



MONIKULTTUURINEN VANHEMMUUSRYHMÄ

Ryhmäohjaajan käsikirja

TIIVISTELMÄ

Monikulttuurinen vanhemmuusryhmä on tarkoitettu maahan muuttaneiden vanhempien vanhemmuuden tukemiseen. Ryhmäohjaajan käsikirja on ohjaajan tukena ryhmän vetämisessä.

Tekijät: BIMBERG Iida-
Maria, Karoliina Keinänen,
Kirsi Kyllönen
Oulun kaupungin
maahanmuuttajapalvelut,
Turvallinen Oulu- hanke

Sisällys

Johdanto	2
1. Ryhmän käytännön järjestelyt ja huomioon otettavat asiat	4
1.1 Tulkkauksen ryhmätilanteessa	4
1.2 Kulttuurisensitiivinen työote	5
2. Ryhmäkertojen rakenne ja neuvot ohjaajille	7
2.1 Ryhmän esittely, säännöt ja tunnekorttityöskentely	7
2.2 Mentalisaatio	10
2.3 Vanhemmuuden osa-alueet	13
2.4 Perhekulttuurit	17
2.5 Lapset ja nuoret mediassa	20
2.6 Lapsiperheiden palvelut ja lopetus	27
3. Lopuksi	30
Liitteet	31
Lähteet	49

Johdanto

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

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

Ryhmän ohjaajan tukena on asiakkaille esitettävä diasarja, sekä valmiit asiakkaille jaettavat materiaalit, mm. tiivistelmät tapaamisista, ne löytyvät tämän dokumentin liitteistä. Ryhmänohjaajana tarvitset myös erilaisia kortteja (tunnekortit, valokuvakortit jne.) keskusteluiden herättelyssä ja harjoituksissa.

Toiveenamme on, että tämä ryhmämalli antaa helposti käyttöön otettavan mallin vastaanottokeskuksiin, eri kuntien kotouttavaa perhetyötä tarjoaviin palveluihin, järjestöjen perheitä tukeviin toimintoihin sekä kunnan peruspalveluiden toimintoihin. Ryhmämalli on vapaasti käytettävissä. Huomioithan kuitenkin, että viimeisen tapaamisen dioissa sekä asiakkaalle jaettavassa tiivistelmässä on erityisesti Oulun alueen palveluita ja yhteystietoja. Mikäli otat ryhmämallin käyttöön muussa kunnassa, voit täydentää tietoja oman alueesi palveluilla.

Tämä käsikirja rakentuu lyhyestä pohjustuksesta asioihin, joita ryhmänohjaajan tulisi huomioida työskennellessään eri kieli- ja kulttuuritaustasta tulevien kanssa, sekä ylipäättään

ryhmän käytännön järjestelyistä. Tämän pohjustuksen jälkeen oppaassa käydään läpi tapaamiskerroittain dia dialta vinkit ja ohjeistukset ryhmäohjaajalle.

Liitteistä 9 ja 10 löydätte ryhmäläisille ja ryhmänohjaajille tehdyt palautelomakkeet.

Toivomme että tätä ryhmää hyödyntävät työntekijät käyttävät noita lomakkeita, ja jakavat kokemuksia myös meille ryhmämallin kehittäjille! Näin saamme arvokasta tietoa ryhmän kehittämisen ja jalkauttamisen edistämiseksi. Viimeisestä kappaleesta löydätte ohjeistusta palautteiden lähettämiseen.

1. Ryhmän käytännön järjestelyt ja huomioon otettavat asiat

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

Huolehdi viihtyisästä tilasta. Mikäli mahdollista, tuo tilaan tarjoiluja. Näin luot kutsuvan, rennon ja luottamusta herättävän ilmapiirin. Ryhmäkerroilla on diaesitykset, joten huolehdi siitä, että tilassa on mahdollisuus näyttää esitys ruudulta. Ryhmät ovat suljettuja ryhmiä, eikä niihin pääasiassa kesken kaiken oteta uusia jäseniä. Ryhmäläisiltä on hyvä pyytää sitoumusta osallistua kaikille ryhmätapaamisille. Ryhmäohjaajana annat sekä tietoa, että osallistut keskusteluun. Tavoitteena on dialoginen, keskusteleva ilmapiiri. Se vaatii ohjaajalta kuuntelevaa, kunnioittavaa, ei-tietämisen asennetta.

1.1 Tulkkaus ryhmätilanteessa

Ihmisellä on oikeus saada tulkkipalveluita, jos hän ei osaa suomea tai ruotsia, tai hän ei vammaisuutensa tai sairautensa takia voi tulla ymmärretyksi (Kielilaki 423/2003 & Laki kotoutumisen edistämisestä 1386/2010). Tulkkiavusteinen työskentely ei siis ole asia, josta työntekijä voi päättää niillä perusteilla, miten hänelle on mukavinta työskennellä, vaan se on ihmisen lainmukainen oikeus. Työskentelyssä, jossa puhutaan tunteista, vuorovaikutuksesta, perheestä ja kasvatuksesta, oman kielen käytön merkitys korostuu. On syytä muistaa, että silloinkin kun ihmisen suomen kielen taso arjessa kasvaa, tunteiden ja omien kokemusten kuvaaminen saavat merkityksiä omasta kielestä. (Bimberg, 2021)

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

Varaa ryhmää varten päivät hyvissä ajoin, jotta saat varmasti varattua jokaiselle kerralle saman tulkin. Saman tulkin varaaminen jokaiselle tapaamiskerralle on tarpeellista, jotta ryhmässä säilyy turvallinen, luottamuksellinen ilmapiiri.

Huomioithan, että mikäli järjestät ryhmän vain miehille tai naisille, kannattaa myös tulkin sukupuoli huomioida varausta tehdessä. Läsnaolotulkkauksta kannattaa suosia, mutta ryhmää on onnistuneesti vedetty myös puhelintulkkauksen kautta. Mikäli käytätte puhelin- tai videotulkkauksta, tulee olla käytössä riittävän hyvä kaiutin, jotta tulkkaus toimii ryhmätoiminnoissa.

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

1.2 Kulttuurisensitiivinen työote

Kulttuurisen osaamisen käsitteellä tarkoitetaan kaikista kulttuuritaustoista tulevien ihmisten kunnioittamista, sekä syrjimättömän ilmapiirin rakentamista ja vaalimista. Ohjaajan kulttuurisensitiivinen osaaminen muodostuu kulttuurisesta tiedostamisesta, tuntemuksesta, taidoista, kohtaamisesta ja motivaatiosta. On tärkeää peilata omia kulttuurisia tottumuksia ja arvoja toisten kulttuurien tottumuksiin ja arvoihin.

Kulttuurisensitiivisyydellä tarkoitetaan kunnioittavia vuorovaikutustaitoja ja arvostavaa

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

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

Muistilista kulttuurisensitiiviseen kohtaamiseen:

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

Thl.fi, hakupäivä 16.11.2021

2. Ryhmäkertojen rakenne ja neuvot ohjaajille

Seuraavaksi käymme läpi ryhmäkertojen ohjeistukset ryhmäkerroittain dia dialta. Ajatuksena on, että voitte pitää tätä käsikirjaa vierellänne ja hakea tarkennuksia, kysymysehdotuksia ja vinkkejä ryhmää vetäessänne. Edellä olleet asiat, tulkkauksen varmistaminen, kulttuurisensitiivinen asenne ja luottamuksellisen, turvallisen ilmapiirin luominen ovat ne tärkeimmät raamit ryhmän onnistumisen kannalta. Voitte vapaasti sanoittaa ryhmämallin diojen ja tämän käsikirjan ehdotuksia omin sanoin, ja keksiä uusia luovia tapoja herätellä keskustelua teemoista!

2.1 Ryhmän esittely, säännöt ja tunnekorttityöskentely

Ennakkovalmistelut ja tarvikkeet: Tarvitsette jotkin tutustumisessa käytettävät kuvakortit sekä tunnekortit tehtävää varten. Tällä tapaamisella jaetaan jokaiselle osallistujalle omat tunnekortit ja tunnemittari kotiin vietäväksi. Löydätte tunnemittarin ja tunnekortit tämän dokumentin liitteistä 2 ja 3. Tulostakaa, laminoikaa ja leikatkaa jokaiselle ryhmään osallistujalle tunnekortit ja -mittari. Tulostakaa liitteistä tämän tapaamiskerran tiivistelmä (liite 1), lisätkää runkoon tapaamisajat. Mikäli mahdollista tarjotkaa kahvia/teetä ja pientä purtavaa.

Ryhmän esittely ja tutustuminen

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

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



- Myös ohjaajat osallistuvat korttien avulla tehtävään tutustumisleikkiin.
- Voitte kysyä ryhmäläisiltä, millaisia toiveita heillä on ryhmälle?
- Huomioikaa minkä ikäisiä lapsia ryhmäläisillä on, ja pyrkikää ottamaan tämä huomioon jatkossa, esim. esimerkkitilanteita kuvaillessanne.



Ryhmän tarkoitus ja sisältö

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

Haluaisimme luoda ryhmälle säännöt. Pyytäisimme teiltä nyt ehdottamaan sellaisia sääntöjä, joita pitäisitte hyvänä ryhmälle!

- Käydään läpi ryhmän tarkoitus ja sisältö

- Toinen ohjaajista kirjaa ryhmäläisten ehdottamia sääntöjä, toinen herättää keskustelua, esim.

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

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

Ryhmänohjaajien ehdottamat säännöt

-  Luottamuksellisuus: Ryhmässä puhutut asiat pysyvät ryhmän sisällä
-  Kunnioitus: toisille puhutaan kunnioittavasti
-  Kenenkään ei ole pakko puhua, mutta kaikkien tulisi kuunnella
-  Puhu vain itsestäsi, ja omista kokemuksestasi, älä puhu muiden puolesta
-  Kuuntele loppuun, kun joku puhuu. Odota myös, että tulkki kääntää puheen loppuun asti.
-  Sitoudu ryhmään, tule kaikille sovituille tapaamisille. Jos et pääse tapaamiselle, sovi ohjaajien kanssa ajasta jolloin voit käydä sen kerran asiat läpi, jolle et päässyt.
-  Ryhmän aikana sitoudutaan keskittymään ryhmän toimintaan – toivomme että puhelimia ei käytetä ryhmän aikana.

- Käykää läpi ryhmänohjaajien ehdottamat säännöt ja kysykää mitä ryhmäläiset niistä ajattelevat.

- Ryhmäläisten ehdottamat säännöt yhdessä ohjaajien ehdottamien sääntöjen kanssa luovat juuri tämän ryhmän säännöt.

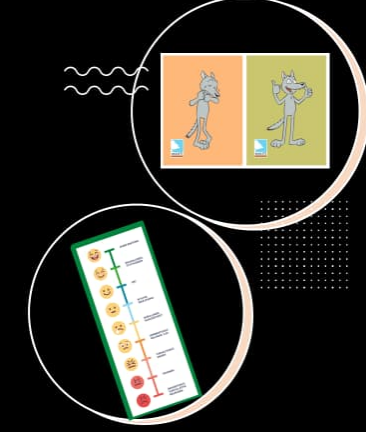


Tapaamiskertojen teemat

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

- Kerro ryhmäläisille ryhmäkertojen teemoista. Tässä vaiheessa voit antaa tapaamisen tiivistelmän, jossa näkyy ryhmän tapaamisajat.

- Kysy onko ryhmäläisillä mielessään jotain muuta aihealuetta, josta haluaisivat tietoa tai keskustelua.



Tunnekortit ja tunnemittari apuna arjessa

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

Tehtävän ohjeistus:

Valitkaa jokainen esille laitetuista tunnekorteista kortti, joka kuvaa tämänhetkistä tunnettanne. Jokainen vuorollaan voi näyttää kortin ja kertoa miksi valitsi kyseisen kortin.

Muistelkaa tätä aamua lastenne kanssa. Valitkaa seuraavaksi kortti tai kortit, joiden arvelette kuvaavan lapsenne tunnetta tänä aamuna. Jokainen vuorollaan voi näyttää kortin ja kertoa miksi valitsi kyseisen kortin

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

Kotona voitte pyytää lastanne kuvaamaan itseään ja hänen omaa tunnettaan tunnekorttien avulla. Voitte myös pyytää lastanne miettimään ja arvelemaan mitä hän ajattelee toisen henkilön tunteeseen tietyssä tilanteessa"



Ehdotuksia kotiin

- Esitellään perheellenne tunnekortit ja tunnemittari
- Käykää kortteja läpi, ja nimekää yhdessä niissä näkyviä tunteita
- Keskustelkaa korttien ja/tai mittarin avulla päivän tunteista ja tapahtumista
- Voitte myös pyytää lastanne pohtimaan mitä hän ajattelee toisen henkilön tunteeseen tietyssä tilanteessa
- Seuraavalla kerralla keskustelemme millaisia ajatuksia korttityöskentely nosti kotona pintaan

- Käykää läpi kotitehtävä ehdotukset kotiin
- Jakakaa ryhmäläisille tunnekortit ja tunnemittari kotiin vietäväksi, ohjeistakaa tunnemittarin käytössä
- Seuraavan tapaamisen alussa voitte palata teemaan ja kysyä miten lapset reagoivat tunnekortteihin/-mittariin, oliko niiden käyttö helppoa, huomasivatko vanhemmat eroa eri-ikäisten lasten kohdalla

2.2 Mentalisaatio

Ennakovalmistelut ja tarvikkeet: Tulosta etukäteen liitteistä löytyvä asiakkaille jaettava tiivistelmä ryhmän aiheesta jokaiselle ryhmäläiselle. Tunnekortit tai muut kortit alkuun, joiden avulla virittäytyä päivän teemaan. Mikäli mahdollista tarjotkaa kahvia/teetä ja pientä purtavaa.

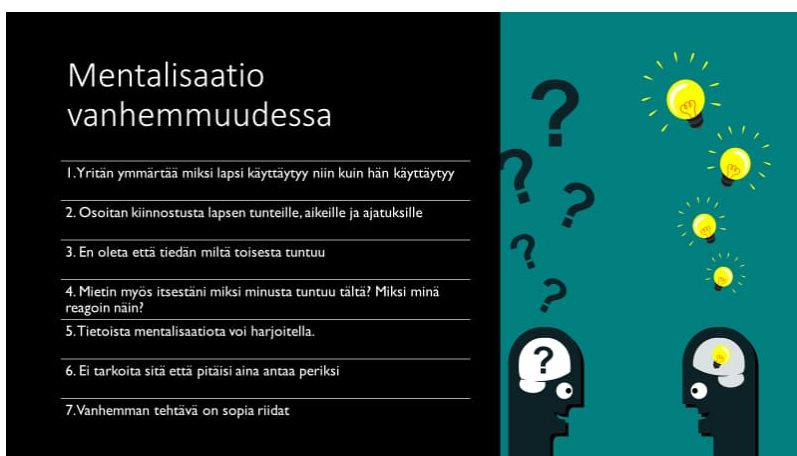


- Käykää läpi viimekertaiset "kotitehtävät"
- Alkuun korttityöskentely. Levitä kortit pöydälle ja pyydä ryhmäläisiä valitsemaan tämänhetkiseen tunnelmaan sopiva. Myös ohjaajat valitsevat kortit
- Pohjusta aihe: esim. "Tänään puhumme mentalisaatiosta. Tarkoittaa kykyä pohtia omaa ja toisen ihmisen näkökulmaa ja kokemusta. Tunnekorttien ja tunnemittarin käyttäminen, on yksi keino tukea tietoista mentalisaatiota."

Käytä esimerkkejä kustakin kohdasta. Pysähdy keskustelemaan esimerkkien jälkeen.

Esimerkki ja -tarkennusehdotuksia:

1. Lapsi on ollut koko päivän kiukkuinen: pyri pohtimaan miksi näin on? Mikä on lapsen tunne? Onko jokin tapahtuma aiheuttanut tunnetilan?
2. Lapselta voi kysyä miksiköhän häntä kiukuttaa tänään asiat, voi arvella ääneen "voisiko sinua kiukuttaa koska jotain ikävää sattui päiväkodissa jne."
3. Ei näin: "sinä kiukuttelet koska olet väsynyt" Pohtikaa syytä yhdessä
4. Aikuisen tulee pohtia "miksi minua itseäni alkaa ärsyttämään tänään helpommin lapseni kiukuttelu?"
6. Esimerkki: Lapsi kiukuttelee kaupassa eikä saa haluamaansa karkkia. Aikuinen ei anna lapselle periksi, menee lapsen tasolle, kertoo ymmärtävänsä pahan mielen, mutta toteaa ettei tänään osteta karkkia antaen perustelut.





Mentalisaatiokyky kehityksen eri vaiheissa

- Noin 6kk: tunteet alkavat yhdistyä tietoisuuteen
- Noin 1-vuotta: Reagoi suoraan siihen mitä näkee, tarvitsee rauhallista ja lämmintä vuorovaikutusta
- Noin 2-3- vuotta: Lapsi osaa nimetä omia tunteitaan ja osaa kertoa niistä jo hieman
- Noin 4- vuotta: Lapsi ymmärtää että toinen voi ajatella eritavalla kuin minä
- Noin 7-vuotias: Ymmärtää että toisen tunteet vaikuttavat minuun, ja minun tunteet häneen.
- Noin 12-vuotias: Murrosiässä voimakkaat tunnemyrskyt voivat vaikeuttaa kykyä mentalisoida.
- Huomioitavaa on, että koska lapsen kehitys ei monessakaan kohdassa mahdollista mentalisaatiota kaikilta osin, on aina vanhemman tehtävä paikata ristiriitailanteet

Aukaise miten kehitysvaihe käytännössä näkyy!

n. 6kk: Lapsi siis alkaa pikkuhiljaa ymmärtää, että hän tuntee erilaisia asioita

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

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

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

n. 7 v: Kouluikäinen lapsi voi siis jo ymmärtää, että jos minä olen surullinen, niin se voi tehdä äidistäkin surullisen. Tai jos minä olen iloinen, se voi aiheuttaa iloa jossakussa muussakin.

n. 13 v: Murrosiässä hormonien aiheuttamat tunteet ja aivojen kehittymiseen liittyvät muutokset haittaavat nuoren kykyä asettua toisen asemaan, pohtia omien tekojen/tunteiden tai aikeiden vaikutusta muihin ihmisiin, ja myös ymmärrystä siitä miksi itsestä tuntuu siltä miltä tuntuu.



Kun lapsen tunteet hämmentävät

Puhu lapsen kanssa, arvaille syitä	Kerro omista tunteistasi, osoita että ymmärrät	Hyödynnä leikkiä ja mielikuvitusta
• "Jännittääkö sinua tuleva koe" • "Onko sinulla ikävä mummoa/tätiä/isiä" • "Väsyttääkö sinua vielä?" • "Tuntuu varmaan ikävältä kun emme voi jäädä kotiin"	• "Minuakin jännittää joskus mennä kouluun, kun minulla on kokeet" • "Minullakin on välillä kova ikävä mummoa/tätiä/isiä" • "Minusta tuntuu kurjalta kun meillä on riitaa"	• "Ottaisitko nallen mukaan päiväkotiin tänään seikkailulle ja kysyttäisiin sitten nalleita millainen päivä sillä oli päiväkodissa?" • "Näyttäsikö tunnekortilta miltä sinusta tuntuu mennä päiväkotiin"

- Dialla annetaan vinkkejä tilanteisiin, joissa lapsen käytös tai tunne hämmentävät. Voitte kysyä, onko jokin keinoista sellainen, joita ryhmäläiset ovat tottuneet käyttämään
- Muistuttakaa ryhmäläisiä siitä, että mikäli lapsen käytös muuttuu huolestuttavasti, eivätkä he vanhempina saa tilannetta selvitettyä, kannattaa aina hakea apua tilanteen selvittämiseksi.

Pohdintatehtävä

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

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



Miltä minusta tuntuu jos lapsen kanssa on hankala hetki? Miltä lapsestani ehkä tuntuu?

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

- Lukekaa pohdintatehtävät yksi kerrallaan, anna ryhmäläisille aikaa pohtia muutama minuuttia kysymykseen vastausta
- Käykää läpi kysymykset keskustellen, ohjaajat voivat itse aloittaa

Lopuksi



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

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

Ehdotuksia kotiin

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

- Käykää läpi kotitehtävän ohjeistus
- Anna ryhmäläisille tulostettu tiivistelmä päivän aiheista

2.3 Vanhemmuuden osa-alueet

Ennakkovalmistelu ja tarvikkeet: Tulosta etukäteen liitteistä löytyvä asiakkaille jaettava tiivistelmä ryhmän aiheesta jokaiselle ryhmäläiselle. Mikäli sinulla on Pesäpuu ry:n ”Vahvaa vanhemmuutta”- kortit, voitte aloittaa ryhmäkerran työskentelemällä niillä. Mikäli mahdollista tarjotkaa kahvia/teetä ja pientä purtavaa.

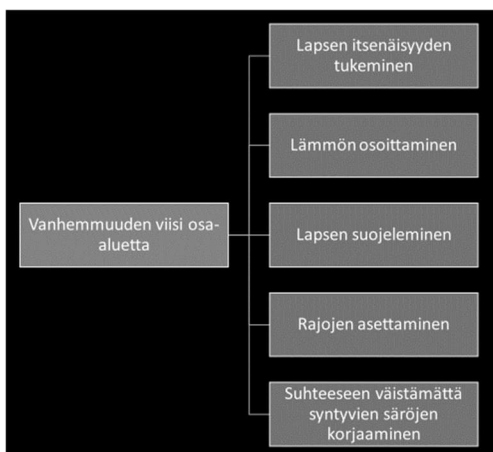


- Käykää läpi viimekertaiset ”kotitehtävät”
- Voit pohjustaa aihetta esimerkiksi näin:

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

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

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



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



Lapsen itsenäisyyden tukeminen

- Lapsi ei voi tehdä kaikkia päätöksiä itsenäisesti, mutta voi osallistua
- Ota lapsi tai nuori mukaan keskusteluun!
- Kerro lapselle miksi aikuiset tekevät jotkut päätökset lapsen puolesta
- Lapsi tarvitsee aikuisen rohkaisua ja tukea itsenäistymiseen ja uusien taitojen oppimiseen
- Kun lapsi saa yrittää tehdä asioita itse ja osallistua päätöksentekoon:
 - Lapsen itsetunto ja usko omaan kykyihinsä vahvistuu
 - Vahvistat lapsen itsemääräämisoikeutta ja lapsi saa harjoitella omia rajojaan.

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



Lämmön osoittaminen

- Kehittyäkseen lapsi tarvitsee suhteen toiseen ihmiseen
- Pysyvä ja läheinen suhde vanhempaan on hyvin tärkeää
- Rakkautta osoittamalla tuetaan inhimillisuuden kehittymistä
- Rakkauden puute voi näkyä myöhemmässä elämässä mm. aggressiivisuutena
- Lapsi joka saa lämpöä ja rakkautta, kykenee aikuisena tuntemaan rakkautta ja empatiaa muita kohtaan
- Jokaisella on tarve tulla hyväksytyksi ja rakastetuksi. Tähän tarpeeseen vastaaminen on yksi vanhemmuuden tärkeimmistä tehtävistä
- Rakkautta voi osoittaa esimerkiksi koskettamalla, sanoilla ja yhteisellä ajalla

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



Lapsen suojeleminen

Lapsen elämässä olevat suojaavat tekijät voi jakaa neljään ryhmään:

- Kodin tunnelimapiiri
- Kodin arki ja sen rakenteet
- Lapsia voimaannuttavat tekijät kodin ulkopuolella
- Muut turvalliset aikuiset ja ystävät

Vanhempi suojelee lastaan mm.

- Huolehtimalla tämän hyvinvoinnista ja perushoidosta
- Huolehtimalla päivärytymistä
- Huolehtimalla henkisestä ja fyysisestä turvallisuudesta
- Opettamalla lapselle puolensa pitämistä ja rajojen asettamista
- Tarjoamalla emotionaalista lämpöä
- Toimimalla siten, että lapsi voi ennakoida vanhemman käyttäytymistä ja toimintaa

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



Rajojen asettaminen

- Kasvaessaan lapsi tarvitsee sääntöjä ja rajoja
- Lapsi ei kykene vielä tekemään kaikkia itseään koskevia päätöksiä
- Säännöt ja rajat tuovat myös turvallisuuden tunnetta
- Ota lapsi mukaan kodin sääntöjen suunnitteluun – aikuinen kuitenkin tekee viimeiset päätökset
- Suomessa fyysinen ja henkinen kurittaminen on laitonta, se nähdään väkivaltana
- Kurittaminen on tutkitusti haitallista lapsen kasvulle ja kehitykselle
- Vanhempien tehtävänä on myös kestää lapsen kiukkua
- Johdonmukaisuus on tärkeää

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



Suhteeseen väistämättä syntyvien säröjen korjaaminen

- Jokaiseen ihmissuhteeseen tulee väistämättä välillä ristiriitoja
- Lasten mentalisaatiokyky ja sosiaaliset taidot eivät vielä useinkaan riitä siihen, että he voisivat paikata näitä säröjä → aina vanhemman vastuulla
- Lapset oppivat taidot erimielisyyksien sopimiseen vanhemmiltaan
 - Miten vanhemmat sopivat riidat muiden aikuisten kanssa
 - Miten vanhempi sovittelee ristiriitoja lapsen kanssa
- Anna tunteiden laantua, ennen kuin alat selvittämään riitaa
- Hyödynnä tietoista mentalisaatiota

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

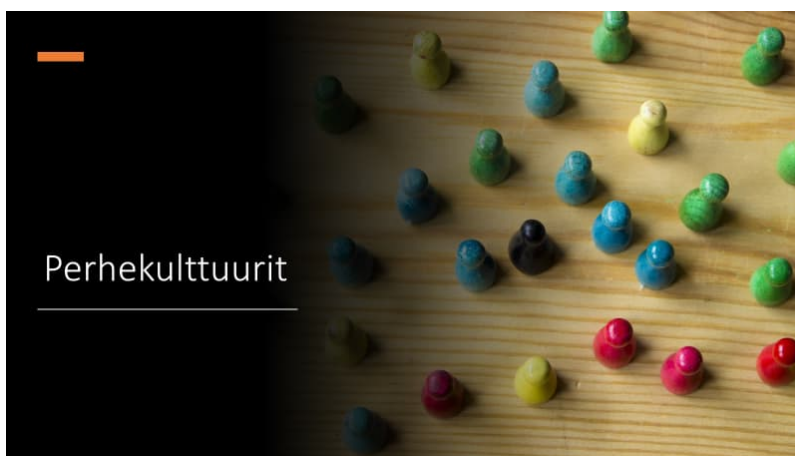
Ehdotuksia kotiin:
Tehkää yhdessä perheenä jotain hauskaa!



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

2.4 Perhekuulttuurit

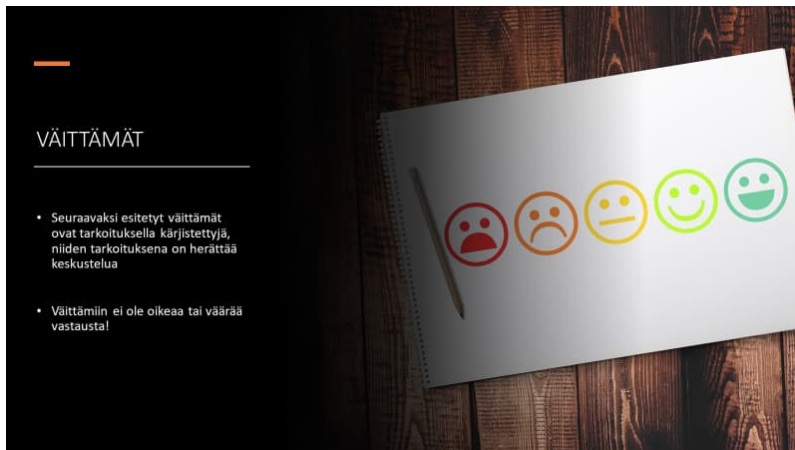
Ennakovalmistelu ja tarvikkeet: Tulosta etukäteen asiakkaille jaettava materiaali liitteistä jokaiselle ryhmäläiselle. Mikäli teette väittämätehtävän janatehtävänä, tulosta etukäteen vihreälle pohjalle teksti ”samaa mieltä” ja punaiselle pohjalle ”eri mieltä”. Aseta kyltit huoneen eri puolille valmiiksi. Mikäli mahdollista tarjotkaa kahvia/teetä ja pientä purtavaa.



- Esitelmää tämän päivän teema: Päivän teemana on perhekuulttuurit. Tarkoituksena on keskustella vanhemmuudesta eri kulttuureista, jakaa kokemuksia. Tällä tapaamisella puhutaan myös siitä, miten vanhemmat voivat tukea kaksikielisyyttä ja oman kulttuurin säilymistä
- Käykää läpi viimekertaiset ”kotitehtävät”



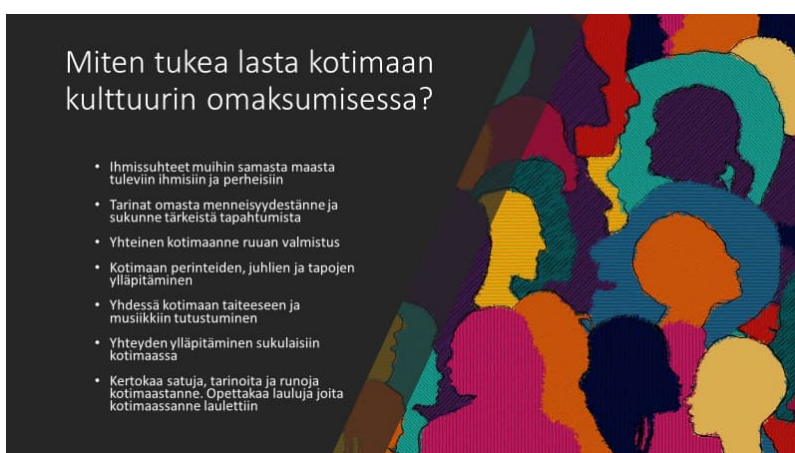
- Käykää läpi dian avulla mitkä asiat vaikuttavat perhekuulttuuriin



- Väittämätehtävän tarkoituksena on huomata samankaltaisuudet ja keskustella oikeaa tai väärää valitsematta erilaisista perhekulttuuriin liittyvistä asioista. Väittämät dioissa 30–34
- Mikäli teillä on tilaa, voitte tehdä harjoituksen myös jänatehtävänä. Tällöin laittakaa huoneen toiseen päähän lappu samaa mieltä, ja toiseen eri mieltä. Pyytäkää sitten ryhmäläisiä asettumaan haluamalleen kohdalle janaa kunkin väittämän kohdalla.
- Muistuttakaa ettei tarvitse vastata, jos ei halua, eikä ole olemassa oikeaa tai väärää vastausta.



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



- Pohtikaa miten lasta voi tukea kotimaan kulttuurin omaksumisessa, kysykää ryhmäläisiltä, miten he toimivat
- Diaesityksen asioita voi kertoa vanhempien kertomisen lisäksi

Pohditaan

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



- Käykää keskustelua erilaisista kasvatuskulttuureista dian pohdintakysymyksiä tukena käyttäen

Kuinka tukea lapsen kaksikielisyyttä?

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



- Muistuttakaa että kotona tulisi muistaa puhua omaa äidinkieltä
- Kertokaa että on tavallista, että kaksikielisillä lapsilla puheenkehitys voi olla hitaampaa → kertokaa että Suomessa tähänkin saa apua, esim. puheterapeutti
- Jos vanhemmat puhuvat suomea lapselle eivätkä osaa sitä vielä itse hyvin, lapset voivat omaksua vanhempien ääntämisen virheet

Ehdotuksia kotiin

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

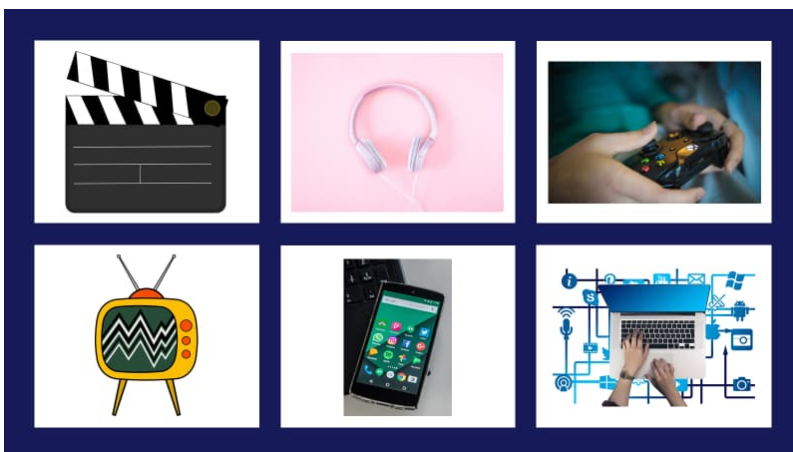
- Käykää läpi dian ehdotukset kotitehtävistä

2.5 Lapset ja nuoret mediassa

Ennakkovalmistelu ja tarvikkeet: Tulosta valmiiksi asiakkaille jaettava materiaali jokaiselle ryhmäläiselle. Tulostakaa kaikille myös liitteessä olevat turvaohjeet nettiin. Mikäli mahdollista tarjotkaa kahvia/teetä ja pientä purtavaa.



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



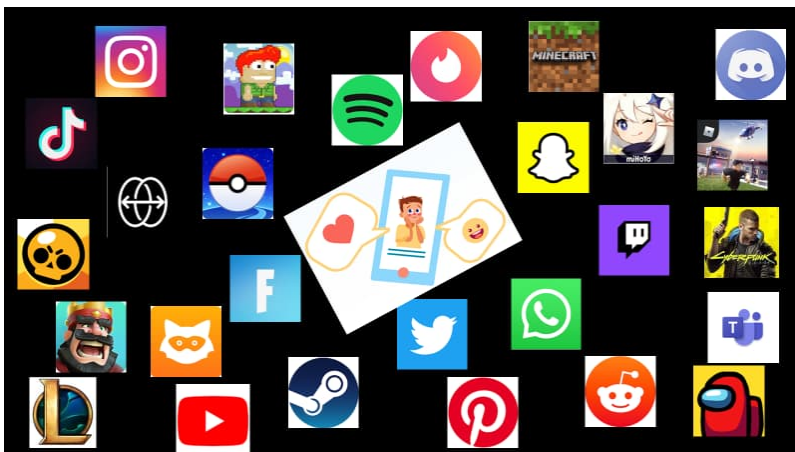
- "Medialla tarkoitetaan mm. internetiä, sosiaalista mediaa, elokuvia, televisio-ohjelmia, mainoksia, sovelluksia ja erilaisia medialaitteita (esim. kännykkä, tabletti ja tietokone). Ne ovat tiivis osa monen lapsen ja nuoren elämänpiiriä"
- "Lapsi ja nuori tarvitsee mediankäytössään opastusta ja tukea,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

Ikärajat ja sisältömerkinnät

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



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



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

MONENLAISIA SOVELLUKSIA



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

MONENLAISIA SOVELLUKSIA



Uusia sovelluksia tulee kokoajan.

Vanhempänä on välillä mahdotonta pysyä kärryllä uusista sovelluksista ja some trendeistä.

→ Tärkeintä on avoin vuorovaikutus ja keskustelu myös somemailman asioista!

Lisätietoa:

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

Somen hyödyt

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

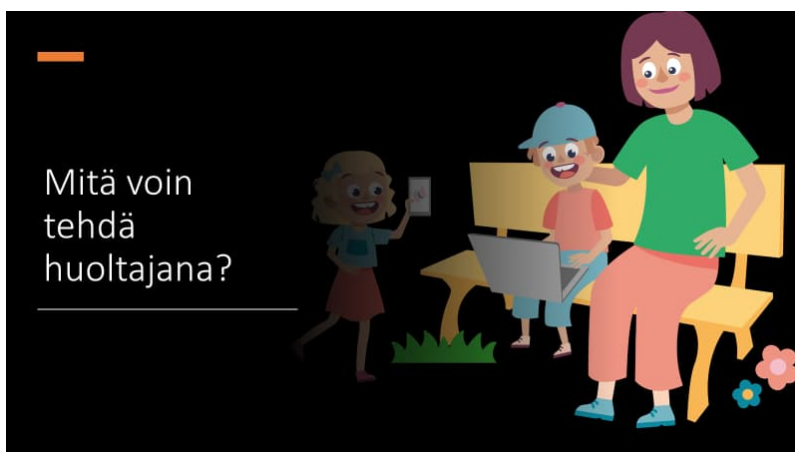


- Pohtikaa ryhmässä sosiaalisen median hyötyjä! Pitävätkö esim. yhteyttä muissa maissa asuviin sukulaisiin ja ystäviin somen avulla?
- On tärkeää muistuttaa, että vaikka somessa onkin uhkatekijöitä, se on monella tapaa olennainen osa tämän päivän sosiaalista ympäristöä



Lisätietoa

- Pelastakaa lapset ry:n vuoden 2021 selvityksen mukaan ”kuka haavoittuu verkossa” Etnisessä- ja kielivähemmistössä olevat lapset ja nuoret kohtaavat muita ikätovereitaan 57 % useammin netissä jotain ikävää
- Pieneenkin kiusaamiseen tulee puuttua heti – yhteys kouluun, usein kiusaamista tapahtuu netin lisäksi myös reaali maailmassa
- Haitalliset sisällöt: Netissä voi kohdata mm. pornoa, itsemurhavideoita, vaarallisia haastevideoita. Sovellusten ikärajoja on tärkeää noudattaa! Mutta siitäkin huolimatta tätä sisältöä voi tulla vastaan
- Vanhempien tulee puhua jo etukäteen siitä mitä ikävää netissä voi olla
- Grooming – n. 75 % lapsista ei kerro aikuiselle → tärkeää että lapset tietävät houkuttelun olevan väärin ja rohkeutta kertoa turvalliselle aikuiselle



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



Kerron netin ikävistä puolista etukäteen

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



Avoin suhde kotiväkeen on lapsen paras turvataito

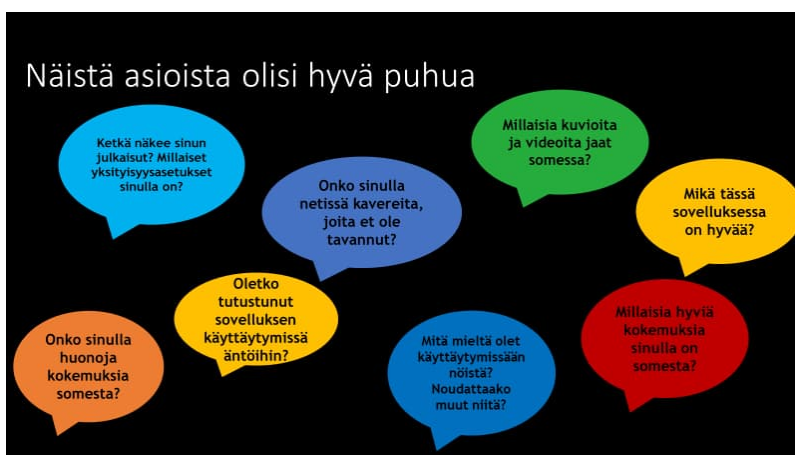
- Tutustu lapsesi tapaan käyttää mediaa
- Positiivisuus lähtokohtana
- Kysy ja ole kiinnostunut
- Juttele lapsen kanssa mediasta ja somesta
- Tehkää ja tutkikaa yhdessä, pitäkää hauskaa median avulla!
- Toimi itse hyvänä esimerkkinä ja ole avoin somea ja mediaa kohtaan!

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



Lisätietoa:

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



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



Perheen digisäännöt pohjana turvalliselle median käytölle

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

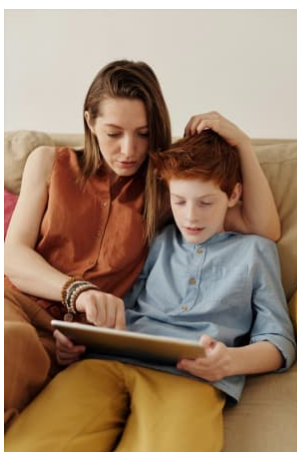
Lisätietoa

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

Toimi näin netin uhkaavissa tilanteissa

Pelkkä estäminen ei riitä!

- Käykää läpi toiminta ohjeet, jos jotain sattuu kuvan avulla
- Varmistakaa osaavatko vanhemmat ottaa ruutukaappauksen → voitte katsoa yhdessä, jos eivät



Ehdotuksia kotiin

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

- Käykää läpi kotitehtävä ehdotukset

2.6 Lapsiperheiden palvelut ja lopetus

Ennakovalmistelu ja tarvikkeet: Tulosta valmiiksi asiakkaille jaettava materiaali jokaiselle ryhmäläiselle. Viimeiselle ryhmäkerralle voi hankkia erityistä tarjottavaa. Ryhmäkerralla jätetään aikaa myös yhteiselle vapaamuutoiselle keskustelulle.



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



- Korostakaa ennen kaikkea sitä, että ei ole väliä mistä apua lähtee hakemaan, kunhan lähtee jostakin liikkeelle.
- Muistuttakaa, että eri kielitaustaisilla on oikeus tulkkaukseen!

Tukea varhaiskasvatuksesta

- Jokaisella lapsella on oikeus varhaiskasvatukseen
- Kaikille lapsille tehdään varhaiskasvatussuunnitelma
- Lapsella on päiväkodissa oma vastuukasvattaja
- Varhaiskasvatuksen erityisopettaja on apuna tarvittaessa
- Päivähoidosta autetaan järjestämään perheen tukea yhteistyössä kunnan kanssa
- Varhaiskasvatusta on esimerkiksi:
 - Yksityinen päivähoito
 - Perhepäivähoito
 - Kunnallinen päivähoito
 - Esiopetus
 - Avoin varhaiskasvatus ja kerhot



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

Tukea koulusta

- Perusopetus Suomessa on maksutonta
- Jokainen Suomessa asuva lapsi on oppivelvollinen
- Kouluissa on erikoisluokkia oppilaiden kiinnostusten ja taitojen mukaisesti
- Kouluilla järjestetään kerhoja ja harrastustoimintaa sekä aamu- ja iltapäivätoimintaa
- Suomeen muuttaneet lapset käyvät ensin valmistavaa luokkaa, ja kartuttavat suomen kielen taitoa
- Kouluilta on mahdollista saada monenlaista erityistä tukea ja oppimiseen, Oppilashuoltoryhmä auttaa, arvioi ja yhteistyössä vanhemman ja oppilaan kanssa pohtii sopivat tukitoimet
- Oppilaanohjaajat tukevat oppimisessa ja koulutuspolkujen pohdinnassa
- Koulussa teitä auttaa mm. koulukuraattori, koulupsykologi, kouluterveydenhuolto



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

Tukea terveydenhuollon kautta

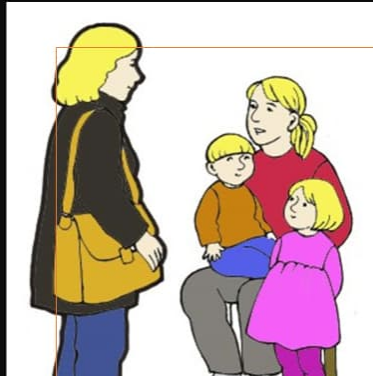
- Neuvola
 - Lasta odottaville ja alle kouluikäisille
 - Tukea lapsen terveyteen ja kehitykseen, mutta myös apua koko perheelle
 - Säännöllisiä tapaamisia, tarpeen mukaan myös lisäajanvarauksia
 - Auttavat löytämään tarvittavia palveluita
- Perheneuvonta
 - Tukea ja ohjausta, kun vanhemmat ovat huolissaan lapsistaan tai perheen tilasta
 - Keskustelu- ja sovittelua apua erolanteisiin
 - Ei vaadi lähetettä, avoin kaikille Oululaisille
- Lapsi- ja nuorisopsykiatrinen työryhmä (Lanu)
 - alle 18-vuotiaiden Oululaisien lasten- ja nuorisopsykiatrisesta erikoissairaanhoitosta
 - Ohjautetaan läheteä
 - Lapsesi pääsee näihin palveluihin esimerkiksi hyvinvointikeskusten, kouluterveydenhuollon, kasvatus- ja perheneuvonnan kautta



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

Tukea sosiaalihuollon kautta

- Sosiaalityöntekijä tai -ohjaaja voi auttaa monenlaisen tuen hakemisessa perheelle
 - Elämäntilanne on raskas ja jaksaminen vanhempana on koettua
 - Olet huolestunut lapsen tai nuoren käyttäytymisestä
 - Elämäntilanteesta, arjesta ja taloussuhteista huolestunut
 - Sinulla on elämässä haasteita, etkä tiedä mistä löytäisit oikeanlaista tukea
 - Yhteydenotot joko puhelimitse oman alueen sosiaalipalveluun tai netissä [oka.fi/nuoli](https://www.oka.fi/nuoli)
- Lastensuojelusta tukea voi saada esimerkiksi näissä tilanteissa:
 - Lasten/nuoren hoitoon ja kasvatukseen liittyvät vaikeudet
 - Katsokeus tai väkivaltaisuus
 - Vanhempien päihteidenkäyttö tai mielenterveyden ongelmat
 - Lapsen tai nuoren päihteiden käyttö tai kokeilu
 - Muut elämän kriisit
- Yhteydenotot kiireellisissä tilanteissa sosiaalipäivystykseen p. 044 703 6235, ei kiireellisissä oman sosiaalityöntekijän tai -ohjaajan avustuksella tai netissä [oka.fi/nuoli](https://www.oka.fi/nuoli)
- Tiedoa lastensuojelusta eri kielillä: <https://www.lastensuojelu.info/>



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

Tukea jota sosiaalihuollosta ja lastensuojelusta voidaan esimerkiksi järjestää:

PERHETYÖ

- Apu vanhemmuuden tukemiseen
- Ohjausta lasten hoitoon ja kasvatamiseen
- Tukea arkirutiinien hallintaan
- Ohjausta syrjäytymisen ehkäisyyn
- Maksutonta
- Pitkäjänteistä ja suunnitelmallista

KOTIPALVELU

- Tilapäinen tuki
- Apu arjessa selviytymiseen
- Konkreettinen apu kotona (esim. jos vanhempi loukkaantunut)
- Opastaminen lasten- ja kodin hoidossa
- Kaikkialle Oulussa 24/7 vuorokauden aikana maksuttomasti
- Tämän jakson aikana arvioidaan kotipalvelun tai muun palvelun tarve

TUKIHENKILÖ – TAI PERHE

- Lapselle voidaan myöntää tukiperhe, jonka luona lapsi yöpyy sovitusti esim. viikonloppuisin 1krt/kk
- Tukihenkilötoiminnassa tavataan tukihenkilöä omassa kodissa tai tutuissa ympäristöissä. Esim. yhteiset harrastukset.
- Kesto ja tapaaminen määrä riippuvat tarpeista

- Keskustelkaa siitä, millaisia kokemuksia ryhmäläisillä on näistä palveluista.

Tukea järjestöjen kautta:



Vanhempien akatemia:

- Keskustelutukea vanhemmuuteen
- Ryhmiä ja koulutuksia vanhemmille
- Tukea parisuhdeongelmiin ja eropohdintoihin
- Tukea eronneille vanhemmille yhteishuoltajuuteen



Oulun Ensi- ja turvakoti (Kangastie 9 Tuira, 0400-581 606)

- Turvakoti** (tarjoaa suojaa silloin, kun kotiin jääminen on väkivallan, pelon tai uhkailun vuoksi turvatonta, yksin tai lasten kanssa, 24/7)
- Ensikoti** (ympäri vuorokautista, tiivistä tukea vauva-arjen alkuun pääsemiseksi)
- Vauvatulo** (tukea vauvanodotukseen, synnytykseen ja vauva-alkuun)



Mannerheimin lastensuojeluliitto – MLL

- Perhekerhoja ja tapahtumia perheille

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

3. Lopuksi

Monikulttuurisen vanhemmuusryhmän kehittämistä tullaan jatkamaan asiakkaiden, ryhmänohjaajien ja käytännön kokemusten myötä. Toivomme jokaiselta ryhmämallia hyödyntävän ammattilaisen käyttävän tämän oppaan liitteissä olevia palautelomakkeita ryhmäläisille (liite 9), sekä ryhmänohjaajille (liite 10). Palautteita toivotaan sähköpostitse: iida-maria.bimberg@ouka.fi. Kysymyksiä ryhmämallista tai toiveita ryhmämallin esittelyyn/lyhyeen koulutukseen voi laittaa myös samaisen sähköpostiosoitteen kanssa. Puhelimitse yhteyden saa numerosta 0401855394/ Iida Bimberg.

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

Ryhmämallin tekijöiden yhteystiedot:

Iida-Maria Bimberg, projektikoordinaattori
Turvallinen Oulu- hanke
iida-maria.bimberg@ouka.fi
puh. 040 185 5394

Karoliina Keinänen, perheiden sosiaaliohjaaja
Oulun kaupunki/ Maahanmuuttajapalvelut
karoliina.keinanen@ouka.fi
puh. 040 661 4217

Kirsi Kyllönen, sosiaaliohjaaja
Oulun kaupunki/ Maahanmuuttajapalvelut
kirsi.kyllonen@ouka.fi
puh. 044 703 4870

Liitteet

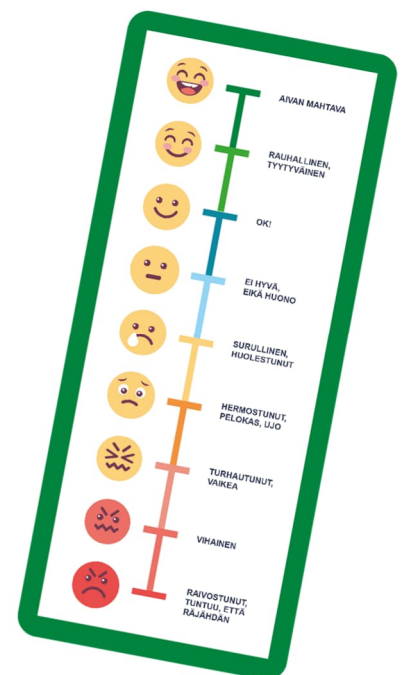
Liite 1 - Ryhmän esittely, säännöt, tunnetaidot – tiivistelmä ryhmäläisille

Monikulttuurinen vanhemmuusryhmä

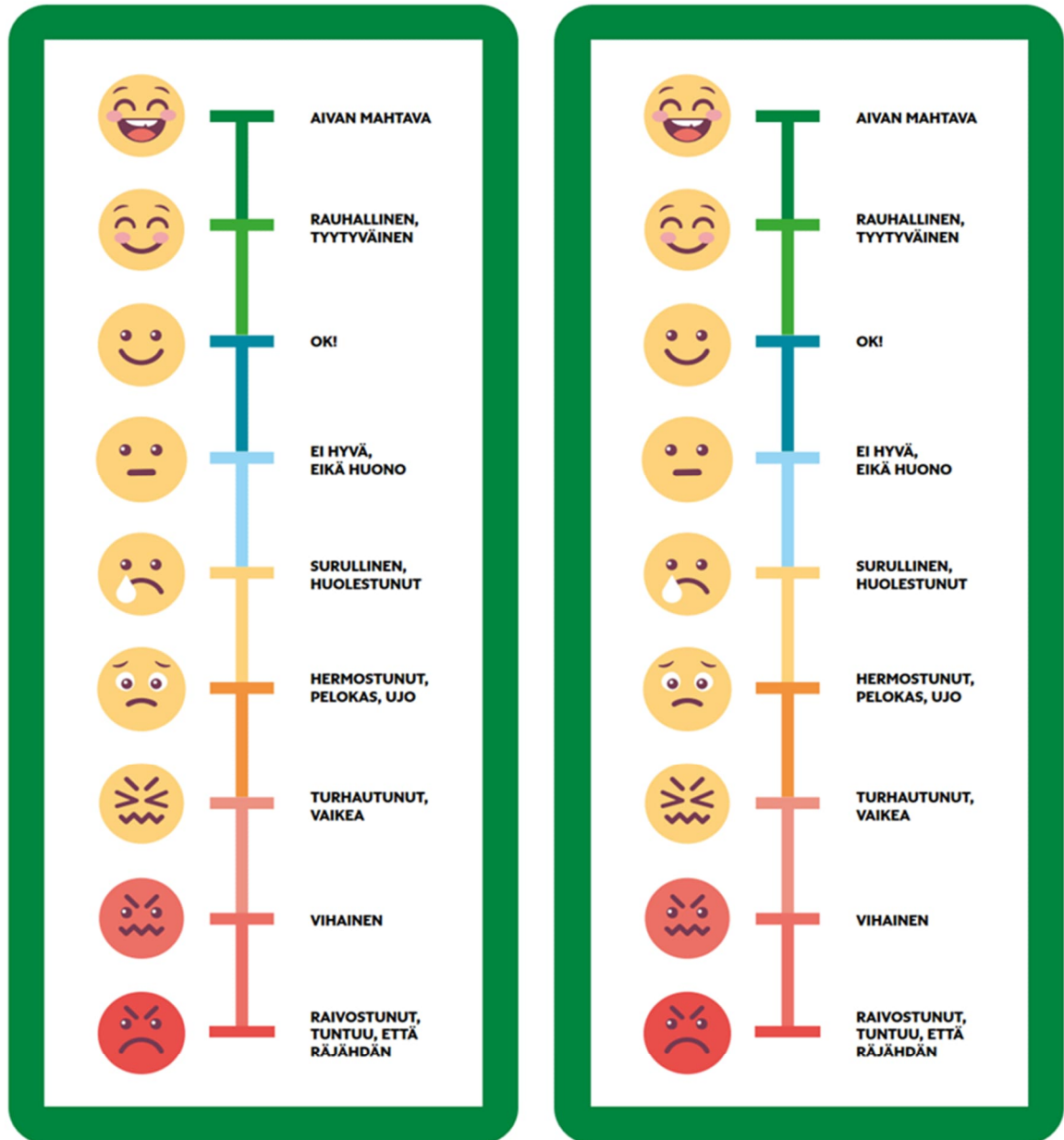
Tapaamiskertojen sisällöt:

- Tapaamiskerta 1: Ryhmän esittely, säännöt ja tunnetyöskentely
 - o PVM ja AIKA
- Tapaamiskerta 2: Mentalisaatio
 - o PVM ja AIKA
- Tapaamiskerrat 3: Vanhemmuuden osa-alueet
 - o PVM ja AIKA
- Tapaamiskerta 4: Some- ja digikasvatus
 - o PVM ja AIKA
- Tapaamiskerta 5: Perhekulttuurit
 - o PVM ja AIKA
- Tapaamiskerta 6: Lapsiperheiden palvelut ja lopetus
 - o PVM ja AIKA

- Ryhmäläisten tulee voida sitoutua jokaiselle tapaamiskerralle.
- Ryhmässä keskustellaan vanhemmuudesta ja lasten kasvattamisesta Suomessa.
- Tavoitteena on lisätä ryhmäläisten tietoa kasvatustavoista ja Suomalaisesta kasvatuskulttuurista sekä palvelujärjestelmästä
- Ehdotuksia kotiin:
 1. Esitelkää perheellenne tunnekortit ja tunnemittari, jotka saitte tämän päiväisestä ryhmästä
 2. Käykää läpi kortteja lasten kanssa ja miettikää, mitä tunnetta mikäkin kortti kuvaa
 3. Keskustelkaa tunnekorttien ja tunnemittarin avulla päivän tunteista
 4. Voitte myös pyytää lastanne pohtimaan mitä hän ajattelee toisen henkilön tunteen tietyssä tilanteessa



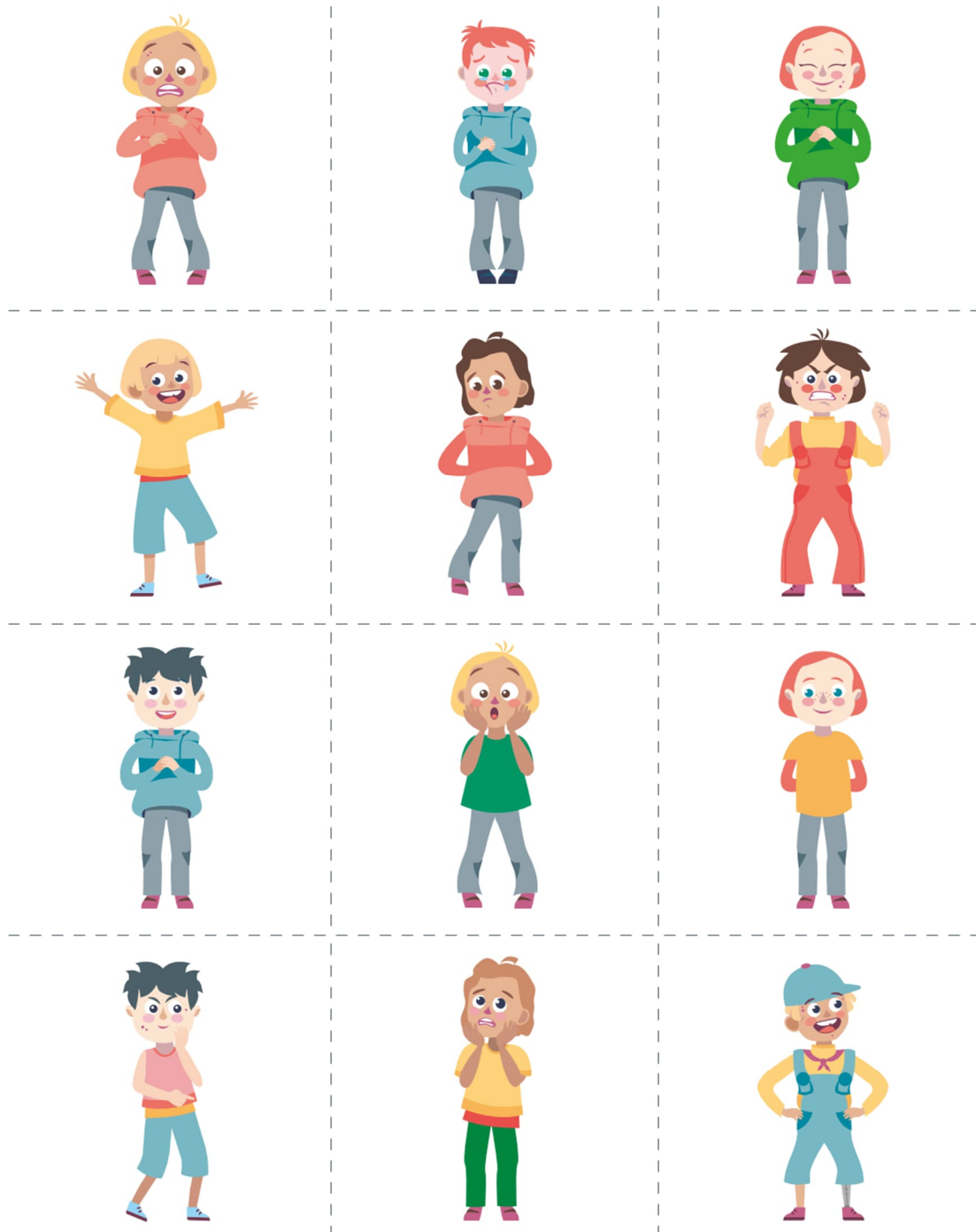
Liite 2 - Ryhmäläisille jaettavat tunnemittarit



Lähde: Tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali, luokka-asteet 5–6, www.turvataitokasvatus.fi

Liite 3 - Ryhmäläisille jaettavat tunnekortit

Liite 2: Tunnekortit



Lähde: Tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaali, luokka-asteet 3–4, www.turvataitokasvatus.fi

Liite 4 – Ryhmäisille jaettava materiaali: Mentalisaatio



MENTALISAATIO VANHEMMUUDESSA

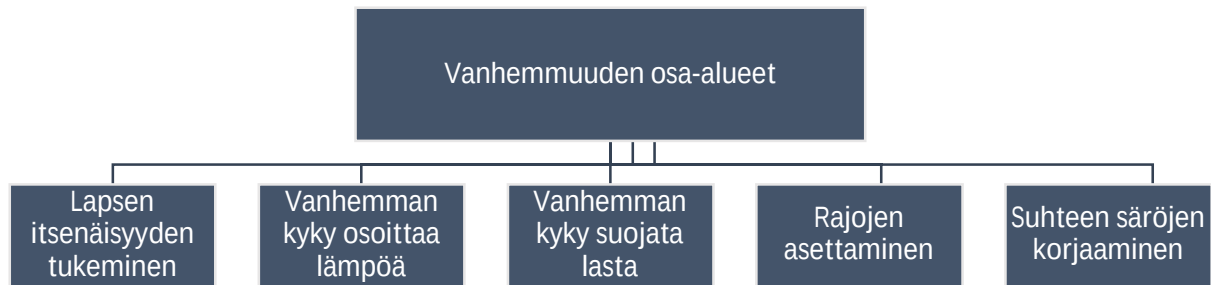
- Mentalisaatio tarkoittaa, että yrittää ymmärtää itseään ja toista
 - o Olet kiinnostunut lapsen tunteista, ajatuksista ja aikeista.
 - o Et olet tietäväsi mitä lapsi tuntee tai ajattelee, vaan yrität ottaa siitä selvää!
 - o Mietit myös itse omia tunteitasi ja siitä, mistä ne voisivat johtua.

- Mentalisaation tukena
 - o Voit käyttää apuna tunnekortteja
 - o Puhu lapsen kanssa, arvaile ääneen lapsen käytöksen takana olevia syitä tai tunteita
 - o Kerro lapselle omista tunteistasi ja ajatuksistasi
 - o Hyödynnä leikkiä ja mielikuvitusta!

- Ehdotuksia kotiin:
 - o Pohdi kerran päivässä lapsesi kanssa jotain tilannetta hyödyntäen tietoista mentalisaatiosta
 - Puhu lapsen kanssa siitä, mitä hän tunsi, tarkoitti ja ajatteli tilanteessa. Hyödynnä tunnekortteja ja tunnemittaria.
 - Pohdi millaisia tunteita ja ajatuksia sinussa heräsi.
 - Mieti lopuksi itseksesi, olisitko arvannut oikein lapsen tunteet ja ajatukset ilman keskustelua? Miksi keskustelu tunteista on tärkeää?

Liite 5 – Ryhmäläisille jaettava materiaali: Vanhemmuuden osa-alueet

Vanhemmuuden osa-alueet



1. Lapsen itsenäisyyden tukeminen

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

2. Vanhemman kyky osoittaa lämpöä

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

3. Vanhemman kyky suojata lasta

- Vanhemman tehtävä on suojella lasta. Vanhempi suojelee lasta mm.
 - o Huolehtimalla perushoidosta (ruoka, puhtaus, vaatteet ym.)
 - o Huolehtimalla päivärhythmistä
 - o Huolehtimalla ettei lapsi joudu kokemaan fyysistä tai henkistä väkivaltaa
 - o Opettamalla lapselle rajojen asettamista ja omien puolien pitämistä
 - o Tarjoamalla lämpöä ja rakkautta
 - o Toimimalla ennakoitavasti, niin että lapsi tietää mitä vanhemmalta voi odottaa

- On tärkeää, että jos kotona on riitoja tai konflikteja, ne sovitaan. Lapsen on tärkeää nähdä, että riidat voidaan sopia, eikä kenenkään turvallisuus ole uhattuna.

4. Rajojen asettaminen

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

5. Suhteeseen syntyvien säröjen korjaaminen

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

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

Ehdotus kotiin:

Tehkää perheenä yhdessä jotakin mukavaa!



Liite 6 – Ryhmäläisille jaettava materiaali: Perhekulttuurit

Perhekulttuurit



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

Miten tukea lapsen kaksikielisyyttä?

Puhukaa kotona omaa äidinkieltä

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

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

Miten tukea lapsen kulttuuri-identiteetin muodostumista?

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

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

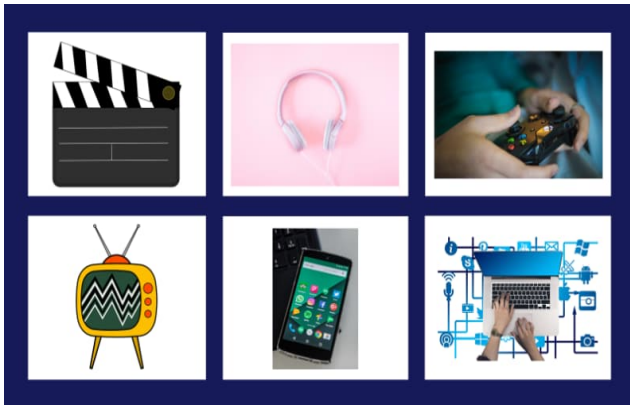
Ehdotuksia kotiin:

Keskustelkaa erilaisista kasvatuskulttuureista perheenne tai ystävänne kanssa

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

Liite 7 – Ryhmäläisille jaettava materiaali: Lapset ja nuoret mediassa

Lapset ja Media



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



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



- Ikärajat ja sisältömerkinnät auttavat vanhempia suojelemaan lapsia epäsoivalta sisällöltä



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

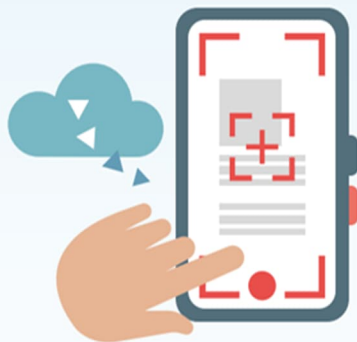
TURVAOHJEET NETTIIN



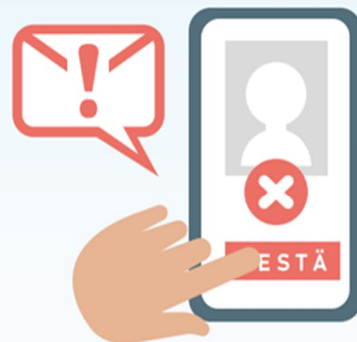
Sulje laite tai sovellus.



Kerro turvalliselle aikuiselle.



Säilytä viestit, kuvat tai videot ruutukaappauksella.



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

Ota aikuisen kanssa tarvittaessa yhteyttä poliisiin.



Liite 8 – Ryhmäläisille jaettava materiaali: Lapsiperheiden palvelut ja ryhmän lopetus

LAPSIPERHEIDEN PALVELUT

Suomessa perheille on saatavissa monenlaista tukea vanhemmuuteen ja lasten kasvatukseen!

Jos et tiedä mikä on oikea paikka hakea tukea, se ei haittaa. Otat asian puheeksi jonkun ammattilaisen kanssa, joka auttaa sinua löytämään oikean palvelun. Voit ottaa huolesi puheeksi kaikissa tämän esitteen paikoista!

- o Muista että kaikissa näissä paikoissa, sinulla on oikeus saada tukea tulkatusti omalla kielelläsi!



Päiväkoti ja koulu

Tukea lapsen kasvuun, kehitykseen ja oppimiseen!

Päiväkodissa useita ammattilaisia, mm. varhaiserityisopettaja

Koulussa opettajien lisäksi myös oppilashuolto: koulukuraattori, koulupsykologi, oppilasohjaus, kouluterveydenhuolto



Neuvola

Lasta odottaville ja alle kouluikäisille lapsille ja heidän perheilleen.

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

Oulu neuvola puh. 08 558 44356



Kasvatus- ja perheneuvonta

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

Keskustelutukea, myös sovitteluapua erotilanteisiin

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

Lasten- ja nuorisopsykiatrinen työryhmä (LANU)

Vastaa alle 18-vuotiaiden psykiatrisesta erikoissairaanhoidosta

Hoitoon ohjaudutaan läheteellä



Lastensuojelu

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

Vanhempien tai lasten/nuorten mielenterveys- tai päihdeongelmat, muut elämän kriisit

Yhteydenotto: www.ouka.fi/huoli

Kiireellisissä tilanteissa sosiaali- ja kriisipäivystys p. 044 703 6235



Sosiaalipalvelut

Tukea vaikeisiin elämäntilanteisiin, taloudellisiin haasteisiin, hankaluuksiin lasten kasvattamisessa.

Yhteydenotto: ouka.fi/huoli tai puhelu oman alueen sosiaalipalveluun

Yhteystiedot sosiaalipalveluihin:

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

Kontinkangas p. 040 182 8078

Tuira p. 040 683 8138

Haukipudas p. 040 630 6525

Kaakkuri p. 050 316 9095

Kiiminki p. 050 407 3513

Järjestöjen tarjoamia tukimuotoja ovat muun muassa:



Keskustelutukea vanhemmuuteen

Ryhmiä ja koulutuksia vanhemmille

Tukea erotilanteisiin ja parisuhdeongelmiin

Tukea eronneille vanhemmille yhteishuoltajuuteen



(Kangastie 9, Tuira, 0400-581606)

Turvaa jos kotiin ei voi jäädä väkivallan vuoksi.

Yksin tai lasten kanssa ympäri vuorokauden

Ensikodilta ympärivuorokautista, tiivistä tukea vauva-arjen alkuun pääsyssä



Perhekerhoja ja perhekahviloita

Leirejä

Tapahtumia perheille

Liite 9 – Palautelomake ryhmäläisille

1. Koin että sain ryhmästä uutta tietoa vanhemmuuteen liittyen

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

2. Koin että ryhmän myötä sait vahvistusta vanhemmuuteesi?

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

3. Koetko tullessi kuulluksi ryhmässä?

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

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

Liite 10 – Palautelomake ryhmänohjaajille

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

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

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

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

3. Jatkan ryhmämallin käyttöä myös tulevaisuudessa

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

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

Monikulttuurisen ryhmämallin kehittäjät toivovat palautteita ryhmämallista sen arvioimiseksi ja kehittämiseksi. Palautteita voitte lähettää iida-maria.bimberg@ouka.fi.

Lähteet

Bimberg, I, Perhe Yhtenäiseksi- Opas työntekijälle, 2021

Kielilaki 6.6.2003/423, <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2003/20030423#L9P40>, hakupäivä 24.9.2021

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

Kuivala Arttu & Poijula Hanna, Tunne- ja turvataitokasvatuksen opetusmateriaalit, 2021, Painatuspalvelut Monetra Oy, www.turvataitokasvatus.fi

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

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