Mitä huoltajat voivat tehdä kiusaamiselle?

Otu –oikeus turvallisuuteen,
Eija Arvola



Kysy usein, mitä lapsellesi kuuluu

Miten päivä meni?

Oliko kiva päivä?

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

Mitä sinulle kuuluu?

Onko kaikki hyvin?

Kerro kavereistasi.
On turvallista,
että minäkin tunnen heidät.

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

Puhu lapsesi tai nuoresi kanssa jo ennen kuin kiusaamista tapahtuu

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

Kannusta lasta tai nuorta kertomaan

- Jos huomaat lapsen tai nuoren olemuksessa jotain poikkeavaa, kysy asiasta
  - Vetäytyminen, itkuisuus, alakulo, univaikeudet, halu jäädä kotiin ja myöhästelyt koulusta.
- Kannusta lastasi kertomaan kokemastaan kiusaamisesta, syrjinnästä, häirinnästä tai väkivallasta.
- Kerro, että ikävistäkin asioista on tärkeä puhua.
- Varaudu siihen, että lapsi ei välttämättä halua kertoa asiasta juuri nyt. Yritä myöhemmin uudelleen.
- Lapsen tai nuoren voi olla helpompi puhua ikävistä asioista jonkin tekemisen lomassa, esim. automatkat, mukava yhteinen puuha.

Jos lapsesi kertoo kokemastaan kiusaamisesta, yksinäisyydestä, häirinnästä, syrjinnästä tai väkivallasta

- Ota asia vakavasti.
- Kuuntele rauhallisesti.
- Kiitä lasta, että hän kertoi sinulle.
- Kerro, että olet hänen tukenaan.
- Luo toivoa, tästä selvitään.

Selvitä asia aikuisten kanssa

- Ota yhteyttä opettajaan, kouluterveydenhoitajaan, kuraattoriin ym. Valitkaa se, mikä sopii parhaiten lapselle tai nuorelle.
- Jos kiusaaminen tapahtuu harrastuksissa, ota yhteyttä ohjaajaan tai valmentajaan.
- Tehokkainta on, jos kaikkien huoltajat voivat olla osana selvittämistä --> aikuiset puhaltavat yhteen hiileen.
- Ilmoita vapaa-ajan tilanteista myös kouluun, jos arvelet, että sillä on vaikutusta lapsesi koulunkäyntiin.

Somessa tapahtuva kiusaminen, häirintä, syrjintä, väkivalta ja grooming

- Sopikaa somen käytön säännöistä yhdessä.
- Tutustu lapsesi käyttämiin digitaalisiin ja sosiaalisen median ryhmiin, palveluihin, pelialustoihin ym.
- Tarkistakaa eri palveluiden ja sovellusten yksityisyyden asetukset.
- Pidä kiinni somen ja pelien ikärajoista.
- Opeta lapsellesi sometaitoja: omaa kuvaa tai yhteystietoja ei jaeta somessa sellaiselle ihmiselle, jota ei ole koskaan tavattu.

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

- Kannusta lastasi kertomaan ikävistä viesteistä, vaikka ne tuntuisivat noloilta tai hävettäviltä.
- Ota kuvankaappaukset ym. viestistä, kuvista tai videoista. Ota talteen tekijän käyttäjänimi, profiili ym.
- Ilmoita asiaton viesti ylläpidolle ja poliisille.

Jos lapsesi on osallistunut kiusaamiseen, häirintään, syrjintään tai väkivaltaan

- Tilanne voi aiheuttaa voimakkaita tunteita --> rauhoitu ensin ja puhu lapsesi kanssa vasta sen jälkeen.
- Kerro, että et hyväksy kiusaamista, mutta lapsesi on sinulle tärkeä ja haluat auttaa häntä.
- Pyydä lastasi kertomaan tilanteesta omin sanoin. Kuuntele, yritä olla keskeyttämättä.
- Kiitä, että lapsesi kertoi asiasta sinulle.
- Luo toivoa, yhdessä selviämme tästä tilanteesta.

MLL: jos oma lapsi on osallistunut kiusaamiseen

- Rauhoita oma mielesi. Käy ensin läpi omat tunteesi ja selvitä vasta sen jälkeen lapsen kanssa mitä kiusaamistilanteessa on tapahtunut. Yritä olla syyttämättä tai puolustamatta lasta, itseäsi tai koulua.
- Pohdi, mitä lapsen käyttäytymisen takana saattaa olla.
- Kerro, että haluat jutella tapahtuneesta ja ymmärtää tapahtunutta eri osapuolten näkökulmasta.
- Kuuntele lasta ja anna hänelle mahdollisuus kertoa tilanteesta omin sanoin. Vältä keskeyttämistä.
- Kerro, että myös ikävistä tapahtumista on tärkeää aina kertoa ja asioiden selvittelyyn saa apua aikuisilta.
- Pohtikaa yhdessä, kuinka toimia myönteisesti toisten lasten kanssa. Vahvista lapsen luottamusta siihen, että hän voi muuttaa käyttäytymistään.
- Anna lapselle välitöntä ja myönteistä palautetta, aina kun hän toimii oikein toisia kohtaan. Huomioi myös pienet edistymiset.
- Auta lasta pohtimaan kiusatun näkökulmaa ja miltä hänestä tuntuu.
- Puhu lapsen kanssa anteeksipyytämisestä ja sen tärkeydestä. Tätä voi myös harjoitella yhdessä.

Lähde: mll.fi

Kaikki mukana olleet lapset ja nuoret voivat tarvita tukea selviämiseensä

- Kaikilla lapsilla on oikeus opiskeluhuollon palveluihin (kuraattori, kouluterveydenhoitaja, koulupsykologi ym.)
- Lasten ja nuorten riita-asioissa voitte käyttää myös Lapin sovittelutoimiston apua: https://www.sovittelulappi.fi
- Jos lapsesi on rikoksen uhri, voitte hakea apua rikosuhripalvelusta: https://www.riku.fi ja Lapin hyvinvointialueelta: https://lapha.fi/lasten-ja-nuorten-hoito-ja-tuki-vakivaltaepailyn-tilanteessa
- Jos nuoren käytös huolestuttaa tai tarvitset tukea omaan jaksamiseen, ota matalalla kynnyksellä yhteyttä hyvinvointialueen perheiden palveluihin.
    - Laphan "Pyydä apua" -nappi: https://www.sosiaalijaterveyspalvelut.fi/pyydaapua

Apua ja tietoa vanhemmille

- MLL vanhempainnetti: https://www.mll.fi/vanhemmille/
- MLL tietoa kiusaamisesta: https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriiseihin/kiusaaminen/
- MLL tietoa nettikiusaamisesta: https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/hyvinvointia-digiajassa/nettikiusaaminen/
- Apua nuorille ja vanhemmille nopeasti - Mannerheimin Lastensuojeluliitto
  - Vanhempainpuhelin: 0800 92277
  - Päivystävä chat, ajanvarauschat, nettikirje ja vanhempien keskustelupalsta: https://www.mll.fi/vanhemmille/toiminta-lapsiperheille/vanhempainpuhelin/
- Lapin hyvinvointialueen "Pyydä apua" -nappi: https://www.sosiaalijaterveyspalvelut.fi/pyydaapua
- Poliisin sivu: https://poliisi.fi/koulukiusaaminen-voi-olla-rikos
- Tietoa kiusaamisesta rikoksena: https://www.riku.fi/erilaisia-rikoksia/koulukiusaaminen/
- Lapin sovittelutoimisto: https://www.sovittelulappi.fi