

“Ollaanko me kaikki koronataistelijoita?”

Tietopaketti koronaviruksen käsittelystä lasten

kanssa MLL Kainuun piirin tukihenkilöille

Kuka? Mitä? Miksi?

Olemme kaksi sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijaa Kajaanin ammattikorkeakoululta. Olemme tehneet tämän esityksen opinnäytetyöksemme MLL Kainuun piirille. Valmistumme sairaanhoitajiksi vuoden 2021 loppuun mennessä.

Tämän opinnäytetyön tuotoksen tarkoituksena on kuvata koronan merkitystä lasten elämässä ja tavoitteenamme on MLL:n tukihenkilöiden tiedon lisääminen koronaviruksen merkityksestä lasten arjessa ja kuinka käsitellä sitä lasten kanssa.

Olemme koonneet tähän esitykseen tietoa koronasta, sekä erilaisia apukeinoja sen käsittelyyn.

Nuorala Raakel & Säkkinen Eeva

Esityksen sisältö

- Koronatietoa
- Poikkeusolot ja kriisi
- Koronan vaikutukset perheeseen
- Median vaikutukset lapsiin korona-aikana
- Tukihenkilön rooli
- Lapsen selviytymiskeinot
- Videoita ja vinkkejä



Mitä tiedät koronasta?

- Tarttuu pisaratartuntana
- Itämisaika 1-14 vrk
- Tarttuvuus jopa 1-2 vrk ennen oireita.
- Oireet: Kuume, yskä, kurkkukipu, hengenahdistus, lihaskivut, väsymys, nuha, pahoinvointi ja ripuli.
- Ehkäisy: Huolellinen käsi- ja yskimishygienia, lähikontaktien välttäminen, kasvomaskin käyttö
- Alle 16-vuotiaita ei toistaiseksi rokoteta



Videoita:

- [THL Käsien pesu](#)
- [THL maskin oikeaoppinen käyttö](#)



Koronavirus lapsella

- Sairastuneella lapsella flunssankaltaisia oireita.
- Vaikea koronavirustauti harvinainen perusterveillä lapsilla
- Samat suojautumiskeinot kuin aikuisilla, maskin käyttö vain yli 12-vuotiailla



Miten korona voi vaikuttaa lapsiin?



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITON
Kainuun piiri



LAPSET ENSIN

”Poikkeusolot ovat vaikuttaneet keskeisesti perheiden ja lasten arkeen.”

- Etäopetukseen siirtyminen
- Kokoonntumisrajoitukset
- Yleisten tilojen sulku

”Kriisin aiheuttaa uhka, menetys tai vaikeus.”

”Erilaiset kriisit, kuten luonnon katastrofit, joihin koronaa voimme verrata, ovat monestakin syystä juuri lapsille kaikkein vaarallisimpia”

- Lapsen reaktio kriisiin
- Pelko sairastumisesta tai läheisten kuolemasta
- Stressi

”Vaikka koronavirus saataisiin kitkettyä maailmasta, sen vaikutukset tämän ajan lapsiin ovat pitkäaikaiset, jopa sukupolvien yli ulottuvat.”

Vaikutukset koko perheeseen

- Taloudellisen tilanteen uhka tai työttömyys
- Työttömyystilanne → Esim. lasten harrastusten lopettaminen
- Lapsen on saatava tietoa ikätason mukaisesti työttömyyteen liittyvistä tosiasioista, sekä ilmaista oma mielipide asiaan
- Yhteiskunnan epävakaus voi aiheuttaa: Päihde- ja mielenterveysongelmia, rytmittömyyttä, irrallisuuden tunnetta.



"Lapsella on oikeus saada tietoa eri medioiden välityksellä."

"Lapsi yleensä kestää totuuden, mutta ei sitä, että häneltä salataan tosiasioita."

- Mediassa kohtaama tieto voi olla ahdistavaa, pelottavaa tai hämmentävää.
- Turvallinen ja rauhallinen aikuinen on avainasemassa
- Mediasta on myös hyötyä lapselle.
- Helsingin Sanomien lasten uutiset kertoo alakoululaisille viikon uutistapahtumista helposti ymmärrettävällä tavalla.
- [Tästä linkistä voit tutustua Lasten Uutisten sivustoon](#)





Aikuinen kaveri lapsen
tukena korona-aikana

”Tukihenkilötoiminnan kautta lapsi saa luotettavan aikuisen, jolle voi kertoa arjestaan ja myös mieltä painavista asioista.”

- Turvallinen aikuinen kuuntelemassa lasta
- Perheiden kontaktit vähäiset
- Lapsille suunnattu tiedotus
- Perheiltä minimoitu esim. terapia-, kuntoutus- ja tapaamispalvelut



”Aikuisen tärkein tehtävä on suojella lasta.”

- Puheeksi ottaminen aikuisen vastuulla.
- Suojaa liialta tiedolta, mutta ole rehellinen. Kerro myös vaikeita tosiasioita, mutta sisällytä kertomaan myös toivoa. → *”Koronavirus voi olla hengenvaarallinen erityisesti vanhuksille, mutta kaikki tekevät parhaansa suojellakseen muita.”*
- Lapset eivät unohda koronavirusta sillä, että siitä ei puhuta.
- Lapsen tulee ymmärtää koronavirusta ja sen syitä ja seurauksia → Kitketään väärät mielikuvat
- Tunteiden näyttäminen normaaliksi.



Muista nämä kun keskustelet lapsen kanssa koronaviruksesta (Unicef)

1. KYSY AVOIMIA KYSYMYKSIÄ JA OLE LÄSNÄ
2. KERRO TOTUUS LAPSEN IKÄÄ SOPIVALLA TAVALLA
3. NÄYTÄ MITEN VIRUKSELTA SUOJAUDUTAAN ([Muista pestä kädet-LAULU](#))
4. OLE LAPSEN TUKENA
5. VARMISTA, ETTEI LASTA KIOUSATA JA ETTEI LAPSI ITSE KIOUSAA MUITA VIRUKSEN TAKIA
6. NÄYTÄ LAPSELLE ETTÄ IHMISET VÄLITTÄVÄT TOISISTAAN
7. HUOLEHDI OMASTA HYVINVOINNISTASI
8. VARMISTA LAPSEN OLOILA KESKUSTELUN PÄÄTTEEKSI

— [Suomen punainen risti, Kuinka käsitellä koronavirusta lapsen kanssa VIDEO](#)



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITON
Kainuun piiri

Kysymysten muotoilu

- Kysymysten lähtökohtana ajatukset

Esim. *"Mitä sinä ajattelet tästä?"* tai *"Mitä ajattelit silloin kun asia tuli ilmi?"*

- Avoimet kysymykset vaikea hahmottaa. Esim. *"Mitä kuuluu?"*
- Konkreettiset kysymykset hyviä. Esim. *"Miltä sisälläsi juuri nyt tuntuu?"*



Voit käyttää apuna seuraavanlaisia fraaseja:

"Millä tavoin haluat tietoa - suullisesti vai tarinoiden välityksellä?"

"Haluatko jutella tästä myöhemmin lisää?"

"Haluatko että, esim. vanhempasi ovat täällä kun juttelemme lisää?"

"Auttaako kertomani sinua?"

"Jokainen näyttää maskin kanssa erilaiselta kuin ilman maskia. Käytämme maskia, koska estämme koronaviruksen leviämistä muihin. Haluaisitko sinä kokeilla maskia?"



Lapsen selviytymiskeinot

- Huumori, leikki tai piirtäminen
- Itkeminen ja provosoiva käytös
- Vetäytyminen psyykkisesti muualle
- Mielikuvitus
- Uni
- Kieltäminen
- Sairaaksi tuleminen



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITON
Kainuun piiri



Pohtikaa yhdessä

Miltä sinusta tuntuu keskustella lapsen kanssa vaikeista asioista? Miten suhtaudut tällaiseen tilanteeseen?

Millä tavoin koet koronan vaikuttavan tapaamisiin lasten kanssa?



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITON
Kainuun piiri



On oltava
SUURI
sydän,
Jotta pystyy
tukemaan
PIENIÄ
mieliä.



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITON
Kainuun piiri



KAMK • University
of Applied Sciences

Lähteet:

Haravuori, H., Suomalainen, L., Turunen, T. & Viheriälä, L. (2016). Kriisitilanteet ja suuronnettomuudet. Teoksessa K. Kumpulainen, E. Aronen, H. Ebeling, E. Laukkanen, M. Marttunen, K. Puura & A. Sourander (toim.) *Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria*. (34, 707). Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Hedrenius, S. & Johansson, S. (2016). *Kriisituki. Ensiapua onnettomuuksien, katastrofien ja järkyttävien tapahtumien käsittelyyn*. Helsinki: Tietosanoma.

Hämäläinen, K., Kanerva, A., Kuhanen, C., Schubert, C. & Seuri, T. (2019). *Mielenterveyshoitotyö*. Helsinki: Sanoma Pro Oy

Kalland, M. & Sinkkonen, J. (2016). Vapaaehtoistoiminta ja kansalaisjärjestöt. Teoksessa K. Kumpulainen, E. Aronen, H. Ebeling, E. Laukkanen, M. Marttunen, K. Puura & A. Sourander (toim.) *Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria*. (474). Helsinki: Kustannus Oy

Kaveritoiminta. (n.d.). MLL. Saatavilla 13.1.2021. <https://kainuunpiiri.mll.fi/perheille/tukihenkilotoiminta/kaveritoiminta/>

Koronavirus COVID-19. (2020). THL. Saatavilla 1.10.2020. <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/taudit-ja-torjunta/taudit-ja-taudinaiheuttajat-a-o/koronavirus-covid-19>

Koronaviruksen tarttuminen ja itämisaika. (2021). THL. Saatavilla 28.1.2021. <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/tarttuminen-ja-suojautuminen-koronavirus/koronaviruksen-tarttuminen-ja-itamisaika>

Kysymyksiä ja vastauksia maskisuosituksesta. (2021). THL. Saatavilla 8.2.2021. <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/tarttuminen-ja-suojautuminen-koronavirus/suositus-kasvomaskien-kaytosta-kansalaisille/kysymyksiä-ja-vastauksia-maskisuosituksesta>



Lammi-Taskula, J., Klemetti, R., Heino, T., Hietanen-Peltola, M., Paju, P., Sarkia, A. & Lahtinen, J. (2020). Lasten, nuorten ja perheiden palvelut. Teoksessa M. Kestilä, V. Härmä & P. Rissanen (toim.) *Covid-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen*. Terveys- ja hyvinvoinninlaitos. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140661/URN_ISBN_978-952-343-578-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Lapsen oikeudet. (n.d.). Unicef. Saatavilla 13.1.2021. <https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet/sopimus-lyhennettyna/>

Lapset ja koronavirus. (2021). THL. Saatavilla 8.2.2021. <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/lapset-ja-koronavirus>

Lasten koronavirustartunnat ovat yleensä lieväoireisia - Suomessa lapsilla ei vakavia tautitapauksia. (2020). THL. Saatavilla 8.2.2021. <https://thl.fi/fi/-/lasten-koronavirustartunnat-ovat-yleensa-lievaoireisia-suomessa-lapsilla-ei-vakavia-tautitapauksia?redirect=/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19>

Lasten mediamaailma pähkinäkuoressa. (2016). Mediakasvatusseura. Saatavilla 11.1.2021. <https://mediakasvatus.fi/wp-content/uploads/2018/06/Lasten-mediamaailma-pahkinankuoressa-1.pdf>

Lastensuojelu ja kriisityö. (n.d.). THL. Saatavilla 28.1.2021. <https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/erityiskysymykset/lastensuojelu-ja-kriisityo>

Latva, R. & Moilanen, I. (2016). Psyykkisen kehityksen riskit ja suojaavat tekijät. Teoksessa K. Kumpulainen, E. Aronen, H. Ebeling, E. Laukkanen, M. Marttunen, K. Puura & A. Sourander (toim.) *Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria*. (100-101, 105-107). Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Mediakulttuuri. (2015). Mediataitokoulu. Saatavilla 11.1.2021. https://www.mediataitokoulu.fi/index.php?option=com_content&view=article&id=321&Itemid=413&lang=fi

Miten puhua lapsen kanssa koronaviruksesta? 8 vinkkiä. (n.d.). Unicef. Saatavilla 18.1.2021. <https://www.unicef.fi/korona-virus-8-ohjetta-nain-puhut-lapselle/>



MLL. (n.d.). Kaveritoiminta. Saatavilla 13.1.2021.<https://kainuunpiiri.mll.fi/perheille/tukihenkilotoiminta/kaveritoiminta/>

Mäntymaa, M., Puura, K., Aronen, E. & Carlsson, S. (2016). Normaali psyykkinen kehitys eri ikäkausina. Teoksessa K. Kumpulainen, E. Aronen, H. Ebeling, E. Laukkanen, M. Marttunen, K. Puura & A. Sourander (toim.) *Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria*. (717-718). Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Oireet ja hoito- koronavirus. (2020). THL. Saatavilla 28.1.2021.<https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/oireet-ja-hoito-koronavirus>

Pojjula, S. (2016). *Lapsi ja kriisi* uud. P. Helsinki: kirjapaja.

Rokotteet ja koronavirus. (2021). THL. Saatavilla 28.1.2021.<https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/tarttuminen-ja-suojautuminen-koronavirus/rokotteet-ja-koronavirus>

Suomen COVID-19 rokotestrategia 2.12.2020. (2020). Sosiaali- ja terveysministeriö. Saatavilla 7.1.2021.<https://stm.fi/documents/10616/9459302/Suomen+rokotestrategia+2.12.2020+FINAL%284%29.pdf/29744813-2df1-d6e3-529a-5760bc39b12a/Suomen+rokotestrategia+2.12.2020+FINAL%284%29.pdf?t=1606936585749>

Tamminen, T., Karlsson, L. & Santalahti, P. (2016). Mielenterveyden edistäminen ja ennaltaehkäisy. Teoksessa K. Kumpulainen, E. Aronen, H. Ebeling, E. Laukkanen, M. Marttunen, K. Puura & A. Sourander (toim.) *Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria*. (431). Helsinki: Kustannus Oy

Tiedote 140/2020. (2020). Valtioneuvosto. Saatavilla 1.10.2020.<https://valtioneuvosto.fi/-/10616/hallitus-totesi-suomen-olevan-poikkeusoloissa-koronavirustilanteen-vuoksi>

Tukihenkilötoiminta. (n.d.). MLL. Saatavilla 8.1.2021.<https://kainuunpiiri.mll.fi/perheille/tukihenkilotoiminta/>

Vapaaehtoistoiminnan etiikka – Etenen kannanotto. (2020). Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE. Saatavilla 11.5.2020.<https://etene.fi/documents/1429646/1556041/Kannanotto+vapaaehtoistoiminnan+etiikasta.pdf/699021f0-dbca-4a81-8fc9-2f91ce31221f/Kannanotto+vapaaehtoistoiminnan+etiikasta.pdf>

