



## Kiusaamisesta terveeseen nettikäyttöön (KiTeNet) SELKOKIELELLÄ

Suomen Lions-liitto ry on tehnyt oppaan vanhemmille (<https://lions/kitenet>). Oppaassa annetaan tietoja siitä, mitä on kiusaaminen internetissä. Asiantuntijat neuvovat vanhempia. Tavoite on, että ketään ei kiusata ja että kukaan ei itse kiusaa netissä. Netissä on lisääntynyt rikollisuus. Se näkyy vihapuheena ja valheiden levittämisenä. Vanhemmat tarvitsevat taitoja ja neuvoja. Jokainen vanhempi voi olla hyvä kasvattaja myös netin käyttämisessä. On tärkeää huolehtia, että ketään ei kiusata netissä. Vanhempi on myös mediakasvattaja. Hyvä mediakasvattaja huolehtii siitä, että lapsella on hyvä olla myös internetissä. Oppaassa kerromme, miten olla hyvä mediakasvattaja.

Yli 10-vuotiaista lapsista suurin osa käyttää nettiä. Lapset käyttävät nettiä tavatakseen toisiaan. Lapset hakevat netistä tietoa ja oppivat uutta. On tärkeää, että lapset osaavat käyttää nettiä. Netti on tärkeä osa lasten elämää.

Netissä tapahtuu myös kiusaamista. Tutkimuksen mukaan lapsista 39% lapsista on kiusattu netissä. Kiusaaminen on ilkeää puhetta ja kommentteja. Kiusaaminen voi olla myös muuta. Joka toinen vanhempi on huolissaan. Vanhempia huolestuttaa myös se, että netissä on paljon sota. Vanhemman on hyvä näyttää esimerkkiä.

Lapselle tulee opettaa, mikä on turvallista netissä. Lapselle tulee kertoa, mitä vaaroja netissä on. Silloin lapsi osaa suojella itseään.

### **Nettikiusaaminen**

Netissä on myös kiusaamista. Kiusaaminen on haukkumista, nimittelyä, nöyryyttämistä, uhkailua tai kuvien ja tietojen levittämistä ilman lupaa. Kiusaaminen ei ole koskaan kiusatun syy. Puolet nuorista kokee kiusaamista netissä. Melkein kaikki ovat nähneet kiusaamista netissä.

Kiusaaminen vähenee netissä, kun:

- lapsi osaa suojella itseään
- lapsi tietää, että mitä netissä saa tehdä
- lapsi kunnioittaa muita
- lapsi oppii ymmärtämään, mitä toinen ajattelee
- lapsi auttaa muita

Lapsi ei itse tiedä, onko internetin vaara totta. Vanhemman täytyy tietää, mitä lapsi tekee netissä. Vanhemman täytyy puuttua kiusaamiseen netissä. Lasta ei saa syyttää. On tärkeää kuunnella lasta. Lapsen kanssa pitää keskustella. Kaikesta selviää.

### **Netin turvallinen käyttö arjessa**

Aikuisen täytyy kertoa lapselle, miten netissä on turvallista. On tärkeää, että salasanoja ei anneta kenellekään. Lapsi ei saa antaa omia tietojaan tuntemattomalle henkilölle. Netissä joku voi kysyä vaikeita kysymyksiä. Lapsen ei tarvitse vastata netissä kysymyksiin. Lapsi ei saa lähettää omia valokuviaan tuntemattomille. Lapsi ei saa kirjoittaa loukkaavia viestejä. Vanhemman tulee tukea lasta, jos hän saa ilkeitä viestejä tai pelottavia kuvia.

Lapselle voi neuvoa, miten lopettaa kiusaaminen. Kiusaajan voi estää. Kiusaajaa voi pyytää lopettamaan. Kiusaamisesta voi kertoa kaverille ja vanhemmalle. Kiusaamisesta voi ilmoittaa henkilölle, joka ylläpitää nettisivuja.

### **Mitä muuta vanhempi voi tehdä lapsen hyvinvoinnin eteen?**

Hyvä vanhempi huolehtii, että lapsen elämä on monipuolista. Vanhempi huolehtii, että lapsi nukkuu, liikkuu, syö, leikkii ja on perheen kanssa. Vanhempi huolehtii, että lapsi ei ole liikaa netissä. Suomessa on hyviä sovelluksia. Sovelluksen avulla voi huolehtia, että lapsi ei ole liikaa netissä. Vanhemman tulee tietää, mitä lapsi katsoo netistä. Vanhempi voi saada apua toisilta vanhemmilta. Lapsella pitää olla säännöt, mitä hän tekee netissä. Lapsella pitää olla säännöt, kuinka kauan hän on netissä.

### **Mikä on vastoin Suomen lakia?**

Suomessa on laki siitä, mitä netissä saa tehdä. Netissä ei saa loukata toisen kunniaa. Toisen kunnian loukkaaminen tarkoittaa tietojen tai kuvien lähettämistä ilman lupaa. Suomessa on rikos, jos varastaa toisen tiedot. Netissä ei saa esiintyä vääränä henkilönä. Netissä ei saa jakaa toisesta valokuvaa, jossa henkilö on alasti tai vähissä vaatteissa. Netissä ei saa jakaa kuvaa, jossa on väkivaltaa. Suomessa ei saa pitää itsellään kuvaa, jossa lapsi on alasti.

etissä tapahtuu paljon seksuaalista häirintää. Vanhemman tulee neuvoa lastaan. Lapsen tulee kertoa vanhemmalle, jos hän lapsi näkee seksuaalista häirintää. Seksuaalinen häirintä voi olla seksiin liittyviä ehdotuksia. Se voi olla alastonkuvia. Vanhemman tulee opettaa lapselleen, miten tehdään kuvakaappaus. Kuvakaappaus tarkoittaa, että nettisivusta tulee talteen valokuva. Vanhemman tulee opettaa lapselleen, että sopimattomiin viesteihin ei vastata. Jos vanhempi epäilee rikosta, se tulee ilmoittaa poliisille.

## **Netin hyödyt ja haitat**

Lapsen hyvä päivä on monipuolinen. Hyvä päivä tarkoittaa sitä, että ei ole liikaa netin käyttöä. Netti ei voi korvata ystäviä. Netin käyttäminen myöhään illalla voi vaikuttaa lapsen nukkumiseen. On hyvä olla aikaa, jolloin ei tapahdu mitään. Kun lapsi on netissä, hän ei huomaa, että aikaa kuluu paljon. Vanhemman tulee sanoa, mikä on sopiva määrä. Vanhemman tulee huolehtia, että päivän aikana tapahtuu paljon hyviä asioita.

Netti voi olla myös hyvä asia. Netissä voi saada kehumista. Iloiset kommentit ja sydämet voivat tukea lapsen itsetuntoa. Itsetunto tarkoittaa sitä, kuka lapsi ajattelee olevansa. Kun toiset ihmiset kehuvat lasta netissä ja lähettävät hänelle iloisia viestejä, hänen itsetuntonsa vahvistuu.

Tutkimusten mukaan lapset pitävät tärkeänä, että aikuiset ottavat netissä tapahtuvan kiusaamisen tosissaan.

Vanhemman tulee keskustella lapsen kanssa. Vanhemman tulee kysyä lapselta, miksi lapsi on netissä. Onko lapsi netissä pelaamassa? Onko netti lapselle paikka, jossa hän rentoutuu? Onko netti paikka, jossa lapsi ei tunne huolta? Vanhemman on kysyttävä, kenen kanssa lapsi pelaa. Vanhemman on tiedettävä, mitä lapsi tekee netissä. Vanhemman on selvitettävä, minkä ikäiset saavat pelata pelejä, joita on netissä. Vanhemman on hyvä olla yhdessä lapsen kanssa netissä. Yhteinen pelaaminen on mukavaa. Yhteinen tekeminen on tärkeää.

***Toivomme, että netissä on turvallista ja mukavaa!***



***SUOMEN LIONS-LIITTO***