



LAUREA

# Ennaltaehkäise ja puutu -kirjallisuuskatsaus koulukiusaamisesta



Jussila, Anni

Karlenius, Riitta

Karppanen, Rosa

Korpi, Hanna

2011 Tikkurila

Laurea-ammattikorkeakoulu  
Tikkurila

Ennaltaehkäise ja puutu-  
Kirjallisuuskatsaus koulukiusaamisesta

Anni Jussila  
Riitta Karlenius  
Rosa Karppanen  
Hanna Korpi  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Opinnäytetyö  
Tammikuu, 2011

Anni Jussila  
Riitta Karlenius  
Rosa Karppanen  
Hanna Korpi

### Ennaltaehkäise ja puutu -kirjallisuuskatsaus koulukiusaamisesta

Vuosi 2011

Sivumäärä: 40

---

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää mahdollisia syitä joutua koulukiusaamisen uhriksi sekä miten koulukiusaaminen voi vaikuttaa kiusatun fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen terveyteen. Tarkoituksena oli myös löytää tapoja opettajalle puuttua koulukiusaamiseen sekä keinoja, joilla opettaja voi ehkäistä koulukiusaamista.

Opinnäytetyö käynnistyi Vantaa Välittää - hankkeen kautta. Hankkeeseen sisältyi Aika Välittää! - interventio, joka pyrki päihdetyön lisäksi puuttumaan koulukiusaamiseen. Intervention yksi osio oli koulukiusaaminen. Tästä nousi opinnäytetyön aihe.

Opinnäytetyö toteutettiin kirjallisuuskatsauksena. Opinnäytetyöhön on valittu aineistoksi 20 tutkimusta käyttäen Laurus- ja Linda - tietokantoja sekä yliopistojen omia julkaisuarkistoja. Kaikki tutkimukset löytyvät elektronisessa muodossa. Opinnäytetyössä oli perusteltua käyttää pro gradu - tutkielmia.

Tulosten mukaan kuka tahansa voi joutua kiusatuksi koulussa. Useimmiten kiusattu poikkeaa vertaisryhmästään esimerkiksi ulkoiselta olemukseltaan. Kiusatuksi joutumisen syitä voivat olla muun muassa ylipaino, aikainen kehittyminen tai epämuodikkuus. Perhetaustalla tai ulkopaikkakuntalaisuudella on myös merkitystä. Kiusaamisen terveydellisiä vaikutuksia voivat olla ruhjeet, masentuneisuus, uniongelmat, eristyneisyys ja yksinäisyys. Usein kiusaamisen psyykkiset ja sosiaaliset vaikutukset kulkevat käsi kädessä.

Koulukiusaamisen ennaltaehkäisyn keinoissa ja puuttumistavoissa korostuivat usein hyvä luokkahenki ja vuorovaikutus eri osapuolten kuten kiusatun, kiusaajan, opettajan, vanhempien ja muun henkilökunnan välillä. Usean tutkimuksen mukaan opettajan rooli on tärkein koulukiusaamisen lopettamisessa. Ryhmäyttämisen on huomattu olevan tehokas keino sekä koulukiusaamisen ehkäisemisessä että siihen puuttumisessa.

Opinnäytetyötä voidaan hyödyntää käytännön toteutuksena. Mikä voi olla opettajille suunnattu koulukiusaamista ennaltaehkäisevä koulutus. Opinnäytetyötä voi hyödyntää mahdollisissa jatkotutkimuksissa. Jatkotutkimuksia voivat olla koululuokkien ryhmäyttäminen ja miten ryhmäyttäminen vaikuttaa koulukiusaamisen esiintyvyyteen.

Asiasanat: koulukiusaaminen, ennaltaehkäisy, peruskoulu, terveys, opettaja

Anni Jussila  
Riitta Karlenius  
Rosa Karppanen  
Hanna Korpi

**Prevent and intervene - a literature review about bullying in schools**

Year: 2011

Pages: 40

---

The aim of this Bachelor's thesis was to investigate possible reasons why one might be bullied in school and also to investigate how bullying affects the physical, mental and social health of the victim. Another aim was to find ways for teachers to prevent and interfere with bullying.

The thesis is based on Vantaa välittää -project. The project included an intervention programme, Aika Välittää. The aim was to interfere with the prevention of substance abuse among youth. One part of the intervention programme was bullying, which developed the topic of the thesis.

The thesis is a literature review. Twenty studies were chosen for the review. The databases searched were Laurus and Linda as well as university publication archives. All studies can be found in electronic form. Master's theses were used as the source of information in the thesis because it is not a systematic literature review.

According to the results anyone can become a victim of bullying. Often the victim differs from the peer group by appearance. The reasons why one might be bullied can be such as obesity, early physical development or being out of fashion. Family background and being from out of town can also be of relevance. The effects that bullying can have on health are such as bruising, depression, sleep problems, seclusion and loneliness. The mental and social effects go often hand in hand.

Good class spirit and interaction among the different parties is often highlighted in relation to bullying prevention and interference. The parties include the bully, the bullied, teacher, parents and the school staff among others. Many studies show that the teacher plays the biggest role when it comes to stopping bullying. Grouping is an effective way to prevent bullying and to interfere with it.

The thesis could be developed further as a practical training for teachers on how to prevent bullying at schools. The thesis could also be developed further by investigating the effect grouping has on class spirit and bullying. This could evolve into a study comparing classes in which grouping has been conducted versus classes in which there has been no grouping, and how bullying differs in those classes.

Key words: bullying, prevention, primary school, health, school teacher

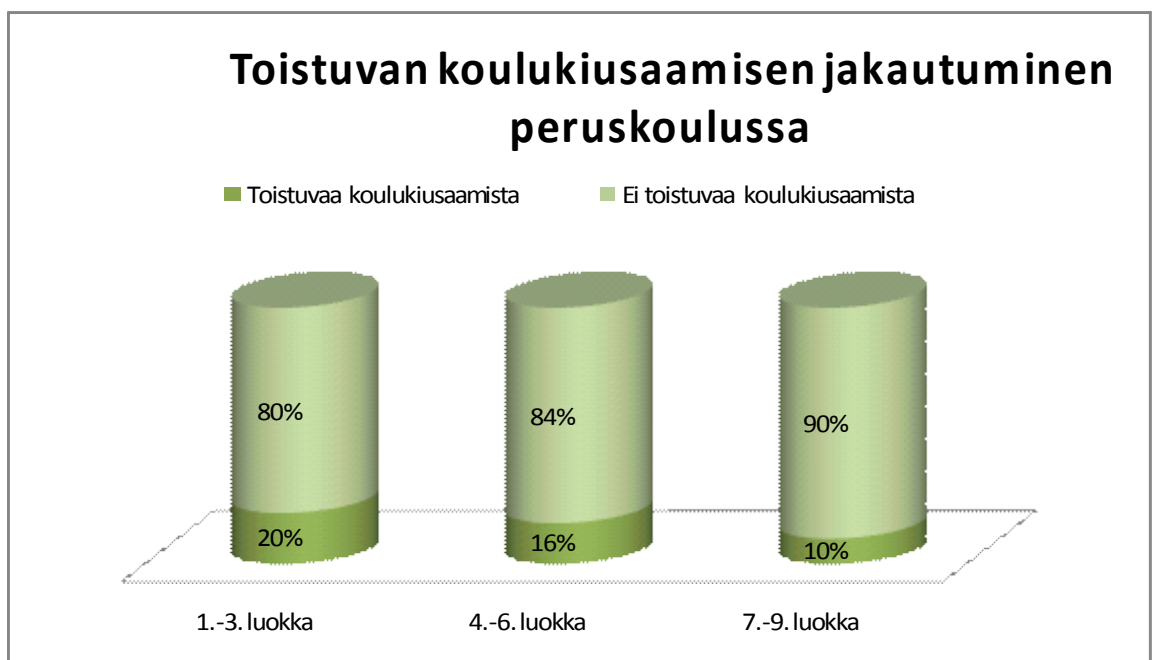
## SISÄLLYS

1 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA	6
2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	8
3 KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TOTEUTUS	9
4 KOULUKIUSAAMINEN ILMIÖNÄ	9
4.1 Koulukiusaamisen määritelmiä	10
4.2 Koulukiusatuksi joutumisen syitä	11
4.3 Koulukiusaamisen muodot	13
4.4 Roolit koulukiusaamistilanteissa	14
5 KOULUKIUSAAMISEN YHTEYS KIUSATUN TERVEYTEEN	16
5.1 Terveyden määritelmä	16
5.2 Koulukiusaamisen vaikutukset fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen terveyteen	17
6 OPETTAJA JA KOULUKIUSAAMINEN	19
6.1 Opettaja koulukiusaamisen ehkäisijänä	20
6.2 Opettaja koulukiusaamiseen puuttujana	22
7 POHDINTA	27
7.1 Tutkimuksen eettisyys	27
7.2 Tutkimuksen luotettavuus	29
7.3 Ryhmän ammatillinen kasvu	30
7.4 Tulosten tarkastelu ja niiden hyödyntäminen	31
Lähteet	34
Liite 1: Opinnäytetyössä käytetyt tutkimukset	38

## 1 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA

Kouluterveyskyselyn mukaan koulukiusaaminen on lisääntynyt 2000-luvulla. Kouluterveyskyselyyn vastaa yläkoulun 8. ja 9. luokkalaiset, lukion 1. ja 2. luokkalaiset sekä vuodesta 2008 alkaen ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuosikurssin oppilaat. Kysely tehdään samoissa kunnissa joka toinen vuosi. Tarkoituksena on kerätä tietoa nuorten elinoloista, kouluoloista ja terveydestä. 2000-luvun kouluterveyskyselyiden tulosten vertailussa pojat kiusaavat selvästi tyttöjä enemmän. Pojat ovat myös useammin kiusattuja kuin tytöt. (THL: 2010.)

Valtakunnallinen KiVa Koulu -hanke on myös tehnyt oman kartoituksen koulukiusaamisen yleisyydestä. Kyselyyn on vastannut toukokuussa 2009 lähes 200 000 peruskoululaista 1190 koulusta. Kyselyn tulosten perusteella toistuvan koulukiusaamisen kohteeksi joutuu vähintään 5-10 % peruskoululaisista. Toistuva kiusaaminen on huomattavasti yleisintä alakouluissa. Alakoulun 1.-3.-luokkalaista joka viides on joutunut toistuvasti koulukiusatuksi. 4.-6.-luokkalaisten keskuudessa toistuvan kiusaamisen kohteeksi on joutunut 16 % oppilaista. 7.-9.-luokkalaista toistuvasti koulukiusatuksi on joutunut joka kymmenes. (KiVa Koulu: 2010, Laitinen: 2010.) Toistuvan kiusaamisen jakautuminen peruskoulussa on esitetty kuviossa 1. Koulukiusaamisen yleisyydessä Suomi on Pohjoismaiden kärkeä, kansainvälisesti keskitasoa (KiVa Koulu: 2010).



Kuvio 1: Toistuvan koulukiusaamisen jakautuminen peruskoulussa. (Laitinen: 2010)

Siirryttäessä alakoulusta yläkouluun koulukiusaaminen vähenee ja muuttuu epäsuoremmaksi ja henkisemmäksi. Syynä tälle voidaan pitää oppilaiden sosiaalisten taitojen kehittymistä ja kypsymistä. (Mäkihalvari 2000: 41, 52.)

Jokaisella, joka osallistuu perusopetuslain mukaiseen opetukseen, on oikeus saada opetusta turvallisessa opiskeluympäristössä. Lain mukaan opetuksen järjestäjän on laadittava suunnitelma oppilaiden suojaamiseksi opetussuunnitelman yhteydessä. Opetuksen järjestäjän tulee toteuttaa suunnitelma sekä valvoa sen noudattamista ja toteutumista. Oppilaita tulee suojella väkivallalta, kiusaamiselta ja häirinnältä. Määräykset suunnitelman laatimiseen antaa opetushallitus. (L 1998/228.)

Koulun on tehtävä kattava suunnitelma koulukiusaamisen ehkäisemiseksi. Koulun rehtorilla ja opettajilla sekä oppilailla ja heidän vanhemmillaan tulee olla yhteinen ymmärrys koulukiusaamisesta. Suunnitelman tulee sisältää kuvaus siitä miten tai kenelle oppilaat voivat kertoa kokemastaan tai näkemästään kiusaamisesta sekä miten tietoja käsitellään ja mitä niistä seuraa. Koulukiusaamiseen puuttumisen keinoina kuvataan esimerkiksi miten kiusaamiseen puuttuminen dokumentoidaan, miten tilannetta seurataan ja miten varmistetaan, että kiusaaminen on loppunut. Suunnitelmassa tulee kuvata miten koulukiusaamisen ennaltaehkäiseminen on osa koulun yleisiä toimintatapoja ja normaalia opettajan työtä. Myös vanhemmat, oppilashuolto ja moniammatillinen tukiverkosto ovat mukana ennaltaehkäisemässä koulukiusaamista. (Hamarus 2008: 156-157.)

Tämä opinnäytetyö on käynnistynyt Vantaa Välittää - hankkeen kautta. Vantaa Välittää -hankkeesta on tehty ja on tekeillä opinnäytetöitä, projekteja ammattikorkeakouluissa. Vantaa Välittää - hanke oli Vantaan kaupungin päihdepalveluihin kuuluvan ehkäisevän päihdetyön kehittämishanke, jossa Laurea - ammattikorkeakoulu oli yhteistyökumppanina. Hanke toteutettiin vuosina 2007-2009. Sitä rahoittivat Sosiaali- ja terveysministeriö sekä Vantaan kaupunki. Hankkeen ensisijaisena tavoitteena oli alaikäisten nuorten päihteenkäytön väheneminen. (Hörkkö, Lindqvist & Markkula 2010: 2.) Uudet hankkeen aikana kehitetyt interventiot Aika Välittää! ja Kuka Välittää? pyritään juurruttamaan tietyillä luokka-asteilla vuosittain tapahtuviksi ja niihin on sitoutunut ehkäisevän päihdetyön yksikön lisäksi nuorisopalvelut. (Hörkkö ym. 2010: 14-16.) Aika Välittää! - interventioon kuuluu menetelmäsalkkuja, joihin kerätyn materiaalin ja tietoiskujen avulla intervention ohjaaja (ehkäisevän päihdetyön tekijä, opettaja, nuorisotyöntekijä jne.) voi keskustella yläkouluikäisten nuorten kanssa koulukiusaamisesta, tupakasta, alkoholista, huumeista, pelaamisesta, suojaavista tekijöistä ja/tai seksuaalisuudesta. Kuka Välittää? - interventio on suunnattu neljännen luokan oppilaille ja sen aiheena on tupakka. (Hörkkö ym. 2010: 2,9.)

Vantaalla on vuosia jatkuneet perinteet seitsemänsien luokkien ryhmäytyksistä. Aika Välittää! - intervention salkkuja alkoholista, tupakasta ja koulukiusaamisesta on tarkoitus ottaa osaksi ryhmäytyksiä. Yhteistyö ammattikorkeakoulujen opiskelijoiden kanssa on alkanut hankkeen aikana hyvin. Laurea -ammattikorkeakoulun kanssa on sovittu yhteistyöstä juurrutettaessa salkkumateriaalia kouluihin. Lisäksi oppilaitosyhteistyö on keino innostaa tulevia ammattilaisia ehkäisevään päihdetyöhön sekä saada kunnalle uusien ammattilaisten ideoita käyttöön. (Hörkkö ym. 2010: 14-16.)

Vantaa välittää - hankkeen lisäksi on olemassa valtakunnallinen KiVa Koulu - hanke, jonka tarkoituksena on ennaltaehkäistä ja vähentää koulukiusaamista. KiVa Koulu on opetusministeriön rahoittama hanke, joka on kehitetty Turun yliopistossa. Hanke on alkanut vuonna 2006 ja se on kohdennettu peruskoulun neljännen, viidennen ja kuudennen luokan oppilaille. Siitä on tulossa kouluihin valtakunnallinen ohjelma. Hankkeeseen osallistuminen on kouluille vapaaehtoista. Tavoitteena on koulukiusaamisen vähentäminen, ennaltaehkäiseminen sekä kiusaamisen seurauksien minimointi. KiVa Koulu - hankkeen kiusaamista ennaltaehkäiseviin ja vähentäviin menetelmiin kuuluvat muun muassa koulukiusaamiseen liittyvät oppitunnit, joissa käsitellään kiusaamista keskusteluin ja harjoituksin sekä kiusaamisen vastaisen tietokonepelin avulla. Kiusaamisen tultua ilmi voidaan yhtenä keinona käyttää selvityskeskustelua. (KiVa Koulu.)

## 2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää mahdollisia syitä joutua koulukiusaamisen uhriksi sekä miten koulukiusaaminen voi vaikuttaa kiusatun fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen terveyteen. Tarkoituksena oli myös löytää tapoja opettajalle puuttua koulukiusaamiseen sekä keinoja, joilla opettaja voi ehkäistä koulukiusaamista. Opinnäytetyö on toteutettu kirjallisuuskatsauksena.

Opinnäytetyössä haetaan vastauksia seuraaviin kysymyksiin:

1. Mitkä syyt voivat vaikuttaa koulukiusatuksi joutumiseen?
2. Millaisia yhteyksiä koulukiusaamisella voi olla kiusatun fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen terveyteen?
3. Miten opettaja voi ehkäistä koulukiusaamista ala- ja yläkouluissa?
4. Miten opettaja voi puuttua koulukiusaamiseen ala- ja yläkouluissa?



### 3 KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TOTEUTUS

Opinnäytetyö toteutetaan kirjallisuuskatsauksena. Perinteinen kirjallisuuskatsaus ei ole välttämättä systemaattinen. Siinä on pyrkimyksenä osoittaa laaja-alainen perehtyminen kyseiseen ilmiöön. Kaikki tieto ei kuitenkaan ole käyttökelpoista materiaalia. Ensimmäinen varsinainen siteerauksen sietävä tutkimuksen taso on lisensoitettavuus, joka Suomessa perinteisesti on ollut korkeatasoinen tieteellinen raportti. Lisensoitettavuutta alempia tutkielmia ei yleensä käytetä lähteenä. Väitöskirjoissa oleva tieto on yleensä luotettavaa, koska sitä edeltää tarkka tutkiminen, kuten lisensoitettavuuskin. (Metsämuuronen 2003: 13, 16.) Opinnäytetyössä on kuitenkin käytetty pro gradu - tutkielmia, koska kyseessä ei ole systemaattinen kirjallisuuskatsaus.

Keskeistä tieteelliselle tiedolle on se, että uusi tieto rakentuu vanhan pohjalle. Se mitä asiasta jo tiedetään, toimii uuden tiedon lähtömateriaalina. Tieteelliselle tiedolle on tyypillistä, että tiedon hankintamenetelmät ovat yleisesti tunnettuja, joten uusi tieto on yleensä vertailukelpoista vanhan kanssa. Tieto on hankittu objektiivisesti, puolueettomasti ja yleensä on vältetty subjektiivisia kannanottoja. (Metsämuuronen 2003: 3.)

Tutkimusten ja kirjallisuuden avulla avataan aiheeseen liittyviä käsitteitä ja tutkimuksista etsitään tietoa syistä, jotka johtavat koulukiusaamiseen, koulukiusaamisen yhteyksistä kiusatun fyysiseen, psyykkiseen, ja sosiaaliseen terveyteen, koulukiusaamisen ennaltaehkäisyn keinoista ja menetelmistä puuttua koulukiusaamiseen. Tietokannat, joista tietoa on etsitty, ovat Laurus- ja Linda - tietokannat sekä yliopistojen omat julkaisuarkistot. Opinnäytetyössä ei ole käytetty maksullisia tietokantoja. Hakusanat on määritelty opinnäytetyön aiheen mukaisesti. Hakusanat, joita tiedonhaussa on käytetty, ovat ”kiusaaminen”, ”koulukiusaaminen”, ”opettaja” ja ”opettaja AND koulukiusaaminen”. Kaikki tutkimukset löytyvät elektronisessa muodossa. Tiedonhaun jälkeen valittiin opinnäytetyön tavoitteita vastaavia tutkimuksia yhteensä kaksikymmentä kappaletta. Löydetyt tutkimukset ovat pro gradu - tutkielmia, väitöskirjoja ja yksi opetusministeriön julkaisu. Kaikki tutkimukset ovat koottu taulukkoon (Liite 1).

### 4 KOULUKIUSAAMINEN ILMIÖNÄ

Koulukiusaaminen ilmiönä on juuri niin moninainen kuin siihen liittyy yksilöitä kokemuksineen (Lindgren 2006: 64). Kirjallisuuden avulla on määritelty koulukiusaamisilmiön keskeiset avainsanat, joita ovat koulukiusaaminen, kiusaamisen muodot, kiusattu sekä kiusaaja ja muut roolit. Tähän lukuun on myös koottu mahdollisia syitä, jotka voivat johtaa koulukiusaamiseen.

Koulukiusaamisen syyt liittyvät piirteisiin, joita ei nuorten keskuudessa arvosteta, esimerkiksi tietynlainen ulkonäkö ja vaatetus, osaamattomuus ja osaaminen sekä perheen ominaisuudet (Hamarus 2008: 29).

#### 4.1 Koulukiusaamisen määritelmiä

Olweus (1992: 14-15) määrittää koulukiusaamisen tai kiusatuksi joutumisen seuraavasti ”yksilöä kiusataan tai hän on kiusaamisen uhri, jos hän on toistuvasti tai pidempään alttiina yhden tai useamman muun henkilön negatiivisille teoille.” Ilmaus negatiivinen teko tarkoittaa sitä, että joku tahallisesti tuottaa tai yrittää tuottaa toiselle vammoja tai epämiellyttävän olon. Näitä tekoja voidaan saada aikaan verbaalisesti uhkailemalla, pilkkaamalla tai nimittelemällä, fyysisesti lyömällä, tönimällä, potkimalla tai sosiaalisesti eristämällä, kuten sulkemalla joku ryhmästä. Opinnäytetyössä käytetään Olweuksen vuoden 1992 määritelmää koulukiusaamisesta, sillä sitä voidaan pitää vakiintuneena määritelmänä. Monet tutkijat käyttävät tätä Olweuksen määritelmää edelleen tutkiessaan koulukiusaamista.

Salmivalli (2003) on samoilla linjoilla Olweuksen (1992) kanssa. Salmivallin mukaan: ”Kiusaaminen on systemaattista vallan tai voiman väärinkäyttöä”. Ihmisten elämään kuuluu konflikteja ja erimielisyyksiä, myös lapsuudessa. Välienselvittely kuuluu kehitystehtäviin, joiden kautta lapsi oppii tunnistamaan ja käsittelemään eri tunteita. Välienselvittelyn lisäksi lasten kesken ilmenee myös kiusoittelua ja hännäämistä. Toiset tulkitsevat nämä tilanteet leikiksi ja toiset loukkaantuvat. Tällaisissa tilanteissa kohteet vaihtuvat. Tilanteet ovat myös hetkellisiä, ne ovat eri asia kuin systemaattinen koulukiusaaminen, joka kohdistuu yhteen oppilaaseen. Salmivalli määrittää koulukiusaamisen näin: ”Kiusaamisella tarkoitetaan yhteen ja samaan oppilaaseen toistuvasti kohdistuvaa tahallisen vihamielistä käyttäytymistä”. Yksi kiusaamisen ominaispiirteistä on, että kiusaaja on kiusattua vahvempi. Vahvuuden ei välttämättä tarvitse olla fyysistä, vaan se voi perustua myös ikään, tukijoukkoihin tai asemaan ryhmässä. Yleensä kiusattu on yksin ja kiusaajia saattaa olla koko koululuokka. (Salmivalli 2003: 10-12.) Näin ollen kiusaaminen on yhteisöllinen ilmiö, jossa kiusaaja hakee asemaa, valtaa ja suosiota kiusaamisen kautta. Kiusaaminen on tällöin vain aseman vahvistamisen väline (Hamarus 2008: 29).

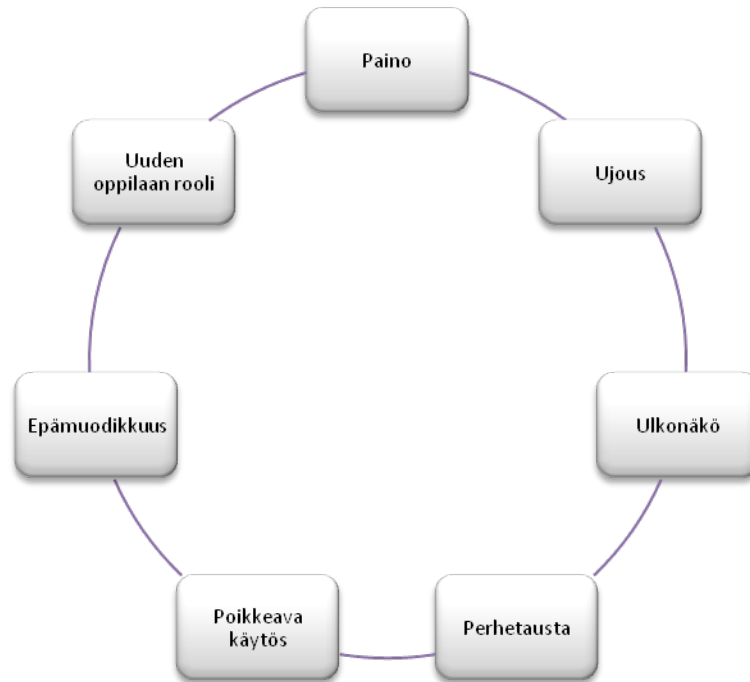
Koulukiusaamisen määritelmää tarvitaan koulussa siksi, että kiusaamiseen voidaan puuttua mahdollisimman varhaisessa vaiheessa ja mahdollisimman hyvin. Jos kiusaaminen määritellään pitkällä aikavälillä toistuvasti tapahtuvaksi, annetaan käytännössä lupa jatkaa kiusaamista liian pitkään ja tällöin puuttuminen tapahtuu liian myöhään. Selvää on, että mitä varhaisemmassa vaiheessa koulukiusaamiseen puututaan, sitä tehokkaampaa ja helpompaa puuttuminen on, sillä tällöin oppilaiden roolit eivät ole vielä vakiintuneet. Oppilaista osa lähtee kiusaamiseen mukaan välttyäkseen itse kiusaamiselta. Koulukiusaamisessa on kyse

väljen rikkoontumisesta. Tällöin on tärkeää, että molempia osapuolia, kiusaajaa ja kiusattua, kuullaan ilman ennakoasenteita. (Hamarus 2008: 14.)

Kaikkea muiden ihmisten kiusattuun kohdistavaa toimintaa, jonka kiusattu kokee loukkaavaksi, voidaan pitää kiusaamisena. Kiusaamiseen liittyy yleensä kolme olennaista asiaa. Ensinnäkin kiusattu kokee muiden toiminnan loukkaavaksi ja siitä aiheutuu hänelle paha olo ja mieltä. Toisekseen loukkaavaa käytöstä kohdistetaan toistuvasti samaan henkilöön, sekä kolmanneksi kiusatun ja kiusaajan välillä on voimasuhteiden epätasapaino. Näiden kolmen kohdan tämän vuoksi kiusatun on vaikea puolustautua ja tehdä mitään tilanteen muuttumiseksi. (Lämsä 2009: 61-62.) Toisinaan voi olla vaikea erottaa milloin on kyse syrjinnästä koulukiusaamisen muotona ja milloin oppilas haluaa vain olla omissa oloissaan (Lindgren 2006: 68).

#### 4.2 Koulukiusatuksi joutumisen syitä

Kuka tahansa voi joutua koulukiusatuksi (Mäkinen & Peltola 2009: 73). Kuviossa 2 on esitetty mahdollisia koulukiusaamiseen johtavia syitä. Useassa tutkimuksessa on tehty samanlaisia havaintoja siitä, kuka tulee kiusatuksi. Useimmiten kiusattu poikkeaa vertaisryhmästä esimerkiksi ulkoiselta olemukseltaan. Ulkoisia poikkeavuuksia voivat olla esimerkiksi ali- tai ylipaino, erilainen vaatetus tai ylikehittyneisyys. Etenkin tyttöjen keskuudessa on tärkeää olla muodin mukainen. (Esim. Lehtimäki & Myllymäki 2000: 24, Mäkinen & Peltola 2009, Mäkihalvari 2000: 2, Kaipainen 2006: 56-57.) Keräsen (2006: 80) tutkimuksen oppilaiden vastaukset viestivät lihavuuden ja koulukiusaamisen yhteyttä. Myös muuten poikkeava ulkonäkö oli syynä kiusaamiseen. Eräs tutkimukseen vastannut poika oli piirtänyt itsestään kuvan roikkumassa hirressä lihavana ilman toista jalkaa ja kättä. Tämänkaltaisten tulosten valossa voidaan ajatella, että ulkonäköön ja painoon kohdistuva alituinen arvostelu johtaa suurella todennäköisyydellä laihduttamiseen ja muihin painonhallintakeinoihin. Näin ollen oppilas pyrkii saavuttamaan ryhmän hyväksynnän uuden ulkonäön avulla.



Kuvio 2: Koulukiusaamisen syitä

Altistava tekijä koulukiusaamiselle voi olla myös se, että kiusatun perhetaustassa on jotain erityistä. Tällaisia asioita voivat olla huono taloudellinen tilanne, perheen poikkeaminen perinteisestä ydinperheen mallista tai se, että lapsella on ylihuolehtivaiset vanhemmat tai että toinen vanhemmista on kuollut. (Mäkinen & Peltola 2009: 73, Kaipainen 2006: 59.) Yleensä kiusatun pysyvä ominaisuus saa kiusaamisen jatkumaan pidemmän aikaan, ei niinkään ohimenevät seikat. Kiusatun on mainittu olevan muuhun porukkaan sopeutumaton, hiljainen ja joillain tavoin heikompi muita. (Lehtimäki & Myllymäki 2000: 24). Yksinäinen oppilas on helppo koulukiusaamisen kohde varsinkin välitunnilla. Yksinäisen oppilaan ei uskota kertovan kiusaamisesta kenellekään, jos hänellä ei ole ketään puolustamassa itseään ja hän viettää välitunnit yksin. (Konttinen 2010: 63.) Myös ujut ja kiltit oppilaat voivat olla helppoja kiusaamisen kohteita. Heille saattaa olla vaikeaa esittää välinpitämättömyyttä tai vastustaa kiusaamista. (Teräväinen 2008: 83.)

Poikkeava käytös ja erilaiset luonteenpiirteet, kuten puhetapa, arkuus tai yksinäisyys, voivat altistaa myös koulukiusaamiselle. (Esim. Lehtimäki & Myllymäki 2000: 24, Mäkinen & Peltola 2009: 74, Mäkihalvari 2000: 2, Kaipainen 2006: 59-60). Uuden oppilaan rooli voi aiheuttaa koulukiusaamista, kuten myös se, jos on muuttanut toiselta paikkakunnalta esimerkiksi maalta kaupunkiin. Kiusaaja saattaa kiusata omaksi huvikseen tai saavan kiusaamisesta hyvän mielen ja huomiota. Kiusaaja saattaa myös olla sitä mieltä, että kiusattu on tehnyt jotain mikä oikeuttaa kiusaamisen. Näitä pidetään kiusaajasta johtuvina syinä. Kiusatusta johtuvat

syyt voivat olla esimerkiksi juoruilu, sääntöjen rikkominen tai huono käytös. (Kaipainen 2006: 59-60.)

Lapset, joita on kuritettu kotona fyysisesti, ovat suuremmalla todennäköisyydellä mukana koulukiusaamisessa niin kiusaajana kuin kiusattunakin. Pojilla läheisten ystävien puute vaikuttaa siihen, että heitä kiusataan enemmän kuin poikia, joilla on yksi tai useampia läheisiä ystäviä. Masentuneisuus sekä tytöillä että pojilla, ylipaino tytöillä ja huono työilmapiiri koulussa ovat selvästi yhteydessä viikoittaiseen koulukiusaamiseen. (Luopa, Pietikäinen & Jokela 2008: 22, 28, 34.) Kiusattu on lähes aina yksin. Moni oppilas on ilmaissut halukkuutensa olla kiusatun puolustaja, mutta he myös pelkäävät itse joutuvansa kiusatuksi ja se estää heitä menemästä kiusatun puolelle. (Mäkihalvari 2000: 55)

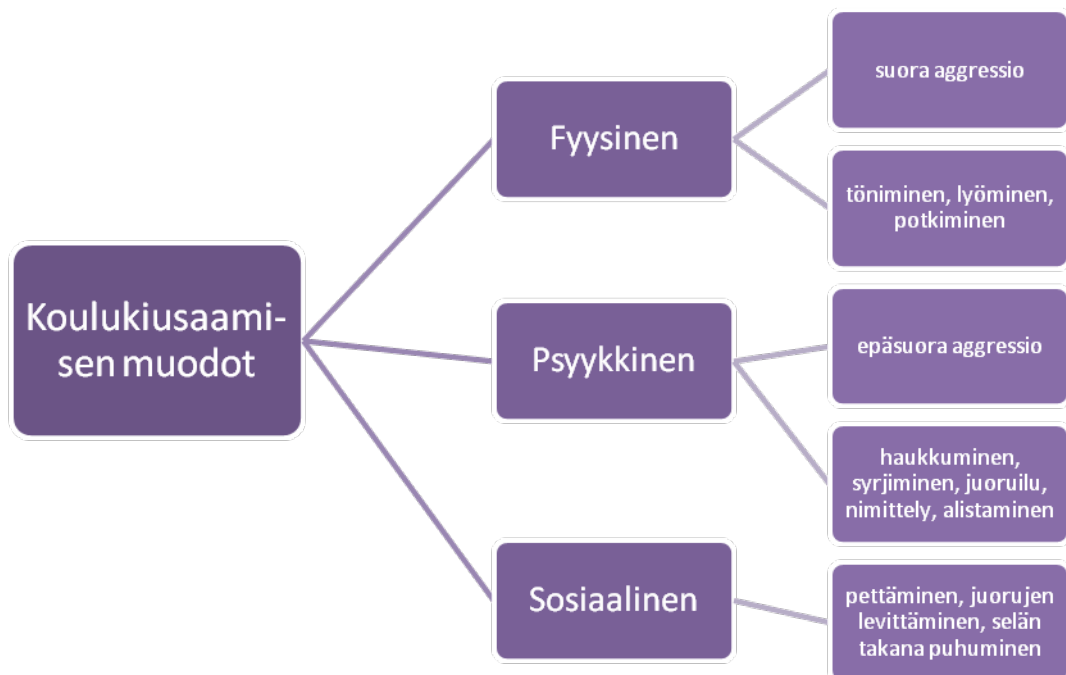
#### 4.3 Koulukiusaamisen muodot

Useassa tutkimuksessa koulukiusaaminen jaetaan fyysiseen ja psyykkiseen. Yleisimpiä fyysisen kiusaamisen muotoja ovat lyöminen, potkiminen ja töniminen. Fyysistä kiusaamista kutsutaan myös suoraksi aggressioksi. (esim. Kaipainen 2006: 49-50, Lehtimäki & Myllymäki 2000: 20-21, Hamarus 2008.) Useimmiten pojat käyttävät kiusaamisessa suoraa aggressiota toisiaan kohtaan. Tyttöjä kiusatessa pojat nauravat tai pilkkaavat. Tytöt kiusaavat toisiaan epäsuoraan aggressioon turvaten eli esimerkiksi puhumalla pahaa selän takana. (Kaipainen 2006: 67-69.) Fyysistä kiusaamista esiintyy usein peli- ja leikki-tilanteissa, joissa on mahdollisuus päästä fyysiseen kontaktiin. Tällaisen koulukiusaamisen kohteeksi joutuvat ovat usein kooltaan pienempiä ja heikompia oppilaita. (Lehtimäki & Myllymäki 2000: 21.) Poikien kiusaaminen on pääasiassa fyysistä. Pojat uskaltavat käyttää kovempia ja rajuja otteita kuin tytöt. Haukkumisesta alkanut kiusaaminen saattaa kehittyä fyysiseksi tappeluksi. (Lehtimäki & Myllymäki 2000: 29.) Suoralle kiusaamiselle ominaista on, että kiusaaja osoittaa negatiiviset tekonsa suoraan kiusatulle (Hamarus 2008).

Psyykkisen kiusaamisen eli epäsuoran aggression yleisimmät muodot ovat haukkuminen, syrjiminen, ryhmästä sulkeminen ja juoruilu (esim. Kaipainen 2006: 52, Lehtimäki & Myllymäki 2000: 21, Bengts 2008: 3, Hamarus 2008). Sanallinen kiusaaminen kohdistuu usein oppilaan ulkonäköön tai vaatteisiin (Lehtimäki & Myllymäki 2000: 21). Henkinen kiusaaminen tapahtuu sanoin, elein ja ilmein. Se voi olla nimittelyä, nöyryyttämistä ja alistamista. (Hamarus 2008.) Henkisessä kiusaamisessa kiusattu oppilas pyritään nolaamaan julkisesti (Lehtimäki & Myllymäki 2000: 22). On yleistä, että kiusattua ei oteta välitunneilla peleihin tai leikkeihin mukaan, vaan pyritään jättämään koko ryhmän ulkopuolelle. (Lehtimäki & Myllymäki 2000: 22.) Epäsuora aggressio on useimmiten tyttöjen välistä kiusaamista (Bengts 2008: 5).

Koulukiusaamiseksi voidaan myös luokitella sosiaalinen kiusaaminen, joka kohdistuu vuorovaikutussuhteisiin ja ystävyysuhteisiin. Sitä on esimerkiksi pettäminen, ilkeät puheet selän takana ja juurujen levittäminen. (Hamarus 2008.) Yhdeksi koulukiusaamisen muodoksi nousee myös toisen omaisuuteen kajoaminen. Tämä on esimerkiksi toisen tavaroiden rikkomista, varastamista ja sotkemista. Omaisuuteen kajoamiseksi voidaan myös lukea esimerkiksi pulpetin tai kirjan töhriminen sekä erilaisten viestien lähettäminen kirjeitse tai puhelimitse. (Kaipainen 2006: 55.)

Kuviossa 3 on esitetty tutkimuksista esille nousseet koulukiusaamisen muodot. Yleisimpiä kiusaamisen muotoja ovat fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen kiusaaminen. Fyysinen kiusaaminen tarkoittaa suoraa aggressiota, joka on toisen vartaloon kohdistuvaa kiusaamista. Psyykinen kiusaaminen on epäsuoraa aggressiota. Psyykkisessä kiusaamisessa isossa roolissa on kiusatun alistaminen ja nolaaminen. Sosiaalista kiusaamista on juurujen levittäminen ja selän takana pahan puhuminen. Sosiaalinen kiusaaminen vaikuttaa vuorovaikutukseen ja ystävyysuhteisiin.



Kuvio 3: Koulukiusaamisen muodot

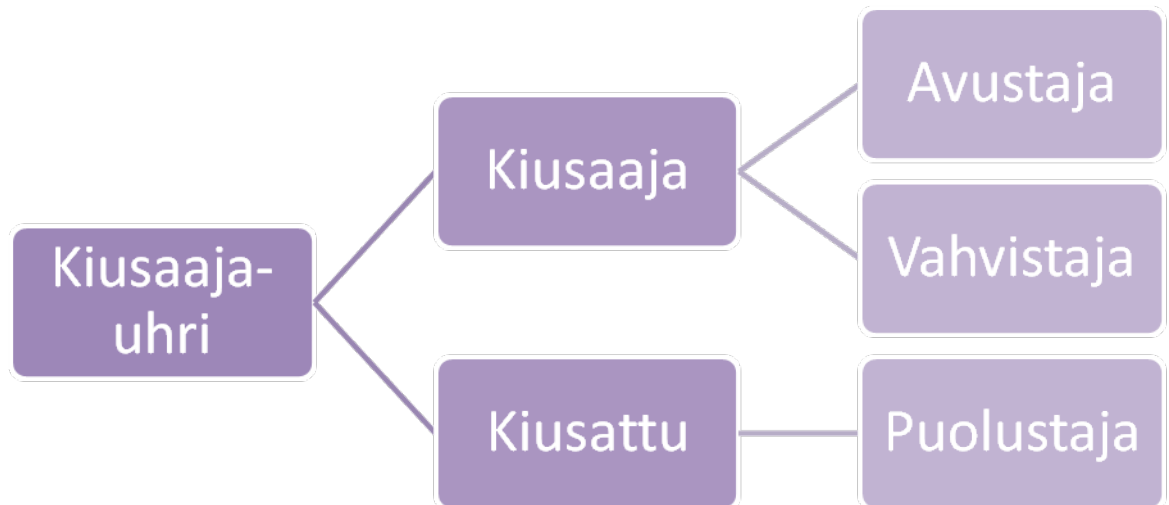
#### 4.4 Roolit koulukiusaamistilanteissa

Kiusattu joutuu systemaattisen ja toistuvan ahdistelun kohteeksi. Koulukiusatuksi joutuminen on melko pysyvää. Usein sama lapsi pysyy kiusattuna lukuvuodesta toiseen. Voidaan olettaa, että kiusatuilla on piirteitä, joiden vuoksi he ovat helppoja uhreja. Pojat ovat tyttöjä

useammin kiusattuja. Kiusatut lapset kärsivät usein heikosta itsetunnosta. He eivät pidä itseään yhtä älykkäinä ja viehättävinä kuin muut. Kiusatut ovat myös muita hiljaisempia ja kärsivät useammin ahdistuksesta. Kiusattujen poikien on myös havaittu monesti olevan fyysisesti ikätovereitaan heikompia. (Salmivalli 1998: 52, 68, 100-101.) Kiusatun voi tunnistaa oppilasryhmästä helpoiten tarkkailemalla luokan sosiaalista rakennetta ja sitä, kuka jatkuvasti jää ryhmän ulkopuolelle. Kiusattu on oppilasryhmässä yksinäinen ja syrjäänvetäytyvä, eivätkä muut oppilaat ole mielellään hänen seurassaan. (Lindgren 2006: 76.)

Kiusaaja on jollain tapaa kiusattua vahvempi. Epätasaväkisyys on ominaista osapuolten välillä. Epätasaväkisyyttä on esimerkiksi ikäero, voimasuhteet fyysisissä ominaisuuksissa tai tukijoukkojen lukumäärä. Kiusaaja käyttää valtaa tai voimaa väärin systemaattisesti ja toistuvasti. (Salmivalli 2003: 11.) Kiusaaja on prosessin ”primus motor”, joka kiusaamisen aloittamisen lisäksi yllyttää tai jopa pakottaa muita mukaan (Salmivallin 1998: 52). Taitava kiusaaja kiusaa selän takana ja opettajat saattavat pitää kiusaajaa viattomana ja kilttinä, vaikka todellisuudessa hän onkin niin sanotusti pirullinen muita oppilaita kohtaan. (Lindgren 2006: 80)

Kiusaajan lisäksi kiusaamisprosessissa ovat mukana myös apuri ja vahvistaja, jotka asettuvat kiusaajan puolelle. Apuri on mukana kiusaajan avustajana, ei niinkään aloitteentekijänä. Vahvistajan roolille ominaista on yleisönä oleminen. Vahvistajat antavat toiminnallaan myönteistä palautetta kiusaajalle, kuten kannustamalla kiusaajaa ja nauramalla kiusatulle kiusaamistilanteessa. Puolustaja on asettunut kiusatun puolelle. Puolustaja tukee kiusattua ja hän voi myös yrittää saada toiset lopettamaan kiusaamisen. Ulkopuolisen roolissa oleva ei puutu kiusaamistilanteisiin vaan jättäytyy niiden ulkopuolelle. (Salmivalli 1998: 52.) Kuviossa 4 on esitetty miten kiusaamistilanteen roolit jakautuvat kiusaamistilanteen ulkopuolista oppilasta lukuun ottamatta. Kiusaajan mukana ovat avustaja ja vahvistaja. Kiusatun mukana on puolustaja. Kiusaaja-uhri muodostuu sekä kiusaajasta, että kiusatusta. Kiusaaja-uhrit ovat oppilaita, joilla on kaksoisasema kiusaamistilanteissa. He ovat sekä kiusaajia että kiusattuja. Kiusaaja-uhriin rooli koskettaa useammin poikia. Kiusaaja-uhriin roolia tulisi käsitellä tutkimuksissa omana alaryhmänään. (Solberg, Olweus & Endersen 2007: 2, 21.)



Kuvio 4: Roolit koulukiusaamistilanteissa

## 5 KOULUKIUSAAMISEN YHTEYS KIUSATUN TERVEYTEEN

Ihminen on fyysispsykkissosiaalinen kokonaisuus, jos kokonaisuuden yksikin pala on puutteellinen tai puuttuu, kokee ihminen tilanteen muuttuneeksi tai joissakin tilanteissa uhkaavaksi. Näin ajatellen, jos joutuu kiusatuksi koulussa, voi siihen reagoida oirehtimalla eri tavoin. (Keränen 2006: 81.) Kiusaaminen koetaan subjektiivisesti. Kukin kiusaamistilanteeseen liittyvä henkilö kokee kiusaamisen omalla tavallaan. (Kaipainen 2006: 63, Konttinen 2010:66.)

### 5.1 Terveyden määritelmä

Maailman terveysjärjestön, WHO, määritelmän mukaan terveys on täyden fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tila eikä pelkästään taudin puuttuminen. Täydellinen hyvinvoinnin tila on jokaisen ihmisen perusoikeus rotuun, uskontoon sekä taloudelliseen ja sosiaaliseen asemaan katsomatta. Määritelmä on kirjattu WHO:n perustuslakiin vuonna 1948, eikä sitä ole muutettu tämän jälkeen. (WHO:n perustuslaki 1948.)

Terveys on tärkeimpiä hyvinvoinnin ja kehityksen voimavaroja. Terveys syntyy ihmisten arjen olosuhteiden, vuorovaikutuksen, elämäntapojen ja valintojen tuloksena. Terveys turvataan edellä mainituin osioiden, mutta se voi myös heikentyä näiden osioiden johdosta. Terveysteen vaikuttavat arkisten ympäristöjen, esimerkiksi kotien ja koulujen, toimintojen ominaisuudet. Näitä ominaisuuksia ovat biologiset, psyykkiset, kemialliset, fysikaaliset ja sosiaaliset. Terveysteen vaikuttavat myös ihmisten keskinäinen sosiaalinen tuki, yhteenkuuluvuus ja



huolenpito sekä tiedot, taidot ja koulutus. Terveystenhoito on merkityksellinen ihmisten sairastuessa sekä sairauksien ehkäisyssä ja terveyden edistämässä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2001: 8.)

Lasten terveyden uhkina ovat turvattomuuteen liittyvät sairaudet ja oireet, kuten mielenterveysongelmat ja sosiaalisen kehityksen häiriintyminen. Lasten psykososiaalisen pahoinvoinnin lisääntymiseen ovat yhteydessä yhteiskunnan ja sosiaalisen ympäristön suuret muutokset, tiedotusvälineiden vaikutus ja yhteiskunnassa korostuva kilpailu. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2001: 22-23.)

Nuorten terveyden keskeisiä edellytyksiä ovat esimerkiksi oppilaitosten työskentelyolosuhteet, eri tahojen yhteistyö nuorten koulutuksellisen syrjäytymisen ja huonon terveyden murtamiseksi, nuorten omaehtoisten harrastus-, liikunta- ja kulttuurimahdollisuuksien tukeminen, nuorten oikeuksia ja nuorista huolehtimista kunnioittavan kulttuurin ja perheiden elämäntapojen tukeminen. Nuorilla oppimisvaikeudet ovat merkittävä ongelmaryhmä. Nuorten keskuudessa ylipainoisuus, syömishäiriöt ja psykosomaattiset oireet ovat myös lisääntyneet. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2001: 23-24.)

## 5.2 Koulukiusaamisen vaikutukset fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen terveyteen

Koulukiusaaminen voi aiheuttaa fyysisiä vaikutuksia kiusatun terveyteen. Koulukiusaamisen fyysisiä seurauksia ovat muun muassa tappelusta johtuva kiusatun fyysinen loukkaantuminen, kuten ruhjeet. (Kaipainen 2006: 61, Mäkinen & Peltola 2009: 60). Kiusaaminen saattaa myös aiheuttaa aggressiivista käyttäytymistä esimerkiksi omia sisaruksia kohtaan (Lehtimäki & Myllymäki 2000: 25). Yleisiä somaattisia oireita ovat päänsärky, selkävivot ja vatsakivut (Ulmanen 2006: 28, Haapasalo 2007: 30). Kiusatut kertovat kärsineensä muun muassa päänsäryistä koulukiusaamisesta lähtien (Teräväisen 2008: 93). Yleisiä oireita ovat myös väsymys ja heikotuksen tunne sekä niska- tai hartiakivut (Haapasalo 2007: 29-30.) Kiusatuksi joutumisella on myös poikien kohdalla yhteys kroonisiin somaattisiin sairauksiin kuten allergiaan, astmaan ja epilepsiaan. (Luukkonen 2010: 84.)

Koulukiusaamisen psyykkisiä oireita koulukiusatuilla voivat olla stressaantuneisuus, alakuloisuus masentuneisuus, kouluhaluttomuus ja muutokset luonteessa. Kiusattu voi muuttua surulliseksi, hiljaiseksi, vetäytyväksi, araksi ja epävarmaksi. (Mäkinen & Peltola 2009: 60, Lehtimäki & Myllymäki 2000: 25). Merkittävimpiä välittömiä seurauksia, jota koulukiusaaminen aiheuttaa ovat itsetunnon ja minäkuvan heikkeneminen. Koulukiusaaminen vaikuttaa alentavasti sekä itsetuntoon että minäkäsitykseen (Teräväinen 2008: 93). Jos kiusaamista tapahtuu herkässä ikävaiheessa, jossa itsetunto ja minäkuva ovat myllerryksessä ja itseä verrataan jatkuvasti muihin, on tilanne varmasti traumatisoiva (Bengts 2008: 3).

Kiusatut voivat kärsiä muun muassa paniikkihäiriöstä ja unettomuudesta (Teräväinen 2008: 93). Monella ilmenee myös vaikeuksia saada unta tai heräilyä öisin. Oireita voivat myös olla kiukunpurkaukset, jännittyneisyys, ärtyneisyys tai hermostuneisuus. (Haapasalo 2007: 30) Koulukiusaaminen voi aiheuttaa kiusatulle pahaa mieltä ja oloa. (Lehtimäki & Myllymäki 2000: 25, Kaipainen 2006: 61.) Paha olo saattaa saada aikaan sen, ettei kiusattu halua lähteä kouluun, koska tietää tulevansa kiusatuksi. Kiusaaminen aiheuttaa kiusatussa laajempaakin pelkoa, joka ulottuu koulun ulkopuolelle. Kiusattu voi myös olla kotonaan sulkeutunut ja vihainen. (Lehtimäki & Myllymäki 2000: 26.)

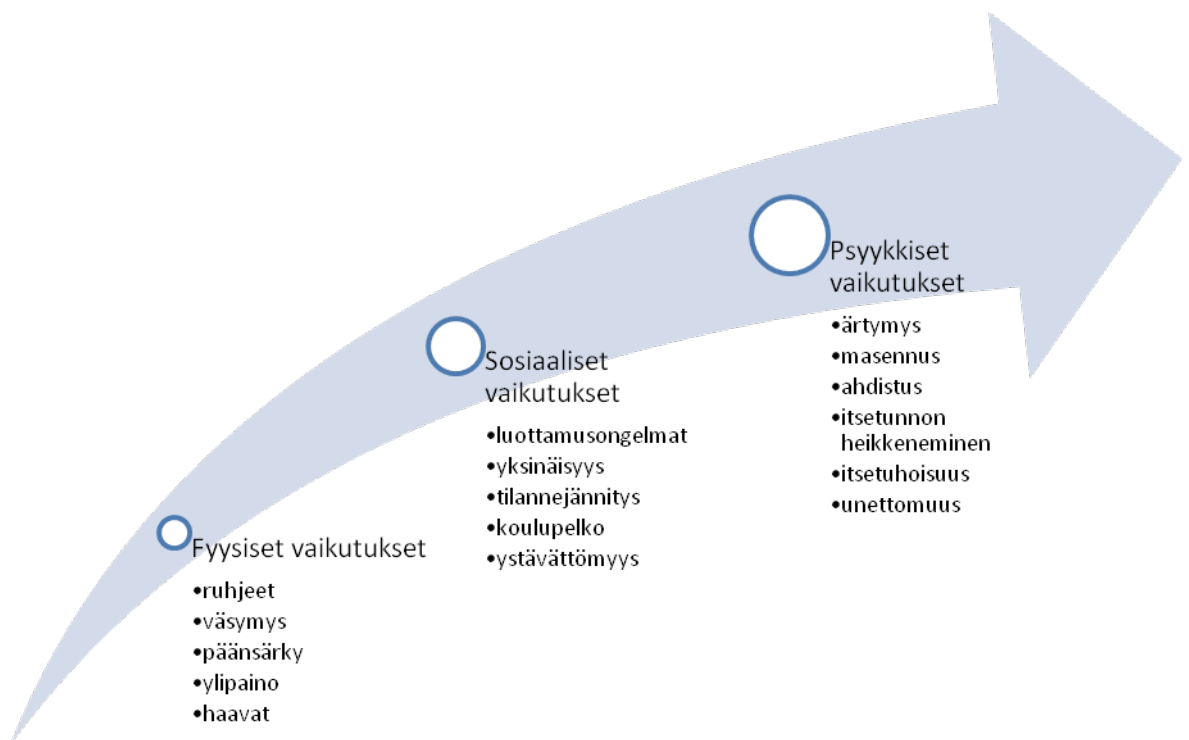
Koulukiusaamisella saattaa olla myös välittömiä psyykkisiä vaikutuksia. Niitä ovat muun muassa mielihäiriö, suuttuminen, kärsimysten aiheutuminen ja loukkaantuminen. (Kaipainen 2006: 61.) Kiusatut kokevat itsearvostuksensa muita oppilaita ja kiusaajaryhmiä alhaisemmaksi sekä ovat useammin tyytymättömiä itseensä tai tuntevat itsensä epäonnistuneeksi (Keränen 2006: 2, 83). On myös mahdollista, että kiusaaminen aiheuttaa kostonhimoa. Joskus itsensä puolustaminen saa kiusaamiseen loppumaan (Lehtimäki & Myllymäki 2000: 25).

Koulukiusatuilla pojilla on kolminkertainen riski saada ahdistuneisuushäiriö. Kiusatuilla tytöillä on kaksinkertainen riski vakaviin itsemurhayrityksiin. Kiusaamiskäytökselle altistuvilla nuorilla on muita suurempi riski vahingoittaa itseään eri tavoilla. Kiusatuksi joutuneet pojat ovat haavoittuvampia kuin kiusatut tytöt. Haavoittuvuudella voidaan tarkoittaa yhteyttä somaattisiin ongelmiin ja psyykkisiin ongelmiin, kuten ahdistukseen ja masennukseen. (Luukkonen 2010: 74, 77.)

Koulukiusaaminen voi vaikuttaa kiusatun sosiaaliseen terveyteen. Tämä ilmenee esimerkiksi sosiaalisten tilanteiden jännittämisenä, vaikeutena luottaa ihmisiin ja luoda ihmissuhteita. Edellä mainitut ovat koulukiusaamisen pitkäaikaisia vaikutuksia. Heikosta itsetunnosta johtuva epävarmuus vaikeuttaa uusiin ihmisiin tutustumisessa ja ihmisiin luottamisessa. Kiusatut voivat kärsiä epävarmuudesta, joka näkyy vetäytymisenä ja passiivisuutena (Teräväinen 2008: 94, 97). Tytöt kokevat yksinäisyyden tunteita poikia useammin. Kiusattujen on todettu olevan yksinäisiä ja hylättyjä, huomioitavaa on kuitenkin, että kaikki torjutuksi tulleet lapset eivät ole ilman ystävää. On myös lapsia, jotka ovat ryhmän tasolla suosittuja, mutta joilta puuttuu vastavuoroinen ystävyysuhde. Kiusatut viettävät ystäviensä kanssa vähemmän aikaa viikossa koulun jälkeen sekä iltaisin verrattuna muihin oppilaisiin (Keränen 2006: 2, 45, 79). Kiusaamisen seurauksena oppilaita voidaan sulkea pois sosiaalisesta yhteisöstä sekä heidän selän takanaan voidaan juoruilla tai puhua pahaa (Bengts 2008: 3). Oppilaat voivat joutua yleisen ja jatkuvan pilkkanteon kohteeksi (Mäkinen & Peltola 2009: 60). Koulukiusaaminen voi olla tahatonta tai kyseessä voi olla myös suoranainen kiusaaminen (Bengts 2008: 3). Oppilaiden mielestä koulukiusaamisen seurauksena saattaa olla se, ettei

kiusattu halua tulla kouluun (Kaipainen 2006: 63). Pelko tulla torjutuksi ja kiusatuksi oppilasryhmissä luultavasti huonontaa kiusatun elämäntilannetta (Keränen 2006:83). Koulukiusaamisen sosiaalisena seurauksena voi olla tarve hakeutua aikuisten seuraan (Mäkinen & Peltola 2009: 60).

Kuvioon 5 on koottu koulukiusaamisen aiheuttamia fyysisiä, sosiaalisia ja psyykkisiä vaikutuksia. Tutkimusten perusteella koulukiusaamisella on eniten psyykkisiä ja sosiaalisia vaikutuksia. Psyykkiset ja sosiaaliset vaikutukset kulkevat usein käsi kädessä. Vaikutuksilla voi olla samoja piirteitä, esimerkiksi unettomuus ja itsetuhoisuus ovat psyykkisiä vaikutuksia, jotka voivat tuoda esille fyysisiä vaikutuksia. Itsetuhoisella käytöksellä voi saada aikaa vakavaakin tuhoa kehoonsa haavoista itsemurhaan asti. Unettomuus lisää esimerkiksi ylipainon riskiä ja altistaa muille psyykkisille ja somaattisille sairauksille (Käypä hoito 2008).



Kuvio 5: Koulukiusaamisen fyysiset, sosiaaliset ja psyykkiset vaikutukset

## 6 OPETTAJA JA KOULUKIUSAAMINEN

Koulukiusaamisen ennaltaehkäiseminen on tärkeää kiusaamiseen puuttumisen ohella, jotta koulun toimintatavat ja kulttuuri toimivat kiusaamista vastaan eikä synnytä uusia tilanteita. Kiusaamistilanteiden ja sosiaalisten suhteiden ymmärtäminen kuuluu opettajan

peruskoulutukseen ja näin ollen opettajan odotetaan havaitsevan, puuttuvan ja lopettavan kiusaamisen. Jos opettaja kokee, että hän ei selviä kiusaamistilanteiden tuomista haasteista, voi se johtaa koulussa kiusaamisen olemassaolon kieltämiseen, jaksamattomuuteen puuttua kiusaamiseen tai ammatillisen epäpätevyyden kokemukseen. (Hamarus 2008: 15, 159.)

### 6.1 Opettaja koulukiusaamisen ehkäisijänä

Koulukiusaamisen ehkäisymenetelmiä käsiteltiin useissa tutkimuksissa. Opinnäytetyössä keskityttiin menetelmiin, joita opettajat voisivat käyttää kiusaamisen ennaltaehkäisyssä ja selvittämisessä. Tutkimuksissa selvitettiin yleensä ensin sitä, mitä on koulukiusaaminen ja kuinka sitä tunnistetaan. Vanhemmat ja koulun henkilökunta omaavat kaikkein tärkeimmän roolin kiusaamisenvastaisessa toiminnassa. (Järvenpää & Pekkarinen 2006: 70-71). Koulukuraattorin näkyminen koulukuvassa on myös tärkeää kiusaamisen ennaltaehkäisyä (Puotinen 2008: 58). Lähtökohtana koulukiusaamisen ennaltaehkäisyssä, on tulla ensiksi yhteiseen ymmärrykseen siitä, mitä on koulukiusaaminen (Marttinen & Peura 2010: 2). Tällöin on huomioitava yksilöjen tulkintaerot eri asioista, oppilaan ja opettajan näkökulmat voivat poiketa huomattavasti toisistaan (Lindgren 2006: 39). Tärkeää on kuitenkin, että opettajan ja oppilaan välillä on luottamussuhde (Marttinen & Peura 2010: 2).

Kun tiedetään, millä lailla kiusaamisviestintä rakentuu, pystytään kiusaamistilanteita ennaltaehkäisemään tehokkaammin. Kiusaamistilanteita pystytään havainnoimaan tarkemmin ja mahdollisesti lasten ja nuorten puolustautumista kyetään tukemaan paremmin. (Karhunen 2004: 90,106.) Tärkeää on yhteisten sääntöjen laatiminen ja noudattaminen, toisten huomioonottaminen, hyvän luokkahengen luominen ja avoin vuorovaikutus oppilaiden välillä (Marttinen & Peura 2010: 55-56, Korhonen 2009: 34 ). Työrauhakysymykset ovat osa koulukiusaamisen ennaltaehkäisyä, sillä oppilaat voivat kokea hyvin pienetkin asiat kiusaamisena, kuten huutamisen ja häiritsemisen luokassa. Näin ollen opettajan tulisi puuttua oppimisympäristöä häiritseviin tekijöihin, jotta oppilaat voivat kokea olonsa turvalliseksi oppimisympäristössä. Toisin sanoen tulisi luoda yhteinen ymmärrys siitä, että onko kyseinen huutaminen ja tunneilla häiritseminen koulukiusaamista vai yleistä keneenkään kohdistumatonta huonoa käytöstä. (Marttinen & Peura 2010: 60.) Oppilaiden on hyvä oppia hyväksymään erilaisuutta ja asettumaan toisten ihmisten asemaan eri tilanteissa (Kratsch & Wuorio 2002: 68, Mäkihalvari 2000: 2, Mäkinen & Peltola 2009: 84). Opettajan tulee tunnistaa mikä on eettisesti oikein ja väärin, tunnistaa koulukiusaamisen väärä ja menetellä rehellisesti, oikeudenmukaisesti ja empaattisesti sekä ohjata oppilaita samanlaiseen toimintaan. (Järvenpää & Pekkarinen 2006: 70-71.)

Koulun ilmapiirin hoitamisella ja jokapäiväisellä työllä ehkäistään koulukiusaamista. (Kratsch & Wuorio 2002: 68.) Kouluyhteisöltä vaaditaan käsitystä oikeasta ja väärästä käytöksestä.

Toiminnan tulee olla tavoiteorientoitunutta ja ryhmädynaamisia taitoja tulisi soveltaa opetuksessa. Tärkeää on ymmärtää oppilaskulttuuria ja sen epävirallisia normeja. Tämä vaatii vuorovaikutustaitojen hallintaa sekä niiden johtamista. (Hamarus 2006: 213-214.) Useissa tutkimuksissa tuotiin esille keskustelun tärkeys (Mäkinen & Peltola 2009: 84, Kratsch & Wuorio 2002: 67-68). Avoimella keskustelulla luodaan sellainen ilmapiiri, että opettajalle voi puhua ilman, että sitä pidetään juoruamisena tai kanteluna (Mäkinen & Peltola 2009: 84). Oppilaiden kokemuksia koulukiusaamisesta ei saa aliarvioida (Marttinen & Peura 2010: 55-56). On tärkeää tarkkailla oppilaiden sosiaalisia suhteita, ilmapiiriä ja ryhmittymiä koulukiusaamisesta puhuttaessa (Lindgren 2006: 75).

Opettajat voivat ehkäistä koulukiusaamista vaikuttamalla oppilasryhmän sosiaalisiin suhteisiin (Hamarus 2006: 213). Se, että kiusatulla on ystävä vähentää kiusaamista. Opiskelutilanteissa on hyvä luoda sellaisia olosuhteita, joissa kiusattu voi ystäväystyä jonkun häntä tukevan oppilaan kanssa, esimerkiksi pari-, ryhmä-, tiimi- ja projektitöiden avulla. Kiusattua pitäisi suojella, eikä häntä saisi valita samoihin ryhmiin kiusaajien kanssa. (Hamarus 2006: 212-213.) Sosiaalisiin suhteisiin voidaan vaikuttaa myös siten, ettei anneta oppilaiden valita itse pareja, ryhmiä tai istumajärjestystä luokassa (Mäkinen & Peltola 2009: 86, Marttinen & Peura 2010: 58 Hamarus 2006: 212), koska esimerkiksi ryhmien muodostamista voidaan käyttää yhtenä kiusaamisen keinona (Hamarus 2006: 212).

Kun oppilaat jakaantuvat opetustilanteissa pareihin tai ryhmiin, kiusattu jää usein yksin ja ryhmän ulkopuolelle, sillä kukaan ei halua ottaa häntä mukaan joukkoon (Lindgren 2006: 72). Keskittymishäiriöinen oppilas on järkevä sijoittaa vastatusten rauhallisen oppilaan kanssa, jotta luokan työskentelyrauha paranisi. On tärkeää antaa oppilaille erilaisia rooleja, esimerkiksi häiritseville ja vilkkaille oppilaille apuopettajan tehtäviä. (Marttinen & Peura 2010: 58). Myös opetusryhmien pienentäminen voi ennaltaehkäistä koulukiusaamista (Korhonen 2009: 34).

Tärkeää on opettaa nuorille tulemaan toimeen erilaisten ihmisten kanssa. Yläkoulun alkaessa oppilaita pyritään tutustuttamaan toisiinsa ja kouluun mahdollisimman paljon. Uusiin oppilaisiin halutaan tutustua ja jopa ennakoida mahdollisia kiusaamistilanteita. Ryhmäyttäminen olisi tärkeää toteuttaa jo ennen kuin luokkaan on ehtinyt muodostua mitään selkeitä kaveriporukoita ja ryhmiä. Ryhmäyttämismenetelmiä käyttäen saadaan oppilaita toimimaan enemmän yhdessä toistensa kanssa ja voidaan rikkoa selkeitä kaveriporukoita. Opettajan tulisi tarkkailla ryhmien muotoutumista ja tarvittaessa sekoittaa ryhmiä, sillä vääränlaista, muut pois sulkevaa ja pahimmillaan muiden kiusaamista kannattavaa, ryhmäidentiteettiä ei tulisi tukea. Kun opettaja valitsee tai arpoo oppilaille parit tai ryhmät hänen on myös valvottava jatkossa, että niitä noudatetaan. (Lindgren 2006: 100, 103, 105-107)

Sosiometriset mittaukset on koettu hyväksi menetelmäksi selvittää oppilaiden välisiä suhteita luokassa. Sosiometrinen mittaus olisi hyvä tehdä syksyllä, kun ryhmäytyminen on tapahtunut. Tällöin tuloksia voi hyödyntää istumajärjestyksiä ja ryhmiä muodostettaessa. Sosiogrammin avulla voi esimerkiksi torjutullekin oppilaalle löytää oppilaan, johon hänellä on molemminpuolinen kaverisuhde. Sosiometrinen mittaus on tärkeää koulukiusaamisen ennaltaehkäisevää työtä ja se ei vaadi paljoa aikaa opettajalta. (Marttinen & Peura 2010: 61.)

Koulukiusaamisen ehkäisemiseksi tulisi koulu yhteisön tapahtumia seurata aktiivisesti kiusaamisen havaitsemiseksi ja opettajien tulisi tuntea oppilaansa (Puotinen 2008: 58). Kiusaamisen riskitilanteita ovat kaikki koulun valvomattomat tilanteet. Koulussa kiusaamista tapahtuu eniten välitunneilla ja tuntien siirtymävaiheissa, jolloin opettaja tai muu auktoriteetti ei ole näkemässä tilanteita. Valvomattomia tilanteita voivat olla esimerkiksi hetket pukuhuoneessa, välitunneilla ja välitunnin jälkeen luokassa ennen opettajan saapumista. Näin ollen olisi tärkeää, että opettaja tai joku aikuinen olisi paikalla tuntien siirtymävaiheissa. (Marttinen & Peura 2010: 2, 61, Mäkinen & Peltola 2009: 62, Karhunen 2004: 41.) Koulukiusaaminen yritetään pitää aina aikuisilta piilossa (Lindgren 2006: 74). Tehokkaalla välituntivalvonnalla voidaan ennaltaehkäistä koulukiusaamista (Mäkinen & Peltola 2009: 62). Yhteisöstä valitut kiusaamista vastaan olevat henkilöt vaikuttavat tehokkaasti koulukiusaamisen ennaltaehkäisyssä. Tämänkaltaisen tehtävä sopii esimerkiksi tukioppilaalle. (Hamarus 2006: 213.) Yksi ehdotus olisi laittaa valvontakameroita kouluihin kiusaamisen ehkäisemiseksi. (Puotinen 2008: 53.)

Koulukiusaamisen ennaltaehkäiseviä toimia ovat projektit ja positiiviset palautejärjestelmät (Marttinen & Peura 2010: 2.) Palautejärjestelmillä on koettu olevan positiivisia vaikutuksia luokan ilmapiirille. Yhteiset projektit kasvattavat ja lujittavat luokan yhteishenkeä. (Marttinen & Peura 2010: 56-57.) Koulukiusaamisen ehkäisemiseksi voidaan käyttää myös palautelaatikkoa, johon voi nimettömänä kertoa kiusaamistapauksista. (Puotinen 2008: 52-53.)

## 6.2 Opettaja koulukiusaamiseen puuttujana

Koulukiusaamiseen puuttumisesta ovat vastuussa koko koulun henkilökunta, mutta ennen kaikkea luokan opettajalla on vastuu puuttua oppilaansa kiusaamiseen (Mäkinen & Peltola 2009: 63). Opettajan tiukka puuttuminen kiusaamistilanteeseen, esimerkiksi puhuttelemalla kiusaajaa, on oleellista (Konttinen 2010: 56). Opettajan tulisi aina puuttua koulukiusaamiseen sitä nähdessään. Opettajan rooli on tärkeä koulukiusaamistilanteen selvittämisessä sekä syyn ja sovinnon löytämisessä. (Lehtimäki & Myllymäki 2000: 38.)

Opettajan työhön kuuluu muun muassa vastuu ja vallankäyttö. Opettajan henkilökohtaisella auktoriteetilla on paljon vaikutusta. Opettajalla, joka ei puutu asioihin ja on välinpitämätön, on vähemmän henkilökohtaista auktoriteettia kuin asioihin tosissaan puuttuvalla opettajalla. Välinpitämätön opettaja saattaa ottaa vastuuta, mutta vastuunotto on vaihtelevaa. Kiusaamistilanteeseen puuttuva opettaja on vastuuntuntoinen kiusaamistilanteiden selvittämisessä. Vastuunotto näkyy kiusaamistilanteisiin puuttumisena ja haluna selvittää tilanne. Vastuunottava opettaja kantaa vastuunsa loppuun asti ja saa periksiantamattomalla toiminnalla kiusaamisen loppumaan. Tosissaan puuttuva opettaja huomioi kiusatun oppilaan ja voi antaa kiusatulle toimintaohjeita miten kiusaamistilanteessa kannattaa toimia. Opettaja myös kehottaa kiusattua kertomaan, mikäli kiusaaminen jatkuu. (Järvenpää & Pekkarinen 2006: 34-35, 51, 70.)

Kiusaamistilanteen selvittely pitäisi aloittaa heti kiusaamistilanteen tullessa ilmi. (Puotinen 2008: 54, Kratsch & Wuorio 2002: 69). Jokaiseen pikkuriitaan ei tulisi kuitenkaan puuttua, jotta oppilaat oppisivat ryhmässä selviytymisen taitoja (Mäkinen & Peltola 2009: 64-65). Opettajan voi olla vaikea puuttua, esimerkiksi haukkumiseen oppitunneilla, muuten kuin huomauttamalla tai jättämällä oppilas välitunniksi luokkaan miettimään. Tämä herättää kysymyksen voisiko oppitunnin keskeyttää keskustelemalla esiintyneestä kiusaamisesta, paneutuen huolella tapahtuneeseen. On kuitenkin hyvin paljon opettajan vastuulla mitä hän pitää tärkeänä opetus- ja kasvattamistyössään. Turvallinen ilmapiiri on edellytys keskittymiselle ja oppimiselle, jolloin tunnin keskeyttäminen voisi olla perustellumpaa. Tällöin oppilaat saisivat mahdollisuuden perustella toimiaan ja ymmärrys toisten hyvin kohtelemisesta vahvistuisi. (Marttinen & Peura 2010: 62.)

Vuorovaikutus on tärkeää ja asioista tulee keskustella paljon ja niiden oikeilla nimillä kiusaamistapauksia käsiteltäessä. Opettajan ei pitäisi pelätä vastoinkäymisiä ja hänen tulisi hyväksyä se tosiasia, että kiusaamista tapahtuu myös omalla luokalla. (Marttinen & Peura 2010: 58.) Oppilaiden mielestä koulukiusaamiseen puuttumiseen ei käytetä tarpeeksi aikaa. Vaikutukset jäävät helposti lyhytaikaisiksi. Kiusaamisen lopettamisen puitteissa tehtyjä sääntöjä ja sopimuksia jaksetaan noudattaa muutaman viikon ajan, mutta pitkäaikaisia vaikutuksia ei saavuteta. Oppilaista tuntuu, että koulukiusaamiseen puuttumisesta on luovuttu, koska kiusaaminen ei enenkään ole loppunut. (Konttinen 2010: 72.) Koulukiusaamiseen puuttumista on opettajalle tai muulle aikuiselle kertominen. Koulukiusaamisen suhteen pitäisi saada kynnys kertoa aikuisille murrettua, jotta kiusaamiseen voitaisiin systemaattisesti puuttua. (Lindgren 2006: 87, 90.) Aikuisten tulisi aina suhtautua vakavasti, kun oppilas kertoo koulukiusaamisesta (Konttinen 2010: 74).

Kiusaamistilanteiden selvittelyyn on monia keinoja. Opettaja voi käydä keskustelua joko pelkästään kiusaajan ja kiusatun ollessa läsnä. Joskus on syytä keskustella koko luokan

kanssa, kun koulukiusaaminen tulee ilmi. Kiusaamisesta ei tule kuitenkaan kertoa kovin yksityiskohtaisesti muulle luokalle. (Karhunen 2004: 41, Mäkinen & Peltola 2009: 63, 66-67, 72, 89, Marttinen & Peura 2010: 59, Puotinen 2008: 43.) Kuitenkin Konttisen (2010: 68) tutkimuksessa koko luokan puhuttelemine nähtiin onnistuneena puuttumiskeinona. Koko luokalle puhumisen vaikutukset nähtiin aina positiivisena. Toisaalta Lindgrenin (2006: 98, 115) tutkimuksen mukaan kiusaamisen selvittely luokan kesken on kaksipiippuinen asia. Tätä menetelmää käyttävän aikuisen tulisi olla herkkä kuulostelemaan luokan vaikutelmia ja luokan tapahtumia. Tällaisessa keskustelussa kiusattu saattaa joutua helposti kielteisellä tavalla näyttille, mikä on kiusatun näkökulmasta ahdistavaa. Tällaisen huomion kiinnittämisen jälkeen kiusaaminen saattaa jopa lisääntyä. Tärkeää on huomioida se, millaisista asioista on syytä keskustella koko luokan kesken ja millä sävyllä. Puhutaanko tietystä oppilaasta vai kiusaamisesta yleisellä tasolla. Huomioitavaa on, että jos asiaa käsitellään yleisellä tasolla luokassa, opettaja ei saisi ottaa kantaa sanoin tai elein siitä, kuka on luokan kiusaaja ja kuka kiusattu. Tällöin oppilaiden on itse annettava tehdä johtopäätöksensä.

Kiusaamistilanteita voidaan selvittää kutsumalla osapuolet keskustelemaan yhdessä opettajan ja joskus myös kuraattorin kanssa. (Konttinen 2010: 60.) Tärkeää kiusaamistilanteiden selvittämisessä on puhuminen kummankin osapuolen kanssa, jotta saadaan selville molempien osapuolten näkemys asioiden kulusta (Kratsch & Wuorio 2002: 69). Keskustelujen tavoitteena on selvittää tilannetta, mistä on ollut kysymys ja kuka on tehnyt mitäkin (Puotinen 2008: 43, Marttinen & Peura 2010: 59). Yhteiskeskusteluja pidetään onnistuneina puuttumiskeinoina, jossa kaikki osapuolet saavat puheenvuoron (Konttinen 2010: 60). Keskustelujen tarkoituksena on se, että oppilaan ymmärrys ja empaattisuus kehittyisivät (Mäkinen & Peltola 2009: 70). Pelkkä puhuttelu ja anteeksipyyntöön pakottaminen koetaan huonoina keinoina puuttua koulukiusaamiseen (Karhunen 2004: 41). Oppilaiden näkökulmasta koulukiusaamiseen puuttuminen muutamalla sanalla ei ole hyödyllistä. Opettajien taidot eivät aina riitä ja menetelmät voivat olla väärä. Vääränlainen puuttuminen voi puolestaan lisätä koulukiusaamista. (Konttinen 2010: 57.)

Pyrittäessä vähentämään koulukiusaamista ryhmänäkökulma on tärkeä. Kun ymmärretään oppilasryhmien toimintaa, voidaan koulukiusaamiseen puuttua tehokkaammin. Näin ajatellen, on mahdollista saada myös oppilaita aktivoitua mukaan koulukiusaamisen vähentämiseen. Koulukiusaamista voidaan vähentää tukioppilastoiminnan avulla sekä tilanteesta riippuen erilaisten ryhmäyttämismenetelmien avulla. (Lindgren 2006: tiivistelmä.) Niiden kautta voidaan ehkäistä opetuksen aikana ei-toivotun ryhmäkäyttäytymisen ilmenemistä. Parhaimmillaan ryhmäyttämismenetelmät auttavat kuitenkin oppilaita tutustumaan paremmin toisiinsa sekä opettavat heitä työskentelemään erilaisten ihmisten kanssa. (Lindgren 123.) Myös erilaiset teemapäivät mahdollistavat onnistuneen puuttumisen (Konttinen 2010: 73). Koulukiusaamisen vähentämiseksi yksi tapa voisi olla jokin toimiva järjestelmä tai



ilmoituskanava, jolla kiusaaminen saataisiin ilmi. Tällaisia ovat esimerkiksi tukioppilas- ja oppilaskuntatoiminta. Oppilaslähtöisissä puuttumistavoissa, esimerkiksi tukioppilastoiminnassa, on tärkeää, että toiminta on oikeista lähtökohdista muodostettua ja siihen valitut ihmiset sopivat siihen. Esimerkiksi opettajat saattavat kannustaa tukioppilaita olemaan syrjittyjen tai kiusattujen oppilaiden kanssa ja ottamaan heidät mukaan kaveriporukkaan. Tukioppilaat näkevät koulukiusaamista ja oppilaiden välisiä suhteita paremmin kuin opettajat. Tämä siksi, että tukioppilaat liikkuvat vertaisina oppilaiden keskuudessa ja näkevät näin lähempää sekä kiusaajia että kiusattuja. Näin ollen kun koulukiusaamisen havainnointi helpottuu, siihen pystytään puuttumaankin tarkoituksenmukaisemmin ja tehokkaammin. Huomioitavaa on kuitenkin se, että jopa tukioppilaat itse voivat olla kiusaajia. (Lindgren 2006: 92, 113.)

Yhteydenotto vanhempiin koetaan tärkeäksi koulukiusaamistilanteen jossakin vaiheessa (Kratsch & Wuorio 2002: 70, Lehtimäki & Myllymäki 2000: 39, Marttinen & Peura 2010: 55). Toiset opettajat soittavat vanhemmille herkästi, toiset tilanteen mentyä vakavammaksi tai tilanteen jatkuessa pidempään. Tärkeänä pidetään vanhempien osallistumista koulukiusaamista koskeviin keskusteluihin, sillä vanhemmilla on tärkeä rooli kiusaamistilanteiden hoidossa. Vanhemman rooli kiusaamisongelman ratkaisussa nähdään ajan antamisena. Tilanteiden hoito on vaikeaa, jos vanhemmat ovat eri aaltopituudella tai eivät suostu hyväksymään ongelman olemassaoloa. Tällöin tilannetta on mahdoton selvittää. (Lehtimäki & Myllymäki 2000: 38, Konttinen 2010: 59-60, Kratsch & Wuorio 2002: 70, 73.) Keinona koulukiusaamistapausten käsittelyssä voidaan käyttää keskustelua tai palaveria oppilaiden vanhempien kanssa sekä koululla voidaan järjestää vanhempainilta, jossa luodaan yhteistä ymmärrystä koulukiusaamisesta. Opettaja ottaa tarvittaessa yhteyttä vanhempiin ja pyytää heitä koululle keskustelemaan ongelmasta, ainakin vakavammassa tilanteissa. Usein vanhemmat tulevat mukaan vasta, kun asiaa on selvitelty yhdessä opettajan ja oppilaiden kanssa. (Lehtimäki & Myllymäki 2000: 34, Marttinen & Peura 2010: 55, Mäkinen & Peltola 2009: 63, 66-67, 72, 89.) Vanhempien tulisi puhua koulukiusaamisesta myös kotona (Konttinen 2010: 60).

Moniammatillinen yhteistyö on koettu hyväksi keinoksi kiusaamistilanteiden selvittelemisessä kouluissa (Mäkinen & Peltola 2009: 72). Kaikki opettajat eivät kuitenkaan käytä yhteistyötä kiusaamistilanteiden selvittelemisessä, vaikka siihen olisi mahdollisuus (Kratsch & Wuorio 2002: 74). Moniammatilliseen työryhmään voivat opettajan lisäksi kuulua esimerkiksi rehtori, erityisopettaja, koulukuraattori, terveydenhoitaja ja koulupsykologi. (Karhunen 2004: 82, Mäkinen & Peltola 2009: 72.) Opettajan aito kiinnostus oppilaidensa hyvinvoinnista oppimisen lisäksi ja jakaa huoliaan muun muassa erityisopettajalle, on osa moniammatillista yhteistyötä (Marttinen & Peura 2010: 58). Erittäin vakavissa kiusaamistapauksissa voidaan joutua ottamaan yhteyttä poliisiin ja myös sosiaalityöntekijöihin (Mäkinen & Peltola 2009: 63).

Opettaja, joka puuttuu tosissaan kiusaamistilanteisiin käyttää enemmän rangaistuksia kuin opettaja, joka ei puutu kiusaamistilanteisiin. Opettajan yleisintä vallankäyttöä ovat kurinpitotoimet, kuten esimerkiksi opettajan puhuttelu ja jälki-istunto. Rankaisun ei tulisi olla ainoa toimintatapa koulukiusaamiseen puuttumisessa, vaan oppilaat tarvitsevat myös kasvatuksellista ohjausta asiassa. (Järvenpää & Pekkarinen 2006: 41-42.) Kiusaamisen kieltämisen suhteen vanhempien tulisi olla tiukkoja ja tarpeen vaatiessa antaa rangaistuksia, jollei kiusaaminen lopu (Konttinen 2010: 60). Kratschin & Wuorion (2002: 69-70) tutkimuksessa yksi opettajista oli sitä mieltä, että jälki-istunto ei ole hyvä rangaistus, koska oppilas lopettaa koulukiusaamisen rangaistuksen pelossa eikä sen takia, että kiusaaminen on väärin. Rangaistuksen tulisi olla sellainen, joka tuntuu oppilaan mielestä pahalta, esimerkiksi tietokonevuoron poistaminen. Jälki-istunto on yleisesti käytetty rangaistumenetelmä, vaikka suurin osa opettajista pitää sitä tehottomana (Mäkinen & Peltola 2009: 89). Muita rangaistuskeinoja ovat rehtorin puhuttelu, koulusta erottaminen, jälki-istunto ja opettajan puhuttelu, joka on useimmiten ensimmäinen menettelytapa. Jotkut opettajat saattavat turvautua käyttämään uhkailua rangaistuskeinona. Useimmiten opettaja puuttuu tilanteisiin kehottamalla sovintoon. Joskus kiusaaja saattaa alkaa katua kiusaamistaan, jolloin osapuolet voivat sopia asiat keskenään. (Järvenpää & Pekkarinen 2006: 41-42, Lehtimäki & Myllymäki 2000: 29-30.)

Yhtenä ratkaisumallina voi olla, että ensin kuunnellaan kiusaajan version tilanteesta ja kiusaajalle annetaan tilaisuus muuttaa toimintaansa. Jos kiusaaminen jatkuu, annetaan kiusaajalle varoitus. Jos kiusaaminen jatkuu varoituksesta huolimatta, annetaan kiusaajalle rangaistus. Rangaistukset vaihtelevat jälki-istunnosta koulusta erottamiseen ja jopa poliisille ilmoittamiseen. (Puotinen 2008: 44.) Oppilaat näkevät poliisin puuttumisen toimivaksi tavaksi fyysisen kiusaamisen selvittelyssä (Konttinen 2010: 59). Kiusaajille täytyy korostaa sitä, että jokainen on vastuussa kiusaamisteoistaan yksilönä, vaikka ryhmänä onkin kiusattu jotakuta. Oppilaan tulisi näin ollen ymmärtää, että kun ryhmässä tehdään väkivaltaa toiselle, ovat he täysin itse vastuussa siitä. (Lindgren 2006: 80.) Huomioitavaa on myös se, että kiusaajan toiminnan taustalla voi olla omia ongelmia ja myös kiusaaja saattaa tarvita apua (Puotinen 2008: 44). Kiusatut oppilaat voidaan vaihtaa jopa eri luokille seuraavan syksyn alussa, jotta kiusatut saisivat kavereita ja pääsisivät eroon koulukiusaamisesta ja yksin jäämisestä (Marttinen & Peura 2010: 62).

Koulukiusaamisen loppumiseksi ryhmän toimintaan tulisi pyrkiä vaikuttamaan siten, että yksilö- ja ryhmätasolla tapahtuisi asenne- ja normimuutos koulukiusaamista kohtaan. Tällaisen normimuutoksen kautta oppilasryhmässä tapahtuisi taas roolimutoksia ja ryhmän harjoittama kiusaaminen todennäköisesti lakkaisi. (Lindgren 2006: 123.) Oppilaiden olisi myös tärkeää opetella tuomaan esille positiivisia asioita kiusatusta negatiivisten sijaan. Oppilaat

ajattelevat tämän vaikuttavan kiusaajaan siten, että hän alkaisi nähdä myös kiusatun hyviä piirteitä ja näin ollen lopettavan kiusaamisen. (Lehtimäki & Myllymäki 2006: 37.) Kiusaamisryhmän ulkopuolisten rooleissa toimivat oppilaat ovat merkittävimmissä osassa, kun halutaan saavuttaa näitä toivottuja rooli- ja normimuutoksia kiusaamista kohtaan. Kun ulkopuolisia oppilaita saadaan puolustajiksi, kiusaaminen ryhmässä todennäköisesti vähenee. Toivotut roolimutokset voivat tapahtua kiusaamisryhmässä myös kiusaajan apureiden osalta; kun kiusaajalta saadaan apureiden rooleissa toimivat oppilaat ympäriltä pois, kiusaaja ei todennäköisesti jatka kiusaamista. Opettajalla voisi olla mahdollisuus saada oppilaita muuttamaan puolustajiksi puhumalla heille koulukiusaamisesta ja käskemällä heitä auttamaan ja toimimaan, kun näkevät kiusaamistilanteita. Opettajilla ei kuitenkaan ole mahdollisuutta saada kaikkia oppilaita puolustamaan. Opettajien tulisi myös kiinnittää huomiota siihen, ketkä ovat mukana kiusaamisen vahvistamisessa ja pyrkiä puuttumaan näiden oppilaiden toimintaan ja asenteisiin, sillä pelkkä kiusaajan toimintaan vaikuttaminen ei ole kaikkein hedelmällisintä. (Lindgren 2006: 83, 84, 123.) Onnistuneella koulukiusaamiseen puuttumisella voidaan vaikuttaa positiivisesti oppilaan koko elämään. Epäonnistuneen puuttumisen ongelma on, että loppumisen sijaan kiusaaminen pahenee. (Konttinen 2010: 71-72.)

## 7 POHDINTA

Koulukiusaaminen on yleistynyt, erityisesti peruskoulun poikien keskuudessa. Koulun henkilökunnalta jää kuitenkin kolme tapausta neljästä huomaamatta. (Luostarinen 2008.) Julkisuudessa tulee koko ajan esille monenlaisia koulukiusaamistapauksia. Mediassa on muun muassa arveltu koulukiusaamisen olleen osasyynä Jokelan ja Kauhajoen kouluampumistapauksiin. Keränen mukaan viime aikoina koulukiusaaminen on saanut uusia merkityssuhteita. Media on nostanut koulukiusaamisen entistä useammin otsikoihin, usein varsin traagisella tavalla. Huolestuttavimmat tapaukset koskevat koulukiusaamisesta kärsineiden oppilaiden itsensä vahingoittamisia tai itsemurhia. (Keränen 2006: 5.) Onneksi monissa kouluissa on havahduttu koulukiusaamistilanteeseen ja esimerkiksi Vantaalla monet koulut ovat olleet osallisena Vantaa välittää - hankkeessa. On olemassa myös valtakunnallinen koulukiusaamista ennaltaehkäisevä KiVa Koulu - hanke. Hankkeen ensimmäiset tulokset osoittavat kiusatuksi joutumisen sekä koulukiusaamisen vähentyneen lukuvuonna 2007-2008 ohjelmaa toteuttaneissa kouluissa. Ohjelma myös vaikutti myönteisesti oppilaiden kouluviihtyvyyteen ja oppimismotivaatioon. Ohjelma lisäsi myös opettajien osaamista. KiVa Koulu - hankkeen tulokset ovat kansainvälisesti merkittäviä. Yhtä hyviä tuloksia ei ole saatu vastaavissa koulukiusaamistutkimuksissa aiemmin muualla maailmassa. (KiVa Koulu.)

## 7.1 Tutkimuksen eettisyys

Etiikan peruskysymyksiä ovat kysymykset oikeasta ja väärästä, hyvästä ja pahasta. Tutkimustietoon liittyy paljon eettisiä kysymyksiä, jotka on otettava huomioon. Tiedonhankintaan ja julkistamiseen liittyvät tutkimuseettiset periaatteet, periaatteiden tunteminen ja niiden mukaan toimiminen on jokaisen tutkijan vastuulla. Eettisesti hyvä tutkimus edellyttää tutkimuksen teossa noudatettavan hyvää tieteellistä käytäntöä. Ohjeiden mukaan hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu esimerkiksi se, että tutkijat ottavat muiden tutkijoiden työn ja saavutuksen asianmukaisella tavalla huomioon niin, että he kunnioittavat näiden työtä ja antavat heidän saavutuksilleen niille kuuluvan arvon ja merkityksen omassa tutkimuksessaan ja tuloksia julkaistessaan. (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara 2009: 23-24.)

Tutkimusaiheen valinta on ensimmäinen eettinen ratkaisu. Tutkimuskohteen tai -ongelman valinnassa huomioidaan kenen ehdoilla tutkimusaihe valitaan ja miksi tutkimukseen ryhdytään. Ongelmiksi koetaan usein pitäisikö valita muodinmukaisia aiheita vai tulisiko niitä erityisesti välttää. Valitako aihe, joka on helposti toteutettavissa, mutta joka ei ole merkitykseltään erityisen tärkeä. Miten ylipäänsä tulisi ottaa huomioon aiheen yhteiskunnallinen merkittävyys. (Hirsjärvi ym. 2009: 24-25.)

Epärehellisyyttä on vältettävä tutkimustyön kaikissa vaiheissa, toisten tekstiä ei saa plagioida. Plagiointia eli luvaton lainaamista on kaikki sellainen toiminta, jossa jonkun toisen tekstiä esitetään omana. Jokaisella on tuottamaansa tekstiin nähden copyright-oikeus. Tämä merkitsee sitä, että tekstiä lainatessa lainaus on osoitettava asianmukaisin lähdemerkinnöin. Myös asiasisältöjä lainatessa lainaukset on osoitettava. Tuloksia ei saa yleistää kriittikittömästi eli tuloksia ei sepitetä tai kaunistella. Vilppiä on muun muassa tulosten yleistäminen ilman perusteita sekä tulosten sepittäminen, jolloin esitetään tekaistuja havaintoja. Tällöin havaintoja ei ole siis tehty tutkimusraportissa kuvatulla tavalla tai menetelmillä. Raportointi ei saa olla harhaanjohtavaa tai puutteellista. Käytetyt menetelmät täytyy selostaa huolellisesti. Alkuperäisiä havaintoja ei saa muokata niin, että tulos vääristyy. Tutkimuksen puutteetkin täytyy tuoda julki. Hyvän tutkimuksen tekeminen niin, että eettiset näkökohdat tulevat riittävästi ja oikein huomioituksi on haastava tehtävä. (Hirsjärvi ym. 2009: 25-27.)

Yksi syy miksi päädyimme opinnäytetyön aiheeseen, on sen ajankohtaisuus. Koulukiusaaminen on koko ajan esillä mediassa ja siitä tehdään uusia tutkimuksia useita vuosittain. Valitsimme aiheen sen vuoksi, että siitä löytyy paljon tutkimuksia, jolloin olisi valinnanavaraa. Yhtenä puutteena voi kuitenkin pitää sitä, että koulukiusaamisen pitkäaikaisvaikutuksista ei löydy paljon tutkimuksia. Tulosten tulkintaa vaikeutti myös se, että aineistoksi ei löytynyt yhtään tutkimusta, jossa olisi nimenomaan käsitelty kiusaamisen vaikutuksia kiusatun näkökulmasta.

Kirjallisuuskatsauksessa käytimme monia lähteitä vertaillen, kuitenkin säilyttäen alkuperäisen tiedon todenmukaisena. Vaikka kirjoitimme yhtenäistä tekstiä, emme kirjoittaneet tekstiä omanamme, vaan laitoimme lähdeviitteitä toisensa perään.

## 7.2 Tutkimuksen luotettavuus

Tutkimuksen lopullinen aihe syntyy usein vasta monien neuvottelu- ja harkintavaiheiden jälkeen. Ensimmäinen mieleen tullut aihe ei usein ole heti valmis tutkittavaksi. (Hirsjärvi ym. 2009: 66.) Tämän huomasimme myös omassa työssämme. Alun alkaen selvää oli, että työemme tulee liittymään jollakin tapaa koulukiusaamiseen. Jouduimme kuitenkin miettimään ja neuvottelemaan useasti ennen lopullista päätöstä aiheesta. Pohdimme, mitä tarkalleen ottaen haluamme opinnäytetyöllämme selvittää. Hirsjärvi ym. (2009: 81) toteaa, että kun aihe on löytynyt, sitä täytyy useimmiten rajata. On tarkennettava ajatusta siitä, mitä haluaa tietää tai mitä haluaa osoittaa keräämällään aineistolla. Aineiston kerääminen on järkevää aloittaa vasta tällaisen pohdinnan jälkeen. Näin säästyy aikaa. Aiheenamme on koulukiusaaminen, joka on laaja aihe. Aloitimme opinnäytetyön määrittelemällä aiheen keskeiset käsitteet. Kun käsitteet oli määritelty ja opinnäytetyön tekijöille selventyneet, oli niiden pohjalta hyvä lähteä työstämään aihetta. Uskomme luotettavuuden lisääntyneen, kun koulukiusaaminen ilmiönä oli jo tuttu ennen kuin aloimme etsiä vastauksia tutkimuskysymyksiimme. Käytimme melko paljon aikaa aiheen rajaamiseen sekä tutkimuskysymystemme tarkentamiseen. Tutkimuskysymyksiä kuitenkin muodostui lisää työn edetessä, kun huomasimme aineistosta löytyvän enemmänkin asioita, joita halusimme selvittää. Esimerkiksi etsiessämme tietoa koulukiusaamisen mahdollisista yhteyksistä kiusatun fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen terveyteen, huomasimme tarpeen myös selvittää mitkä syyt voivat vaikuttaa koulukiusatuksi joutumiseen. Näin koimme saavamme kattavamman kuvan koulukiusaamisen syistä ja seurauksista.

Kirjallisuuskatsauksen pyrkimyksenä on osoittaa laaja-alainen perehtyminen kyseiseen ilmiöön. Ongelmana voi olla se, että lähteiden keskinäinen yhteys puuttuu tai se on löyhä. Toisaalta tieto on saatettu kerätä valikoivasti omien kiinnostuksen kohteiden mukaisesti; aiheen kannalta oleellisia lähteitä on saattanut jäädä huomioimatta. Lähteiden laatu voi olla kirjava. (Metsämuuronen 2008: 37.) Kaikkiin valmiina oleviin aineistoihin on suhtauduttava kriittisesti ja niiden luotettavuutta on punnittava. Tietoja on usein myös muokattava, yhdisteltävä ja tulkittava tai tietoja on normitettava, jotta tiedot tulisivat vertailukelpoisiksi. (Hirsjärvi ym 2009: 189.) Olemme yhdistelleet löytämiämme tutkimuksia, etsineet niistä yhteneväisyyksiä ja toisaalta myös eroavaisuuksia. Tutkimuksia tulkitessa huomasimme tutkimusten olevan kovin erilaisia. Toiset tutkimukset käsittelevät koulukiusaamista oppilaan näkökulmasta ja toiset tutkimukset opettajan näkökulmasta. Tutkimusten aihepiirit vaihtelivat myös huomattavasti, mikä teki oman vaikeuden löytää juuri oikeat asiat kyseisestä

tutkimuksesta. Tutkimuskysymysten asettelun kautta, erilaisten tutkimusten tuloksista pyrittiin saamaan vertailukelpoisia.

Opinnäytetyön luotettavuutta arvioitaessa on huomioitava laaja aineisto, käyimme kahtakymmentä eri tutkimusta sekä muuta kirjallisuutta. Opinnäytetyössä käytetyt tutkimukset ovat pääsääntöisesti pro gradu - tutkielmia. Yleensä Suomessa ei käytetä liseniaattitöitä alempia tutkimuksia kirjallisuuskatsauksen lähteinä (Metsämuuronen: 2003: 13). Opinnäytetyössämme käyimme pro gradu - tutkielmia, koska ne ovat riittävän luotettavia ei-systemoidun kirjallisuuskatsauksen lähteiksi. Opinnäytetyöhön tutkimuksia etsittäessä käyimme melko vähän hakusanoja. Tutkimuksia etsittäessä ongelmallista oli se, että kun hakusanoiksi laittoi esimerkiksi ”koulukiusaaminen” ja jonkin toisen hakusanan, tutkimuksia löytyi niukasti. Silloin kun hakusanoiksi laittoi esimerkiksi pelkän ”koulukiusaaminen” tutkimuksia löytyi paljon. Vähäinen hakusanojen määrä vähentää tutkimuksen luotettavuutta, mutta niukoilla hakusanoilla löysimme kuitenkin paljon tutkimuksia. Suuresta määrästä tutkimuksia valitsimme ne, jotka sopivat tutkimuskysymyksiimme parhaiten. Se, että vähäisestä hakusanojen määrästä huolimatta löytää paljon tutkimuksia puolestaan lisää luotettavuutta. Luotettavuutta opinnäytetyössämme lisää myös se, että tiedonhakupöytäkirjoja oli useampia. Tämä tarkoittaa sitä, että osan löytämistämme tutkimuksista vaihdosimme uusiin, tutkimuskysymyksiimme paremmin vastaaviin. Olemme siis suhtautuneet melko kriittisesti tutkimuksiin, joka on ehdottomasti luotettavuutta lisäävä seikka. Luotettavuutta ja työn arvoa lisää myös se, että tutkimuksia on löytynyt useiden yliopistojen eri tiedekuntien julkaisuista. Tutkimuksia on löytynyt muun muassa kasvatustieteiden, lääketieteen, liikuntapedagogiikan, viestintätieteiden ja terveystieteiden laitoksilta.

Tutkimuksen luotettavuutta heikentää se, että hakusanoilla löytyvien tutkimusten määrää ei ole selvitetty. Tämä johtuu siitä, että opinnäytetyön tarkoitus on muuttunut matkan varrella. Alun perin oli tarkoitus tutkia vain kahta ennalta sovittua tutkimuskysymystä, mutta opinnäytetyöprosessin edetessä tutkimuskysymykset lisääntyivät neljään. Koemme tämän toisaalta lisänneen luotettavuutta, koska voisimme päätellä, että aineistoon on perehdytty huolella ja aineistosta on löydetty olennainen tieto. Myös se, että neljä henkilöä oli tekemässä opinnäytetyötä lisää sen luotettavuutta. Neljän henkilön tehdessä työtä resurssit ovat olleet suuremmat kuin esimerkiksi yksin tehdessä. Näin ollen olemme pystyneet keräämään kattavamman aineiston. Tutkimuksen luotettavuutta lisää tekijöiden määrän lisäksi se, että olimme aiheesta kiinnostuneita ja motivoituneita tekemään kyseisestä aiheesta opinnäytetyön.

### 7.3 Ryhmän ammatillinen kasvu

Aiheen valintaan vaikutti se, että opinnäytetyöryhmässä on henkilöitä, joilla on vahva kiinnostus psykiatrasta hoitotyötä kohtaan. Tutkimusten mukaan se, että on jollakin tapaa osallisena koulukiusaamisessa, voi vaikuttaa ihmisen psyykkiseen terveyteen. Uskomme, että koulukiusaamisen vaikutukset näkyvät psykiatrisessa hoitotyössä. Esimerkiksi Luukkosen (2010: 57, 73) tutkimuksen osallistuneista nuorista puolet oli ollut osallisena koulukiusaamisessa jossain roolissa. Tutkimus on tehty 12-17 -vuotiaista nuorista Oulun yliopistollisen sairaalan suljetulla psykiatrisella akuuttihoito-osastolla. Tutkimus osoitti kiusaamiskäyttäytymisessä mukana olevilla nuorilla olevan moninkertainen riski sairastua ahdistuneisuushäiriöön, käyttäytyä itsetuhoisesti tai yrittää itsemurhaa.

Opinnäytetyöprosessin myötä on asiantuntijuutemme koulukiusaamisesta lisääntynyt. Tutkimuksiin ja kirjallisuuteen perehtymisen ja lukemisen myötä olemme saaneet lisää tietoa siitä, kuinka paljon koulukiusaaminen vaikuttaa kiusatun terveyteen monella eri tasolla. Asiantuntijuutemme on myös kehittynyt koulukiusaamisen ennaltaehkäisyyn ja siihen puuttumisen saralla. Uskomme, että asiantuntijuutta voi hyödyntää parhaiten psykiatrisen potilaan kohtaamisessa ja hoitamisessa, vaikka potilaan oireilu ei suoranaisesti koulukiusaamiseen liittyisi.

Opinnäytetyön kirjoitusprosessi on ollut pitkä ja haasteellinen. Kirjallisuuskatsauksen tekemisen myötä olemme oppineet kirjoittamaan yhtenäistä tekstiä monen tekstin ja tutkimuksen pohjalta. Haasteita kirjoittamiseen on tuonut töiden ja harjoittelujen sekä neljän ryhmäläisen aikataulujen yhteensovittaminen. Pääsääntöisesti työtä on tehty yhdessä, jonka vuoksi aikataulut ovat olleet haasteellisia. Oman aikansa on vienyt tutkimuksiin perehtyminen ja sopivien tutkimusten valinta. Pitkät tauot prosessissa, esim. kesäloma ja työharjoittelu, ovat luoneet myös omat haasteensa kirjoittamisen jatkamisessa. Prosessin myötä ovat kuitenkin kärsivällisyys ja joustavuus kasvaneet, kaikkien ryhmäläisten tuodessa työhön mukaan omat tapansa toimia. Näin ollen myös ryhmätyötaitomme ovat kehittyneet.

### 7.4 Tulosten tarkastelu ja niiden hyödyntäminen

Opinnäytetyöhön valittujen tutkimusten tuloksista nousi esille usein samoja asioita. Vaikka kiusatuksi voi joutua kuka tahansa (Mäkinen & Peltola 2009: 73) tietyt syyt nousevat useimmin esille. Näitä ovat esimerkiksi ylipaino (Keränen 2006: 80) ja ujous (Teräväinen 2008: 83). Myös koulukiusaamisen muotojen kohdalla tietyt ilmiöt toistuvat. Pojat käyttävät kiusaamisessa suoraa aggressiota ja tytöt epäsuoraa aggressiota (Kaipainen 2006: 67-69).

Tutkimuksissa, joissa käsiteltiin terveydellisiä vaikutuksia, tulokset olivat hyvin samankaltaisia. Tämä voi johtua monesta asiasta, kuten siitä että, koulukiusaamisen vaikutuksia on mahdollisesti tutkittu vähän. Kiusaaminen myös koetaan subjektiivisesti (Kaipainen 2006: 63), joten voi olla melko vaikea tutkia sitä, mitkä terveydelliset vaikutukset johtuvat koulukiusaamisesta. Suoran aggression kohdalla syy-seuraussuhteen toteaminen voi olla mahdollista. Tutkimustuloksissa korostuvat eniten koulukiusaamisen psyykkiset ja sosiaaliset vaikutukset. Itsetunnon heikkeneminen, alakuloisuus ja masentuneisuus toistuvat useassa tutkimuksessa kuten myös vaikeus luottaa muihin ihmisiin (esim. Teräväinen 2008: 97). Useimmin esiin noussut fyysinen vaikutus on päänsärky (esim. Ulmanen 2006: 28).

Koulukiusaamisen ennaltaehkäisyssä tulee olla yhteisymmärrys siitä mitä koulukiusaaminen on (Marttinen & Peura 2010: 2). Kun tiedetään, millä lailla kiusaamisviestintä rakentuu, pystytään kiusaamistilanteita ennaltaehkäisemään tehokkaammin. (Karhunen 2004: 90, 106.) Koulun ilmapiirin hoitamisella ja jokapäiväisellä työllä ehkäistään koulukiusaamista. (Kratsch & Wuorio 2002: 68.) Yhteisten sääntöjen laatiminen ja noudattaminen, toisten huomioonottaminen, hyvän luokkahengen luominen ja avoin vuorovaikutus oppilaiden välillä on tärkeää (Marttinen & Peura 2010: 55-56, Korhonen 2009: 34). Useissa tutkimuksissa tuotiin esille keskustelun tärkeys (Mäkinen & Peltola 2009:84, Kratsch & Wuorio 2002: 67-68). Avoimella keskustelulla luodaan sellainen ilmapiiri, että opettajalle voi puhua ilman, että sitä pidetään juoruamisena tai kanteluna (Mäkinen & Peltola 2009: 84). Tärkeää on kuitenkin, että opettajan ja oppilaan välillä on luottamussuhde. On myös tärkeää, että oppilaiden kokemuksia koulukiusaamisesta ei aliarvioida (Marttinen & Peura 2010: 2, 55-56.) Tietoa ja tuloksia ennaltaehkäisystä löytyy verrattain paljon. Konkreettisia ohjeita siitä, miten koulukiusaamista voidaan ennaltaehkäistä, löytyi yllättävän vähän. Tutkimusten tulokset korostavat hyvää ilmapiiriä ja keskustelua. Haasteena on näiden asioiden käsitteleminen tavalla, joka sopii lasten ikään. Haasteena on myös saada hyvän ilmapiirin luominen ja avoimen keskustelun käyminen luonnolliseksi osaksi koulunkäyntiä.

Onnistuneella koulukiusaamiseen puuttumisella voidaan vaikuttaa positiivisesti oppilaan koko elämään. Epäonnistunut puuttuminen voi puolestaan lisätä koulukiusaamista. (Konttinen 2010: 71.) Kiusaamistilanteen selvittely pitäisi aloittaa heti kiusaamistilanteen tullessa ilmi (esim. Puotinen 2008: 54). Tilanteiden selvittelyyn on monia keinoja. Opettaja voi käydä keskustelua joko pelkästään kiusaajan ja kiusatun kanssa tai puhutella koko luokkaa (esim. Karhunen 2004: 41). Puhuminen kummankin osapuolen kanssa on tärkeää, jotta saadaan selville molempien osapuolten näkemys asioiden kulusta Opettaja voi myös rangaista kiusaajia. Rangaistuksen tulisi olla sellainen, joka tuntuu oppilaan mielestä pahalta, esimerkiksi tietokonevuoron poistaminen. (Kratsch & Wuorio 2002: 69-70). Muita rangaistuskeinoja ovat rehtorin puhuttelu, koulusta erottaminen, jälki-istunto ja opettajan puhuttelu, joka on useimmiten ensimmäinen menettelytapa. (Järvenpää & Pekkarinen 2006:



41-42, Lehtimäki & Myllymäki 2000: 29-30.) Koulukiusaamiseen puuttumisesta löytyi huomattavasti enemmän konkreettisia keinoja kuin ennaltaehkäisystä. Haasteena on löytää oikeat tavat, joilla tilanteisiin voi puuttua. Samat keinot eivät päde kaikkiin tilanteisiin ja epäonnistunut puuttuminen voi lisätä koulukiusaamista. Huono keino puuttua koulukiusaamisen on se, että opettaja vain puhuttelee kiusaajia ja käskee heitä pyytämään anteeksi kiusatulta (Karhunen 2004: 41).

Monissa tutkimuksissa korostettiin vanhempien roolia kiusaamistilanteiden selvittelyssä. Yhteydenotto vanhempiin on tärkeää koulukiusaamistilanteen jossakin vaiheessa (esim. Kratsch & Wuorio 2002: 70). Kiusaamistapausta voidaan käsitellä keskustelussa osapuolten oppilaiden vanhempien kanssa. Koululla voidaan myös järjestää vanhempainilta, jossa luodaan yhteistä ymmärrystä koulukiusaamisesta. Usein vanhemmat tulevat mukaan vasta, kun asiaa on selvitelty yhdessä opettajan ja oppilaiden kanssa. (esim. Lehtimäki & Myllymäki 2000: 33-34.) Myös moniammatillisuus nousi esiin lähes kaikissa tutkimuksissa. Moniammatillinen yhteistyö on koettu hyväksi keinoksi kiusaamistilanteiden selvittämisessä (Mäkinen & Peltola 2009: 72). Moniammatilliseen työryhmään voivat opettajan lisäksi kuulua esimerkiksi rehtori, erityisopettaja, koulukuraattori, terveydenhoitaja ja koulupsykologi. (Karhunen 2004: 82, Mäkinen & Peltola 2009: 63, 66-67, 72, 89.) Koulukiusaamista voidaan myös vähentää ja ehkäistä tukioppilastoiminnan avulla sekä erilaisten ryhmäytämismenetelmien avulla. (Lindgren 2006: tiivistelmä.) Yhteiset projektit kasvattavat ja lujittavat luokan yhteishenkeä. (Marttinen & Peura 2010: 56-57.) Esimerkiksi Vantaalla on vuosia jatkuneet perinteet seitsemänsien luokkien ryhmäytyksistä. Vantaa Välittää! -hankkeen Aika Välittää! - interventio oli yksi ryhmäytämismenetelmä. (Hörkkö ym. 2010: 14-16.)

Opinnäytetyötä voidaan hyödyntää käytännön toteutuksena. Mikä voi olla opettajille suunnattu koulukiusaamista ennaltaehkäisevä koulutus. Toisaalta opinnäytetyötä voi aivan hyvin hyödyntää myös muiden ammattiryhmien työssä. Opinnäytetyötä voi hyödyntää laajemmin kouluilla, kuten kouluterveydenhuollossa ja oppilashuoltotyöryhmässä. Opinnäytetyötä voi hyödyntää mahdollisissa jatkotutkimuksissa. Jatkotutkimuksia voivat olla koululuokkien ryhmäyttäminen ja miten ryhmäyttäminen vaikuttaa koulukiusaamisen esiintyvyyteen.

Yksi tutkimuskysymys olisi voinut olla se, miten opettaja voi tunnistaa koulukiusatun oppilaan. Kiusattu oppilas voi olla hankala tunnistaa koska kiusatuksi voi joutua kuka tahansa. Kiusatuksi joutumista yritetään tietysti vältellä mahdollisimman paljon. Koulukiusaamisen välttämisen yksi tapa on, esimerkiksi välitunnilla tai koulun jälkeen, pysytellä mahdollisimman lähellä opettajia ja kaukana muista oppilaista. Tällaisesta käytöksestä opettajat voivat tunnistaa kiusatun. (Lindgren 2006:75.) Jos aikaa ja resursseja olisi ollut enemmän, olisimme voineet jatkaa työtä tekemällä siitä artikkelin sairaanhoitaja- tai

terveydenhoitajalehteen tai posterin esimerkiksi opettaja- tai sairaanhoitajapäiville. Ajatuksena oli myös, että opinnäytetyön pohjalta olisi voinut rakentaa jonkinlaisen oppaan tai suositukset koulukiusaamiseen puuttumiseen tai ehkäisemiseen.

## Lähteet

Bengts, A. 2008. Yksin jättämistä, juttujen keksimistä ja mulkoilua. Tyttöjen epäsuora aggressio. [PDF-dokumentti]. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. <[https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/19245/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-200811305913.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/19245/URN_NBN_fi_jyu-200811305913.pdf?sequence=1)>. (Viitattu 30.5.2010).

Haapasalo, I. 2007. Koulukiusaaminen ja nuorten oireilu -entisen Vaasan läänin alueen suomen- ja ruotsinkielisten koulujen oppilaiden vertailua perusopetuksen 8. ja 9. luokilla. [PDF-dokumentti]. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. <[https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12273/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-2007304.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12273/URN_NBN_fi_jyu-2007304.pdf?sequence=1)>. (Viitattu 5.11.2010).

Hamarus, P. 2006. Koulukiusaaminen ilmiönä. Yläkoulun oppilaiden kokemuksia kiusaamisesta. [PDF-dokumentti]. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. <<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/13307/9513926966.pdf?sequence=1>>. (Viitattu 30.5.2010).

Hamarus, P. 2008. Koulukiusaaminen. Huomaa, puutu, ehkäise. Hämeenlinna: Kariston kirjapaino oy.

Hirsjärvi, S., Remes, P., Sajavaara, P. 2009. Tutkija ja kirjoita. Hämeenlinna: Kariston kirjapaino Oy. 15. Uudistettu painos.

Hörkkö, T., Lindqvist, M. & Markkula K. 2010. Vantaa Välittää -hankkeen loppuraportti. [PDF-dokumentti]. Vantaa. <[http://www.vantaa.fi/i\\_alaetusivu.asp?path=1;220;4724;6948;59722;59690](http://www.vantaa.fi/i_alaetusivu.asp?path=1;220;4724;6948;59722;59690)>. (Viitattu 28.5.2010).

Järvenpää, K., Pekkarinen, S. 2006. Koulukiusaaminen - kuinka opettaja puuttuu. [PDF-dokumentti]. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto. <<http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu01131.pdf>>. (Viitattu 30.5.2010).

Kaipainen, O. 2006. Kuudesluokkalaisten näkemyksiä koulukiusaamisesta. [PDF-dokumentti]. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. <[https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/10131/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-2006547.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/10131/URN_NBN_fi_jyu-2006547.pdf?sequence=1)>. (Viitattu 30.5.2010).

Karhunen, S. 2004. Nuorten käsityksiä viestinnästä koulukiusaamistilanteissa. [PDF -dokumentti]. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. <<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/11206/G0000622.pdf?sequence=1>>. (Viitattu 27.5.2010.)

Keränen, K. 2006. Koulukiusaaminen, sosiaaliset suhteet, minäkäsitys ja fyysiset ominaisuudet peruskoululaisilla. [PDF-dokumentti]. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. <[https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/9530/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-2006371.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/9530/URN_NBN_fi_jyu-2006371.pdf?sequence=1)>. (Viitattu 28.5.2010).

KiVa Koulu. [WWW-dokumentti]. <<http://www.kivakoulu.fi>>. (Viitattu 7.5.2010).

Konttinen, T. 2010. ”Kiusaamisen lopettamiseen vaikuttavat eniten koulukaverit”. Koulukiusaamiseen puuttuminen seitsemäsluokkalaisten näkökulmasta. [PDF-dokumentti.] Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. <<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/25522/URN%3ANBN%3Afi%3Ajyu-201011013025.pdf?sequence=1>>. (Viitattu 15.12.2010).

Korhonen, J. 2009. Liikunnanopettajien itsearvioitujen valmiuksien ja koulun keinojen kytkeytyminen koulukiusaamiseen. [PDF-dokumentti]. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän

yliopisto. <[https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/21743/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-200909033869.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/21743/URN_NBN_fi_jyu-200909033869.pdf?sequence=1)>. (Viitattu.30.5.2010).

Kratsch, P. & Wuorio, P. 2002. Koulukiusaaminen ja opettajien siihen kohdistamat ehkäisy- ja puuttumismenetelmät peruskoulun ala-asteella. [PDF-dokumentti]. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.  
<<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12247/kratpiia.pdf?sequence=1>>. (Viitattu 29.5.2010).

Käypä hoito. 2008. Unettomuuden hoito. Duodecim. [PDF-dokumentti.]  
<<http://www.terveyskirjasto.fi/xmedia/hoi/hoi50067.pdf>>. (Viitattu 17.12.2010.)

L 1998/228= Perusopetuslaki ja laki perusopetus lain muuttamisesta 2003/477. Finlex.  
<<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628>> (Viitattu 8.12.2010)

Laitinen, K. 2010. KiVa Koulu -hanke kokonaisuutena. [PPT-dokumentti]. Opetushallitus.  
<<http://www.nuorisopsykiatrinen-yhdistys.org/snypisivut/kivakoulueduskuntahelmikuu2010.ppt>>. (Viitattu 28.11.2010).

Lehtimäki, K., Myllymäki, K. 2000. ”Sanon tän suoraan: inhoan kiusaajia.” Koulukiusaaminen neljäsluokkalaisten kokemana. [PDF-dokumentti]. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.  
<[https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/7778/lehitmaki\\_myllymaki.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/7778/lehitmaki_myllymaki.pdf?sequence=1)>. (Viitattu 30.5.2010).

Lindgren, S.2006. Ryhmän vuorovaikutus kiusaamisprosessissa. Nuorten ja koulun henkilökunnan näkemyksiä ryhmän merkityksestä koulukiusaamisessa. [PDF-dokumentti]. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.  
<[https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/11294/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-2006603.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/11294/URN_NBN_fi_jyu-2006603.pdf?sequence=1)>. (Viitattu 25.5.2010).

Luopa, P., Pietikäinen, M., & Jokela, J. 2008. Koulukiusaaminen peruskoulun yläluokilla 2000-2007. [PDF-dokumentti]. Opetusministeriön julkaisuja 2008: 7  
<<http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2008/liitteet/opm07.pdf?lang=fi>>. (Viitattu 27.5.2010).

Luostarinen, J. 2008. Etusivu. Opetus- ja kulttuuriministeriön verkkolehti. Kouluterveyskysely kertoo kiusaamisen yleistymisestä.  
<<http://www.minedu.fi/etusivu/arkisto/2008/0409/kouluterveyskysely.html>>. (Viitattu 8.12.2010).

Luukkonen, A-H. 2010. Bullying behaviour in relation to psychiatric disorders, suicidality and criminal offences. A study of under-age adolescent inpatients in Northern Finland. [PDF-dokumentti]. Väitöskirja. Oulun yliopisto.  
<<http://herkules.oulu.fi/isbn9789514263019/isbn9789514263019.pdf>>. (Viitattu 28.11.2010).

Lämsä, A-L. (toim.) 2009. Mun on paha olla. Näkökulmia lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin. Juva: WS Bookwell Oy.

Marttinen, S. & Peura, V. 2010. Koulukiusaamisen ennaltaehkäiseminen osana luokan toimintakulttuuria. [PDF -dokumentti]. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.  
<<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/23263/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201004221554.pdf?sequence=1>>. (Viitattu 29.5.2010).

Metsämuuronen, J.2003. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 2.uudistettu painos.

Metsämuuronen, J.2008. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä 2. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy. 4.painos.

- Mäkihalvari, P. 2000. Koulukiusaaminen-vihollinen luokahuoneessamme. [PDF-dokumentti]. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.  
<<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/8833/pmakihalvari.pdf?sequence=1>>. (Viitattu 28.5.2010).
- Mäkinen M., Peltola O. 2009. Koulukiusaaminen luokanopettajien näkemyksiä ilmiöstä. [PDF-dokumentti]. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto.  
<<http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu04089.pdf>>. (Viitattu 30.5.2010).
- Olweus, D. 1992. Kiusaaminen koulussa. Keuruu: Otava.
- Puotinen, S. 2008. ”Jos olisin koulukuraattori...” Yhdeksäsluokkalaisten näkemyksiä koulun sosiaalityöstä. [PDF-dokumentti]. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.  
<[https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/18389/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-200805071440.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/18389/URN_NBN_fi_jyu-200805071440.pdf?sequence=1)>. (Viitattu 30.5.2010).
- Salmivalli, C. 2003. Koulukiusaamiseen puuttuminen. Kohti tehokkaita toimintamalleja. Juva: WS Bookwell Oy.
- Salmivalli, C. 1998. Koulukiusaaminen ryhmäilmiönä. Tampere: Tammer-paino Oy.
- Solberg, M., Olweus, D., Endersen, I. M. 2007. Bullies and victims at school: Are they the same pupils? [PDF-dokumentti.] British Journal of Educational Psychology. <<http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=2&hid=14&sid=cd0bf3e9-463b-434a-925f-e30143eae294%40sessionmgr13>>. (Viitattu 14.12.2010).
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2001. Valtioneuvoston periaatepäätös Terveys 2015 - kansanterveysohjelmasta. [PDF-dokumentti]. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2001: 4. Helsinki. <[http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=42733&name=DLFE-6214.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=42733&name=DLFE-6214.pdf)>. (Viitattu 17.11.2010)
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2010. Kouluterveyskysely. [WWW-dokumentti]. <<http://info.stakes.fi/kouluterveyskysely/FI/index.htm>>. (Viitattu 28.11.2010).
- Teräväinen, S. 2008. Näkymättömäksi kasvaneet - Koulukiusaamisen merkityksiä kiusattujen elämässä. [PDF-dokumentti]. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto.  
<<http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu03016.pdf>>. (Viitattu 30.5.2010).
- Ulmanen, M-L. 2006. ”Sydämeen sattuu” Koulukiusaaminen ja koettu terveys kansainvälisessä tarkastelussa 14-18 -vuotiaiden nuorten keskuudessa. [PDF-dokumentti]. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.  
<[https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12280/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-2006213.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12280/URN_NBN_fi_jyu-2006213.pdf?sequence=1)>. (Viitattu 30.5.2010).
- WHO:n perustuslaki 1948. World Health Organization. 2006. Basic Documents. Constitution of the world health organization. [PDF-dokumentti]. <[http://www.who.int/governance/eb/who\\_constitution\\_en.pdf](http://www.who.int/governance/eb/who_constitution_en.pdf)>. (Viitattu 9.11.2010).

## Liite 1: Opinnäytetyössä käytetyt tutkimukset

K

Tutkimus: Kirjoittaja/t Julkaisuvuosi		Keskeiset tulokset:
Bengts Anna. 2008. Yksin jättämistä, juttujen keksimistä ja mulkoilua. Tyttöjen epäsuora aggressio.	Selvittää kahdeksaluokkalaisten tyttöjen kokemuksia tyttöjen välisen epäsuoran aggression keinoista ja syistä.	Tytöt kokivat epäsuoraa aggressiota, esimerkiksi ulkopuolelle jättämistä. Tämä voi pitkään jatkuessa traumatisoida.
Haapasalo Ilona. 2007. Koulukiusaaminen ja nuorten oireilu - entisen Vaasan läänin alueen suomen- ja ruotsinkielisten koulujen oppilaiden vertailua perusopetuksen 8. ja 9. luokilla.	Koulukiusaamisen ja psykosomaattisten oireiden yleisyys entisen Vaasan läänin alueella vuoden 2001 ja 2003 kouluterveyskyselyn aineistossa. Tarkasteltavana oli lisäksi koulukiusaamisen ja oireilun välinen yhteys. Lisäsi tarkasteltiin kieliryhmän, sukupuolen ja luokkatason yhteyttä koulukiusaamisen ja oireilun väliseen yhteyteen.	Tutkimuksen mukaan koulukiusaamisessa osallisena olevat oppilaat (kiusaajat, kiusatut, kiusaaja-uhrit) oireilivat paljon. Tytöt oireilivat huomattavasti poikia enemmän. Viikoittain jossain roolissa koulukiusaamisessa mukana olleilla esiintyi vähintään kolme oiretta viikossa. Eniten oireita esiintyi kiusaaja-uhreilla.
Hamarus Päivi. 2006. Koulukiusaaminen ilmiönä. Yläkoulun oppilaiden kokemuksia kiusaamisesta.	Koulukiusaamista ilmiönä, mistä se saa alkunsa ja miten se kehittyy.	Hänen mukaansa opettaja voi toiminnallaan tukea oppilaiden sosiaalisten suhteiden tasapainoista kehittymistä. Myös tavoitteellinen toiminta vähentää turhautuneisuutta, joka voi purkautua koulukiusaamisena. Se, että kiusatulla on ystävä vähentää koulukiusaamista. Kiusattua oppilasta pitäisi suojella, eikä häntä saisi valita samoihin ryhmiin kiusaajien kanssa. Toisaalta kiusaajan valtaa voidaan purkaa pistämällä kiusaaja ryhmään, jossa hän ei saa sosiaalista tukea koulukiusaamiseen. Yhteisöstä valitut kiusaamista vastaan olevat henkilöt vaikuttivat tehokkaasti.
Järvenpää Katri & Pekkarinen Saija. 2006. Koulukiusaaminen - kuinka opettaja puuttuu? Oppilaiden näkemyksiä eläytymismenetelmätutkimuksessa.	Oppilaiden näkökulma opettajien puuttumisesta koulukiusaamiseen.	Opettajan vastuu ja vallankäyttö kiusaamistilanteissa ja opettajan henkilökohtainen auktoriteetti on tärkeä. Opettajien koettiin myös rankaisevan helposti esimerkiksi puhuttelulla tai jälki-istunnolla.
Kaipainen Outi. 2006. Kuudesluokkalaisten näkemyksiä koulukiusaamisesta.	Minkälaisia näkemyksiä kuudesluokkalailla on koulukiusaamisesta. Millaisia muotoja oppilaat käsittävät kiusaamisen sisältävän.	Koulukiusaamisen syyt: 1. Kiusatun fyysiset ominaisuudet 2. Kiusatun tekemästä asiasta johtuvat syyt 3. Ulkoisista puitteista johtuvat syyt. 4. Kiusaajasta johtuvat syyt Koulukiusaamisen seuraukset: 1. Psykkiset seuraukset 2. Fyysiset seuraukset

		<p>3. Kiusaamista seuraavat tapahtumat 4. Ajatukset kiusaamisen seurauksista.</p>
<p>Karhunen Sanna. 2004. Nuorten käsityksiä viestinnästä koulukiusaamistilanteissa.</p>	<p>Koulukiusaamistilanteissa esiintyvä loukkaava viestintä ja erilaiset puolustautumiskeinot, jotta koulujen arjessa pystyttäisiin paremmin tunnistamaan koulukiusaaminen ilmiönä ja mahdollisesti ehkäisemään kiusaamistilanteiden syntyä.</p>	<p>Kun tunnistetaan kiusaamistilanteissa erilaisia puolustautumiskeinoja, niin pystytään havainnoimaan ja tunnistamaan paremmin koulukiusaamista sekä puuttumaan siihen tehokkaammin. Tieto millä lailla kiusaamisviestintä rakentuu, jotta kiusaamistilanteisiin pystytään puuttumaan tehokkaammin. Useita kiusaamistilanteita yhdistävä tekijä oli auktoriteetin puuttuminen paikalta. Puuttuminen: Auktoriteetti selvittää asian aluksi kiusaajien ja kiusatun välillä ja myöhemmin myös muiden osapuolten kesken. Aina koulukiusaamisesta ei uskallettu kertoa, koska pelättiin kiusaamisen sen vuoksi lisääntyvän.</p>
<p>Keränen Kaisa. 2006. Koulukiusaaminen, sosiaaliset suhteet, minäkäsitys ja fyysiset ominaisuudet peruskoululaisilla.</p>	<p>Kuinka yleistä koulukiusaaminen on tutkituissa kouluissa. Eroavatko kiusaajat, uhrin ja kiusaamiseen osallistumattomat oppilaat toisistaan sosiaalisten suhteiden, pätevyys- ja tyytyväisyyden kokemuksen, itsearvostuksen, fyysisten ominaisuuksien, liikunnan harrastamisen tai erilaisten elämäntilanteiden liittyvien kokemusten suhteen toisistaan.</p>	<p>Koulukiusaamisessa kiusatut kokivat muita oppilaita enemmän erilaisia fyysisiä oireita. Tulokset koulukiusaamiseen ja sen syihin liittyen olivat ulkonäköön ja painoon liittyviä. Kiusatut kokivat muita oppilaita enemmän erilaisia psyykkisiä oireita sekä he kokivat itsensä yksinäisemmiksi ja itsearvostuksensa muita oppilaita ja kiusaajaryhmiä alhaisemmaksi. Kiusattujen elämäntilannetta luultavasti huonontaa pelko tulla torjutuksi oppilasryhmissä ja pelko kiusatuksi tulemisesta.</p>
<p>Konttinen, T. 2010. Kiusaamisen lopettamiseen vaikuttavat eniten koulukaverit. Koulukiusaamiseen puuttuminen seitsemäsluokkalaisten näkökulmasta</p>	<p>Seitsemäsluokkalaisten ajatuksia koulukiusaamiseen puuttumisesta.</p>	<p>Koulun aikuisten ja oppilaiden vanhempien rooli on tärkeä, muttei ratkaiseva. Koulukiusaaminen voi loppua, mikäli puuttumiseen panostetaan. Ryhmäyttäminen ja yhteenkuuluvuuteen panostaminen ovat erityisen tärkeitä keinoja.</p>
<p>Korhonen Jenni. 2009. Liikunnanopettajien itsearvioitujen valmiuksien ja koulun keinojen kytkeytyminen koulukiusaamiseen.kor</p>	<p>Liikunnanopettajien itsearvioitujen valmiuksien ja koulun keinojen kytkeytyminen koulukiusaamiseen. Tutkittu on sitä, että esiintykö koulukiusaamista heidän tunneillaan ja millä tavoin ja minkälaisen luonteen omaavat opettajat puuttuivat kiusaamiseen</p>	<p>Tutkimuksessa selvisi, että mitä paremmiksi opettaja arvioi valmiutensa puuttua ja ennaltaehkäistä koulukiusaamista, ja mitä enemmän opettaja arveli koulullaan olevan yhteisesti sovittuja keinoja koulukiusaamisen ennaltaehkäisyyn ja puuttumiseen, sitä useammin opettaja raportoi koulukiusaamiseen puuttumisesta sekä kiusaamisesta keskustelemisesta ja raportoinnista. Liikunnanopettajat pitivät koulukiusaamisen</p>

		ennaltaehkäisyssä erittäin tärkeänä opettajan asennetta, toisten huomioonottamista, käyttäytymissääntöjen noudattamista, erilaisuuden arvostamista oppilaiden keskuudessa, yhteishengen korostamista, opetusryhmien pienentämistä ja koulukiusaamisesta keskustelua oppilaiden kanssa.
Kratsch Piia. & Wuorio Paula. 2002. Koulukiusaaminen ja opettajien siihen kohdistamat ehkäisy- ja puuttumismenetelmät peruskoulun ala-asteella. [	Koulukiusaaminen ja opettajien siihen kohdistamia ehkäisy- ja puuttumismenetelmiä.	Keskustelua oppilaiden kanssa pidettiin tärkeimpänä koulukiusaamisen ehkäisykeinona, jonka tavoitteena oli ilmapiirin parantaminen luokassa. Muita keinoja olivat, erilaisuuden hyväksyminen, toisen asemaan asettuminen, vanhempien kanssa keskusteleminen, oppilaiden palkitseminen ja kannustaminen. Puuttumiskeinoja olivat välitön puuttuminen, rangaistukset, keskustelu molempien osapuolten kanssa ja yhteistyö koulun sisällä.
Lehtimäki Kaisu & Myllymäki Kristiina. 2000. ”Sanon tän suoraan: Inhoan kiusaajia.” Koulukiusaaminen neljäsluokkalaisten kokemana.	Neljäsluokkalaisten oppilaiden ajatukset ja kokemukset koulukiusaamisesta.	Koulukiusaamisen vaikutukset ovat oppilaiden mielestä pitkäaikaisia ja kokonaisvaltaisia. Koulukiusaamiseen liittyviä syitä löytyy sekä kiusaajasta että kiusatusta. Erilainen ulkonäkö on yksi syy miksi kiusataan. Yleisesti kiusatulle tulee kiusaamisesta paha olo. Useimmiten opettaja puuttui kiusaamiseen kehottamalla osapuolia sopimaan riitansa ja keskustelemalla osapuolien kanssa.
Lindgren Suvi. 2006. Ryhmän vuorovaikutus kiusaamisprosessissa. Nuorten ja koulun henkilökunnan näkemyksiä ryhmän merkityksestä koulukiusaamisessa.	Ryhmän merkitys ja toiminta koulukiusaamisessa sekä millaisia ryhmän tasoja ja tapoja kiusaamisilmiössä on.	Ryhmänäkökulma on tärkeä, kun pyritään vähentämään koulukiusaamista. Ymmärtämällä oppilasryhmien toimintaa voidaan koulukiusaamiseen tehokkaammin puuttua ja saada myös oppilaita aktivoitua mukaan koulukiusaamisen vähentämiseksi.
Luopa Pauliina, Pietikäinen Minna, Jokela Jukka. 2008. Koulukiusaaminen peruskoulun yläluokilla 2000-2007.	Koulukiusaaminen yläluokilla, materiaalina ovat olleet kouluterveyskyselyt vuosilta 2000-2007.	Tutkimuksessa tuli esiin, että sellaiset lapset joita oli kuritettu kotona fyysisesti, olivat suuremmalla todennäköisyydellä mukana koulukiusaamisessa niin kiusaajana kuin kiusattunakin. Pojilla läheisten ystävien puute vaikutti siihen, että heitä kiusattiin enemmän kuin poikia joilla oli yksi tai useampia läheisiä ystäviä. Masentuneisuus sekä tytöillä että pojilla, ylipaino tytöillä ja huono työilmapiiri koulussa olivat selvästi yhteydessä viikoittaiseen koulukiusaamiseen.



<p>Luukkonen, Anu-Helmi. 2010 Bullying behaviour in relation to psychiatric disorders, suicidality and criminal offences. A study of under-age adolescent in-patients in Northern Finland. 2010</p>	<p>Alaikäisten nuorten kiusaamiskäyttäytymisen yhteys mielenterveyshäiriöihin, itsetuhoisuuteen ja rikollisuuteen. Tutkitut nuoret ovat olleet hoidossa Oulun yliopistollisen sairaalan psykiatrisella akuuttihoito-osastolla.</p>	<p>Kiusatuksi joutuminen kasvattaa riskiä saada ahdistuneisuushäiriö, yrittää itsemurhaa, itsetuhoiseen käytökseen. Kiusatuksi joutumisella on myös yhteys ylipainoon ja kroonisiin somaattisiin sairauksiin kuten allergiaan, astmaan ja epilepsiaan.</p>
<p>Marttinen Simo. &amp; Peura Veera. 2010. Koulukiusaamisen ennaltaehkäiseminen osana luokan toimintakulttuuria.</p>	<p>Mitä koulukiusaaminen on oppilaiden ja opettajan mielestä, esiintyykö tutkimusluokassa kiusaamista, miten siihen puututaan ja kuinka luokanopettaja ennaltaehkäisee koulukiusaamisen syntymistä sekä kuinka opettajan toiminta on vaikuttanut luokan ilmapiiriin.</p>	<p>Koulukiusaaminen on fyysistä tai henkistä kiusaamista, se voi olla ulospäin hyvin huomaamatonta tai näkyvää. Koulukiusaamisen ennaltaehkäisemisessä on tärkeää; kuuntelu, avoin vuorovaikutus, oppilaiden huomioiminen, sääntöjen laatiminen, noudattaminen, palautejärjestelmät ja yhteisen ymmärryksen luominen. Opettajat voivat vaikuttaa koulukiusaamiseen parantamalla työrauhaa, valitsemalla parit ja ryhmät.</p>
<p>Mäkihalvari Paula. 2000. Koulukiusaaminen-vihollinen luokahuoneessamme.</p>	<p>Oppilaiden koulukiusaamiselle antamat syyt, kiusaamisen ilmenemismuodot, millaiseksi oppilaat kuvaavat tyypillisen kiusaajan ja kiusatun sekä erilaisia rooleja kiusaamisprosessissa.</p>	<p>Kouluyhteisöön suvaitsevan ja erilaisuutta hyväksyvän ilmapiirin luominen voisi olla yksi keino, jolla koulukiusaamista voitaisiin vähentää ja ehkäistä.</p>
<p>Mäkinen Mirva, Peltola Outi. 2009. Koulukiusaaminen luokanopettajien näkemyksiä ilmiöstä.</p>	<p>Luokanopettajien näkemysten selvittäminen koulukiusaamisesta.</p>	<p>Koulukiusaamiseen puuttumisessa ovat vastuussa koko koulun henkilökunta, mutta ennen kaikkea luokan opettajalla on vastuu puuttua oppilaansa kiusaamiseen. Koulukiusaamisen havaitsemista vaikeuttaa kiusatun halu peitellä asiaa ja pelko, että kertomalla tilanteesta hän joutuu kiusatuksi vielä enemmän. Keskustelu, moniammatillinen yhteistyö, vanhempien mukaan otto, rangaistus, erilaisuuden hyväksyminen ja suvaitsevaisuus ovat keinoja ehkäisyyn ja puuttumiseen.</p>
<p>Puotinen Sanna. 2008. ”Jos olisin koulukuraattori...” Yhdeksäsluokkalaisten näkemyksiä koulun sosiaalityöstä.</p>	<p>Minkälaista koulun sosiaalityön pitäisi nuorten mielestä olla.</p>	<p>Kiusaamistilanteen selvittelyssä nousi esille keskustelun tärkeys yhdessä tai erikseen kiusatun ja kiusaajan kanssa, moniammatillisen tiimin ja vanhempien kanssa. Keinoina varoitus, rangaistus ja huomioidaan, että kiusaajan toiminnan taustalla voi olla omia ongelmia ja kiusaaja tarvitsee myös apua. Lisäksi kouluyhteisön tarkkailu, palautelaatikko, ainekirjoitukset, valvontakamera, ”salapoliisityö”, oppilaiden tunteminen, heidän</p>

		käyttäytymisensä seuranta ja epäkohtien havaitseminen ovat avainsanoja koulukiusaamisen aikuisten tietoutteen tulemiseen.
Teräväinen Suvi. 2008. Näkymättömäksi kasvaneet - Koulukiusaamisen merkityksiä kiusattujen elämässä.	Miten yläkoulussa kiusatut nuoret aikuiset rakentavat ja käsittävät elämänsä. Miten koulukiusaamisen seuraukset näkyvät kiusattujen elämässä	Koulukiusatuksi tuleminen vaikuttaa kiusattuun vielä pitkän ajan jälkeen. Koulukiusaaminen heikentää itsetuntoa ja minäkuvaa pitkäaikaisesti. Luottamuspula ja vaikeus luoda ihmissuhteita ovat myös yleisiä. Jotkut saattavat kärsiä pelkotiloista ja ahdistuksesta.
Ulmanen, Maija-Liisa. 2006. ”Sydämeen sattuu” Koulukiusaaminen ja koettu terveys kansainvälisessä tarkastelussa 14-18-vuotiaiden nuorten keskuudessa.	Kuinka yleistä koulukiusaaminen on ja kuinka koulukiusaaminen vaikuttaa nuorten itsearvioituun terveydentilaan.	Pojista joka kolmas ja tytöistä joka neljäs koki terveytensä erittäin hyväksi tai itsensä erittäin terveeksi. Yleisimmät viikoittaiset oireet olivat ärtyneisyys ja päänsärky. Koulukiusaaminen oli yhteydessä oman terveyden arviointiin negatiivisesti.