

## TUNNIN ALOITUS

Kerro oppilaille:

*Rikkomaton raja on Kuopion kaupungin kampanja, joka on alkanut kesällä 2025. Tuolloin olet voinut nähdä kampanjan materiaaleja kaupungin busseissa, infotauluilla ja some-kanavissa. Kampanjan avulla halutaan reagoida erityisesti lasten ja nuorten parissa lisääntyneeseen seksuaalisen häirinnän ja ahdistelun kokemukseen. Tänä keväänä kampanja näkyy myös Kuopion kaupungin kouluilla, olet saattanut nähdä julisteita tai infotaululla materiaalia kampanjaan liittyen.*

*Rikkomaton raja –tunnilla teemme muutamia harjoitteita, joiden avulla harjoittelemme taitoja toimia uhkaavissa tai epämiellyttävissä tilanteissa ja vahvistaa omien rajojemme puolustamista.*

## LÄMMITTELYLEIKKI: TURVAOHJE

Kesto: 10 min

Tarvikkeet: reipasta taustamusiikkia

1. Ohjaaja kertoo turvaohjeesta:

*"Liian kovat äänet tai vaikkapa riitelyn äänet voivat kuulostaa ikäviltä ja sellaisen kuuntelemisesta voi tulla paha olo. Niin voi käydä myös silloin, jos joku puhuu muuten rumasti tai käyttäytyy uhkaavasti, koittaa vaikkapa koskettaa sinua ilman lupaa. Tällaisia tilanteita varten on opeteltava kolmen kohdan sääntö, joiden mukaan sinun on hyvä toimia, jos joku tilanne näyttää, kuulostaa tai tuntuu pahalta:*

- *Sano ei*
- *Lähde pois*
- *Kerro turvalliselle aikuiselle"*

2. Leikitään turvaohjeisiin liittyvää leikkiä. Kaikki osallistujat kävelevät tilassa sokin sokin musiikin soiodessa. Aina välillä ohjaaja pysäyttää musiikin ja antaa jonkin näistä kolmesta ohjeesta, kuinka osallistujien tulee toimia:

"Sano ei" = kaikki pysähtyvät, ottavat oman tomeran asennon ja sanovat vahvasti Ei

"Lähde pois" = kaikki juoksevat hetken paikallaan

"Kerro turvalliselle aikuiselle" = kaikki juoksevat ohjaajan luo ja kuiskuttelevat siansaksakielellä

Kun musiikki lähtee soimaan, niin kaikki kulkevat taas sokin sokin tilassa. Kun peli alkaa olla tuttu, niin ohjaaja voi aina sanoa, kuka osallistujista saa päättää, miten toimitaan.

## OIKEUS MÄÄRÄTÄ OMASTA KEHOSTAAN

Kesto: 10 min

Tarvikkeet: AV-laitteisto

1. Aloitetaan harjoitus katsomalla YLE:n Kehoni on minun –sarjasta ensimmäinen jakso "Oikeus määrätä omasta kehostaan": <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2019/09/02/kehoni-on-minun> (3,5 min)
2. Ohjaaja kysyy lapsilta, mitä ajatuksia video herätti. Keskustelun jälkeen ohjaaja lukee väitteitä. Lapset näyttävät peukkua ylös, jos väite on oikein, ja peukkua alas, jos väite on väärin. Jokaisen väitteen jälkeen ohjaaja kuittaa, oliko väite oikein vain väärin.
  - Sinun kehosi kuuluu sinulle (oikein)
  - Lapsi voi määrätä toisen lapsen kehosta (väärin)
  - Sukuelimet voivat tuntua mukavan kutkuttavalta ja itseään voi tutkia hellästi (oikein)
  - Aikuiset eivät saa koskaan leikkiä lasten sukuelimillä (oikein)
  - Lääkärit ja hammaslääkärit eivät saa laittaa välineitä lasten suihin (väärin)
  - Sinun kehosi on tärkeä ja arvokas ja se kuuluu sinulle (oikein)
  - Jos joku aikuinen koskettaa lapsen sukuelimiä tai pyytää koskettamaan aikuisen sukuelimiä, siitä pitää kertoa turvalliselle aikuiselle (oikein)
3. Harjoituksen lopuksi käydään läpi, kuka on kenenkin turva-aikuinen. Jos joku lapsi ei keksi ketään, ohjaaja voi sanoittaa, kuka on turvallinen aikuinen koulussa.

## SAANKO KOSKETTAA SINUA...

Kesto: 10 min

Tässä harjoituksessa harjoitellaan luvan kysymistä ja antamista koskettamiseen. Voidaan tehdä myös niin, että kaikilla on pehmolelu, jonka koskettamista kysytään.

1. Jaetaan parit tai kolmen ryhmät

Ohjaaja kertoo:

"Jokaisella on oikeus päättää omasta kehostaan mutta ei muiden kehosta."

"Ihmiset ovat erilaisia: jotkut pitävät paljon koskettamisesta ja jotkut eivät."

"Jokaisella on oikeus asettaa rajat ja sanoa ei, jos joku yrittää koskettaa sillä tavalla tai sellaiseen kohtaan, johon ei haluaisi kosketusta."

2. Harjoitellaan luvan kysymystä koskettamiseen ja luvan antamista / kieltämistä. Päätetään parin kanssa, kumpiko aloittaa tai pienessä porukassa järjestys. Jokainen lapsi vuorotellen kysyy seuraavalta: "Saanko koskea sinua (ja joku kehonosa)". Se keneltä kysytään päättää, saako toinen koskea vaiko ei. Ohjaajan on tärkeä muistuttaa, että

kieltäytyminen toisen koskettamisesta on myös erittäin ok. Tehdään tätä niin, että jokainen ennättää kysyä muutaman kerran.

3. Jatketaan vielä muutaman minuutin ajan ja nyt voi kysyä myös MITEN haluaisi koskettaa, esim. "Saanko koskettaa sinua käteen kutittamalla?" Edelleen on oikeus sanoa, joko kyllä tai ei.

4. Käydään koko porukalla lyhyt keskustelu, miltä harjoitus tuntui.

## **TUNNIN LOPETUS**

Kerrataan turvaohje. Jos joudut tilanteeseen, jonka koet epämiellyttäväksi tai pelottavaksi muista toimia turvaohjeen mukaan. Muistatteko, mitkä olivatkaan turvaohjeen kolme kohtaa?

1. **Sano ei**
2. **Lähde pois**
3. **Kerro turvalliselle aikuiselle**

**Muista, jos tilanne on mielestäsi todella uhkaava ja pelottava, soita heti hätänumeroon 112.**

Kerro vielä, miten hätänumeroon soittaessa toimitaan:

- Ole rauhallinen
- Kerro kuka olet, mitä on tapahtunut ja missä
- Kuuntele tarkasti hätäkeskuksen ohjeita ja kysymyksiä, vastaa kysymyksiin ja toimi ohjeiden mukaisesti
- Lopeta puhelu vasta kun hätäkeskuksen henkilö antaa sinulle siihen luvan

Tiesitkö, että:

- Hätäpuhelu on maksuton
- Puhelimessa ei tarvitse olla sim-korttia
- Puhelimessa ei tarvitse olla saldoa
- Puhelimen akku tulee kuitenkin olla ladattu