



# MONIKULTTUURINEN VANHEMMUUSRYHMÄ -Ryhmänohjaajan käsikirja

Iida-Maria Bimberg, projektikoordinaattori, Turvallinen Oulu -hanke

Karoliina Keinänen, sosiaaliohjaaja, Oulun kaupungin maahanmuuttajapalvelut

OPETUS- JA  
KULTTUURIMINISTERIÖ



ISBN 978-952-7094-77-8

**Painos:**

1.painos (pdf)

**Kirjoittajat:**

Iida-Maria Bimberg, projektikoordinaattori, Turvallinen Oulu -hanke

Karoliina Keinänen, sosiaaliohjaaja, Oulun kaupungin maahanmuuttajapalvelut

**Teoksen nimi:**

Monikulttuurinen vanhemmuusryhmä – ryhmänohjaajan käsikirja

**Julkaisija:**

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

**Julkaisuvuosi:**

2022

**Taitto ja graafinen suunnittelu:**

Monetra Oulu Oy, Painatuspalvelut

## Sisällysluettelo

Johdanto .....	4
1. Ryhmän käytännön järjestelyt ja huomioon otettavat asiat .....	5
1.1 Tulkkaus ryhmätilanteessa.....	5
1.2 Kulttuurisensitiivinen työote .....	6
Muistilista kulttuurisensitiiviseen kohtaamiseen: .....	6
2. Ryhmäkertojen rakenne ja neuvot ohjaajille .....	7
1. Tapaamiskerta: Ryhmän esittely, säännöt ja tunnekorttityöskentely .....	7
2. Tapaaminen: Mentalisaatio .....	10
3. Tapaaminen: Vanhemmuuden osa-alueet .....	13
4. Tapaaminen: Perhekulttuurit .....	16
5. Tapaaminen: Lapset ja nuoret mediassa .....	20
6. Tapaaminen: Lapsiperheiden palvelut ja lopetus .....	27
7. Lopuksi .....	30
Liitteet.....	31
Lähteet .....	50

## Johdanto

Monikulttuurinen vanhemmuusryhmä on alun perin pakolaistaustaisille vanhemmille suunniteltu ryhmämalli. Ryhmämalli on kehitetty Oulun kaupungin maahanmuuttajapalveluissa kolmen sosionomin toimesta. Ryhmämallin kehittäjät ovat Karoliina Keinänen, Kirsi Kyllönen ja Iida-Maria Bimberg. Kaikki mallin kehittäjistä ovat osallistuneet Oulun kaupungin järjestämään kaksivuotiseen Julkisen sektorin perheterapiakoulutukseen, Bimberg vuosien 2018–2019 aikana ja Keinänen ja Kyllönen vuosien 2020–2021 aikana. Ryhmämallin kehittäminen oli myös osa Keinäsen ja Kyllösen lopputyötä edellä mainittuihin opintoihin liittyen. Mallin jatkokehittäminen ja tämän käsikirjan tuottaminen on tehty osana Turvallinen Oulu -hanketta, Opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittamana.

Ryhmän tavoitteena on antaa vanhemmille tilaisuus keskustella vanhemmuudesta Suomessa, saaden samalla vertaistukea ja mahdollisuuden kysyä suomalaisesta kasvatuskulttuurista ohjaajilta. Ryhmässä tarjotaan myös tietoa vanhemmuudesta, lasten kasvatuksesta sekä paikallisista lapsiperheiden palveluista.

Ryhmänohjaajan tukena on asiakkaille esitettävä diasarja, sekä valmiit asiakkaalle jaettavat materiaalit, mm. tiivistelmät tapaamisista. Asiakkaille jaettavat materiaalit löytyvät tämän dokumentin liitteistä. Ryhmänohjaajat tarvitsevat myös erilaisia kortteja (tunnuskortit, valokuvakortit jne.) keskusteluiden herättelyssä ja harjoituksissa. Kunkin

ryhmäkerran kuvauksen kohdalla kerrotaan tarkemmin tarvittavista materiaaleista.

Toiveenamme on, että tämä ryhmämalli tarjoaa helposti käyttöönotettavan työvälineen maahanmuuttaneiden vanhempien kanssa työskentelyyn. Ryhmämalli on vapaasti käytettävissä. On kuitenkin huomioitava, että viimeisen tapaamisen dioissa sekä asiakkaalle jaettavassa tiivistelmässä on erityisesti Oulun alueen palveluita ja yhteystietoja. Mikäli ryhmämalli otetaan käyttöön muussa kunnassa, voi tietoja täydentää kyseisen alueen palveluilla.

Ensimmäisessä kappaleessa käydään läpi asioita, joita ryhmänohjaajan tulisi huomioida työskennellessään eri kieli- ja kulttuuritaustasta tulevien kanssa, sekä kuvataan yleisesti ryhmän käytännön järjestelyihin liittyviä asioita. Toisessa kappaleessa käydään läpi ryhmätapaamiset dia dialta sisältäen vinkkejä ja ohjeita ryhmänohjaajille.

Liitteistä 10 ja 11 löydätte ryhmäläisille ja ryhmänohjaajille tehdyt palautelomakkeet. Toivomme, että tätä ryhmää hyödyntävät työntekijät käyttävät palautelomakkeita, ja jakavat kokemuksiaan myös meille ryhmämallin kehittäjille! Näin saamme arvokasta tietoa ryhmän kehittämisen ja jalkauttamisen edistämiseksi. Viimeisestä kappaleesta löydätte ohjeistuksen palautteiden lähettämiseen.

# 1. Ryhmän käytännön järjestelyt ja huomioon otettavat asiat

Ryhmämallissa on tapaamisten rungot ja teemat kuudelle tapaamiselle. Näistä tapaamisista ai-noastaan ensimmäinen ja viimeinen tapaaminen tulee pitää omalla paikallaan, muiden teemojen kohdalla ryhmänohjaajat voivat valita järjestyksen itsenäisesti. Vanhemmuuden osa-alueet ryhmäkerta on aihealue, joka herättää usein paljon keskustelua ja kysymyksiä. Ryhmänohjaajat voivat jakaa kyseisen tapaamiskerran kahteen osaan, jolloin ryhmätapaamisia tulee yhteensä seitsemän. Yksi ryhmäkerta kestää tulkattuna kaksi tuntia.

On tärkeää huolehtia tilan viihtyvyydestä ja mahdollisuuksien mukaan tilaan voi tuoda myös tarjoi-luja. Viihtyisä tila on oleellista kutsuvan, rennon ja luottamusta herättävän ilmapiirin luomisessa. Ryhmäkerroilla on diaesitykset, joka tulee ottaa huomioon välineistöä suunnitellessa. Ryhmät ovat suljettuja ryhmiä, eikä niihin pääasiassa oteta uusia jäseniä ryhmän alkamisen jälkeen. Ryhmäläisiltä on hyvä pyytää sitoutumista osallistumiseen. Ryhmänohjaaja antaa sekä tietoa, että osallistuu keskusteluun. Tavoitteena on dialoginen, keskustele-va ilmapiiri. Se vaatii ohjaajalta kuuntelevaa ja kunnioittavaa, ei-tietämisen asennetta.

## 1.1 Tulkkaus ryhmätilanteessa

Työskentelyssä, jossa puhutaan tunteista, vuoro-vaikutuksesta, perheestä ja kasvatuksesta, oman kielen käytön merkitys korostuu. On syytä

muistaa, että silloinkin kun ihmisen suomen kie-len taso arjessa kasvaa, tunteiden ja omien koke-musten kuvaaminen saavat merkityksiä omasta kielestä. (Bimberg, 2021)

Tämä ryhmä on suunnattu vieraskielisille, joten ryhmänohjaajan tehtävänä on huolehtia tulkkauksesta. Oulun kaupungin maahanmuuttajapalveluissa käytännöllisimpänä on nähty ryhmien järjestäminen kieliryhmittäin. Mikään ei kuitenkaan estä järjestämästä ryhmää niin, että paikalla on eri kielisiä henkilöitä, kunhan tulkkaukseen liittyvät käytännön asiat on huolehdittu.

On tärkeää suunnitella ryhmän aikataulut hyvissä ajoin, jotta jokaiselle tapaamiskerralle olisi mahdollista saada sama tulkki. Saman tulkin säilyminen läpi työskentelyn on toivottavaa, jotta ryhmässä säilyy turvallinen, luottamuksellinen ilmapiiri. Aina ei ole mahdollista saada jokaiselle tapaamiselle samaa tulkkia tai tulkki osoittautuu epäsovivaksi. Ryhmäläisiltä on hyvä tiedustella ensimmäisten ryhmäkertojen jälkeen heidän koke-muksiaan tulkista ja tarvittaessa vaihtaa tulkki, mikäli se ei ryhmän mielestä ole toimiva.

Mikäli ryhmä järjestetään vain miehille tai naisille, tulee myös tulkin sukupuoli huomioida varausta tehdessä mahdollisuuksien mukaan. Läsnäolo-tulkkausta kannattaa suosia, mutta ryhmää on onnistuneesti vedetty myös puhelintulkkauksen kautta. Mikäli käytetään puhelin- tai videotulkkausta, tulee olla käytössä riittävän hyvä kaiutin.

Tulkin on hyvä perehtyä ryhmän sisältöihin jo etukäteen. Tulkillle tulee lähettää ryhmän diat tulkkipalveluiden kautta. Tämä on tärkeää kaikissa tulkkausmuodoissa, mutta etenkin etätulkkauksessa tulkin mahdollisuus perehtyä ryhmän sisältöihin ja seurata diojen etenemistä ryhmätapaamisen aikana on ensiarvoisen tärkeää.

## 1.2 Kulttuurisensitiivinen työote

Kulttuurisen osaamisen käsitteellä tarkoitetaan kaikista kulttuuritaustoista tulevien ihmisten kunnioittamista, sekä syrjimättömän ilmapiirin rakentamista ja vaalimista. Ohjaajan kulttuurisensitiivinen osaaminen muodostuu kulttuurisesta tiedostamisesta, tuntemuksesta, taidoista, kohtaamisesta ja motivaatiosta. On tärkeää peilata omia kulttuurisia tottumuksia ja arvoja toisten kulttuurien tottumuksiin ja arvoihin. Kulttuurisensitiivisyydellä tarkoitetaan kunnioittavia vuorovaikutustaitoja ja arvostavaa sekä sanallista että sanatonta kohtaamista siten, että kummallakin

osapuolella on oikeus oman kulttuurinsa ilmaisuun ja sen kanssa hyväksytyksi ja kuulluksi tulemiseen. Ammattilaisella tulee siis olla halua, kykyä ja herkkyyttä ymmärtää eri taustoista tulevaa ihmistä. Kulttuuritaustan lisäksi jokainen on myös yksilö, ja tämä on syytä muistaa kohtauksissa. Asiakkaat tulevat aina lähtökohtaisesti nähdä yksilöinä stereotyyppien sijaan. (Thl.fi, hakupäivä 16.11.2021)

Ryhmänohjaajien tulisi siis olla hyvin tietoisia omista kulttuuriin liittyvistä tavoistaan ja arvoistaan, sekä suhtautua avoimesti ja uteliaasti ryhmäläisten tapoihin ja arvoihin. Ideaalitalanteessa myös ryhmänohjaajat oppivat jokaisella ryhmäkerralla jotain uutta ja saavat itselleen uutta ajateltavaa. Ryhmän tarkoituksena ei ole opettaa muusta kulttuurista tulevalle, miten Suomessa lapsia kasvatetaan, vaan keskustella lastenkasvatuksesta ylipäätään ja kenties löytää yhdessä näistä keskusteluista hyviä käytäntöjä, voimavaroja ja hienoja oivalluksia puolin ja toisin!

### Muistilista kulttuurisensitiiviseen kohtaukseen:

- Kunnioita erilaisuutta
- Huomioi asiakkaan elämäkokemukset ja vahvuudet
- Pohdi oman kulttuuritaustasi vaikutusta ja merkitystä itsellesi ja asenteisiisi
- Ole avoin ja kärsivällinen
- Ole kiinnostunut eri kulttuureista
- Kysy asiakkaalta hänen omista tavoistaan, arvoistaan ja kulttuuristaan oletusten ja yleistysten sijaan
- Rohkaistu kohtaukseen asiakas yksilönä enemmän kuin tietyn kulttuurin edustajana
- Huomioi yksilölliset tarpeet palveluissa
- Hyödynnä mahdollisuuksien mukaan kulttuuritulkkeja
- Ole joustava

Thl.fi, hakupäivä 16.11.2021

## 2. Ryhmäkertojen rakenne ja neuvot ohjaajille

Seuraavaksi käydään läpi ryhmäkertojen ohjeistukset tapaamiskerroittain dia dialta. Ajatuksena on, että tätä käsikirjaa voi pitää vierellä ja hakea siitä tarkennuksia, kysymysehdotuksia ja vinkkejä ryhmän vetämiseen. Tulkkauksen varmistaminen, kulttuurisensitiivinen asenne ja

luottamuksellisen, turvallisen ilmapiirin luominen ovat ne tärkeimmät raamit ryhmän onnistumisen kannalta. Ryhmänohjaajat voivat vapaasti sanoittaa ryhmämallin diojen ja tämän käsikirjan ehdotuksia omin sanoin, ja keksiä uusia luovia tapoja herätellä keskustelua teemoista!

### 1. Tapaamiskerta: Ryhmän esittely, säännöt ja tunnekorttityöskentely

Ennakovalmistelut ja tarvikkeet: Tälle tapaamiselle tarvitaan tunnekortit ja kuvakortit harjoituksia varten. Jokaiselle ryhmäläiselle jaetaan omat tunnekortit ja tunnemittari kotiin vietäväksi (liitteet 2 ja 3). Ne tulostetaan, laminoidaan ja

leikataan ryhmäläisille. Liitteen 1 tiivistelmään lisätään ryhmän tapaamisajat, ja ne tulostetaan ryhmäläisille tälle ryhmäkerralle. Mikäli mahdollista, voi tarjolla olla kahvia/teetä ja pientä purtavaa.

### Ryhmän esittely ja tutustuminen

- Ryhmä on tarkoitettu maahan muuttaneille vanhemmille
- Ryhmässä keskustellaan ja annetaan tietoa vanhemmuudesta ja lasten kasvattamisesta
- Ryhmässä on kuusi tapaamiskertaa. Toiveena, että kaikki ryhmäläiset sitoutuvat ryhmään ja osallistuvat kaikkiin tapaamisiin



Pyytäisin teitä nyt valitsemaan pöydälle asetetuista kortista sellainen, jossa olevan kuvan tai sanan koette kuvaavan jollakin tavalla itseänne. Kerrotaan sitten vuorotellen valituista kortista ja sen lisäksi oma nimi ja lasten lukumäärä ja iät.

- Ohjaajina osallistutte korttien avulla tehtävään tutustumisleikkiin.
- Kysykää ryhmäläisten toiveita tälle ryhmälle.
- Huomioikaa minkä ikäisiä lapsia ryhmäläisillä on, ja pyrkikää ottamaan tämä huomioon jatkossa, esim. käytännön esimerkkejä antaessanne.



### Ryhmän tarkoitus ja sisältö

- Tarjota tietoa vanhemmuudesta ja lasten kasvattamisesta Suomessa.
- Keskustella vanhemmuudesta ja vanhemmuuden haasteista/voimavaroista eri kulttuureissa.
- Lisätä vanhemman tietoa kasvatustavoista sekä lapsiperheiden palveluista.
- Vahvistaa osallistujan kokemusta omasta kyvykkyydestään vanhempana.

Häläisimme luoda ryhmälle säännöt. Pyytäisimme teitä nyt ehdottamaan sellaisia sääntöjä, josta pitaisitte kyynä ryhmällä!

- Käykää läpi ryhmän tarkoitus ja sisältö.
- Toinen ohjaajista kirjaa ryhmäläisten ehdottamia sääntöjä, toinen herättää keskustelua.
- Esimerkki kysymyksiä:

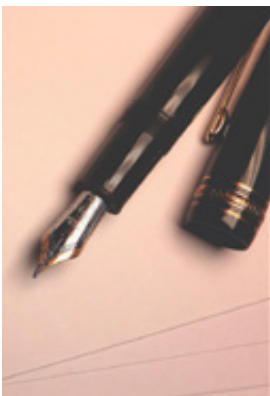
*"Puhumme täällä perheestämme ja vanhemmuudesta, mitä toivotte muilta, kun kerotte omia henkilökohtaisia asioitanne?"*

*"Joskus voimme olla täällä toistemme kanssa erimieltä. Miten toivotte, että toiset suhtautuvat, jos itse olet eri mieltä kuin muut?"*

- Käykää läpi ryhmäohjaajien ehdottamat säännöt ja kysykää mitä ryhmäläiset niistä ajattelevat.
- Ryhmäläisten ehdottamat säännöt yhdessä ohjaajien ehdottamien sääntöjen kanssa luovat juuri tämän ryhmän säännöt.

### Ryhmäohjaajien ehdottamat säännöt

-  Luottamuksellisuus: Ryhmässä puhut asiat pysyvät ryhmän sisällä.
-  Kunnioitus: Toisille puhutaan kunnioittavasti.
-  Kukaan ei ole pakko puhua, mutta kaikkien tulee kuunnella.
-  Puhu vain itsestäsi ja omista kokemuksistasi, älä puhu muiden puolesta.
-  Kuuntele loppuun, kun joku puhuu. Odota myös, että tulit ehkä käänntä puheen loppuun asti.
-  Sitoudu ryhmään, tule kaikille sovulle tapaamisille. Jos et pääse tapaamiselle, sovi ohjaajan kanssa ajasta, jolloin voit käydä sen kerran asiat läpi, jolle et päässyt.
-  Ryhmän aikana sitoudutaan keskittymään ryhmän toimintaan - toivomme että puhelinta ei käytetä ryhmän aikana.



### Tapaamiskertojen teemat

1. Ryhmän esittely, säännöt ja tunnetyöskentely
2. Mentalisaatio
3. Vanhemmuuden osa-alueet
4. Lapset ja nuoret mediassa
5. Perhekulttuurit
6. Lapsiperheiden palvelut ja lopetus

- Kertokaa ryhmäläisille ryhmäkertojen teemoista. Tässä vaiheessa voitte antaa tapaamisen tiivistelmän, jossa näkyy ryhmän tapaamisajat.
- Kysykää, onko ryhmäläisillä mielessään jotain muuta aihealuetta, josta he haluaisivat tietoa tai keskustelua.



Erilaisia harjoituksia ryhmään:

- Valitkaa jokainen esille laite-  
tuista tunnekorteista kortti,  
joka kuvaa tämänhetkistä tun-  
nettanne. Jokainen vuorollaan  
näyttää kortin ja kertoo, miksi  
valitsi kyseisen kortin.
1. Muistelkaa tätä aamua lastenne  
kanssa. Valitkaa seuraavaksi kortti  
tai kortit, joiden arvelette kuvaavan  
lapsenne tunnetta tänä aamuna.  
Jokainen vuorollaan voi näyttää  
kortin ja kertoa miksi valitsi kyseisen  
kortin.



### Tunnekortit ja tunnemittari apuna arjessa

- Tunnekortit ja -mittari auttavat puhumaan tunteista!
- Lapsille voi olla hankalaa ilmaista tunteita sanoilla → silloin on helpompi näyttää kortilla oma tunne.
- Tunnekorteilla voi pelata ja leikkiä! Se edistää tunnetaitojen kehittymistä!
- Jokainen testä saa omat tunnekortit ja tunnemittarin.
- Tehdään harjoituksia, joita voitte tehdä kotona lasten kanssa.

2. Miettikää nyt hetkeä, kun olette ollut surullinen – valitkaa nyt kortti, jonka arvelette kuvaavan lapsenne reaktiota omaan surun tunteeseenne. Jokainen vuorollaan voi näyttää kortin ja kertoa miksi valitsi kyseisen kortin.

- Käykää läpi kotitehtävä.
- Jakakaa ryhmäläisille tunnekortit ja tunnemittari kotiin vietäväksi, ohjeistakaa tunnemittarin käytössä.
- Ohjeistus kotitehtävään: Kotona ryhmäläiset voivat pyytää lapsiaan kuvaamaan itseään ja tunteitaan tunnekorttien avulla. Ryhmäläiset voivat pyytää lapsiaan myös miettimään ja arvelemaan mitä he

ajattelevat toisen henkilön tunte-  
neen tietyissä tilanteissa.

- Seuraavan tapaamisen alussa voitte kysyä kokemuksia tunnekorttien ja -mittarin käytöstä.



### Ehdotuksia kotiin

- Etsittävä peitehienne tunnekortit ja tunnemittari.
- Käykää kortteja läpi, ja nimekää yhdessä niissä näkyviä tunteita.
- Keskustelkaa korttien ja/tai mittarin avulla päivän tunteista ja tapahtumista.
- Voitte myös pyytää lastanne pohittamaan mitä hän ajattelee toisen henkilön tunteiden tunteista tilanteista.
- Seuraavalla kerralla keskustelkaa millaisia ajatuksia korttiyöskentely nosti kotona pintaan.

## 2. Tapaaminen: Mentalisaatio

Ennakovalmistelut ja tarvikkeet: Teemaan vi-  
rittäytymiseksi tarvitaan tunnekortit tai muut  
vastaavat. Ryhmäläisille tulostetaan etukäteen  
tapaamiskertaa koskeva tiivistelmä (liite 5). Mikäli  
mahdollista, voi tarjolla olla kahvia/teetä ja pientä  
purtavaa.

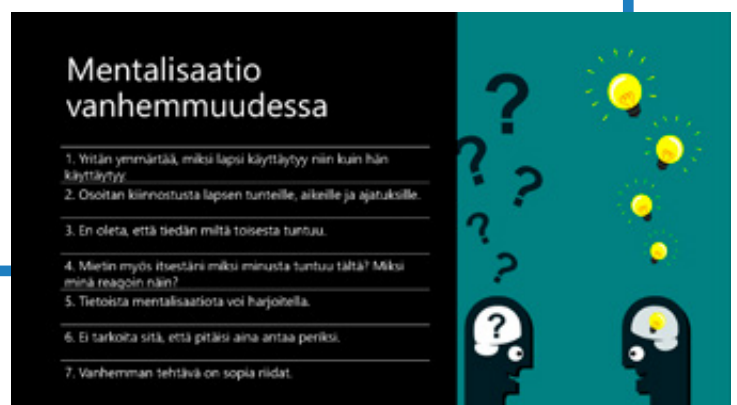


- Käykää läpi viimekertaiset koti-  
tehtävät.
- Aloittakaa korttityöskentelyllä.  
Levittäkää kortit pöydälle ja pyy-  
täkää ryhmäläisiä valitsemaan  
tämänhetkiseen tunnelmaan  
sopiva kortti. Valitkaa kortit  
myös itse.
- Pohjustakaa aihetta: esim.  
"Tänään puhumme mentalisaati-  
osta. Se tarkoittaa kykyä pohtia  
omaa ja toisen ihmisen näkökul-  
maa ja kokemusta. Tunnekortti-  
en ja tunnemittarin käyttäminen  
on yksi keino tukea tietoista  
mentalisaatiota."

Käyttäkää esimerkkejä kustakin kohdasta.  
Pysähtykää keskustelemaan esimerkkien jäl-  
keen.

Esimerkki ja -tarkennusehdotuksia:

1. Lapsi on ollut koko päivän kiukkuinen: Pyri  
pohtimaan miksi näin on? Mikä on lapsen  
tunne? Onko jokin tapahtuma aiheuttanut  
tunnetilan?
2. Lapselta voi kysyä miksihän häntä kiu-  
kuttaa tänään asiat. Voi arvella ääneen  
"voisiko sinua kiukuttaa koska jotain  
ikävää sattui päiväkodissa jne."
3. Ei näin: "Sinä kiukuttelet, koska olet  
väsynyt". Pohtikaa mieluummin yhdes-  
sä kiukun syytä.
4. Aikuisen tulee pohtia "miksi minua itseäni  
alkaa ärsyttämään tänään helpommin  
lapseni kiukuttelu?"
5. Esimerkki: Lapsi kiukuttelee kaupassa  
eikä saa haluamaansa karkkia. Aikuisen  
ei anna lapselle periksi, menee lapsen ta-  
solle, kertoo ymmärtävänsä pahan mielen,  
mutta toteaa ettei tänään osteta karkkia  
antaen perustelut.



Aukaistaa, miten kehitysvaihe käytännössä näkyy.

n. 6 kk: Lapsi alkaa pikkujalaa ymmärtämään, että hän tuntee erilaisia asioita.

n. 1 v: Lapsi ei vielä osaa mentalisoida vaan tulkitsee suoraan. Siksi on tärkeää antaa lämmintä ja rauhallista vuorovaikutusta. Pieni lapsi ei vielä ymmärrä, että vanhempi, joka huutaa, saattaaakin olla vain väsynyt.

n. 2–3 v: Lapsi oppii jo kertomaan hieman miltä hänestä tuntuu! Lapsi alkaa miettiä asioita enemmän myös sisäisesti.

n. 4 v: Lapsi ymmärtää, että jollain toisella voi olla erilaisia ajatuksia kuin hänellä! "Minua pelottaa iso kiikku, mutta kaveria ei pelota!"



### Mentalisaatiokyky kehityksen eri vaiheissa

- Noin 6 kk: Tunteet alkavat yhdistyä tietoisuuteen.
- Noin 1-vuotias: Reagoi suoraan siihen mitä näkee, tarvitsee rauhallista ja lämmintä vuorovaikutusta.
- Noin 2-3-vuotias: Lapsi osaa nimetä omia tunteitaan ja osaa kertoa niistä jo hieman.
- Noin 4-vuotias: Lapsi ymmärtää, että toinen voi ajatella eritavalla kuin minä.
- Noin 7-vuotias: Ymmärtää, että toisen tunteet vaikuttavat minuun ja minun tunteet häneen.
- Noin 12-vuotias: Murrosiässä voimakkaat tunneyritykset voivat vaikeuttaa kykyä mentalisoida.

Huomioitavaa on, että koska lapsen kehitys ei monessakaan kohdassa mahdollista mentalisaatiota kaikilla osin, on aina varhemmän tehtävä paikata ristiriitabilanteet.

n. 7 v: Kouluikäinen lapsi voi jo ymmärtää, että jos hän on surullinen, niin se voi aiheuttaa toisellekin surun tunnetta.

n. 13 v: Murrosiässä hormonien aiheuttamat tunteet ja aivojen kehittymiseen liittyvät muutokset voivat taannuttaa jo opittuja mentalisaatiotaitoja hetkellisesti. Nuorella voi olla hankalaa asettua toisen asemaan sekä pohtia omien tekojen/tunteiden tai aikeiden vaikutusta muihin ihmisiin. Myös ymmärrys siitä, miksi itsestä tuntuu siltä miltä tuntuu, voi vaikeutua.

- Dialla annetaan vinkkejä tilanteisiin, joissa lapsen käytös tai tunne hämmentää. Voitte kysyä, ovatko jotkin keinoista sellaisia, joita ryhmäläiset ovat tottuneet käyttämään.

- Muistuttakaa ryhmäläisiä siitä, että mikäli lapsen käytös muuttuu huolestuttavasti, eivätkä he vanhempina saa tilannetta selvitettyä, kannattaa aina hakea apua tilanteen selvittämiseksi.



### Kun lapsen tunteet hämmentävät

Halu lapsen kanssa sanoa jotain	Kerro omista tunteistasi, osoita että ymmärrät	Hyödynnä leikkiä ja mielikuvitusta
<ul style="list-style-type: none"> <li>"Tuntuuko sinut sulavaa koe?"</li> <li>"Onko sinulla ikävä mammaa/sisärbäbiä?"</li> <li>"Tuntuuko sinua väliä?"</li> <li>"Tuntuu väsynästä, kun ennen voi jäädä kotiin."</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>"Minuaikin jännittää joskus mennä kouluun, kun minulla on kokeet!"</li> <li>"Minullaikin on väliä kova ikävä mammaa/sisärbäbiä."</li> <li>"Minusta tuntuu kurjelta, kun meillä on nitas."</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>"Osoitko tänään nullen mukaan päivittäin seikkailua ja käyttäen sitten nullea, millainen päivä sillä oli päivikössä?"</li> <li>"Näyttäsikö tuntekortilla mitkä sinusta tuntuu mennä päivikössä?"</li> </ul>

- Lukekaa pohdintatehtävät yksi kerrallaan, antakaa ryhmäläisille aikaa pohtia muutama minuutti jokaista kysymystä.
- Käykää läpi kysymykset keskustellen. Jos keskustelu ei lähde ryhmäläisillä käyntiin, voivat ohjaajat aloittaa.

### Pohdintatehtävä



Mitä minusta on tuntunut silloin, kun minua ei ole ymmärretty?

Mitä tuntuu, jos oma tunne ohitetaan? Jos sanotaan "Anna olla", "Ei se ole niin iso juttu"?

Mitä minusta tuntuu, jos lapsen kanssa on hankala hetki? Mitä lapsestani ehkä tuntuu?

Mitä minusta tuntuu, kun lapsen kanssa kaikki sujuu hyvin ja on mukavaa? Mitä lapsestani ehkä tuntuu?



### Lopuksi

- Hyväksy lapsen tunne, vaikka teko ei olisikaan hyväksyttävä.
- Tunteet eivät ole hyviä ja pahoja, ne vain ovat.
- Opastuksen ja neuvojen aika on tunnemyrskyjen jälkeen.
- Tietoinen mentalisaatio ei aina ole helppoa.
- Stressi heikentää kykyämme mentalisoida.
- Mentalisaatiota voi harjoitella.

- Muistuttakaa, että mentalisaatio on pääosin luonnollista ja automaattista.
- Stressin hetkillä automaattisen mentalisaation kyky heikentyy ⇔ tällöin voimme tehdä tietoista mentalisaatiota tämän päiväisten harjoitusten mukaisesti.

- Käykää läpi kotitehtävän ohjeistus.
- Antakaa ryhmäläisille tulostettu tiivistelmä päivän aiheista.

### Ehdotuksia kotiin

- Pohdi päivittäin lapsesi kanssa jotain päivän aikana eteen tullutta tilannetta hyödyntäen tietoista mentalisaatiota:
  - Miltä lapsesta tilanteesta tuntui? Apuna tunnekortit ja/tai -mittari.
  - Mikä oli lapsen tarkoitus tai aikomus tilanteessa?
  - Mitä ajatuksia lapsella oli tilanteessa?
  - Mitä tunteita tilanne sinussa herätti? Olisitko ilman keskustelua arvannut lapsen tunteet, aiomukset ja ajatukset? Tuliko jokin lapsen kertomasta yllätyksenä?

### 3. Tapaaminen: Vanhemmuuden osa-alueet

Ennakovalmistelut ja tarvikkeet: Ryhmäläisille tulostetaan etukäteen tapaamiskertaa koskeva tiivistelmä (liite 6). Suojaavien ja riskitekijöiden kortit (liite 4) tulostetaan, laminoidaan ja leikataan. Mikäli käytössä on Pesäpuu ry:n ”Vahvaa vanhemmuutta”- kortit, voi ryhmäkerran aloittaa työskentelemällä niiden avulla. Mikäli mahdollista, voi tarjolla olla kahvia/teetä ja pientä purtavaa.

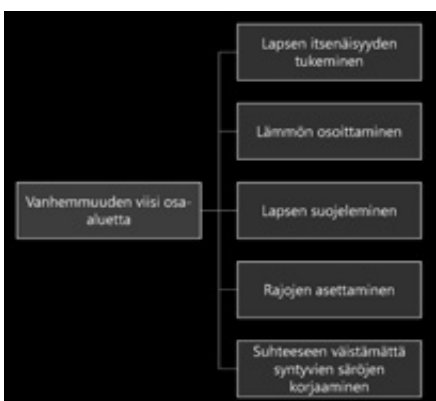


- Käykää läpi viimekertaiset kotitehtävät.
- Voitte pohjustaa aihetta esimerkiksi näin:

*”Vanhemmalla on suuri vastuu lapsen kasvusta ja kehityksestä ja vanhemmuus koetaan monesti aiheellisestikin vaativana ja vastuullisena roolina elämässä.*

*Tämän päivän ryhmätapaamisella tulemme puhumaan vanhemmuuden erilaisista osa-alueista. Pohdimme yhdessä vanhemmuutta, ja toivomme, että keskustelumme aiheista antavat oivalluksia ja hyviä pohdintoja vanhemmuudesta.”*

- Tämän teeman voi halutessaan jakaa myös kahdelle kerralle, jolloin ryhmän tapaamisten kokonaismääräksi tulee seitsemän.



- Vanhemmuuden tehtävien voidaan ajatella rakentuvan näistä viidestä osa-alueesta.
- Kysykää ryhmäläisiltä, mitä he ajattelevat siitä, että vanhemmuus on jaettu tällaisiin tehtäviin/osa-alueisiin?
- Voitte herätellä ryhmäläisiä aiheisiin, esim. Pesäpuun Vahvaa vanhemmuutta-korteilla työskennellen.

- Keskustelkaa ryhmässä minkä ikäisiä lapsia kullakin ryhmäläisellä on, ja miten kunkin ryhmäläisen perheessä lapset osallistuvat päätöksentekoon.
- Voitte myös puhua siitä, miten ryhmäläiset saivat itse lapsena vaikuttaa omiin asioihinsa.
- Kertokaa myös oman elämän esimerkkejä. Tuokaa esiin pohdittavia esimerkkitalanteita, esim. "Voiko teini-ikäinen olla vaikuttamassa kotiintuloaikaan?", "Voiko alakouluikäinen vaikuttaa nukkumaanmenoikaansa?".



### Lapsen itsenäisyyden tukeminen

- Lapsi ei voi tehdä kaikkia päätöksiä itsenäisesti, mutta voi osallistua päätösten tekoon.
- Ota lapsi tai nuori mukaan keskusteluun!
- Käsi lapselle mikä aikuinen tekee jotkut päätökset lapsen puolesta.
- Lapsi tarvitsee aikuisen rohkaisua ja tukea itsenäistymiseen ja uuden taitojen oppimiseen.
- Kun lapsi saa yrittää tehdä asioita itse ja osallistua päätöksentekoon:
  - Lapsen ihailu ja vakiin kykyihin vahvistus
  - Vahvistat lapsen itsenäistymistä ja lapsi saa halutulla omia ratkaisuja



### Lämmön osoittaminen

- Kehittyäkseen lapsi tarvitsee suhteen toiseen ihmiseen.
- Pyryty ja läheinen suhde vanhempiin on hyvin tärkeää.
- Rakkautta osoittamalla tuntee itsensä turvalliseksi.
- Rakkautta puute voi näkyä myöhemmissä elämässä mm. aggressiivisuutena.
- Lapsi joka saa lämpöä ja rakkautta, kykenee aikuisena tuntemaan rakkautta ja empatiata ihmissuhteissa.
- Jokaisella on tarve tulla hyväksytyksi ja rakastetuksi. Tähän tähtäävä vastustaminen on yksi vanhemmuuden tärkeimmistä tehtävistä.
- Rakkautta voi osoittaa esimerkiksi: koskettamalla, sanoilla ja yhteisellä aikaa viettämisellä.

- Käykää läpi diat ja korostakaa, miten tärkeää lapselle on saada rakkautta, hyväksynnän ja lämmön osoituksia.
- Keskustelkaa, miten ryhmäläisten omassa lapsuudessa heille osoitettiin rakkautta.
- Keskustelkaa, miten ryhmäläiset osoittavat rakkautta ja hellyyttä lapsilleen.

- Käykää läpi diat ja pohtikaa niistä heränneitä ajatuksia.
- Pohtikaa ryhmäläisten kanssa, onko kotimaan ja Suomen välillä eroja siinä, miltä lasta tulee suojella?
  - » Esim. joissain maissa on vaarallisia eläimiä tai luonnonilmiöitä jne.
- Voitte hyödyntää tässä teemassa liitteestä 4 löytyviä suojaavien ja riskitekijöiden kortteja. Pyytäkää ryhmäläisiä yhdessä jaottelemaan kortit suojaaviin ja riskitekijöihin eri puolille pöytää
  - ⇔ Käykää samalla keskustelua korttien herättämistä ajatuksista.



### Lapsen suojeleminen

Lapsen elämässä olevat suojaavat tekijät voi jakaa neljään ryhmään:

- Kodin tunneilmapiiri
- Kodin arki ja sen rakenteet
- Lapsen voimaantumiset tekijät kodin ulkopuolella
- Muut turvalliset aikuiset ja ystävät

Vanhempi suojelee lastaan mm.

- Huolehtimalla tämän hyvinvoinnista ja perustarpeista
- Huolehtimalla päivittäisistä
- Huolehtimalla henkisestä ja fyysisestä turvallisuudesta
- Opettamalla lapselle puolesta pitämistä ja rajojen asettamista
- Tappamalla emotionaalista lapsia
- Toimimalla siten, että lapsi voi ennakoida vanhempiensa käyttäytymistä ja toimintaa





### Rajojen asettaminen

- Kasvavaan lapsi tarvitsee sääntöjä ja rajoja.
- Lapsi ei kykene vielä tekemään kaikkia itsensä koskivia päätöksiä.
- Säännöt ja rajat tuovat myös turvallisuuden tunnetta.
- Ota lapsi mukaan kodin sääntöjen suunnitteluun - aikuinen kuitenkin tekee viimeiset päätökset.
- Suorassa fyysisen ja henkisen kurittamisen on laitonta, se nähdään esilläolona.
- Kurittaminen on tutkittu haitallista lapsen kasvuun ja kehitykselle.
- Vanhempien tehtävänä on myös kestää lapsen kulkua.
- Johdonmukaisuus on tärkeää!

- Antakaa lisätietoa siitä, miten säännöt, rutiinit ja rajat lisäävät turvallisuuden tunnetta ⇨ etenkin lapselle, joka kokenut paljon muutoksia ja mahdollisesti hankalia asioita, ennustettavuus ja johdonmukaisuus on todella tärkeää! ⇨ Lisää psyykkisen turvallisuuden tunteen kehittymistä, joka puolestaan edistää hyvää unta, käyttäytymisen säätelyä ja oppimista.
- Keskustelkaa ryhmässä kurittamisesta. Kertokaa, kuinka se oli tavallista Suomessakin vielä 80-luvulla, mutta kiellettiin -84 lailla, kun sen haitalliset vaikutukset lapsiin tiedostettiin.

- Muistuttakaa ryhmäläisiä siitä, että ristiriitojen sovitteluun voi hyödyntää aiemmin mentalisaatiosta puhuttaessa keskusteltuja asioita.
- Käykää läpi mitä ryhmäläiset ajattelevat dian aiheista. Esim. miten vanhempien riidat vaikuttavat lapsiin, miten heidän kotonaan on tapana selvittää ristiriidat, onko heillä ristiriitojen selvittämiseen liittyviä käytäntöjä (esim. ei mennä nukkumaan riidoissa tms.).



### Suhteeseen väistämättä syntyvien säröjen korjaaminen

- Jokaiseen ihmissuhteeseen tulee väistämättä välillä ristiriitoja.
- Lasten mentaalivoimien ja sosiaaliset taidot eivät vielä useinkaan riitä siihen, että he voisivat paikata näitä säröjä ⇨ aina vanhemman vastuulla.
- Lapsi ei oppi taitoja erimielisyyksien sopimiseen vanhemmuudessa.
  - Mitä vanhempi opit näitä muiden aikuisten kanssa.
  - Mitä vanhempi sovittelut ristiriitoja lapsen kanssa.
- Anna tunteiden laantua, ennen kuin alat selvittämään niitä.
- Hyödynnä tietoista mentaaliterapiaa.

Ehdotuksia kotiin  
Tehkää yhdessä perheenä jotain hauskaa!



- Lopettakaa ryhmäkerta kokoamalla ajatuksia vanhemmuudesta ⇨ vanhemmuus on haastavaa, mutta tärkeintä on tehdä parhaansa ja antaa rakkautta ja turvaa lapsille.
- Keskustelkaa vapaasti mitä kivoja suunnitelmia ryhmäläisillä on ja kannustakaa heitä mukavaan tekemiseen yhdessä perheidensä kanssa. Palatkaa näihin seuraavalla tapaamisella.

## 4. Tapaaminen: Perhekulttuurit

Ennakovalmistelut ja tarvikkeet: Ryhmäläisille tulostetaan etukäteen tapaamiskertaa koskeva tiivistelmä (liite 7). Mikäli väittämätehtävä tehdään jänatehtävänä, tulostetaan etukäteen viherälle pohjalle teksti "samaa mieltä" ja punaiselle pohjalle "eri mieltä". Kyltit asetellaan valmiiksi eri puolille huonetta. Mikäli mahdollista, voi tarjolla olla kahvia/teetä ja pientä purtavaa.



- Esitelkää tämän päivän teema: *"Päivän teemana on perhekulttuurit. Tarkoituksena on keskustella vanhemmuudesta eri kulttuureista, jakaa kokemuksia. Tällä tapamisella puhutaan myös siitä, miten vanhemmat voivat tukea kaksikielisyttä ja oman kulttuurin säilymistä."*
- Käykää läpi edellisen kerran kotitehtävä.

- Käykää läpi dian avulla mitkä asiat vaikuttavat perhekulttuuriin.


**Erilaiset perhekulttuurit**

- Kaikilla perheillä on omanlaisensa perhekulttuuri.
- Perhekulttuuriin vaikuttaa mm.
  - perheen asenteet ja arvot
  - perhehistoria
  - sosiaalinen ympäristö ja yhteisöt
  - ympäröivä yhteiskunta
  - yhteiskunnan arvot
- Perhekulttuureita on luokiteltu mm. yksilölliseen ja yhteisölliseen perhekulttuuriin.



## VÄITTÄMÄT

- Seuraavaksi esitetyt väittämät ovat tarkoituksella kärjistettyjä, niiden tarkoituksena on herättää keskustelua.
- Väittämiin ei ole oikeaa tai väärää vastausta!



- Väittämätehtävän tarkoituksena on huomata samankaltaisuudet ja keskustella oikeaa tai väärää valitsematta perhekulttuuriin liittyvistä asioista. Väittämät dioissa 30–34.
- Harjoituksen voi tehdä myös janatehtävänä. Laittakaa tällöin huoneen toiseen päähän lappu 'samaa mieltä', ja toiseen 'eri mieltä'. Pyytäkää sitten kunkin väittämän kohdalla ryhmäläisiä asettumaan haluamalleen kohdalle janaa.
- Muistuttakaa, ettei tarvitse vastata, jos ei halua, eikä väittämiin ole olemassa oikeita vastauksia.

## Lapsen kulttuuri-identiteetin tukeminen

- Suomessa kasvava lapsi, jolla on muusta maasta tulevat vanhemmat, kasvaa kahden kulttuurin keskellä.
- On toivottavaa, että lapsi omaksuu molemmat kulttuurit.
- Perhe voi yhdessä tutustua suomalaiseen ruokaan, taiteeseen, historiaan ja tapoihin.
- Lapsen identiteetin rakentumisessa vanhempien tuki perheen kotimaan kulttuuriin tuntemisessa on tärkeää.



- Käykää läpi lapsen näkökulmaa kahdessa kulttuurissa kasvamiseen dian avulla.
- Herättäkää keskustelua. Millaisia kokemuksia vanhemmilla on lasten kasvamisesta kahden kulttuurin keskellä ⇨ ovatko lapset ihmetelleet jotain suomalaisessa kulttuurissa tai omaksuneet asioita, jotka ovat hämmästyttäneet vanhempia?

## Miten tukea lasta kotimaan kulttuurin omaksumisessa?

- Ihmissuhteet muihin samasta maasta tuleviin ihmisiin ja perheisiin
- tarinat omasta menneisyydestänne ja sukunne tärkeistä tapahtumista
- Yhteinen kotimaanne ruuan valmistus
- Kotimaan perinteiden, juhlien ja tapojen ylläpitäminen
- Yhdessä kotimaan taiteeseen ja musiikkiin tutustuminen
- Yhteyden ylläpitäminen sukulaisiin kotimaassa
- Kertokaa satuja, tarinoita ja runoja kotimaassanne. Opetakaa lauluja joita kotimaassanne laulettiin.

- Pohtikaa, miten lasta voi tukea kotimaan kulttuurin omaksumisessa. Kysykää ryhmäläisiltä, miten he toimivat.
- Diaesityksen asioita voi kertoa vanhempien kertomien asioiden lisäksi.

- Käykää keskustelua erilaisista kasvatuskulttuureista dian pohdintakysymyksiä tukena käyttäen.

## Pohditaan

- Huomaatteko, että kasvatatte lapsianne eri tavoin kuin teidän vanhempanne tai isovanhempanne?
- Onko teidän yhteisössänne ollut sanontoja/uskomuksia kasvatukseen liittyen?
- Mitkä ovat teidän perheenne tärkeitä arvoja?
- Kertääkö suvussanne tarinoita sukupolvelta toiselle?



- Muistuttakaa, että kotona tulisi puhua omaa äidinkieltä. Hyvä oman äidinkielen taito edistää muiden kielten oppimista sekä mm. tukee oman identiteetin muodostumista sekä tunteiden ilmaisemista.
- Kertokaa, että on tavallista, että kaksikielisillä lapsilla puheenkehitys voi olla hitaampaa ⇒ kertokaa että Suomessa tähänkin saa tarvittaessa apua, esim. puheterapeutilta.
- Jos vanhemmat puhuvat suomea lapselle eivätkä osaa sitä vielä itse hyvin, lapset voivat omaksua vanhempien ääntämisen virheet.



### Kuinka tukea lapsen kaksikielisyyttä?

- Lapset oppivat kieltä nopeasti.
- Usein lapsi oppii hyvin sitä kieltä, jota asuinmaassa puhutaan.
- Puhukaa kotona omaa äidinkieltä.
- Muistuta lempeästi lasta puhumaan vanhemmille omaa äidinkieltä.
- Älä puhu lapselle suomea, jos et itse osaa sitä jo hyvin.
- Jos lapsi ei ole koulussa tai päivähoidossa, huolehdi, että hän pääsee paikkoihin, joissa kuulee myös suomea.



- Käykää läpi dian ehdotukset kotehtävistä.

## Ehdotuksia kotiin

- Keskustelkaa erilaisista perhe- ja kasvatuskulttuureista perheenne tai ystäväenne kanssa. Miettikää millaisia ajatuksia ja tunteita tämä teema teissä herätti.
- Pohtikaa: Mitkä asiat kasvatuskulttuurissasi ovat sellaisia, jotka haluaisit siirtää myös seuraavalle sukupolvelle? Onko jotain sellaista, minkä toivoisit muuttuvan?
- Tehkää kotona lasten kanssa jotain oman sukunne perinteisiin liittyvää.

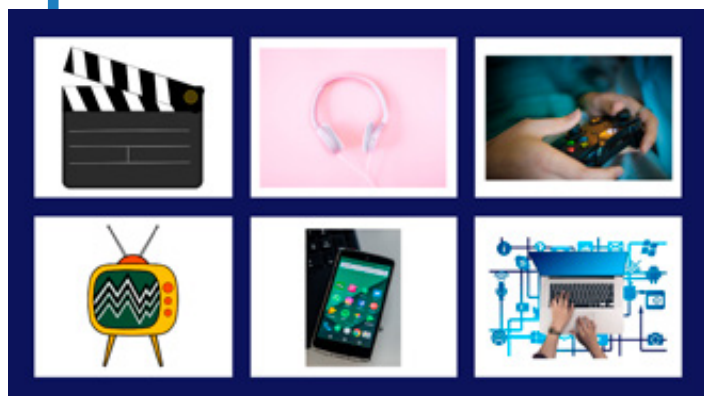
## 5. Tapaaminen: Lapset ja nuoret mediassa

Ennakovalmistelut ja tarvikkeet: Ryhmäläisille tulostetaan etukäteen tapaamiskertaa koskeva tiivistelmä sekä turvaohjeet nettiin (liite 8). Mikäli mahdollista, voi tarjolla olla kahvia/teetä ja pientä purtavaa.



- Käykää läpi viimekertaiset kotitehtävät.
- Esitelmää päivän aihe ja pohjustakaa teemaa: *”Elämme yhä enemmän digitaalisessa maailmassa. Lapsemme kasvavat elämään myös median äärellä. Mediassa on paljon hyvää ja arvokasta, mutta myös uhkatekijöitä, jotka vanhempana on hyvä tiedostaa. Tänään keskustelemme lapsista ja mediasta.”*

- *”Medialla tarkoitetaan mm. internetiä, sosiaalista mediaa, elokuvia, televisio-ohjelmia, mainoksia, sovelluksia ja erilaisia medialaitteita (esim. kännykkä, tabletti ja tietokone). Ne ovat tiivis osa monen lapsen ja nuoren elämänpiiriä.”*
- *”Lapsi ja nuori tarvitsee mediankäytössään opastusta ja tukea, mutta myös paljon kuuntelua, läsnäoloa ja yhdessä tekemistä, jotta hän oppii käyttämään mediaa tietoisesti, turvallisesti ja tasapainoisesti.”*
- Kysykää ryhmäläisiltä, millaisen median äärellä heidän kotonaan viihdytään.



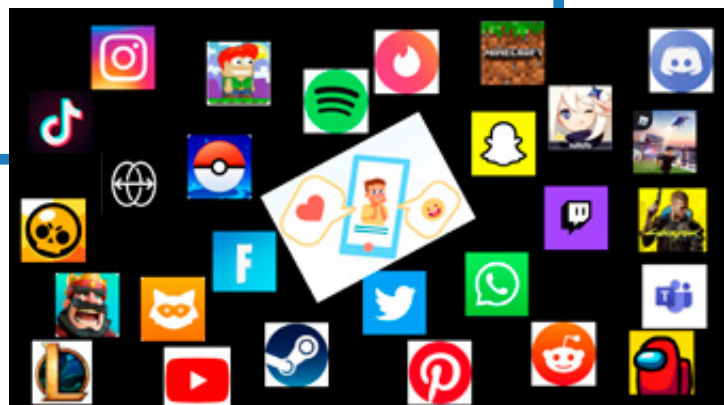
- Keskustelkaa sisältömerkinnöistä ja ikärajoista.
- Kysykää, onko ryhmäläisillä entuudestaan tietoa mitä nämä merkinnät tarkoittavat?
- Käykää läpi merkinnät kohta kohdalta.
- Muistuttakaa, että jokaisen lapsen kohdalla pitää kuitenkin käyttää harkintaa – jotkut lapset ovat toisia herkempiä, eivätkä vielä kestä materiaalia, vaikka ikärajan puolesta sisältö olisikin heille sopiva.

### Ikärajat ja sisältömerkinnät

- Elokuviin, televisio-ohjelmiin ja erilaisiin peleihin on liitetty ikärajoitus- ja sisältömerkintöjä.
- Sisältömerkintä kertoo, jos ohjelma sisältää väkivaltaa, seksiä, ahdistavuutta tai päihteidenkäyttöä.

<b>S</b> Sisältö kaikkein sovellettavinta	<b>7</b> Sisältö sovellettavinta	<b>12</b> Sisältö sovellettavinta	<b>16</b> Sisältö sovellettavinta	<b>18</b> Sisältö sovellettavinta
<b>T</b> Sisältö sisältää väkivaltaa	Sisältö sisältää väkivaltaa	Sisältö sisältää seksiä	Sisältö sisältää alkoholia/tobakkia	Sisältö sisältää päihteidenkäyttöä

- *"Meidän aikuisten on hyvä muistaa: Sosiaalinen media ei ole erillään lasten ja nuorten muusta sosiaalisesta elämästä, vaan se on olennainen osa sitä."*
- *"Nykyään on valtavasti somesovelluksia ja pelejä, joiden kautta lapset voivat olla vuorovaikutuksessa toisten kanssa. Sovelluksia tulee koko ajan lisää."*
- Ryhmässä pohdittavia kysymyksiä:
  - "Viettävätkö lapsenne paljon aikaa älylaitteiden äärellä?"
  - "Vietättekö itse?"
  - "Tiedättekö mitä sovelluksia lapsenne käyttävät?"
  - "Millaisia huolia teillä liittyy lasten somen käyttöön?"
  - "Onko teidän perheessänne median käyttöön liittyviä sääntöjä? Millaisia?"
  - "Keksittekö minkälaisia hyötyjä mediasta on?"
  - "Keksittekö millaisia vaaroja/uhkia mediasta voi lapselle olla?"



- "Ovatko nämä sovellukset tuttuja teille vanhemmille?"
- "Käyttävätkö teidän lapsenne näitä?"
- "Olitteko tietoisia ikärajoista?"
- Youtubesta on erikseen lasten youtube. Youtube -videoita voi katsoa myös rekisteröitymättä.

### MONENLAISIA SOVELLUKSIA

 <b>Instagram</b> - ikäraja 13 vuotta - Kuvien ja videoiden jakaminen - Hei-hetimit - Profiili voi olla julkisen tai yksityisen	 <b>WhatsApp</b> - ikäraja 13 vuotta - Mahdollistaa tai ryhmäviestit - Mahdollistaa videoiden, kuvien ym. jakamisen
 <b>Facebook</b> - ikäraja 13 vuotta - Kuvien ja videoiden jakaminen - Hei-hetimit - Hei-hetimit messengeriä kautta - Tätä voi olla julkisen tai yksityisen	 <b>Snapchat</b> - ikäraja 13 vuotta - Kuvien ja videoiden jakaminen, jatkavat postitoidut - Hei-hetimit - Kuvien jättäminen julkiseen tai yksityiseen - Omat suomen kielen, mahdollisuus ottaa pois kielen
 <b>TikTok</b> - ikäraja 13 vuotta - Videoiden jakaminen - Kuvien tekeminen videosta voi olla ja kommentoida - Tiktokin videoita voidaan jakaa muualla	 <b>YouTube</b> - ikäraja 13 vuotta - Voi tehdä omia videoita, kommentoida ja lähettää heidän videoita - Suosittu + videoita tai lyhyet jouta videon katsottavaksi

### MONENLAISIA SOVELLUKSIA

 <b>Jodel</b> - ikäraja 16 vuotta - Sivelli ja kuvien anonyymia - Näkyy samassa kaupungissa alueella	<p>Uusia sovelluksia tulee kokoajan.</p> <p>Vanhempansa on välillä mahdollista pyrkiä käynnillä uusista sovelluksista ja some trendeistä.</p> <p>→ Tärkeintä on avoin vuorovaikutus ja keskustelu myös somemaailman asioista!</p>
 <b>Twitter</b> - ikäraja 13 vuotta - Seurataan ajankohtaisia asioita - Lyhyet viestit, kuvat ja videot - Spambotit ja vii jaksat	
 <b>Omegle</b> - ikäraja 13 vuotta - Puhutaan anonyymisti tuntemattomien kanssa chat-kanavissa	

#### Lisätietoa:

- Jodel: Nimien tai tunnistettavien tietojen käyttäminen on kiellettyä. Jodelissa voi kommentoida tai antaa ylä- tai alapeukkuja. Runsaasti alapeukkuja saaneet kommentit poistuvat. Paljon yläpeukkuja saava käyttäjä saa uusia ominaisuuksia käyttöön Jodelissa.
- Omeglessa puhutaan anonyymisti tuntemattomien kanssa chat-huoneissa videoyhteyksin – siellä aikuiset miehet ovat etsineet seura lapsista. Haitallista sisältöä ja houkuttelua.

- Pohtikaa ryhmässä sosiaalisen median hyötyjä! Pitävätkö esim. yhteyttä muissa maissa asuviin sukulaisiin ja ystäviin somen avulla?
- On tärkeää muistuttaa, että vaikka somessa onkin uhkatekijöitä, on se monella tapaa olennainen osa tämän päivän sosiaalista ympäristöä.

## Somen hyödyt

- Mahdollistaa ja vahvistaa ystävyys-suhteita
- Uudet sosiaaliset suhteet
- Yhteydenpito välimatkasta riippumatta
- Tukea ja apua yhteisöistä ja palveluista
- Tiedon hankkiminen
- Uusiin näkemyksiin, mielipiteisiin ja ideoihin tutustuminen



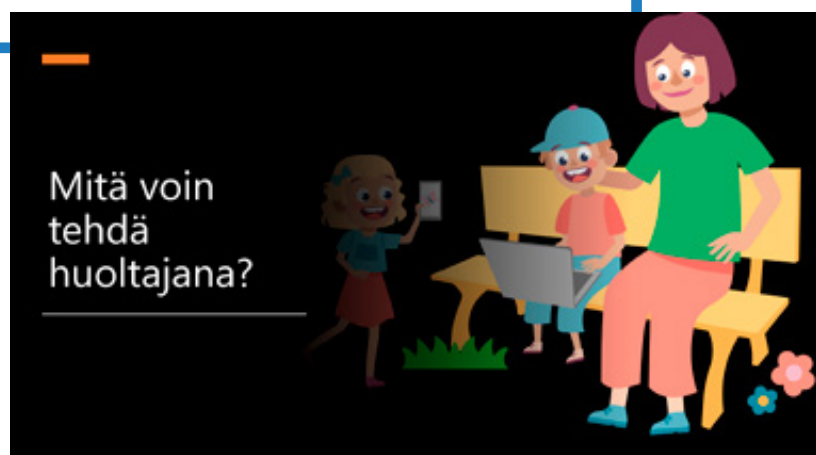


### Lisätietoa

- Pelastakaa Lapset ry:n vuoden 2021 "Kuka haavoittuu verkossa" -selvityksen mukaan etnisiä- ja kielivähemmistöissä olevat lapset ja nuoret kohtaavat muita ikätovereitaan 57 % todennäköisemmin netissä jotain ikävää.
- Pieneenkin kiusaamiseen tulee puuttua heti ⇨ yhteys kouluun, usein kiusaamista tapahtuu netin lisäksi myös reaali maailmassa.
- Haitalliset sisällöt: Netissä voi kohdata mm. pornoa, itsemurhaviideoita, vaarallisia haastevideoita. Sovellusten ikärajoja on tärkeää noudattaa! Mutta siitäkin huolimatta epä-sopivaa sisältöä voi tulla vastaan.
- Vanhempien tulee puhua jo etukäteen siitä, mitä ikävää netissä voi olla ja miten tilanteessa toimitaan.
- Grooming - n. 75 % lapsista ei kerro aikuiselle ⇨ tärkeää, että lapset tietävät houkuttelun olevan väärin ja rohkeutta kertoa turvallisuudelle aikuiselle.



- *"Seuraavaksi pohdimme, miten me vanhempina voimme turvata lastamme myös sosiaalisessa mediassa."*





## Kerron netin ikävistä puolista etukäteen

- *”Kertokaa lapsille etukäteen niistä ikävistä ilmiöistä, joita netissä voi sattua, joita äsken käsittelimme.*
- *Muistuttakaa lapsia, että tällaiset tilanteet eivät koskaan ole lasten syytä, eikä kukaan suutu heille, jos tällaista sattuu.*
- *Kannustakaa lasta kertomaan turvalliselle aikuiselle, jos jotain hämmäntävää tai ikävää sattuu.”*

- *”Arkinen keskustelu somesta ja mediasta on tärkeää. Esim. Kun kysytte lapsiltanne heidän tultuansa ulkoa ”missä olitte, kenen kanssa, mitä teitte ja oliko kivaa?” niin kysykää heiltä myös someen liittyen ”mitä sovellusta käytitte, kenen kanssa juttelitte, mitä teitte, oliko kivaa”. Kun puhuu mediasta arkisesti positiivisessa hengessä ja muistuttaa myös negatiivisista asioista, lapsen on helpompaa tulla*

*kertomaan, jos jotain sattuu.*



## Avoin suhde kotiväkeen on lapsen paras turvataito

- Tutustu lapsesi tapaan käyttää mediaa.
- Positiivisuus lähtokohtana.
- Kysy ja ole kiinnostunut.
- Juttele lapsen kanssa mediasta ja somesta.
- Tehkää ja tutkikaa yhdessä, pitäkää hauskaa median avulla!
- Toimi itse hyvänä esimerkkinä ja ole avoin somea ja mediaa kohtaan!



### Lisätietoa:

- *Yksityisyysasetukset ja tietosuoja asetukset löytyvät jokaisesta sovelluksesta yleensä useilla kielillä – on suositeltavaa, että alaikäisellä on yksityinen profiili.*
- *Henkilötiedot: on tärkeää ohjeistaa lapsia, etteivät kerro somessa henkilötietoja (koko nimeä, osoitetta, omaa koulua/luokkaa, puhelinnumeroa jne.).*
- *Kuvien lähettäminen: On tärkeä ohjeistaa lapsia millaisia kuvia on soveliasta lähettää toisille ⇨ muistutus, että nettiin päätynttä kuvaa voi olla vaikeaa saada netistä pois.*
- *Sijaintitiedot: useissa sovelluksissa mm. mahdollisuus laittaa seurantatiedot päälle, jolloin seuraajat näkevät missä olet ⇨ katsokaa lasten kanssa, että seurantatiedot ovat kiinni.*



- *Käykää dian avulla läpi millaisista asioista kotona olisi hyvä jutella someen liittyen.*



### Lisätietoa

- Yhteiset sopimukset pienestä pitäen helpottavat rajojen noudattamista isompanakin.
- Keskustelkaa: onko vanhempien mielestä esim. digiajan rajoittaminen vaikeaa?
- Puhelinparkki on suositeltava käytäntö. Puhelimen pois ottaminen yön ajaksi turvaa unta ja lepoa.



### Perheen digisäännöt pohjana turvalliselle median käytölle

- Ryhdyn kautta opiskele, uuden tiedon hakeminen, koulu tehtävien tekeminen tai opettavaiset pelit eivät sisälly ruutu-aikaan.
- Vanhemman tehtävä on huolehtia, että lapsen päivään sisältyy riittävästi unta, liikuntaa, vuorovaikutusta ja oppimista.
- Jokainen perhe voi tehdä oman perheen ruutusäännöt, esim. seuraavia asioita voi pohtia:
  - Kauanko päivässä saa pelata?
  - Kauanko päivässä saa katsoa telkkaria?
  - Saaiko puhelinta tai tablettiä ottaa ruokapöytään?
  - Missä puhelin/tabletti on yön aikana?
  - Minkälaisia pelejä saa pelata tai millaista sisältöä saa katsoa?

### Toimi näin netin uhkaavissa tilanteissa:

Pelkkä estäminen ei riitä!



- Käykää kuvan avulla läpi toimintaohjeet, jos jotain sattuu.
- Varmistakaa osaavatko vanhemmat ottaa ruutukaappauksen ⇔ voitte katsoa yhdessä, jos eivät. Ohjeet löytyvät helposti netistä googlettamalla puhelimen mallin ja kuvakaappausohjeen.

- Käykää läpi kotitehtäväehdotukset.



### Ehdotuksia kotiin

- Puhukaa lastenne kanssa heidän median käytöstään.
- Olkaa kiinnostuneita lasten käyttämästä mediasta. Pyytäkää lasta näyttämään jotakin sisältöä, josta lapsi todella tykkää.
- Miettikää kotona minkälaisia digisääntöjä teillä jo on, ja haluaisitteko tarkentaa kodin digisääntöjä?

## 6. Tapaaminen: Lapsiperheiden palvelut ja lopetus

Ennakovalmistelut ja tarvikkeet: Ryhmäläisille tulostetaan etukäteen tapaamiskertaa koskeva tiivistelmä (liite 9). Viimeiselle ryhmäkerralle voi mahdollisuuksien mukaan hankkia erityistä tarjottavaa. Ryhmäkerralla jätetään aikaa myös yhteiselle vapaamuotoiselle keskustelulle.



- Käykää läpi viimekertaiset kotitehtävät.
- Kertokaa mitä tänään käsitellään.
- Kertokaa, että mikäli joku ryhmäläisistä haluaisi vanhemmuuden tukea tulevaisuuteen, voi ryhmän jälkeen kysyä mistä sitä voisi lähteä hakemaan (auttakaa hakemisessa mahdollisuuksien mukaan).




**Monenlaista tukea perheille**

- Oulun kaupunki tarjoaa monenlaista tukea perheille.
- Tapaan esitelmämme jotakin keskeisimpiä palveluita.
- Tärkeintä on, että jos kohtaa haasteita vanhemmuudessa tai perheen tilanteesta, ottaa asian puheeksi jossakin. Ammattilaiset ohjautavat eteenpäin!
- Esimerkiksi palveluita, joissa voi ottaa puheeksi laian tarpeen.
  - Päiväkotit
  - Koulu
  - Neuvola
  - Terveystieteiden
  - Sosiaalipalvelut

- Korostakaa ennen kaikkea sitä, että ei ole väliä mistä apua lähtee hakemaan, kunhan lähtee jostakin liikkeelle.
- Muistuttakaa ryhmäläisiä pyytämään tulkausta palveluissa, joissa kokevat sitä tarvitsevansa.

## Tukea varhaiskasvatuksesta


- Jokaisella lapsella on oikeus varhaiskasvatukseen.
- Käsitteille lapsille tehdään varhaiskasvatustarvearvioita.
- Lapsella on päiväkodissa oma vastuuskasvattaja.
- Varhaiskasvatuksen erityisopettaja on apuna tarvittaessa.
- Päivähoidosta autetaan järjestämään perheen tukea yhteistyössä kunnan kanssa.
- Varhaiskasvatusta on esimerkiksi:
  - Yksityinen päivähoito
  - Perhepäivähoito
  - Kunnallinen päivähoito
  - Ilmestys
  - Avoin varhaiskasvatus ja leikit



- Päivähoito auttaa hankkimaan lapsen tarvitsemia palveluita esim. fysioterapiaa tai puheterapiaa.
- Muistuttakaa, että vanhemmilla on yleensä oikeus tulkkaukseen keskusteluissa – ja kannustakaa pyytämään tulkkausta myös vanhemmille järjestettyihin tilaisuuksiin.
- Käykää keskustelua: millaisia kokemuksia vanhemmilla on päivähoidosta Suomessa, onko kysymyksiä.

## Tukea koulusta


- Perusopetus Suomessa on maksutonta.
- Jokainen Suomessa asuva lapsi on oppivelvollinen.
- Koulusta on erityisajankohtia oppilaiden kiinnostusten ja taitojen mukaisesti.
- Koululla järjestetään kerhoja ja harrastustoimintaa sekä aamu- ja iltaopetusta.
- Suomeen muuttaneet lapset käyvät ensin valmentavaa luokkaa, ja karruttavat suomen kielen taitoa.
- Kouluilta on mahdollista saada monenlaista erityistä tukea oppimiseen. Opettajahuoneesta auttaa, arvioi ja pohtii yhteyksiä vanhemman ja oppilaan kanssa koulun tukitoimet.
- Opetusneuvottajat tukevat oppimisessa ja koulutuspolitiikan pohdinnassa.
- Koulussa teitä auttaa mm. koulukysäilyt, koulupäykologi ja kouluterveydenhuolto.



- Kannustakaa vanhempia ottamaan matalalla kynnyksellä yhteyttä koulun henkilökuntaan, jos heillä on huolta lapsen kasvusta tai kehityksestä.
- Pohtikaa: millaisia kokemuksia vanhemmilla on lasten kouluista, ovatko tapaamiset tulkattuja, missä asioissa koululta ollaan yhteydessä (vain negatiivisissa vai myös positiivisissa), osaavatko käyttää Wilmaa jne.

## Tukea terveydenhuollon kautta

- Neuvola
  - Lasta odottaville ja alle kouluikäisille.
  - Tukea lapsen kasvun ja kehitykseen, mutta myös isästä koko perheelle.
  - Säännöllisiä tapaamisia, tarpeen mukaan myös lisätapaamisia.
  - Auttavat löytämään tarvittavia palveluita.
- Perheneuvonta
  - Tukea ja ohjausta, kun vanhemmat ovat huolissaan lapsestaan tai perhe haluaa apua kriittitilanteisiin.
  - Keskustelu- ja koulutuspalveluita erilaisissa.
  - Ei vaadi läsnäoloa, avoin kaikille ruuhkailijoille.
- Lapsi- ja nuorisopsykiatrian työryhmä (Sanu)
  - Vastaa alle 18-vuotiaiden oukulaisten lasten- ja nuorisopsykiatrisia erikoisosaamista.
  - Ohjauksiaan lähtevä.
  - Lapsesi pääsee näihin palveluihin esimerkiksi työväenopiston, kouluterveydenhuollon tai kirkon- ja perheneuvonnan kautta.



- Keskustelkaa: millaisia kokemuksia ryhmäläisillä on näistä palveluista?
- Osaavatko hakeutua näihin palveluihin?

- Keskustelkaa kokemuksista, joita ryhmäläisillä on sosiaalihuollosta. Millaisia tarinoita ovat kuulleet? Liittykö pelkoja etenkin lastensuojeluun? ⇔ Tarjotkaa rauhoittavaa tietoa.
- Hox! Yhteystiedot dialla Oulun alueelta, mikäli käytätte mallia muissa kunnissa, päivitätkää oman kuntanne yhteystiedot.

### Tukea sosiaalihuollon kautta

- Sosiaalityöntekijä tai -ohjaaja voi auttaa ihmisenäisen tuen hakemisesta perheelle
  - Ihminen on yksin ja jaksaminen vaikeampaa on ikäni alla
  - Olet huolissaan lapset ja haluat tulla keskusteluun lähtien
  - Olet huolissaan oppimisesta ja tulevaisuudesta
  - Sinulla on epäselviä tunteita, eikä tiedä mistä tulla oikeastaan tukea
  - Haluat ottaa joku puhelinsoitin oman alan sosiaalihuollon tai nimellä ohjaajaksi
  - Tuli ottaa yhteyttä myös sähköisen palvelukokemusten palautteeseen ja muuhun kysymykseen työssäsi - kysymykset kello [tyo@oiv.fi](mailto:tyo@oiv.fi)
- Lastensuojelusta tukea voi saada esimerkiksi näissä tilanteissa:
  - Lastensuojelun kotona ja koulussa olevat vaivat
  - Koulukiusaus tai väkivaltaisuus
  - Yhteistyön puutteellisuus tai väkivallan ongelmien
  - Lapset tai nuoret joutuvat koulun tai koulun
  - Muut tilanteet
- Yhteystiedot kysymyksistä kirkon alueella sosiaalityöntekijästä p. 044 501 6275, ja kysymyksistä oman sosiaalityöntekijästä tai -ohjaajan ensikontaktista, numerit ovat 044 501 6275 tai lastensuojelun perhepalveluissa kirkolla [tyo@oiv.fi](mailto:tyo@oiv.fi) perhepalveluissa
- Tietoa lastensuojelusta on kello <http://www.lastensuojelu.fi/>



### Tukea jota sosiaalihuollosta ja lastensuojelusta voidaan esimerkiksi järjestää:

<h4>PERHETYO</h4> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apua vanhemmuuden tulomiseen</li> <li>• Ohjausta lasten hoitoon ja kasvattamiseen</li> <li>• Tukea erittymisen hallintaan</li> <li>• Ohjausta syrjäytymisen ehkäisyyn</li> <li>• Maksutonta</li> <li>• Pääajamista ja suunnittelamista</li> </ul>	<h4>KOTIPALVELU</h4> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tilapäinen tuki</li> <li>• Apu arjessa selviytymiseen</li> <li>• Kontrolloitu apu kotona toimii, jos vanhempi kutsuaan</li> <li>• Opettaminen lasten- ja kodinhoidossa</li> <li>• Kaikille otulaisille Zviikka vuorokauden aikana mukauttamalla</li> <li>• Tämän jälkeen aikana arvioidaan kotipalvelun tai muun palvelun tarve</li> </ul>	<h4>TUOHENKILÖ – TAI PERHE</h4> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lapset voidaan myöntää tukiperhe, jonka luona lapsi jääkö sovittui euron, valvontapuuhiin Tarkka</li> <li>• Tukiperhekoostumuksessa tavataan tukiperheissä omassa kodissa tai tutussa ympäristössä. Esm. yhteiset harrastukset</li> <li>• Kesto ja tapaaminen määrä riippuvat tarpeista</li> </ul>
--	--	---

- Keskustelkaa siitä, millaisia kokemuksia ryhmäläisillä on näistä palveluista.

### Tukea järjestöjen kautta:

 <p><b>Vanhempien akatemia:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keskustelutukea vanhemmuuteen</li> <li>• Ryhmiä ja koulutuksia vanhemmille</li> <li>• Tukea perheongelmien ja eropäätösten</li> <li>• Tukea eronneille vanhemmille yhteisöllisyyteen</li> </ul>
 <p><b>Oulun Ensi- ja turvakoti (Kangastie 9 Tuira, 0400-581 606)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Turvakoti tarjoaa sijaista tilaa, kun kotiin jääminen on väkivaltaa, pelon tai uhkausten vuoksi turvaton, yksin tai lasten kanssa, 24/7</li> <li>• Ensikoti (ympäristökorjausta, tiivistä tukea vuoro-ajon alkuaan päättämiseksi)</li> <li>• Vuokratila (tukiin vauvanodotukseen, synnytyskeskukseen ja vauvo-ajan)</li> </ul>
 <p><b>Mannerheimin lastensuojeluliitto – MLL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Perhekeskustoja ja tapahtumia perheille</li> </ul>

- Kertokaa alueenne järjestöjen tarjoamista palveluista (dian järjestöjen palveluissa keskitytty Oulun alueeseen).
- Kertokaa ensi- ja turvakodista, sekä siitä miten sinne pääsee (esim. voi pyytää taksia viemään ensi- ja turvakodille ja turvakodilta maksetaan taksi).

## 7. Lopuksi

Monikulttuurisen vanhemmuusryhmän kehittämistä tullaan jatkamaan asiakkaiden, ryhmänohjaajien ja käytännön kokemusten myötä. Toivomme mekin jokaisen tätä ryhmämallia hyödyntävän ammattilaisen käyttävän tämän oppaan liitteissä olevia palautelomakkeita ryhmäläisille (liite 10) sekä ryhmänohjaajille (liite 11). Palautteita toivotaan sähköpostitse: [iida-maria.bimberg@ouka.fi](mailto:iida-maria.bimberg@ouka.fi). Kysymyksiä ryhmämallista tai toiveita ryhmämallin esittelyyn/lyhyeen koulutukseen voi laittaa myös samaiseen sähköpostiosoitteeseen. Puhelimitse yhteyden saa numerosta 0401855394/ lida Bimberg.

Ryhmämallin tekijöiden yhteystiedot:

**Iida-Maria Bimberg, projektikoordinaattori**

Turvallinen Oulu- hanke

[iida-maria.bimberg@ouka.fi](mailto:iida-maria.bimberg@ouka.fi)

puh. 040 185 5394

**Kirsi Kyllönen, sosiaaliohjaaja**

Oulun kaupunki/ Maahanmuuttajapalvelut

[kirsi.kyllonen@ouka.fi](mailto:kirsi.kyllonen@ouka.fi)

puh. 044 703 4870

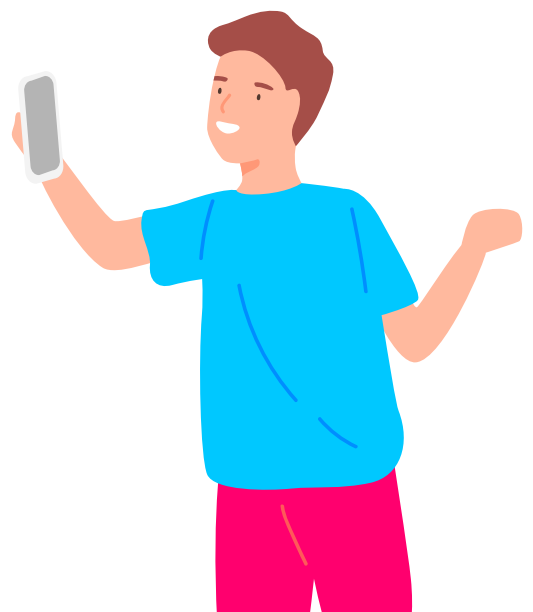
Tätä opasta ja siihen liittyviä monikulttuurisen ryhmän dioja saa käyttää vapaasti omassa työssään. Joitakin sisältöjä voi olla tarpeen muokata johtuen eri paikkakunnan tarjoamista palveluista, ja näin voi toki tehdä. Toivomme kuitenkin, että ryhmädioiden tai käsikirjan sisältöjä ei merkittäväällä tavalla muuteta konsultoimatta ryhmämallin tekijöitä.

**Karoliina Keinänen, perheiden sosiaaliohjaaja**

Oulun kaupunki/ Maahanmuuttajapalvelut

[karoliina.keinanen@ouka.fi](mailto:karoliina.keinanen@ouka.fi)

puh. 040 661 4217



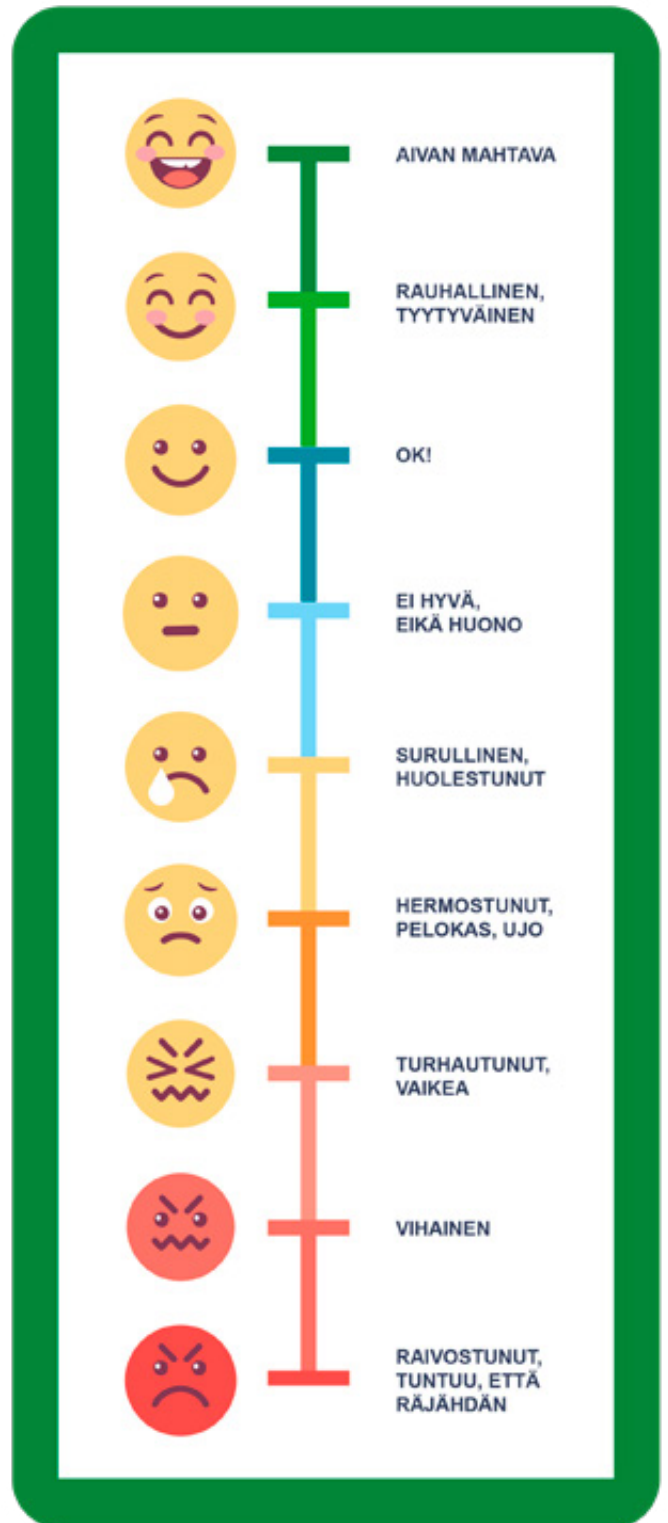
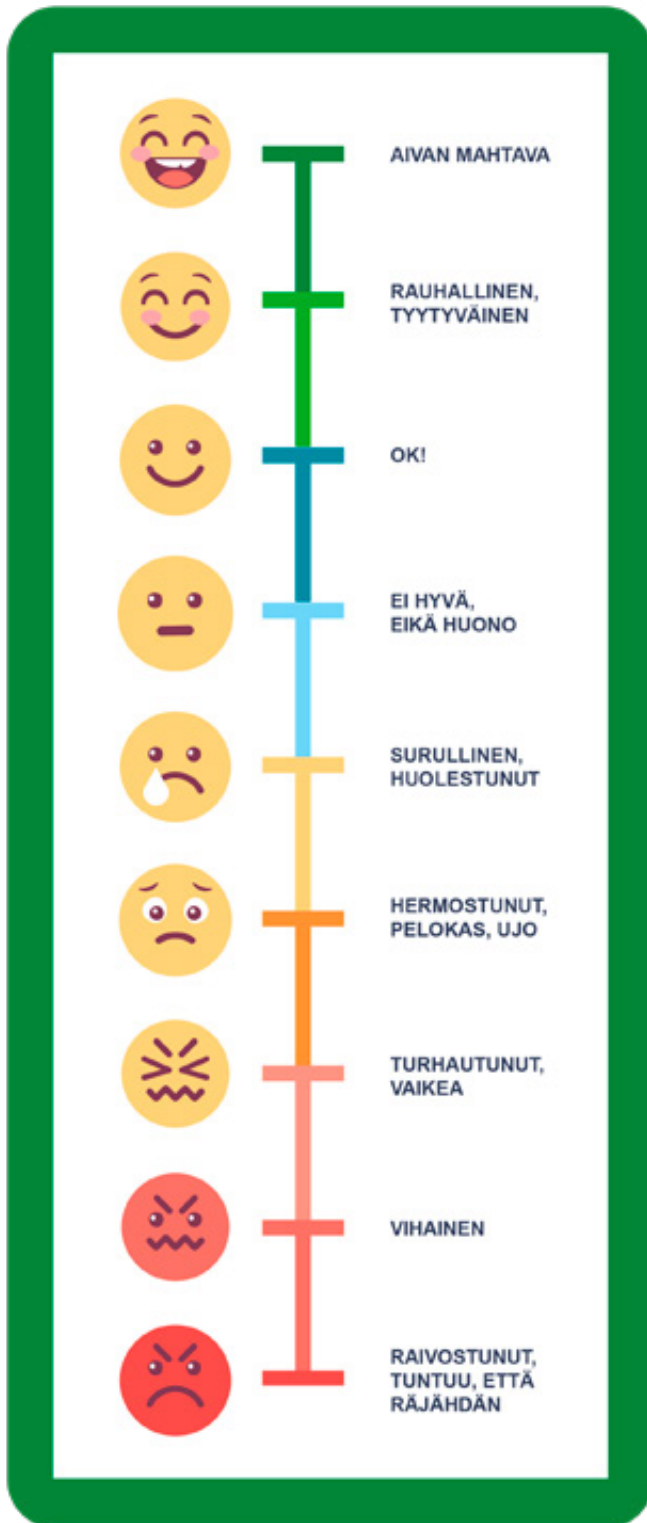
## Monikulttuurinen vanhemmuusryhmä

### Tapaamiskertojen sisällöt:

- Tapaamiskerta 1: Ryhmän esittely, säännöt ja tunnetyöskentely
    - » PVM ja AIKA
  - Tapaamiskerta 2: Mentalisaatio
    - » PVM ja AIKA
  - Tapaamiskerta 3: Vanhemmuuden osa-alueet
    - » PVM ja AIKA
  - Tapaamiskerta 4: Lapset ja nuoret mediassa
    - » PVM ja AIKA
  - Tapaamiskerta 5: Perhekulttuurit
    - » PVM ja AIKA
  - Tapaamiskerta 6: Lapsiperheiden palvelut ja lopetus
    - » PVM ja AIKA
- Ryhmäläisten tulee voida sitoutua jokaiselle tapaamiskerralle.
  - Ryhmässä keskustellaan vanhemmuudesta ja lasten kasvattamisesta Suomessa.
  - Tavoitteena on lisätä ryhmäläisten tietoa kasvatustavoista ja suomalaisesta kasvatuskulttuurista sekä palvelujärjestelmästä.
- Ehdotuksia kotiin:
    1. Esitelkää perheellenne tunnekortit ja tunnemittari, jotka saitte tämän päiväisestä ryhmästä.
    2. Käykää läpi kortteja lasten kanssa ja mietтікää, mitä tunnetta mikäkin kortti kuvaa.
    3. Keskustelkaa tunnekorttien ja tunnemittarin avulla päivän tunteista.
    4. Voitte myös pyytää lastanne pohtimaan mitä hän ajattelee toisen henkilön tunteneen tiettyssä tilanteessa.





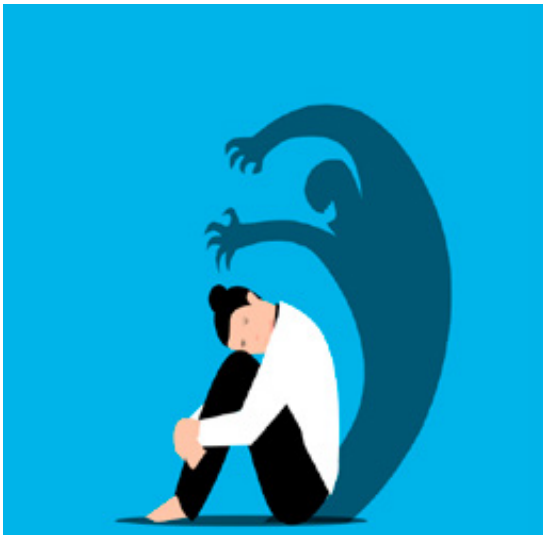


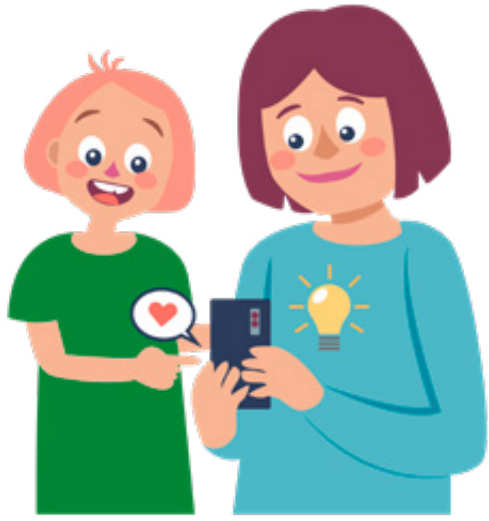


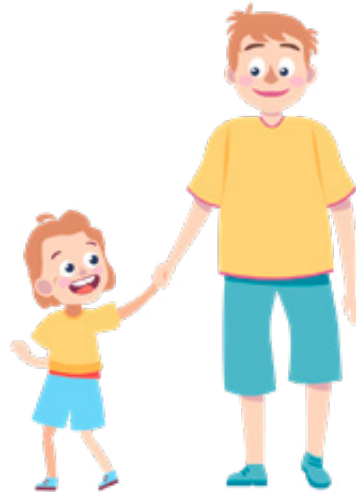




<b>TYTYTYVÄINEN</b>	<b>SURULLINEN</b>	<b>PELÄSTYNYT</b> <b>JÄNNITTÄNYT</b> <b>HERMOSTUNUT</b> <b>KAUHISTUNUT</b>
<b>VIHAINEN</b> <b>RAIVOSTUNUT</b> <b>ÄRTYNYT</b>	<b>NOLOSTUNUT</b> <b>EPÄVARMA</b>	<b>INNOSTUNUT</b> <b>RIEMASTUNUT</b>
<b>RAUHALLINEN</b> <b>LUOTTAVAINEN</b> <b>LEVOLLINEN</b>	<b>YLLÄTTYNYT</b> <b>HÄMMÄSTYNYT</b>	<b>ILOINEN</b>
<b>ROHKEA</b> <b>ITSEVARMA</b> <b>TARMOKAS</b>	<b>HUOLESTUNUT</b>	<b>IVALLINEN</b> <b>KATEELLINEN</b>









## Mentalisaatio vanhemmuudessa

- Mentalisaatio tarkoittaa, että yrittää ymmärtää itseään ja toista:
  - » Olet kiinnostunut lapsen tunteista, ajatuksista ja aikeista.
  - » Et olet tietäväsi, mitä lapsi tuntee tai ajattelee, vaan yrität ottaa siitä selvää!
  - » Mietit myös itse omia tunteitasi ja sitä, mistä ne voisivat johtua.
- Mentalisaation tukena
  - » Voit käyttää apuna tunnekortteja.
  - » Puhu lapsen kanssa, arvaile ääneen lapsen käytöksen takana olevia syitä tai tunteita.
  - » Kerro lapselle omista tunteistasi ja ajatuksistasi.
  - » Hyödynnä leikkiä ja mielikuvitusta!
- Ehdotuksia kotiin:
  - » Pohdi kerran päivässä lapsesi kanssa jotain tilannetta hyödyntäen tietoista mentalisaatiota:
    - Puhu lapsen kanssa siitä, mitä hän tunsi, tarkoitti ja ajatteli tilanteessa. Hyödynnä tunnekortteja ja tunnemittaria.
    - Pohdi millaisia tunteita ja ajatuksia sinussa heräsi.
    - Mieti lopuksi itsellesi, olisitko arvannut oikein lapsen tunteet ja ajatukset ilman keskustelua? Miksi keskustelu tunteista on tärkeää?





## Vanhemmuuden osa-alueet



### 1. Lapsen itsenäisyyden tukeminen

- Lapsella on oikeus osallistua päätöksentekoon asioissa, jotka koskevat lapsen elämää.
- Lapsen vapauden ja vastuun määrään vaikuttaa lapsen ikä ja lapsen kehitystaso.
- Lapsi tarvitsee aikuisen rohkaisua ja kannustamista itsenäisyyteen.
- Kun lapsi saa yrittää tehdä asioita itse, lapsen itsetunto ja usko omiin kykyihin vahvistuu.

### 2. Vanhemman kyky osoittaa lämpöä

- Lapsi tarvitsee lämpimän ja läheisen suhteen vanhempaan.
- Rakkautta voi osoittaa esimerkiksi kosketuksella (halaaminen, suukot), arvostavilla sanoilla (rakastan sinua, olet tärkeä, olet ihana, tykkään sinusta) tai yhteisen ajan viettämisellä.
- Jokaisella ihmisellä on tarve olla hyväksytty ja rakastettu. Vanhemman tehtävä on tarjota tätä lapsilleen.

### 3. Vanhemman kyky suojata lasta

- Vanhemman tehtävä on suojella lasta. Vanhempi suojelee lasta mm.
  - » Huolehtimalla perushoidosta (ruoka, puhtaus, vaatteet ym.).
  - » Huolehtimalla päivärytmistä.
  - » Huolehtimalla, ettei lapsi joudu kokemaan fyysistä tai henkistä väkivaltaa.
  - » Opettamalla lapselle rajojen asettamista ja omien puolien pitämistä.
  - » Tarjoamalla lämpöä ja rakkautta.
  - » Toimimalla ennakoitavasti niin, että lapsi tietää mitä vanhemmalta voi odottaa.
- On tärkeää, että jos kotona on riitoja tai konflikteja, ne sovitaan. Lapsen on tärkeää nähdä, että riidat voidaan sopia, eikä kenenkään turvallisuus ole riitojen vuoksi uhattuna.

### 4. Rajojen asettaminen

- Suomessa fyysinen ja henkinen kurittaminen on kiellettyä. Lasta ei saa lyödä, nöyryyttää tai



eristää myöskään kasvatustarkoituksessa.

- Vaikka kurittaminen on kiellettyä, lapselle saa ja täytyy asettaa rajoja ja seuraamuksia.
- Säännöillä ja rajoilla vanhempi suojelee lasta ja huolehtii kasvusta ja kehityksestä.
- Vanhemman tehtävä on asettaa rajoja ja sietää kiukkua.
- Huonon käytöksen korjaaminen ei välttämättä vie paljoakaan aikaa! Tärkeintä on olla johdonmukainen = vanhemman tulee pitää kiinni sovituista säännöistä.
- Joskus on vaikeaa kestää lapsen pettymystä ja sanoa ei. Jos joskus on tarve muuttaa lapsen käytöstä, kannattaa se aloittaa silloin, kun itsellä on siihen voimaa.

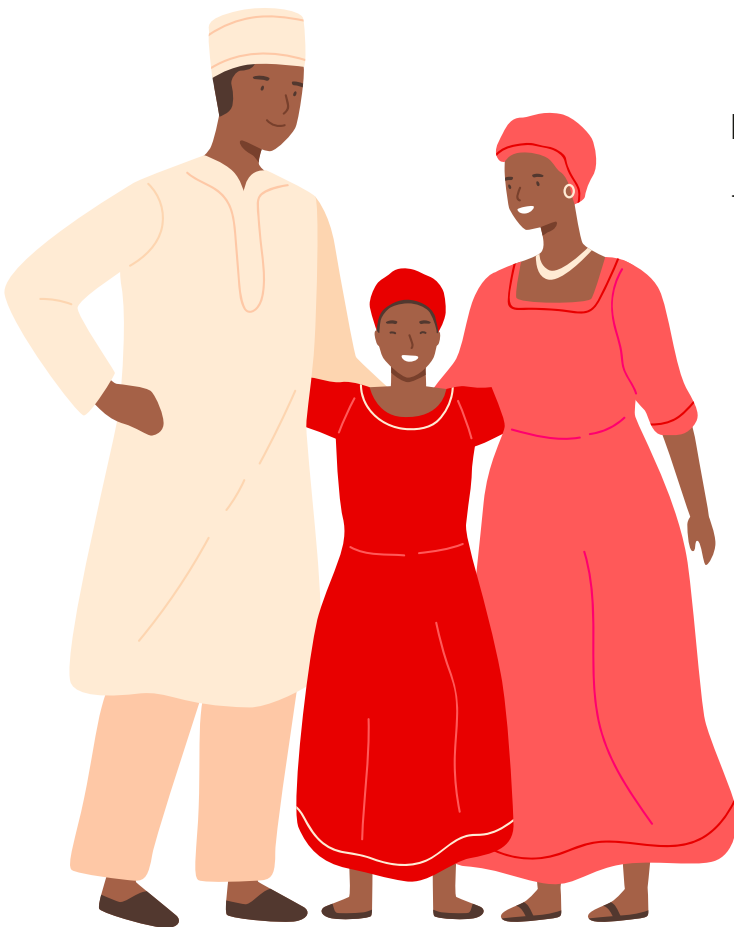
## 5. Suhteeseen syntyvien säröjen korjaaminen

- Jokaisessa ihmissuhteessa tulee erimielisyyksiä tai riitoja.
- Lapset eivät vielä useinkaan osaa itse korjata syntyneitä erimielisyyksiä ja siksi se on aina vanhemman vastuulla.
- Lapset oppivat taidon sopia erimielisyyksiä omilta vanhemmiltaan. Lapset seuraavat myös vanhempien keskinäistä suhdetta ja oppivat siitä.
- On parempi antaa tunteiden laantua ennen kuin asiaa lähdetään selvittämään.
- Tunteista puhuminen on tärkeää!
- Myös aikuinen voi pyytää anteeksi!

Vanhemmuus on suuri vastuu ja monesti vanhemmuus tuntuu vaativalta. Kukaan vanhempi ei ole koko ajan täydellinen vanhempi, kaikki tekevät välillä myös virheitä. Tärkeintä on antaa rakkautta, keskustella ja pyrkiä vanhempana parhaimpaan.

### Ehdotus kotiin:

Tehkää perheenä yhdessä jotakin mukavaa!



## Perhekulttuurit

Jokaisella perheellä on omanlainen perhekulttuuri, siihen sisältyy esimerkiksi: perheen arvot ja asenteet, suvun historia, yhteisö, sosiaalinen ympäristö ja yhteiskunta.

### Miten tukea lapsen kaksikielisyyttä?

Puhukaa kotona omaa äidinkieltä.

Jos vanhempi puhuu lapselle kieltä, jota ei vielä hyvin osaa, vaarana on, että virheellinen ääntäminen siirtyy lapselle.

Lapsen täytyy kuulla kumpaakin kieltä säännöllisesti ja tarpeeksi. Tästä syystä esimerkiksi varhaiskasvatus tai perhekerhot ovat tärkeitä paikkoja pienelle lapselle, jonka toivotaan omaksuvan kaksi kieltä.

### Miten tukea lapsen kulttuuri-identiteetin muodostumista?

Kotoutuminen on Suomeen sopeutumisen lisäksi myös oman kulttuurin säilyttämistä. Lapsille on tärkeää kertoa ja opettaa myös kotimaasta ja sen kulttuurista:

- Lapsen on hyvä tutustua myös muihin samasta maasta tulleisiin perheisiin
- Kertokaa lapsille kotimaan elämästä, muistoista ja tapahtumista
- Tehkää kotimaan ruokaa ja opettakaa ruuan valmistus myös lapsille
- Pitäkää kiinni perinteistä ja juhlista
- Näyttäkää videoita ja kuvia kotimaasta, soittakaa kotimaan musiikkia
- Pitäkää yhteyttä sukulaisiinne, jos mahdollista
- Kertokaa lapsillenne satuja, runoja tai tarinoita kotimaasta
- Opettakaa kotimaanne lauluja tai loruja lapsille

### Ehdotuksia kotiin:

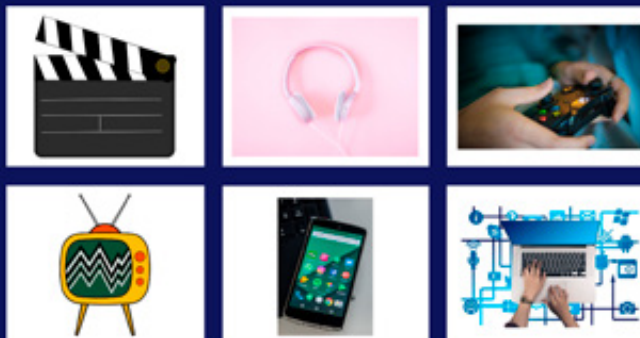
Keskustelkaa erilaisista kasvatuskulttuureista perheenne tai ystävänne kanssa.

Mitkä asiat perhekulttuurissasi ovat sellaisia, jotka haluaisit siirtää myös seuraavalle sukupolvelle? Onko jotain sellaista, minkä toivoisit muuttuvan?



## Lapset ja Media

- Mediaa on monenlaista ja se on osa meidän kaikkien elämää.
- Vanhemman vastuulla on huolehtia, että lapsi on turvassa myös digitaalisessa maailmassa.
- Mediasta on paljon hyötyä ja iloa, tutkikaa niitä yhdessä.

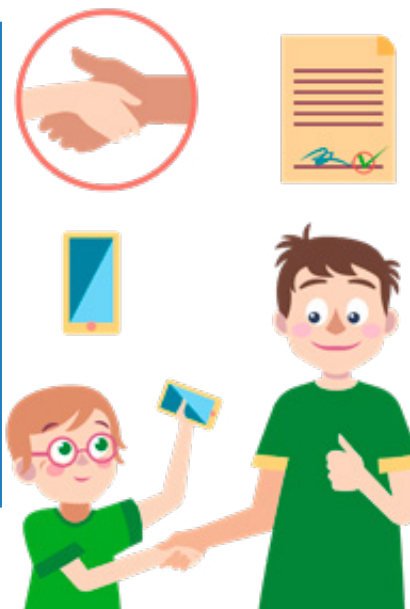


- Somessa ikäraja on yleensä 13-vuotta, mutta joissain sovelluksissa enemmänkin ⇨ tarkistakaa ikäraja yhdessä.
- Tutkikaa yhdessä somea, ole positiivisesti kiinnostunut!
- Kerro lapselle etukäteen, että somessa voi tapahtua ikäviä asioita ⇨ kannusta lasta kertomaan, jos jotain tapahtuu.
- Opeta lapsillesi turvaohjeet.



- Ikärajat ja sisältömerkinnät auttavat vanhempia suojelemaan lapsia epäsovivalta sisällöltä.

- On tärkeää sopia perheen yhteisistä digisäännöistä!
- Keskustelkaa yhdessä sopivasta ruutuajasta. Vanhempana huolehdit, että lapsi saa riittävästi lepoa, liikuntaa, sosiaalisia suhteita ja aikaa opiskelulle.
- Voitte sopia esim. näistä:
  - » Kauanko päivässä voi katsoa telkkaria?
  - » Kauanko päivässä saa pelata digilaitteilla?
  - » Missä puhelin/tabletti on yön aikana?
  - » Saako älylaitteita ottaa ruokapöytään?
  - » Millaista sisältöä saa katsoa ja pelata?



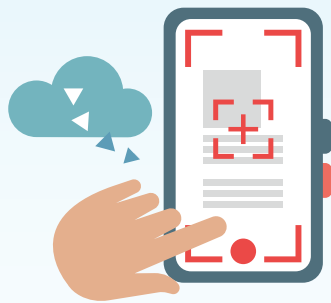
## TURVAOHJEET NETTIIN



Sulje laite tai sovellus.



Kerro turvalliselle aikuiselle.



Säilytä viestit, kuvat tai videot ruutukaappauksella.



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

Ota aikuisen kanssa tarvittaessa yhteyttä poliisiin.



## Lapsiperheiden palvelut

Suomessa perheille on saatavissa monenlaista tukea vanhemmuuteen ja lasten kasvatukseen!

Jos et tiedä mikä on oikea paikka hakea tukea, se ei haittaa. Ota asia puheeksi jonkun ammattilaisen

kanssa, joka auttaa sinua löytämään oikean palvelun. Voit ottaa huolesi puheeksi kaikissa tämän esitteen paikoista!

- Pyydä palveluissa tulkkausta omalla kielelläsi!



### Päiväkoti ja koulu

Tukea lapsen kasvuun, kehitykseen ja oppimiseen!

Päiväkodissa useita ammattilaisia, mm. varhaiserityisopettaja.

Koulussa opettajien lisäksi myös oppilas-huolto: koulukuraattori, koulupsykologi, oppilasohjaus, kouluterveydenhuolto.



### Neuvola

Lasta odottaville ja alle kouluikäisille lapsille ja heidän perheilleen.

Säännölliset tapaamiset terveystarkastuksissa, voi pyytää myös ajanvarausta. Tukea ja neuvontaa vanhemmuuteen!

Oulu neuvola puh. 08 558 44356



### Kasvatus- ja perheneuvonta

Tukea ja ohjausta kasvatukseen, kun vanhemmat ovat huolissaan lapsistaan tai perheensä tilanteesta.

Keskustelutukea, myös sovitteluapua erotilanteisiin.

Yhteydenotto puhelimitse ma-pe klo 10–12, puh. 040 650 6014.

**Lasten- ja nuorisopsykiatrisen työryhmä (LANU)**

Vastaa alle 18-vuotiaiden psykiatrisesta erikoissairaanhoidosta.

Hoitoon ohjaututaan lähetteellä.

## Lastensuojelu

Lasten ja nuorten hoitoon ja kasvatukseen liittyvät vaikeudet, kaltoinkohteluun ja väkivaltaan liittyvät tilanteet.

Vanhempien tai lasten/nuorten mielen-terveys- tai päihdeongelmat, muut elämän kriisit.

Yhteydenotto: [www.ouka.fi/huoli](http://www.ouka.fi/huoli)



## Sosiaalipalvelut

Tukea vaikeisiin elämäntilanteisiin, taloudellisiin haasteisiin, hankaluuksiin lasten kasvattamisessa.

Yhteydenotto: [ouka.fi/huoli](http://ouka.fi/huoli) tai puhelu oman alueen sosiaalipalveluun.

Voit ottaa yhteyttä sähköisen perhekeskuksen Pyydä apua -lomakkeen kautta: <https://easiointi.ouka.fi/sosiaali-ja-perhepalvelut/pyyda-apura/>

**Yhteystiedot sosiaalipalveluihin:**

**Maahanmuuttajapalvelut** päivystys ma-to klo 9-10, puhelut omalle työntekijälle. Sosiaalityöntekijöiden puhelinaika ma-to klo 10-11.

**Kontinkangas p. 040 182 8078**

**Tuira p. 040 683 8138**

**Haukipudas p. 040 630 6525**

**Kaakkuri p. 050 316 9095**

**Kiiminki p. 050 407 3513**

## Järjestöjen tarjoamia tukimuotoja ovat muun muassa:



Keskustelutukea vanhemmuuteen

Ryhmiä ja koulutuksia vanhemmille

Tukea erotilanteisiin ja parisuhdeongelmiin

Tukea eronneille vanhemmille yhteishuoltajuuteen



(Kangastie 9, Tuira, 0400-581606)

Turvaa jos kotiin ei voi jäädä väkivallan vuoksi

Yksin tai lasten kanssa ympäri vuorokauden

Ensikodilta ympärivuorokautista, tiivistä tukea vauva-arjen alkuun pääsystä







Perhekerhoja ja perhekahviloita




Leirejä

Tapahtumia perheille

**1. Koin, että sain ryhmästä uutta tietoa vanhemmuuteen liittyen.**

Samaa mieltä		
Melko samaa mieltä		
En osaa sanoa		
Melko eri mieltä		
Eri mieltä		

**2. Koin, että ryhmän myötä sain vahvistusta vanhemmuuteeni.**

Samaa mieltä		
Melko samaa mieltä		
En osaa sanoa		
Melko eri mieltä		
Eri mieltä		



### 3. Koetko tulleeesi kuulluksi ryhmässä?



Samaa mieltä		
Melko samaa mieltä		
En osaa sanoa		
Melko eri mieltä		
Eri mieltä		

**Onko jotain mitä haluaisit kertoa sanallisesti? Mikäli ryhmäläinen kertoo kokemuksestaan suullisesti, voi ohjaaja kirjata ylös kommentit:**

**1. Ryhmämalli oli helppo ottaa käyttöön ohjaajan käsikirjan ja diojen avulla.**

Samaa mieltä		
Melko samaa mieltä		
En osaa sanoa		
Melko eri mieltä		
Eri mieltä		

**2. Ryhmämallin avulla saimme mielestäni kattavasti käsiteltyä vanhemmuutta ja lisättyä ryhmäläisten tietoa vanhemmuuteen liittyvistä asioista.**

Samaa mieltä		
Melko samaa mieltä		
En osaa sanoa		
Melko eri mieltä		
Eri mieltä		

### 3. Jatkan ryhmämallin käyttöä myös tulevaisuudessa.

Samaa mieltä		
Melko samaa mieltä		
En osaa sanoa		
Melko eri mieltä		
Eri mieltä		

**Vapaamuotoinen palaute. Minkälainen kokemus ryhmän vetäminen oli? Onko toiveita ryhmän sisältöihin tai materiaaleihin liittyen? Positiiviset kommentit ja kehittämissuhteet.**

Monikulttuurisen ryhmämallin kehittäjät toivovat palautteita ryhmämallista sen arvioimiseksi ja kehittämiseksi. Palautteita voitte lähettää [iida-maria.bimberg@ouka.fi](mailto:iida-maria.bimberg@ouka.fi) ja [karoliina.keinanen@ouka.fi](mailto:karoliina.keinanen@ouka.fi)

## Lähteet

Bimberg, I, 2022, Perhe Yhtenäiseksi- Opas työntekijälle, Painatuspalvelut Monetra Oy

Kansallinen Audiovisuaalinen instituutti, hakupäivä 8.12.2021, <https://kavi.fi/ikarajat/julkaisut/>

Kuivala Arttu & Poijula Hanna, Tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaalit, 2021, Painatuspalvelut Monetra Oy, [www.turvataitokasvatus.fi](http://www.turvataitokasvatus.fi)

Mannerheimin lastensuojeluliiton internetsivusto: mentalisaatio vanhemmuudessa, hakupäivä 8.12.2021, <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/mentalisaatio-vanhemmuudessa/>

Pelastakaa Lapset, Kuka haavoittuu verkossa?, 2021, hakupäivä 9.2.2022, [https://pelastakaalapset.s3.eu-west-1.amazonaws.com/main/2021/09/17103156/kuka\\_haavoittuu\\_verkossa\\_2021.pdf](https://pelastakaalapset.s3.eu-west-1.amazonaws.com/main/2021/09/17103156/kuka_haavoittuu_verkossa_2021.pdf)

THL, Kulttuurisensitiivinen työote, 2021, hakupäivä 16.11.2021 <https://thl.fi/fi/web/maahanmuutto-ja-kulttuurinen-moninaisuus/tyon-tueksi/hyvia-kaytantoja/kulttuurisensitiivinen-tyoote>