



## Laaja kurssi kehotunnekasvatukseen

Tervetuloa oppimaan kehotunnekasvatuksesta!

- Tällä kurssilla opit kokonaisvaltaisesti mitä kehotunnekasvatus pitää sisällään sekä saat syventää tietämystäsi kaikilla kehotunnekasvatuksen aihealueilla.
- Kurssi on suunnattu 0-9 -vuotiaiden lasten parissa työskenteleville ammattilaisille.
- Kurssi sisältää tietoa, luentoja, työkaluja sekä pohdinta- ja harjoitustehtäviä. Voit tehdä kurssin numerojärjestyksessä kokonaisuutena tai voit syventää sitä aihealuetta, josta kaipaat syvempää osaamista.
- Lue aina ensin tieto kustakin aiheesta otsikkoa napauttamalla. Jos aiheesta on luento, katso se seuraavaksi luentolinkistä. Lopuksi tutustu aiheeseen liittyviin työkaluihin ja tehtäviin. Etene kaikissa kohdissa näin. Kaikista sinisistä tekstikohdista aukeaa lisämateriaalia.
- Päivitämme kurssiin uusia luentoja tai sisältöjä vielä vuoden 2021 aikana. Jokaisessa päivityksessä vaihdamme koko pdf:n, joten seuraa kurssisivulta muutoksia. Sinisistä linkeistä tekstissä avautuu valmiit materiaalit. Osa luennoista näkyy tekstissä niminä ja linkit niihin tulevat myöhemmin.
- Mukavia oppimisen hetkiä kurssilla!

**KATSO VIDEOTERVEHDYS KURSSIN SUORITTAJILLE [TÄSTÄ](#)**

### Lasten kehotunnekasvatus

Lasten kehotunnekasvatus on 0-8 -vuotiaiden lasten seksuaali- ja turvataitokasvatusta. Kehotunnekasvatus on laaja asia. Ohjeemme perustuvat tutkimuksiin, kansainvälisiin ja kansallisiin suosituksiin, sekä Opetushallituksen velvoittaviin ohjeisiin.

Lasten kohdalla puhutaan kehotunnekasvatuksesta mieluummin kuin seksuaalikasvatuksesta. Kehotunnekasvatus-sana kuvaa paremmin pienten lasten kehitystä ja tarpeita.

Lue lisää [tästä](#).

#### 1. Mitä on kehotunnekasvatus

Kehotunnekasvatus auttaa lasta kasvamaan hyvinvoivaksi ja pärjääväksi omaksi itsekseen myös seksuaalisuuden alueella.

Ihmisen seksuaalinen kehitys pikkulapsesta murrosiän kautta kohti aikuisuutta on monivaiheinen matka. Keho, ymmärrys ja tunteet kehittyvät rinnakkain. Se, miten tämä matka sujuu, määrittää aikuisiässä suhdetta omaan kehoon, seksuaalisuuteen, parisuhteeseen ja kykyyn nauttia seksuaalisuudesta.

Lue lisää [tästä](#). Keho on leikki -avain luonnolliseen seksuaalikasvatukseen alle kouluikässä (kirjastot ja kirjakaupat).

Tutustu työkaluun: [Vanhemman vihkonen](#)

Tehtävä: Millaista seksuaali- tai kehotunnekasvatusta olet saanut lapsena tai nuorena?

A. [Sisältää kahdeksan aiheetta](#)

**Tutustu työkaluun:** [Mitä on kehotunnekasvatus?](#)

**Tehtävä:** Mitkä kehotunnekasvatuksen aiheet ovat sinulle tutuimpia? Mistä aiheesta tarvitset lisätietoa? Millaisia tunteita kehotunnekasvatuksen aiheet herättävät sinussa? Miten voisit ottaa näitä aiheita esille työssäsi lasten tai perheiden kanssa?

B. [Puheeksi ottaminen](#)

**Luennot:** [Puheeksi ottaminen osa 1](#) ja [osa 2](#), [Hankalat aiheet](#), Herkän asian puheeksi ottaminen, Rooliharjoitus puheeksi ottamiseen.

**Tutustu työkaluun:** [Step by step- puheeksi ottamisen malli](#), [Puheeksi ottamisen kortit](#) sekä [ohjaajan opas](#).

**Tehtävä:** Onko sinulle vaikeaa sanoa seksuaalisuuteen tai sukuelimiin liittyviä sanoja ääneen toisten kuullen? Millaisia sanoja, missä tilanteissa ja kenelle se on vaikeinta? Tee [Lappuharjoitus](#) kollegasi kanssa.

➤ **Aikuisen tunnereaktiot: häpeä**

**Luennot:** [Hyväksytään häpeä](#), [Häpeää syntyy kasvatuksessa](#), [Keho ja seksuaalisuus erityisiä](#), [Häpeällä on vaikutuksensa](#), [Häpeään auttaa myötätunto](#).

**Tehtävä:** Millaisiin stereotypioihin tai reaktioihin olet törmännyt työssäsi tai lähipiirissäsi liittyen lapsen seksuaalisuuteen. Millaiset asiat ovat aiheuttaneet tai aiheuttavat sinussa häpeää?

➤ **Kehotunnekasvatus varhaiskasvatuksessa ja alkuopetuksessa**

**Diat:** [Kehotunnekasvatus osaksi arkea](#)

**Tutustu työkaluun:** [Toiminnallisia harjoituksia](#)

[kehotunnekasvatukseen](#), [laulu-](#) ja [kirjalistat](#) kehotunnekasvatukseen.

**Tehtävä:** Mieti millainen kehotunnekasvattaja [kuvan](#) mukaan olet tällä hetkellä. Anna itsellesi myös arvosana 1-5, niin että 5 on paras.

C. [Ohjaavat asiakirjat ja tutkimukset](#)

**Luento:** [Ohjaavia asiakirjoja](#)

## 2. Keho ja tunteet

Lapsen kehityksessä on keskeistä tutustuminen omaan kehoon. Lapsi opettelee käyttämään kehoaan liikkumiseen ja tarttumiseen. Hän harjoittelee olemaan yhdessä ja toimimaan toisten ihmisten kanssa. Tunteet tuntuvat kehossa, kaikilla on oma kehotunne. Tunteet vaihtelevat eri tilanteissa. Ihmiset voivat tuntea samassa tilanteessa hyvin eri tavalla. Toisen tunnetta ei voi muuttaa. Tykkäämisen, ihastumisen ja rakkauden tunteet ovat tärkeitä lapsuudessa.

Lue lisää [tästä](#).

### A. Lapsen seksuaalinen kehitys

#### ➤ **Lapsen seksuaalisuus ja seksuaalinen leikki**

**Luennot:** [Pienen lapsen seksuaalisuus](#), [Seksuaalisuuden portaat](#), Miten toimia, kun lapsi käyttäytyy seksuaalisesti?

**Tutustu työkaluun:** Lapsen seksuaalisuus -haitari esite: [0-1v.](#) [2-3v.](#) [4-5v.](#) [6v.](#) [Tue lapsen kehitystä](#) -ja [Hei, mitä minussa tapahtuu](#) julisteet. Seksuaalisuuden portaat -kirja (2015) ja Rakkaus, ilo, rohkeus - seksuaalisuuden portaat -kirja (2019). [Ihmisterveysoppi](#).

#### ➤ **Lapsen huolestuttava seksuaalinen käytös**

**Luennot:** [Mikä on huolestuttavaa käytöstä lapsella?](#) Miten keskustella lapsen kanssa huolestuttavasta käytöksestä.

**Tutustu työkaluun:** [Uteliaana seksuaalisuudesta- tietovihkonen](#)

#### ➤ **Unnutus**

**Diat:** [Lapsen unnutus](#)

#### ➤ **Asialliset sanat**

**Luennot:** Asialliset sanat eivät ole kirosanoja; [Pissi, kakka, pieru, pippeli -lapsi rakastaa kehoon liittyviä sanoja](#).

**Tehtävä:** Käytetäänkö työpaikallanne termiä ”vessasanat”? Miten sen käyttöä perustellaan? Saako teidän työpaikallanne lapset sanoa sukuelimiin, eritteisiin ja seksuaalisuuteen liittyviä sanoja ja kysymyksiä vapaasti? Saavatko kysymyksiinsä vastauksia aikuisilta?

### B. Kehotunne ja kehoitsetunto

**Luento:** [Kehoitsetunto- näin tuen ja suojaan](#)

**Tutustu työkaluun:** [Kehoitsetunnon harjoitukset](#)

**Tehtävä:** Millainen oma kehonkuvasi on? Oletko saanut kasvatuksessasi myönteistä palautetta kehostasi? Miten puhut kehostasi tai kohtelet omaa kehoasi? Miten puhut toisten kehoista? Entä lasten kuullen?

#### ➤ **Vastuullinen painopuhe**

**Luennot:** Vastuullinen painopuhe, Minkä kokoinen musta tulee?  
Miten puhutaan ruuasta ja kehosta? Lihavuuskammainen yhteiskuntamme, Ole juuri sellainen kuin haluat olla. [Syömishäiriöliitto ry:n](#) blogi: seksuaalisuus ja syömishäiriöt.

### C. [Lapsen ihastuminen](#)

**Luento:** [Ihastuminen, rakastuminen ja mustasukkaisuus](#)

**Tehtävä:** Hahmottele paperille lasta arvostava vastauksesi lapsen kysymykseen, jonka hän esittää sinulle: ”Olet niin ihana, että voisimmeko me mennä naimisiin?”

#### ➤ **Tunnetaidot**

**Luento:** Tunteet, tunnetaidot

**Tutustu työkaluun:** [Kiukkukirja](#)

## 3. Hyvinvointi

Terveys ja turvallisuus ovat ensisijaisia asioita lapsen elämässä. Hyvä suhde läheisiin aikuisiin suojaa lasta monin tavoin. Anna lapselle aikaa ja kuuntele häntä. Toimi niin, että lapsen on helppo puhua sinulle kaikesta. Älä koskaan nolaa lasta.

Suojaa lasta kaikin tavoin häirinnältä ja väkivallalta. Opetta turvataitoja ja kannusta häntä pyytämään apua missä tahansa asiassa. Lapsen hyvinvointia edistää lapsuuden seksuaalisuuden suojaaminen ja tukeminen.

Lue lisää [tästä](#).

### A. [Turvataidot](#)

**Luennot:** [Turvataidot](#), Miten turvataito-opetus voisi ”oikeesti” toteutua?

**Tutustu työkaluun:** [Turvataidot ja lapsen keho- juliste](#) ja [turvataito harjoitustilanteet](#). Pipunan ikioma napa- turvataito kirja, [Pikku Kakkosen turvataito videot](#).

**Tehtävä:** Koetko turvataitojen opettamisen jo pienille lapsille tärkeäksi? Hahmottele lyhyet perustelut lapsen vanhemmalle.

### B. [Digiturvataidot](#)

**Luennot:** Lapset ja mediakasvatus, [Ois kiva tietää osa 1](#) ja [osa 2](#) (Suojellaan lapsia ry), Nettiturvataidot, [Turvallisesti netissä](#), [Grooming](#)

**Tehtävä:** Mieti miten perustelisit lasten vanhemmille digiturvataitojen tarvetta pienillä lapsilla? Miksi ikäraajat ohjelmissa ja peleissä on tärkeitä?

#### ➤ **Median välittämät arvot**

**Luento:** Kauneus, media ja ympäristö

### C. [Häirinnän ennaltaehkäisy](#)

**Luennot:** [Pisarapuuttuminen osa 1](#), [osa 2](#) ja [osa 3](#).

**Tehtävä:** Tunnistatko ympärilläsi joko lapsiryhmässä tai aikuisten toimesta häirintää? Osaatko ja uskallatko puuttua siihen?

➤ **Lapsen seksuaalisen kaltoinkohtelun epäily (ilmoitusvelvollisuus)**

**Luennot:** [Lapsen seksuaalisen hyväksikäytön epäily](#), [Miten tukea seksuaalista hyväksikäyttöä kohdannut lasta](#), Ilmoitusvelvollisuus lapsiin kohdistuvissa rikoksissa

**Tehtävä:** Etsi oman kuntasi konsultaationumerot: perheneuvola, lastensuojelu, poliisi ja lasten ja nuorten oikeuspsykologinen ja -psykiatrinen yksikkö ym.

#### 4. Ympäristö

Lapsi elää tiiviissä yhteydessä oman perheensä jäseniin. On tärkeää, että jokainen lapsi voi kokea oman perheensä arvokkaaksi. Puhu kaikille lapsille monenlaisista perheistä.

Lapselle läheisiä voivat olla myös naapurien, sukulaisten ja kavereiden perheet. Lapsia kiinnostaa, millaisia perheitä ja koteja voi olla olemassa. Lapset leikkivät usein kotia ja erilaisia aikuisten rooleja. Kohtele eri sukupuoliä tasavertaisesti ja ilman rajoittavia rooleja.

Lue lisää [tästä](#).

##### A. [Arvostava kohtaaminen](#)

**Luento:** Anna arvostavia kohtaamisia

**Tehtävä:** Mieti viisi keinoa, miten sinä voisit vahvistaa omaa osaamistasi kohdata kaikenlaiset lapset ja aikuiset arvostavasti?

##### B. [Moninaisuus](#)

➤ **Monenlaiset sukupuolet**

**Luennot:** [Erilaisia sukupuolia](#)

**Tehtävä:** [Sateenkaaritehtävä](#)- videolta (Anna Moring)

➤ **Moninaiset perheet**

**Luento:** [Perheiden monimuotoisuus](#)

##### C. [Monet kulttuurit](#)

**Luennot:** Kuuluuko kehotunnekasvatus kaikille? Maahanmuuttaja taustaisten perheiden kohtaaminen. [Osat 1](#) ja [2](#).

**Tehtävä:** Mieti miten selittäisit toisesta kulttuurista tulevalle perheelle: Mitä on lasten kehotunnekasvatus ja miksi sitä tarvitaan?

##### D. [Tasa-arvoinen kasvatus](#)

**Luento:** Tasa-arvoinen kasvatus

**Tutustu työkaluun:** Tutustu [sukupuolisensitiivisiin toimintatuokioihin](#). Aihetta lähestytään kuvakirjojen kautta.

**Tehtävä:** [Tasa-arvoisen kasvattajan muistilista](#) (Tasa-arvoinen varhaiskasvatus -hanke)

## 5. Läheisyys ja lisääntyminen

Hoiva, hellyys, läheisyys ja kosketus edistävät lapsen hyvää itsetuntoa ja kehonkuvaa. Ne edistävät myös oppimista ja hyvinvointia. Turvallinen läheisyys ja kosketus antavat lapselle viestin, että hänet hyväksytään. Kosketuksen pitää olla myönteinen asia, sen pitää tapahtua ilman pakkoa. Lapsella on oikeus kysyä kaikesta, mitä hänelle tulee mieleen. Vauvojen syntyminen usein kiinnostaa lasta. Rohkaise lasta kysymään ja vastaa lapsen kysymyksiin asiallisesti. Lapsella on aina oikeus saada hyvää opetusta ja kannustavia vastauksia, jotka sopivat hänen ikätasolleen.

Lue lisää [tästä](#).

### A. [Identiteetti ja itsetunto](#)

**Luento:** Lapsen itsetunnon tukeminen

### B. [Kannustava kasvatus](#)

**Luennot:** Myönteisten tunteiden voima, Lapsen välittävä kohtaaminen, Arvostava ohjaaminen, Yhdessä viihtyminen

### C. [Lisääntyminen, raskaus, synnytys](#)

#### ➤ Miten puhua lapselle

**Tutustu työkaluun:** Onnikujan kaverukset ja pomppiva masu- kirja (kirjastosta), [Pupujuttuja ja muita vauvasatuja- kirja](#), [Puheeksi ottamisen opas](#).

## 6. Normit ja oikeudet

Hyvät sosiaaliset taidot ja tavat auttavat lasta menestymään ja toimimaan niin, että muut hyväksyvät hänet. Opetta lasta käyttäytymään eri tilanteissa sopivalla tavalla. Lapset vasta harjoittelevat käyttäytymissääntöjä ja sopivuussääntöjä. Ohjaa lasta hellästi ja asiallisesti.

Lapsella on oikeus tietää oikeuksistaan esimerkiksi yksityisyyteen. Hänellä on oikeus turvaan ja suojaan sekä esittää kysymyksiä kaikesta, myös seksuaalisuudesta. Anna lapselle tietoa ja oikeita ja asiallisia vastauksia kaikkiin kysymyksiin.

Lue lisää [tästä](#).

### A. Normit ja arvot

**Lyhyt video:** [Seksuaalisuuteen liittyvät normit](#)

### B. Lapsen oikeudet

**Lue lisää:** [Lapsen oikeuksien sopimus](#) Lyhennettynä Unisef

### C. Lapsen seksuaalioikeudet

**Luento:** Lasten seksuaalioikeudet

**Lue lisää:** [Lasten seksuaalioikeudet](#)

**Tehtävä:** Valitse viisi mielestäsi tärkeintä lapsen seksuaalioikeutta. Kirjoita ne paperille listaksi ja kuvita ne lapsille ymmärrettäväksi etsimällä kuvia tai piirtämällä.

## 7. Materiaalit

Väestöliitolla on paljon malleja ja materiaalia lasten kehotunnekasvatukseen. Kaikki nämä materiaalit ovat maksuttomia. Niitä voi vapaasti käyttää oman työn tukena sekä myös jakaa esimerkiksi lasten perheiden käyttöön. Tutustu monenlaisiin materiaaleihin ja tulosta niitä myös työpaikalle.

Materiaalit löytyvät [täältä](#).

**Videot:** Väestöliiton kehotunnekasvatus materiaalit -esittely, Puheeksi ottamisen materiaaleja -esittely

**Katso lisää:** Kehotunnekasvatuksen [videopankki You Tubessa](#)

**Tehtävä:** Onko mikään materiaali tai malli ennestään tuttu sinulle? Millaisissa tilanteissa voisit hyödyntää valmiita materiaaleja työssäsi? Valitse yksi materiaali, johon tutustut tarkemmin. Käytä sitä työsi tukena lapsiryhmässä viikon ajan.

