

# Terveisiä päättäjille!

Mitä kansanedustajien olisi tärkeää tietää lasten ja nuorten hyvinvoinnista?



Lapsen oikeuksien viikolla 2023 kerättiin lasten ja nuorten mielteitä hyvinvoinnista. Lasten ajatuksissa korostuivat erityisesti turvalliset ihmissuhteet ja terveelliset elämäntavat. Hyvinvointiaan he kokevat heikentävän kiusaamisen, yksinäisyyden, väkivallan, huonojen kotiolojen sekä stressin ja paineiden. Lapset toivovat päättäjiltä hyväkuntoisia kouluja, terveellistä koulu-ruokaa, harrastusmahdollisuuksia ja sitä, että heitä kuunneltaisiin aidosti.



## Ihmissuhteet ja elämäntavat keskiössä

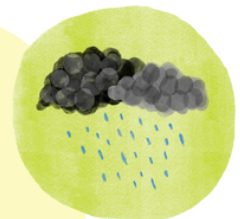
Turvalliset ihmissuhteet, terveelliset elämäntavat ja positiivinen, lasta tukeva ympäristö koettiin vahvaksi perustaksi hyvinvoinnille. Lasten ja nuorten mielestä hyvinvointia vahvistavat mm.

- ystävät ja perhe, hyvät kotiolot,
- harrastukset ja vapaa-aika,
- ruoka, liikunta ja uni,
- turvallinen ympäristö ja turvalliset aikuiset,
- onnistumiset, keuhut ja positiivinen palaute,
- toimivat mielenterveyspalvelut ja nuorten chatit,
- nuorisotalot, -tilat ja -ohjaajat.

## Ongelmiin pitää puuttua ajoissa

Lapset ja nuoret tunnistivat monenlaisia hyvinvointiaan heikentäviä tekijöitä. Ennaltaehkäisevien toimenpiteiden ja tuen tarjoaminen koettiin tärkeänä, jotta hyvinvointia uhkaaviin tekijöihin voitaisiin puuttua ajoissa. Uhiksi nimettiin mm.

- kiusaaminen, yksinäisyys,
- päihteet,
- pelko mennä kouluun,
- huonot kotiolot, perhe- ja ihmissuhdeongelmat
- väkivalta ja sen uhka,
- some-palvelujen aiheuttamat paineet ja liiallinen puhelimen käyttö,
- huono kouluruoka, pitkät koulupäivät ja opiskelustressi ja -paineet,
- vähäinen uni,
- vähäinen vapaa-aika,
- mielenterveysongelmat,
- köyhyys,
- epävarma tai ahdistava maailmantilanne,
- lapsen jättäminen huolehtimaan itsestään liian yksin.



**LAPSEN  
OIKEUDET**

## Toiveissa tasapainoinen elämä



Lapset ja nuoret toivovat panostuksia kouluympäristöön ja monipuoliseen, kaikille saavutettavissa olevaan tekemiseen. Toiveissa korostui mahdollisuus ja tuki tasapainoisempaan elämään.

- parempi kouluruoka,
- pidemmät välitunnit, lyhyemmät koulupäivät,
- huonossa kunnossa ja epäterveellisessä tilassa olevien koulujen kunnostus,
- paremmat sekä ilmaiset tai edullisemmat mahdollisuudet harrastaa,
- vähemmän puhelimen ja somen käyttöä ja tilalle jotakin muuta tekemistä, esim. lukemista,
- lisää liikuntaa,
- lisää mahdollisuuksia olla ja tehdä yhdessä.

## Mikä on tärkeää?

Lapset ja nuoret korostivat kuulluksi tulemisen, aktiivisen osallistumisen ja turvallisen, tasapainoisen ympäristön merkitystä sekä aikuisten roolia jokaisen lapsen ja nuoren hyvinvoinnin rakentamisessa. Tärkeinä asioina näyttäytyivät:

- kuunteleminen ja lapsen ja nuoren kokemuksen ottaminen todesta,
- nuorten mielipiteiden huomioiminen päätöksenteossa,
- se, että jokaisella lapsella olisi ympärillä turvallisia, kuuntelevia ja lasten asioista ymmärtäviä ihmisiä eri elämänvaiheissa,
- se, että myös materiaaliset asiat olisivat kunnossa, eikä mitään puuttuisi,
- lepo ja liikunta,
- positiivinen ympäristö ja turvallisuus.



Lapset ja nuoret peräänkuuluttivat myös kiusaamiseen puuttumista ja ystävällisyyttä hyvinvoinnin sekä turvallisen ja osallistavan ympäristön rakentumisessa. Tärkeäksi koettiin myös, että:

- kiusaamista kitkettäisiin,
- kaikilla olisi kaveri,
- viljeltäisiin ystävällisyyttä ja huumoria,
- ruokittaisiin yhteisöllisyyttä.



**Lapsen oikeuksien viikkoa 2023** vietettiin marraskuussa lähes tuhannessa suomalaisessa koulussa, lähes 2000 varhaiskasvatyyskiossissä sekä kunnissa ja kaupungeissa sadoissa erilaisissa tapahtumissa, tempauksissa ja vapaa-ajantoiminnoissa. Lapsen oikeuksien viikkoa järjestää Lapsen oikeuksien kansallinen viestintäverkosto, jota koordinoi Lastensuojelun Keskusliitto ja ohjaa lapsiasiavaltuutettu.

Viestinnän asiantuntija Maria Talvitie, Lastensuojelun Keskusliitto  
p. 040 868 0260 maria.talvitie@lskl.fi

Viestinnän ja vaikuttamisen johtaja Juuli Hurskainen, Lastensuojelun Keskusliitto  
p. 050 3533 480, juuli.hurskainen@lskl.fi



**LAPSEN  
OIKEUDET**