



# Peruskurssi ja työkalut kehotunnekasvatukseen

# Sisällys

|                                                                             |           |
|-----------------------------------------------------------------------------|-----------|
| A. Peruskurssi ja työkalut kehotunnekasvatukseen varhaiskasvattajille ..... | 2         |
| 1. Tällaista on kehotunnekasvatus.....                                      | 2         |
| Seksuaalinen kehitys .....                                                  | 3         |
| Aikuisen monet tunteet .....                                                | 3         |
| Onko sinusta helppoa puhua lapsille seksuaalisuudesta? .....                | 3         |
| 2. Kehotunnekasvatus on laaja kokonaisuus .....                             | 4         |
| 3. Vahvista lasten hyvinvointia .....                                       | 4         |
| Myönteinen kehonkuva .....                                                  | 4         |
| Häirinnän ehkäisy.....                                                      | 5         |
| 4. Näihin on hyvä valmistautua.....                                         | 5         |
| Harjoittele puheeksi ottamista .....                                        | 6         |
| Asialliset sanat.....                                                       | 6         |
| Mistä vauvat tulevat .....                                                  | 7         |
| Unnutus eli lapsen itsetyydytys .....                                       | 7         |
| 5. Miksi lasten kanssa kannattaa puhua turvallisuudesta .....               | 7         |
| Oikeus omaan kehoon ja turvaan .....                                        | 8         |
| Puhu taidoista jo pienille.....                                             | 8         |
| Myös pienet lapset voivat oppia mediataitoja .....                          | 8         |
| 6. Työkaluja kehotunnekasvatukseen.....                                     | 9         |
| <b>Erityisesti ammattilaisille .....</b>                                    | <b>9</b>  |
| Starttipaketti ammattilaisille .....                                        | 9         |
| Puheeksi ottamisen kortit .....                                             | 9         |
| Ammattilaisten tietovihko .....                                             | 9         |
| Ikätasoinen kehitys .....                                                   | 10        |
| Harjoitukset lapsiryhmälle .....                                            | 10        |
| Videoita ammattilaisten käyttöön .....                                      | 10        |
| Pikku Kakkosen opetusvideot omasta kehosta.....                             | 10        |
| <b>Erityisesti vanhemmille:.....</b>                                        | <b>10</b> |
| Starttipaketti vanhemmille ja lapsille .....                                | 10        |
| Tutkimusmatka upeaan kehoon .....                                           | 10        |
| Vanhempainiltamalli .....                                                   | 11        |
| Hyvä Kysymys -sivusto .....                                                 | 11        |
| Seuraa materiaalisivua .....                                                | 11        |

## A. Peruskurssi ja työkalut kehotunnekasvatukseen varhaiskasvattajille

Peruskurssi kehotunnekasvatukseen on omatoimisesti tehtävä verkkokurssi.

Tällä peruskurssilla opit, miten voit käsitellä pienten lasten kanssa esimerkiksi omaa kehoa, seksuaalisuutta, tunteita ja oikeuksia. Nämä asiat ovat kehotunnekasvatusta. Kehotunnekasvatus on pienten lasten seksuaalikasvatusta.

Useimmat aiheet ovat jo tuttuja varhaiskasvattajille. Kurssilla kerromme mitä kehotunnekasvatus tuo lisää aiheisiin.

Peruskurssi on tarkoitettu ammattilaisille, jotka tekevät töitä 0-7-vuotiaiden lasten kanssa.

Voit tutustua kurssiin omassa tahdissasi. Kurssiin kuuluu videoita ja tehtäviä. Monissa kurssin kohdissa on linkkejä. Kun klikkaat linkkejä, löydät lisää tietoa.

Kurssi etenee numerojärjestyksessä alusta loppuun. Kurssi tarjoaa perustiedot ja -taidot kehotunnekasvatuksesta.

Voit syventyä erityisesti niihin aiheisiin, jotka kiinnostavat sinua.

### 1. Tällaista on kehotunnekasvatus

Videot:

- [Mitä on kehotunnekasvatus](#)
- [Miksi kehotunnekasvatusta](#)

**Tehtävät:**

- **Mitä ajatuksia ja tunteita sinulla on lasten seksuaalisuudesta tai kehotunnekasvatuksesta?**

- **Voit kirjoittaa lyhyesti kokemuksia omasta lapsuudestasi, miten seksuaalikasvatus sujui. Voit tutustua lapsen seksuaalisuuteen täältä:**

[0-1v](#) [2-3v](#) [4-5v](#) [6v](#)

## Seksuaalinen kehitys

### Videot:

- [Lapsi on utelias](#)
- [Mikä on tavallista seksuaalista käytöstä?](#)

Jokainen lapsi kehittyy yksilöllisesti, myös seksuaalisuudessa.  
Lapsi on luonnostaan ylpeä kehostaan ja suhtautuu siihen avoimesti.  
Lapset ovat uteliaita ja tiedonhaluisia.

Tutustu, miten seksuaalinen kehitys etenee lapsilla.  
Kasvatuksen pitää seurata lapsen ikää ja kehitystasoa.

### Videot:

- [Lapsen seksuaalisuus](#)
- [Ikä- ja kehitystasoon sopiva tieto](#)

### Tehtävä:

#### **Tutustu lasten seksuaaliseen kehitykseen, seksuaalisuuden portaiden videoiden avulla**

1. [Olen ihana](#)
2. [Tykkäyskaveri](#)
3. [Idoli ihastuttaa](#)
4. [Vanhempien ihailu](#)

## Aikuisen monet tunteet

On tavallista, että kehotunnekasvatus herättää aikuisessa monenlaisia tunteita.  
Kaikki tunteet, kuten häpeä, kannattaa hyväksyä.

Puhu tunteistasi toisen aikuisen kanssa, se auttaa sinua etenemään.  
Suojaa lapsia omilta kielteisiltä tunteiltasi.

Useimmille lapsen seksuaalisuus on luonnollinen ja iloinen asia.

### Videot:

- [Häpeä](#)
- [Aikuisten tunnereaktiot](#)

Onko sinusta helppoa puhua lapsille seksuaalisuudesta?

Monille aikuisille on tuttua ja helppoa puhua lapsille seksuaalisuudesta.  
Toisille aihe on vieraampi.  
Jokainen tuntee omalla tavallaan.

Jokaisella on omat kokemukset ja elämänkulku.

Voit kehittyä kun  
harjoittelet puhumista.

Videot:

- [Puheeksi ottamisen esteet](#)
- [Puheeksi ottamisen kortit](#)

## 2. Kehotunnekasvatus on laaja kokonaisuus

Kehotunnekasvatuksessa  
käsitellään monia asioita.  
Kehotunnekasvatus  
sisältää kahdeksan aihetta.

Kahdeksan aihetta ovat:

- keho ja kehitys
- läheisyys, hyväolo ja itsetunto
- tunteet
- ympäristö ja muut ihmiset
- hyvinvointi ja terveys
- lisääntyminen
- normit ja tavat
- oikeudet

Käy läpi kaikki kahdeksan aihetta lasten kanssa.  
Kaikki nämä aiheet liittyvät ihmisen seksuaalisuuteen.

Kansainväliset seksuaalikasvatuksen ohjeet  
määrittelevät nämä aiheet.

Video:

- [Kokonaisvaltainen kehotunnekasvatus](#)

**Tehtävä:**

- **Tutustu tiivistelmään [Mitä on kehotunnekasvatus](#)**
- **Mieti mitkä aiheet näistä ovat sinulle tutuimmat ja mistä kaipaaisit lisätietoa.**

## 3. Vahvista lasten hyvinvointia

Kun vahvistat lasten hyvinvointia ja itsetuntoa,  
autat lapsia pärjäämään elämässä.  
Seksuaalisuus on osa ihmisten hyvinvointia  
koko elämän ajan, syntymästä vanhuuteen.

Myönteinen kehonkuva

Jo pienet lapset rakentavat käsityksen siitä,  
onko heidän kehonsa riittävän hyvä.

Myönteinen ajatus omasta kehosta  
auttaa suojaamaan ja hoitamaan itseä koko elämän ajan.  
Puhu omasta ja toisten kehosta aina arvostavasti.  
Kun lapsi arvostaa omaa kehoaan,  
hänen itsetuntonsa vahvistuu.

Videot:

- [Kehoitsetunto](#)
- [Kohtaa lapsi arvostavasti](#)

**Tehtävä:**

- **Mieti miten puhut omasta kehostasi lasten kuullen.**

Häirinnän ehkäisy  
Opettele tavat,  
joilla voit ehkäistä  
epäasiallista ja loukkaavaa käytöstä.  
Opetta lasta olemaan reilu kaveri.  
Opetta sosiaaliset taidot niin,  
että et syyllistä lasta.

Puutu aina häiritsevään käytökseen rakentavasti.  
Silloin lapset oppivat toimimaan niin,  
että kiusaamista ei pääse syntymään.

Video:

- [Pisarapuuttuminen 1](#)

**Tehtävä:**

- **Keskustele työkaverin kanssa  
tunnistatkeko häirintää lapsiryhmässä.**

#### 4. Näihin on hyvä valmistautua

Osa kehotunnekasvatuksen aiheista  
on monille uusia tai vieraita.  
Niistä voi herätä kysymyksiä.  
Osa aiheista voi herättää epävarmuutta.

##### Materiaaleihin

on hyvä tutustua etukäteen.  
Silloin voit parhaalla tavalla valmistautua  
lasten kysymyksiin ja  
toteuttaa kehotunnekasvatusta.

Huomioi lasten monenlaiset taustat.

Kunnioita kotien kulttuureja  
ja toteuta samalla  
yhteistä kehotunnekasvatusta.

Videot:

- [Kolmen koon video](#)
- [Huomioi monikulttuurinen vanhempi](#)
- [Hyvä vanhemmuus](#)

Harjoittele puheeksi ottamista

Jos kehotunnekasvatuksen aiheet ovat uusia  
ja et ole puhunut niistä ennen,  
sinun kannattaa harjoitella niitä aluksi.

Kehotunnekasvatuksen aiheista voit puhua  
monilla eri sanoilla ja tavoilla.  
Mieti itsellesi sopivat sanat jo etukäteen.  
Tutustu valmiisiin puhumisen malleihin.

Voit harjoitella itseksesi,  
ystävän tai työkavereiden kanssa.

Videot:

- [Kehotunnekasvatuksen puheeksi ottaminen](#)
- [Vinkkejä puheeksi ottamiseen](#)

**Tehtävä:**

- **Valitse Puheeksi ottamisen korteista viisi korttia.**
- **Tutustu myös Ohjaajan oppaaseen.**
- **Keskustelkaa korttien aiheista yhdessä työkaverin kanssa.**

Asialliset sanat

On tärkeää, että pienet lapset oppivat asioita,  
jotka liittyvät kehon osiin, hygieniaan ja eritteisiin.

Niistä pitää puhua avoimesti ja asiallisesti.  
Kehonosille on tavalliset nimet,  
kehonosat eivät ole kirosanoja.  
Esimerkiksi asiallinen sana on peppu  
ja perse on epäasiallinen sana.

VIDEO:

- [Vastataan lapsille asiallisesti](#)

### Tehtävä:

- **Mieti miksi lapsen kehon kaikilla osilla pitää olla asiallinen nimi, jota lasten on sopivaa käyttää.**
- **Tutustu linkistä Pikku kakkosen videoon Nimet ihmiskehon eri osille.**

Mistä vauvat tulevat

Lapset haluavat tietää,  
miten ihmiset saavat alkunsa.

Lisääntyminen, vauvan syntymä,  
adoptio ja lapsettomuus  
ovat asioita, joista pitää  
oppia kertomaan lasten tasolla.

Video:

- [Puhu lisääntymisestä lapsen kanssa](#)

Unnutus eli lapsen itsetyydytys

Unnutus on tavallista pienillä lapsilla.

Lapsiryhmässä on usein lapsia,  
jotka koskettelevat sukuelimiään toisten nähden  
tai peiton alla silloin, kun he nukahtavat.  
Usein siihen ei tarvitse  
lainkaan puuttua.

On tärkeää tietää,  
miten lapsia voi ohjata  
ja miten puhua asiasta vanhemmille.

Video:

- [Pienen lapsen unnutus](#)

### Tehtävä:

- **Mieti tilannetta, jossa pieni lapsi unnuttaa. Miten lähtisit keskustelemaan asiasta työkaverisi kanssa. Tutustu aiheeseen Puheeksi ottamisen korteista ja Ohjaajan oppaasta.**

## 5. Miksi lasten kanssa kannattaa puhua turvallisuudesta

Turvallisuus ja turvataidot  
ovat lasten kehotunnekasvatuksessa tärkeitä.  
Turvataidot ovat taitoja,  
joilla lapsi voi suojella itseään.



#### Videot:

- [Miksi turvataitoja opetetaan lapsille](#)
- [Lasten turvataidot](#)

#### Tehtävä:

**Valitse Turvataidot ja lapsen keho -julistesta yksi turvataito.  
Mieti, miten opettaisit sen työkaverillesi tai lapsille.  
Opeta siitä tieto, taito ja asenne.**

Oikeus omaan kehoon ja turvaan  
Jokaisella lapsella on oikeus  
olla turvassa ja kertoa mielipiteensä.

Nämä oikeudet täytyy opettaa lapsille.  
Lapset oppivat omat oikeutensa,  
kun aikuiset kertovat niistä.

#### Video:

- [Lapsen seksuaalioikeudet](#)

Puhu taidoista jo pienille  
Voit edistää lasten turvallisuutta  
kun puhut heille taidoista,  
joilla itseä voi suojata.

Harjoittele turvataitoja lapsen kanssa.  
Kun lapsi saa taitoja,  
hän oppii puhumaan, varomaan ja kertomaan,  
jos jotakin on tapahtunut.

Myös pienet lapset voivat oppia mediataitoja  
Pienet lapset viettävät aikaansa  
yhä enemmän medialaitteilla,  
esimerkiksi kännykän tai tabletin kanssa.

Lapset myös näkevät ja kuulevat mediassa asioita,  
jotka eivät sovi heille.  
Lapset tarvitsevat suojaa, ohjeita sekä tietoa.

Tutustukaa lapsen kanssa  
yhdessä medialaitteisiin,  
sovelluksiin ja peleihin.

Kerro myös median vaaroista.  
Esimerkiksi kiusaaminen, alastonkuvat  
tai seksuaalinen houkuttelu.  
Myös omien kuvien lähettäminen  
on riski.

Opasta lasta toimimaan  
hankalissa tilanteissa.

Video:

- [Digiturvataidot](#)

**Tehtävä:**

- **Kerää kuvia medialaitteista ja nimetkää niitä lasten kanssa.**
- **Opettele lasten kanssa peleissä ja ohjelmissa olevien ikärajojen merkinnät ja sisältösymbolit.**

## 6. Työkaluja kehotunnekasvatukseen

Työssäsi kehotunnekasvattajana  
saat apua monista työkaluista.  
Tutustu niihin huolella.

Materiaaleja kannattaa tarjota myös  
työtovereille, vanhemmille  
ja ottaa käyttöön lasten kanssa.

Näin kaikki voivat tutustua aiheeseen  
omassa tahdissa ja rauhassa.

Väestöliiton materiaaleja saa  
tulostaa ja jakaa vapaasti maksutta.  
Myös videoita saa esittää  
eri tilaisuuksissa.

### Erityisesti ammattilaisille

Tutustu kaikkiin materiaaleihin [materiaalisivulla](#).

Starttipaketti ammattilaisille

Tämä [starttipaketti](#) tarjoaa linkit materiaaleihin,  
joilla on hyvä aloittaa kehotunnekasvatus.

Puheeksi ottamisen kortit

[Kuvakorttien](#) avulla on helppo  
aloittaa keskustelu eri aiheista.

[Ohjaajan oppaasta](#) saat lisätietoa.

Ammattilaisten tietovihko

[Uteliaana seksuaalisuudesta](#)

tarjoaa tietoa lasten  
tavallisesta ja huolestuttavasta  
seksuaalisesta käytöksestä.

Ikätasoinen kehitys

Tietoa eri-ikäisten

lasten seksuaalisuudesta ja sen tukemisesta.

### **Lapsen seksuaalinen kehitys (A4)**

[0-1v](#) [2-3v](#) [4-5v](#) [6v](#)

### **[Tue lapsen kehitystä -juliste 0-6v](#) (A1)**

Harjoitukset lapsiryhmälle

Harjoitukset antavat tarkat ohjeet,  
miten voit toteuttaa  
kehotunnekasvatusta lapsiryhmässä.

Kirjoja ja lauluja tuokioihin:

[Lasten kuvakirjalistat](#)

Lasten kuvakirjat auttavat käsittelemään  
kaikkia kehotunnekasvatuksen aiheita.

Valitse listasta itsellesi sopivimmat  
ja lainaa kirjat kirjastosta.

[Laululista](#)

Lapset pitävät lauluista ja laululeikeistä.

He myös oppivat niistä.

Listassa on lauluja  
kehotunnekasvatuksen aiheista.

Videoita ammattilaisten käyttöön

löydät [täältä](#).

Pikku Kakkosen opetusvideot omasta kehosta

Lasten televisio-ohjelma Pikku Kakkonen

teki turvataitokampanjan yhdessä Väestöliiton kanssa.

[Täältä](#) voit katsoa lapsille sopivat opetusvideot ja  
lukea tietoa kehosta ja turvataidoista.

Voit myös tulostaa paperinuket.

**Erityisesti vanhemmille:**

Starttipaketti [vanhemmille ja lapsille](#)

Vanhemman starttipaketin voit tarjota vanhemmille,  
joille lasten kehotunnekasvatus on uusi asia.

Tästä löytyvät linkit tärkeimpiin vanhempien materiaaleihin.

Lasten starttipaketissa kuvataan materiaaleja,

joita voi käyttää lasten kanssa,

kun haluaa aloittaa kehotunnekasvatusta.

Kerro vanhemmille lasten starttipaketista.

Tutkimusmatka upeaan kehoon

[Perusopas](#) kehotunnekasvatuksesta.

### Vanhempainiltamalli

Ammattilaisen ohjeet ja diat  
miten ja mistä aiheista  
kannattaa puhua vanhemmille  
kehotunnekasvatuksen vanhempainillassa.  
Vanhempainiltamalli sisältää [tiivistelmän](#), [diat](#)  
sekä [ohjaajan oppaan](#).

### Hyvä Kysymys -sivusto

[Tänne](#) on koottuna vanhemmille sopivaa  
tietoa kehotunnekasvatuksesta.  
Ohjaa vanhemmat tutustumaan sivustoon.  
Sivustolta voi hakea  
artikkeleita, videoita, kursseja ja muuta.

### Seuraa materiaalisivua

[Sieltä](#) löydät myös muuta materiaalia  
ja uusia malleja.