



Pelastakaa Lapset

MITEN SUOJELLA LASTA VERKOSSA?

OPAS AIKUISELLE

Työryhmä: Eeva Kalliokoski, Minerva Kettukuja,
Juuli Nakari, Pauliina Turunen, Lauri Sundberg, Antti
Järventaus, Annukka Kurki, Veera Tuomala

Taitto: Atte Nykänen

© **Pelastakaa Lapset 2021**

Pelastakaa Lapset ry:n julkaisusarja n:o 28

ISBN 978-952-7112-55-7 (sähköinen versio)

ISBN 978-952-7112-56-4 (painettu versio)

ISSN 1459-9392: 29

Ollaan yhteydessä:

info@pelastakaalapset.fi

 PelastakaaLapset

 @pelastakaalapset

 @pelastakaalapse



Pelastakaa Lapset

LAPSELLA ON OIKEUS SUOJELUUN MYÖS DIGITAALISESSA YMPÄRISTÖSSÄ

Pelit ja sosiaalinen media ovat valtaosalle lapsista ja nuorista myönteisten kokemusten ja leppoisan yhdessäolon paikkoja. Suomalaislapsilla on kansainvälisestikin arvioiden myös poikkeuksellisen hyvä medialukutaito. Silti liian moni lapsi ja nuori törmää yhä verkossa pelottavaan tai ahdistavaan sisältöön, saa aikuisilta sopimattomia yhteydenottoja, joutuu kiusatuksi tai ajautuu haitallisten nettiyhteisöjen vaikutuspiiriin.

YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen nojalla lapsilla on oikeus suojeluun myös digitaalisissa ympäristöissä. Vastuu turvallisuudesta kuuluu ensisijaisesti vanhemmille ja huoltajille, mutta myös valtion ja digitaalisia palveluita tarjoavien yritysten tulee kantaa vastuuta.

Tämä opas perustuu parhaaseen saatavilla olevaan tietoon. Materiaalin kokoamiseen on osallistunut suuri joukko verkkotyön ammattilaisia ja lasten nettiturvallisuuden asiantuntijoita. Toivon, että vanhempina tai kasvattajana saat siitä luotettavaa tietoa verkon vaaran paikoista sekä tukea tärkeässä roolissasi lapsen suojelijana.

Ennen kaikkea haluan kannustaa sinua olemaan läsnä lapsesi digiarjessa. Astu avoimin mielin lapsen kokemusmaailmaan.

Hanna Kivisilta-Markkula

Pääsihteeri
Pelastakaa Lapset

Onko perheessäsi tai lähipiirissäsi alakouluikäinen lapsi? Vanhempien mediataitokurssi auttaa parantamaan lapsen ja aikuisen yhteistä digiarkea. Kurssi on suunnattu ensisijaisesti alakouluikäisten lasten vanhemmille ja muille lähiaikuisille, mutta tehtäviä voi helposti soveltaa kaiken ikäisten nuorten kanssa. Vanhempien mediataitokurssilla käydään läpi myös haitallisia verkkoilmiöitä ja niiden käsittelemistä yhdessä lapsen kanssa. pelastakaaalapset.fi/mediataitokurssi

SISÄLLYSLUETTELO

LAPSELLA ON OIKEUS SUOJELUUN MYÖS DIGITAALISESSA YMPÄRISTÖSSÄ	3
LAPSEN OIKEUDET DIGITAALISESSA AJASSA	5
1. DIGILAITTEISTA HUVIA, HYÖTYÄ JA HANKALUUKSIA	6
Mielekästä tekemistä	6
Liikaa digiä?	6
Haitalliset mediasisällöt	6
2. AIKUISILLA TULEE OLLA KEINOT PUUTTUA SEKÄ TUKEA TURVALLISTA DIGILAITTEEN KÄYTTÖÄ	7
Lähtökohtana aikuisten mediataidot	7
Turvataidot tutuiksi	7
Kiinnostus kantaa	8
Yhteiset säännöt	9
3. HAITALLINEN SISÄLTÖ	10
Ikärajallinen ja pelottava sisältö	10
Seksuaalinen sisältö	11
Väkivaltaiset sisällöt	11
Vihapuhe ja aggressiivisuus	12
Kriisiuutisointi / kriisikeskustelut	14
4. HAITALLISET YHTEISÖT	16
Viharyhmät ja radikalisoituneet ryhmät	16
Muut haitalliset ryhmät	18
5. HAITALLISET YHTEYDENOTOT	19
Nettikiusaaminen	20
Vainoaminen	22
Grooming	22
Identiteettivarkaus	24
LIITTEET	26

LAPSEN OIKEUDET DIGITAALISESSA AJASSA

YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen mukaan jokaisella lapsella on kiistämättömiä oikeuksia, myös digitaalisella aikakaudella. Keskeisiä lapsen ”digioikeuksia” ovat:

Oikeus suojeluun verkossa. Tärkein turvan lähde ovat omat vanhemmat, mutta myös valtiolla on velvollisuutensa turvallisen verkkoympäristön luomisessa. Valtioiden tehtävänä on huolehtia, että verkkoalustat ovat lapsille turvallisia.

Oikeus osallisuuteen verkossa. Tämä oikeus käsittää oikeuden kertoa mielipiteensä, etsiä ja jakaa tietoa sekä muodostaa ryhmiä muiden kanssa. Valtioiden tulee huolehtia, että lasten näkemykset otetaan huomioon verkkoa kehitettäessä.

Oikeus yksityisyyteen. Lapsen viestejä, kuvia, paikkatietoja tai muita hänen yksityisiä tietojaan ei saa katsoa tai levittää ilman lapsen lupaa, ellei se ole erityisesti lapsen edun mukaista.

Oikeus opetukseen. Koulujen tulee huolehtia, että lapsilla on riittävät digitaalisen hyvinvoinnin ja kansalaisuuden taidot mukaan lukien turvataidot.

Oikeus hyvinvointiin. Digitaalisuuden tulee edistää lasten hyvinvointia, ei rapauttaa sitä. Hyvinvointi syntyy tasapainoisesta ja turvallisesta arjesta, jossa lapsi saa riittävästi lepoa, liikuntaa, terveellistä ravintoa, ja jossa hänellä on merkityksellisiä sosiaalisia suhteita, mielekästä tekemistä ja turvallisuutta tuovat rutiinit.

Oikeus leikkiin ja vapaa-aikaan. Digitaalisuus mahdollistaa uudenlaisia tapoja leikkiä ja rentoutua. Niiden tulee kuitenkin olla aina turvallisia sekä edistää lapsen omia tavoitteita ja hyvinvointia.



DIGILAITTEISTA HUVIA, HYÖTYÄ JA HANKALUUKSIA

MIELEKÄSTÄ TEKEMISTÄ

Digitaalisuus toimii lapselle ja nuorelle välineenä mm. sosiaalisten suhteiden ylläpitoon ja luomiseen, mielekkäeseen tekemiseen sekä uusien tietojen ja taitojen kartoittamiseen. Erilaiset sovellukset tarjoavat monenlaista viihdettä ja kiinnostavia sisältöjä. Digilaitteen äärellä voi parhaimmillaan myös ”nollata” esimerkiksi stressaavan päivän tai raskaiden tapahtumien jälkeen. Digilaitteiden selailu ei siis ole ainoastaan stressaavaa informaatiotulvaa aivoihin. Se mahdollistaa uudenlaisen tavan pitää yhteyttä ja tutustua ihmisiin, seurata kavereiden elämää ja liittyä erilaisiin yhteisöihin. Esimerkiksi digipelien kautta lapsi voi löytää tärkeitä ja itselle merkityksellisiä yhteisöjä, joiden kautta voi syntyä uusia ystävyssuhteita. Digilaitteet mahdollistavat yhteydenpidon lähes maailman jokaiseen kolkkaan. Näin ollen myös ystäviä voi helposti saada kaikkialta maailmasta. Netti ja sen tuomat yhteisöt saattavat monelle olla myös turvapaikka, pako todellisuudesta tai muuten vain suuri mielenkiinnon kohde. **Parhaimmillaan digilaitteiden käyttö tukeekin lapsen kasvua, kehittymistä, kriittistä ajattelua, tietotaidon kertymistä ja lisää hänen hyvinvointiaan.**

Sosiaalinen media ja siellä toimivat somevaikuttajat tarjoavat parhaimmillaan runsaasti helposti lähestyttävää ja hyödyllistä tietoa erilaisista aiheista. Somevaikuttajien tuottama sisältö voi sisältää myös kaupallisia viestejä, joita lapsen tai nuoren voi olla hankala tunnistaa. Sosiaalisen median sisältöjen tuottaminen on vaikuttajille työtä, josta korvaus saadaan yleensä kaupallisten yhteistöiden kautta. Tällaisia mainoksia voivat olla esimerkiksi kuva päivän asusta, jossa on kerrottu, mistä kaupasta vaatteet on ostettu tai linkki nettikasinolle, johon luvataan ilmaiskierroksia tietyn talletuksen jälkeen. Useat somevaikuttajat toimivat kuitenkin positiivisina roolimalleina ja tarjoavat samaistumisen mahdollisuuksia. He käsittelevät nuorille tärkeitä aiheita heille kohdennetulla tavalla ja antavat näin mahdollisuuden osallistua esimerkiksi yhteiskunnalliseen keskusteluun.

LIIKAA DIGIÄ?

Mistä sitten tietää, onko lapsen digilaitteiden käyttö hänelle haitallista? Lapsen digilaitteiden käyttöä pohties- sa tai perustellessa tulee aina tarkastella lapsen arkea kokonaisuudessaan. Miten lapsen arki sujuu elämän eri osa-alueilla? Saako hän riittävästi unta, sujuuko koulunkäynti? Onko lapsella harrastuksia ja vapaa-ajan

tekemistä digilaitteiden ja digiympäristöjen ulkopuolella? Millaisia kaveri- ja ihmissuhteita lapsella on, miten vuorovaikutus muiden kanssa sujuu? Millainen on lapsen yleinen vireys- ja mielentila? Hoituvatko velvollisuudet?

Jos lapsen elämän eri osa-alueet sujuvat hyvin ja ovat kunnossa, yleensä ei ole kovin suurta huolta siitä, että lapsi kärsisi digilaitteensa käyttämisestä. Liiallinen tai haitallinen digilaitteen käyttö vaikuttaa lapsen psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin ja heijastuu usein myös lapsen sosiaalisiin suhteisiin. **Jos lapsen digilaitteen käyttö tai siihen liittyvät vaikutukset terveyteen huolettavat, asiasta kannattaa puhua lapsen kanssa ja tarvittaessa ottaa yhteyttä ammattilaisiin, kuten kouluterveydenhuoltoon.**

HAITALLISET MEDIASISÄLLÖT

Lasta voi suojella parhaiten haitallisilta mediasisällöiltä kiinnittämällä huomiota ja kiinnostamalla siitä, mitä lapsi digilaitteellaan tekee tai millaisia sisältöjä hän kohtaa. Netti on täynnä toimintaa ja sisältöjä, joista osa on lapselle haitallisia. Sellaisia ovat esimerkiksi haitalliset yhteydenotot, joihin lasketaan kiusaaminen, seksuaalinen häirintä ja uhkailu. Monet lapset joutuvat myös katsomaan vierestä tällaista toimintaa, vaikka se ei kohdistuisikaan suoraan heihin. Haitallisia sisältöjä puolestaan ovat esimerkiksi nettipornon, väkivaltaisen sisällön ja vihasisällön näkeminen. Myös varomaton henkilötietojen ja muun yksityisen tiedon jakaminen some- ja nettialustoilla asettaa lapsen usein alttiiksi riskeille ja haitoille.

Tässä julkaisussa tutustutaan myöhemmin tarkemmin haitallisiin mediasisältöihin, yhteydenottoihin ja yhteisöihin.

MUISTA AINAKIN NÄMÄ:

1. Digitaalisuus on osa lapsen ja nuoren luonnollista toimintaympäristöä.
2. Digitaalisuus tarjoaa paljon mielekästä tekemistä ja mahdollisuuksia harrastaa, olla osa yhteisöjä sekä osallistua.
3. Kiinnostus lapsen digilaitteen käyttämisestä myös suojelee lasta haitallisilta sisällöiltä
4. Lapsen digilaitteiden käyttöön liittyvästä huolesta on keskusteltava lapsen kanssa. Tukea keskusteluun voi pyytää esimerkiksi kouluterveydenhuollosta.

AIKUISILLA TULEE OLLA KEINOT PUUTTUA SEKÄ TUKEA TURVALLISTA DIGILAITTEEN KÄYTTÖÄ

LÄHTÖKOHTANA AIKUISTEN MEDIATAIDOT

Aikuisen omat mediataidot ja ymmärrys digilaitteiden käytöstä, niiden hyödyistä ja haitoista ovat tärkein turva lapselle ja tämän digilaitteiden käytölle. Kun aikuinen itse osaa toimia verkossa turvallisesti, ymmärtää internetin toimintaa, suhtautuu kriittisesti sen tuomiin ilmiöihin ja näkee myös kaiken digilaitteista saatavan hyvän lapsen elämässä, hän pystyy auttamaan myös lasta omaksumaan nämä taidot.

Lapset eivät synny diginatiiveina eivätkä automaattisesti opi suojautumaan tietoturvauhkilta tai muilta verkon haittailmiöiltä. Aikuisen tehtävä on tukea, opastaa, rajoittaa ja suojella lasta netin ja digilaitteiden käyttöön liittyvissä asioissa. Kun aikuinen huolehtii omasta digiturvallisuudestaan ja käyttäytyy muita kunnioittaen somessa, hän toimii esimerkkinä ja auttaa myös lasta omaksumaan tärkeät turvataidot.

Myös lapset ja nuoret pitävät tärkeänä, että aikuinen osaa ohjeistaa ja tukea netin turvalliseen käyttöön. Valtaosa suomalaisista nuorista kokee, että koulussa tai kotona tulisi opettaa sosiaalisen median käyttöä, siellä käyttäytymistä sekä käyttöön liittyvää turvallisuutta.

Aikuisenkaan mediataidot eivät kuitenkaan ilmaannu tyhjästä, vaan ne ovat opittuja. Mistä tunnistaa valesuhteen? Miksi somepaniikkiin ei kannata lähteä mukaan? Miten puhua lapsen kanssa netin uhkaavista ilmiöistä? Mitä jos lapsi katsoo pornoa älypuhelimellaan ja jakaa sitä kavereilleen? Aikuisille on saatavilla monenlaisia materiaaleja ja kursseja, joiden avulla voi harjoitella mediataitoja yksin ja yhdessä lapsen kanssa. Mediataitojen hallitseminen on tärkeää, sillä niitä voi pitää uutena kansalaistaitona.

Omia mediataitoja voi testata ja vahvistaa Pelastakaa Lasten verkkokurssilla:

hyvakysymys.fi/kurssi/digiaikuisena-digiviidakossa/

TURVATAIDOT TUTUIKSI

“*Olen selaillut minua kiinnostavista asioista kuvia Googlen kuvahauulla ja melkein aina välissä on kuvia, joilla ei ole mitään tekemistä etsimäni aiheen kanssa (esim. sukupuolielimet). Näin on käynyt jo niin monta kertaa, että olen tottunut näkemään sellaista odottamatonta sopimattomuutta normaalien kuvien joukossa*”
Nuori 16 v.

Nettiin ja digilaitteisiin liittyvät turvataidot tähtäävät oman yksityisyyden suojaamiseen, haitallisten sisältöjen estämiseen ja haitallisten yhteydenottojen minimoimiseen. On tärkeää, että lapsi saa opetella aikuisen kanssa, miten esimerkiksi oma someprofiili asetetaan yksityiseksi, miten palvelussa voi estää muita käyttäjiä, keitä kannattaa hyväksyä seuraajiksi tai kavereiksi, mitä sääntöjä lapsen käyttämissä sovelluksissa on ja miten täytyy toimia, jos lapsi kohtaa jotakin hämmentävää digilaitteellaan. On myös merkityksellistä, että lapsi ymmärtää, mikä tarkoitus erilaisilla turvakeinoilla on. Lapselle tulee osata selvittää hänen kehitystasonsa mukaisesti, miksi esimerkiksi omien julkaisujen näkyvyyttä kannattaa rajata ja mikä ero on julkisella ja yksityisellä someprofiililla.

Lisäksi on tärkeää käydä läpi, millaista materiaalia lapsi itsestään jakaa verkossa. Voiko kaverille laitettu hassu kuva päätyä ei-toivottuun paikkaan? Lapsi voi toimia netissä vastuullisesti vain, jos hän tietää, miten se tehdään. **Lapselta ei voi edellyttää netin turvataitoja, jos niitä ei ole käyty hänen kanssaan läpi.**

4 TÄRKEINTÄ TURVALLISUUSASETUSTA LAPSEN DIGILAITTEELLE

1. Ruutuajan rajaaminen
2. Sisältöjen ikärajoitusten asettaminen
3. Sovellusten asentaminen ja ostojen salliminen vain vanhemman luvalla
4. Yksittäisten sovellusten turva- ja yksityisyysasetuksiin tutustuminen ja mahdollisten rajausten asettaminen (esimerkiksi kuka voi nähdä lapsen julkaisuja somessa)

Lapset voivat päätyä netissä sellaisen materiaalin pariin, joka ei ole hyväksi heidän kehitykselleen. Esimerkiksi YouTubessa lapsen suosiman videon jälkeen näytöllä saattaa alkaa pyöriä aikuisille suunnattua sisältöä. Aikuisen vastuulla on, että lapsen pääsy haitallisille sivustoille ja materiaaliin on mahdollisimman rajattua. Esimerkiksi erilaisten ohjelmien avulla nettisivuilta voi estää suuren osan mainoksista, joissa voi olla lapselle sopimatonta sisältöä.

Useissa sovelluksissa on mahdollista estää epäsovikivan, kuten seksuaalisen tai väkivaltaisen, materiaalin näkyminen. Tarkat ohjeet sisältöjen piilottamiseen löytyvät kunkin palvelun ohjeista ja yksityisyysasetuksista. Tämän lisäksi digilaitteelle voi ladata ohjelmia, jotka suodattavat samanlaisen epäsovikivan materiaalin nettiselaimelta ja digilaitteelta. Digilaitteen avulla tehtäviä ostoksia, maksuja tai yhteydenottoja palvelunumeroihin on myös syytä rajoittaa. Useimmille digilaitteille voi säätää rajoituksia niin, että esimerkiksi maksullisten digipelien ostamiseen vaaditaan vain aikuisen tietämä salasana

Sisältöjen rajoittamisessa kannattaa kuitenkin olla sensitiivinen. Esimerkiksi murros- ja teini-ikäiset lapset voivat kokea aikuisen asettamat vahvat sisällön esto-ohjelmat luottamuksen puutteena ja loukkauksena. Esto-ohjelmat eivät aina estä sisältöjen äärelle pääsemistä, sillä usein nuoret löytävät keinot kiertää rajoitukset. Lapsi kertoo harvoin oma-aloitteisesti seikkailuistaan kielletyn materiaalin parissa eikä näin ollen saa tilaisuutta käsitellä sisällön mahdollisesti herättämiä tunteita ja ajatuksia lähiaikuisensa kanssa.

Lapset ovat usein myös uteliaita, ja heräävä seksuaalisuus saa etenkin hieman vanhemmat lapset etsimään tietoa ja visuaalista materiaalia netistä. Lapset myös kehittyvät eri tahtiin, mikä tarkoittaa sitä, että vaikka oma lapsi ei etsisikään haitallista materiaalia, hänen ikätoverinsa ja kaverinsa saattavat esitellä sitä hänelle. Ehdottomien kieltojen sijaan olisikin hyvä, että lapsen kanssa keskustellaan siitä, millaisia haitallisia sisältöjä hänen eteensä voi tulla, millaisia tunteita ja reaktioita ne voivat lapsessa herättää ja miten todellista materiaalis- näytetty sisältö on. **Aikuisen on hyvä kannustaa lasta siihen, että aikuiselle voi kertoa aina, kun netissä nähty materiaali mietityttää, ahdistaa tai aiheuttaa muita tunteita.**

KIINNOSTUS KANTAA

Aikuinen suojelee lasta parhaiten, kun hän on avoimen kiinnostunut lapsen digilaitteen ja netin käytöstä. Kiinnostuneisuus ei tarkoita ainoastaan sitä, että aikuinen huolehtii siitä, ettei lapsi törmää mihinkään epäsovikivaan materiaaliin tai saa asiattomia yhteydenottoja. Kiinnostuneisuus on myös sitä, että aikuinen osoittaa myönteistä mielenkiintoa lapsen tekemiseen laitteella. Aikuisen on hyvä perehtyä ainakin seuraaviin asioihin:

- Mitä sovelluksia lapsi käyttää laitteellaan?
- Mikä on lapsen suosikkisovellus, jota hän käyttää eniten?
- Miksi lapsi tykkää kyseisestä sovelluksesta?
- Mitä eri sovelluksilla voi tehdä?
- Tunnistatko kaikki sovellukset, joita lapsi käyttää?
- Minkälaista yhteydenpito on sosiaalisen median eri kanavissa?
- Mitä ovat meemit ja minkälaisia emojetteja lapsi käyttää eniten?

Kun aikuinen on kiinnostunut lapsen digilaitteen käytöstä, hän on itse asiassa kiinnostunut lapsesta. Lapsen digilaitteen käytön tunteminen tutustuttaa aikuisen myös uudella tavalla lapseen ja syventää yhteyttä tähän. Lapselle on tärkeää, että aikuinen ymmärtää, mikä netti on, mitä digilaitteella tehdään ja miksi se on hänelle tärkeä. Jos lapsi ei voi luottaa siihen, että aikuinen ymmärtää, mistä lapsi puhuu tai että aikuinen osaa ottaa vastaan esimerkiksi lapsen heränneen huolen liittyen digilaitteeseen, hän saattaa jättää kertomatta huolestaan. Jos aikuisen ja lapsen välillä ei ole avointa ja luottamuksellista keskusteluyhteyttä, lapsi jää vaille oikeuttaan saada aikuisen antamaa suojaa ja turvaa.

Aikuisen on hyvä muistaa, ettei hänenkään tarvitse osata heti kaikkea. Luonteva juttelu digilaitteiden käyttämisestä, sovelluksista ja peleistä sekä vaikkapa perheen sisäinen yhteydenpito digitaalisen alustan avulla tuovat aikuisia ja lapsia lähemmäs toisiaan ja lisäävät ymmärrystä siitä, mihin kukin käyttää digilaitetta. Kun monimediaiset sisällöt ja digilaitteet ovat luonnollinen osa arkea ja niistä jutellaan samalla tavalla kuin vaikkapa koulupäivästä, aikuiset eivät jää etäälle lasten ja nuorten digiarjesta. Samalla lapset ja nuoret huomaavat, että aikuiset ymmärtävät, mitä he tekevät laitteillaan ja että heidän digipuhunsa kiinnostavat aikuisia muutenkin kuin rajoitus- ja kieltomielessä. Kiinnostus kantaa kaiken läpi. Vaikka mediataitosi eivät olisi täysin ajan tasalla, voit päästä nopeasti kärryille kiinnostamalla lapsesi toiminnasta netissä ja ennen kaikkea voit kasvattaa lapsen luottamusta siihen, että aikuinen on saatavilla silloin, kun lapsi tätä tarvitsee.

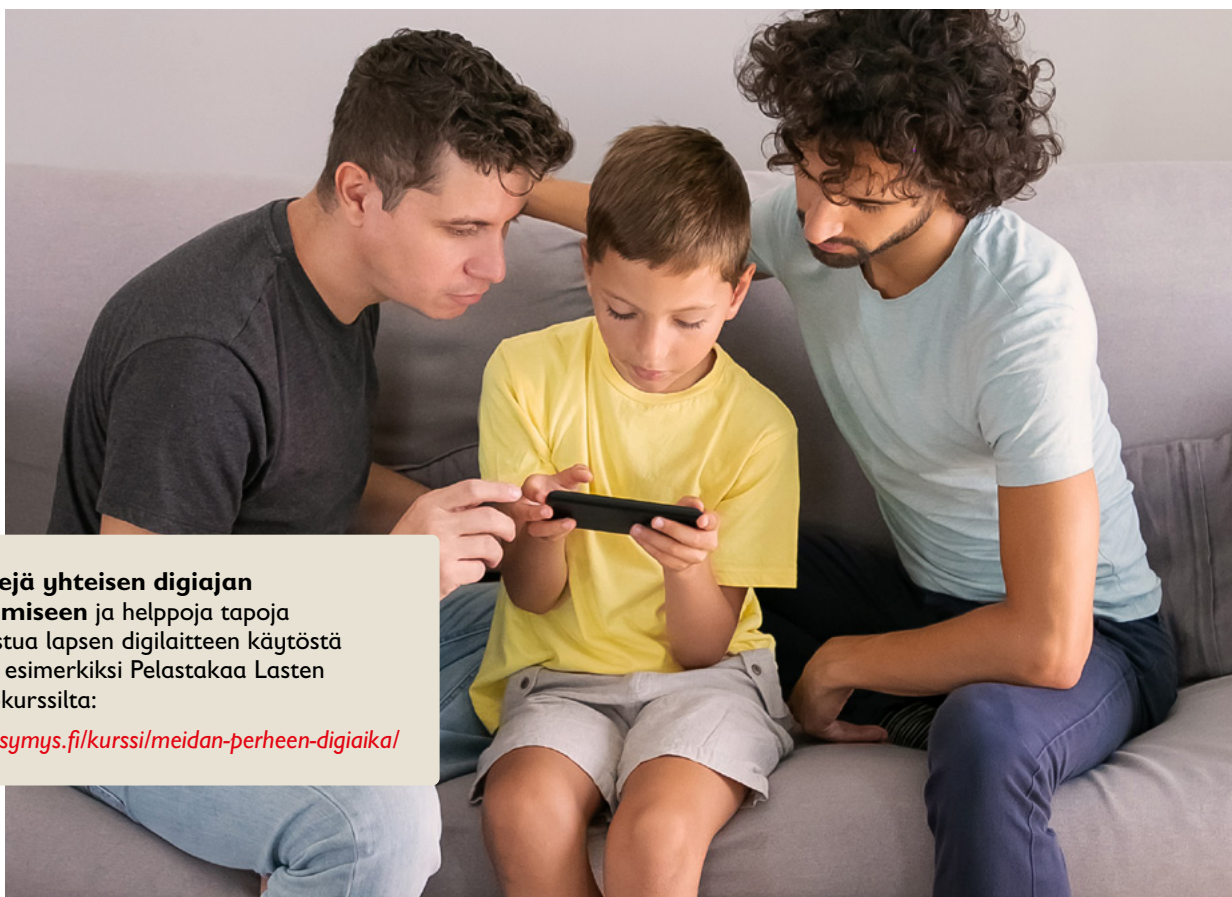
YHTEISET SÄÄNNÖT

Netin ja digilaitteiden käytöstä on tärkeää **sopia yhdessä lapsen kanssa**. Sääntöjen on hyvä olla sellaiset, että jokainen pystyy sitoutumaan niihin. Käyttörajoituksista ja ruudun parissa vietetystä ajasta kannattaa sopia heti, kun lapsi saa käyttöönsä ensimmäisen oman tai aikuiselta lainatun digilaitteen. Näin on alusta asti selvää, millaiset asiat digilaitteella ovat sallittuja ja mistä täytyy neuvotella aikuisen kanssa. **On olennaista, että myös lapsi pääsee osallistumaan sääntöjen luomiseen**. Millaiset säännöt lapsesta olisivat hyviä?

Aikuisella on vastuu siitä, että lapsen digilaitteen käytöllä on rajat. Digilaitteet, netti ja tv eivät saa viedä lapsen koko vapaa-aikaa, vaan on tärkeää huolehtia myös riittävästä levosta, ravinnosta ja liikunnasta. Digilaitteella olemista voi myös tauottaa samaisen laitteen avulla. Digilaitteisiin on saatavilla esimerkiksi lukituksia, jotka aktivoituvat tietyn käyttöajan jälkeen. Laite voi myös kehottaa esimerkiksi taukojumppaamaan, lähtemään ulos tai välipalalle. On kuitenkin tärkeää, että aikuinen huolehtii, ettei digilaitte ahmaise lapsen koko vapaa-aikaa ja että laitetta ei myöskään valjasteta koko elämän organisoiaksi tai asioiden ratkaisijaksi.

MUISTA AINAKIN NÄMÄ:

1. Aikuisen omat ajantasaiset digi- ja medialukutaidot antavat eväät lapselle näiden taitojen omaksumiseen.
2. Lapsen digilaitteen käyttöä voi osaltaan turvata asettamalla siihen erilaisia turvallisuusasetuksia.
3. Aikuinen voi omalla kiinnostuksellaan edistää avoimen keskusteluyhteyden syntymistä myös lapsen digiarkeen liittyen.
4. Aikuinen on vastuussa siitä, että lapsen digilaitteen käytölle on luotu rajat. Rajat kannattaa luoda yhteistyössä lapsen kanssa.



Vinkejä yhteisen digiajan viettämiseen ja helppoja tapoja kiinnostua lapsen digilaitteen käytöstä löydät esimerkiksi Pelastakaa Lasten verkkokurssilta:

[hyvakysymys.fi/kurssi/meidan-perheen-digiaika/](https://www.pelastakaa.fi/kurssi/meidan-perheen-digiaika/)

HAITALLINEN SISÄLTÖ

Tässä kokonaisuudessa käydään tarkemmin läpi, mitä netissä olevat haitalliset sisällöt ovat ja miten ne vaikuttavat lapseen ja nuoreen.

Kaikki netissä oleva materiaali ei ole sopivaa lasten silmille. Aikuisen tehtävä on suojella lasta sekä tämän kehitystä ja kasvua ikätaso huomioiden. Suojelukseen lasta huoltajien tai muiden lähiaikuisten on syytä olla tietoisia siitä, mitä haitallinen sisältö on, miten sen näkymistä lapselle voi rajoittaa ja minkälaisia vaikutuksia sisällöllä voi lapseen olla. Yksittäinenkin asia voi vaikuttaa lapsen käsitykseen siitä, mikä on totta ja mikä ei. Yksittäinen asia voi myös tuottaa suuria, ristiriitaisia tai hämmentäviä tunnereaktioita. Sen takia on tärkeää, että lapsen netinkäytöstä ollaan kiinnostuneita ja sitä seurataan riittävästi.

Se, miten erilaiset sisällöt vaikuttavat lapseen on pitkälti yksilöllistä. Sama sisältö voi tuottaa yhdelle ahdistusta ja toiselle neutraaleja tunteita. Esimerkiksi väkivaltautisointi voi pelottaa yhtä lasta siinä, missä toinen lapsi ei juuri kiinnitä uutiseen huomiota. Yksilöstä riippumatta haitallisuus voidaan määritellä siten, että materiaali on haitallista, kun se vaikuttaa lapsen arjen hallintaan tai siitä syntyy ongelmia, kuten riippuvuutta, pelkotiloja tai ahdistusta.

“*Kiusamisvideoita on tullut aika usein vastaan. jotkut ovat jakaneet niitä omiin profiileihinsa, jonka takia olen nähnyt ne. Ne ovat aiheuttaneet hetkellisesti ahdistusta ja surua. En kertonut asiasta, koska en tiennyt kenelle kertoisin, niin että siitä olisi apua.*”

Nuori 16 v.

IKÄRAJALLINEN JA PELOTTAVA SISÄLTÖ

Netissä on paljon **ikärajasuojattua sisältöä, jota ei ole tarkoitettu lapsille tai nuorille.** Ikärajojen valvonta on kuitenkin melko vähäistä, joten ikärajojen noudattamisen valvominen jää viime kädessä lapsen lähiaikuiselle.

Ikärajojen kiertäminen on helppoa ja jo alakoului-ikäiset lapset tietävät, miten se onnistuu. Yksinkertaisimmillaan kiertäminen tarkoittaa sitä, että oma ikä valehdellaan. Monessa palvelussa käyttäjää pyydetään rekisteröitymisen yhteydessä vain ilmoittamaan ikänsä ilman sen suurempia tarkastuksia tai jatkotoimenpiteitä. Näin lasten on helppo päästä käsiksi myös sellaiseen materiaaliin, jota ei ole suunnattu heidän ikä- ja kehitystasolleen ja joka voi olla haitallista heidän hyvinvoinnilleen.

Yksilöllisten erojen lisäksi on usein ikäsidonnais- ta, minkälainen sisältö koetaan pelottavaksi tai häiritseväksi. Esimerkiksi alle 7-vuotiaat pelkäävät eniten sellaisia hahmoja ja tapahtumia, jotka kuulostavat tai näyttävät pelottavilta, kuten vaikka noidat ja peikot. Alakouluikäiset puolestaan pelkäävät eniten tapahtumia, joissa näytetään väkivaltaa, loukkaantumista ja ihmiseen kohdistuvaa haittaa. Mikäli pelottava sisältö jää vaivaamaan lasta, hän voi alkaa välttää sen kaltaisia tilanteita tosielämässä.

Tunnetko sinä riittävän hyvin peliin liittyvät ikärajat? Tietääkö lähipiirissäsi oleva lapsi?

Lukekaa lisää ja testatkaa yhdessä lapsen tai nuoren kanssa, miten paljon tiedätte digipelien ikärajoista:

hyvakysymys.fi/kurssi/meidan-perheen-digi-aikal-tunnetta-peliin/

SEKSUAALINEN SISÄLTÖ

Yli puolet nuorista on jossain vaiheessa katsonut seksuaalista sisältöä joko netistä, lehdestä tai tv:stä. Seksuaalisia sisältöjä on monenlaisia. Suurin yksittäinen niistä on porno, jota on saatavilla paljon ilmaiseksi nettissä. Uteliasuus sisältöjä kohtaan vie lapset pornon pariin, mutta yleensä sen katsomisesta ei muodostu tapaa ennen murros- tai teini-ikää.

Pornon katsominen vaikuttaa monella tavalla ja tasolla. Se voi vaikuttaa lapsen käsityksiin seksuaalisuudesta ja seksin tarkoituksesta, seksin sisällöstä, seksuaaliturvallisuuden tärkeydestä ja ehkäisyn merkityksellisyydestä. Pornossa ei tuoda ilmi suojaamattoman seksin haittoja, kuten seksitauteja tai ei-toivottuja raskauksia.

Porno tai muukaan aikuisvihteellinen seksuaalinen materiaali eivät koskaan ole tarkoitettuja lapsille tai nuorille. Lasten ja nuorten luontaiseen uteliasuuteen seksuaalisuudesta ja alastomuudesta voi vastata esimerkiksi erilaisilla seksuaalikasvatuksen materiaaleilla, jotka on tehty nimenomaan lapsille ja nuorille ja joissa huomioidaan heidän kehityksensä. Tarjoamalla riittävästi ja avoimesti tietoa seksuaalisuuteen liittyvistä teemoista aikuinen voi pyrkiä siihen, ettei lapsi tai nuori hae tietojaan muualta.

Vanhempien vaikutus sekä avoimuus keskustelulle seksistä on tärkeä tekijä myös haitallisten vaikutusten ehkäisemisessä. Avoin ja ikätasoinen keskustelu lapsen ja lähiaikuisen välillä siitä, mitä seksi on ja mistä voi saada lisää tietoa seksiin ja omaan seksuaalisuuteen liittyen, auttaa lasta löytämään oikean ja luotettavan tiedon pariin. Jos omien lähiaikuisien kanssa on vaikeaa keskustella aiheesta, on tärkeää, että aikuiset osaavat ohjata nuoren juttelemaan sellaisen ihmisen kanssa, joka osaa vastata kysymyksiin totuudenmukaisesti ja neutraalisti. Oikeaa ja monipuolista tietoa tarjoaa esimerkiksi **Väestöliiton nuorille tarkoitettu sivusto** (vaestoliitto.fi/nuoret/).

Miten puhua pornosta? Pohdi Pelastakaa Lasten Vanhempien mediataitokurssin avulla omaa suhdettasi pornoon ja mieti, miten ottaisit aiheen esiin lapsen tai nuoren kanssa, joka on katsonut pornoa.

hyvakysymys.fi/kurssi/turvallinen-digiarki/haitalliset-mediasisallot-ja-niiden-herattamat-tunteet/

VÄKIVALTAISET SISÄLLÖT

Väkivaltaisilla sisällöillä tarkoitetaan materiaaleja, joissa näytetään esimerkiksi väkivaltaisia kuolemia, kuten murhia tai joukkosurmia, vakavia onnettomuuksia tai sairaskohtauksia, kidutusta, seksuaalista väkivaltaa tai pahoinpitelyä. Tällaisilla sisällöillä voi olla lapsen haitallisia vaikutuksia. Eritasoisia väkivaltaisia sisältöjä on kaikkialla mediassa, kuten elokuvissa, televisiossa, videotoistopalvelujen sisällöissä, sosiaalisessa mediassa ja videopeleissä. Ikärajamerkityissä videopeleissä väkivaltaa näkyy runsaasti ja videotoistopalveluissa väkivallan skaala on suuri, sillä sinne ladatut videot voivat olla sekä näyteltäviä että todellisia tilanteita kuvaavia väkivallanteoja.

Väkivaltaiset sisällöt voivat aiheuttaa erilaisia pelkotiloja. Lapsi saattaa alkaa pelätä joutuvansa itse uhriksi tai hän voi pelätä läheistensä puolesta. Väkivaltaiset sisällöt voivat saada lapsen tuntemaan myös avuttomuutta tai ahdistuksen tunteita. Lapsi ei välttämättä pysty käsittelemään näkemäänsä eikä hän ymmärrä todellisuuden ja fantasian eroa. Siksi on tärkeää, että aikuinen osaa keskustella lapsen kanssa siitä, mikä on totta ja mikä ei. Väkivaltaisen sisällön vaikutukset ovat yksilöllisiä ja riippuvat myös lapsen iästä ja kehitystasosta.

Joskus väkivaltaiset sisällöt voivat vaikuttaa myös lapsen käyttökseen. Vaikutukset voivat ilmetä esimerkiksi aggressiivisten käyttäytymismallien ja asenteiden oppimisena sekä väkivaltaan turtumisena. Joskus väkivaltaisten sisältöjen kulutus, kuten elokuvien katselu tai pelien pelaaminen, voi vaikuttaa yksilöön niin, että hän alkaa hyväksyä helpommin väkivallan käyttämisen ja vihamielisen suhtautumisen muihin ihmisiin tai ihmisryhmiin. Lapsella saattaa myös esiintyä levottomuutta ja hänen sanallinen sekä fyysinen aggressiivisuutensa saattaa kasvaa.

Lapset ja nuoret törmäävät mediassa vaivatomasti monenlaiseen väkivaltaiseen sisältöön. Väkivaltaa sisältävät elokuvat ja ohjelmat ovat helposti saatavilla netissä suoratoistopalveluiden ja laittomien lataussivustojen kautta. Suositut videopalvelut, kuten YouTube, TikTok ja Snapchat, mutta myös videoiden jakamisen mahdollistavat palvelut, kuten WhatsApp, tuovat nuorenkin yleisön saataville monenlaisia raakoja ja todellisia tallenteita väkivallatilanteista tai jopa suoria lähetyksiä. Voi olla vaikeaa kontrolloida väkivaltaisten sisältöjen näkemistä, sillä väkivaltaan voi törmätä kaikkialla – myös lapsen kavereista koostuvan WhatsApp-ryhmän viestiketjussa.

“ Selailin TikTokia ja yhtäkkiä tuli se klippi, jossa mies ampuu itsensä Facebook livessä. Alkoi ahdistamaan ja tuli huono olo. Tästä on jo vähän aikaa, mutta aina välillä se palaa mieleen. ”

Nuori 14 v

Väkivallan näkeminen tai pelaaminen eivät yksin aiheuta väkivaltaista käyttäytymistä, mutta ne voivat olla osatekijä käyttäytymisessä. Väkivalta eri tilanteiden ja ongelmien ratkaisukeinona voi olla opittua. Väkivaltaa todistaneet, sen uhriksi joutuneet tai paljon väkivaltaista sisältöä katsoneet käyttävät muita todennäköisemmin itse väkivaltaa.

Koska väkivallan todistaminen tai seuraaminen ovat yhteydessä väkivaltaisen käytöksen syntymiseen, aikuisen tulee tietää, millaisia sisältöjä lapsi tai nuori katsoo. Aikuisen on myös syytä tietää, että lapsella ja nuorella on lähes rajattomat mahdollisuudet päästä käsiksi monenlaiseseen sellaiseen sisältöön ja tietoon, joka ei aiemmin ole ollut kaikkien saatavilla. Aikuisen tehtävä on suojella lasta tällaisilta sisällöiltä. Jos lapsi kuitenkin näkee tai katsoo väkivaltaisia sisältöjä, aikuisen on oltava siitä tietoinen ja pystyttävä keskustelemaan sisällöistä ja niiden herättämistä ajatuksista lapsen kanssa.

VIHAPUHE JA AGGRESSIIVISUUS

Vihapuheena voidaan pitää *kaikkea sellaista ilmaisua, joka levittää, lietsoo, edistää tai oikeuttaa etnistä vihaa, ulkomaalaisvastaisuutta, antisemitismia tai muuta vihaa joka pohjautuu suvaitsemattomuuteen* (Euroopan neuvoston ministerikomitea). Vihapuheen määrittely tai tunnistaminen voi kuitenkin olla hankalaa, koska vihapuhe on usein tilannekohtaista. Kaikki tahot eivät ole samaa mieltä siitä, mikä on vihapuhetta ja mikä ei.

Vihapuhe pitää sisällään henkilöön tai yhteisöön kohdistuvaa halventamista tai vihaa, niiden tukemista, edistämistä tai näihin yllyttämistä. Vihapuhe voi olla ahdistelua, solvaamista, leimaamista tai stereotyyppioihin perustuvan ennakkoluuloisuuden osoittamista tai näiden oikeuttamista etniseen taustaan, ihonväriin, kieleen, uskontoon tai vakaumukseen, syntyperään, ikään, vammaisuuteen, sukupuoleen, sukupuoli-identiteettiin tai seksuaaliseen suuntautumiseen perustuen. Vihapuheen avulla voidaan luoda tai vahvistaa jo olemassa olevaa yhteiskunnan eriarvoisuutta. Tämän vuoksi vihapuhe on erityisen haitallista.

Nettivilhapuheella tarkoitetaan digilaitteiden välityksellä ja digitaalisilla alustoilla tapahtuvaa vihapuhetta. Nettivilhapuheella pyritään ryhmien välisten erottelujen tekemiseen, kunnianloukkaamiseen, petokseen tai vihamielisyyteen. Vihapuhetta tuottavat tahot ja yksittäiset ihmiset hyökkäävät julkisesti yksilöitä ja yhteisöjä vastaan. Osa saattaa levittää vihapuhetta tietämättään tai ymmärtämättään kyseessä olevan vihapuhetta. Sen takia on tärkeää, että ihmisillä on riittävästi tietoa asiasta.

Kaikki netissä esitetty kritiikki ei tietenkään ole vihapuhetta, vaan sen on täytettävä edellä mainitut kriteerit. Netti madaltaa usein kynnystä sanoa mitä ajattelee ja keskustelu on jopa vahingollisella tavalla suoraa. Netissä keskustelijat saattavat kokea ilmaisevansa vain

mielipiteensä, mutta todellisuudessa he voivat tuottaa vihapuhetta tai levittää sitä.

Netissä tuotettava vihapuhetta perustellaan usein sananvapaudella ja oikeudella sanoa mitä haluaa. Todellisuudessa kyseessä on tarkoituksenmukainen toiseen ihmiseen kohdistuva loukkaaminen. Sananvapaus ei anna lupaa loukata toista ihmistä tai tämän oikeuksia. Netissä vihapuhe on vallankäyttöä loukattua ihmistä kohtaan, jossa voi julkisesti häpäistä vihapuheensa kohteen ja tehdä tämän arvottomaksi muiden ihmisten edessä. Lasten ja nuorten kohtaama vihapuhe tai sen uhriksi joutuminen on usein osa muuta kiusaamista.

Missä vihapuhetta esiintyy ja voiko lapselta kieltää sivustot, joilla on vaarana joutua vihapuheen uhriksi? Suomessa vihapuhetta on kohdattu eniten Facebookissa, YouTubeissa ja yleisillä keskustelupalstoilla kuten Ylilauta.org, Vauva.fi ja Suomi24. Merkittävä vihapuheen alusta on myös Twitter. Vihapuheelta ei siis voi suojautua sillä, että lopettaa tiettyjen palvelujen käytön, sillä vihapuheen alustaksi sopii lähes mikä tahansa palvelu. Eniten vihapuheen kohteena ovat ihonväriiltään tai etniseltä tai kansalliselta taustaltaan, uskontonsa tai vakaumuksensa vuoksi, tai seksuaaliselta suuntautumiseltaan valtaväestöstä poikkeavat lapset ja nuoret.

Vihapuheen kohteeksi joutumisella voi olla merkittäviä vaikutuksia yksilön hyvinvointiin. Lapsiin kohdistuvat vaikutukset voivat olla esimerkiksi kehityksellisiä ja psyykkisiä, jos lapsi itseensä kohdistuvan vihapuheen myötä alkaa kokea arvottomuutta ja itsetunnon laskua. Riittämätöntä apua saadessaan vihapuheen vaikutukset yksilöön voivat kestää vuosia ja pahimmillaan koko elämän, jos vihapuhe onnistuu muokkaamaan koko yksilön identiteettiä negatiiviseksi. Vihapuheen kohteeksi joutuminen aiheuttaa monenlaisia mahdollisia hyvinvoinnin heikentymiseen liittyviä oireita, joista osa on hyvinkin helposti havaittavissa. Tällaisia ovat esimerkiksi univaikeudet, ahdistuneisuus, pelot, turvattomuuden tunne, tiettyjen paikkojen tai tilanteiden välttely arjessa, ärtyisyys ja alakuloisuus. **Kaikentilaiseen kiusaamiseen, häirintään ja vihapuheeseen on puututtava välittömästi ja riittävien keinoin.**

Vihapuheesta on hyvä ilmoittaa poliisille. Harva kuitenkaan tekee niin, sillä he eivät usko sillä olevan mitään seurauksia tekijöille tai he ovat epävarmoja vihapuheen tunnusmerkistöstä. Myös häirinnän uhreiksi tulleet jättävät usein ilmoittamatta kokemastaan. Häirinnän saatetaan kokea olevan sen verran vähäistä tai jopa niin normaalia, ettei siitä ole syytä ilmoittaa. Joskus myös pelko ilmoittamisen mahdollisista seurauksista kuten häiritsijän kostosta saattavat aiheuttaa haluttomuuden ilmoittaa asiasta. Joissakin tapauksissa uhri voi olla myös niin henkisesti uupunut häirintään ja vihapuheeseen, ettei hän jaksa enää uutta häneen kohdistuvaa vihakampanjaa, joka ilmoittamisesta voisi seurata. Uhriksi joutunut lapsi saattaa myös kokea häpeää ja syyttää itseään sekä kokea kertomistilanteen niin vaikeaksi, että pelkää asian käsittelemistä.

Miksi vihapuheesta täytyisi ilmoittaa? Sen lisäksi, että vihapuhe yleensä vaikuttaa negatiivisesti sen uhrin, on vihapuhe myös usein yhteydessä rikolliseen toimintaan kuten ahdisteluun, kansanryhmää vastaan kiihottamiseen, laittomaan uhkaukseen tai kunnianloukkaukseen. Netissä tuotettu ja esitetty vihapuhe saattaa myös edesauttaa väkivaltaista käyttäytymistä sellaisissa henkilöissä, jotka ovat jo muutoin erityisen haavoittavassa asemassa, kuten ahdistuneita ja syrjäytyneitä tai joilla on mielenterveyden ongelmia.

On huomattu, että erilaiset yhteiskuntaa järkyttävät asiat kuten terrori-isku, taloudellinen taantuma tai pitkittynyt keskustelu maahanmuutosta lisäävät vihapuheen määrää merkittävästi. Tällöin vihapuheen ympärille muodostuu usein *viharyhmiä* (**ks. tarkemmin kohta Haitalliset yhteisöt**), jotka ovat olemassa tuottaakseen vihapuhetta ja vastustaakseen jotakin tiettyä asiaa, henkilöä tai ryhmää. Vihapuhe saattaa olla myös esimerkki radikalisoitumisesta. Tällöin taustalla on voimakas halu ja pyrkimys luoda yhteiskunnasta oman, yleensä utopistisen, idean kaltainen kokonaisuus. Vihapuhe on myös mielenmuokkausta, jossa omalle idealle

tai ajatuksille pyritään saamaan kannattajia.

Jo pieni lapsi omaksuu ympäristöstään ajatuksia ja ideologioita. Lapsi voi siis oppia tuottamaan vihapuhetta ja toisaalta myös omaksua ajatuksia, jotka halventavat vihapuheen kohdetta. Ajattelun tapoja, ideologioita ja asenteita lapsi oppii paitsi vanhemmiltaan tai muilta lähiaikuisiltaan ja perheenjäseniltään, myös ystäviltaan ja esimerkiksi netistä. Aikuiset ja aikuisten nettikäyttäytyminen toimivat aina esimerkkinä lapsille, jotka opettelevat käyttämään digilaitteita ja mediaa. Suuri osa sekä netissä, että kasvotusten vihapuhetta tuottavista ihmisistä on aikuisia. Mediataitoja ja kunnioittavaa käyttäytymistä netissä lapselle opettaessaan aikuisen tuleekin osata tarkastella kriittisesti myös omaa toimintaansa netissä. **Aikuisen omat medialukutaidot sekä kyky keskustella ja toimia asiallisesti ja toisia kunnioittavasti netissä ovat keskeisessä roolissa, kun lapsi opettelee käyttämään mediaa.**



KRIISIUUTISOINTI / KRIISIKESKUSTELUT

Kriisiuutiset ja tieto järkyttävistä tapahtumista leviävät nopeammin kuin koskaan aiemmin. Tietoa on saatavissa ja sitä tulee reaaliaikaisesti lähes kaikkialta maailmasta. Se tarkoittaa sitä, että myös lapsille haitalliset uutiskuvastot ja materiaalit vilkkuvat helposti lasten näytöllä. **Laajan ja tehokkaan mediauutisoinnin myötä myös lapset, jotka asuvat kaukana mahdollisten tapahtumien keskipisteestä, saattavat ahdistua järkyttävistä tapahtumista, joista he eivät ilman uutisointia olisi tietoisia.** Tiedot suuronnettomuuksista, väkivallanteoista tai luonnonkatastrofeista voivat järkyttää lasta. Vakavat tapahtumat voivat horjuttaa lapsen perusturvallisuuden tunnetta, ja lapsi voi kokea avuttomuutta maailman tapahtumien edessä. Tämä voi puolestaan johtaa ahdistukseen, monenlaisiin pelkotiloihin ja lapsen toimijuuden heikentymiseen.

Järkyttävää materiaalia eivät ole ainoastaan erityisen vakavat uutisoinnit, vaan tavanomaisina pidetyt uutiskuvat kriisi-, sota- ja onnettomuustilanteista voivat myös olla lapselle haitallisia. Mediassa väkivaltainen sisältö esitellään usein melko peittelemättömästi ja välillä jopa kauheuksia korostaen. Lapselle väkivalta- ja onnettomuuskuvat sekä näistä korostuneesti kirjoittaminen eivät kuitenkaan ole hyväksi vaan voivat järkyttää häntä.

Myös erilaiset *somepaniikit* ja niihin liittyvä usein valheellisen tiedon laaja jakaminen leviää sosiaalisessa mediassa nopeasti ja ne saattavat aiheuttaa lapselle turvattomuuden tunteita ja stressiä. On myös todettu, että teinit ja vanhemmat nuoret pelkäävät kriisiuutisointia enemmän kuin lapset. Iän myötä he ymmärtävät uutisten sisältöä ja todellista merkitystä entistä enemmän ja voivat kokea ahdistusta siitä. Somepaniikkien mutta myös muun uutisoinnin takia lapsille ja nuorille on tärkeää opettaa medialukutaitoa. **Lapsen, nuoren ja aikuisenkin on hyvä osata tunnistaa oikeat ja luotettavat uutiset epäluotettavasta, sensaatiohakuksista ja jopa valheellisesta uutisoinnista.** Mediataitoihin kuuluu myös avoin ja luottamuksellinen keskusteluyhteys. Lapsen on tärkeää voida luottaa siihen, että hän voi aina kääntyä turvallisen aikuisen puoleen. Aikuisen puolestaan on aktiivisesti ylläpidettävä luottamussuhdetta: lapsen ajatuksia ja mietteitä on syytä kysyä ja kuunnella aktiivisesti, lapsen saatavilla on tärkeää pysytellä ja erityisellä herkkyydellä olla vastaanottavainen lapsen ajatuksille ja tunteille silloin, kun uutisissa on ollut jotain järkyttävää.

Tärkein tuki lapselle ja nuorelle on hänen lähiaikuisensa, joka pysyy rauhallisena ja turvallisena aikuisena silloinkin, kun jotakin pelottavaa tapahtuu. Turvallinen aikuinen ja avoin keskusteluyhteys hänen ja lapsen välillä vähentää myös lapsen haavoit-

tuvuutta. On tärkeää, että aikuinen osaa auttaa lasta käsittelemään ahdistustaan tai muita tunteita liittyen järkyttävään uutisointiin tai tapahtumiin.

Lapselle on hyväksi, että hän saa tietää kehitystasonsa huomioiden totuudenmukaisesti, mitä on tapahtunut. Jos aikuinen ei kerro lapselle asiasta, lapsi saa kyllä tietää siitä jotakin toista kautta ja virhekäsitysten riski kasvaa. Varsinkin silloin, kun tapahtumien kulku on vielä epäselvää, on hyvä kertoa lapselle totuudenmukaisesti, että tällä hetkellä asiasta ei vielä tiedetä kaikkea, ja että tieto voi vielä muuttua. **Lapselle on myös hyvä kertoa, että suuronnettomuudet, terrori-iskut ja muut väkivaltaisuuksia koskevat harvinaisia tapahtumia eivätkä kosketa jokapäiväistä elämää.** Lapsi voi edelleen käydä turvallisesti koulussa ja harrastuksissa ilman uhkaa väkivallasta tai esimerkiksi isoista kulkuneuvo-onnettomuuksista. Jos lapsen pelkoja ei ota vastaan tai käsittele hänen kanssaan, lapsi voi alkaa pelätä normaalia arkeaan.

Joskus aikuisenkin voi kuitenkin olla vaikea suhtautua saatavilla olevaan tietoon kriittisesti tai rauhallisesti. Voi olla, että järkyttävä uutinen koskettaa aikuista itseään läheltä ja hänen on vaikeaa olla reagoimatta voimakkaasti ja hallitsemattomasti. Jos aikuisesta tuntuu siltä, ettei hän pysty oman tunnekuohunsa tai ahdistuksensa takia ottamaan vastaan lapsen reaktioita tai turvan tarvetta, on hyvä osata ohjata lapsi sellaisten tukiverkkojen tai palvelujen luokse, joissa näitä pystytään lapselle tarjoamaan.

Esimerkiksi Pelastakaa Lasten verkkonuorisotalolla on turvallisia ja koulutettuja aikuisia, joiden kanssa voi tulla juttelemaan ([Netari.fi](#)). Kannattaa myös tarkistaa, onko esimerkiksi järkyttävän tapahtuman takia avattu Kriisichat, jonne lasta voi neuvoa menemään. ([Kriisichat.fi](#)). Lisäksi lasta voi kannustaa menemään oman kouluterveydenhoitajan tai -psykologin juttusille, jotta lapsella on mahdollisuus päästä käsittelemään mahdollisia pelon- tai ahdistuksen tunteitaan jonkun aikuisen kanssa. Myös aikuisen itsensä on hyvä päästä purkamaan tunnekuohujaan jollekin läheiselleen ja tarpeen tullen ammatilliselle.

Miten kävisit lapsesi kanssa läpi itseäsi järkyttänyttä tilannetta?

Perehdy lisää kriisiuutisointiin reagoimiseen Pelastakaa Lasten Mediataitokursseilla:

[hyvakysymys.fi/kurssi/turvallinen-digiarki/haitalliset-mediasisallot-ja-niiden-herattamat-tunteet/](#)

Katso myös Pelastakaa Lasten vinkit siihen, kuinka keskustella lapsen tai nuoren kanssa kriisitilanteista tai kriisiuutisoinnista:

[pelastakaalapsen.fi/kriisitilanteenkohtaaminen/](#)



HUOMIOI AINAKIN NÄMÄ:

1. Netissä on paljon haitallista sisältöä, jolta vanhempien ja muiden lähiaikuisten tulee suojella lasta. Lapsen luontaista tiedon tarvetta voi ruokkia tarjoamalla hänelle luotettavaa ja ajankohtaista tietoa sekä mahdollisuuden kysyä asioista, jotka mietityttävät.
2. Haitalliset sisällöt ovat usein helposti lasten saatavilla ja he voivat törmätä niihin jopa tahtomattaan. Lasta tulee kannustaa kertomaan, jos hän on kokenut jotain, joka on järkyttänyt häntä.
3. Aikuisen oma netti- ja somekäyttäytyminen toimii esimerkkinä myös lapselle.
4. Aikuisen on hyvä varautua jo etukäteen siihen, miten keskustella lapsen kanssa erilaisista mahdollisesti järkyttävistä tilanteista ja ottaa selvää tukea tarjoavista palveluista.

HAITALLISET YHTEISÖT

Netissä on monenlaisia yhteisöjä, jotka parhaimmillaan tuottavat lapselle tai nuorelle iloa ja yhteenkuuluvuuden tunnetta, kehittävät ryhmätöitä ja parantavat lapsen itsetuntoa. Tämän lisäksi netissä on kuitenkin myös yhteisöjä, jotka ovat lapselle haitallisia. Netissä voidaan esimerkiksi kannustaa järkyttäviin tekoihin, kuten itsemurhiin, muiden surmaamiseen ja rikollisuuteen, tai siellä voidaan kiusata ja haukkua julmalla tavalla epätoivossa asemassa olevia ihmisiä. On tärkeää, että aikuiset osaavat tunnistaa ja puuttua haitallisten yhteisöjen olemassaoloon ja niiden vaikutuksiin lapsissa.

Lapsille ja nuorille on tärkeää kokea kuuluvansa johonkin ryhmään ja kokea näin hyväksytyksi tulemisen tunnetta yksilönä. Jos lapsi tai nuori kokee ulkopuolisuuden tunnetta koulussa tai muissa yhteiskunnan toimissa ja tiloissa eikä koe tulevaisuutta siellä hyväksytyksi, hän voi hakea ryhmään kuulumisen tunnetta netistä. Tällöin on riski, että lapsi törmää ja liittyy johonkin haitalliseen ryhmään, jonka ajatusmaailman hän sisäistää. Usein tällaisissa ryhmissä on myös muita, jotka kokevat olevansa jollain tavalla yhteiskunnan ulkopuolella, torjuttuja ja syrjäytettyjä. **Ihminen, joka on suljettu ryhmien ulkopuolelle, turvautuu jopa epätoivosiin tekoihin päästäkseen osaksi jotain uutta ryhmää.**

Netissä on lukematon määrä erilaisia haitallisia yhteisöjä, joihin lapsi voi löytää tiensä ja joista voi saada itselleen, omille ajatuksilleen ja tunteilleen hyväksyntää ja vahvistusta. Yhteisöissä teemoina tai kantavina aiheina voivat olla esimerkiksi itsetuhoisuus, syömishäiriöt, vihar ryhmät, rasistiset sivustot tai koulu- ja joukkosurma-sivustot.

Ryhmien ja yhteisöjen jäsenten on noudatettava niiden toimintatapoja ja -kulttuuria sekä jaettava yhteisön idea- ja arvomaailma. Jos yksilön arvot eivät vastaa yhteisön arvoja, yhteisön toiminta ei tunnu oikealta tai sopivalta tai jos yksilö kokee syvää ristiriitaa oman ja yhteisön ideologian välillä, hänen on päätettävä, jääkö hän ryhmään vai lähteekö siitä.

Tämän toimintamallin kautta myös haitalliset yhteisöt pääsevät jakamaan omaa ääriajatteluaan. **Kun yhteisön jäsenet kokevat kuuluvansa yhteisöön ja haluavat olla osa ryhmää, he omalta osaltaan levittävät ryhmän ideologiaa myös muualle.** Asteittain etenevä radikalisoituminen ja muiden ääriajattusten levittäminen onnistuvat silloin, kun ryhmän jäsenet kokevat painetta hyväksyä ja omaksua yhteisön ajatukset eivätkä paineen seurauksena halua, uskalla tai muutoin pysty poistumaan ryhmästä.

VIHARYHMÄT JA RADIKALISOITUNEET RYHMÄT

Viharyhmät ovat olemassa kritisoidakseen jotain asiaa, jotakuta henkilöä tai ryhmää. Viharyhmät ovat siis olemassa ainoastaan niin kauan kuin heillä on jokin yhteinen asia, jota vastustaa. Näissä ryhmissä on tarkka erottelua tekevä ideologia siitä, että on olemassa "he" (ulkoryhmä) ja "me" (sisäryhmä). Tällainen asetelma edistää ennakkoluulojen lisääntymistä ryhmän ulkopuolisia kohtaan. Esimerkiksi erilaiset terroristijärjestöt, uusnatsit ja äärioikeiston yhteenliittymät voidaan lukea viharyhmiksi.

Ulkoryhmän jäseniä voidaan myös dehumanisoida, eli heidät pyritään esittämään ja näkemään jonnain muuna kuin ihmisinä ja sellaisina, joille eivät kuulu ihmisarvo ja -oikeudet. Dehumanisoimalla ihmisryhmiä luodaan voimakasta erontekoa, jossa sisäryhmä eli "me" koostuu arvokkaista ja oikeanlaisista ihmisistä, ja dehumanisoidut ulkoryhmän jäsenet eli "he" nähdään vähemmän kuin ihmisinä, eli kohteina, joihin voidaan kohdistaa vihapuhetta ja jopa väkivaltaisia tekoja. Dehumanisointi voimistaa myös ajattelutapaa, jossa dehumanisoitujen ihmisten ajatellaan ansaitsevan heihin kohdistuva törkeä käytös. Jos jotakin ihmisryhmää ei nähdä enää ihmisinä, väkivallan riski heitä kohtaan kasvaa huomattavasti.

Mitä on väkivaltainen radikalisoituminen ja mikä siihen voi johtaa?

Katso Pelastakaa Lasten video aiheesta:

pelastakaa lapset.fi/vakivaltainenradikalisoituminen

Viharyhmät voivat olla organisoituja ja järjestelmällisesti johdettuja, mutta suurin osa niistä on hyvin löyhästi järjestäytyneitä. Organisoituiden viharyhmät ovat yleensä hyvin taitavia hyödyntämään massamediaa sekä uusia teknologisia keksintöjä omiin vihamielisiin tarkoituksiinsa. Viharyhmillä on pitkät perinteet netin valjastamisesta omiin vahingollisiin tarkoituksiinsa: ensimmäisiä viharyhmiä netissä on ollut jo ainakin 80-luvulta asti.

Osa viharyhmistä keskittyy tuottamaan aktiivisesti vihapuhetta ja propagandasisältöjä. Ne voivat jäädä puheen ja epäsuoran uhkailun tasolle, mutta eskaloitua myös suoraksi väkivallaksi, pelotteluksi ja vaaralliseksi uhkauksiksi. Tällaisissa ryhmissä esitetään aktiivista yksilöön tai ryhmään kohdistuvaa vihapuhetta, joka paitsi painostaa ryhmän jäseniä vihapuhumiseen, myös oikeuttaa vihapuhetta. Tämä on erityisen vaarallista, koska tällöin viharyhmän jäsenet kokevat vihapuheen, valheellisen sisällön ja propagandan levittämisen oikeudekseen ja sallituksi toiminnaksi.

Viharyhmistä puhuttaessa on tärkeää huomioida, että suurin osa viharyhmien jäsenistä on aivan tavallisia ihmisiä. Viharyhmiin kuuluu kaikenlaisia ihmisiä: eri ikäisiä, eri yhteiskuntaluokissa ja sosioekonomisesti eri asemassa olevia, eri sukupuolia, eri perhetilanteista ja eri etnisistä taustoista tulevia. Viharyhmään kuuluvaa ihmistä ei voi yleensä tunnistaa päältäpäin. Monelle viharyhmän jäsenelle anonyyminä esiintyminen tarjoaa arvokkaan mahdollisuuden toimia viharyhmän jäsenenä. Osa kuitenkin haluaa tuottaa vi-

hapuhetta nimenomaan omalla nimellään ja kasvoillaan ja sitä kautta saada hyväksyntää itselleen ja omalle aatteelleen viharyhmän sisällä.

Viharyhmien ja sen myötä vihapuheen määrä on yhteiskunnassamme kasvussa. Mitä enemmän viharyhmiä on, sitä enemmän nuorilla on mahdollisuuksia liittyä niihin. Mitä enemmän vihapuhetta esitetään, sitä normaalimmaksi se aletaan kokea. **Viharyhmät rekrytoivat aktiivisesti ja houkuttelevat jäsenikseen myös erityisesti murros- ja teini-ikäisiä lapsia.** Yhteiskunnassa syrjään jääneet tai syrjäytyneisyydessä olevat nuoret ovat suurimmassa vaarassa ajautua viharyhmien tai muiden radikalisoituneiden ryhmien jäseniksi. Nuoret voivat kokea vihaa yhteiskuntaa tai jotain tiettyä ihmisryhmää kohtaan, minkä vuoksi alttius radikalisoitumiseen on suurempi kuin nuorella, joka kokee täysivaltaisesti kuuluvansa ja tulevansa hyväksytyksi yhteiskunnassa.

Tämän vuoksi on erityisen tärkeää osata tunnistaa ja huomata radikalisoitumiselle tai syrjäytymiselle alttiit nuoret ja ohjata heidät sopivien tukipalveluiden pariin. Yhtäältä yhteiskunnan eri toimijoiden ja toisaalta myös perheiden vastuulla on kiinnittää huomiota esimerkiksi nuoren äkillisesti muuttuneeseen, syrjäänvetäytyvään tai vihamieliseen käytökseen, joka saattaa olla merkki viharyhmään liittymisestä. **On kuitenkin hyvä pitää mielessä, että kaikki viharyhmän jäsenet tai vihapuhetta esittävät eivät ole radikalisoituneita.**



MUUT HAITALLISET RYHMÄT

Kaikki netissä olevat haitalliset ryhmät eivät ole viharhymiä. Jos lapsi viettää aikaa yhteisöissä, jotka voivat haitata hänen kehitystään ja terveyttään, aikuisen on hyvä olla tietoinen asiasta. Lapselle ja nuorelle verkon käyttö on usein melko yksityistä, eikä vanhemmilla ole automaattisesti keinoja valvoa käyttöä. Siksi onkin tärkeää luoda myös digiteemoihin liittyvä keskusteluyhteys lapsen kanssa jo varhaisessa vaiheessa, eli heti, kun lapsi alkaa käyttää digilaitteita.

Haitallisia ryhmiä ovat myös **esimerkiksi itsensä vahingoittamiseen kannustavat nettiyhteisöt**, joissa voidaan jakaa neuvoja tavoista satuttaa itseään tai kilpailla siitä, kuka satuttaa itseään eniten ja vakavimmin. Kaikki itsetuhoisuuteen liittyvät sivut eivät kuitenkaan kannusta itsensä vahingoittamiseen, vaan ovat olemassa vertaistuen saamista ja positiivista tsemppaamista varten. On hyvä huomioida, että saman yhteisön sisällä voi esiintyä paitsi myönteistä vertaistukea, myös luonteeltaan haitallisia ilmiöitä sekä tietoa.

Syömishäiriöihin liittyvät sivustot ovat osin samankaltaisia itsetuhoisuuteen liittyvien sivustojen kanssa. Syömishäiriökäyttäytyminen on yksi itsetuhoisuuden muodoista ja syömishäiriö voi äärimmillään johtaa kuolemaan. Syömishäiriöissä itsensä vahingoittaminen liittyy korostuneesti syömiseen, mutta moni syömishäiriö kytkeytyy vahvasti myös esimerkiksi viiltelyyn tai muihin itsensä satuttamisen muotoihin. Haitallisilla syömishäiriösivuilla ja -yhteisöissä voidaan esimerkiksi jakaa tapoja oksentaa tai piilottaa ruokaa, keinoja elää nälässä ja välttää ruokailuhetkiä sekä tapoja harjoittaa äärimmäistä ja vahingollista itsekuria liittyen esimerkiksi liialliseen urheiluun tai syömättömyyteen. Syömishäiriöön voi liittyä myös kilpailua siitä, kuka yhteisön jäsenistä "onnistuu" syömishäiriössään parhaiten ja kenellä on paras itsekuri.

Syömishäiriökäyttäytymistä normaalina ja tavoiteltavana toimintana pitävät sivustot voivat vahvistaa alkanutta syömishäiriöoireilua, syventää vakavaa syömishäiriötä ja vaikeuttaa syömishäiriöstä eroon pääsemistä. Toiminnaltaan ja ideologialtaan haitallisessa yhteisössä voi kuitenkin syntyä merkityksellisiä ihmissuhteita, jotka voivat estää nuorta irrottautumasta yhteisöstä. **Monet syömishäiriöön liittyvät sivustot eivät kuitenkaan itsetuhoisuuteen liittyvien sivustojen tavoin kannusta vahingolliseen käyttäytymiseen, vaan niiden tarkoitus on tarjota vertaistukea ja auttaa tervehtymään.** Esimerkiksi SYLI (**Syömishäiriöliitto**) ylläpitää foorumia syömishäiriötä sairastaville ja huolehtii, ettei sen keskustelupalstoilla ruokita kenenkään sairautta tai ihannoita sitä.

HUOMIOI AINAKIN NÄMÄ:

1. Lapsille ja nuorille on tärkeää tuntea hyväksyntää ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Siksi he ovat alttiimpia myös netin haitallisille yhteisöille.
2. Yhteiskunnallisten toimijoiden ja perheen velvollisuus on kiinnittää huomiota lapsen tai nuoren muuttuneeseen käytökseen ja ohjata tätä oikeanlaisten palveluiden piiriin.
3. Osa haitallisiksi mielletävistä ryhmistä voi tarjota lapselle tai nuorelle myös vertaistukea ja ymmärrystä siitä, ettei tämä ole yksin.

HAITALLISET YHTEYDENOTOT

Haitallisilla yhteydenotoilla tarkoitetaan sellaista vuorovaikutukseen pyrkimistä, kommunikointia tai yhteyden tavoittelua, joka on jollain tavalla ei-toivottua, häiritsevää, epämiellyttävää, laitonta tai epäsopivaa. Lapsiin voidaan ottaa yhteyttä netissä monin eri tavoin ja useiden eri alustojen kautta. Osa näistä yhteydenotoista tai pyrkimyksistä yhteydenottoon on luonteeltaan haitallisia.

“Snapchatissa kysytään paljastavia kuvia jatkuvasti. Se on ihan arkipäiväistä.”
Nuori 16 v.

NETTIKIUSAAMINEN

Kiusaaminen on toimintaa, jolla voi olla huomattavia haitallisia vaikutuksia lapsen hyvinvointiin. Lapsen kohtaama kiusaamista voi tapahtua monessa eri paikassa: kouluympäristössä, harrastuksissa, sisarusten välillä sekä netissä digilaitteiden avulla. Kiusaaminen koskettaa isoa osaa lapsista ja nuorista. Nettikiusaaminen on usein, vaikka ei aina, myös jatkoa kasvokkaiselle kiusaamiselle, joka tapahtuu esimerkiksi koulussa tai harrastuksissa.

Nettikiusaamista on kaikki kiusatun hyvinvointia heikentävä toiminta, kuten loukkaava, syrjivä, vahingoittava ja häiritsevä toiminta, jota harjoitetaan digitaalisten välineiden avulla tai digitaalisilla alustoilla. Nettikiusaaminen on yleensä aina tarkoituksellista ja usein myös toistuvaa.

Nettikiusaamisen muotoja on useita. Kiusaamista ovat esimerkiksi **ilkeät viestit**, jotka sisältävät haukkumista, uhkailua tai tietojen tai kuvien levittämistä ilman lupaa. Nettikiusaaminen voi olla myös **eristämistä**, jolloin kiusattu suljetaan ulos sosiaalisen median ryhmistä, joissa esimerkiksi luokan tai harrastusporukan muut oppilaat ovat.

Toisinaan digitaalisilla alustoilla tapahtuva kiusaaminen täyttää **rikoksen tunnusmerkit**. Rikoksia ovat esimerkiksi toisena henkilönä esiintyminen, julkinen maineen pilaaminen, tilin kaappaaminen, toisen kuvien tai tietojen levittäminen, laitton uhkaus tai pakottaminen.

Nettikiusaamiseen liittyy monia erityispiirteitä, jotka erottavat sen kasvokkain tapahtuvasta kiusaamisesta. Digitaalista kiusaamista esimerkiksi tapahtuu paikasta ja ajankohdasta riippumatta. **Nettikiusaamiseen liittyy olennaisella tavalla se, ettei se ole sidottu mihinkään fyysiseen tilaan, kuten kouluun, vaan kiusaaminen on pahimmillaan kaikkialla ja ulottuu kiusatun elämän kaikille osa-alueille ja kaik-**

kiin vuorokauden aikoihin. Nettikiusaaminen voi jatkua myös koulupäivän aikana, vaikka kiusaajat eivät olisi uhrin koulusta. Tämän lisäksi yleisö voi olla somessa huomattavasti suurempi kuin esimerkiksi koululuokassa.

Netissä ei ole mitään rajaa sille, kuinka moni ihminen voi nähdä kiusaamisen ja kuinka moni siihen voi mennä mukaan. Uhri joutuu näin ollen suuren, netissä vieläpä usein ”kasvottoman” yleisön eteen haukuttavaksi. Kolmas erityispiirre on, että sosiaalisessa mediassa olevaa materiaalia on helppo levittää nopeasti. Materiaali leviää helposti ja nopeasti myös paikkoihin ja ihmisille, joille se ei ole tarkoitettu. **Materiaalia ei myöskään välttämättä saa koskaan poistettua netistä kokonaan.** Uhrin kannalta tämä voi tuottaa suurta häpeää, huolta ja kärsimystä, koska materiaalin poistumisesta täysin ei voi saada varmuutta. Kiusaajan tai kiusaajien kannalta tämä tarkoittaa myös sitä, että materiaalin levittämisen avulla voi olla pitkäkestoisia seurauksia. Mahdollisesti hetken mielijohteesta levitetyn materiaalin tai muun nettikiusaamisen jälkiä ei saa poistettua, vaikka ne myöhemmin kaduttaisivatkin. Tämän lisäksi materiaalia, kuten kuvia ja videoita, on verrattain helppo muokata uhria entisestään vahingoittavalla tavalla.

Nettikiusaaminen voi vaikuttaa kiusattuun vielä pitkään sen jälkeen, kun kiusaaminen on loppunut. **Kiusaamista ei pidä koskaan vähätellä siksi, että kiusaaminen tapahtuu netissä digilaitteiden avulla.** Nettikiusaaminen voi olla kiusaamisen uhrille yhtä vahingollista kuin digitaalisten ympäristöjen ulkopuolella. Osa lapsista voi myös kokea nettikiusaamisen pahempina kuin vaikkapa koulukiusaamisen. Toisaalta on hyvä muistaa, että osa lapsista puolestaan voi kokea nettikiusaamisen helpommaksi kestää, koska se tapahtuu ”vain netissä”. Vaikka osa nuorista olisikin jo mahdollisesti tottunut netissä tapahtuvaan kiusaamiseen ja kykenevä ottamaan siihen etäisyyttä, tämä ei tee ilmiöstä hyväksyttävää.

Kiusatuksi tulemisen kokemukset voivat aiheuttaa sekä psyykkisiä oireita kuten ahdistusta ja häpeää että fyysisiä tuntemuksia kuten päänsärkyä, vatsakipuja ja univaikeuksia. Kiusatun itsetunto voi laskea ja minäkuva vahingoittua. Myös luottamus muihin ihmisiin voi heikentyä. Kiusaaminen on väkivaltaa uhria kohtaan ja voi aiheuttaa myös traumatisoitumista.

Netti mahdollistaa monenlaiset kiusaamisen tilanteet ja alustat, ja tekee kiusaamisen helpoksi. Mahdollisuus anonymitettiin netissä voi hämärtää käsitystä oikeasta ja väärästä, eikä kiusaamisen kohde tunnu oikealta henkilöltä. Netissä tunnetaan vähemmän sosiaalista painetta olla inhimillinen toiselle ihmiselle ja siten vähemmän syyllisyyttä teoista. Aikuisten nettikäyttäytymisellä on huomattava vaikutus siihen, miten lapset ja nuoret

kiusaavat toisiaan netissä. Jos lapsi ja nuori omaksuu aikuisilta mallin siitä, miten netissä on lupa kommentoida, arvostella tai haukkua tuntemattomia ihmisiä, tämä käsitys siirtyy myös lapsen ja nuoren nettikäyttäytymiseen. Jos aikuiset eivät näe kanssaihmiä netissä ihmisinä, lapsetkaan eivät ajattele, että netissä ruudun toisella puolella on myös ihminen.

KIUSAAMISEEN PUUTTUMINEN ON AIKUISEN VELVOLLISUUS

Miksi lapsi kiusaa netissä? Kiusaajat saattavat kiusata kokeakseen vallan tunnetta, saadakseen autonomian kokemuksia, tunteakseen olonsa paremmaksi, välttääkseen tylsistymistä tai ”ihan muuten vain” eli huvin vuoksi. Lisäksi kiusaamisalttiuteen voi vaikuttaa ihmisen suhteiden laatu, kateus sekä vihan tunne, jota ei osata käsitellä oikein. Kiusaaja saattaa haluta myös huomiota ja kerätä yleisöä, jolle näyttää omaa valtaansa suhteessa kiusattuun.

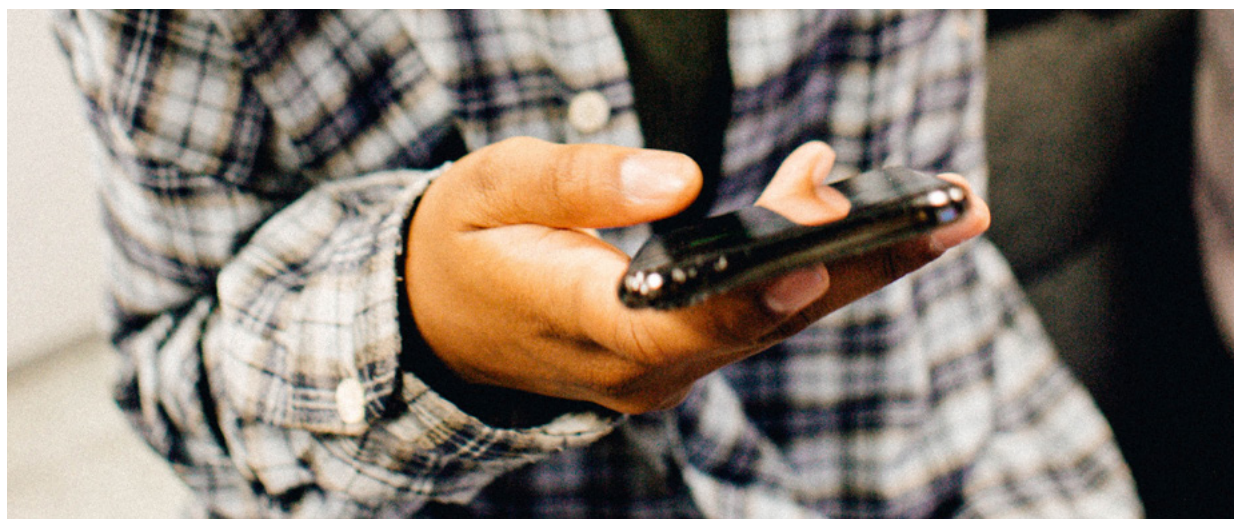
Nettikiusaaminenkin on siis ryhmäilmiö, mikä on tärkeää ottaa huomioon arvioitaessa yhtäältä nettikiusaamisen haitallisuutta ja toisaalta kiusaamiseen puuttumista. Digitaalisilla alustoilla on helppo tuoda esiin ”puolensa” kiusaamistilanteissa. **Peukutukset, tykkäykset ja kommentit tai näiden puuttuminen kertovat usein siitä, millä puolella kiusaamistilanteen seuraajat ovat.** Jotkut kiusaamista sivusta katsovat tai kannustavat voivat pelätä, että kiusaaminen kohdistuu heihin, jos he eivät tue kiusaajaa esimerkiksi tykkäämällä tämän laittamasta ilkeästä viestistä. Kiusaaminen on siis voimakkaasti yhteisöihin, ryhmiin ja sosiaalisiin suhteisiin liittyvä ilmiö. Jos kiusaaja ei saa kannatusta muilta ihmisiltä tai muut tuomitsevat kiusaajan, kiusaaminen usein tyrehtyy. Myös kiusatun on helpompaa jättää yksittäinen kiusaaja huomiotta ja vaille valtaa. **Niin kutsutuilla sivustakatsojilla on usein passiiviseksi mielletystä roolistaan huolimatta aktiivinen asema kiusaamistilanteissa ja niiden jatkumisessa.**

Kiusaajien läheisten asenteet kiusaamista kohtaan ovat merkittävässä roolissa. Mikäli perhe ja kaverit suhtautuvat kiusaamiseen hyvin kielteisesti, kiusaamisen aloittaminen tai jatkaminen on vaikeampaa.

Miten kiusaamiseen voi puuttua? Mitä minä voin aikuisena tehdä? Vaikka netissä tapahtuvaan kiusaamiseen ei ole aina helppo puuttua, se on kuitenkin mahdollista ja aikuisella on siihen velvollisuus. On tärkeää, että aikuisilla on riittävästi tietoa myös nettikiusaamisesta, sen muodoista ja vaikutuksista lapseen ja nuoreen sekä siitä, millaisilla keinoilla nettikiusaamiseen voi puuttua. Aikuisen on hyvä ymmärtää, että digilaitteen käytämisen lopettaminen tai sosiaalisesta mediasta poistuminen eivät ole ratkaisu kiusaamiseen. ”*Mitäs roikut siellä somessa!*” -kehote tuottaa kiusaamista kokevalle lapselle vain tunteen, että kiusaaminen on oikein ja hän on ansainnut sen.

Lasta ei milloinkaan pidä rangaista siitä, että hän kokee tai näkee netissä jotain epämiellyttävää. Lisäksi lapsella on oikeus toimia digitaalisessa mediassa ja käyttää digilaitetta. Hänellä ei ole velvollisuutta lopettaa niiden käyttämistä ja jäädä ulkopuolelle tärkeistä digilaitteella olevista toiminnoista ja palveluista siksi, että hän kokee kiusaamista netissä. Monelle lapselle digilaitteen käyttäminen on luonnollinen ja tärkeä osa arkea. Se, että aikuinen ehdottaa digilaitteen käyttämisen lopettamista, kertoo lapselle ainoastaan siitä, ettei aikuinen ymmärrä maailmaa, jossa lapsi elää.

Erityisen merkittäväksi nouseekin aikuisen ja lapsen välinen suhde. Avoin ja luottamuksellinen suhde sekä digilaitteiden käytöstä luontevasti keskusteleva ilmapiiri tuovat lapselle turvaa. Nettikiusaamisesta kertominen on lapselle usein vaikeaa, minkä takia on tärkeää, että aikuinen osaa myös luoda arjessa sopivia mahdollisuuksia ja tiloja lapselle kertoa kiusaamisesta. **Aikuisen on myös hyvä muistaa, että on aina suuri luottamuksen osoitus, jos lapsi kertoo kiusaamisesta aikuiselle.**



Toimintaohjeet tilanteessa, jossa epäilet tai tiedät lapsen kohdanneen kiusaamista

1. Jos lapsi itse kertoo sinulle kiusaamisesta, kiitä häntä siitä, että hän on uskaltanut kertoa. Jos sinulle nousee epäily siitä, että lasta on kiusattu, puhu asiasta rauhallisesti lapsesi kanssa. Voit kertoa lempeästi, mutta suoraan, että sinua huolestaa, onko hänellä kaikki ihan hyvin.
2. Kiusattu lapsi voi kokea, että hän on tehnyt itse jotain pahaa tai että hänessä on jotain vialla. Moni lapsi kokee asiasta kertomisen aikuiselle vaikeaksi. Vakuuta lapselle, että kiusaaminen on kaikissa tapauksissa aina väärin. Tuomitse teko, jonka uhriksi lapsi on joutunut. Lohduta lasta.
3. Kerää rauhassa tietoa keskustelemalla lapsen kanssa. Pyri selvittämään, missä kiusaamista on mahdollisesti tapahtunut ja ovatko tekijä tai tekijät tiedossa. Tapahtuuko kiusaamista netin lisäksi jossain muualla, kuten koulussa?
4. Jos kiusaaminen on tapahtunut kouluajalla, ota yhteyttä lapsen kouluun. Keskustelkaa yhdessä toimenpiteistä asian ratkaisemiseksi.
5. Jos kiusaamista tapahtuu netissä, pyydä lasta kertomaan ja näyttämään, millä sivuilla tai alustoilla kiusaamista tapahtuu.
6. Jos kiusaamisesta on todisteita, tallentakaa todisteet ottamalla kuvakaappaus. Todisteita voidaan myöhemmin käyttää apuna, jos asiaa aletaan selvittää poliisin, opettajan tai kiusaajan vanhempien kanssa.
7. Auta nuorta estämään kiusaajat sosiaalisessa mediassa. Muistuta hänelle, että hänellä on oikeus estämiseen eikä sitä tarvitse mitenkään selitellä kiusaajille.
8. Käykää lapsen kanssa läpi, miten hänen käyttämissään palveluissa voidaan säädellä yksityisyysasetuksia.
9. Ilmoita kiusaamisesta nuoren käyttämän nettisivun tai palvelun ylläpidolle. Esimerkiksi kaikissa somepalveluissa voi raportoida palvelun säännöissä kielletystä toiminnasta, kuten kiusaamisesta.
10. Jos epäilet, että kyseessä on mahdollisesti rikos, tee poliisille rikosilmoitus. Sinun ei tarvitse olla varma, onko kyseessä rikos tai mikä rikos on kyseessä. Konsultoi halutessasi poliisia ja pidä kynnyks ilmoituksen tekemiseen matalana.
11. Seuraa tilannetta. Kannusta lasta kertomaan sinulle aina, jos hän kohtaa jotain ikävää tai ahdistavaa netissä.
12. Pidä huolta omasta hyvinvoinnistasi. Muista, että lapsen kohtaama kiusaaminen voi kuormittaa ja aiheuttaa voimakkaita tunteita aikuisellekin. Vaikka tehtäväsi on olla lapsen tukena, sinulla on myös oikeus omiin tunteisiisi ja oikeus huolehtia omasta jaksamisestasi.

Mitä jos epäilet, että oma lapsi kiusaa muita?

1. Selvitä tilanne. Mitä on tapahtunut, ketä on kiusattu, miten kauan kiusaaminen on jatkunut?
2. Tee lapselle selväksi, että kiusaamisen täytyy loppua välittömästi. Keskustele lapsen kanssa siitä, miksi kiusaaminen on aina väärin. Samais-tukaa kiusatun kokemukseen. Millaisia tunteita kiusatulle on saattanut tulla kiusaamisesta? Miltä lapsesta tuntuisi, jos hän olisi itse saanut samanlaisia viestejä kuin hän on lähettänyt kiusatulle?
3. Tiedostaako lapsi itse kiusaavansa? Keskustelkaa yhdessä siitä, miten tärkeää on kohdella toisia arvostavasti ja ystävällisesti myös netissä.
4. Keskustele kiusaamisen syistä. Onko lapsi esimerkiksi itse joutunut kiusatuksi? Kiusaavatko hänen kaverinsa muita tai häntä?
5. Jos kiusatulle lapselle ja hänen perheelleen sopii, voitte tavata ja sopia, että kiusaaminen loppuu.

VAINOAMINEN

Vainoamisella tarkoitetaan toistuvia yhteydenottoja henkilöön, joka kokee yhteydenotot epätoivottuiksi ja häiritseviksi. Vainoamiseen liittyvät yhteydenotot voivat olla uhkaavia ja niiden tarkoitus voi olla pelotella, mutta ne voivat olla sävyiltään myös positiiviseksi mielletäviä, kuten yllättäviä ja jatkuvia rakkaudentunnustuksia, ääretöntä ihailua osoittavia viestejä tai lahjojen lähettämistä. **Vainoamista voi tapahtua sekä eri viestintävälineissä että fyysisesti esimerkiksi seuraamalla, ilmestymällä samoihin paikkoihin tai esimerkiksi vainotun kotiin.**

Vainoaminen voi olla yksilöön kohdistuvaa seuraamista ja tarkkailua, joka aiheuttaa kohteessa pelkoa ja ahdistusta. Vainoamista on myös esimerkiksi vainotun elämään liittyvien tietojen esiin kaivaminen, niiden hyödyntäminen vainoamistarkoituksessa ja tietojen levittäminen (doksaukset, doxing). Toisinaan tähän voi liittyä myös **maalittamista**, eli muiden houkuttelemista mukaan valitun kohteen vainoamiseen.

Vainoaminen voi olla sekä pitkään jatkuvaa ”hiljaista pelottelua” ja ”yllättäviä sattumia” että aktiivista, jolloin vainotun saa kymmeniä tai satoja yhteydenottoja eri kanavissa. Vainotun nimissä saatetaan myös tilata tuotteita ja hänen sosiaalisen median tileilleen voidaan yrittää murtautua. Keskeistä vainoamisessa on, että vainon kohde kokee sen häiritseväksi, pelottavaksi tai ahdistavaksi.

Digitaaliset laitteet ja sosiaalinen media voivat tehdä vainoamisen helpoksi. Esimerkiksi sosiaalisen median tilien tiedot ja Googlen antamat hakutulokset mahdollistavat sen, että uhrille tuntematonkin ihminen saa luotua haluamastaan henkilöstä kattavan kokonaiskuvan. Sosiaalisessa mediassa julkisesti jaetut kuvat ja kommentit auttavat myös vainoajaa soluttautumaan yksilön elämään ja sitä kautta häiritsemään sitä.

Varsin usein vainoaja on kuitenkin vainotun tuttavapiiristä. Esimerkiksi nuoren entinen seurustelukumppani saattaa eron jälkeen alkaa vainota. Sekä nuoren itsensä että aikuisen saattaa olla vaikeaa tunnistaa vainoamista varsinkaan aluksi.

Vainoaminen voi johtaa väkivaltaan. Lisäksi vainoaminen heikentää yksilön turvallisuuden tunnetta, ja tähän vainoaja toiminnallaan yleensä pyrkii. Lapselle on erittäin haitallista joutua vainoamisen kohteeksi.

Vainoamiseen ei voi koskaan suhtautua kevyesti, ja aikuisella on velvollisuus puuttua vainoamiseen tai sen uhkaan välittömästi.

Sosiaalisen median yrityksiä voi vaatia poistamaan niiden käyttöehtoja loukkaava sisältö, esimerkiksi luvattomasti levitettyt henkilökohtaiset tiedot. Myös hakupalveluita tarjoavia yrityksiä voi pyytää poistamaan hakutuloksista sivuja, joilla on niiden käyttöehtojen vastaista sisältöä.

GROOMING

Groomingilla tarkoitetaan lapsen houkuttelemista seksuaalisiin tarkoituksiin. Grooming on moniulotteinen ilmiö, jossa lasta pyritään houkuttelemaan näennäisesti vapaaehtoiseen vuorovaikutukseen. Sen päämäärä on tehdä lapselle seksuaaliväkivaltaa joko verkossa tai kasvokkain fyysisessä kontaktissa. Lasta voidaan myös kiristää esimerkiksi lapsen itse ottamalla seksuaalisuhteisilla kuvilla tai videoilla. Kiristämisen tavoitteena voi olla saada lapsi esimerkiksi lähettämään lisää alastonkuvia, tekemään seksuaalisia tekoja tai pitämään yhteydenpito salaisena. **Grooming on laitonta ja aina lapselle haitallista.**

Ilmiönä grooming muuttuu jatkuvasti. Tekijä saattaa pyrkiä luomaan luottamuksellisen suhteen lapseen ja ujuttaa seksuaalisuhteisistä sisältöä osaksi arkipäiväistä keskustelua tai saada lapsi toimimaan seksuaalisesti esimerkiksi leikin varjolla. Yhteydenpito voi olla luonteeltaan myös suoraa ja nopeaa kommentointia ja ehdottelua. Groomingia tapahtuu kaikkialla, eikä se ole uusi ilmiö. Lapsia seksuaalisiin tekoihin houkuttelevia ihmisiä on ollut olemassa aina ja he ovat aiemminkin löytäneet lapsia sieltä, missä lapset yleensä viettävät aikaa.

Netin käytön yleistytessä ja nuorten siirtyessä käyttämään suosittuja verkkoalustoja, myös groomingia tekevät aikuiset löysivät samoille alustoille. Digitaalisuuden tultua osaksi arkipäiväämme **groomingin mahdollistavia paikkoja on aiempaa enemmän.** Aikuinen voi ajatella lapsen olevan täysin turvassa ollessaan kotona omassa huoneessaan, mutta digilaitteiden vuoksi groomingia tapahtuu myös turvallisiksi miellettyissä paikoissa ja se voi luoda valheellisen turvallisuuden tunteen. Siksi aikuiselta tarvitaan valppautta ja kykyä ymmärtää groomingia. **Aikuisen ei koskaan pidä ajatella, ettei oma lapsi voisi joutua groomingin uhriksi.**

Suurin osa lapsista ja nuorista ei ilmoita kohtamastaan seksuaaliväkivalta. Groomingiin liittyy paljon syyllisyyttä ja häpeää, vaikkei **lapsi tai nuori ole koskaan syyllinen seksuaalista houkuttelua tekevän aikuisen toimintaan.** Groomingissa aikuinen voi esimerkiksi pyytää lapselta kuvia, joita käyttää lapsen kiristämiseen. Tällöin kynnyksensä kertoa asiasta kasvava entisestään, sillä lapsi voi kokea kohteeksi joutumisen omaksi syykseen. Seksuaaliväkivalta aikuiselle kertominen on aina lapselta suuri luottamuksen osoitus ja vaatii häneltä rohkeutta.

Seksuaalissävyytteiset viestit tulevat usein aikuisilta, mutta **myös toinen nuori voi antaa ei-toivottua seksuaalista huomiota**. Se voi sisältää seksuaalista puhetta tai viestejä, seksuaalisten kuvien lähettämistä ja vastaanottamista tai seksuaalisiin tekoihin houkuttelua videoiden ja puheluiden välityksellä. Tekijät eivät aina pyydä tapaamista tosielämässä, vaan yhteydenotot voivat rajoittua myös nettiympäristöön. Lasta voidaan houkuttaa seksuaalisiin tarkoituksiin monin eri keinoin, kuten leikin tai hyödykkeiden (pelicreditit, tavarat jne.) varjolla.

“*Mua on joskus ahdisteltu netissä eri sovelluksissa. Siitä on seurannut ahdistusta ja surumielisyyttä. Kerroin kavereille heti, mutta vanhemmille en ole uskaltanut kertoa, koska pelkään, että he tuomitsevat. Kavereille kertominen on helpompaa.*”
Nuori 16 v.

Lasta voi suojella groomingilta olemalla kiinnostunut siitä, mitä lapsi vapaa-ajallaan tekee, ottamalla turvavidot osaksi arjen keskusteluja ja opastamalla lasta toimimaan turvallisesti verkossa. Aikuisen on hyvä käydä lapsen kanssa pienestä pitäen läpi lapsen rajoja. Kun lapsen kanssa on turvallisesti käyty läpi, mitä oikeuksia tällä on esimerkiksi omaan kehoonsa, lapsi voi paremmin oppia tunnistamaan, jos hänen rajojaan ja koskemattomuuttaan rikotaan myös verkkoympäristössä. Huoltajan ja lapsen välinen turvallinen vuorovaikutussuhde on parasta lapsen suojelua.

Lapset tarvitsevat ikä- ja kehitystasoonsa sopivaa tietoa lapsiin kohdistuvasta seksuaalisesta häirinnästä, houkuttelusta ja seksuaaliväkivallasta. **Seksuaalista häirintää, houkuttelua ja seksuaaliväkivaltaa kohdistetaan myös hyvin pieniin lapsiin, joten aihe kannattaa ottaa puheeksi myös pienten lasten kanssa.** Lapsen tulee saada konkreettista, lapselle sopivaa tietoa, jotta hän voi suojella itseään. Lapselle tulee antaa mahdollisuus kysyä ja keskustella aiheesta rauhallisesti aikuisen kanssa. Yksi tärkeä keskustelun aihe on itsemääräämisoikeus. Se tarkoittaa lapsen oikeutta päättää itseään koskevista asioista ja mahdollisuudesta kieltäytyä milloin ja missä tilanteessa tahansa. Esimerkiksi tilanteessa, jossa lapsi on lähettänyt itsensä yhden kuvan, hänellä ei ole mitään velvollisuutta lähettää enää toista. Lapsi voi kieltäytyä myös niiden ihmisten pyynnöistä, joista lapsi välittää. Lapsen kanssa on hyvä jutella myös siitä, mitä tietoja ja millaisia kuvia hän netissä jakaa. Lasta voi kannustaa olemaan tarkkana ja kertomaan aina aikuiselle tuntemattomien viesteistä. Jos lapsi on saanut asiattomia yhteydenottoja, hän voi kokea siitä syyllisyyttä ja häpeää. **Lapselle onkin hyvä korostaa, ettei lapsi ole koskaan syyllinen kokemaansa seksuaaliseen häirintään tai houkutteluun.**

Anonyymien ja vieraiden ihmisten lisäksi netissä lapsen **seksuaalista houkuttelua tai seksuaaliväkivaltaa**

kohdistavat ihmiset voivat olla lapselle jo jollakin tavalla entuudestaan tuttuja. Tällaisia ovat esimerkiksi perhetutut, opettajat, harrastusohjaajat, vanhemmat kaverit, kavereiden kaverit ja sukulaiset. Usein puhutaan vain tuntemattomista netissä saalistajista, mutta unohtetaan, että useimmat tekijöistä ovat tavallisia ihmisiä, jotka lapsi ja nuori saattavat jo jollain tavalla tuntea. Lapsen kohdistuvaan seksuaaliväkivaltaan pyrkivät ihmiset voivat myös olla esimerkiksi työnsä puolesta lasten ja nuorten kanssa tekemisissä.

Nuoret voivat aavistaa tai tietää, että keskustelussa mukana olevan aikuisen tarkoitusperät ovat epäilyttäviä. Kohtaamiset voivat olla toistuvia ja nuoret voivat kokea hyväksytyksi ja huomatuksi tulemisen, ihastumisen tai rakastumisen tunteita. Tekijä voi myös hyödyntää aikuisen statuksen tuomaa valta-asemaa. Lapsi tai nuori voi kokea tilanteesta irrottautuminen haastavaksi.

Miten asiattomilta yhteydenotoilta voi suojautua? Millaiset asiat auttavat käsittelemään groomingia ja omia rajoja lapsen kanssa?

Katso vinkit ja tehtävät Pelastakaa Lasten Mediataitokurssilta:

hyvakysymys.fi/kurssi/turvallinen-digiarki/voiko-asiattomilta-yhteydenotoilta-suojautua/

IDENTITEETTIVARKAUS

Identiteettivarkaudella tarkoitetaan toisen identiteetin, esimerkiksi nimen, henkilötunnuksen tai sosiaalisen median tilin luvaton käyttöönottoa. Varkaan tavoitteena voi olla taloudellinen hyöty, mutta lasten ja nuorten tapauksessa identiteettivarkaudet liittyvät tavallisemmin kiusaamiseen, joskus myös kiristämiseen.

Tyypillinen identiteettivarkauden muoto on toisena henkilönä esiintyminen tekaistun digitaalisen identiteetin, esim. sosiaalisen median tilin turvin. Toinen tyypillinen muoto on toisen some- tai muun tilin kaappaaminen. Se edellyttää uhrin salasanan selvittämistä esimerkiksi pyytämällä, kiristämällä tai katsomalla salaa, kun toinen kirjautuu tililleen. Kehittyneemmissä hyökkäyksissä varas saattaa lähettää uhrille palvelun nimissä ns. kalasteluviestin, jolla pyritään huijaamaan uhri paljastamaan salasansa.

Identiteettivarkaus on Suomessa rikos, jos siihen liittyy taloudellista tai vähäistä suurempaa haittaa uhrille ja kolmannen osapuolen erehdyttämistä. Paras keino suojautua identiteettivarkauksilta on omasta salasanasta ja muista henkilötiedoista huolehtiminen sekä kaksivaiheisen todentamisen käyttöönotto omille tileillä.

HUOMIOI AINAKIN NÄMÄ:

1. Digitaalisuus on lisännyt haitallisia yhteydenottoja ja tuonut ne lapselle turvallisiksi miellettyihin ympäristöihin. Haitallisten yhteydenottojen huomaaminen on myös entistä vaikeampaa.
2. Suurin osa lapsista ei kerro kohtaamastaan epämiellyttävästä yhteydenotosta, koska he kokevat sen omaksi syykseen tai häpeävät sitä.
3. On aikuisten valvollisuus puuttua nettikiusaamiseen, vainoamiseen ja lapsen houkutteluun.
4. Lasta tai nuorta ei saa rangaista siitä, että hän on kokenut haitallisen yhteydenoton, vaan häntä täytyy kuunnella, tarjota tukea ja antaa mahdollisuus purkaa kokemuksia myös ammattilaisen kanssa.
5. Suojaamalla salasanat ja muut henkilötiedot ja käyttämällä kaksivaiheisesta kirjautumista digitaalisissa palveluissa suojautuu parhaiten identiteettivarkaudelta.

Kuinka käsitellä lapsiin kohdistuvaa seksuaalista häirintää, houkuttelua ja seksuaaliväkivaltaa? Tutustu Kehoni on minun -oppaaseen:

pelastakaalapsset.fi/kehonionminun

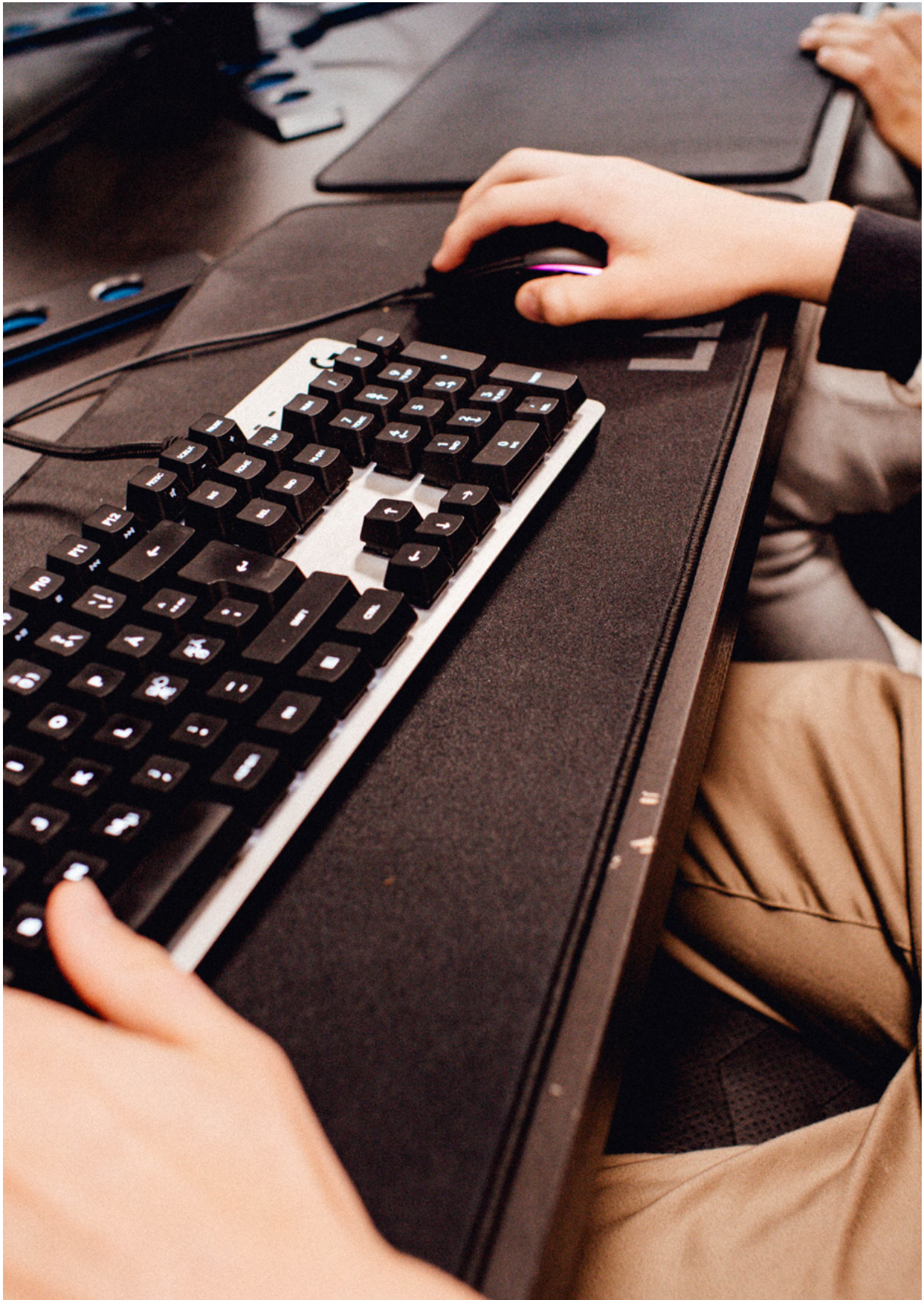
Kuinka luoda turvaa lapsen digiarkeen? Lue lisää turvallisesti verkossa -sivustolta:

pelastakaalapsset.fi/turvallisestiverkossa/vanhemmille

Epäiletkö kohdanneesi verkossa lapsen houkuttelua seksuaalisiin tarkoituksiin?

Voit ilmoittaa näkemästäsi anonyymisti Nettivihje-palveluun:

pelastakaalapsset.fi/nettivihje/ilmoita



LIITTEET

Miten aikuinen voi kehittää mediataitojaan? Miten lapsen kanssa voisi opetella vielä lisää mediakriittisyyttä ja turvataitoja?

Katso lista hyvistä ja lisää tietoa antavista linkkivinkeistä Vanhempien mediataitokurssin sivulta:

hyvakysymys.fi/artikkeli/hyodyllisia-linkkeja/

Miten aikuinen voi tukea lasta kriisitilanteessa? Katso Pelastakaa Lasten vinkit:

- Kuuntele lasta ja nuorta. Hanki tietoa lasta tai nuorta järkyttäneestä asiasta ja puhu tapahtuneesta rauhallisesti. Perusta sanomasi faktoihin ja vältä ylireagoimista. Auta lasta ja nuorta hahmottamaan tosiasioiden ja mielipiteiden välinen ero. Lapsi ja nuori tarvitsee läsnäoloasi todennäköisesti enemmän kuin normaalisti. Varaudu olemaan lapsen tai nuoren saatavilla.
- Jos lapsi tai nuori haluaa puhua mieltä järkyttäneestä tapahtumasta, auta lasta ja nuorta löytämään sanat, jos hän ei itse osaa tai pysty puhumaan asiasta. Yritä pysyä rauhallisena. Kerro lapselle ja nuorelle, että kaikki tunteet ovat sallittuja ja että on normaalia reagoida voimakkaastikin silloin, kun kokee oman, tai muiden turvallisuuden uhatuksi.
- Suojele lasta ja nuorta liialliselta mediatulvalta, kuten tv-uutisilta ja nettisisällöiltä.
- Huolehdi siitä, että lapsen ja nuoren arkirutiinit eivät rikkoudu ja että lapsi ja nuori syö, nukkuu ja liikkuu riittävästi. Rutiinit tuovat turvaa ja pitävät ajatukset poissa mieltä järkyttävistä asioista.
- Vahvista lapsen ja nuoren turvallisuuden tunnetta kertomalla, että lapsen ja nuoren mieltä järkyttävät tapahtumat ovat harvinaisia ja että vanhempi on aina lapsen ja nuorten tukena.
- Mikäli lapsen tai nuoren oireilu on rajua tai pahenee siten, ettei lapsi tai nuori pysty esimerkiksi nukkumaan, tai käymään koulua, kannattaa hakea ulkopuolista apua esimerkiksi sosiaali- ja kriisipäivystyksestä, tai kouluterveydenhuollosta. Vanhempi voi myös itse myös hakeutua ulkopuolisen avun piiriin tarvittaessa.
- Mikäli herää epäily siitä, että lapsi tai nuori, tai joku lapsen tai nuoren tuntema lapsi tai nuori on joutunut seksuaaliväkivallan kohteeksi, ota yhteyttä poliisiin.

Lapselle tai nuorelle, kun jokin ikävä tapahtuma järkyttää sinua

- On normaalia, että omaa, tai muiden lasten tai nuorten hyvinvointia uhkaavat tapahtumat koskettavat. Väkivalta, tai tämän uhka voi herättää voimakkaitakin tunteita, kuten pelkoa, voimattomuutta ja aggressiivisuutta.
- Omista tuntemuksista ja reaktioista on hyvä keskustella vanhempien, ystävien, tai muiden läheisten kanssa. Voit myös mennä juttelemaan esimerkiksi koulupsykologin, tai terveydenhoitajan kanssa.
- Vältä liiallista mediatulvaa; tv-uutisia ja nettisisältöä. Kiinnitä erityistä huomiota itsestä huolehtimiseen ja tee asioita, mitkä saavat ajatuksesi pois mieltä järkyttävistä tapahtumista.
- Huolehdi arkirutiineista ja siitä, että nuket, syöt ja liikut tarpeeksi.
- On hyvä muistaa, että vaikka jokin tapahtuma järkyttää sinua, ei tämä tarkoita, että suurempaan pelkoon olisi aihetta.

Lue lisää täältä: pelastakaalapset.fi/kriisitilanteenkohtaaminen/





Pelastakaa Lapset

Pelastakaa Lapset ry on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton, vuonna 1922 perustettu kansalaisjärjestö, joka edistää lapsen oikeuksien toteutumista Suomessa ja maailmalla.

pelastakaalapset.fi

