

KARELIA-AMMATTIKORKEAKOULU

Sairaanhoitajakoulutus

Roosa Honkanen
Heli Romppanen

SOSIAALISESSA MEDIASSA ILMENEVÄ KIUSAAMINEN

Opinnäytetyö
Kesäkuu 2018



OPINNÄYTETYÖ
Toukokuu 2018
Sairaanhoitajan koulutusohjelma

Tikkarinne 9
80200 JOENSUU
+358 13 260 600

Tekijät
Heli Romppanen, Roosa Honkanen

Nimeke
Sosiaalisessa mediassa ilmenevä kiusaaminen

Toimeksiantaja
Eräs Pohjois-Karjalan alakoulu

Tiivistelmä

Koulukiusaaminen on aiemmin ollut suoraan kiusattuun kohdistuvaa pilkkaa, ivaa ja jopa väkivaltaa. Älylaitteiden ja niissä käytettävien sovellusten yleistyessä kiusaaminen sekä koulukiusaaminen ovat siirtyneet internetiin. Nykypäivänä yhä nuoremmilla on käytettävissä älylaitteet, jotka mahdollistavat nopean yhteydenoton ja helpon pääsyn sovelluksiin. Älylaitteiden kääntöpuolena on uusi kiusaamismuoto, joka mahdollistaa kiusaamisen ympäri vuorokauden paikasta riippumatta, jopa anonyymina.

Tämän määrällisen opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää 10–13-vuotialta nuorilta sosiaalisessa mediassa ilmenevästä kiusaamisesta. Kysely toteutettiin kyselylomakkeen avulla, ja se sisälsi 14 suljettua kysymystä ja yhden avoimen kysymyksen.

Nuorten vastauksien pohjalta selvisi, että some-kiusaaminen on uhkailua, nimittelyä, salaisuuksien ja kuvien levittämistä, porukasta pois jättämistä, sometilin kopioimista ja julkista nolaamista. Some-kiusaamista oli kokenut 26 % vastaajista ja näistä 57 % oli saanut apua vanhemmilta. Suurinta osaa kiusatuista (62 %) oli kiusattu kerran kuukaudessa, 12 % oli kokenut kiusaamista viikoittain.

Jatkotutkimusideana tutkimuksen voi toistaa samaisessa tutkimuskoulussa uudelleen jonkin ajan kuluttua ja vertailla tuloksia aiempaan. Kyselyn voi toteuttaa muissakin kouluissa, joissa halutaan tietoa some-kiusaamisesta. Tutkimusta voi myös hyödyntää ammattikorkeakouluissa some-kiusaamisen selvittämiseen aikuisiällä.

Kieli
suomi

Sivuja 47
Liitteet 4
Liitesivumäärä 8

Asiasanat

koulukiusaaminen, sosiaalinen media, kiusaamisen muodot, kiusaamisen vaikutukset



THESIS
May 2018

Degree Programme in Nursing

Tikkarinne 9
FI-80220 JOENSUU
FINLAND
Tel. +358 13 260 600

Authors

Heli Romppanen, Roosa Honkanen

Title

Manifestation of Bullying in Social Media

Commissioned by

One A Lower Comprehensive School in North Karelia

Abstract

Earlier, school bullying was straightforward mockery and even physical violence. Nowadays when smart devices are common bullying and school bullying have moved to the internet. Younger and younger people uses smart devices and have access to various applications, which allow quick messaging. This phenomenon also has a disadvantage, that is, a new form of bullying which makes it possible to bully around the clock anonymously trough social media.

The purpose of this quantitative thesis purpose was to explore bullying in social media among 10 to 13- year- old youngsters. The questionnaire included 14 closed questions and one open-ended question.

The replies of the youngsters revealed that bullying in social media is threatening, namecalling, revealing secrets, spreading of pictures, excluding from group, copying of social media accounts and public humiliation. Twenty-six percent of the respondents had experienced bullying in social media, and of these 57 % had received help from their parents. Altogether 61 % of the respondents experienced bullying in social media had happened the most once a month (61 %) and 12 % had experienced bullying once or several times a week.

This study could be conducted in the same school again after a while and compare answers to earlier, or this present study could be used to explore social media bullying in a university of applied science.

Language
Finnish

Pages 47
Appendices 4
Pages of Appendices 8

Keywords

school bullying, social media, forms of bullying, effects of bullying

Sisältö

Tiivistelmä

Abstract

| | | |
|-----|---|----|
| 1 | Johdanto | 5 |
| 2 | Kiusaaminen ilmiönä | 6 |
| 2.1 | Kiusaamisen muodot | 7 |
| 2.2 | Uhriksi valikoituminen | 8 |
| 2.3 | Kiusaajan profiili..... | 9 |
| 3 | Sosiaalisessa mediassa tapahtuva kiusaaminen | 10 |
| 3.1 | Kiusaamisen kanavat somessa | 11 |
| 3.2 | Some-kiusaamiseen puuttuminen..... | 12 |
| 3.3 | Laki ja seuraamukset..... | 14 |
| 4 | Kiusaamisen seuraukset..... | 16 |
| 4.1 | Seuraukset fyysiseen terveyteen | 17 |
| 4.2 | Seuraukset psyykkiseen terveyteen | 19 |
| 4.3 | Seuraukset sosiaalisiin suhteisiin | 20 |
| 4.4 | Hoitotyön auttamismenetelmät | 21 |
| 5 | Kiusaamisen ennaltaehkäisy ja siihen puuttuminen..... | 23 |
| 5.1 | Kiusaamisen ennaltaehkäisy | 24 |
| 5.2 | KiVa Koulu | 25 |
| 6 | Opinnäytetyön tarkoitus ja tutkimusongelmat | 27 |
| 7 | Menetelmälliset valinnat..... | 27 |
| 7.1 | Kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimusmenetelmä..... | 28 |
| 7.2 | Aineistonkeruumenetelmä | 28 |
| 7.3 | Aineiston analyysi | 30 |
| 8 | Tulokset | 31 |
| 8.1 | Taustatiedot..... | 31 |
| 8.2 | Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa | 33 |
| 8.3 | Kiusaamisen näkyminen nuoren arjessa | 36 |
| 8.4 | Kiusaamisen kokeminen..... | 38 |
| 8.5 | Kiusaamiseen puuttuminen..... | 39 |
| 9 | Pohdinta..... | 40 |
| 9.1 | Tulosten tarkastelu | 41 |
| 9.2 | Luotettavuus ja eettisyys | 42 |
| 9.3 | Opinnäytetyön prosessin tarkastelu..... | 45 |
| 9.4 | Tutkimuksen hyödyntäminen ja jatkokehittäminen..... | 47 |
| | Lähteet..... | 48 |

Liitteet

Liite 1 Kyselylomake

Liite 2 Saatekirje nuorille

Liite 3 Toimeksiantosopimus

Liite 4 Tutkimuslupa

1 Johdanto

Kiusaaminen kouluissa on yleistymässä, ja se on ollut vahvasti esillä mediassa. Luultavasti kaikilla on kokemuksia kiusaajista ja kiusatuista. Kiusaaminen voi olla fyysistä, psyykkistä tai henkistä. Sosiaalisen median yleistyminen on tuonut mukanaan uusia kiusaamismuotoja. (KAKS-Kunnallisalan kehittämissäätiö 2013a, 33.) Some-kiusaaminen on sovellusten kautta tapahtuvaa nimittelyä, henkilökohtaisten tietojen ja kuvien levittämistä, kuvien muokkausta, julkista nolaamista, juoruilua ja ryhmistä eristämistä. (Hamarus 2008a, 71–72.)

Kiusaamisen seuraukset uhrille voivat olla vakavia ja pitkäkestoisia. Uhriksi joutunut voi kärsiä monenlaisista mielenterveysongelmista, kiputiloista ja yleisestä sairastelusta sekä sosiaalisten tilanteiden pelosta. Kiusaamisen seuraukset eivät heijastu pelkästään uhriin, vaan kiusaaminen voi koskettaa myös molempia osapuolia. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017a.)

Kiusaamiseen on vaikea puuttua, koska siitä harvoin jää fyysisiä merkkejä uhriin. Kiusaamista ilmiönä on tutkittu vuosien aikana ja näiden tutkimusten pohjalta on kehitetty KiVa-Koulu, joka muodostuu sanoista kiusaamisen vastainen. KiVa-Koulu on tarkoitettu kouluille välineeksi kiusaamisen ennaltaehkäisyyn ja siihen puuttumiseen. (KiVa-Koulu 2012a.) Some-kiusaamisen ennaltaehkäisyssä ja siihen puuttumisessa vanhempien rooli korostuu. (Hamarus 2012a, 41).

Tämän määrällisen opinnäytetyön tarkoitus on selvittää 10–13-vuotiaiden nuorten kokemuksia sosiaalisessa mediassa tapahtuvasta kiusaamisesta. Toimeksiantaja on eräs Pohjois-Karjalan alakoulu.

2 Kiusaaminen ilmiönä

Kiusaaminen on pitkäaikaista, toistuvaa henkistä, ruumiillista tai sosiaalista väkivaltaa. Kiusaaminen kohdistuu yhteen valittuun henkilöön, joka on sattunut valikoitumaan kiusaamisen kohteeksi. Suomessa kouluterveyskyselyssä kiusaaminen määritellään seuraavasti:

Kiusaamisella tarkoitetaan sitä, kun toinen oppilas tai ryhmä oppilaita sanoo tai tekee epämiellyttäviä asioita jollekin oppilaalle. Kiusaamista on myös se, kun oppilasta kiusoitellaan toistuvasti tavalla, josta hän ei pidä. Kiusaamista ei ole se, kun kaksi suunnilleen samanvahvuista oppilasta riitelevät. (Koulurauha, 2010.)

Kiusaajalla on aina valtaote kiusattuun ja kiusattu joutuu puolustautumaan tai on aseeton kiusaajia vastaan. Usein kiusaamisen taustalla on vallan tavoittelu, jota kiusaaja havittelee. Valta käsittää aseman, suosion, ystävien tai muun vastaavan. Tällä tavalla kiusatun avulla kiusaaja nostaa omaa asemaansa. Kiusaaminen alkaa negatiivisena asennoitumisena kiusattuun ja jatkuu teoilla, jotka luokitellaan kiusaamiseksi. Näillä teoilla testataan kiusatuksi valikoidun reaktioita. (Hamarus 2008b, 12–13.) Kiusaaminen muuttuu yleensä asteittain pahemmaksi, ja tähän liittyy suunnitelmallisuus. Kiusaaminen on näkymättömämpää, mitä enemmän kiusaajilla on ikää. (Satri 2015a, 17.)

Kiusaaminen on usein sukupuoleen ja seksuaalisuuteen viittaavaa: huorittelua ja homottelua, eleiden ja tyylin pilkkaamista. Nykynuorten arkiseen puhutteluun ovat vakiintuneet seksualisoituneet ilmaukset, mutta se ei tee ilmauksista hyväksyttäviä. Kaikki halventaminen tai väheksyminen on kiusaamista. (Terveystieteiden tutkimuskeskus ja Nuorisoterveystieteiden tutkimuskeskus 2017.)

2.1 Kiusaamisen muodot

Kiusaaminen jaotellaan eri tavoin ja se voidaan jakaa suoraan ja epäsuoraan kiusaamiseen. Suora kiusaaminen on esimerkiksi lyömistä, potkimista ja kiusatun haukkumista. Epäsuora kiusaaminen on pahan puhumista selän takana, huhujen levittämistä, panettelua tai eristämistä. Tutkijat ovat jaotelleet kiusaamisen myös fyysiseksi, psyykkiseksi (tai henkiseksi) ja sosiaalisesti kiusaamiseksi. (Hamarus 2008c, 45.)

Fyysinen kiusaaminen on suoraa, ja se ilmenee väkivaltana, jota on esimerkiksi lyöminen, potkiminen, töniminen, nipistäminen ja hiuksista vetäminen. Fyysisellä kiusaamisella on tarkoitus satuttaa toista, ja tästä voi aiheutua uhrille näkyviä vammoja, kuten kipua, mustelmia, punoitusta ja luunmurtumia. Poikien harjoittama kiusaaminen on yleensä fyysisempää kuin tyttöjen harjoittama. Myös tytöt voivat syyllistyä fyysisen väkivallan käyttöön, jolloin uhrille voidaan aiheuttaa vakavia hoitoa vaativia vammoja. (Satri 2015b, 16.)

Psyykkisellä kiusaamisella osoitetaan sanallisesti väkivaltaa, jota on esimerkiksi haukkuminen, juoruaminen, pahan puhuminen selän takana ja porukasta eristäminen. Psyykkisellä kiusaamisella on tarkoitus aiheuttaa uhrille häpeää, nolostumista ja alemmuuden tunnetta. Hyvin usein tämä kiusaamismuoto jää aikuisilta huomaamatta, koska siitä ei jää näkyviä jälkiä, eivät nuoret välttämättä tuo kiusaamista esiin. Sanallinen kiusaaminen on yleisempää tyttöjen kuin poikien keskuudessa. (Satri 2015c, 16.)

Hiljainen kiusaaminen, jota kutsutaan myös piilo- ja henkiseksi kiusaamiseksi on kiusaamisen muoto, jonka havaitsemiseen tarvitaan erityisosaamista. Hiljaisen kiusaamisen seuraukset eivät ole fyysisesti näkyviä ja sen huomaaminen on vaikeaa. Tällainen kiusaaminen on sanatonta ja perustuu kehonkieleen, ilmeisiin ja katseisiin. Piilokiusaaminen aiheuttaa vakavia tunne-elämän vaurioita, jotka ovat pitkäkestoisia. (Holmberg-Kalenius 2008, 23.) Uhri yleensä syyllistää itseään, koska hän ei tunnista henkistä väkivaltaa, eikä tiedosta olevansa uhri. Kun uhri havahtuu olevansa kiusaamisen kohde, hänen on vaikea kertoa kiusaamisesta

muille. Juuri tämän takia henkinen kiusaaminen aiheuttaa syviä haavoja, ja se kohdistuu psyykkisiin rakenteisiin. (Satri 2015d, 16.)

Sosiaalisella kiusaamisella tarkoitetaan esimerkiksi ryhmässä toteutettua kiusaamista, jossa osallisena on useita kiusaajia. Tällä kiusaamisen muodolla pyritään usein vaikuttamaan ystävyys – ja vuorovaikutussuhteisiin manipuloimalla niitä, sulkemalla kiusattu pois ryhmästä ja yhteisöstä. Sulkemista ryhmästä voi tapahtua, ja tämä on yhä yleistyvää nuorten keskuudessa, koska he viettävät paljon aikaa sosiaalisessa mediassa. Kiusaamista tapahtuu siellä, missä nuoret viettävät aikaansa. Tänä päivänä suosituin vuorovaikutusalusta on internet ja sähköiset viestimet, jotka ovat mahdollistaneet juorujen, huhujen, asiattomien kuvien ja videoklippien sähköisen levittämisen. (Hamarus 2012b, 38–39.)

2.2 Uhriksi valikoituminen

Kiusaamisen kohteeksi joutunutta kutsutaan tieteellisissä tutkimuksissa uhriksi. Uhriksi voi joutua kuka tahansa, ja uhrin on turha etsiä syitä kiusaamiselle itseltään. (Suomen mielenterveysseura 2017a.) Kiusaamisen uhriksi joutumiseen voi vaikuttaa se, että lasta on ylisuojeltu, jolloin lapsi on yleensä herkkä kaikille negatiivisille teoille (Hamarus 2008d, 15).

Yhtenä tekijänä kaikenlaiselle kiusaamiselle voidaan pitää uhriksi joutuneen erilaisuutta suhteessa muihin (Satri 2015e, 20). Toiset lapset pitävät kiusaamista tiettyyn pisteeseen asti leikkinä, kun taas herkempi lapsi voi kokea pienenkin kiusoittelun uhkaavana ja ahdistavana (Hamarus 2008e, 15).

Uhriksi valikoitumiseen vaikuttavat useat eri tekijät, yksi näistä on erilaisuus. Erilaisuuden tekijöiksi on mainittu kiusatun ulkonäkö, luonne, uskonto, seksuaalisuus, pukeutuminen, käyttäytyminen tai eriävät mielipiteet. Kateus on myös syy kiusaamiselle. (Liikala 2016a, 62.) Uhrilla voi olla kiusaajan mielestä vääränlainen vaatetus, esimerkiksi kiusatulla ei ole merkkivaatteita tai merkkireppua. Myös harrastusvälineiden puuttuminen tai niiden uusiokäyttö voi olla syy joutua kiusa-

tuksi. Toisaalta uhri voi olla kiusaajan mielestä liian kaunis, mikä on tyttöjen keskuudessa yleinen kateuden aihe. Kiusaamismuoto voi tällöin pahimmillaan olla fyysistä eli uhria halutaan tietoisesti satuttaa, jolloin uhrin ominaisuus halutaan kateuden vuoksi tuhota. Kiusaamista pyritään perustelemaan ja oikeuttamaan yksilöllisten ominaisuuksien avulla. Tämä kuitenkin on ryhmäilmiö, eikä sitä voida selittää joidenkin tiettyjen piirteiden avulla. (Satri 2015f, 20.) Useimmissa kiusaamistapauksissa uhriksi on valikoitunut muita ystävällisempi ja empaattisempi nuori (Suomen mielenterveysseura 2017b).

Opettajan mielistely, nuoren viisaus tai niin sanottu tyhmyys ovat myös tapoja, joilla uhri valitaan. Tällöin koetaan usein kateutta, tai vaihtoehtoisesti pilkkaaminen on äärimmäisen helppoa. Hamarus (2007a) on tehnyt väitöskirjan, jonka yhteenvedona hän toteaa, että kiusaamisen välttämiseksi, opiskelijan olisi oltava niin sanotusti hajuton, mauton ja huomaamaton, jolloin kukaan ei kiinnittäisi häneen huomiota.

2.3 Kiusaajan profiili

Kiusaaja voi olla aivan tavallinen lapsi. Kiusaamista tarkastelleet tutkijat Suomessa ja ympäri maailmaa ovat yrittäneet selvittää onko kiusaajalla jokin erityinen piirre, josta tunnistaa kiusatun. Kiusaajat ovat yleensä suosittuja ja heillä on valtaa kaveripiirissään. He pyrkivät vallalla ja asemalla hallitsemaan muita ja vetämään roolia ryhmässä. Kiusaaja on voinut olla myös itse jossain vaiheessa kiusattu, jolloin hän peittää kiusaamistaustan kiusaamalla itse. (Hamarus 2012c, 44–46.)

Kiusaajalla on voimakas tarve kääntää kiusaaminen hyväksyttäväksi niin, että kiusattu olettaa sen olevan hänen syytään. Tässä yhtälössä kiusaaja käyttää eräänlaista strategiaa, jossa toisessa, viitekehyksen vääristelyssä, hän ajattelee uhrin toiminnan hyökkääväksi ja näin tulkitsee uhrin käyttäytymistä, jolloin kiusaamiselle olisi syy. Tätä kiusaamista kutsutaan toisella nimellä ”blaming the victim”, eli syyllistetään uhria. Toinen strategia on vähättely ja selittely, jossa usein

johtohahmona oleva kiusaaja vähättelee tekemisiään ja pystyy manipuloiden selittämään tilanteen edukseen. Hyvin usein kiusaaja käyttää uhriin ärsyttämistäktiikkaa, jonka tarkoituksena on saada uhri hermostumaan. Tällöin toiveissa on, että uhri toimii äkkipikaisesti, kuten vastaa kiusatun pilkkaan, tai käyttäytyy aggressiivisesti, jolloin uhri antaa vallan kiusatulle. (Hamarus 2007b.)

Kiusaajalla on halu päteä ja hallita muita. Kiusaaja on yleensä aggressiivinen, ja hänellä ei ole empatiakykyä. Uhri on kiusaajaa heikompi niin henkisesti kuin fyysisesti. Uhrin ollessa ahdistunut ja puolustuskyvytön kiusaaja kokee olevansa ylempiarvoinen ja hänellä on tarve päteä. (Olweus 1994, 3-4.) Kiusaajalla on usein mukanaan apuri tai apureita, jotka toteuttavat esimerkiksi fyysisen kiusaamisen. Kiusaaja suunnittelee kiusaamistilanteen niin, että se joko tapahtuu näytävästi, kuten pilkkaamalla koulun pihalla, tai vaihtoehtoisesti päättää ryhmäkeskustelussa eristää uhrin yllyttämällä muita samaan toimintaan. Usein apurit pelkäävät joutuvansa kiusaamisen kohteeksi, jos kieltäytyvät ”johtajan” käskyistä. (Hamarus 2007c.)

3 Sosiaalisessa mediassa tapahtuva kiusaaminen

Sosiaalisessa mediassa eli somessa tapahtuva kiusaaminen mahdollistaa helpon kiusaamisen ja some-maailma on erittäin kova. Nuoret kokevat tulevansa hyväksytyksi mitä enemmän tykkäyksiä, positiivisia kommentteja ja seuraajia he saavat. Nuoret voivat hakea hyväksyntää paljastavilla kuvilla. He eivät ymmärrä, miten laajalle kuvat voivat levitä ja kuinka monet ihmiset niitä voivat katsella. Somessa tapahtuvaan kiusaamiseen on vaikea puuttua, koska aina ei päästä syyllisen jäljille. (Helsingin kaupunki 2016a.) Some-kiusaaminen on haitallisempaa kiusatulle kuin perinteinen kasvotusten tapahtuva kiusaaminen (Liikala 2016b, 62).

Kiusaaminen some-ryhmissä on hiljaista, ja kiusaamistarkoituksessa lähetettyjä viestejä saatetaan lähettellä oppituntienkin aikana opettajan huomaamatta. Osallistumalla viestiketjuun some-kanavissa, joissa jotain uhkaillaan tai haukutaan,

on hiljaisen kiusaamisen hyväksymistä. Näistä viestiketjuista harvemmin kerrotaan aikuisille siinä pelossa, että joutuu itse kiusaamisen uhriksi. (Poliisi 2017a.)

Eräskin alakouluikäinen tyttö kertoi lähipoliisillemme kerran, että ennen välituntien alkamista muut tytöt olivat laittaneet viestiä toisilleen, että kukaan ei välitunnilla olisi tytön kanssa. Kyseistä viestittelyä oli jatkunut pitkään. Asia paljastui vasta kun opettaja kysyi tytöltä, miksi hän viettää kaikki välitunnit yksin. (Poliisi 2017a.)

3.1 Kiusaamisen kanavat somessa

Nuorten suosituimpia some-kanavia ovat Instagram, SnapChat ja WhatsApp. Muita koulukiusaamisen mahdollistavia some-kanavia ovat Kik, Facebook, Pinterest ja Twitter, sekä keskustelupalstat esimerkiksi Demi.fi. Instagramissa nuoret voivat perustaa kaksi profiilia, joista toinen on avoin ja toinen kavereille tarkoitettu. Tällä on ikävä kääntöpuoli, jossa voidaan levitellä perättömiä juoruja ja valheellisia kuvia. SnapChatissa julkaistaan videoita ja kuvia, jotka ovat näkyvissä vain hetken. Tämä mahdollistaa matalan kynnyksen kiusaamiselle. (Helsingin kaupunki 2016b.)

Ask.fm:ssä voidaan esittää kysymyksiä anonyymisti ja käyttävät ovat pääasiassa 11–13-vuotiaita nuoria. Monet eri kanavat mahdollistavat sen, että pahat puheet kulkevat myös paikkakunnalta toiselle. Tällöin kiusaamisen kohteeksi joutunut nuori, joka on vaihtanut kiusaamisen takia paikkakuntaa, voidaan tuntea jo etukäteen. (Helsingin kaupunki 2016c.)

Internet tarjoaa lukuisat eri reitit kiusaajille. He voivat toteuttaa kiusaamista lähettämällä sähköpostiviestejä, osallistumalla keskusteluun ja kommentoimalla. Internetin välityksellä tapahtuvaa nimittelyä, juorujen, henkilökohtaisten tietojen ja kuvien levittämistä, julkista nolaamista, kuvien muokkaamista, ketjuviesteihin osallistumiseen pakottamista, ja ryhmistä erottamista kutsutaan nettikiusamiseksi. Pahimmassa tapauksessa tämä voi olla uhkailua väkivallalla tai kuoleamalla. Kirjassaan Hamarus (2008f, 71–72) mainitsee, että internetin kautta kiusaaja voi kiusata kellon ajasta riippumatta ja kiusaajan yleisö on ääretön. Kiusaamistilanteissa on valitettavasti harvoin aikuisia läsnä valvomassa.

Nettikiusaaminen, jota kutsutaan myös sähköiseksi kiusaamiseksi, e-kiusaamiseksi, verkkokiusaamiseksi tai saippaukseksi on tarkoituksellista ja toistuvaa pahan mielen aiheuttamista toiselle. Se voi tapahtua sähköpostiviestein, pikaviestipalveluissa, verkkosivuilla, sosiaalisessa mediassa, chateissa ja pelisivustoilla. Internetin kautta tapahtuvaa kiusaamista kutsutaan myös hiljaiseksi kiusaamiseksi. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017b.)

Tämä kiusaamismuoto voidaan jakaa kännykkä- ja nettikiusaamiseen. Kännykkäkiusaamisen muotoja ovat pilasoitot, loukkaavat puhelut tai tekstiviestit, haukkuminen, uhkailu, kuvakaappaukset ja kiristäminen puhelimen välityksellä sekä salaviestit ilman lähettäjä tietoja. Nykyisin melkein jokaisella on kamera käytössä puhelimessaan. Tämä mahdollistaa sen, että kiusaamisen uhriksi joutuneesta saatetaan ottaa salaa valokuvia tai videoklippejä, kuten liikuntatunnin jälkeen suihkutiloista. Näitä kuvia ja videoklippejä jaetaan muiden nähtäväksi esimerkiksi sähköpostin välityksellä nöyryyttääkseen kiusattua. (Hamarus 2008g, 71–72.)

Pelastakaa koulukiusatut tutkimuksessa on tehty kysely eri vuosikymmeninä kiusatuille. Kyselyssä selvitettiin muun muassa se, missä paikoissa kiusaamista oli tapahtunut ja kuinka usein kiusaamista oli ollut. Tässä kyselyssä selvisi, että kyselyyn vastanneista tytöistä 42 prosenttia oli kokenut kiusaamista netissä. Pojilla vastaava luku oli 29 prosenttia. Vuonna 2008 syksyllä Mannerheimin Lastensuojeluliitto teetti kiusaamiskyselyn nuorille. Tämän kyselyn tuloksia tarkastellessa tultiin samaan johtopäätökseen kuin Pelastakaa koulukiusatut tutkimuksessa; some-kiusaaminen on erittäin yleistä nykynuorten keskuudessa. MLL:n kyselyn tulosten mukaan somessa tapahtuva kiusaaminen on molempien sukupuolien keskuudessa yleisempää kuin esimerkiksi koulumatkoilla tapahtuva kiusaaminen. (KAKS- Kunnallisalan kehittämissäätiö 2013b).

3.2 Some-kiusaamiseen puuttuminen

Nuoret eivät välttämättä kerro somessa tapahtuvasta kiusaamisesta aikuisille, koska he eivät usko aikuisten voivan ymmärtää heidän kokemuksiaan. Lisäksi

nuoret pelkäävät, ettei aikuisilla ole keinoja puuttua somessa tapahtuvaan kiusaamiseen. Tästä syystä on tärkeää kehittää kiusaamista ehkäiseviä keinoja ja puuttumismenetelmiä. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017c.)

Nuorta tulee rohkaista kertomaan aikuiselle epäilyttävistä viesteistä ja kuvista. Kiusaamisviesteihin ei tulisi vastata, sillä tämä vain yllyttää kiusaajia. Jos nuori joutuu kiusaamisen kohteeksi, hänen tulee säilyttää viestit ja muut dokumentit todistusaineistona. Asiasta voi ilmoittaa palvelun ylläpitäjälle, jolloin he voivat sulkea tällaiset käyttäjät pois. Joskus somessa tapahtuva kiusaaminen voi mennä niin pitkälle, että se täyttää rikoslaissa mainitut piirteet. Tällöin tulee olla yhteydessä poliisiin. (Hamarus 2012d, 41–42.)

Mannerheimin lastensuojeluliitto eli MLL tarjoaa nettisivuilla apua muun muassa kiusaamiseen, jos aikuiselle kertominen huolestuttaa. Sivustolta löytyy paljon erilaisia linkkejä sivustoille, jonne nuori voi olla yhteydessä. Yksi näistä on MLL lasten ja nuorten puhelin. Kyseiselle sivustolle nuori voi kirjoittaa tai soittaa halutesaan nimettömästi, josta aikuinen vaitiolovelvollisuuden turvin on yhteydessä. (Nuortenlinkki 2017a.)

Vanhempien rooli kiusaamisen ennaltaehkäisyssä somessa on suuri. Yhä nuorempi saa nykyään älylaitteen, joten vanhempien on hyvä käydä yhdessä nuoren kanssa läpi, miten toimia internetissä ja sosiaalisessa mediassa. Vanhempien tulee seurata, mitä sovelluksia lapsi käyttää, ja tarvittaessa rajoittaa internetin ja sovellusten käyttöä. Näyttämällä esimerkkiä, kuinka käyttäytyä fiksusti, vanhempi välittää lapselle mallia somen käytössä. (Peda 2017.) Vanhemman tulee olla kiinnostunut nuoren internetin ja älylaitteiden käytöstä, sekä tutustua hänen ystäviinsä. Vanhemman tehtävänä on kertoa nuorelle, kuinka internetissä ja somessa käyttäytyään ja minkälainen käytös siellä ei ole hyväksyttyä. Nuorelle on hyvä kertoa myös somen ja internetin huonot puolet ja mitä siellä ei tulisi jakaa. Mitä kerran somessa jakaa, sitä on sieltä mahdotonta saada lopullisesti pois. (Hamarus 2012e, 41.)

Internetin käytön yleistyessä myös poliisi on siirtynyt someen. Useat poliisit eri paikkakunnilla ovat luoneet oman profiilin erilaisiin some-sovelluksiin tarkoitukseen ”madaltaa kynnyttä” ottaa poliisiin yhteyttä ja tiedottaa ajankohtaisista asioista. Poliisi.fi-sivustolla on mahdollista käydä lukemassa poliisien kirjoittamia blogitekstejä tämän päivän ongelmakohtista. Some-kiusaamisen yleistyessä myös poliisi on alkanut ottaa kantaa asiaan, ja sivustolla on mahdollista käydä lukemassa some-kiusaamisesta poliisin näkökulmasta. Uusin aluevaltaus poliisilla on vloggaaminen. Poliisilla on Youtube-sivustolla oma kanava, jossa on mukana noin 20 poliisia. Poliisitubessa on ohjelma, joka on toteutettu yhdessä Haaga-Helian ammattikorkeakoulun kanssa. Näissä ohjelmissä käsitellään aiheita nuorison näkökulmasta ja siellä on kuvattu video myös some kanavaan ladatavien kuvien vaaroista. (Poliisi 2017b.)

3.3 Laki ja seuraamukset

Suomessa kiusaamisesta ja siihen puuttumisesta on säädetty laissa. Perusopetuslaissa on säädetty, että jokaisella opetukseen osallistuvalla on oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön. Lakipykälässä mainitaan muun muassa se, että opettajan tai rehtorin tulee ilmoittaa heidän tietoonsa tulleesta koulussa tai koulumatkalla tapahtuneesta kiusaamisesta, häirinnästä ja väkivallasta. Ilmoitus tulee tehdä sekä kiusaajien että kiusatun laillisille huoltajille. (Perusopetuslaki. 1267/2013. Oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön.)

Lasten ja nuorten keskusteluryhmissä valheelliset tiedot leviävät pahimmillaan sekunneissa sadoille ihmisille. Valheellisten tietojen levittäminen tai toista häpäisevien asioiden kertominen voi olla rangaistavaa, jos teot täyttävät rikoslaissa määritellyn kunnianloukkauksen tunnusmerkit. (Poliisi 2017c.) Rangaistuksena kunnianloukkauksesta voi olla sakkoja tai enintään kuusi kuukautta vankeutta. (Rikoslaki. 531/2000. Yksityisyyden, rauhan ja kunnian loukkaamisesta.) Esimerkiksi homoksi haukkuminen internetissä voi täyttää kunnianloukkauksen tunnusmerkit, jos väite ei pidä paikkaansa. Jos väite on totta, se voi olla yksityiselämää

loukkaavan tiedon levittämistä. Myös nimitteleminen voi olla kunnianloukkausta. (Helsingin kaupunki 2016d.)

Somessa voi syyllistyä ajattelemattomuuttaan viestintärauhan rikkomiseen lähetelemällä häirintäviestejä tai toisen yksityiselämää loukkaavan tiedon levittämiseen jos toimittaa lukuisten ihmisten saataville toisen yksityiselämästä tiedon, vihjauksen tai kuvan aiheuttaen teollaan vahinkoa ja kärsimystä loukatulle (Poliisi 2017d). Viestintärauhan rikkomisesta eli tarkoituksenmukaisesta puhelinhäirinnästä, kuten toistuvista soitteluista tai viestittelyistä voidaan tuomita sakkoihin tai enintään kuuden kuukauden ehdottomaan vankeuteen. Laittomasta uhkauksesta voi seurata sakkoja tai pahimmassa tapauksessa kaksi vuotta vankeutta. (Rikoslaki. 879/2013. Yksityisyyden, rauhan ja kunnian loukkaamisesta.)

Koulukiusaamisen uhri voi joutua laittoman uhkauksen kohteeksi, jos kiusaaja uhkailee väkivallalla ja uhrilla on pelko oman turvallisuutensa puolesta (Helsingin kaupunki 2016e). Lakia rikkovia tekoja on myös identiteettivarkaus, jossa toisen ihmisen nimissä julkaistaan jotain tai luodaan uusi profiili uhrille, jonka nimissä huijari voi kirjoitella mitä haluaa. Toisen käyttäjäprofiiliin tai sähköpostiin kirjautuminen voidaan katsoa olevan tietomurto, luvaton käyttö tai viestintäsalaisuuden loukkaus. (Minilex 2017a.)

Viestintäsalaisuuden loukkauksessa törkeän muodon kynnyks voi ylittyä kolmen seikan johdosta. Nämä liittyvät tekijän asemaan, rikoksen teko-tapaan ja luottamuksellisen viestin luonteeseen. Jotta kyse olisi törkeästä viestintäsalaisuuden loukkauksesta, teon täytyy olla myös kokonaisuudessaan törkeä. Tällöin rangaistusasteikko on vankeutta väliltä 14 päivää 3 vuotta. Myös tämän rikoksen yritykset on rangaistava. (Minilex 2017b.)

Vuonna 2016 nettipoliisi tutki somessa kiusaamisesta johtuvia rikosilmoituksia. Vuoden 2016 alussa rikosilmoituksia oli Helsingin alueella tehty 90. Alle 15-vuotias nuori voi joutua maksamaan vahingonkorvausta vahingonkorvauslain mukaan ja hänen tekojaan voi tarkastella koulun ja opetuksen henkilökunnan vastuuna. Tuomion voi saada, jos kiusaaja on täyttänyt 15 vuotta. Kaiken ikäisiä henkilöitä voidaan kuulla todistajana, eikä tästä lain mukaan voi kieltäytyä. (Helsingin kaupunki 2016f.) Usein some-kiusaamisessa täyttyvät rikoslain tunnusti-

teet, ja silloin on tarpeen olla yhteydessä poliisiin tai nettipoliisiin esimerkiksi sähköisen rikosilmoituksen avulla. Internetoperaattoria voi pyytää selvittämään, kuka vastaa sivuista ja vaatia materiaalia poistettavaksi. Myös internetsivuja ylläpitävään tahoon kannattaa ottaa yhteyttä, sillä he voivat poistaa sisältöjä ja mahdollisesti selvittää, kuka on lisännyt ne. (Hamarus 2013.)

Kesällä vuonna 2015 käräjäoikeudessa käsiteltiin tapahtumaa, jossa 15-vuotias henkilö oli teipannut 13-vuotiaalta uhrilta kasvot ja kädet yhteen. Tapauksessa uhrilta oli laskettu housut alas ja otettu kuva, joka oli julkaistu eräässä perustetussa faniryhmässä. Kuvan julkaisun jälkeen yksi osallisena olleista oli tykännyt kuvasta, jolloin tekijä tuomittiin käräjäoikeudessa lievästä pahoinpitelystä ja kunnianloukkauksesta. Kunnianloukkaussyyte tuli siitä, että tykättyään kuvasta kuva levisi hänen omille noin 150 kaverilleen, jolloin käräjäoikeus katsoi, että syytetty oli levittänyt kuvaa kiusaamistarkoituksessa eteenpäin. (KiVa Koulu 2012b.)

Tällä hetkellä Suomen laissa on aukko, joka mahdollistaa vielä somessa tapahtuvan kiusaamisen, jollei se täytä rikoslain tunnusmerkkejä. Vuonna 2016 kolme kansanedustajaa jätti eduskuntaan lakialoitteen, jossa opettajalla tai rehtorilla olisi mahdollisuus selvittää koulumatkalla tapahtuvaa puhelin-, netti -tai muun sovelluksen kautta tapahtuvaa kiusaamista. Nykyinen säädäntö takaa sen, että kiusaamiseen voidaan koulumatkalla puuttua, mutta älyteknologian yleistyessä tässä asiassa ollaan vielä jäljessä. Opetusministeri on alkanut työryhmänsä kanssa pohtia keinoja puuttua ja ehkäistä some-kiusaamista. (Ahtokivi 2016.)

4 Kiusaamisen seuraukset

Kiusaamisen seuraukset ovat moninaiset. Usein uhriksi joutunut kokee kiusaamisen olevan oikeutettua ja että hänessä on jotain vikaa. Hän voi kärsiä monenlaisista mielenterveyden ongelmista, voi syrjäytyä, koulumotivaatio heikkenee ja poissaolot ovat yleisiä. Näiden lisäksi kiusattu voi kärsiä psykosomaattisista stressioireista, kuten kiputiloista ja yleisestä sairastelusta., nukkumisvaikeuksista, yökastelusta ja syömishäiriöistä. (Työterveyslaitos 2018.)

Kiusaaminen ei vaikuta pelkästään kiusattuun vaan myös kiusaajaan. Tutkimuksilla on osoitettu, että kiusaava nuori voi kärsiä säryistä, nukkumisvaikeuksista ja mielihahasta. Kiusaamistilanteen jatkuessa pitkään kenenkään siihen puuttumatta kiusaaja voi käyttäytyä aggressiivisesti ja hänellä on vääristyneitä sosiaalisia suhteita myöhemmällä iällä. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017c.)

4.1 **Seuraukset fyysiseen terveyteen**

Lapsilla ja nuorilla 6-17-vuotiailla kiusatuilla on todettu olevan useammin flunssaa, univaikeuksia ja psykosomaattisia stressioireita, kuten esimerkiksi vatsakivut ja päänsärky. Yhtenä tekijänä monille fyysisille ja psyykkisille oireille ovat kohonneet veriarvot ja c-reaktiivisen proteiinin määrä eli CRP, joka kertoo kehon tulehdusarvon. Lapsena kiusaamisen uhriksi joutuneilla voi olla CRP:n määrä aikuisena kaksinkertainen verrattuna kiusaajiin. CRP:n määrä viittaa siihen, että kehossa on jatkuva tulehdustila. Pitkään jatkuneena tämä voi altistaa sydän- ja verisuonitauteihin, diabetekseen sekä metaboliseen oireyhtymään, jolla tarkoitetaan aineenvaihduntaa liittyvää oireyhtymää. (Kauppinen 2016a.)

Toteutimme keväällä 2017 projektin koulukiusaamisesta eräälle Pohjois-Karjalan alakoululle. Projektin osallistujina olivat 10–11-vuotiaat tytöt ja pojat. Kysyimme oppilailta heidän näkemyksiään kiusaamisen vaikutuksista ja he vastasivat:

”Sosiaalisten tilanteiden pelko, yksinäisyys, syrjäytyminen, luottamuksen puute, itsensä vahingoittaminen esimerkiksi viiltely, syömishäiriöt, läheisyyden pelko, kiputilat, yleinen sairastelu, itsetunnon aleneminen, masennus, paniikkihäiriöt, nukkumisvaikeudet, keskittymisvaikeudet ja itsemurha.”

Muita kiusaamisen oireita voi olla muun muassa viiltely, jossa nuori haluaa tarkoituksella satuttaa itseään. Viiltely voi kuitenkin aiheuttaa hengenvaarallisen tilan. Viiltelyä tehdään usein käsiin, jalkoihin ja olkavarsiin, jolloin jäljet ovat helposti piiloteltavissa. Viiltelemällä nuori yrittää käsitellä henkistä ahdistusta fyysisellä kivulla, mutta se on huono selviytymiskeino ja nuori voi jäädä siihen ”koukkuun”. Itseään viillelleet nuoret ovat selittäneet viiltelyn muun muassa auttavan purkamaan henkistä painetta ja ahdistusta. Viiltämisellä halutaan rangaista

itseään, ja siitä aiheutuva tuska saa nuoren tuntemaan olevansa elossa. Viiltely on aina avunhuuto. (Suomen Mielenterveysseura 2017c.)

Kiusaaminen voi johtaa sairastumisen syömishäiriöihin, jotka ovat psykosomaattisia kehon ja mielen sairauksia. Häiriössä syöminen tai syömättömyys hallitsee elämää, ja niiden taustalla on psyykkistä pahoinvointia. Elämä pyörii oireilun ympärillä, ja oireet alkavat hallita elämää. Häiriintynyt syömistapa on sairastuneelle keino selviytyä. Syömiseen, liikuntaan ja omaan kehoon suunnatut ajatukset ovat keinoja vältellä psyykkistä pahaa oloa, pelkoja ja tunnelukkoja. Tunnelukot ovat yleensä nuoruusiällä traumaattisesta kokemuksesta johtuvia. Oman kehon ja syömisen kontrollointi vie ajatukset pois pahaa oloa aiheuttavista asioista ja tuo hallinnan tunteen sairastuneelle. Syömishäiriön tunnetuimmat muodot ovat anoreksia (laihuushäiriö, anorexia nervosa), bulimia (ahmimishäiriö, bulimia nervosa). (Syömishäiriöliitto 2017a.) Syömishäiriöön tulisi aina saada apua, ja nuori olisi hyvä saada aikaisessa vaiheessa hoidon piiriin (Suomen Mielenterveysseura 2017d).

Anoreksia alkaa yleensä kiinnostuksesta terveelliseen ruokavalioon, liikuntaan ja painon pudottamiseen. Alkuvaiheessa anoreksiaan sairastunut saa laihtumisestaan positiivista palautetta ja hän saa tästä itseluottamusta. Laihtumisen ja kieltäytymisen ruoasta sairastunut kokee onnistumisena. Kierrettä on vaikea katkaista, ja sairastunut kokee hallitsevansa itseään ja elämänsä. Syömisen sairastunut kokee ”repsahtamisena”, ja hän rankaisee itseään liikkumalla sairaalolaisesti ja vähentämällä syömistään entisestään. Ruokaan liittyvät ajatukset ovat taukoamatta sairastuneen mielessä, ja hän näkee itsensä lihavana alipainosta huolimatta. Laihtumisesta seuraa nälkiintymistila, joka pahentaa psyykkisiä oireita. Näitä oireita ovat muun muassa väsymys, vihamielisyys, unettomuus ja masennus. Anoreksiaan sairastunut voi kärsiä myös itsetuhoisista ajatuksista, viiltelystä ja oksentelusta. (Syömishäiriöliitto 2017b.)

Bulimiaan sairastunut pyrkii hallitsemaan syömistä ja kehoaan samankaltaisesti kuin anoreksiaan sairastava. Ruoan säännöstely johtaa bulimiassa ahmimiseen, jolloin sairastunut menettää kontrollin syömiseen. Ahmimiskohtauksessa sairastunut voi syödä suuria määriä ruokaa kerralla. Tästä seuraa fyysistä pahaa oloa,

häpeää ja itseinhoa, joka johtaa oksentamiseen, ulostuslääkkeiden käyttöön ja runsaaseen liikuntaan. Ahmimiskohtauksen ja ahmitusta ruoasta eroon pääsemisen jälkeen sairastunut lupaa itselleen aloittaa laihduttamisen. Bulimia ei näy ulospäin samalla tavalla kuin anoreksia, koska paino pysyy normaalirajoissa. Bulimiaa ei pidetä niin vakavana sairautena kuin anoreksiaa, vaikkakin bulimia on mielelle ja keholle erittäin ankara sairaus. Pitkään jatkunut oksentelu vaikuttaa kehon neste- ja elektrolyyttitasapainoon. Bulimiaan voi liittyä myös enemmän viiltelyä ja itsetuhoisuutta kuin anoreksiaan. (Syömishäiriöliitto 2017c.)

Ortoreksia eli terveellisen ruoan pakkomielle ei ole virallinen diagnoosi. Tämä kuuluu epätyypillisiin laihuushäiriöihin. Ortoreksiaan sairastunut noudattaa ”orjalaisesti” oikeaoppista ja terveellistä ruokavaliota. Ikävä seuraus tällä kuitenkin on. Ortoreksia johtaa usein ravintoaineiden puutteeseen, jolloin elimistö joutuu koviin. Ortoreksia ja anoreksia eivät poikkea paljoa toisistaan. Yleensä ortoreksia kehittykin anoreksiaksi. (Syömishäiriöliitto 2017d.)

4.2 **Seuraukset psyykkiseen terveyteen**

Uudet psykologian tutkimukset osoittavat, että kiusatuksi joutuneet nuoret kärsivät vuosikymmeniä masennuksesta ja ahdistuksesta. Tutkimuksien mukaan koulukiusatulla on kolminkertainen todennäköisyys sairastua mielenterveysongelmiin muihin verrattuna. Aikuisiällä nuorena kiusatuilla voi olla heikompi yleiskunto, he sairastavat pitempään, sekä heillä on agorafobiaa, eli julkisten paikkojen pelkoa. On myös todettu, että nuorena koettu kiusaaminen jättää syvät arvet ihmisen elämään ja mitä pitempijaksoista kiusaaminen on ollut, sen vakavammat vaikutukset ovat. (Kauppinen 2016b.)

Kiusatuksi joutuminen nuorena voi altistaa psyykkisille oireille, kuten harhakuvielmille tai aistiharhoille. Nämä liitetään epävakaaseen persoonallisuushäiriöön ja psykoosiin. (Kauppinen 2016c.) Toisia kiusanneiden poikien kehitystä seuraamalla on havaittu, että heille voi puhjeta antisosiaalinen persoonallisuushäiriö. Kiusaamisen uhri kokee ahdistusta, häpeää, kärsimystä, pelkoa, huonoa itsetun-

toa sekä vähempiarvoisuutta. Uhri voi kokea myöhemmällä iällä itsetunnon heikoutta ja on alttiimpi joutua hyväksikäytön uhriksi. (Annala 2017. 42.) Pitkään jatkunut sosiaalinen eristäminen jättää ihmisen aivokuoreen samanlaisen jäljen kuin kidutus. Sosiaalinen eristäminen aktivoi samoja kipualueita aivoissa kuin esimerkiksi satuttaessa jalan. Tällöin aivoissa aktivoituu kipualue. Nämä samat alueet aktivoituvat, kun kiusattu eristetään muusta ryhmästä ja häntä kohdellaan epäoikeudenmukaisesti. Näin kiusaaminen jättää pysyviä vaurioita, joita ei voi välttämättä koskaan unohtaa. (Hamarus 2012f.)

Kiusaamisen uhrilla voi ilmetä myös ahdistuneisuushäiriö, paniikkihäiriö ja/tai persoonallisuushäiriö. Ahdistuneisuushäiriöllä tarkoitetaan tilaa, jossa ihminen ahdistuu liiallisesti ja elää suurella tunteella kaikkea tapahtumaa elämässään ja tämä on jatkuvaa. Usein rinnalla on muita oireita, kuten väsymys, ärtyneisyys, levottomuus sekä somaattiset oireet: sydänsairaudet ja kilpirauhasen vajaatoiminta. Paniikkihäiriö on tila, jonka ihminen voi saada esimerkiksi kaupassa. Voimakkaina oireina on hermostuneisuus, jännittyminen, levottomuus, sydämen tykyttely, hengitysvaje ja usein paniikkihäiriöpotilas luulee kuolevansa. (Terveyskirjasto 2018a.)

Persoonallisuushäiriö jaetaan kolmeen eri pääryhmään. Nämä ryhmät ovat epäluuloinen eli paranoidinen, eristäytyvä eli skitsoidinen ja psyykosipiirteinen eli skitsotyyppinen. Paranoidisessa persoonallisuushäiriössä ihminen epäilee kaikkea ja kaikkia. Paranoidisessa tilassa ihmisen on vaikea uskoa mitään, mitä hänelle esimerkiksi sanotaan, jolloin hän voi kokea toiset myös uhkaaviksi. Skitsoidisessa persoonallisuushäiriössä ihminen on vetäytyvä seurasta ja pyrkii olemaan omissa oloissaan. Skitsotyyppisessä persoonallisuushäiriössä eristäytyään omiin oloihin ja ihminen uskoo taikaan, magiaan ja yliluonnollisiin tapahtumiin. (Terveyskirjasto 2018b.)

4.3 Seuraukset sosiaalisiin suhteisiin

Kiusatuksi joutuneet nuoret kokevat usein olevansa jollain tasolla huonompia kuin muut. Heillä on negatiivinen käsitys vertaisista, sekä he pelkäävät muiden

suhtautuvan heihin aina negatiivisesti. He ovat usein yksinäisiä, välttelevät sosiaalisia tilanteita ja heidän minäkuvansa on heikentynyt. Nuorena kiusaamisen kohteeksi joutunut voi aikuisiällä kokea luottamuksen puutetta ihmissuhteissa. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017d.)

Pidemmällä aikavälillä kiusatuksi joutuneella voi ilmaantua sosiaalisten tilanteiden pelkoa, riski tulla kiusatuksi työelämässä ja he voivat olla yksinäisempiä. Pojilla kiusaamisesta voi seurata läheisyyden pelkoa seurustelusuhteissa. Etenkin toisia kiusanneiden poikien kehitystä seurattaessa on huomattu heidän voivan käyttäytyä aggressiivisesti parisuhteissa ja he voivat olla epäsosiaalisia. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017e.)

Syrjintä nuorena kaveriporukasta voi laukaista pelon uhrissa luottaa enää kehenkään, joten luotettavien ystävyysuhteiden luominen on aikuisiällä pitkä prosessi. Minäkuva on voinut nuoren mielessä murtua täysin ja oma identiteetti voi olla hukassa. (Nuortenlinkki 2013b.)

4.4 Hoitotyön auttamismenetelmät

Nuori voi saapua sairaanhoitajan vastaanotolle tai päivystykseen väsymyksen, somaattisten kipujen, masennuksen, viiltelyn tai itsemurhayrityksen jälkeen. Potilas voi olla peloissaan tai häpeissään tapahtuneesta, jolloin on pelko myös kertoa hoitajalle tapahtuneesta. Monen mielenterveysongelman takana on kiusaaminen. (Suomenmaa 2015.) Usein sairaanhoitaja on se, jonka uhri kohtaa ensimmäisenä ja johon hän luo suhteen. Sairaanhoitaja kohtaa potilaan arvokkaana ihmisenä ja luo hoitokulttuurin, jossa otetaan huomioon yksilön arvot, vakaumus ja tavat. Sairaanhoitajan empatia luo uhrille vastaanottavan ja luottamuksellisen hoitosuhteen, koska terveydenhuollonhenkilökunnalla on aina vaitiolovelvollisuus. Sairaanhoitaja kunnioittaa nuoren itsemääräämisoikeutta, sekä järjestää nuorelle mahdollisuuden osallistua oman hoitonsa päätöksentekoon. Hän suojelee ihmiselämää ja edistää nuoren hyvää oloa. (Sairaanhoitajat 2014.)

Hoitosuhde voi alkaa lähes missä vain terveydenhuollon yksikössä. Koulukuraattori, koulun terveydenhoitaja ja koulupsykologi ovat tärkeässä roolissa tunnistamaan kiusaamisesta aiheutuneita ongelmia, sekä he ovat koulutettuja auttamaan. Hoidossa on tärkeää saada nuori tiedostamaan, mitkä tilanteet aiheuttavat halun satuttaa itseään ja keksiä keinoja tilanteista selviämiseen. Hoitosuhde voi jatkua esimerkiksi psykiatrisen sairaanhoitajan vastaanotolla tai nuorisopsykiatrisen poliklinikalla. (Suomen Mielenterveysseura 2017e.)

Sairaanhoitaja työskentelee aina moniammatillisessa tiimissä, johon kuuluvat hoitajan lisäksi esimerkiksi lääkäri, psykologi, lähihoitaja, omaiset, sosiaalityöntekijä ja erityistyöntekijä. Moniammatillisen työryhmän tarkoituksena on yhdessä potilaan kanssa laatia hoitosuunnitelma, löytää potilaan kannalta paras hoitomuoto, sekä tukea ja ohjata potilasta oikeaan suuntaan. (Kanerva, Kuhanen, Oittinen 2010a, 148.)

Sairaanhoitajan ihmiskäsitys, asenteet, arvot ja hoitotyön periaatteet ja eettiset ohjeet ohjaavat työtä. Nämä edellä mainitut käsitteet ohjaavat sairaanhoitajaa ja auttavat luomaan luottamuksellisen hoitosuhteen potilaaseen. Sairaanhoitajan on hoidettava potilasta yksilönä riippumatta hänen taustoistaan. Hoitosuhteessa on tärkeää vuorovaikutus, aito läsnäolo, sekä potilaan kuunteleminen ja tukeminen. (Kanerva, Kuhanen, Oittinen 2010b, 152–154.)

Nuorille tarjottavia palveluita ovat muun muassa perus- ja avohoitopalvelut, sairaalahoito ja erilaiset terapiat. Perushoitopalveluita ovat julkisen terveydenhuollon mielenterveyspalvelut ja kolmas sektori, joka tarjoaa asumispalveluja. Avohoitopalveluilla tarkoitetaan kotiin vietyä apua, jossa koulutettu terveydenalan ammattilainen jatkaa hoidon toteutusta. Vakavissa ja akuuteissa tapauksissa sairaalahoito on potilaalle paras ratkaisu, johon hän voi tulla myös omasta tahdosta. (Kanerva, Kuhanen, Oittinen 2010c, 180–182.) Avohoidon palveluna voidaan tarjota myös psykoterapiaa, ryhmäterapiaa ja päivätoimintaa. Pahimmassa tapauksessa lääkäri voi päätyä määräämään potilaan tahdosta riippumattomaan hoitoon. (Suomen mielenterveysseura 2017f.)

Psykoterapeuttinen hoitosuhde on vuorovaikutukseen perustuvaa, tavoitteellista ja ammatillista työskentelyä yhdessä potilaan kanssa. Tämän terapiamuodon avulla potilaan tarkoitus on käsitellä ja ymmärtää kielteiset tuntemukset ja oppia käsittelemään, sekä hyväksymään elämän vastoinkäymiset. Tutkimusnäytön mukaan psykoterapia on yksi vaikuttavimmista hoitomuodoista psyykkisiin ongelmiin. (Lindberg, Louheranta, Mustonen, Salo, Stenius 2015, 12.)

Ryhmäterapien tarkoituksena on tuoda potilaalle vertaistukea ja purkaa pahaa oloaan ryhmässä. Tämän hoitomuodon tarkoituksena on syventää potilaan minäkuvaa, sekä peilata itseään ja omia tapahtumia eri näkökulmasta. Päivätoiminnan tarkoituksena on elämänlaadun kohentaminen, omatoimisuuden ja aktiivisuuden tukeminen. Päivätoiminta voi sisältää muun muassa yhteisiä kahvihetkiä, pelejä, retkiä, liikuntaa, keskustelua muiden kuntoutujien, sekä ohjaajien kanssa. Tällä toiminnalla on tarkoitus tukea potilasta ja kannustaa luomaan ja ylläpitämään sosiaalisia suhteita. (Suomen Mielenterveysseura 2017g).

5 Kiusaamisen ennaltaehkäisy ja siihen puuttuminen

Norjassa, Iso-Britanniassa, Espanjassa, Kanadassa, Yhdysvalloissa ja Suomessa on jo 1980–1990-luvulla järjestetty kiusaamisen vähentämiseksi interventiohankkeita. Tarkoituksena on ollut keksiä välineitä kiusaamisen ehkäisyyn. Tutkijoina olivat muun muassa Dan Olweus, Peter Smith, Rosario Ortega, Debra Pepler ja Maila Koivisto. Tutkimuksen aihealueita oli kiusaamisen vastainen työ, kiusaamisen yleisyys ja sen muodot. Jo tuolloin tutkimuskysymyksinä olivat; kiusaamismyönteiset asenteet (kiusaaminen koetaan hauskana, kiusaaminen on uhrin vika), kiusaamisen yleisyys ja kiusatuksi joutuminen. (Salmivalli 2003a, 84–92.)

Turun yliopistossa 1980-luvun alussa osana psykologian ainetta on Kirsti Lagerpetz ryhmänsä kanssa julkaissut tutkimuksen, jossa ryhmäkiusaamiseen on viitattu ryhmäaggressiona. Suomessa koulukiusaamisilmiötä paljon tutkinut Christina Salmivalli oli yksi Lagerpetzin oppilaista ja hänen toteuttaman tutkimuksen

johdosta Salmivalli kiinnostui jatkamaan aiheen tutkimista. (Ahtola 2016a, 80.) Vuonna 2006 Salmivalli sai oman tutkimusryhmänsä kanssa mahdollisuuden kehittää kiusaamisen vastaisen ohjelman ja vuonna 2007 opetus -ja kulttuuriministeriön tuella käynnistettiin KiVa Koulu -ohjelma. (Ahtola 2016b, 80.)

5.1 Kiusaamisen ennaltaehkäisy

Interventiohankkeissa suunnitellut ohjelmat sisälsivät erikseen suunnitelman opettajille, vanhemmille ja oppilaille. Opettajille jaettiin kirja, joka sisälsi tietoa sen hetkisistä tiedoista kiusaamiseen ja näyttöön perustuvaa tietoa kiusaamisen ehkäisystä ja lopettamisesta. Koulutasolla muun muassa kartoitettiin kyselyllä kiusaamisesta, välituntivalvontaa tehostettiin ja opettajien kesken perustettiin työryhmiä, kehittämään sosiaalisista ympäristöä. Vanhemmille suunnattiin oma esite, joka sisälsi tietoa kiusaamisesta ja ohjeita toimia kiusaamistilanteissa. (Salmivalli 2003b, 85.)

Oppilaille suunnattiin video, jossa käytiin läpi kiusaamista kahden kiusaamista kokeneen lapsen kertoman kautta. Oppilaat pääsivät luokassa päättämään ryhmän sääntöjä, jotka ohjaisivat kiusaamisen vastaista työtä ja oppilaat pääsivät ryhmissä käsittelemään kiusaamista erilaisten rooli -ja eläytymisharjoitusten avulla. Hankkeen puolesta jokaisella oppilaalla oli oikeus keskustella kiusaajien, uhrien ja heidän perheidensä kanssa vakavasti. Oppilaat saivat keskustelun myötä tietää kiusaamisesta ja sen vakavuudesta. (Salmivalli 2003c, 85.)

Salmivalli (2003d, 94–100) kertoo saaneensa vuonna 1999 sähköpostiviestin erään koulun tukioppilailta, joissa he kertovat haluavansa järjestää kiusaamisen ehkäisemiseksi kampanjan. Keväällä 1999 tukioppilaat yhdessä Salmivallin ja opettajien kanssa suunnittelivat kampanjan, jonka tukioppilaat toteuttivat. Kampanja piti sisällään näytelmän kiusaamisen esiintyvyydestä tyttöjen ja poikien keskuudessa, tukioppilaat jakoivat tietoa kiusaamisesta luokissa, oppilaat tekivät julisteita teemana muun muassa kiusaamisen välttäminen ja viikon lopuksi koulussa järjestettiin kilpailu. Salmivalli toteutti kampanjan aikana tutkimuksen, jossa hän tutkimusryhmänsä kanssa keräsi aineiston ennen kampanjan aloitusta ja

noin kuukausi kampanjan toteutuksen jälkeen. Tutkimuksessa kävi ilmi, että tyttöjen välinen kiusaaminen väheni noin puolella alkumittauksesta. Poikien kesken kiusaaminen ei juurikaan muuttunut, tähän oletettavasti vaikutti se, että alkutilanne poikien kiusaamisessa oli vähäisempi.

Salmivalli (2003e) kehitti samaisena vuonna interventiohankkeen yhdessä Ari Kaukiaisien kanssa koulukiusaamisen havaitseminen ja siihen puuttuminen – koulutuksen. Hankkeen tarkoitus oli lisätä opettajien tietoa kiusaamisesta, siihen puuttumisesta ja ennaltaehkäisystä. Koulutuksessa käsiteltiin seuraavat asiat: kiusaaminen ilmiönä, opettajien oman luokan tilanne kiusaamisen suhteen ja kuinka vähentää kiusaamista. Hankkeen yhteydessä Salmivalli toteutti tutkimuksen, jossa oli mukana 48 peruskoulun 4,- 5,- ja 6-luokkien opettajia ja tutkimus toteutettiin kyselylomakkeella kolme kertaa. Tuloksista ilmeni, etteivät opettajat tunnista aina kiusaamista ja tutkijoiden mielestä opettajilla ei ollut riittävästi menetelmiä puuttua kiusaamiseen. (Salmivalli 2003f, 106–108.)

KiVa Koulu -hanke on niin ikään Salmivallin kehittämä, jonka tarkoituksena on ehkäistä kiusaamista jakamalla laajasti tietoa kouluille, sekä vanhemmille. Kouluissa järjestetään ensimmäisen ja neljännen luokan oppilaille KiVa tunteja, joissa oppilaille puhutaan kiusaamisesta, herätellään oppilaissa ajatusta, millainen on kiva koulu ja laaditaan yhdessä luokan kanssa säännöt. KiVa Koulu nettisivuilta löytyy paljon materiaalia, josta voi tilata tuotteita ja julisteita koululle, sekä uusimpien hankkeiden tiedotteita. (KiVa Koulu Tehdään se yhdessä! 2012c.)

5.2 KiVa Koulu

Suomessa useat koulut ovat mukana KiVa Koulu -ohjelmassa, joka on kehitetty Turun yliopistossa työkaluksi kiusaamisen vastaiseen työhön. Rahoittajana KiVa Koulu-ohjelmassa on opetusministeriö. KiVa tulee sanoista Kiusaamisen Vastainen, lisäksi kiva-sana antaa vaikutelman koulusta, jossa kaikilla on hyvä olla. (Ah-tola 2016c, 98.) KiVa koulu -ohjelma on käytössä myös monessa muussakin maassa esimerkiksi Ruotsissa, Belgiassa ja Italiassa. KiVA koulu -ohjelma on

tutkitusti yksi tehokkain kiusaamista ehkäisevä ohjelma. (KiVa koulu – tehdään se yhdessä! 2012d.)

Ohjelmassa on yleisiä ja kohdennettuja toimenpiteitä. Yleiset toimenpiteet ovat kiusaamista ennaltaehkäiseviä ja koskevat kaikkia oppilaita, kohdennetut toimenpiteet tulevat käyttöön kiusaamisen tullessa ilmi. Yleisten toimenpiteiden tavoitteena on tuoda oppilaille ilmi ryhmän merkitystä kiusaamistilanteessa ja tarjota keinoja kiusatun tukemiseen. Tarkoituksena näillä toimenpiteillä on saada oppilaiden ajatusmallin kääntyvän niin, että he asettuisivat kiusatun puolelle, eikä kiusajaan. Yleisten toimenpiteiden keskiössä ovat oppitunnit. Alakoulussa näitä oppitunteja pidetään noin kerran kuussa ja ne sisältävät muun muassa tietokonepelin. KiVa-pelissä opetellaan ja sovelletaan taitoja, joiden avulla voi vaikuttaa kiusaamisen ehkäisyyn. Oppituntien jälkeen havainnoidaan ja sovelletaan opittuja taitoja, sekä saadaan tästä palautetta. Yläkoulussa oppituntien sijasta on käytössä neljä teemaa, joiden toteutustavan koulut voivat itse valita joko pitämällä oppitunnit tai teemapäivän. KiVa-pelin sijasta yläkouluilla on käytössä virtuaalinen oppimisympäristö, KiVa Street. KiVa Street:stä löytyy monenlaisia työskentelytapoja kiusaamisteemalla, kuten esimerkiksi testejä. Tavoitteet ovat samat kuin alakouluilla. (Ahtola 2016d, 98–99.)

KiVa Koulu -ohjelman käyttöä koulussa tukee tehokas hallinnointityö: toimivan suunnitelman tekeminen, ohjelman aktiivinen koordinointi koulussa sekä tiedottaminen ohjelman käytöstä koulun henkilökunnalle, oppilaille ja vanhemmille. Näiden osa-alueiden hyvä toteutus tukee ohjelman käyttöä ja toteuttamista koulussa. Tilannekartoitusten avulla koulu voi seurata lukuvuosittain kiusaamistilannettaan ja kiusaamisen vastaisen työnsä tuloksia. (KiVa koulu – tehdään se yhdessä! 2012e).

KiVa koulu on mukana haastekilpailussa, jonka tarkoituksena on ehkäistä some kiusaamista. Kilpailu on osa Reboot Finland – hanketta ja innovaatorahoituskeskus Tekes tukee hanketta. Tekes:n ollessa mukana haastekilpailussa, on hankkeeseen osallistuminen kouluille ilmaista. Syksyn 2017 yhteiskehittämishankkeen teemana on somessa tapahtuvan kiusaamisen ehkäisy. (KiVa koulu – tehdään se yhdessä! 2012f).

6 Opinnäytetyön tarkoitus ja tutkimusongelmat

Opinnäytetyön tarkoitus on selvittää 10–13-vuotiaiden nuorten kokemuksia somessa tapahtuvasta kiusaamisesta.

Opinnäytetyömme tutkimusongelmat ovat:

1. Millaista kiusaaminen sosiaalisessa mediassa on?
2. Kuinka kiusaaminen näkyy nuoren arjessa?
3. Kuinka nuoret kokevat kiusaamisen?
4. Miten nuoret kokevat, että kiusaamiseen puututaan?

7 Menetelmälliset valinnat

Tutkimukseksi voidaan kutsua kartoitusten tekemistä, tietojen keräämistä ja luokittelua, erilaisia tilastotietoihin perustuvia esityksiä, haastatteluaineistoihin perustuvia kuvauksia ja omakohtaiseen kokemukseen perustuvia kertomuksia. Tutkimukseen kuuluu taustatietojen selvitys, tiedonhankinta, tiedon kokoaminen ja näiden pohjalta kirjallinen tuotos. Tutkimuksessa tulee olla teoreettinen viitekehys ja käsitteet, jotka selostaa ja määrittelee lukijalle tutkimustuoksen. (Vilkkä 2015a, 30–37.) Tutkimusta suunniteltaessa tulee valita tapa, jolla tutkimus suoritetaan. Tässä opinnäytetyössä olemme valinneet kvantitatiivisen tutkimustavan.

7.1 Kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimusmenetelmä

Tämä opinnäytetyö on kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimus, jota voidaan nimittää myös tilastolliseksi tutkimukseksi. Kvantitatiivisessa tutkimusmenetelmässä tutkittavaa asiaa tulkitaan numeraalisesti. Kvantitatiivinen tutkimus edellyttää riittävän suurta ja edustavaa otosta. Asioita kuvataan numeeristen suureiden avulla. Tuloksien havainnollistamisessa voidaan käyttää apuna taulukoita ja kuvioita. Tutkimuksesta saatuja tuloksia pyritään yleisesti käyttämään aiempiin tutkimuksiin verraten, jolloin sen luotettavuus säilyy. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa analyysit ovat yksiselitteisempiä kuin kvalitatiivisessa eli laadullisessa tutkimuksessa. Määrällisessä tutkimuksessa aineiston keruu, käsittely ja johtopäätösten teko sitoutuvat tiukasti yhteen. Kvantitatiivinen tutkimus vastaa kysymyksiin: Mikä? Missä? Paljonko? Kuinka usein? (Heikkilä 2014a, 13–16.)

Tutkimusaineiston kerääminen määrällisessä tutkimuksessa toteutetaan kyselylomakkeella ja systemaattisen havainnoinnin avulla. (Vilkkä 2015b, 94.) Kvantitatiivisessa tutkimuksessa käytettävät tiedot voidaan myös koota muiden tekemien tilastoiden tai tietokantojen pohjalta. Suomessa tärkein tilastojen ylläpitäjä on Tilastokeskus, josta löytyy monia yhteiskuntaa koskevia tilastoja ja rekisterejä. Myös valtiohallinnan laitokset, kunnat, sekä useat yritykset ylläpitävät valmiita tilastoja. Nämä valmiiksi kootut tilastot ovat harvoin sellaisessa muodossa, jotta niitä voisi käyttää suoraan määrällisessä tutkimuksessa. Näitä tilastoja joudutaan usein muokkaamaan ja tarkistamaan ennen niiden käyttöä. Yleensä valmiita tilastoja käytetään itse kerätyn tiedon vertailuun. (Heikkilä 2014b, 13–16.)

7.2 Aineistonkeruumenetelmä

Yleisin aineistonkeruu menetelmä määrällisessä tutkimuksessa on kyselylomake. Kyselylomakkeella tehdyssä tutkimuksessa vastaaja lukee itse kysymykset ja vastaa niihin kirjallisesti. Kyselylomakkeella tehty tutkimus sopii käytettäväksi, jos tutkittava asia on arkaluontoinen. Kyselylomakkein tehdyssä tutkimuksessa etuna on, että vastaaja jää tuntemattomaksi. (Vilkkä 2015c, 94.)

Kyselyn teettäminen halutulle kohderyhmälle on haastavaa. Tutkimusta suunniteltaessa on mietittävä, kuinka tieto tutkimukseen osallistuville saadaan ja kuinka saadaan estettyä saman henkilön vastaaminen useampaan kertaan, sekä kuinka rajataan kohderyhmään kuulumattomien kyselyyn vastaaminen. (Heikkilä 2014c, 17.) Haittapuolena kyselylomakkeen avulla tehdyssä tutkimuksessa on se, että vastausprosentti jää alhaiseksi, tällöin puhutaan tutkimusaineiston kadosta. Vastauslomake saatetaan myös palauttaa myöhässä. (Vilkkä 2015d, 94.)

Kaikissa tiedonkeruumenetelmissä on sekä hyvät että huonot puolensa. Tutkittava asia, tavoite ja aikataulu on otettava huomioon tutkimusmenetelmää valittaessa. Monet tutkijat ovat tulleet siihen tulokseen, että vaikka kysely- ja haastattelututkimuksia on useita, niillä saaduissa tuloksissa ei ole suuria eroja. Tutkimuksessa on otettu tällöin huomioon edellä mainitut seikat. (Heikkilä 2014d, 17.)

Tutkimuksessa päädyttiin käyttämään paperista kyselylomaketta (Liite 1), koska tutkijat halusivat säilyttää kohdejoukon anonymiteetin arkaluontoisen aiheen vuoksi. Tutkimuksessa haluttiin minimoida aineiston kato, sekä saada mahdollisimman suuri vastausprosentti. Kyselylomake sisälsi 14 suljettua kysymystä ja yhden avoimen kysymyksen. Kyselylomake esitettiin kuudella ikäryhmään kuuluvalla nuorella. Esitestaukseen riittää 5-10 henkeä, jossa saamme tietää nuorten ajatuksia kysymysten selkeydestä ja toimivuudesta, sekä annettujen ohjeiden ymmärtämisessä. Esikyselyn tarkoituksena on selvittää mahdolliset turhat kysymykset, kysymysten väärinymmärtäminen sekä kysymysten parannusvaihtoehdot. (Heikkilä 2014e, 58.) Muutosehdotukset huomioitiin muuttamalla muutamaa sanarakennetta. Korjausten jälkeen pyydettiin ulkopuolisen mielipiteen lomakkeesta, ja lomake todettiin selkeäksi. Suunnitteluvaiheessa huomioimme kohderyhmän iän.

Ensimmäiseen tutkimusongelmaan ”millaista kiusaaminen sosiaalisessa mediassa on” vastasivat kysymyslomakkeen kysymykset: Mitä kiusaaminen mielestäsi somessa on? Mitkä mielestäsi ovat ne syyt, että toisia kiusataan? Toiseen tutkimusongelmaan ”kuinka kiusaaminen näkyy nuoren arjessa” vastasivat kyse-

lylomakkeen kysymykset: Oletko kokenut kiusaamista somessa? Jos olet kokenut kiusaamista somessa, millaista se on ollut? Onko kiusaamista somessa tapahtunut koulupäivän aikana? Onko kiusaaminen somessa jatkunut vapaa-ajalla koulun jälkeen? Kolmanteen tutkimusongelmaan ”kuinka nuoret kokevat kiusaamisen” vastasivat kyselylomakkeen kysymykset: Jos olet kokenut kiusaamista somessa, millaista se on ollut? Jos olet kokenut kiusaamista somessa, oletko kokenut jotain seuraavista: yksinäisyyttä, pelkoa, jännitystä, mielipahaa, päänsärkyä, häpeää, väsymystä, jotain muuta, mitä? Oletko itse kiusannut? Neljanteen tutkimusongelmaan ”miten nuoret kokevat, että kiusaamiseen puututaan” vastasivat kysymykset: Oletko pyytänyt apua kiusaamiseen? Keneltä olet saanut apua kiusaamiseen? Onko kiusaaminen vähentynyt avun saamisen jälkeen?

Kyselyyn osallistujien perusjoukko oli erään Pohjois-Karjalan alueen koulun 10–13- vuotiaat nuoret. Kohdejoukkona oli koulun 4.,- ja 6.-luokkalaiset ja vastausprosentti oli sata. Koulun rehtorin luvalla kyselyyn piti alun perin osallistua 4., -5., - ja 6.-luokat, mutta 5.luokka jäi pois kyselyyn osallistumisesta. Tähän emme tarkempaa selitystä tiedä, luokan opettaja ei vastannut viesteihimme.

Minimoidaksemme tutkimusaineiston kadon tutkijat toimittivat kyselylomakkeet itse nuorille ja tutkijat kertoivat tutkimuksen tarkoituksesta kyselyn alussa. Kyselyn jälkeen lomakkeet kerättiin suljettuun kirjekuoreen. Aiheen arkaluontoisuudesta johtuen kyselyyn osallistuneen koulun rehtori toivoi, että tutkimus suoritetaan anonyymisti.

7.3 Aineiston analyysi

Aineiston analyysillä tarkoitetaan, kun lomakkein saatu tieto tarkistetaan ja syötetään koneelle muodossa, jossa saatua tietoa voidaan tutkia numeraalisesti. Käsittelevaiheessa apuna käytetään taulukko – tai tilasto-ohjelmia. (Vilkkä 2007a, 106.) Analysointivaiheessa tulokset käydään läpi tilastollisen ohjelman avulla, joita ovat muun muassa. SPSS, SAS, Excel ja TIXEL. Edellä mainitut ohjelmat sopivat parhaiten määrällisen tutkimusaineiston analysointiin. (Heikkilä 2014, 118).

Kyselylomakkeiden tarkistusvaiheessa lomakkeet, jotka ovat asiattomasti täytetty tai jätetty tyhjäksi, poistetaan analysoinnista. Tämän jälkeen jäljelle jääneet lomakkeet tarkastetaan ja arvioidaan mahdolliset virheet, jolloin saadaan suuntaa antava tieto kysymysten ymmärtämisestä ja onnistumisesta. (Vilkkä 2007b,106).

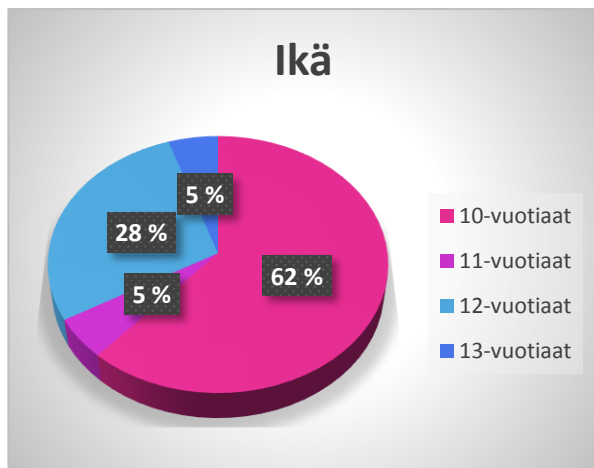
Analyysivaiheessa käytiin ensin läpi kaikki täytetyt kyselylomakkeet ja tarkastettiin onko virheellisesti täytettyjä kyselylomakkeita. Kaikki kyselylomakkeet olivat täytetty annettujen ohjeiden mukaisesti, joten yhtäkään kyselylomaketta ei tarvinnut jättää pois analysoinnista.

Kyselylomakkeiden tarkistamisen jälkeen käytiin lomakkeet vielä läpi yksitellen, syöttäen kunkin lomakkeen vastaukset Excel-taulukkoon. Näin saatiin analysoidua kaikkien lomakkeiden vastaukset. Vastausten syöttämisen jälkeen nähtiin konkreettisesti Excel-taulukosta, miten kysymyksien vastaukset jakaantuivat. Tämän vaiheen jälkeen laskettiin kuhunkin kysymykseen tulokset prosentteina. Näistä tehtiin ympyräkuviot havainnollistamaan saatuja tuloksia.

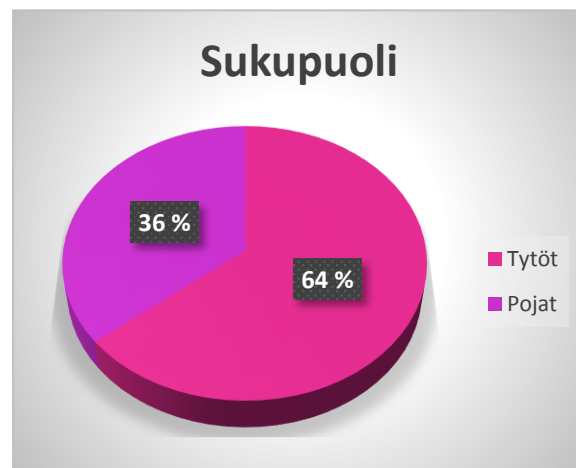
8 Tulokset

8.1 Taustatiedot

Kysely toteutettiin 30.1.2018 ja 6.2.2018 erään Pohjois-Karjalaisen alakoulun 4.- ja 6.-luokkalaisten oppilaiden keskuudessa. Taustatietoina kyselyyn osallistujilta kysyttiin ikää, sukupuolta sekä mitä some-kanavia heillä on käytössä. Kyselyyn osallistui 39 nuorta iältään 10–13-vuotiaita (Kuvio 1.). Heistä tyttöjä oli 25 ja poikia 14 (Kuvio 2.). Tuloksia analysoitaessa jaettiin kolmen ensimmäisen kysymyksen vastaustulokset tyttöihin ja poikiin. Kyselyyn osallistuneiden pienen osallistujamäärän vuoksi sekä anonyymiteetin suojaamiseksi loppuihin kysymysten vastaustuloksiin yhdistettiin tyttöjen ja poikien vastaukset samaan kuvioon.

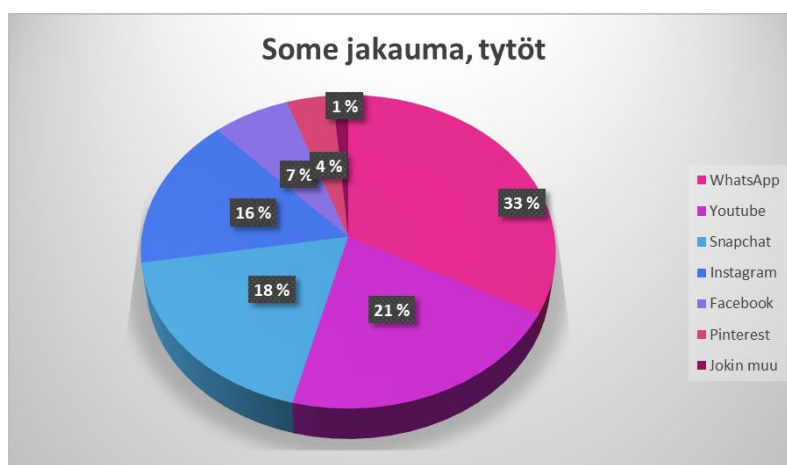


Kuvio 1. Vastanneiden ikäjakauma.

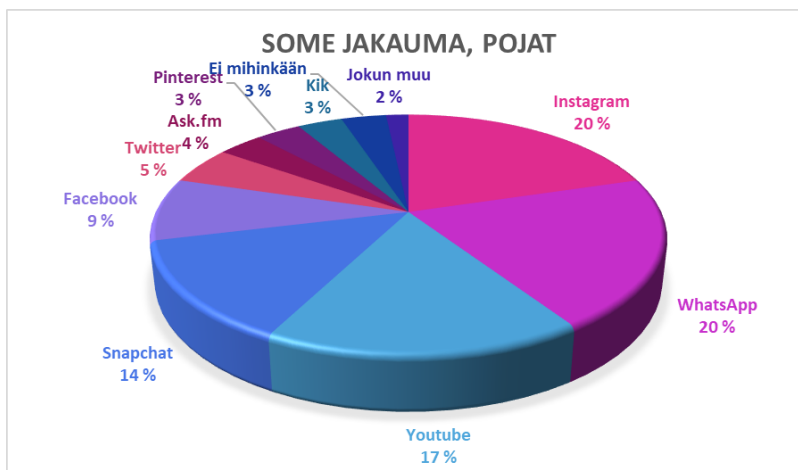


Kuvio 2. Vastanneiden sukupuoli.

Sekä tytöillä että pojilla suosituin some-kanava oli WhatsApp, tytöistä tätä sovelusta käytti 33 % ja pojilla vastaava määrä oli 20 %. Seuraavaksi suosituin some-kanava tytöillä oli Youtube, jota käytti 21 % tytöistä. Snapchat oli tytöillä kolmanneksi suosituin some-kanava, 18 % tytöistä kuului Snapchattiin. Neljänneksi suosituin some-kanava tytöillä oli Instagram, tähän kuului 16 % tytöistä. Pojilla WhatsApp:n lisäksi yhtä suosittu somekanava oli Instagram. Pojilla seuraavaksi suosituin some-kanava oli myös Youtube, tätä käytti 17 % pojista. Poikien kolmanneksi suosituimmaksi some-kanavaksi nousi myös Snapchatt, tähän kuului 14 % pojista. Pojilla Facebook oli neljänneksi suosituin some-kanava ja tähän kuului 9 % pojista. (Kuvio 3 ja 4.)



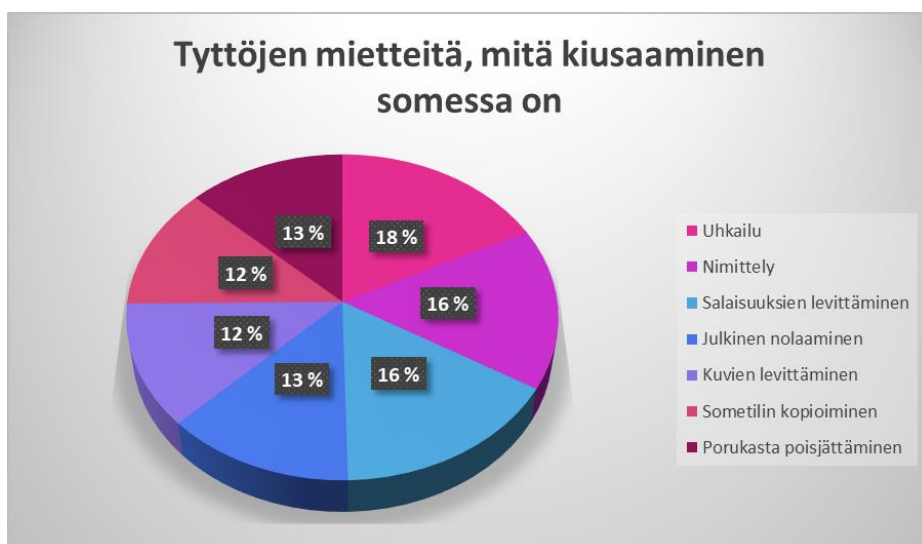
Kuvio 3. Tyttöjen somen käyttö.



Kuvio 4. Poikien somen käyttö.

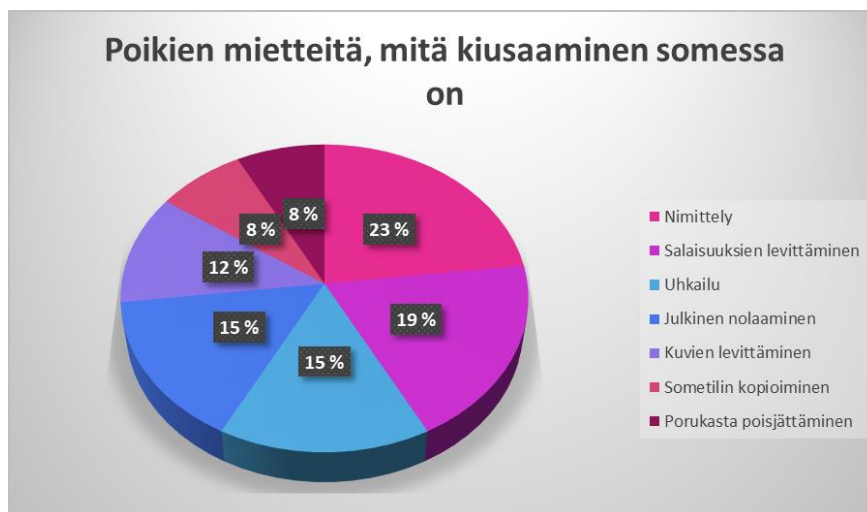
8.2 Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa

Kiusaamista somessa selvitettiin kysymällä nuorilta, mitä kiusaaminen heidän mielestään somessa on. Tähän kysymykseen oli mahdollista valita useampi vastausvaihtoehto. Tytöistä 18 % oli sitä mieltä, että kiusaaminen somessa on uhkailua. Nimittelyn ja salaisuuksien levittämisen kiusaamiseksi koki 16 % tytöistä. Julkinen nolaaminen ja porukasta pois jättäminen oli kiusaamista 13 % mielestä ja 12 % oli sitä mieltä, että kiusaaminen somessa voi olla kuvien levittämistä ja sometilin kopioimista. (Kuvio 5.)



Kuvio 5. Kiusaaminen somessa, tytöt.

Poikien vastauksien perusteella nimittely nousi suurimmaksi kiusaamismuodoksi somessa. Pojista 25 % koki, että nimittely somessa on kiusaamista. 21 % pojista ajatteli salaisuuksien levittämisen olevan kiusaamista somessa. 17 % pojista koki uhkailun ja julkisen nolaamisen some-kiusaamisena. Kuvien levittäminen oli 12 % mielestä some-kiusaamista ja 8 % koki kiusaamisen olevan sometilin kopioimista, sekä porukasta poisjättämistä. (Kuvio 6.)



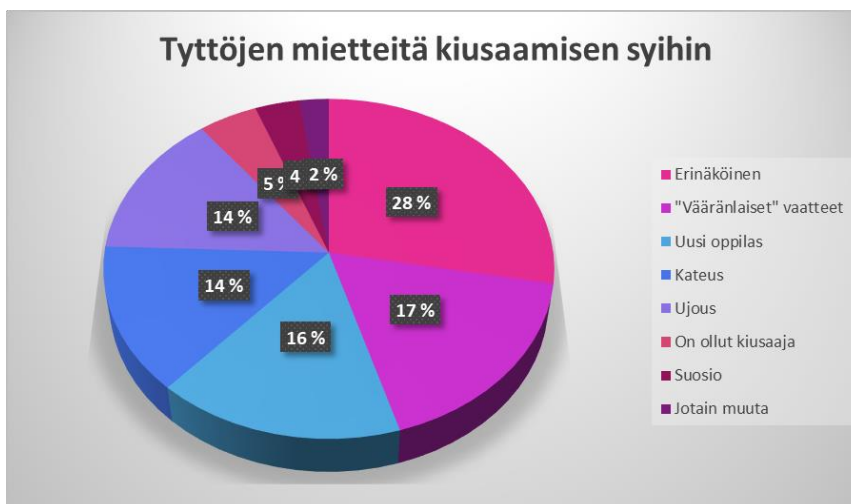
Kuvio 6. Kiusaaminen somessa, pojat.

Syitä kiusaamiselle kysyttiin nuorilta kysymällä, mitkä heidän mielestään ovat ne syyt, että toisia kiusataan. Myös tässä kysymyksessä sai valita useamman vastausvaihtoehdon. Tyttöjen mielestä erinäköisyys nousi suurimmaksi syyksi kiusata somessa. Tätä mieltä oli peräti 28 % tytöistä. 17 % tytöistä koki kiusaamisen somessa johtuvan ”vääränlaisista vaatteista”. 16 % vastasi kiusaamisen syyksi oppilaan olevan uusi. Vastanneista tytöistä 14 % oli sitä mieltä, että kiusaamiseen somessa vaikuttaa kateus ja toisaalta ujous. 5 % mielestä se seikka, että on joskus itse kiusannut toisia, vaikuttaa kiusaamisen uhriksi joutumiseen somessa. Tytöistä 4 % ajatteli suosion olevan syy some-kiusaamiselle, 2 % ajatteli some-kiusaamisen johtuvan muista syistä. (Kuvio 7.) Muita syitä kiusaamiselle vastaajat kirjoittivat:

”Haukkumista, yleistämistä, läheisten ja heitä koskevien suhteiden pilkkaamista ynnä muuta sellaista”

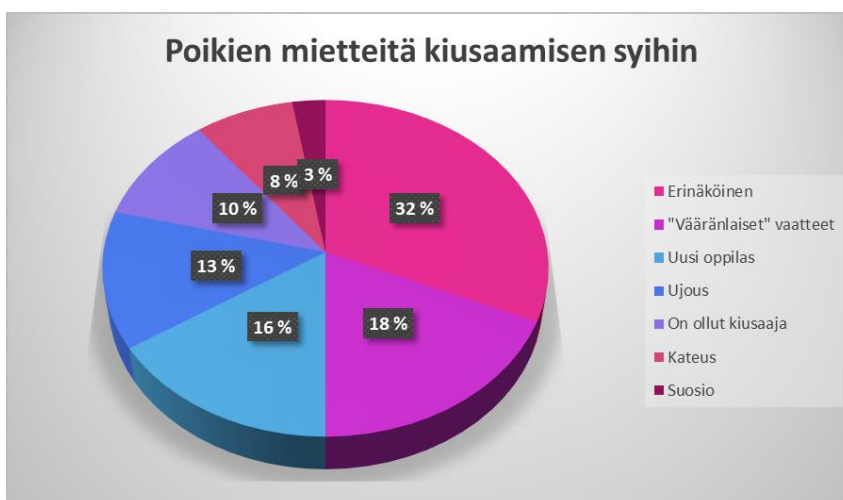
”Ärsyttävää.”

”Ulkonäön haukkumista ja uhkailua.”



Kuvio 7. Syyt kiusaamiselle somessa, tytöt.

Samoin kuin tyttöjen, myös poikien mielestä suurimmaksi syyksi joutua kiusatuksi somessa on erinäköisyys (32 %). "Vääränlaiset vaatteet" nousivat toiseksi kiusaamisen syyksi pojilla ja 18 % vastanneista pojasta ajatteli näin. 16 % mielestä kiusaamisen uhriksi somessa joutuu uusi oppilas. Ujous oli 13 % mukaan syy kiusaamiselle ja 10 % koki some-kiusaamisen johtuvan siitä, että on joskus itse kiusannut. 8 % koki some-kiusaamisen johtuvan kateudesta ja 3 % ajatteli suosion olevan syy some-kiusaamiselle. (Kuvio 8.)



Kuvio 8. Syyt kiusaamiselle somessa, pojat.

8.3 Kiusaamisen näkyminen nuoren arjessa

Kiusaamisen näkymistä nuoren arjessa selvitettiin kysymällä, onko kokenut kiusaamista somessa, kuinka usein kiusaamista somessa on tapahtunut, onko some-kiusaamista ollut koulupäivän aikana sekä onko some-kiusaaminen jatkunut vapaa-ajalla. Anonymiteetin suojaamiseksi yhdistettiin näihin kuvioihin sekä tytöt että pojat, emmekä erotelleet vastauksia sukupuolen mukaan. Halusimme tietää näiden lisäksi, kuinka moni vastaajista on itse osallistunut kiusaamiseen. Vastaajista 94 % ilmoitti, ettei itse ollut kiusannut, ja vain 6 % vastaajista myönsi itse joskus kiusanneensa. (Kuvio 9.)

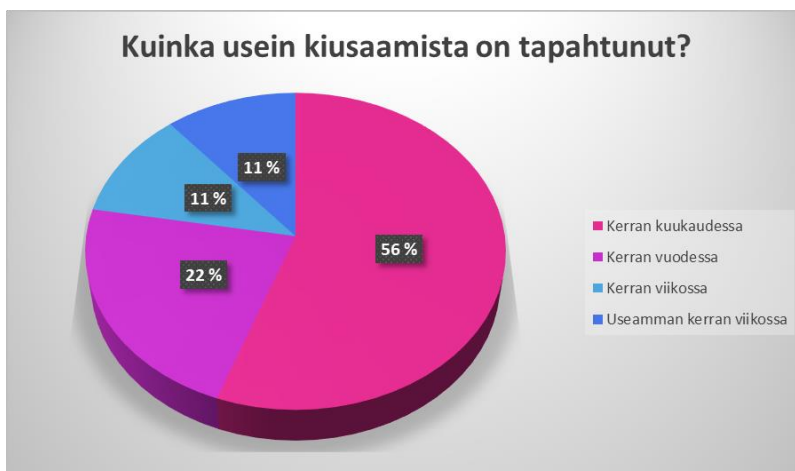
Kiusaamista somessa oli vastanneista tytöistä ja pojista kokenut 26 % Vastaajista 74 % ilmoitti, ettei ole kokenut some-kiusaamista. (Kuvio 10.) Heistä, joita oli somessa kiusattu, 56 % vastasi kokeneensa kiusaamista kerran kuukaudessa. Kiusatusta 22 % oli kokenut kiusaamista kerran vuodessa ja 11 % kiusaamiseksi joutuneista oli kokenut kiusaamista kerran viikossa tai useamman kerran viikossa. (Kuvio 11.) Kysymykseen, onko some-kiusaamista tapahtunut koulupäivän aikana, 96 % ilmoitti, ettei heitä ollut kiusattu koulupäivän aikana ja 4 % vastanneista ilmoitti kokeneensa kiusaamista koulupäivän aikana. (Kuvio 12.) Kysymykseen onko kiusaaminen somessa jatkunut vapaa-ajalla, 69 % vastanneista oli kokenut kiusaamisen jatkuvan vapaa-ajalla, ja 31 % ei ollut kokenut kiusaamista vapaa-ajalla. (Kuvio 13.)



Kuvio 9. Kiusaamiseen osallistuminen.



Kuvio 10. Some-kiusaamisen kokeminen.



saamisen toistuvuus.

Kuvio 11. Some-kiu-



Kuvio 12. Kiusaamisen tapahtuminen koulupäivän aikana.



Kuvio 13. Kiusaamisen jatkuminen vapaa-ajalla.

8.4 Kiusaamisen kokeminen

Selvitimme kiusaamisen kokemista avoimella kysymyksellä, jossa saimme nuorten mietteitä millaista kiusaaminen somessa on ollut. Nuoret vastasivat seuraavaa:

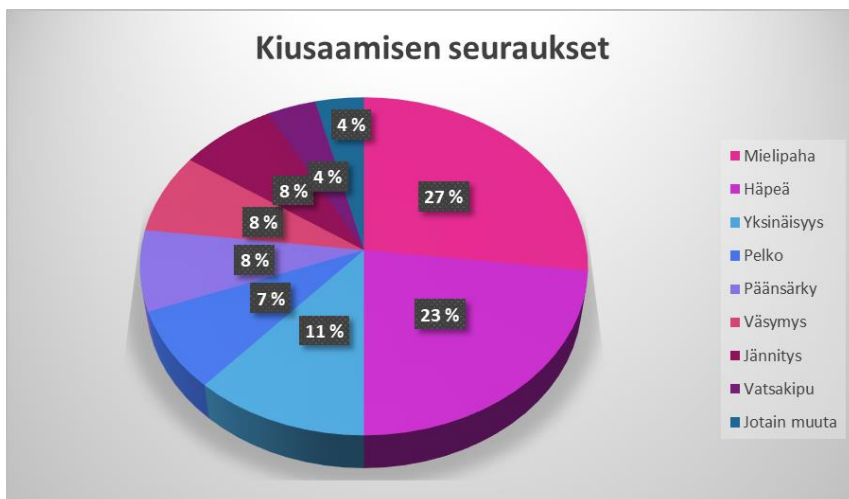
”Todella ärsyttävää.”

”Tosi ilkeetä ja se ei oo tuntunut KIVALTA!”

”Ei kivaa.”

”Se ei ollut kivaa.”

Halusimme selvittää, onko nuori kokenut jotain psyykkisiä tai somaattisia oireita. Tätä selvitettiin kysymällä, jos olet kokenut kiusaamista somessa, oletko kokenut jotain seuraavista: yksinäisyyttä, pelkoa, jännitystä, mielipahaa, päänsärkyä, vatsakipua, häpeää, väsymystä, jotain muuta. Vastaajista 27 % oli kokenut mielipahaa, 23 % häpeää ja 11 % oli kokenut yksinäisyyttä. Jännitystä ja väsymystä oli kokenut 8 % vastaajista ja somaattisia oireita eli päänsärkyä ja vatsakipua myös 8 % vastaajista. (Kuvio 14.)



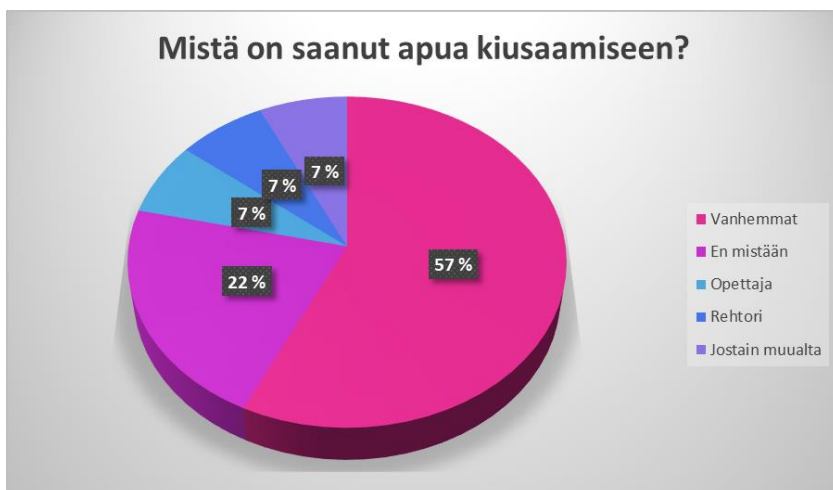
Kuvio 14. Kiusaamisen seuraukset.

8.5 Kiusaamiseen puuttuminen

Kyselyyn vastanneista nuorista apua kiusaamiseen oli pyytänyt vain 26 % vastaajista ja 74 % ei ollut pyytänyt apua kiusaamiseen (kuvio 15). Nuoret kertoivat saaneensa some-kiusaamiseen apua eniten vanhemmiltaan, vastaajista 57 % vastasi näin. Toisaalta 22 % koki, ettei ole saanut apua mistään. Loput vastaajista olivat saaneet apua opettajalta (7 %), rehtorilta (7 %) sekä jostain muualta (7 %). (Kuvio 16.) Avun pyytämisen jälkeen 93 % kertoi kiusaamisen vähentyneen (kuvio 17).



Kuvio 15. Avun pyytäminen.



Kuvio 16. Avun saaminen.



Kuvio 17. Kiusaamisen vähentyminen avun jälkeen.

9 Pohdinta

Tässä luvussa tarkastellaan saatuja tuloksia vertaillen opinnäytetyölle asetettuihin tavoitteisiin. Valitut menetelmät, eettisyys ja luotettavuus arvioidaan ja tarkastellaan kriittisesti niin, että nämä tässä työssä toteutuvat. Tämän lisäksi pohditaan omaa ammatillista kasvua opinnäytetyön prosessin ajan. (Karelia ammattikorkeakoulu, 2016).

9.1 Tulosten tarkastelu

Kyselyn tuloksia tarkastellessa tutkijat huomasivat, että some-kiusaamista tapahtuu koulussa, jossa kysely tehtiin. Kiusaaminen somessa on kyselyyn osallistuneiden nuorten mielestä nimittelyä, uhkailua, salaisuuksien levittämistä, sometilin kopioimista, kuvien ja salaisuuksien levittämistä, julkista nolaamista ja porukasta poisjättämistä. Some-kiusaamisen uhriksi joutumisen syitä nuorten mielestä olivat erinäköinen, ”vääränlaiset” vaatteet, uusi oppilas, ujous, kateus, suosio, ja että kiusatuksi joutunut on itse ollut kiusaaja. Tarkastelussa selvisi, että niin tyttöillä kuin pojillakin kiusaamisen syyt olivat ulkonäköpainotteisia. Näitä seikkoja tutkijat olettivat kiusaamisen syiksi, tosin tutkijat olettivat ulkonäkökeskeisyyden olevan enemmän tyttöjen kuin poikien ongelma. Poikien ja tyttöjen vastausten välillä ei ollut suurta eroa, mikä oli yllättävää, sillä oletuksena oli, että tytöt olisivat kokeneet enemmän some-kiusaamista.

Kiusaamista oli kokenut 26 % vastanneista. Tutkijoista tämäkin on jo liian suuri osa. Voi olla, että kaikki eivät edes uskaltaneet vastata rehellisesti kysymykseen. Kiusaamista kokeneista jopa 61 % oli kokenut kiusaamista kerran kuukaudessa ja 12 % kerran tai useamman kerran viikossa. Some-kiusaamista tapahtuu vähän koulupäivän aikana (4 %). Kiusaaminen kuitenkin jatkuu koulupäivän jälkeen vapaa-ajalla, 69 % vastaajista ilmoitti näin. Tutkijat pohtivat, onko koulussa koulupäivän aikana puhelimien käyttökielto, joka voisi selittää sen seikan, että kiusaaminen jatkuu vapaa-ajalla. 6 % vastanneista vastasi itse kiusanneensa. Tämä on melko pieni osuus, ja voi olla nuorille vaikea myöntää kiusanneensa. Some-kiusaamista kuitenkin oli nuorten keskuudessa.

Nuoret kokivat some-kiusaamisen olevan erittäin ärsyttävää ja ilkeää, eikä se nuorten mukaan tunnu kivalta. Some-kiusaamista kokeneet ilmoittivat kärsineensä mielipahasta, häpeästä, yksinäisyydestä, pelosta, jännityksestä, väsymyksestä ja päänsärystä. Tämä tukee sitä teoriaa, että kiusaaminen aiheuttaa vetäytymistä, somaattisia oireita sekä pahimmassa tapauksessa traumatisoimista ja syrjäytymistä. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017g.) Nuorten ja tutkijoiden some-kiusaamisen kokemisesta olivat samoja. Tutkijat olisivat halunneet

nuorten kirjoittavan avoimeen kysymykseen, siitä millaista some-kiusaaminen on ollut vieläkin tarkemmin ja yksityiskohtaisemmin tuntemuksistaan. Suppeisiin vastauksiin saattoi vaikuttaa opettajan läsnäolo, kiire, ryhmäpaine ja nuorten sen hetkinen mieliala.

Yllättävää vastauksissa oli se, kuinka vähän kiusaamiseen pyydetään apua, sillä vain 26 % vastaajista oli hakenut apua kiusaamiseen. Tämä tukee teoriaa, etteivät nuoret pyydä apua aikuisilta, koska he eivät usko aikuisten pystyvän tarjoamaan apua ja toisaalta nuoret pelkäävät kiusaamisen pahenevan avun pyytämisen jälkeen (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017h). Seikka, joka kiinnitti tutkijoiden huomion oli se, että suurin osa oli saanut apua vanhemmilta (57 %). Tutkijoiden oletus oli, että apua olisi ensisijaisesti pyydetty opettajalta tai omilta kavereilta. Kyselyyn osallistui vain kaksi luokkaa, alun perin osallistuvia luokkia piti olla kolme. Kyselyyn osallistujien pienestä määrästä johtuen tutkimuksesta ei voi tehdä mitään yleistyksiä, kuinka some-kiusaamista koetaan.

Nuorten mietteet olivat samoja, mitä itse oletimme kiusaamisen somessa olevan. Olisimme halunneet tietää vieläkin tarkemmin ja syvällisempää pohdintaa nuorilta, mitä kiusaaminen somessa on, mutta ymmärrämme aiheen olevan erittäin arka ja olemme tyytyväisiä näihinkin vastauksiin.

9.2 Luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyönä tehty kvantitatiivinen tutkimuksemme ei ole täysin luotettava, koska kyselyssä saattaa tulla sattumanvaraisia tuloksia. Kysely on mahdollista toistaa saman henkilön kanssa, mutta tulos ei välttämättä ole täsmälleen sama. Tähän voivat vaikuttaa muun muassa mieliala, ympäristö, kiire, ajankohta eli nuori ei ole kiusattu kyselyä toteuttaessa. Kohderyhmä voi ymmärtää kysytyt asiat eri tavalla kuin tutkijat, jolloin tulokset eivät ole täysin luotettavia. Nämä seikat on huomioitu tuloksia analysoitaessa.

Validiteetti tarkoittaa tutkimuksen pätevyyttä eli tutkimusmenetelmän kykyä mitata sitä, mitä tutkimuksessa on tarkoituskin mitata. Pätevässä tutkimuksessa ei

saisi olla systemaattisia virheitä. Tämä tarkoittaa sitä, millä tavalla tutkittavat ovat ymmärtäneet kysymykset. Tulokset voivat vääristyä, jos tutkimukseen osallistuvat ajattelevatkin eri tavalla kuin tutkija. Näin ollen validius tulee huomioida jo suunniteltaessa tutkimusta. Suunnitteluvaiheessa tulee määritellä tarkasti käsitteet, perusjoukko ja muuttujat sekä suunnitella huolellisesti aineiston kerääminen. Näiden lisäksi tulee huomioida, että kysymykset vastaavat tutkimusongelmiin. (Vilka 2015e, 193.) Tässä opinnäytetyössä tutkimuskysymykset tukevat tutkimusongelmaa. Kyselylomake on tehty niin, että kysymykset pohjautuvat teoriaan.

Esitestauksesta huolimatta kyselyn analysointivaiheessa tutkijoita mietitytti, onko kysymyksiä silti ymmärretty oikein. Tutkijat olettavat, että väärinymmärryksiä oli jonkin verran, koska osa palautti hyvinkin nopeasti lomakkeen. Lomakkeet oli kuitenkin kokonaan täytetty, mutta esimerkiksi avoimessa kysymyksessä oli vastattu lyhyesti yhdellä sanalla, mikä ei välttämättä ihan vastannut kysymykseen. Lisäksi tähän vaikutti oletettavasti ryhmäpaine (luokassa pulpetit olivat ryhmittäin, pelko vastauksien näkemisestä) ja kiire. Aika, jonka tutkijat olivat varanneet kyselyn tekemiseen riitti hyvin, mutta tutkijoista riippumattomista syistä kysymyksiin toivottiin nopeampaa vastausta. Kysymyksiä ei tästä syystä välttämättä luettu kunnon ja vastattiin suppeasti.

Alun perin kyselyyn oli tarkoitus osallistua 4., -5., -ja 6.-luokat, mutta lopulta kyselyyn osallistui vain kaksi näistä luokista. Näin ollen kyselyn otanta oli pieni, emmekä näiden vastauksien ja osallistujamäärään vuoksi voineet tehdä johtopäätöksiä sosiaalisessa mediassa ilmenevästä kiusaamisesta tutkimuskoulussa.

Tutkimus on tehty vain yhden koulun nuorille, jolloin vastaajia oli vähän. Luotettavuuden kannalta olisi ollut parempi, jos tutkijat olisivat saaneet enemmän nuoria vastaamaan kyselyyn. Kyselyn olisi voinut toteuttaa useammalle Pohjois-Karjalan alueen koululle, jolloin tutkimus olisi ollut luotettavampi ja olisimme voineet huomata vaikuttaako esimerkiksi koulun sijainti ynnä muut sellaiset seikat sosiaalisessa mediassa ilmenevään kiusaamiseen. Aloittaessamme opinnäytetyön olimme yhteydessä useampaan Pohjois-Karjalan alueen kouluun, mutta emme saaneet vastausta, kuin vain yhdeltä koululta.

Reliabiliteetti tarkoittaa tutkimuksen luotettavuutta ja tulosten tarkkuutta eli kyselyn tulokset on toistettavissa ja kysely antaa ei-sattumanvaraiset tulokset. Tämä tarkoittaa sitä, että toistettaessa kysely saman henkilön kanssa saadaan täsmälleen sama tulos tutkijasta riippumatta. Tutkimuksen validiteetti ja reliabiliteetti muodostavat yhdessä kokonaisluotettavuuden. Tutkimuksen kokonaisluotettavuus on hyvä, kun otos edustaa perusjoukkoa ja mittaamisessa on mahdollisimman vähän satunnaisuutta. Luotettavuuteen vaikuttavat monet seikat. Virheitä voi syntyä, jos vastaaja ymmärtää kysytyn asian eri tavalla kuin tutkija tai tutkija tekee virheitä tuloksia tallentaessaan. Tutkimuksessa on tärkeää, että tutkija ottaa kantaa tutkimuksessa esiin tulleisiin satunnaisvirheisiin. (Vilka 2015f, 194.)

Eettisyyttä korostaa työssä se, että nuorille suunnattu kysely toteutetaan anonyymisti. Tutkijat jakoivat kyselylomakkeet itse nuorille, kertoivat miksi tekevät kyselyä ja vastasivat nuorten esittämiin kysymyksiin. Kyselyn jälkeen tutkijat keräsivät lomakkeet kirjekuoreen ja sulkivat kuoret luokassa nuorten edessä säilyttäen luottamuksellisuuden. Tutkimuksen ja varsinkin aran aiheen takia anonyymiyden on tärkeää tutkijoille. Tällöin tutkija saa vapauden aiheen käsittelyyn sekä puolueettoman analysoinnin. Luottamus ja anonyymiuden lupaaminen tutkittaville rohkaisevat kertomaan aroistakin asioista. (Mäkinen 2006a, 114.)

Tutkijan on noudatettava anonyymiuden lupausta myös tutkimuksen jälkeen, jolloin tutkijan on huomioitava, ettei kukaan ulkopuolinen taho pääse käsiksi tutkimuslomakkeisiin. Tähän tutkijan on pyrittävä kaikin keinoin. (Mäkinen 2006b, 115.)

Tutkimustulokset analysoitua lomakkeet hävitettiin asianmukaisesti. Tutkimukseen osallistuva koulu halusi pysyä anonyyminä, ja kysymysten ollessa suljettuja tutkimuksen yhdistäminen kouluun ja nuoriin on minimoitu. Materiaali hävitettiin asiaan kuuluvalla tavalla.

Tutkimuksessamme on alle 12-vuotiaita nuoria, jolloin olisi suotavaa pyytää vanhemmilta lupaa nuoren osallistua tutkimukseen (Vilka 2007f, 94). Tutkijat varmistivat koulun rehtorilta, tarvitseeko tässä tutkimuksessa vanhempien suostumusta kyselyyn osallistumisesta. Kyselyn ollessa täysin anonyymi rehtorin

päätöksellä vanhemmilta ei suostumusta tarvittu, ja näin ollen toimittiin rehtorin ohjeiden mukaisesti.

Opinnäytetyössä käyttämämme lähteet olivat tutkimuksellista tietoa ja olimme lähdekriittisiä tarkastellessamme lähteitä. Etsittiin huolellisesti tutkittua tietoa niin ulkomaisista kuin kotimaisista lähteistä. Näistä valittiin lähteiksi sellaiset tutkimukset, jotka olivat lähellä omaa aihetta ja tukivat tutkijoiden mietteitä aiheesta. Käytetyt tietokannat olivat Cinahl, Medic ja Google Scholar. Lisäksi tietoa etsittiin hoitoalaan ja kiusaamiseen liittyvästä kirjallisuudesta sekä luettiin aiheeseen liittyviä lehtiartikkeleita ja internet julkaisuja.

Parityöskentely mahdollisti sen, että työtä on tarkasteltu ”kaksin silmin”. Koko opinnäytetyön prosessin ajan kirjoitettiin päiväkirjaa, jolloin oltiin ajan tasalla mitä oli tehty ja mitä pitää vielä tehdä. Määrällisessä tutkimuksessa tulee olla esillä objektiivisuus, joka tarkoittaa sitä, että tutkijat ovat olleet puolueettomia ja tutkimustulos on tutkijoista riippumaton (Vilkkä 2007e, 13). Tässä tutkimuksessa on huomioitu objektiivisuus.

Tieteellisessä tutkimuksessa on hyvän tavan mukaista kunnioittaa toisen työtä. Tämä tarkoittaa sitä, että kaikki ulkopuoliset lähteet merkitään selkeästi näkyviin ja niiden käyttö on asiallista. (Vilkkä 2007f, 165). Tämä on huomioitu siten, että lähteet on merkitty selkeästi, ja näin kunnioitettu ulkopuolisia lähteitä.

9.3 Opinnäytetyön prosessin tarkastelu

Opinnäytetyön prosessi käynnistyi keväällä 2017 aiheen valinnalla mielenterveys- ja päihdetyön projektin kautta, jossa selvitimme 12–13 vuotiailta millaista some-kiusaaminen tuolloin oli. Syksyllä 2017 lähdettiin rajaamaan aihetta ja etsimään teoriaa ja tutkimuksia aiheesta. Näiden pohjalta aloimme tehdä tutkimussuunnitelmaa, jonka parissa työskentelimme koko syksyn. Toimeksiantosopimus (Liite 3) allekirjoitettiin 23.10.2017 ja tutkimuslupa allekirjoitettiin 6.2.2018. Tutkimusluvan (Liite 4) myönsi tutkimukseen osallistuneen koulun rehtori, jos tutkimukseen olisi osallistunut useampi koulu, ei pelkkä rehtorin myöntämä lupa olisi

riittänyt. Suunnitelma hyväksyttiin joulukuussa 2017, jolloin pääsimme sopimaan tutkimuksen toteutuksesta. Kysely toteutettiin helmi-maaliskuun vaihteessa, jonka jälkeen pääsimme analysoimaan tuloksia, sekä kirjoittamaan raporttia tutkimuksesta. Oppilaille oli saatekirje (Liite 2), jossa esittelimme keitä olemme, mikä työn tarkoitus on ja miksi teemme kyselyä.

Tämän määrällisen opinnäytetyön tarkoitus oli selvittää 10–13-vuotiaiden nuorten kokemuksia sosiaalisessa mediassa tapahtuvasta kiusaamisesta. Mielestämme pääsimme tavoitteeseen. Saimme kyselylomakkeen avulla selville, kuinka tutkimukseen osallistuneen koulun 10–13-vuotiaat nuoret kokivat sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista, millaista se on ollut heidän kohdallaan ja mistä he olivat saaneet apua kiusaamiseen.

Lomakkeen kysymykset oli pohdittu teoriaan nojaten ja tutkimusongelmiin täsmänten, joten mielestämme ne onnistuivat. Esitestauksen jälkeen lomakkeen kysymyksiä olisi voinut vielä tarkemmin pohtia ja sanavalintaa vielä hioa, ovatko kysymykset varmasti sellaiset, jotka nuoret ymmärtävät. Ajallisesti tämä ei kuitenkaan ollut mahdollista.

Parityöskentely sujui hyvin. Aluksi koko syksyn teimme parina tiiviisti yhdessä opinnäytetyötä, etsimme tietoa, kirjoitimme suunnitelmaa ja suunnittelimme kysymykset. Alkukevään yhdessä tekeminen ei ollut ajallisesti mahdollista, joten sähköpostia hyödyntäen teimme viimeiset muutokset työhön. Parityöskentelyssä oli myös omat haasteensa; ajan sovittaminen yhteen, osioiden jakaminen, sekä kompromissien teko. Tämä prosessi opetti parityöskentelystä lisää ja kuinka tiiviisti projektia tulee tehdä ja joustaa puolin ja toisin.

Opinnäytetyöprosessi oli henkisesti raskaampaa, mitä oletimme. Tavoitteena oli saada työstä hyvä arvosana, kuitenkin projektin edetessä tämä osoittautui mahdolltomaksi tavoitteeksi. Tietopohjan kirjoittaminen oli haasteellista, koska asiakirjan tuottaminen oli hankalaa, suunnitelman valmiiksi saaminen vaati paljon aikaa, sekä projektin venyessä mielenkiinto ja voimavarat kävivät vähiin.

9.4 Tutkimuksen hyödyntäminen ja jatkokehittäminen

Opinnäytetyössä saatavia tuloksia voi toimeksiantaja mahdollisesti hyödyntää yhdessä KiVa Koulu -ohjelman kanssa ja tulevan haastekilpailun suhteen, jossa etsitään keinoja ehkäistä sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista. Lisäksi kysely voidaan uusina esimerkiksi tutkittavassa koulussa rehtorin toimesta ja vertailla tuloksia aiempiin.

Tutkimuksessa tehty kysely on mahdollista toteuttaa muussakin koulussa, jossa halutaan tietää oppilaiden suhtautumista ja kokemuksista some-kiusaamisesta. Tutkimustuloksia voi hyödyntää some-kiusaamisen ehkäisyssä. Tutkimusta voi myös jatko kehittää ammattikorkeakoulussa.

Lähteet

- Ahtokivi, I. 2016. Kokoomusedustajat vaativat opettajille oikeutta puuttua koulu-
matka -ja nettikiusaamiseen. [https://www.verkkouutiset.fi/kokoomus-
edustajat-vaativat-opettajille-oikeutta-puuttua-koulumatka-ja-netti-
kiusaamiseen-58783/](https://www.verkkouutiset.fi/kokoomus-
edustajat-vaativat-opettajille-oikeutta-puuttua-koulumatka-ja-netti-
kiusaamiseen-58783/). 6.11.2017.
- Ahtola, A. 2016a. Psyykkinen hyvinvointi ja oppiminen. PS-kustannus. Jyväskylä.
- Ahtola, A. 2016b. Psyykkinen hyvinvointi ja oppiminen. PS-kustannus. Jyväskylä.
- Ahtola, A. 2016c. Psyykkinen hyvinvointi ja oppiminen. PS-kustannus. Jyväskylä.
- Ahtola, A. 2016d. Psyykkinen hyvinvointi ja oppiminen. PS-kustannus. Jyväskylä.
- Annala, V. 2017. Koulukiusattujen kokemuksia kiusaamisen seurauksista ja sel-
viytymisen poluista. TamPub Julkaisuarkisto. [http://tampub.uta.fi/han-
dle/10024/101004](http://tampub.uta.fi/han-
dle/10024/101004). 27.09.2017.
- Hamarus, P. 2007a. Koulukiusaaminen ilmiönä. Helmi-lehti. Jyväskylän yliopisto.
<http://personal.inet.fi/koti/olli.stalstrom/hamarus.html> 6.11.2017
- Hamarus, P. 2007b. Koulukiusaaminen ilmiönä. Helmi-lehti. Jyväskylän yliopisto.
<http://personal.inet.fi/koti/olli.stalstrom/hamarus.html> 6.11.2017
- Hamarus, P. 2007c. Koulukiusaaminen ilmiönä. Helmi-lehti. Jyväskylän yliopisto.
<http://personal.inet.fi/koti/olli.stalstrom/hamarus.html> 6.11.2017
- Hamarus, P. 2008a. Koulukiusaaminen, huomaa, puutu, ehkäise. Kotimaa-Yhtiöt
Oy/ Kirjapaja. Juva.
- Hamarus, P. 2008b. Koulukiusaaminen, huomaa, puutu, ehkäise. Kotimaa-Yhtiöt
Oy/ Kirjapaja. Juva.
- Hamarus, P. 2008c. Koulukiusaaminen, huomaa, puutu, ehkäise. Kotimaa-Yhtiöt
Oy/ Kirjapaja. Juva.
- Hamarus, P. 2008d. Koulukiusaaminen, huomaa, puutu, ehkäise. Kotimaa-Yhtiöt
Oy/ Kirjapaja. Juva.
- Hamarus, P. 2008e. Koulukiusaaminen, huomaa, puutu, ehkäise. Kotimaa-Yhtiöt
Oy/ Kirjapaja. Juva.
- Hamarus, P. 2008f. Koulukiusaaminen, huomaa, puutu, ehkäise. Kotimaa-Yhtiöt
Oy/ Kirjapaja. Juva.
- Hamarus, P. 2008g. Koulukiusaaminen, huomaa, puutu, ehkäise. Kotimaa-Yhtiöt
Oy/ Kirjapaja. Juva.
- Hamarus, P. 2012a. Haukku haavan tekee. Juva: PS-kustannus.
- Hamarus, P. 2012b. Haukku haavan tekee. Juva: PS-kustannus.
- Hamarus, P. 2012c. Haukku haavan tekee. Juva: PS-kustannus.

- Hamarus, P. 2012d. Haukku haavan tekee. Juva: PS-kustannus.
- Hamarus, P. 2012e. Haukku haavan tekee. Juva: PS-kustannus.
- Hamarus, P. 2012f. Haukku haavan tekee. Juva: PS-kustannus.
- Hamarus, P. 2013. Kiusaaminen. <https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/tietoartikkelit/mielenterveys/kiusaaminen> 16.10.2017
- Heikkilä, T. 2014a. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita Publishing Oy.
- Heikkilä, T. 2014b. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita Publishing Oy.
- Heikkilä, T. 2014c. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita Publishing Oy.
- Heikkilä, T. 2014d. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita Publishing Oy.
- Heikkilä, T. 2014e. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita Publishing Oy.
- Helsingin kaupunki. 2016a. Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa puhuttaa nuoria ja vanhempia. <https://www.hel.fi/uutiset/fi/nuorisoasiainkeskus/kiusaaminen-sosiaalisessa-mediassa-puhuttaa-nuoria-ja-vanhempia>. 28.10.2017.
- Helsingin kaupunki. 2016b. Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa puhuttaa nuoria ja vanhempia. <https://www.hel.fi/uutiset/fi/nuorisoasiainkeskus/kiusaaminen-sosiaalisessa-mediassa-puhuttaa-nuoria-ja-vanhempia>. 28.10.2017.
- Helsingin kaupunki. 2016c. Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa puhuttaa nuoria ja vanhempia. <https://www.hel.fi/uutiset/fi/nuorisoasiainkeskus/kiusaaminen-sosiaalisessa-mediassa-puhuttaa-nuoria-ja-vanhempia>. 28.10.2017.
- Helsingin kaupunki. 2016d. Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa puhuttaa nuoria ja vanhempia. <https://www.hel.fi/uutiset/fi/nuorisoasiainkeskus/kiusaaminen-sosiaalisessa-mediassa-puhuttaa-nuoria-ja-vanhempia>. 28.10.2017.
- Helsingin kaupunki. 2016e. Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa puhuttaa nuoria ja vanhempia. <https://www.hel.fi/uutiset/fi/nuorisoasiainkeskus/kiusaaminen-sosiaalisessa-mediassa-puhuttaa-nuoria-ja-vanhempia>. 28.10.2017.
- Holmberg-Kalenius, T. 2008. Elämää koulukiusaamisen jälkeen. Jyväskylä, Gummerus Kirjapaino Oy.
- KAKS-Kunnallissalan kehittämissäätö. 2013a. Pelastakaa koulukiusatut! –Koulun vastuu, puuttumisen muodot ja ongelmat oikeudellisessa tarkastelussa. <http://www.kaks.fi/sites/default/files/Tutkimusjulkaisu%2070>. 9.9.2017.

- KAKS-Kunnallisalan kehittämissäätö. 2013b. Pelastakaa koulukiusattu! –Koulun vastuu, puuttumisen muodot ja ongelmat oikeudellisessa tarkastelussa. <http://www.kaks.fi/sites/default/files/Tutkimusjulkaisu%2070.9.9.2017>.
- Kanerva, A., Kuhanen, C. & Oittinen, P. 2010a. Mielenterveyshoitotyö. Porvoo. WSOYpro Oy.
- Kanerva, A., Kuhanen, C. & Oittinen, P. 2010b. Mielenterveyshoitotyö. Porvoo. WSOYpro Oy.
- Kanerva, A., Kuhanen, C. & Oittinen, P. 2010c. Mielenterveyshoitotyö. Porvoo. WSOYpro Oy.
- Karelia ammattikorkeakoulu. 2016. Opinnäytetyön ohje. http://moodle2.karelia.fi/pluginfile.php/376765/mod_resource/content/2/Karelia%20opinn%C3%A4ytety%C3%B6%20ohje.pdf. 23.1.2018.
- Kauppinen T. 2016a. Kiusaaminen jättää rajut jäljet. Inhimillisiä uutisia. <http://www.inhimillisiauutisia.fi/kiusaaminen-jattaa-rajut-jaljet/4896167>. 28.9.2017.
- Kauppinen T. 2016b. Kiusaaminen jättää rajut jäljet. Inhimillisiä uutisia. <http://www.inhimillisiauutisia.fi/kiusaaminen-jattaa-rajut-jaljet/4896167>. 28.9.2017.
- Kauppinen T. 2016c. Kiusaaminen jättää rajut jäljet. Inhimillisiä uutisia. <http://www.inhimillisiauutisia.fi/kiusaaminen-jattaa-rajut-jaljet/4896167>. 28.9.2017.
- KiVa Koulu. Tehdään se yhdessä! 2012a. http://www.kivakoulu.fi/mista_kiusaamisen_johtuu. 9.2.2018
- KiVa Koulu. Tehdään se yhdessä! 2012b. <http://www.kivakoulu.fi/internetin-vaarat-kurssikokonaisuus>. 6.11.2017
- KiVa Koulu. Tehdään se yhdessä! 2012c. <http://www.kivakoulu.fi/laatusuosituks>. 15.10.2017
- KiVa Koulu. Tehdään se yhdessä! 2012d. <http://www.kivakoulu.fi/laatusuosituks>. 15.10.2017 <http://www.kivakoulu.fi/laatusuosituks>. 15.10.2017 <http://www.kivakoulu.fi/vaasan-yliopiston-tuore-tutkimuskertoo-mm.koulukiusaamiseen-puuttumisen-haasteista>. 9.9.2017
- KiVa Koulu. Tehdään se yhdessä! 2012e. <http://www.kivakoulu.fi/vaasan-yliopiston-tuore-tutkimuskertoo-mm.koulukiusaamiseen-puuttumisen-haasteista>. 9.9.2017
- KiVa Koulu. Tehdään se yhdessä! 2012f. <http://www.kivakoulu.fi/tiedoksi-kouluille-some-kiusaamisen-ehk%C3%A4isyyn-liittyv%C3%A4-haastekilpailu>. 15.10.2017
- Koulurauha. 2010. Koulukiusaaminen ilmiönä. <http://www.koulurauha.fi/17-koulurauha-1/turvallinen-koulu/168-kiusaamisen-ehkaeisy-.1> 6.11.2017.
- Lindberg, M. Louheranta, O. Mustonen, K. Salo, O. Stenius, J. Psykoterapeuttinen hoitosuhde. 2015. Kustannus oy Duodecim.

- Liikala, V. 2016a. "Yleensä nettikiusaaminen on jopa pahempaa kuin konkreettinen face2face kiusaaminen" : helsinkiläisten ja rovaniemeläisten yhdeksäsluokkalaisten oppilaiden käsityksiä verkossa tapahtuvasta kiusaamisesta. Lapin yliopisto.<https://lauda.ulapland.fi/handle/10024/62820>. 16.10.2017.
- Liikala, V. 2016b. "Yleensä nettikiusaaminen on jopa pahempaa kuin konkreettinen face2face kiusaaminen" : helsinkiläisten ja rovaniemeläisten yhdeksäsluokkalaisten oppilaiden käsityksiä verkossa tapahtuvasta kiusaamisesta. Lapin yliopisto.<https://lauda.ulapland.fi/handle/10024/62820>. 16.10.2017.
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2017a. Kiusaamisen seuraukset.<https://www.mll.fi/ammattilaisille/kouluille-ja-oppilaitoksille/kiusaamisen-ehkaiseminen/kiusaamisen-seuraukset/>. 8.11.2017
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2017b. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-ja-media/nettikiusaaminen/> 28.10.2017
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2017c. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-ja-media/nettikiusaaminen/> 28.10.2017
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2017d. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-ja-media/nettikiusaaminen/> 28.10.2017
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2017e. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-ja-media/nettikiusaaminen/> 28.10.2017
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2017f. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-ja-media/nettikiusaaminen/> 28.10.2017
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2017g. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-ja-media/nettikiusaaminen/> 28.10.2017
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2017h. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-ja-media/nettikiusaaminen/> 28.10.2017
- Minilex. 2017a. Törkeä viestintäsalaisuuden loukkaus.<https://www.minilex.fi/a/t%C3%B6rke%C3%A4-viestint%C3%A4salaisuuden-loukkaus>. 11.11.2017.
- Minilex. 2017b. Törkeä viestintäsalaisuuden loukkaus.<https://www.minilex.fi/a/t%C3%B6rke%C3%A4-viestint%C3%A4salaisuuden-loukkaus>. 11.11.2017.
- Mäkinen, O. 2006a. Tutkimusetiikan ABC.Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Mäkinen, O. 2006b. Tutkimusetiikan ABC.Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Nuortenlinkki. 2017a. Kiusaaminen.<https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/tietoartikkelit/mielenterveys/kiusaaminen>. 6.11.2017.
- Nuortenlinkki. 2017b. Kiusaaminen.<https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/tietoartikkelit/mielenterveys/kiusaaminen>. 6.11.2017.

- Olweus, D. 1994 Annotation: Bullying at School: Basic Facts and Effects of a School Based Intervention Program. https://www.researchgate.net/profile/Dan_Olweus/publication/15391812_Bullying_at_School_Basic_Facts_and_Effects_of_a_School_Based_Intervention_Program/links/59ddf4a3aca272204c2bca5d/Bullying-at-School-Basic-Facts-and-Effects-of-a-School-Based-Intervention-Program.pdf. 22.11.2017.
- Perusopetuslaki. 1267/2013. Oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628#L7P29> 3.5.2018
- Peda. 2017. Vanhemmat lapsen tukena sosiaalisessa mediassa. <https://peda.net/laukaa/smo/smov>. 7.11.2017.
- Poliisi. 2017a. Kaikkien on puututtava kiusaamiseen. <http://blogi.poliisi.fi/kaikkien-puututtava-kiusaamiseen/>. 6.11.2017.
- Poliisi. 2017b. Poliisit sosiaalisessa mediassa. http://www.poliisi.fi/tietoa_poliisista/poliisit_sosiaalisessa_mediassa. 6.11.2017.
- Poliisi. 2017c. <http://blogi.poliisi.fi/kiusaaminen-rikos-myos-netissa/>. 6.11.2017.
- Rikoslaki. 879/2013. Viestintärauhan rikkominen. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2013/20130879#Pidp449642960> 3.5.2018.
- Rikoslaki. 879/2013. Yksityiselämää loukkaava tiedon levittäminen. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2013/20130879#Pidp449642960> 3.5.2018.
- Rikoslaki. 531/2000. Yksityisyyden, rauhan ja kunnian loukkaamisesta. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2013/20130879#Pidp449642960> 3.5.2018.
- Sairaanhoitajat. 2014. Sairaanhoitajan eettiset ohjeet. <https://sairaanhoitajat.fi/jasenpalvelut/ammattillinen-kehittyminen/sairaanhoitajan-eettiset-ohjeet/>. 23.3.2018.
- Salmivalli, C. 2003a. Koulukiusaamiseen puuttuminen. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Salmivalli, C. 2003b. Koulukiusaamiseen puuttuminen. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Salmivalli, C. 2003c. Koulukiusaamiseen puuttuminen. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Salmivalli, C. 2003d. Koulukiusaamiseen puuttuminen. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Salmivalli, C. 2003e. Koulukiusaamiseen puuttuminen. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Salmivalli, C. 2003f. Koulukiusaamiseen puuttuminen. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Satri, J. 2015a. Herkkyys ja kiusaaminen. Helsinki: Basam Books Oy.
- Satri, J. 2015b. Herkkyys ja kiusaaminen. Helsinki: Basam Books Oy.
- Satri, J. 2015c. Herkkyys ja kiusaaminen. Helsinki: Basam Books Oy.
- Satri, J. 2015d. Herkkyys ja kiusaaminen. Helsinki: Basam Books Oy.
- Satri, J. 2015e. Herkkyys ja kiusaaminen. Helsinki: Basam Books Oy.

- Satri, J. 2015f. Herkkyys ja kiusaaminen. Helsinki: Basam Books Oy.
- Suomen Mielenterveysseura. 2017a. Mieli. Kiusaamisen kohteeksi voi joutua kuka tahansa. <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/vaikeat-el%C3%A4m%C3%A4ntilanteet/koulukiusaamisen-kohteeksi-voi-joutua-kuka-tahansa>. 15.10.2017.
- Suomen Mielenterveysseura. 2017b. Mieli. Koulukiusaaminen. <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/vaikeat-el%C3%A4m%C3%A4ntilanteet/koulukiusaamisen-kohteeksi-voi-joutua-kuka-tahansa>. 28.10.2017.
- Suomen Mielenterveysseura. 2017c. Mieli. Viiltely on huono selviytymiskeino. <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/vaikeat-el%C3%A4m%C3%A4ntilanteet/nuorten-kriisit/viiltely-huono-selviytymiskeino>. 22.11.2017.
- Suomen Mielenterveysseura. 2017d. Onkohan minulla syömishäiriö. <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/vaikeat-el%C3%A4m%C3%A4ntilanteet/nuorten-kriisit/onkohan-minulla-sy%C3%B6mish%C3%A4iri%C3%B6>. 22.11.2017.
- Suomen Mielenterveysseura. 2017e. Mieli. Mielenterveyspalvelut. <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/tukea-ja-apua/apua-mielenterveyden-ongelmiin/mielenterveyspalvelut>. 3.2.2018.
- Suomen Mielenterveysseura. 2017f. Mieli. Mielenterveyspalvelut. <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/tukea-ja-apua/apua-mielenterveyden-ongelmiin/mielenterveyspalvelut>. 3.2.2018.
- Suomen Mielenterveysseura. Mieli. 2017g. Mielenterveyspalvelut. <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/tukea-ja-apua/apua-mielenterveyden-ongelmiin/mielenterveyspalvelut>. 3.2.2018.
- Syömishäiriöliitto-SYLI RY. 2017a. Mitä syömishäiriöt ovat? <http://www.syomishairioliitto.fi/syomishairiot/index.html>. 26.11.2017.
- Syömishäiriöliitto-SYLI RY. 2017b. Anoreksian ja epätyypillisen laihuushäiriön oireet. <http://www.syomishairioliitto.fi/syomishairiot/syomishairiot3.html>. 1.6.2018.
- Syömishäiriöliitto-SYLI RY. 2017c. Bulimian ja epätyypillisen ahmimishäiriön oireet. <http://www.syomishairioliitto.fi/syomishairiot/syomishairiot4.htm>. 1.6.2018.
- Syömishäiriöliitto-SYLI RY. 2017d. Miten syömishäiriön voi tunnistaa? <http://www.syomishairioliitto.fi/syomishairiot/syomishairiot2.html>. 1.6.2018.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2017. Sukupuoli koulun arjessa. <https://www.thl.fi/fi/web/sukupuolten-tasa-arvo/koulutus/sukupuolikoulun-arjessa/koulukiusaaminen-ja-vakivalta>. 15.10.2017.
- Terveyskirjasto. Duodecim. 2018a. Paniikkihäiriö. http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00404&p_hakusana=ahdistuneisuus%C3%A4iri%C3%B6 1.6.2018.

Terveyskirjasto. Duodecim. 2018b. http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00407 1.6.2018.

Työterveyslaitos.2018. Kiusaamisen seuraukset. <https://www.ttl.fi/tyoyhteiso/tyopaikkakiusaaminen/seuraukset/>. 1.6.2018.

Vilka, H. 2007a. Tutki ja mittaa. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Vilka, H. 2007b. Tutki ja mittaa. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Vilka, H. 2007c. Tutki ja mittaa. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Vilka, H. 2007d. Tutki ja mittaa. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Vilka, H. 2007e. Tutki ja mittaa. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Vilka, H. 2015a. Tutki ja kehitä. Juva: Bookwell Oy.

Vilka, H. 2015b. Tutki ja kehitä. Juva: Bookwell Oy.

Vilka, H. 2015c. Tutki ja kehitä. Juva: Bookwell Oy.

Vilka, H. 2015d. Tutki ja kehitä. Juva: Bookwell Oy.

Vilka, H. 2015e. Tutki ja kehitä. Juva: Bookwell Oy.

Vilka, H. 2015f. Tutki ja kehitä. Juva: Bookwell Oy.

Kysymyslomake

Some-kiusaamisella tarkoitetaan sosiaalisessa mediassa, eli Facebook, WhatsApp, Snapchat, Instagram ynnä muuta sellaista tapahtuvaa kiusaamista.

Kysymykset

1. Ikä

_____ vuotta

2. Sukupuoli

() Tyttö

() Poika

3. Mikäli kuulut johonkin some-kanavaan, mihin näistä?

Voit valita useamman vastausvaihtoehdon.

() Facebook

() Instagram

() Youtube

() WhatsApp

() Snapchat

() Twitter

() ask.fm

() Pinterest

() Kik

() En mihinkään

() Jokin muu, mikä?

4. Mitä kiusaaminen mielestäsi somessa on?

Voit valita useamman vastausvaihtoehdon.

- Nimittely
- Uhkailu
- Porukasta pois jättäminen
- Kuvien levittämistä itsestä / kaverista
- Salaisuuksien levittämistä
- Some-tilin kopioiminen
- Julkisesti nolaamalla
- Jotain muuta, mitä?

5. Mitkä mielestäsi ovat ne syyt, että toisia kiusataan?

Voit valita useamman vastausvaihtoehdon.

- Ihminen on ujo
- Ihminen on uusi oppilas
- Ihmisellä on "vääränlaiset" vaatteet
- Ihminen on erinäköinen
- Ihminen on joskus kiusannut toista
- Ihminen on suosittu
- Ihminen on kateellinen
- Jotain muuta, mitä?

6. Oletko kokenut kiusaamista somessa?

- Kyllä
- Ei

7. Jos olet kokenut kiusaamista somessa, kuinka usein kiusaamista on tapahtunut?

- Päivittäin
- Kerran viikossa
- Useamman kerran viikossa
- Kerran kuukaudessa
- Kerran vuodessa

8. Onko kiusaamista somessa tapahtunut koulupäivän aikana?

- Kyllä
- Ei

9. Onko kiusaaminen somessa jatkunut vapaa-ajalla koulun jälkeen?

- Kyllä
- Ei

10. Jos olet kokenut kiusaamista somessa, millaista se on ollut?

11. Jos olet kokenut kiusaamista somessa, oletko kokenut jotain seuraavista?

Voit valita useamman vastausvaihtoehdon.

- Yksinäisyyttä
- Pelkoa
- Jännitystä
- Mielihäpeää
- Päänsärkyä
- Vatsakipua
- Häpeää

- Väsymystä
- Jotain muuta, mitä?

12. Oletko itse kiusannut?

- Kyllä
- Ei

13. Oletko pyytänyt apua kiusaamiseen?

- Kyllä
- Ei

14. Keneltä olet saanut apua some kiusaamiseen?

Voit valita useamman vastausvaihtoehdon.

- Opettajalta
- Rehtorilta
- Terveystieteiden opettajalta
- Koulukuraattorilta
- Vanhemmilta
- En mistään
- Jostain muualta, mistä?

15. Onko kiusaaminen vähentynyt avun saamisen jälkeen?

- Kyllä
- Ei

Muistathan, että kiusaaminen on aina väärin! Jos olet itse kokenut, tai tiedät jonkun joka joutuu kokemaan kiusaamista, älä pelkää puuttua asiaan ja kerro siitä aina aikuiselle.

Kiitos vastauksista!

Saatekirje nuorille

Hei!

Olemme sairaanhoitajaopiskelijat Heli ja Roosa. Teemme koulutukseemme kuuluvan lopputyön, jonka aiheena on somessa tapahtuva kiusaaminen. Annamme teille kyselylomakkeet, jotka sisältävät 15 pientä kysymystä aiheeseen liittyen.

Tässä tutkimuksessa haluamme saada teiltä tietoa, kuinka somessa voi kiusata ja kuinka moni on kokenut kiusaamista siellä. Kysymyslomakkeeseen ei tule nimiä, joten voitte vastata täysin luottamuksellisesti.

Jaettuamme lomakkeet poistumme luokasta ja vastattuanne jättäkää lomake opettajallenne ja hän kokoaa ne suljettuun kirjekuoreen. Kokoamme vastauksista raportin, jonka toimitamme koululle ja josta näkyy ainoastaan lukuja.

Vain me käsittelemme vastaukset, ja tutkimuksen valmistuttua hävitämme lomakkeet asianmukaisesti, eli lomakkeet tuhotaan.

Vastaaminen ei vie kauaa ja toivomme mahdollisimman todenmukaisia vastauksia. Kiitos!



OPINNÄYTETYÖN TOIMEKSIANTOSOPIMUS
Tämä sopimus soveltuu käytettäväksi ainoastaan sellaisten opinnäytetöiden yhteydessä, joita ei toteuteta ammattikorkeakoulun ulkopuolisen rahoituksen hankkeessa.

2 / 3

| | | |
|-------------------------------------|--|--|
| | Työn aihe Sosiaalisessa mediassa ilmenevä kiusaaminen | |
| Tekijä | Nimi Heli Romppanen, Riissa Honkanen | Opiskelijanumero 1501089 1501099 |
| | Katuosoite | Postinumero Postitoimipaikka |
| | Puhelin | Sähköpostiosoite |
| | Suoritettava tutkinto Käsi- ja jalohoidon | Ryhätunnus 5THAS15 |
| Karelia-amk | Yhteyshenkilön nimi (Ohjaaja) Iina Varsanen | Tehtävänimike Näyttöpeltä 9 |
| | Toimipaikka ja osoite Karelia ammattikorkeakoulu Tikkariinne 9 | |
| | Puhelin 050 346 3561 | Sähköpostiosoite Iina.Varsanen@karelia.fi |
| | | |
| Toimeksiantosopimuksen ehdot | | |
| Ohjaus | Ohjaaja valvoo työtä ammattikorkeakoulun puolesta ja antaa työn edellyttämiä ohjeita ja neuvoja. Ammattikorkeakoulu ja Ohjaaja eivät ole konsulttivastuussa työstä. | |
| Dokumentointi | Karelia-amk:ssa toteutetaan avointa toimintakulttuuria, mikä tarkoittaa, että myös opinnäytetöiden aineistot ja tulokset avataan soveltuvin osin erillisen ohjeistuksen mukaisesti (ml. avoin julkaiseminen). Työstä laaditaan ammattikorkeakoulun opinnäytetyön ohjeen mukainen kirjallinen raportti, joka julkaistaan sähköisessä muodossa Theseus-verkkokirjastossa tai josta toimitetaan yksi kansitettu kappale ammattikorkeakoulun kirjastoon. Työ arkistoidaan Karelia-amk:n kirjastoon sähköisessä muodossa. | |
| Oikeudet | Opinnäytetyön tekijänoikeudet kuuluvat tekijälle. Toimeksiantaja saa rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyön tuloksiin. Ammattikorkeakoululla on jatkuvasti voimassa oleva oikeus hyödyntää tuloksia omassa opetuksessa ja tutkimus- ja kehittämistoiminnassaan. Sopijaosapuolilla on mahdollisuus sopia muista opinnäytetyön tuloksista koskevista oikeuksista kuitenkin niin, että tämän sopimuskohdan nojalla ammattikorkeakoulun saamat oikeudet säilyvät voimassa. | |
| Keksinnöt | Jos Tekijä on osallisena keksintöön, joka patentoidaan, mainitaan hänet yhtenä keksijöistä. Mahdollisesta keksintökorvauksesta sovitaan erikseen noudattaen ensisijaisesti Toimeksiantajan tai niiden puuttuessa ammattikorkeakoulun keksintöohjeen linjauksia. Opinnäytetyön tai sen osan julkaiseminen tai hyödyntäminen ei saa vaarantaa sen tai sen osan suojaamista patentilla tai hyödyllisyydellä. | |
| Vastuut | Opinnäytetyön tulos toimitetaan sellaisena kuin se on. Tekijä tai ammattikorkeakoulu eivät anna tulokselle takuuta eivätkä vastaa sen soveltuvuudesta toimeksiantajan tarpeisiin. Sopijapuolet ovat vastuussa toisilleen sopimusrikkomuksen aiheuttamista välittömistä vahingoista. Vastuun syntyminen edellyttää tahallaan tai törkeällä huolimattomuudella aiheutettua sopimusrikkomusta. | |
| Lisäksi sovitaan | | |
| Salassapito | Ohjaajalla ja opinnäytetyön Tekijällä on salassapitovelvollisuus työn aikana esille tulleisiin luottamuksellisiin asioihin viiden vuoden ajan. Toimeksiantajan tulee tarkistaa, että julkaistava opinnäytetyö ei sisällä salassa pidettävää aineistoa. Tarvittaessa käytetään erillistä salassapitosopimusta. | |
| | Tätä sopimusta on laadittu kolme (3) saman sisältöistä kappaletta, yksi (1) kullekin osapuolelle. Sopimus perustuu ammattikorkeakoulun hyväksymään opinnäytetyön allekirjoitushetkellä. | |
| | Paikka ja päivämäärä | A |
| Toimeksiantaja | 23.10. Joensuu | |
| Tekijä | 23.10.17 Joensuu | Heli Romppanen Riissa Honkanen |
| Karelia-amk | 23.10.17 Joensuu | Iina Varsanen |



TUTKIMUSLUPAHAKEMUS

(käytetään, kun tutkimusta/kyselyä tehdään Karelia-amk:n ulkopuoliselle taholle)

Haen/haemme lupaa suorittaa opinnäytetyöhön liittyvä tutkimus

Opinnäytetyön aihe: Sosiaalisessa mediassa ilmenevä kiusaaminen

Tutkimuksen:

a) kohde/kohdejoukko: 4.-6-lvokkalaiset

b) aineiston keruumenetelmä: Kyselylomake

c) aineiston keruun ajankohta: 30.1.2018, 6.2.2018

Opinnäytetyön tekijä/t:

Heli Romppanen

Rosa Hankanen

Opinnäytetyön ohjaaja/t:

Irja Väisänen

Raija Latvala

Työelämäohjaaja:

6 / 2 2018

LIITTEET: - tutkimussuunnitelma
- toimeksiantosopimus