohtikaa, mitä kotona saa tehdä ja mitä ei saa tehdä, kun on kiukkuinen. Mitkä säännöt ovat aikuisille ja mitkä lapsille? Ovatko ne samat vai erilaiset? Mikä auttaa kiukun kesyttämisessä tai hallitsemisessä?

Kun on kiukkuinen, SAA...

---



---



---

Kun on kiukkuinen, EI SAA...

---



---



---

Tämä auttaa kiukun kesyttämisessä/hallitsemisessä...

---



---



---



Lapsen allekirjoitus \_\_\_\_\_

Kotiväen allekirjoitus \_\_\_\_\_

## En ole koskaan pelännyt niin kuin silloin



- Tunnistetaan pelon tunne itsessä.
- Etsitään selviytymiskeinoja pelottaviin ja turvattomiin tilanteisiin.



1. Luetaan Aarrearkun tarina, joko *Heiluvat verhot* (s. 245) tai *Äidin kanssa kassajonossa* (s. 248).

- Mikä tunne tarinan lapsella oli?
- Mitä tarinan lapsen kannattaisi tehdä? Mikä häntä auttaisi?

Lapset voivat etsivät tunnekorteista sellaisen kuvan, joka esittää tarinan lapsen tuntemaa pelkoa tai piirtävät pelkoa kuvaavan ilmeen esimerkiksi taululle/fläpille.

Jokainen pelkää joskus. Monenlaiset asiat voivat herättää pelkoa. Pelkääminen ei ole heikkoutta. Pelko voi olla joskus hauskaa ja jännittävää kuin huvipuiston vuoristoradassa. Joskus pelkää ihan turhaankin. Silloin on hyvä oppia voittamaan tai selättämään pelko. Toisinaan on hyvä kohdata pelkonsa, esimerkiksi silloin, kun on menossa uuteen kouluun tai tekee jotain asiaa ensimmäistä kertaa. Kun pelosta huolimatta uskaltaa toimia, niin saattaa huomata, että pelon voi voittaa.

Pelon tunteesta on myös hyötyä. Pelko voi olla tärkeä hälytysmerkki jostakin vaarasta tai vahingollisesta asiasta. Silloin pelkoa on hyvä kuunnella ja miettiä, miten voisi suojata itseä tai miten voisi pyytää apua. Pelko voi auttaa meitä lähtemään pois uhkaavasta tilanteesta tai vaaran paikasta.

2. Keskustellaan, mitkä asiat pelottavat lapsia. Apuna voidaan käyttää *Mitä pelkään* -keskustelukuvaa (s. 79). Monenlaiset asiat ja tilanteet voivat pelottaa lapsia. Ne voivat kullakin olla hieman erilaisia. Lasten esille tuomia pelottavia asioita ja tilanteita kootaan yhdessä taululle. Pelottavia asioita tai tilanteita voivat olla esimerkiksi elokuvat, möröt, tietokonepelit, järkyttävät kuvat netissä, yksinolo ja yksin jääminen, kiusaaminen, pahat sanat ja loukkaukset, koulutehtävät, uudet tilanteet, kovat äänet, pimeät paikat, aikuisten riitely, oudosti käyttäytyvät ja/tai humalaiset ihmiset, painajaiset ja väkivalta.

3. Missä pelko tuntuu? Lapset merkitsevät tehtävisivulla (s. 63) olevaan kehon kaavioon sen kohdan, jossa heillä pelko tuntuu.

4. Lapset piirtävät, kirjoittavat tai kertovat omasta pelostaan tehtävisivuille *En ole koskaan pelännyt niin kuin silloin* (s. 80). Pienemmät lapset voivat tehdä tehtävän sadutusmenetelmällä (ks. Aarrearkku s. 255) aikuisen avustuksella. Kertomuksia luetaan ja piirustuksia katsellaan. Niistä keskustellaan ja yhdessä keksitään niihin selviytymiskeinoja. Ohjaaja kirjaa tai piirtää selviytymiskeinoja taululle/fläpille aiemmin kirjoitettujen pelkotilanteiden tai pelkoa esittävän kuvan tai kortin yhteyteen. Lapset valitsevat selviytymiskeinoista itsellensä sopivan selviytymiskeinon ja merkitsevät sen omaan *Selviytymisreppuunsa* (s. 56).

5. Tehdään *Hengitys turva-ankkurina* -harjoitus (Aarrearkku s. 251), mikä voi auttaa oman mielen rauhoittamisessa.

- Miten harjoitus vaikutti sinuun, mieleesi ja kehoosi?
- Mikä on ankkuri? Mitä turva-ankkuri tarkoittaa?
- Missähän tilanteissa hengitystä turva-ankkurin tapaan voisi käyttää?



1. Lapset jaetaan pareiksi. Jokainen kertoo parilleen oman tarinansa aiheesta *En ole koskaan pelännyt niin kuin silloin*. Lapsi saa tarinan kertomiseen tietyn ajan, ja toisen on kuunneltava keskeyttämättä. Kuuntelemisen ja kertomisen vuoroja vaihdetaan.

2. Vanhemmat lapset voivat kirjoittaa omia pelkojansa tarralapuille, yksi pelko tarralappua kohden. Tarralaput kerätään kartongille ja niistä keskustellaan. Pelkoja voidaan ryhmitellä. Pelkolaput jaetaan lapsille sattumanvaraisesti. Kukin lapsi keksii samaansa pelkoon selviytymiskeinon ja kirjoittaa joko samaan tai erilliseen tarralappuun sen. Pelot ja selviytymiskeinot kerätään jälleen kartongille ja katsotaan, millaisia selviytymiskeinoja on keksitty.

3. Lasten pelkokirjoitelmia voidaan esittää forum-teatterin tapaan (ks. Aarrearkku s. 254). Yhdessä lasten kanssa mietitään ja esitetään selviytymiskeinoja tarinoihin.

4. Leikitään Aarrearkun leikkejä kuten *Kaamea kosketus*, (s. 232) tai *Kuka pelkää?* (s. 233).



Lapset vievät *Selviytymisreppu*-tehtäväsivun (s. 56) kotiin ja keskustelevat siitä kotiväen kanssa.



*Selviytymisreppu*-tehtävä myös digitaalisena <http://static.jamk.fi/tutapelit/>.





# MITÄ PELKÄÄN



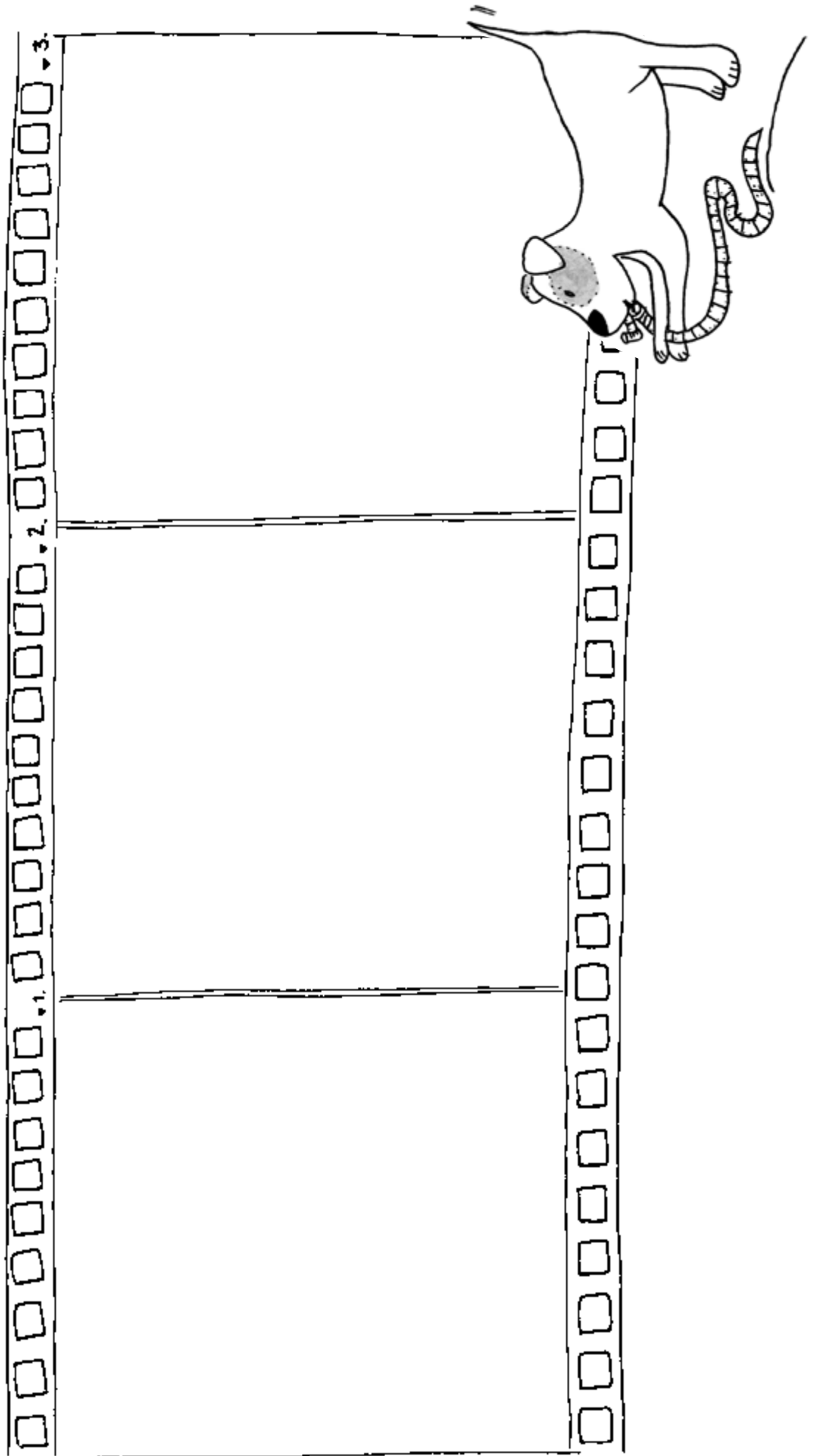
# EN OLE KOSKAAN PELÄNNYT NIIN KUIN SILLOIN TARINA

Handwriting practice lines consisting of ten sets of three horizontal lines (top, middle, bottom) for writing.



Handwriting practice lines consisting of three horizontal lines (top, middle, bottom) for writing, ending in a decorative swirl on the right side.

# EN OLE KOSKAAN PELÄNNYT NIIN KUIN SILLOIN SARJAKUVA



# EN OLE KOSKAAN PELÄNNYT NIIN KUIN SILLOIN PIIRROS



## Lapsen oikeudet



- Tutustutaan YK:n lapsen oikeuksien sopimukseen.
- Mietitään lapsen oikeuksien merkitystä omassa elämässä.



1. Keskustellaan lasten kanssa lapsen oikeuksista.

Lapsilla on omat oikeutensa, jotka perustuvat YK:n lapsen oikeuksien sopimukseen. Monissa maissa eri puolilla maailmaa on yhdessä sovittu lapsen oikeuksista, joilla pyritään huolehtimaan siitä, että lapset saavat hyvän ja turvallisen elämän.

- Millaisia oikeuksia tiedät lapsilla olevan?
- Mitä sana ”oikeus” tarkoittaa?

Lapsen oikeudet ovat samalla aikuisten velvollisuuksia, sääntöjä aikuisille. Kaikkien aikuisten pitää huolehtia siitä, että lapsen oikeudet toteutuvat. Aikuisten täytyy huolehtia siitä, että päätöksiä tehtäessä ajatellaan lasten parasta. Aikuisten täytyy myös kuunnella lapsia ja ottaa lasten näkemykset huomioon lasten asioista päätettäessä.

- Voiko lapsi vapaasti päättää omista asioistaan kuten pelaamisesta, karkkipäivistä, tai siitä, mitä hän syö ja milloin hän käy nukkumaan?
- Mitä mielestäsi aikuisten pitää tehdä, että lapsen oikeudet toteutuvat?

Vaikka aikuisen on kuunneltava lapsen mielipiteitä, hänen on kuitenkin tehtävä päätökset sen mukaan, mikä on lapselle parasta. Lapsen hyvinvointi on kaikkein tärkeintä.

2. Sisu-kissa kertoo lapsen oikeuksista.

Sisu-kissa on lapsiasiavaltuutetun kissamaskotti ja Turren ystävä, joka Turren tavoin haluaa, että lapsilla olisi hyvä ja turvallinen elämä. Ohjaaja kopioi *Sisun taulut* (s. 87) ja esittelee ne lapsille. *Sisun taulut ohjaajalle* -tehtävä sivu (s. 85) antaa ohjaajalle apua lapsen oikeuksien esittelyssä. Sisun taulut on lapsiasiavaltuutetun kehittämä materiaali lapsen oikeuksien käsittelemiseksi erityisesti pienten lasten kanssa. Taulut ohjeistuksineen löytyvät kokonaisuudessaan lapsiasiavaltuutetun Lasten sivuilta, osoitteesta [www.lastensivut.fi/aikuisille](http://www.lastensivut.fi/aikuisille).

Pienissä ryhmissä tutustutaan *Lapsen oikeuksien tauluihin* (s. 88) ja ryhmä valitsee niistä heille tärkeimmän oikeuden. Valittu oikeus esitetään toisille kertoen, näytellen tai ryhmän tekemän julisteen avulla. Ryhmä kertoo toisille, miksi he valitsivat juuri tämän oikeuden ja miksi tämä oikeus on heille tärkeä. Ryhmien tuotokset voidaan videoida tai laittaa näyttelyksi myös yhteisön muiden lapsiryhmien sekä vanhempien katsottavaksi.

► Lapsilla on oikeuksia, mutta lapsilla on myös velvollisuuksia. Millaisia?

Lapsella on oikeus saada suojelua väkivallalta, mutta lapsi itsekään ei saa kiusata tai vahingoittaa toisia millään tavalla. Lapsella on vapaus omiin ajatuksiin, mielipiteisiin ja uskuntoon. Mutta lapsella on myös velvollisuus kunnioittaa toisten ajatuksia, mielipiteitä ja uskontoa.



1. Tätä minä toivon kaikille maailman lapsille! Toiveet maailman kaikille lapsille kootaan esimerkiksi kirjeeseen, korttiin, piirroksen, koulun omille www-sivuille, liimalapuille, taideteokseksi, esitykseksi tai animaatioelokuvaksi. Tämä tehtävä voidaan tehdä yksin, parin kanssa tai ryhmätyönä.

2. Lasten kanssa katsotaan lapsen oikeuksiin liittyviä videoita tai ohjelmia meillä ja muualla, esimerkiksi <http://oppiminen.yle.fi/juhlapaivat/lapsen-oikeuksien-paiva-2011>.

3. Kuunnellaan lapsen oikeuksiin liittyvää musiikkia, esimerkiksi Sonata Arctica: *I have a right* tai Hevisauruksen *Pieni liekki*. Lapset voivat tehdä myös itse lauluja, räppejä ja sanoituksia lapsen oikeuksista.

4. Tutustutaan lapsiasiavaltuutetun *Lasten sivuihin*, [www.lastensivut.fi](http://www.lastensivut.fi), ja tehdään sivuilla olevia tehtäviä ja pelataan siellä olevia pelejä. Sieltä löytyy myös lapsen oikeuksien sopimus kokonaisuudessaan.

5. Lapset itse ideoivat ja toteuttavat pelin lapsen oikeuksista (esimerkiksi noppa- ja muistikorttipeli tai digitaalinen peli).

6. Isommat lapset voivat tehdä omat kortit tai taulut lapsen oikeuksista ja kuvittaa ne itse. Lapsiasiavaltuutetun toimisto ottaa mielellään vastaan lasten töitä ja julkaisee ne Lasten sivuilla lapsen ja huoltajan suostumuksella.



Lapset vievät *Lapsen oikeudet* -tehtäväsivun (s. 88) kotiin, ympyröivät itsellensä tärkeimmän oikeuden ja keskustelevat lapsen oikeuksista yhdessä kotiväen kanssa.



Tietoa ja materiaalia lapsen oikeuksista niin lapsille kuin aikuisille [www.lastensivut.fi](http://www.lastensivut.fi) ja [www.lapsiasia.fi](http://www.lapsiasia.fi).

Compasito – Lasten ihmisoikeuskasvatuksen käsikirja.

# SISUN TAULUT OHJAAJALLE

## 1. Lapsella on oikeus olla oma itsensä ja samanarvoinen kuin muut.

Jokaisella lapsella on oikeus omaan nimeen ja kansalaisuuteen. Jokainen saa olla oma ainutlaatuinen itsensä. Jokaista tulee kunnioittaa riippumatta siitä, onko hän tyttö vai poika, millainen on hänen perheensä, mitä kieltä hän puhuu, mistä maasta hän on kotoisin, mihin hän uskoo tai miltä hän näyttää. Ketään ei saa syrjiä, kiusata tai kohdella muuten huonommin kuin muita siksi, että hän on erilainen.

➤ Mitä tarkoittaa se, että saa olla oma itsensä?

## 2. Lapsella on oikeus elää ja kasvaa omaan tahtiin.

Jokaisella on oikeus elämään, joten lapsille täytyy turvata mahdollisuudet elää ja kehittyä. Jokainen lapsi kasvaa ja kehittyy omaa vauhtiaan, eikä sitä saa kukaan kiirehtiä. Toisaalta lapsella on oikeus saada aikuisten tukea kasvussaan. Jokaisella lapsella on oikeus olla lapsi.

## 3. Lapsella on oikeus huolenpitoon ja hoitoon.

Jokaisella lapsella on oikeus elää omien vanhempien kanssa, jos hänen on hyvä ja turvallista olla heidän kanssaan. Vanhempien tehtävänä on huolehtia lapsesta: antaa ruokaa, vaatteita ja turvallinen koti. Vanhemmilla on oikeus saada tukea lasten hoitamiseen. Jos vanhemmat eivät jostain syystä voi huolehtia lapsesta, täytyy järjestää joku muu aikuinen pitämään hänestä huolta. Lisäksi jokaisella lapsella on oikeus terveydenhoitoon ja sairastuessaan oikeus saada sairaanhoitoa.

➤ Millaisin tavoin aikuiset pitävät huolta lapsesta?

Lasten kanssa voidaan keskustella myös siitä, että huolenpito ja hoitaminen ei ole vain esimerkiksi ruuan ja vaatteiden antamista, vaan lapsia tulee myös rakastaa, helliä ja halata.

## 4. Lapsella on oikeus elää turvassa.

Jokaisella lapsella on oikeus elää turvassa kaikelta, mikä voisi vahingoittaa häntä. Aikuisten tehtävänä on suojella lapsia esimerkiksi väkivallalta ja sodalta. Kukaan ei saa tehdä pahaa lapselle. Jos lapselle kuitenkin tapahtuu jotain pahaa, aikuisten täytyy auttaa häntä.

➤ Mitä sellaisia asioita tiedät, jotka voivat lapsia vahingoittaa ja joilta aikuisten tulee heitä suojella?

## 5. Lapsella on oikeus sanoa mielipiteensä ja vaikuttaa.

Jokaisella lapsella on oikeus sanoa, kirjoittaa tai vaikka piirtää omia mielipiteitään ja ajatuksiaan, kunhan se ei loukkaa muita. Jokainen lapsi saa ajatella ja uskoa niin kuin haluaa riippumatta toisten mielipiteistä. Kun aikuiset päättävät lapsia koskevista asioista, heidän täytyy pohtia, mikä on lasten kannalta parasta. Heidän täytyy myös kuunnella lasten mielipiteitä ja ottaa ne huomioon.

- Lapset pohtivat, mitkä asiat päiväkodissa/esikoulussa/koulussa ovat hyvin ja mitä asioita voisi parantaa.
- Millä tavoin lapset saavat äänensä ja mielipiteensä kuuluviin?

## 6. Lapsella on oikeus tietää ja saada tietoa.

Jokaisella lapsella on oikeus etsiä ja hankkia tietoa itseä kiinnostavista asioista esimerkiksi television, radion, lehtien ja internetin avulla. Lapsilla on myös oikeus tietää omat oikeutensa. Aikuisten pitää myös kertoa lapsille tärkeistä asioista ja päätöksistä, joita aikuiset tekevät joskus lasten puolesta. Aikuisten tehtävänä on kuitenkin suojella lapsia sellaiselta tiedolta, joka voi olla lapsille vaaraksi. Siksi aikuiset voivat rajoittaa internetin käyttöä tai kieltää sellaisten televisio-ohjelmien katsomisen, joista voi esimerkiksi tulla paha mieli tai saada painajaisia.

- Miksi aikuiset rajoittavat lasten television katsomista tai tietokoneen käyttöä?
- Mistä asioista lasten on hyvä saada tietoa?

## 7. Lapsella on oikeus oppimiseen ja koulunkäyntiin.

Jokaisella lapsella on oikeus käydä koulua ilmaiseksi. Koulussa lapsella on oikeus saada tukea oppimiseen. Lapsella on oikeus oppia tietoja ja taitoja, joita on tärkeää osata elämässä. Tällaisia tärkeitä taitoja ovat esimerkiksi toisten ihmisten kunnioittaminen, suvaitsevaisuus ja ympäristön suojelu.

- Millaisia tietoja ja taitoja sinä haluat oppia?

## 8. Lapsella on oikeus leikkiin, vapaa-aikaan ja lepoon.

Jokaisella lapsella on oikeus viettää vapaa-aikaa ja leikkiä. Lasten ei siis tarvitse tehdä työtä tai olla vain koulussa. Lapsilla voi olla joitakin kotitöitä, mutta tärkeää on, että aikaa jää myös leikkimiseen, pelaamiseen, kavereiden kanssa olemiseen ja muuhun mukavaan vapaa-ajan tekemiseen. Lisäksi lapsella on oikeus levätä, kun väsyttää. Aikuisten tehtävänä on turvata lapsille riittävästi lepoa.

- Mitkä ovat lempipuuhiasi ja leikkejä päiväkodissa/koulussa/välitunneilla/vapaa-ajalla?



## SISUN TAULUT

### 1 Lapsella on oikeus

olla oma  
itsensä ja  
saman-  
arvoinen  
kuin muut



### 5 Lapsella on oikeus

sanoa  
mieli-  
piteensä ja  
vaikuttaa



### 2 Lapsella on oikeus

elää ja  
kasvaa  
omaan  
tahtiin



### 6 Lapsella on oikeus

tietää ja  
saada  
tietoa



### 3 Lapsella on oikeus

huolen-  
pitoon ja  
hoitoon



### 7 Lapsella on oikeus

oppimiseen  
ja koulun-  
käyntiin



### 4 Lapsella on oikeus

elää  
turvassa



### 8 Lapsella on oikeus

leikkiin,  
vapaa-  
aikaan ja  
lepoon





## LAPSEN OIKEUDET

Ympyröi sinulle tärkein lapsen oikeus ja piirrä kuva sinulle tärkeästä lapsen oikeudesta.

- 1. Lapsella on oikeus olla oma itsensä ja samanarvoinen kuin muut.
- 2. Lapsella on oikeus elää ja kasvaa omaan tahtiin.
- 3. Lapsella on oikeus huolenpitoon ja hoitoon.
- 4. Lapsella on oikeus elää turvassa.
- 5. Lapsella on oikeus sanoa mielipiteensä ja vaikuttaa.
- 6. Lapsella on oikeus tietää ja saada tietoa.
- 7. Lapsella on oikeus oppimiseen ja koulunkäyntiin.
- 8. Lapsella on oikeus leikkiin, vapaa-aikaan ja lepoon.



Pyydä lastasi kertomaan, miksi juuri tämä lapsen oikeus on hänelle tärkeä. Kysy häneltä, millä tavoin aikuiset voivat olla hänelle avuksi, jotta tämä lapsen oikeus toteutuu.

Allekirjoitus kotiväeltä \_\_\_\_\_

## Minä turvassa



- Vahvistetaan lapsen tietoisuutta turvallisuuden tunteesta.
- Selvitetään lasten kanssa, mitkä lähistöllä olevat paikat ja ketkä ihmiset ovat turvallisia.
- Harjoitellaan turvan kokemuksen vahvistamista.



1. Keskustelu: Kaikilla lapsilla on oikeus elää ilman pelkoa ja tuntea olonsa turvalleksi.

- Millaiselta sinusta silloin tuntuu, kun olosi on turvallinen?
- Milloin ja missä sinun on turvallista olla?
- Mikä sinulle tuo turvaa?

Kun on turvallinen olo, silloin mikään ei uhkaa sinua eikä sinun tarvitse pelätä. Silloin on hyvä olo. Tiedät, että saat olla sellainen kuin olet, sinua ei jätetä yksin ja että sinusta pidetään huolta.

2. Lapset piirtävät tai maalaavat kuvan omasta turvapaikastaan tai turvapesästään *Minä turvassa* -tehtävämonisteeseen (s. 91). Turvapaikka voidaan myös askarrella askartelutarvikkeista tai rakentaa erilaisista tarvikkeista. Piirroksista ja rakennelmista keskustellaan. Lapset esittelevät turvapaikkatöitään ja vierailevat toistensa turvapaikoissa. Turvapaikkapiirroksia kootaan näyttelyksi seinälle. Rakennelmista voidaan ottaa kuvia. Lapset voivat kertoa toistensa kuvista tai rakennelmista:

- Mitä turvaa tuovia asioita näet kuvissa/rakennelmissa?
- Onko näissä toisten kuvissa tai rakennelmissä jokin sellainen asia, joka itsellekin voisi tuoda turvallista oloa?
- Löytyykö kuvista/rakennelmista turvaa tuovia ihmisiä?
- Millä tavalla toinen ihminen voi tuoda turvaa?

Opettaja voi kirjata lasten kertomia asioita taululle. Hän voi myös muistuttaa lapsia, että turvapaikkakuvien katsominen tai turvapaikkojen ajattelemisen mielessä jo sinällään voi rauhoittaa mieltä ja tuoda turvaa. Myös ryhmän aikuiset kertovat omista turvapaikoistaan.



3. Tehdään turvapaikkaharjoitus, jossa turvan tunnetta vahvistetaan mielikuvituksen avulla. Ohjaaja lukee *Turvapaikka*-mielikuvaharjoituksen (Aarrearkku s. 250) hitaasti ja rauhallisella äänellä. Harjoituksessa voidaan soittaa taustalla rauhallista musiikkia. Lapset voivat olla joko lattialla makuulla tai mukavassa asennossa istuen ja laittavat halutessaan silmät kiinni. Mielessään he kuvittelevat paikan, jossa on turvallista ja hyvä olla ja jossa kukaan ei voi heitä luvatta häiritä. Sellainen paikka voi olla kotona tai jossain muualla. Se voi olla sisällä tai vaikka ulkona luonnossa. Siellä voi olla joku turvallisuutta lisäävä ihminen, lemmikkieläin tai jokin esine. Turvallinen paikka voi olla myös kuviteltu.

➤ Miltä kehossasi tuntuu, kun on turvallinen olo?



1. Luontoliikunnassa: Metsään tehdään turvapaikka jollekin metsän eläimelle tai satuolentoille. Turvapaikat voidaan valokuvata.

2. Liikuntatunnilla: Lapsille annetaan esimerkiksi patjoja, penkkejä ja tyynyjä. Niistä rakennetaan pienissä ryhmissä turvamajoja tai -pesiä. Lapset vierailevat toistensa majoissa tai pesissä ja keskustellaan, mistä turvallinen olo tulee.

- Mikä majassa tai pesässä on hienoa?
- Mikä siellä tekee olon turvalliseksi?
- Onko olemassa joitain vaaroja, jotka uhkaavat majaa tai pesää?
- Miten niitä vastaan voi suojautua?

3. Luokka suunnittelee ja tekee oman turvamaskotin, jota säilytetään pussissa. Maskotti voi olla myös luokan Turre Turvakoira. Turvamaskotti kiertää kaikkien kodeissa. Sille tehdään oma hoitokirja/päiväkirja, johon kirjoitetaan

- Kuinka maskotti on pärjännyt?
- Missä se on nukkunut?
- Mistä se on tykännyt?
- Mikä sitä on pelottanut tai jännittänyt?
- Mikä on tuonut sille turvallista oloa?
- Mikä oli mukavin puuha turvamaskotin kanssa?
- Mistä maskotti piti eniten?

4. Lapset valitsevat yksittäin tai ryhmänä kuvia (esim. Spectrokortit, [www.spectrovisio.net](http://www.spectrovisio.net)) tai postikortteja, joista tulee mieleen turva tai turvallisuus. Kuvat kiinnitetään seinälle. Lapset katselevat kuvia ja kertovat niistä mieleen tulevia turvaa ilmaisevia asioita tai sanoja. Ne kirjataan taululle tai fläpille ja niistä keskustellaan.



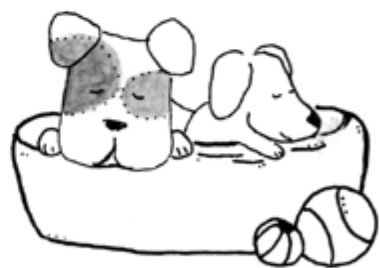
Lapset vievät piirtämänsä *Minä turvassa* -tehtävämonisteen (s. 91) kotiin nähtäväksi ja pyytävät kotiväen aikuista kertomaan, piirtämään tai kirjoittamaan omasta turvapaikastaan.



*Turvallinen paikka* -digitaalinen tehtävä on sivulla <http://static.jamk.fi/tutapelit/>.

# MINÄ TURVASSA

Tunnen oloni turvalliseksi \_\_\_\_\_



Kotiväelle: Aikuinen kirjoittaa,  
mikä on hänen turvapaikkansa.



Allekirjoitus kotiväeltä

## Minusta huolehditaan



- Tarkoituksena on saada lapsi tunnistamaan oma turvaverkkonsa.
- Lapsi pystyy nimeämään ainakin yhden oman turvallisen aikuisen.
- Rohkaistaan lasta puhumaan huolistaan ja peloistaan luotettavalle aikuiselle.
- Lapset oppivat huomaamaan perheiden moninaisuuden.



### 1. Keskustelu:

Lapsella on oikeus turvaan ja huolenpitoon. Lapsen kuuluu saada tuntee olevansa tärkeä ja rakas jollekin omassa lähipiirissään. On tärkeää, että joku hyväksyy lapsen sellaisena kuin hän on. Lapsella tulee olla joku aikuinen, joka ajattelee hänen parastaan.

Keskustelussa apuna voidaan käyttää keskustelukuvaa *Ryhmäpotretti* (s. 94)

- Kenelle sinä olet tärkeä ja rakas? Mistä tiedät sen?
- Kuka sinulle on tärkeä ja rakas? Mistä tiedät sen? Miten näytät sen?

2. Tehdään joko *Minä ja turvaverkkoni* -tehtävä (s. 95) tai *Minä ja tärkeät ihmiseni* -piirrostehtävä (s. 96) niistä ihmisistä, jotka ovat lapselle tärkeitä ja joiden kanssa lapsella on turvallinen ja hyvä olla. Lapsi piirtää keskelle oman kuvansa ja sen ympärille kaikki turvalliset ja läheiset ihmiset.

Turvalliset ihmiset voivat löytyä kotoa, sukulaisten joukosta, koulusta, päiväkodista, harrastuksista ja vaikkapa naapurustosta. Lapsen tärkeät ihmiset voivat asua eri kodeissa ja eri maissa. On tärkeää, että ohjaaja luo ryhmään sellaisen ilmapiirin, jossa hyväksytään perheiden moninaisuus. Ei ole olemassa yhtä ainoaa oikeaa tapaa elää perheenä.

- Lasten ei tarvitse olla yksin huolineen. Aikuisten tehtävänä on kuunnella ja auttaa lapsia heidän huolissaan ja peloissaan. Ei ole koskaan niin pientä tai suurta asiaa, ettei siitä voisi puhua. Huolista ja peloista pitää puhua niin pitkään, että joku kuuntelee ja että saa apua. Jokaisella lapsella pitäisi olla ainakin yksi oma luotettava ja turvallinen aikuinen, jolta hän voi pyytää apua ja jolle hän voi kertoa asioistaan. Joskus aikuiset voivat olla kiireisiä ja omissa ajatuksissaan niin, että he eivät heti huomaa, jos lapsella on huolia. Jos näin käy, niin kannattaa yrittää kertoa huolistaan uudelleen ja ehkä myös jollekin muulle lähellä olevalle ymmärtäväiselle aikuiselle.
- Millainen on lapsia ymmärtävä aikuinen?
- Kenelle aikuiselle sinä voisit puhua huolistasi ja murheistasi?
- Kenen luo voisit mennä tai kenelle soittaa, kun sinulla on hätä tai tarvitset apua?

### 3. Tutustutaan *Turvapassiin* (s. 97) ja aloitetaan sen tekeminen.

Lapsille esitellään turvapassi. Turvapassi on apuna tilanteissa, joissa lapsi tarvitsee turvaa tai apua. Turvapassi muistuttaa siitä, mitä kannattaa tehdä ja keneltä pyytää apua silloin, kun on jokin hätä tai turvaton olo.

Lapset merkitsevät turvapassiin oman nimensä ja puhelinnumeron. Siihen liimataan lapsen valokuva tai piirretään oma kuva. Turvapassiin merkitään niin kotona kuin muualla olevien turvallisten aikuisten nimet ja puhelinnumerot.

➤ Kuka tai ketkä ovat sinun TURVA-AIKUISIASI?

Passin turvaohjeet käydään yhdessä läpi: Sano EI, Lähde pois ja Kerro turvalliseen aikuiselle. Passi taitellaan postikortin kokoiseksi ja laitetaan paikkaan, josta se on helppo löytää.

- Milloin ja missä turvapassista olisi sinulle hyötyä?
- Missä haluaisit sitä säilyttää?



1. Turvapassin käytön harjoittelua näytellen, leikkien tai keskustellen tilanneesimerkkien pohjalta. Tehdään esimerkiksi pieniä näytelmiä, joiden avulla harjoitellaan turvapassin käyttöä ja sen ohjeita kuten aikuisen puoleen kääntymistä, kieltäytymistä, uhkaavasta tai hämmäntävästä tilanteesta pois lähtemistä. Näytelmien avulla keskustellaan tilanteista ja kokeillaan erilaisia tapoja toimia tilanteissa. Tilanteita voidaan esittää myös forum-teatterin (Aarrearkku s. 254) tai arkisesti *KLIK*-leikin tapaan (ks. Aarrearkku s. 254), jolloin esitys keskeytetään ja lapset antavat esittäjille toimintaohjeita.

- Eksyt kaupassa. Mitä teet?
- Jäät ystäväsi luo sovittua pidemmäksi ajaksi. Mitä teet?
- Sinulta yritetään ottaa rahaa. Mitä teet?
- Olet yksin kotona ja ovikello soi. Mitä teet?
- Tapaat ulkona ventovieraan henkilön, joka pyytää sinua katsomaan koiranpentuja kotiinsa. Mitä teet?
- Joku uhkaa lyödä sinua. Mitä teet?



Lapset vievät turvapassin kotiin näytettäväksi ja täydennettäväksi.

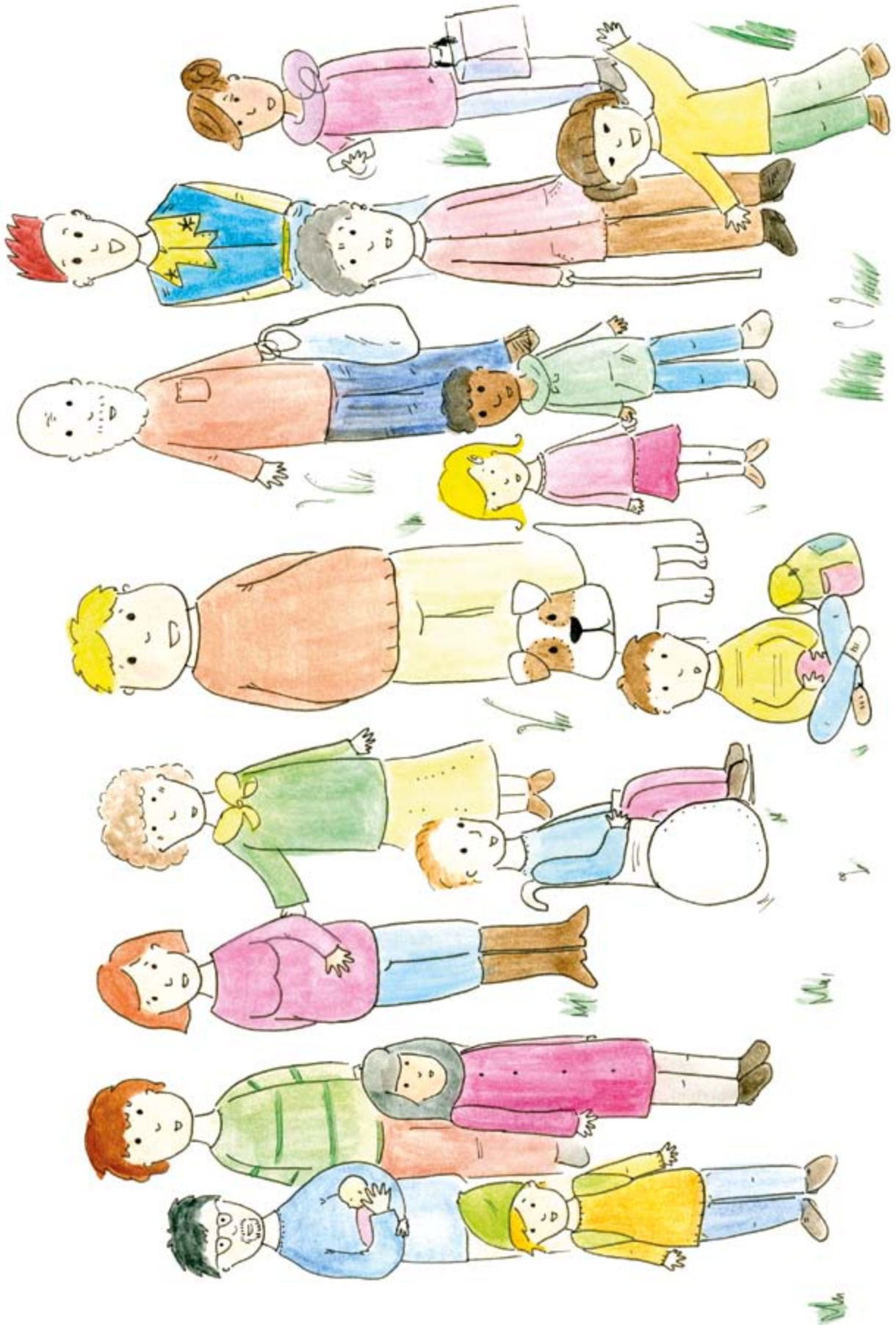


Pesäpuu ry:ltä ([www.pesapuu.fi](http://www.pesapuu.fi)) löytyy hyviä välineitä lasten tukiverkostojen käsittelyyn.

Turvaohjeita harjoiteltaessa voidaan käyttää myös Väestöliiton turvakorttia, jota voi tilata Väestöliiton Nuorten seksuaaliterveyden osaamiskeskuksesta.

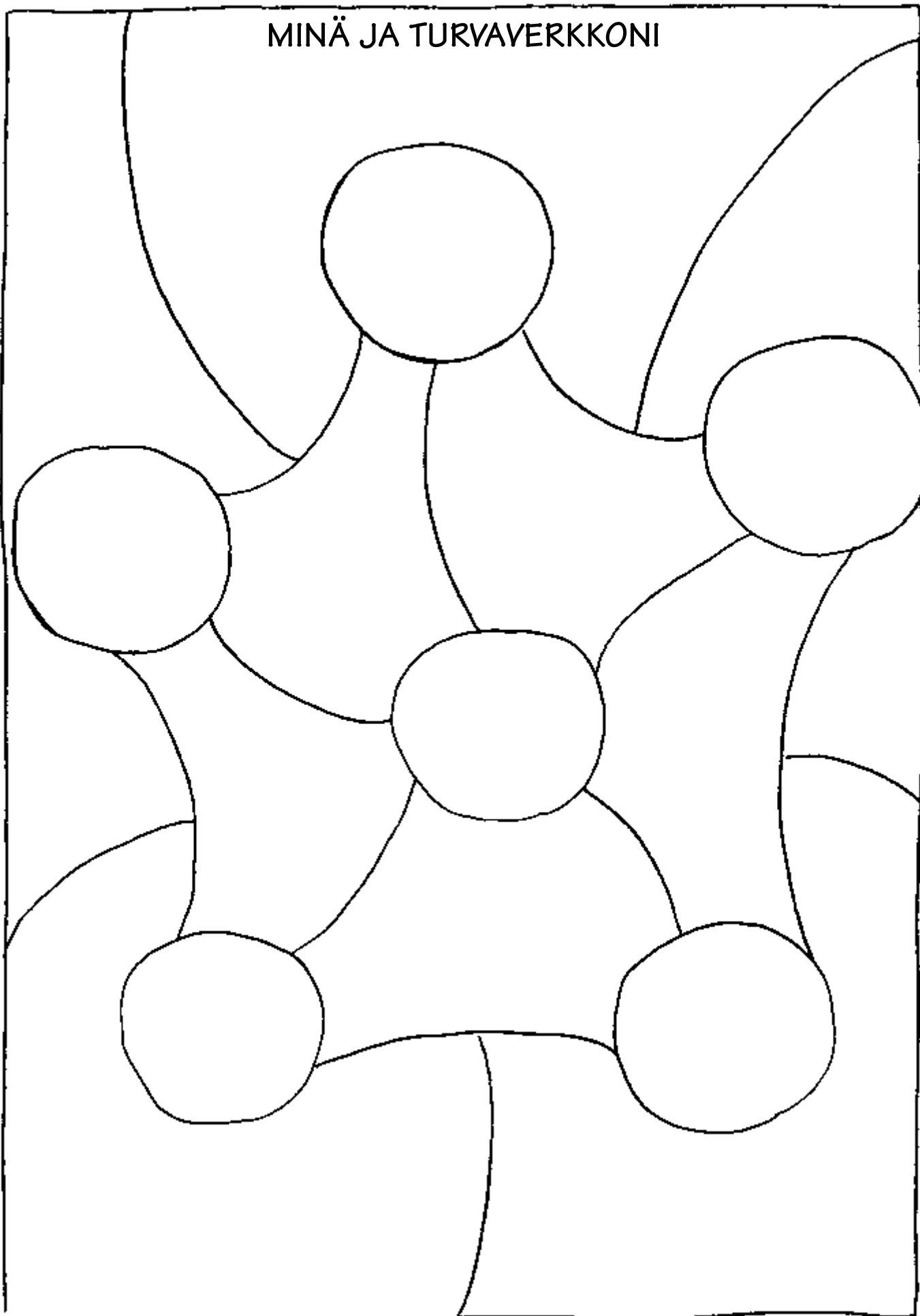


RYHMÄPOTRETTI

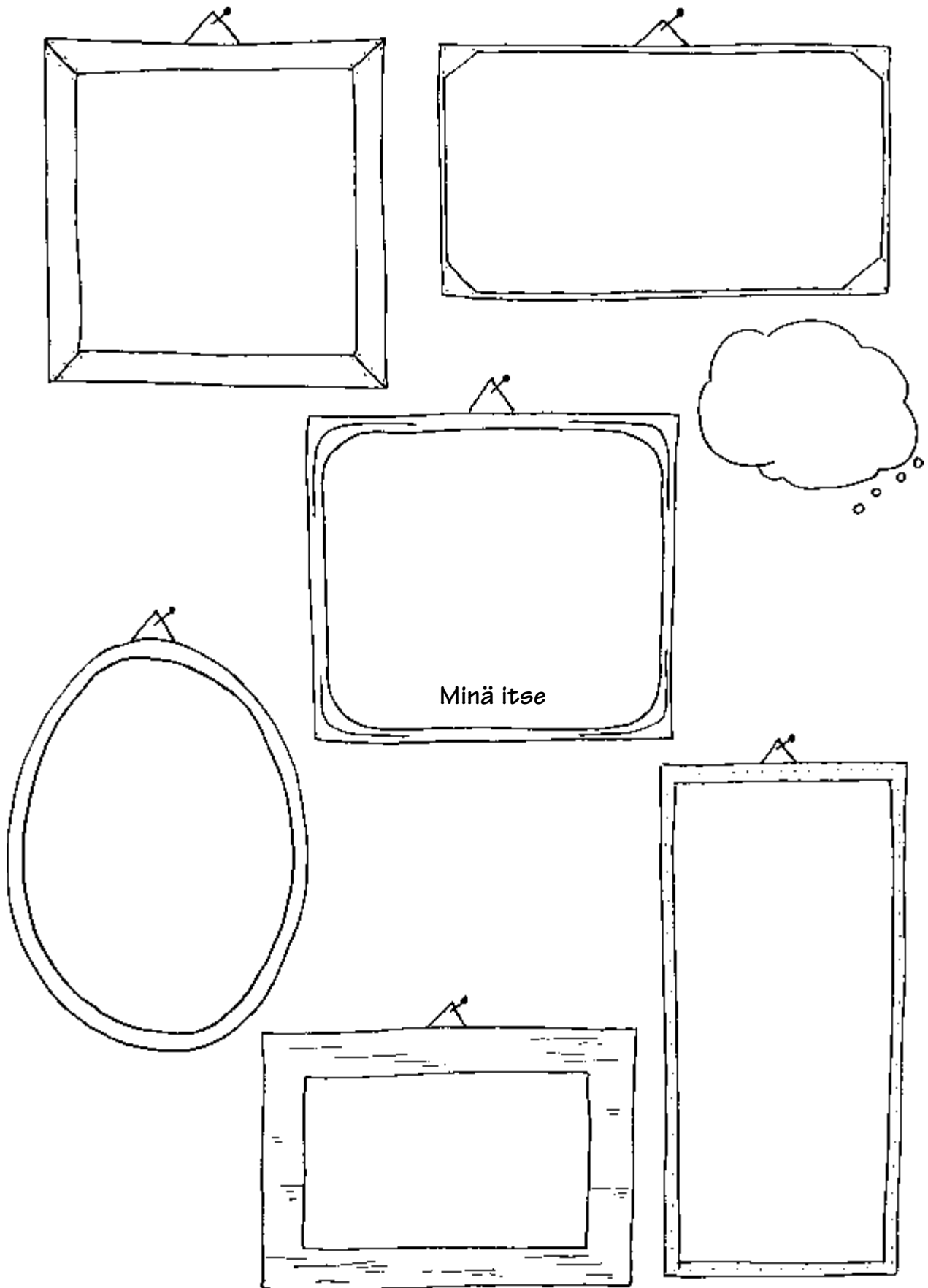





# MINÄ JA TURVAVERKKONI



# MINÄ JA TÄRKEÄT IHMISENI





Kerro huolestasi  
turva-aikuiselle,  
kunnes saat apua!

**TÄRKEÄT  
PUHELINNUMERONI:**

HÄTÄNUMERO: \_\_\_\_\_

TURVA-AIKUISENI:  
\_\_\_\_\_

Nimi ja puhelinnumero \_\_\_\_\_

Nimi ja puhelinnumero \_\_\_\_\_

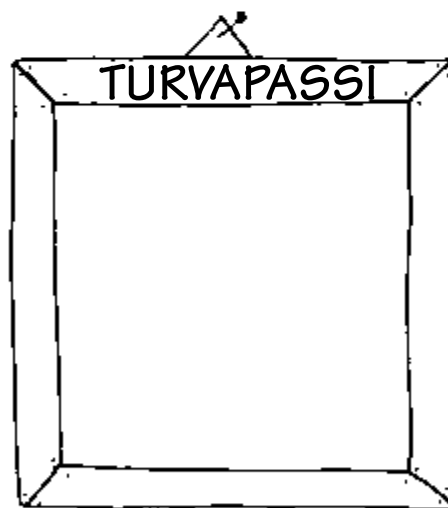
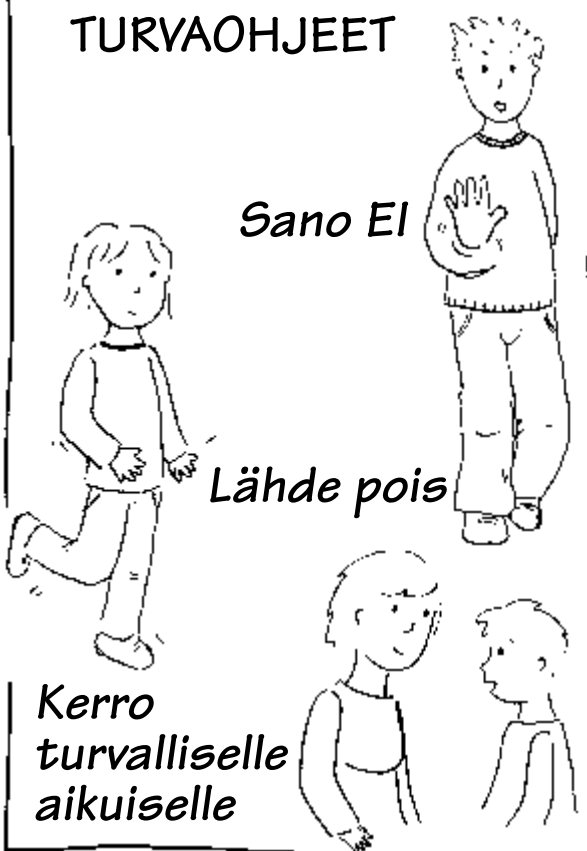
Nimi ja puhelinnumero \_\_\_\_\_

**TURVAOHJEET**

*Sano Ei*

*Lähde pois*

**Kerro  
turvalliselle  
aikuiselle**



Nimi:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Kun olo on turvaton



- Opitaan tunnistamaan turvattomuuden tunne.
- Opitaan tunnistamaan turvattomuutta ja uhkaa aiheuttavia tilanteita ja asioita.
- Opetellaan suojautumaan ja selviytymään turvattomissa tilanteissa.
- Opetellaan soittamaan hätäpuhelu.



### 1. Keskustelua:

- Mistä tietää, että olo on turvaton?
- Miltä silloin tuntuu kehossa?
- Millainen mieli silloin on?
- Millaisissa paikoissa tulee turvaton olo?
- Millaisissa tilanteissa tulee turvaton olo?
- Millaisten ihmisten seurassa tulee turvaton olo?
- Voiko kotona joskus tulla turvaton olo? Jos, niin milloin?

2. Tehdään yhdessä ajatuskartta, johon kerätään turvattomalta tuntuja paikkoja ja tilanteita sekä turvattomuuden tunnetta herättäviä ihmisiä. Samalla mietitään jo keinoja siihen, mitä lasten esille tuomissa tilanteissa kannattaisi tehdä.

### 3. Muistellaan Turren turvaohjeita ja kootaan ne yhdessä taululle:



**Sano Ei,**



**Lähde pois,**



**Kerro turvalliselle aikuiselle**

### Keskustelua:

- Miten voisit toimia tilanteessa, jossa tulee turvaton olo?
- Mitä pitää tehdä,
  - jos joku uhkailee
  - jos joku kiristää
  - jos joku pakottaa sinua tekemään jotain mitä et halua
  - jos joku houkuttelee tai suostuttelee sinua tekemään jotain, mitä itse et pidä oikeana
  - jos joku tekee jotain hämmentävää, outoa tai pelottavaa?

Lasten kanssa on hyvä miettiä esimerkkitilanteiden avulla, mitä uhkaileminen, kiristäminen tai pakottaminen tarkoittaa. Kiristämisestä, uhkailemisesta ja pakottamisesta on aina kerrottava jollekin turvalliselle aikuiselle, vaikka sinua olisi kielletty puhumasta.

4. Lapset kirjoittavat *Turvaohjeet*-tehtävisivulle (s. 100) sekä *Selviytymisreppuun* (s. 56).

5. Turvavinkkeihin tutustuminen. Tutustutaan lasten kanssa *Turvavinkkeihin* (s. 101). Lapset keskustelevat esimerkiksi vieruskaverin kanssa siitä, mitkä ovat heidän mielestään kolme tärkeintä turvavinkkiä. Ohjaaja kirjaa eniten ääniä saaneet vinkit taululle.



1. Häätäpuhelun soittaminen. Mietitään, mikä on tärkeää häätäpuhelun soittamisessa. Lisää ohjeita häätäpuhelun soittamiseen on Aarrearkussa s. 253.

#### Näin soitat häätäpuhelun:

- Soita 112
- Ole rauhallinen!
- Kerro kuka olet, mitä on tapahtunut ja missä.
- Älä katkaise puhelua ennen kuin saat luvan.

Lasten kanssa harjoitellaan häätäpuhelun soittamista esimerkiksi vanhalla kännykällä. Lapset yhdessä miettivät jonkin häätätilanteen. Yksi lapsista soittaa häätänumeroon ja aikuinen on häätäpuhelun vastaanottajana. Muut arvioivat, mikä puhelussa meni hyvin ja miettivät mahdollisia parannusehdotuksia. Sama puhelu soitetaan vielä uudelleen ja siinä tehtävänä on huomioida parannusehdotukset.

2. Ryhmissä voidaan tehdä yhteinen turvaohjejuliste ja kuvittaa se.

3. Turvapassin käytön harjoittelu näytellen, leikkien tai keskustellen tilanne-esimerkkien pohjalta. Tehdään esimerkiksi pieniä näytelmiä, joiden avulla harjoitellaan turvapassin käyttöä, EI-sanan sanomista ja kieltäytymistä, uhkaavasta tai hämmentävästä tilanteesta pois lähtemistä ja aikuisen puoleen kääntymistä. Näytelmien avulla keskustellaan tilanteista ja kokeillaan erilaisia tapoja toimia tilanteissa. Tilanteita voidaan esittää forum-teatterin (ks. Aarrearkku s. 254) tai KLIK-leikin (ks. Aarrearkku s. 254) tapaan, jolloin esitys voidaan keskeyttää ja lapset voivat antaa esittäjille toimintaohjeita.

- Näet koulumatkalla miehen, joka on alasti ja esittelee itseään. Mitä teet?
- Tapaat vieraan henkilön, joka pyytää sinua katsomaan älypuhelimesta kuvia. Mitä teet?
- Näet netissä sinua järkyttäviä kuvia. Mitä teet?
- Kotona riidellään rajusti, ja se pelottaa sinua. Mitä teet?
- Joku lähettää sinulle outoja viestejä tai pyyntöjä tekstiviestinä tai netissä. Mitä teet?
- Olet unohtanut kotiavaimesi, eikä kukaan ole vielä kotona, kun tulet kotiin. Mitä teet?
- Puhelimestasi on akku loppu ja sinun pitäisi soittaa. Mitä teet?
- Joku puhuu sinulle ilkeästi, haukkuu ja nimittelee sinua. Mitä teet?
- Joku haluaa kosketella sinua tavalla, joka hämmentää sinua.

4. Leikitään leikkejä, joissa harjoitellaan tunnistamaan turvallisuuden ja turvattomuuden tunteita ja joissa etsitään turvapaikkaa.



Kotiväki tutustuu yhdessä lapsen kanssa *Turvavinkkeihin* (s. 101).



Väestöliiton korttia turvaohjeista tilattavissa [www.vaestoliitto.fi](http://www.vaestoliitto.fi).

# TURVAOHJEET



*Sano Ei*

---

---



*Lähde pois*

---

---



*Kerro turvalliselle aikuiselle*

---

---

Olemme yhdessä lukeneet  
turvaohjeet ja keskustelleet niistä.

Allekirjoitus kotiväeltä

---



## TURVAVINKKEJÄ

- Älä avaa ovea, jos olet yksin kotona etkä tiedä, kuka siellä on.
- Älä anna yhteystietojasi (nimi, osoite, puhelinnumero, sähköpostiosoite) tuntemattomille.
- Älä kerro kenellekään puhelimessa, että olet yksin kotona. Kysy, kenelle äiti tai isä voi soittaa takaisin.
- Älä lähde tuntemattoman mukaan, vaikka hän houkuttelisikin sinua mukavilla asioilla.
- Älä lähde tutunkaan aikuisen mukaan, jos et ole sopinut siitä kotiväkesi kanssa.
- Älä tapaa tuntematonta nettikaveria ilman aikuista.
- Ohjeita turvalliseen netin käyttöön on osoitteessa [www.pelastakalapset.fi](http://www.pelastakalapset.fi) ja [www.mll.fi](http://www.mll.fi).
- Jos näet jotain mieltäsi järkyttävää tai joku käyttäytyy oudosti sinua kohtaan netissä tai muualla, kerro siitä aina jollekin turvalliselle aikuiselle.
- Jos eksyt, sinua seurataan tai kohtaat uhkaavasti tai oudosti käyttäytyvän ihmisen, mene kauppaan tai johonkin muuhun paikkaan, jossa on paljon ihmisiä. Kerro siitä aikuiselle.
- Älä koskaan mene yksin ilman aikuista pimeisiin ja autioihin paikkoihin.
- Opettele äidin tai isän puhelinnumero ja kotiosoitteesi ulkoa.
- Muista hätänumero 112.



Jokaisella on oikeus tuntee olonsa turvalliseksi.



Useimmat aikuiset tahtovat lapsille hyvää. Ei ole kuitenkaan viisasta luottaa kaikkiin ihmisiin.



Olemme yhdessä tutustuneet turvavinkkeihin. Allekirjoitus kotiväeltä

## Turvallisesti netissä



- Opitaan huolehtimaan omasta turvallisuudesta netissä ja sosiaalisessa mediassa.
- Opitaan puhumaan nettiin liittyvistä mieltä vaivaavista asioista turvallisen aikuisen kanssa.
- Opitaan ymmärtämään, että netissä käyttäytyään kuten muuallakin.



1. Jokaisella lapsella on oikeus hyvään ja turvalliseen elämään, myös netissä. Tähän lapset tarvitsevat hyviä nettitaitoja, mutta myös aikuisen apua ja huolenpitoa. Keskustele rohkeasti nettielämästäsi ja -kuulumisistasi turvallisen aikuisen kanssa. Puhu tapahtumista hänen kanssaan myös silloin, kun joku netissä tapahtunut ikävä asia tai näkemäsi sisältö painaa mieltäsi. Pidä huolta myös kavereistasi!

Netissä voi tehdä kaikenlaista.

### ➤ Mitä sinä teet netissä?

Netti tarjoaa mahdollisuuden oppimiseen, tiedon etsimiseen, pelaamiseen ja yhteydenpitoon toisten kanssa. Netillä on myös kääntöpuolensa. Netti on avoin ja julkinen tietoverkko, jota voi verrata ilmoitustauluun. Kaikki mitä sinne laitetaan, on kaikkien nähtävillä. Netissä myöskään kaikki eivät käyttäydy sopivalla tavalla.

### ➤ Millaisia ongelmia netin käyttöön voi liittyä?

2. *Turvallisesti netissä* -tehtävä: Lapset pohtivat nettiturvallisuutta pienryhmissä juttukuppila-menetelmän tapaan (ks. Aarrearkku s. 255). Ryhmät kiertävät tilaan sijoitetuissa juttukuppila-työskentelypisteissä, joissa kussakin on valmiina kartonkiin kirjoitettuna yksi alla olevista kysymyksistä. Kuvitellaan, että kuljetaan juttukuppilasta toiseen ihania herkkuja nauttien. Ryhmät kirjaavat kysymyksiin liittyvät pohdintansa juttukuppiloiden pöydillä oleviin kartonkeihin. Ryhmät vaihtavat juttukuppilaa yhtä aikaa ohjaajan merkistä. Lopuksi käydään yhteisesti läpi ryhmien kartongeille kirjaamat ajatukset.

- Miten voit huolehtia omasta turvallisuudestasi netissä?
- Kuinka paljon käytät aikaa tietokoneella/netissä?
- Miten sinä käytät aikaa netissä? Miten muuten vietät vapaa-aikaa?
- Mitä teet, jos avaamasi internet-sivusto tai lataamasi peli pelottaa tai törmäät netissä johonkin, joka järkyttää tai inhottaa?
- Mitä teet, jos tuntematon häiriköi sinua netissä?
- Mitä teet, jos keskustelu nettituttavan kanssa alkaa tuntua epämiellyttävältä?
- Miten toimit, jos sinua tai kaveriesi kiusataan netissä?

Yhdessä keskustellaan vielä turvallisesta netin käytöstä *Muutamia vinkkejä turvalliseen netin käyttöön 1* tai *2* -listan avulla (s. 104 ja s. 105).





1. Tehdään ryhmässä ohjaajan johdolla turvallisen netinkäytön pelisäännöt. Tehtävästä tehdään kaikille kooste, joka laitetaan jokaisen kansioon ja vihkoon.

2. Tehdään seinäjulisteiden tapaan iskulauseita turallisesta netinkäytöstä. Julisteet laitetaan julkisesti näytille!



Kotiin lähetetään *Muutamia vinkkejä turvalliseen netin käyttöön 1 tai 2* (s. 104 tai 105) keskusteltavaksi ja täydennettäväksi. Moniste palautetaan kotiväen allekirjoittamana.



Ohjeita turvalliseen netin käyttöön sivuilla [www.pelastakaalapset.fi](http://www.pelastakaalapset.fi) ja [www.mll.fi](http://www.mll.fi). Lasten ja nuorten puhelin, netti ja chat löytyvät sivustolta [www.mll.fi](http://www.mll.fi).



## MUUTAMIA VINKKEJÄ TURVALLISEEN NETIN KÄYTTÖÖN 1:

### 1. Kaikki ei ole aina sitä miltä näyttää.

Jos jokin tuntuu liian hyvältä ollakseen totta, se tuskin on totta. Jos joku netissä on erityisen kiinnostunut sinusta ja kehuu ja ihailee sinua todella paljon, hän tekee sitä varmaan monille muillekin.

### 2. Pidä huoli salasanoistasi.

Valitse salasanat ja käyttäjätunnukset huolellisesti. Pidä salasanat vain ja ainoastaan omana tietonasi ja vaihda ne riittävän usein. Huolehdi myös siitä, että tunnukset ovat sinulla tallessa turvallisessa paikassa, jonka vain sinä tiedät. Jos käytät tietokonetta tai julkisia laitteita esimerkiksi koulussa tai kirjastossa, muista aina kirjautua palvelusta ulos.

### 3. Huomioi yksityisyys.

Kunnioita omaasi, mutta myös muiden netinkäyttäjien yksityisyyttä. Harkitse, minkälaisia kuvia ja tietoja ja kenelle julkaiset netissä joko itsestäsi tai kavereistasi. Päätä, mikä on yksityistä ja minkälaisia asioita haluat itsestäsi tai toisista julkaista. Huolehdi yksityisyysasetuksistasi. Tarkista minkälaiset asetukset kunkin palvelun kohdalla on, ja jaa vain haluamillesi tahoille tietoa itsestäsi.

### 4. Malttia ja harkintaa web-kameran kanssa.

Harkitse, kenen kanssa ja minkälaiseen keskusteluun web-kameran välityksellä ryhdyt. Kaikki on mahdollista tallentaa, myös ilman, että saat siitä koskaan tietää. Web-kameran linssi kannattaa myös peittää esimerkiksi pienellä tarralla aina silloin, kun kamera ei ole käytössä. Valitse tarkkaan millaisille sivuille menet tai millaisilla sivuilla käyt. Verkossa on myös aineistoa, jota ei ole tarkoitettu alle 18-vuotiaiden käyttöön. Huomioi ikäraajat. Niiden tarkoitus on suojella alaikäisiä sisältöjen mahdollisilta haittavaikutuksilta.

### 5. Huolehdi turvallisuudestasi.

Harkitse huolella, ennen kuin annat tarkempia yhteystietojasi kenellekään tai sovit tapaamista netin kautta tutustumasi henkilön kanssa. Mahdolliseen tapaamiseen ei kannata mennä yksin ja tapaaminen kannattaa aina sopia julkiselle paikalle, jossa liikkuu muitakin ihmisiä.

### 6. Pidä kiinni oikeuksistasi.

Ikävistä, hankalista ja kiusallisistakin asioista on mahdollisuus selviytyä. Ota ongelmat rohkeasti esille, jotta ne voidaan selvittää ja ratkaista asianmukaisesti. Keskustele niistä oman luottoaikuisen kanssa.

### 7. Muita ei tarvitse aina miellyttää.

Sinun tehtäväsi ei ole täyttää toisten toiveita eikä sinun tarvitse tuntea syyllisyyttä siitä, että et halua niitä täyttää. Kuuntele sisäistä ääntäsi äläkä epäröi sanoa EI!

Omat vinkkini \_\_\_\_\_

Vinkki kotiväeltä \_\_\_\_\_

Tietoa nettitaidoista ja mediakasvatuksesta on sivustolla [www.pelastakaalapset.fi](http://www.pelastakaalapset.fi).

Olemme keskustelleet kotona turvallisesta netin käytöstä.

Allekirjoitus kotiväeltä \_\_\_\_\_



## MUUTAMIA VINKKEJÄ TURVALLISEEN NETIN KÄYTTÖÖN 2:

1. Käyttäydy netissä toisia kunnioittaen kuten muuallakin.
2. Sinulla on oikeus olla sellainen kuin olet. Sinua ei saa loukata tai kiusata myöskään netissä!
3. Jos epäilet jotain, usko itseäsi. Kukaan ei saa painostaa, pakottaa tai kiristää sinua mihinkään!
4. Älä ole liian avoin. Mieti, kuka näkee tekstin tai kuvan, jonka julkaiset!
5. Mitään sellaista, mikä saa voimaan pahoin tai pelkäämään, ei ole pakko katsoa, kuunnella tai tehdä! Sulje selain ja tarvittaessa laite, jos muu ei auta.
6. Jos et tunne nettiystävääsi oikeassa elämässä, älä ole liian luottavainen. Älä tapaa nettituttua yksin.
7. Pidä huolta myös kaverisi turvallisuudesta.
8. Harkitse ennen kuin julkaiset netissä mitään. Nettijulkaisut voivat olla netissä ikuisesti.
9. Mieti, millaista tietoa ja millaisen kuvan haluat antaa netissä itsestäsi. Se voi vaikuttaa myöhempään elämääsi.
10. Kerro vanhemmillesi nettikokemuksistasi, kuten muistakin kuulumisistasi! Ota aikuiset mukaan nettielämääsi!
11. Puhu mieltäsi vaivaavista asioista aikuisen kanssa. Keneen sinä ottaisit yhteyttä?

Omat vinkkini \_\_\_\_\_

Vinkki kotiväeltä \_\_\_\_\_

Tietoa nettitaidoista ja mediakasvatuksesta on sivustolla [www.pelastakaalapset.fi](http://www.pelastakaalapset.fi).

Olemme keskustelleet kotona turvallisesta netin käytöstä.

Allekirjoitus kotiväeltä \_\_\_\_\_

# KOHTI HYVÄÄ ELÄMÄÄ

## Hyvä olo ja hyvä mieli



- Pohditaan hyvinvointiin ja mielenterveyteen liittyviä asioita.
- Tuetaan hyvää oloa ja hyvää mieltä edistävien valintojen tekemistä.

Jokainen on niin arvokas ja tärkeä, että oman kehon ja oman mielen hyvinvoinnista on huolehdittava joka päivä. Omasta hyvinvoinnista voi pitää huolta hyvinkin tavallisilla valinnoilla: nukkumalla ja lepäämällä riittävästi, syömällä maistuvaa ja terveellistä ruokaa hyvässä seurassa, liikkumalla riittävästi, pitämällä huolta ihmissuhteista ja antamalla tunteiden ilmaisemiselle, luovuudelle ja vapaa-ajan harrastuksille tilaa. Kehon ja mielen hyvinvointi kulkevat käsi kädessä.



### 1. Kätevä käpälä -tehtävä:

- Keskustellaan siitä, että aikuisten tehtävä on huolehtia lasten hyvinvoinnista. Lapset itsekin voivat joka päivä omilla valinnoillaan vaikuttaa omaan hyvinvointiinsa.
- Mistä asioista sinulle tulee hyvä olo ja hyvä mieli?

2. Ohjaaja piirtää taululle *Kätevän käpälän*, johon kirjataan lasten kertomat asiat. Hyvään oloon ja hyvään mieleen vaikuttavat asiat ryhmitellään Mielenterveyden käsimallin mukaan (*Mielenterveyden käsi 1 s. 109*).

3. Lapset piirtävät/painavat oman kätensä kuvan *Kätevä käpälä* -tehtävisivulle (s. 111) ja kirjoittavat sormiin hyvään oloon ja hyvään mieleen vaikuttavia asioita. Lapset voivat värittää tai merkitä hymiöillä sen sormen, joka voi hyvin. Rasti laitetaan siihen sormeen, jota voisi hoitaa paremmin.

- Mitä *Kätevä käpälä* sinulle osoittaa?
- Mikä sormi voi hyvin? Mitä hyviä päätöksiä ja valintoja olet jo tehnyt?
- Mitä hyviä elämäntapoja kannattaa jatkaa?
- Mikä sormi voi huonosti? Mikä sormi kaipaisi huomiota?
- Mitä muutoksia olisi hyvä tehdä, jotta voisit ja jaksaisit paremmin?

Lapsi miettii ja kirjoittaa *Kätevä käpälä* -tehtävisivulle (s. 111) hyvän olon ja hyvän mielen suunnitelman *Kätevän käpälän* alapuolelle. Mitä omaa hyvää mieltä ja hyvää oloa tuovia asioita lapsi jatkossakin aikoo tehdä ja mitä asioita hän aikoo muuttaa?

### 4. Tutkitaan tämän ryhmän hyvää oloa ja hyvää mieltä:

- Mitkä sormet tässä ryhmässä voivat parhaiten?
- Mitkä sormet kaipaavat tässä ryhmässä eniten huomiota tai muutosta?
- Mitä lapset itse voivat tehdä oman olon ja mielen hyvinvoinnin hyväksi?
- Mitä apua ja tukea lapset tarvitsevat aikuiselta?

Ohjaaja voisi laatia yhdessä lasten kanssa kotiväelle koosteen lapsiryhmän keskusteluista, toiveista ja tarpeista hyvinvoinnin ylläpitämiseksi ja tukemiseksi.

Hyvän olon ja hyvän mielen suunnitelmaan on hyvä palata jonkin ajan päästä ja yhdessä ryhmänä seurata, millaisia hyviä valintoja lapset ovat tehneet.

Seuraavat tehtävät pohjautuvat *Mielenterveyden käsi* -malliin (*Mielenterveyden käsi 1*, s. 109 ja *Mielenterveyden käsi 2*, s. 110).



### 1. Testaa hyvinvointiasi!

Pohditaan kuluneen viikon aikana *Voin itse vaikuttaa hyvään oloon ja hyvään mieleen* -tehtävän (*Mielenterveyden käsi 2*, s. 110) osoittamia asioita ja merkitään rasti ruutuun niihin kohtiin, joissa ollaan samaa mieltä. Miten mielenterveyden osa-alueet toteutuvat elämässäsi?

Taita kämmentä vasten näitä osa-alueita vastaavat sormet (esim. jos et nuku riittävästi ja korvaat aterioidesi energijuomilla, taita peukalo ja etusormi alas). Kirjoita nyt nimesi jäljelle jäävillä sormilla mahdollisimman kauniilla käsialalla. Millaista käsialaa sait aikaan? Miten sormien/osa-alueiden puuttuminen vaikuttaa vointiisi ja toimintakykyysi – kuten jaksamiseesi koulussa? Mitä voisit tehdä, jotta voisit vielä paremmin? Vinkki: Kirjoittamisen sijaan esimerkkinä voi käyttää vesimukin nostamista.

### 2. Tehdään testi *Voin itse vaikuttaa hyvään oloon ja hyvään mieleen* (*Mielenterveyden käsi 2*, s. 110).

Miten mielenterveyden osa-alueet toteutuvat elämässäsi? Onko joitakin alueita, jotka eivät mielestäsi toteudu riittävän hyvin? Piirrä oma kätesi paperille. Piirrä sen jälkeen lyhempänä ne sormet, jotka eivät mielestäsi toteudu niin hyvin kuin haluaisit, ja pidennä vastaavasti niitä sormia, joihin panostat liikaakin. Jos esimerkiksi pelaat useita tunteja päivässä, piirrä pikkurillisi turvonneeksi ja vastaavasti piirrä lyhyemmäksi se sormi, johon se vaikuttaa heikentävästi (esim. nimetön jos et liiku mielestäsi riittävästi tai keskisormi jos et ehdi nähdä kavereita). Vertaa omaa kättäsi *Mielenterveyden käsi* -malliin. Olisiko syytä tehdä hyvän mielen suunnitelma?

3. Oma mielenterveyden käteni: Piirretään tai painetaan oma käsi paperille. Kerro jokaisesta mielenterveyden osa-alueesta omassa elämässäsi alla olevia lauseita jatkaen. Lauseiden alut voidaan kirjoittaa taululle, heijastaa, kopioida tai sanoa ääneen.

UNI JA LEPO:	Mukavin tapa rentoutua on...
RAVINTO JA RUOKAILU:	Lempiruokani on... En mielelläni syö...
IHMISSUHTEET JA TUNTEET:	Oman perheen ja/tai läheisten ihmisten kanssa on mukava... Tulen hyvälle mielelle...
LIIKUNTA JA YHDESSÄ LIIKKUMINEN:	Kivoja tapoja liikkua ovat... Liikuntaharrastus, jota joskus haluaisin kokeilla on...
HARRASTUKSET JA LUOVUUS:	Vapaa-aikanani minä...
ARVOT JA PÄIVITTÄISET VALINNAT:	Minulle tärkeitä ihmisiä ovat... Minä arvostan ja pidän tärkeänä elämässäni...

4. Millaisia hyvän mielen valintoja teen tänään? Ohjaaja tekee kartongille yhden ison käden, johon lapset kirjaavat valintansa. Lapset voivat käydä kirjaamassa hyviä valintojaan päivittäin.

5. Hyvinvointipajat: Lapset ja aikuiset ideoivat ja toteuttavat toiminnallisia hyvinvointipajoja teemapäivien, vanhempainiltojen tai eri yhteistyöprojektien merkeissä hyödyntäen paikallisten yhteisöjen, yhdistysten tai seurojen tarjoamia yhteistyömahdollisuuksia. Jokaisesta mielenterveyden käden alueesta (uni ja lepo, ravinto ja ruokailu, ihmissuhteet ja tunteet, liikunta ja yhdessä liikkuminen, harrastukset, vapaa-aika ja luovuus, arvot ja päivittäiset valinnat eri ympäristöissä, päivän rytmi) muodostetaan työpaja, jossa kyseistä aihetta käsitellään toiminnallisesti, esimerkiksi *uni ja lepo* -pajassa voidaan tehdä rentoutusharjoitus, *ravinto ja ruokailu* -pajassa voidaan harjoitella terveellisiä ruokavalintoja ja maistella uusia makuja, *ihmissuhteet ja tunteet* -pajassa voidaan harjoitella tunteiden tunnistamista ja ilmaisemista pantomiimin/korttien avulla, *liikuntapajassa* liikutaan lasten ideoiden pohjalta, *harrastuspajassa* lapset voivat esitellä omia mielenkiinnon kohteitaan ja *arvopajassa* pohditaan elämän tärkeitä asioita.

6. Hyvinvointia leikkien ja liikkuen: Mielenterveyden käden osa-alueet (uni & lepo, ravinto & ruokailu, ihmissuhteet & tunteet, liikunta & yhdessä liikkuminen, harrastukset & luovuus & vapaa-aika, arvot & päivittäiset valinnat, päivän rytmi) tulevat tutuiksi hausalla tavalla leikkien ja liikkuen. Kustakin osa-alueesta tehdään kortti, jossa on osa-alueen nimi ja siihen sopiva kuva. Korteja voidaan käyttää leikeissä paikka-/pesä-/alue-/ratamerkkeinä.

*Maa, meri ja laiva* -leikissä paikkoina voisivat olla esimerkiksi uni, ravinto, ihmissuhteet, liikunta ja harrastukset. Pullonpyöritysleikissä lasten on keksittävä asioita, jotka edistävät hyvää oloa ja hyvää mieltä pullon osoittamalla mielenterveyden osa-alueella.



Kotiin

Lapset vievät *Kätevä käpälä* -tehtäväsivun (s. 111) kotiin keskusteltavaksi ja täydennettäväksi.



Vinkkaus

Mielenterveystaitoihin liittyvää tietoa ja aineistoja [www.mielenterveysseura.fi](http://www.mielenterveysseura.fi).

Nurmi, R., Sillanpää, A. & Hannukkala, M (2014) Hyvää mieltä yhdessä.

Käsikirja alakoululaisen mielenterveyden edistämiseen. Suomen mielenterveysseura.

# MIELENTERVEYDEN KÄSI 1

**Näihin voit itse vaikuttaa**

## MIELENTERVEYDEN KÄSI

### RAVINTO JA RUOKAILU

- Mitä söit päivän aikana?
- Muistitko syödä välipaloja?
- Kenen kanssa söit?
- Söitkö rauhassa vai oliko kiire?

### IHMISUHTEET JA TUNTEET

- Ketä tapasit tänään?
- Mitä teit perheen kanssa?
- Millainen mielialasi oli päivän aikana?
- Kerroitko jollekin tunteistasi?
- Jaksotko kuunnella ystävää?
- Mistä olit iloinen tai surullinen?

### LIIKUNTA JA YHDESSÄ LIIKKUMINEN

- Miten liikutit päivän aikana?
- Liikuitko jonkun kanssa?
- Millainen liikunta on parasta?
- Millaisen olon liikunta saa sinussa aikaan?

**PÄIVÄN RYTMİ**

### UNI JA LEPO

- Mihin aikaan menit nukkumaan?
- Nukuitko tarpeeksi?
- Nukuitko hyvin?
- Heräsitkö pirteänä?
- Oliko päivässäsi mukavia oleskeluhetkiä?
- Ehditkö rentoutua ja levätä?

### HARRASTUKSET JA LUOVUUS

- Mitä hauskaa teit?
- Teitkö jotain luovaa?
- Millaisesta tekemisestä saat mahtavan tunteen?
- Mikä on sinusta kaunista?
- Paljonko olit tietokoneella tai katsoit televisiota?
- Kenen kanssa harrastit?

### ARVOT JA PÄIVITTÄISET VALINNAT

- Millaisia hyvää mieltä tuovia valintoja teit päivän aikana?
- Mitä arvostat ja pidät tärkeänä elämässäsi?

**mieli**  
Suomen Mielenterveysseura

© Mielenterveystaidot kasvuun -hankkeet, Suomen Mielenterveysseura  
mielenterveysseura.fi • mielenterveysseura.fi/kehittamistoiminta

## MIELENTERVEYDEN KÄSI 2

Mielenterveyden  
käsi

### Voin itse vaikuttaa hyvään oloon ja hyvään mieleen

POHDI kuluneen viikon ajalta seuraavia asioita.  
MERKITSE rasti ruutuun, jos olet samaa mieltä.

#### RAVINTO JA RUOKAILU

- Olen syönyt aamupalat.
- Olen syönyt kaksi lämmintä ateriaa päivässä.
- Olen syönyt salaattia, hedelmiä ja kasviksia.
- Olen syönyt terveelliset välipalat.
- Olen syönyt rauhassa enkä ole kiirehtinyt ruokailussa.
- Olen ruokaillut toisten seurassa kotona.

#### UNI JA LEPO

- Olen mennyt ajoissa nukkumaan.
- Olen nukkunut sikeästi.
- Olen herännyt yleensä pirteänä.
- Olen jaksanut keskittyä koulussa.
- Olen osannut rauhoittua ja hiljentyä päivän aikana.
- Olen ehtinyt myös rentoutua ja levätä.

#### IHMISSUHTEET JA TUNTEET

- Olen viettänyt aikaa perheeni kanssa.
- Olen jaksanut kuunnella ystäviäni.
- Olen uskaltanut kertoa mielipiteeni ja ajatukseni muille.
- Olen kertonut omista tunteistani.
- Olen leikkinyt tai viettänyt aikaa kavereiden kanssa.
- Minulla on ollut kavereita välitunneilla.
- Minua ei ole kiusattu.
- En ole kiusannut ketään.
- Minua on kuunneltu.
- Olen osannut selvittää asiat kavereiden kanssa keskustelemalla.
- Olen nauranut.

#### LIIKUNTA JA YHDESSÄ LIKKUMINEN

- Olen leikkinyt ja liikkunut ulkona.
- Olen liikkunut perheeni tai kavereideni kanssa.
- Olen löytänyt itselleni mielekkään tavan liikkua.
- Olen saanut hyvää mieltä liikunnasta.
- Olen liikkunut pari tuntia päivässä.

#### HARRASTUKSET JA LUOVUUS

- Olen löytänyt itselleni mielekkään harrastuksen tai tavan viettää vapaa-aikaa.
- Olen saanut toteuttaa itseäni ja tehdä jotain luovaa.
- Olen nauttinut musiikista, kirjoista, kuvista tai luonnosta.
- Olen viettänyt vapaa-aikaa muuallakin kuin ruudun äärellä.

#### PÄIVÄN RYTMI

#### ARVOT JA PÄIVITTÄISET VALINNAT ELÄMÄN ERI YMPÄRISTÖISSÄ

- Olen tehnyt jotain, mistä saan hyvän mielen.
- Olen ollut toiselle avuksi.
- Olen kohdellut toisia reilusti.
- Olen pitänyt huolta luokan yhteisistä asioista ja hyvästä ilmapiiristä.
- Osaan nimetä itselleni tärkeitä asioita elämässä.

mieli

Suomen Mielenterveysseura

© Mielenterveystaidot kasvuun -hankkeet, Suomen Mielenterveysseura  
mielenterveysseura.fi • mielenterveysseura.fi/kehittamistoiminta







## KÄTEVÄ KÄPÄLÄ

Piirrä oma kätesi

### HYVÄN OLON JA HYVÄN MIELEN -SUUNNITELMANI

---



---



---

Kotiväelle: Keskustelkaa ja kirjoittakaa:  
Mitkä asiat hyvän olon ja hyvän mielen suunnitelmassa  
ovat hyviä ja mitä vielä pitäisi siihen lisätä?

---



---



Miten kotiväki voisi auttaa ja tukea suunnitelman toteutumisessa?

---



---

## Pidän huolta itsestäni



- Opitaan vähitellen pitämään huolta itsestä ja omista asioista, itseluottamusta samalla vahvistaen.
- Pohditaan terveellisiä ja hyvinvointia lisääviä elämäntapoja.



1. Keskustelu: Jokaisella lapsella on oikeus saada huolenpitoa ja hoivaa. Aikuisten tehtävänä on pitää huolta lapsista.

- Millaisissa asioissa lapset tarvitsevat aikuisten huolenpitoa?

Aikuisten tehtävänä on huolehtia esimerkiksi siitä, että lapset saavat terveellistä ruokaa, nukkuvat riittävästi eivätkä tee asioita, jotka ovat heille vahingoksi kuten esimerkiksi unohdu liian pitkäksi aikaa ruudun ääreen pelailemaan tai katsomaan televisiota. Jokainen lapsi on huolenpidon ja hoivan arvoinen. Kasvaessa on hyvä vähitellen opetella huolehtimaan itsekin itsestään ja kantamaan vastuuta omista asioista. Itseluottamus vahvistuu, kun huomaa, että osaa jo tehdä monia asioita itse.

- Mitä itsestä huolen pitäminen tarkoittaa?
- Mistä asioista lapset voivat itse huolehtia?

2. Tehdään *Turren huolehtimistesti* (s. 113). Jokainen täyttää Turren huolehtimistestin itsekseen tai aikuisen avustamana. Keskustellaan huolenpidosta. Kaikki tarvitsevat huolenpitoa, hoivaa ja toisten apua. Millaista huolenpitoa ja apua sinä tarvitset aikuisilta? Millä tavoin osaat jo huolehtia itsestäsi? Mitkä tehtävät kuuluvat vanhemmille ja mitkä lapselle? Mistä asioista voisit opetella jo itsekin huolehtimaan? Kuka sinua opettaa huolehtimaan itsestäsi? Joudutko liian paljon huolehtimaan itse itsestäsi? Kuka sinua opettaa huolehtimaan itsestäsi? Millaista huolenpitoa tarvitsisit toisilta?

3. Lapset arvioivat tunne- ja turvataitotunteja *Mitä mieltä olet?* -lomakkeen (s. 224) avulla. Ennen arvioinnin tekemistä muistellaan yhdessä, mistä kaikesta on puhuttu ja mitä kaikkea on tehty.



1. *Turre tutkii tuntejasi* -tehtävä sivun (s. 114) avulla lapsi tutkii ajankäyttöään yhden viikon ajan. Nuoremmat lapset täyttävät lomaketta yhdessä huoltajiensa kanssa. Viikon päästä tehtävää pohditaan yhdessä: Onko viikon aikana liikuttu riittävästi ja nukkuttu tarpeeksi? Onko ruudun ääressä oltu liikaa? Onko kännykkää näprätty liikaa? Näitä asioita voidaan pohtia myös perhekunnittain ja vanhempainilloissa yhteistyössä mm. terveydenhoitajan ja koulukuraattorin tai -psykologin kanssa.



Täytetään *Turren huolehtimistestin* (s. 113) kotitehtäväosuus. Lapset miettivät kotiväen kanssa, mikä jo sujuu hyvin ja mikä puolestaan vaatii vielä harjoitusta. *Olen arvokas ja ainutlaatuinen* -jakson lopuksi kotiin lähetetään *Palautetta tunne- ja turvataitokasvatuksesta* -lomake (s. 115).



*Turren huolehtimistesti* digitaalisena tehtävänä osoitteessa <http://static.jamk.fi/tutapelit/>

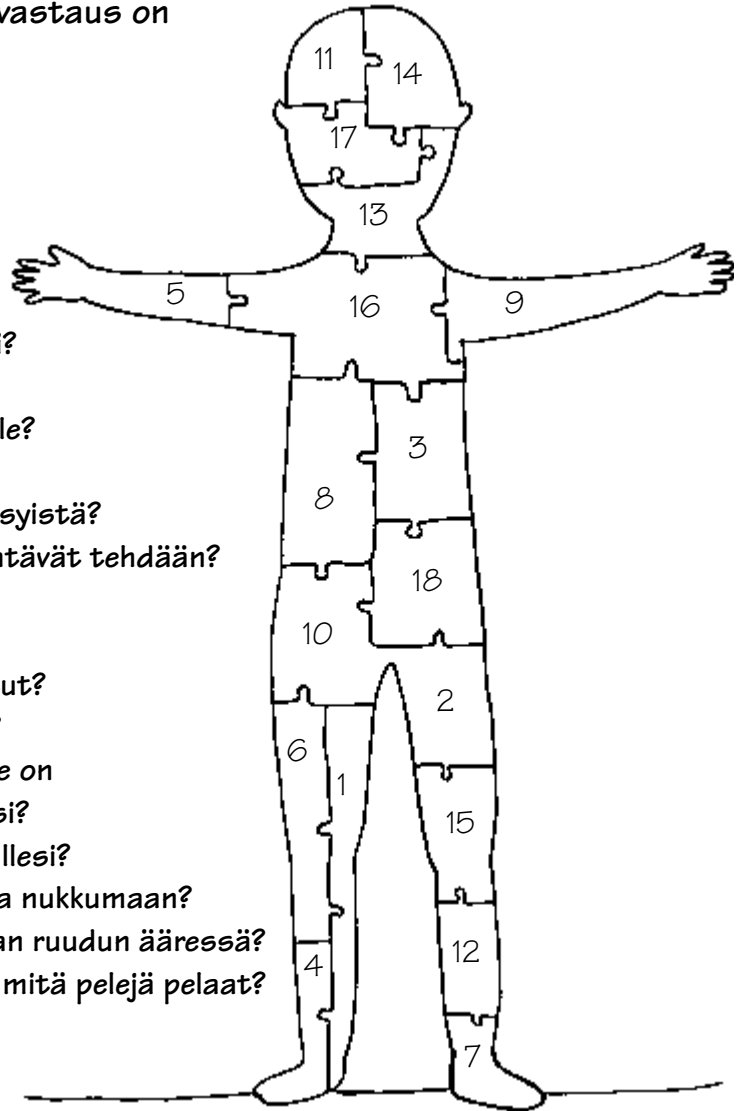


## TURREN HUOLEHTIMISTESTI

### KUKA PÄÄASIASSA VASTAA SEURAAVISTA ASIOISTA TÄLLÄ HETKELLÄ?

- Väritä kysymyksen numeroa vastaava osa kuvasta keltaiseksi, jos vastaus kysymykseen on äiti, isä tai joku muu aikuinen.
- Väritä osa itsestäsi siniseksi, jos vastaus on sisko, veli tai kaveri.
- Väritä osa itsestäsi ruskeaksi, jos vastaus on minä itse.

1. Kuka tekee voileipäsi?
2. Kuka pukee päällesi?
3. Kuka pakkaa koulureppusi?
4. Kuka huolehtii aamulla heräämisestäsi?
5. Kuka petaa sänkysi?
6. Kuka etsii urheiluvälineet liikuntatunnille?
7. Kuka ottaa selvää opettajalta tai kaverilta epäselvistä tehtävistä tai läksyistä?
8. Kuka huolehtii siitä, että läksyt tai tehtävät tehdään?
9. Kuka laittaa vaatteesi naulakkoon?
10. Kuka huolehtii hampaidenpesusta?
11. Kuka ilmoittaa opettajalle, kun sairastut?
12. Kuka vie likaiset vaatteesi pyykkikoriin?
13. Kuka aloittaa siivoamisen, jos olohuone on kaaoksen vallassa ja täynnä tavaroitasi?
14. Kuka päättää, mitä panet aamulla päällesi?
15. Kuka huolehtii siitä, että menet ajoissa nukkumaan?
16. Kuka huolehtii siitä, ettet ole liian kauan ruudun ääressä?
17. Kuka päättää, mitä ohjelmia katsot ja mitä pelejä pelaat?
18. Kuka korjaa astiasi pöydästä?



Kotitehtävä



## TURRE TUTKII TUNTEJASI

### VÄRITÄ

VIHREÄLLÄ – se aika, jonka nuket

SINISELLÄ – se aika, jonka olet koulussa

KELTASELLÄ – se aika, jonka harrastat ja liikut

PUNAISELLA – se aika, jonka olet ruudun ääressä

ORANSSILLA – se aika, jonka olet muuten vain rennosti tai vietät aikaa kavereiden kanssa

RUSKEALLA – se aika, jonka teet kotitehtäviä

LYIJYKYNÄLLÄ – se aika, jolloin osallistut kodin töihin

SYDÄMILLÄ – se aika, jonka olette yhdessä perheen tai läheisten kanssa

VIIVOITA – se aika, jonka ruokailet

KEKSI OMA VÄRI, jos tekeminen ei kuulu mihinkään edellisiin

Nukunko liikaa tai liian vähän?

Olenko ruudun ääressä liikaa?

Vievätkö harrastukset

liikaa aikaa – vai liian vähän?

Liikunko säännöllisesti?

KATSOTAAN...?

klo	maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai	lauantai	sunnuntai
00 – 01							
01 – 02							
02 – 03							
03 – 04							
04 – 05							
05 – 06							
06 – 07							
07 – 08							
08 – 09							
09 – 10							
10 – 11							
11 – 12							
12 – 13							
13 – 14							
14 – 15							
15 – 16							
16 – 17							
17 – 18							
18 – 19							
19 – 20							
20 – 21							
21 – 22							
22 – 23							
23 – 24							



## HEI KOTIVÄKI!

### PALAUTETTA TUNNE- JA TURVATAITOKASVATUKSESTA

Lapsen nimi: \_\_\_\_\_

- Olen tutustunut lapseni tunne- ja turvataitotehtäviin.
- Olen keskustellut lapseni kanssa tehtäviin liittyvistä asioista.

Kommentteja ja kokemuksia tunne- ja turvataitokasvatuksesta: \_\_\_\_\_

---

---



Huoltajan allekirjoitus: \_\_\_\_\_





---

**OLEMME HYVIÄ KAVEREITA**

## Aluksi

Tässä jaksossa käsiteltävät asiat:

- toisen hyväksyminen ja kunnioittaminen
- kaveruuden ylläpitäminen
- nettikaveruus
- ristiriitojen selvittäminen
- kiusaamisen tunnistaminen ja siihen puuttuminen.

Olemme hyviä kavereita -jakso jakaantuu kahteen osaan, joista ensimmäisessä vahvistetaan sosiaalisia taitoja ja jälkimmäisessä keskitytään kiusaamisen tunnistamiseen, sen ehkäisyyn ja siihen puuttumiseen. Lapset harjoittelevat vertaissuhteissaan toisen ihmisen kunnioittavaa kohtelua sekä turvaohjeiden käyttämistä silloin, kun heitä itseään kohdellaan epäkunnioittavasti tai huonosti.

Jokainen tarvitsee ystäviä ja kavereita sekä tunteen joukkoon kuulumisesta. Kaikilla on oma tärkeä paikka ”kaveriverkossa” eikä ketään saa jättää sen ulkopuolelle. Jokaisen kanssa ei tarvitse olla ystävä, mutta kaikkien kanssa on tultava ryhmässä toimeen.

Hyvät kaverisuhteet suojaavat lasta ajautumasta hyväksikäyttäviin ja alistaviin ihmissuhteisiin. Kaverisuhteiden solmimiseksi ja niiden ylläpitämiseksi tarvitaan vuorovaikutustaitoja, joiden harjoittamiseen vertaisryhmä tarjoaa turvallisen paikan. Kaverisuhteissa tarvitaan molemminpuolista kunnioitusta, omien toiveiden selkeää ilmaisemista, toisen viestien havaitsemista, toisen kuuntelemista ja toisen asemaan asettumista sekä taitoa ratkoa ristiriitoja. Käyttäytymisen kultainen sääntö ohjaa kohtelemaan toista sillä tavoin kuin itseäänkin haluaisi kohdeltavan. Samat säännöt ovat voimassa myös nettikaveruudessa. Vuorovaikutustaidoissa harjaantuminen auttaa toimimaan myös ryhmän ulkopuolella tilanteissa, joissa oma tai toisen turvallisuus on uhattuna.

Lapset opettelevat tunnistamaan kiusaamista omassa ja toisten käyttäytymisessä. He opettelevat tunnistamaan niin hiljaista, henkistä kuin fyysistäkin kiusaamista. Kiusaamisen määrää ja laatua selvitetään kiusaamiskyselyllä. Kuvien, piirtämisen ja tarinoiden avulla lapset pohtivat ja harjoittelevat toimintatapoja tilanteisiin, joissa he itse näkevät toista kiusattavan, joissa he itse ovat kiusattuina tai joissa he itse ovat kiusaajina. Turvaohjeiden soveltamista harjoitellaan toiminnallisesti kokeilemalla erilaisia toimintatapoja ja keskustelemalla niistä. Jakso päättyy kaveruuden sopimukseen.

Kiusaamiseen ja syrjintään on suhtauduttava nollatoleranssilla. Mikään syy ei anna oikeutta toisen parjaamiseen, nimittelyyn, vähättelyyn, vahingoittamiseen tai satuttamiseen. Aikuisten on puututtava sellaiseen välittömästi. Kiusaaminen on nähtävä myös ryhmäilmionä ja yhteisöllisenä haasteena. Sitä varten lasten koko toimintaympäristölle on laadittava yhteiset sopimukset ja toimintatavat. Myös aikuisten väliseen kiusaamiseen ja syrjimiseen on työyhteisössä puututtava. Aikuisten keskinäinen kunnioitus luo lapsille turvallisuutta ja heijastuu myönteisellä tavalla myös lasten välisiin suhteisiin. Kiusaamisen torjuntaan tarvitaan pitkäjänteistä yhteistyötä myös kotien kanssa.



## Kaikkien kanssa kaveri



- Pohditaan kaveruutta ja ystävyyttä.
- Tarkoituksena on, että ryhmässä jokaisella on oma paikkansa ja että kaikki tulevat toimeen keskenään.
- Vahvistetaan lapsen liittymistä ryhmään ja yhteenkuulumisen ja hyväksytyksi tulemisen tunnetta.
- Rakennetaan lapsiryhmän me-henkeä ja hyväksyvää ilmapiiriä.



1. Leikitään *Kaveriverkkoa*. Leikkiin tarvitaan lankakerä. Asetutaan piiriin ja yksi lapsista sitoo langan sormensa ympärille ja heittää lankakerän toiselle piirissä olevalle lapselle. Samalla hän sanoo oman nimensä ja muut lapset toistavat sen. Kerä heitetään vuorolleen jokaiselle lapselle niin, että lanka risteilee lapselta toiselle ja jokainen saa sanoa nimensä. Kun kaikki ovat samassa verkossa, sen päälle laitetaan rantapallo tai pehmolelu pomppimaan. Tämä symboloi sitä, kuinka kaverit voivat auttaa ja kannatella toinen toistaan. Lopuksi verkko puretaan heittämällä kerää lapselta toiselle päinvastaisessa järjestyksessä ja yhdessä sanotaan sen lapsen nimi, jolle lankakerä heitetään. Aikuinen on leikinjohtaja ja mukana verkossa.

2. Keskustellaan: Jokaisella meistä on tärkeä paikka tässä kaveriverkossa. Jokainen on tärkeä! Jokainen meistä tarvitsee kaveria. Jokaisella on myös velvollisuus olla hyvä kaveri toiselle. Jokaisen kanssa ei tarvitse eikä voikaan olla ystävä, mutta kaikkien kanssa on ryhmässä tultava toimeen.

- Miksi jokainen tarvitsee kavereita?
- Mikä ero on kaveruudella ja ystävyydellä?
- Millä tavoin itse voit olla hyvä kaveri?

3. Piirretään kuva tehtävisivulle *Tämä on reilua kaveruutta!* (s. 121).



1. Kerrataan ryhmän yhteiset säännöt tai laaditaan ne (ks. Pelisäännöt s. 30). Vahvistetaan säännöt sormenjäljillä ja/tai nimikirjoituksilla.

2. Leikitään yhteenkuuluvuuden tunnetta vahvistavia leikkejä kuten *Pesäleikki*, *Kiinalainen hippa*, *Lätkäleikki* ja *Kenen kanssa lähtisit?* -leikki. Ohjeet ovat Aarrearkussa (s. 232).

3. Suunnitellaan ryhmän oma räppi, runo, viiri, tunnus, tanssi, juhla, retki tai kotisivu.



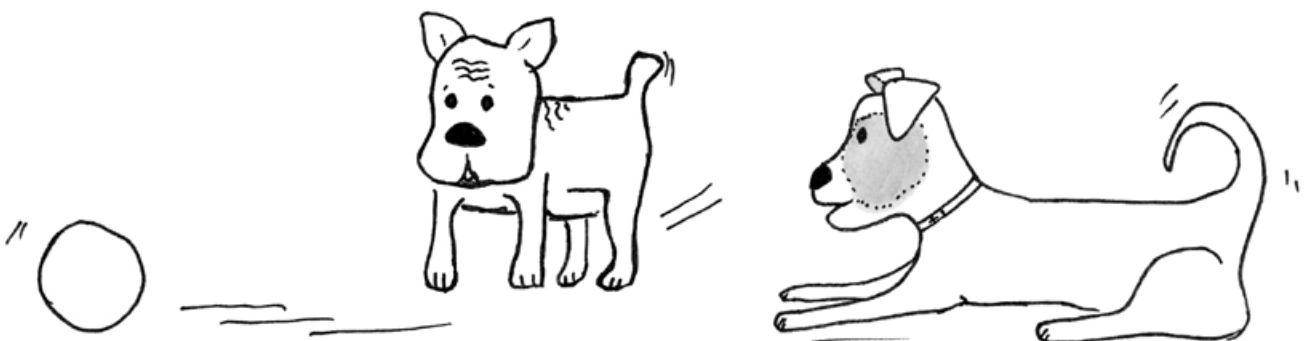
Lapset muistelevat ensimmäisiä kavereitaan ja kyselevät heistä vanhemmiltaan *Ensimmäiset kaverini* -tehtäväsivun (s. 122) mukaisesti.



Kaveritaitoihin liittyvää aineistoa löytyy Mannerheimin Lastensuojeluliiton nettisivuilta (Muumivideot; Kaveritaidot kaikille – opas luokanopettajalle; Koulun arjen sankarit). Katso myös [www.koulurauha.fi](http://www.koulurauha.fi) sekä [www.maailmankoulu.fi](http://www.maailmankoulu.fi).



TÄMÄ ON REILUA KAVERUUTTA!





## ENSIMMÄISET KAVERINI

Haastattele kotiväkeäsi ensimmäisistä kavereistasi ja leikeistäsi.

Ketkä olivat ensimmäisiä kavereitani? \_\_\_\_\_

Minkä ikäinen olin silloin? \_\_\_\_\_

Mitä leikkejä leikimme? \_\_\_\_\_

Mitkä olivat suosituimpia lelujamme? \_\_\_\_\_

Missä silloin asuimme? \_\_\_\_\_

Millaisia hassuja asioita teimme? \_\_\_\_\_



## Minä, sinä, me!



- **Pohditaan yksinoloa ja keskustellaan siitä, mistä ja miten saadaan kavereita.**
- **Opitaan, että jokaisella lapsella on oikeus kuulua ryhmään ja samalla jokaisella on velvollisuus hyväksyä myös toiset joukkoon.**



1. Keskustellaan siitä, että joskus lapset tykkäävät leikkiä ja touhuta yhdessä toisten kanssa, joskus kahdestaan ja joskus ihan yksin.

- Mitä on mukava puuhaillla porukalla?
- Mitä on kiva tehdä kahdestaan?
- Mitä asioita on kiva tehdä yksin?

Yksinolo voi joskus olla mukavaa, etenkin silloin, kun sitä itse haluaa. Yksinolo silloin, kun haluaisi olla toisten kanssa, on surullista. Keskustellaan *Älä jätä ketään yksin* -kuvasta (s. 125):

Mitä kuvassa tapahtuu?

- Mitähän kuvan lapset mahtavat ajatella? Miltähän heistä mahtaa tuntua?
- Miltä yksin olevasta lapsesta mahtaa tuntua? Mitä hän ajattelee?  
Miksi tuo lapsi on yksin?
- Miten muut lapset voisivat auttaa yksin olevaa lasta tulemaan mukaan?
- Mikä voisi estää toisia lapsia pyytämästä yksin olevaa lasta mukaan peliin?
- Mitä yksin oleva lapsi voisi tehdä leikkiin mukaan pääsemiseksi?
- Millä tavalla hän ei ainakaan pääse mukaan leikkiin?
- Mitä voisimme yhdessä tehdä ja sopia, ettei kenenkään tarvitse jäädä porukan ulkopuolelle?

2. *Älä jätä ketään yksin* -kuvasta tehdään juliste ja siihen keksitään sopiva iskulause (*Älä jätä ketään yksin* -keskustelukuva s. 125)

3. *Turre on yksin ja kaipaa kaveria* -tehtävämoniste (s. 126). Lapset piirtävät tai leikkaavat ja liimaavat valmiista kuvista (s. 126) kavereita Turrelle.

4. *Tutustun kaveriin* -haastattelu: Lapset tutustuvat toisiinsa pareittain toisiaan haastatteleamalla *Tutustun kaveriin* -haastattelulomakkeen (s. 127) avulla tai aikuisen avustamana. Parit valitaan jollakin hausalla tavalla, esimerkiksi arpomalla muistipelin korttien, nimi- tai numerolappujen avulla. Parien valinnassa voidaan käyttää myös kartongista leikattua isoa sydäntä tai muuta kuviota. Sydämen keskelle tehdään reikä ja siitä pujotetaan pitkiä lankoja. Lapset jakautuvat sydämen kummallekin puolelle. Kukin lapsista ottaa kiinni yhdestä langasta ja vetää sen tiukalle. Ne, jotka ovat tarttuneet samaan lankaan, ovat pareja.

5. Lapsi piirtää ja kirjoittaa pienen tarinan aiheesta *Kun sain kaverin* (s. 128). Lasten kanssa keskustellaan siitä, millä tavalla ja mistä voi saada kavereita. Lasten esittämiä keinoja kirjataan ylös. Niitä voidaan myös näytellä tai niistä voidaan tehdä pieniä esityksiä pikkusymboleilla tai käsinukeilla.



1. Keskustelukuvan *Älä jätä ketään yksin* (s. 125) tilannetta voidaan esittää esimerkiksi pöytäteatterin tavoin (ks. Aarrearkku s. 256) eri hahmoilla (legohahmot, playmobilet, käsi- tai sorminuket, pehmolelut) tai tehdä pieniä näytelmiä ryhmässä. Tehtävänä olisi ratkaista, miten lapset voisivat toimia niin, että kaikki pääsevät mukaan leikkiin tai peliin. Esitysten ratkaisuja pohditaan yhdessä. Mahdollisuuksien mukaan pieniä esityksiä ja näytelmiä voidaan videoida.

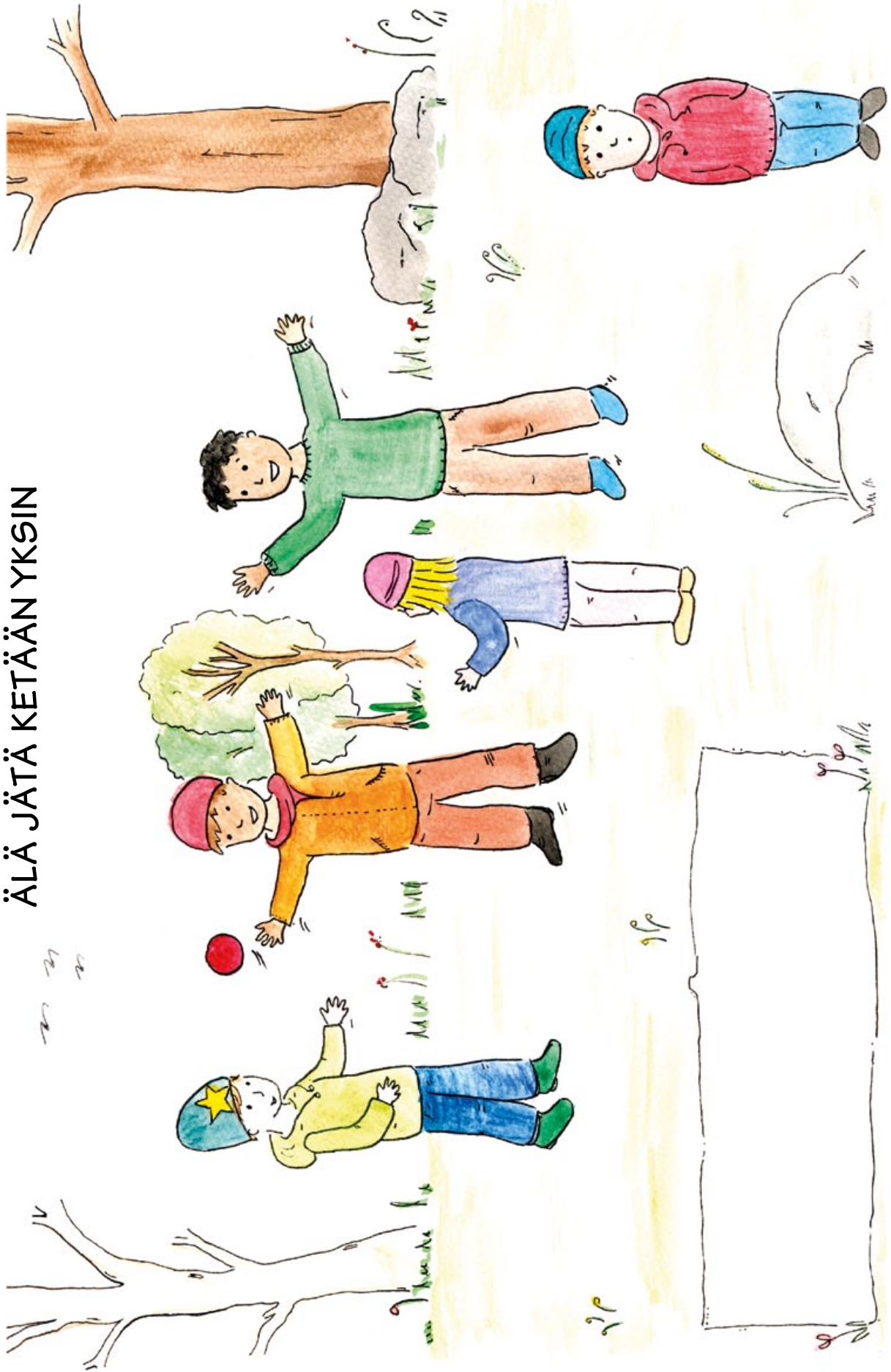
2. Luetaan Aarrearkun tarinoita yksin jäämisestä tai jättämisestä (*Kohta kello soi* s. 244, *Yksin keinussa* s. 248). Lapset miettivät keinoja, miten tarinan henkilöiden pitäisi toimia, jottei kukaan jäisi yksin ja ettei ketään syrjittäisi. Tarinoihin voidaan kirjoittaa jatkokertomuksia. Niitä voidaan leikkiä tai näytellä *KLIK*-leikin tai forumteatterin tapaan (ks. Aarrearkku s. 254).

3. Leikitään *Taukotangoa* (Aarrearkku s. 234).



Lapsi vie kotiin *Ettei kukaan jäisi yksin* -keskustelulomakkeen kotiin. Lapsi miettii lähiaikuisensa kanssa, miten voitaisiin toimia, ettei ketään ryhmässä jätetä yksin.

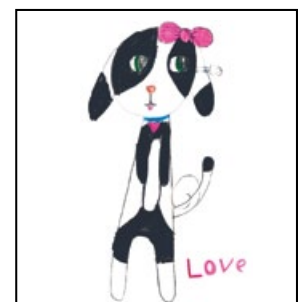
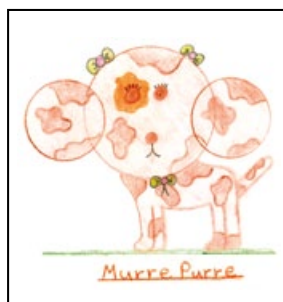
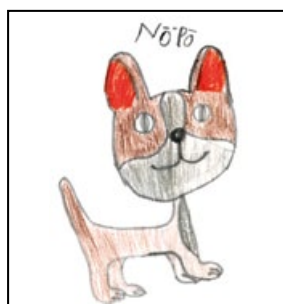
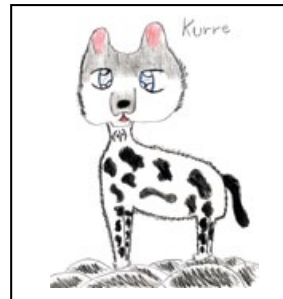
# ÄLÄ JÄTÄ KETÄÄN YKSIIN



## TURRE ON YKSIN JA KAIPAA KAVERIA



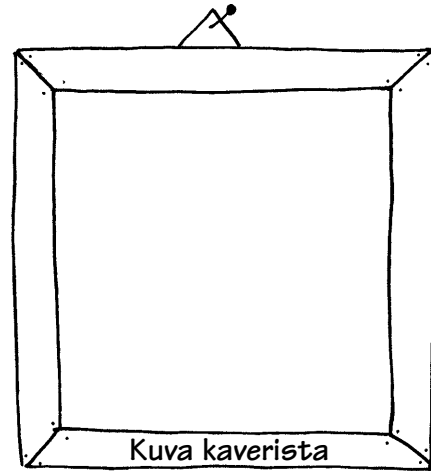
### TURREN KAVEREITA



Luolavuoren koulun 3. luokan (v. 2013) oppilaiden piirroksia.



## TUTUSTUN KAVERIIN



Kaverini nimi on \_\_\_\_\_

Hänen hiustensa väri on \_\_\_\_\_

Silmien väri on \_\_\_\_\_

Kaverini lempiruoka on \_\_\_\_\_

Hänen lempitavaransa on \_\_\_\_\_

Parasta musiikkia on hänen mielestään \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Hän harrastaa \_\_\_\_\_

Kirja, josta hän pitää, on \_\_\_\_\_

Hänen lempivärinsä on \_\_\_\_\_

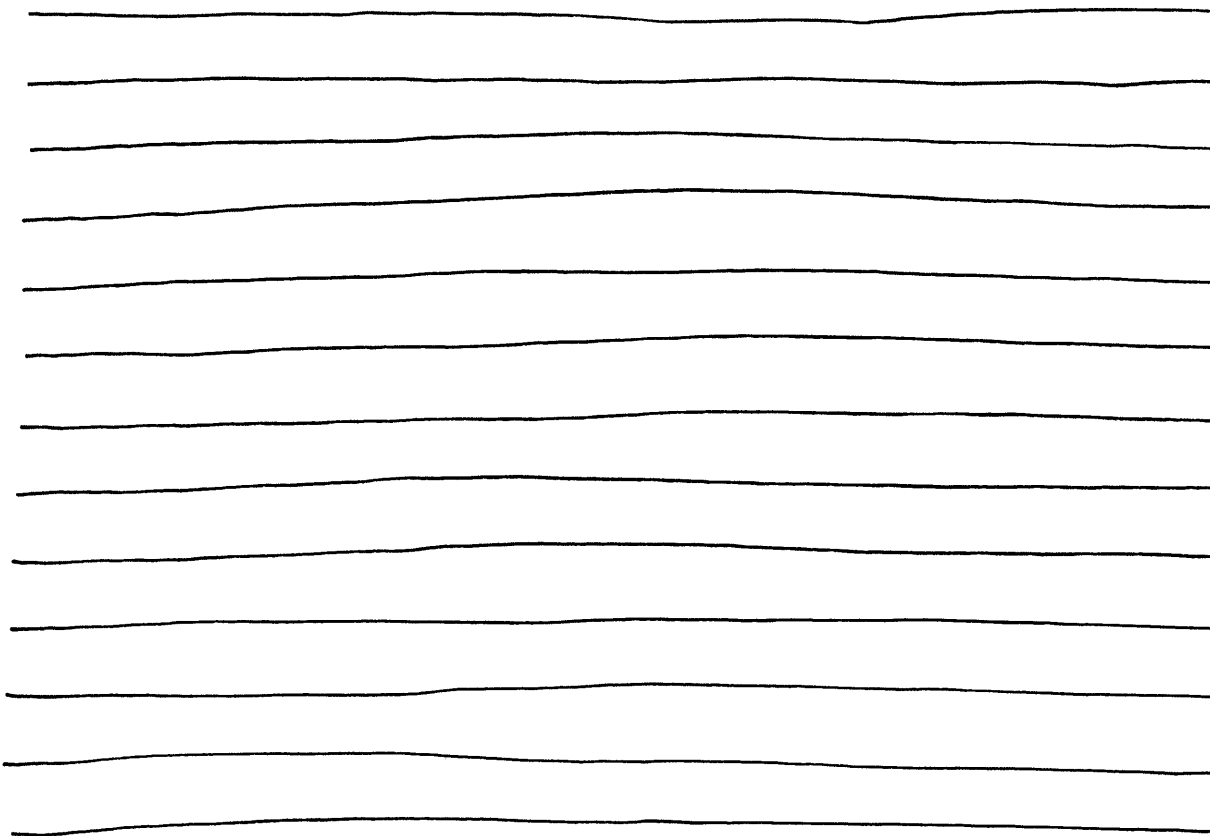
Kaverini pelkää \_\_\_\_\_

Kaverini unelma on \_\_\_\_\_

Hänestä tulee isona \_\_\_\_\_

## KUN SAIN KAVERIN

Piirrä ja kirjoita pieni tarina aiheesta "Kun sain kaverin".





## ETTEI KUKAAN JÄISI YKSIIN



Kotiväelle: Lukekaa lapsenne kanssa tarina Leevistä kentän laidalla ja keskustelkaa siitä.

---

### Leevi kentän laidalla

- Hei, oottakaa, mä tuun kans!  
Leevi huusi Otolle ja Väinölle,  
jotka olivat välitunnilla menossa potkimaan palloa koulun pihalla.
- Ei me haluta sua! Et sä osaa pelata jalkkista!  
Leevi pysähtyi ja jäi katsomaan poikien perään.  
Sitten hän kääntyi takaisin ja jäi yksin seisoskelemaan kentän laidalle.

---

Keskustelkaa seuraavista kysymyksistä:

- Mitähän Leevi ajatteli tuossa tilanteessa?
- Miltä Leevistä mahtoi tuntua?
- Mitä ajattelette siitä, miten Otto ja Väinö toimivat?
- Millä tavoin voitaisiin pitää huolta siitä, että kenenkään lapsen ei tarvitsisi olla yksin?
- Kuka/ketkä voisivat vaikuttaa siihen, että kaikki pääsevät porukkaan?

## Nettikaveruus



- Pohditaan nettikaveruuden syntymistä.
- Mietitään nettikaveruuteen liittyviä iloja ja murheita.
- Laaditaan netissä jutteleminen säännöt.



1. Netti on tärkeä paikka, jossa tavataan kavereita juttelun ja pelaamisen merkeissä.

- Mitä teet netissä kaverin kanssa?

Osa nettikavereista on sellaisia, joita muutenkin tapaat päivän mittaan. Osa on sellaisia, joihin olet tutustunut netissä ja tapaat heitä vain siellä. Netissä tavatut kaverit voivat olla yhtä tärkeitä kuin muutkin. Ilo heistä, mutta myös heihin liittyvä pettymys ja suru voivat olla yhtä suuria.

2. Nettikaveruutta miettimässä. Lapset pohtivat nettikaveruutta pienryhmissä juttukuppilan tapaan (ks. Aarrearkku s. 255). Ryhmät kiertävät tilaan sijoitetuissa juttukuppila-työskentelypisteissä, joissa kussakin on valmiina kartonkiin kirjoitettuna yksi alla olevista kysymyksistä. Kuvitellaan, että kuljetaan juttukuppilassa pöydästä toiseen jutellen ja ihania herkkuja nauttien. Ryhmät kirjaavat kysymyksiin liittyvät pohdintansa juttukuppilan pöydillä oleviin kartonkeihin. Ryhmät vaihtavat pöytää yhtä aikaa ohjaajan merkistä. Lopuksi käydään yhteisesti läpi ryhmien kartongeille kirjaamat ajatukset.

- Miten netissä saa kavereita?
- Mitä iloja nettikaveruuteen liittyy?
- Mitä suruja, pettymyksiä tai pulmia nettikaveruuteen voi liittyä?
- Millainen on hyvä nettikaveri?
- Mistä tietää, onko nettikaveri aito ja rehellinen?
- Mitä tekisit, jos netissä kaverin kanssa tapahtuisi jotain ikävää?
- Miten kannattaa valmistautua nettikaverin tapaamiseen?

Netin kautta voi olla helposti yhteydessä kaukanakin oleviin kavereihin. Netistä voi löytää kavereita, joilla on sama harrastus tai jotka pitävät samoista asioista. Netissä on ehkä helpompi jutella mieltä askarruttavista asioista kuin muutoin.

Nettikaveruuteen voi liittyä myös pulmia. Nettikaverista ei varmuudella voi tietää, onko hän oikeasti sellainen, kuin hän sanoo olevansa eikä sitä, voiko häneen luottaa. Myös netissä voi joutua joskus sellaiseen seuraan, jossa ei haluaisikaan olla. Netissä voi herkemmin kuin kasvokkain ollessa syntyä kavereiden kesken väärinymmärryksiä, riitoja ja ikäviä tilanteita. Kohteliaisuussäännöt unohtuvat tällöin helposti. Myös netissä voi joutua kiusatuksi.

Netissä on käyttäytyvä samalla tavalla kuin muuallakin. Myöskään netissä kukaan ei saa kiusata eikä loukata toista.

On tärkeää, että lapsi kertoisi myös nettikavereistaan vanhemmilleen tai jollekin muulle turvalliselle aikuiselle, silloinkin kun mitään pulmia heidän kanssaan ei olisi.

- Kuka aikuinen sinun lähipiirissäsi voisi ymmärtää nettikavereihin liittyvissä iloissa, kysymyksissä ja huolissa?
- Kehen voisit olla yhteydessä ja kenelle kertoa, jos jotain ikävää tapahtuisi nettikavereiden kanssa?

3. Tehdään omat nettikäyttämisen kultaiset säännöt.  
Jutteleminen verkossa on erilaista kuin kasvotusten.

- Millaista on jutella verkossa?
- Miten netissä juttelu eroaa kasvotusten juttelusta?

Tutustutaan esimerkiksi Mannerheimin Lastensuojeluliiton sivustolta ([www.mll.fi](http://www.mll.fi)) löytyvään Ei nettikiusaamiselle -oppaaseen tai Pelastakaa Lapset ry:n ([www.pelastakaa-lapset.fi](http://www.pelastakaa-lapset.fi)) Nettitaidot-ohjeisiin.

Lapset laativat yhdessä nettikäyttämisen kultaiset säännöt tutustumiansa sivujen pohjalta. Mitkä ovat tärkeimmät säännöt, jotka pitää ottaa huomioon netissä muiden kanssa jutellessa? Nettisäännöt kirjoitetaan *Nettikäyttämisen kultaiset säännöt* -kotehtäväsivulle (s. 132)

Myös netissä on kultaisen käyttämisen sääntö voimassa: Käyttäydy toista kohtaan niin kuin haluaisit toisten käyttäytyvän itseäsi kohtaan.



Kotiin

Kotiväki tutustuu yhdessä lapsen kanssa ryhmässä tehtyihin nettikäyttämisen kultaisiin sääntöihin.

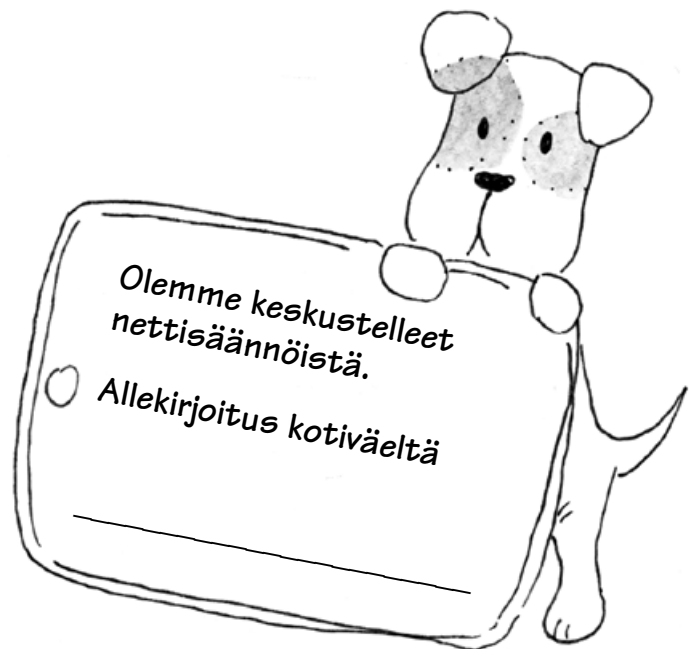


Vinkkaus

[www.poliisi.fi/nettipoliisi](http://www.poliisi.fi/nettipoliisi)



## NETTIKÄYTTÄYTYMISEN KULTAISET SÄÄNNÖT



## Kiva kaveri ja kurja kaveri



- Etsitään hyvän kaveruuden tunnusmerkkejä.  
Mikä tekee kaverista hyvän kaverin?



1. Ryhmissä piirretään kaksi suurta ihmishahmoa, ”Kivaa kaveruutta” ja ”Kurjaa kaveruutta”, erillisille julisteille. Lapset miettivät ja kertovat, mikä on kivaa kaveruutta ja mikä on kurjaa kaveruutta. Ohjaaja kirjaa asiat julisteisiin tai merkitsee ne symbolien tai kuvien avulla.

Lasten kanssa jutellaan siitä, voiko sama ihminen olla jonain päivänä kurja ja jonain päivänä kiva. Pyrkimys on, että olisimme kivoja kavereita, vaikka ihan aina emme siihen pystyisikään. Hyvänä kaverina olemista voimme harjoitella.

- Mitä voi tehdä, jos ei ole onnistunut olemaan toiselle kiva kaveri?

Aina voi pyytää anteeksi, jos on kohdellut toista kurjasti ja yrittää tehdä jatkossa toisin.

2. Lapsi piirtää ja kirjaa tehtäväsivulle *Kivaa kaveruutta* ja *kurjaa kaveruutta* (s. 134) asioita, jotka tekevät kaverista kivan ja asioita, jotka tekevät kaverista kurjan, esimerkiksi ajatuskartan tapaan.

3. Keskustellaan kultaisesta säännöstä: ”Tee toiselle sitä, mitä toivoisit itsellesi tehtävän”.

- Mitä kultainen sääntö tarkoittaa?
- Miksi sitä sanotaan kultaiseksi?
- Miten toivoisit toisten kohtelevan sinua koulussa, kotona, kavereiden kesken, harrastuksissa, kotipihalla, netissä ja puhelimessa?
- Miten sinä itse toteutat kultaista sääntöä?

4. *Salainen ystävä* -tehtävä: Harjoitellaan toisen ilahduttamista. Jokaiselle valitaan ryhmän kesken arpomalla oma salainen ystävä. Ystävää ilahdutetaan eri tavoin päivän, kahden tai viikon ajan, jonka jälkeen salaiset ystävät paljastetaan ja heille annetaan itse tehty kortti (*Kortti salaiselle ystäväälle*, s. 135).



1. Hyvää kaveruutta voidaan vahvistaa *Kaveruus kannattaa* -tehtävän (s. 136) avulla.

2. Lapset suunnittelevat pareittain unelmien kaveruustunnin. Mitä silloin voisi tehdä? Miten kivaa kaveruutta voitaisiin vaalia ja vahvistaa? Ideat kerätään ja eniten kannatusta saanut ja toteuttamiskelpoinen idea toteutetaan seuraavalla tunne- ja turvataitotunnilla.

3. Tehdään *Kaveruuden puu* (Aarrearkku s. 233).

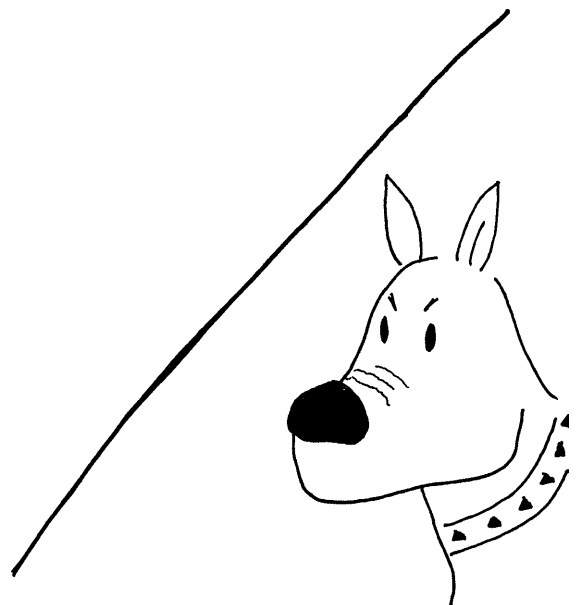
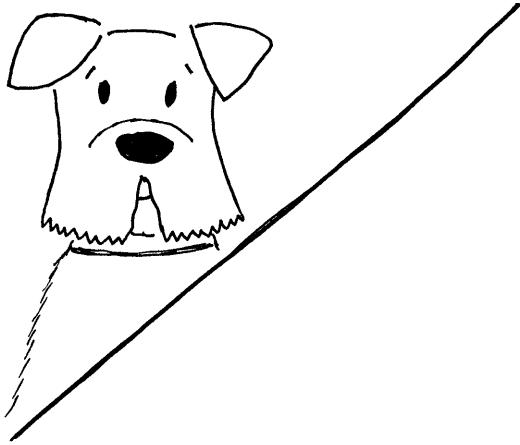
4. Kirjoitetaan *Ystävä-runo* (Aarrearkku s. 234). Mietitään kaveruuden ja ystävyiden eroa.

5. Suunnitellaan ja toteutetaan koko koulun/yhteisön kaveripäivä yhteistyössä aikuisten ja lasten kanssa.



Lapset tekevät kotona kortin, jonka he antavat omalle salaiselle ystäväilleen. Sivulla (s. 135) olevan korttipohjan voi monistaa tukevalle paperille.

## KIVAA KAVERUUTTA JA KURJAA KAVERUUTTA



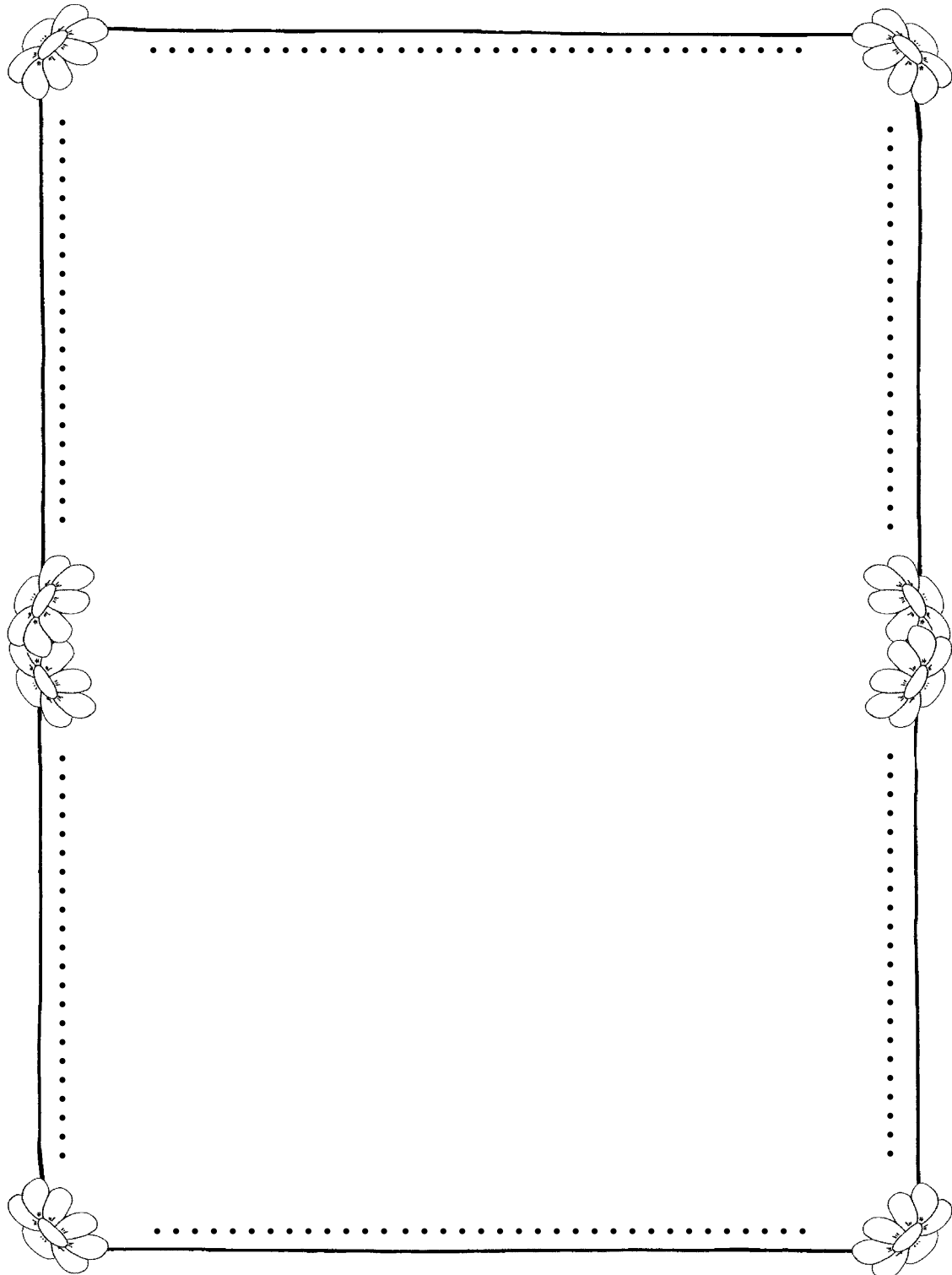


## KORTTI SALAISALLE YSTÄVÄLLE

Piirrä ja väritä kehykseen mieleisesi kuva salaiselle ystävällesi.

Kirjoita korttiin hänelle tervehdys.

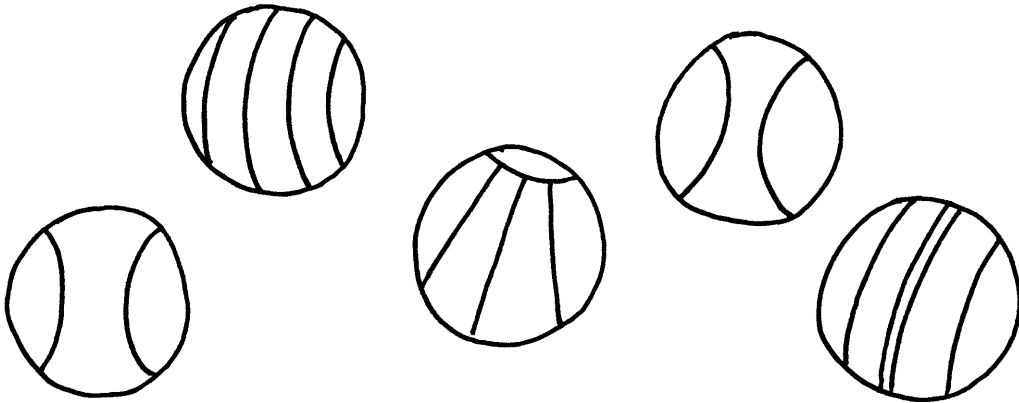
Luovuta kortti salaiselle ystävällesi annettujen ohjeiden mukaan.



## KAVERUUS KANNATTAÄ, KUMPIKIN ANTAA JA SAA

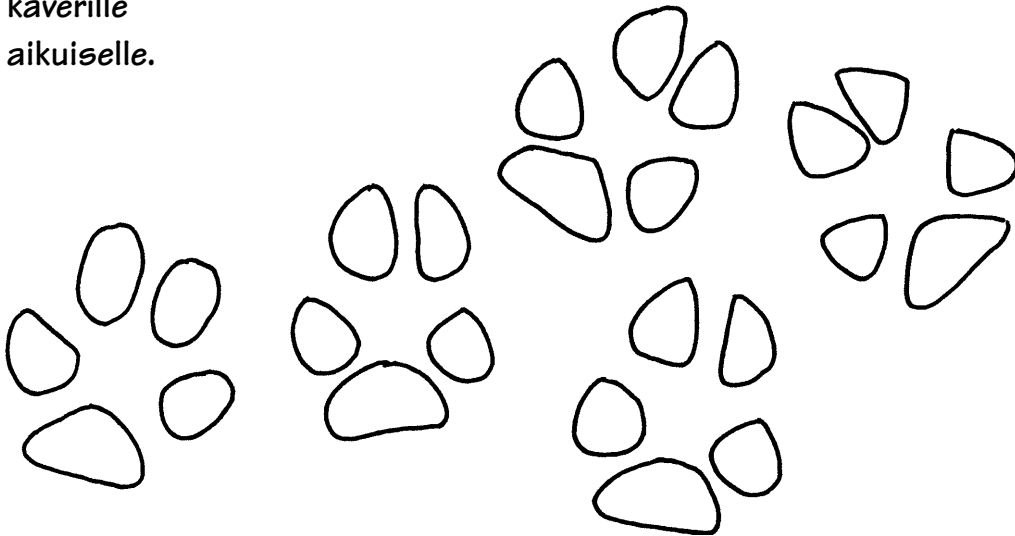
Väritä yksi pallo itsellesi kiitokseksi, kun olet muistanut päivän aikana

- tervehtiä aamulla aikuisia tai muita lapsia
- pyytää kaveria leikkiin tai peliin mukaan
- sanoa jotain kivaa toiselle lapselle.

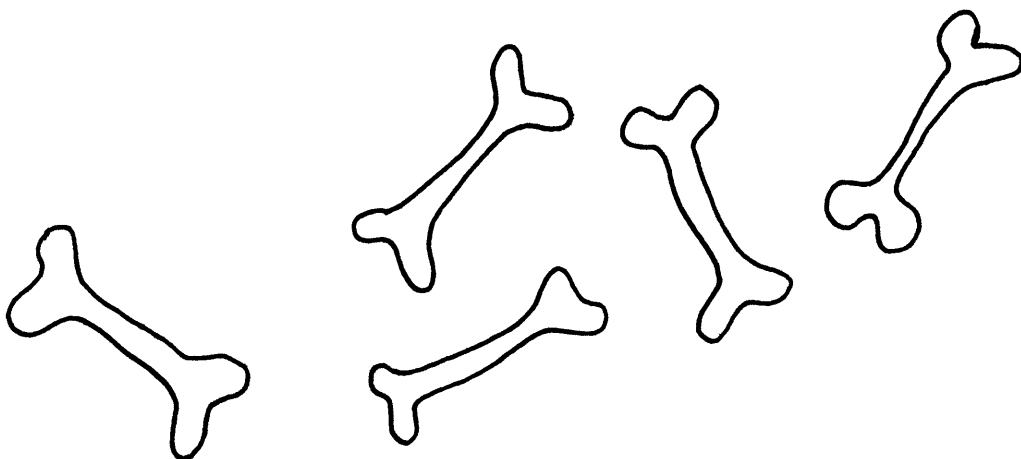


Väritä yksi Turren tassun jälki, kun olet antanut apua

- kaverille
- aikuiselle.



Väritetty luu kertoo siitä, että olet saanut kokea jotain iloista ja mukavaa.



## Huomaa hyvä toisessa

”Tunne oma arvosi, anna arvo toisellekin”



- Vahvistetaan lapsiryhmän myönteistä, hyväksyvää ja suvaitsevaa ilmapiiriä ja turvallisuuden tunnetta.
- Opetellaan löytämään hyviä puolia myös muista ja arvostamaan toisia.
- Opitaan näkemään erilaisuus voimavarana ja mahdollisuutena.
- Opetellaan kiittämään, kehumaan ja kannustamaan toisia.



1. Toisista lapsista etsitään harjoitusten avulla hyviä puolia ja kivoja asioita.

Keskustellaan:

- Mitä kehuminen tarkoittaa?

Kehuminen on sitä, että sanoo toiselle kivoja asioita. Toista voi kehua siitä, missä hän on taitava tai hyvä. Toiselle voi sanoa myös, millä tavalla hän on kiva tai mukava tai mikä hänessä on ihanaa. Toista voi myös kiittää siitä, mitä hyvää tai kivaa hän on itselle tai toisille tehnyt.

Jokainen on taitava jossain. Jokaisessa on jotain hyvää. Olemme erilaisia ja se juuri tuo rikkautta ryhmäämme.

- Kuka sinua on kehunut koulussa/kerhossa/hoidossa/kotona?
- Mitä hyvää sinulle on sanottu? Mistä asiasta sinua on kiitetty tai kehattu?
- Miltä kehuminen on tuntunut?
- Oletko itse joskus kehunut tai kiittänyt jotakuta? Ketä kiitit ja millä tavalla?
- Miksi on hyvä kehua toista? Toisen ilahduttaminen tuo myös itselle hyvän mielen.

2. Luetaan tarina *Murre ja Murren häntä* (Aarrearkku s. 240) ja keskustellaan siitä.

- Mitä ajattelet tarinasta?
- Miten tarina voisi jatkua? Miten Murre voisi huomata, että kauniina hoitava ja vikkelä häntä kuuluu hänelle ja on osa häntä?
- Voisiko joku auttaa Murrea löytämään itsessään olevat kauniit asiat?

3. Aarretta etsimässä.

Keskustellaan: Joskus meidän on vaikeaa huomata itsessämme olevia hienoja, kauniita ja arvokkaita asioita – aarteita itsessämme! Toiset ihmiset voivat huomata ne paremmin. Nyt autamme toisiamme löytämään kussakin olevat kivat ja arvokkaat asiat. Kehu kaveria ja auta häntä löytämään itsessään oleva oma aarteensa.

Jokaisen lapsen selkään kiinnitetään maalarinteipillä *Aarrekartta* (s. 140), jossa ole-  
vaan aarrearkkuun on kirjoitettu lapsen oma nimi. Lapset kuljeskelevat ympäriinsä  
musiikin soidessa ja kirjoittavat toistensa aarekartoissa oleviin timantteihin kehuja  
ja kivoja asioita toisesta. Miksi toinen on mukava ja missä asioissa hän on hyvä?  
Katsotaan, millaisia kehuja kukin on saanut omaan aarrekarttaansa. Lapset kertovat,  
mikä kehuista oli mieluisin ja mikä yllättävin. Vaihtoehtoisesti lapset värittävät toisten  
aarekartoissa olevia timantteja ja aikuisen johdolla yhteisesti nimeävät toisissa olevia  
kivoja asioita. Ohjaaja varmistaa, että jokaisen aarrekartassa on vain mukavia asioita.

Omaa aarrekarttaa voi kukin vielä koristella ja värittää. Aarrekartasta voidaan askarrel-  
la laminoitu tai kontaktimuovilla päällystetty oman tunne- ja turvataitokansion kan-  
silehti tai alusta ruokailemiseen tai piirtämiseen ja siitä voidaan ottaa myös valokuva.

Keskustellaan:

- Miltä tuntui, kun sait kehuja?
- Miltä tuntui kehua toisia?
- Joskus kehuminen on vaikeaa. Miksi?  
Joskus kateuden tunne voi estää meitä kehumasta toista.
- Mistä kateuden tunne johtuu? Miltä kateuden tunne tuntuu?

Voimme tuntea kateutta silloin, kun toisessa tai toisella on jotain sellaista mitä ha-  
luaisimme itsellemmekin. Kaikki olemme joskus kateellisia. Se kuuluu elämään. Ka-  
teuden tunne voi tuntua kurjalta. Silloin voi käydä niin, että unohtaa ihan kokonaan  
sen hyvän, mitä itsessä tai itsellä on. Kateuden tunne voi helpottaa, kun esimerkiksi  
katsoo, mitä mukavia asioita omassa aarrearkussa on. Vaikka kuinka olisi kateellinen,  
ei kuitenkaan saa olla toiselle ilkeä eikä saa vahingoittaa toista.

Kateuden tunteesta voi olla apuakin. Se voi panna meidät harjoittelemaan tai pon-  
nistelemään niin, että saamme omaankin elämään asioita, joita arvostamme tai pi-  
dämme tärkeänä.



1. Kehutuoli: Yksi lapsi kerrallaan istuu piirin keskellä ns. kehuoluissa. Toiset lapset  
sanovat hänestä mukavia, kivoja ja ihania asioita. Kehutuolia voidaan leikkiä vaikkapa  
kerran viikossa ja niin, että mukana on vain muutama lapsi kerrallaan. Näin jokainen  
lapsi voi vuorollaan saada kehuja tovereiltaan eikä leikki kestä liian kauan.

2. Kehukukkanen: Jokaisen lapsen selkään kiinnitetään *Kehukukkanen* (s. 141). Lapset  
kuljeskelevat ympäriinsä musiikin soidessa ja kirjoittavat toistensa kukkasiin kehuja  
ja kivoja asioita. Miksi toinen on mukava, ja missä asioissa hän on hyvä? Katsotaan,  
millaisia kehuja kukin on saanut. Lapset kertovat, mikä kehuista oli mieluisin ja mikä  
yllättävin. Kukkasesta kehuineen voidaan askarrella laminoitu tai kontaktimuovilla  
päällystetty oman turvataitokansion kansilehti tai alusta ruokailemiseen tai piirtä-  
miseen tai siitä voidaan ottaa valokuva.

3. Aiheeseen sopivia leikkejä: *Mitä tiedät ystävästäni*, *Vettä kengässä*, *Avaimen piilotus*  
ja *Tuolipiiri* (Aarrearkku s. 232–234).

4. Voidaan laulaa kaveruuteen liittyviä laululeikkejä: *Tule ystäväksi näin, Kierrän kuljen näin, Ystäväni tuttavani, Jos sun lysti on, Annan anteeksi, Tule tule piirihin, Elefantti, Lapaduu* ja *Pakkasaamuna paleltaa*.

5. Lapset antavat toisille kehuja *Kehukorttien* (s. 48) tai Pesäpuu ry:n vahvuuskorttien avulla.

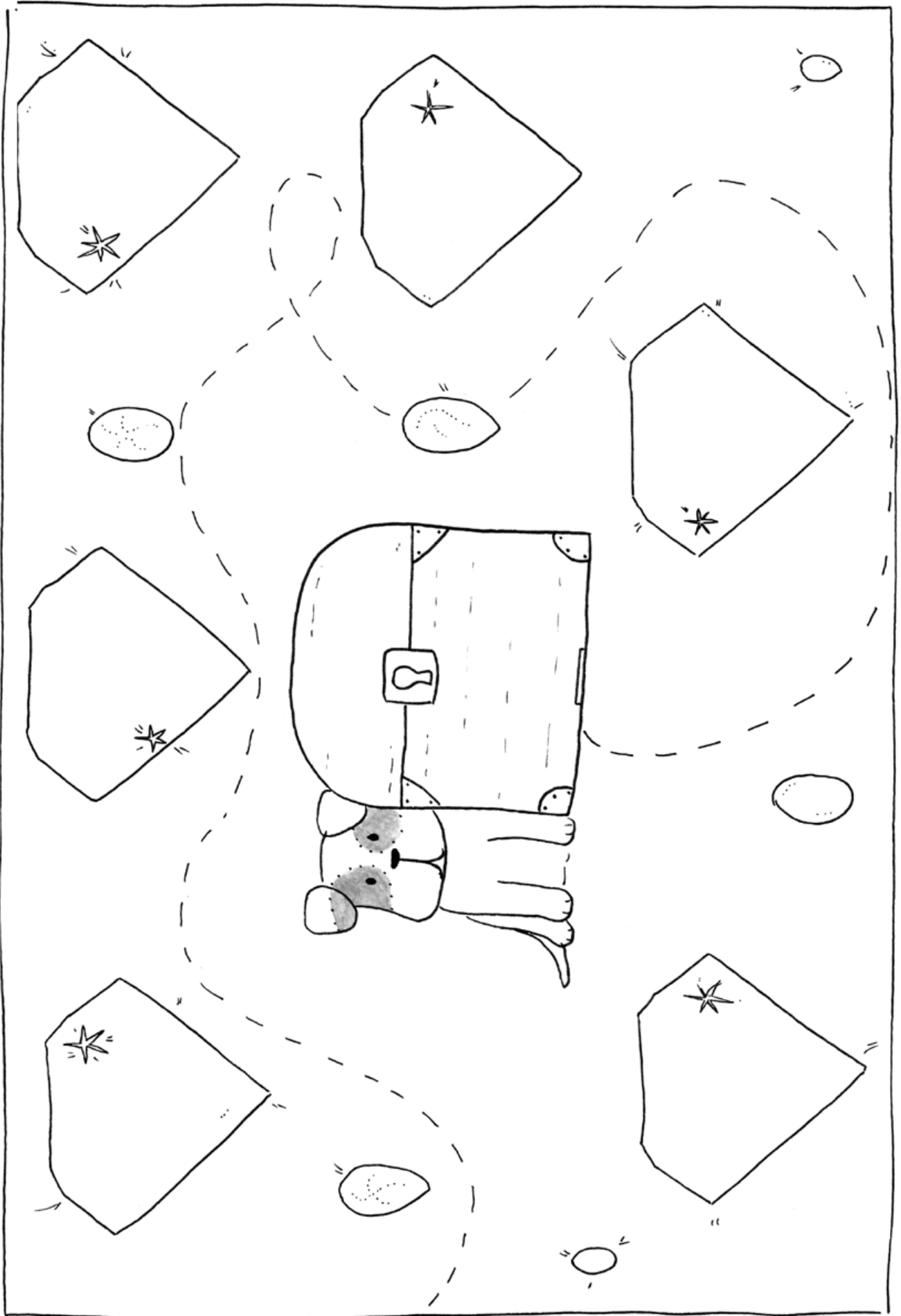
6. Lapset antavat toisille kehuja tekstiviestien tapaan. Kaveri, jolle kehuja lähetetään, valitaan esimerkiksi arpomalla.



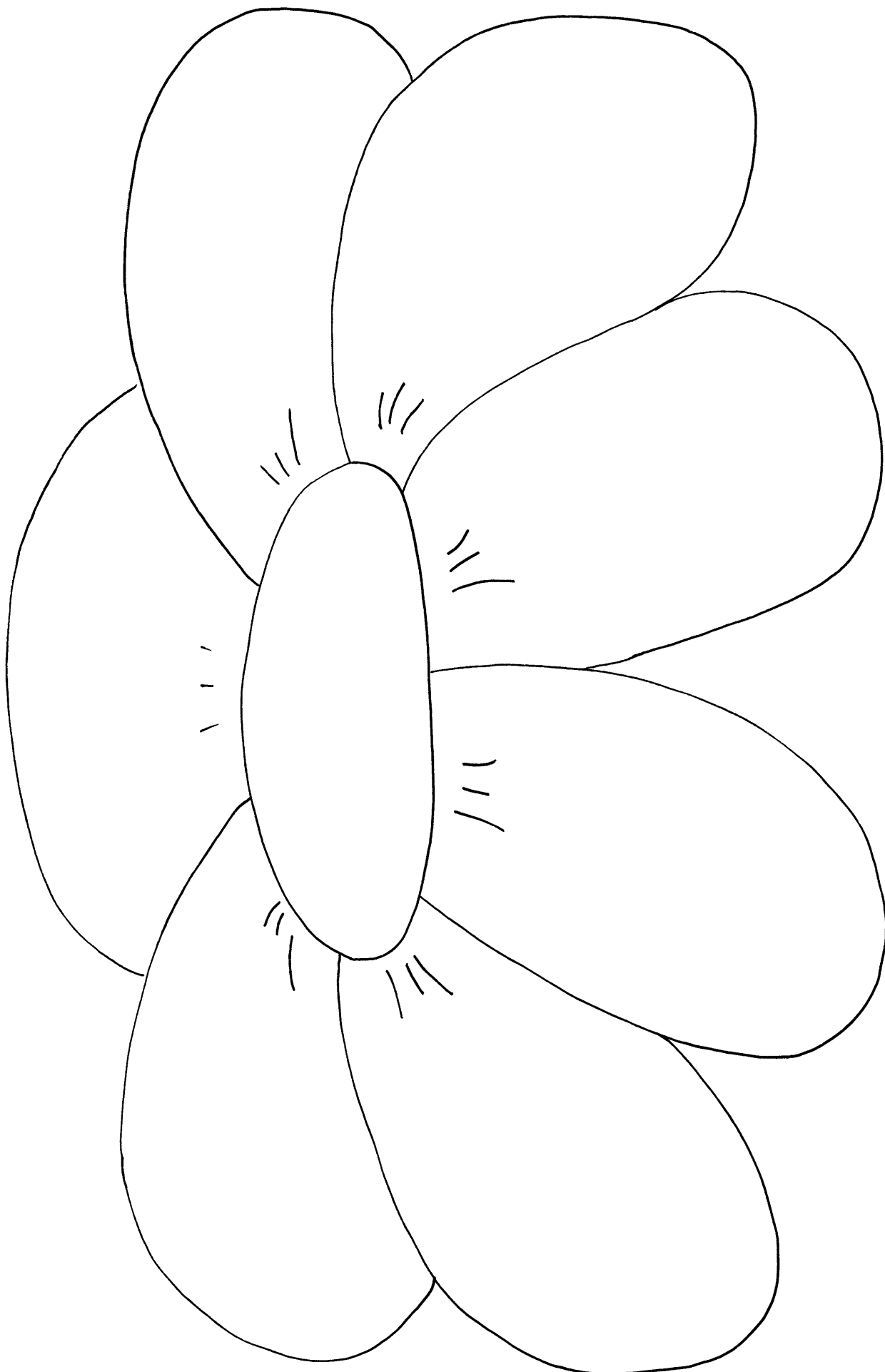
Kotiväki tekee lapsen kanssa *Huomaa hyvä toisessa* -tehtävän (s. 142) kaikkien perheenjäsenten etunimistä. Kaikki keksivät yhdessä toisistaan kivoja asioita ja vahvuuksia.



AARRETTA ETSIMÄSSÄ



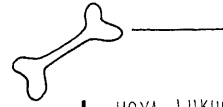
KEHUKUKKANEN





## HUOMAA HYVÄ TOISESSA

Kotiväelle: Kirjoittakaa ja sanokaa toisistanne hyviä ja mukavia asioita oheisen mallin mukaan.



L UOVA, LIIKUNNALLINEN

A VULIAS, AHKERA

U RHEA, USKALIAS

R AKAS, RAUHALLINEN

A VRINKOINEN





## Kun leikki ei suju



- Opetellaan kaveritaitoja.
- Harjoitellaan erimielisyyksien ja riitojen ratkaisemista.
- Harjoitellaan anteeksi pyytämistä ja anteeksi antamista.



1. Keskustellaan siitä, miksi kavereiden kesken tulee joskus erimielisyyksiä ja riitoja.

- Mistä kaikista asioista voi tulla erimielisyyttä ja riitaa?
- Millaisissa tilanteissa voi tulla riitaa?

2. Luetaan Aarrearkun tarina *Prinsessaleikit* (s. 248). Lapset keksivät pienryhmissä keinoja siihen, miten tytöt voisivat saada riidan sovituksi ja löytää sovun niin, että kaikki kolme tyttöä voisivat hyvällä mielellä leikkiä yhdessä. Pienryhmät esittävät keksimiään keinoja sopuun pääsemiseksi koko ryhmälle.

Esitysten jälkeen keskustellaan:

- Onko joskus vaikea pyytää anteeksi? Miksi?
- Onko joskus vaikeaa antaa anteeksi? Miksi?

Riidat kuuluvat elämään. Jokaisella meistä on oikeus omiin mielipiteisiin, mutta riidan-kaan hetkellä ei saa satuttaa toista eikä sanoa toiselle ilkeästi. Riidat on aina hyvä sopia.

- Keneltä voisi saada apua riitojen sopimiseen?

3. Näillä riidat selviävät: Lapset keskustelevat siitä, miten riitoja on hyvä selvittää. Kurkataan yhdessä Turren vinkkejä riitojen selvittelyyn ja keskustellaan niistä. Tehdään yhdessä tai yksin oman ryhmän ohjeet riitojen selvittelyyn (tehtäväsiivu *Näillä riidat selviävät* s. 146).



### Turren vinkit riitojen selvittelyyn:

**Katso silmiin.**

**Kuuntele.**

**Sano selkeästi toiveesi ja mielipiteesi.**

**Pyydä anteeksi.**

**Anna anteeksi.**





1. Lapset piirtävät joko yksin tai pienryhmissä *Aina leikit eivät suju* -tehtävisivulle (s. 145) tilanteen, jossa leikkiminen on jotenkin hankalaa, ja miettivät, mikä siihen olisi neuvoksi. Piirustuksia esitellään toisille ja ne voidaan kerätä myös näyttelyksi. Piirrosten tapahtumia voidaan esittää myös draamana tai forum-teatterin tapaan (Aarrearkku s. 254). Jokainen pienryhmä valitsee yhden tapahtuman esitettäväkseen. Toiset ryhmät esittävät niihin uusia ratkaisuja.

2. Harjoitellaan anteeksi pyytämistä ja anteeksi antamista. Lapset keksivät yhdessä tilanteita, joissa anteeksipyyntö on paikallaan. Mietitään eri tapoja pyytää kaverilta anteeksi ja antaa kaverille anteeksi. Miten eri kulttuureissa ja kielissä pyydetään anteeksi? Lopuksi lapset parin kanssa harjoittelevat anteeksi pyytämistä ja anteeksi antamista.



Kotona lapset ja aikuiset laativat omat ohjeet kotiin riitojen selvittelyyn kotitehtävisivun (s. 147) avulla.

## AINA LEIKIT EIVÄT SUJU

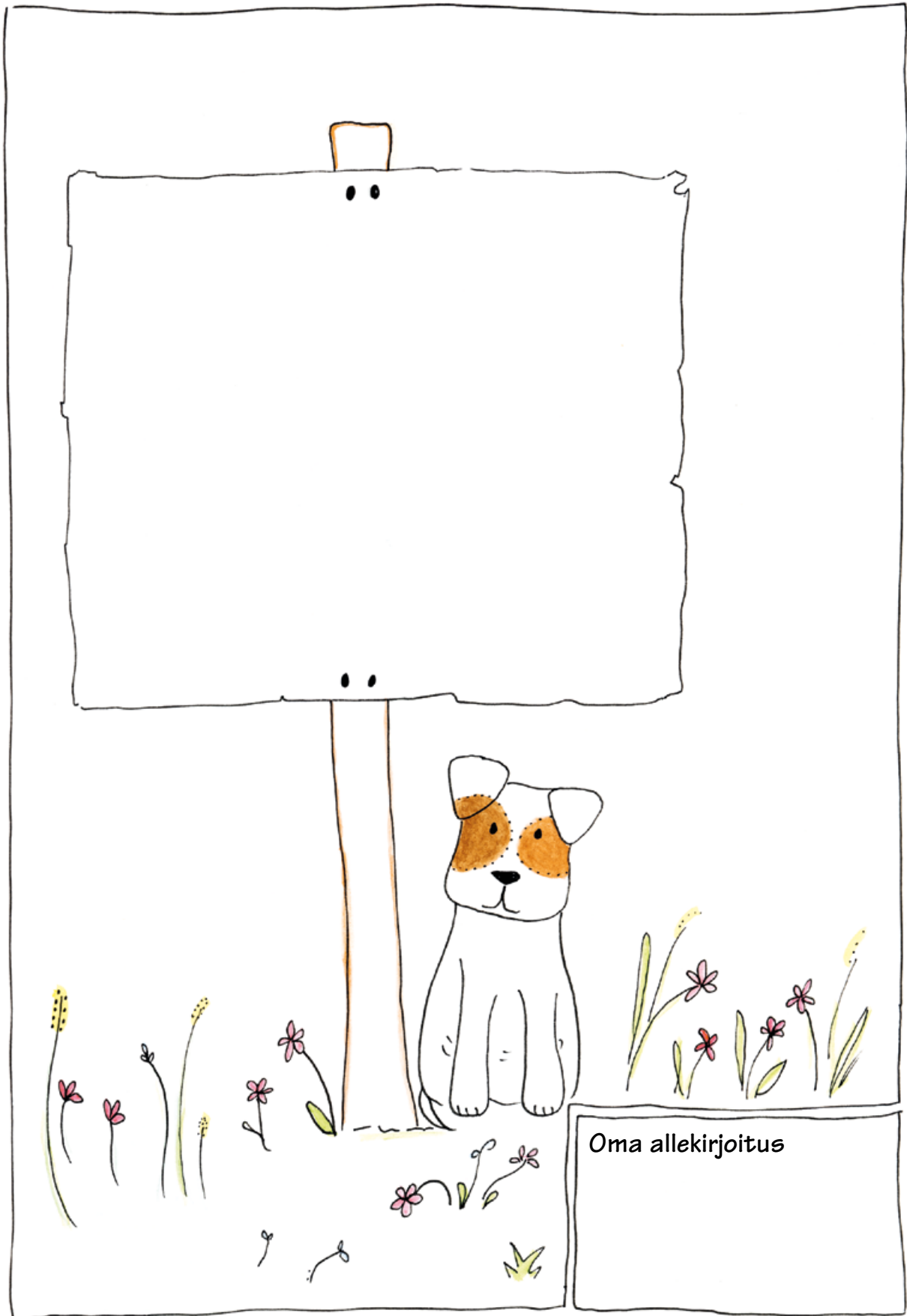
Piirrä

Kun leikki ei suju.



Mikä neuvoksi?

# NÄILLÄ RIIDAT SELVIÄVÄT!





## NÄIN MEILLÄ RIIDAT SELVITELLÄÄN



Tässä Turre-koiran vinkit riitojen selvittelyyn. Keskustelkaa, mikä niissä mielestänne on hyvää.



Laatikaa omat vinkit riitojen selvittelyyn kotona niin lapsia kuin aikuisia varten.

Allekirjoitus kotiväeltä \_\_\_\_\_

## Nyt riitti! – Huomaa kiusaaminen ja lopeta se!



- Kannustetaan lapsia välittämään toisistaan.
- Opitaan tunnistamaan kiusaaminen omassa ja toisten käyttäytymisessä.
- Opitaan tunnistamaan kiusaamisen eri muodot, tavat ja roolit.
- Luodaan pohjaa sille, että lapsi osaa toimia kiusaamistilanteessa.



1. Härnäminen ja jekkuilu ovat satunnaisia ja voivat kohdistua milloin kehenkin. Kun se on kaikista kivaa ja hassua, ei siinä silloin ole mitään väärää. Kiusoiteltu muuttuu kiusaamiseksi ja vahingolliseksi väkivallaksi silloin, kun se jatkuu pitkään eikä ole kiusatun mielestä enää hauskaa.

- Millainen härnäminen ja jekkuilu on kivaa?
- Milloin se muuttuu ärsyttäväksi ja kurjaksi?

2. Mitä kiusaaminen on?

- Mikä kaikki on kiusaamista?

Kiusaaminen on sitä, että joku tai jotkut toistuvasti ja tahallaan aiheuttavat pahaa mieltä toiselle. Se on väärin, ja se pitää lopettaa heti. Joskus lapset pystyvät lopettamaan kiusaamisen omin voimin. Kun lasten keinot eivät riitä, on kiusaamisesta kerrottava aikuiselle. Kiusaamisesta aikuiselle kertominen ei koskaan ole kantelua. Aikuisen velvollisuus on puuttua siihen.

- Miksi lapset eivät aina kerro kiusaamisesta aikuiselle?
- Mikä helpottaisi kertomista?

3. Opetellaan erottamaan kiusaamisen eri muodot ja tavat. Katsellaan Keskustelukuvaa *Huomaa kiusaaminen* (s. 152).

- Mitä kuvissa tapahtuu?
- Mikä kuvissa on kiusaamista?
- Mitä muuta kiusaamista tiedät?
- Millaista kiusaamista olet havainnut netissä?
- Voiko kiusaaminen tapahtua piilossa ja toisten huomaamatta? Jos, niin miten?

Ohjaaja kirjaa lasten mainitsemat tilanteet tai kiusaamisen tavat ryhmitellen niitä kiusaamismuotojen mukaisesti. Ohjaaja kirjoittaa taululle kiusaamisen päämuodot.

Luettelo kiusaamisen muodoista ja tavoista (s. 153) voidaan käyttää hyödyksi keskustelussa. Se voidaan myös kopioida lasten vihkoihin ja/tai seinälle.

Kaikki kiusaamisen muodot ja tavat ovat väärin ja niihin pitää puuttua ja ne pitää lopettaa heti! Niin hiljainen kuin sanallinen ja fyysinen kiusaaminen vahingoittavat aina niin kiusattua kuin kiusaajaakin. Hiljaisesta ja henkisestä kiusaamisesta ei jää jälkeä ulospäin, mutta silti se sattuu tosi paljon ja siitä jää näkymätön jälki sydämeen. Kukaan ei saa kiusata toista eikä aiheuttaa toiselle vahinkoa.

- Onko kiusaamisella ja väkivallalla jokin ero?



Väkivalta on sitä, että toinen käyttää voimaa ja valtaa tehdäkseen toiselle jotain paha, vahingoittavaa ja satuttavaa. Se on väärin. Usein väkivallalla tarkoitetaan ruumiillista voimankäyttöä kuten esimerkiksi lyömistä. Väkivalta voi olla kuitenkin myös henkistä, esimerkiksi toisen loukkaamista ja satuttamista pahoilla tai ilkeillä sanoilla. Henkistä väkivaltaa on myös toisen pakottaminen tekemään jotain tai ajattelemaan jollain tietyllä tavalla. Toiselle ei saa tehdä paha millään tavalla eikä myöskään pakottaa väkisin mihinkään.

- Miten sanoilla voi satuttaa tai aiheuttaa toiselle vahinkoa?
- Millä lailla joku voisi pakottaa tai painostaa toista?

Suomen lain mukaan väkivalta on rikos. Väkivallan tekijä voi joutua korvaamaan toiselle aiheuttamansa vahingon. Jos hän on täyttänyt 15 vuotta, hän voi joutua myös rikosoikeudelliseen vastuuseen.

#### 4. Kiusaamisen roolien erottaminen.

Jokainen on vastuussa siitä, että ketään ei kiusata tai vahingoiteta tässä ryhmässä. Kukin voi omalla toiminnallaan joko lisätä kiusaamista tai toimia kiusaamisen lopettamiseksi, myös ne, jotka ovat sivussa. Luetaan tarina *Punainen pipo* (Aarrearkku s. 248) ja keskustellaan siitä.

- Millä tavoin tarinan henkilöt osallistuivat kiusaamiseen?
- Millä tavoin tarinan henkilöt voivat lopettaa kiusaamisen?
- Millä tavoin tarinan henkilöt voivat tulla kiusatun puolelle?



Keskustellaan kiusaamisen rooleista. Kopioidaan kiusaamisen roolit (s. 152) lasten vihkoihin, taululle tai seinälle. Lapset miettivät, mikä rooli kullakin tarinan henkilöllä *Punainen pipo* -tarinassa voisi olla.

Esitetään tarinaa (esim. käsinuket, lego-hahmot, Pesäpuu ry:n tejpung-nuket tms.) lasten keksimien ratkaisujen pohjalta siten, että kiusaaminen loppuu ja niin kiusaaja kuin kiusattu saavat avun.

Lopuksi keskustellaan:

- Mitä tekisit, jos näkisit jotakuta kiusattavan?
- Mitä tekisit, jos sinua kiusattaisiin?
- Mitä tekisit, jos huomaat, että itse kiusaat tai olet kiusannut?
- Miksi joku kiusaa?
- Mikä estää puuttumasta kiusaamiseen?
- Mitä kostaminen on?
- Kannattaako kostaminen?

Kostaminen ei auta kiusaamisen tai väkivallan loppumiseen, vaan se pahentaa tilannetta ja synnyttää koston kierteen.

Jos joku kiusaa toista, hänen on lopetettava se heti alkuunsa. Kiusaamiseen ei saa mennä mukaan. Jos joku näkee toista kiusattavan, siihen pitää puuttua. Jos jotakuta kiusataan, hänen on pyydettävä apua ja kerrottava jollekin luotettavalle aikuiselle. Avun pyytäminen ei ole kantelua!

Muista *Turvaohjeet* kiusaamisen varalle (s. 100).

Kiusaamiseen ei tarvitse suostua. Jos toisen sanat tai teot tuntuvat pahalta, voi sanoa esimerkiksi: ”Tuo ei tunnu kivalta. Lopeta se. En halua, että teet noin.”



1. Päivän kaveri -harjoitus: Oppilas valitsee aamulla itselleen päivän roolin, jota hän noudattaa koko päivän. Roolina voi olla riidan sovittelija, auttavainen, ystävällinen, reilu kaveri, leikkiin pyytjä tai puolustaja. Loppupäivästä keskustellaan siitä, mitä oppilas on tehnyt valitsemassaan roolissa.

2. Leikitään kaveruutta vahvistavia leikkejä, esim. *Turrenatta*-leikki, jossa kaveri pelastetaan pinteestä (Aarrearkku s. 234).

3. Tehdään pieniä näytelmiä, joissa käytetään apuna *Kun joku kiusaa* -tehtäväsivulla (s. 154) olevia kortteja. Kuvat monistetaan ja leikataan ryhmille vinkeiksi näytelmiin. Lapsille jaetaan kuvista löytyviä, kiusaamiseen liittyviä rooleja. Roolien esittäjät voivat yhdessä hetken miettiä, miten he esittävät tilanteen. Esityksen jälkeen muut lapset kertovat, miltä tilanne heistä näytti ja mitä siinä heidän mielestään tapahtui. Rooleissa olijat kertovat, miltä heistä oli tuntunut ja mitä he olivat ajatelleet näytellessään. Esitykset voidaan toteuttaa forum-teatterin tapaan (Aarrearkku s. 254). Tällöin lapset yhdessä miettivät, miten kiusaaminen saataisiin loppumaan ja millaisia toimintaohjeita esittäjille he haluaisivat antaa. Lasten ehdotuksesta tarinaan voidaan ottaa mukaan myös lisää henkilöitä, jotka auttavat kiusaamisen lopettamisessa ja kiusatun auttamisessa. Tilanteet näytellään uudestaan lasten keksimien ratkaisujen mukaisesti, ja sen jälkeen jutellaan, miltä tilanteet toisella kerralla näyttivät ja mitä rooleissa olijat ajattelivat ja tunsivat.



4. Luetaan tarinat *Kallen kotimatka* (Aarrearkku s. 241) tai *Nea pihalla* (Aarrearkku s. 242), jonka jälkeen lapset miettivät, miten he itse vastaavassa tilanteessa toimisivat. Sen jälkeen luetaan tarinoiden jatko-osat *Ystävä auttaa* (Aarrearkku s. 241) tai *Meidän pallo* (Aarrearkku s. 242), joista selviää, mikä oli tarinoiden henkilöiden tapa selviytyä tai miten tarinassa sitten kävi.

5. Luetaan kiusaamiseen liittyviä tarinoita, mm. Pekka Töpöhännästä.



Kotiin

Lapset miettivät, miten he voisivat ilahduttaa tai auttaa kotiväkeään. Kun he ovat ilahduttaneet jotakuta kotiväestään, he merkitsevät sen värittämällä, kirjoittamalla tai piirtämällä Turren tassuihin *Näin ilahdutin kotiväkeäni* -tehtäväsivulle (s. 155). Tehtävä viedään kotiin nähtäväksi.



Vinkkaus

Kiusaamisen ehkäisyyn liittyvää aineistoa on [www.kivakoulu.fi](http://www.kivakoulu.fi) -sivustolla sekä Mannerheimin lastensuojeluliiton sivuilla (Kiusaamisen ehkäiseminen; Ei nettikiusaamiselle! Opetusmateriaali 4.–6.-luokille).

# HUOMAA KIUSAAMINEN





## KIUSAAMISEN MUODOT JA TAVAT:

### HILJAINEN KIUSAAMINEN

Ilmeily, huokailu, tuijottaminen, merkitsevien katseiden lähettäminen, selän kääntäminen, katseen välttäminen, yksin jättäminen, leikkien, pelien ja netti-ryhmien (sosiaalisen median) ulkopuolelle jättäminen.

### HENKINEN KIUSAAMINEN

Kuiskuttelu, haukkuminen, lällätys, juorujen levittäminen, pahan puhuminen, pilkkaaminen, ahdistelu, matkiminen, ulkonäöstä, vaatteista ja hajusta huomauttelu, toisen puheen jatkuva kommentointi, naureskelu, kiristäminen ja uhkailu, syrjiminä, toisen vähättely ilmeillä ja eleillä, nimettömien pila- tai uhkailupuheluiden soittaminen, netti-/kännykkäkiusaaminen kuten sopimattomien viestien lähettäminen, kuvien laittaminen toisesta luvatta nettiin, toisen kuvien muokkaaminen ja niiden levittäminen.

### FYYSINEN KIUSAAMINEN

Töniminen, lyöminen, potkiminen, repiminen, pureminen, nipistäminen, hiuksista vetäminen, raapiminen, sylkeminen, tiellä seisominen, oven lyöminen nenän edestä, tavaroiden kätkeminen tai rikkominen.

## KIUSAAMISEN ROOLIT:

**KIUSATTU** on toistuvasti kiusaamisen kohteena.

**KIUSAAJA** aloittaa kiusaamisen ja houkuttelee, yllyttää tai pakottaa muita tulemaan mukaan kiusaamiseen.

**APURI** menee mukaan kiusaamiseen ja avustaa kiusaajaa.

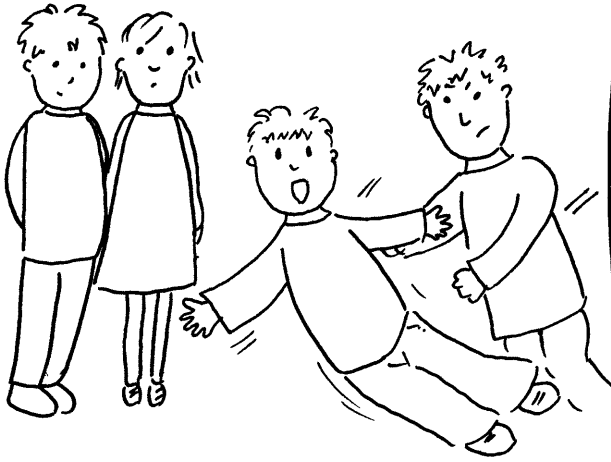
**VAHVISTAJA** tulee paikalle ja on yleisönä, osallistuu kiusaamiseen kannustamalla kiusaajaa esimerkiksi nauramalla tai huutamalla.

**PUOLUSTAJA** asettuu kiusatun puolelle, yrittää saada toiset lopettamaan kiusaamisen.

**ULKOPUOLINEN** pysyttelee kiusaamistilanteessa sivummalla, mutta samalla toimii huomaamattaan kiusaamisen hyväksyjänä.

# KUN JOKU KIUSSAA

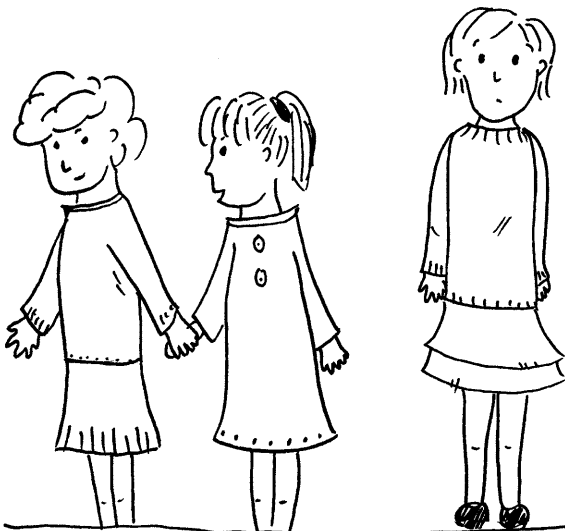
Mutkia matkassa



Mutkia matkassa



Mutkia matkassa



Mutkia matkassa



Mutkia matkassa



Mutkia matkassa





## NÄIN ILAHDUTIN KOTIVÄKEÄNI

Merkitse Turren tassuihin,  
miten ilahduttit kotiväkeäsi.



Kyllä.  
Lapseni ilahdutti kotiväkeä.

Allekirjoitus



\_\_\_\_\_

## Kiva kaveri ei kiusaa



- Edistetään lasten empatiakykyä, kykyä asettua toisen ihmisen asemaan.
- Vahvistetaan vastuun ottamista ryhmän hyvinvoinnista.
- Luodaan turvallista oppimis- ja kasvuypäristöä, jossa ei hyväksytä kiusaamista.
- Selvitetään, miten paljon ja millaista kiusaamista lapsiryhmässä on.

Kiusaamisen ehkäisytyössä on tärkeää tunnistaa ja tunnustaa kiusaaminen ja puuttua siihen. Aikuisten ja lasten on yhteisesti päätettävä, ettei kiusaamista sallita ja pohdittava, miten omassa ryhmässä ja yhteisössä toimitaan silloin, kun kiusaamista havaitaan. Merkittävintä kiusaamisen ehkäisyssä on, että aikuiset omalla esimerkillään ja asennoitumisellaan osoittavat, että kiusaamista ei sallita missään muodossa. Kiusaaminen on väärin niin lasten kuin aikuisten keskinäisissä suhteissa. Kiusaamisen vastainen työ on pitkäjänteistä ja vaatii jatkuvaa seurantaa.



1. Lapset vastaavat *Kiusataanko sinua?* -kyselyyn (s. 158). Aikuinen voi myös haastatella lasta. Kyselystä tehdään yhteenveto (s. 159), joka käydään vielä ryhmän kanssa läpi. Lasten henkilökohtaiset vastaukset ovat luottamuksellisia. Jos kyselyssä tulee esille kiusaamista, on aikuisten toimittava ja selvitettävä tilanne yhteisten toimintaohjeiden mukaan. Kiusaamiseen puuttuminen on tärkeää ryhmän kaikkien lasten kannalta. Se on viesti siitä, että jokaisella on ihmisarvo, jota ei pidä kiusaamisella riistää.

Lasten oppimis- ja kasvuypäristöissä on oltava ohjeet kiusaamiseen puuttumiseen. Kiusaamiseen on tärkeää puuttua välittömästi, kun se on tullut esille. Kiusaamista estävää työtä tehdään koko yhteisön, lapsiryhmän ja yksittäisen lapsen tasolla yhteistyössä kotien kanssa.

2. Keskustellaan kiusaamisen vahingollisista vaikutuksista. Keskustelun pohjana voidaan käyttää *Huomaa kiusaaminen* -keskustelukuvaa (s. 152) tai Mannerheimin lastensuojeluliiton sivustolta löytyviä muumivideoita.

- Mitä kiusaaminen aiheuttaa kiusatulle?
- Miltä kiusatusta tuntuu?
- Mitä se aiheuttaa kiusaajalle?
- Mitä kiusaaminen aiheuttaa koko lapsiryhmälle?
- Onko mitään syytä, joka oikeuttaisi toisen lapsen kiusaamisen?
- Mitä kiusattu voi tehdä?
- Miten muut lapset voisivat auttaa kiusattua?
- Miten aikuiset voivat auttaa, jos lapsia kiusataan?

Kiusaaminen tekee vahinkoa sille, jota kiusataan. Mahaan voi sattua tai päätä särkeä. Kouluun tai päivähoitoon lähteminen ei huvita tai se pelottaa. Kiusattu voi tuntea olevansa huonompi kuin muut. Kiusaaminen voi musertaa mielen ja tehdä elämän kurjaksi ja vaikeaksi. Jos jotakuta kiusataan, ei muillakaan ole silloin mukavaa ja turvallista olla. Kiusaaminen vaikuttaa vahingollisesti myös kiusaajaan. Hän oppii kohtelevaan toisia väärällä ja väkivaltaisella tavalla.

3. Luetaan Aarrearkun tarinoita (s. 244–247) kiusaamisesta (*Kuraiset vaatteet, Rahan kiristys, Punainen pipo, Tosi hyvä tyyppi*) ja keksitään niille jatko-osat, joissa kiusaaminen saadaan loppumaan ja niin kiusatut kuin kiusaajat saavat avun. Tarinat voidaan esittää forum-teatterin (ks. Aarrearkku s. 254) tai *KLIK*-leikin (ks. Aarrearkku s. 254) tapaan. Tarinat voidaan jakaa myös pienryhmille luettaviksi ja koko ryhmälle esitettäväksi.



1. *Tunteet tutuiksi* -korttien (s. 60) ja edellä mainittujen tarinoiden – *Kuraiset vaatteet, Rahan kiristys, Punainen pipo* tai *Tosi hyvä tyyppi* (Aarrearkku s. 249) – avulla pohditaan, miltä kustakin lapsesta kiusaamistilanteesta tuntuu (kiusattu, kiusaaja, puolustaja, apuri tai sivusta seuraaja). Tunnekortteja voidaan käyttää apuna myös silloin, kun lasten kanssa selvitetään heidän arjessaan sattuneita kiusaamistilanteita.

2. Leikitään leikkejä, jotka edistävät vuorovaikutustaitoja, toisen kunnioittamista, ystävällisyyttä ja hyvää kaveruutta: *Sähköttäjä, Nauru ja hymy -viesti, Patsasleikki, Solmu* ja *Piirrosviesti*. Nämä leikit on selostettu Aarrearkussa (s. 232–234).

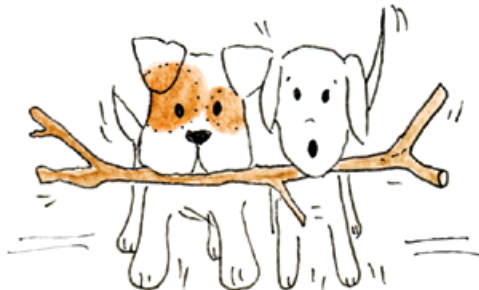


Kotona pelataan yhdessä kotiväen kesken jotakin seurapeliä kuten *Kimbleä, Afrikan tähteä*, korttipelejä ja vastataan *Pelataanko?* -kotehtäväsivun (s. 160) kysymyksiin.

## KIUSATAANKO SINUA?

Nimi: \_\_\_\_\_

Laita rasti tai alleviivaa ne kohdat, jotka pitävät paikkansa!



1. Onko sinua kiusattu?  kyllä  ei

2. Kiusataanko sinua tällä hetkellä?

kyllä  ei

3. Missä sinua on kiusattu?

Alleviivaa sopiva vaihtoehto.

- koulussa/päiväkodissa/iltapäiväkerhossa
- koulumatkalla/kotimatalla
- kotipihalla
- kotona
- harrastuksissa
- netissä/kännykässä
- muualla, missä? \_\_\_\_\_

4. Miten sinua on kiusattu?

Alleviivaa sopiva vaihtoehto.

- nimitelty, haukuttu, lällätelty,
- puhuttu selän takana,
- uhkailtu tai kiristetty,
- lyöty, tönitty, potkittu, kampattu,
- oltu esteenä, nipistetty, vedetty hiuksista,
- revitty tai piilotettu vaatteita,
- ivattu ulkonäköä, puhetapaa tai vaatteita,
- katsottu ilkeästi, ilmeilty, huokailtu,
- naurettu vastauksille, kuiskuteltu,
- jätetty leikkien ja pelien ulkopuolelle,
- jätetty nettiryhmien ulkopuolelle,
- sotkettu pelejä ja leikkejä,
- muutettu leikkien ja pelien sääntöjä,
- lähetty sopimattomia viestejä tai
- levitetty kuvia ilman lupaa.

Millä muulla tavoin?

\_\_\_\_\_

5. Mitä kiusaaminen on sinulle aiheuttanut?

- Päätä on särkenyt tai mahaan sattunut.
- Minua on pelottanut.
- Minua on suututtanut.
- On tuntunut niin pahalta tai hävettävältä, että ei ole huvittanut lähteä minnekään.
- On itkettänyt, olen ollut surullinen.
- On aiheuttanut jotain muuta. Mitä?

\_\_\_\_\_

6. Oletko kertonut kiusaamisesta jollekin?

- en
- kyllä

Kenelle? \_\_\_\_\_

Haluaisitko vielä puhua tai kirjoittaa

siitä jollekin? \_\_\_\_\_

Kenelle? \_\_\_\_\_

7. Oletko itse kiusannut muita?

- en
- kyllä

Miten? \_\_\_\_\_

Mitä se on sinulle itsellesi aiheuttanut?

\_\_\_\_\_

Oletko puhunut siitä jonkun aikuisen kanssa?

\_\_\_\_\_

Haluatko puhua siitä vielä lisää?

\_\_\_\_\_

Kenelle? \_\_\_\_\_

8. Ketä koulussamme/ryhmässämme/päiväkodissamme kiusataan?

\_\_\_\_\_

9. Kuka kiusaa toisia?

\_\_\_\_\_

10. Miten kiusaaminen saataisiin loppumaan? Kenen pitäisi tehdä jotakin?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## KIUSATAANKO SINUA? – KYSELYN YHTEENVETO

1. Onko sinua kiusattu?

- kyllä  
 ei

2. Kiusataanko sinua tällä hetkellä?

- kyllä  
 ei

3. Missä sinua on kiusattu?

- koulussa/päiväkodissa/iltapäiväkerhossa  
 koulumatkalla/kotimatalla  
 kotipihalla  
 kotona  
 harrastuksissa  
 netissä/kännykässä  
 muualla, missä? \_\_\_\_\_

4. Miten sinua on kiusattu?

- nimitelty, haukuttu, lällätelty,  
 puhuttu paha selän takana,  
 uhkailtu tai kiristetty,  
 lyöty, tönitty, potkittu, kampattu,  
 oltu esteenä, nipistetty, vedetty hiuksista,  
 revitty tai piilotettu vaatteita,  
 ivattu ulkonäköä, puhetapaa tai vaatteita,  
 katsottu ilkeästi, ilmeilty, huokailtu,  
 naurettu vastauksille, kuiskuteltu,  
 jätetty leikkien ja pelien ulkopuolelle,  
 jätetty nettiryhmien ulkopuolelle,  
 sotkettu pelejä ja leikkejä,  
 muutettu leikkien ja pelien sääntöjä,  
 lähetty sopimattomia viestejä tai  
 levitetty kuvia ilman lupaa.

Millä muulla tavoin? \_\_\_\_\_

5. Mitä kiusaaminen on sinulle aiheuttanut?

- Päätä on särkenyt tai mahaan sattunut.  
 Minua on pelottanut.  
 Minua on suututtanut.  
 On tuntunut niin pahalta tai hävettävältä, että ei ole huvittanut lähteä minnekään.  
 On itkettänyt, olen ollut surullinen.  
 On aiheuttanut jotain muuta. Mitä?

6. Oletko kertonut kiusaamisesta jollekin?

- ei  
 kyllä

7. Oletko itse kiusannut muita?

- ei  
 kyllä





## PELATAANKO?

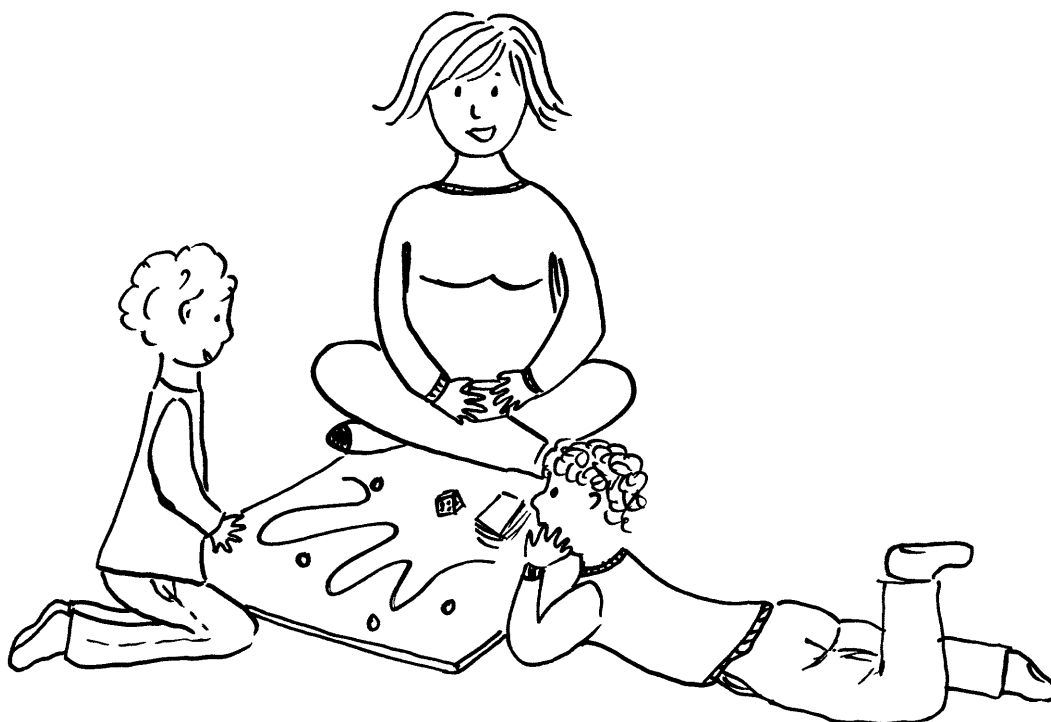
### HEI KOTIVÄKI!

Pelatkaa kotiväen kesken jotain lauta- tai korttipeliä ja vastatkaa seuraaviin kysymyksiin:

Mitä peliä pelasitte? \_\_\_\_\_

Ketkä osallistuivat pelaamiseen? \_\_\_\_\_

Millaista teillä oli pelatessa? \_\_\_\_\_



## Jos kiusataan?



- Opetellaan itsesuojelua ja selviytymistä lasten keskinäisissä kiusaamis- ja väkivaltatilanteissa.
- Opitaan turvaohjeet kiusaamistilanteiden varalle.



1. Lapset miettivät ryhmissä, mitä pitää tehdä silloin, kun joku kiusaa. Tehtäväsivusta *Mitä itse voit tehdä, jos sinua kiusataan?* (s. 163) lapset rastittavat heidän mielestään toimivimmat tavat. Ryhmät esittävät mielipiteensä, ja ohjaaja kokoaa ne esimerkiksi taululle.

2. Lasten vastauksista kootaan yhdessä turvaohjeet:



- Ei pidä tapella eikä kostaa, puhumalla selviää vaikeatkin asiat!
- Ikäviin viesteihin kännykässä tai netissä ei pidä vastata, vaan ne pitää näyttää aikuiselle.
- Älä jää yksin, vaan pyydä apua kaverilta tai aikuiselta.

3. Jos lapset eivät ole kirjoittaneet aiemmin turvaohjeita, he kirjoittavat ne *Turvaohjeet*-tehtäväsivulle (s. 100) sekä *Selviytymisreppuun* (s. 56), jossa niille on oma tasku.

4. Lapset opettelevat sanomaan jämäkästi EI! Sitä harjoitellaan aluksi ryhmässä esimerkiksi *Kaikkeen ei tarvitse suostua eikä kaikkia tarvitse miellyttää!* -tehtäväsivun kuvan avulla (s. 164). EI-sanon sanomista kokeillaan eri tavoilla ja erilaisilla äänenpainoilla, myös heikolla, epävarmalla, pelokkaalla ja nauravaisella äänellä. Tavallisesti ensimmäinen EI-huuto onkin melko heikko. Lapset tarvitsevat aikuiselta rohkaisua käyttääkseen kaikkia äänivarojaan ja kehonsa ilmaisukeinoja. Lopuksi lapsia pyydetään huutamaan EI-sana niin, että he todella tarkoittavat sitä. Lasten kanssa keskustellaan siitä, mitä EI-sanon sanominen tarkoittaa: kaikkeen ei tarvitse suostua eikä kaikkia tarvitse miellyttää. Lapsen ei tarvitse suostua – niin kuin ei aikuisenkaan – siihen, että häntä kohdellaan huonosti, loukkaavasti ja vahingoittavasti.

- Millä muilla sanoilla voidaan kieltäytyä houkuttelusta, huonosta kohtelusta ja kiusaamisesta?  
Esimerkkejä muunlaisesta kieltäytymisen osoittamisesta:  
Nyt riittää! En ala! En suostu! En tykkää! Älä! Mene pois! Häivy! Stop!
- Millä lailla eri kulttuureissa osoitetaan kieltäytymistä?  
Onko sen osoittamisessa eroja eri kulttuurien ja kansallisuuksien välillä?  
Lapset näyttävät, miten eri kielillä sanotaan EI tai jokin muu kieltäytymistä osoittava ilmaus.

5. *Juupas–Eipäs* -leikki: Parit seisovat vastakkain ja toisen tehtävänä on suostutella toista sanomalla ”juupas” ja toisen tehtävänä on kieltäytyä sanomalla ”eipäs”. Tilanteeseen on helpompi eläytyä, jos kuvitellaan esimerkiksi tilannetta, jossa toinen lapsi yrittää ottaa puolet toisen lapsen karkkipäivän karkeista. Lapset voivat myös itse keksiä esimerkkejä erilaisista houkuttelun tai pakottamisen tilanteista. Lapset voivat harjoitella ja kokeilla eri ilmeitä, äänenpainoja ja kehon asentoja ollakseen vakuuttavia kieltäytyessään tai suostutellessaan. Lapset voivat kokeilla myös muita kieltäytymistä ilmaisevia sanoja.

- Miltä harjoitus tuntui?
- Miltä tuntui kieltäytyä, miltä tuntui suostutella?
- Miksi EI-sanan sanominen tai kieltäytyminen tuntuu joskus vaikealta?
- Kenelle on helppoa sanoa EI ja kenelle on vaikea sanoa EI?



1. Turvaohjeet voidaan kehystää tauluksi ryhmätilan seinälle.
2. Ei-sanaa voidaan harjoitella *Eläinleikin avulla* (Aarrearkku s. 235).
3. Luetaan kuvakirja *Abedi, Isabel* (2005) Enni Possunen sanoo En. Lasten keskus.



*Mitä itse voit tehdä, jos sinua kiusataan?* -tehtäväsivu (s. 163) viedään kotiin keskusteltavaksi.



*Jos kiusataan* -tehtävä löytyy digitaalisena osoitteessa <http://static.jamk.fi/tutapelit/>.



## MITÄ ITSE VOIT TEHDÄ, JOS SINUA KIUSSATAAN?

Rastita mielestäsi parhaimmat tavat!

- Kerron kiusaamisesta luotettavalle aikuiselle.
- Sanon itselleni, että ansaitseen hyvän kohtelun aina, myös netissä.
- En vastaa ikäviin viesteihin ja kerron niistä aikuiselle.
- Pyydän kaveria apuun ja sanomme yhdessä kiusaajalle, että lopeta kiusaaminen.
- Sanon kiusaajalle, että jos et lopeta tuota, pyydän aikuista apuun.
- Pysyn porukassa, sillä joukossa on turvallisempaa.
- Yritän olla näyttämättä, että olen peloissani tai poissa tolaltani, vaikka se voikin olla vaikeaa.
- Yritän olla jämäkkä: huudan Ei kovalla äänellä.
- Lähden pois paikalta tai netistä rauhallisesti ja itsevarmasti, vaikka en tuntisikaan itseäni sellaiseksi.
- Jos olen vaarassa, poistun heti!
- Vastaan taistelemisen vain pahentaa tilannetta.
- Olen ylpeä itsestäni! Saan olla sellainen kuin olen!
- Oma ohjeeni! Tämä toimii: \_\_\_\_\_

Olemme yhdessä  
tutustuneet tähän  
tehtävämonisteeseen  
ja keskustelleet siitä.



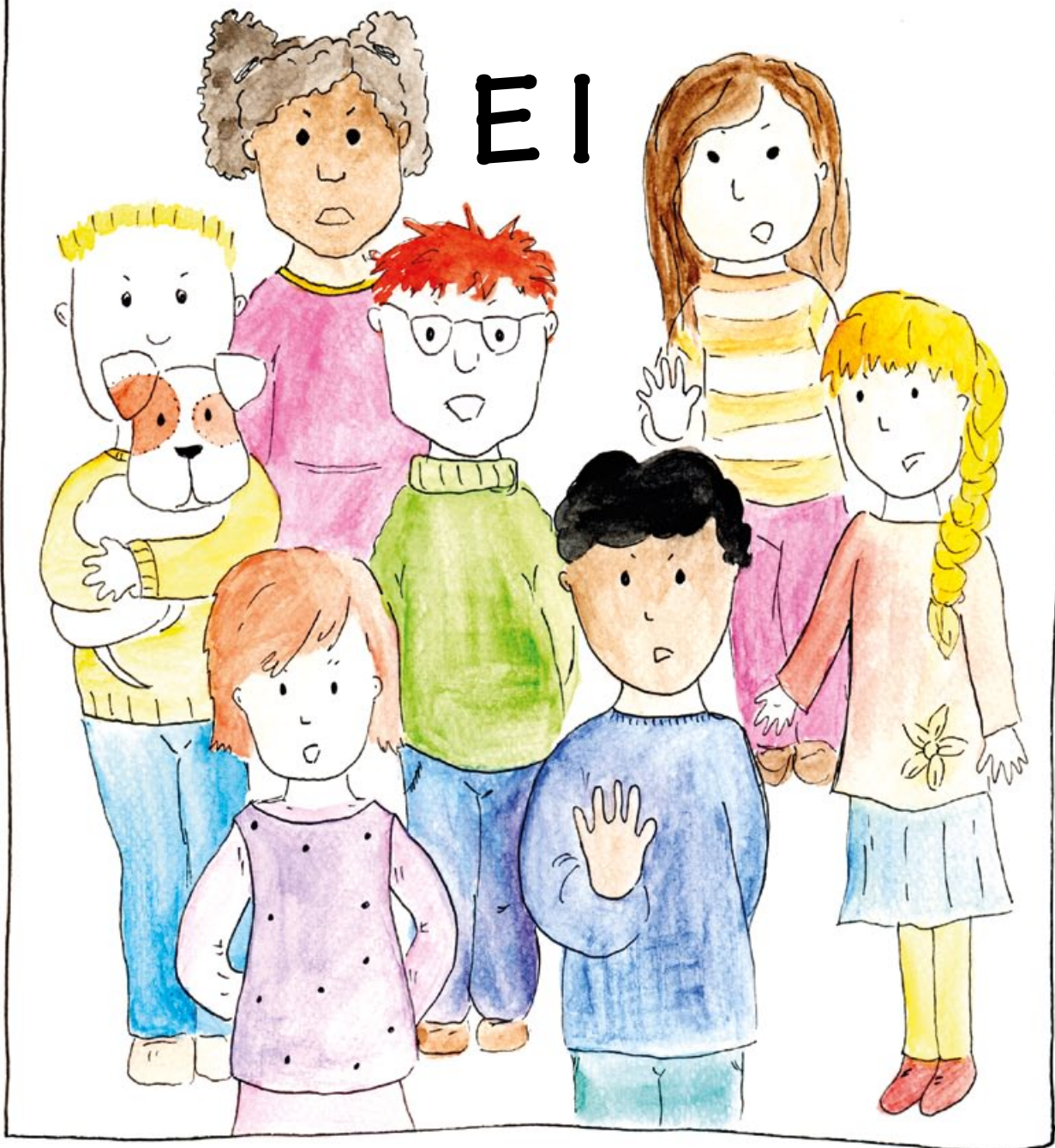
Allekirjoitus kotiväeltä

---



---

KAIKKEEN EI TARVITSE SUOSTUA  
EIKÄ KAIKKIA TARVITSE MIELLYTTÄÄ!



## Kaveruuden sopimus



- Vahvistetaan hyvää kaveruutta ja ryhmän yhteishenkeä.
- Sovitaan ryhmän pelisäännöistä.
- Sanotaan kiusaamiselle EI!



1. Tehdään yhteinen sopimus siitä, miten tässä ryhmässä ollaan kaverit.

- Mitkä ovat kaveruuden oikeudet ja velvollisuudet?
- Miten tässä ryhmässä huolehditaan siitä, että kaikilla on hyvä ja turvallista olla?

Kukin lapsi miettii ensin itsekseen ja sitten pareittain. Lopuksi vastauksista kootaan yhteisesti hyväksytyt asiat kaveruuden sopimukseen.

- Miten toimitaan silloin, kun joku ei noudatakaan kaveruuden sopimusta?

Toimintatapa tilanteeseen, jossa kaveruuden sopimusta on rikottu, lisätään sopimukseen. Sopimuksesta tehdään juliste, jonka kaikki allekirjoittavat ja joka laitetaan seinälle.

Aikuisen tehtävänä on huolehtia siitä, että lapset ymmärtävät kiusaamisen vakavuuden ja sen, että kiusaamista ei sallita tässä ryhmässä missään muodossa. Tämän asenteen tulee näkyä myös kaveruuden sopimuksessa. Sopimusta tarkistetaan ja täydennetään tarvittaessa. Sen noudattamista ja siinä onnistumista seurataan yhteisesti aikuisen tukemana ja kannustamana. Lasten kanssa voidaan ideoida, millaisia kannustimia onnistumisista seuraa. Esimerkiksi jokaisen onnistuneen tunnin/aamupäivän/iltapäivän/päivän jälkeen laitetaan helmi pieneen lasipurkkiin. Purkin täytyttyä tehdään yhdessä jotakin kivaa, josta on yhteisesti sovittu.

2. Tehdään *Kaveruuskakku*-tehtäväsivu (s. 167). Lapset miettivät, mitä aineksia kaveruuskakku sisältää. Mitä hyvään kaveruuteen tarvitaan? He lisäävät ne kakkuun ja laativat reseptin. Kaveruuskakkuun voidaan tarvita esimerkiksi luottamusta, välittämistä, iloisuutta, anteeksi pyytämistä, anteeksi antamista, tervehtimistä, hymyä, halauksia, silmiin katsomista, kuuntelemista, yhdessä tekemistä, kiittämistä, kehumista, puolustamista, auttamista, omasta antamista, toisen huomaamista, kauniisti puhumista, hyvien salaisuuksien pitämistä, mukaan ottamista, ystävällisyyttä. Kakku koristellaan ja väritetään. Tehtäväsivu voidaan tehdä yksin, kaksin tai yhdessä ja se voidaan allekirjoittaa. *Kaveruuskakku*-tehtävä voidaan tehdä kuvataiteen tai tekstiilityön tunnilla kollaasina.

3. Lapset arvioivat tunne- ja turvataitotunteja *Mitä mieltä olet* -lomakkeen (s. 224) avulla. Ennen arvioinnin tekemistä muistellaan yhdessä, mistä kaikesta on puhuttu ja mitä kaikkea on tehty.



1. Nyt on yhteisen juhlan aika: pidetään nyyttikestit ja juhlitaan samalla myös yhteisen viirin, runon tai tunnuksen julkistamista!

2. ”Jauhopeukalot” voivat leipoa oikean kakun ja herkutella sillä.



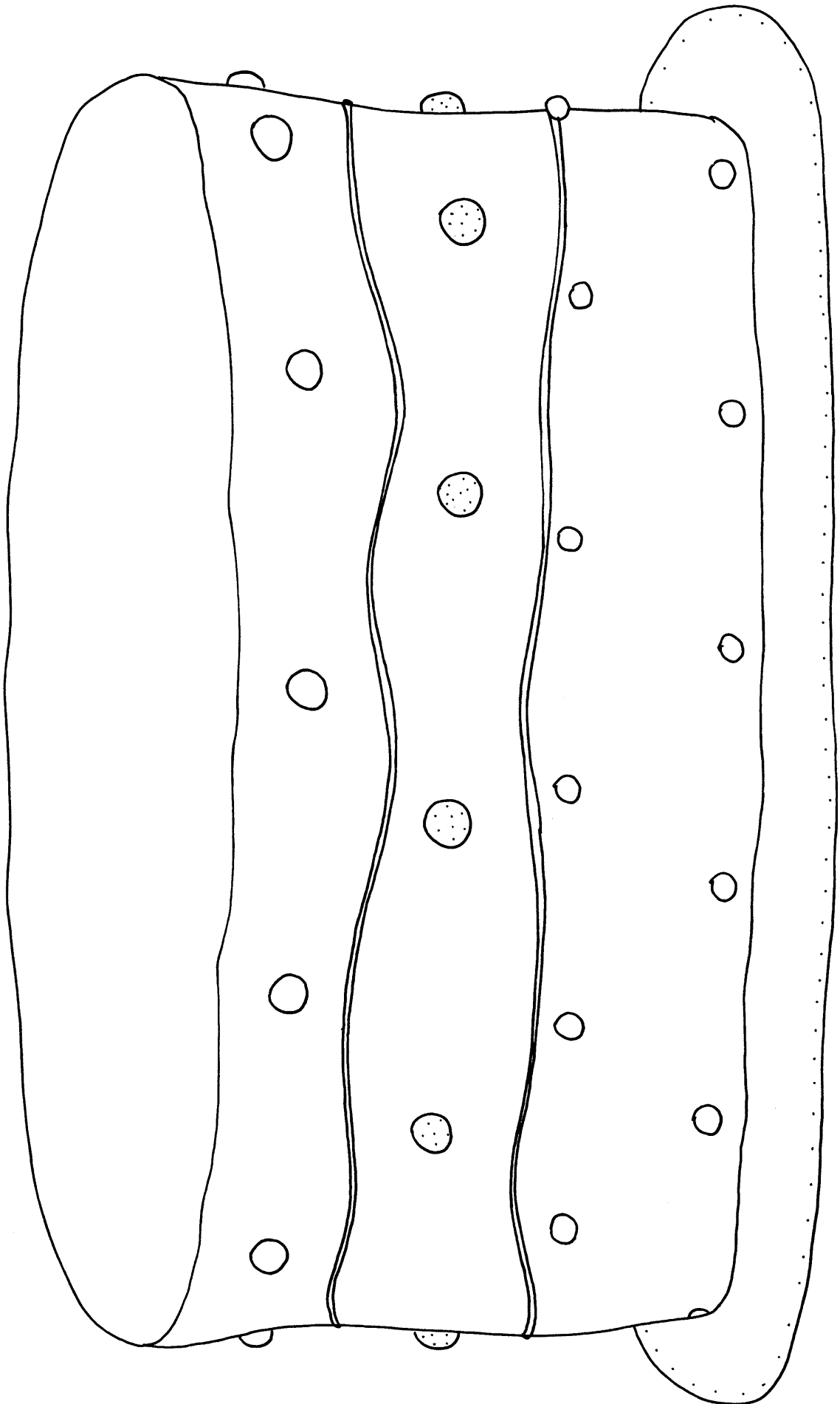
Kaveruuden sopimus viedään kotiin näytettäväksi. Kotona autetaan mahdollisiin nyyttikesteihin valmistautumisessa.



Kaveruuskakku-tehtävä digitaalisena <http://static.jamk.fi/tutapelit/>.



# KAVERUUSKAKKU







---

**KYLLÄ MINÄ PÄRJÄÄN**

## Aluksi

Tässä jaksossa käsiteltävät asiat:

- lupa omaan tilaan ja yksityisyyteen
- omien ja toisten rajojen kunnioittaminen
- oikeus fyysiseen koskemattomuuteen
- mukavien ja kurjien tai hämmentävien kosketusten tunnistaminen
- oikeus turvalliseen kotiin
- selviytyminen hämmentävissä ja pelottavissa tilanteissa.

Kyllä minä pärjään -jaksossa puhutaan erilaisista kosketuksista sekä siitä, kuinka lapsi voi selviytyä hämmentävistä ja turvallisuutta uhkaavista tilanteista. Lapset oppivat tietämään, että heillä on oikeus omaan tilaan, omiin rajoihin ja yksityisyyteen, fyysiseen koskemattomuuteen, aikuisten antamaan turvaan ja huolenpitoon – läheisiin ihmissuhteisiin ja hyvänä pitämiseen. Lasten omaa neuvokkuutta ja selviytymistä tuetaan sellaisten tilanteiden varalta, jossa he ovat joutuneet tai ovat vaarassa joutua houkuttelun, ahdistelun, häirinnän, seksuaalisen hyväksikäytön sekä henkisen ja fyysisen kaltoinkohtelun tilanteisiin. Kuvasarjojen, tarinoiden ja toiminnallisten harjoitusten avulla sekä yhdessä pohtien lapset harjoittelevat ja soveltavat turvaohjeita tilanteisiin, joissa heidän rajojaan ja koskemattomuuttaan rikotaan. Heitä ohjataan kääntymään kaikissa huolissaan ja peloissaan luotettavan aikuisen puoleen. Lapset miettivät selviytymiskeinoja myös netissä kohtaamiinsa outoihin, hämmentäviin tai pelottaviin tilanteisiin. Tässä jaksossa lapset pohtivat ja harjoittelevat selviytymisreppuunsa keksimien keinojen käyttämistä ja soveltamista.

Lapsi on yleensä päivittäin kosketuksissa monen ihmisen kanssa. Mitä nuorempi lapsi on, sitä enemmän hän tarvitsee ihan kädestä pitäen annettavaa apua päivittäisissä toiminnoissa, kuten pukeutumisessa ja peseytymisessä. Koskettaminen tuntuu joskus mukavalta, joskus epämukavalta. Joskus se satuttaa, joskus tuntuu vain muuten kurjalta. Lyöminen ja satuttaminen on väärin. Toisen koskettaminen hänen omiin yksityisiin alueisiinsa ja uimapuvun alle jääviin osiin ilman lupaa on väärin. Ikäviltä ja hämmentäviltä tuntuvat ja satuttavat kosketukset ovat ”punaisen valon kosketuksia” ja niille pitää sanoa ”ei”. Niihin ei pidä suostua. ”Vihreän valon kosketukset” saavat olon tuntumaan hyvältä. Niille saa sanoa ”kyllä”. Jokaisella on oikeus määrätä, miten häntä kosketetaan. Mitään kosketusta ei tarvitse pitää salaisuutena, vaikka joku niin vaatisikin. Lapsella on lupa kertoa, jos häntä on koskettu punaisen valon kosketuksella. Hänellä on lupa ajatella omilla aivoillaan ja luottaa vaistoihinsa. Lapsi voi sanoa ”ei” ja lähteä pois. Lapsella on lupa hakea apua myös silloin, kun hän kokee tai näkee väkivaltaa omassa kodissaan. Tämän jakson teemat liittyvät paljolti kehon arvostukseen ja suojeluun. Näitä teemoja on luontevaa ottaa esille puhuttaessa ihmisen kehosta ja kasvamisesta.

Tunne- ja turvataitokasvatuksen teemojen loppuessa kerrataan käsiteltyjä asioita ja kartoitetaan, miten lapset ovat sisäistäneet turvaohjeet. Teemoihin palataan lasten arjessa esille tulevien tarpeiden mukaan.

# LUPA RAJOIHIN JA TURVAAN

## Lupa omaan tilaan ja yksityisyyteen



- Opitaan ymmärtämään tarve omaan tilaan, rauhaan ja yksityisyyteen.
- Opitaan kunnioittamaan toisten tarvetta omaan tilaan, rauhaan ja yksityisyyteen.

Tällä kertaa pohditaan omaa tilaa, rauhassa olemisen tarvetta ja yksityisyyttä. Jokainen meistä tarvitsee yhdessä oloa ja läheisyyttä. Jokainen kuitenkin välillä haluaa omaa rauhaa, tilaa ja yksityisyyttä.



### 1. Tehdään *Oma hyvältä tuntuva tila* -harjoitus.

Lapset seisovat tilassa ja kuvittelevat ympärilleen kehän tai ympyrän, joka osoittaa heidän oman tilansa. Kehän avulla he osoittavat, mikä on heidän oma hyvältä tuntuva tilansa ja kuinka lähelle he haluavat päästää muut ihmiset. Lapset voivat piirtää kehän liidulla, näyttää sen narulla tai he voivat näyttää sen myös käsillään itsensä ympäri pyörähtäen.

Kullakin on lupa omaan tilaan! Tilan tarve voi olla erilainen eri ihmisillä. Tilan tarve riippuu myös tilanteesta ja siitä, kenen seurassa on.

### 2. Keskustelu: Jokaisella on oikeus omaan tilaan ja omaan yksityisyyteen.

- Mitä oma tila tarkoittaa?
- Mitä oikeus yksityisyyteen tarkoittaa?

Sinulla on oikeus olla olemassa sellaisena kuin olet ja ottaa oma tilasi ja paikkasi muiden joukossa. Sinulla on myös oikeus olla halutessasi omassa rauhassa. Sinun tulee kunnioittaa myös toisten tarvetta omaan tilaan ja rauhaan.

Jokaisella on oikeus myös omaan yksityisyyteen. Voit itse päättää, mitä omia asioita haluat kertoa tai jakaa muille ja mitä haluat pitää vain itselläsi ja omana tietonasi. Sinulla on oikeus itse päättää, mitä toiset saavat tietää sinusta ja siitä, mitä ajattelet tai tunnet eri tilanteissa.

### 3. Tehdään *Lupa omaan tilaan* -harjoitus

(Harjoitus on suunniteltu yhdessä Riikka Nurmen ja Suomen Mielenterveysseuran kanssa)

Ohjaaja laittaa reipasta musiikkia soimaan. Lapset kävelevät tilassa sikin sokin, kunnes ohjaaja hiljentää musiikin. Lapsia pyydetään asettumaan vastakkain lähimpänä olevan lapsen kanssa. Parien tulee seistä niin lähellä toisiaan, että se **ei tunnu** mukavalta. Toinen tuntuu olevan tällöin aivan liian lähellä. Tällä tavoin, liian lähellä ollen, parit juttelevat toistensa kanssa esimerkiksi siitä, mitä he tekivät edellisenä iltana, mitä he söivät tänä aamuna tai mistä leikeistä tai peleistä he pitivät. Korostetaan sitä, että lapset kertovat vain sellaisia asioita, joita he haluavat jakaa toisen kanssa.

Ohjaajan merkistä juttelu lopetetaan ja kokemus puretaan keskustellen:

- Millaista oli olla liian lähellä toista? Miltä se tuntui?
- Miten oman kehon merkeistä tai asennosta saattoi huomata, että toinen oli aivan liian lähellä?
- Miten kaverin kehon kielestä (asunnoista, ilmeistä ja eleistä) näki, että myös hänen mielestään oltiin liian lähellä?

Lapset lähtevät uudelleen kävelemään sikin sokin musiikin soidessa, kunnes ohjaaja hiljentää musiikin. Lapset asettuvat sillä hetkellä lähimpänä olevan lapsen kanssa seisomaan vastakkain tällä kertaa sellaiselle etäisyydelle, mikä tuntuu itselle sopivalta tai hyvältä. Lapsia rohkaistaan kokeilemaan, millainen etäisyys itsestä tuntuisi sopivimmalta ja sen mukaan liikkumaan joko eteenpäin tai taaksepäin. Ohjaajan merkistä juttelu lopetetaan ja vaihdetaan kokemuksia:

- Millainen etäisyys tuntui sopivalta?
- Miltä tuntui jutella toisen kanssa sopivalla etäisyydellä?
- Miten omasta tai toisen kehonkielestä, kuten ilmeistä, eleistä tai asunnoista, saattoi huomata, että etäisyys oli nyt sopiva?
- Millä tavalla olo oli nyt erilainen kuin edellisessä harjoituksessa?
- Mitä teit saadaksesi sopivan ja hyvältä tuntuvan etäisyyden?
- Miten voi näyttää tai sanoa toiselle, että hän on tullut liian lähelle?

Jokaisella on oikeus itse määrätä, miten lähelle itseä toinen voi tulla. Jokaisen on myös kunnioitettava toisen oman tilan tarvetta.

4. Leikitään *STOP*-leikkiä (mukailtu Jussi Aaltonen: Turvataitoja nuorille. Terveystieteiden tutkimuskeskus, 2012). Lapset seisovat pareina vastakkain tilan eri puolilla. Toinen parista liikkuu hitaasti paikallaan seisovaa pariaan kohti. Paikallaan seisovan tehtävänä on kuulostella, mitä itsessä tapahtuu toisen lähestyessä häntä ja pysäyttää lähestyjä silloin, kun tämä tuntuu tulevan liian lähelle. Hän voi sanoa kuuluvasti *STOP* ja nostaa kätensä rintakehän eteen kääntämällä kämmen tulijaa kohden (*STOP*-merkki). Tällöin lähestyjän on uskottava käskyä ja pysähtyttävä. Osia vaihdetaan. Tehtävä on hyvä tehdä useamman parin kanssa, koska sopivat etäisyydet voivat olla erilaisia eri parin kanssa.

- Miltä leikki tuntui?
- Mistä tiesit, kun toinen alkoi tulla liian lähelle? Miltä tuntui kehossa?
- Miltä tuntui sanoa *STOP*?
- Miltä tuntui, kun sinulle sanottiin *STOP*?
- Miten muulla tavoin voit ilmaista toiselle, kun toinen tulee liian lähelle? (Kova ääni, tiukka ilme...)
- Mitä muita sanoja voit käyttää kuin *STOP*? (Pysähdy, Älä tule, Mene kauemmaksi, Siirry...)
- Entä, jos toinen ei usko? (Siirry itse kauemmaksi, lähde pois paikalta tai kerro omalle turvalliselle aikuiselle)
- Mistä voit päätellä, että toinen ei halua sinun tulevan lähemmäksi?

5. *Kosketuskehä*: Lapset piirtävät tai merkitsevät tehtäväsivulla (s. 174) olevan kosketuskehän keskelle oman itsensä. Kosketuskehän eri vyöhykkeille he piirtävät tai kirjoittavat ihmisiä, joiden he tällä hetkellä sallisivat 1) halata heitä pitkään, 2) halata heitä lyhyesti, 3) vain kätellä ja 4) joiden he haluaisivat olevan vähintään käsimitan päässä heistä. Tässä harjoituksessa voidaan pyörähtää oman itsen ympäri käsi ojossa ja kokeilla, millainen on käsimitta. Olisiko käsimitta hyvä etäisyys vieraisiin ihmisiin? Toinen kosketuskehä vyöhykkeineen piirretään näyttämään, miten lähelle lapsi itse voi tuntemiaan ihmisiä mennä ja millä lailla lähestyä toisia ihmisiä. Piirtämisen sijaan voidaan vaihtoehtoisesti käyttää valmiiden kuvien tai hahmojen liimaamista.

6. Tehdään *Meritähti*-hengitysharjoitus (ks. Aarrearkku s. 251).



1. Tehdään *Turvapaikka*-mielikuvaharjoitus (Aarrearkku s. 250).

2. *Eläinleikin* (Aarrearkku s. 235) avulla harjoitellaan tunnustelemaan sopivaa etäisyyttä toiseen ja sanomaan EI-sanaa.

3. *STOP*-leikkiä voidaan leikkiä myös ryhmänä siten, että lapset liikkuvat tilassa sikin sokin ja aina jonkun tullessa liian lähelle itseä he nostavat kätensä rintansa eteen ja sanovat STOP. Sen lapsen, kenelle STOP-merkkiä näytetään, on silloin väistyttävä merkin näyttäjältä kauemmaksi. Näin jatketaan tilassa liikkumista huomioiden ja kuulostellen niin omaa kuin toistenkin tilan tarvetta.

4. *Rentoutusharjoitus*: Lapsia kehoitetaan rauhoittumaan ja sitten levollisina kuuntelemaan hetki ympärillä kuuluvia ääniä. Halutessaan he voivat laittaa silmät kiinni. Tämä harjoitus voidaan toteuttaa myös luonnossa. Harjoituksen jälkeen lapset menevät pienryhmiin ja kertovat toisilleen, mitä ääniä he kuulivat. Lopuksi he kirjoittavat tai piirtävät kuulemistaan äänistä.



Kotiin

Lapset vievät *Kosketuskehä*-tehtäväsivun kotiin keskusteltavaksi ja mahdollisesti täydennettäväksi.



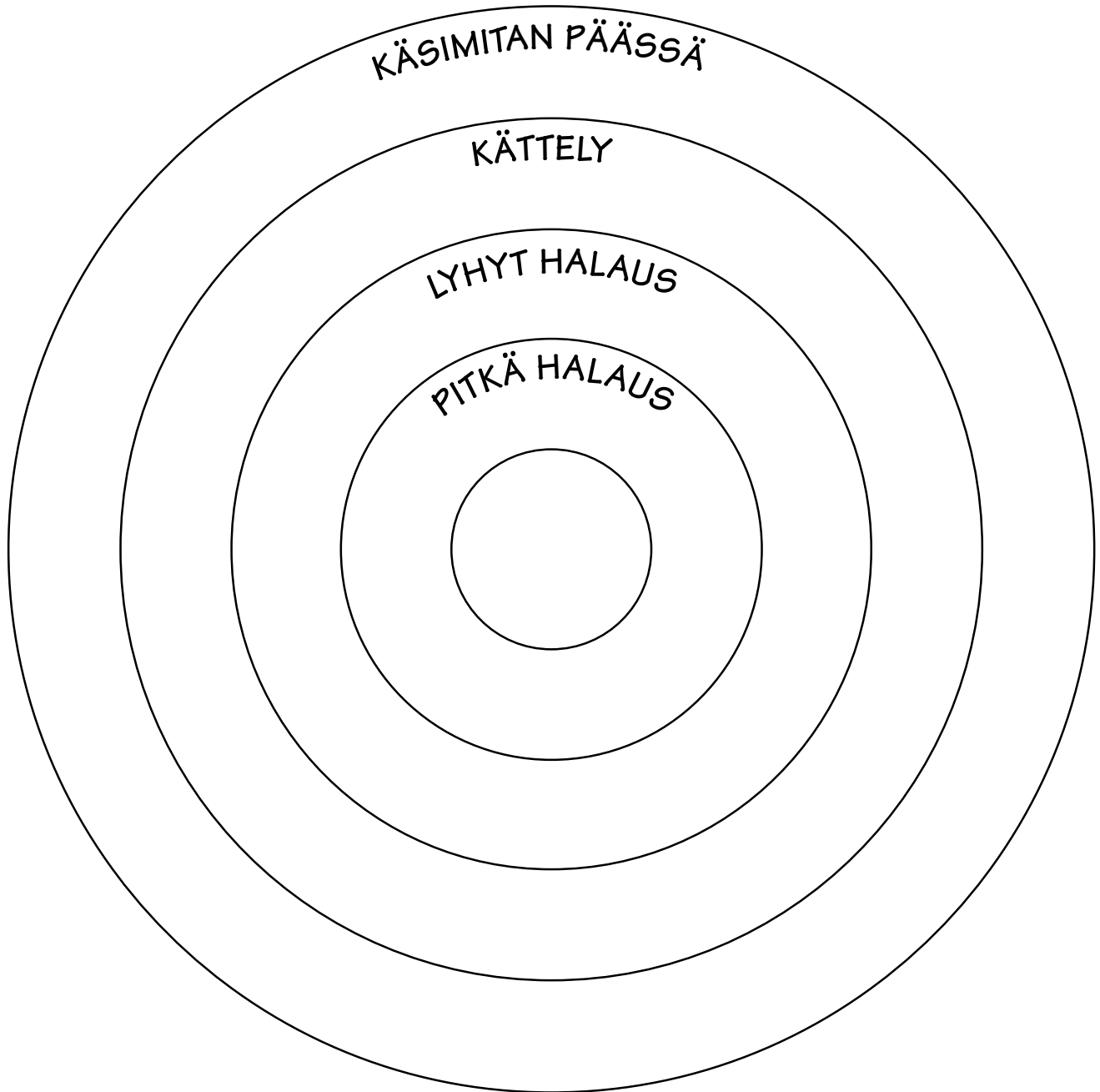
Vinkkaus

*Kosketuskehä*-harjoitus löytyy kirjasta Siru Helama 2005: Pidän huolta itsestäni. Opas erityisryhmien käyttöön. Suomen Kuntaliitto ja Lastensuojelun Keskusliitto.



## KOSKETUSKEHÄ

Piirrä kosketuskehän keskelle itsesi ja kehien väleihin merkitse ihmisiä sen mukaan, miten lähelle heidät päästät ja miten he sinua saavat koskettaa.



Allekirjoitus kotiväeltä \_\_\_\_\_





## Lupa omiin rajoihin

On lupa olla omanlainen ja erillinen toisista.



- Opitaan tunnistamaan omat rajat ja kunnioittamaan niitä.
- Opitaan ilmaisemaan selkeästi toisille, mitä haluaa ja tarvitsee.
- Opitaan kunnioittamaan toisten rajoja.



1. Keskustelu:

- Mitä omat rajat tarkoittavat?

Omat rajat ilmaisevat, mistä sinä alat ja mihin loput. Rajat auttavat sinua erottautumaan muista ihmisistä ja olemaan turvallisesti toisten kanssa.

2. *Minun rajani*: Tässä harjoituksessa tunnistetaan omat rajat mielikuvamaalaamisen avulla. Ennen harjoitusta voidaan tarvittaessa varmistaa, että kaikki lapset tietävät harjoituksessa käytettyjen kehon osien nimet.

Tätä harjoitusta tehdessä lapset voivat joko istua tuolilla mukavasti tai maata lattialla. Rauhallisen musiikin soidessa taustalla ohjaaja lukee rauhallisella äänellä: ”Mieti, missä sinun rajasi kulkevat. Mistä alat ja mihin loput? Kuvittele, että sinulla on kädessäsi maalipensseli, jolla maalaat omat rajasi. Valitse mieleisesi väri ja kastele mielessäsi siihen pensseli. Maalaa pensselillä omat rajasi. Voit aloittaa maalaamisen vaikka pääläestä ja maalata rajasi ensin toiselta sivulta. Maalaa päälaki, korvat, poski, kaula, olkapää, kädet, vyötärö, lantio, jalat ulkosivuilta aina polviin ja varpasiin saakka, myös jalkojen sisäpinnat. Sitten voit maalata toisen sivustan päästä varpasiin saakka samalla tavalla: päälaki, korvat, poski, kaula, olkapää, kädet, vyötärö, lantio, jalat ulkosivuilta aina polviin ja varpasiin saakka, myös jalkojen sisäpinnat. Sen jälkeen voit maalata kehosi etupuolen pääläestä lähtien, otsa, nenä, kasvot, leuka, kaula, rinta, maha ja jalat varpasiin saakka. Lopuksi voit maalata selkäpuolesi aloittaen pääläestä takaraivoon, niskaan, yläselkään, alaselkään, pakaroihin, jalkoihin, polvi- taipeisiin ja aina kantapäähän saakka. Nyt olet mielikuvissasi piirtänyt omat rajasi. Siinä ovat sinun rajasi. Näiden rajojen sisäpuolella sinä päätät ja hallitset. Muiden on kunnioitettava sinun rajojasi niin kuin sinun on kunnioitettava toisten rajoja. Nyt voit vähitellen avata silmäsi ja tulla tähän hetkeen. Kiitos!

Harjoitus on mukailtu kirjasta Minna Martin, Maila Seppä, Päivi Lehtinen, Tiina Törö (2014) Hengitys itsesäätelyn ja vuorovaikutuksen tukena. Mediapinta.

- Rajojen sisäpuolella sinä määrät ja hallitset. Toisilla ei ole oikeutta ilman lupaa sinun rajojesi sisäpuolelle. Sinullakaan ei ole oikeutta rikkoa toisen rajoja.
- Rajat tarkoittavat myös sitä, mitä sinulle saa tehdä ja mitä ei. Ne ilmaisevat, kuinka toiset saavat kohdella sinua. Kun osaat hyvällä tavalla pitää kiinni rajoistasi, et tule niin helposti loukatuksi tai johdatelluksi tilanteisiin, joissa et haluaisi olla.

- Missä menee sinun rajasi?
- Mitä sinulle saa tehdä?
- Mitä sinulle ei saa tehdä?

Rajat ilmaisevat myös sitä, mitä suostut tekemään ja mitä et. Jokaisen on hyvä miettiä, mihin itse haluaa lähteä mukaan ja mihin ei. On tärkeää toimia sen mukaan, mitä pitää oikeana ja reiluna niin itseä kuin toisia kohtaan.

- Mihin ei kannata suostua, vaikka joku yrittäisi houkutellessa tai painostaa? Kenenkään ei esimerkiksi pidä varastaa, tehdä kiusaa toiselle tai puhua pahaa toisesta, vaikka sellaiseen houkuteltaisiin tai painostettaisiin.
- Onko joskus tarpeen suostua johonkin, mitä itse ei haluaisi tehdä? Mitä sellaisia tilanteita on?

Usein on viisasta suostua aikuisten muistutukseen esimerkiksi läksyjen teosta, nukkumaan menemisestä, sisarusten huomioimisesta, vaikka itse ei jaksaisi tai huvittaisi.

3. Lasten esittämät ajatukset rajoista kirjataan tai piirretään mind map -menetelmän tapaan.

4. Keskustellaan siitä, mitä jämäkkyys on.

- Mitä jämäkkyys on?

Oman tahdon ilmaisussa tarvitaan jämäkkyyttä. Jämäkkyys on taitoa ilmaista omat itseä suojaavat rajat ja pitää niistä kiinni. Jämäkällä ihminen pystyy sanomaan selkeästi mitä hän haluaa, mihin hän suostuu ja mihin ei. Jotta toiset tietäisivät ja osaisivat kunnioittaa sinun rajojasi, sinun pitää oppia kertomaan ja ilmaisemaan selvästi mitä haluat ja mitä tarvitset ja toisaalta myös sen, mitä et halua ja mihin et suostu. Jämäkkyys helpottaa yhdessä olemista. Toisten ei tarvitse arvailla, mitä haluat ja mitä et.

5. Tehdään *Jämäkkä minä* -tehtävä (s. 179) pareittain tai pienryhmissä. Lapset kertovat toisilleen, millä lailla he täydensivät minä-sanalla alkavia lauseita.

6. *Oma tahto käyttöön* -harjoitus:

(Harjoitus suunniteltu yhteistyössä Riikka Nurmen ja Suomen Mielenterveysseuran kanssa).

Tämän harjoituksen avulla opitaan oman tahdon ilmaisemista ja itsensä puolustamista. Joskus omien rajojen puolustamisessa joutuu sanomaan toiselle vastaan ja käyttämään myös kovaa ääntä. Harjoituksessa lapset ovat joko paljain jaloin tai luisutamattomat jalkineet jalassa. Lapset ottavat samankokoisen parin ja työntävät toinen toisiaan olkapäistä. Toisen tehtävänä on sanoa kuuluvalla äänellä ”Täältä tullaan” ja toisen tehtävänä vastata ”Etkä tule”. Tässä harjoituksessa saa työntää toista kaikin voimin, mutta ei saa töniä, raapia, repiä, lyödä eikä muutoinkaan satuttaa toista. Työntäminen symbolisoi tässä omaa vahvuutta ja tahtoa vastustaa omien rajojen rikkomista. Tarkoituksena on leikkimielisesti kisailla, kumpi saa toisen työnnettyä taaksepäin. Sen jälkeen vaihdetaan rooleja niin, että toinen aloittaa työntää sanomalla ”Täältä tullaan” ja toinen vastaa siihen ”Etkä tule”. Sen jälkeen muodostetaan piiri ja jutellaan harjoituksesta:

- Millaista oli työntää kaikin voimin?
- Millaista oli sanoa toiselle vastaan?
- Millainen olo on kehossa ja millainen mielessä?
- Mitä sinulle toinen saa tehdä ja mitä ei?
- Missä tilanteissa omaa tahtoa tarvitaan?
- Millä tavoin on lupa puolustaa itseä ja omia rajoja? Mitä ei saa tehdä?

Jos toinen vain jatkaa sinun loukkaamistasi ja rajojesi rikkomista, voit lähteä tilanteesta pois ja kertoa omalle turva-aikuiselle.



### 1. STOP-leikki pienryhmissä

(mukailtu Minna Martin & Maila Seppä 2014: Hengitysterapeutin työkirja. 3. uudistettu painos. Mediapinta).

Tässä leikissä opetellaan tunnustelemaan sopivaa etäisyyttä toiseen ja harjoitellaan toisen pysäyttämistä sanoilla ja eleillä silloin, kun toinen on tulossa liian lähelle toista. Samalla opitaan kunnioittamaan kunkin omaa tilaa ja reviiriä. Yksi lapsista valitaan ensimmäiseksi pysäyttäjäksi ja STOP-sanan sanojaksi. Muut lapset ovat jonossa ja lähestyvät kukin vuorollaan pysäyttäjää. Kun pysäyttävä sanoo STOP ja nostaa kätensä eteen pysäyttämisen merkiksi, on lähestyvän lapsen silloin pysähdyttävä ja mentävä jonon viimeiseksi. Kun kaikki lapset ovat lähestyneet pysäyttäjää, menee pysäyttävä itse jonon viimeiseksi ja jonossa ensimmäisenä ollut tulee pysäyttäjäksi, kunnes kaikki ovat olleet vuoronperään pysäyttäjiä. Lapset voivat kokeilla erilaisia äänenpainoja toisen pysäyttämiseen ja erilaisia tapoja ja vauhteja toisen lähestymiseen. Toista ei saa satuttaa. Leikin lopuksi keskustellaan leikin myötä tulleista ajatuksista ja kokemuksista.

## 2. Ärjäisyharjoitus

(mukailtu Jussi Aaltonen: Turvataitoja nuorille. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2012).

Tässä harjoituksessa harjoitellaan kovan äänen käyttöä. Lapset keksivät pareittain käskypareja erilaisiin kieltäytymisen tilanteisiin. Käskyparit voidaan kirjoittaa taululle tai fläpille ja niitä voivat olla esimerkiksi

Anna! – En anna!

Tee! – En tee!

Ota! – En ota!

Katso! – En katso!

Mene! – En mene!

Tule! – En tule!

Joskus tarvitaan kovaa ääntä, jotta toinen uskoo ja ottaa sinut tosissaan.

Aina ei tarvitse totella toista.

Kannattaa itse ajatella ja harkita, mikä on viisasta ja mikä ei.

- Millaisissa tilanteissa tarvitset ärjäisytaitoa?
- Milloin toisen totteleminen ei ole viisasta?

## 3. Tää on mun paikka -harjoitus

(Jussi Aaltonen: Turvataitoja nuorille. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2012).

Lapset ottavat parin. Toinen istuu tuolilla ja toinen yrittää suostutella istujaa luovuttamaan paikkansa. Tuolilla istujaan ei saa koskea. Paikan voi yrittää saada itselleen pelkästään sanojen avulla. Istuja ei reagoi muutoin kuin sanomalla omalla tavallaan ja murteellaan: ”Tämä on minun paikkani”. Osia vaihdetaan ja lopuksi keskustellaan, miltä tehtävä tuntui kummassakin roolissa ollen.

- Missä tilanteissa tällaista jämäkkyyttä ja päättäväisyyttä tarvitaan?

4. Luetaan Aarrearkun tarina nimeltään *K-18* (Aarrearkku s. 246). Mietitään ja harjoitellaan, miten tuollaisessa tilanteessa tarinan lapsen kannattaisi toimia.

5. Leikitään Aarrearkussa olevia omien rajojen puolustamiseen liittyviä leikkejä kuten *Sihisevä kissa* tai *Tulta syöksevä lohikäärme* (s. 253).



Kotiin viedään *Jämäkkä minä* -tehtäväsivu keskusteltavaksi ja allekirjoitettavaksi.

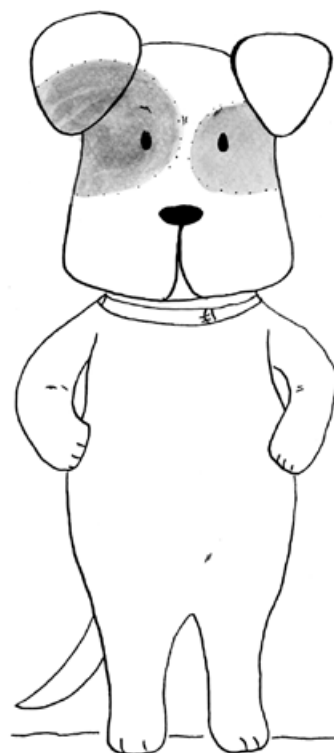


## JÄMÄKKÄ MINÄ

- Jämäkkyys auttaa sinua kertomaan, mitä sinä haluat ja mitä tarvitset.
- Jämäkkyys on kykyä puolustaa omia näkemyksiä, sanoa tarvittaessa EI ja poistua tilanteesta.
- Jämäkkyys on taito, joka auttaa suojautumaan vahingollisilta asioilta.
- Jämäkkyys auttaa toisten kanssa olemisessä: Kun sanot selkeästi, mitä ajattelet, toivot tai tarvitset, toiset kuuntelevat sinua paremmin ja osaavat ottaa sinut ja toiveesi huomioon.

Jatka seuraavia lauseita:

1. Minä haluan \_\_\_\_\_
2. Minä en halua \_\_\_\_\_
3. Minä toivon, että \_\_\_\_\_
4. Minun mielestäni \_\_\_\_\_
5. En pidä siitä, että \_\_\_\_\_
6. Minä ajattelen, että \_\_\_\_\_
7. Minusta tuntuu hyvältä \_\_\_\_\_
8. Minusta tuntuu pahalta \_\_\_\_\_



Allekirjoitus kotiväeltä \_\_\_\_\_

## Turvallinen koti



- **Opitaan, että jokaisella lapsella ja aikuisella on oikeus turvallisuuteen omassa kodissaan.**
- **Opitaan selviytymiskeinoja pelottaviin ja turvattomiin tilanteisiin kotona.**



1. Keskustellaan siitä, että jokaisella lapsella on oikeus turvalliseen kotiin.

- Millainen on turvallinen koti?
- Miltä tuntuu, kun olo on turvallinen?

Turvallisessa kodissa voi olla turvallisin mielin. Turvallisessa kodissa kukin voi olla oma itsensä ja ilmaista kaikenlaisia tunteita. Turvallisessa kodissa voi olla eri mieltä, ja ristiriidat selvitetään ilman väkivaltaa ja uhkailua. Turvallisessa kodissa välitetään, pidetään huolta toisista ja hellitään toisia. Asioita tehdään myös yhdessä.

2. Katsotaan yhdessä keskustelukuvaa *Oikeus turvalliseen kotiin* (s. 183) ja keskustellaan siitä. Jos joku lapsi kertoo kokemastaan väkivallasta tai kaltoinkohtelusta ryhmän läsnä ollessa, häntä kiitetään sanomalla esimerkiksi: ”Hyvä kun kerroit. Jutellaan ja palataan siihen myöhemmin kahdestaan.” Katso *Huolestuin – mitä teen?* -osiosta (s. 259) lisäohjeita lapsen kanssa puhumiseen, huolen puheeksi ottamiseen huoltajien kanssa sekä monialaiseen yhteistyöhön huolen tilanteissa.

- Mitä kuvassa tapahtuu?
- Miltähän lapsesta tuntuu? Miltähän lapsi mahtaa ajatella?
- Mikä tai kuka voisi auttaa lasta?
- Mitä lapsen kannattaisi tehdä?

Lasten kanssa on tärkeää käsitellä seuraavia asioita:

### **On väärin, jos aikuiset satuttavat ja lyövät toisiaan.**

On tavallista, että kotona aikuiset joskus riitelevät ja puhuvat kovaan ääneen, kun he ovat eri mieltä asioista. Riidellessä ei kuitenkaan saa käydä toiseen käsiksi ja satuttaa toista eikä myöskään loukata toista pahoilla sanoilla. Jos aikuiset kotona tai kodin ulkopuolella lyövät toisiaan, se on väärin. Suomen lain mukaan se on pahoinpitelyä ja väkivaltarikos. Toisen pakottaminen väkivalloin omaan tahtoon ei ole oikein. Suomen lain mukaan jokaisella on oikeus henkilökohtaiseen vapauteen, koskemattomuuteen ja turvallisuuteen. Joskus ihmiset saattavat selittää väkivaltaista käyttäytymistään sillä, että he ovat olleet humalassa, väsyneitä, sairaita tai pahalla päällä. Mitkään tällaiset syyt eivät anna oikeutta satuttaa toista.

Aikuisten kovaääninen ja arvaamaton käyttäytyminen – huutaminen, räyhääminen, tavaroiden rikkominen, lyöminen – pelottavat lapsia. Jotkut lapset menevät omaan huoneeseensa ja laittavat musiikin soimaan tai peiton korville, jotta kovat äänet eivät kuuluisi. Riidat kotona saattavat hävettääkin niin, ettei halua tuoda kavereita kotiin. Mieli voi tulla niin surulliseksi, että ei jaksaisi leikkiä, käydä koulua ja tehdä läksyjä. Vatsa tai pää voi olla kipeä. Yöllä voi nähdä painajaisia.

**Aikuisten riidat eivät ole lasten syytä.**

Aikuisten riidat ja väkivalta ei ole lasten syytä eikä niiden loppuminen ole lasten vastuulla. Väkivallan ja lyömisen lopettaminen on aikuisten vastuulla, mutta he voivat tarvita siihen ulkopuolisten apua. Väkivalta on vakava asia. Se satuttaa aina ja sen täytyy loppua. Usein väkivaltaa hävetään ja peitellään, mutta se ei auta lopettamaan sitä. Ensimmäinen askel väkivallan loppumiseen on se, että siitä aletaan puhua. Myös lapsella on oikeus puhua kaikista huolistaan ja peloistaan luotettavalle aikuiselle, vaikka häntä olisikin kielletty puhumasta. Lyönnit eivät saa koskaan olla salaisuuksia. Avun keinoja on olemassa, ja myös lapsella on lupa hakea apua.

3. Mietitään yhdessä, mikä auttaisi *keskustelukuvan* (s. 183) lasta.

➤ Mitä selviytymiskeinoja hänellä tilanteessa voisi olla?

Lasten esille tuomia keinoja voivat olla esimerkiksi:

- omalle turva-aikuiselle asiasta kertominen
- itsensä muistuttaminen siitä, että aikuisten riidat eivät ole lasten syytä
- naapuriin meneminen
- ystävän luo meneminen
- hätänumeroon soittaminen
- vanhemmille/aikuisille kertominen, että riitely ja lyömiset tuntuvat lapsesta pahalta
- yhteyden ottaminen lastensuojelun sosiaalityöntekijään tai poliisiin
- yhteyden ottaminen ilmaisiin lasten puhelin- tai nettipalveluihin.

**TÄRKEITÄ YHTEYSTIETOJA:**

- Yleinen hätänumero 112
- Poliisi 112
- Lasten auttava puhelin 0800 41 6041
- Lasten ja nuorten puhelin 116 111
- Poikien puhelin 0800 94 884
- [www.nettitupu.fi](http://www.nettitupu.fi)
- [www.turvakoti.net](http://www.turvakoti.net)



**Kaikki palvelut ovat maksuttomia!**

4. Lapset piirtävät kodin, jossa heillä on turvallista olla ja asua *Turvallinen koti* -tehtäväsivulle (s. 184).

Jokaisella lapsella on oikeus turvalliseen kotiin ja oikeus saada kasvaa ilman pelkoa.

5. Harjoitellaan oman itsen rauhoittelua *Hengitys turva-ankkurina* -harjoituksen avulla (Aarrearkku s. 251).



1. Harjoitellaan hätänumeroon soittamista (ks. ohjeet Aarrearkussa s. 253).

2. Perheväkivaltaan liittyviä lasten tuntemuksia, kokemuksia ja asenteita voidaan ryhmässä turvallisesti käsitellä lukemalla esimerkiksi Saara Laihon kuvakirjaa *Urhea Pikku-Nalle* (2002) Lasten Keskus.

3. Luetaan Aarrearkusta (s. 244) tarina *Kamala yö* ja pohditaan, mitä tarinan lapsi tilanteessa voisi tehdä ja mikä häntä auttaisi.



Lapset vievät kotiin ja tekevät loppuun aloittamansa *Turvallinen koti* -piirrostehtävän.



Suomen perustuslaki ja rikoslaki löytyvät osoitteesta [www.finlex.fi](http://www.finlex.fi).

Välineitä (lautapeli, tehtäväkortit, kirja ja oheismateriaali) tunteista, turvallisuudesta ja väkivallasta puhumiseen lasten kanssa: Kati Kivisaari & Henriikka Seppänen (2008) *Väkivalta, tunteet ja turvallisuus*. Psykologien kustannus Oy.

Tietoa niin lapsille kuin aikuisille väkivallasta ja avun saamisesta mm. osoitteissa [www.turvakoti.net](http://www.turvakoti.net) ja [www.ensijaturvakotienliitto.fi](http://www.ensijaturvakotienliitto.fi).

Aikuiselle taustatueksi sopivaa luettavaa: Holmberg, Tiina 2000: *Lapset ja perheväkivalta*. Lasten Keskus; Oranen, Mikko & Keränen, Eija 2006: *Lasten auttaminen*. Teoksessa *Perhe- ja lähisuhdeväkivalta. Auttamisen käytäntöjä*. Ensi- ja turvakotienliiton julkaisuja 35. Helsinki.

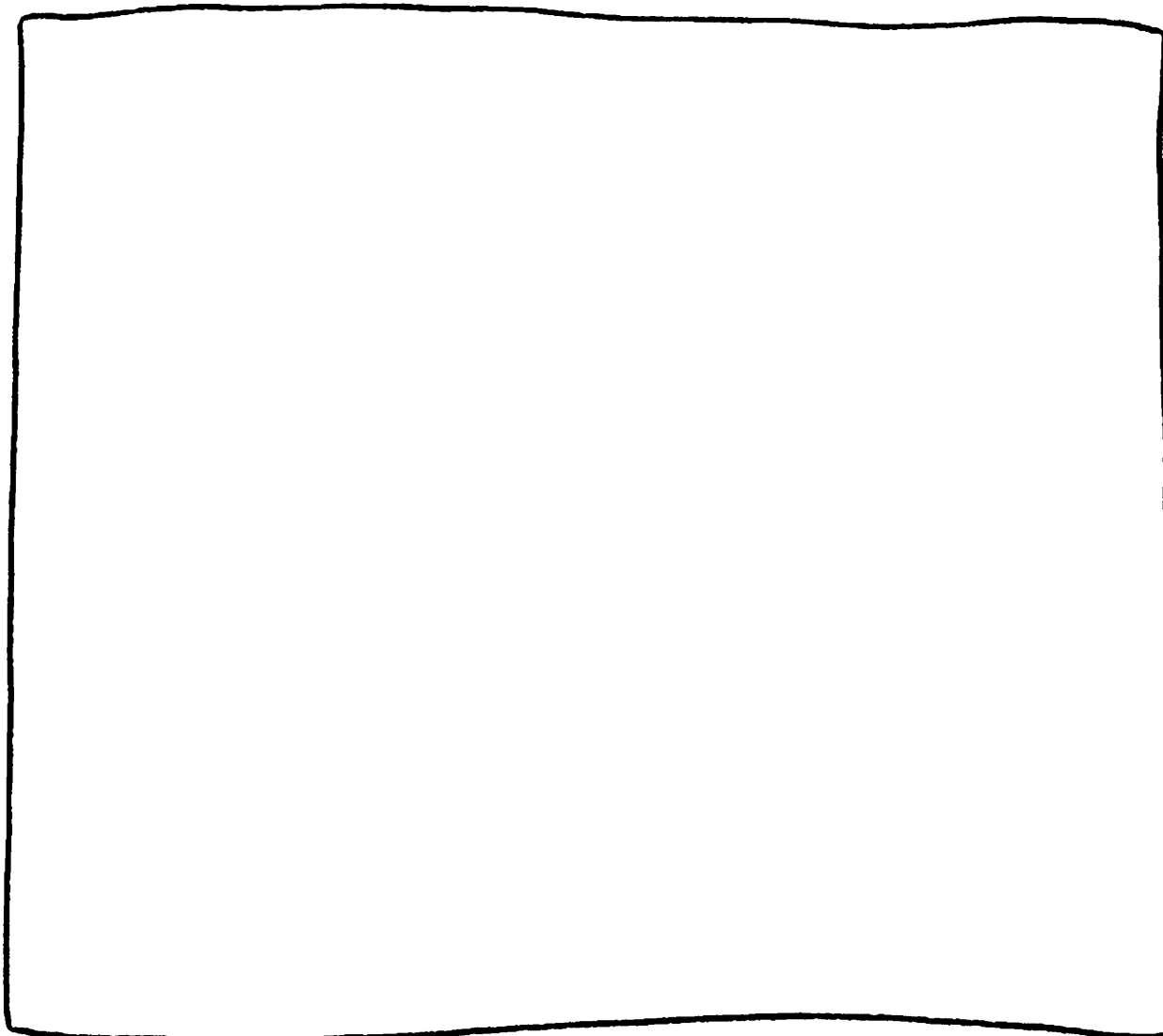


OIKEUS TURVALLISEEN KOTIIN





## TURVALLINEN KOTI



Jokaisella  
on oikeus  
turvalliseen kotiin!



Allekirjoitus kotiväeltä

---

## Lapsi on kosketuksissa monien kanssa



- Pohditaan, keiden ihmisten kanssa lapset ovat kosketuksissa.
- Mietitään, miltä kosketukset tuntuvat.



1. Katsellaan *Ryhmäpotretti*-keskustelukuvaa (s. 94) ja mietitään, keiden ihmisten kanssa lapset ovat kosketuksissa päivittäin, viikoittain tai harvemmin. Sellaisia voivat olla oman perheen aikuiset ja lapset, sukulaiset, ystävät, kaverit ja naapurit, päiväkodin tai koulun aikuiset ja harrastusten ohjaajat.

Kun touhuamme ja elämme yhdessä, kosketamme toisiamme monin tavoin. Pidämme toisiamme kädestä kiinni, taputtelemme, halaamme ja suukotamme. Mitä tärkeämpiä ja läheisempiä ihmiset ovat toisilleen, sitä enemmän he yleensä myös koskettavat toisiaan ja viihtyvät toistensa lähellä. Äidin, isän tai jonkun muun turvallisen aikuisen kainalossa oleminen voi tuntua turvalliselta. Aikuisen käsi olkapäällä tai hiusten silitys saattaa rauhoittaa. Pikkuveljen tai -siskon rutistus ja pehmeä poski voivat tuntua ihanilta, samoin lemmikkieläimen silittäminen tai sylissä pitäminen. Lapsia kosketetaan myös silloin, kun he tarvitsevat apua päivittäisissä toiminnoissa kuten peseytymisessä ja pukeutumisessa. Sairaana ollessa tarvitsemme hoitoa ja silloin meitä usein kosketetaan. Kosketetuksi tuleminen tai koskettaminen tuntuu useimmiten mukavalta, mutta se voi tuntua joskus myös epämukavalta tai kurjalta.

- Ketkä koskettavat sinua lähes päivittäin?
- Millä tavoin sinua kosketetaan?
- Millaisesta kosketuksesta sinä pidät?
- Keitä sinä kosketat mielelläsi?

2. Ohjaaja ja lapset katselevat yhdessä kuvasarjaa *Lapsi on kosketuksissa monien kanssa* (s. 189) ja juttelevat sen herättämistä ajatuksista. Ohjaajan on syytä harkita, mistä asioista keskustellaan yhteisesti koko lapsiryhmän kanssa ja mistä olisi parempi jutella kahden kesken. Jos lapsi kertoo ryhmän läsnä ollessa kokemastaan kaltoinkohtelusta, lasta on hyvä kiittää kertomisesta: ”Hyvä kun kerroit. Jutellaan siitä lisää myöhemmin.” Kun lapset kertovat epämukavista tai kurjista kosketuksista, ohjaaja siirtää keskustelun yleiselle tasolle kysyen heiltä esimerkiksi, mikä tai kuka lapsia tuollaisessa tilanteessa voisi auttaa tai mitä lasten tuollaisessa tilanteessa kannattaisi tehdä.

- Kenenkään lapsen ei tarvitse sietää epämukavia, pahalta tuntuvia tai hämmentäviä kosketuksia, vaan niistä pitää kieltäytyä. Lapset voivat itse päättää, missä heidän rajansa menevät ja kuinka heitä kosketetaan. Näitä asioita mietitään myöhemmin lisää *Minä selviydyn* -teeman yhteydessä.

**Keskustelukysymyksiä kuviin 1–6 (s. 189–191):**

- Miten tämä ihminen pitää sinua hyvänä?
- Millainen tämän ihmisen kosketus tuntuu sinusta erityisen hyvältä?
- Miten sinä näytät tälle ihmiselle, että pidät hänestä?
- Tuntuuko tämän ihmisen kosketus joskus epämukavalta tai kurjalta?
- Millaisesta tämän ihmisen kosketuksesta et pidä?
- Millä tavalla sinä näytät, jos et pidä tämän ihmisen kosketuksesta?
- Miten kieltäydyt epämukavasta kosketuksesta?

**Keskustelukysymyksiä kuvaan 7 (s. 192):**

Leikkiessään ja pelatessaan kotona, päivähoitossa, koulussa tai pihalla lapset koskettavat toisiaan. Jos on paha mieli ja itkettää, toinen voi lohduttaa. Toisten lasten kosketus voi myös sattua.

- Millainen kaverin kosketus tuntuu hyvältä?
- Millainen siskojen ja veljien kosketus on mukavan tuntuinen?
- Millainen kaverin, siskon tai veljen kosketus aiheuttaa pahaa mieltä tai satuttaa? Mitä silloin voi tehdä?

**Keskustelukysymyksiä kuvaan 8 (s. 192):**

Neuvolan tai koulun terveydenhoitajat mittaavat ja punnitsevat lapsia. He myös rokkovat ja ottavat verikokeita. Lääkärit kuuntelevat keuhkoja, tunnustelevat lapsia eri puolilta, katsovat korviin, silmiin tai suuhun. Hammaslääkärit tutkivat lasten hampaita ja suita. Aina nämä tutkimukset tai hoidot eivät tunnu mukavilta, ja joskus ne tekevät kipeää.

- Onko sinua joskus pelottanut neuvolassa, lääkärissä tai sairaalassa?
- Mikä sinua silloin rohkaisee?
- Miksi lasten on pelosta tai epämukavuuden tunteesta huolimatta hyvä suostua terveydenhoitajien ja lääkäreiden tutkimuksiin ja hoitoihin?

Näillä toimenpiteillä huolehditaan siitä, että lapset kasvavat hyvin ja pysyvät terveinä.

3. Lasten kanssa on tärkeää käsitellä seuraavia asioita:

**On väärin, jos lapset satuttavat ja lyövät toisiaan.**

Leikkiessä voi tulla välillä kaikenlaista riitaa ja harmia. Välillä kiukustutaan ja vihastutaan, kun kaikki ei mene oman mielen mukaan tai kun joku sanoo tai tekee pahasti toiselle. Ei ole väärin tuntee kiukkua ja vihastusta, mutta toisen lyöminen ja satuttaminen on väärin olkoonpa kyse kaverista, siskosta tai veljestä. Harmistukset on opittava purkamaan muulla tavoin ja erimielisyydet on selvitettävä puhumalla ja sopimalla. Aina voi myös pyytää aikuisia auttamaan erimielisyyksien selvittelyssä.

**On väärin, jos aikuiset lyövät ja satuttavat lapsia.**

Aikuiset tekevät väärin, jos he lyövät tai satuttavat lapsia. Läpsiminen, nipistäminen, tukistaminen, repiminen, kovakourainen käsittely, potkiminen, luunappien antaminen, piiskaaminen, lyöminen ja muu lapsen satuttaminen on aina väärin. Se on Suomen lain mukaan rikos. Jos sellaista tapahtuu, lapsen on kerrottava siitä turvalliselle aikuiselle. Aikuisten tehtävänä on suojella ja auttaa lasta. Lapsia ei saa satuttaa eikä lyödä, vaikka he olisivatkin olleet tottelemattomia tai tehneet jotain väärää. Vanhempien ja muiden aikuisten on löydettävä muita keinoja lasten ohjaamiseen.

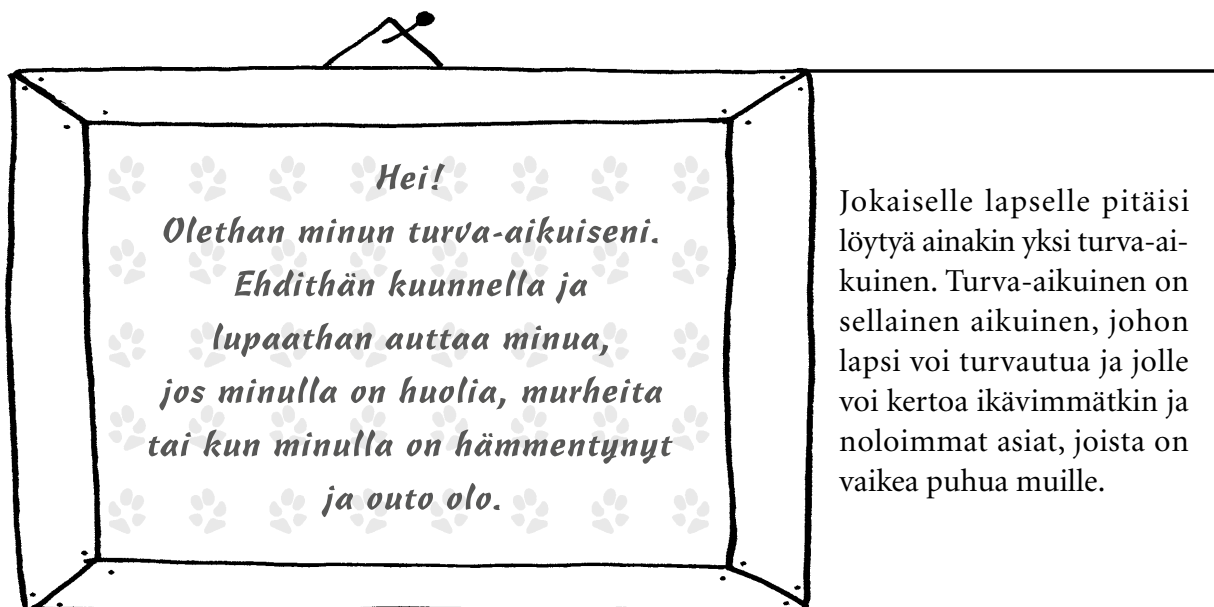
**On väärin, jos aikuiset puhuvat lapselle rumasti ja loukkaavasti.**

Joskus aikuiset saattavat puhua lapselle rumasti ja sanoillaan loukata häntä esimerkiksi nimittelemällä ja haukkumalla. Se ei ole oikein. Se tuntuu lapsesta pahalta ja tekee mielen surulliseksi. Pahoista sanoista ei jää päälle päin näkyvää jälkeä, mutta ne tekevät ikävän jäljen lapsen sisimpään. Lapsi voi silloin luulla olevansa jollain lailla huono, kelpaamaton tai arvoton.

**On väärin, jos lapset satuttavat tai lyövät aikuisia.**

Myöskään lapset eivät saa satuttaa aikuisia tai käydä aikuisiin käsiksi, vaikka he olisivat kuinka suuttuneita tai pettyneitä heihin. Lapset eivät myöskään saa puhua aikuisille rumasti ja loukkaavasti. Myös lasten on opetettava ilmaisemaan suuttumuksensa ja harmistuksensa muulla tavoin. Aikuisten tehtävä on auttaa lapsia kertomaan mieltä pahoittavista asioista ja siitä, mitä he haluavat ja tarvitsevat.

4. Minun turva-aikuiseni. Lapset pohtivat, kuka tai ketkä ovat heidän turva-aikuisiaan. Jokaiselle lapselle pitäisi löytyä ainakin yksi turva-aikuinen. Turva-aikuinen on sellainen aikuinen, johon lapsi voi turvautua ja jolle voi kertoa ikävimmätkin ja noloimmat asiat, joista on vaikea puhua muille. Tällaisen aikuisen luokse voi mennä silloinkin, kun on outo tai hämmentynyt olo eikä tiedä, mikä itseä vaivaa. Yhdessä mietitään, mistä kaikkialta tällaisia luotettavia aikuisia voi löytyä. Ne voivat olla samoja aikuisia kuin *Turvapassiin* (s. 97) merkityt. Tehdään kortti tai kirje omalle turva-aikuiselle piirtäen ja kirjoittaen, ja siihen voidaan halutessa liittää esimerkiksi seuraava teksti. Lapset voivat myös itse miettiä, mitä he turva-aikuiselleen haluaisivat kertoa.



5. *Mukava kosketus kiertämään* -leikki: Pehmoeläin, esimerkiksi Turre Turvakoira, pannaan kiertämään lapselta toiselle. Jokainen saa vuoronperään koskettaa sitä jollakin mukavalla tavalla. Pehmoeläimiä on mukava pitää hyvänä, ja siitä tulee hyvä mieli. Millaisesta kosketuksesta sinun lemmikkisi pitäisi? Laitetaanpa MUKAVA KOSKETUS kiertämään. Kuka aloittaa?



1. *Patsasleikin* (Aarrearkku s. 234) avulla opetellaan koskettamaan toista hyvällä ja mukavalla tavalla.

2. *Kosketuspussi*-leikki (Aarrearkku s. 235) johdattelee luontevasti keskustelemaan koskettamisesta.

3. Leikitään pelejä ja leikkejä, joissa ollaan mukavalla tavalla kosketuksissa kavereiden kanssa: *Leijonankesytytys*, *Ambulanssihippa* ja *Hiivintä* (Aarrearkku s. 235).

4. *Miltä sinusta tuntuu?* -harjoitus: Ohjaaja kertoo alla olevien esimerkkien mukaisesti jonkin tilanteen, jossa lasta kosketetaan. Kukin lapsi miettii, miltä hänestä sellaisessa tilanteessa tuntuisi ja näyttää sen peukuttamalla. Lapsille kerrotaan, että kukin kokee kosketukset erilaisina. Joku kokee miellyttävänä jonkin kosketuksen, jonka toinen kokee epämiellyttävänä.



Peukku ylöspäin – tuntuu hyvältä



Peukku alaspäin – tuntuu ikävältä



Peukku vaakatasossa – ei osaa sanoa

Miltä sinusta tuntuu, jos

- mummi halaa sinua syntymäpäivänäsi
- hippaleikissä sinua läpsäistään
- kaveri nipistää sinua
- koira nuolaisee kasvojasi
- sinua lyödään
- kaveri roikkuu kaulassasi
- lemmikkisi raapaisee
- isä/äiti laittaa kätensä sinun olkapäällesi
- sinua tukistetaan
- kaveri antaa sinulle koulun/päiväkodin pihalla suikon ilman lupaasi
- sinua retuutetaan
- hiuksiasi kammataan
- sinua tönäistään
- sinua hierotaan jaloista tai
- opettaja/hoitaja silittää sinua päästä?



Kotona lapset värittävät tehtävä sivusta *Tästä minä pidän* (s. 193) ne kuvat, joissa he haluaisivat olla, kun he kaipaavat lohdutusta, hoivaamista, paijaamista tai lähellä oloa.



Vanhemmille keinoja tukea lasta tunteiden säätelyssä ja oman tahdon harjoittelussa mm. sivustolla [www.mll.fi/vanhempainnetti](http://www.mll.fi/vanhempainnetti).

# LAPSI ON KOSKETUKSISSA MONIEN KANSSA

## 1. Äiti/äitipuoli ja lapsi



## 2. Isä/isäpuoli ja lapsi



### 3. Isoäiti ja lapsi



### 4. Isoisä ja lapsi





## 5. Päivähoidon/koulun/kerhon aikuiset ja lapsi



## 6. Harrastuksen ohjaaja/valmentaja ja lapsi



## 7. Kaverit ja sisarukset



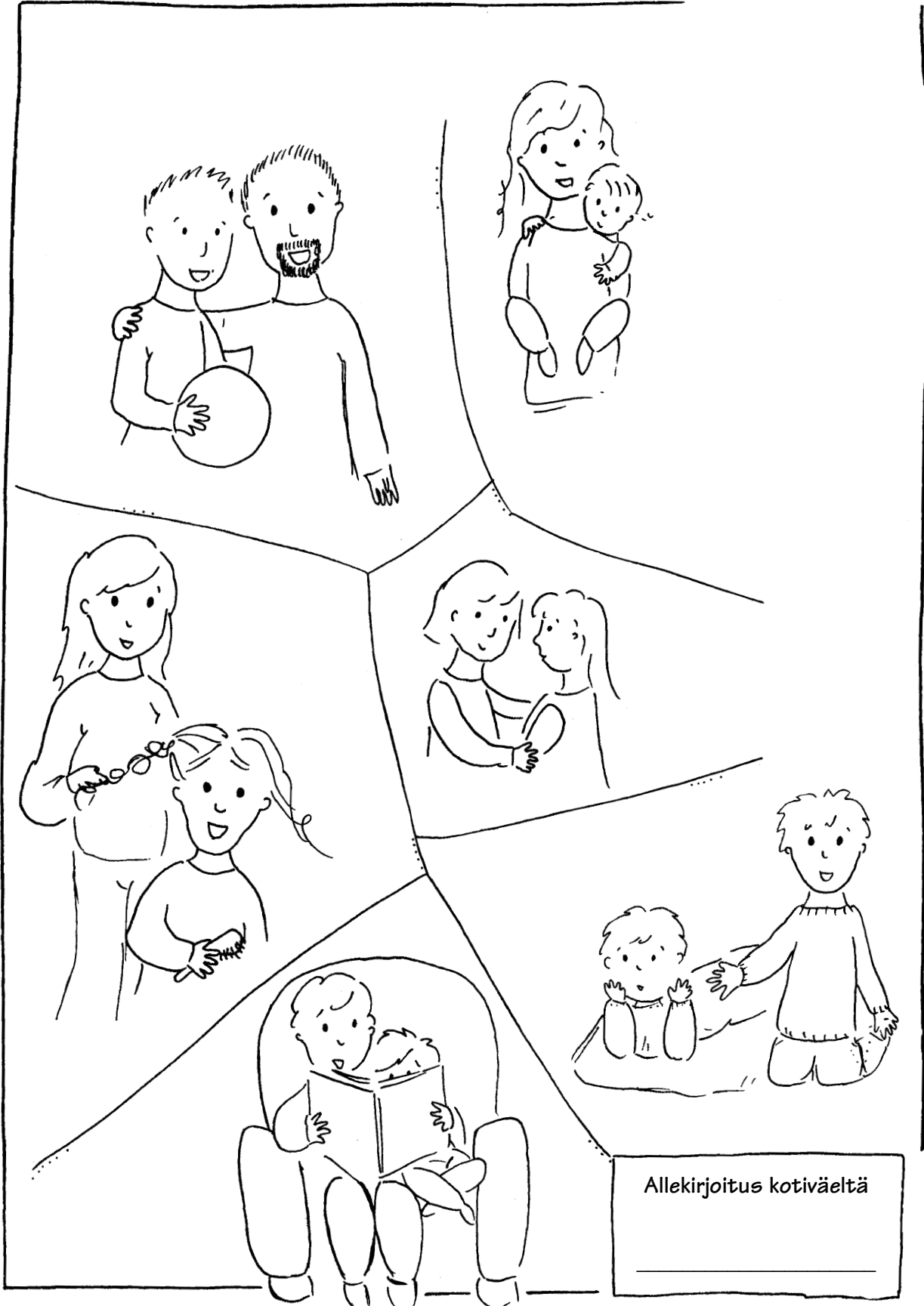
## 8. Lääkäri ja lapsi





## TÄSTÄ MINÄ PIDÄN

Väritä ne kuvat, joissa haluaisit olla, kun kaipaat lohdutusta, hoivaamista tai lähelläoloa. Pyydä kotiväeltä allekirjoitus.



## Vihreän ja punaisen valon kosketuksia



- Opitaan, että myös lapsi voi päättää, miten häntä kosketetaan.
- Opitaan tunnistamaan erilaisia kosketuksia, punaisen ja vihreän valon kosketuksia.



1. Keskustellaan siitä, mitä vihreän ja punaisen valon kosketukset ovat. Mukavia ja hyvälle mielelle saavia kosketuksia voidaan sanoa vihreän valon kosketuksiksi. Epämukavilta ja kurjilta tuntuja kosketuksia voidaan sanoa punaisen valon kosketuksiksi.

- Minkälaiset kosketukset voisivat olla vihreän valon kosketuksia?
- Minkälaiset kosketukset voisivat olla punaisen valon kosketuksia?



### Vihreän valon kosketuksista

- tulee **turvallinen** ja **hyvä olo**. Ne saavat meidät tuntemaan itsemme arvokkaiksi ja hyväksytyiksi. Vihreän valon kosketuksille sanomme mielessämme **KYLLÄ**.



### Punaisen valon kosketuksiksi sanomme kosketuksia,

- jotka tuntuvat **ikäviltä**, jotka **sattuvat** ja **tekevät kipeää**. Ne voivat myös **vihastuttaa** ja pelottaa. Niistä tulee paha mieli. Punaisen valon kosketuksiin ei tarvitse suostua. Niille pitää sanoa **EI**.
- jotka tekevät meidät **hämmentyneiksi** ja oloamme **epämukavaksi**. Emme ole aivan varmoja siitä, miltä ne tuntuvat tai mitä niistä ajattelemme. Tällaiset hämmentävät punaisen valon kosketukset voivat kohdistua omiin yksityisiin kehon osiin, jotka tavallisesti peittyvät uimapuvun alle. Myöskään hämmentäviin ja epämukaviin punaisen valon kosketuksiin ei pidä suostua. Niille pitää sanoa **EI**.
- joissa toinen **pakottaa**, **painostaa**, **suostuttelee** tai **lahjoo toista koskettamaan itseään**, esimerkiksi omiin yksityisiin alueisiinsa. Ei ole oikein pakottaa toista koskettelemaan itseään. Myös silloin on oikein sanoa **EI**.

Punaisen valon kosketuksia ei saa koskaan pitää salaisuutena, vaikka joku niin vaatisikin. On aina oikein kertoa niistä luotettavalle aikuiselle.

2. Lapset piirtävät tehtävä sivulla *Minä päätän itse kehostani* (s. 197) olevan kuvan muistuttamaan enemmän heitä itseään. Kuvastahan ei voi esimerkiksi nähdä, onko siinä tyttö vai poika. Kukin lapsi värittää kuvasta vihreäksi ne alueet tai kohdat, joihin toiset saavat häntä koskettaa, ja punaisiksi ne kehon osat, jotka ovat yksityisiä alueita, joihin toiset eivät saa häntä koskettaa ilman hänen lupaansa ja joista lapsi saa itse päättää. Samalla voidaan nimetä, mitä kehon osia ihmisellä on ja mitä kaikkia nimityksiä niille on olemassa.

### 3. Tärkeitä keskusteluaiheita:

Myös lapsi saa itse päättää siitä, millä tavalla häntä kosketetaan. Lapsen keho kuuluu lapselle itselleen.

Rakasta itseäsi ja pidä kehostasi hyvää huolta, sillä se on sinun koko loppuelämäsi ajan, vaikka kasvat ja muututkin!

Kenelläkään ei ole oikeutta koskettaa lasta tavalla, joka satuttaa, pelottaa tai hämmentää häntä. Kenelläkään ei ole lupa koskettaa lasta hänen yksityisiin alueisiinsa eikä uimapuvun alle jääviin osiin ilman lapsen lupaa. Jos joku on kiinnostunut lapsesta tällä tavoin, se on väärin eikä lapsen tarvitse suostua mihinkään, mitä hän yrittää tehdä.

#### **Lapsi saa ajatella itsenäisesti ja ”omilla aivoillaan”.**

Lapsella on lupa luottaa omiin sisäisiin varoituskelloihinsa ja tunteisiinsa. Lapsella on lupa olla tottelematta aikuista tai toista lasta, joka ehdottaa hänelle jotain hämmäntävää tai sopimatonta. Silloin on oikein kieltäytyä, sanoa ei, lähteä pois ja kertoa siitä jollekin luotettavalle aikuiselle. Joskus lapsen on tarpeen olla sinnikäs kuuntelijaa etsiessään. On melko tavallista, että aikuiset eivät kiireissään kuuntele lasta. Lasten huolia usein mitätöidään ja ne ohitetaan.

#### **Mitään kosketusta ei tarvitse pitää salaisuutena.**

Jos lasta on jo kosketettu punaisen valon kosketuksella tai jos häntä on pakotettu suostumaan punaisen valon kosketuksiin, on oikein kertoa siitä viipymättä jollekin luotettavalle aikuiselle. Mitään kosketusta ei tarvitse pitää salaisuutena, vaikka joku niin vaatisikin. Lapsen on hyvä tietää, että syy ei ole lapsen. Aikuinen on vastuussa, ja aikuisen ja isomman tulee tietää, mikä on oikein ja mikä on väärin. Lapsessa ei ole syytä silloinkaan, jos hän on joutunut tekemään jotakin, mitä aikuinen häneltä on vaatinut.

#### **Lapsen koskettaminen vahingoittavalla tavalla on aina rikos.**

Jos aikuinen tai yli 15-vuotias nuori vahingoittaa lasta fyysisesti esimerkiksi lyömällä, se on rikos. Jos aikuinen tai yli 15-vuotias nuori tekee lapselle seksuaalisen teon, esimerkiksi koskettaa lasta hänen yksityisiin alueisiinsa/uimapuvun alla oleviin alueisiin/sukupuolielimiin tai pyytää lasta tekemään jotakin vastaavaa itselleen, se on rikos. Rikos on myös se, että lasta pakotetaan katsomaan toisen sukupuolielimiä tai että hänelle näytetään seksuaalisväritteisiä kuvia tai videoita ja puhutaan seksuaalissävytteisellä tavalla. Edellä mainitut teot alle 15-vuotiaan tekemänä eivät johda rikosoikeudellisiin seuraamuksiin, mutta myös niistä on hyvä ja täytyykin kertoa turvalliselle aikuiselle.

#### **Aikuisten on suojeltava lasta.**

Jos lapsi riehuu niin, että hän vahingoittaa itseään tai toisia lapsia tai jos hän rikkoo tavaroita, aikuisten on estettävä se vaikkapa pitämällä lapsesta kiinni. Se ei ehkä tunnu lapsesta mukavalta. Silti aikuisten on tehtävä sillä tavoin, ettei mitään vahinkoa sattuisi. Rajoittamalla lasta aikuinen suojelee ja auttaa lasta hallitsemaan käyttäytymistään. Tämä ei ole punaisen valon kosketusta. Lasten on hyvä suostua myös terveydenhoitajien ja lääkärien hoitoihin, vaikka ne tekisivätkin kipeää, koska ne ovat lasten terveyden ja hyvinvoinnin kannalta tärkeitä. Niihin liittyvät kosketukset eivät myöskään ole punaisen valon kosketuksia.

4. Tehdään jokin *Lupa omiin rajoihin* -teemassa (s. 175) olevista harjoituksista (*Ärjäisy-harjoitus, Oma tahto käyttöön, Tää on mun paikka, STOP-leikki, Sihisevä kissa* tai *Tulta syöksevä lohikäärme*).



1. *Vihreä vai punainen valo?* -tehtävä sivun (s. 198) avulla harjoitellaan tunnistamaan erilaisia kosketuksia. Kullekin lapselle jaetaan punainen ja vihreä kartonkipala, joiden avulla he näyttävät, onko kosketus punaisen vai vihreän valon kosketus.

2. Leikitään kehonosiin liittyvää jumppalaulua (Aarrearkku s. 235).

3. Leikitään leikkejä, joissa harjoitellaan määräämistä ja ohjaamista: *Salmiakkikuvio, Karjaa ja Karkkila* -leikki (Aarrearkku s. 235).

4. Luetaan kuvakirjaa *Peikon häntä*. Tarinaa voidaan leikkiä käsinukkien tai pikku-symbolien avulla pöytäteatterin tavoin (ks. Aarrearkku s. 256) ja sen pohjalta voidaan harjoitella oman tahdon selkeää esittämistä ja Ei-sanan sanomista. Ei-sanan sanomista harjoiteltaessa on hyvä kiinnittää huomiota siihen, että kehon viesti (ilmeet, eleet, asento) on samansuuntainen kuin sanallinen viesti.

5. *Minä päätän itse kehostani* -tehtävä voidaan tehdä punaisia ja vihreitä liimalappuja käyttäen joko yhteisenä tai omana tehtävänä. Isolle paperille tai paperirullalle piirretään joko yhden lapsen tai jokaisen lapsen ääri viivat. Tämän jälkeen lapset kiinnittävät kehon kuvaan joko yhteisesti keskustellen tai yksin miettien vihreitä liimalappuja niihin kohtiin, joihin heitä saa koskea ja punaisia liimalappuja niihin kohtiin, jotka ovat heidän yksityisiä alueitaan ja joihin heitä ei saa koskea ilman heidän lupaansa. Keltaisia liimalappuja voidaan käyttää niissä kohdissa, joiden yksityisyydestä lapset ovat epävarmoja. Lopuksi katsellaan kuvaa/kuvia ja keskustellaan mahdollisista epävarmoista kohdista. Lapset voivat täydentää kehon kuvaa piirtämällä siihen kasvot, hiuksia ja vaatteita.



*Vihreän vai punaisen valon kosketus?* -kuvakoosteen (s. 199) avulla lapset pohtivat, mitkä kosketukset ovat punaisen ja mitkä vihreän valon kosketuksia, sekä värittävät sen mukaisesti kunkin kuvan vieressä olevan lampun joko punaiseksi tai vihreäksi. Keltaisen valon voi värittää, jos ei tiedä, kumman valon kosketuksesta on kysymys. Näitä kohtia on hyvä miettiä yhteisesti ryhmässä.



*Minä päätän itse kehostani* -tehtävä, *Vihreä vai punainen valo?* -tehtävä ja *Vihreän vai punaisen valon kosketus?* -tehtävä löytyvät digitaalisena osoitteesta <http://static.jamk.fi/tutapelit/>.

Rikoslaki 20. luku, [www.finlex.fi](http://www.finlex.fi).

Ota puheeksi – Internet ja lasten seksuaalinen hyväksikäyttö -opas on saatavissa osoitteessa [www.pelastakaalapset.fi](http://www.pelastakaalapset.fi).

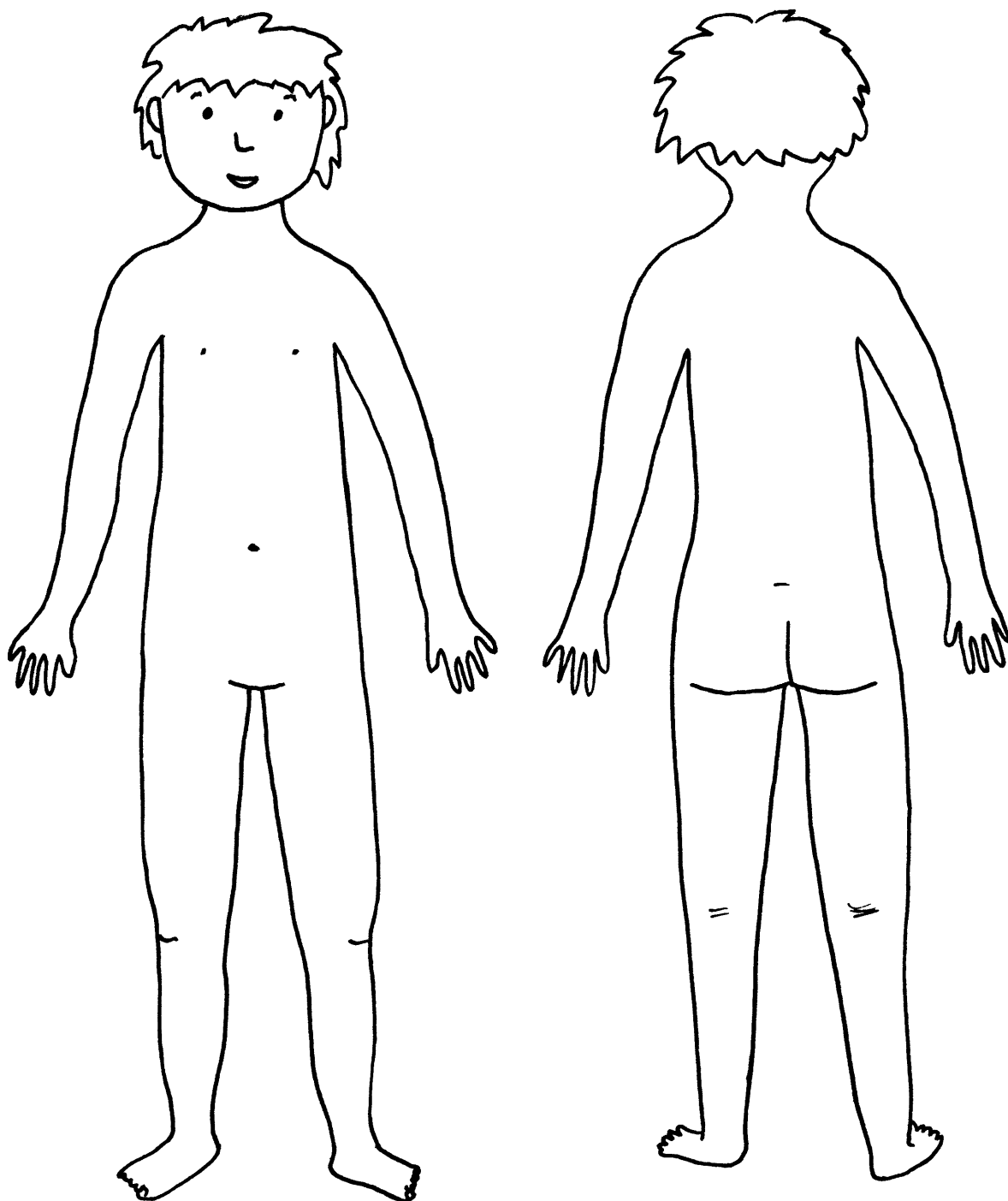
Sari Vento & Mika Launis 2007. *Peikon häntä*. WSOY.

## MINÄ PÄÄTÄN ITSE KEHOSTANI

Tee kuvasta enemmän itsesi näköinen.

Väritä vihreäksi ne alueet tai kohdat, joihin sinua saa koskettaa.

Väritä punaisiksi ne kehon osat, jotka ovat yksityisiä alueitasi ja joihin ei saa koskea ilman sinun lupaasi ja joista erityisesti sinä itse saat määrätä.



## VIHREÄ VAI PUNAINEN VALO?

Väritä lamppu vihreäksi, kun kosketus on sinusta mukava, ja punaiseksi, kun kosketus on sinusta ikävä, hämmentävä, pelottava tai satuttava.

- 1. Luokkakaveri tönii ruokajonossa.
- 2. Mies, 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 isä haluaa sinua hyvästiksi.
- 10. Pikkuveli puraisee sinua.
- 11. Sinua lyödään.
- 12. Ystäväsi pitää sinua kädestä.

Keksi itse seuraavat:

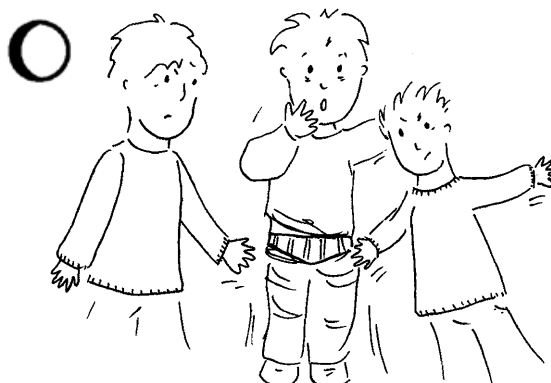
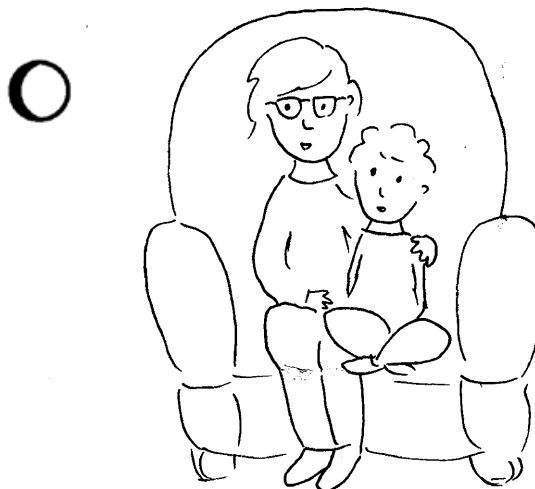
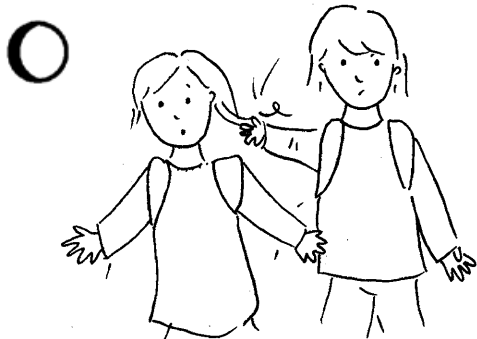
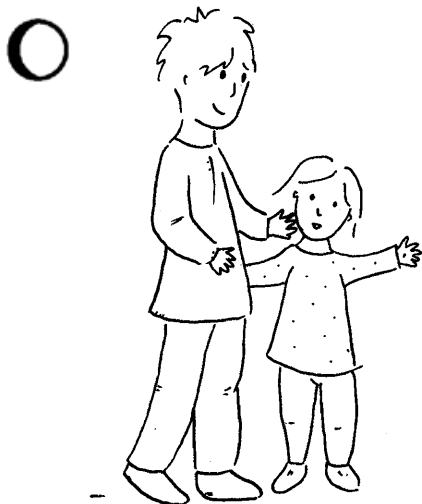
- 13. \_\_\_\_\_
- 14. \_\_\_\_\_





## VIHREÄN VAI PUNAISEN VALON KOSKETUS?

Väritä lamppu vihreäksi, kun kosketus on sinusta mukava ja turvallinen.  
 Väritä lamppu punaiseksi, kun kosketus on sinusta ikävä, satuttava, pelottava tai hämmentävä ja sellainen, josta et pidä ja johon sinun ei tarvitse suostua. Voit värit-  
 tää lampun keltaiseksi, jos et ole varma, minkälaisesta kosketuksesta on kysymys.  
 Pyydä kotiväeltä allekirjoitus.



Allekirjoitus kotiväeltä \_\_\_\_\_

# MINÄ SELVIYDYN

## Minä selviydyn



- Opitaan tunnistamaan turvallisuutta uhkaavia tilanteita, joissa lasta houkuteltaan tai lahjotaan tekemään jotakin tai pyydetään säilyttämään vääränlaisia salaisuuksia, ja mietitään, miten sellaisista tilanteista voi selviytyä.
- Opitaan, että kuka tahansa, tuttu tai tuntematon, voi olla se henkilö, joka koskettaa lasta väärällä tavalla, punaisen valon kosketuksella.
- Opitaan toimimaan punaisen valon tilanteissa.



1. Kuvakoosteessa *Miten selviydyn?* (s. 205–206) on piirrettynä erilaisia lapsen turvallisuutta ja hyvinvointia uhkaavia tilanteita. Ratkaisuja ja selviytymiskeinoja kuvien esittämiin tilanteisiin etsitään yhdessä tai pienissä ryhmissä näytellen esimerkiksi forum-teatterin (Aarrearkku s. 254) tai *KLIK*-leikin (Aarrearkku s. 254) tapaan, harjoitellen, keskustellen, *Turvaohjeita* (s. 100), *Selviytymisreppua* (s. 56) ja erilaisia toiminnallisia harjoituksia apuna käyttäen. Ohjaajan tulee huolehtia siitä, että alla mainitut, kuhunkin kuvaan liittyvät tärkeät seikat tulevat keskustelussa esille.

### **Kuva 1: Tuntematon pyytää sinua mukaansa tai pyytää sinua auttamaan.**

Jos joku tuntematon pyytää sinua mukaansa esimerkiksi sisälle johonkin rakennukseen, kotiinsa, kujille tai metsikköön tai pyytää sinulta apua, se on punaisen valon tilanne. Sano EI, lähde päättäväisesti pois ja kerro heti asiasta jollekin turvallisel le aikuiselle. Tuntematon aikuinen voi pyytää kyllä apua toiselta aikuiselta. Jos joku, jota et tunne, kyselee nimeäsi tai osoitettasi, sinun ei pidä kertoa niitä hänelle. Kerro kotona, päiväkodissa tai koulussa jollekin turvallisel le aikuiselle tuntemattomasta mukaan pyytäjistä tai kyselijästä.

- Ketä sanotaan tuntemattomaksi?
- Millaisissa tilanteissa ja kenelle sinun on kuitenkin syytä kertoa nimi ja osoite, vaikka et ennestään kysyjää tuntuksikaan? (Poliisi, sairaalan ja terveyskeskuksen henkilökunta, kun on eksyksissä tai kun on muu tilanne, jossa tarvitset apua).

### **Kuva 2: Tuntematon yrittää saada sinut autoonsa.**

Jos joku tuntematon autoilija kysyy sinulta jotain, pyytää tai houkuttelee sinua autoonsa tai yrittää ottaa sinusta kiinni, se on punaisen valon tilanne. Älä lähde mukaan, vaikka hän houkuttelisi sinua lupaamalla sinulle mukavia asioita. Juokse paikalta pois ja huuda tarvittaessa apua kovaan ääneen.

- Millä tavoin tuntematon henkilö voi houkuttaa lasta autoonsa?

Älä lähde tuntemattoman mukaan missään tilanteessa, vaikka hän kertoisi tuntevansa sinun vanhempasi tai pyytäisi sinulta apua. Tuntematon aikuinen voi pyytää kyllä apua toiselta aikuiselta. Juokse ja mene jonkun sinua vanhemman henkilön luokse ja kerro, mitä hän halusi sinun tekevän.

- Kuka voisi olla sellainen henkilö, jolle voisit kertoa?

Vaikka mukaan pyytävä olisi tuttuakin aikuinen, ei mukaan ole syytä lähteä, ellei vanhempien kanssa ole sellaisesta sovittu.

**Kuva 3: Joku, jota et tunne, seuraa sinua.**

Jos sinua seurataan, juokse! Mene johonkin lähellä olevaan paikkaan, jossa on muita ihmisiä ja jonka tiedät olevan turvallinen. Mene kotiisi, jos tiedät jonkun olevan siellä paikalla.

- Mihin voisit mennä (kauppa, kahvila, kirjasto, koulu, päiväkot)? Kerro jollekin turvalliselle aikuiselle tuntemattomasta tai oudosta seuraajasta.

**Kuva 4: Sinulle tarjotaan herkkuja, pelejä tai rahaa.**

- Mikä on lahjus?
- Millaisia lahjuksia lapsille voitaisiin tarjoilla (raha, makeiset, pelit, vaatteet, videot, tupakka...)?

Jos joku tarjoaa sinulle lahjaa tai palkkiota koskettelusta tai kuvien lähettämisestä, se on lahjontaa. Lahjuksista on oikein kieltäytyä. Sellaisesta on oikein kertoa turva-aikuiselle.

**Kuva 5. Olet yksin kotona ja joku haluaa päästä sisälle.**

Jos joku tuntematon haluaa tulla kotiisi, kun olet yksin, älä avaa ovea.

**Kuva 6. Saat häirintäviestejä tai joku lähestyy sinua netissä hämmentävällä tai uhkaavalla tavalla.**

Jos saat viestin, joka hämmentää tai pelottaa sinua, älä vastaa siihen, mutta säilytä se. Sinun ei tarvitse edes lukea sellaista viestiä, vaan näytä se turva-aikuisellesi. Kun liikut netissä, vältä antamasta tietoja, joita toiset voivat käyttää väärin (koko nimesi, kotiosoitteesi, puhelinnumerosi, sähköpostiosoitteesi, valokuvasi ja pankkitietosi). Voit käyttää nimimerkkiä.

Älä jää keskustelemaan, jos joku sanoo tai kirjoittaa jotakin, joka huolestuttaa sinua tai saa olosi tuntumaan epämukavalta. Älä vastaa vihjailevaan, tunkeilevaan tai seksuaalissävytteiseen viestiin. Tallenna se kuitenkin. Kerro siitä ja näytä se turva-aikuisellesi. Jos näet netissä mieltä järkyttäviä kuvia, sulje sivu ja kerro siitä turva-aikuiselle. Ole valpas, jos joku pyrkii kovin läheiseksi kanssasi. Jos joku ehdottaa sinulle tapaamista, muista, että et voi olla varma, että hän on todella sitä, mitä hän kertoo olevansa. Jos kuitenkin tahdot tavata jonkun netissä tapaamasi henkilön, ota joku aikuinen mukaan ja sovi tapaaminen yleiseen paikkaan, esimerkiksi kahvilaan.

**Kuva 7. Joku perheestäsi tai joku muu sinulle tuttu henkilö koskettaa ikävällä tavalla.**

Jos joku perheestäsi (aikuinen tai sisarus) tai muu sinulle läheinen ja tuttu ihminen koskee sinua tavalla, joka tekee olosi epämukavaksi, pelokkaaksi ja hämmentyneeksi, se on punaisen valon koskettamista. Saattaa olla niin, että pidät tästä ihmisestä, vaikkakaan et siitä tavasta, jolla hän koskettelee sinua. Jos tuttu ja sinulle läheinen ihminen koskettelee sinua yksityisiin alueisiin epämukavalla tai hämmentävällä tavalla tai suostuttelee sinua koskettelemaan itseään, se on punaisen valon koskettamista. Tutullekin aikuiselle, myös omalle vanhemmalle ja sinua isommalle lapselle pitää tällaisissa tilanteissa sanoa EI tai LOPETA. Tällaisissa tilanteissa lapsen ei pidä totella aikuista.

- Miten sinä voit kieltäytyä punaisen valon kosketuksista?

- Mitä voit tehdä silloin, kun toinen ei lopeta, vaan jatkaa kiellostasi huolimatta?

Lapsikin voi puolustaa itseään ja omia rajojaan. Lapsi itse voi päättää, miten häntä kosketaan.

Lähde pois ja kerro tilanteesta jollekin sellaiselle henkilölle, johon voit luottaa. Kerro, vaikka sinua olisi kielletty kertomasta tai sinua olisi uhkailtu. Koskettamista ei tarvitse pitää salaisuutena. Aikuisten tehtävänä on auttaa sinua ja saada sellainen loppumaan.

- Kenelle voisit kertoa?
- Mitä voit tehdä silloin, jos sinua ei uskota?

Kerro niin kauan ja niin monelle, kunnes joku kuuntelee ja uskoo sinua!

Vastuu siitä, että lapsella on turvallista ja hyvä olla läheisten ihmisten kanssa, on aina aikuisella!

### **Kuva 8. Joku kaverisi tai joku toinen lapsi/nuori koskettelee sinua tavalla, josta et pidä.**

Jos joku sinun kaverisi tai joku muu sinulle vähän vieraampi lapsi tai nuori koskettaa sinua tavalla, josta et pidä (roikkumalla, repimällä, tönimällä, nipistämällä, puremalla, kutittamalla, läppimällä, läpsimällä, tukistamalla, puristamalla, potkimalla, lyömällä), se on punaisen valon kosketus. Sinä itse päätät, miten sinua saa koskettaa ja lähestyä. Vaikka toinen pitäisi koskettelua leikkinä, mutta jos se sinusta tuntuu kurjalta tai satuttaa sinua, sinulla on oikeus kieltäytyä siitä ja sanoa Ei tai LOPETA.

- Millä muulla tavoin voit näyttää tai sanoa kaverille, että et pidä siitä ja haluat hänen lopettavan?
- Mitä teet, kun toinen ei lopeta kiellostasi huolimatta?

Lähde pois ja kerro tilanteesta jollekin aikuiselle. Kerro, vaikka kaverisi kieltäisi sinua kertomasta tai hän uhkailisi sinua. Koskettamista ei tarvitse pitää salaisuutena. Aikuisten tehtävänä on auttaa sinua ja saada kurjat koskettamiset loppumaan.

- Kenelle voisit kertoa?
- Mitä voit tehdä silloin, jos aikuinen ei kuuntele tai usko sinua?

Kerro niin kauan ja niin monelle, kunnes joku kuuntelee ja uskoo sinua!



2. Kerrataan turvaohjeet ja harjoitellaan niitä arjen eri tilanteissa sekä leikkien ja draaman avulla.

3. Piirrä *hyvä salaisuus*. Lapset piirtävät tehtäväsivulla (s. 207) olevaan laatikkoon hyvän salaisuuden.

Keskustelu:

- Mikä voisi olla hyvä salaisuus?
- Mikä voisi olla huono salaisuus?
- Mikä on hyvän ja huonon salaisuuden ero?

**Hyvä salaisuus** saa olon tuntumaan mukavalla tavalla jännittävältä. Olosi on kuitenkin turvallinen. Hyvä salaisuus on esimerkiksi jokin kiva ja ilahduttava yllätys toiselle.

**Huono salaisuus** saa olon tuntumaan pelokkaalta ja kurjalta. Jos joku käskee sinua pitämään huonon salaisuuden, sinun ei tarvitse totella häntä. Kerro huonosta salaisuudesta omalle turva-aikuiselle, vaikka sinua olisi kielletty puhumasta tai vaikka sinua olisi uhkailtu.

- Millaisia huonoja salaisuuksia voisi olla?
- Mitä uhkailu tarkoittaa?
- Miksi joku uhkailee tai pelottelee?
- Miksi on tärkeää kuitenkin kertoa?
- Kenelle sinä voit kertoa huonosta salaisuudesta?



**Kosketuksia ei tarvitse koskaan pitää salaisuuksina.**

**Ei ole lapsen syy, jos häntä on huijattu tai lahjottu pitämään halauksia, suukkoja, koskettelua tai lyömisistä salaisuuksina.**



1. Luetaan tarina nimeltään *Itsensä paljastelija alikulkutunnelissa* (Aarrearkku s. 245).

- Miksi Lotta pelästyi?
- Mitä Lotan kannattaisi tehdä?

Itsensä paljastaminen julkisilla paikoilla on väärin ja se on rikos. Tällaisesta tilanteesta pitää lähteä pois ja kertoa siitä turvalliselle aikuiselle. Siitä on ilmoitettava myös poliisille. Harjoitellaan *hätänumeroon soittamista* (Aarrearkku s. 253).

2. Luetaan tarina *Lauri uimahallissa* (Aarrearkku s. 245).

➤ Mitä Laurin pitää tehdä?

Jos joku koskettelee sinua sinun yksityisiin alueisiisi esimerkiksi uimahallissa/uimarannalla/kylpylässä, se on väärin. Sellaisesta tilanteesta on lähdettävä heti pois ja kerrottava omalle turvalliselle aikuiselle ja uimahallin valvojille. Siitä on ilmoitettava myös poliisille.

3. Luetaan Aarrearkussa (s. 242) oleva tarina *Tiinan iltapäivä*.

Lapset miettivät alla olevien kysymysten avulla yhteisesti tai ryhmissä selviytymiskeinoja tarinan Tiinalle.

- Mitä Keijo-eno teki?
- Mitä Tiina teki?
- Miten Tiina voisi kieltäytyä suukosta?
- Mitä Tiinan kannattaisi seuraavaksi tehdä?
- Kenelle Tiina voisi kertoa?
- Entä jos Tiinaa ei uskota?
- Mitä sinä olisit tehnyt?

Selviytymiskeinot kootaan yhteisesti taululle. Sen jälkeen luetaan jatkotarinat, *Tiina sanoo EI* (Aarrearkku s. 243) ja/tai *Tiina kertoo äidille* (Aarrearkku s. 243), joissa selviää, miten Tiina selviytyi tilanteesta.

4. Lapsi piirtää tehtäväsivulle *Minä pärjään kyllä* (s. 208) itsensä kuvittelemaansa houkuttelutilanteeseen ja kirjoittaa puhekuplaan sen, mitä hän tilanteessa sanoisi.



Kotiin

Kotiin lähetetään tehtäväsivu (s. 209), jossa on kootusti selviytymisohjeet *Miten selviydyn* -kuvasarjan tilanteisiin. Tarkoituksena on, että lapsi keskustelelee niistä kotiväkinsä kanssa.



Vinkkaus

Ohjeita netin turvalliseen käyttöön on mm. osoitteissa [www.mll.fi](http://www.mll.fi) ja [www.pelastakaalapset.fi](http://www.pelastakaalapset.fi).

## MITEN SELVIYDYN?

1. Tuntematon pyytää sinua mukaansa tai pyytää sinulta apua?

"Minulla on tuolla kissanpentuja.  
Mennään katsomaan."  
"Koirani on kadonnut,  
tuletko auttamaan?"



2. Tuntematon yrittää saada sinut autoonsa.

"Tulkaa lapset autoon,  
niin voin viedä  
teidät jätskille/kotiin."



3. Joku, jota et tunne, seuraa sinua.  
Mitä teet?



4. Sinulle tarjotaan herkkuja,  
pelejä tai rahaa. Mitä teet?

"Haluatko maistaa  
näitä karkkeja?"



## MITEN SELVIYDYN?

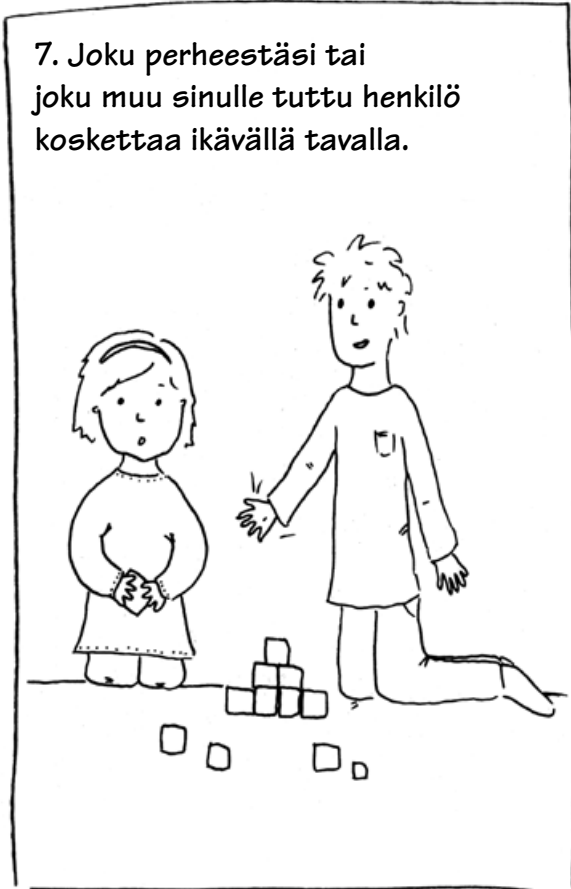
5. Olet yksin kotona ja joku haluaa päästä sisälle.



6. Saat häirintäviestejä tai joku lähestyy sinua netissä hämmentävällä tavalla.



7. Joku perheestäsi tai joku muu sinulle tuttu henkilö koskettaa ikävällä tavalla.



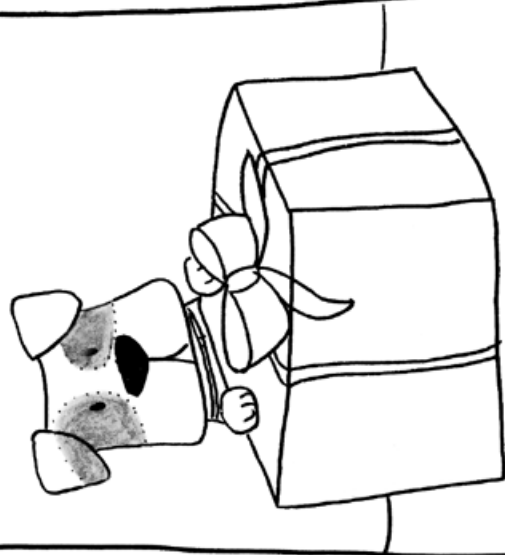
8. Joku kaverisi koskettelee sinua tavalla, josta et pidä.





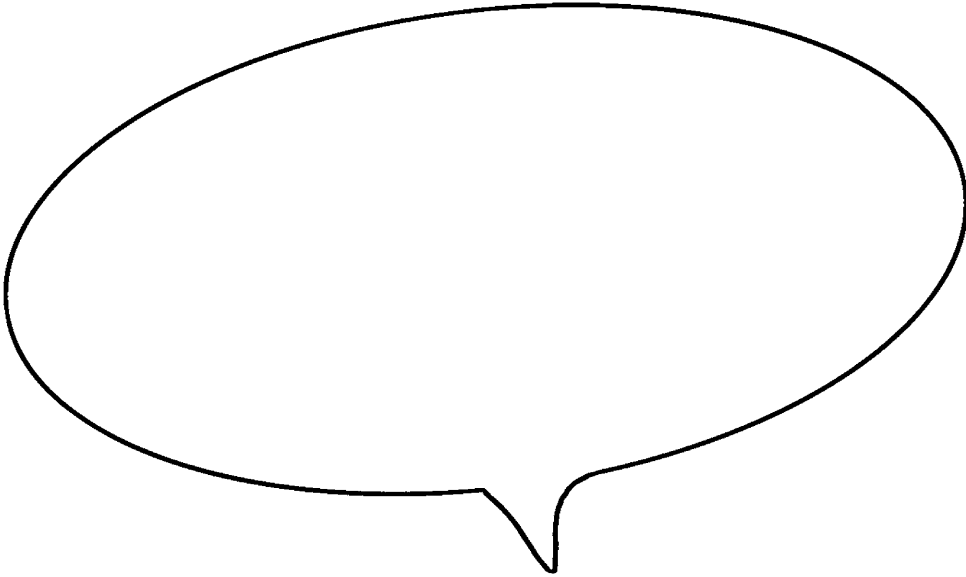
# HYVÄ SALAISUUS

Piirrä hyvä salaisuus!



## MINÄ PÄRJÄÄN KYLLÄ

Kuvittele jokin houkuttelutilanne, johon voisit joutua, ja piirrä se.  
Mieti, miten selviytyisit siitä.  
Kirjoita puhekuplaan, mitä sinä siinä tilanteessa sanoisit.





## MITEN SELVIYDYN?



1. Älä koskaan lähde tuntemattoman mukaan!



5. Älä avaa ovea tuntemattomalle, jos olet yksin kotona!



2. Älä koskaan mene vieraan autoon, vaikka sinua houkuteltaisiin kivoilla asioilla.



6. Älä vastaa häirintäviesteihin, vaan säilytä ne ja näytä turvalliselle aikuiselle!



3. Jos sinua seurataan, juokse sinne, missä on muitakin ihmisiä!



7. Sinulla on oikeus päättää, miten sinua kosketaan!



4. Älä ota lahjoja tai rahaa tuntemattomilta!



8. Mitään kosketusta ei tarvitse pitää salaisuutena.

Olemme keskustelleet kotona selviytymiskeinoista.

Allekirjoitus kotiväeltä

Käytä turvaohjeita hämmentävissä ja turvattomissa tilanteissa:



## Minä selviydyn netissä



- Opitaan tunnistamaan turvallisuutta uhkaavia tilanteita netissä ja selviytymään niistä.
- Opitaan suojelemaan omaa yksityisyyttä ja huolehtimaan omista rajoista netissä.



1. Kuvakoosteessa *Miten selviydyn netissä?* (s. 216) on piirrettyä erilaisia turvallisuutta ja hyvinvointia uhkaavia tilanteita netissä. Ratkaisuja ja selviytymiskeinoja kuvien esittämiin tilanteisiin etsitään yhdessä tai pienissä ryhmissä keskustellen, näytellen esimerkiksi forum-teatterin (Aarrearkku s. 254) tapaan, harjoitellen, *Turvaohjeita* (s. 100), *Selviytymisreppua* (s. 56) ja erilaisia toiminnallisia harjoituksia apuna käyttäen. Tehtävä voidaan toteuttaa myös juttukuppila-menetelmällä (Aarrearkku s. 255).

Ohjaajan tulee huolehtia siitä, että alla mainitut, kuhunkin kuvaan liittyvät tärkeät seikat tulevat keskustelussa esille.

### Kuva 1. Joku näyttää netistä sinulle järkyttäviä kuvia tai videoita.

- Oletko sinä nähnyt jotain järkyttävää tai pelottavaa netissä?
- Millainen olo sinulle siitä tuli?

Järkyttävät kuvat tai videot voivat hämmentää, hävettää, pelottaa ja aiheuttaa ristiiriitaisia tunteita. Ne voivat toisaalta kiinnostaa, mutta myös ahdistaa. Ne saattavat vaivata mieltä pitkänkin aikaa. Jos näin käy, siitä on aina tärkeä puhua omalle turva-aikuiselle.

- Miten voisit kieltäytyä, jos joku näyttää jotain ”jännää” ja järkyttävää kännykästä? Entä jos kaverisi tai porukka painostaa sinua? Miksi joku katsoo kuvia tai videoita, vaikka ei haluaisikaan?
- Mitä sanoja sinä käyttäisit kieltäytyessäsi kuvien tai videoiden katselusta?

Jos joku näyttää netistä sinulle järkyttäviä kuvia, voit lähteä tilanteesta pois ja sanoa, ettet halua sellaisia kuvia katsella.

- Kenelle puhuisit kuvista tai videoista, jotka ovat ahdistaneet sinua? Miten voisit aloittaa puhumisen?

Sinulla on lupa kertoa näkemästäsi turva-aikuisellesi. Yleensä kertominen ja juttelu helpottaa oloa. Kerro, vaikka se sinua pelottaisi tai hävettäisi. Aikuinen voi miettiä kanssasi, mitä kannattaisi tilanteesta tehdä ja mikä auttaisi.

## **Kuva 2. Sinä eksyt netissä vahingossa sivulle, jossa on järkyttäviä tai iljettäviä kuvia, videoita tai pelejä?**

- Mitä sinä tekisit, jos eksyisit sivulle, jossa on järkyttäviä tai iljettäviä kuvia tai videoita?

Jos sinä eksyt netissä sivulle, jossa on järkyttäviä tai iljettäviä kuvia tai videoita, sulje sivusto heti. Usein tällaisissa tilanteissa omat hälytyskellot varoittavat sinua. Niihin kannattaa luottaa. Älä etene silloin näillä sivuilla. Kerro asiasta myös jollekin turvalliseen aikuiselle.

- Miksi järkyttävien ja iljettävien kuvien tai videoiden näkemisestä pitää kertoa?
- Miksi jotkut eivät kerro?

Järkyttävät ja iljettävät kuvat voivat aiheuttaa monenlaisia ristiriitaisia tunteita kuten syyllisyyttä, hämmennystä, pelkoa ja uteliaisuutta. Ne voivat pitkänkin aikaa ahdistaa ja vaivata mieltä, varsinkin jos niitä jää yksin mielessään pohtimaan. Ymmärtävän aikuisen kanssa puhuminen yleensä helpottaa oloa ja auttaa unohtamaan ne. Kerro, vaikka se olisikin vaikeaa ja vaikka olisit käynyt sinulta kielletyillä sivuilla.

- Älä jaa järkyttäviä äläkä iljettäviä kuvia ja videoita kavereille.
- Miksi sinun ei pidä näyttää toisille mitään järkyttävää kännykästä tai tietokoneelta?

Sinulla on vastuu myös toisista ja oman kännykän turvallisesta käytöstä.

## **Kuva 3. Web-kameralla tai kännykällä sinusta halutaan vähäpukeisia tai paljastavia kuvia tai sinä itse haluat lähettää itsestäsi sellaisia kuvia.**

- Millainen kuva on vähäpukeinen tai paljastava?
- Mitä tekisit, jos joku haluaa sinun lähettävän itsestäsi web-kameralla tai puhelimella otettuja vähäpukeisia ja paljastavia kuvia?

Älä lähetä itsestäsi vähäpukeista tai paljastavaa kuvaa netin tai kännykän kautta kenellekään. Et voi tietää, mitä kovallesi sen jälkeen tapahtuu. Kuvaasi voidaan käyttää väärin ja rikollisella tavalla. Se voi esimerkiksi joutua sellaisten ihmisten käsiin, jotka ovat lapsista väärällä ja rikollisella tavalla kiinnostuneita. Jos joku pyytää sinua lähettämään itsestäsi vähäpukeisen tai paljastavan kuvan, kerro siitä aina turvalliseen aikuiselle. Tallenna sellaiset pyynnöt tai viestit. Jos jo olet lähettänyt, kerro myös siitä turvalliseen aikuiselle, vaikka sinua nolottaisi tai hävettäisi ja vaikka sinua uhkailtaisiin. Aikuisen tehtävä on auttaa sinua.

- Miksi joku lapsi voisi lähettää itsestään vähäpukeisen tai paljastavan kuvan?

Sinulla on oikeus kieltäytyä, vaikka sinua pakotettaisiin, painostettaisiin, uhkailtaisiin tai lahjottaisiin.

Saatat joskus itse omasta halustasi laittaa oman kuvasi nettiin. Jos haluat tehdä niin, keskustele siitä ensin vanhempasi tai oman turva-aikuisesi kanssa.

- Millaisen kuvan lähettäminen on mielestäsi sopivaa ja millaisen ei?

Suomen lain mukaan lasten (alle 18-vuotiaiden) alastonkuvien lähettäminen ja levittäminen on rikos.

**Kuva 4. Alat saada mielisteleviä/imartelevia/vuolaita kehuja tai henkilökohtaisia ja liian tunkeilevia ehdotuksia tai kysymyksiä, jotka hämmentävät sinua.**

- Mistä tietää, että joku mielistelee tai imartelee?
- Mitä tekisit, jos joku kehuisi sinua ylitsevuotavasti netissä reippaudestasi, kuvitaksi, rohkeudestasi, älykkyydestäsi, ulkonäöstäsi, kypsyydestäsi tai mielipiteistäsi?
- Millainen nettituttavan kysymys tai ehdotus on liian henkilökohtainen tai liian tunkeileva?
- Mitä tekisit, jos nettituttavasi kysyisi sinulta liian henkilökohtaisia asioita?

**Anna omien hälytyskellojesi soida, jos nettituttusi**

- kehuu sinua ylitsevuotavasti
- kysyy puhelinnumeroasi tai osoitettasi
- on sinua paljon vanhempi
- jos hän on kuin ikäisesi, mutta välillä kuulostaa aikuiselta
- lupaa asioita, jotka ovat liian hyviä ollakseen totta
- pyytää sinulta tai lähettää itsestään alastonkuvia tai kuvia yksityisistä alueista
- saa aikaan sinulle huonon omantunnon tai olosi tuntumaan syylliseltä
- pyytää sinua pitämään keskustelut, kuvat tai videot salaisuuksina tai
- haluaa toistuvasti keskustella intiimeistä/yksityisistä/henkilökohtaisista asioista kanssasi.

- Mitä tarkoittaa, kun puhutaan omista hälytyskelloista ja niiden soimisesta? Miltä silloin tuntuu kehossa?
- Mitä vaaroja voisi mielisteleviä kehuja tai tunkeilevia ehdotuksia esittäviin nettituttaviin liittyä?

Nettituttu ei välttämättä ole aina se, joka hän esittää olevansa. Jos jokin asia kuulostaa liian hyvältä ollakseen totta, se tuskin on totta. Yksityiset asiat eivät kuulu julkiseen mediaan. Tuntemattomille ei kannata paljastaa itsestään liikaa. Sinun tehtäväsi ei ole täyttää toisten toiveita eikä sinun tarvitse tuntea syyllisyyttä, jos et tee niin kuin sinua netissä pyydetään tekemään. Sinulla on oikeus olla vastaamatta henkilökohtaisiin kysymyksiin.

Sano selvästi EI nettituttullesi, jos keskustelu alkaa tuntua kiusalliselta ja epämiellyttävältä. Kunnioita omaa yksityisyyttäsi ja pidä kiinni oikeuksistasi.

- Mitä teet, jos nettituttusi jatkaa keskustelua ja kysymyksiä, vaikka sinä et halua?

Jos kuitenkin olet jatkanut epämiellyttävää tai arveluttavaa keskustelua nettituttusi kanssa, älä jää asian kanssa yksin. Kerro siitä omalle turva-aikuisellesi tai ota yhteyttä nettipoliisiin: [www.poliisi.fi/nettipoliisi](http://www.poliisi.fi/nettipoliisi).



### Kuva 5. Olet ”koukussa” nettiin.

- Mitä koukussa oleminen tarkoittaa?
- Mistä tietää, että on ”koukussa” nettiin?

Kun joku on koukussa nettiin, hän on silloin liian paljon netissä. Silloin netissä oleminen vie niin paljon aikaa ja ajatuksia, että koulutyö, harrastukset, ystävyysuhteet ja suhteet kotiväkeen kärsivät. Uni, ulkoilu, liikunta ja terveellisen ravinnon syöminen voivat myös jäädä vähäisiksi. Netti pyörii koko ajan mielessä. Elämä ilman nettiä tuntuu tylsältä ja tyhjältä, ja olo on hermostunut ja ärsyyntynyt, kun pitää lopettaa. Kun on koukussa nettiin, silloin ei enää itse hallitse netin käyttöä – netissä tulee oltua kauemmin kuin mitä on ajatellut olevansa – ja netissä vietettyä aikaa salaillaan. Netistä haetaan myös lohdutusta pahaan mieleen ja unohtusta ongelmiin.

- Mitä keinoja voisi olla netin käytön hallitsemiseksi?

### Kuva 6. Sinua tai jotakuta muuta kiusataan netissä.

- Millaista kiusaamista netissä on?

Nettikiusaaminen tapahtuu netissä. Nettikiusaamista on perättömien juorujen levittäminen, haukkuminen, nimittely, solvaaminen, kommenttien lähettäminen pilkkaavaan sävyyn, toista vahingoittavien kuvien tai videoiden laittaminen nettiin, toisen kuvien väärinkäyttö esimerkiksi muokkaamalla niitä tai laittamalla luvatta nettiin, viestien lähettäminen toisen nimissä, toisen sulkeminen pelien ja nettiyhteisön ulkopuolelle, toisen yksityisten asioiden levittäminen sekä toisen käyttäjätunnusten ja salasanojen luvaton käyttö. Myös netissä voi syyllistyä rikokseen samalla tavalla kuin muualla, esimerkiksi kunnianloukkaukseen tai tietomurtoon.

- Mitä seurauksia nettikiusaamisesta voi olla?
- Millä tavalla nettikiusaaminen vahingoittaa?

Nettikiusaaminen vahingoittaa samalla lailla kuin muukin kiusaaminen. Se aiheuttaa epävarmuutta, häpeää, huolta ja pelkoa. Nettikiusaamisen erityispiirteitä ovat kasvottomuus, viestien nopea leviäminen, kiusaamisviestien julkisuus ja pysyvyys. Aikuisten on vaikea havaita lasten osallisuutta nettikiusaamiseen.

- Miten kannattaa toimia nettikiusaamistilanteessa?

**Ohjeita nettikiusaamisen varalle:**

- Älä vastaa kiusaamisviesteihin, mutta tallenna viestit ja kuvat.
- Käyttäydy itse asiallisesti äläkä lähde kiusaamiseen mukaan.
- Mieti tarkkaan, ketä hyväksyt yhteisöpalvelujen kaverilistoille.
- Lopeta nettituttavuus heti, jos se tuntuu ikävältä tai epämiellyttävältä.
- Älä liity kiusaamisryhmiin, älä tykkää kiusaamisviesteistä äläkä lähetä niitä eteenpäin.
- Kerro kokemastasi tai havaitsemastasi nettikiusaamisesta aina aikuiselle (kotiväelle, turva-aikuiselle).
- Ota tarvittaessa yhteyttä Lasten ja nuorten maksuttomaan puhelimeen (puh. 116111) ja nettipalveluun ([www.mll.fi/nuortennetti](http://www.mll.fi/nuortennetti)).
- Ilmoita kiusaamisesta yhteisöpalvelun ylläpidolle.
- Ota vakavissa tapauksissa yhteyttä poliisiin ([www.poliisi.fi/nettipoliisi](http://www.poliisi.fi/nettipoliisi)).

Nettikiusaamisesta jää jälki! Kiusaaja voidaan tunnistaa ja saada kiinni!

Ilmoita myös havaitsemastasi nettikiusaamisesta! Jos et ilmoita, teet kiusaamisen jatkumisen mahdolliseksi.



1. Lapset ideoivat mukavan koti-illan ilman nettiä ja teknisiä laitteita. Lasten ideoita pannaan seinille vanhempien ja muiden aikuisten nähtäviksi tai niitä esitellään vanhempien illoissa.

2. Lapset tutkivat netissä viettämänsä ajan määrää esimerkiksi yhdessä kehitetyn netinkäyttöpäiväkirjan avulla.

3. Lapset pohtivat, onko oma netin käyttö oikeassa suhteessa muuhun elämään ja voivat ideoida ”testin” sen tutkimiseen.

4. Lapset ideoivat yhdessä ryhmän kanssa netinkäyttösopimuksen, joka viedään kotiin kotiväen kanssa keskusteltavaksi, muokattavaksi ja allekirjoitettavaksi. Sopimus pohjien malleja löytyy myös netistä.

5. Katsotaan Grooming-video ([www.pelastakaalapset.fi](http://www.pelastakaalapset.fi)) ja keskustellaan siitä. Video sopii parhaiten isommille lapsille sen vaikuttavuuden vuoksi. Ohjaajan kannattaa tutustua netissä tapahtuvaan houkutteluun eli grooming-ilmioon ja videoon etukäteen.

6. Luetaan Aarrearkussa olevia tarinoita *Haukkumista netissä* tai *Tekstari* (s. 247) ja mietitään, miten tarinan henkilön kannattaisi tilanteessa toimia. Tarinoita voidaan myös näytellä Forum-teatterin tai *KLIK*-leikin (Aarrearkku s. 254) tapaan.





Kotiin

Lapset vievät kotiin *Miten selviydyn netissä* -kuvakoosteen (s. 217) kotiväen kanssa katseltavaksi, keskusteltavaksi ja allekirjoitettavaksi.



Vinkkaus

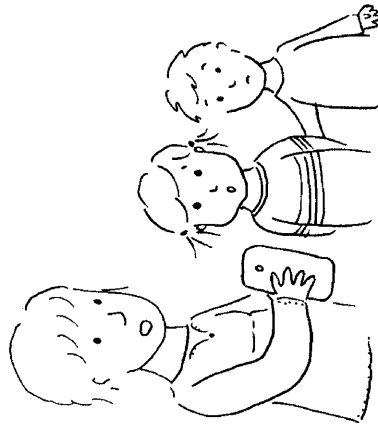
Tietoa kasvattajalle pelihaittojen ehkäisystä sivustolla [www.pelitaito.fi](http://www.pelitaito.fi) tai [www.lapsetjainetnet.net](http://www.lapsetjainetnet.net).

Lisätietoa lasten netin käytöstä ja nettikiusaamiseen puuttumisesta: Lapset netissä. Puheenvuoroja lasten ja nuorten netin käytöstä ja riskeistä. Mediakasvatuksen julkaisuja 1/2013 ([www.mediakasvatus.fi](http://www.mediakasvatus.fi)); Ei nettikiusaamiselle! Opetusmateriaali 4.–6.-luokille ([www.mll.fi](http://www.mll.fi)); Suojele minua kaikelta ([www.pelastakaalapset.fi](http://www.pelastakaalapset.fi)); Ota puheeksi ([www.pelastakaalapset.fi](http://www.pelastakaalapset.fi)).

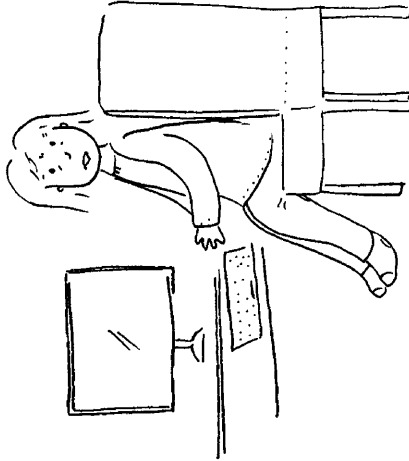


# MITEN SELVIYDYN NETISSÄ?

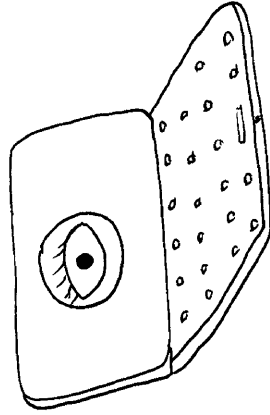
1. Joku näyttää sinulle netistä järkeviä kuvia, videoita tai pelejä.



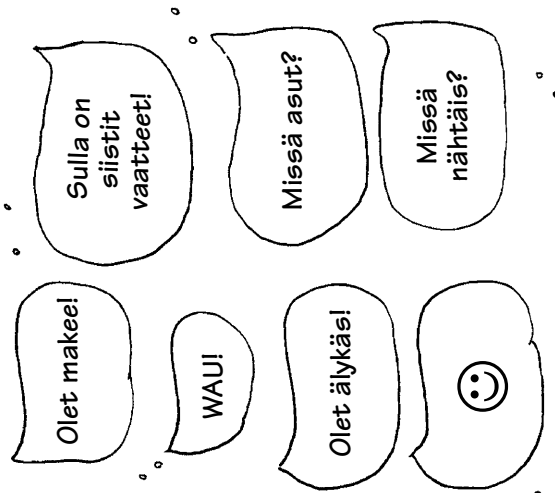
2. Sinä eksyt netissä vahingossa sivulle, jossa on järkyttäviä kuvia, videoita tai pelejä.



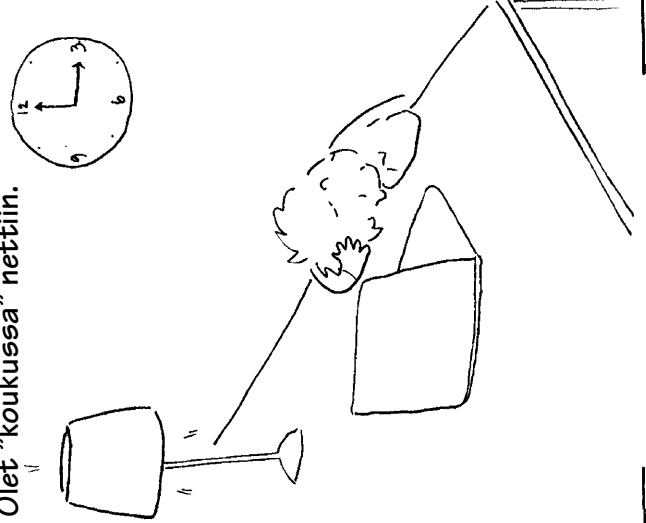
3. Sinusta halutaan vähäpukaisia tai paljastavia kuvia tai sinä itse haluat lähettää itsestäsi sellaisia kuvia.



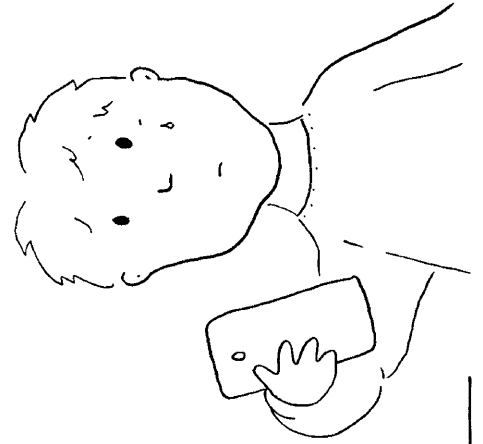
4. Alat saada runsaasti kehuja tai tunteellisia ehdotuksia ja kysymyksiä.



5. Olet "koukussa" nettiin.



6. Sinua tai jotakuta muuta kiusataan netissä.





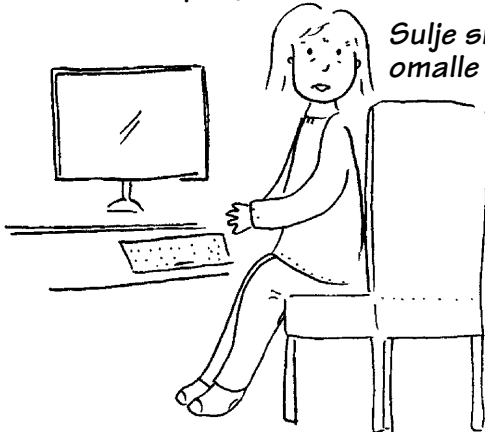
## MITEN SELVIYDYN NETISSÄ?

1. Joku näyttää netistä sinulle järkyttäviä kuvia, videoita tai pelejä.



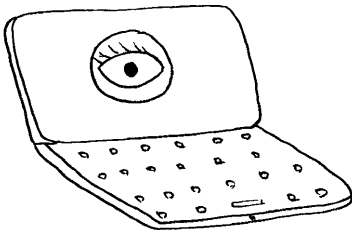
*Lähde tilanteesta pois ja sano, ettet halua niitä katsoa!*

2. Sinä eksyt netissä vahingossa sivulle, jossa on järkyttäviä kuvia, videoita tai pelejä.



*Sulje sivu! Kerro siitä omalle turva-aikuisellesi!*

3. Sinusta halutaan vähäpukeisia tai paljastavia kuvia.



*Keskustele kuvien laittamisesta turva-aikuisesi kanssa!*

4. Alat saada runsaasti kehuja tai tunkeilevia ehdotuksia ja kysymyksiä.

*Älä luota liikaa nettituttuihin! Lopeta keskustelu, jos se alkaa tuntua epäilyttävältä.*



5. Olet "koukussa" nettiin.



*Pidä huolta koulunkäynnistä, harrastuksista, ihmissuhteista, unesta, ulkoilusta ja terveellisestä ravinnosta!*

6. Sinua tai jotakuta muuta kiusataan netissä.

*Älä vastaa kiusaamisviesteihin, mutta näytä ne turva-aikuisellesi!*



Netissä pätevät samat säännöt kuin muussa elämässä!

Allekirjoitus kotiväeltä \_\_\_\_\_

# TURVALLISESTI ETEENPÄIN

## Kaikki tarvitsevat hyviä kosketuksia ja kauniita sanoja



- Vahvistetaan lapsen tietoisuutta siitä, että hänellä on oikeus saada hellyyttä ja arvostusta.
- Kerrataan turvataitotunneilla opittuja asioita.



1. *Kaikki tarvitsevat hyviä kosketuksia* -kuvan (s. 221) avulla jutellaan siitä, että kaikki tarvitsevat hyvänä pitämistä ja mukavia kosketuksia.

- Miksi jokainen tarvitsee hyviä kosketuksia ja hellyyttä?

Mukava kosketus ja hyvänä pitäminen saavat tuntemaan, että on tärkeä, rakastettu, arvokas ja että kelpaa sellaisena kuin on. Siitä tulee turvallinen olo. Hyvältä tuntuva kosketus ja halaus voivat lohduttaa ja rauhoittaa, kun on paha tai levoton olo. Kaikki, niin lapset kuin aikuiset, tarvitsevat läheisyyttä ja koskettamista.

- Kenen luokse voisit mennä, kun kaipaat lähellä olemista?
- Milloin erityisesti kaipaat läheisyyttä, hellyyttä ja hyvänä pitämistä?
- Mikä sinua lohduttaa tai rauhoittaa, kun on paha tai levoton olo?
- Miten sinä olet lohduttanut toista tai antanut hellyyttä toiselle?

2. *Sylipaikka*-mielikuvaharjoitus (Aarrearkku s. 250). Lapset ottavat mukavan asennon. Tyynyt, peitot, nallet ja muut pehmoeläimet sekä rauhallinen musiikki taustalla voivat edistää lämmön ja turvan tunnetta. Ohjaaja lukee rauhallisella äänellä mielikuvaharjoituksen:

”Istu mukavasti ja sulje silmäsi kevyesti, jos se tuntuu hyvältä. Hengitä pari kertaa oikein syvään ja rauhallisesti... Kuvittele olevasi turvallisessa sylissä, omassa sylipaikassasi. Siinä sylipaikassa saat olla sellainen kuin olet. Lepäät sylissä koko painollasi. Sinun on hyvä ja turvallista olla. Kätesi ja jalkasi lepäävät rentoina ja painavina sylissä. Hengittele rauhallisesti sisään ja ulos. Vatsasi myös rentoutuu. Siinä sylipaikassa sinun ei tarvitse olla yksin eikä kannatella itseäsi. Sinua pidetään sylissä rakastavasti, hellästi ja turvallisesti. Tunnet olosi oikein hyväksi. Tähän sylipaikkaan voit mielessäsi mennä, kun haluat rauhoittaa itseäsi. Hengitä muutaman kerran syvään ja rauhallisesti, ja samalla tunnet hyvää oloa ja turvaa. Vähitellen voit tulla sylipaikastasi tähän hetkeen ja paikkaan ja antaa sylin lämmön jatkaa vaikutustaan.”

- Miltä sylipaikassa tuntui olla?

Kaikilla lapsilla pitäisi olla ainakin yksi turvallinen ja rakastava syli, johon voi mennä silloin, kun kaipaa lohdutusta, turvaa tai rauhoittumista.

3. Lapset piirtävät kuvan omasta sylipaikastaan *Minun sylipaikkani* -tehtävisivulle (s. 222).

4. *Kauniit sanat kasvattavat* -harjoitus. Lapset tarvitsevat hellyyden ja läheisyyden lisäksi kasvaessaan myös kauniita sanoja, jotta heillä olisi turvallista ja hyvä olla.

Lapset muodostavat kaksi piiriä, sisä- ja ulkopiirin. Musiikin soidessa piirit pyörivät eri suuntiin. Kun musiikki taukoaa, niin vastakkain olevat lapset muodostavat parin. Ulkopiiriläinen menee kyykkyyyn ja sisäpiiriläinen koettaa saada hänet ”kasvamaan” sanomalla hänelle kauniita sanoja ystävällisellä äänellä ja lempeällä ilmeellä. Tällaisia sanoja voivat olla esimerkiksi seuraavat: Anna anteeksi!, Kiitos sinulle!, Voisitko auttaa minua? ja Tule mukaani! Kyykyssä oleva lapsi ”kasvaa” eli nousee ylös, mikäli sanat ovat hänen mielestään kauniita ja ystävällisesti sanottuja. Ulko- ja sisäpiiriläiset vaihtavat osia. Ohjaaja voi etukäteen varmistaa, että lapset tietävät, mitä tarkoittaa kauniisti puhuminen ja millainen on ystävällinen ilme. Yhdessä mietitään, millaisissa tilanteissa kauniiden sanojen sanomista tai kuulemista erityisesti tarvitaan.

Aina lapset eivät kuitenkaan saa hyvänä pitämistä, turvaa eivätkä kuule kauniita sanoja silloin, kun he niitä tarvitsisivat. Aikuiset voivat olla kiireisiä, väsyneitä ja sairaita tai heillä voi olla omia huoliaan. Tällöin he eivät aina huomaa lapsiansa eivätkä pysty olemaan heidän tukena. Silti jokaisella lapsella on oikeus kuulla kauniita sanoja ja saada läheisyyttä, turvaa ja aikuisen tukea.

5. Lapset täyttävät *Kymmenen kultaista ohjetta* -tehtäväsivun (s. 223), joka voidaan ennen täyttämistä suurentaa. Tehtäväsivun avulla kerrataan tunne- ja turvataitotuntien pääsisältöjä. Tehtäväsivun avulla voidaan myös kartoittaa, miten lapset ovat sisäistäneet puhutut ja harjoitellut asiat sekä turvaohjeet.

6. Lapset arvioivat tunne- ja turvataitotunteja *Mitä mieltä olet* -lomakkeen (s. 224) avulla. Ennen arvioinnin tekemistä muistellaan yhdessä, mistä kaikesta on puhuttu ja mitä kaikkea on yhdessä tehty. Ohjaaja voi lähettää halutessaan myös kotiväelle tarkoitettua arviointilomakkeen (s. 225).



1. Pelataan *Turvataitopeliä* (Aarrearkku s. 237).

2. *Lupa unelmiin*: Lapset puhaltavat saippuakuplia ja kuvittelevat niiden olevan heidän unelmiaan, jotka lähtevät lentoon. Unelmat ovat asioita, joista haaveilee ja joiden toivoisi elämässään joskus toteutuvan. Ne voivat esimerkiksi olla asioita, joiden ajattelee tuovan iloa ja innostusta elämään. Jokaisella on oikeus unelmoida hyvästä elämästä!

3. *Kyllä minä pärjään* -jakson huipennukseksi lasten kanssa tehdään seikkailurata, suunnitellaan turvataitomessut, näyttely, toimintapäivä tai toiminnallinen lasten ja huoltajien yhteinen ilta.

4. *Turvataitorata*: Lapset kulkevat huoltajansa, isovanhempansa tai muun turva-aikuisensa kanssa luontoon merkityllä turvataitopolulla. Polun varrella on rasteja, joilla on tunne- ja turvataitoteemoihin liittyviä kysymyksiä yhdessä mietittäväksi tai tehtäviä yhdessä tehtäväksi. Rasteilla voi olla myös rasti-isäntiä tai -emäntiä, jotka tarvittaessa auttavat tehtävien tekemisessä.



Lapset vievät *Minun sylipaikkani* -tehtäväsivun kotiin näytettäväksi ja allekirjoitettavaksi. Kotiin lähetetään myös palautekysely (s. 225).



Käsikirja, joka yhdistää tarinoiden kertomisen, kosketuksen, tunnetaitojen opetteluun ja rentoutumisen: Sanna Tuovinen 2014: Satuhieronta. WSOY.

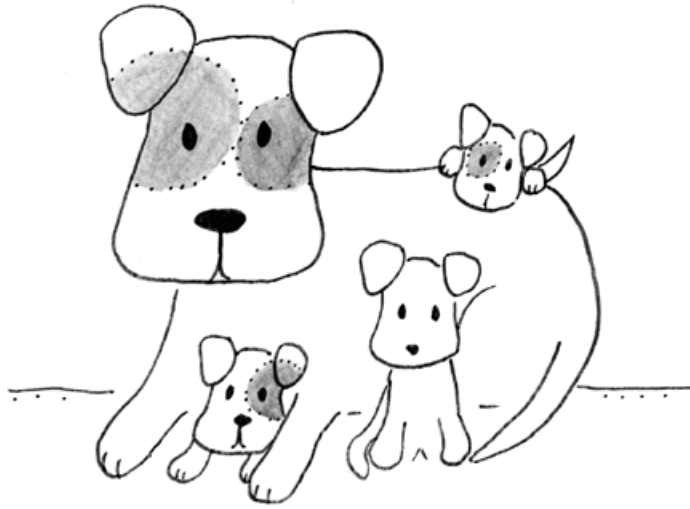


## KAIKKI TARVITSEVAT HYVIÄ KOSKETUKSIA





## MINUN SYLIPAIKKANI



Allekirjoitus kotiväeltä \_\_\_\_\_



# KYMMENEN KULTAISTA OHJETTA

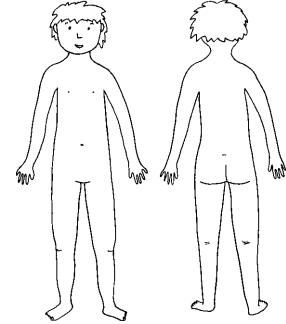
## Piirrä tai kirjoita

1. Minun turvani...

2. Minua lohduttaa...

3. Kosketukset

Väritä vihreäksi ne alueet, joihin sinua saa koskettaa,



ja punaisiksi ne alueet, joihin et halua sinua kosketettavan ilman lupaasi.

5. Salaisuudet

Hyvä salaisuus on ...

Huono salaisuus on...

7. Eii!

4. Halaukset

Nämä saavat halata minua:

Nämä eivät saa halata minua:

6. Lahjukset

Kirjoita tai piirrä, mikä lahjus on.

Piirrä itsesi sanomassa Eii tosi päättäväisesti.

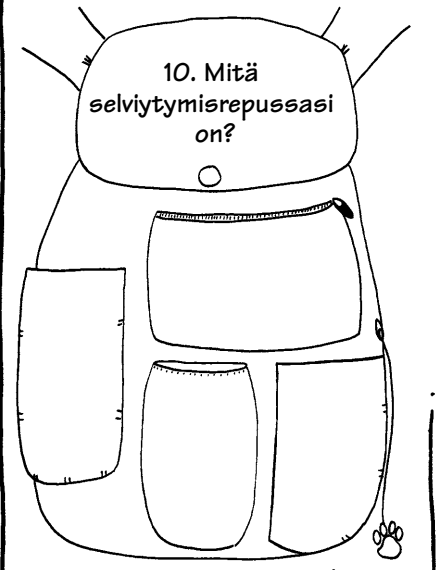
8. Lähdä pois!

Piirrä itsesi poistumassa jostakin ikävästä tilanteesta.

9. Kerro!

Tee lista ihmisistä, joille voit kertoa huolestasi.

10. Mitä selviytymisrepussasi on?



## MITÄ MIELTÄ OLET?



1. Tunne- ja turvataitotunteja on ollut mielestäni
  - liikaa
  - sopivasti
  - liian vähän
2. Onko tunneista ollut sinulle apua? Jos, niin millaista?
  - Olen oppinut paljon uutta.
  - Olen oppinut jonkin verran uutta.
  - Olen osannut asiat jo aiemmin.
3. Mielenpiteeni turvataitotunneista:
  - pidän Miksi pidän? \_\_\_\_\_
  - en pidä Miksi en pidä? \_\_\_\_\_
4. Kerro, mitkä asiat tunne- ja turvataitotunneilla ovat olleet sinulle tärkeitä.

---



---

5. Mistä olisit halunnut puhua vielä enemmän ja jäikö jokin asia puhumatta tai kesken?

---



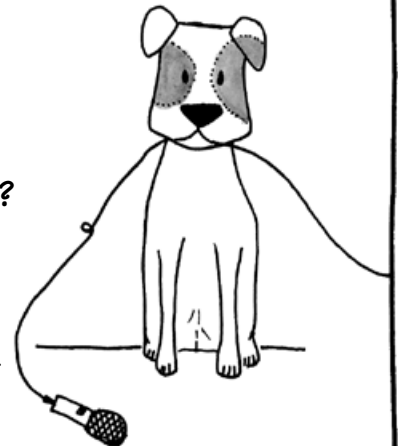
---

6. Mitkä ovat kolme tärkeintä asiaa, jotka olen oppinut?

---



---



## HEI KOTIVÄKI!

### PALAUTETTA TUNNE- JA TURVATAITOKASVATUKSESTA

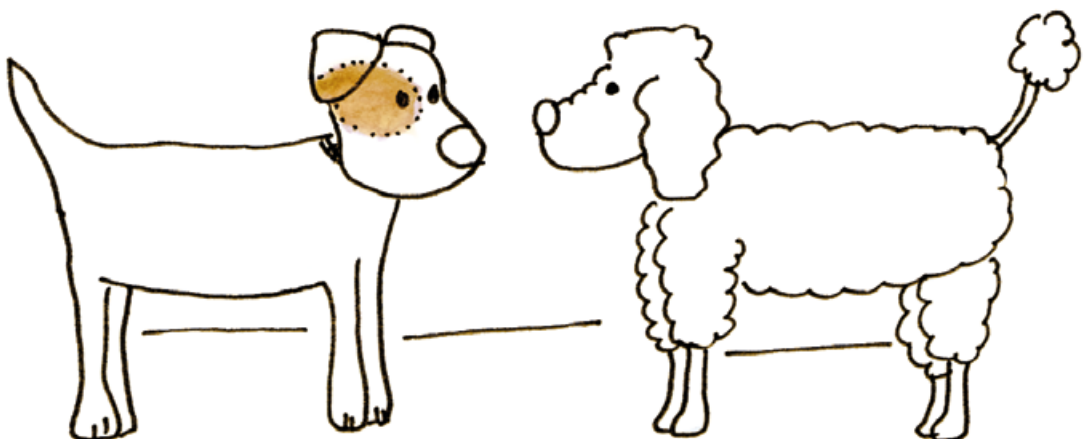
Lapsen nimi: \_\_\_\_\_

- Olen tutustunut lapseni tunne- ja turvataitotehtäviin.
- Olen keskustellut lapseni kanssa tehtäviin liittyvistä asioista.

Kommentteja ja kokemuksia tunne- ja turvataitokasvatuksesta: \_\_\_\_\_

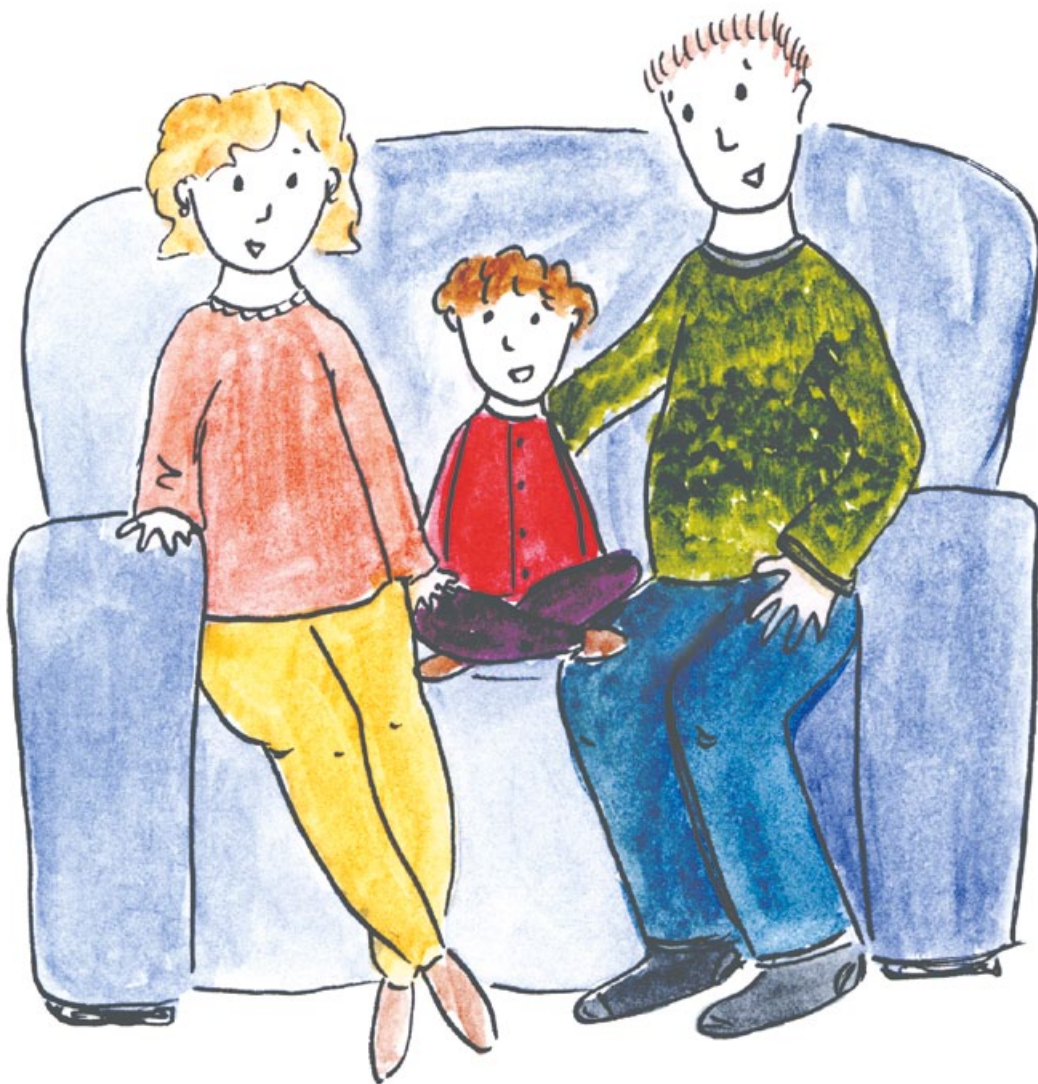
---

---



Huoltajan allekirjoitus: \_\_\_\_\_





## KESKUSTELUILTA HUOLTAJILLE

# Keskusteluillan runko

## Tilaisuuden tavoitteet

- tunne- ja turvataitokasvatuksen kuvaileminen kotiväelle
- keskustelun virittäminen lasten turvallisuutta vahvistavista ja lapsia suojaavista asioista.

## Sisältö

- tunne- ja turvataitokasvatuksen tarkoitus ja tavoitteet
- mitä tunne- ja turvataitokasvatus käytännössä on
- tunne- ja turvataitokasvatuksen teemat
- yhteistyö kotiväen kanssa.

## Tilaisuuden toteuttaminen

- alustus tunne- ja turvataidoista ja niiden oppimisesta
- keskustelut pienryhmissä ja yhteisesti
- toiminnalliset tehtävät, esimerkiksi tunne- ja turvataitomateriaalin lapsille tarkoitetut tehtävät aikuisille soveltaen.

## Tilaisuuteen sopivia keskustelun aiheita, joita voidaan pohtia pienryhmissä esimerkiksi juttukuppila-työskentelytapaa (ks. s. 255) käyttäen

- Mitä lapsen tervettä kasvua ja kehitystä uhkaavia asioita näet lasten elämässä olevan?
- Miten vanhempana voit tukea lapsesi itsearvostusta ja itseluottamusta?
- Miten aikuiset voisivat herkistyä kuuntelemaan lapsia ja heidän huoliaan?
- Mitä yhdessä voisimme tehdä lasten turvallisen kasvun ja kehityksen tukemiseksi?
- Onko tunne- ja turvataitokasvatus mielestäsi tarpeellista? Jos, niin miksi?
- Mitä toivoisit lapsesi oppivan tunne- ja turvataitokasvatuksessa?
- Millaisia toiveita/odotuksia sinulla liittyy lasten tunne- ja turvataitokasvatukseen?
- Millaista yhteistyötä toivot kotien kanssa tehtävän?

Pienryhmissä tulleet keskeiset ajatukset ja kysymykset kootaan yhteisesti. Lopuksi keskustellaan, onko tullut esille asioita, joiden pohjalta pitäisi jotakin sopia yhteisesti. Mietitään, onko tarvetta pitää uusi vanhempien tapaaminen. Olisiko kiinnostusta lasten, vanhempien ja lasten kanssa työskentelevien henkilöiden yhteiseen toiminnalliseen turvataitotapahtumaan?



### *Keskusteluilta huoltajille -tilaisuuden aineistot:*

- Mitä tunne- ja turvataitokasvatus on?
- Mitä turvataidot ovat?
- Tunne- ja turvataitokasvatuksen tavoitteet
- Miten tunne- ja turvataitokasvatus toteutetaan?
- Miksi tunne- ja turvataitoja?
- Tunne- ja turvataitotuntien teemat
- Turvaohjeet

# Tunne- ja turvataitokasvatuksen sisältö ja toteutus



## TUNNE- JA TURVATAITOKASVATUKSELLA PYRITÄÄN

- lasten turvallisen kasvun edistämiseen
- kaltoinkohtelun, väkivallan, häirinnän, kiusaamisen ehkäisyyn
- aikuisten ”turvaverkon” tiivistämiseen
- lasten omien tunne- ja turvataitojen vahvistamiseen.



## TAITOA PUOLUSTAA ITSEÄ JA LAITTAA RAJOJA

- arvostuksen osoittamista itselle ja toiselle
- oman tahdon ja mielipiteen selkeää ilmaisemista
- kykyä kieltäytyä ja sanoa tarvittaessa EI
- omasta yksityisyydestä huolehtimista
- uhkaavasta tilanteesta pois lähtemistä
- mitätöinnin ja vähättelyn torjumista
- avun pyytämistä ja luotettavaan aikuiseen turvautumista
- toisen itsemääräämisoikeuden ja koskemattomuuden kunnioittamista
- netin turvallista käyttöä.



## LAPSEN NÄKÖKULMASTA

- vahvistaa lapsen itsearvostusta, itsetuntemusta ja itseluottamusta
- lisää lapsen tunnetaitoja
- vahvistaa lapsen vuorovaikutustaitoja ja hyviä kaverisuhteita
- lisää lapsen tietoisuutta omasta kehostaan ja itsemääräämisoikeudestaan
- auttaa lasta tunnistamaan uhkaavia tilanteita
- antaa lapselle valmiuksia ja rohkeutta toimia jämäkästi ja itseään suojellen
- ohjaa lapsia kertomaan huolistaan luotettavalle aikuiselle.

## AIKUISTEN NÄKÖKULMASTA

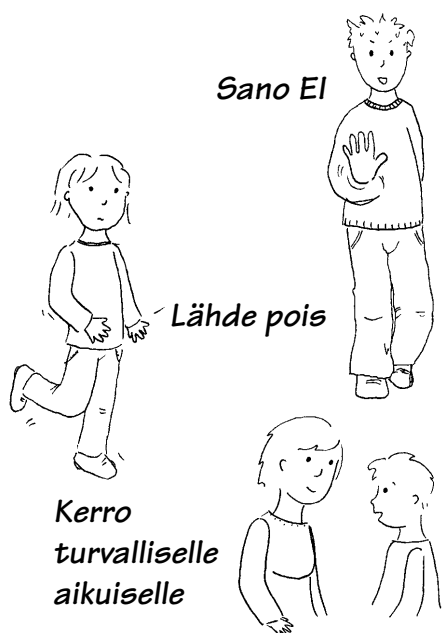
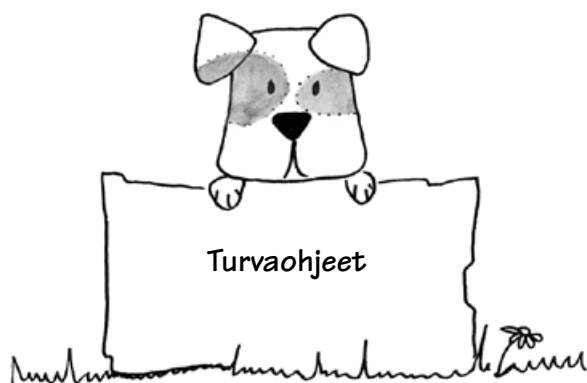
- lisää aikuisten tietoisuutta lapsen turvallisuutta uhkaavista tekijöistä
- lujittaa lapsen ja aikuisen välistä suhdetta
- lisää aikuisten herkkyyttä kuunnella lasta
- lisää aikuisten ymmärrystä siitä, kuinka he voivat vahvistaa lapsen itsearvostusta ja sosiaalisia taitoja
- antaa aikuisille valmiuksia lapsen tunne- ja turvataitokasvatukseen.



- lasten arjessa heidän vertaisryhmissään
- tutun aikuisen ohjauksessa
- lapsilähtöisesti
- yhteistyössä kotien kanssa.



- turvallisuus on perustarve, oikeus ja oppimisen edellytys
- kaikki lapset alttiina kiusaamiselle, ahdistelulle, häirinnälle ja väkivaltakokemuksille
- lapsilla oikeus olla osallisena omassa elämässään
- lait, sopimukset ja ohjeistukset velvoittavat, mm.
  - YK:n lapsen oikeuksien yleissopimus
  - esi- ja perusopetuksen opetussuunnitelmat
  - varhaiskasvatussuunnitelman perusteet
  - oppilas- ja opiskelijahuoltolaki.



### MINÄ OLEN ARVOKAS JA AINUTLAATUINEN

#### Tutustuminen ja ryhmäytyminen

- Pelissäännöt
- Lempiesineeni
- Tutustumme toisiimme

#### Tunne oma arvosi

- Olen ainutlaatuinen
- Huomaa hyvä itsessäsi
- Aina en onnistu

#### Minusta tuntuu

- Lupa kaikenlaisiin tunteisiin
- Vaihtuvat tunteet
- Kiukku ja sen kesyttäminen
- En ole koskaan pelännyt niin kuin silloin

#### Oikeus olla turvassa

- Lasten oikeudet tutuiksi
- Minä turvassa
- Minusta huolehditaan
- Kun olo on turvaton
- Turvallisesti netissä
- Kohti hyvää elämää

### OLEMME HYVIÄ KAVEREITA

#### Ystävyys, kaveruus ja yhdessäolo

- Kaikkien kanssa kaveri
- Minä, sinä, me!
- Nettikaveruus
- Kiva kaveri ja kurja kaveri
- Huomaa hyvä toisessa

#### Mutkia matkassa

- Kun leikki ei suju
- Nyt riitti! Huomaa kiusaaminen ja lopeta se!
- Kiva kaveri ei kiusaa
- Jos kiusataan?
- Kaveruuden sopimus

### KYLLÄ MINÄ PÄRJÄÄN

#### Lupa rajoihin ja turvaan

- Lupa omaan tilaan ja yksityisyyteen
- Lupa omiin rajoihin
- Turvallinen koti

#### Lapsi on kosketuksissa monien kanssa

- Lapsi on kosketuksissa monien kanssa
- Vihreän ja punaisen valon kosketuksia

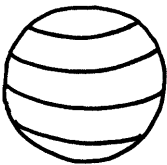
#### Minä selviydyn

- Minä selviydyn
- Minä selviydyn netissä
- Turvallisesti eteenpäin
- Kaikki tarvitsevat mukavia kosketuksia





LEIKKEJÄ



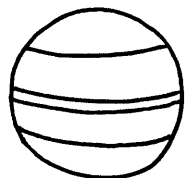
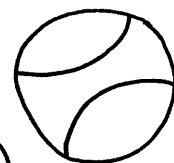
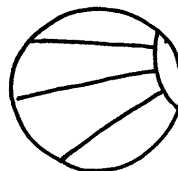
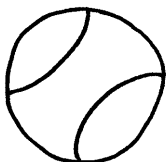
# AARREARKKU

MENETELMIÄ

TARINOITA

PELEJÄ

MIELIKUVAHARJOITUKSIA



# 1. LEIKKEJÄ, PELEJÄ JA TARINOITA

## 1.1. Leikkejä ja pelejä

### Tuolipiiri

Tuolit laitetaan piiriksi, selkänöjä piirin keskustaan päin. Tuoleja on yksi vähemmän kuin leikkijöitä. Musiikki soi ja lapset kiertävät piiriä ympäri. Leikinohjaaja voi antaa erilaisia ohjeita kiertämiseen, esimerkiksi kädet niskan takana tai takaperin kävellen. Kun musiikki taukoaa, leikkijät istuvat mahdollisimman nopeasti vapaana olevalle tuolille. Ilman tuolia jäänyt leikkijä joutuu pois pelistä. Samalla otetaan yksi tuoli pois piiristä. Leikki jatkuu ja lopulta jäljellä on vain kaksi leikkijää ja yksi tuoli. Voittaja on viimeisen tuoli saaja.

### Rikkinäinen puhelin

Leikkijät istuvat piirissä, seisovat jonossa tai ovat paikoillaan. Yksi leikkijöistä kuiskaa vieressään istuvalle jonkin lauseen tai sanan, ja tämä puolestaan kuiskaa kuulemansa viestin edelleen seuraavalle leikkijälle. Viesti etenee leikkijältä toiselle kuiskaamalla. Viimeinen leikkijä kertoo kuulemansa ääneen. Muuttuiko viesti matkalla?

### Seuraa johtajaa

a. Leikkijät jaetaan neljän hengen ryhmiin, ja ryhmän lapset asettuvat jonoon. Jokaisen ryhmän ensimmäinen alkaa liikkua keksimällään tavalla ja toiset matkivat ja seuraavat häntä. Ohjaajan merkistä ensimmäinen siirtyy viimeiseksi. Leikki jatkuu, kunnes kaikki ovat olleet ensimmäisiä.

b. Liikuntatunnin alku- tai loppuverryttelyksi sopii seuraavanlainen sovellus: Jonon ensimmäinen keksii venyttelyliikkeen ja muut matkivat häntä. Seuraavat keksivät liikkeitä, jotka voi liittää edellisiin.

### Avaimenpiilotus

Yksi lapsista valitaan avaimen piilottajaksi. Muut leikkijät poistuvat tilasta piilotuksen ajaksi. Piilottaja kätkee avaimen siten, että se jää hieman näkyville. Piilottaja kertoo leikkijöille piilotetun paikan korkeuden sanomalla ”lintu”, ”karhu” tai ”kala”. Leikkijöiden etsiessä avainta piilottaja ohjaa etsintöjä sanomalla ”kylmenee” tai ”kuumenee”. Avaimen löytäjä saa olla seuraava piilottaja.

### Sähkötysleikki

Seisotaan piirissä käsi kädessä. Yksi leikkijöistä on piirin keskellä. Piirin ulkopuolella kiertävä merkin antaja koskettaa salaisesti selkään jotakuta leikkijää, josta sitten tulee sähköttäjä. Sähköttäjä puristaa vierellä seisovan leikkijän kättä mahdollisimman nopeasti ja huomaamattomasti, jottei keskellä oleva leikkijä huomaisi sähkötystä. Jos keskellä oleva leikkijä huomaa ja arvaa sähköttäjän oikein, hän vaihtaa paikkaa sähköttäjän kanssa ja leikki jatkuu. Merkin antajaa voidaan vaihtaa.

### Kaamea kosketus

Ohjaaja pimentää huoneen. Leikkijät menevät piiriin ja sulkevat silmänsä. Ohjaaja kiertää piiriä ja koskettaa yhtä lapsista sormella selkään. Hänestä tulee ”kaataja”. Kaikki leikkijät avaavat silmänsä ja lähtevät kulkemaan ympäri huonetta. ”Kaataja” yrittää toisten huomaamatta koskettaa muita lapsia sormella selkään. Saatuaan kosketuksen selkäänsä, lapsi kaatuu hiljaa lattialle. Muut leikkijät yrittävät selvittää, kuka ”kaataja” on. Jos joku luulee arvaavansa kaatajan nimen, hän huutaa ”Epäilen!” ja kertoo ohjaajalle epäilynsä. Jos arvaus on oikea, leikki alkaa alusta.

### Kettu ja kana

Leikkijöiden joukosta valitaan kettu kiinniottajaksi ja muutama kanaemo. Loput leikkijät asettuvat kanaemojen taakse jonoihin. Kettu yrittää ottaa kiinni kanaemon jonon viimeisen poikasen. Kiinnijäänyt poikasen kuljetetaan ketunpesään. Kanaemo yrittää suojata poikastaan liikkuen ja väistäen. Kanaemon takana oleva jono liikkuu emon liikkeiden mukaisesti. Se kanaemo, joka on parhaiten suojannut poikasiaan, on voittanut.

### Karhu nukkuu

Leikkijät ovat piirissä. Yksi leikkijöistä valitaan karhuksi, joka menee piirin keskelle ”nukkumaan” peiton alle. Muut pyörivät piirissä ja laulavat tutulla Ukko-Noonan sävelellä:

*”Karhu nukkuu, karhu nukkuu talvipesässäänsä.*

*Ei ole vaaraa kellään, näin sitä leikitellään.*

*Karhu nukkuu, karhu nukkuu – eipäs nukukaan!”*

Laulun loppuessa karhu herää ja yrittää ottaa kiinni leikkijöitä, jotka pakenevat. Kiinnijoutuneesta leikkijästä tulee uusi karhu.

### Peikkoleikki

Leikkijöiden joukosta valitaan neljä lasta isoiksi peikoiksi, joilla on oma merkitty pesänsä. Ohjaajan merkistä muut leikkijät eli pikkupeikot lähtevät karkuun. Isot peikot ottavat kiinni pikkupeikkoja ja kuljettavat peikon kerrallaan omaan pesänsä. Lopuksi lasketaan, kuka isoista peikoista on saanut eniten kiinni pikkupeikkoja.

### Kuka pelkää?

Leikkijät asettuvat leikkialueen toiseen reunaan. Yksi valitaan kiinniottajaksi, ja hän menee leikkialueen keskelle. Kiinniottaja huutaa ”Kuka pelkää lumirouvaa?” tai, ”Kuka pelkää teräsmiestä?”, jonka jälkeen leikkijöiden on lähdettävä kulkemaan leikkialueen toiseen reunaan. Lasten juostessa kiinniottaja yrittää ottaa mahdollisimman monta kiinni. Kiinniottajat tulevat myös keskelle huutamaan ”Kuka pelkää...”. Kiinniottajat ovat selkä leikkijöihin päin. Ohjaaja voi antaa ensimmäisen kiinniottajan siirtyä leikkijäksi. Leikki jatkuu, kunnes kaikki on saatu kiinni.

### Talo palaa, pakko vaihtaa

Leikki sopii hyvin metsään, jossa puut ovat leikkijöiden turvapaikkoina. Aluksi valitaan kiinniottaja ja sovitaan, mikä on leikkialue. Ohjaaja huutaa ”Talo palaa, pakko vaihtaa”, jolloin jokaisen täytyy vaihtaa puuta. Sama puu voi olla turvapaikkana vain yhdelle leikkijälle. Kiinniottaja yrittää saada leikkijöitä kiinni. Kiinnijääneistä tulee kiinniottajia. Leikki jatkuu, kunnes kaikki on saatu kiinni.

### Noita-akka

Tämä leikki sopii hyvin talvella leikittäväksi. Lumeen (tai hiekkaan) piirretään ympyrä, jonka sisällä on polkuja ja muutama turvapaikka. Keskellä ympyrää on noita-akan mökki. Noita-akka koettaa saada kiinni leikkijöitä, jotka saavat juosta vain merkityjä polkuja pitkin. Kiinnijääneet joutuvat noita-akan mökkiin. Vapaat leikkijät voivat koettaa pelastaa kiinnijääneitä. Noita-akkaa voidaan vaihtaa.

### Kiinalainen hippa

Aluksi määritellään juoksualueen rajat. Yksi valitaan hipaksi. Hän ottaa toisia kiinni koskettamalla heitä jo-

honkin kohtaan vartaloa. Siihen kohtaan, johon hippa on koskenut, laitetaan oma käsi, ja leikkiä jatketaan juoksemalla käsi siinä kohdassa. Mikäli hippa koskettaa samaa henkilöä toistamiseen, tämän on laitettava toinen kätensä jälleen kosketuskohtaan ja jatkettava leikkiä molemmat kämmenet kiinni vartalossaan. Mikäli hippa koskettaa kolmannen kerran samaa henkilöä, hän joutuu hipaksi.

### Lätkäleikki

Leikkijät asettuvat piiriin joko seisomaan tai istumaan. Yksi leikkijöistä valitaan ”lätkäksi”, ja hän menee piirin keskelle. Hänellä on kädessään lätkä, esimerkiksi sanomalehti. Yksi leikkijöistä aloittaa leikin sanomalla jonkun piirissä olevan nimen. Keskellä oleva yrittää ehtiä koskettaa kyseistä leikkijää lätkällä, ennen kuin tämä ehtii sanomaan jonkun toisen leikkijän nimen. Leikki jatkuu, kunnes keskellä oleva ehtii ensin lätkäistä kehällä olevaa leikkijää. Lätkäistystä leikkijästä tulee uusi ”lätkä” keskelle.

### Kenen kanssa lähtisit?

Leikkijät seisovat leikkialueella. Ohjaaja kysyy esimerkiksi seuraavanlaisia kysymyksiä:

- Kenen kanssa lähtisit ongelle/retkelle/pelaamaan jalkapalloa?
- Kenen kanssa kantaisit muuttolaatikoita?
- Kenen kanssa korjaisit tietokoneeseen liittyvää ongelmaa?
- Kenen kanssa lukisit matematiikan kokeisiin?
- Kenen kanssa olisit netissä?
- Kenelle puhuisit murheistasi?

Leikkijät menevät sen henkilön luo, joka on vastaus kysymykseen, ja laittavat kätensä hänen olkapäälleen.

### Toiveiden puu

Luokkaan tuodaan oikea puu (iso oksa) tai sellainen askarrellaan vaikka pahvista. Lapset kirjoittavat kortteihin erilaisia toiveita maailman lapsille. Toiveiden puun tekeminen sopii hyvin lasten oikeuksien tunnin yhteyteen.

### Kaveruuden puu

Luokkaan tuodaan oikea puu (iso oksa) tai sellainen askarrellaan vaikka pahvista. Lapset kirjoittavat kortteihin erilaisia ystävällisiä tekoja, esimerkiksi ”Olen avulias kaverilleni”, ”Olen tänään hyväntuulinen” ja ”Pidän tavarani järjestyksessä”, ja ripustavat kortit puun lehdeksi. Lapset valitsevat oksalta yhden kortin ja toimivat sen mukaan.

## Ystävä-runo

Oppilaat miettivät, millainen on hyvä ystävä, ja opettaja kirjaa ajatukset muistiin. Lopputuloksena on ystävyden runo. Se voidaan monistaa ystävänpäivä-tervehdyksenä jokaisen kotiin. Oppilaat voivat koristella tervehdyksen. Runosta voidaan tehdä taulu muistuttamaan siitä, että ystäviä tarvitaan aina.

## Taukotango

Leikkijät liikkuvat huoneessa vapaasti musiikin soivessa. Kun musiikki taukoaa, ohjaaja antaa tehtävän, esimerkiksi: ”Etsi pari, jonka kanssa jatkat tanssia selät vastakkain.” Ohjaaja voi keksiä tehtäviä, jotka liittyvät kirjainten muodostamiseen, erilaisina pat-saina seisomiseen, eläinten matkimiseen tai esimerkiksi liikkumiseen eri tavoilla.

## Mitä tiedät ystävästäni?

Valitaan yksi leikkijä, joka menee huoneen ulkopuolelle. Muut leikkijät valitsevat hänelle ystävä. Leikkijä tulee takaisin ja yrittää arvuutella kysymyksiin, kuka hänen ystävänsä on. Kysymyksiin saa vastata vain kyllä tai ei.

## Vettä kengässä

Ryhmä jaetaan kahteen osaan. Toiset menevät huoneen ulkopuolelle ja toiset valitsevat itselleen ulkopuolella olevien joukosta ystävä. Vuorotellen ulkopuolella olevat leikkijät käyvät kysymässä joltakulta huoneessa olevalta: ”Oletko ystäväni?” Jos arvuuttelija tuli oikean ihmisen luokse, hänelle sanoo ”Kevättä rinnassa” ja hän saa jäädä huoneeseen. Jos hän tuli väärän ihmisen luo, hänelle sanotaan ”Vettä kengässä.” Tällöin arvuuttelija joutuu poistumaan huoneesta yhdellä jalalla hyppiä. Leikki jatkuu, kunnes jokainen on löytänyt oman ystävänsä. Osia voidaan vaihtaa.

## Turrenatta

Yksi leikkijöistä on hippa toisten juostessa karkuun. Kun hippa saa jonkun kiinni, kiinniotettu asettuu haara-asentoon seisomaan. Kuka tahansa voi pelastaa hänet ryömimällä ”Turrenatta” haarojen alle ja haukkumalla kolme kertaa. Leikki jatkuu ja välillä vaihdetaan hippaa.

## Sähköttäjä

Leikkijät jaetaan samankokoisiin ryhmiin. Ryhmät muodostavat jonoja sillä tavoin, että jonoissa ensimmäisinä olevat lapset muodostavat ympyrän. Jonot ovat ikään kuin ympyrän säteitä. Yksi leikkijöistä on sähköttäjä, joka kulkee ympyrän ulkokehää eli piiriä ympäri ja koskettaa haluamansa jonon viimeisen leikkijän selkää. Kosketuksen jälkeen sähköttäjä lähtee juoksemaan piiriä ympäri. Selkäänsä kosketuksen saanut leikkijä koskettaa jonossa edellä olevan selkää. Kun kosketus on kulkenut koko jonon läpi, alkaa takaa-ajo. Kaikki tässä jonossa olevat lapset lähtevät juoksemaan sähköttäjän perään. Se juoksijoista, joka tulee takaisin jonoon viimeiseksi juostuaan kierroksen, on uusi sähköttäjä.

## Nauru- ja hymyviesti

Leikkijät istuvat tai seisovat piirissä ja lähettävät hymyn tai naurun viestinä eteenpäin. Viesti otetaan vastaan samalla tavoin, joko hymyillen tai nauraen, ja lähetetään taas eteenpäin seuraavalle. Leikki voidaan uusua esimerkiksi kättelyn kera. Lapset voivat itse keksiä eri tapoja lähettää hymy tai nauru eteenpäin.

## Patsasleikki

Toinen leikkijöistä on taiteilija ja toinen on muovailtavaa materiaalia, esimerkiksi savea. Taiteilija muo- vaa savea haluamallaan tavalla ja asettelee muovailtavana olevan lapsen patsaaksi. Patsaalle annetaan nimi. Sitten rooleja vaihdetaan. Tässä leikissä opitaan myös sopivaa ja toista kunnioittavaa kosketusta. Ohjaaja näyttää esimerkkiä, millainen kosketus on toista kunnioittava.

## Solmu

Yksi leikkijöistä valitaan solmun ratkaisijaksi. Hän kääntää selän muihin leikkijöihin päin. Leikkijät ottavat toisiaan kädestä kiinni ja tekevät piirin. Piirissä leikkijät tekevät solmuja kulkemalla toistensa käsien yli tai ali. Kun solmu on valmis, pyydetään ratkaisija paikalle selvittämään solmua.

## Piirrosviesti

Leikkijät jaetaan samankokoisiin ryhmiin. Ryhmät asettuvat vierekkäin jonoihin. Jonojen ensimmäisellä on joko paperia ja kynä tai taulu ja liitu. Leikin ohjaaja käy kuiskaamassa jonoissa viimeisinä oleville jonkin sanan, esimerkiksi ”sydän”. Jonon viimeinen piirtää sormellaan sydämen kuvan seuraavan

leikkijän selkään mitään sanomatta. Näin jatketaan, kunnes piirros tulee jonojen ensimmäisen selkään. Hän piirtää selkäänsä saadun viestin joko paperille tai taululle. Ohjaaja esittelee piirrokset koko ryhmälle. Leikkiä voidaan jatkaa siten, että ohjaajaa vaihdetaan ja jonojen ensimmäinen siirtyy viimeiseksi.

### Eläinleikki (harjoitellaan EI:n sanomista)

Leikkijät valitsevat itselleen parin ja eläinroolin. Toinen parista voi olla esimerkiksi hiiri ja toinen leijona. Parit asettuvat toisiaan vasten jonkin matkan päähän siten, että leikkijöistä muodostuu kaksi vastakkaista riviä. Toinen parista lähestyy valitsemalleen eläimelle tyypillisellä tavalla toista toisen seisossa paikallaan. Lähestyvän parin tehtävänä on lähestyessään yrittää kaikin tavoin suostutella paikallaan seisovaa KYLLÄ-sanaa sanoen sekä kehon kielellä, ilmeillä ja elein. Paikallaan seisovan tehtävänä on koettaa torjua lähestyvä eläin käyttäen valitsemalleen eläimelle tyypillistä kehon kieltä, eleitä ja ilmeitä ja sanoen EI. EI-sanon sanomisessa paikallaan seisova voi kokeilla erilaisia äänenpainoja, hiljaisia ja äänekkäitä. Paikallaan seisovien parien edessä on esimerkiksi maalarinteipillä merkitty turvaraja, jota lähestyvät parit eivät saa ylittää. Osia vaihdetaan.

### Kosketuspussi

Ohjaaja kerää erilaiselta tuntuvia materiaaleja kangaspussiin. Siellä voi olla esimerkiksi turkista, silkkiä ja hiekkapaperia. Lapset saavat tunnustella sormiltaan pussin sisältöä pussin sisälle katsomatta ja kertoa tuntemuksistaan muille.

### Leijonankesytytys

Valitaan kiinniottaja, joka nimetään leijonankesyttäjäksi. Muut leikkijät ovat leijonia ja juoksevat kesyttäjää pakoon. Kun leijonankesyttäjää saa kosketettua leijonaa, leijonan pitää pysähtyä ja nostaa tassut pystyyn. Muut leijonat voivat pelastaa kiinnijääneen taputtamalla häntä olkapäälle.

### Ambulanssihippa

Yksi leikkijöistä on ”bakteeri”, jonka kosketus tainnuttaa leikkijän makuuasentoon. Kaksi leikkijöistä on ambulanssinkuljettajia, jotka kantavat käsistä ja jaloista ”sairastuneen” sairaalaksi sovittuun paikkaan. Muut leikkijät voivat pelastaa sairaalaan joutuneita laittamalla peukalonsa vastakkain sairastuneen peukalon kanssa.

### Hiivintä

Lapset makaavat hiljaa lattialla selällään rentoina ja silmät suljettuina. Ohjaaja koskettaa lapsia vuoron perään esimerkiksi höyhenellä, sulalla, siveltimellä tai kädellä, minkä jälkeen kukin leikkijä hiipii äänettömästi pois sovittuun paikkaan. Tämä leikki sopii tunnin loppuun.

### Salmiakkikuvio

Lapset liikkuvat neljän hengen ryhmissä salmiakkikuvion muodossa. Kuvion kärki on leikin johtaja, jonka liikkumista muut leikkijät matkivat tarkasti yrittäen samalla säilyttää salmiakkikuvion muodon. Leikin johtaja vaihtuu siten, että hän kääntyy jostain muuta kuvionsa leikkijää kohti, jolloin tästä tulee uusi johtaja.

### Karjaa ja Karkkila

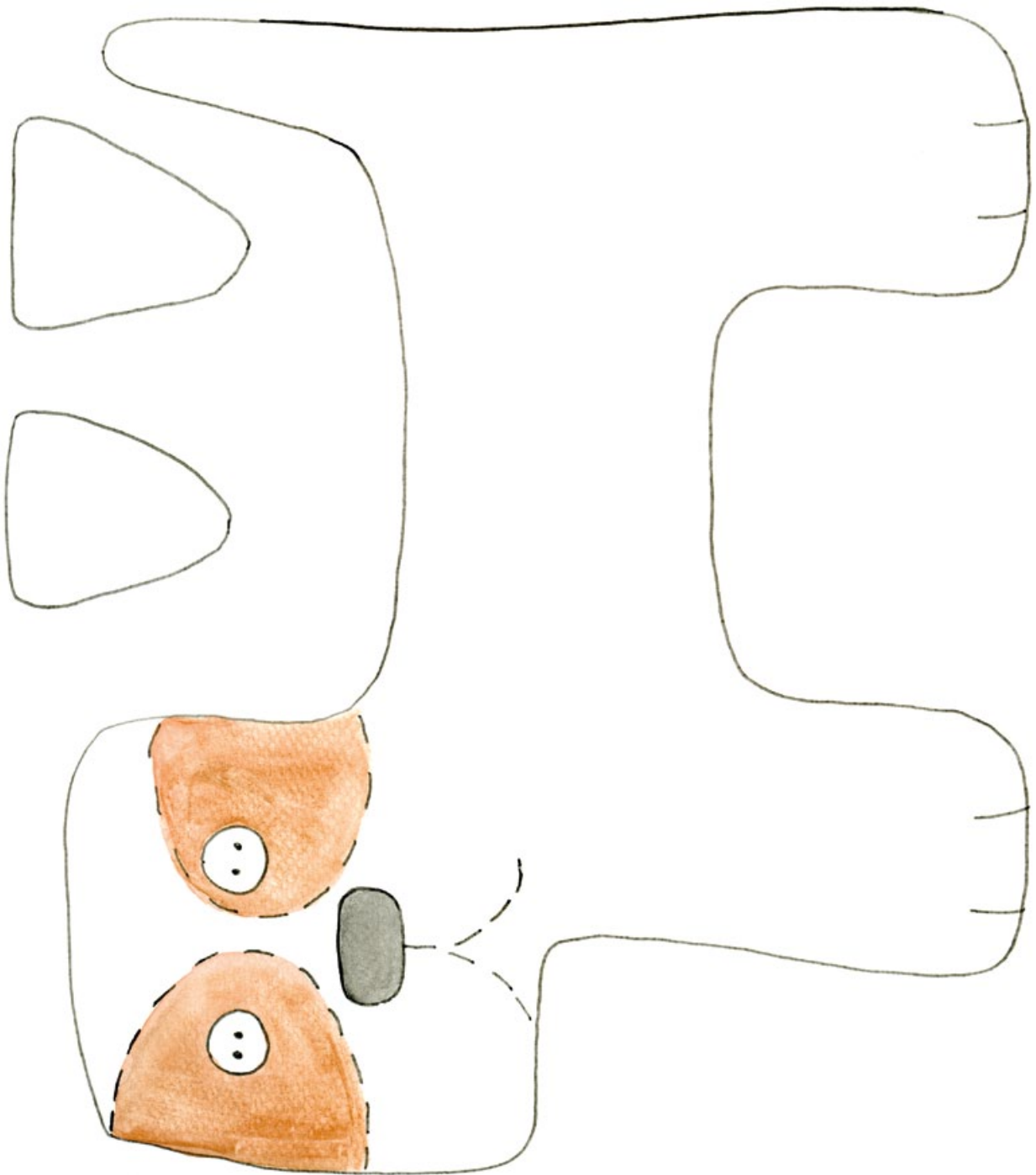
Ohjaaja on käskijä. Kun ohjaaja sanoo Karjaa, leikkijät menevät kyykkyyn. Kun ohjaaja sanoo Karkkila, leikkijät nousevat seisomaan. Jos leikkijä tekee liikkeen väärin, hän joutuu pois leikistä. Voittajasta tulee uusi käskijä.

### Jumppalaulu

*”Pää, olkapää, peppu, polvet, varpaat,  
polvet varpaat (2 x).  
Silmät, korvat ja vatsaa taputa.  
Pää, olkapää, peppu, polvet, varpaat,  
polvet varpaat.”*

Jumppalaulua leikitään siten, että käsillä kosketetaan kehoa siitä kohdasta, joka laulussa mainitaan. Laulu lauletaan useaan kertaan, kerta kerralta nopeammin.

## Turren kaavat



**Lapset suunnittelevat oman lautapelin.**

**Tarvikkeet ja etukäteisvalmistelut:**

Peliä varten tarvitaan tukevaa pahvia, noppa ja pelinappulat, liimaa, sakset, tusseja ja värikyniä. Etukäteisvalmisteluna ohjaaja monistaa ja leikkaa *Mitä teet jos?* -kysymykset (s. 238), jotka lapset liimavat korteiksi.

**Pelin kulku ja säännöt:**

Peliin suunnitellaan kulkureitti, jossa on lähtöpaikka, maali ja pysäkkejä. Pysäkeillä pelaajat joutuvat vastaamaan ”Mitä teet jos?” -kysymyksiin. Kortit ovat pakkana nurinpäin pelilaudan vieressä. Pelaaja nostaa pysäkille joutuessaan päällimmäisen kortin ja vastaa siinä olevaan kysymykseen. Keksittyään ratkaisun kysymykseen pelaaja saa kortin itselleen. Pelissä ei tärkeintä ole oikean vastauksen löytäminen, vaan erilaisien ratkaisujen miettiminen ja keksiminen. Keskustelu lisää lapsen kekseliäisyyttä ja kykyä selvittää tukalista tilanteista. Lapset voivat keksiä vastauksia myös yhdessä. Kortin tilanteita voidaan myös näytellä. Peliin on hyvä valita sellaisia kysymyksiä, jotka lapsille ovat tärkeitä ja niitä voidaan keksiä yhdessä lisää.

Mitä teet, jos  
toinen lapsi kutittelee  
sinua kovakouraisesti  
etkä pidä siitä?



Mitä teet, jos  
tapaat vieraan henkilön,  
joka pyytää sinua katsomaan  
älypuhelimesta kuvia?



Mitä teet, jos  
joku vieras aikuinen  
tulee katselemaan ja juttelemaan  
kanssasi, kun leikit ulkona?  
Hän juttelee mukavia ja kehuu leikkejäsi.  
Hän pyytää sinua lähtemään mukaansa.



Mitä teet, jos  
näet netissä sinua  
järkyttäviä kuvia?



Mitä teet, jos  
jätät ystäväsi luo  
sovittua pidemmäksi ajaksi.



Mitä teet, jos  
kotona riidellään rajusti,  
ja se pelottaa sinua.



Mitä teet, jos  
koulumatkalla näet miehen,  
joka on alasti ja esittelee itseään?



Mitä teet, jos  
joku netissä lähettää toisille  
sinua parjaavia viestejä?





**Mitä teet, jos**

joku lähettää sinulle outoja,  
uhkailevia tai törkeitä viestejä  
tai pyyntöjä puhelimella  
tai netissä?



**Mitä teet, jos**

sinulta yritetään  
ottaa rahaa?



**Mitä teet, jos**

joku on levittänyt sinusta  
huhuja tai kirjoittanut  
sinusta pahaan netissä?



**Mitä teet, jos**

olet unohtanut kotiavaimesi  
eikä kukaan ole vielä kotona,  
kun olet menossa kotiin?



**Mitä teet, jos**

joku on kiusannut tai  
haukunut sinua  
puhelimella tai netissä?



**Mitä teet, kun**

puhelimestasi on akku loppu  
ja sinun pitäisi soittaa?



**Mitä teet, jos**

joku on laittanut sinua loukkaavan  
kuvan sinusta nettiin  
vastoin sinun tahtoasi?



**Mitä teet, jos**

joku puhuu sinulle ilkeästi,  
haukkuu ja nimittelee sinua?



## 1.2. Tarinoita

### Kotkan poika

(mukailltu tarinasta Anthony de Mello (2000) Havahduttaminen, Gummerus Kirjapaino Oy)

Eräs mies löysi kotkan munan ja vei sen kanalaan kananpesään. Munasta kuoriutui kotkanpoikanen ja se kasvoi yhdessä pikkutipujen ja kanojen kanssa. Koko ajan se uskoi olevansa kana ja teki, mitä kanat tekevät. Se kuopsutti maasta matoja ja hyönteisiä. Se kotkotti ja kaakatti. Se saattoi räpyttää siipiään ja lentää ilmassa muutaman metrin.

Vuodet kuluivat ja kotkasta tuli aikuinen. Eräänä päivänä se näki mahtavan kotkan liitävän yläpuolellaan pilvettömällä taivaalla. Se kaarteli komeasti voimakkaissa ilmanvirtauksissa hädin tuskin liikuttaen vahvoja, kultaisia siipiään. Aikuinen kotka seisoi kanalan portin vieressä ja katseli uljasta taivaalla kaartelevaa kotkaa lumoutuneena. "Mikä se on?" se kysyi. "Se on kotka, lintujen kuningas," vastasi kanalan vanha kana. "Se kuuluu taivaalle. Me kuulumme maahan, me olemme kanoja". Kotka kuoputteli maata ja nokki jyviä. Se jatkoi elämäänsä kanana, koska se luuli olevansa kana.

Mitä pidit tarinasta?

Mitä tarinassa kerrottiin?

Olisiko tarina voinut mielestäsi loppua toisin?

Keksikää tarinalle toisenlainen lopetus.

Miksi on tärkeää löytää se,

mikä itsessä on hienoa ja ihanaa?

### Kultahiput

Tiialla ja Tommilla olivat pienet astiat jo aivan kukkuroillaan täynnä mustikoita. "Kyllä näistä äiti jo mustikkapiirakan saa", he juttelivat mustikoita suuhunsa napsiessaan. Lapset panivat astiansa varovasti maahan ja heittäytyivät pehmeälle sammalmättäälle selälleen. Tyytyväisinä he katselivat, kun kauniisti kumpuilevat pilvihattarat purjehtivat hitaasti sinisellä taivaalla. Olo oli raukea, ja pian he nukahtivatkin syvään uneen.

Unessa Tommi oli synkässä metsässä. Metsä oli hänelle vieras, ja hän oli eksyksissä. Varpujen ja saniainen välistä kiemurteli harmaata usvaa. Se nousi ylemmäs ja kietoutui hänen ympärilleen. Usva levisi yhä laajemmalle muodostaen pian paksun ja leveän sumulautan. Aurinkokin oli hävinnyt tummien pilvien taakse. Tommi tunsu olonsa raskaaksi ja sumu lamautti hänet niin, ettei hän kyennyt liikkumaan. Yhtäkkiä Tommi kuuli risun rasahduksen ja näki valkohäntäpeuran katselevan häntä sumun seasta.

Se kääntyi ja lähti pois päin. Tommi pyristeli irti sumun otteesta ja lähti peuran perään. Peura vei hänet pienen pulppuavan lähteen luo. Tommi näki kirkkaan lähteen pohjalla jotain kimaltelevaa, se oli pieni kultahippunen. Hän nosti sen kepin kanssa ylös. Se säihkyi Tommin kädessä, ja Tommi huomasi sumun väistyvän kauemmaksi. Peura oli johtanut Tommin kultahipun luo, mutta sitä ei enää näkynyt missään. Peura oli hävinnyt yhtä salaperäisesti kuin se oli ilmestynytkin. Tommi oli hyvillään, että hän oli sumusta huolimatta seurannut peuraa.

Tommi oli kuitenkin allapäin ja huolissaan. Sumu peitti pensaat ja puut eikä Tommi tiennyt, missä hän oli. Hän vain mietti ja mietti, mitä tehdä. Päässä jyskytti ajatus, ettei hän varmaan ikinä löydä metsästä pois. Hän heristeli korviaan. Jostain läheltä kuului linnun laulua. Hän kuunteli ja kuunteli ja katseli ympärilleen. Linnun laulu oli huhuilevaa, kutsuvaa ja kaunista, kuin musiikkia. Tommi kulki ääntä kohden ja huomasi linnun olevan kuusen oksalla. Lintu oli musta ja sillä oli keltainen nokka. Se oli mustarastas. Tommi huomasi ihmeekseen, että liverryksen myötä mustarastaan nokasta lensi samanlainen kimalteleva kultahippu kuin minkä hän oli juuri löytänyt lähteestä. Se leijaili alas pyörien ja kieppuen. Hypähtäen Tommi nappasi sen kiinni. Raikas ilma virtasi hänen keuhkoihinsa ja hän rauhoittui. Tommi pani tämänkin kultahipun taskuunsa ja lähti kävelemään pientä polkua pitkin. Usva oli haihtunut, mutta pilvet roikkuivat vielä tummina. Tommi kulki ja kulki, kunnes hän kuuli maasta tuhinaa. Pikku-siili oli tippunut ketun koloon eikä se päässyt sieltä ylös. Tommi kyykistyi ja nosti piikkisen kerän tuohen palasten avulla polulle. Pikkuhiljaa piikkikerä avautui ja pieni musta kuono tuli näkyviin. Kuonon päässä kimmelsi jotain: Kultahippu! Mustat silmät katsoivat Tommia kiitollisina ja kuonoa heilauttaen pikkusiili lyltersi kanervikkoon pudottaen kultahipun auringon valaisemalle polulle. Pilvet olivat menneet menojaan. Tommi hyppeli iloisena. Hän sai olla avuksi siilille. Samassa Tommi heräsi. Sisko nukkui vielä sammalmättäällä. Vaistomaisesti Tommi pani kätensä taskuun ja arvaa mitä? Siellä ne olivat vieläkin, kultahiput!

### Murre ja Murren häntä

Murre on Turre-koiran kaveri. Murre on muuten lähes musta, mutta sen hännän pää on valkoinen. Jo pienenä pentuna Murrella oli tapana leikkiä häntänsä kanssa. Murre pyöri vanhasti ympäri ja yritti saada sitä kiinni. Se ei tiennyt, että häntä kuului sille ja oli osa sitä itseään. Murre-koira kutsui häntäänsä veijariksi, koska se oli niin vikkela eikä koskaan antanut ottaa itseään kiinni. Murre ihaili sitä. Se oli niin tuuhea ja loisti ihmeen kirkkaana auringonpaisteessa. Murre makasi joskus kuono maassa ja oli allapäin. Miksi hän itse ei voinut olla yhtä vik-

kelä kuin tuo perässä aina kulkeva veijari? Se mietti myös sitä, onko siinä itsessään yhtään mitään kaurista niin kuin tuossa veijarissa.

### Turren alakulo

*Kylän laidan pihapiiri ja Turre-koiran koppi.  
Turre korvat lurpallaan, silmännähden suruissaan.  
Kirjava kukko pukuansa pöyhittää,  
rintaansa röyhittää.  
Orava oksalta oksalle ketterästi kohti latvuksia  
kapuaa. Sen temput lapsia hauskuttaa.  
Valkoinen poni kauraa rouskuttaa,  
selässään kylän lapsia kuljettaa.  
Turrea harmittaa, sen kuono maata koskettaa.  
Turrea toisten taidot masentaa.  
Vainu metsän reunan Turren valpastaa.  
Kohta näkyviin se sieltä suden saa.  
Ja päättää: Muita täytyy varoittaa ja sitten  
kuuluvasti haukahtaa.  
Pian kaikki Turrea kiittää saa.  
Turrekin jo naurahtaa.*

Mikä Turren mielen sai matalaksi?  
Missä asioissa Turre on hyvä?

### Kallen kotimatka

Kalle kiirehti malttamattomana koulusta kotiin. Hän on päättänyt oikaista puiston kautta. Kalle on uppoutunut miettimään jännittävää peliä, jonka hän oli edellisenä iltana aloittanut naapurin Villen kanssa. Tänään on tarkoitus jatkaa. Hän havahtuu ajatuksistaan nähdessään Einarin, isokokoisena, yhtä luokkaa ylempänä olevan pojan, maleksivan vastaan kädet taskussa.

Kun pojat kohtaavat, Einari käännähtää yhtäkkiä Kallen suuntaan ja huutaa:

– Terve, Kalle!

Kalle säpsähtää, mutta jatkaa kävelemistään samalla mutisten:

– Terve.

– Hei! Tules tänne!

Einari kommentaa yhä kovemmin, kun näyttää siltä, ettei Kalle heti tottelekaan:

– Ala tulla tänne!

Kalle pysähtyy ja hivuttautuu pää painuksissa hitaasti Einarin luo.

– Mitä sulla on taskussa? Einari tiedustelee tiukkana ja kommentaa:

– Tyhjennä taskus, nyt heti!

– Miks pitäis? Kalle sanoo.

Einari tulee naamaansa irvistäen aivan Kallen eteen ja pui nyrkkiä.

– Pitäkö näyttää, pitääkö?

Kalle alkaa tyhjentää nopeasti taskujaan Einarin ojennettuun käteen. Einari tutkii kädessään olevaa saalistaan.

– Loput kanssa, sulla on siellä rahaa, eikä olekin? No, tänne vaan kaikki.

Kalle nyökkää surullisena ja kaapii loputkin taskujensa sisällöstä Einarin käteen. Kalle vetää tyhjän taskupussin vielä ulos näyttääkseen, ettei taskussa ole yhtikäs mitään. Einari käy läpi saaliinsa. Rahat ja purukumit hän työntää omiin taskuihinsa. Lätkekortit, kuulapallot ja kumirenksut lentävät pensaikkoon.

– Terve vaan, saat pitää noi loput rojut. Tää tarttis tehdä uudelleen, vai mitä? Tää oli hauskaa. Sama aika huomenna, vai mitä? Joo, huomenna sama aika ja paikka. Ai niin, muistakin, ettet juorua kellekään. Ei sanaakaan tai tulee vaikeuksia. Luu kurkkuun, niinkus tiedät. Nähdään taas.

Einari lähtee jatkamaan matkaansa. Kalle seisoo surkeana. Hän keräilee Einarin heittämät tavarat takaisin taskuunsa ja laahustaa surullisena kotiin.

### Ystävä auttaa (jatkoa tarinalle Kallen kotimatka)

Kalle on taas matkalla puiston halki kotiin. Tällä kertaa hänellä on mukanaan hyvä kaverinsa Sari. Kalle vilkuilee ympäriinsä heidän kulkiessaan.

– Hän on täällä milloin tahansa. Saatpa nähdä. Hei, ota nämä mun kolikot ja karkit sun taskuusi, joo-ko? Minä sanon sille, että kulutin kaikki rahat. Ei se sun päälle käy.

– Eikö? Ootko ihan varma, ettei muka käy? Sari epäilee.

– Ei se likkoihin käy käsiks, enkä minä sitä paitsi antaisikaan käydä, sanoo Kalle.

– Sankari! No, jos sinä et anna sen kiusata minua, niin en minäkään anna sen kiusata sinua. Sovitaan-ko niin?

– Sovitaan vaan. Hei, tuolla se nyt on, Kalle kuiskaa.

Einari lähestyy Kallea ja Saria. Hän huutaa jo matkan päästä:

– Terve, Kalle! Katos, olet ottanut kaverin mukaan. No sepäs on kiva juttu. Mitäs teillä on mulle tänään, mitä?

Kalle sanoo reippaasti:

– Ei mitään.

Einarin naama alkaa punottaa:

– Katotaas ne taskut, jätkä.

Kalle tarttuu Saria hihasta ja vetää häntä mukaansa. Samalla hän sanoo Einarille:

– Eikä katsota. Tules nyt Sari. Einari korottaa äänensä:

– Tähän sieltä, jätkä.

Kalle huutaa Einarille suoraan:

– EI!

Kalle ja Sari lähtevät pois Einarin luota. Sari huikkaa olkansa yli:

– Huudan pääni punaiseksi, jos vielä yrität mitään mulle.  
– Ja mä hälyytän poliisin tänne, huutaa vielä Kallekin.

Kalle ja Sari jatkavat päättäväisesti matkaansa. Einar jää seisomaan ja katselee Kallen ja Sarin perään. Hän puhisee kiukusta ja on harmissaan. Einar huuftaa Kallen ja Sarin perään:  
– Äh, olkoon. Yksi pieni karkkipussi ja pari euroa! Ei kannata edes juosta!

Hitaasti hän kääntyy ja lähtee kiviä potkien kulkemaan toiseen suuntaan.

### Nea pihalla

Neaa ei enää huvittanut leikkiä yksin poneilla sisällä. Hän kaipasi kaveria ja ulos! Hän kaivoi kengät kaapista ja survoi ne jalkoihinsa. Lapaset löytyivät laatikosta, kun sitä penkoi. Sitten hän säntäsi ovea kohti.

– Hei, takki ja pipo kanssa! Siellä on kylmää, huudahti isä olkansa yli tietokonetta näpytellessään. Nea palasi takaisin ja lisäsi kuuliaisesti vaatetta. Ulos päästyään hän hyppeli vapaana olevan keinun luo. Hän osasi heilutella itsensä hurjaan vauhtiin.  
– Tämäpä on hauskaa! Lennän pilviin saakka, kuvitelti Nea mielessään.

Hän näki Jutan tulevan leikkipaikalle ja huuteli iloisesti:

– Hei Jutta, katso!

Jutta vilkutti ja juoksi keinujen luokse. Hän osasi varoa menemästä liian lähelle keinua. Koska vapaita keinoja ei ollut, Jutta meni laskemaan liukutunneista. Muitakin lapsia oli leikkimässä.

Jotkut leikkivät hippaa. Jari ja Jukka kiikkuivat kiipeilytelineen huipulla. Lisää lapsia kiiruhti paikalle.

Yksi Neaa isompi tyttö tuli suoraan Nean keinun luo. Nea ei ollut nähnyt häntä pihalla aikaisemmin. Tyttö ärähti Nealle:

– Häivy! Minä haluan tulla siihen!

Neaa alkoi vähän pelottaa. Hän antoi vauhdin hiljentyä.

– Mutta minä vasta äsken tulini tähän.

– Entäs sitten? Mee pois!

– Pääset tähän ihan kohta, sanoi Nea.

Tyttö tarttui keinuun, tönäisi Neaa ja karjaisi työkeästi:

– Pois siitä!

Nea putosi keinusta. Polveen sattui ja häntä itketti.

### Meidän pallo (jatkoa tarinalle Nea pihalla)

Yhtäkkiä Nean mieli oli musta. Hän vain nökötti surkeana maassa. Tyttö, joka oli vienyt häneltä keinun, oli menetellyt tosi kurjasti häntä kohtaan. Hän ei tiennyt, mitä tehdä. Jutta tuli Nean luo kysyen:

– Mikä sulla on?

– Tuo vei minulta keinun ja tyrkki, nyyhkytti Pia.

– Ihan tyhmää! Hei mulla on pallo, heitellään tätä, Jutta yritti lohduttaa ja auttaa ystäväänsä.

Niin tytöt lähtivät leikkimään ja olo tuntui pian vähän paremmalta.

Silloin tyttö, joka oli vienyt keinun Nealta, hyppäsi keinusta ja tuli Nean ja Jutan luo.

– Antakaas pallo minulle, hän uhosi.

Tytöt katsahtivat toisiaan. Mikä nyt neuvoksi?

*(Tässä kohdin kertomusta lapset voivat pohtia, millaisia neuvoja Jutalle ja Nealle voisi antaa.)*

Jutta tarttui Neaa kädestä. Näin olo tuntui paljon rohkeammalta.

– Antakaas se pallo tänne, minähän sanoin, tyttö tuli lähemmäksi vaatien.

– Ei anneta! Nea sanoi.

– Ei niin! uskalsi Juttakin.

– Tämä on minun palloni ja me leikimme nyt tällä!

Tyttö vaati käsi ojossa:

– Tänne ja heti!

– EIKÄ! tytöt huusivat yhteen ääneen.

– Mennään meille, äiti on siellä, kuiskasi Jutta Nean korvaan. Tytöt lähtivät.

– En haluakaan palloa tuollaisilta pikkukakaroilta, sanoi tyttö.

Nea ja Jutta olivat helpottuneita. He olivat onnistuneet puolustamaan itseään.

### Tiinan iltapäivä

Tiina oli polvillaan olohuoneen lattialla ja tonki innoissaan legokasaa.

– Tästä tulee minun unelmieni talo, hän ajatteli legotaloa rakentaessaan.

– Sen pitää olla korkea ja avara, paljon ikkunoita. Ja suuri tila keskellä leikkimiseen.

Juuri kun hän pohti, laittaisiko taloon harjakaton vai tasakaton, Keijo-eno tuli huoneeseen.

Keijo-eno, äidin nuorin veli, hoiti häntä aina silloin, kun äidillä oli iltavuoro. Keijo oli yleensä leikkisä ja hauska. Hän kiusoitteli Tiinaa sanoen häntä ipanaksi ja vangiten hänet joskus jaloillaan kiipeiliin. Viime aikoina Keijo oli ollut jotenkin töykeä. Tiina oli

kuullut isän ja äidin puhuneen huolestuneena Keijosta ja siitä, että tämä oli jäänyt työttömäksi. Tiinaa Keijo-eno vähän säählitti.

Silti hän toivoi, että äidillä pian alkaisi aamuvuoro. Keijo painosti häntä syömään aina leivän päällä väkevää Emmental-juustoa. Ja häntä se inhotti.

– Hei ipana! Mitäs touhuat?

– Rakentelen vain, Tiina vastasi.

– Näytäpä, Keijo-eno pyysi.

Tiina nojautui taaksepäin, jotta Keijo näkisi rakentelma.

– Onpa se hieno! Kyllä minäkin rakentelin pienenä kaikenlaista.

Annapas kun minä koitan, Keijo-eno sanoi ja laskeutui lattialle Tiinan viereen.

– Tässä ei kyllä ole kauheasti enää jäljellä palikoita, Tiina totesi.

– Ei haittaa. Minäpä rakennan oman talon! Keijo sanoi.

– Tai sitten pikkuruisen mökin, Tiina sanoi.

Tiina siirtyi vähän kauemmaksi tehden tilaa Keijolle. He rakentelivat hyväntuulisina jonkin aikaa. Sitten Keijo otti Tiinan kädestä kattopalikan.

– Hei, et saa ottaa sitä! Minä tarvitsen sen itse, sanoi Tiina.

Keijo naureskeli ja otti vielä toisen legon Tiinalta.

– Otan vain vähän. Oletpas sinä itsekäs. Minä tarvitsen vain muutaman palan, Keijo suostutteli.

– Hei lopeta!

Tiinaa ei naurattanut yhtään. Tiina suuttui. Hän heitti legot ja rikkoi koko ihanan rakennelma. Hän nousi ylös lähteäkseen.

– Hyvä on sitten. Saat pitää ne kaikki, sanoi Tiina.

Myös Keijo lopetti rakentamisen ja tarttui Tiinan käsivarteen napakasti estääkseen häntä lähtemästä. Keijo-eno lepytteli Tiinaa:

– Nyt se ipana suuttui. Hyvä on. Unohda koko juttu. Tässä ovat legosi. Siinä, saat ne nyt. Anna anteeksi. Nythän sinä saat kaikki pahalle mielelle. Anetaan olla. Voit antaa suukon sovinnon merkiksi. Eikö vaan?

Tiina ei tahtonut antaa suukkoa. Hän vain seisoi siinä hiljaa, mutta Keijo vaati ja kurotti naamaansa Tiinaa kohden.

– Anna nyt suukko. Suukko ja sovinto, hän aneli.

Tiina antoi vastahakoisesti suukon Keijon poskelle.

– Tuoko muka suukko? Varmasti osaat tehdä sen paremmin kuin äsken, sanoi Keijo.

Keijo otti Tiinaa lujasti olkapäistä kiinni ja suukotti tätä suulle. Tiinasta se tuntui yököttävältä ja hän rimpuili irti.

– Hei! Mihinkäs sinä nyt olet menossa? Keijo kysyi. Keijo pysäytti Tiinan tulemalla hänen eteensä ja sano:

– Odota vielä. Kuulehan. Minä en halua, että kerrot kenellekään, miten minä pilasin sinun leikkisi. Eikä siitä suukostakaan. Et kai sinäkään halua saattaa Keijo-enoa hankaluuksiin. Ethän? Ollaan hiljaa koko jutusta. Olkoon se meidän yhteinen salaisuutemme.

– Hyvä on, lupasi Tiina vastahakoisesti. Keijo puristi Tiinan kättä.

– Lupaatko?

Tiina lähti siitä omaan huoneeseensa peiton alle. Hänellä oli paha olla ja häntä itketti. Hän ei olisi halunnut antaa suukkoa Keijo-enolle.

– Mitä Keijo-eno teki?

– Mitä Tiina teki?

– Miten Tiina voisi kieltäytyä suukosta?

– Mitä Tiinan kannattaisi seuraavaksi tehdä?

– Kenelle Tiina voisi kertoa?

– Entä jos Tiinaa ei uskota?

– Mitä sinä olisit tehnyt?

### Tiina sanoo EI (jatkoa tarinalle Tiinan iltapäivä)

Tiina rakenteli taas legoilla, ja Keijo-eno tuli siihen paikalle.

– Hei ipana, miten menee? Keijo-eno kysyi.

– Ihan hyvin.

– Kylläpä sinä olet taitava! Rakennetaanko taas yhdessä, Keijo ehdotti.

– Hyvä on. Minä teen kuitenkin tämän ensin valmiiksi. Tehdään sitten yhdessä uusi, Tiina vastasi.

– En jaksa odottaa koko päivää, sanoi Keijo-eno ja polvistui lattialle Tiinan viereen.

Keijo-eno keräsi itselleen kasan legoja.

– Minä tarvitsen niitä. Tahdon tehdä tämän ensin valmiiksi, Tiina sanoi tiukemmin.

– Et sinä voi tarvita noita kaikkia. Otan vain nämä, jotta pääsen alkuun.

– Ei, ei käy! Et kyllä vie nyt kaikkia legojani. Minä haluan tehdä oman valmiiksi!

Keijo siirtyi vähän kauemmaksi ja katseli Tiinaa.

– Kuule, minäpä tiedän. Anna suukko. Sitten minä jätän sinut rauhassa leikkimään. Sopiiko? Reilu peli!

– EI, en anna sinulle suukkoa etkä saa viedä minun legojani! Anna minun leikkiä rauhassa.

– Vai et muka halua antaa suukkoa Keijo-enolle! Mitäs se semmoinen on? Olethan sinä ennenkin antanut minulle suukkoja.

Tiina nousi ylös ja meni ovelle huutaen menessään:

– Luulin, että minun oli pakko antaa sinulle suukkoja. En halunnut, enkä halua nyt!

## Tiina kertoo äidille (jatkoa tarinoille Tiinan iltapäivä ja Tiina sanoo EI)

Tiinan äiti istuu keittiön pöydän ääressä ja lukee lehteä. Tiina tulee keittiöön ja istuu tuu.

- Hei Tiina! äiti tervehtii.
- Hei äiti.
- Kaikki hyvin?
- Ihan hyvin, kiitos.
- Onko nälkä? Haluaisitko jotain?
- Ei kiitos.
- Hei, mikä on? Etkö ole kunnossa? Tytölle ei maistu ruoka vai? äiti kysyy leikkisästi.
- Nyt on jotain vinossa.
- Ei minua mikään vaivaa, vastaa Tiina kyöneleitään pidätellen.
- Mikä nyt on, Tiina? Kerro minulle, kulta, kehoittaa äiti vakavana.

Äiti tulee Tiinan luokse ja istuu tuu hänen viereensä laittaen kätensä Tiinan olkapäälle. Tiina alkaa vähän nyhkyttää:

- Se on jotain Keijo-enosta.
- Mitä asiaa sinulla on Keijo-enosta?
- En tykkää hänestä, Tiina sanoo ja painaa päänsä äidin olkapäätä vasten.
- Hän on joskus pelottava.
- Millä lailla hän on sinusta pelottava? Kertoisitko siitä minulle?
- Hän pyytää minua pitämään joitakin asioita salaisuutena... Minä en haluaisi... Hän haluaa minun antavan suukkoja! Tiina puhkeaa kyyneliin ja puristautuu äitiä vasten.
- Hyvä, että kerroit minulle siitä, äiti sanoo ja haluaa Tiinaa.
- Ei suukkoja saa pitää salaisuuksina. Keijo-eno on tehnyt todella väärin. Ei hän saa sinua pakottaa suukkoihin. Itke vain rauhassa. Kerrot sitten loput myöhemmin. Sinä olet toiminut aivan oikein. Ei se ole sinun syytäsi. Minä vähän juttelen Keijon kanssa.

### 1.3. Tarinoiden alkuja

Tarinoiden alkuja voidaan käyttää pohjana yhteiselle pohdinnalle selviytymiskeinojen miettimiseksi. Lapset miettivät, mitä tarinoiden henkilöiden kannattaisi tehdä. He voivat keksiä tarinan alulle hyvän ja onnellisen lopun, sellaisen, jossa lapsi saa avun ja jossa hän on osannut toimia itseään suojellen ja apua pyytäen. Toimintatapoja tarinoiden tilanteisiin voidaan keksiä ja harjoitella myös forum-teatterin (s. 254), KLIK-leikin (s. 254) ja pöytäteatterin (s. 256) tapaan tai käsinukkeja käyttämällä. Tällöin lapset antavat ohjeita tarinoiden henkilöille tai tarinoiden henkilöitä esittäville lapsille tai aikuisille. Esittäjät toimivat ohjeiden mukaan, ja yhdessä katsotaan, olivatko ohjeet hyvät vai pitäisikö jotain vielä muuttaa.

## Kohta kello soi

Vielä muutama minuutti äidinkielen tuntia jäljellä ja sitten kello soi välitunnille. Neean vatsassa alkoi jo myllertää. Neljännellä luokalla oleva Neea tykkäsi tosi paljon äidinkielen tunteista ja ihan eniten lukemisesta. Hän oli oppinut lukemaan 5-vuotiaana ja luki kotona mielellään jo kokonaisia kirjoja. Seikkailutarinat olivat hänen lempparikirjojaan. Välitunneista Neea ei kuitenkaan tykännyt. Toiset lapset lähtivät aina innolla välitunnille ja alkoivat puuhailla siellä keskenään. Neea ei voinut juosta välitunnille muiden mukana, koska hänellä oli syntyessä saatu vamma jaloissa. Neea oli kyllä jo ennen kouluikää jotenkin tottunut siihen, ettei voinut tehdä ihan kaikkea sitä, mitä toiset voivat. Koulun alettua se oli häntä kuitenkin taas harmittanut. Joutuisiko hän olemaan koulussa välitunnit aina yksin, Neea mietti mennessään ulko-ovesta koulun pihalle ja katsellesaan siellä näkyvää iloista leikkimistä.

## Kamala yö

Jonas nojasi pulpettiin käsi poskellaan ja tuijotti epätoivoisena matematiikan kirjan aukeamaa. Nyt ei päässä liikkunut yhtään järkevää ajatusta! Opettaja oli kehottanut heitä itsenäisesti laskemaan laskuja, mutta hän ei päässyt ensimmäisestäkään eteenpäin. Jonas haukotteli, mutta se ei vienyt pois väsymystä eikä hänen kurkussaan koko aamun tuntunutta möykkyä.

Viime yö oli ollut kamala! Isä ja äiti olivat huutaneet ja tapelleet keskenään, eikä Jonas ollut saanut nukkua. Jonasta oli pelottanut kovasti. Isä oli sitten josakin vaiheessa aamuyöllä lähtenyt kotoa. Vasta silloin oli tullut rauhallista. Mutta nyt Jonasta väsytti aivan mahdottomasti, ja mieleen tulivat myös koko ajan isän ja äidin tappelun äänet. Hän ei mitenkään pystyisi laskemaan näitä laskuja! Ja opettaja ihmettelisi varmaan, mikä hänellä oikein oli. Opettaja oli kyllä Jonaksen mielestä mukava. Hän hymyili Jonakselle usein ja kehuikin, kun Jonas onnistui tehtävissä. Opettaja ei kuitenkaan tiennyt, mitä heillä kotona tapahtuu. Kukaan ei tiennyt.

## Kuraiset vaatteet

– Mammanpojat itkee, ei tosimiehet!, kaikui vielä Sampon korvissa. Sampo ei itkenytäkään, vaan nieleskeli ja puri hampaitaan tiukasti yhteen. Sampo kömpi ylös ojasta, jonne kuutosluokan pojat olivat hänet pyöränsä kanssa tönäisseet. Kypärä oli pysynyt Sampon päässä, mutta reppu oli lentänyt märän ojan pohjalle ja myös pyörä uponnut pehmeään mutaan. Sampo istui ojan laidalle ja mietti oliko hänessä jotakin vikaa.

Riku, Jonne ja Patrik olivat tänä syksynä jo monta kertaa tehneet hänelle kaikenlaista jännyä. Sampo oli tämän vuoden samassa yhdysluokassa näiden poikien kanssa. Vaikka Sampo oli viidesluokkalainen, olivat kuutosluokkalaistenkin tehtävät hänelle tosi helppoja ja hän tykkäsi koulunkäynnistä. Sampo ei ollut kertonut kiusaamisesta kenellekään, koska ajatteli sen olevan kantelemista ja pelkäsi poikien kiusaavan sitten vielä enemmän eikä hän halunnut olla ”mammanpoika”. Äiti ja isä kyselivät häneltä joka päivä, millaista koulussa oli, mutta hän ei ollut sanonut heillekään mitään kiusaamisesta. Mutta miten hän nyt oikein selittäisi heille kuraiset vaatteet ja repun?!

### Yksin kotona

Enni potkiskeli kiviä ja laahusti reppu selässään koulusta. Hänellä ei ollut kiirettä kotiin, eihän siellä kukaan häntä odottanut. Enni oli toisella luokalla, mutta jo eskari-ikäisenä hän oli ollut pitkiä aikoja yksin kotona. Enni oli ymmärtänyt vanhempien mielestä olevan tärkeää, että hän olisi reipas ja pärjäisi jo pienestä lähtien hyvin yksinkin. Ja kyllähän Enni pärjäsi. Silti hänestä tuntui välillä kurjalta olla yksin kotona, ja joskus häntä vähän pelottikin. Varsinkin iltaisin Enniä pelotti, kun isä oli lähtenyt kuntosalille ja äiti kaverinsa kanssa lenkille. Enni katseli silloin telkkarista Salatut Elämät tai mitä silloin satuikaan tulemaan. Jostakin syystä hänelle tuli näistä ohjelmistakin yksin ollessa vähän kummallinen olo. Kyllä Enni tiesi, että isä ja äiti välittivät hänestä, he sanoivatkin sen hänelle usein. Enni olisi kuitenkin halunnut, että vanhemmilla olisi enemmän aikaa olla hänen kanssaan kotona ja tehdä vaikka jotakin ihan tavallista kaikki yhdessä.

### Mies alikulkutunnelissa

– Olipa se hassun näköistä, kun ope näytti sitä kuiperkeikkaa takaperin eikä se oikein onnistunut.  
– Niin oli! Mutta vautsi, vähänkö hienosti se osasi kiivetä köysillä kattoon asti!

Ekaluokkalaiset Tiia ja Jasmin juttelivat innokkaasti viimeisestä tunnista kävellessään tuttua reittiä koulusta kotiin. He tulivat juuri pieneen alikulkutunneliin ja huomasivat, että joku sinihupparinen mies seisokeli siellä tutkimassa kännykkäänsä. Tytöt jatkoivat jutteluaan ja tirskuivat juuri jotakin, kun mies näytti huomaavan heidät ja hymyili heille ystävällisesti.

– Hei! Olettepas te mukavan näköisiä tyttöjä! Taidatte olla tulossa koulusta? Ehdittekös vilkaista, minulla on täällä kännykässä muutama tosi hieno kuva? Tyttöjen juttu katkesi ja he katsoivat toisiinsa. Mies vaikutti ystävälliseltä ja hymyili heille edelleen. Ei kai jonkin

kuvan katsomisessa voinut olla mitään pahaa tai vaarallista? Toisaalta, miksei se näytä kuvia omille kavereilleen, Tiia mietti.

– Mennään nopeasti eteenpäin, kuiskasi Jasmin Tiialle ja nykäisi Tiiaa hihasta. Hän muisti, että juuri tällaisista tilanteista häntä oli kotona varoiteltu.

– Ei teidän tarvitse yhtään huolestua! Katsokaas, tytöt, mitä tässä kuvassa tapahtuu, yritti mies houkutella tyttöjä pysähtymään kävellessä lähemmäksi ja näyttellen kännykkäänsä.

### Itsensä paljastelija alikulkutunnelissa

Lotta käveli koulusta kotiin ja huomasi pitkätkäisen miehen seisoskelevan alikulkutunnelin toisessa päässä. Mikähän mies tuo oikein on ja miksi hän on siihen pysähtynyt, mietti Lotta mielessään. Kun Lotta oli menossa miehen ohi, mies avaa takkinsa ja Lotta huomasi miehen olevan täysin alasti ilman housuja.

### Lauri uimahallissa

Lauri käy usein kavereidensa kanssa uimassa. Tällä kertaa Lauri tunsu olonsa viluiseksi ja lähti muita aikaisemmin saunan löylyyn lämmittelemään. Heti kun hän on istunut lauteille, saunaan tuli mies, joka istahti hyvin lähelle Lauria. Lauri tunsu olonsa epämuikavaksi, mutta ei siirtynyt kauemmaksi, koska ei halunnut olla epäkohtelias. Mies pani kätensä Laurin reidelle ja hiveli jalkaa.

### Juuson aamu

Juuri viisi täyttänyt Juuso ripusti takkinsa naulakoon päiväkodin eteisessä ja alkoi vaihtaa tossuja jalkaansa. Hän huomasi, että viereiselle naulakolle tuli samanikäinen Onni, joka näytti olevan hyvällä tuulella. Juuson oma olo ei ollut hyvä, vaan häntä väsytti ja suututti. Aamulla oli taas ollut kauhea kiire ja häntä olisi nukuttanut vielä tosi paljon. Äiti oli huutanut, kun hän ei ollut pukeutunut tarpeeksi nopeasti. Kotona oli myös tullut riita Juuson synttärilahjaukkelista isoveljen kanssa.

Nyt Juusoa harmitti vieläkin koko kurjasti mennyt aamu ja jostakin syystä häntä alkoi myös ärsyttää Onnin tyytyväinen hymyily. Naulakolta lähtiessään hän ikään kuin vahingossa tönäisi Onnia niin, että tämä kaatui ja alkoi itkeä. Heti siihen sitten juoksi heidän ryhmänsä hoitaja alkaen selvittää, mitä oli tapahtunut. Niin, mitä oikein olikaan tapahtunut? Ja miksi? Sitä Juuso itsekin ei oikein ymmärtänyt.

## Heiluvat verhot

Taru nipisti silmiänsä kiinni ja yritti kovasti saada unta. Välillä hän kuitenkin vähän raotti luomiansa ja kurkisteli ympärilleen lastenhuoneessa, jossa hän nukkui pikkuveljensä Tinon kanssa. Tino oli 4-vuotias ja hän itse kaksi vuotta vanhempi. Tino nukkui jo ja piti tasaista tuhinaa. Taru ei vain millään saanut unta. Huoneessa paloi pieni yövalo, mutta siellä oli silti hämärää ja Tarusta monet esineet näyttivät ihan kummallisilta. Ja välillä näytti, että verhotkin olisivat heiluneet! Huh! Nyt alkoikin tuntua pelottavalta. Tarun mieleen alkoi tulla kuvia jännittävästä aikuisten elokuvasta, jota he olivat Miisan kanssa tänään vähän ehtineet katsoa, ennen kuin Miisan äiti oli tullut paikalle vaihtamaan kanavan lastenohjelmalle.

Pelottavat kuvat alkoivat pyöriä Tarun mielessä, eikä hän lopulta pystynyt ajattelemaan mitään muuta kuin niitä. Verhot näyttivät nyt tosiaankin heiluvan! Ihan kuin nurkassakin olisi näkynyt jotakin liikettä! Sängystä ei heillä saanut tulla pois nukkumaanmenon jälkeen ellei ollut tärkeä syy. Tarua kuitenkin pelotti ja jo itkettikin. Hän mietti, olisivatko äiti ja isä vihaisia, jos hän nyt menisi heidän luokseen ja kertoisi, että pelottaa.

## K-18

– Moi, Tero! Me Eliaksen kanssa pelataan illalla meillä sitä K-18-peliä, josta on ollu puhetta. Meillä ei oo ketään kotona ennen yhdeksää. Kai säkin tuut? Kuutosluokkalaiset Tero, Elias ja Julius olivat luokkakavereita. Iltaisin he olivat usein yhdessä, kävivät skeittaamassa, talvella laskettelemassa tai he pelailivat myös pleikkarilla tai tietokoneella jonkun luona. Juliuksella oli kaksi isoveljeä, joilla oli monenlaisia vanhemmille lapsille ja aikuisille tarkoitettuja pelejä. Julius oli puhunut heille yhdestä ”tosi rajusta” pelistä, jota oli nähnyt veljiensä pelaavan. Eliaskin oli innostunut kuultuaan pelistä.

Nyt Julius pyysi tekstiviestillä häntäkin sitä peliä pelaamaan. Tero mietti, mitä oikein tekisi. Tero halusi olla Juliuksen ja Eliaksen kaveri. Pojat olivat hyviä tyyppejä ja heillä oli usein tosi hauskaa yhdessä. Kyllä Teroa jotenkin kiinnosti myös tämä K-18-peli.

Toisaalta hän ei ollut ollenkaan varma siitä, halusiko hän oikeasti pelata sitä. Se voisi olla vähän liiankin ”raju”. Hän myös tiesi, että hänen vanhempansa eivät antaisi hänen pelata K-18-peliä. Mutta mitä hän voisi Juliukselle vastata ja sanoa syyksi, jos ei menisi? Voisivatko kaverit suuttua hänelle tai alkaa vaikka kiusata, ettei hän uskalla?

## Viikonloppukassit

– En mä voi tietää, mitä mä isän luona tarviin?! Ei täältä edes löydä mitään! Sara on taas sotkenu mun tavaroita! Samu huuteli harmistuneena äidille.

Yhdeksänvuotias Samu ja seitsemänvuotias Sara pakkasivat torstai-iltana tavaroita. Pakattavana olivat koulureput sekä kassit viikonlopuksi. Samun ja Saran vanhemmat olivat eronneet ja he menivät isän luo aina joka toinen viikonloppu. Isä hakisi heidät taas perjantaina heti koulun jälkeen. Saraakin väsytti jo eikä hän olisi halunnut pakata. Häntä myös tällä kertaa harmitti lähteä viikonlopuksi, kun naapuriin muuttanut Peppi oli kysynyt häntä mukaansa uimahalliin lauantaina. Saralla oli kyllä ikävä isää, mutta pakkaaminen ja lähteminen tuntuivat silti joskus tosi väsyttäviltä. Voi, miksi isän ja äidin piti erota?! Vaikka erosta oli jo kaksi vuotta, Sara olisi vieläkin toivonut, että äiti ja isä olisivat yhdessä ja hänellä olisi vain yksi koti!

## Vaihto parkkipaikalla

Essi istui auton takapenkillä hiljaisena ja jännittyneenä ja puristi sormensa nyrkkiin niin, että kynnet painuivat kämmeniin. Jännitys tuntui varpaissa asti! Manu-veli istui toisella puolella takapenkillä ja höpötti ja heilui koko ajan. Se oli tosi rasittavaa! Isä oli viemässä häntä ja Manua ABC:n parkkipaikalle, josta äiti haki heidät viikonlopuksi.

Essi muisti paljon isän ja äidin riitoja ennen eroa ja riitely jatkui edelleen. Parkkipaikalla vanhemmat alkoivat melkein aina syytellä toisiaan milloin mistäkin. Puhelimessakin äiti ja isä riitelivät. Usein syytelyt ja riitely liittyivät Manuun ja häneen. Siitä tuli Essille aina paha mieli. Joskus, kun vanhemmat olivat oikein vihaisia, Essi alkoi myös pelottaa. Milloin nämä riidat oikein loppuisivat?!

## Ällöttävät kuvat

Nelosluokkalainen Severi käveli kavereiensa kanssa koulusta kotiin. Severin ekaluokkalainen pikkuveli, Valtteri ja tämän kaveri, Panu, kulkivat perässä. Isommat pojat näpräisivät kaiken aikaa älypuhelimiaan ja naureskelivat keskenään.

– Kattokaa nyt tätäkin, yksi pojista huudahti ja näytti kännykästään jotakin toisille.

– Huh, huh, aika rajua, totesivat toiset vähän oudon näköisenä naureskellen.

– Toi on jo ihan sairasta, huudahti Severi.

Sitten poika näytti kuvia myös heidän takanaan kurkkiville Valtterille ja Panulle.



Valtteri tuijotti kauhistuneena kuvia eikä saanut sanaa suustaan.

– Ällöttävää, sanoi Panu naama kalpeana.

– Tarttiko sun nyt noin pienille niitä näyttää, Severi tiuskaisi harmistuneena. Hänestä itsestään kuvat olivat inhottavia, vaikka hän olikin niille naureskellut.

### Kuvapyyntö

– Kai sä nyt mulle voit yhden sellasen kuvan lähettää? Enkö mä oo sun hyvä kaveri? Sä oot niin kauniskin ja melkein nainen jo! Kymmenvuotias Olivia istui tietokoneella omassa huoneessaan ja mietti nettikaverinsa Jimin pyyntöä. Olivia oli alkanut kirjoitella Jimin kanssa puoli vuotta sitten. Jimi oli kertonut olevansa häntä vain kaksi vuotta vanhempi. Nyt Jimi pyysi Oliviaa lähettämään kuvan, jossa hänellä ei olisi päällä juuri mitään vaatteita! Olivian poskia kuumotti. Olivia oli jo vastannut, ettei hän oikein tiennyt, voisiko lähettää sellaista kuvaa. Mutta nyt Jimi vaan pyysi edelleen. Aikaisemmin Olivia oli kyllä lähettänyt muita kuvia itsestään ja Jimi oli tosi paljon kehunut niitä. Se oli tuntunut niin hyvältä! Jimin kanssa oli ollut kiva kirjoitella. Voisiko hän nyt olla lähettämättä Jimin pyytämää kuvaa? Jos Jimi pettyisi häneen ja pitäisi ihan lapsellisena tai vaikka lopettaisi kirjoittelun kokonaan!

### Tekstari

Jes, nyt Salla vastaa pääseekö se viikonloppuna meille yökyliin, innostui Riikka kuullessaan kännykkänsä piippaavan. Hän avasi viestin nopeasti katsomatta keneltä se oli. Riikka kauhistui lukiessaan viestiä. Viesti ei todellakaan ollut Sallalta! Viestissä oli hänestä kaikenlaisia inhottavia nimityksiä ja haukkumista. Niistä tuli Riikalle kamalan paha mieli! Tuntui tosi pelottavaltakin, kun ei yhtään ymmärtänyt, miksi hänelle oli tällainen viesti lähetetty! Riikka ei tiennyt, kuka sen oli jostakin tuntemattomasta numerosta hänelle lähettänyt.

### Haukkumista netissä

Vähän sä oot läski! Elli luki uusinta kommenttia profiilikuvastaan netissä. Kyyneleet silmissä Elli poisti kommentin. Aikaisemmin oli jo tullut monta samanlaista inhottavaa kommenttia hänen kuvistaan ja kirjoituksistaan. Niitä kommentteja olivat kirjoittelleet jotkut, Ellille ihan tuntemattomat kirjoittajat. Elli oli kaverinsa Sinin kanssa tehnyt näille sivuille profiilin, ja he laittelivat siellä lähinnä toisilleen viestejä. Joskus he osallistuiivat muuhunkin keskusteluun. Sitten Ellille oli alkanut tulla tällaisia haukkumisia. Hän ei tiennyt, miksi hänestä ei tykätty? Miten nämä kommentit oikein saisi loppumaan?!

### Viimeiset peliminuutit

Jesse sai syötön Leeviltä.

– Tee maali, hänelle huudettiin. Jesse olikin jalkkijoukkueensa paras maalintekijä. Vain yksi maali, ja joukkue olisi mukana jatkopeleissä! Viimeiset peliminuutit olivat menossa. Jesse aikoi laukaista suoraan maaliin kahdestakymmenestä metrillä. Hän kuitenkin epäröi hetken ja päätti sittenkin lähteä kuljettamaan palloa vielä varmempaan maalipaikkaan. Jesse harhautti taitavasti yhden puolustajan ohi. Sitten vastassa oli vastustajan kovin toppari, Eemil, joka esti etenemisen. Jesse kuuli kyllä sivultaan kehoituksia syöttää, mutta hän lähti kuitenkin yrittämään Eemilin ohittamista. Sitten tapahtui jotakin karmeaa! Jessen jalat sotkeentuivat harhautteluissa ja hän kaatui ja menetti tietenkin pallon Eemilille, joka potkaisi sen kauas maalilta. Pian soi tuomarin pilli ja peli päättyi.

– Ääliö! Mikset laukonu heti?! Mikset syöttäny?! Joukkueoverit kentältä ja kentän laidalta huusivat Jesselle harmistuneina. Jesseä harmitti ja hävetti tosi paljon. Miksei hän tosiaan heti laukonut? Se olisi ollut aika varma maali! Leevi ja koko joukkue olivat luottaneet häneen ja hän oli mokannut koko pelin ja jatkoelit!

### Rahan kiristys

– Tiedät, mitä tapahtuu, ellei sulla oo huomenna meille niitä viittä euroa!

Kolmasluokkalainen Juho luki Timin viestiä kännykstänsä ja pelästyi. Viidennellä oleva Timi oli kaverineen uhkaillut häntä ennenkin ja käskenyt tuoda rahaa kouluun, mutta ei koskaan ennen näin isoa summaa! Mistä hän nyt sellaisen määrän saisi? Hänellä itsellä oli vain euro. Pyytäisikö äidiltä? Mitä ihmettä hän oikein keksisi syyksi? Juho ei tiennyt tekevätkö pojat oikeasti hänelle jotakin, mutta uhkaus pelotti häntä.

### Peilikuva

Miisa katseli itseään huoneensa isosta seinäpeilistä. Viime aikoina hän oli paljonkin alkanut pohtia, miltä oikein näytti. Ennen hän oli aina ajatellut olevansa ihan ok, ja isäkin oli usein sanonut häntä nätiksi. Koulussa tytöt puhuivat jatkuvasti ulkonäöstään ja valittelivat olevansa rumia, lihavia tai jotenkin vain vääränlaisia. Toisten ulkonäköä myös arvosteltiin. Miisa näki itsensä peilissä ja yritti arvioida, pitäisikö hänen olla jostakin kohdasta erilainen. Mitähän toiset hänestä ajattelivat? Pitäisikö tukka leikata eri tavalla? Pitäisikö se värjätä tai pitäisikö sen olla pidempi? Pissamatkaan eivät ehkä näyttäneet hyviltä? Miisan paras

kaveri, Emilia oli saanut päähänsä, että tämä oli liian lihava ja halusi laihtuttaa. Ja Emilia oli laihempi kuin hän! Pitäisikö hänenkin alkaa laihtuttaa?

### Äidin kanssa kassajonossa

– Kauhea katastrofi! Vaara ei ole vielä ohi... Aaro oli juuri oppinut koulussa lukemaan ja hän luki lehtiotsikoita seisoessaan äidin kanssa kassajonossa. Hän yritti nykiä äitiä hihasta kysyäkseen, mitä on tapahtunut, mutta äiti vain jutteli viereisessä jonossa olevan tuttunsa kanssa eikä huomannut. Mitähän oikein on tapahtunut? Onkohan se jossakin ihan lähellä, Aaro mietti. Pitäisi tietää ja osata varoa! Aarosta alkoi tuntua pelottavalta. Aaro luki usein kauppanjonossa lehtien otsikoita. Niissä oli vaikka mitä kamalia asioita ja joskus pelottavia kuviakin!

### Kenen vuoro?

Minja keiului päiväkodin pihalla ja hymyili tyytyväisenä. Hän nautti keinumisesta ja kovista vauhdeista. Vieressä Enni otti lähes yhtä kovat vauhdit. Kaisla ja Janina näkyivät juoksevan ulos samalla huutaen: – Me tullaan nyt keinumamaan! – Eiku, me vasta alettiin Ennin kans. Nyt on meidän vuoro. Te olitte viimeks koko ajan! Minja yritti puolustaa keinvuoroaan. – Me tullaan silti nyt! Jos ette päästä, me ei olla enää teidän kavereita eikä leikitä teidän kans! – Miks teidän pitää aina päästä heti?! – Ku me ollaan isompia, sanoivat tytöt ja hymyilivät tyytyväisinä!

### Prinsessaleikit

– Et sä voi aina päättää, mitä leikitään etkä olla prinsessa! Me ei olla oltu vielä koskaan! Tiia, Jasmin ja Helmi olivat kavereita ja leikkivät usein kolmissin. Helmi halusi leikkiä usein prinsessaleikkiä ja määräsi Tiian ja Jasminin silloin palvelijoiksi. Nyt Tiiaa ja Jasminia oli alkanut Helmin määräily ottaa päähän. – Ette te voi olla prinsessoita, kun teillä ei oo näin pitkää tukkaa. Mä oon kaikista kaunein ja prinsessan on oltava kaunis! Tiia ja Jasmin tuijottivat silmät pyöreinä ystävänsä! – Vai niin! Me ollaan sitten rumia vai?! Etkä sä mikään kaunis ole! Leuhka ja määräilijä sä oot! Tiia ja Jasmin lähtivät ja jättivät Helmin yksin. Helmiä harmitti. Vai oli hän leuhka ja määräilijä! Mistä ne oikein suuttuivat? Helmi mietti ja tajusi sitten, että kyllä hänkin oli tainnut sanoa kavereilleen aika tyhmästi. Itsekin sellaisesta voisi suuttua. Ja Tiia ja Jasmin olivat kuitenkin hänen parhaat ystävänsä!

### Yksin keiunsa

– Me ei olla tänään sun kans. Me halutaan olla Annan kans kahdestaan. Linda katsoi ihmeissään kavereitaan, Siniä ja Annaa, joiden luo oli koulun pihalla iloisena juossut. Hän lähti pettyneenä pois ja meni yksin keinumamaan. Oliko hän tehnyt jotakin väärin vai miksi tytöt eivät halunneet olla hänen kanssaan? Eilen he olivat olleet koko päivän kolmestaan. Eikä Linda muistanut, että heille olisi tullut mitään riitaa. Heillä oli yleensä kivaa yhdessä. Olivat tytöt kyllä joskus ennenkin tehneet samalla tavalla ja Linda oli jäänyt silloinkin yksin. Linda katseli keiunsa, kuinka Sini ja Anna istuivat vierekkäin kivellä ja nauroivat juuri jollekin hausalle jutulle.

### Leevi kentän laidalla

– Hei, oottakaa, mä tuun kans! Leevi huusi Otolle ja Väinölle, jotka olivat välitunnilla menossa potkimaan palloa koulun pihalla. – Ei me haluta sua! Et sä osaa pelata jalkkista! Leevi pysähtyi ja jäi katsomaan poikien perään. Sitteen hän kääntyi takaisin ja jäi yksin seisoskelemaan kentän laidalle.

### Punainen pipo

– Kattokaa, sillä on tänään likkojen pipo, huusi Niko. Poikaporukka rähähti nauramaan Villen tullessa koulun pihalle. Ville oli eilen saanut itse valita kaupassa uuden pipon ja hän oli halunnut kirkkaan punaisen. Se oli kyllä ollut poikien osastolta! Hän katseli ympärillä olevia luokkakavereitaan. Niko seiso siinä ensimmäisenä huutelemassa ja pilkkaamassa. Jimi ja Jami seisoivat aivan Nikon takana, ilkeän virnuileva ilme kasvoillaan ja Nikoa sormella osoittaen. Taempana seisoivat hiljaisina tilannetta seuraten Sanna ja Sami. Sanna näytti huvittuneelta ja Sami vähän miettiväiseltä. Luokkakaverit olivat ennenkin huudelleet ja nauraneet Vилlelle milloin mistäkin. Ville ei ollut ymmärtänyt miksi. Sami oli kuitenkin aina ollut hänen kaverinsa eikä ollut pilkannut häntä mistään. He olivat Samin kanssa tunteneet toisensa päiväkodista asti.

### Kasper päiväkodin aidan vierellä

Kasperia ei huvittanut enää leikkiä ja hän seiso päiväkodin aidan vieressä ja katseli ohikulkijoita. Jotkut hymyilivät hänelle ja hän hymyili takaisin. Kasper näki miehen, joka oli kävellyt jo monena päivänä päiväkodin aidan ohi. Joka kerta mies oli hymyillen vilkuttanut Kasperille. Kasper ei tiennyt miehestä mitään eikä ollut koskaan nähnyt häntä missään

muualla. Mies vaikutti Kasperista mukavalta. Ehkä se oli joku äidin tai isän tuttu, jota hän ei vaan muistanut, mietti Kasper. Nyt mies näkyi tulevan lähemmäs aita ja aikovan varmaan jutella hänelle. Mies pysähtyi ihan aidan vieressä olevan suuren kuusen taakse. Hän hymyili tuttavallisesti ja vinkkasi Kasperia tulemaan luokseen. Nyt siltä voisi kysyä, tuntee ko se isän tai äidin!

### Tosi hyvä tyyppi

– Hei, ethän sä edes osaa suomea! Oot sä vähän tyhmä vai?

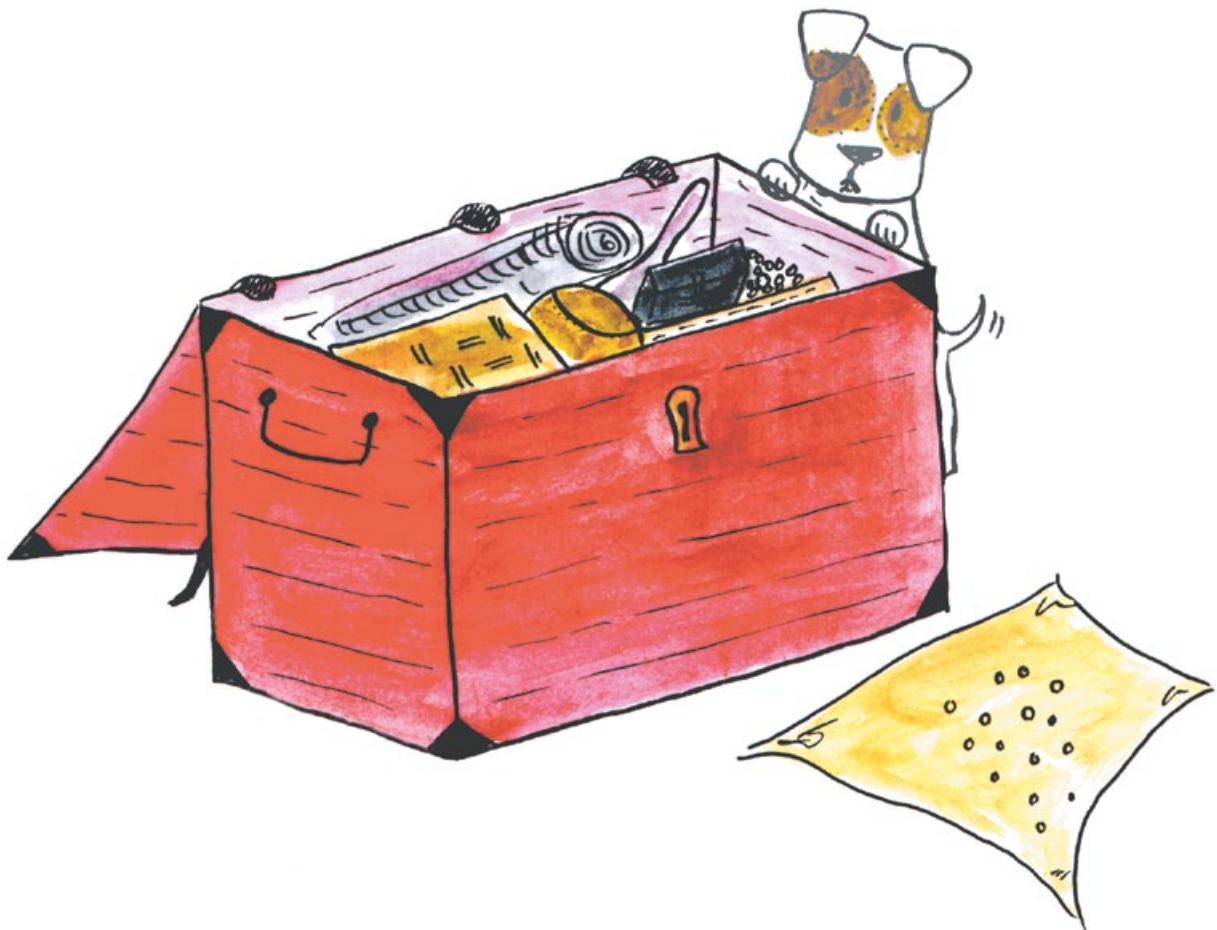
Pojat huutelivat Ibrahimille, joka seiso Mikon kanssa koulun pihalla. Ibrahim oli pari vuotta sitten muuttanut äidin ja sisarusten kanssa Sudanista pakolaisena Suomeen. He olivat asuneet Mikon kanssa samassa kerrostalossa ja heistä oli tullut hyvät kaverit. Toiset pojat eivät Ibrahimia tunteneet ennen samalle ekaluokalle tuloa.

– Ite ootte tyhmiä, kun haukutte! Kyllä se osaa jo ihan hyvin puhua suomea, vaikka on asunu täällä vasta vähän aikaa. Iba on tosi hyvä tyyppi!

Mikko puolusti rohkeasti kaveriansa ja toiset pojat yllättyivät ja menivät hiljaisiksi.

### Mallan mietteet

– Hei, tää on tosi kivaa! Leikitään tätä ens välkälläkin! Malla leikki välitunnilla ulkona luokkakavereidensa kanssa. Sitten hän huomasi Miian, joka seisokeli yksinään koulun seinän vieressä. Miia oli uusi tyttö, joka oli vasta vähän aikaa sitten tullut heidän luokalle. Hän vaikutti aika ujolta eikä puhunut juuri kenellekään. Yleensä Miia oli välitunneilla keinumassa tai vain seiso ja katseli toisten leikkejä. Malla yritti unohtaa Miian ja jatkaa itse leikkimistä. Mutta jostakin syystä hänen olikin nyt vaikea keskittyä leikkimään ja vähän väliä hän vilkaisi Miiaan päin. Eikö sillä ole tylsää olla aina yksin, huomasi Malla ajattelevansa. Miksei se tuu pyytämään pästä mukaan leikkiin?



## 2. HARJOITUKSIA

### 2.1. Mielikuvaharjoituksia

#### Spagetit kattilassa

Lapset seisovat lähekkäin jäykkänä kuin spagetit kattilassa. Kun vesi alkaa kiehua kattilassa, spagetit pehmenevät hitaasti ja valuvat lopulta pitkin poikin kattilan pohjalle. Kiehuminen loppuu ja liike pysähtyy. Ohjaaja voi käyttää muitakin mielikuvia, kuten sulava lumiukko, valuva kynttilä tai auringossa sulava jäätelö.

#### Eväsretki

Ohjaaja pyytää lapsia ottamaan hyvän asennon ja sulkemaan silmänsä, jos se tuntuu heistä hyvältä. Ohjaaja pyytää lapsia hengittämään rauhallisesti ja kuuntelemaan keskittyneesti tarinaa:

”Tänään on aurinkoista ja lämmintä. On ihana päivä, ei liian kylmä eikä liian kuuma. Olet lähdössä kävelemään kauniille niitylle. Ruoho on vihreää ja pehmeää jalkojesi alla. Ympärillä on kauniita, värikkäitä kukkia, jotka tuoksuvat hyvältä. Matka jatkuu kaikessa rauhassa ja tulet pieneen metsikköön. Kuulet lintujen liverrystä. Istahdat lämpimälle kivelle ja otat selästäsi repun. Mitähän herkullisia eväitä repussasi on? Miltä herkkueväsi maistuvat? Miltä ne tuoksuvat? Minkähän värisiä ne ovat? Maistelet eväitäsi auringon lämmittäessä sinua suloisesti. Eväät ovat makoisia. Nautit olostasi ja kesästä.”

Lapsia pyydetään avaamaan hiljalleen silmänsä. Lapset voivat kertoa, piirtää tai kirjoittaa näkemästään.

#### Turvapaikka

Ohjaaja lukee rauhallisella äänellä ja riittävän hitaasti:

”Istu mukavasti ja sulje silmäsi, jos haluat. Hengitä rauhallisesti.

Kuvittele itsesi sellaiseen paikkaan, jossa sinun on turvallista ja hyvä olla.

Siinä paikassa tunnet olosi oikein rauhalliseksi ja hyväksi.

Tällainen turvallinen paikka voi olla kotona tai jossain muualla.

Se voi olla sisällä tai ulkona luonnossa.

Se voi olla oikeasti jossakin olemassa, ehkä olet käynyt siellä.

Se paikka voi olla myös kuviteltu, vaikka jostain tarinasta.

Viivy turvallisessa paikassasi hetki.

Katsele ympärillesi.

Miltä siellä näyttää?

Kuuluuko joitakin rauhoittavia ääniä?

Onkohan siellä joku turvallisuutta lisäävä ihminen, lemmikkieläin tai jokin esine?

Tunnet olosi oikein hyväksi ja turvalliseksi.

Tähän paikkaan voit mielessäsi aina mennä, kun haluat rauhoittaa itseäsi.

Hengitä muutaman kerran syvään ja rauhallisesti, ja samalla tunnet hyvää oloa ja turvaa.

Tämä on sinun paikkasi, johon voit palata mielessäsi, kun haluat.

Vähitellen voit tulla turvapaikastasi tähän hetkeen ja paikkaan. Silmäsi aukeavat, ja hyvä olo ja turvan tunne jatkuu. Hyvä. Kiitos!”

Keskustelukysymyksiä:

➤ Miltä kehossasi tuntuu, kun on turvallinen olo?

#### Sylipaikka

Tätä harjoitusta tehdessä tyynyt ja peitot lapsen ympärillä edistävät lämmön ja turvallisuuden tunnetta. Lapset voivat ottaa myös nallen tai muun pehmon syliinsä samalla kun kuvittelevat itse olevansa sylipaikassa. Ohjaaja lukee rauhallisella äänellä ja riittävän hitaasti:

”Istu mukavasti ja sulje silmäsi, jos se tuntuu hyvältä.

Hengitä pari kertaa oikein syvään ja rauhallisesti...

Kuvittele olevasi turvallisessa sylissä, omassa sylipaikassasi.

Siinä sylipaikassa saat olla sellainen kuin olet.

Lepäät sylissä koko painollasi. Tunnet sylin lämmön. Sinun on hyvä ja turvallista olla. Kätesi ja jalkasi lepäävät rentoina ja painavina sylissä. Hengittelet rauhallisesti sisään ja ulos.

Vatsasi myös rentoutuu.

Siinä sylipaikassa sinun ei tarvitse olla yksin eikä kannatella itseäsi.

Sinua pidetään sylissä rakastavasti, hellästi ja turvallisesti.

Tunnet olosi oikein hyväksi.

Tähän sylipaikkaan voit mielessäsi mennä, kun haluat rauhoittaa itseäsi.

Hengitä muutaman kerran syvään ja rauhallisesti, ja samalla tunnet hyvää oloa ja turvaa. Vähitellen, sitten

kun sinusta siltä tuntuu, voit tulla sylipaikastasi tähän hetkeen ja paikkaan ja antaa sylin lämmön tuntuu vielä hetken.”

Keskustelukysymyksiä:

➤ Miltä sylipaikassa tuntui olla?

### Voimakas eläin tai hahmo

Ohjaaja lukee rauhallisella äänellä ja riittävän hitaasti:

”Istu mukavasti ja sulje silmäsi, jos se tuntuu hyvältä.

Hengitä rauhallisesti, hengitä sisään ja ulos.

Kuvittele itsesi johonkin mieluisaan paikkaan, paikkaan, jossa sinun on hyvä olla ja jossa halutessasi voit kerätä voimia ja rohkeutta itsellesi.

Sinulla on siellä mukava olla ja mieleesi nousee kuva sinulle sopivasta voimakkaasta eläimestä, mielikuvi-  
tusolennosta tai vaikkapa sarjakuvahahmosta.

Se voi olla eläin, olento tai hahmo, jonka ajattelet olevan voimakas ja rohkea.

Kuvittele, että saat sellaisia voimia, joita tällä kuvit-  
telemallasi hahmolla tai eläimellä on. Saat rohkeutta, kun pelottaa tai on kiperä tilanne.

Hengitä rauhallisesti sisään ja ulos. Sisään ja ulos.

Joka kerta kun hengität sisään, saat rohkeutta ja voimaa.

Joka kerta kun hengität ulos, voimasi ja rohkeutesi lisääntyvät.

Tunnet olosi vahvaksi ja levolliseksi. Nyt voit vähitellen avata silmäsi. Hienoa. Kiitos!”

## 2.2. Hengitysharjoituksia ja hyväksyvän ja tietoisien läsnäolon harjoituksia

### Meritähti-hengitysharjoitus

(mukailtu kirjasta Minna Martin & Maila Seppä 2014: Hengitysteraapeutin työkirja. 3. Uudistettu painos. Mediapinta)

Ennen harjoituksen tekemistä kysellään lapsilta, tietävätkö he, miltä meritähti näyttää. Lapsille voidaan näyttää kuvia meritähdistä sakaroinen.

Harjoituksessa lapset ovat lattialla maaten tai istuvat mukavasti tuolilla, kädet ja jalat rentoina leväten ja kämmenet avoimina. He saavat sulkea silmänsä, jos se tuntuu heistä hyvältä. Ohjaaja lukee harjoituksen rauhallisella äänellä ja riittävän hitaasti:

”Kuvittele olevasi kaunis meritähti, jossa on viisi sakaraa.

Pää on yksi sakara, kädet ja jalat ovat myös sen sakaroita.

Meritähti lekottelee kivellä rantavedessä auringon säteiden lämmittäessä sitä kevyesti aaltoilevan veden lävitse.

Meritähdellä on hyvä olla siinä, sen omalla kivellä.

Aallot loiskuvat mukavasti rantaa vasten.

Sen kaikki viisi sakaraa lepäävät rauhallisina ja painavina kiveä vasten.

Kuvittele sitten, että meritähti hengittelee rauhallisesti.

Se hengittää aivan omaan tahtiinsa sisään, ulos, sisään ja ulos.

Uloshengityksen jälkeen sen hengityksessä on pieni tauko. Tauon aikana sen sakarat painautuvat yhä raskaammin kiveä vasten.

Sisään, ulos ja pieni tauko... se jatkaa hengittelyä omaan rauhalliseen tahtiinsa.

Hengitys virtaa vapaasti sisään, ulos ja pieni tauko.

Kuvittele, kuinka sisäänhengityksellä ilma kulkee meritähden jokaiseen sakaraan, aivan niiden kärkeen saakka. Sakarat samalla pitenevät ja laajentuvat pehmeästi.

Uloshengityksellä sakarat hieman supistuvat. Tunne ilman virtaus sisään ja ulos..

Meritähden on hyvä olla omalla kivellä leväten. Siinä on sen oma paikka.

Hengityksen myötä meritähti saa tulla koko pituutensa ja täyttää sakaroillaan koko sileän kiven.

Meritähti saa olla sellainen kuin se on ja hengitellä omaan rauhalliseen tahtiinsa. Vähitellen, sitten kun sinusta siltä tuntuu, voit avata silmäsi ja tulla tähän tilaan. Voit antaa meritähden hengityksen edelleen virrata itsessäsi omaan tahtiinsa päivän muissa hetkissä. Hyvä, kiitos!”

➤ Millaista oli kuvitella meritähdenä olemista?

➤ Miten mielikuvaharjoitus vaikutti omaan oloon?

Harjoituksen jälkeen lapset voivat piirtää itsestään kuvan kauniina meritähdenä.

### Hengitys turva-ankkurina

(mukailtu kirjasta Minna Martin & Maila Seppä 2014: Hengitysteraapeutin työkirja. 3. Uudistettu painos. Mediapinta)

Ohjaaja lukee rauhallisella äänellä ja riittävän hitaasti:

”Ota mukava ja hyvä asento.

Sulje silmäsi, jos se tuntuu sinusta hyvältä. Hengitä syvään pari kertaa ja ajattele hengitystäsi.

Laita käsi vatsan päälle, siihen kohtaan, jossa maha tuntuu pehmeältä.

Anna hengityksen mennä käden alle, hengityksen kotiin. Anna hengityksen virrata sisään ja ulos.

Tunne kädessäsi, kuinka vatsa nousee ja laskee.

Anna hengityksen edelleen virrata sisään ja ulos ja ihan vatsan pohjalle saakka...

Sisään ja ulos...

Anna hengityksen virrata vapaasti sisään ja ulos vaikka jopa varpaisiin saakka...

Samalla kun hengitys virtaa sisään ja ulos, voit sanoa itsellesi mielessäsi hiljaa rauhoittavia sanoja kuten ”kaikki hyvin” tai ”kaikki järjestyy”.

Hengitys virtaa omaan rauhalliseen tahtiinsa sisään ja ulos...

Sitten kun sinusta siltä tuntuu, voit vähitellen avata silmäsi. Kiitos.”

### Liukumäki-mielikuvaharjoitus

(mukailtu kirjasta Minna Martin & Maila Seppä 2014: Hengitysterauttin työkirja. 3. Uudistettu painos. Mediapinta)

”Ota mukava asento ja anna hengityksesi virrata vapaasti sisään ja ulos... sisään ja ulos. Sulje silmäsi, jos se tuntuu sinusta hyvältä. Kuvittele sitten mielessäsi, että olet leikkipuistossa liukumäessä. Lasket mielikuvissasi liukumäkeä oman hengityksesi tahdissa. Sisään hengittäessäsi nouset ylös liukumäen portaita ja uloshengityksellä laskettelet liukumäkeä pitkin alas. Uloshengityksen jälkeen on pieni tauko, jonka aikana istut maassa hetken... Sisään hengityksellä nouset taas portaita ylös ja uloshengityksellä laskettelet taas alas. Ja maassa jälleen pieni tauko. Jatka näin omaan rauhalliseen tahtiisi hengittelyä ja liukumäessä laskettelua mielessäsi... Sitten voit vähitellen tulla tähän tilaan, avata silmäsi ja antaa hengityksesi edelleen virrata omaan rauhalliseen tahtiinsa.”



Hengitykseen liittyvää tietoa: Minna Martin, Maila Seppä, Päivi Lehtinen, Tiina Törö 2014: Hengitys itsesäätelyn ja vuorovaikutuksen tukena. Uusi laajennettu painos. Mediapinta.

### Hyväksyvän ja tietoisien läsnäolon harjoitus

(voidaan tehdä istuen tai maaten)

Ota mukava ja rento asento. Sulje silmäsi, jos se tuntuu hyvältä. Voit ikään kuin katsella itseäsi sisältäpäin hyväksyvällä tavalla. Hengitä pari kertaa hitaasti ja rauhallisesti. Hengitä sisään ja ulos, sisään ja ulos. Huomaa, missä kohtaa kehossasi tunnet hengityksen? Tunnet sen ehkä vatsan liikkeenä, sen nousuna ja laskuna. Tai rintakehän liikkeenä, sen nousuna ja laskuna. Anna hengityksesi vain virrata, anna sen olla sellainen kuin se on. Anna myös itsesi olla sellainen kuin olet. Siirrä huomiosi sitten koko kehoon. Miltähän se tuntuu nyt? Kädet, sormet, jalat, varpaat, keho etupuolelta, vatsa, rinta, keho takapuolelta, selkä, hartiat,

niska, pää, kasvot, leuka ja kaula. Ehkä tunnet kehon kosketuksen lattiaan tai tuoliin. Jos tunnet itsessäsi jossakin kohtaa jännitystä tai kiristystä, voit halutesasi antaa sen kohdan tulla pehmeämmäksi jokaisella uloshengityksellä. Voit antaa jokaisen uloshengityksen pehmentää sitä kohtaa. Voit samalla sanoa itsellesi, että kelpaat sellaisena kuin olet. Saat olla sellainen kuin olet. Kaikki on hyvin. Siirrä ajatuksesi sitten tähän paikkaan, jossa nyt olemme. Huomaa, mitä ääniä kuulet ympärilläsi. Avaa sitten vähitellen silmäsi ja anna hyväksyvien ja arvostavien ajatusten olla mielessäsi mukana päivän muissakin hetkissä.



6–11-vuotiaille lapsille kertomuksia, jotka johdattelevat hyväksyvän ja tietoisien läsnäolon perusteisiin: Markkanen, Sari 2013: Tupsu ja oivallusten opus. Basam Books Oy.

### 2.3. Rajaharjoituksia

Rajaharjoitukset mukailtu kirjasta Minna Martin & Maila Seppä 2014: Hengitysterauttin työkirja. Mediapinta.

#### Kehon ääriviivan mielikuvapiirtäminen

”Kuvittele mielessäsi, että sinulla on kynä kädessäsi. Piirrä kynällä mielessäsi ympärillesi viivan. Voit valita mieleisesi värin ja viivan paksuuden. Aloita piirtäminen vaikkapa päälta alas päin ja jatka koko matkan itsesi ympäri, kunnes olet piirtänyt ympärillesi mielessäsi ehyen viivan.”

#### Rajojen mielikuvamaalaaminen

Tätä harjoitusta tehdessä lapset voivat joko maata lattialla tai istua tuolilla mukavasti. Taustalla voi soida rauhallista musiikkia. Ohjaaja lukee rauhallisella äänellä: ”Mieti, missä sinun rajasi kulkevat. Mistä alat ja mihin loput? Kuvittele, että sinulla on kädessäsi maalipensseli ja maalaat sillä omat rajasi. Valitse mieleisesi väri ja kastele siihen pensseli. Maalaa pensselillä omat rajasi. Voit aloittaa maalaamisen vaikka päälta ja maalata rajasi ensin toiselta sivulta ja sitten toiselta. Maalaa päälaki, korvat, poski, kaula, olkapää, kädet, vyötärö, lantio, jalat ulkosivulta aina polviin ja varpaisiin saakka, myös jalkojen sisäpinnat. Sitten voi maalata toisen sivustan päästä varpaisiin saakka samalla tavalla: Päälaki, korvat, poski, kaula, olkapää, kädet, vyötärö, lantio, jalat ulkosivulta aina polviin ja varpaisiin saakka, myös jalkojen sisäpinnat. Sen jälkeen voit maalata kehosi etupuolen päälta lähtien, otsa, nenä, kasvot, leuka, kaula, rinta, maha ja jalat varpaisiin saakka. Lopuksi voit maalata selkäpuolesi aloittaen päälta

takaraivoon, niskaan, yläselkään, alaselkään, pakaroihin, jalkoihin, polvitaiveisiin ja aina kantapäähän saakka. Nyt olet mielikuvissasi piirtänyt omat rajasi. Siinä ovat sinun rajasi. Näiden rajojen sisäpuolella sinä päätät ja hallitset. Muiden on kunnioitettava sinun rajojasi niin kuin sinun on kunnioitettava toisten rajoja. Nyt voit vähitellen avata silmäsi ja tulla tähän hetkeen. Kiitos!

### Kehon rajojen piirtäminen isolle paperille

Aikuinen piirtää lapsen kehon ääriviivat/rajat isolle paperille. Lapsi makaa selällään isokokoisen paperin tai kartongin päällä. Piirros tehdään siis luonnolliseen kokoon ja mahdollisimman tarkasti rajoja pitkin päästä jalkapohjaan, ensin toiselta sivulta ja sitten toiselta sivulta. Huomioi, että rajoja ei piirretä alaraajojen sisäpintojen puolelle. Näin kunnioitetaan toisen yksityisiä alueita. Lapsi voi itse ylös noustuaan piirtää ääriviivansa jalkojen välistä. Lapsi voi myös halutessaan vahvistaa viivoja, täydentää sitä ja tehdä siitä enemmän itsensä näköisen.

### Pallohieronta

Pallohieronnalla vahvistetaan lapsen kokemusta omista rajoista selkäpuolella. Lapsi makaa vatsallaan ja aikuinen pyörittelee rauhallisin pyörein liikkein palloa selän päällä. Palloa pyöritetään myös jalkojen takaosien ja jalkapohjien päällä. Pallohierontaan sopivia palloja ovat niin isot kuin pienet pallot, nystyräpallo tai tennispallo.

### Tassutteluhieronta

Tassutteluhieronnalla vahvistetaan lapsen kokemusta omista rajoista selkäpuolella. Lapsi makaa vatsallaan. Aikuinen painelee kämmenillä, ”tassuilla”, lapsen ruumiinosat: pää, selkä, käsivarret ja jalat. Voisiko tassutelijana olla vaikkapa Turre Turvakoira?

### Sihisevä kissa

Sopivan musiikin soidessa lapset liikkuvat tilassa sokin sokin kuvitellen olevansa sihiseviä kissoja, joilla on terävät kynnet. He liikkuvat kissamaisesti ja näyttävät kynsiään samalla sihisten hampaiden välistä kissojen tapaan aina silloin, kun joku toinen tulee liian lähelle. Leikissä ei saa oikeasti raapaista eikä vahingoittaa toista eikä myöskään muutoin koskettaa. Lasten on kunnioitettava toisten oman tilan tarvetta väistymällä kauemmaksi ”sihisevän kissan” tieltä.

### Tulta syöksevä lohikäärme

Sopivan musiikin soidessa lapset liikkuvat tilassa sokin sokin kuvitellen olevansa tulta syökseviä lohikäärmeitä. He liikkuvat lohikäärmeiden tapaan ja syöksevät tulta käsillään aina, kun joku toinen lohikäärme tulee liian lähelle. Leikissä ei saa ketään koskettaa eikä vahingoittaa. Lasten on kunnioitettava toisten tilan tarvetta ja väistyttävä kauemmaksi ”tulta syöksevän lohikäärmeen” tavatessaan.

## 2.4. Hätäpuhelun 112 soittaminen

### MITEN HÄTÄPUHELU 112 SOITETAAN?

Ole rauhallinen.  
Näppäile 112 ja paina luurin kuvaa.

### MITÄ KERRON HÄTÄPUHELUSSA?

Kerro nimesi.  
Kerro missä olet  
(paikkakunta ja kadun tai tien nimi)  
Kerro mitä on tapahtunut ja kenelle/keille.  
Hätäkeskuksessa vastaa mies tai nainen,  
joka esittää kysymyksiä.  
Vastaa kysymyksiin.  
Toimi annettujen ohjeiden mukaisesti.  
Älä sulje puhelinta ennen kuin saat siihen luvan.

### JOS HÄTÄNUMERO ON VARATTU

Älä sulje puhelinta!  
Puhelimesta kuuluu nauhoite:  
”Älä katkaise puhelua.  
Olet hätäkeskuksen jonossa.”

### TIESITKÖ, ETTÄ

Hätäpuhelu on maksuton.  
Puhelimessa ei tarvitse olla sim-korttia.  
Puhelimessa ei tarvitse olla saldoa.  
Puhelimen akku tulee kuitenkin olla ladattu.

### MILLOIN HÄTÄPUHELU 112 SOITETAAN?

Kiireellisessä tilanteissa soitetään.  
Pilapuheluita ei saa soittaa.  
Jos ei tiedä, onko hätätilanne vai ei,  
on parempi soittaa kuin olla soittamatta.

### 3. MENETELMIÄ LASTEN KANSSA TYÖSKENTELEMISEEN

#### Forum-teatteri

Forum-teatteri on osallistavaa teatteria, jossa katsoja ja yhteisön aihe ovat pääroolissa. Tilanne voi käynnistyä valmiilla teatteriesityksellä tai kohtaus-ten sarjalla. Esitys avataan avoimeksi keskusteluksi, jossa teatteri toimii keskustelun välineenä yhteisön sisältä kumpuaville aiheille. Yleisö pääsee ratkomaan tarinan ja sen henkilöiden tilanteita tekemällä omia ehdotuksiaan näytelmän kohtauksiin tai loppuratkaisuihin.

Forum-teatterimenetelmän isä on brasilialainen teatterintekijä Augusto Boal, joka 1950–1960-luvulla alkoi teatteriryhmänsä kanssa kehittää menetelmää Sao Paolossa Brasiliassa. Osallistavassa teatterissaan Boal halusi lisätä katsojien aktiivisuutta ja vaikutusmahdollisuutta omaan elämäänsä. Katsoja eläytyy roolihenkilön asemaan ja koettaa ratkaista tilanteita omasta mielestään parhain päin. Katsojasta tulee aktiivinen toimija ja näyttelijästä puolestaan tarkkailija.

Forum-teatteriesitys rakennetaan aina todellisen tilanteen pohjalta, ja se sisältää päähenkilön näkökulman johonkin alistussuhteeseen (Alistettujen teatteri) tai konfliktiin. Boal halusi Forum-teatteriesityksen olevan sekä todellisuuden heijastusta että samalla harjoitusta tulevaisuudessa toimimiseen. Teatteriesitys parhaimmillaan aktivoi yleisöä itse toimimaan oman elämänsä hyväksi.

Forum-teatteria voidaan käyttää erilaisiin tarkoituksiin ja monenlaisten yleisöjen kanssa. Viimeisinä hankkeinaan Boal kehitti ”lakiasäättävää valtuustoteatteria”, jossa pyrittiin teatterin avulla vaikuttamaan lakiesityksiin ja niiden muuttamiseen Brasiliassa. Boal kannattajineen perusti paikallisten ihmisten kanssa pieniä ryhmiä, jotka esiintyivät köyhillä asuinalueilla pyrkien osallistuvan Forum-teatterin keinoin ratkomaan ongelmia, joihin voitaisiin vaikuttaa muuttamalla lakiasetuksia. Monet näistä lakiehdotuksista menivätkin läpi.

Suomessa Forum-teatteria käytetään lasten ja nuorten kanssa monenlaisina muunnelmina. Jokin yhteisöä tai yksilöä koskettava ongelmatilanne voidaan tehdä näkyväksi ja muuttaa esitykseksi, joka katsotaan aluksi yhdessä loppuun asti. Esityksen jälkeen yleisön kanssa keskustellaan näytelmän yksityiskohdista ja loppuratkaisuista. Yleisöä askarruttavat kohdat voidaan näytellä uudestaan niin, että ehdotetaan roolihenkilölle uusia toimintatapoja tai joku katso-

jista asettuu korvaamaan alkuperäisen näyttelijän. Tällöin osat vaihtuvat ja näyttelijästä tulee tarkkailija. Yleisöstä kenellä tahansa on mahdollisuus keskeyttää tilanne ja ehdottaa tilalle toista ratkaisua, jolloin osat vaihtuvat. Kouluissa on esimerkiksi kiusaamistilanteita käsitelty Forum-teatterin keinoilla hyvällä menestyksellä. Eri puolella Suomea toimii useita ryhmiä, jotka soveltavat Forum-teatteria interaktiivisiin esityksiinsä erilaisissa yhteisöissä.

#### KLIK-leikki

KLIK-leikki on yksinkertainen ja leikkimielinen sovellus Forum-teatterista. Sen avulla lapset keksivät ja harjoittelevat toiminta- ja käyttäytymistapoja pulmallisiin tai turvallisuutta uhkaaviin vuorovaikutustilanteisiin. Tarve esitettävälle tilanteelle voi nousta arjen tilanteista tai se voi löytyä jostakin tarinasta tai tarinan alusta. Esittäjinä voivat olla joko aikuiset tai lapset. Leikkiin otetaan mukaan käytöstä poistettu kaukosäädin. Ohjaajan painaessa kaukosäädintä esittäjät alkavat esittää tarinan alkua tai lasten keksimää tilannetta. Esitys keskeytetään jossain vaiheessa ohjaajan painaessa ”PAUSE”-nappulaa ja sanoessa ”KLIK”. Esittäjät pysähtyvät tai jähmettyvät siihen asentoon, missä he olivat. Lapset voivat kuvitella, miltä tarinan henkilöstä tuossa tilanteessa tuolla hetkellä nyt tuntuu tai mitä hän mahtaa ajatella? Esitystä seuraavat lapset antavat toimintaehdotuksia ja neuvoja kyseistä tilannetta esittävälle henkilölle tai henkilöille.

Kysymyksiä mietittäväksi:

- 👉 Miltähän tuosta nyt tuntuu?
- 👉 Mitähän tuo tuossa nyt ajattelee?
- 👉 Mitähän tuon henkilön päässä nyt mahtaa liikkua?
- 👉 Mitä hänen nyt seuraavaksi kannattaisi tehdä?
- 👉 Mikähän tässä nyt auttaisi?
- 👉 Millä tavoin henkilö voisi rohkaista nyt itseään?

Yhteisesti voidaan päättää, minkä toimintaehdotuksen esittäjät toteuttavat. Kaukosäätimen painalluksella ja KLIK-sanalla esittäjät jatkavat liikettä ja toteuttavat sovitun toimintaehdotuksen. Sen jälkeen lasten kanssa keskustellaan, oliko ehdotus hyvä ja auttoiko se esittäjää pääsemään eteenpäin. Myös tilannetta esittävä henkilö voisi kertoa, millaista oli ehdotuksen mukaan toimia ja miten se häntä auttoi. Tarvittaessa esittäjät voivat kokeilla muita ehdotettuja toimintatapoja.





Esimerkkejä KLIK-leikin käytöstä varhaiskasvatuksessa sivustolla [www.jamk.fi/tuta](http://www.jamk.fi/tuta) (Eeva Iisakka, Sanna Lepänen & Auli Siltanen: Sosiodraama, 2013).



Lisätietoa saduttamisesta on kirjassa Karlsson, L. 2005: Sadutus – Avain osallistuvaan toimintakulttuuriin. Opetus 2000 -sarja. Jyväskylä: PS-kustannus.

## Sadutus

Sadutus on menetelmä, jossa aikuinen antaa lapselle puheenvuoron. Aikuisen tehtävä on kuunnella ja kirjata lapsen kertoma tarina tai satu sanasta saanaan juuri niin kuin lapsi sen kertoo. Kuuntelijana ja kirjaajana aikuinen on aidosti kiinnostunut siitä, mitä lapsi haluaa juuri sillä hetkellä kertoa. Lapsi itse päättää sadun aiheen. Omien satujen avulla lapsen on mahdollista ilmaista ajatuksiaan, ja aikuinen pääsee tutustumaan lapsen ajatusmaailmaan. Sadutus on myös oiva menetelmä kehittää lapsen kielellistä tietoisuutta ja itsetuntoa. Sadun voi kertoa yksin, kaksin tai vaikkapa ryhmänä.

### Sadutuksen ohjeet

Sano lapselle:

”Kerro satu (tarina tai juttu). Kirjoitan sen juuri niin kuin sen minulle kerrot. Lopuksi luen tarinasi ja voit muuttaa tai korjata sitä mikäli haluat”.

Lapsi päättää itse, mikä ja millainen hänen satunsa on.

Aikuinen kirjoittaa sadun sana sanalta lapsen nähdessä, lukee sen ja tekee lapsen ehdottamat korjaukset ja muutokset.

Halutessaan lapsi voi kuvittaa satunsa.

Satu on mukava lukea myös muille (lapsille, vanhemmille tai muille aikuisille), mikäli siihen on kerrojan lupa.

Jos lasten satuja kootaan julkaisuiksi, lasten huoltajilta on kysyttävä lupa!

Esimerkki saduttamisesta:

Samun satu: Seitsemän rosvoa

Nimi: Samu Taponen

Ikä: 6 v

Pvm: 3.4.2012

Sihteeri: Maija Meri

*Olipa kerran seitsemän rosvoa.  
He menivät hautausmaalle. He näkivät aaveen.  
Sitten he löysivät sotaoravan. Sitten oravasta tuli pomo.  
Sitten he menivät autotalliin.  
Yksi astui autoon. Sitten hän pisti auton käyntiin.  
Sitten hänelle tuli vedet naamalle.  
Kaikki hyvin, loppu hyvin.*

## Juttukuppila

Juttukuppila on sovellus Learning Café -menetelmästä. Menetelmän avulla lapset pienryhmissä keksivät vastauksia, ratkaisuja tai toimintatapoja annettuihin kysymyksiin, tilanteisiin tai teemoihin. Kysymykset, tilanteet ja teemat voivat olla lasten itsensä keksimiä tai ohjaajan valmiiksi antamia. Lapset jaetaan esimerkiksi 4–6 hengen ryhmiin. Kuvitellaan, että ollaan kivassa kuppilassa tai kahvilassa, jossa siirrytään pöydästä pöytään ”herkkuja maistellen” ja pöydällä esitetyistä kysymyksistä tai asioista jutellen. Pöytiä on yhtä monta kuin ryhmiäkin. Jokaisessa pöydässä on kartongille kirjoitettuna yksi kysymys, teema tai tilanne. Lapset kulkevat pienryhmissä pöydästä pöytään pohtien pöydällä olevaa asiaa ja kirjaten vapaasti ajatuksiaan ja mielipiteitään pöydillä oleviin kartonkeihin. Keskustelua käydään toisia kuuntelemalla, kommentoimalla ja omia mielipiteitä kertomalla. Ryhmät vaihtavat pöytää yhtä aikaa ohjaajan merkistä. Seuraavaan pöytään mennessään ryhmä voi tutustua edellisten ryhmien ajatuksiin ja ratkaisuehdotuksiin, halutessaan kehittää niitä eteenpäin ja keksiä myös uusia ratkaisuja tai toimintatapoja. Kun kaikki ryhmät ovat vierailleet jokaisessa pöydässä, käydään tuotokset yhdessä keskustellen läpi. Ohjaaja varmistaa, että kaikki ymmärtävät muiden käyttämät käsitteet. Lopussa vielä jutellaan tai kirjoitetaan pienille lapuille, miltä juttukuppilassa oleminen tuntui ja jäikö jokin asia vielä painamaan mieltä tai muutoin mietityttämään.

Jokaiselle pöydälle voidaan haluttaessa sopia pöydän emäntä tai isäntä – joko lapsi tai aikuinen – joka toimii puheenjohtajana ja/tai kirjurina ja joka myös lopuksi esittelee ryhmien tuotokset. Puheenjohtaja huolehtii siitä, että jokainen saa ainakin kerran sanottua oman näkemyksensä asiaan.



Nurmi, Mikko & Alanen, Jani 2010: eLearningCafe-eOpen verkkotyökalu. Tampereen ammattikorkeakoulu.

## Pöytäteatteri

Pöytäteatteri on helposti toteutettava nukketatterin muoto. Pöytäteatteria esitetään sananmukaisesti pöydän päällä hahmoja liikutellen. Teatteriesityksen voivat esittää aikuiset lapsille, lapset aikuisille tai esitys voi olla lasten ja aikuisten yhdessä tekemä. Pöytäteatteriesitystä varten tarvitaan esitettävä satu tai tarina sekä siinä olevat hahmot. Esitettävä tarina voi olla valmis tarina tai lasten itsensä keksimä. Tarinan hahmot voivat olla valmiita hahmoja (legot, playmobil-hahmot) tai lapset voivat askarrella ne itse esimerkiksi paperista ja kartongista. Rekvisiittana – kiviä, puita, taloja – voivat olla valmiit esineet tai niitä voidaan valmistaa itse. Esimerkiksi kankaasta saadaan alusta pöytäteatteriesitykselle, paidasta voidaan muotoilla kallio ja sinisestä huivista joki. Näytelmään voidaan keksiä myös äänitehosteita: joen solinaa saadaan puhaltamalla vettä pillillä, rapinaa rutistamalla paperia ja kopinaa kynällä pöydäntulmaan tai lusikalla muoviasiaan naputtamalla. Esityksen jälkeen siitä voidaan keskustella: Mitä lapset pitivät esityksestä? Mitähän hahmot mahtoivat ajatella, tuntea ja miten he toimivat? Keskustelun pohjalta esitys voidaan esittää uudelleen erilaisia ratkaisuja ja toimintatapoja kokeillen.



Lisää tietoa pöytäteatterista: Maija Baric ja Camilla Mickwitz 1996: Nukketatterin sadut. Mannerheimin Lastensuojeluliitto; [www.kokosuomileikkii.fi](http://www.kokosuomileikkii.fi).



**HUOLESTUIN – MITÄ TEEN?**

# 1. Ohjeistuksia ja työvälineitä ammattilaiselle lapsen liittyvän huolen tilanteisiin

KAIJA LAJUNEN, PIRJO LAHTINEN & TUIJA VALKONEN

Tunne- ja turvataitokasvatus saattaa rohkaista lapsia kertomaan huolistaan ja peloistaan aikuisille, joihin he luottavat. Tällaisiin tilanteisiin ammattilaisten on hyvä varautua etukäteen. Seuraavassa on ohjeistuksia ja työvälineitä tilanteisiin, joissa lapsen kanssa päivittäin työskentelevä lähityöntekijä havaitsee tai kuulee lapsen kertomana jotakin, joka herättää hänessä huolen. Ohjeistuksia laadittaessa on ajateltu erityisesti suuren huolen ja harmaan huolen vyöhykkeille (ks. Liite s. 274) sijoittuvia tilanteita (esimerkiksi seksuaalinen hyväksikäyttö, ahdistelu ja häirintä, henkinen ja fyysinen kaltoinkohtelu), mutta ohjeista on hyötyä myös näitä pienempiin huoliin. Lapsen pieniäkin huolia on tärkeää pysähtyä kuuntelemaan ja reagoida niihin. Aikuisen apu voi estää niiden kasvamista suuriksi. Lapsi saa kokemuksen, että kertominen helpottaa ja auttaa, ja tämä voi rohkaista häntä tarvittaessa kertomaan suuremmistakin huolista. Vaikka huolen tilanteita ei työssä tulisikaan usein vastaan, toimintatapojen miettiminen etukäteen on hyödyllistä. Se tuo varmuutta ja rohkeutta antaa lapsille tunne- ja turvataitokasvatusta, mutta myös madaltaa kynnystä tarttua huolta herättäviin asioihin ja ottaa niitä puheeksi lapsen huoltajan kanssa. Lapsella on oikeus puhua huolistaan, ja ammattilaisilla on velvollisuus huolehtia, että puhumisen johtaa avun saantiin.

Lapsen seksuaalista hyväksikäyttöä ja muuta kaltoinkohtelua voi tarkastella lapsen ja perheen tukemisen, kriisityön, lapsen turvaverkoston ja turvataitojen vahvistamisen, lastensuojelun ja/tai rikosoikeudellisten selvittelyjen sekä lapsen ja perheen terapian ja kuntoutuksen näkökulmista. Jokaisen ammattilaisen on hyvä miettiä, mikä on hänen ensisijainen roolinsa, huolehtia siitä sekä pyrkiä tekemään yhteistyötä haittaamatta toisen ammattilaisen työskentelyä. Lasta lähellä olevan aikuisen rooli on olla lapselle luotettava aikuinen – ei tutkija tai asian selvittelijä. Lapsen auttamiseksi tarvitaan kuitenkin yhteistyötä perheen ja monialaisen tiimin kanssa. Lapsen lähityöntekijällä on myös lastensuojelulain ja rikoslain tuomia velvoitteita. Ohjeistuksissa on pyritty huomioimaan sekä nämä velvoitteet että ammattilaisen rooli lapsen kuuntelijana ja tarvittaessa lapsen huolen puheeksi ottajana ja sen eteenpäin viejänä niin, että lapsi saa avun. Vaikka ohjeistuksia on laadittu nimenomaan lapsen lähityöntekijän näkökulmasta, niistä on apua monialaiseen yhteistyöhön ja muille lasten ja perheiden parissa työskenteleville ammattilaisille. Erityisesti turvakeskustelun työmalli (s. 267) antaa tutkimukseen ja selvittelyyn pyrkivän työtavan rinnalle tai sen sijaan voimavarakeskeisen ja ennalta-

ehkäisyyn pyrkivän lähestymistavan niin lastensuojelutyöhön kuin muuhun perheiden ja verkostojen tukemiseen ja terapiaan.

Tässä kappaleessa esitellään lapsen liittyvän huolen tilanteisiin tarkoitettuja ammattilaisen ohjeistuksia ja työvälineitä:

- Kun lapsi tuo tai on tuonut esille sinua huolestuttavia asioita – Lapsen kanssa puhuminen
- Lapsen liittyvän huolen puheeksi ottaminen huoltajien kanssa
- Toimintaohje lapsen kanssa työskenteleville suuren huolen tai sen epäilyn tilanteissa
- Kun lapsi on menossa poliisin kuultavaksi
  - Ohjeita lapsen lähiaikuiselle, kun lapsi saa kutsun tulla kuultavaksi rikosepäilyyn liittyen
- Turvakeskustelu lapsen turvan ja turvataitojen vahvistamiseksi.

Ohjeistuksiin on sisällytetty tiivistetysti keskeisimpiä huomioita otettavia asioita. Niiden lisäksi on hyvä huomioida paikalliset ja toimialakohtaiset ohjeistukset ja käytännöt. Työyhteisöissä on tärkeää käydä säännöllisin välein keskustelua toimintatavoista lapsen liittyvän huolen tilanteissa. Yhdessä sovitut toimintaohjeet säilytetään esimerkiksi kaikkien saatavilla olevassa mapissa, josta löytyvät myös ajan tasalla pidetyt yhteistyötahojen kontaktitiedot (s. 266). Nimetyn vastuuhenkilön on huolehdittava siitä, että toimintaohjeet päivitetään säännöllisin välein ja että uudet työntekijät perehdytetään niihin.

Duodecimin Käypä hoito -suosituksen ([www.kaypahoito.fi](http://www.kaypahoito.fi)) ohjeistus lapsen seksuaalisen hyväksikäytön epäilyn tutkimisesta ja Stakesin julkaisema opas Lapsen seksuaalisen hyväksikäytön ja pahoinpitelyn selvittämisestä (Taskinen, 2003) ovat avuksi paikallisia toimintaohjeita mietittäessä. Myös alueelliset mallit helpottavat työyhteisöjen toimintatapojen laattimisessa. Esimerkiksi Keski-Suomessa moniammatillinen asiantuntijaryhmä on laatinut toimintaohjeen lasten seksuaalisen hyväksikäytön ja pahoinpitelyn tutkimiseen ja hoitoon ([www.koske.fi](http://www.koske.fi)). Turun kaupungin lähisuuhdeväkivallan ehkäisytyöryhmä on koontanut ohjeistuksia eri toimialoille (mm. perusterveydenhoito, sosiaalitoimi, varhaiskasvatus, opetus-toimi, neuvolatyö) lähisuhteissa tapahtuvan väkivallan ehkäisemiseksi ja siihen puuttumiseksi. Ohjeistukset ovat löydettävissä osoitteesta [www.vslapset.fi](http://www.vslapset.fi).

Huolestuin – mitä teen? -ohjeistuksia ja työvälineitä on työstetty vuosina 2012–2014 osana STM:n rahoittamaa ja Jyväskylän ammattikorkeakoulun

koordinoimaa Tunne- ja turvataidot osaamiseksi -hanketta. Ohjeiden laatimisessa on hyödynnetty moniammatillista asiantuntijatyöryhmää, jossa kirjoittajien lisäksi ovat olleet asiantuntijalääkäri Anneli Kuusinen K-SSHP:n perusterveydenhuollon yksiköstä, psykologi Kirsi Tiainen ja sosiaalityöntekijä Marjo Makkonen Jyväskylän perheneuvolasta, vanhempi rikoskonstaapeli Heidi Miettinen Sisä-Suomen poliisilaitoksesta ja Jyväskylän poliisiasemalta, hankekoordinaattori Merja Pihlajasaari Läheisväkivallan ehkäisyn kansallinen osaamiskeskus – hankkeesta ja Jyväskylän kaupungista, sosiaalityöntekijä Maarit Pöyhönen K-SSHP:n lastenpsykiatrian yksiköstä, aluejohtaja Anu Huovinen Pelastakaa Lapset ry:stä, johtava sosiaalityöntekijä Satu Moisio Jyväskylän kaupungin lastensuojelun avopalveluista sekä lehtorit Riitta Ala-Luhtala ja Sirpa Valkama Jyväskylän ammattikorkeakoulusta. Konsultointi- ja kirjoitusapua on saatu myös KYS:n lasten ja nuorten oikeuspsykiatrian tutkimusyksikön lääkäriltä Marja Darthilta ja

psykologi Noora-Maria Ahlilta. Lisäksi ohjeistusten toimivuuteen liittyvää tutkimusapua on saatu Jyväskylän yliopiston opiskelijoilta Karoliina Kontoniemeltä ja Minna Hirvoselta (ohjeistukset 2 ja 4) sekä Jyväskylän ammattikorkeakoulun opiskelijalta Eveliina Loijakselta (ohjeistus 3). Asiantuntijaryhmässä ja samalla kirjoittajina ovat olleet myös sosiaalityöntekijä Tuija Valkonen Äänekosken perheneuvolasta, koulukuraattori Pirjo Lahtinen Onerva Mäen koulusta ja psykologi Kaija Lajunen FamServices Oy:stä.

Pohjana toimintaohjeiden laatimisessa on käytetty Keski-Suomen Harava-hankkeen (vv. 2001–2002) ja Stakesin lapsen seksuaalisen hyväksikäytön ehkäisyn hankkeen (vv. 2003–2005) tiimoilta työskennelleiden materiaalityöryhmän ja ns. selvittelypolkutyöryhmän laatimia toimintaohjeita (ks. Lajunen, Kaija & Andell, Minna & Jalava, Leena & Kemppainen, Kaija & Pakkanen, Marjo & Ylenius-Lehtonen, Mirja. Turvataitoja lapsille. Helsinki: Stakes, ss. 212–223).

## 2. Kun lapsi tuo tai on tuonut esille sinua huolestuttavia asioita – Lapsen kanssa puhuminen

KAIJA LAJUNEN, PIRJO LAHTINEN & TUIJA VALKONEN

Kun lapsi kertoo tai muutoin tuo esille huoliaan, on tärkeää, että aikuinen, jolle hän huolensa ilmaisee, osoittaa kuulleen häntä. Mikäli lapsen esille tuomaan asiaan ei ole mahdollista heti reagoida, on siihen hyvä palata kuitenkin mahdollisimman pian. Lapsi ei välttämättä myöhemmin enää ole valmis uudestaan puhumaan asiasta. Joskus lapsi tuo esille huolensa käyttäytymisen tai toiminnan kautta. Myös tällöin on hyvä pysähtyä tai palata tilanteeseen heti, kun se on mahdollista ja rohkaista häntä kertomaan, jos hänellä on mielessä jotakin, mikä häntä painaa. Hänen kanssaan voi miettiä, kuka olisi sellainen turvallinen aikuinen, joka ymmärtäisi häntä ja jolle hän voisi kertoa huolistaan tai peloistaan.

### Huomioitavaa

- Järjestä rauhallinen ja kahdenkeskinen tila ja paikka.
- Osoita lapselle ilmein ja elein, että olet kiinnostunut lapsen kertomasta ja otat sen vakavasti.
- Pysy itse rauhallisena mitä tahansa lapsi sinulle kertoo tai ilmaisee.
- Kuuntele lasta ja rohkaise puhumaan.
  - ”Lapsella on lupa puhua kaikesta mikä painaa.”
- Kiitä lasta puhumisesta ja osoita ymmärrystä kertomisen vaikeutta kohtaan.
  - ”Olen iloinen siitä, että kerroit”.
  - ”Olet todella rohkea, kun puhut, se on oikein.”

- Vapauta lapsi vastuusta, syy ei ole hänen.
  - ”Se, mitä tapahtui ei ole sinun syytäsi.”
  - ”Aikuisen pitää tietää, mikä on oikein ja mikä väärin.”
  - ”Kukaan ei saa sinua syyttää eikä rangaista.”
  - ”Kukaan ei saa uhkailla sinua eikä kieltää puhumasta.”
- Ota vastaan lapsen tunteita hyväksyvästi ja myötäeläen.
- Auta lasta kertomaan, mutta älä painosta häntä siihen (ks. Luku 4. Toimintaohje lapsen kanssa työskenteleville s. 261).
  - ”Hyvä kun kerrot, kerro vaan”.
- Käytä lapsen omia sanoja, termejä ja kommunikointikeinoja.
- Pyydä tarvittaessa piirtämään tai näyttämään se, mitä tapahtui.
- Anna lapselle tietoa hänen oikeudestaan elää turvassa, saada aikuisten apua ja hyvää kohtelua.
  - ”Kukaan ei saa sinua satuttaa (tukistaa, läpätä, lyödä) tai koskea sinun omiin, uimapuvin alla oleviin alueisiin (pylly, pippeli, pimpsa, rinta) eikä myöskään pakottaa sinua koskettelemaan itseään tai jotakuta toista”. Käytä niitä sanoja, joita lapsi käyttää kaltoinkohtelun kuvaamisessa.
- Kerro lapselle, että teet parhaasi hänen auttamisekseen ja siksi et voi pitää asiaa omana tietonasi.

- Pidä lapsi toimijana/osallisena omassa elämässään.
  - Kysy lapselta, mikä hänelle olisi nyt tärkeintä – mikä häntä auttaisi eniten.
  - Kysy, kenelle asiasta hänen mielestään pitäisi ensin kertoa ja millä tavoin.
  - Ota huomioon lapsen pelot ja mieti hänen kanssaan, mikä niitä vähentäisi.
  - Pidä lapsi tietoisena asioiden kulusta ja hänen turvaansa vahvistavista aikuisten päätöksistä.
- Osoita lapselle, että sinä olet kuullut häntä ja uskot häntä, vaikka tutkimuksellinen tai juridinen näyttö ei olisi riittävää lapsen kertoman vahvistamiseen.
  - ”Minä kyllä uskon, että olet puhunut totta.”
- Vahvista lapsen omia turvataitoja ja selviytymisen kokemusta aina kun se on mahdollista.
  - Kiitä ja kehu siitä, mitä lapsi on tehnyt hyvin itsensä suojelemiseksi ja avun pyytämiseksi.
  - Mieti hänen kanssaan, miten hän voisi toimia, jos vastaavaa vielä tapahtuisi.
  - Kerratkaa turvaohjeita: 1) Sano EI, 2) Lähde pois, 3) Kerro turvalliselle aikuiselle.
  - Harjoitelkaa tilanteissa toimimista esim. näytellen, nukkien ja symbolien avulla.

### 3. Lapsen liittyvän huolen puheeksi ottaminen huoltajien kanssa

KAIJA LAJUNEN, PIRJO LAHTINEN & TUIJA VALKONEN

Turvataitokasvatuksen myötä lapsi voi rohkaistua kertomaan monenlaisista huolistaan aikuisille. Jos lapsen kertomasta herää työntekijälle huoli, on hänen jaettava se lapsen huoltajien kanssa. Huoli voi nousta myös lapsen käyttäytymisen perusteella. Huolen puheeksi ottamisella työntekijä siirtää vastuun lapsesta niille, joille se kuuluu. Samalla hän tarjoutuu olemaan huoltajien rinnalla lapsen parasta pohdittaessa. Huoltajien kohtaamisessa tärkeitä periaatteita ovat avoimuus ja läpinäkyvyys sekä vanhempien osallisuuden ja toimijuuden kunnioittaminen. Työntekijän näkökulmasta katsottuna pyrkimyksenä on lapsen liittyvän huolen välittäminen huoltajalle sillä tavoin, että vuoropuhelu säilyisi ja yhteistyö lapsen parhaaksi jatkuisi. Mikäli huoli on tullut lapsen kertoman perusteella, on tärkeää varmistaa, että lasta ei siitä syyllistetä, vaan pikemminkin kiitetään oikein toimimisesta. Paikallaan on myös kiittää lapsen vanhempia siitä, että he ovat kasvattaneet rohkean lapsen, jolla on taito kertoa huolistaan ja siten pyytää apua aikuisilta.

Työntekijöissä heränneet huolet voivat olla erikokoisia ja sijaita huolen eri vyöhykkeillä, jolloin myös huolen puheeksi ottamisen tilanteeseen liittyvät haasteet ja mahdollisuudet ovat erilaisia (Eriksson & Arnkil, 2012). Suuren huolen tai sen epäilyn tilanteessa (esim. seksuaalinen hyväksikäyttö, perheväkivalta, pahoinpitely) on tärkeää, että lapsen lähi-työntekijät ja lastensuojelu tekevät yhteistyötä keskenään. Yhteistyössä sovitaan, kuka ottaa vastuun huolen puheeksi ottamisesta ja siihen tarvittavan pa-

laverin kokoamisesta huoltajien kanssa (ks. Luku 4. Toimintaohjeet lapsen kanssa työskenteleville s. 262, kohdat 4 ja 5). Huoltajalle/huoltajille on hyvä tarjota mahdollisuutta ottaa palaveriin mukaan oma läheinen henkilö, joka voi tarvittaessa olla tukena keskustelussa ja jonka kanssa on mahdollista jälkeen päin palata puhuttuihin asioihin. Myös pienen huolen tilanteissa keskustelun avaus ja yhteydenpito huoltajaan riittävän ajoissa on tärkeää.

#### Huomioitavaa

- Juttele lapsen kanssa aikomuksestasi ottaa huolesi esille ja kuuntele hänen toiveitaan ja pelkojaan.
- Osoita huoltajille arvostusta ja kunnioitusta ja huomioi perheen kulttuurista ja oikeus oman kielen käyttöön (varaa tarvittaessa tulkki).
- Luo tila avoimelle vuoropuhelulle ja kiitä huoltajia siitä, että he järjestivät aikaa tapaamiseen.
- Kuuntele huoltajien odotuksia ja toiveita tapaamiseen liittyen ja ota huomioon monenlaiset tunteet (pelko, varautuneisuus, viha, helppotus, syyllisyys).
- Puhu ongelman sijasta huolestasi.
- Pohjaa huolesi konkreettisiin ja kirjattuihin havaintoihisi, älä omiin tulkintoihisi.
  - Ole avoin ja läpinäkyvä oman ajattelusi suhteen – miksi haluat ottaa huolesi puheeksi?
- Kysy huoltajilta, mitä he huolestasi ajattelevat ja miltä se heistä kuulostaa.

- Jakavatko he saman huolen?
- Onko heillä muita, heidän mielestään vielä tärkeämpiä huolia?
- Pyydä huoltajien apua ja yhteistyötä oman huolesi vähentämiseksi.
- Kerro, että väkivalta ja kaltoinkohtelu on aina väärin.
- Kerro, mikä on oikein ja mikä on väärin Suomen lain mukaan.
- Käytä konkreettisia esimerkkejä (ei saa tukistaa, ei saa läpsätä avokämmenellä, ei saa tökiä, ei saa sillittä reittä, ei saa hyväillä lapsen omia yksityisiä alueita).
- Anna tietoa väkivallan ja kaltoinkohtelun vaikutuksista lapseen (mm. turvattomuus, pelokkuus, keskittymis- ja oppimisvaikeudet, mielialaongelmat) sekä avun keinoista ja paikallisista palveluista ([www.ensijaturvakotienliitto.fi](http://www.ensijaturvakotienliitto.fi); [www.turvakoti.net](http://www.turvakoti.net)).
- Keskustele lapsen iänmukaisista tarpeista kuten esimerkiksi tarpeesta saada aikuisilta turvaa ja hoivaa sekä tukea itsenäistymiseen.
- Etsikää ratkaisuja yhdessä – mikä vähentäisi huolia ja vahvistaisi aikuisten antamaa turvaa ja lapsen omia turvataitoja.
- Liitä huolesi tukeen – mitä tukea lapsi/perhe/huoltajat/ammattilaiset tarvitsevat?
- Älä lannistu, vaikka huolesta ei syntyisikään yhteisymmärrystä, vaan pyri jatkamaan mahdollisuuksien mukaan keskusteluyhteyttä huoltajien kanssa.
- Totea tilanne esimerkiksi sanomalla ”näyttää siltä, että katsomme nyt tätä asiaa hieman eri näkökulmasta” tai ”ymmärränkö oikein, että kotona teillä ei tähän asiaan liittyen ole tällä hetkellä huolta”.

- Kerro velvollisuudestasi tehdä lastensuojeluilmoitus (ks. Luku 4. Toimintaohje lapsen kanssa työskenteleville, s. 263 kohta 6) ja kerro lastensuojelun tukitoimista ja yhteistyöstä.
  - Anna huoltajille mahdollisuus ilmaista tilanteeseen liittyviä ajatuksia ja tunteita.
- Ota puheeksi ja tee näkyväksi kaikki se, mikä jo tällä hetkellä toimii ja edistää lapsen turvaa sekä lapsen omia turvataitoja ja pyri vahvistamaan huoltajien kaikkia lapsen hyvinvointia lisääviä pyrkimyksiä.
- Sopikaa, mitä lapselle kerrotaan keskustelusta ja kuka juttelee lapsen kanssa. Varmista myös, että lapsi saa tiedon aikuisten häntä auttavista toimista.
- Sopikaa yhdessä, miten tilanteessa edetään ja miten sitä yhdessä seurataan.
- Varmista kaikkien osapuolten (lapsi, huoltajat ja työntekijät) turvallisuus, tuen saanti ja mahdollisuus tilanteen purkamiseen.
- Työyhteisössä tilanteen purkupalaverissa voidaan hyödyntää tilanneanalyysikaavaketta (ks. Liite. s. 274)

## LÄHTEET

Eriksson, Esa & Arnkil, Tom Erik 2012: Huoli puheeksi. Opas varhaisista dialogeista. Stakesin opas 60, 8. painos. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

## 4. Toimintaohje lapsen kanssa työskenteleville suuren huolen tai sen epäilyn tilanteissa

KAIJA LAJUNEN, NOORA-MARIA AHL, MARJA DARTH, PIRJO LAHTINEN & TUIJA VALKONEN

Jos lapsi kertoo sinulle huolta herättävistä tapahtumista, pysy rauhallisena ja pyri olemaan hänelle ensisijaisesti kuunteleva ja luotettava aikuinen. Vältä tutkijan roolia!


Seuraavalla sivulla oleva toimintaohjeisto sisältää suosituksia, ei velvoittavia määräyksenomaisia ohjeita. Jos et voi noudattaa ohjeistossa esitettyä toimintajärjes-

tystä kohta kohdalta, mene suoraan sellaiseen kohtaan, joka sopii omaan tilanteeseesi. Huomioi myös paikalliset ja alueelliset ohjeet. Viranomaisverkoston rakenteessa ja sen myötä sovittavissa yhteistyöverkostoissa on paikkakuntakohtaisia eroja. Ohjeissa on huomioitu niin ensivaiheen kuin pidemmäläkin ajanjaksolla esille tulevia lapsen tai perheen tuen tarpeita.

Toiminta	Ohje	Huomioitavaa
<b>1. Tee muistiinpanot havainnoistasi ja keskustelun kulusta.</b>	Kirjaa mahdollisimman tarkasti <ul style="list-style-type: none"> <li>– tapahtumat</li> <li>– ajat</li> <li>– paikat</li> <li>– henkilöt</li> <li>– keskustelun, kertomusten, omien kysymystesi ja lapsen vastausten sanamuodot.</li> </ul>	<p>Kirjaa vain tarkka tapahtumakuvaus lapsen kertomana ja havaintosi, älä omia tulkintojasi. Käytä avoimia kysymyksiä ja rohkaise lasta kertomaan (Kerro lisää! Mitä tarkoitat? Mitä sitten tapahtui? Missä te silloin olitte? Mikä vuodenaika silloin oli?). Käytä kysymyksissäsi ja puheessasi lapsen omia ilmaisuja. Vältä omien oletustesi sanomista lapselle. Älä esimerkiksi kysele kenenkään nimellä, ellei lapsi ole itse nimennyt ketään henkilöä/henkilöitä.</p> <p>Jos lapsen kertomus on epäselvä, voit kysyä ”Kerro vielä uudelleen, mitä tarkoitat?” Voit myös tarkentaa kysymällä ”Ymmärsinkö oikein sen, mitä kerroit?” ja toistaa lapsen kertoma hänen omilla sanoillaan.</p> <p>Kerro lapselle, että teet parhaasi hänen auttamisekseen ja siksi et voi pitää asiaa omana tietonasi.</p> <p>Säilytä muistiinpanosi lukollisessa paikassa tai toimi työpaikkasi luottamuksellisten tietojen säilyttämistä koskevien ohjeiden mukaan.</p> <p>Katso nämä:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Luku 2 tässä osiossa: Kun lapsi tuo tai on tuonut esille sinua huolestuttavia asioita -ohjeistus, s. 259.</li> <li>– Taskinen, Sirpa (toim.) 2008: Lapsen seksuaalisen hyväksikäytön ja pahoinpitelyn selvittäminen.</li> <li>– <a href="http://www.kaypahoito.fi">www.kaypahoito.fi</a>: Lapsen seksuaalisen hyväksikäytön epäilyn tutkiminen.</li> </ul>
<b>2. Keskustele työtoveriesi ja esimiehesi kanssa.</b>	Keskustele huolestasi lapsen kanssa työskentelevän työtoveriesi kanssa. Jaa ja siirrä tieto sekä vastuu esimies- ja johtovastuun kannalta oikealle henkilölle mahdollisimman nopeasti. Henkilö, jolle huoli lapsesta on syntynyt, on kuitenkin henkilökohtaisesti vastuussa havainnoistaan ja lastensuojeluilmoituksen tekemisestä.	Esimies vastaa yksikön työn sisällöstä ja laadusta sekä työntekijöiden tarvitsemasta tuesta (ks. kohta 9, kriisiavun järjestäminen). Jos esimiestä tai työtoveria ei ole (esim. järjestötoiminnassa), etene kohtaan 4.
<b>3. Arvioi työkaverisi tai esimiehesi kanssa, täytyykö lapsen kanssa keskustella lisää ja keskustele tarvittaessa.</b>	Jos ensimmäinen havaintosi on epäselvä tai epämääräinen, keskustele lapsen kanssa uudestaan ja täydennä itsellesi muodostunutta käsitystä tapahtumista. Kirjaa täydennykset, muutokset ja käyttämäsi kysymykset. Älä kuitenkaan ala tehdä omaa tutkimusta!	Tässä vaiheessa on olennaista, että selvität itsellesi, onko huoleen aihetta vai ei ja oletko ymmärtänyt lapsen kertoman oikein. Omaan huoleen on hyvä suhtautua vakavasti. Älä kuitenkaan jää liian kauan yksikesi pohtimaan asiaa tai seuraamaan tilannetta, vaan hyödynnä konsultaatiomahdollisuutta (ks. kohta 4).
<b>4. Konsultoi huolestasi ja menettelytavoista. Mieti konsultaatiotahoa tarvittaessa yhdessä työkaverisi ja esimiehesi kanssa.</b>	Selvitä lastensuojeluviranomaisilta, päivästäväältä sosiaalityöntekijältä tai poliisilta, miten tässä tilanteessa kannattaisi toimia. Huoleesi liittyen voit konsultoida myös perheneuvolaa, lastenpsykiatrian poliklinikkaa, kriisikeskusta, terveyskeskusta ja yliopistollisissa keskussairaaloissa toimivia lasten ja nuorten oikeuspsykiatrisia tutkimusyksiköitä.	Asiasta voi keskustella mainitsematta lapsen nimeä epäillyn oikeusturvan säilyttämiseksi. Konsultaatiota kysyvä työntekijä ei kuitenkaan voi esiintyä nimettömänä.
	Älä jää huolesi kanssa yksin äläkä myöskään viivyttelä konsultaatiota ja asian eteenpäin viemistä.	



Toiminta	Ohje	Huomioitavaa
<p><b>5. Keskustele huoltajan kanssa.</b></p>	<p>Huoltajan on saatava tieto mahdollisimman nopeasti lastaan koskevasta, työntekijässä huolta herättävästä asiasta. Jos seksuaalinen tai muu kaltoinkohtelu epäily kohdistuu huoltajaan, konsultoi ensin poliisia ja lastensuojelua siitä, miten ja kuka on vanhempiin yhteydessä. Tämä on tärkeää lapsen hyvinvoinnin vuoksi ja tutkinnan turvaamiseksi (vrt. kohta 4). Mukaan huoltajan tapaamiseen voi pyytää lastensuojelun sosiaalityöntekijän. Huoltajan on etukäteen oltava tietoinen lastensuojelun mukanaolosta. Ikä- ja kehitystaso huomioon ottaen vältä keskustelua lapsen kuullen seksuaaliseen tai muuhun kaltoinkohtelu epäilyyn liittyvistä asioista. Pidä kuitenkin lapsi tietoisena asioiden kulusta ja hänen turvaansa vahvistavista aikuisten päätöksistä. Pidä lapsi myös osallisena hänen omissa asioissaan siten, että kuulet hänen toiveitaan, tarpeitaan ja huoliaan. Neuvo huoltajaa, että hän ei itse ottaisi suoraan yhteyttä epäiltyyn kaltoin kohtelijaan ja auta huoltajaa rauhoittumaan esimerkiksi toteamalla, että ”hyvä kun asia on tullut nyt esille; meidän ei tarvitse tässä ja nyt kaikkea ratkaista; asiat varmasti saavat nyt uuden, hyvään suuntaan vievän käänteen”.</p>	<p>Aggressiivisen tai uhkaavan käytöksen varalle:</p> <p>Jos on ennakoitavissa, että huoltajan tapamisessa voisi olla uhkaavaa tai aggressiivista käyttäytymistä, poliisilta voidaan etukäteen kirjallisesti pyytää virka-apua palaverin tai kotikäynnin turvallisuuden varmistamiseksi paikalle voi pyytää myös vartijaa, jonka kanssa etukäteen sovitaan siitä, missä hän palaverin aikana on (käytävällä, viereisessä huoneessa, palaverissa mukana). Niin poliisin kuin vartijan läsnäolosta kerrotaan etukäteen kaikille tilanteessa oleville ja siihen mukaan tuleville. Työyhteisön sisäiset ohjeet aggressiivisen tai uhkaavan käytöksen kohdalla on myös tärkeää huomioida.</p>
<p><b>6. Tee lastensuojeluilmoitus.</b></p>	<p>Lastensuojelullinen ilmoitusvelvollisuus on sosiaali- ja terveydenhuollon, nuoriso-, opetus- ja poliisitoimen, seurakunnan tai muun uskonnollisen yhdyskunnan palveluksessa taikka luottamustoimessa olevalla henkilöllä, joka on tehtävässään saanut tietää lapsesta, jonka hoidon ja huolenpidon tarve, kehitystä vaarantavat olosuhteet tai oma käyttäytyminen edellyttää lastensuojelun tarpeen selvittämistä (lastensuojelulaki 25 §). Tämä velvollisuus ja oikeus on hänellä salassapitovelvollisuuden sitä estämättä (poikkeuksena on papin rippisalaisuus). Lastensuojeluilmoituksen voi tehdä myös kuka tahansa, jolle huoli lapsesta herää.</p> <p>Työntekijän on tehtävä ilmoitus omalla nimellään. Lastensuojeluilmoitus tehdään lastensuojelun sosiaalityöntekijälle joko suullisesti (esim. puhelimitse) tai kirjallisesti (esim. internetistä saatavalla lastensuojeluilmoituslomakkeella, <a href="http://www.thl.fi">www.thl.fi</a>). Lastensuojelun sosiaalityöntekijältä voi myös kysyä neuvoa siihen, miten tilanteessa olisi parasta toimia. Lastensuojeluilmoituksen voi tehdä myös yhdessä lapsen ja/tai huoltajien kanssa. Yhteisneuvottelussa (kohta 5) lastensuojelutyöntekijän läsnäolo varmistaa tiedon siirtymisen lastensuojeluun. <b>Neuvottelu ei kuitenkaan korvaa lastensuojeluilmoitusta.</b> Viranomaisien välisissä yhteistyöneuvotteluissa on varmistettava, että kyseessä on lastensuojeluilmoitus, ja että se otetaan sellaisena vastaan. Lastensuojelun sosiaalityöntekijä vastaa lastensuojelutarpeen arvioinnista. Työntekijän tehtävänä on vain välittää oma huolensa. Akuuteissa tilanteissa virka-ajan ulkopuolella lastensuojeluilmoitus tehdään sosiaalipäivystykseen, joka vastaa lapsen oikeuksista ja turvaamisesta. Akuuteissa tapauksissa virkamies voi ottaa yhteyttä myös poliisiin, kriisikeskukseen, terveyskeskukseen tai hätäkeskukseen 112.</p>	<p>Huolen havainnoinut työntekijä on ensisijaisesti vastuussa lastensuojeluilmoituksen tekemisestä ja hänen on se tehtävä. Tällä tavoin varmistetaan, että lastensuojeluun tulee ensikäden tieto huolen herättäneestä tilanteesta. Ilmoituksen tekijällä on kuitenkin oikeus saada tukea ja apua lastensuojeluilmoituksen tekemiseen ja lapsen huoltajien kohtaamiseen. On tärkeää, että työntekijä ei jää yksin ja että hänen rinnallaan on työpari/työtiimi/esimies tilannetta pohtimassa ja käytännön asioita hoitamassa. Lastensuojeluilmoituksen tekemättä jättäminen voidaan rikoslain ( RL luku 11, 9 -10 §) mukaan määrätellä myös virkavelvollisuuden laiminlyönniksi.</p> <p>Lastensuojelun sosiaalityöntekijän on asian vireille tulon jälkeen arvioitava heti, vaatiiko asia kiireellisiä toimenpiteitä. Viimeistään seitsemän arkipäivän sisällä hänen on tehtävä arvio siitä, onko aihetta lastensuojelutarpeen selvittämiseksi (lastensuojelulaki 26 §).</p> <p>Lastensuojeluasia voi tulla vireille myös yli 12-vuotiaan lapsen tai huoltajan omasta aloitteesta.</p> <p>Lastensuojeluilmoituksessa annetaan seuraavat tiedot:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ilmoittajan yhteystiedot</li> <li>– lapsen ja huoltajan henkilötiedot</li> <li>– mihin tieto/huoli perustuu</li> <li>– mitä on tapahtunut</li> <li>– miten asia on tullut ilmoittajan tietoon</li> <li>– miten ilmoittaja on työskennellyt lapsen ja hänen perheensä kanssa kyseisessä asiassa</li> <li>– tieto siitä, tietävätkö huoltajat ja/tai lapsi lastensuojeluilmoituksen tekemisestä.</li> </ul> <p>Katso: Lastensuojelulaki, 2007 (<a href="http://www.finlex.fi">www.finlex.fi</a>)</p>

Toiminta	Ohje	Huomioitavaa
<p><b>7. Ilmoitus poliisille.</b></p>	<p>Lastensuojelulain mukaan jokaisella työntekijällä, joka epäilee lapsen kohdistunutta seksuaalirikosta, pahoinpitelyä (lukuun ottamatta lievää pahoinpitelyä) tai muutoin henkeen ja terveyteen kohdistuvaa rikosta (esim. lapsen heitteille pano) ja jolla on velvollisuus lastensuojeluilmoituksen tekemiseen, on myös velvollisuus tehdä – salassapitosäännösten estämättä – ilmoitus poliisille (LSL 5 luku 25 §). Tämän lisäksi hänen on tehtävä myös lastensuojeluilmoitus. Lastensuojeluilmoitus on tehtävä myös epäiltäessä lapsen lievää pahoinpitelyä tai muuta kaltoinkohtelua.</p> <p>Lievien pahoinpitelyiden osalta lastensuojelun sosiaalityöntekijä voi tehdä ilmoituksen poliisille oman harkintansa mukaan. Ilmoituksen poliisille seksuaalirikoksesta ja pahoinpitelystä voi tehdä myös lapsen huoltaja. Tämä ei kuitenkaan poista lastensuojelulain mukaista ilmoitusvelvollisuutta työntekijän osalta.</p>	<p>Rikostutkintavastuu on aina poliisilla. Poliisiviranomainen tekee tapauskohtaisesti päätöksen esitutkinnan aloittamisesta. Ilmoituksen tekijän ei tarvitse tietää, onko kysymyksessä rikos vai ei.</p> <div data-bbox="965 436 1077 571" style="text-align: center;">  </div> <p>Hakusanalla ”Ilmoitus lapsen kohdistuneesta seksuaalirikosepäilystä” löytyy Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen nettisivuilta (<a href="http://www.thl.fi">www.thl.fi</a>) lomake, jolla ilmoituksen poliisille voi tehdä.</p>
<p><b>8. Ohjaa huoltaja ja lapsi lääkärin vastaanotolle.</b></p>	<p>Seksuaalisen hyväksikäytön ja pahoinpitelyn epäilyissä huolehditaan siitä, että lapsi ohjataan huoltajan kanssa tarpeen mukaan somaattisiin tutkimuksiin lääkärin vastaanotolle. Mikäli epäiltynä on lapsen huoltaja, lastensuojelu voi tilanteen niin vaatiessa tehdä kiireellisen sijoituksen, jolloin lastensuojelu vastaa lapsen lääkärissä käynnistä. Somaattinen tutkimus tulisi suorittaa mahdollisimman pian epäilyn heräämisen jälkeen. Erityisesti silloin, kun epäilystä tapahtumasta on vähän aikaa (esim. tunteja, päiviä tai muutama viikko), tulisi somaattinen tutkimus suorittaa kiireellisesti. Akuuteissa tilanteissa lapsen voi viedä suoraan lääkärin päivystysvastaanotolle. Seksuaalisen hyväksikäytön ja vakavan fyysisen väkivallan tutkimukset pyritään keskittämään erikoissairaanhoidon. Tarvittaessa voi soittaa hätäkeskukseen 112, jolloin poliisi antaa toimintaohjeet tai tulee paikalle ja vastaa lapsen toimittamisesta lääkäriin.</p>	

Toiminta	Ohje	Huomioitavaa
<p><b>9. Kriisiavun järjestäminen.</b></p>	<p>Lapsille, perheille ja työntekijöille tulee tarvittaessa järjestää kriisiapua välittömästi. Esimies järjestää työntekijöiden kriisiavun mm. työterveyshuollon kautta. Lastensuojelutyöntekijä vastaa kriisiavun järjestämisestä lapselle ja perheelle yhteistyössä hoitavien tahojen kanssa. Kriisiapua voi saada kriisikeskuksista, perheneuvolasta ja paikallisilta kriisiryhmiltä.</p> <p>Mikäli lapsi ei ole vielä käynyt <b>ensimmäisessä</b> poliisikuulustelussa tai oikeuspsykologisessa haastattelussa, lapselta ei kysellä aktiivisesti tapahtuneesta, mutta ollaan valmiita vastaanottamaan lapsen kysymykset ja reaktiot. Jos lapsi itse spontaanisti kertoo tapahtuneista, häntä kuunnellaan myötäeläen ja rohkaisten sekä lapsen kertoma kirjaten. Lapsen ensimmäinen poliisikuulustelu tai oikeuspsykologinen haastattelu pitää pyrkiä järjestämään viipymättä, jotta lapsi ja hänen lähipiirinsä saa tarvittavan avun nopeasti ja ilman huolta esitutkinnan häiriintymisestä. Lapsen etu ja hänen kohtaamisensa tunteineen ja kysymyksineen on kuitenkin ensisijaista.</p>	<p>Lapsen seksuaalisen tai muun kaltoinkohtelu epäilyn esille tulo on kaikille osapuolille kriisi, joka herättää monenlaisia ristiriitaisia ja vaikeita tunteita, huolta ja kysymyksiä. Kriisiavun nopea saaminen voi ennaltaehkäistä myös epäilyn esille tuleminen aiheuttamaa traumatisoitumista. Lapsen toipuminen on läheisesti yhteydessä siihen, kuinka lapsen läheiset ihmiset selviävät ja saavat apua epäilyn esille tuloon liittyvässä kriisissä. Huoltajan varhainen tukeminen koituu koko perheen hyväksi.</p>
<p><b>10. Lapsen omien turvataitojen ja hänen turvaverkostonsa vahvistaminen.</b></p>	<p>Huolen kuulemisen rinnalla on tarpeellista koko ajan vahvistaa lapsen turvaa ja omia tunne- ja turvataitoja. Hänelle on hyvä antaa kiitosta siitä, mitä hän on tehnyt itsensä suojelemiseksi kuten esimerkiksi, että hän on kertonut huolestaan. Turvataitokasvatuksen avulla lapsi saa keinoja toimia itseään suojaavalla tavalla mahdollisissa tulevaisuuden turvallisuutta uhkaavissa ahdistelun, väkivallan, kaltoinkohtelun ja kiusaamisen tilanteissa. Turvataitokasvatusta voi antaa lapselle yksilöllisesti ja yhteistyössä perheen kanssa ja/tai yleisemmällä tasolla ryhmäkohtaisesti esimerkiksi osana koulun tai päivähoiton toimintaa. Turvataitokasvatusta on hyvä antaa riippumatta siitä, onko lapsen seksuaalista tai muuta kaltoinkohtelua varmuudella todennettu vai ei.</p> <p>Lisäksi on syytä lapsen lähipiirin kanssa käydä turvakeskustelua (ks. s. 267) lapsen saaman turvan ja hoivan varmistamiseksi jatkossa niin, että huoli lapseen liittyen tulevaisuudessa vähentyisi. Turvakeskustelun tavoitteena on vahvistaa lapsen ympärillä olevaa turvaverkostoa ja lähiaikuisten kykyä ymmärtää lapsen tarpeita ja vastata niihin.</p>	<p>Turvataitojen oppiminen on hyödyllistä kaikille lapsille. Kun lapset saavat tietoa oikeudesta elää turvassa ja saada aikuisten apua kaikissa huolissaan sekä taitoja itsensä suojelemiseen, he pystyvät itsekin tekemään omaa turvallisuutta ja hyvää elämää edistäviä valintoja.</p>
<p><b>11. Muun tuen tarpeen arviointi.</b></p>	<p>Yhdessä muiden ammattilaisten ja perheen kanssa on hyvä arvioida, mitä muuta tukea tai hoidollista apua lapsi ja perhe tarvitsevat.</p>	<p>Lapsen seksuaalinen ja muu kaltoinkohtelu voi aiheuttaa vakavan riskin lapsen terveille kasvuun ja kehitykselle. Riskin suuruus riippuu kaltoinkohtelun vakavuudesta ja ajallisesta kestosta, lapsen iästä ja yksilöllisistä piirteistä sekä siitä, miten läheinen suhde lapsella on kaltoin kohtelijaan. Hoidon ja tuen tarvetta voi kasvun myötä olla pitkälläkin aikavälillä, kun traumaattiset kokemukset eri elämän vaiheissa ja ihmissuhteissa saattavat aktivoitua. Vaikka lapsen seksuaalista tai muuta kaltoinkohtelua ei ole todennettu, on silti aiheellista yhdessä perheen kanssa arvioida mahdollisen tuen tarvetta huomioiden perheen muut huolenaiheet ja tilanne.</p>

## LINKKEJÄ JA LÄHTEITÄ

Taskinen, Sirpa (toim.) 2003: Lapsen seksuaalisen hyväksikäytön ja pahoinpitelyn selvittäminen.

Asiantuntijaryhmän suositukset sosiaali- ja terveydenhuollon henkilöstölle. Opas 55. Helsinki: Stakes.

Valoaho, Sari (toim.) 2013: Ota puheeksi. Internet ja lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö. Lasten suojele digitaalisessa mediassa.

Pelastakaa Lapset ry. [www.pelastakaalapset.fi](http://www.pelastakaalapset.fi).

[www.kaypahoito.fi](http://www.kaypahoito.fi): Lapsen seksuaalisen hyväksikäytön epäilyn tutkiminen.

[www.finlex.fi](http://www.finlex.fi)

[www.sosiaaliportti.fi](http://www.sosiaaliportti.fi).

### Yhteystiedot lapsen kaltoinkohtelun epäilyn tullessa esille

Virka-asema	Nimi	Puhelin	Sähköposti	Huomautukset
Työpaikan esimies				
Lapsen huoltaja				
Lapsen 2. huoltaja				
Lastensuojelutyöntekijä				
Lastensuojeluilmoituksen vastaanottaja				
Sosiaalipäivystys				
Poliisi				
Kouluterveydenhuolto/oppilashuolto				
Terveyskeskus				
Neuvola				
Päiväkoti/koulu/kerho				
Kriisikeskus				
Keskussairaala				
Perheneuvola				
Lasten- ja nuortenpsykiatrian poliklinikka				

Ylläpitovastuu: (henkilön nimi, yhteystieto, päivytyspäivämäärä)

## 5. Kun lapsi on menossa poliisin kuultavaksi – ohjeita lapsen lähiaikuiselle, kun lapsi saa kutsun tulla kuultavaksi rikosepäilyyn liittyen

NOORA-MARIA AHL & MARJA DARTH

Rikosepäilyssä lapselle saattaa tulla kutsu tulla kuultavaksi poliisilaitokselle tai poliisiin virka-apupyynnön kautta lasten ja nuorten oikeuspsykiatriseen tutkimusyksikköön. Lasta voidaan kuulla esimerkiksi todistajan tai asianomistajan asemassa.

Vältä antamasta lapselle ohjeita siitä, mitä hänen pitää kertoa kuulemisessa. Rikosepäilyn selvittämisen kannalta on tärkeää, että lapsi kertoo muistamistaan ja kokemistaan asioista omin sanoin ja sen, mikä on totta. Lapsella on lupa puhua. Hänellä on myös oikeus olla puhumatta. Jos lapsi puhuu rikosepäilyyn liittyvistä asioista sinulle oma-aloitteisesti, pysy rauhallisena, kuuntele ja ota vastaan lapsen kertomus. Vältä esittämästä useita lisäkysymyksiä. Kerro poliisille lapsen tietoon saattamat asiat. Juttele siitä myös lapsen kanssa etukäteen.

Lapsi tarvitsee selityksen siitä, miksi poliisi haluaa keskustella juuri hänen kanssaan. Menemättä rikosepäilyn yksityiskohtiin lapselle on aiheellista sanoa, että poliisi haluaa puhua hänen kanssaan hänen elämästään ja kokemistaan asioista. Lapselle on hyvä mainita, ettei hän ole tehnyt mitään väärää. Poliisi tai oikeuspsykiatrisen tutkimusyksikön psykologi selittää lapselle tarkemmin, mistä lapsen kuulustelussa on kysymys.

Kuulemisen jälkeen on hyvä varata lapselle kahdenkeskistä aikaa, jotta hän halutessaan voi vielä jutella tilanteesta ja pääsee siirtymään päivän muihin asioihin.



Tietoa väkivalta- ja seksuaalirikoksen uhriksi joutuneen lapsen vanhemmalle löytyy hakusanalla ”Lapsi rikoksen uhri” sivustolta [www.oikeusministerio.fi](http://www.oikeusministerio.fi).

## 6. Turvakeskustelu lapsen turvan ja turvataitojen vahvistamiseksi

KAIJA LAJUNEN, PIIRJO LAHTINEN & TUIJA VALKONEN

*Turvakeskustelu* on perhe- ja verkostokeskeinen turvaan ja turvataitoihin keskittyvä, monialaiseen yhteistyöhön perustuva ja lapsen ja perheen osallisuutta korostava työskentelymalli. Se sopii tilanteisiin, joissa lapsi on altistunut haavoittaville kokemuksille (esimerkiksi henkinen, fyysinen ja seksuaalinen kaltoinkohtelu, hoidon laiminlyönti, ahdistelu ja häirintä) tai joissa sellaisesta on huolta tai epäilyä. Turvakeskustelulla pyritään edistämään lapsen turvallisuutta ja hyvinvointia ja jatkossa suojaamaan lasta haavoittavilta kokemuksilta. Turvakeskustelun avulla pyritään tiivistämään lapsen ympärillä olevaa aikuisten turvaverkkoa ja lisäämään sen valppautta ja voimavaroja. Osana turvakeskustelua huolehditaan siitä, että myös lapsi itse saa tietoa oikeudesta elää turvassa ja opastusta turvataitoihin, joiden avulla hän jatkossa mahdollisesti voisi välttyä joutumasta turvallisuutta uhkaaviin tilanteisiin tai niihin joutuessaan osaisi toimia itseään ja koskemattomuuttaan suojellen sekä apua hakien.

Turvakeskustelun näkökulma on ennaltaehkäisevä, voimavaraistumiseen ja selviytymisen edistämiseen pyrkivä. Turvakeskustelun tarkoituksena ei ole tutkia, onko kaltoinkohtelua tapahtunut vai ei. Mahdollisen rikoksen selvittäminen on rinnakkainen ja erillinen prosessi, joka ei yksistään riitä turvaamaan

lapsen tilannetta. Turvakeskustelu sopii hyvin tilanteisiin, joissa lapsen kertoman tai oireilun vuoksi on epäilyä lapsen rajojen rikkomisesta tai muista lasta haavoittavista kokemuksista, mutta joissa tutkimuksellista näyttöä ei ole. Lapsen ja perheen hyväksi tulee työskennellä, vaikka varmuutta tapahtuneista ei saataisikaan tai vaikka niistä olisi erilaisia näkemyksiä. Lapsen kannalta katsottuna tärkeintä on turvan ja koskemattomuuden vahvistuminen jatkossa. Turvakeskustelu voi olla osa lastensuojelullista prosessia. Se voi olla myös osana lapsen ja perheen terapiaa ja kuntoutusta, luoden sille hyvän pohjan.

Turvakeskustelu sopii monenlaisiin huolen harmaan vyöhykkeen ja suuren huolen tilanteisiin (Eriksson & Arnkil 2012). Se sopii esimerkiksi tilanteeseen, jossa eron jälkeen toisella vanhemmalla on huolta lapsen ja toisen vanhemman tapaamisten turvallisuudesta. Tarve turvakeskustelulle voi tulla myös lapsen omasta riskialttiista käyttäytymisestä esimerkiksi netissä. Lapsi, jonka rajoja on rikottu, voi olla alttiina oman rajoja rikkovan käyttäytymisensäkin vuoksi uusille kaltoinkohtelukokemuksille. Hän voi myös itse loukata toisten oikeutta koskemattomuuteen. Tällöin hän voi tarvita aikuisten tehostettua valvontaa ja turvataitokasvatusta.

Turvakeskustelun keskiössä on mm:

- Miten suojella lasta, että hän ei jatkossa tulisi seksuaalisesti hyväksikäytetyksi tai muutoin kaltoinkohdeksi?
- Miten lapsen turvaverkkoa ja aikuisten tukea tiivistetään?
- Miten lapsi oppii kohtelevaan itseään hyvin ja arvostavasti?
- Miten lapsi oppii kunnioittamaan omaa ja toisen koskemattomuutta?
- Kenen kanssa lapsi oppii turvataitoja ja itsensä puolustamista?

Turvakeskustelun työmallia on kehitetty laajassa moniammatillisessa yhteistyössä Keski-Suomessa 2000-luvulta lähtien tukholmalaisen perheterapeutin, Paula Heljestrandin, innoittamana (Lajunen, Heljestrand & Heikkinen 2005) ja vuosina 2012–2014 osana STM:n rahoittamaa terveyden edistämiseen tähtäävää Tunne- ja turvataidot osaamisen -hanketta.

### Turvakeskustelu käytännössä

Turvakeskustelua voidaan käydä spontaanisti lapsen ja perheen kohtaamisissa silloin, kun huoli lapsen turvallisuudesta, rajojen rikkomisesta tai hoivan riittävydestä on tullut esille. Turvakeskustelua voidaan käydä myös suunnitelmallisesti yhteistyössä perheen kanssa sitä valmistellen. Aloitteen tekijöinä voivat olla ne henkilöt, jotka ovat havainneet turvan luomisen tarvetta. Turvakeskusteluun kootaan lapsen arjessa mukana olevia ja kyseisessä tilanteessa lapsen turvallisuuden kannalta oleellisia ihmisiä perheestä, suvusta, koulusta tai päivähoitosta. Tällaisia henkilöitä voivat olla myös lapsen ja perheen tukeen, kuntoutukseen tai terapiaan osallistuvat ammattilaiset. Turvakeskustelua voidaan käydä eri kokoonpanoilla tarpeen mukaan. Turvakeskustelua suunnitellaan lapsen ja hänen huoltajansa kanssa, autonomiaa ja toimijuutta kunnioittaen: Ketä olisi hyvä olla paikalla? Mitä lapsen tai perheen aikaisemmista kokemuksista kunkin olisi tarpeen tietää ja mitä ei? Mistä olisi tärkeää puhua ja mistä sopia? Mistä lapselle tai perheelle olisi apua? Olisiko lapsi ikänsä ja kehitystasonsa puolesta ja tilanne huomioon ottaen mukana osan aikaa tai koko ajan? Joka tapauksessa lapsi pidetään osallisena omassa asiassa kuuntelemalla hänen ajatuksiaan siitä, mikä hänen mielestään olisi tärkeää, mistä aikuisten pitäisi puhua tai sopia ja mikä häntä turvakeskustelussa mahdollisesti pelottaa tai ahdistaa. Lapsi pidetään myös tietoisena siitä, millä lailla aikuiset pyrkivät häntä auttamaan ja mitä hänen turvaansa vahvistavia sopimuksia he ovat tehneet.

Turvakeskustelussa paikannetaan ne tilanteet, joissa lapsen hyvä hoito ja turvallisuus on uhattuna ja pohditaan, miten lasta voitaisiin niissä suojata, millaista

aikuisten tukea, valvontaa, puuttumista tai opastusta lapsi niissä tarvitsee ja mistä asioista aikuisten pitää sopia. Keskustelussa pyritään myös mahdollisimman konkreettisesti puhumaan siitä, mikä mahdollisten haavoittavien kokemusten aiheuttama tuen tarve lapsella on tai mitkä hänen ikään liittyvät ja kehitystason mukaiset tarpeensa ovat. On tärkeää, että luodaan sellainen tila, jossa lapsen, huoltajien, perheen ja tämän verkoston resurssit ja voimavarat tulevat nähdäiksi ja määriteltyiksi. Tällainen ratkaisu- ja voimavarakeskeinen lähestymistapa, jossa huolen puheeksi ottamisen rinnalla keskustelussa tuodaan esille onnistumisia nykyisyydessä tai menneisyydessä, pientäkin hyvää muutosta, hyviä pyrkimyksiä ja lapsen hyvää elämää edistäviä arvoja, luo lapsen verkostoon toiveikkautta ja yhteistyöhön arvostusta ja luottamusta.

### Kriisinäkökulma turvakeskustelussa

Turvan varmistamisen rinnalla kriisinäkökulman mielessä pitäminen on tärkeää. Lapsen seksuaalisen tai muun kaltoinkohteluepäilyn esille tulo on kaikille osapuolille kriisi, joka herättää monenlaisia ristiriitaisia ja vaikeita tunteita, huolta, hämmennystä ja kysymyksiä. Tilan antaminen näille kysymyksille ja kaikille tunteille, tiedon saaminen kriiseihin liittyvistä normaaleista reaktioista sekä tilanteen jäsentäminen yhdessä ammattilaisten kanssa keskustellen luo sisäistä turvaa. Lapsen toipuminen on yhteydessä siihen, kuinka lapsen läheiset ihmiset selviävät ja saavat apua epäilyn esille tuloon liittyvässä kriisissä. Huoltajan ja muiden lähiaikuisten välitön tukeminen ehkäisee epäilyn esille tulemiseen liittyvää traumatisoitumista ja edistää lapsen ja perheen turvallisen ja sujuvan arjen jatkumista tai siihen pääsemistä (Cohen, Mannarino, Deblinger, 2006).

### Lapsen huoltajien kohtaaminen vastuullisina vanhempina

Mikäli lapsen haavoittavat kokemukset liittyvät huoltajien tekemiseen tai tekemättä jättämiseen, heidät pyritään mahdollisuuksien mukaan kohtaamaan vastuullisina vanhempina ja osana lapsen turvaverkkoa. On syytä painottaa, että turvakeskustelussa ei pyritä etsimään syyllisiä eikä selvittämään sitä, mitä on tapahtunut, vaan huolehtimaan siitä, että lapseen liittyvät huolet tulevaisuudessa vähenisivät: ”Me emme varmuudella voi tietää, mitä on tapahtunut. Kuinka voisit osoittaa lapsellesi/lastensuojelun sosiaalityöntekijälle/toiselle huoltajalle, että tulevaisuudessa lapsesi on turvassa ja että uusia sinuun kohdistuneita epäilyjä ei enää tule?”

Usein on hyödyllistä selventää rajoja – mikä on oikein ja mikä väärin, mikä on sopivaa ja mikä ei – sekä sitä, mitä lapsi aikuiselta tarvitsee. Tällaiset asiat voi-

vat olla epäselviä perheessä, mikäli vanhemmilla itseltään puuttuu kokemus hoivattuna olemisesta tai mikäli heidän omissa lähtöperheissään esimerkiksi seksuaalisen tai fyysisen väkivallan seurauksena yksityisyyden rajat ovat hämärtyneet.

On hyvä puhua riittävän konkreettisella tasolla niistä merkeistä, joista voidaan päätellä lapsen olevan turvassa ja asioiden menevän parempaan suuntaan. Toisaalta on hyvä puhua myös niistä merkeistä ja oireista, jotka herättäisivät huolen uudelleen. On tärkeää päästä yhteisymmärrykseen siitä, että lapsella on oikeus puhua huolistaan ja murheistaan ja sopia siitä, ketkä ovat lapsen luottohenkilöitä.

### Turvakeskustelun ajoitus akuuteissa tilanteissa

Akuuteissa tilanteissa, joissa on lastensuojelullista huolta ja joissa on tehty tai tehdään ilmoitus poliisille, turvakeskustelun ajoituksesta on syytä neuvotella eri viranomaisten välillä. Lasten ja perheiden parissa työskentelevillä ammattilaisilla on ollut epäselvyyttä, missä vaiheessa perheelle ja lapselle voi tarjota tukea. Turvan varmistamisessa, turvakeskustelun käymisessä ja kriisiavun tarjoamisessa ei kuitenkaan ole syytä jäädä odottamaan usein pitkäksi venyvän oikeudenkäynnin alkamista tai sen lopputuloksia. Lapsen ensimmäinen poliisikuulustelu tai oikeuspsykologinen haastattelu pitää pyrkiä järjestämään viipymättä, jotta lapsi ja hänen lähipiirinsä saavat tarvittavan avun nopeasti ja ilman huolta esitutinnan häiriintymisestä. Hoitotahon, lastensuojelun ja poliisin välinen mutkaton yhteistyö takaa niin esitutinnan häiriöttömän suorittamisen kuin lapsen ja perheen tarpeenmukaisen tukemisen ilman tarpeettomia viivytyksiä. Lapsen etu on YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen mukaisesti ensisijainen. Mikäli lapsi yksin tai perheensä kanssa tarvitsee välitöntä tukea, on sitä hänelle annettava. Sujuvassa viranomaisten yhteistyössä myös hoitava taho on aktiivinen ja tuo tarvittaessa havaitsemansa lapsen ja perheen tuen tarpeen ja sen ajoitukseen liittyvät mahdolliset huolet tiedoksi ja keskusteluun poliisin ja lastensuojelun kanssa. Jos lapsi ei vielä ole käynyt **ensimmäisessä** poliisikuulustelussa tai oikeuspsykologisessa haastattelussa, lapselta ei tällöin aktiivisesti kysellä tapahtuneesta, mutta ollaan valmiita vastaanottamaan lapsen kysymykset, tunteet ja reaktiot. Jos lapsi itse spontaanisti kertoo tapahtuneista, häntä kuunnellaan myötäeläen ja rohkaisten sekä lapsen kertoma kirjaten. Tapahtumien kulun selvittäminen on poliisin tehtävä. Muiden lasten ja perheiden parissa työskentelevien ammattilaisten tehtävä on olla rinnalla kulkijana kriisissä ja turvan luomisessa.

### Hyödyllisiä kysymyksiä turvakeskusteluun

- Miten voidaan varmistaa, että lapsi jatkossa on turvassa ja saa tarvitsemansa huolenpidon?
- Mitä kukin lapsen verkostossa oleva voisi tehdä, jotta esille tulleet huolet vähentyisivät?
- Millaista aikuisten puuttumista tai valvontaa tarvitaan?
- Mitä vastuuta lapsen kaltoinkohtelija/kaltoinkohtelijaksi epäilty ottaa lapsen suojelusta?
- Mitä lastensuojelullisia toimenpiteitä tarvitaan lapsen turvan varmistamiseksi?
- Mistä konkreetteista merkeistä voidaan päätellä, että lapsi ei ainakaan enää ole kaltoinkohtelun kohteena ja saa tarvitsemaansa ja riittävä hoitoa?
- Mistä konkreetteista merkeistä voidaan päätellä, että asiat menevät parempaan suuntaan?
- Mitkä konkreetit merkit tai oireet herättäisivät huolen uudelleen?
- Rajojen selkiyttäminen
  - Millainen koskettaminen tai rakkauden osoittaminen on sopivaa ja millainen ei?
  - Miten lapsi itse voi lähestyä toista?
- Mitkä asiat tukevat lapsen ja perheen hyvinvointia?
- Millaisia taitoja, onnistumisia ja voimavaroja lapsella, perheellä ja verkostolla on?
- Millaista tukea kukakin tarvitsee?
- Millaisia myönteisiä kasvatuskeinoja lapsen ohjaamiseen voisi löytyä ja miten huoltajat niissä voisivat harjaantua?
- Mitä tukea sisarukset tarvitsevat?
- Kehen lapsi voi turvautua?  
Kuka on lapsen luottoaikuinen?
- Kenen kanssa lapsi oppii ja harjoittelee tunne- ja turvataitoja?
- Kuka lapsen kanssa keskustelee turvakeskustelun sisällöstä?
- Mitä sovitaan seurannasta?

### Turvakeskustelun lopussa

Turvakeskustelun loppuun kootaan yhteen tehdyt sopimukset ja sovitaan, miten yhteistyötä lapsen parhaaksi jatketaan ja miten tilannetta yhdessä seurataan. Turvakeskustelun hyödyllisyyttä arvioidaan kunkin mukana olleen näkökulmasta: Mikä oli tärkeää ja mikä vähemmän tärkeää? Mikä jäi kesken tai kokonaan vaille huomiota? Mitä kunkin huolelle on tapahtunut? Vähänivätkö ne vai lisääntyivät? On myös tärkeää antaa mahdollisuus purkaa tilanteeseen ja keskusteluun liittyviä tunteita ja sitä, millä mielellä kukin tilanteesta lähtee ja mitä tapahtuu tämän jälkeen? Muutokset tapahtuvat usein hitaasti ja taantumiakin voi tapahtua. Pitkäjännitteisyyttä ja yhteistyötä tarvitaan jatkossakin.

## Lapsen omien turvataitojen vahvistaminen – ohjeita lapsen lähiäikuisille

Jos lasta on käytetty seksuaalisesti hyväksi tai pahoinpidelty tai on epäily sellaisesta, on tärkeää, että myös lapsi saa opastusta siihen, miten hän itse voi pitää huolta itsestään ja suojata koskemattomuuttaan. Hänen selviytymiskeinojaan ja neuvokkuuttaan vahvistetaan turvallisuutta uhkaavien tilanteiden varalle. Tarkoituksena ei ole, että vastuu lapsen turvallisuudesta säilytetäisiin lapselle itselleen. Lapsi, jonka yksityisyyden rajoja on rikottu, tarvitsee erityisen paljon vahvistusta ja harjoittelua rajojen kunnioittamiseen ja tietoa oikeudestaan fyysiseen koskemattomuuteen ja turvallisen aikuisen saatavilla oloon. Turvataitoja voidaan harjoitella perhekohdaisesti tai myös lapsiryhmässä (ks. mm. Lajunen, Andell & Ylenius-Lehtonen, 2015; Korhonen, 2015; Lahtinen, Ristimäki & Oikari, 2015; Aaltonen, 2012; Laiho ym., 2011; Helama, 2005; www.sensonet.fi).

- Vahvista lapsen turvataitoja ja selviytymistä erilaisissa vaaran paikoissa kuten kiusaamisen, alistamisen, väkivallan, houkuttelun ja seksuaalisen hyväksikäytön ja ahdistelun tilanteissa
- Kiitä ja kehu lasta siitä, mitä hän on tehnyt hyvin itsensä suojelemiseksi ja avun pyytämiseksi
- Anna lapselle tietoa hänen oikeudestaan turvalliseen elämään, hänen oikeudestaan
  - oman kehon itsemääräämiseen ja fyysiseen koskemattomuuteen
  - tukeen ja turvallisten aikuisten saatavilla oloon
  - kunnioittavaan kohteluun ja hyvään elämään
  - olemassa oloon ja rakastettuna olemiseen.
- Mieti hänen kanssaan, miten hän voisi toimia vaaran paikoissa
- Harjoitelkaa tilanteissa toimimista esim. näyttellen tai leikkien nukkiin ja symbolien avulla
- Kerratkaa turvaohjeita: 1) Sano EI, 2) Lähde pois, 3) Kerro turvalliselle aikuiselle
- Muita hyödyllisiä ja harjoiteltavia itsestä huolen pitämisen taitoja ovat mm.
  - Sopimattomista ehdotuksista kieltäytyminen
  - Omien tarpeiden ja oman tahdon selkeä ilmaiseminen
  - Rajojen laittaminen sanallisesti (esim. kovan äänen käyttö) tai fyysisesti (pois työntäminen, käden eteen laittaminen)
  - Uhkaavasta tilanteesta pois lähteminen
  - Mitätöivistä, vähätteleivistä ja loukkaavista määrittelyistä irrottautuminen
  - Avun pyytäminen ja luotettavaan aikuiseen turvautuminen

## LÄHTEET

- Eriksson, Esa & Arnkil, Tom Erik 2012: Huoli puheeksi. Opas varhaisista dialogeista. Stakesin opas 60. 8. painos. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Lajunen, Kaija & Heljestrand, Paula & Heikkinen, Asta 2005: Suojakeskustelu lapsen suojaamiseksi seksuaaliselta väkivallalta. Teoksessa: Lajunen, Kaija & Andell, Minna & Jalava, Leena & Kemppainen, Kaija & Pakkanen, Marjo & Ylenius-Lehtonen, Mirja. Turvataitoja lapsille. Helsinki: Stakes, 219–223.
- Aaltonen, Jussi 2012: Turvataitoja nuorille. Opas sukupuolisen häirinnän ja seksuaalisen väkivallan ehkäisyyn. Opas 21. Helsinki: THL.
- Cohen, Judith & Mannarino, Anthony P & Deblinger, Esther 2006: Treating Trauma and Traumatic Grief in Children and Adolescents. New York: The Guilford Press.
- Helama, Siru 2005: Pidän huolta itsestäni. Opas erityisryhmien käyttöön. Suomen Kuntaliitto ja Lastensuojelun Keskusliitto.
- Korhonen, Anniina 2015: Tunne- ja turvataitoja lapsille – Sähköiset tehtävät. <http://static.jamk.fi/tutapelit/>
- Lahtinen, Pirjo, Ristimäki, Elina & Oikari, Helvi 2015: Turvataitoja oppimaan – ryhmämalleja ja materiaaleja turvataitokasvatukseen. <http://www.onetti.fi/oppimisen-tuki/>
- Laiho, Mari & Lampinen, Katri & Porras, Kirsi & Kivinen, Tuija & Aunio, Maija & Vuento, Marja & Holmberg, Yrsa & Takunen, Harri 2011: Suojele minua kaikelta. Tietoa internetin ja digitaalisen median osuudesta lasten seksuaaliseen hyväksikäyttöön lasten kanssa ja heidän hyväkseen toimiville ammattilaisille ([www.pelastakaalapset.fi](http://www.pelastakaalapset.fi)).
- Lajunen, Kaija, Andell, Minna, Ylenius-Lehtonen, Mirja & Ojanen, Sanna 2015: Tunne- ja turvataitoja lapsille. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Sosiaaliset tarinat seksuaalikasvatuksessa ja ohjauksessa 2012-2014 ([www.sensonet.fi](http://www.sensonet.fi))



## 7. Hyödyllistä luettavaa

### 7.1. Lapsen seksuaaliterveys ja sen tukeminen

SIRPA VALKAMA

Lapsen hyvinvoinnin tärkeä osa-alue on lapsen seksuaalisen kasvun tukeminen. On hyvä tiedostaa, että lapsen seksuaalisuus ei ole sama kuin aikuisen seksuaalisuus. Seksuaalinen kasvu kuuluu keskeisenä osana lapsen kehitykseen, eikä sitä voi erottaa lapsen muusta kehityksestä. Seksuaalinen kehitys tapahtuu portaittain psyykkisen, fyysisen ja sosiaalisen kehityksen osana sekä rinnalla. Seksuaalisuus on osa ihmistä läpi elämän ja kehittyminen alkaa jo kohdussa. Keskeistä on lapsen oikeus turvalliseen ja suojattuun kehitykseen sekä kokemukseen omasta arvokkuudestaan.

Lapsen seksuaaliterveyden edistäminen on lapsen oikeutta kokea turvallisuutta, läheisyyttä ja iloa olemassaolostaan. Hänellä on oikeus tutustua omaan kehoon ja tunnistaa oman kehon tunteuksia. Kokemus huolenpidosta, lämpimästä läheisyydestä ja kosketuksista edistää vauvan hyvää oloa ja luottamusta omiin vaikuttamisen mahdollisuuksiin. Lapsen seksuaalisuus on innokasta tutkimista, ihmettelyä ja kyselemistä. Kuka ja millainen minä olen? Olenko hyväksytty kokonaan, joka paikasta? Miten äiti ja isä toimivat? Lapsella on mahdollisuus oppia itsensä ja toisten ihmisten kunnioittamista. Lapsen seksuaalisuus on tiedon hakemista ja kehityksen mukanaan tuomaa ihmettelyä sekä sopeutumista.

Aikuisella on vastuu turvallisten puitteiden rakentamisesta sekä rakastavan ja kunnioittavan mallin osoittamisesta. Lapsen paras koti on vanhempien toimiva parisuhde. Rakastetun, itsensä arvokkaana kokevan lapsen itsetunto vahvistuu ja hänelle rakentuu kokemus turvallisista rajoista. Lapsi oppii, mikä on yksityistä ja mikä on sopivaa käytöstä. Hänelle vahvistuu itsemääräämisoikeus omaan kehoon. Saltilva, ymmärtävä suhtautuminen suo lapselle mahdollisuuden luottaa omaan kokemukseen kehostaan myös mielihyvän lähteenä.

Lapsella on oikeus saada tietoa kaikista ruumiin osista ja niiden tehtävistä. Lasta on tärkeä auttaa ymmärtämään erilaisuutta ja kunnioittamaan sukupuolten yhdenvertaisuutta. Seksuaalikasvatuksessa opitaan muun muassa asianmukaista kieltä, mietitään kaverisuhteita, ihastumista ja vaikkapa erilaisia perheitä. Tiedon saamisen lisäksi on hyvä oppia myös ymmärtämään ja ilmaisemaan erilaisia tunteita, jotka liittyvät ihmisenä kasvamiseen kuten pettymystä, vihaa, aggressiota, rakkautta. Lapsi kaipaa myös yksityisyyttä ja sitä tulee kunnioittaa.

Seksuaalikasvatus vahvistaa lapsen omanarvontuntoa, lisää itsetuntemusta ja sosiaalista lasta ympäröivään kulttuuriin. Seksuaalikasvatus on lapsen kasvattamista ihmiseksi. Oman itsensä arvokkaana kokeminen mahdollistaa kasvun positiiviseen seksuaalisuuteen turvallisesti.

### LÄHTEET

- Airas, Christel 2005: Lapsuuden normaali kehitys syntymästä taaperoičkään. Teoksessa Brummer, Matti & Enckell, Henrik. Lasten ja nuorten psykoterapia. Helsinki. WSOY.
- Armanto, Annukka & Koistinen, Paula (toim.) 2007: Neuvolatyön käsikirja. Helsinki. Tammi.
- Brummer, Kaarina 2005: Lapsuuden normaalikehitys leikki-ikästä nuoruuteen. Teoksessa Brummer, Matti & Enckell, Henrik. Lasten ja nuorten psykoterapia. Helsinki. WSOY
- Cacciatore, Raisa 2006a: Lasten ja nuorten seksuaalisuus. Teoksessa Apter, Dan & Väisälä, Leena & Kaimola, Kari 2006: Seksuaalisuus. Helsinki. Duodecim, 205–225.
- Cacciatore, Raisa 2006b: Lapsen ja nuoren normaali sekä huolestuttava seksuaalinen kehitys. Teoksessa Apter, Dan & Väisälä, Leena & Kaimola, Kari 2006: Seksuaalisuus. Helsinki. Duodecim, 430.
- Cacciatore, Raisa & Korteniemi-Poikela, Erja 1999: Seksuaalisuuden portaat. Helsinki. Opetushallitus.
- Cacciatore, Raisa & Korteniemi-Poikela, Erja 2000: Vauvasta naperoiseksi – pienten lasten seksuaaliterveydestä. Helsinki. Väestöliitto.
- Cacciatore, Raisa & Korteniemi-Poikela, Erja 2008: Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa. Helsinki. WSOY.
- [http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa\\_vanhemmille/pienien\\_lasten\\_vanhemmat/lapsijaseksuaalisuus/](http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/pienien_lasten_vanhemmat/lapsijaseksuaalisuus/)
- Ilmonen, Tuisku & Karanka, Irene 2001: Iloinen soturi ja suloinen kuningatar. Helsinki. Kehitysvammaliitto.
- Klemetti, Reija & Raussi-Lehto, Eija 2014: Edistä, ehkäise, vaikuta - Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelma 2014–2020. Helsinki. THL.
- Niemelä, Pirkko & Siltala, Pirkko & Tamminen, Tuula 2003: Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Helsinki. WSOY.
- Ryttyläinen, Katri & Valkama, Sirpa 2010: Seksuaalisuus hoitotyössä. Helsinki. Edita, 72-83.
- Sinkkonen, Jari 2008: Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. 2008. Helsinki. WSOY.
- WHO, Euroopan aluetuimisto, BZgA. 2010. Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa. THL Helsinki. Valopaino.

## 7.2. Porno lasten maailmassa

TUIJA RINKINEN & MIKA LEHTONEN

Tämän päivän lapset ja nuoret törmäävät pornoon hyvinkin helposti median ja erityisesti netin kautta. Pornon näkeminen voi järkyttää lapsen hyvinvointia ja muodostaa uhan myös lapsen terveille seksuaaliselle kehitykselle. Se voi vääristää lapsen käsitystä seksuaalisuudesta, seksistä, itsemääräämisoikeudesta ja seksuaalisesta käyttäytymisestä. Siksi lasten suojeleminen pornolta on tärkeää, niinkuin myös tuen antaminen silloin, kun pornografinen aineisto on heitä hämmäntänyt tai järkyttänyt.

Pohjoismaissa nuorten keskuudessa tehty tutkimus osoitti, että valtaosa nuorista oli nähnyt pornoa 12–14-vuotiaana. Suomessa jopa 90 prosenttia yläkouluikäisistä ilmoitti törmänneensä seksikuviin vahingossa.

Alakouluikäisten tai sitä nuorempien lasten kohdalla pornolle altistumista on tutkittu hyvin vähän. EU-kids Online II -tutkimuksessa suomalaisista 9–16-vuotiaista lapsista 14 prosenttia oli nähnyt netissä kuvia, jotka olivat ”ilmeisen seksuaalisia” (alastomia ihmisiä tai ihmisiä harrastamassa seksiä). Kolmasosaa näistä lapsista tämä heidän näkemänsä aineisto oli jäänyt vaivaamaan. Noin 2 prosenttia tutkimukseen osallistuneista lapsista olivat melko tai erittäin järkyttyneitä näkemästään aineistosta. Huomattavaa oli myös se, että vanhemmat eivät olleet huomanneet, jos lapsi oli kohdannut riskejä netissä kuten seksuaalisia kuvia.

Kokemuksemme mukaan lapset törmäävät pornoon yhä nuorempina. Väestöliiton Poikien Puhelimesta puhutaan pornosta päivittäin. Pojat, usein alakouluikäiset, kertovat näkemästään, ihmettelevät sitä, kysyvät todenperäisyydestä, kysyvät vastaajan mielipidettä pornosta ja esittelevät tietämiään sivustojen nimiä. Kun käymme kouluilla, opettajat kertovat pornoon liittyvistä haasteistaan: osa oppilaista on innoissaan ja erittäin kiinnostuneita pornosta ja heidän on vaikea keskittyä mihinkään muuhun. Osa on peloissaan ja arkoja. Usein pornon katsojat kiusaavat muita esimerkiksi: ”jos kerrot, että me katsottiin, niin me vedetään sua turpaan”. Pornon katsomisen vaikutuksia kouluissa on myös jatkuva pornosanojen huutelu, nimittely pornon mallien mukaan sekä muiden fyysisten ominaisuuksien arvostelu. Pornoon lapset törmäävät joko vahingossa tai sitten he hakeutuvat sivustoille oma-aloitteisesti. Uteliaisuus on lapselle luontaista. Pornon näkemistä voi joskus olla vaikea välttää, vaikka ei itse haluaisi sitä katsoakaan. Pornosanojen kuuleminen herättää kiinnostusta, ja sanoja käydään googlaamassa netissä. Yllätys voi olla suuri, kun käy ilmi, mitä porno oikeastaan on. Älypuhelinien lisääntyminen on mah-

dollistanut myös sen, että pornosivuille päätyminen tai pornon etsiminen on yhä helpompaa.

On hyvin luonnollista, että kiinnostus seksiä kohtaan herää murrosiän kehityksen myötä pikku hiljaa ja myös porno alkaa kiinnostaa. Monesti lasten ja nuorten motiivina pornon katsomiseen on se, että he haluavat tietää, miten seksiä konkreettisesti tehdään. Pojilla kiinnostusta saattaa herättää ajatus seksistä extreme -lajina: mitä kaikkea hurjaa siihen liittyykään. Tiedon jano on suuri, ja nuoret käyttävät niitä tietokanavia, jotka ovat helpoiten lähestyttävissä. On hyvin yksilöllistä, miten lapsi reagoi pornon katsomiseen. Joku voi ”viitata sille kintaallaan”, kun taas toisille se voi aiheuttaa valtavaa ahdistusta. Tällainen ahdistuminen voi näkyä esimerkiksi lapsen käyttäytymisessä niin, että hän alkaa provosoida toisia pornosanastolla, näyttää toisille lapsille pornoa ja puhuu jatkuvasti seksuaaliväritteisiä asioita.

Pornoa on kuitenkin monenlaista ja -tasoista. Se miten porno lapseen vaikuttaa, liittyy muun muassa siihen, millaista pornoa on nähty. Lisäksi pornon vaikutukset vaihtelevat sen mukaan, kuinka aktiivista tai oma-aloitteista katselu on ollut, minkä ikäinen lapsi on kysymyksessä, mikä vaihe seksuaalisessa kehityksessä on menossa ja onko lapsi saanut esimerkiksi vanhemmiltaan tietoa seksuaalisuudesta ja mediakasvatusta. Myös muut lapsen ja nuoren omat kielteiset seksuaaliset kokemukset voivat olla yhteydessä siihen, millaisia vaikutuksia pornon katsomisella on.

### Miten puhua pornosta?

Porno kiinnostaa jollain tapaa kaikkia. Kielletty maine ja status tekee siitä entistä kiinnostavampaa. Tämän takia aikuisen omakohtainen asenne pornoon, oli se mikä hyvänsä, ei saisi näkyä. Pitäisi pystyä puhumaan neutraalisti ja kertomaan faktoja. Nuorisotutkimuslehdessä julkaistussa tutkimuksessa (N = 95) nuoret itse ovat määritelleet pornon muun muassa seuraavasti: Porno on epätodellista, kuvitteellista ja näyteltyä seksiä, se on erilaista materiaalia mediassa (kuten lehdet ja videot), pornon tavoitteena on tuottaa positiivisia tunteita, se on kuitenkin tunteetonta ja kaupallista seksiä, johon voi liittyä raakaus ja alistaminen.

Pornoon ei kuulu seurustelu eikä ihastumisen ja rakastumisen tunteet, joten niistä ei pitäisi myöskään pornoa käsitellessä puhua. Näin sen vuoksi, että mitä nuorempi lapsi on, sitä vähemmän ihastumisen ja rakastumisen tunteet sekä seksi ovat lähekkäin. Konkreettiset kuvat kaipaavat konkreettisia selityksiä, jotta niihin voisi uskoa.

Seksuaalikasvatuksessa on tärkeää palauttaa lapsia ja nuoria omalle kehitystasolle. Siinä tulee käydä läpi niitä asioita, jotka ovat kullekin ikäryhmälle oleellisia ja ajankohtaisia. WHO:n määrittelemät seksuaalikasvatuksen standardit toimivat tässä hyvänä suunnan näyttäjänä. Seksuaalisuuden portaat -malli (2015) konkretisoi myös hyvin lasten ja nuorten seksuaalisen kehityksen vaiheita.

### Pikaohjeita aikuisille

- Mediasta, netinkäytöstä sekä seksistä ja pornosta on keskusteltava niin kotona kuin kouluissa.
- Kuuntele, mitä, mistä ja miten asioista lapset/oppilaasi puhuvat.
- Ota tosissasi tilanne, jossa lapsi tai vanhempi tulee kertomaan lasten pornon katsomisesta.
- Älä kuitenkaan hätäänny, vaan suhtaudu asiaan rauhallisesti.
- Selvitä, mitä on tapahtunut ja millaista pornoa lapset ovat nähneet. Jos vanhemmat eivät tiedä asiasta, niin kerro siitä heille.

### Keskustelua ja toimintaa ryhmässä

- Keskustelua ryhmän paineesta: Miten voisin tilanteessa kieltäytyä, kun joku näyttää jotain jännää kännykästä?
- Keskustelua omasta vastuusta: Miten saatan järkyttää toisia näyttämällä jotain ”jännää” kännykästäni? Millainen vastuu minulla itselläni on, jos näen pornoa? Pitääkö siitä kertoa kaverille vai aikuiselle? Mitä jos tekee mieli alkaa huudella asiasta muille tai kiusaamaan sillä toisia?
- Kenelle voisin mennä puhumaan asioista, jotka ovat herättäneet ahdistusta?
- Seksuaalisuuden portaat -mallin hyödyntäminen: Tehkää portaat toiminnallisesti sanoin ja kuvin luokkahuoneen seinälle. Samalla voi pohtia sitä, miten media vaikuttaa lasten käsityksiin kasvusta, kehityksestä ja seksistä. Lisää tietoa löytyy Väestöliiton ammattilaisille suunnatuilta seksuaaliterveyttä käsitteleviltä verkkosivuilta.
- Nimettömien kysymysten kerääminen liittyen seksuaaliterveyteen: Kysymykset toimivat hyvänä runkona, kun valmistelet oppituntia. Vastaa lasten kysymyksiin, vaikka ne tuntuisivat kuinka provosoivilta. Kerro myös omasta mielestäsi tärkeät asiat oppitunnilla (ks. Seksuaalikasvatuksen standardit).

### LÄHTEET

- EU Kids Online II. Tutkimuksen päätulokset. <http://www.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/EU%20Kids%20II%20%282009-11%29/EUKidsExecSummary/FinlandExecSum.pdf> [Luettu 20.10.2014].
- Korteniemi-Poikela, Erja & Cacciatore, Raisa 2015: Seksuaalisuuden portaat. Opetushallitus.
- Poikien Puhelimen raportti 2013. [https://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/40464fb52b83942923e127d269da91db/1413881609/application/pdf/3372301/Vaestoliitto\\_Poikienpuhelin2013\\_Web.pdf](https://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/40464fb52b83942923e127d269da91db/1413881609/application/pdf/3372301/Vaestoliitto_Poikienpuhelin2013_Web.pdf) [Luettu 20.10.2014].
- Rinkinen, Tuija 2012: Nuorten kysymyksiä seksuaaliterveydestä Väestöliiton Internetpalvelussa. ”Toivon, että vastaat koska en uskalla kysyä keneltäkään muulta aikuiselta!!!” Väestötutkimuslaitoksen julkaisusarja D54. Helsinki: Väestöliitto.
- Rinkinen, Tuija & Miettinen, Anneli & Halonen, Miila & Apter, Dan. Tyttöjen tunnekokemuksia ja mielipiteitä pornografiasta: hämmennystä, mielihyvää vai inhoa. Nuorisotutkimus 2012:3, 39–50.
- Sørensen, Anette Dina & Knudsen, Susanne V. 2007: Nuoret, sukupuoli ja pornografia Pohjolassa. Loppuraportti. Kobenhavn: Nordisk Ministerråd.
- Standards for Sexuality Education in Europe 2010. WHO Regional Office for Europe and BZgA. A Framework for policy makers, educational and health authorities and specialists. <http://www.bzga-whocc.de/?uid=5183160c73be0df648bf475388c9edf6&id=Seite4486> [Luettu 20.10.2014].
- Tossavainen, Tommi 2009: Internet lasten ja nuorten elämässä. Selvitys pääkaupunkiseudun 10–18-vuotiaiden lasten ja nuorten elämästä Internetissä. Toinen Elämä -hanke, Klaari Helsinki. Helsingin kaupunki.
- Väestöliiton ammattilaisille suunnatut verkkosivut. <http://www.vaestoliitto.fi/ammattilaiset/> [Luettu 20.10.2014].

## LIITTEET

### LIITE 1. TILANNEANALYYSIKAAVAKE TYÖSSÄ KEHITTÄMISEN VÄLINEENÄ

Tilanneanalyysikaavakkeen avulla voit jällempäin tarkastella mieleesi jäänyttä huolen puheeksi ottamisen tilannetta ja omaa toimintaasi siinä vastaamalla alla oleviin kysymyksiin. Tilanne voi olla sellainen, joka sujui hyvin ja johon olit tyytyväinen tai se voi olla tilanne, joka muutoin jäi askarruttamaan. Palauta tilanne mieleesi ja tarkastele sitä seuraavien apukysymysten avulla.

1. Ketkä olivat läsnä?

2. Missä ja milloin tilanne tapahtui?

3. Mitä tapahtui?

4. Mikä oli kriittinen hetki?

5. Mikä oli reaktiosi? Koeta palauttaa mieleesi:

- Mitä sanoit?
- Mitä teit?
- Mitä ajattelit?
- Mitä tunsit?
- Mitä tunsit kehossa?

6. Mitkä olivat reaktiosi seuraukset? Miten tilanne sinun kannaltasi päättyi?

7. Kuvaa, miten olisit halunnut tilanteen päättyvän.

8. Jos tilanne ei päättynyt, kuten olisit halunnut, yritä kuvata miksi.

9. Mitä opit tilanteesta tai nyt sen läpikäymisestä? Miten haluat toimia vastaavassa tilanteessa tulevaisuudessa?

## LIITE 2. HUOLEN VYÖHYKKEET

EI HUOLTA	PIENI HUOLI		HUOLEN HARMAA VYÖHYKE		SUURI HUOLI	
	1	2	3	4	5	6
Ei huolta lainkaan.	Pieni huoli tai ihmettely käynyt mielessä; luottamus omiin mahdollisuuksiin vahva.	Huoli tai ihmettely käynyt toistuvasti mielessä; luottamus omiin mahdollisuuksiin hyvä.  Ajatuksia lisävoimavarojen tarpeesta.	Huoli kasvaa; luottamus omiin mahdollisuuksiin heikkenee.  Mielessä toivomus lisävoimavaroista ja kontrollin lisäämisestä.	Huoli tuntuva; omat voimavarat ehtymässä.  Selvästi koettu lisävoimavarojen ja kontrollin lisäämisen tarve.	Huolta paljon ja jatkuvasti; lapsi/nuori vaarassa. Omat keinot loppumassa.  Lisävoimavaroja ja kontrollia saatava mukaan heti.	Huoli erittäin suuri; lapsi/nuori välittömässä vaarassa. Omat keinot lopussa.  Muutos lapsen tilanteeseen saatava heti.

## LÄHDE

Eriksson, Esa & Arnkil, Tom Erik 2012: Huoli puheeksi. Opas varhaisista dialogeista. Stakesin opas 60. 8. painos. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.





**TUNNE- JA TURVATAITOJA LAPSILLE** on uudistettu oppimateriaali noin 5–12-vuotiaille lapsille niin kouluihin ja varhaiskasvatukseen kuin perheiden ja pienryhmien kanssa työskentelyyn esimerkiksi sosiaali- ja terveystoimissa. Kirjan menetelmät ovat lapsilähtöisiä, toiminnallisia ja selviytymistä tukevia. Lapset oppivat vertaisryhmissä ja tutun aikuisen kanssa yhdessä pohtien ja harjoitellen. Osa tehtävistä tehdään kotiväen kanssa. Mukana seikkaillee rohkea ja hellyttävä Turre Turvakoira, jonka kanssa lapset opettelevat turvaohjeet: Sano Ei, Lähde pois ja Kerro turvalliselle aikuiselle.



**TUNNE- JA TURVATAITOKASVATUS** on lasten omien voimavarojen ja selviytymiskeinojen laaja-alaista vahvistamista. Tunne- ja turvataitokasvatuksella edistetään lasten itsearvostusta ja itseluottamusta, tunne- ja vuorovaikutustaitoja sekä hyviä kaverisuhteita. Lapsiin kohdistuvaa väkivaltaa ja kaltoinkohtelua ehkäistään vahvistamalla lasten omia taitoja puolustaa itseään ja pitää huolta rajoistaan kiusaamisen, väkivallan, houkuttelun ja ahdistelun tilanteissa. Vastuu lasten turvallisuudesta on kuitenkin aina aikuisilla, ja siksi lapsia ohjataan kääntymään huolissaan turvallisten aikuisten puoleen.

Uusia teemoja oppimateriaalissa ovat Lapsen oikeudet tutuiksi, Lupa kaikenlaisiin tunteisiin, Vaihtuvat tunteet, Kiukku ja sen kesyttäminen, Hyvä olo ja hyvä mieli, Turvallisesti netissä, Nettikaveruus, Minä selviydyn netissä, Lupa omaan tilaan ja yksityisyyteen ja Turvallinen koti. Oppimisen myötä lapset rohkaistuvat kertomaan huolistaan aikuisille. Siksi aineisto sisältää uudistetun osion ammattilaisille tilanteisiin, joissa herää huoli lapsen turvallisuudesta.



TERVEYDEN JA  
HYVINVOINNIN LAITOS

Julkaisujen myynti: [www.thl.fi/kirjakauppa](http://www.thl.fi/kirjakauppa)  
Puhelin: 029 524 7190

OPAS 39

ISBN 978-952-302-467-0