



# LASTEN JA NUORTEN KANSSA TEHTÄVÄ VÄKIVALTATYÖ

Menetelmäkansio

Ammattikorkeakoulututkinnon opinnäytetyö

Sosionomi AMK

Syksy 2024

Maarit Lönegren

Sosionomi AMK

Tekijä Maarit Lönegren

Työn nimi Lasten ja nuorten kanssa tehtävä väkivaltatyö. Menetelmäkansio

Ohjaaja Mari Korhonen

Tiivistelmä

Vuosi 2024

---

Opinnäytetyön tilaaja on Kanta-Hämeen ensi- ja turvakoti ry:n Luotain-hanke. Luotain-hanke tarjoaa apua lähisuhdeväkivaltaa tehneille, kohdanneille sekä sille altistuneille lapsille ja nuorille. Tätä työtä koskevaa tietoa ja siinä käytettäviä menetelmiä haluttiin koota yhteen menetelmäkansioksi.

Väkivalta on yhä yleisempää lasten ja nuorten elämässä eri muodoissa. Väkivaltatietoisuus ja sen vaikutukset ovat koko ajan lisääntyneet. Erityisesti lapsia ja nuoria koskeva lähisuhdeväkivalta traumatisoi ja jättää koko loppuelämää koskevia jälkiä. Paras tapa puuttua on ennaltaehkäisy ja mahdollisimman aikaisen vaiheen väkivaltatyö.

Opinnäytetyön tietoperustaan koottiin tietoa lapsuuden ja nuoruuden kehitysvaiheista sekä tietoa eri lähisuhdeväkivallan muodoista ja vaikutuksista kirjallisuuskatsauksen keinoin. Tuloksena tavoiteltiin lähisuhdeväkivaltatyön keskeisiä teemoja. Teemoiksi muotoutuivat minätaidot, kaveritaidot ja turvataidot. Lisäksi esiin nousi turvan ja luotettavan aikuisen käsitteet ja merkitys.

Tuloksina saatujen teemojen mukaisesti muotoiltiin kirjallisuuskatsauksen pohjalta erillinen menetelmäkansio, joka on tämän opinnäytetyön liitteenä 2. Tämä menetelmäkansio tukee lähisuhdeväkivalta-aihetta ja -kokemuksia käsiteltäessä lasten ja nuorten kanssa. Lisäksi liitteeseen 3 on koottu lähdevinkkejä niille, jotka haluavat syventää tietojaan aiheesta. Opinnäytetyöprosessia ohjasi alusta loppuun tutkimuskysymys: ”Miten voidaan auttaa lapsia ja nuoria, joilla on lähisuhdeväkivaltakokemuksia?”.

Avainsanat Lapsuus ja nuoruus, väkivallan vaikutukset kehityksessä, lähisuhdeväkivalta, trauma, turva

Sivut 25 sivua ja liitteitä 52 sivua

Degree Programme in Social Services

Author Maarit Lönegren

Subject A methods portfolio for domestic violence counselling among children and adolescents

Supervisor Mari Korhonen

Abstract

Year 2024

---

The thesis was commissioned by the Luotain project of Kanta-Häme ensi- ja turvakoti ry, an association helping people who have faced domestic violence. Luotain offers help to children and adolescents who have committed, experienced or been exposed to domestic violence. The association wanted to gather the knowledge and methods used in this work into a methods portfolio.

Violence in different forms is more and more common in the lives of children and adolescents. Knowledge of violence and its effects has grown. Especially domestic violence in childhood and adolescence causes trauma and effects last a lifetime. The best way to tackle domestic violence is preventive work and offering help to process what already has happened as early as possible.

Knowledge regarding the developmental phases of childhood and adolescence and different types of domestic violence was gathered by reviewing literature. The aim was to identify the main themes of working with domestic violence. Themes that emerged were self-skills, friendship skills and safety skills. The concepts and importance of safety and trustworthy adult were also highlighted.

Based on these themes a methods portfolio was compiled and attached to this thesis. The portfolio offers support when working with children and adolescents who have encountered domestic violence. In attachments is also a gathered list of references for those who want to know more about this subject. Through the whole thesis process the aim was to answer to the research question "How can we help children and adolescents who have experiences of domestic violence?".

Keywords Childhood and youth, affections of domestic violence, domestic violence, trauma, safety

Pages 25 pages and appendices 52 pages

## Sisällys

|       |  |    |
|-------|--|----|
| 1     | Johdanto .....   | 1  |
| 2     | Lapsuus ja nuoruus.....  | 2  |
| 2.1   | Lapsuuden ja nuoruuden keskeiset kehitysvaiheet .....              | 2  |
| 2.2   | Turvallisuus.....  | 4  |
| 3     | Väkivalta ja väkivaltatyö .....                                    | 5  |
| 3.1   | Väkivallan eri muodot.....   | 6  |
| 3.2   | Lähisuhdeväkivalta .....   | 8  |
| 3.3   | Väkivaltatyö .....   | 8  |
| 3.4   | Traumatietoisuus .....   | 9  |
| 3.5   | Lähisuhdeväkivallan vaikutukset lapsen ja nuoren kehitykseen ..... | 10 |
| 4     | Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja toteuttaminen .....         | 11 |
| 4.1   | Tarkoitus ja tutkimuskysymys.....                                  | 11 |
| 4.2   | Toteutuksen kuvaus.....  | 12 |
| 4.2.1 | Kuvaileva kirjallisuuskatsaus tutkimusmenetelmänä .....            | 13 |
| 4.2.2 | Aineiston hankinta ja analysointi.....                             | 14 |
| 4.3   | Menetelmäkansio.....   | 17 |
| 5     | Tulokset: väkivaltatyön keskeiset teemat .....                     | 17 |
| 5.1   | Minätaidot .....   | 18 |
| 5.2   | Kaveritaidot.....  | 19 |
| 5.3   | Turvataidot.....   | 20 |
| 5.4   | Turva ja luotettava aikuinen .....                                 | 20 |
| 5.5   | Kuka voi tunne- ja turvataitokasvattaa?.....                       | 20 |
| 5.6   | Tutkimuksen eettisyys, luotettavuus ja kestävyys.....              | 21 |
| 6     | Pohdinta.....  | 22 |
|       | Lähteet .....  | 25 |

## Taulukot

|   |    |
|---|----|
| Taulukko 1. Väkivallan eri muotoja.....   | 7  |
| Taulukko 2. Väkivallan vaikutuksia lapseen ja nuoriin. Lähteet Kytölä, 2021, s. 78; Bohleber, 2010, ss. 14–15. .... | 10 |
| Taulukko 3. Kirjallisuuskatsauksen aineistohaun mukaanotto- ja poissulkukriteerit.....                              | 14 |
| Taulukko 4. Kirjallisuuskatsauksen aineistohaun tulokset.....   | 15 |

Taulukko 5. Väkivaltatyön keskeiset teemat ja niiden tärkeimmät sisällöt. ....17

## **Liitteet**

- Liite 1. Aineistonhankintasuunnitelma
- Liite 2. Kuinka autan lähisuhdevaltaa kohdanneita lapsia ja nuoria? Menetelmäkansio
- Liite 3. Lähde- ja lukuvinkkejä tekijältä

# 1 Johdanto

Lasten ja nuorten elämässä väkivalta, erityisesti lähisuhdeväkivalta, on yleinen ilmiö. Väkivalta jo sanana herättää tunteita. Se kenties pelottaa. Sitä ei tee mieli sanoa ääneen. Se on leimaavaa, paha ja häpeällistä. Näin sen ei tulisi olla. Väkivallasta tulisi alkaa puhua, jotta sillä olisi mahdollisuus nousta esiin sieltä, missä sitä salaillaan häpeällisenä.

Väkivaltaa esiintyy erilaisissa muodoissa ja sitä voi kohdata erilaisissa rooleissa. Väkivaltaa voi tehdä itselleen tai muille, sen kohteeksi voi joutua tai väkivallan teoille voi altistua passiivisesti, jos niitä joutuu todistamaan omassa elämässään. Väkivalta aiheuttaa häpeää, pelkoa ja kriisejä. Pahimmillaan traumavaikutukset voivat kulkea mukana koko elämän. Väkivalta ei ole irrallinen ilmiö, vaan se on meissä jokaisessa. Kullakin olennolla on tavat ja keinot toimia ja puolustautua vaaran uhatessa ja myös sellainen henkilökohtainen piste, jossa kokee tarvetta puolustautua. Meillä ihmisillä on mahdollisuus oppia tunnistamaan omia tuntemuksiamme ja opetella uusia toimintamalleja. Jotta elämä olisi väkivallatonta, olisi tärkeää oppia tunnistamaan mahdolliset vaaranpaikat ja oppia korvaamaan väkivaltaan johtavat ratkaisut toisenlaisilla toimintamalleilla. (Mieli ry, n.d.)

Tässä opinnäytetyössä kuvaillaan kirjallisuuskatsauksen keinoin lasten ja nuorten kanssa tehtävän lähisuhdeväkivaltatyön keskeisiä teemoja. Katsauksen tuloksena syntyneiden teemojen pohjalta opinnäytetyössä luotiin toiminnallisena tuotoksena menetelmäkansio lasten ja nuorten kanssa tehtävän väkivaltatyön tueksi. Tutustumalla aiheen tutkimuksiin ja kirjallisuuteen on pyritty tavoittamaan keskeisimmät väkivaltatyön teemat, kun kyseessä on lapset ja nuoret väkivallan kokijoina, näkijöinä ja tekijöinä. Luotuun menetelmäkansioon koottiin menetelmiä ja ajatuksia konkreettisen työskentelyn lähtökohdiksi. Kansion ei ole tarkoitus kattaa kaikkia menetelmiä tai aiheita, vaan pikemminkin johdattaa sen käyttäjä oikean teeman äärelle antamalla esimerkkejä tavoista, joilla voisi toimia. Esimerkkien avulla kukin voi koostaa oman työkalupakkinsa väkivaltatyöhön. Menetelmäkansion tavoitteena on muun muassa toimia perehdytyskansiona väkivaltatyön tekemistä aloittavalle ja tarvittaessa kenelle tahansa pohdinnan tueksi esimerkiksi uuden näkökulman etsimiseen asiakassuhteessa.

Väkivaltatyö kuulostaa vaaralliselta, mutta näin ei todellisuudessa ole. Ollessani harjoittelussa Kanta-Hämeen Ensi- ja turvakoti ry:n Luotain-hankkeessa pääsin tutustumaan lasten ja nuorten kanssa tehtävään lähisuhdeväkivaltatyöhön. Tämän kokemuksen ja omien oivalluksieni innoittamana haluan tehdä näkyväksi sitä työtä, johon itse sain tutustua.

Rankkojen ja pelottavien ajatusten sijaan minulle jäi mieleen turvallisuuden ja luottamuksen luominen, turvallisen tilan rakentaminen, asioiden kertomisen mahdollistaminen, tunnetaitotyöskentely ja auttaminen. Opinnäytetyöni yhtenä tavoitteena on vähentää stigmaa, tuoda näkyväksi väkivaltatyötä ja madaltaa kynnystä väkivallasta sekä oikeasta ja väärästä puhumiseen. Kannustaa siihen, että yhdessä uusia toimintamalleja voi opetella, kunhan se tapahtuu turvassa ja kannustavassa ilmapiirissä. Vaikeistakin asioista voi kertoa, kun sille annetaan mahdollisuus.

## **2 Lapsuus ja nuoruus**

Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta määrittelee ja velvoittaa selkeästi, että lasta tulee kasvattaa niin, että hän saa ymmärrystä, turvaa ja hellyyttä. Lasta ei saa ruumiillisesti kurittaa, alistaa eikä kohdella loukkaavasti. Lapsen kasvamista itsenäiseksi ja vastuulliseksi tulee tukea. Lasta tulee suojella ruumiilliselta ja henkiseltä väkivallalta, huonolta kohtelulta ja hyväksikäytöltä. (Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta 361/1983 § 1)

Lapsuus ja nuoruus ovat ihmiselämän vaiheita. Niihin kuuluu tiettyjä kehitysvaiheita kehityksellisine tavoitteineen. Lapsuuden ja nuoruuden määrittely ikävuosina hieman vaihtelee. Tässä opinnäytetyössä käytetään rajauksena lapsuudelle ikävuosia 4–12 vuotta ja nuoruudelle 13–18 vuotta. Opinnäytetyön tavoitteiden kannalta alle 4-vuotiaiden kanssa tehtävä väkivaltatyöskentely on enemmän vanhemmuustyöskentelyä, joten sitä ei käsitellä tässä yhteydessä. Lapsuuden ja nuoruuden rajana on siirtyminen alakoulusta yläkouluun. Nuoruuden opinnäytetyössäni luokittelen päättyväksi täysi-ikäisyyteen kuten palvelurakenteissa usein. Ikäluokkajakaumissa on tässä opinnäytetyössä otettu mallia opinnäytetyön tilaajan Kanta-Hämeen Ensi- ja turvakoti ry:n Luotain-hankkeen tarjoamista palveluista.

### **2.1 Lapsuuden ja nuoruuden keskeiset kehitysvaiheet**

Varhaislapsuuden keskeisin kehitystehtävä on turvallisen kiintymyssuhteen muodostuminen (Terveyskirjasto, n.d.). Lastenpsykiatri Jari Sinkkosen (2018, s. 38) mukaan kiintymyssuhdeteorian isä John Bolby kuvaa itse kiintymyssuhdeteorian olevan yritys luoda käsite kuvaamaan ihmisen taipumusta muodostaa voimakkaita tunnesiteitä toisiin ihmisiin sekä erokokemusten ja menetysten aiheuttaman stressin ilmenemisenä ahdistuksena, vihamielisyytenä, depressiona ja tunteiden eristämisenä. Lapsi synnynnäisesti kiinnittyy hoivaajaansa säilyäkseen hengissä. Turvallisuudentunteen laskiessa kiintymyssuhde

aktivoituu ja ilmenee erilaisina tapoina päästä hoivaajan läheisyyteen. Kiintymyssuhdeteorian ytimessä on perusluottamuksen muodostuminen. Kun lapsi kokee vaaran tunnetta, hänen oppimisensa ja kehittymisensä heikkenee. Kiintymyssuhteen häiriöiden vaikutus muun muassa psyykkisten häiriöiden syntyyn on herättänyt paljon kiinnostusta. (Sinkkonen, 2018, ss. 38, 43) Jatkuvat vaikeudet hoivan saannissa ja vuorovaikutuksessa aiheuttavat epäluuloa ja luottamuspulaa (Korhonen, 2021). Lapsen turvallisen kiintymyssuhteen syntyminen edellyttää mahdollisuutta elää ennakoitavassa maailmassa ja kokea vuorovaikutuksessa kaikkia tunteita luottaen aikuisen auttavan häntä ilman pelkoa hylkäämisestä (Sinkkonen, 2008, s. 270).

Lapsuuden leikki-ikävaiheessa, 3–6 vuotta, kieli, ajattelu sekä motoriset taidot kehittyvät nopeasti. Omatoimisuus ja toimintojen tarkoituksellisuus lisääntyvät. Sosiaalisissa tilanteissa kyky ottaa toiset huomioon kasvaa omien tunteiden ja käytöksen säätelytaitojen kehittyessä. Leikki-ikäinen rakastaa esitellä taitojaan ja paistatella kehujen parrasvaloissa mutta vastaavasti pahoittaa mielensä herkästi ja tarvitsee aikuisen tukea näissä tilanteissa. Alakouluikä, 6–12 vuotta, on tunne-elämän, ajattelun ja sosiaalisen kehityksen aikaa. Silloin lapsen minäkuva vahvistuu vuorovaikutussuhteiden ja vertaissuhteissa saadun palautteen myötä. Lapsen omatoimisuus ja kyvykkyyt kasvaa ja kaverit sekä ryhmään kuulumisen tulevat merkityksellisimmiksi. Ristiriitatilanteissa tarvitaan edelleen jonkin verran aikuisen apua, mutta keskinäinen sovittelukin alkaa jo sujua. Lapsen oma moraali alkaa olla jo muodostunut. Esimurrosiässä, 9–12 vuotta, tunteet alkavat ailahtella enemmän ja käytöksen- sekä tunne-elämän haasteet ovat hyvin tavallisia. (Korhonen, 2021)

Nuoruuden vaiheen tärkeä kehitystehtävä on irrottautuminen vanhemmista ja oman itsenäisen minuuden rakentaminen. Vanhemmista irrottautuminen aiheuttaa epävakautta minuudessa, mikä taas luo mahdollisuuden tutkia ja kokeilla, kuka minä itse olen ja näin tulla omaksi itsekseen. Nuoruusiässä omat vietit kypsyvät ja oma seksuaalisuus herää. Oma minuus, arvot ja moraali alkavat muotoutua kapinoinnin, ihmissuhteiden ja kokeilujen kautta. Oma ristiriitainen käsitys siitä, kuka olen alkaa selkiytyä kokemusten ja omien havaintojen kautta. Oman minuuden rakentuminen on prosessi, joka ei tule valmiiksi, vaan on pikemminkin kehämäistä havaintojen ja kasvun vuoropuhelua läpi elämän. Rajoja kokeilemalla tutut asiat järjestäytyvät uudelleen. Nuoruuden aikana kaiken tämän myötä alkaa syntyä oma minuus, itsenäisyys sekä oman elämän hallinnan kokemukset. Pyrkimys on tulla itsekseen ja erottaa itsensä vanhemmistaan. Ristiriitaiset tunteet kuuluvat nuoruuteen. Samaan aikaan kun oman elämän hallinta ja toimijuus lisääntyvät, menetetään turvallisuus. Yksinäisyys ja pärjääminen pelottavat. (Bohleber, 2010, ss. 14–15)

## 2.2 Turvallisuus

Turvallisuus on ihmisen perustarve. Turvattomuus taas saa epäilemään hyvän tapahtumista ja tulevaisuuden näkymä täytyy uhilla ja pelolla. Vaikeatkaan kokemukset eivät sulje pois hyvän elämän mahdollisuutta, vaan ihmisellä on uskomaton kyky joustaa ja palautua kokemuksistaan. Tähän tarvitaan turvallisia muita ihmisiä opastamaan ja tukemaan. Vakaan arjen luomisella, myötätunnolla, kehoisuus- ja tunnetaitoisuudella ja itsetuntemuksen kasvattamisella turvaa on mahdollista lisätä. Tämä on tie itsemyötätuntoon ja kokemusten hyväksymiseksi osaksi omaa elämäntarinaa. Tapahtuneita asioita ei tarvitse hyväksyä, mutta tärkeää on havaita, miten ne vaikuttavat omaan elämään ja oppia tapoja tulla toimeen näiden vaikutusten kanssa. Vain turvassa voi eheytyä. (Linner Matikka & Hipp, 2023, ss. 287–288)

Vuoden 1948 Yleisen ihmisoikeusjulistuksen mukaisesti jokainen ihminen on arvokas, hänellä on oikeus tasa-arvoon ja vapaus syrjinnästä. Nämä oikeudet kuuluvat myös lapsille ja nuorille. (Ihmisoikeusliitto, 2024) YK:n lapsen oikeuksien mukaisesti lapsilla on oikeus suojeluun ja hoivaan, riittävään osuuteen yhteiskunnan voimavaroista sekä osallistua ikä- ja kehitystasonsa mukaisesti itseään koskevien päätösten tekemiseen. (Lapsen oikeudet, 2023) Aikuisilla on velvollisuus siitä, että nämä oikeudet toteutuvat. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, että lapsilla ja nuorilla olisi oikeus tehdä mitä vain aikuisten siihen puuttumatta. Lapsen ja nuoren turvallisuuden tunnetta tuetaan parhaiten hoivan ja turvan luomisella sekä lapsen ja nuoren omaa selviytymistä vahvistamalla. Tässä merkittävää on tunnetaitokasvatus. Tunteiden tunnistaminen ja niiden kanssa toimimaan oppiminen lisäävät lapsen ja nuoren omaa sisäistä turvallisuuden tunnetta. Toinen merkittävä tekijä on riittävän tiedon tarjoaminen ikätasoisesti. Lapsi tai nuori ei ole turvassa siten, ettei hänelle kerrota ikävistä asioista, vaan niin, että hänelle tarjotaan tietoa ja opastetaan toimimaan vaikeissa tilanteissa ikätaso huomioiden. (Lajunen, Andell & Ylenius-Lehtonen, 2016, ss. 11–12)

Sosiaali- ja terveysministeriö rahoitti Jyväskylän ammattikorkeakoulun organisoiman Tunne- ja turvataidot osaamiseksi TuTa-hankkeen vuosina 2012–2014. Lasten turvataitojen opetteleminen ja opettaminen on osana varhaiskasvatusta, mutta hankkeen tavoite oli turvataitojen osaamisen lisääminen tasavertaisesti kaikille Suomessa eläville lapsille. Hankkeen tuottamalla materiaalilla haluttiin tuoda saataville ajankohtaista tietoa, miten tukea lapsen turvallisuutta ja hyvinvointia, sekä tuoda tukea aikuisille lasten kuuntelussa ja turvataidoista puhumisessa. Keskeisesti esiin nousivat teemat turvallisuus, oman ja toisen ihmisarvon ja loukkaamattomuuden kunnioittaminen sekä pyrkimys rohkaista lapsia kertomaan huolistaan ja peloistaan aikuiselle, johon luottavat. Nämä teemat ohjaavat myös tämän opinnäytetyön rakennetta. On tärkeää oppia tunnistamaan tunteet, ymmärtämään

mistä tunne kertoo ja huomioimaan sen viesti. Vastuu lasten ja nuorten hyvinvoinnista on kaikilla aikuisilla. Aikuisten tehtävä on turvata lapsille ja nuorille kasvurauha. (Lajunen, 2016, ss. 9–11)

Kaikenlainen väkivalta ja huono kohtelu tuovat tunteita voimattomuudesta ja avuttomuudesta. Kohdatessa jotain ylivoimaista ja käsittämätöntä turvallisuuden ja hallinnan tunne horjuu ja tärkeää olisi palauttaa elämänhallinnan säilymisen tunne. Tällaisissa tilanteissa on erittäin tärkeää, ettei lasta tai nuorta jätetä ajatustensa, tunteidensa, tekojensa ja kokemuksensa kanssa yksin, vaan tarjotaan näiden ajatusten jäsentämiseen aikuisen tukea. Kuulluksi tuleminen ja tarvittavat vastaukset lisäävät hallinnan tunnetta. Näin syntyy omaa turvallisuutta tukevaa ymmärrystä ja tietoa. Kohdattuna kokee olevansa rakas ja tärkeä ja jaksaa pitää itsestään huolta. (Lajunen, 2016, s. 12)

### **3 Väkivalta ja väkivaltatyö**

Maailman terveysjärjestö WHO määrittelee väkivallan olevan fyysisen voiman tai vallan tahallista käyttöä tai sillä uhkaamista. Se kohdistuu ihmiseen itseensä, toiseen ihmiseen tai ihmisryhmään tai yhteisöön. Määritelmän mukaan väkivalta johtaa tai voi hyvin todennäköisesti johtaa kuolemaan, fyysisen tai psyykkisen vamman syntymiseen, kehityksen häiriytymiseen tai perustarpeiden tyydyttymättä jäämiseen. (WHO, 2024)

Suomessa tyypillisesti väkivallan tekijät ovat miehiä ja huomattavaan osaan tilastoitavista väkivallanteoista liittyy alkoholi. Väkivaltaa koetaan useimmiten yksityisissä paikoissa, kuten omassa kodissa, ja väkivallan tekijänä on usein uhrin oma läheinen tai muu tuttu. Etenkin perheenjäsenten välinen väkivalta eli lähisuhdeväkivalta ja lievät väkivallanteot jäävät usein ilmoittamatta poliisille, jolloin niiden laajuus ei näy tilastoissa. (Rikoksentorjuntaneuvosto, n.d.)

Aggressio ja väkivalta tulee erottaa toisistaan: toinen on tunne ja toinen teko. Terve aggressio on luontaista kaikille ja antaa meille voimaa kehittymiseen, esimerkkeinä tästä ovat uhmaikä ja murrosikä. Aggressio voi olla myös seurausta hyvän menettämisestä eli turhautumisesta. Tämän kautta on ymmärrettävissä, että aggressio on myös osa kommunikaatiota. Fyysinen aggressio kohdistettuna toiseen henkilöön on väkivaltaa. (Sinkkonen, 2008, ss. 136–138)

Lapset ja nuoret ovat alttiita kaltoinkohtelulle, väkivallalle, häirinnälle ja kiusaamiselle omassa elinympäristöissään. WHO määrittelee lapsen kaltoinkohteluksi kaikki sellaiset fyysisen ja

psykkisen pahoinpitelyn muodot, seksuaalisen hyväksikäytön, laiminlyönnin taikka kaupallisen tai muun riiston, joista seuraa todellista tai mahdollista vaaraa lapsen terveydelle, elämälle, kehitykselle tai ihmisarvolle. (Lajunen, 2016, s.1)

### 3.1 Väkivallan eri muodot

Väkivalta ja kaltoinkohtelu voi ilmetä usealla eri tavalla. Se voi olla tietynlaista tai se voi olla erilaisten tapojen summa. Kaikki kiusaaminen ja toisen tahallinen loukkaaminen on haitallista sekä kiusatulle että kiusaajalle (Lajunen, 2016, s.15). Tässä luvussa väkivallan eri muodot on ensin avattu sanallisesti ja lisäksi ne on koottu alla olevaan taulukkoon 1 helpottamaan tietojen jäsentymistä lukijalle. Tässä esitellyt väkivallan muodot valikoituivat kirjallisuuskatsauksen lähdemateriaalien mukaisesti.

*Henkinen kaltoinkohtelu* voi olla esimerkiksi haukkumista, mitätöintiä, nimittelyä, väkivallalla uhkailua, symbolista väkivaltaa kuten tavaroiden rikkomista tai heittäilyä tai perheenjäsenen kohdistuvan väkivallan näkemistä. *Fyysinen kaltoinkohtelu* voi olla esimerkiksi tukistamista, luunappeja, tönimistä, ravistelua, potkimista, lyömistä kädellä tai esineellä, piiskaamista, pahoinpitelyä veitsellä tai ampuma-aseella. *Laiminlyönnillä* tarkoitetaan esimerkiksi perustarpeiden laiminlyöntiä, ruuatta jättämistä, hygieniasta huolehtimisen laiminlyöntiä tai emotionaalista laiminlyöntiä. *Kemiallisella kaltoinkohtelulla* tarkoitetaan esimerkiksi lääkkeiden, alkoholin tai huumeiden antamista lapselle tai nuorelle huumaamis- tai vahingoittamistarkoituksessa. *Seksuaalisella kaltoinkohtelulla* tarkoitetaan esimerkiksi seksin ehdottelua, pornon näyttämistä, seksuaalissävytteisten viestien tai alastonkuvien lähettämistä lapselle tai nuorelle, lapsen tai nuoren pyytämistä lähettämään itsestään alastonkuvia tai -videoita, seksuaalissävytteistä koskettelua, suuseksiä tai yhdyntää. (Lajunen, 2016, s.15)

Taulukko 1. Väkivallan eri muotoja.

| Väkivallan tyyppi           | Kuvaus   |
|-----------------------------|--|
| Henkinen kaltoinkohtelu     | Haukkuminen, mitätöinti, nimittely, väkivallalla uhkailu, tavaroiden rikkominen tai heittäminen, perheenjäsenen kohdistuvan väkivallan näkeminen   |
| Fyysinen kaltoinkohtelu     | Tukistaminen, luunapit, töniminen, ravistelu, potkiminen, lyöminen kädellä tai esineellä, piiskaaminen, pahoinpitely veitsellä tai ampuma-aseella.   |
| Laiminlyönti                | Perustarpeiden laiminlyönti, ruuatta jättäminen, hygieniasta huolehtimisen laiminlyönti, emotionaalinen laiminlyönti.  |
| Kemiallinen kaltoinkohtelu  | Lääkkeiden, alkoholin tai huumeiden antamista lapselle huumaamis- tai vahingoittamistarkoituksessa.  |
| Seksuaalinen kaltoinkohtelu | Seksin ehdottelu, pornon näyttäminen, seksuaalissävyytteisten viestien lähettäminen lapselle, alastonkuvien lähettäminen lapselle, lapsen pyytäminen lähettää itsestään alastonkuvia tai esiintymään alasti kameraselityksellä, seksuaalissävyytteinen koskettelu, suuseksi tai yhdyntä. |

Kotonaan lapsi saattaa altistua *kuritusväkivallalle*. Kuritusväkivalta on kielletty ja luokiteltu pahoinpitelyrikokseksi Suomessa 1984. Kuritusväkivalta on vähentynyt merkittävästi, mutta tilastojen valossa sitä ilmenee edelleen. Kuritusväkivallan poistuminen kokonaan vaatisi asenneilmapiirin muutosta. (Lajunen, 2016, s.15) Väikivallalla kasvattaminen ei kasvata omatuntoa, vaan rangaistuksen pelkoa. Näin ei opi ymmärtämään, miksi jotakin saa, tai ei saa tehdä ja saattaa oppia tekemään asioita salaa rangaistuksenpelossa. Ruumiillinen kurittaminen ei kannusta lasta, vaan saa hänet tuntemaan häpeää. Tämä saattaa jättää syviä jälkiä minuuteen, jotka kantavat pitkälle aikuisuuteen saakka. (Kytölä, 2021, s. 51) On myös tärkeää nähdä kuritusväkivallan takana kurittajan neuvottomuus siitä, kuinka rajata lasta ja tarjota riittävän ajoissa ohjausta turvallisiin tapoihin syyllistämisen ja tuomitsemisen sijaan. (Kytölä, 2021, s. 52)

Lapsi kasvaa käyttäen vanhempia peileinä. Lapsi ottaa omakseen kotoa annetut määritelmät itsestään. Lapsena koetut ristiriidat ja vähättely ruokkivat arvottomuuden tunteita, ja tämä on omiaan kasvualustaksi aikuiselle ihmiselle, jonka on vaikea uskoa olevansa hyvä missään. Tämä on omiaan myös luomaan ylisukupolvisuutta toimintatavoissa. (Kytölä, 2021, ss. 62–65)

### 3.2 Lähisuhdeväkivalta

*Lähisuhdeväkivallaksi* kutsutaan väkivaltaa, jossa tekijä ja kokija ovat olleet läheisessä ihmissuhteessa. Tekijän ja kokijan lisäksi lähisuhdeväkivalta koskettaa myös sille passiivisesti altistuneita. Lähisuhdeväkivaltaa ovat perheväkivalta, parisuhdeväkivalta ja seurusteluväkivalta. Erityisesti lapsuusaikana haitallisia kokemuksia ovat koettu henkinen, fyysinen ja seksuaalinen lähisuhdeväkivalta sekä vanhempien väliselle lähisuhdeväkivallalle altistuminen. (THL, n.d.)

Lähisuhdeväkivallan fyysisiä tunnusmerkkejä voivat olla mustelmat, murtumat, hiertymät ja palovammat. Henkiset oireet voivat olla masennusta, ahdistuneisuutta, unen- tai syömisen häiriöitä, yliaktiivisuutta, syyllisyyttä ja häpeää. Psykkisesti lähisuhdeväkivaltatilanteiden tunnistamista voivat hankaloittaa tapahtuneeseen nähden luonnoton tyyneys ja rauhallisuus, muistikatkot, kieltäminen, lamaantunut ja alistunut tai vihamielinen ja kiihtynyt käytös sekä tarinan muuttuminen kerronnan mukana. (THL, n.d.)

### 3.3 Väkivaltatyö

Väkivaltatyö tarkoittaa työn tekemistä väkivaltailmiön äärellä. Asiakastilanteissa työntekijä ja asiakas pyrkivät luomaan tilanteen, jossa asiakas voi kertoa väkivaltaan liittyvistä ajatuksistaan ja kokemuksistaan. Väkivaltatyössä tärkeää on luoda mahdollisuus näistä asioista kertomiselle, kuulla tuomitsematta, auttaa asiakasta itseään ymmärtämään mistä väkivalta ja oma toiminta on johtunut, tunnistamaan näitä tilanteita sekä niihin liittyviä tekijöitä sekä auttaa pohtimaan, miten voisi toimia toisin. Tunnetaitojen sekä uusien vaihtoehtoisten toimintamallien opettelu ovat työskentelyn keskiössä. (Ensi- ja turvakotien liitto ry, n.d.)

Tunne- ja turvataitokasvatus on tärkeää ennaltaehkäisevää väkivaltatyötä. Sen merkitys on korostunut tämän hetken asenteissa ja ilmapiirissä, jotka ihannoivat ja normalisoivat väkivaltaa sekä muiden nolaamista. Asenteisiin vaikuttamisen vaikutukset heijastuvat myös tuleviin sukupolviin. Tällä on merkitystä sekä yksilön että yhteiskunnan kannalta. Väkivaltaiset kokemukset aiheuttavat inhimillisen kärsimyksen lisäksi vaikutuksia kansantalouteen, esimerkiksi syrjäytymisriskin kasvaessa. (Lajunen, 2016, s. 16)

Väkivaltatyö ja tunnetaitotyöskentely ovat alkaneet kiinnostaa ja niiden merkitystä on alettu tunnustaa koko ajan enemmän. Erilaisia menetelmiä ja oppaita on saatavilla ja tarjolla paljon. Osa menetelmistä on perusteltu tarkemmin teoreettisesti ja osa on hyväksi koettuja.

Väkivaltatyötä tekevillä on omat perusteensa käyttää juuri valitsemiaan lähestymistapoja ja menetelmiä. Tapoja tehdä tätä työtä on todennäköisesti yhtä paljon kuin sen tekijöitäkin. Tärkeintä työssä on varmasti se, että sillä päästään oikeiden asioiden äärelle ja työskentelyn tulokset vastaavat sille asetettuja tavoitteita. Voisi sanoa, että väkivaltatyötä tekevillä on oma käsialansa tehdä työtä.

Lasten ja nuorten kanssa tehtävälle lähisuhdeväkivaltatyölle on suuri tarve ilmiön yleisyyden vuoksi. Erityisesti varhaisessa vaiheessa asioiden nimeäminen, ymmärtäminen ja käsittely on vaikuttavaa ja merkityksellistä. Käsittelemätön trauma ja haitalliset opitut tavat toimia lähisuhteissa kertautuvat, mistä esimerkkinä voidaan mainita ylisukupolvisuus. Väkivaltatyö ei ole sisällöltään kovin tunnettua ja tiedostettua, ja sen sisällön sekä tavoitteiden avaaminen yleisesti helpottaisi väkivaltatyön tekemisen integroimista kaikkeen lasten ja nuorten kanssa tehtävään työhön. Väkivaltatyö ei tulisi olla yksittäinen oma asiantuntijuuteen perustuva toimi, vaan se tulisi olla luonnollinen osa kaikkea ihmissuhdetyötä. Tämä on mahdollista avaamalla väkivaltaa kokonaisuudessaan ilmiönä, kertomalla avoimesti ja rohkeasti sen äärellä työskentelystä sekä esittämällä konkreettisia esimerkkejä, tapoja ja ajatuksia väkivallasta puhumiseen. Näin voidaan madaltaa väkivallasta keskustelemista uusissakin konteksteissa. (Naistenlinja, n.d.)

### 3.4 TraumatiETOISUUS

TraumatiETOISUUS tarkoittaa tietoisuutta siitä, että ihmisellä voi olla traumoja ja niillä voi olla vaikutusta hänen käyttökseen. Tämän muistamista kohtaamistilanteissa kutsutaan traumainformoiduksi työotteeksi. Sen keskiössä on pahoinvoinnin syiden tunnistaminen ja ymmärrys sen moniulotteisesta vaikutuksesta. Trauman vaikutukset näkyvät niin somaattisesti kuin psyykkisesti. (Linner Matikka, 2023, s. 8)

Lähisuhdeväkivalta on 2-tyypin trauma, koska sen aiheuttavat tekijät ovat toistuvia kertaluontoisuuden sijaan. Erityistä haavoittuvuutta lähisuhdeväkivalta aiheuttaa siinä, että trauman aiheuttaja on läheinen ja merkityksellinen ihminen, jonka kuuluisi tarjota rakkautta ja turvaa. Tällaiset elämäntilanteet voivat kuormittaa niin, että syntyy mielenterveyden häiriöitä, akuutti äkillinen stressireaktio, pidempiaikainen traumaperäinen stressihäiriö PTSD tai masennus. (Kytölä, 2021, ss. 82–84)

### 3.5 Lähisuhdeväkivallan vaikutukset lapsen ja nuoren kehitykseen

Perhe- ja lähisuhdeväkivalta asettavat lapsen ja nuoren kehityksen vaaraan. Lapsi sekä nuori tarvitsee turvallisen kiintymyssuhteen ja perheen keskinäistä vuorovaikutusta fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen kehitykseensä. Lisäksi tällä on merkitystä geenien toimintaan sekä neurofysiologiseen kypsymiseen. Lapsi tarvitsee hoivaa ja turvaa. Lähisuhdeväkivalta on näiden tarpeiden vastavoima ja sillä on traumatisoivia vaikutuksia. Nämä traumat ja niistä syntyneet muistijäljet voivat aktivoitua oman lapsen syntyessä ja vaikuttavat siihen, kuinka omaa lasta kasvatetaan. Mikäli omia traumoja ei tule käsitelleeksi, on suuri mahdollisuus ylisukupolvisen trauman syntymiselle. On tärkeää ymmärtää, että lapsena koettu väkivallan aiheuttama stressi vaikuttaa aivoihin pysyvästi ja laaja-alaisesti. Varhaisessa elämänvaiheessa tapahtuvat traumatisoivat kokemukset aiheuttavat kehityksellisen traumatisoitumisen eli konkreettisia vaurioita aivoissa. (Kytölä, 2021, ss. 68–69)

Taulukkoon 2 on koottu Kytölän (2021, s.78) ja Bohleberin (2021, ss. 14–15) esiin nostamia väkivallan vaikutuksia lapsiin ja nuoriin. Nämä tiedot valikoituivat kirjallisuuskatsauksen avulla saavutetuista materiaaleista. On hyvä muistaa, että väkivallalla on monia muitakin vaikutuksia.

Taulukko 2. Väkivallan vaikutuksia lapsiin ja nuoriin. Lähteet Kytölä, 2021, s. 78; Bohleber, 2010, ss. 14–15.

| Väkivallan vaikutuksia lapsiin ja nuoriin  |
|--|
| Liiallinen nukkuminen, kontaktista vetäytyminen, vakavuus  |
| Levottomuus  |
| Raivokohtaukset, aggressiivisuus, nuorisorikollisuus   |
| Keskittymiskyvyttömyys, ahdistuneisuus, matala ärsyyntymiskynnys, heikko itsetunto, kastelu, uniongelmat |
| Somaattiset oireet   |
| Itsetuhoisuus, masentuneisuus  |
| Työillä epäluuloa miehiä kohtaan, kotoa karkailua, ajautumista väkivaltaisiin seurustelusuhteisiin       |
| Ylivireys  |
| Separaatoristiriidat ja riittämätön eriytyminen murrosiässä  |

## 4 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja toteuttaminen

Opinnäytetyö tehtiin työkaluksi ja perehdytyksen apuvälineeksi henkilöille, jotka kohtaavat lähisuhdeväkivaltaa kokeneita lapsia ja nuoria työssään sekä tekevät väkivaltatyötä. Tarkoituksena oli kiinnittää ensin huomio niihin keskeisiin teemoihin, joita lapsia ja nuoria koskettavan lähisuhdeväkivaltailmiön sisällä voi olla. Näiden teemojen kanssa työskentelyn tueksi ja ideoinnin avuksi tehtiin koonti esimerkeistä työskentelytavoiksi. Väkivaltatyö tapahtuu ihmisten välisessä kohtaamisessa, jolloin siihen vaikuttaa sekä työntekijän että asiakkaan persoonat ja heidän välinen suhteensa (Nettiturvakoti, n.d.). Yhtä ja oikeaa tapaa käsitellä asioita ei ole, mutta opinnäytetyöhön kootut menetelmät voivat toimia suuntaviittoina ja antaa alun lukijan oman työtteen kehittämiseksi.

### 4.1 Tarkoitus ja tutkimuskysymys

Väkivaltatyö on aina kohtaamistyötä, eikä sen tekemiseen ole mahdollista luoda strukturoitua yksiselitteistä mallia (Linner Matikka, 2023, s. 60). Työskentelyn etenemisen kannalta on

merkittävän tärkeää huomioida, sekä työntekijän, että asiakkaan tapa olla ja toimia. Esimerkein ja mallein on mahdollista helpottaa omien työtapojen löytämistä.

Tätä taustaa vasten opinnäytetyön tarkoituksena oli luoda tilaajalle menetelmäkansio lasten ja nuorten kanssa tehtävän konkreettisen lähisuhdeväkivaltatyön tueksi. Tilaajan toiveiden mukaisesti menetelmäkansio toteutettiin kirjallisuuskatsauksen keinoin.

Kirjallisuuskatsauksessa tarkoituksena oli löytää lasten ja nuorten kanssa tehtävän lähisuhdeväkivaltatyön keskeisiä teemoja. Tutustumalla aiheen tutkimuksiin ja kirjallisuuteen pyrittiin tavoittamaan keskeisimmät väkivaltatyön teemat, kun kyseessä on lapset ja nuoret väkivallan kokijoina, näkijöinä ja tekijöinä.

Opinnäytetyön tutkimuskysymys on: ”Miten voidaan auttaa lapsia ja nuoria, joilla on lähisuhdeväkivaltakokemuksia?”. Tavoitteena oli luoda menetelmäkansio, jonka avulla voi käsitellä lähisuhdeväkivaltaa niin tekijän, kokijan kuin sille altistuneen lapsen tai nuoren kanssa.

## **4.2 Toteutuksen kuvaus**

Opinnäytetyön toteutus oli rajattavissa karkeasti kolmeen eri vaiheeseen. Ensimmäisessä vaiheessa tehtiin ja hiottiin suunnitelmaa opinnäytetyön tekemisen pohjaksi. Suunnitelman tekoon käytettiin tietoisesti paljon aikaa, sillä hyvin tehty suunnitelma ohjaa itse toteutusvaihetta pysymään oikeassa suunnassa kohti haluttuja tavoitteita.

Suunnitteluvaiheen alussa luotiin aineistonhallintasuunnitelma, joka on tämän opinnäytetyön liitteenä 1. Suunnitteluvaiheessa aiheeksi valikoitui lähisuhdeväkivaltatyö ja sen tekemisen keinot. Kohteeksi rajattiin lapset ja nuoret sekä niin väkivallan tekijät, kokijat kuin sille altistuneet. Toiveissa oli tavoittaa vakaa ja uskottava tietopohja ja siihen perustuva mahdollisimman monipuolinen erilaisten menetelmien esittely. Näitä rajoituksia hiottiin yhdessä ohjaavan opettajan ja työn tilaajan edustajien kanssa. Lopulta päädyttiin tekemään kirjallisuuskatsaus sekä menetelmäopas.

Toisessa vaiheessa tutustuttiin kirjallisuuskatsaukseen menetelmänä perusteellisemmin ja tarkennettiin menetelmäksi kuvaileva eli narratiivinen kirjallisuuskatsaus. Tavoitteena oli saavuttaa keskeiset teemat siitä, mistä lähisuhdeväkivaltatyön tekemisessä lasten ja nuorten kanssa on kysymys. Varmuutta toteutusta ohjaaviin valintoihin haettiin kirjastosta tiedonhaun asiantuntijalta. Tulosten laatu, määrä ja vastaavuus tutkimuskysymykseen vaikuttivat mukaanotto- ja poissulkukriteerien sekä käytettävien tietokantojen valintaan. Lopulta

tavoitettu aineisto osoittautui sopivaksi. Tässä vaiheessa rinnalla kirjoitettiin raporttia sekä tietopohjasta että prosessista.

Kolmannessa vaiheessa itse raportin alkaessa olla valmis alettiin muotoilla erillistä menetelmäkansiota. Menetelmäkansio päätettiin toteuttaa canva-ohjelmalla. Menetelmäkansion runko muodostui kirjallisuuskatsauksen tuloksena saaduista teemoista ja niiden alle koottiin valikoima mahdollisimman monipuolisesti käytettäviä esimerkkejä herättämään ajatuksia käytettävissä olevista menetelmistä.

#### **4.2.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus tutkimusmenetelmänä**

Kirjallisuuskatsauksen tavoitteena on hankkia ja järjestellä aineistoa tutkittavasta aiheesta niin, että tuloksena syntyy uutta tietoa. Se pyrkii ymmärtämään ja luomaan uusia johtopäätöksiä ilmiötä tutkimalla ja vertailemalla jo olemassa olevaa tutkimusta.

Kirjallisuuskatsaus prosessina on jaettavissa kolmeen eri vaiheeseen. (Vilkkä, 2023 ss. 11–17, 21, 38–39)

Ensimmäisessä vaiheessa määritellään tutkimuksen aihe ja tarkoitus. Aloitetaan määrittelemällä tutkimuksen aihepiiri, keskeiset käsitteet ja tutkimuskysymys. Aineiston haku varten määritellään hakukriteerit ja -sanat, käytettävät tietokannat ja tehdään itse aineistonhaku. Toisessa vaiheessa saatua aineistoa analysoidaan. Tarpeen mukaan haun rajauksia täsmennetään määrittelemällä kriteereitä mukaanottoon ja poissulkuun. Saatua aineistoa voidaan selkiyttää erilaisilla taulukoinneilla ja sen laatua arvioidaan. Etsitään tutkimuskysymykseen vastaavaa materiaalia ja näiden vastausten perusteella luodaan tulokset. Kolmannessa vaiheessa dokumentoidaan tehty prosessi. Määritellään keskeiset käsitteet ja luodaan lähdeluettelo. Kirjoitetaan ja kuvataan tehtyä kirjallisuuskatsausta prosessin aikana tehtyjen muistiinpanojen sekä valittujen lähteiden pohjalta. (Vilkkä, 2023, ss. 38–39)

Tämän opinnäytetyön kirjallisuuskatsaus oli tyypiltään narratiivinen. Vilkan (2023) mukaan narratiivisen kirjallisuuskatsauksen tavoitteena on etsiä tietoa siitä, mitä ilmiöstä tiedetään, mitkä ovat ilmiön keskeiset käsitteet ja käsitteiden suhteet. Pyrkimys oli ymmärtää ja luoda yleiskuvaa aiheesta. Narratiivinen kirjallisuuskatsaus on muita katsaustyyppejä vapaampaa. Se tavoittelee tekijänsä materiaalin pohjalta syntyvien oivallusten yleistettävyyteen. Narratiivinen kirjallisuuskatsaus prosessina on sekä tieteellinen että luova. Prosessin tulee olla läpinäkyvä, eli tekijän tulee kuvata ja perustella tarkasti tekemisensä niin, että tutkimus olisi toistettavissa. Tämä ylläpitää tekijän kriittisyyttä tekemisensä suhteen. Kriittisyydellä

tarkoitetaan jatkuvaa arviointia, ei arvostelua. Kirjallisuuskatsaus ei ole lajina helppo, vaan vaatii paljon aikaa, kärsivällisyyttä sekä järjestelmällisyyttä. (Vilka, 2023, ss. 11–17, 21–22)

Opinnäytetyön tutkimuskohteena oli lähisuhdeväkivaltatyön teemat ja menetelmät, ja teoreettisen kehyksen muodostivat lähisuhdeväkivaltatyö sekä lapset ja nuoret.

#### 4.2.2 Aineiston hankinta ja analysointi

Kirjallisuuskatsauksessa etsittiin tietoa ja tutkimuksia lasten ja nuorten kanssa tehdyn lähisuhdeväkivaltatyön teemoista ja tärkeäksi koetuista alueista. Tärkeintä tässä vaiheessa ei ollut niinkään saavuttaa tietoa siitä, miten työtä on tehty, vaan mikä on ollut sen tarkoitus ja mihin sillä on pyritty. Näiden havaintojen perusteella pyrittiin tunnistamaan ilmiön itsensä luomia keskeisiä työskentelyn teemoja. Tekijän ennako-oletuksena oli, että väkivaltailmiön taustalla aiheuttajana ja seurauksina olisi osittain kohderyhmästään riippumatta samankaltaisia teemoja ja nimittäjiä. Näiden lisäksi lasten ja nuorten erityiset teemat haluttiin tavoittaa.

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen sopivan aineiston tavoittamiseksi tehtiin koehakuja erilaisissa tietokannoissa. Tähän haettiin neuvoja ja vinkkejä kirjaston tiedonhaun ohjauksesta. Tämä oli erittäin hyödyllistä. Tutkimme yhdessä tiedonhaun asiantuntijan kanssa Fintosta ja YSOsta teemaan sopivia käsitteitä ja mahdollisia hakusanoja. Tämän jälkeen tutkimme eri tietokantoja ja erilaisten hakusanojen tuottamia aineistoja niissä. Hakusanoista väkivaltatyö ja lähisuhdeväkivalta jälkimmäinen tuotti tarkoitukseen sopivampia tuloksia. Syntyi myös havainto ja käsitys siitä, että väkivaltatutkimus ei ole kovin vanha tutkimuksen sektori. Siitä tehty tutkimus on usein joko hyvin spesifiä tai sen tarkoitus on kuvailla väkivallan seurauksia ja esiintyvyyttä. Tämän vuoksi päätettiin höllentää tiedonhaun rajausta koskemaan myös tietokirjallisuutta pelkän vertaisarvioidun tutkimuksen sijaan. Lisäksi englanninkielisen tutkimuksen hakeminen jäi arveluttamaan, sillä itse mieltämäni termin *domestic violence* sijaan YSOon, oli määritelty termi *intimate partner violence*. Tämän ristiriidan vuoksi päädyttiin lopulta käyttämään hauissa vain suomenkielistä aineistoa. Taulukossa 3 on kuvattu kirjallisuuskatsauksen mukaanotto- ja poissulkukriteerit perusteluineen.

Taulukko 3. Kirjallisuuskatsauksen aineistohaun mukaanotto- ja poissulkukriteerit.

| Ehdot  | Mukaanottokriteeri          | Poissulkukriteeri                  | Huomiot  |
|--|-----------------------------|------------------------------------|--|
| Tutkimuksen ikä                                  | 2014-2024                   | Vanhempi kuin 2014                 |  |
| Vastaako tutkimuskysymykseen ratkaisukeskeisesti | Kyllä                       | Ei                                 | Materiaalissa oli valtaosa väkivaltaa ja sen vaikutuksia kuvailevaa materiaalia.   |
| Kieli  | Suomi                       | Muut kielet                        | Tarkoituksesta poiketen muunkielinen materiaali karsiutui pois erikielten termistöerojen vuoksi.   |
| Tutkimuksen laatu                                | Kirja, e-kirjat, artikkelit | Opinnäytetyöt, YAMK-opinnäytetyöt. | Tieteellisistä julkaisuista löytämäni aiheeseen sopiva materiaali ei tarjonnut vastausta tutkimuskysymykseeni. Hakua laajentaessani päätin ottaa mukaan sisältöön kriittisesti suhtautuen myös kirjallisuuden. |

Hakuja tehtiin lopulta HAMK Finnassa, Google Scholarissa sekä Julkari.fi:ssä. Julkarissa hakusanalla *väkivaltatyö* saatiin 56 osumaa ja *lähisuhdeväkivalta* hakusanalla 86 osumaa. Osumat olivat silmäillen sisällöltään hyvin spesifiä ja polarisoitunutta eikä tutkimuskysymykseen vastaavaa. Google Scholarin hauissa 2014 vuodesta eteenpäin tehdyt tutkimukset pois lukien opinnäytetyöt hakusanalla *väkivaltatyö* tuli osumia 620 kpl ja hakusanalla *lähisuhdeväkivalta* 820 kpl. Lisäämällä hakusanoihin nuoriin ja lapsiin liittyviä lisähakuehtoja aineisto ei rajautunut toivotulla tavalla.

HAMK Finnassa tehtiin haku aikavälillä 2014–2024 ja rajaten haku koskemaan kirjoja, e-kirjoja ja artikkeleita. Hakutermeillä *väkivaltatyö* löytyi 227 osumaa ja hakutermillä *lähisuhdeväkivalta* 147 osumaa. Kumpikaan joukko ei rajautunut toivotulla tavalla lisätessä hakuehtoihin lapsia ja nuoria koskevia termejä. Päädyttiin silmäilemään läpi HAMK Finnan *lähisuhdeväkivalta*-termillä saatua 147 osumaa. Näin otsikkotasolla mukaan valikoitui tarkempaan tiivistelmien tutkintaan 21 osumaa, joista olisi mahdollista tavoittaa väkivaltatyön keskeisiä työskentelyteemoja. Taulukossa 4 on havainnollistettu hakutuloksia eri tietokannoissa. Tällainen materiaalin valinta vaati jatkuvaa kriittisyyttä sen suhteen, onko materiaalien sisältö ajankohtaista ja luotettavaa. Koska tavoitteena tässä tapauksessa kirjallisuuskatsauksella ei ole varsinainen uuden tiedon luominen, vaan toiminnallisen osion menetelmäoppaan sisällön rajaaminen ja perusteleva. päätettiin tämän olevan tarkoitukseen riittävä tapa päästä tarvittaviin tuloksiin.

Taulukko 4. Kirjallisuuskatsauksen aineistohaun tulokset.

| Tietokanta                                  | Hakusanalla väkivaltatyö (2012-2024) | Hakusanalla lähisuhdeväkivalta (2012-2014) | Huomiot   |
|---|--------------------------------------|--|---|
| HAMK Finna (kirjat, e-kirjat ja artikkelit) | 227                                  | 147  | Materiaali ei rajautunut toivotusti lisäämällä hakehtoihin lapsia ja nuoria koskevia termejä.<br><br>Otsikkotason ja tiivistelmien silmäily Lähisuhdeväkivalta 2012-2024 haun 147 osumasta johti 21 osumaan jotka pääsivät tarkempaan tutkintaan. |
| Google Scholar (poislukien opinnäytetyöt)   | 620                                  | 820  | Materiaali ei rajautunut toivotusti lisäämällä hakehtoihin lapsia ja nuoria koskevia termejä.   |
| Julkari.fi                                  | 56                                   | 86   | Hyvin spesifiä ja polarisoitunutta, ei vastannut tutkimuskysymykseeni   |

Valikoituneesta aineistosta löytyi kolme todellista helmeä. Katja Kytölän tietokirja *Pahoinpitelystä hyvinpitelyyn (2023)* lähisuhdeväkivallasta toimi tärkeänä tietoperustana opinnäytetyön ensimmäisessä osiossa eli väkivaltatyön keskeisten teemojen etsinnässä. Teos avasi faktapohjaisesti sitä, mitä väkivallassa tapahtuu ja miksi. Lisäksi se avasi väkivallan seurauksia ja tarjosi konkreettisia ratkaisuja, kuinka päästä eteenpäin. (Kytölä, 2023, s.10) Jari Sinkkosen kirja *Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun (2008)* toi sisällöllään opinnäytetyöhän lasten ja nuorten näkökulmaa, ymmärrystä aiheiden syihin sekä maalaisjärkisyyttä. Sinkkonen kertoi tavalleen uskollisena asioista hyvin ymmärrettävästi ja kansankielisesti, tekemättä mistään liian vaikeaa. Kaija Lajusen, Minna Andellin, Mirja Ylenius-Lehtosen kokoama *Terveyden ja Hyvinvoinnin laitoksen tuottama Tunne- ja turvataitoja lapsille (2016)* on kattava oppimateriaalipaketti varhaiskasvatukseen ja kouluihin. Se sisälsi selkeästi kerrottuna paljon tietoa ja paljon valmista materiaalia kirjallisuuskatsauksessa tavoitettujen teemojen käsittelyyn. Tunne- ja turvataidot lapsille vaikutti paljon menetelmäoppaan konkreettiseen sisältöön. Nämä kirjat olivat sisällöltään laadukkaita ja omasta näkökulmastaan kattavia vastaamaan tutkimuskysymykseen. Rinnakkain niiden sisällöt täydensivät toisiaan eri näkökulmista katsottuna. Muu aineisto oli huomattavasti yleisluontoisempaa, joten pääosin kirjallisuuskatsaukseni sisältö nojasi näihin kolmeen teokseen, joiden sisältöä kirjallisuuskatsauksen muu materiaali sisällöltään tuki.

### 4.3 Menetelmäkansio

Menetelmäkansion rakenne muodostui kirjallisuuskatsauksen keinoin tavoitetuista keskeisistä lähisuhdeväkivaltatyön teemoista. Nämä teemat avataan tarkemmin sisältöineen luvussa 5. Menetelmäoppaassa teemojen alle luotiin kuvaukset niiden sisällöistä ja merkityksestä sekä konkreettisia esimerkkimenetelmiä kunkin teeman aiheiden työstämiseen yhdessä lapsen tai nuoren kanssa.

Tietopohja teemoille tehtiin kirjallisuuskatsauksen perusteella ja menetelmäesimerkkejä sitä rikastamaan poimittiin kirjallisuuskatsauksen sisällön lisäksi tutkimalla internetsivustoja ja käytännön kokemukseen perustuvista havainnoista ja vinkeistä. Valintoja tehdessä pidettiin mielessä tavoitteet, tutkimuskysymys, objektiivisuus ja rajattiin materiaalia. Tavoite, tuoda esiin konkreettisia keinoja rikastamaan sitä tietoa, jonka kirjallisuuskatsauksen kautta tavoitettiin, toteutui menetelmäkansion muodostumisen myötä.

Menetelmäkansion toteuttamiseen annettiin tilaajan toimesta paljon vapautta.

Menetelmäkansion aineiston muodostuessa laajaksi, päätettiin se muotoilla erilliseksi oppaaksi canva-ohjelmalla. Canva antoi lähes rajattomat mahdollisuudet visuaalisen ilmeen luomiselle. Ulkoasu suunniteltiin miellyttämään lapsia, nuoria sekä aikuisia. Lisäksi sen rakenne pyrittiin pitämään johdonmukaisena ja sitä havainnollistettiin värikoodaamalla kuhunkin teemaan kuuluvat asiat. Menetelmäoppaaseen luotiin teemojen kuvailut referoimalla kirjallisuuskatsauksen tuloksia opinnäytetyön raportin luvusta 5. Lisäksi teemoittain koottiin sitä tukevia tehtäviä ja menetelmiä. Nämä tehtävät ja menetelmät muokattiin ja visualisoitiin tähän sopiviksi. Jokaisen menetelmän sivulle merkittiin se lähde, josta tehtävä tai sen ajatus lainattiin. Tällä luotiin mahdollisuus myös alkuperäisen materiaali käyttöön. Lisäksi menetelmäoppaan takakanteen tehtiin lähdeopas.

## 5 Tulokset: väkivaltatyön keskeiset teemat

Kirjallisuuskatsauksessa saavutettua aineistoa kriittisesti tutkiessa ja lukiessa esiin nousi toistuvia väkivaltatyön teemoja. Samat teemat olivat löydettävissä keskeisimmässä lähteissäni eli Kytölän sekä Lajusen kirjoissa. Keskeisiksi teemoiksi muodostuivat minätaidot, kaveritaidot ja turvataidot. Näitä täydennettiin toistuvasti esiin nousseilla turvallisuuden ja luotettavan aikuisen käsitteillä. Näitä teemoja on avattu lisää omissa alaluvuissaan ja tätä kokonaisuutta havainnollistamaan on luotu alle taulukko 5.

Taulukko 5. Väikivaltatyön keskeiset teemat ja niiden tärkeimmät sisällöt.

| Minätaidot  | Kaveritaidot                                | Turvataidot  |
|---|---|--|
| Itsetuntemus, -hyväksyntä ja -tunnon vahvistaminen                    | Keskinäinen hyväksyminen ja kunnioittaminen | Omien rajojen ja yksityisyyden ymmärtäminen                  |
| Tunteiden tunnistaminen, nimeäminen, ilmaiseminen                     | Kaveruuden ylläpitäminen                    | Turvallisuus omassa kodissa                                  |
| Turvan ja turvattomuuden tunnistaminen, hyvä olo ja mieli, huolenpito | Riitojen selvittäminen                      | Hyvän ja pahan kosketuksen erottaminen                       |
|   | Kiusaamisen ehkäisy                         | Vaara- ja uhkatilanteiden tunnistaminen ja niissä toimiminen |

| Turva ja luotettava aikuinen                               | Kuka voi tunne- ja turvataitokasvatusta  |
|--|--|
| Lupa kokea yhdessä kaikenlaiset tunteet                    | Tunne- ja turvataidot kehittyvät vuorovaikutuksessa eivätkä tule koskaan valmiiksi |
| Kuuntelee ja kuulee, vakauttaa, antaa tilaa, ei johdattele | Kuka tahansa eli kaikki  |
| Kyllin hyvä  | Luottamuksellinen suhde ja turvallinen tila  |
| Ennakoitava  | Tuttu aikuinen ja ryhmässä oppiminen   |

Teemojen sisältöjen syitä ja vaikutuksia avattiin ymmärrettävämpään muotoon Jari Sinkkosen ajatuksia apuna käyttäen. Näin pelkän saavutetun tiedon esittelyn sijaan luotiin mahdollisuus kokonaisuuksien syvemmälle ymmärtämiselle. Tällä tavoin muodostui kirjallisuuskatsauksen tuloksena erillinen menetelmäkansio, joka on kokonaisuudessaan tämän opinnäytetyön liitteenä 2.

## 5.1 Minätaidot

Minätaidoissa keskiössä ovat itsetuntemus, -hyväksyntä ja itsetunnon vahvistaminen, tunteiden tunnistaminen, nimeäminen ja ilmaiseminen, turvan ja turvattomuuden tunnistamisen oppiminen, hyvä olo, mieli, hyvinvointi ja saatu huolenpito. (Lajunen, 2016, s. 24)

Minätaitojen perusta on itsetuntemuksessa. Itsetunto syntyy kokemuksesta, että on hyvä ja rakastamisen arvoinen. Itsensä hyväksymistä ja arvostamista voi opetella. Itsetunto ei ole vakaa, pysyvä asiantila vaan se vaihtelee ikäkausien ja -vaiheiden mukaan. Itsetuntoa tuetaan totuudenmukaisella kannustamisella ja kiitoksella. Ihannointi ei rakenna itsetuntoa. Häpeän ja nöyryytyksen tunteet heikentävät itsetuntoa, kun taas turva, hoiva ja rakkaus parantavat sitä. (Sinkkonen, 2008, s. 207; Lajunen, 2016, s. 28)

Tunteiden tunnistamista, nimeämistä ja ilmaisemista voi harjoitella. Tunteet ovat sisäisiä viestejämme, jotka koittavat ohjata toimintaamme. Kaikki tunteet ovat sallittuja tuntea, mutta toimiminen niiden mukaan aina ei ole. Tunteiden tiedostaminen, tunteiden ja toiminnan erottaminen ja tunnesäätelyn taidot muodostavat kokonaisuuden, jota voidaan kutsua tunnetaidoiksi. Niiden avulla tunteet eivät pääse liikaa valtaan. Tunnetaitoja opitaan vuorovaikutuksessa ja tässä tehtävässä lasta ja nuorta auttaa aikuinen. (Lajunen, 2016, s. 28)

Lapsen ja nuoren tulee tietää, että hänellä on oikeus turvalliseen elämään ja aikuisen huolenpitoon. Epätietoisuus voi johtaa vääränlaisten mallien normalisoitumiseen. Jos ei tiedä miten asioiden tulisi olla, ei voi tunnistaa ongelmia ja epäkohtia omassa elämässään. Lisäksi lapsen ja nuoren elämässä tulisi olla ainakin yksi turvallinen aikuinen, jonka puoleen voi kääntyä kaikissa asioissa. Hyvä olo, hyvä mieli ja turva kuuluvat jokaiselle. (Lajunen, 2016, s. 28)

## **5.2 Kaveritaidot**

Kaveritaidoissa keskiössä ovat keskinäinen hyväksyminen ja kunnioittaminen, kaveruuden ylläpitäminen, riitojen selvittäminen ja kiusaamisen ehkäisy. (Lajunen, 2016, s. 24)

Kaveri- ja ystävyysuhteiden solmimiseen ja ylläpitämiseen tarvitaan vuorovaikutustaitoja. Näitä harjoitellaan vertaisryhmissä. Kaverisuhde vaatii toisen kunnioittamista, omien toiveiden selkeää ilmaisua, toisten viestien havaitsemista, toisen kuuntelemista, toisen asemaan asettumista ja kykyä ratkoa ristiriitoja. Kohtele toista, niin kuin toivot hänen kohtelevan sinua. (Lajunen, 2016, ss. 24, 29, 118)

Kiusaaminen on myös väkivaltaa. Tehokkain tapa vaikuttaa kiusaamiseen ja syrjintään on sen ennaltaehkäisy. Kiusaamisen ja syrjäytymisen tunnistaminen ja sen aiheuttamien tuntemusten ymmärtäminen, ovat tärkeitä ennaltaehkäisyn keinoja. Aikuisten hyvällä esimerkillä sekä yhteisten sopimusten tekemisellä, voidaan lisätä keskinäistä kunnioitusta ja turvallisuutta. Kiusaaminen ei ole koskaan sallittua. (Lajunen, 2016, s. 118)

### 5.3 Turvataidot

Turvataidoissa keskiössä ovat omien rajojen ja yksityisyyden ymmärtäminen, turvallisuus omassa kodissa, hyvän ja pahan kosketuksen erottaminen, vaara- ja uhkatilanteiden tunnistaminen sekä niissä toimiminen. (Lajunen, 2016, s. 24)

On tärkeää tunnistaa tilanteet, joissa kokee hämmentyvänsä ja turvallisuutensa olevan uhattuna. Tunnistamisen ja tiedostamisen myötä on mahdollista suunnitella, miten näistä tilanteista selviytyy ja mitä voisi tehdä, ettei tämä tapahtuisi uudelleen. Sekä keho, että mieli, ovat arvokkaita jokaisen omia yksityisasiota ja jokaisella itsellään on oikeus niihin, sekä niiden hyvinvointiin. On tärkeää tukea lapsen ja nuoren omaa neuvokkuutta vastaan tulevilla tilanteilla ja kannustaa kääntymään kaikissa turvallisuutta koskevissa huolissa luotettavan aikuisen puoleen. (Lajunen, 2016, s. 170)

### 5.4 Turva ja luotettava aikuinen

Lapsi ja nuori kokevat turvaa, saadessaan tuoda vuorovaikutukseen aikuisen kanssa kaikenlaiset tunteensa. Luotettava aikuinen auttaa nimeämään ja hallitsemaan tunnekuohuja, tarjoaa läsnäoloa ja ymmärtää taustalla olevia motiiveja. (Sinkkonen, 2008, s. 112–113) Turvallinen ja luotettava aikuinen kuuntelee ja kuulee, vakauttaa tarvittaessa, antaa tilaa asioista kertomiselle, eikä luule tietävänsä, eikä johdattele (Lajunen, 2016, s. 24).

Luotettava aikuinen ei ole täydellinen, vaan kyllin hyvä. Hän antaa lapsen kehitykselle ja omalle toimijuudelle tilaa ja esimerkillistää samalla inhimillisyyttä. (Sinkkonen, 2008, ss. 83–84) Asioiden ja todellisuuden pehmentäminen ja silottelu eivät luo valmiuksia selvitä itse tulevaisuuden haasteista. Asioita ei voi loputtomasti tehdä lasten ja nuorten puolesta, vaan aikuisten tehtävä on ikätasoisesti opettaa heitä tekemään ja pärjäämään itse arjessa ja sen haasteissa. Aikuiset opastavat, auttavat luomaan valmiuksia ja tukevat haasteissa.

### 5.5 Kuka voi tunne- ja turvataitokasvattaa?

Tunne- ja turvataidot syntyvät ja kehittyvät kanssakäymisissä sekä vuorovaikutuksessa ja ne kehittyvät läpi elämän tulematta koskaan valmiiksi. Kuka tahansa voi opettaa toiselle tunteista ja turvasta. Oppimista tukee luottamuksellinen suhde ja turvallinen tilanne. Paras opettaja lapselle ja nuorelle on hänet tunteva tuttu aikuinen. Myös ryhmässä toimiessa

opimme ja oivallamme toinen toisiltamme yhdessä. Lisäksi ryhmässä oppiminen on hauskaa ja se kasvattaa vuorovaikutustaitoja. (Lajunen, 2016, s. 25)

Tunne- ja turvataitoasioissa ei voi korostaa liikaa turvan ja luottamuksen merkitystä. On erittäin tärkeää ottaa mukaan lapsen ja nuoren vanhemmat. Vanhempien ja lasten välillä on luja, lojaali suhde. Vanhempia tiedottamalla siitä, mitä tapahtuu ja mitä tehdään, mahdollistetaan vanhemman tuen tarjoaminen prosessissa. (Lajunen, 2016, s. 26)

Tunteiden ja turvan kanssa työskennellessä ja luottamusta rakennettaessa, on tärkeää muistaa luottamussuhteen luoma vastuu. Luottamussuhteessa on erittäin tärkeää olla luottamuksen arvoinen. Lisäksi on hyvä olla rehellinen ja tunnistaa omat velvollisuudet sekä rajoitteet. Varaudu siihen, että luottamussuhteen synnyttyä lapsi tai nuori voikin kertoa jotakin luottamuksellista, josta herää huoli. Ota huoli vastaan ja kohtele sitä kunnioittaen. Muista vastuusi puuttua, kun kuulet jotain, josta huolestut. Ole sensitiivinen. (Lajunen, 2016, s. 26)

## **5.6 Tutkimuksen eettisyys, luotettavuus ja kestävyys**

Tietoa voidaan tuottaa tutkimalla, ajattelemalla, tarkkailemalla ja kokeilemalla. Vaikka tutkimuksen keinot voivat olla erilaisia, on sen tavoitteet aina samat. Halutaan saada lisää tietoa ja ymmärtää. (TENK, 2019) Opinnäytetyöprosessissa noudatettiin hyvää tieteellistä käytäntöä. Muiden tekemiä materiaaleita tutkittiin ja käsiteltiin kunnioittaen ja kirjoitettaessa löydetyistä tiedosta käytettiin asianmukaisia lähdeviittauksia. Tutkimuksen eri vaiheista raportoitiin rehellisesti ja avoimesti läpi koko opinnäytetyöprosessin. (TENK, 2012)

Väkivalta on aihealue, jonka äärellä ei voi välttyä eettisiltä pohdintoilta. Väkivaltatyö vaatii tekijältään paljon ammattieettistä pohdintaa ja kokonaisuuksien ymmärtämistä. Kompleksiset ja moninaiset tilanteet vaativat ajattelua monilta eri kanteilta, jotta voidaan päästä kokonaisuuden kannalta mahdollisimman hyvään tulokseen. Toisinaan tämä saattaa vaatia katsomista tämän hetken yli pidemmälle tulevaisuuteen ja toimimista kokonaisuuden kannalta tavoitteellisesti vain tämän hetken sijaan. Sosiaalialalla on paljon lainsäädäntöä, joka ohjaa työskentelyä, mutta edelleen tarvitsemme ihmistä sekä etiikkaa toteuttaaksemme lakien rinnalla oikeudenmukaisuutta. (Talentia ry, 2022)

Yleisen suomalaisen asiansanaston mukaan sosiaalinen kestävyys tarkoittaa ihmisten oman elämänhallinnan vahvistamista ja tämän kehityksen tulosten jakamista oikeudenmukaisesti. (Finto, 2016) Tässä hetkessä yhteiskunnallisesti käydään kiivasta keskustelua tämän oikeudenmukaisen määritelmästä. Oikeudenmukaisuutta tutkaillaan syy-seuraus-suhteiden

sekä tasa-arvon kautta. Tulkintoja löytyy tältä väliltä monenlaisia. Tehty työ tulisi palkita, mutta samaan aikaan lähtökohtien tulisi olla tasa-arvoisia. Sopivan leikkauspisteen löytäminen vaatisi molempien näkökulmien kunnioittamista ja kompromissien tekotaitoa. Pidemmällä aikavälillä tekemisen palkitseminen luo motivaatiota ja tasa-arvo mahdollisuuksia. Ääripäissä aina toinen hyötyy, mutta toinen kärsii. Sosiaalisen kestävyuden näkökulmasta olisi tärkeää löytää näiden väliltä toinen toistaan kunnioittava kohtaamispiste. Vain toisen ääripään kehittämisellä, joko passivoidaan ja talouden tulot kärsivät, tai sitten lisätään apua tarvitsevien määrää ja talouden menot kasvavat. Kultaisen keskitien löytäminen olisi tärkeää, mutta vaatisi myös tämän hetken yhteiskunnallisen minäkeskeisen ja lyhytnäköisen ajattelutavan muuttumista. Lasten ja nuorten hyvinvoinnin tukeminen ja turvallisen kasvun ja kehityksen turvaaminen ovat sosiaalisen kestävyuden avaintekijöitä. Lapsuudessa kylvetty hyvä ja turva luovat hyvinvoivia aikuisia. Turvattomuus ja kaltoinkohtelu taas luovat haasteita tulevaisuudessa aiheuttaen syrjäytymistä, eriarvoisuutta, väkivallan ja päihteiden käyttöä sekä mielenterveysongelmia. Ihmisen taimi tarvitsee tarpeiden mukaista hoivaa kasvaakseen kukkivaksi kukaksi.

Haasteena tämän opinnäytetyön menetelmien koonnissa oli saada kiinni keskeisistä teemoista ja valita esiteltävät menetelmät huomioimatta omia käytännön havaintoja pelkän teoretiedon perusteella. Menetelmiä valittaessa ja läpi koko opinnäytetyöprosessin sisältöä refleктоitiin siitä perspektiivistä, että käytettävissä oleva tieto tuli teoriasta ja kirjallisuudesta, ei kokemuksista eikä henkilökohtaisesta asiantuntijuudesta. Työskentelytapojen ja -menetelmien kirjoa käsitellessä pyrittiin muistamaan, että opinnäytetyö on määritelmänsä kokoinen työ. Opinnäytetyössä ei ole mahdollista tehdä kaiken kattavaa listausta käytettävissä olevista menetelmistä, eikä tutkia aihetta tyhjentävästi. Opinnäytetyöhön määritelty käytettävä aika on hyvin rajallinen. Työn luotettavuuden kannalta keskityttiin keskeisimpiin ja hallitsevimpiin kokonaisuuksiin ja rajattiin sisältöä niin, että se vastaisi mahdollisimman perusteellisesti tutkimuskysymykseen rajauksen asettamissa raameissa. Työn luotettavuutta refleктоitiin läpi koko prosessin ja toiminnassa pyrittiin johdonmukaisuuteen.

## 6 Pohdinta

Olen kuullut kuvaavan määritelmän: Väkivalta on väkisin otettua valtaa. Väkivalta tekee ihmiseen särön. Väkivaltatyö on tuon särön eheyttämistä. Sitä tehdään henkilöä itseään vahvistamalla, sosiaalisia taitoja opettelemalla ja kuulemalla mitä henkilö tarvitsee. Väkivaltaa kokeneen ja tehneen auttaminen vaatii nöyrää lähestymistä ilman minkäänlaista

valta-asetelmaa ja auktoriteettia. Sitä ei voi lähestyä ulkoapäin määritellyllä tietyllä sabluunalla, vaan se vaatii aina kohdattavan henkilön tilanteen ja tarpeiden kuulemista. Työskentelyn aiheet ja kohteet tulee löytyä ihmisestä sisältäpäin. Ehkä siksi väkivaltatyön suoraa tarkkaa määritelmää on ollut vaikeaa löytää, koska se vaatii ihmisten välistä luottamuksellista kohtaamista ja samanaikaista rohkeutta sekä nöyryyttä myöntää ja työskennellä omien sisimpien ajatusten ja toimintamallien parissa. Väkivaltatyö on ennen kaikkea kohtaamistyötä.

Tietoa väkivallan äärellä tehtävästä työstä on ripoteltu pirstaleisesti eri teosten ja tekstien joukkoon ja usein kuvaukset ovat hyvin yleisluontoisia. Väkivaltatyötä kuvataan tuen tarjoamiseksi ja keskusteluavuksi, mutta sitä mistä aiheista keskustellaan ja mitä on tämä tarjottu tuki, ei kerrota kovin johdonmukaisesti ja konkreettisesti. Edes Kytölän Pahoinpitelystä hyvinpitelyyn -kirjassa (2021) ei tätä väkivaltatyön ydintä ole kiteytetty sanallisesti, mutta hän kirjoittaa esipuheessa väkivallan kuvailun sijaan haluavansa tuoda esille ratkaisukeskeistä näkökulmaa siitä, että vaikeuksien ja tapahtuneiden asioiden ei tarvitse määrittää loppuelämää, vaan niistä voi oppia ja päästä eteenpäin. Kenties tämä väkivaltatyön määrittely on vielä kesken, eikä siihen ole olemassa kovin tarkkoja ohjeita, eikä oppikirjoja sen oppimiseksi. Aineistoista ja materiaaleista löytyy viitteet siitä, että kaikkea väkivaltatyötä yhdistää kohtaaminen ja inhimillisyyden ymmärtäminen. Olen pohtinut, johtuuko tämä kohtaamani haaste siitä, että olemme tietynlaisen murroksen äärellä. Menneessä ajassa on yhteiskunnallisesti ajateltu rankaisukeskeisesti ja pikkuhiljaa olemme enemmän siirtymässä aikaan, jossa tiedostamme, ettei pelkkä rankaiseminen opeta juurikaan uusia toimintamalleja. Lisäksi pitää oppia tunnistamaan toimintamme syitä ja tämän jälkeen opetella uusia toimintamalleja vanhojen tapojen tilalle. Väkivaltaa ei pidä hyväksyä, mutta ymmärtämällä mistä se johtuu, on mahdollista oppia korjaamaan väkivaltaiseen käytökseen johtavia juurisyitä. Rankaisun rinnalle on noussut kuntoutus. Uskon näiden olevan parhaimmillaan oikeassa suhteessa, yhdessä, rinnakkain.

Opinnäytetyöprosessi parhaimmillaan johdattelee tekijäänsä monialaiseen reflektioon. Aiheeksi valikoitui väkivaltatyö, joka on vienyt minut mukanaan harjoitteluideni aikana. Äitiyteni ja sensitiivisyyteni kautta herännyt kiinnostus tunnetaitoihin sekä positiiviseen kasvatukseen tukivat tätä. Koen vahvasti sekä lasten että aikuisten olevan tunteiden ja sitä kautta myös väkivallan suhteen samojen teemojen äärellä. Aggressio ja tapa, jolla sen kanssa pärjää, ovat jokaisella olemassa. Toiminnan taustalla on aina jokin syy tai motiivi. Tämän syyn löytäminen ja korjaaminen on tärkeää. Mikäli korjaamme pelkkää seurausta, aiheutamme epäreiluuden tunnetta eikä mikään todella muutu. Perhe on yhteisö, jossa

kaikilla sen jäsenillä tulisi olla hyvä toimia. Oma uskomukseni on, että ratkaisu moniin asioihin löytyy yhdessä syy-yhteyksiä oivaltamalla ja sen kautta uutta oppimalla.

Kirjallisuuskatsauksen tekeminen oli opettavaista ja haastavaa. Rajaaminen näin ison abstraktin aiheen äärellä vaatii jatkuvaa vahvaa kontrollia. Oman haasteensa luo kirjallisuuskatsaukseen kuuluva materiaalin rajautuminen. Mukaan ei saanut ottaa mitään tahansa materiaalia tai harjoitteluiden oppimiskokemuksia, vaikka ne olisivat teemaa tukeneet. Opin paljon asiantuntijuudesta. Se ei ole tiedottamista, eikä jatkuvaa ääneen asioiden perustelua. Se on enemmän viisautta käyttää sitä sisällä olevaa tietoa, jonka on hyväksi havainnut.

Olen kohdannut paljon tietämättömyyttä väkivallasta ja väkivaltatyöstä. Eikö se ole vaarallista, on yleisin kysymys väkivaltatyöstä. Väkiältä leimataan puheissa pahan tekemiseksi ymmärtämättä, että se useammin on opittu tapa toimia, seurasta jostakin tai ratkaisu johonkin. Yksi tämän opinnäytetyön tekemisen motivaation lähde oli väkivaltatyöhön liittyvän stigman vähentäminen. Sanan väkivaltatyö herättämä ensimielikuva on kokemuksieni perusteella hyvin kaukana todellisuudesta. Koen väkivaltatyön olevan vauvasta vaariin samaa sisällöltään. Jokaisen ihmisen tulisi elämänsä aikana pysähtyä opettelemaan elämää ja pärjäämistä omien tunteidensa kanssa. Jotkut oppivat paljon näitä taitoja jo varhaislapsuudessa. Toiset saattavat joutua opettelemaan näitä taitoja vasta vanhempana. Usein kuitenkin kaikelle toiminnalle löytyy syy ja motivaatio. Niiden tavoittaminen mahdollistaa onnistuneiden syy-yhteyshavaintojen tekemisen. Oma kuvani väkivaltatyöstä on kohtaaminen sen äärelle, miltä tuntuu, mistä se johtuu ja miten tämän asian kanssa toimitaan. Väkivaltaksi ei synnytä, ei vaan ole opittu toimimaan väkivallattomasti kannattavalla tavalla.

Toisille tunteet ovat helpompia kuin toisille. Kuitenkin tunteiden äärellä kaikki syntyvät vajavaisina, eivätkä tule elämän aikana valmiiksi. Millaisen temperamentin saat, millä tavoin vanhemmat pystyvät sinua auttamaan tunteitasi kanssa elämisessä, kuinka paljon olet valmis tekemään itse töitä. Tärkeää muistaa, ettei hyvä ja helppo ole synonyymeja.

## Lähteet

Dolan, Y. (2017). *Pieni askel. Tie hyvään elämään traumaattisen kokemuksen jälkeen*. Bookwell Oy.

Ensi- ja turvakotien liitto ry. (n.d.). *Ota väkivalta puheeksi*. Haettu 2.4.2024 osoitteesta <https://ensijaturvakotienliitto.fi/tukea-ammattilaiselle/perhe-ja-lahisuhdevakivalta/ota-vakivalta-puheeksi/>

Finto. (2016). *Sosiaalinen kestävyys*. Suomalainen asiasanasto ja ontologiapalvelu. Haettu 11.9.2024 osoitteesta <https://finto.fi/ysa/fi/page/Y146255>

Hämeen ammattikorkeakoulu. (n.d.). *Ennen opinnäytetyön aloittamista*. Haettu 25.3.2024 osoitteesta [Ennen opinnäytetyön aloittamista - HAMK](#)

Ihmisoikeusliitto. (2024). *YK:n ihmisoikeuksien yleismaailmallinen julistus 1948*. Haettu 10.9.2024 osoitteesta <https://ihmisoikeusliitto.fi/ihmisoikeudet/ihmisoikeuksien-julistus/>

Jääskinen, A. (2017). *Mitä sä rageet? Lasten ja nuorten tunnetaitojen tukeminen*. Lasten keskus ja Kirjapaja Oy.

Jääskinen, A. (2017). *Mitä sä rageet? # Tunteita sikanolosta sairaan siistiin*. Lasten keskus ja Kirjapaja Oy.

Korhonen, L. (26.11.2021). *Kasvu ja kehitys eri-ikäkausina. Pulassa lapsen kanssa*. Duodecim Terveyskirjasto®. <https://www.terveyskirjasto.fi/pla00018>

Kytölä, K. (2021). *Pahoinpitelystä hyvinpitelyyn. Lähisuhdeväkivalta ja siitä selviytyminen*. Basam Books Oy.

Lajunen, L., Andell M., Ylenius-Lehtonen M. (2016). *Tunne- ja turvataitoja lapsille. Tunne- ja turvataitokasvatuksen oppimateriaali*. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Laki lapsen huollosta ja tapaamisesta 361/1983.  
<https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1983/19830361>

Lapsen oikeudet. (n.d.). YK:n lapsen oikeuksien yleissopimus.

<https://www.lapsenoikeudet.fi/lapsen-oikeuksien-sopimus-turvaa-lasten-ihmisoikeudet/sopimus-kokonaisuudessaan/>

Linner Matikka, J. & Hipp, T. (2023). *Traumainformoitu työote*. PS-kustannus.

Mieli ry. (n.d.). *Väkivalta satuttaa*. MIELI Suomen Mielenterveys ry. Haettu 2.4.2024 osoitteesta <https://mieli.fi/vaikea-elamantilanne/vakivalta/vakivalta-satuttaa/>

Naisten Linja ry. (n.d.). *Väkivallan seurauksia*. Haettu 2.4.2024 osoitteesta

Nettiturvakoti. (n.d.). *Avopalvelut*. Haettu 2.4.2024 osoitteesta <https://nettiturvakoti.fi/nain-haet-apua/avopalvelut/>

Rikksentorjuntaneuvosto. (n.d.). *Rikksentorjunta*. Väkivalta. Haettu 20.8.2024 osoitteesta <https://rikksentorjunta.fi/vakivalta>

Sinkkonen, J. (2018). *Kiintymyssuhteet elämänkaaressa*. Duodecim.

Sinkkonen, J. (2008). *Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun*. WSOY.

Talentia ry. (2022). Arki, arvot ja etiikka. *Sosiaalialan ammattihenkilön eettiset ohjeet*. <https://talentia.lukusali.fi/#/reader/4fb08bf6-d9e1-11ed-bdad-00155d64030a>

TENK. (2012). *Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa*. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. [https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (n.d.). *Väkivallan muodot*. Haettu 2.4.2024 osoitteesta <https://thl.fi/aiheet/vakivalta/vakivallan-muodot/lahisuhdevakivalta>

Vilka, H. (2023). *Kirjallisuuskatsaus metodina, opinnäytetyön osana ja tekstilajina*. Art House Oy.

WHO. (2024). *Violence Prevention Alliance*. World Health Organization. Haettu 20.8.2024 osoitteesta <https://www.who.int/groups/violence-prevention-alliance/approach>

## Liite 1. Aineistonhallintasuunnitelma

Opinnäytetyön nimi: Lasten ja nuorten kanssa tehtävä väkivaltatyö. Menetelmäkansio.  
Opinnäytetyön tekijät: Maarit Kuikka

### 1 AINEISTON HANKINNAN MENETELMÄT JA AINEISTON MUOTO

- Aineistonhankinnan menetelmä on kuvaileva kirjallisuuskatsaus.
- Ensimmäisessä vaiheessa tietoa haetaan internetin tietokannoista kuten Finna ja Google Scholar. Tutkimustietoa etsitään vertaisarvioituista tutkimuksista ja artikkeleista.
- Toisessa vaiheessa etsin ja esittelen erilaisia työmenetelmiä internetistä, kirjallisuudesta ja kyselen vinkkejä pitkään työtä tehneiltä.
- Aineisto ei sisällä arkaluonteista aineistoa vaan on julkista materiaalia.
- Kohtelen muiden jo tuottamaa aineistoa kunnioittaen ja käytän lähdeviitteitä asianmukaisella tavalla.

### 2 AINEISTOJEN SÄILYTYS OPINNÄYTETYÖPROSESSIN AIKANA

- Aineisto ei ole arkaluonteista vaan julkiseen saatavilla olevaan tietoon perustuvaa, säilytän saamiani materiaaleja omalla tietokoneellani niille nimetyssä kansiossa työpöydällä.

### 3 AINEISTOJEN KÄSITTELY OPINNÄYTETYÖN VALMISTUTTUA

- Opinnäytetyötä varten keräämääni materiaalia käytän vain tässä kyseisessä tekemässäni opinnäytetyössä. Säilytän opinnäytetyön valmistumisen jälkeen aineiston sille nimetyssä kansiossa tietokoneellani vähintään yhden vuoden ajan. Tähän asti aineistoa säilytetään tutkimuseettisiä periaatteita noudattaen ja niin, että aineisto on opiskelijan saavutettavissa.

Liite 2. Kuinka autan lähisuhdeväkivaltaa kohdanneita lapsia ja nuoria?

Menetelmäkansio

TEKIJÄ  
MAARIT LÖNEGREN  
2024

KUINKA AUTAN  
LÄHISUHDEVÄKIVALTA  
KOHDANNEITA LAPSIA JA  
NUORIA?

Menetelmäkansio



# MITÄ, MIKSI, KENELLE?

Tämä on menetelmäkansio, joka esittelee esimerkkejä menetelmistä, joiden avulla käsitellä lähisuhdeväkivaltaa niin tekijän, kokijan kuin sille altistuneen lapsen ja nuoren kanssa.

Sisältö on tehty osana opinnäytetyötä, jossa kartoitettiin kirjallisuuskatsauksen keinoin lasten ja nuorten kanssa tehtävän lähisuhdeväkivaltatyön keskeisiä teemoja. Menetelmäkansion tietopohja perustuu opinnäytetyössä tehtyyn kirjallisuuskatsaukseen, jonka keskeisimmät lähteet olivat Katja Kytölän Pahoinpitelystä Hyvinpitelyyn, Jari Sinkkosen Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun sekä Lajunen, Andell & Ylenius-Lehtosen Tunne- ja turvataitoja lapsille. Menetelmiä on muokattu tähän yhteyteen sopiviksi mutta kunkin kohdalta löydät viittauksen myös alkuperäiseen. Viimeisellä sivulla on luettelo tämän menetelmäoppaan lähteistä.

Tämä menetelmäkansio voi toimia perehdytyksenä lähisuhdeväkivaltatyön konkreettiseen tekemiseen ja kenen tahansa tukena lasten ja nuorten kanssa lähisuhdeväkivaltateemaa käsiteltäessä.

Tilaaajana Kanta-Hämeen Ensi- ja turvakoti ry, Luotain -hanke.

Tehnyt Maarit Lönegren  
2024

# SISÄLTÄÄ:

Mitä, Miksi, Kenelle?

Yleisesti käytettävistä menetelmistä

Minä-taidot

Kaveri-taidot

Turva-taidot

Millainen on turvallinen aikuinen?

**VINKKI!**  
TEEMAT ON VÄÄRIKODATTU  
OPPAAN KÄYTTÖÄ  
HELPOTTAMAAN.

# KUKA AUTTAA TUNNE- JA TURVATAIDOISSA?

Tunne- ja turvataidot kehittyvät vuorovaikutuksessa, eivätkä tule koskaan valmiiksi. Siksi me kaikki voimme opettaa toisillemme tunteista ja vuorovaikutuksesta.

Tunnetaitojen oppimisesta ja turvallisuuden kokemusten syntymisestä edesauttavat luottamuksellinen suhde ja turvallinen tila.

Tutun turvallisen aikuisen kanssa oppiminen on helpointa. Ryhmässä toinen toiselta yhdessä oppiminen on hauskaa ja kehittää myös sosiaalisia kaveritaitoja.

Lähde: Lajunen, 2016, ss. 25-26

# KIRJAT

Kirjat, tarinat ja lukeminen ovat hyviä tapoja lähestyä erilaisia elämän aiheita. Kirja johdattaa halutun asian äärelle ja antaa tilaa mielikuvitukselle. Lukija ja kuulija piirtävät tarinan mieleensä oman mielikuvansa mukaan. Luetusta voidaan keskustella ja sen sisältöjä pohtia. Kirja herättää ajattelemaan ja on erinomainen puheeksioton väline.

Kirjoissa on valtava valikoima. Valitse sisältö, ikätasoisuus ja tyyli tarpeen mukaan.

”KIRJA ON PORTTI SEIKKAILUUN.”  
-KATTI MATIKAINEN-

# KORTIT

Kortit auttavat herättämään ja tukemaan keskustelua sekä ottamaan asioita puheeksi.

Kortteja on monenlaisia eri teemojen käsittelyyn ja eri ikäisille asiakkaille. Korttityöskentely sopii niin yksilö- kuin ryhmätyöskentelyyn. Ne lisäävät toiminnallisuutta ja keventävät ilmapiiriä

Kortteja voidaan hyödyntää monilla tavoilla asiakasprosessin eri vaiheissa. Ne voivat olla apuna tutustumisessa ja tilanteen kartoittamisessa sekä haastavien tilanteiden sanoittamisessa.

Korttityöskentely ei sovi, eikä ole mieleistä kaikille. Käytä korttien hyödyntämiseen harkintakykyä ja aseta tavoite, johon käytöllä pyritään. Tuo tarkoitus on esiin myös asiakkaalle, jotta toiminta ei jää irralliseksi.

# LAUTAPELIT

Lautapelit opettavat ryhmätyötä, kärsivällisyyttä sekä voiton ja tappion vaihtelua. Ne tukevat aivojen toimintaa ja kielen kehitystä. Lisäksi ne ovat hyvä ja toiminnallinen tapa ottaa asioita puheeksi.

Pelaamalla oppii odottamaan vuoroa ja noudattamaan sääntöjä. Tämä pidentää keskittymiskykyä.

Lautapelit tarjoavat metaviestejä elämästä: Onni voi muuttua hetkessä parempaan tai huonompaan. Lisäksi ne ovat hyvä tapa kannustaa eri-ikäisiä lapsia ryhmittymään ja työskentelemään yhdessä, mitä heidän on tehtävä koko elämänsä.

Lautapelit rauhoittavat. Niissä kukin tietää mitä häneltä odotetaan ja toiminta on jäsenneltyä.

## VINKKI!

VAIKEASSA TILANTEESSA HARKITSE LAUTAPELIN  
PELAAMISTA YHDESSÄ RANGAISTUKSEN SIJAAAN.  
TÄMÄ VOI OPETTAA TULEVAISUUDESSA  
VAIHTOEHTOISIA TAPOJA SYRJÄYTYMISEN JA  
VETÄYTYMISEN TILALLE.

# LUOVUUS

Lapset ja nuoret ovat luovia. Kun tila on turvallinen ja annetaan mahdollisuus, on leikki ja taide hyviä keinoja itseilmaisulle.

## KIRJOITTAMINEN & SARJAKUVA

Onko kirjoittaminen sinulle luontevaa ja mielekästä? Kirjoita päiväkirjaa tai sanoita tapahtumat paperille tarinan muotoon. Jos olet taiteellinen, voit kuvittaa tarinan pääkohdat sarjakuvaksi.

## LEIKIT & SADUTUS

Tykkäätkö leikkiä ja keksiä juttuja? Nukkekodilla tai legoilla voit esittää tarinaa ajatuksistasi. Perehtykää sadutuksen saloihin.

## ASKARTELU & KOLLAASIT

Oletko luova mutta piirtäminen ei ole sinun juttusi? Askartele. Tee erilaisia hahmoja, jotka ilmaisevat tunteita. Leikkele kuvia ja aforismeja ja sommittele niistä kollaasi kokoamaan tunnelmiasi.

## PIIRTÄMINEN & VÄRIT

Asuuko sinussa taiteilija? Piirrä tai maalaa tunteita ja tapahtumia. Voit piirtää tarinan kuvan muotoon tai maalata väreinä tunteesi paperille.

## MUSIIKKI & BIISIT

Kuuntele musiikkia. Musiikin eri vivahteet voivat vahvistaa tai tyyntyttää tunnetiloja ja lyriikat antavat tilaa samaistumiselle. Mitkä ovat sinulle tärkeitä biisejä? Liittykö niihin muistoja ja ovatko ne tarkoitettu juuri sinun tietyille tunnetiloille?.

## TANSSI & LIIKE

Rakastatko liikkoa? Ilmaise tunteitasi tai pura patoutumiasi tanssimalle. Laita äänikirja tai musiikkia kuulokkeisiin ja lähde luontoon lenkille.

# MONISTEET JA LOMAKKEET PUHEEKSIOTON TUEKSI

On epäluontevaa istua vastatusten ja kertoa tuntemattomalle vaikeista asioista. Toisinaan voi olla myös, että ei ole tietoinen siitä, mikä on oikein ja mikä väärin.

Puheeksiottoa ja keskustelua sekä tapahtumista, että ajatuksista, voi olla helpompi käsitellä erilaisten tehtävien kautta. Tehtävät johdattelevat kysymyksin tai antavat tilaa vapaammin tuottaa itse niitä asioita esille, joita halutaan työstää.

Käytä valmiita monisteita tai lomakkeita. Voit myös piirtää yhdessä tai porukalla juuri teille sopivat tehtäväpohjat.

# MINÄTAIDOT

- Itsetuntemus, -hyväksyntä ja -tunnon vahvistaminen  
*Itsetunto syntyy kokemuksesta, että olen hyvä ja rakastamisen arvoinen. Tätä taitoa voi opetella ja onkin hyvä tiedostaa, että itsetunto ei ole pysyvä tila vaan sen vaihtelee ja muuttuu läpi elämän.*
- Tunteiden tunnistaminen, nimeäminen, ilmaiseminen  
*Tunteet ovat sisäisiä viestejämme, jotka koittavat ohjata toimintaamme. Kaikki tunteet ovat sallittuja mutta niiden mukaan toimiminen ei. Tunteiden tiedostaminen, ero toimintaan ja taito säädellä niitä ovat tunnetaitoja. Tunnetaitoja opetellaan vuorovaikutuksessa ja tässä auttaa aikuinen.*
- Turvan ja turvattomuuden tunnistaminen, hyvä olo ja mieli, huolenpito  
*Lapsella ja nuorella on oikeus turvalliseen elämään ja aikuisen huolenpitoon.*

Lähde: Lajunen, 2016, s. 24, 28. Sinkkonen, 2008, s. 207.

## FANNI -KIRJASARJA N. 3-8-VUOTIAILLE

Fanni-kirjat auttavat tutustumaan tunnetaitoihin ja tunnesäätelyyn.

Tunnesäätely on opetettava taito, että oppisimme mitä tunteet ovat, millä nimillä niitä kutsutaan ja miten niiden kanssa kannattaisi toimia.

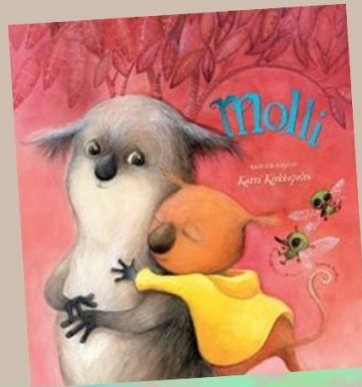
Fanni-kirjoissa on aina tarina lapsen kanssa luettavaksi, kasvattajalle tunnetaidoista kertova osio ja käytännön harjoituksia arkeen.



Tekijät Julia Pöyhönen ja Heidi Livingstone

## MOLLIN MAAILMA

Molli-kirjasarja ja muu oheismateriaali tukee lapsen tunne- ja kaveritaitojen kehittymistä. Tarinoiden taustalla vahva pedagoginen osaaminen.



Tarinoiden lisäksi on saatavilla tehtävä- ja toimintamateriaalia ammattikasvattajille lapsiryhmien kanssa toteutettaviksi.

Tekijä Katri Kirkkopelto

## OMAN ELÄMÄSI JEDI

Elämän- ja arjenhallinnan taitoja itsenäistyville nuorille. 27 aihealuetta (itsetuntemus, hyvinvointi, raha, parisuhde jne.).

Runsaasti työskentelytapaehdotuksia sekä materiaalia. Omat kirjat itsenäistyjälle ja ohjaajalle.

Tekijät Laura Huovinen, Heli Pruuki & Antti Vesivalo



## NALLE-KORTIT

Klassissa Nalle -korteissa nallet ilmentävät eri tunteita ja tuntemuksia. Niiden avulla voidaan keskustella perhe-elämästä, ihmissuhteista, tunteista, tapahtumista ja omasta identiteetistä. Erityisesti lasten kanssa työskentelyyn.

Pesäpuu ry



## POHJOLAN VOIMAELÄIMET



Pohjolan voimaeläin -kortit eläimistä ja niihin liittyvistä myyteistä itsensä tutkiskeluun ja omien sisäisten voimaominaisuuksien löytämiseen.

Kortteja voi käyttää tukemaan omaa elämää tai yksilö- ja ryhmätyön ohjauksen tukena. Sarjasta saatavilla myös kirja.

Tehneet Maaretta Tukiainen & Markus Frey

## VAIETUT TUNTEET -KORTIT

Työväline tunteista,  
sanomatta jääneistä ja  
mieltä painavista asioista  
keskustelemiseen.

Vaihtoehto  
pastellinsävyisille  
korteille.

Tehnyt Joonas Ranttu



## YMMÄRRÄ TUNTEITASI -KORTIT

Terapeuttiset tunnetaitokortit.

Avuksi omiin tunteisiin  
tutustumisessa.  
45 tunnetta

Tukemaan itsemyötätuntoa.

Tehnyt Eevi Minkkinen  
Hidasta Elämää



## HOKSAA TUNTEET! -LAUTAPELI

Pelilaudalta etsitään erilaisia tilanteita ja tunteita.

Peli sopii kaikenikäisille ja kaksipuolisessa laudassa toinen on helpompi ja toinen haastavampi puoli.



Tehnyt Johanna Viianen  
Oppi&lo



## VALOVOIMA -LAUTAPELI

Tutustumis-, tunne- ja voimavarapeli  
n. 4-13-vuotialle.



Virittää keskustelua perheissä ja  
lastensuojelussa.

Peliin valittavissa erilaiset  
korttisarjat eri aiheista. Aiheina  
huostaanotto, sijoitus, päihteet,  
mielenterveys, hyväksikäyttö ja  
väkivalta.



## SATUSEIKKAILU -LAUTAPELI

Kaksi eri peliä.

Päiväpelissä harjoitellaan motoriikkaa, tunne- ja sosiaalisia taitoja.

Yöpelissä on rauhallinen ja valmistelee nukkumaan.

100 tehtäväkorttia, joissa opetetaan tunnetaitoja ja rauhoittumisen taitoja.

Koko perheen peli.  
Tehnyt Petronella Grahn

## MILTÄ MINUSTA TUNTUU? TUTUSTUTAAN TUNTEISIIN. SIIRTOTARRAKIRJA

Tarrapuuhi kirja avuksi lapsen omista sekä toisten tunteista ja ajatuksista keskustelemiseen.

Tehtävät kehittävät itsetuntemusta.

Siirtokuvien avulla ratkaistavia tehtäviä lapsille ja keskusteluvinkkejä aikuiselle.

Oppi ja Ilo -sarja



# MILLAINEN OLEN?

Tutki sanaparvea.  
Millaisia piirteitä itsessäsi  
tunnistat?

|               |                  |                |                  |
|---------------|------------------|----------------|------------------|
| Rento         | Oikeudenmukainen | Ystävällinen   | Rohkea           |
| Joustava      | Ymmärtäväinen    | Lempeä         | Hauska           |
| Ymmärtäväinen | Rohkaiseva       | Iloinen        | Reilu            |
| Viisas        | Suvaitsevainen   | Sinnikäs       | Rehellinen       |
| Aurinkoinen   | Päätäväinen      | Avulias        | Kekseliäs        |
| Toimielias    | Luova            | Huolellinen    | Kannustava       |
| Harkitseva    | Määrätietoinen   | Perusteellinen | Mukava           |
| Pirteä        | Jämäkkä          | Rauhallinen    | Huumorintajuinen |
| Puhelias      | Tunteikas        | Huomaavainen   | Sosiaalinen      |
| Pohdiskeleva  |                  |                | Kohtelias        |

NIMENI  
ON:

Lähde: Tunne- ja turvataitoja lapsille s. 47-48

# LASTEN & NUORTEN OIKEUDET

Mikä on sinulle tärkein oikeus?

Miksi juuri tämä oikeus on sinulle tärkeä?  
Miten aikuiset voivat olla sinulle avuksi, että tämä  
oikeus toteutuu?

Piirrä kuva sinulle tärkeästä oikeudesta.

Lapsella on oikeus olla oma itsensä ja  
samanarvoinen kuin muut.

Lapsella on oikeus elää ja kasvaa omaan tahtiin.

Lapsella on oikeus huolenpitoon ja hoitoon.

Lapsella on oikeus elää turvassa.

Lapsella on oikeus sanoa mielipiteensä ja  
vaikuttaa.

Lapsella on oikeus tietää ja saada tietoa.

Lapsella on oikeus oppia ja koulunkäyntiin.

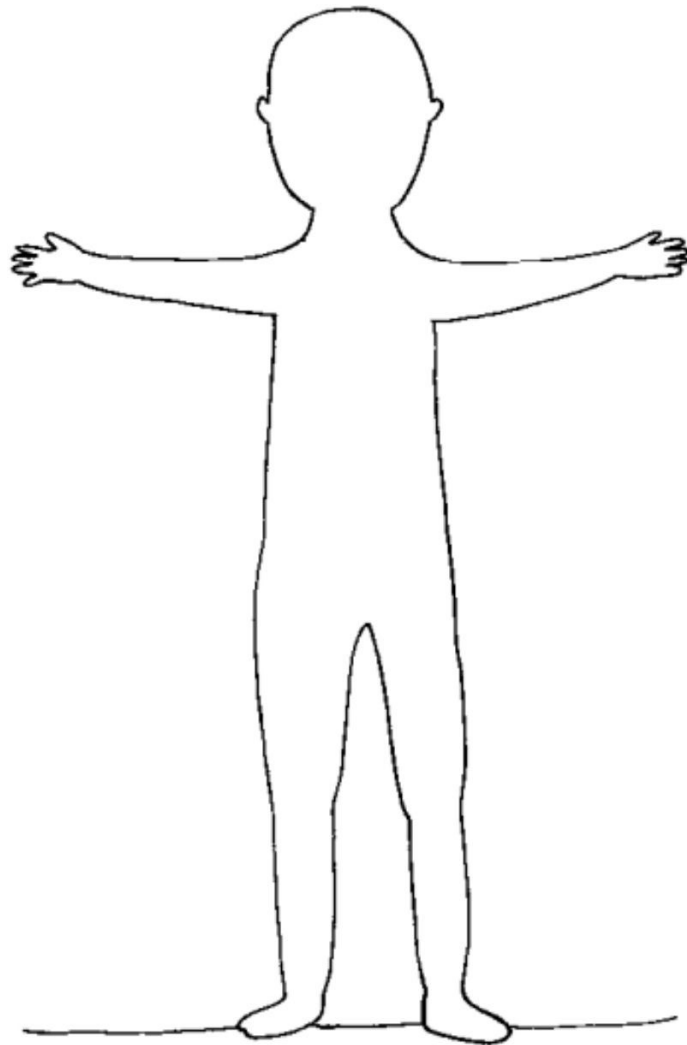
Lapsella on oikeus leikkiin, vapaa-aikaan ja lepoon.

Lähde: Tunne- ja turvataitoja lapsille s. 88

# TUNTEET TUNTUVAT

## MISSÄ TUNTEET TUNTUVAT?

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



Lähde: Tunne- ja turvataitoja lapsille s. 63

# HUOLEHTIMISTESTI

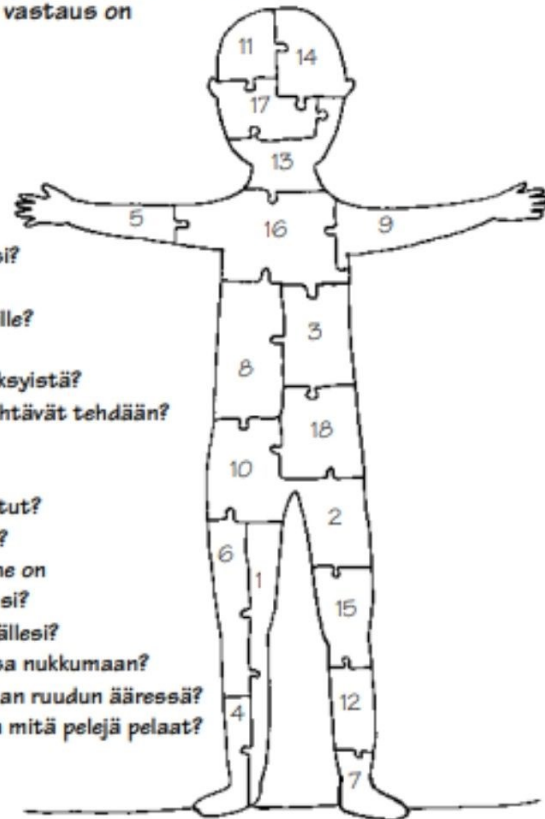


## TURREN HUOLEHTIMISTESTI

KUKA PÄÄASIASSA VASTAA SEURAAVISTA ASIOISTA TÄLLÄ HETKELLÄ?

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

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



Kotitehtävä



Lähde: Tunne- ja turvataitoja lapsille s. 113

# MITEN KÄYTÄN AIKAANI?

Nukunko liikaa tai liian vähän?  
 Olenko ruudun ääressä liikaa?  
 Vievätkö harrastukset  
 liikaa aikaa – vai liian vähän?  
 Liikunko säännöllisesti?  
 KATSOTAAN...?

## TURRE TUTKII TUNTEJASI

### VÄRITÄ

VIHREÄLLÄ – se aika, jonka nukut

SINISELLÄ – se aika, jonka olet koulussa

KELTAISELLÄ – se aika, jonka harrastat ja liikut

PUNAISELLÄ – se aika, jonka olet ruudun ääressä

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

RUSKEALLA – se aika, jonka teet kotitehtäviä

LYIJYKYNÄLLÄ – se aika, jolloin osallistut kodin töihin

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

VIIVOITA – se aika, jonka ruokailet

KEKSI OMA VÄRI, jos tekeminen ei kuulu mihinkään edellisiin

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



Lähde: Tunne- ja turvataitoja lapsille s. 114

# MITEN VOIN?

**Mielenterveyden käsi**

**Voin itse vaikuttaa hyvään oloon ja hyvään mieleen**

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

**IHMISSUHTEET JA TUNTEET**

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

**RAVINTO JA RUOKAILU**

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

**UNI JA LEPO**

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

**LIIKUNTA JA YHDESSÄ LIIKKUMINEN**

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

**HARRASTUKSET JA LUOVUUS**

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

**ARVOT JA PÄIVITTÄISET VALINNAT ELÄMÄN ERI YMPÄRISTÖISSÄ**

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

**PÄIVÄN RYTMİ**

**mieli**  
Suomen Mielenterveysseura

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

**MIELENTERVEYSTAIDOT KASVUUN**

Lähde: Tunne- ja turvataitoja lapsille s. 110

# KAVERITAIIDOT

- Keskinäinen hyväksyminen ja kunnioittaminen, kaveruuden ylläpitäminen ja riitojen selvittäminen *Kaveri- ja ystävyysuhteiden solmimiseen ja ylläpitämiseen tarvitaan vuorovaikutustaitoja. Näitä harjoitellaan vertaisryhmissä. Kaverisuhde vaatii toisen kunnioittamista, omien toiveiden selkeää ilmaisua, toisten viestien havaitsemista, toisen kuuntelemista, toisen asemaan asettumista ja kykyä ratkoa ristiriitoja. Kohtele toista niin kuin toivot hänen kohtelevan sinua.*

- **Kiusaamisen ehkäisy**  
*Kiusaaminen on myös väkivaltaa. Tehokkain tapa vaikuttaa kiusaamiseen ja syrjintään on sen ennaltaehkäisy. Kiusaamisen ja syrjäytymisen tunnistaminen ja sen aiheuttamien tuntemusten ymmärtäminen ovat tärkeitä ennaltaehkäisyn keinoja. Aikuisten hyvällä esimerkillä sekä yhteisten sopimusten tekemisellä voidaan lisätä keskinäistä kunnioitusta ja turvallisuutta. Kiusaaminen ei ole koskaan sallittua.*

Lähde: Lajunen, 2016, ss. 24, 29, 118.

# MIELIKUVITUSKONE - KORTIT

Toimintakortit draamaleikkiin. Draamaleikissä eläydytään, käytetään mielikuvitusta ja kokeillaan erilaisia ilmaisun muotoja. Lisäksi sanallistetaan ajatuksia ja tehdään yhteistyötä muiden kanssa.

Sopii tehtäväksi yksin, pareittain tai erilaisissa ryhmissä.

Tehnyt Leena Ylimäki



# VIRHUSAAREN TOIMINTAKORTIT



Mitä tehdä silloin, kun on niin riehakas olo, ettei millään saa rauhoituttua? Entä silloin, kun jokin tilanne jännittää niin, että jähmettyy paikoilleen? Tai kun joku on jäänyt ulos muiden leikeistä?

Kortteja voidaan käyttää esimerkiksi yhteisen keskustelun ja pohdinnan avaajina, sillä ne auttavat lasta konkretisoimaan eri tilanteita ja saamaan niihin myönteisiä ratkaisumalleja. Jokaisessa kortissa on pulmapuoli, jossa Virhusaaren hahmot kohtaavat jonkinlaisen ongelman. Kortin toisella puolella on vihreällä merkitty yksi ratkaisumahdollisuus.

Tehnyt Maarit Kerminen

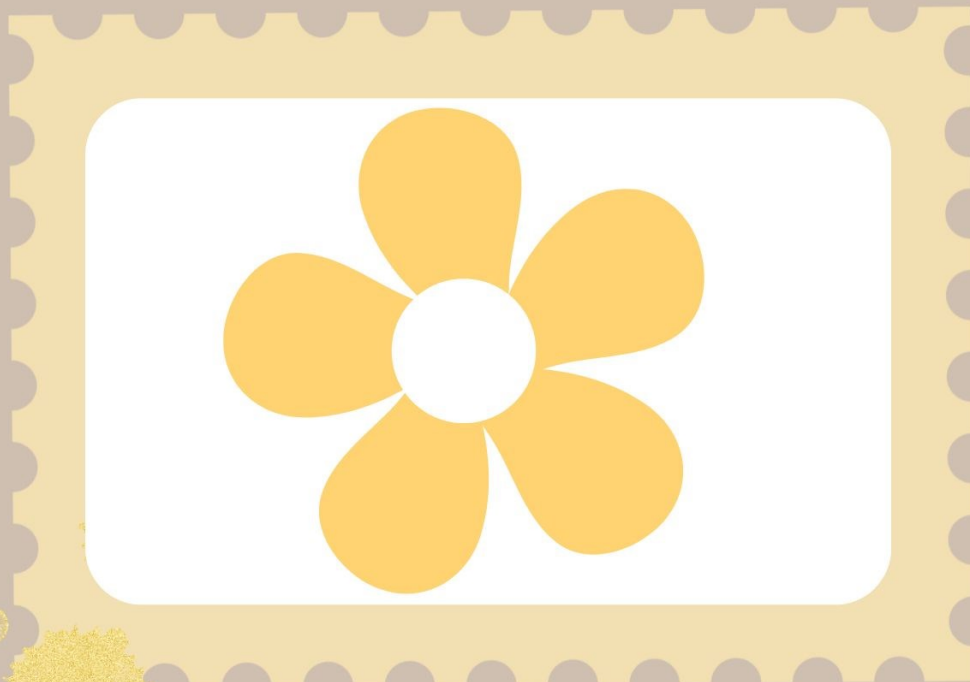
# KEHUKUKKA

Miksi toinen on mukava, ja missä asioissa hän on hyvä?

Mikä kehuista oli mieluisin ja mikä yllättävin?

Tämän tehtävän voi tehdä itsestä tai kaverista.

Kukkasesta kehuineen voidaan askarrella laminoitu tai kontaktimuovilla päällystetty alusta ruokailemiseen tai piirtämiseen.



Lähde: Tunne- ja turvataitoja lapsille s. 138

# ILMEET KERTO VAT

Ilmeet viestivät ajatuksiamme ja tunteitamme muille.

**ILMEET KERTO VAT**

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

Kaverini pyytää minua leikkimään tai pelaamaan

On syntymäpäiväni

Aikuiset riitelevät

Joku sanoo minulle jotain ilkeää

Kaverini muuttaa pois

Juuri nyt minusta tuntuu tällaiselta

Lempitavarani menee rikki

Lähde: Tunne- ja turvataitoja lapsille s. 65

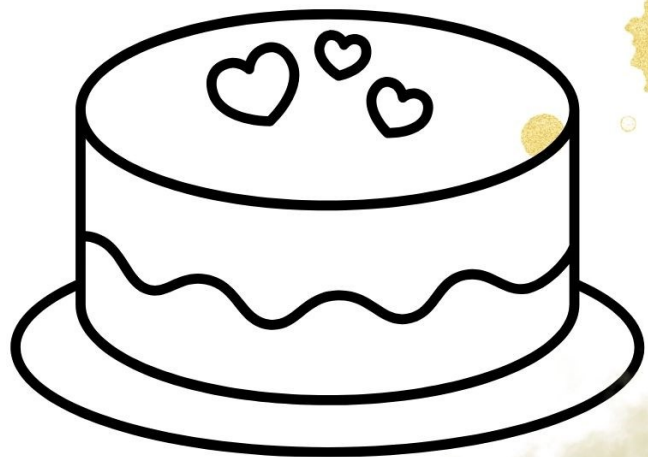
# KAVERUUSKAKKU

Mitkä ovat kaveruuden oikeudet ja velvollisuudet?  
Miten huolehdit siitä, että lähelläsi on hyvä ja turvallista olla?

Mitä aineksia kaveruuskakku sisältää?  
Mitä hyvään kaveruuteen tarvitaan?

Lisää ainekset kakkuun ja laadi resepti.  
Koristele ja väritä kakku. Kaveruuskakku-tehtävä voidaan tehdä myös kollaasina.

KAVERUUSKAKKUUN VOIDAAN  
TARVITA ESIMERKIKSI:  
LUOTTAMUSTA, VÄLITTÄMISTÄ,  
ILOISUUTTA, ANTEEKSI PYYTÄMISTÄ,  
ANTEEKSI ANTAMISTA,  
TERVEHTIMISTÄ, HYMYÄ, HALAUKSIA,  
SILMIIN KATSOMISTA,  
KUUNTELEMISTA, YHDESSÄ  
TEKEMISTÄ, KIITTÄMISTÄ,  
KEHUMISTA, PUOLUSTAMISTA,  
AUTTAMISTA, OMASTA ANTAMISTA,  
TOISEN HUOMAAMISTA, KAUNIISTI  
PUHUMISTA, HYVIEN SALAISUUKSIEN  
PITÄMISTÄ, MUKAAN OTTAMISTA,  
YSTÄVÄLLISYYTTÄ.



Lähde: Tunne- ja turvataitoja  
lapsille s. 165

# REILUA KAVERUUTTA

Välillä on hyvä pysähtyä millainen on reilu kaveri. Miten hän kohtaa muut ja miten hän tuo itsensä tilanteisiin?

REILU KAVERI ON:

VINKKEJÄ  
KAVERITAITOIHIN:  
KOHTELE KAVERIA  
SAMOIN, KUIN TOIVOT  
HEIDÄN KOHTALEVAN  
SINUA.

Lähde: Tunne- ja turvataitoja lapsille s. 121

# RIITELY & SOPIMINEN

Elämässä tulee aina välillä riitoja.  
Tärkeää on olla reilu riitelijä ja riidan  
jälkeen tehdä sovinto.  
Mieti, mitkä olisi tärkeää riitoja  
selvitettäessä. Tee niistä lista.

VINKKEJÄ RIITOJEN  
SELVITTELYYN:  
KATSO SILMIIN.  
KUUNTELE.  
KERRO TOIVEESI  
SELKEÄSTI.  
PYYDÄ & ANNA  
ANTEEKSI.

NÄILLÄ RIIDAT SELVIÄÄ:

Lähde: Tunne- ja turvataitoja lapsille s. 146-147

# TURVATAIDOT

- Omien rajojen ja yksityisyyden ymmärtäminen, turvallisuus omassa kodissa, hyvän ja pahan kosketuksen erottaminen, vaara- ja uhkatilanteiden tunnistaminen ja niissä toimiminen

*On tärkeää tunnistaa tilanteet, joissa kokee hämmentyvänsä ja turvallisuutensa olevan uhattuna. Tunnistamisen ja tiedostamisen myötä on mahdollista suunnitella, miten näistä tilanteista selviytyy ja mitä voisi tehdä, ettei tämä tapahtuisi uudelleen. Sekä keho että mieli ovat arvokkaita jokaisen omia yksityisasiota ja jokaisella itsellään on oikeus niihin, sekä niiden hyvinvointiin. On tärkeää tukea lapsen ja nuoren omaa neuvokkuutta vastaan tulevissa tilanteissa ja kannustaa kääntymään kaikissa turvallisuutta koskevissa huolissa luotettavan aikuisen puoleen.*

Lähde: Lajunen, 2016, ss. 24, 170.

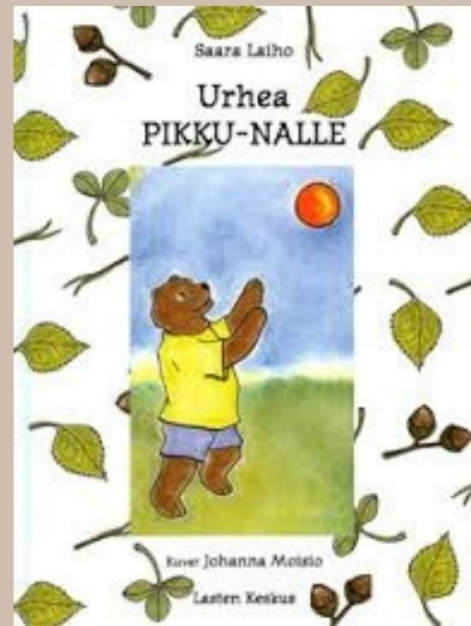
# URHEA PIKKU-NALLE -KIRJA

Satukirja, jonka avulla voi keskustella lapsen kanssa hänen tunteistaan ja kokemuksistaan Pikku-Nallen tunteiden ja kokemusten kautta.

Lapsi kokee usein olevansa yksin iso salaisuuden taakka harteillaan. On tärkeää puhua avoimesti lapsen kanssa ja murtaa perheväkivaltaan liittyvä väkivaltakokemuksen muuri.

Saatavilla myös Pikku-Nalle kirjaan liittyvä Lapset ja perheväkivalta -opas.

Tehnyt Saara Laiho



# MAINIO JA ZATAAR - KIRJA



Satukirja, joka on samalla työväline lähisuhdeväkivallan kokemusten puheeksiottamiseen sekä käsittelyyn. Lapsen kanssa yhdessä luettava tarina ja tehtäviä kokemusten käsittelyyn.

Kirjassa kirahvilapsi Mainio lähtee äitinsä kanssa turvakotiin ja tapaa apina Zataarin, joka auttaa keksimään keinoja monenlaisiin väkivaltakokemuksen aiheuttamiin tuntemuksiin.

Kirahvi mainion tarinat -kirjasarja, jonka aiemmissa osissa käsitellään sijaishuollon teemoja.

Tekijät Jukka Mäkelä, Susanna Kalliola, Hanna Särkiö



# KIRJOITTAMINEN & SARJAKUVA

EN OLE KOSKAAN PELÄNNYT  
KUIN SILLOIN

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

Kirjoita paperille  
tarina tai piirrä sarjis  
mieltä  
askarruttavasta  
tapahtumasta tai  
asiasta.

Se voi kertoa sinusta  
tai jostakin  
keksitystä  
henkilöstä.

SARJIS: EN OLE KOSKAAN  
PELÄNNYT KUIN SILLOIN

Three empty rounded rectangular boxes for drawing a comic strip.

Lähde: Tunne- ja turvataitoja lapsille ss. 80-81

# PIIRRÄ & LISTAA

Millainen on turvallinen koti?  
Miltä tuntuu kun olo on turvallinen?

Piirrä koti, joka on turvallinen.  
Vaihtoehtoisesti voit kirjoittaa listan asioista,  
joita turvallinen koti tarkoittaa.

TURVALLINEN KOTI

Lähde: Tunne- ja turvataitoja lapsille s. 184

# TOIMINTAOHJEET

Tee oma turvasuunnitelmasi.  
Kun asiat ja toimet on etukäteen mietitty,  
tositilanteen tullen voit vain toteuttaa  
suunnitelmasi.

NIMENI,  
PUHELINNUMERONI,  
OSOITTEENI:

TÄRKEÄT IHMISET JA  
HEIDÄN  
PUHELINNUMERONSA:

PAKKAAN REPPUUNI:

MISTÄ SAAN APUA:

# TURVAPAIKKAHARJOITUS

LUE RAUHALLISELLA  
ÄÄNELLÄ JA RIITTÄVÄN  
HITAASTI.

*”Istu mukavasti ja sulje silmät, jos haluat. Hengittele rauhallisesti.*

*Kuvittele itsesi sellaiseen paikkaan, jossa sinun on hyvä ja turvallista olla. Siinä paikassa tunnet olosi oikein rauhallisiksi ja hyväksi. Tällainen turvallinen paikka voi olla kotona tai jossain muualla. Se voi olla sisällä tai ulkona luonnossa. Se voi olla oikeasti jossakin olemassa, ehkä olet käynyt siellä. Se paikka voi olla myös kuviteltu, vaikka jostain tarinasta.*

*Viivy turvallisessa paikassa hetki. Katsele ympärillesi. Miltä siellä näyttää? Kuuluukohan joitakin rauhoittavia ääniä? Onkohan siellä joku turvallisuutta lisäävä ihminen, lemmikkieläin tai jokin esine? Tunnet olosi oikein hyväksi ja turvalliseksi. Tähän paikkaan voit mielessäsi aina mennä, kun haluat rauhoittaa itseäsi. Hengitä muutaman kerran syvään ja rauhallisesti, ja samalla tunnet hyvää oloa ja turvaa. Tämä on sinun paikkasi, johon voit palata mielessäsi, kun haluat.*

*Vähitellen voit tulla turvapaikastasi tähän hetkeen ja paikkaan. Silmäsi aukeavat, ja hyvä olo ja turvan tunne jatkuu. Hyvä. Kiitos.”*

**Voitte keskustella miltä kehossasi tuntuu,  
kun on turvallinen olo.**

Lähde: Tunne- ja turvataitoja lapsille s. 250

# ÄÄRIMMÄISTEN TUNNETILOJEN HELPOTTAMINEN

## Kokeile:

Puristele kuplamuovia tai stressilelua

Purista käsissäsi jääpaloja tai laita kylmäpuski niskaan tai vatsan päälle. Korvaa jäät kylmillä kivillä, joita voit säilyttää pakastimessa tai jääkaapissa.

Laita kielen päälle inkivääriä, chiliä, wasabia, piparjuurta tai nuudelipussin mausteet. Mitä vain voimakasta, mitä keksit ja mitä on saatavilla.

Juokse rappusia ylös alas läkähdyksiin saakka Lankuta, hypi tai heiluta jalkoja.

Mene jääkylmään suihkuun tai vuorottele kylmää ja kuumaa vettä. Huom! Älä polta tai palelluta itseäsi.

Roiskuta kylmää vettä kasvoille tai kaulalle.

Pidä käsiä kylmässä vedessä

## Hengitysharjoitukset:

Pidätä hengitystäsi sisään- ja uloshengitysten välillä aina hengitysten ja taukojen aikana aina viiteen laskien.

Pidennä uloshengitystäsi. Pyri pitämään pieni tauko ennen sisäänhengitystä. Kun hengität, anna pallean liikkua.

(Palleahengitys)

Syke kiihtyy sisään hengitettäessä ja uloshengityksellä syke hidastuu.

Kun uloshengitys on sisäänhengitystä pidempi, syke pääsee rauhoittumaan ja se auttaa myös mieltä rauhoittumaan.

Hengitysten laskeminen. Rentouta ja jännitä kehoa vuoron perään.

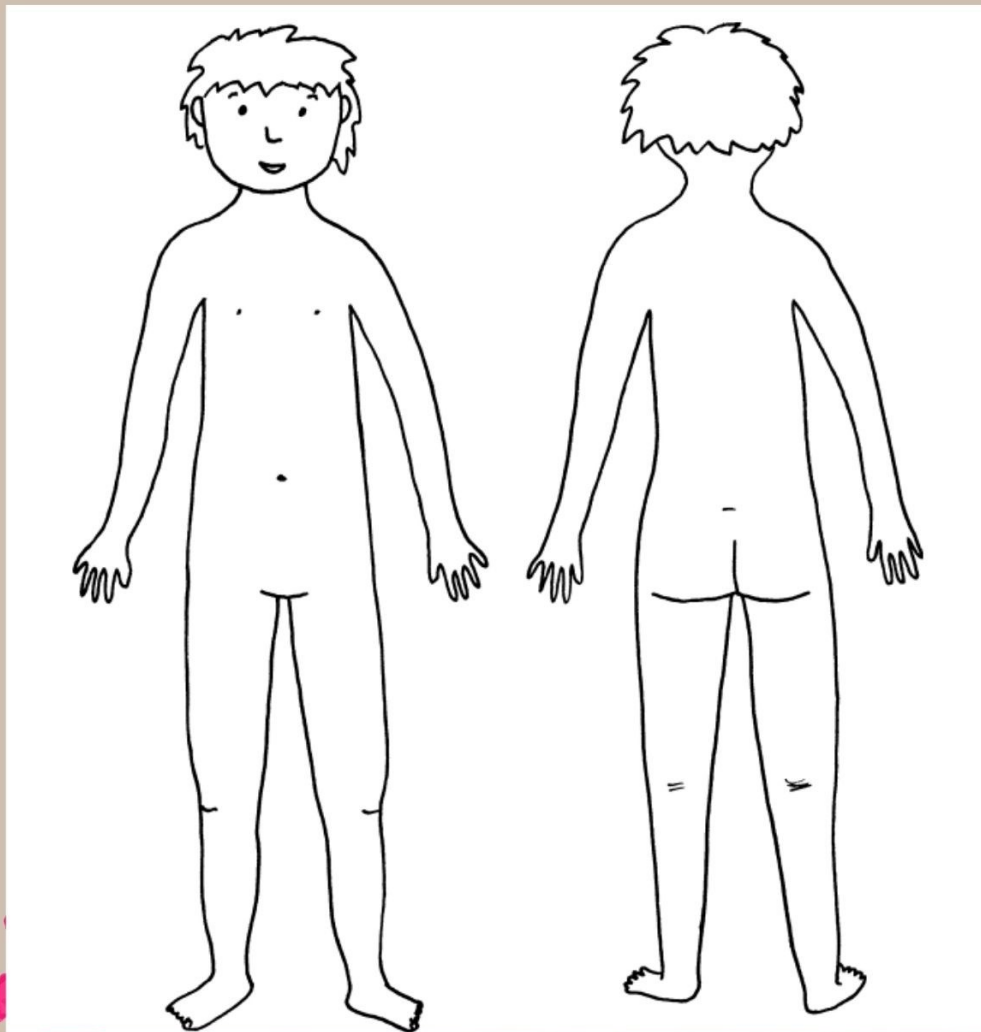
**VINKKI!**  
SILITÄ ITSEÄSI REISISTÄ TAI  
KÄSIVARSISTA KUNNON  
OTTEELLA. KEHOSI EI TIEDÄ  
KUKA SITÄ SILITTÄÄ.

Lähde: Pahoinpitelystä Hyvinpitelyyn. ss. 87-88

# HYVÄN JA PAHAN KOSKETUKSEN EROTTAMINEN.

Tee kuvasta enemmän itsesi näköinen.

Väritä vihreällä alueet ja kohdat joihin sinua saa koskettaa.  
Väritä punaisiksi ne osat, jotka ovat yksityisalueitasi ja joihin ei saa koskettaa ilman sinun lupaasi.



Lähde: Tunne- ja turvataitoja lapsille s. 197

# HÄTÄPUHELU

## MITEN HÄTÄPUHELU 112 SOITETAAN?

Ole rauhallinen.  
Näppäile 112 ja paina luurin kuvaa.

## MITÄ KERRON HÄTÄPUHELUSSA?

Kerro nimesi.  
Kerro missä olet  
(paikkakunta ja kadun tai tien nimi)  
Kerro mitä on tapahtunut ja kenelle/keille.  
Hätäkeskuksessa vastaa mies tai nainen,  
joka esittää kysymyksiä.  
Vastaa kysymyksiin.  
Toimi annettujen ohjeiden mukaisesti.  
Älä sulje puhelinta ennen kuin saat siihen luvan.

## JOS HÄTÄNUMERO ON VARATTU

Älä sulje puhelinta!  
Puhelimesta kuuluu nauhoite:  
”Älä katkaise puhelua.  
Olet hätäkeskuksen jonossa.”

## TIESITKÖ, ETTÄ

Hätäpuhelu on maksuton.  
Puhelimesta ei tarvitse olla sim-korttia.  
Puhelimesta ei tarvitse olla saldoa.  
Puhelimen akku tulee kuitenkin olla ladattu.

## MILLOIN HÄTÄPUHELU 112 SOITETAAN?

Kiireellisissä tilanteissa soitetaan.  
Pilapuheluita ei saa soittaa.  
Jos ei tiedä, onko hätätilanne vai ei,  
on parempi soittaa kuin olla soittamatta.

Lähde: Tunne- ja turvataitoja lapsille s. 253

# OHJEITA SELVIYTYMISEEN



1. Älä koskaan lähde tuntemattoman mukaan!



5. Älä avaa ovea tuntemattomalle, jos olet yksin kotona!



2. Älä koskaan mene vieraan autoon, vaikka sinua houkuteltaisiin kivoilla asioilla.



6. Älä vastaa häirintäviesteihin, vaan säilytä ne ja näytä turvalliselle aikuiselle!



3. Jos sinua seurataan, juokse sinne, missä on muitakin ihmisiä!



7. Sinulla on oikeus päättää, miten sinua kosketaan!



4. Älä ota lahjoja tai rahaa tuntemattomilta!



8. Mitään kosketusta ei tarvitse pitää salaisuutena.

# 10 KULTAISTA OHJETTA

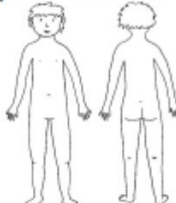
**KYMMENEN KULTAISTA OHJETTA**

**Piirrä tai kirjoita**

1. Minun turvani...

2. Minua lohduttaa...

3. Kosketukset  
Väritä vihreäksi ne alueet, joihin sinua saa koskettaa,  
ja punaisiksi ne alueet, joihin et halua sinua kosketettavan ilman lupaasi.



4. Halaukset  
Nämä saavat halata minua:

5. Salaisuudet  
Hyvä salaisuus on ...  
Huono salaisuus on...

6. Lahjukset  
Kirjoita tai piirrä, mikä lahjus on.


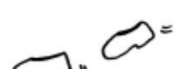
7. Eii

8. Lähde pois!  
Piirrä itsesi poistumassa jostakin ikävästä tilanteesta.

9. Kerro!  
Tee lista ihmisistä, joille voit kertoa huolestasi.

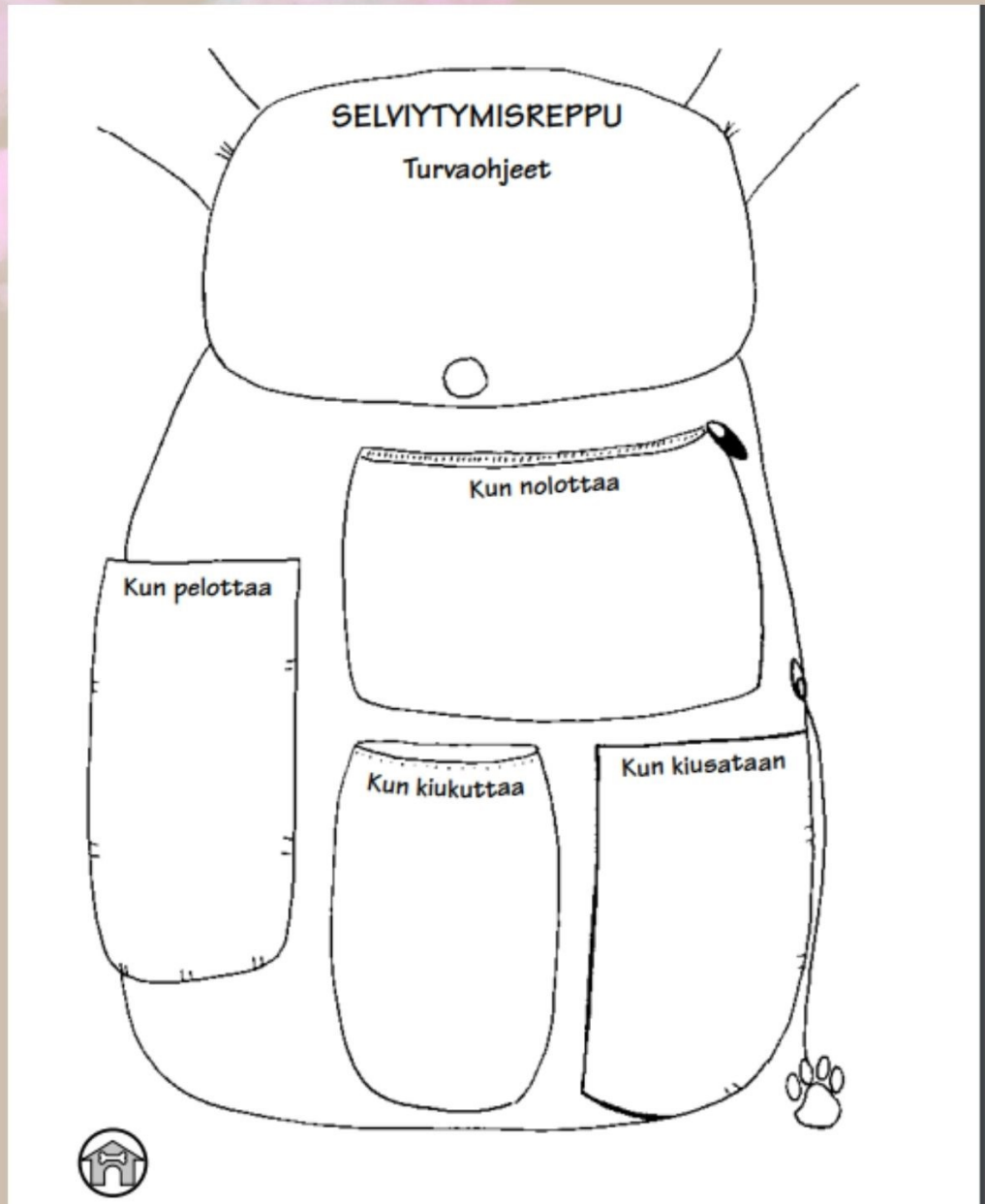
10. Mitä selviytymisrepussasi on?

Piirrä itsesi sanomassa Ei tosi päättäväisesti.

Lähde: Tunne- ja turvataitoja lapsille s. 223

# SELVIITYMISREPPU



Lähde: Tunne- ja turvataitoja lapsille s. 56

# TURVA & LUOTETTAVA AIKUINEN

Lapsi ja nuori kokevat turvaa, saadessaan tuoda vuorovaikutukseen aikuisen kanssa kaikenlaiset tunteensa. Luotettava aikuinen auttaa nimeämään ja hallitsemaan tunnekuohuja, tarjoaa läsnäoloa ja ymmärtää taustalla olevia motiiveja.

Turvallinen ja luotettava aikuinen kuuntelee ja kuulee, vakauttaa tarvittaessa, antaa tilaa asioista kertomiselle, eikä luule tietävänsä, eikä johdattele. Hän arvostaa ja uskoo kerrottuja asioita.

Luotettava aikuinen ei ole täydellinen vaan kyllin hyvä. Hän antaa lapsen kehitykselle ja omalle toimijuudelle tilaa ja esimerkillistää samalla inhimillisyyttä. Hänen toimintansa ja reaktionsa ovat ennakoitavissa.

“KIITOS, KUN  
KERROIT.”

Lähde: Lajunen, 2016, s. 24. Sinkkonen, 2008, ss. 83-84,  
112-113.

# TURVALLINEN TILA

Turvallisessa tilassa ympäristö ja tunnelma mahdollistavat omana itsenä olemisen ilman loukatuksi tulemisen pelkoa. Turvallisessa tilassa on helpompi jakaa asioita ja käydä vaikeitakin keskusteluita. Turvallisen tilan ajatus on luoda säännöt, joiden puitteissa kaikki ovat turvassa.

Keskustelkaa yhdessä mitä turvallinen tila teille tarkoittaa ja sopikaa turvallisen tilan säännöt joita noudatatte.

## TURVALLISEN TILAN SÄÄNNÖT:

EI HUUDETA.  
EI KOSKETA TOISEEN ILMAN LUPAA.  
JAETTUJA ASIOITA EI KERROTA ETEENPÄIN.  
OLLAAN SAMALLA PUOLELLA JA AUTETAAN TOISIAMME.  
TOISELLE EI NAURETA EIKÄ TOISTA KIOUSATA.

ALLEKIRJOITUKSET:

-----

# YHTEISTYÖ VANHEMPIEN KANSSA

Ota vanhemmat ja lapsen tai nuoren läheiset aikuiset mukaan.

Lapset ja nuoret ovat hyvin lojaaleja vanhemmilleen ja he lähtevät huomattavasti avoimemmin mukaan työskentelyyn, kun omat vanhemmat ovat kannustamassa.

Joskus lapset ja nuoret eivät uskalla kertoa kaikkea, koska eivät halua loukata vanhempiaan.

Joskus etenkin nuoret taas haluavat, ettei vanhemmille kerrota kaikkea. Muista kuulla lasta tai nuorta.

Tiedota ja pidä vanhemmat tietoisena mitä tapahtuu. Kehoita kysymään, jos jokin askarruttaa. Kannusta antamaan palautetta. Avoimuus ja rehellisyys auttaa luottamussuhteen syntymisessä.

Paras tulos tunne- ja turvataitojen kehittämisessä sekä oivaltamisessa saadaan syntymään kaikkien puhaltaessa yhteen hiileen.

Lähde: Lajunen, 2016, s. 26.

# HYVÄ VS. PAHA SALAISUUS KESKUSTELKAA.



Mikä voisi olla hyvä salaisuus?  
Mikä voisi olla paha salaisuus?  
Mikä on hyvän ja pahan salaisuuden ero?

Hyvä salaisuus saa olon tuntumaan mukavalla tavalla jännittävältä. Olosi on kuitenkin turvallinen.

Hyvä salaisuus on esimerkiksi jokin kiva ja ilahduttava yllätys toiselle.

Paha salaisuus saa olon tuntumaan pelokkaalta ja kurjalta. Jos joku käskee sinua pitämään pahan salaisuuden, sinun ei tarvitse totella häntä. Kerro pahasta salaisuudesta omalle turva-aikuiselle, vaikka sinua olisi kielletty puhumasta tai vaikka sinua olisi uhkailtu.

Millaisia pahoja salaisuuksia voisi olla?

Mitä uhkailu tarkoittaa?

Miksi joku uhkailee tai pelottelee?

Miksi on tärkeää kuitenkin kertoa?

Kenelle sinä voit kertoa pahasta salaisuudesta? Kosketuksia ei

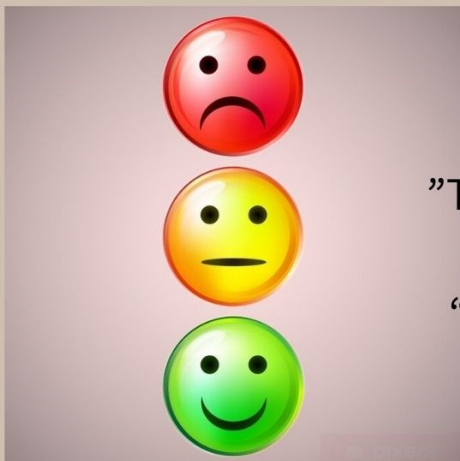
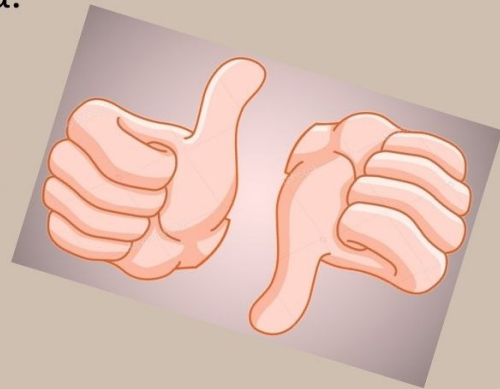
- tarvitse koskaan pitää salaisuuksina. Ei ole lapsen syy, jos häntä on huijattu tai lahjottu pitämään halauksia, suukkoja, koskettelua tai lyömisiä salaisuuksina.

Lähde: Tunne- ja turvataitoja lapsille s. 201

# KOMMUNIKAATION KEINOJA

Joskus kiihdyksissä puhetta voi olla vaikea kuunnella ja kuulla. Tunnemyrskyissä puheen tueksi voi olla hyvä ottaa mukaan muita kommunikaation muotoja. Niiden avulla voidaan tukea toiminnan ohjausta tilanteissa haluttuun suuntaan ja myös antaa toinen tapa kertoa tunteuksistaan silloin, kun ei voi tai uskalla puhua.

“Hyvin menee!”  
“Nyt ei mennyt ihan maaliin!”



“ Seis, ei näin!”  
”Tarkkana, ettei kiehu yli.”  
“Wau, jatka samaan malliin!”

Askarrelkaa Mitä teen jos...  
-kortit.

Toiselle puolelle Mitä teen jos... ja toiselle puolelle voitte kirjoittaa ohjeet mitä silloin tehdään.

MITÄ TEEN JOS...  
NÄEN JONKUN  
HIIPPAILEVAN PIHALLAMME?

SILLOIN...  
MENEN KERTOMAAN  
AIKUISELLE.



Levitä kortteja tai kuvia pöydälle. Valitkaa sieltä kortti kerrallaan sopiva. "Valitse kuva, joka näyttää siltä, miltä sinusta nyt tuntuu. Kerro miksi valitsit sen tai mitä ajattelet kortin kuvasta."

# TUNNEREAKTIOSSA TUKEMINEN

Turvallisuuden kokemus, itsearvostus, tunteiden säätely ja vuorovaikutustaidot lähtevät kehittymään lapsuuden ja nuoruuden vuorovaikutussuhteissa. Lapsen tarpeille virittynyt vuorovaikutussuhde luo turvallista kiintymyssuhdetta.

Lapsi tarvitsee aikuista avukseen.

Tunnereaktioiden äärellä aikuinen “lainaa” lapselle käyttöön omia säätelyjärjestelmiään.

Vuorovaikutuksesta syntyy turvallinen kokemus ja näin kehittyvät myös vuorovaikutus- ja kaveritaidot.

“NÄEN, ETTÄ OLET  
SURULLINEN. ONPA  
KURJAA. HALUATKO  
KERTO A MINULLE  
SIITÄ?”



Lähde: Lajunen, 2016, s. 25.

*“Varaudu siihen, että luottamussuhteen synnyttyä lapsi tai nuori voikin kertoa jotakin luottamuksellista, josta herää huoli. Ota huoli vastaan ja kohtele sitä kunnioittaen. Muista vastuusi puuttua, kun kuulet jotain, josta huolestua. Ole sensitiivinen ja rehellinen.”*

Lähde: Lajunen, 2016, s. 26.

## LÄHTEET

- Jääskinen A. 2017. Mitä sä rageet. Kirjapaja Oy.  
Kytölä. 2021. Pahoinpitelystä hyvinpitelyyn. Basam Books Oy.  
Lajunen, Andell, Ylenius-Lehtonen. 2016. Tunne- ja turvataitoja lapsille. Suomen Yliopistopaino Oy.  
Sinkkonen. 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. WSOY.

## Liite 3. Lähde- ja lukuvinkkejä tekijältä

---

### Tekijän lähde- ja lukuvinkkejä aiheesta kiinnostuneille

Kirjoja, joiden lukeminen kehittää:

- Jääskinen, A. (2017). *Mitä sä rageet? Lasten ja nuorten tunnetaitojen tukeminen. & Mitä sä rageet? # Tunteita sikanolosta sairaan siistiin.* Lasten keskus ja Kirjapaja Oy.
- Linner Matikka, J. & Hipp, T. (2023). *Traumainformoitu työote.* PS-kustannus.
- Kytölä, K. (2021). *Pahoinpitelystä hyvinpitelyyn. Lähisuhdeväkivalta ja siitä selviytyminen.* Basam Books Oy. Tutustu myös [www.hyvinpitely.fi](http://www.hyvinpitely.fi)
- Lajunen, L., Andell M., Ylenius-Lehtonen M. (2016). *Tunne- ja turvataitoja lapsille. Tunne- ja turvataitokasvatuksen oppimateriaali.* Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Kun kaipaat vinkkejä ja välineitä avuksi, tutki näitä sivustoja:

- Arjen kesyttämöstä saat apua, ideoita ja materiaaleja arjen haastavien hetkien helpottamiseen. Kesyttämöstä vanhemmat voivat itse varata itselleen ajan. <https://omahame.fi/arjen-kesytys-lapsiperheille>
- Tunnetaitoja lapsille. Todellinen aarrelaari konkreettiseen tukeen ja tietoon vanhemmuudesta ja tunnetaitokasvatuksesta. Saatavilla kirjoja, pelejä ja kortteja monen ikäisille moneen eri teemaan. [www.tunnetaitojalapselle.fi](http://www.tunnetaitojalapselle.fi)
- Pesäpuu ry on lastensuojelun kehittämissyhteisö, jonka sivustolta löydät paljon heidän tuottamiaan materiaaleja lasten ja nuorten kanssa työskentelyyn sekä tukemaan vanhempien ja ammattilaisten osaamista. [www.pesapuu.fi](http://www.pesapuu.fi)

Kun kaipaat tietoa, käy näillä sivustoilla

- Ensi- ja turvakotien liitto ry:n Nettiturvakoti-verkkosivut tarjoavat paljon tietoa väkivallasta ja toimintaohjeita sitä kohdanneelle. Lisäksi tämä sivusto tarjoaa paljon tietoa. [www.nettiturvakoti.fi](http://www.nettiturvakoti.fi)
- Barnahus-verkkosivut ovat syntyneet Barnahus-hankkeen (2019–2025) seurauksena vastaamaan väkivaltaa kokeneiden lasten ja perheiden tukemisen tarpeeseen. Sivulla maksuttomia tietoon perustuvia verkkokoulutuksia ammattilaisille, jotka kohtaavat lapsiin kohdistuvia väkivaltaepäilyitä. [www.barnahus.fi](http://www.barnahus.fi)
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen verkkosivuilta monipuolista asiantuntijatietaoa ja käytännön ohjeita väkivaltaan. [www.thl.fi/aiheet/vakivalta](http://www.thl.fi/aiheet/vakivalta)
- Sosiaali- ja terveysministeriön Väkivallaton lapsuus – toimenpidesuunnitelma lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisystä 2020–2025. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/161899>

Järjestöjä ja muita auttavia tahoja:

- Mieli ry järjestää matalan kynnyksen keskusteluapua kriisivastaanotoilla sekä etänä ympäri Suomen. [www.mieli.fi](http://www.mieli.fi)
- Valtakunnallinen rikosuhripäivystys RIKU tarjoaa rikoksen, rikosyrityksen tai rikoksen todistajiksi joutuneille tukipalveluita. [www.riku.fi](http://www.riku.fi)
- Sovittelutoimistot tarjoavat lakisääteistä maksutonta sovittelua rikos- ja riitatilanteissa kuten väkivalta- ja omaisuusrikokset, koulukiusaaminen ja naapuruusriidat. <https://thl.fi/palvelut-ja-asiointi/valtion-sosiaali-ja-terveydenhuollon-erityispalvelut/rikos-ja-riita-asioiden-sovittelu>
- Tutustu myös neuvola, sosiaali- ja perhetyö, etsivät nuorisotyö, opiskeluhoolto, lastensuojeluilmoitus ja huoli-ilmoitus oman hyvinvointialueesi sivustoilta.