

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma / ylempi AMK

Tiija Manner

KOULUTERVEYSKYSELYSSÄ ESILLE NOUSSEIDEN HAASTEIDEN TAR-  
KASTELUA

Opinnäytetyö 2011

## TIIVISTELMÄ

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma / ylempi AMK

Lasten ja nuorten hyvinvoinnin turvaaminen

TIIJA MANNER

Kouluterveyskyselyssä esille tulleiden haasteiden ennustettavuuteen vaikuttavat tekijät

Opinnäytetyö

51 sivua

Työn ohjaaja

Lehtori Tuija Suikkanen-Malin

Toimeksiantaja

Kotkan kaupunki

Maaliskuu 2011

Avainsanat

murrosikä, vanhemmuus, hyvinvointi

Opinnäytetyössä olen syventynyt Kymenlaakson vuoden 2008 kouluterveyskyselyssä esille nousseisiin haasteisiin 8.- ja 9.- luokkalaisilla. Haastekohdiksi esille ovat nousseet päivittäisten oireiden lisääntyminen, nuorten ylipaino, koulukiusaaminen, fyysisen uhan kokeminen ja seksuaalinen väkivalta. Opinnäytetyöni alussa olen kuvannut maailmaa, johon opinnäytetyöni sijoittuu: murrosikää, fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista kehitystä sekä murrosikään liittyviä vanhemmuuden haasteita.

Tutkimuskysymyksenä tarkastelen tekijöitä, jotka vaikuttavat tutkimuskohteena olevien haasteiden kehityksen ennustettavuuteen. Käyttämäni aineisto on sekä määrällistä että laadullista. Määrällisenä aineistona ovat kouluterveyskyselyt. Laadullisena aineistona on ammatillinen kirjallisuus sekä kaksi ammattihenkilöiden kanssa käymääni keskustelua. Haastekohtia auki käsittelemällä tuon esille, kuinka pienillä perusasioilla voidaan liikuttaa isojakin yhteiskunnallisia haasteita. Tutkimusmenetelmäni on kvalitatiivinen. Aineiston analyysimenetelmänä käytän Futures Signals Sensemaking Framework -kehikon (FSSF) mallia.

Pyrkimyksenä on vastata kysymykseen, miksi jotkut ilmiöt tapahtuvat tai mitä niistä voi päätellä. Aineiston analyysi on tapahtunut vuorovaikutuksessa eri asioiden kanssa syy-seuraussuhteita pohtien. Analyysimenetelmäni perusteella yhdistäviä huolta aiheuttavia tekijöitä ovat: runsas tietokoneen käyttö, median rooli sekä vanhemmuuden ja ympäristön merkitys.

## ABSTRACT

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

University of Applied Sciences

Social Services, Master's degree

TIIJA MANNER

Predictability of Challenges in School Health

Bachelor's Thesis

51 pages

Supervisor

Lecturer Tuija Suikkanen-Malin

Commissioned by

City of Kotka

March 2011

Keywords

age of adolescent, parenthood, wellbeing

This thesis examined the challenges that came up among 8 – 9 graders in the school health survey in Kymenlaakso 2008. The challenges that came up were such as increased daily symptoms, overweight, bullying, physical threat and the experience of sexual violence. At the beginning of the research I have described the environment in which my study is located, the age of 8 – 9 graders, physical, mental and social development and parenting challenges related to the age of an adolescent.

The research question is what factors affect the predictability of the development challenges? The used material is a quantitative and qualitative. School health surveys were used as quantitative material, and qualitative data consisted of literary theories and discussion with professional. Discussing the challenges, it can be seen that even small basic things can react to big challenges in our society.

My aim was to answer the question why some phenomenon occurs or what kind of conclusion you come to. Material analysis has been taken place in interaction with different things considering the cause and consequences. The discoveries showed that you can't reach them by statistical methods. According to the results, there isn't only one truth but the challenges of constant interaction and a common change.

# SISÄLLYS

## TIIVISTELMÄ

## ABSTRACT

1	JOHDANTO	6
2	MURROSIKÄ	7
	2.1 Murrosiän merkitys	7
	2.2 Psykkinen kasvu ja kehitys	8
	2.3 Fyysinen kehitys	10
	2.4 Sosiaalinen kehitys	10
	2.5 Tärkeä vanhemmuus	11
3	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	13
	3.1 Prosessin kuvaus	13
	3.2 Aineistot	14
	3.3 Analyysimenetelmä	15
	3.4 Luotettavuuden arviointi	16
4	KOULUTERVEYSKYSELYN ESILLE NOSTAMAT HAASTEET KYMENLAAKSOSSA	18
	4.1 Päivittäisten oireiden lisääntyminen	18
	4.1.1 Kirjallisuuden näkymiä	19
	4.1.2 Yhteenveto päivittäisten oireiden kehitykseen vaikuttavista tekijöistä.	21
	4.2 Nuorten ylipaino	23
	4.2.1 Kirjallisuuden näkymiä	23
	4.2.2 Yhteenveto ylipainon kehitykseen vaikuttavista tekijöistä.	25
	4.3 Koulukiusaaminen	27
	4.3.1 Kirjallisuuden näkymiä	27
	4.3.2 Malleja koulukiusaamisen selvittelyyn ja ennalta ehkäisyyn.	30
	4.3.3 Yhteenveto koulukiusaamisen kehitykseen vaikuttavista tekijöistä	
	33	
	4.4 Fyysisen uhkan kokeminen	35

4.4.1 Kirjallisuuden näkymiä	35
4.4.2 Yhteenveto fyysisen uhkan kokemiseen vaikuttavista tekijöistä	38
4.5 Seksuaalinen väkivalta	40
4.5.1 Kirjallisuuden näkymiä	40
4.5.2 Yhteenveto seksuaalisen kaltoinkohtelun kehitykseen vaikuttavista tekijöistä.	45
5 LOPUKSI	46
LÄHTEET	49

## 1 JOHDANTO

Olen työskennellyt reilun viidentoista vuoden aikana lasten ja nuorten parissa. Lasten ja nuorten ongelmat tulevat esille arjen hallitsemattomuutena. Nykyinen työni kouluissa on otollinen paikka nähdä, miten nuorten elämä sujuu, koska siellähän kaikkien lapset ovat. Opinnäytetyöni on lähtenyt liikkeelle työskentelystä nuorten kanssa. Halusta uskoa, että asioihin voidaan puuttua ja vaikuttaa. Kouluilla on tärkeä rooli lasten ja nuorten terveyden edistämisessä. Nuoret viettävät suuren osan ajastaan koulujen vaikutuspiirissä juuri siinä elämänvaiheessa, jossa nuorten kehitys ja kasvu on voimakasta. Erityisesti huomiota tulisi kiinnittää nuorten fyysiseen ja psyykkiseen oireiluun, kouluterveydenhuollon palveluihin ja koulukiusaamiseen.

Opinnäytetyöni tarkoitus on tuoda esille kymenlaaksolaisten ja kotkalaisten nuorten hyvinvointia keskittyen Stakesin kouluterveyskyselyiden tuloksiin ja haastekohtiin, jotka Kymenlaakson vuoden 2008 kouluterveyskyselyssä on nostettu esiin. Haasteiksi ovat nousseet päivittäisten somaattisten oireiden lisääntyminen, ylipaino, koulukiusaaminen, seksuaalinen kaltoinkohtelu ja fyysisen uhan kokeminen. Haasteiksi aiheet ovat nousseet vuosien 2006–2008 tapahtuneiden muutosten perusteella. Näihin aiheisiin paneudun kirjallisuuden avulla sekä käymällä joitakin keskusteluja alan ammattilaisten kanssa. Kirjallisuuden avulla selvitän, minkälaisilla asioilla on vaikutusta kunkin haasteen syntyyn. Millä tavalla haasteet näyttäytyvät kirjallisuuden valossa? Mitä haasteiden kohdalla on jo tehty? Minkälaisilla asioilla on mahdollisuus ennaltaehkäistä haasteiden kasvamista? Mitä mahdollisia ehdotuksia nousee esille? Minkälaisia haasteita nuorten hyvinvointi tai pahoinvointi tuo esille nousevien asioiden pohjalta nuorten arkiympäristöihin esim. kouluun? Näistä lähtökohdista lähdän tekemään aineiston analyysia käytettävissä olevasta aineistosta.

Tuon alussa esille murrosikään sekä psyykkiseen, fyysiseen ja sosiaaliseen kehitykseen liittyviä näkökulmia. Näillä haluan kuvata maailmaa, johon opinnäytetyöni haasteet pohjautuvat. Tarkoitukseni on opinnäytetyölläni tuoda kouluille tietoa ja ymmärrystä haasteiden taustalla vaikuttavista asioista sekä tietoa siitä, minkälaisilla asioilla koulussa voidaan haasteiden kehitykseen vaikuttaa.

Osa nuorten psyykkisestä pahoinvoinnista ja voimavarojen puuttumisesta heijastaa perheen ja vanhempien vaikeuksia ja pahoinvointia, kuten taloudellisia ongelmia, työttömyyttä, asumiseen liittyviä ongelmia, riitaisuutta ja vanhempien mielentervey-

den häiriöitä. Perheen vaikeuksien ja ongelmien merkitys voi olla ratkaiseva nuorten mielenterveydelle ja myöhemmän elämän hyvinvoinnille. Vanhempia ja perheen elinolosuhteita tukemalla kohennetaan myös lasten ja nuorten hyvinvointia ja luodaan edellytyksiä myöhemmän elämän terveyden tasa-arvolle.

Julkisessa keskustelussa on ollut jo pidempään esillä huoli lasten ja nuorten tämän hetken voinnista ja siitä, mihin suuntaan kehitys on menossa. Onneksi suuri joukko lapsia voi hyvin, mutta huonosti voivien lasten ja nuorten joukon ongelmat ovat selvästi monisyisempiä. Keskustelua on käyty lasten ja nuorten syrjäytymisestä, pahoinvoinnista, alkeellistenkin sosiaalisten taitojen puutteesta ja kouluvihtymättömyydestä. Lasten ja nuorten masentuneisuudesta sekä lastensuojelun ja mielenterveyspalveluiden lisääntyneestä tarpeesta on syytä olla huolissaan. Lasten ja nuorten hoidon ja kasvatuksen laiminlyöntien seurauksiin ja vanhempien neuvottomuuteen ja vanhemmuuden haurastumiseen on toistuvasti kiinnitetty huomiota. Pidän aihetta äärimmäisen tärkeänä ja sen vuoksi haluan käsitellä vanhemmuuden merkitystä murrosikäisen elämässä erillisessä luvussa opinnäytetyössäni.

## 2 MURROSIKÄ

### 2.1 Murrosiän merkitys

Opinnäytetyöni lähtökohtana on tuoda esille kymenlaakson kouluterveyskyselyiden haasteita yläasteikään keskittyen. Tuon esille minkälaisina haasteet näyttäytyvät yläasteikäisen maailmassa. Opinnäytetyöni pohjautuu yläasteikään ja sen tuomiin haasteisiin kehityksen, sekä vanhemmuuden suhteen. Yläasteikää kuvaan murrosiän näkökulmasta. Murrosikää tuon esille opinnäytetyössäni fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen kehityksen kautta. Murrosiän normaalin kehityksen kautta voidaan ymmärtää tekijöitä, jotka ovat vaikuttamassa haasteiden kehitykseen. Murrosikää tarkasteltaessa kehityksen kautta pystytään selkeämmin ymmärtämään kehitykseen vaikuttavia tekijöitä.

Murrosiässä mielialoilla on taipumus ailahtella. Yksilötasolla muutokset tapahtuvat aivoissa, ruumiissa ja tunne-elämässä samalla tavalla ja suunnilleen samassa järjestyksessä. Nuorta askarruttaa oman ruumiin muutokset ja huoli siitä, meneekö kaikki niin kuin pitääkin. Oma rooli ja psyykinen identiteetti pienenä tyttönä tai poikana on selvä ja elämä kaikin puolin mallillaan. Yllättäin murrosiässä kaikki onkin toisin, ja silloin koko identiteetti sekä oma rooli elämässä täytyy rakentaa uudelleen. Nuoruusiän

alkuvaiheessa tapahtuu paljon ja myllerrys on melkoinen. Nuori on silloin hyvin haavoittuvainen vahingollisille kokemuksille, mutta onneksi myös menestyksellä ja myönteisillä kokemuksilla on taipumus jäädä mieleen. (Sinkkonen 2010,15.)

Nuoruus alkaa murrosiästä. Nuoren tulee vähitellen irrottautua lapsuudesta ja löytää oma persoonallinen aikuisuutensa. Tehtävä ei ole aina helppo. Nuoren tilannetta tulee tarkastella kokonaisvaltaisesti. Häiriintyneen ja iänmukaisen kehityksen välinen ero saattaa olla vähäinen. Oleellista on kartoittaa paitsi nuoren kuvailema oireisto myös ajankohtainen kehitysvaihe ja arvioida oireilun vaikutusta nuoren iänmukaisen kehityksen etenemiseen. Joskus nuoren käytös kuitenkin muuttuu niin erikoiseksi, että hänen vointiaan on syytä pysähtyä miettimään. Jotain voi olla vialla, jos ennen niin sosiiaalinen nuori eristäytyy tai jos hiljainen ja hillitty muuttuu huomionhakuiseksi meuhkaajaksi. Hälytysmerkkinä voidaan pitää myös esim. sitä, ettei nuori enää pärjää omassa arjessaan entiseen tapaan. Selvemmin se näkyy siinä, miten hän suhtautuu itseensä, kavereihin, aikuisiin, kouluun ja työhön. (Hietala, Kaltiainen, Metsärinne & Vanhala 2010, 59–62.)

Asioita pitää kuitenkin katsoa kokonaisuutena. Yksittäinen oire ei välttämättä merkitse mitään, mutta jos asiat alkavat kasaantua, on aihetta syytä miettiä. Huoleen on aihetta aina, kun nuori lakkaa varjelemasta itseään. Se kertoo, että hänen voimansa valuvat johonkin muuhun. Hälytyskellot soivat lujaa, jos nuori joutuu toistuvasti tapaturmiin, tappeluihin tai yhden yön suhteisiin. Myös kaverittomuus on ongelmallista. Murrosikäinen tarvitsee usein omanikäisten mallia ja seuraa; tällainen seura toimii tärkeänä tukena itsenäistymisessä omista vanhemmista. (Hietala, Kaltiainen, Metsärinne & Vanhala 2010, 59–62.)

## 2.2 Psykkinen kasvu ja kehitys

Nuoruus yhtenä elämän vaiheena kiinnostaa muutoksen ja murroksen vuoksi. Nuoruus on elämässä se vaihe, jonka sanotaan olevan uusi mahdollisuus juuri sen suuren murroksen vuoksi. Jokaisen ikäkauden kehityshaasteet aiheuttavat ihmiselle kehityksellisen kriisin. Kriisi vaatii usein työtä haasteesta selviytymiseksi, eikä ilman kriisiä kasvu olisi mahdollista. Nuoruudessa yksi tärkeimmistä psykkinen kehityksen tavoitteista on oman identiteetin löytyminen. Identiteettikriisissä nuoren persoonallisuus hajoaa tilapäisesti ja nuori etsii itseään omien mielikuviansa, ihanteidensa ja ympäristöstään



saamien mallien avulla. Nuori elää usein tunteiden kautta ja on sen vuoksi hyvin altis ulkoapäin tuleville vaikutteille. (Sinkkonen 2010,14.)

Emme yleensä ajattele mielenterveyttä ja psyykkistä hyvinvointia silloin, kun elämässä kaikki on hyvin. Psyykkinen hyvinvointi on esim. onnellisuutta, mielenrauhaa, tyytyväisyyttä tai iloa. Fyysiset muutokset ja kehitys ovat edellytys nuoruusiän psyykkiselle ja psykososiaaliselle kehitykselle. Nuoruusiän aikana aivot kehittyvät merkittävästi aina noin 25. ikävuoteen asti. Varhaisnuoruudessa kypsyy alue, joka auttaa ymmärtämään sosiaalisen informaation emotionaalisia puolia, jolloin nuori kokee vanhempiensa ja tovereidensa sanomiset suurella tunteella. Kehitysvaiheen aikana toimintakyky saattaa tilapäisesti taantua. Nämä teoriat puhuvat vahvasti sen puolesta, että nuorten ajattelemattomalle käytökselle on jokin selitys. Nuorella hormonitoiminta ja kehittyvä keskushermosto pitävät nuoren käymistilassa, jossa etsitään voimakkaita kokemuksia. Tämän vuoksi monet nuoret syyllistyvät tekoihin, joita myöhemmin hääpeävät. Muiden hyväksyntä ja halu kuulua joukkoon on erityisen tärkeä tunne, josta halutaan pitää kiinni. Aikuisen tehtävä on tässä tapauksessa suojella nuorta tämän omilta impulsseilta. Murrosiässä aivojen rakenteelliset muutokset saattavat olla yhtä suuria kuin varhaislapsuudessa. Tämä vahvistaa sen, että keskushermoston keskenkäisy ei anna valmiuksia aina harkita tekojensa seurauksia. (Sinkkonen 2010, 42 – 43.)

Nuoruusiän kuvaaminen on kaikkea muuta kuin helppoa, sillä kehitysvaihe on täynnä ristiriitoja ja paradokseja. Nuori on monenlaisten mittausten ja tutkimusten perusteella ihminen terveimmillään ja vastustuskykyisimmillään. Fyysisiltä mittauksiltaan nuori kestää erilaisia fyysisiä olosuhteita paremmin kuin esim. aikuiset. Samanaikaisesti kuitenkin sairastavuus ja kuolleisuus lisääntyvät 200–300 % lapsuudesta myöhäiseen nuoruusikään mentäessä. Kuolemantapauksista ja vammautumisista selittyy suurin osa vaikeuksilla hallita käytöstään, tunteitaan ja impulssejaan. Nuoret käyttäytyvät voimakkaan tunnepitoisesti ja etsivät vaaratilanteita. Onnettomuuksia tapahtuu, kun aliarvioidaan riskit ja yliarvioidaan omat kyvyt. (Sinkkonen 2010, 41.)

Masentuneisuutta on entistä enemmän, mikä on yhteydessä sekä alkoholinkäyttöön että itsemurhiin ja niiden yrityksiin. Murrosiän alku ja myöhäismurrosikä ovat erityisen haavoittuvaista aikaa psykiatrisen sairastavuuden kannalta. Tarkkaavaisuuden häiriöt, käytöshäiriöt ja päihteiden ongelmakäyttö ovat yleisempiä pojilla. Depressiot, ahdis-

tuneisuus ja syömishäiriöt ovat enemmän tyttöjen ongelmia. Jari Sinkkonen toteaa hormoneilla olevan jonkinlainen vaikutus mielialan vaihteluun, mutta se on kuitenkin otaksuttua vähäisempi. Sinkkosen mukaan ailahteluun ja impulssiivisuuteen vaikuttaa paljon enemmän keskushermoston keskeneräisyys. Nuoresta tulee hyvin herkkä sosiaalisille tekijöille, ja hän reagoi niihin voimakkaan tunnepitoisesti aivojen nopean kehityksen myötä. (Sinkkonen 2010, 41 – 42.)

### 2.3 Fyysinen kehitys

Murrosikä käynnistyy fyysisillä muutoksilla. Tänä päivänä fyysiset muutokset ovat nuorilla selkeästi varhaistuneet. Hormonieritys käynnistää kasvupyrähdyksen. Tyttöjen on katsottu keskimäärin kehittyvän poikia aikaisemmin. Nopea fyysinen kehitys omassa kehossa aiheuttaa yhtä aikaa paljon hämmennystä sekä ylpeyttä.

Moni nuori kokee olevansa väärän näköinen ja kokoinen. Murrosiässä jätetään jäähyväisiä lapsuudelle, mistä konkreettisemmin kertovat ruumiissa tapahtuneet muutokset. Etenkin pojilla kehon nopea kasvu voi johtaa kömpelyyteen ja kolhuihin. Toisaalta taas painon ja pituuden lisääntyminen voivat auttaa saamaan arvostusta toisten joukossa ja yltämään parempiin urheilutuloksiin. Erilaisilla harrastuksilla ja liikunnalla on hyvinkin tukeva merkitys oman kropan kehittymiselle ja itsevarmuuden saamiselle. Etenkin pojilla itsetunto paranee suoritusten parantuessa. Kehon muutokset, äänen muuttuminen ja häilyvät tunteet pelottavat. Vertailu muihin, loukkaukset ja kehut ovat hyvin usein vahvasti esillä. Aikuisten on oltava herkkiä ja puhuttava näistä asioista, sekä puututtava kiusaamiseen. (Cacciatore & Koiso-Kanttila 160 - 161.)

### 2.4 Sosiaalinen kehitys

Nuoruusiän kehityksen myötä nuori vähitellen irtaantuu lapsen roolistaan perheessään. Muutokseen liittyy paljon tunteita niin nuorella kuin vanhemmilla, eikä ristiriidoilta voida useinkaan välttyä. Nuoren reviiri laajenee ja kaverisuhteet vaikuttavat usein voimakkaasti. Omanikäiset kaverisuhteet ovat myös tärkeä tuki kasvussa. Yksinjääminen ja kiusatuksi tuleminen voivat vaarantaa tätä kehitysvaihetta hyvinkin vakavasti. Nuori joutuu tekemään jo joitakin merkittäviä valintoja tulevaisuuden suhteen. Nuori joutuu tilanteisiin ja tehtäviin, joista hän joutuu huolehtimaan yksin. (Hietala, Kaltiainen, Metsärinne & Vanhala 2010, 44 - 45).

Nuoruus on hetkessä elämistä. Elämä on usein intensiivistä ja täyteläistä menoa, jolloin paineita koetaan herkästi joka suunnalta. Paineita tulee koulusta, vanhempien kanssa on omat ristiriitansa, kaverit vetävät puoleensa ja seurustelusuhteitakin pitäisi solmia. Tässä samassa myllerryksessä oma mieli on sekaisin, eikä ymmärrystä usein tule. Nuorelle hetkeen tarttuminen ja kiihkeästi eläminen on luonteenomaista. Varhaisnuoren taipumus keskittyä omaan itseensä ja pyöriskellä oman navan ympärillä on toisinaan liikuttavaa ja toisinaan hyvin ärsyttävää. Nuorella korostuu voimakkaasti huoli siitä, mitä muut itsestä ajattelevat. Tulevaisuuteen suuntautuminen on tuskallinen arvoitus: nuori on menossa jonnekin, missä ei vielä koskaan ole ollut. Siitä yhdistelmästä seuraa väistämättä usein ylilyöntejä. (Sinkkonen 2010, 18).

Nuorilla on varmasti aina ajasta riippumatta ollut paljon yhteistä, jokainen aikakausi on tuonut eri vaiheisiin omat lisänsä. Kysymykset omasta itsestä, kehityksestä ja suhteista ikätovereihin ja vanhempiin ovat askarruttaneet nuoria aina. Nuorten keskinäinen kanssakäyminen on tärkeää realistisen minäkuvan ja maailmankuvan muodostumisessa. Tänä päivänä suuren haasteen tuo tietokoneet, pelit, kännykät, Facebook, IRC-Galleria ja muut nykynuorille välttämättömät asiat. (Sinkkonen 2010, 14 -15.)

On kuitenkin hyvin tärkeää, että ystäviä on myös oikeasta maailmasta. Netissä solmitut suhteet ovat tärkeitä ja nuoret voivat irkkaillessa käydä hyvinkin avoimia keskusteluja. Silti ihastuksia, pettymyksiä ja ylipäänsä vuorovaikutusta toisten ihmisten kanssa kuuluu harjoitella kasvotusten. Kaverien seuran ollessa uhka, josta tulee ongelmia, on vanhempien tehtävä puuttua asiaan. Puuttumista vaatii ehdottomasti myös kiusaaminen. Tutkimuksissa on havaittu, että kiusaamisen molemmilla osa puolilla on merkittävästi enemmän mielenterveyden häiritä kuin muilla. (Sinkkonen 2010, 14.)

## 2.5 Tärkeä vanhemmuus

Miksi huoli vanhemmuudesta on tällä hetkellä niin ajankohtainen? Onko kyse pienen vähemmistön ongelmista tai laajemmasta ongelmasta? Onko kyse aiempaa kehittyneemmästä tietoisuudesta lasten oikeuksista, tarpeista ja kehityksestä. Tässä tapauksessa tietoisuus herkistää asioihin puuttumista. Perhe on lapsen ja nuoren psyykkisen kasvun keskeinen ympäristö. Mitä aiheuttaa perheessä kiireen aiheuttama kohtaamattomuus ja siten kasvava yksinäisyyden tunne? Nuoria koskevat huolen aiheet koskevat ennen kaikkea sosiaalisia ja psyykkisiä seikkoja. Varhainen alkava päihteiden käyttö,

vähäinen liikunta ja heikko ravinto ovat herättäneet kasvavaa huolta. Monet nuorten häiriöistä ovat joskus hyvinkin monisyisiä. (Bardy, Salmi & Heino 2001, 15.)

Lapsen hankala murrosikä on usein hyvin vaikea paikka vanhemmille, ja vanhemmat kokevat suurta neuvottomuutta. Samojen vanhempien yhteisessä kodissa kasvaneilla lapsilla voi olla aivan erilainen murrosikä. Murrosikä ei kuitenkaan itsestäänselvästi tarkoita lapsen syöksymistä vaikeuksiin. On kuitenkin tutkittu, että noin joka viidennellä on nuoruusiän aikana oireita, jotka haittaavat toimintakykyä tai estävät kehitystä. Se on iso luku, mutta toisaalta kuitenkin noin 80 % nuorista suoriutuu murrosiästä ilman sen suurempia ongelmia. Huolena nousee kuitenkin esille hyvin voivien ja huonosti voivien nuorten ero. Monen nuoren ongelmat ovat entistä monisyisempiä. (Caciatore & Koiso-Kanttila 2009, 28 - 30.)

Nuoret tarvitsevat lähelleen aikuisia, jotka eivät hylkää heitä. Lapsella ja nuorella tulisi olla vanhemmuutta ympäri vuorokauden parinkymmenen vuoden ajan. Vanhemmuus on äitinä tai isänä oloa sekä eri tavoin jaettua kasvatus kumppanuutta, tänä päivänä hyvin erilaisissa perherakenteissa. Nuorelle ainut keino irtautua kiintymyssuhteesta on voimakas uhmaaminen turvallisten ja hänestä välittävien aikuisten suojassa. Lapsuudessaan turvallisesti kiintyneen nuoren itsenäistyminen on usein helpompaa ja mutkattomampaa. Turvattomasti kiintyneen lapsen kehitys on yhteydessä mm. käytöshäiriöihin ja depression. (Sinkkonen 2010, 86 - 87.)

On tärkeää kuitenkin ymmärtää, että aggressiivisuus vanhempia kohtaan, törkeät puheet, selvittämättömät öiset poissaolot, rankka päihteiden käyttäminen ja varhain aloitettu seksielämä eivät ole millään tavalla merkkejä normaalista, hyvin sujuvasta nuoruusiän kehityksestä ja itsenäistymisestä vaan päinvastaisesta käytöksestä. Tällaisissa tilanteissa vanhempien välinpitämättömyys voi usein antaa sallivan ja nuorta ymmärtävän vaikutelman, mutta käytännössä he kuitenkin jättävät nuoren täysin oman onnensa nojaan. (Sinkkonen 2010, 86 - 87).

Nuoren veto ”maailmalle” ja kavereiden luokse on suuri. Kuitenkin rauhoittuminen kotona ja kodin sääntöihin antaa vasta painoa ja pitää koossa. Keskustelut ja puuttuminen nuoren asioihin ovat tärkeitä, sillä ne antavat nuorelle kokemuksen välittämisestä ja kuulumisesta perheeseen. Nuorta ei kannata päästää etäälle. On tärkeää olla kiinnostunut nuoren tekemisistä kysellä ja kuunnella. Jokainen nuoren avautuminen

rakentaa luottamusta. Hyvät kohtaamiset eivät enää välttämättä synny helposti, jokaiseen mahdollisuuteen kannattaa tarttua. (Cacciatore, Koiso-Kanttila 2009, 62.)

Vanhemmuuteen liittyy myös vanhemman oma psyykkinen tasapaino ja kyvykkyys hyviin ihmissuhteisiin. Erittäin tärkeää on nostaa esille vanhempien mielenterveyshäiriöiden ja päihdeongelmien hoito ja oikea puuttuminen. Perheväkivallan ilmeneminen vaatii riittävää ja oikea-aikaista puuttumista. Itsenäistyvän nuoren kannalta vanhemman kyky elää omaa elämää on erityisen tärkeä, se antaa näin lapselle mahdollisuus oman tahdon ja ajattelun kehittymiseen. On tärkeää, että kotona voidaan ilmaista tunteita näkyvästi ja kuuluvasti. Myönteisten tunteiden ilmaiseminen ja onnistumisista yhdessä iloitseminen ovat perheen kantavia voimia. (Hietala, Kaltiainen, Metsärinne & Vanhala, 2010, 18 - 20.)

### 3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

#### 3.1 Prosessin kuvaus

Aiheeni opinnäytetyöhön on lähtenyt liikkeelle työskentelystä nuorten kanssa. Halusta uskoa siihen, että asioihin voidaan puuttua ja vaikuttaa. Esille nousseet haasteet ovat arkipäivää nuorten kanssa. Haasteet näyttäytyvät usein hyvin voimakkaasti. Opinnäytetyöni tarkoitus on osoittaa keinoja haasteisiin vaikuttamiseksi. Opinnäytetyöni toteutuksen pohjalla on kouluterveyskyselystä saadut tiedot. Kouluterveyskyselyt tuottavat tietoa nuorten elin- ja kouluoloista, terveydestä, terveystottumuksista ja terveysosaisesta sekä oppilas- ja opiskelijahuollosta kuntien ja koulujen käyttöön. Tiedot kerätään valtakunnallisesti vertailukelpoisella menetelmällä samoissa kunnissa joka toinen vuosi. Kysymykset ovat strukturoituja ja niihin vastataan koulussa tunnin aikana oman opettajan valvonnassa. Luottamuksen säilyttämiseksi vastaukset suljetaan palautekuoreen. Kyselyjen aineistoa on käytetty aikaisemmin muun muassa kiusaamisen ja masentuneisuuden, seksuaalisuuden ja seksuaalivalistuksen, humalajuomisen ja osa-aikatyön tutkimuksissa. (Kouluterveyskysely 2008. Kymenlaakson raportti, 7-8.) Opinnäytetyöni keskittyy kysymykseen: Minkälaiset tekijät vaikuttavat kouluterveyskyselyssä esille nousseiden haasteiden kehityksen ennustettavuuteen?

Kymenlaakson vuoden 2008 kouluterveyskyselyn raportissa esille nousseet haasteet ovat aiheita, jotka olen myös työssäni havainnoinut. Vuoden 2008 Kymenlaakson kouluterveysraportissa esille nousi haasteina päivittäisten oireiden lisääntyminen,

nuorten ylipainon lisääntyminen, fyysisen uhan kokeminen, koulukiusaaminen ja seksuaalisen väkivallan kokeminen. Haasteet nousivat esille huolestuttavana kehityksenä edellisestä vuoden 2006 kouluterveyskyselystä. Kasvava huoli aiheista nousi esille numeeristen lukujen kautta. Nostan esille kyseisessä raportissa nousseet haasteet ja rakennan opinnäytetyöni niiden käsittelyn ympärille.

Aineistoni on koostunut sekä määrällisestä että laadullisesta aineistoista. Määrällisenä aineistona on kouluterveyskyselyt vuosilta 2006 - 2010. Laadullisena aineistona on ammatillinen kirjallisuus sekä kaksi ammattihenkilöiden kanssa käymää keskustelua. Aineiston kautta tuon esille konkreettisia keinoja haasteisiin vaikuttamisesta. Kirjallisuuden avulla haastekohtia auki käsittelemällä haluan tuoda esille, kuinka pienillä perusasioilla voidaan liikuttaa isojakin yhteiskunnallisia haasteita.

Jokaisessa haastekohdassa olen kuvannut kehittyvää trendiä vuosien 2006, 2008 ja 2010 välillä pylväsdiagrammilla, minkä jälkeen tuon esille tietoa keräämäni aineiston avulla. Jokaisessa kohdassa kokoon keräämäni tiedot Futures Signals Sensemaking Framework -kehikon (FSSF) mallia hyödyntäen. Menetelmän avulla kerätään tekijöitä, jotka puhuvat muutoksen puolesta sekä tekijöitä, jotka puhuvat muutosta vastaan. Tällä menetelmällä kokoon vastaukset kouluterveyskyselyn haasteisiin vaikuttavista tekijöistä. Haasteisiin vaikuttavat tekijät koostuvat murrosikäisen maailmaa tukevista tekijöistä.

### 3.2 Aineistot

Ensimmäisenä aineistona käytän kouluterveyskyselyiden valmiita aineistoja, jotka on koottu vuosina 2006, 2008 ja 2010, ja keskityn erityisesti haastekohtien aiheisiin. Kukaan jokaisen haasteen kehittymistä vuodesta 2006 vuoteen 2010. Minkälainen tilanne on ollut? Minkälaisista lähtökohdista aiheet ovat nousseet haasteiksi? Mitä mahdollisia toimenpiteitä on vuosien 2006 ja 2008 kyselyiden jälkeen tehty? Minkälaisilla toimenpiteillä tai asioilla on yleensäkin vaikutusta opinnäytetyössäni esille tuomiin haastekohtiin? Millä tavalla se näyttäytyy vuoden 2010 kyselyn tuloksissa? Onko mahdollisilla toimenpiteillä ollut vaikutusta kyselyiden tuloksiin?

Toisena aineistona käytän keräämäni kirjallisuutta, jota olen kerännyt hyvin erilaisista lähteistä. Kirjojen kirjoittavat ovat oman alansa vankkoja ammattilaisia, jotka ovat nousseet esille heidän panoksella asioihin vaikuttamisessa. Valitsemani kirjallisuuden

kirjoittajat ovat aktiivisesti esillä oman ammattitaitonsa myötä. Keräämäni kirjallisuutta olen lisäksi hankkinut käytännönläheisestä materiaalista, joissa näkyy tämän päivän tieto. Joillakin tutkimuksilla olen halunnut tuoda esille tuloksia haasteisiin liittyen. Tutkimusten tulokset ovat hyvinkin tukeneet kirjallisuuden tietoa.

Kolmantena aineistona käytän keskusteluja, jotka olen käynyt koulupoliisin sekä väestöliiton seksuaaliterapeutin kanssa. Heiltä olen saanut hyvin ajankohtaista tietoa lisääntyneen fyysisen uhan ja seksuaalisen kaltoinkohtelun haasteiden osioihin. Koulupoliisin kanssa käymäni keskustelun, olen hyödyntänyt fyysistä uhkaa käsittelevässä osiossa. Koulupoliisi on koulujen käytettävissä oleva poliisi, jolla on erityisosaamista koulumaailman ongelmista. Koulupoliisi toimii oman alueensa lähikouluissa. Väestöliiton seksuaaliterapeutilta olen saanut tärkeää tietoa nuorten seksuaalista väkivaltaa käsittelevään osioon. Seksuaaliterapeutti toimii seksuaalisesti kaltoinkohdeltujen nuorten kanssa. Näitä lukuja olen halunnut täydentää suoraan kentältä tulevalla tiedolla, jota keskustelut ovat tukeneet.

### 3.3 Analyysimenetelmä

Laadullisen aineiston analyysin periaatteena on tiivistää aineisto kadottamatta kuitenkaan sen sisältämää informaatiota. Aineiston analyysimenetelmä eli tutkimusmenetelmäni on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä, jonka tavoitteena on jäsentää tutkimuskohteen laatua, ominaisuuksia ja merkityksiä kokonaisvaltaisesti. Laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimuksessa pyritään ymmärtämään tutkittavaa ilmiötä. Aineiston ja määrittelyn keskinäinen vuorovaikutus on tärkeää. Opinnäytetyössäni pyrin tuomaan ymmärrystä haastekohdista syy - seuraussuhteita auki kuvaamalla. Aineiston analyysimenetelmänä käytän FSSF-kehikon mallia. (Alasuutari 1999, 32 – 33).

Jokaisessa viidessä haastekohdassa hyödynnän analyysimenetelmänä aihekohtaisesti FSSF-kehikon mallia. Yhteenvetona kuvaan konkreettisesti tekijöitä, jotka vaikuttavat muutokseen positiivisesti sekä kehitystä hidastavasti, toisin sanoen niitä tekijöitä, jotka vaikuttavat kouluterveyskyselyiden aiheiden taustalla. Painopiste on tulosten ja vaikutusten arvioinnissa. Arviointimallin avulla voidaan kiteyttää kokonaisuus siitä, millaisena haasteet näyttäytyvät, minkälaisilla interventioilla voidaan haasteen kehittymiseen vaikuttaa sekä mitkä ovat haastetta hidastavat tekijät. (Kuosa 2010, 42.)

Kuosa on kehittänyt signaalien havainnointityötä tukevan yllättävyyskehikon vuonna 2005. Kehitystyön jatkona syntyi tulevaisuus signaalien arviointikehikko (TSA, Futures signals sensemaking framework FSSF). Ideana kehikossa on se, että jos jotakin uutta on muotoutumassa, signaaleja syntyy ympäristöön useilla eri tavoilla. Kehikossa ei suljeta pois yksittäisiä signaaleita vaan oletetaan, että signaalit ovat toisistaan riippuvaisia ja vuorovaikutuksessa toisiinsa. Kehikossa luokitellaan erilaisia havaintoja, ilmiöitä, ajureita, trendejä ja hidastavia tekijöitä. (Kuosa 2010, 42.)

FSSF - mallissa kuvaan heikkoja signaaleja, muutokseen ajavia tekijöitä sekä kehitystä hidastavia tekijöitä. Heikossa signaalissa kuvaan havaintoja, jotka kertovat haasteen mahdollisesta muutoksesta. Tehdään havaintoja joiden perusteella voidaan ajatella haasteessa tapahtuvan muutosta, mutta ei vielä tiedetä mihin suuntaan. Tässä kohtaa korostuu, ettei yksi asia riitä varmistamaan muutosta vaan asiat ovat jatkuvassa vuorovaikutuksessa keskenään. Toisessa kohdassa kuvaan sitä, kuinka kaikki jatkuu ennallaan. Havainnoidaan tekijöitä jotka tukevat huolestuttavan kehityksen jatkumista. (Kuosa 2010, 42).

Muutokseen ajavissa tekijöissä kuvaan tekijöitä, jotka työntävät haasteen kehitystä positiiviseen suuntaan. Työntävillä tekijöillä kuvaan rakenteissa olevia muutosta tukevia tekijöitä. Toisessa kohdassa kuvaan muutokseen vetäviä tekijöitä. Muutokseen vetävillä tekijöillä tarkoitan keinoja, joilla huolestuttavaan kehitykseen voidaan vaikuttaa. (Kuosa 2010, 42).

Pitkäaikaiset trendit ja historian painolastit -kohdassa kuvaan suuria muutosta hidastavia tekijöitä. Toisessa kohdassa kuvaan pitkäaikaista trendiä, jolla on ollut haasteeseen pidempi aikaista vaikutusta. Trendillä tarkoitan haasteen pidempi aikaisen kehityksen suuntaa. (Kuosa 2010, 42).

FSSF - mallissa mielestäni korostuu se, ettei yhtä selkeää, pysyvää totuutta ole vaan tekijät ovat jatkuvassa vuorovaikutuksessa ja muutoksessa keskenään.

### 3.4 Luotettavuuden arviointi

Validiteetilla eli tutkimuksen pätevyydellä ja luotettavuudella tarkoitetaan tutkimusmenetelmällä selvitettävää asiaa. Mittaustuloksia verrataan vain todelliseen tietoon mitattavasta ilmiöstä. Tutkimusmenetelmä on valittava sen mukaan, millaista tietoa



halutaan. Ulkoinen validiteetti tarkoittaa kyseisen tutkimuksen yleistettävyyttä. Sisäinen validiteetti tarkoittaa tutkimuksen omaa luotettavuutta. Hyvällä tutkimusasetelmalla voidaan parantaa tutkimuksen sisäistä validiteettia. Tutkimuksen sisäistä luotettavuutta tarkastellaan tutkimuksen sisällön, rakenteen ja kriteerivaliuden kautta. (Metsämuuronen 2003, 35 - 44.)

Reliabiliteetti osoittaa sen, missä määrin mittari mittaa tutkittavaa ominaisuutta. Reliabiliteetti kertoo mittarin luotettavuudesta ja pysyvyydestä sekä mittaustulosten pysyvyydestä ja johdonmukaisuudesta. Reliabiliteetti kuvaa luontevasti määrällisiä aineistoja. Reliabiliteetti viittaa johdonmukaisuuteen, säännöllisyyteen ja tarkkuuteen: tarkoituksena on antaa tarkkoja tuloksia. (Metsämuuronen 2003, 35 - 44.)

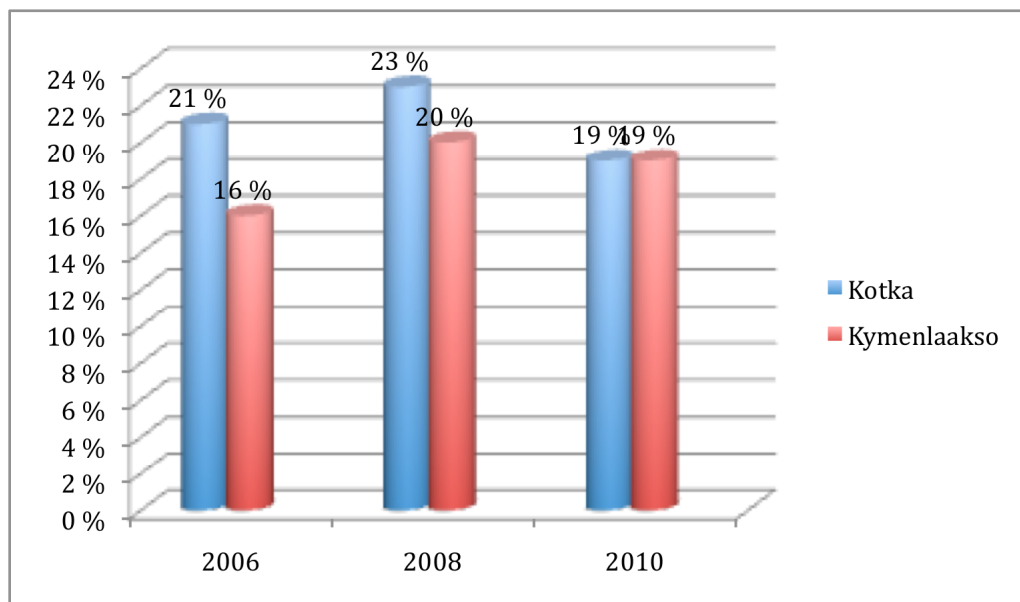
Aineistona kouluterveyskyselyt ovat luotettavia. Tekemäni pylväsdiagrammien luotettavuutta tukee kouluterveyskyselyistä otetut tulokset. Käyttämäni kirjallisuus on ollut uudempaa tuotantoa, joissa kirjailijoina on ollut päteviä asiantuntijoita eri aiheista. Seksuaalisen väkivallan ja fyysisen uhkan kokemiseen olen valinnut muun aineiston lisäksi keskustelut ammattilaisten kanssa. Nämä haasteet ovat selvästi vaikeampia eikä niistä ole saatavilla luotettavaa tai ajankohtaista tutkimustietoa. Henkilöt, joiden kanssa olen keskustelua käynyt, ovat työssään vaikuttavia ja tekevät päivittäin työtä kyseisten haasteiden kanssa. Opinnäytetyössä käyttämäni FSSF - kehikon tekijä on FT Tuomo Kuosa, joka on erikoistunut tulevaisuuden tutkimuksen metodologiaan ja ennakointimenetelmiin.

Laadullisessa tutkimuksessani tutkitaan ihmisten elämää, käyttäytymistä, sosiaalisia organisaatioita tai vuorovaikutussuhteita. Tavoitteenani on ollut saada mahdollisimman paljon variaatioita tutkimuksen kannalta olennaisiin kysymyksiin. Opinnäytetyössäni kuvaan, miksi jotkut ilmiöt tapahtuvat tai mitä siitä voimme päätellä. Aineiston analyysi on tapahtunut vuorovaikutuksessa eri asioiden kanssa, pohtien erilaisia syy-seuraussuhteita. Olen päätenyt opinnäytetyössäni löytöihin, joihin ei päädytä tilastollisin menetelmin. En ole päässyt yhteen ainoaan ja pysyvään totuuteen, vaan tulokset elävät jatkuvassa muutoksessa. Analyysimenetelmäni vahvistaa opinnäytetyöni sisäistä validiteettia, joka selvästi nousee esille keräämäni aineiston kautta. Esille nousseet asiat tukevat ja vahvistavat toistensa kehitystä.

## 4 KOULUTERVEYSKYSELYN ESILLE NOSTAMAT HAASTEET KYMENLAAKSOSSA

### 4.1 Päivittäisten oireiden lisääntyminen

Päivittäisiin somaattisiin oireisiin kuului kouluterveyskyselyssä väsymys, niska- tai hartiakivut, selän alaosan kivut, vatsakivut, jännittyneisyys ja hermostuneisuus, ärtyneisyys ja kiukunpurkaukset, univaikeudet, päänsärky, väsymys ja heikotus. Vuonna 2006 tutkimukseen vastasi noin 985 kotkalaisia 8. ja 9.– luokkalaisia ja koko Kymenlaaksosta noin 3459 oppilasta. Vuonna 2008 kotkalaisia vastasi noin 983 ja koko Kymenlaaksosta vastasi noin 3536 oppilasta. Vuonna 2010 Kotkalaisia oppilaita vastasi noin 1041 ja koko kymenlaaksosta noin 3537 oppilasta. ( Kouluterveyskysely 2010. Kotkan kuntaraportti.)



Kuva 1. Päivittäin vähintään kaksi oiretta. Kuva on tehty vain havainnollistamaan kehityksen kulkua.

Kouluterveystutkimusten mukaan yläasteella olevien koululaisten somaattinen oireilu on lisääntynyt vuosi vuodelta. Tytöt oireilevat fyysisesti ja psyykkisesti huomattavasti enemmän kuin pojat. Jo vuonna 1996 päivittäisiä oireita fyysisten kipujen, hermostuneisuuden, univaikeuksien, päänsärlyn ja väsymyksen muodossa koki päivittäin 24 % oppilaista. Sama mittaus vuonna 2000 oli noussut 33 %:iin. Tästä eteenpäin suunta on ollut nousujohteinen tähän päivään asti. Arviot nuorten mielenterveyden ongelmien laajuudesta puhuvat vahvasti sen puolesta, että tuntuvalta osalla nuoria on ongelmia.

Suuntaa antavana esimerkkinä voisi tuoda esille, että mielenterveyden häiriöiden vuoksi Kelan hoitotukea saavien lasten määrä on vuosina 1987–1996 kasvanut noin 200:sta lähes 9000:n. Luvut ovat olleet siitä eteenpäin noususuuntaisia. Luvut kertovat todella huolestuttavaa sisältöä lasten ja nuorten asioiden tilasta. (Bardy, Salmi, Heino 2001,17.)

#### 4.1.1 Kirjallisuuden näkymiä

Murrosiästä alkaa huima fyysisten ja psyykkisten muutosten vaihe, jolle elämänkaaren aikana vetää vertoja ainoastaan varhaislapsuuden kehitysvauhti. Nuoruusikä, joka ajoittuu ikävuosiin 12–22, on vähittäistä psykologista sopeutumista näihin sisäisiin ja ulkoisiin muutoksiin. Aina sopeutuminen ei onnistu eikä tehtävä ole helppo. Häiriöiden tunnistamista vaikeuttaa se, että nuoren kehitys ei yleensä etene johdonmukaisesti ja yksilölliset kehityserot ovat suuria. Nuoret kehittyvät kukin omaan tahtiinsa. Fyysisesti aikuiselta näyttävä nuori voi psyykkiseltä kehitysasteeltaan olla vielä hyvinkin kypsymätön. Mikä siis on kehityksen yksilöllistä vaihtelua ja mikä häiriötä? Häiriintynyttä kehitystä ei voi tunnistaa tuntematta nuoruusiän normaalia kehitystä ja häiriöiden ominaispiirteitä. Nuoruusiän häiriöiden ja kehityksen pysähtymisen varhainen tunnistaminen ja niihin puuttuminen on tärkeää. Mielestäni esimerkiksi kouluissa on äärimmäisen tärkeää, että opettajalla on paljon tietoa myös lapsen kehityksestä ja kasvusta, jotta voidaan toimia mahdollisimman ennaltaehkäisevästi. (Hietala, Kaltiainen, Metsärinne & Vanhala 2010, 57 - 58.)

Rajan vetäminen normaalin, ikään kuuluvan kehityksen ja kehityskriisien aiheuttamien epätavallisten häiriöiden välillä on hankalaa. Kaikilla nuorilla kehitys ei suju ilman vaikeuksia, jolloin ensimmäiset oireet voivat näkyä koulussa. Varhaisessa nuoruusiässä nuorten tavallisempia mielenterveydenongelmia ovat mm. ahdistuneisuus- ja masentuneisuushäiriöt, päihdeongelmat, syömishäiriöt ja erilaiset pelot. On syytä suhtautua vakavasti nuorten lisääntyneeseen somaattiseen oireiluun esim. päänsärkyyn, vatsavaivoihin, väsymykseen, rintakipuun ja painonvaihteluihin. Somaattinen oireilu voi pitää sisällään paljon muuta huolta kuin fyysisen vaivan. Oireiden jatkuessa on asiaa syytä selvittää tarkemmin. (Hietala, Kaltiainen, Metsärinne & Vanhala 2010, 59 - 62.)

Somaattinen oireilu (esim. vatsakivut, päänsärky, lihasjännitys) tai jatkuva huoli terveydestä fyysisesti terveeksi todetulla nuorella ovat yleisiä etenkin varhaisnuorilla ja

tyttöillä. Ei ole harvinaista, että nuori tarjoaakin fyysistä oiretta ensimmäiseksi hoitoon hakeutumisen syyksi, jolloin taustalla mahdollisesti oleva psyykkinen oireilu on vaikeammin havaittavissa. Koulussa poissaolojen syyksi kerrotaan hyvin usein jatkuvat somaattiset oireet. Kun nuoren tilannetta selvitetään enemmän, nousee hyvin usein esiin, kuinka jatkuvat somaattiset oireet ovat oire jostakin muusta. (Hietala, Kaltiainen, Metsärinne & Vanhala, 2010, 59 - 62).

Heikko psykososiaalinen tilanne voi altistaa masennukselle, jonka yhteys huonoon unen laatuun on monissa tutkimuksissa vahvistunut. Pitkään jatkunut huono uni voi taas lisätä masennusta ja sitä kautta myös sosiaalisen elämän köyhtymistä. Unenpuute ja väsymys saattavat ilmentyä esimerkiksi koululaisen aggressiivisena käytöksenä, yliaktiivisuutena, tarkkaavaisuushäiriönä ja sosiaalisina ongelmina. Toisaalta psyykkiset ja sosiaaliset ongelmat saattavat aiheuttaa unihäiriöitä. Jos unenpuute jatkuu pitkempään, se aiheuttaa mielialan laskua, päänsärkyä ja keskittymisvaikeuksia. Sen lisäksi paljon muita fyysisiä ja psyykkisiä oireita, jotka haittaavat päivittäistä selviytymistä. Epämääräiset ja toistuvat monimuotoiset somaattiset oireet esim. (vatsakipu, päänsärky) lisäävät huolta nuoren mahdollisesta ahdistuneisuushäiriöstä. (Laukkanen, Marttunen, Miettinen & Pietikäinen 2006, 69 - 71.)

Nuorten päänsärky ja psyykkinen oirehdinta ovat lisääntyneet viime vuosikymmenien aikana. Tarkkaa yhteyttä niiden välillä ei kuitenkaan pystytä sanomaan. Voidaan sanoa, että paljon aikaa tietokoneen edessä viettävä nuori kärsii muita nuoria herkemmin päänsärystä. Mikäli nuori viettää yhdenkin lisäpäivän tietokoneella viikossa todennäköisyys päänsärkyyn lisääntyy. On todettu, että nuorten päänsärky liittyy luultua useammin niskalihasten toimintaan ja päinvastoin. Päänsärkykivun on taas ajateltu aiheuttavan psyykkisiä oireita esim. masennusta. Päänsärkykivun ja masennuksen taustalla voivat olla usein myös samat tekijät. (Tietokoneen käytöstä voimakasta päänsärkyä nuorille 2008.)

Tärkeää on pysähtyä nuoren kohdalla, niin koulussa kuin kotona mikäli toistuvia ja pitkäkestoisia somaattisia oireita nousee esille. Tämä on tuonut ja tulee varmasti jatkossakin tuomaan haasteita niin koulujen kouluterveydenhuollossa kuin oppilashuollossa. Kouluissa tulisi ottaa puheeksi niin oppilaan kuin vanhempienkin kanssa runsaat poissaolot, vaikka niihin selvitykset kodista tulisikin. Perusterveydenhuollossa esim. kouluterveydenhuollossa ollaan valtakunnallisesti ottamassa apuvälineeksi

ICPC- 2 - luokitusta. Oppilaasta kirjataan, mikä oli tulosyö terveydenhoitajalle, jolloin kyseiset taulukot tulee seurannan tueksi.

Yhtenä näkökulmana somaattisten oireiden lisääntymisellä on puutteet koulun psyykkisessä ja sosiaalisissa tiloissa. Näiden puutteiden on katsottu lisäävän päivittäistä väsymystä viisinkertaiseksi. Huonoimmassa asemassa on katsottu olevan oppilaiden, joilla on sekä puutteelliset terveystottumukset että paljon kokemuksia koulun psyykkisten ja sosiaalisten työtilojen puutteessa. Heistä kaksi kolmasosaa kokee päivittäin väsymystä. Terveystottumuksista kaikkein vahvimmin päivittäiseen väsymykseen vaikutti valvominen myöhään arki-iltaisin. Koulun psyykkisistä ja sosiaalisista työoloista eniten vaikutti koulun työilmapiiriongelmat. (kouluterveyskysely. kymenlaakson raportti 2008, 39.)

#### 4.1.2 Yhteenveto päivittäisten oireiden kehitykseen vaikuttavista tekijöistä.

Kehikon lähtökohtana on kuvata kouluterveyskyselyiden esille tuomaa huolta päivittäisten oireiden lisääntymisestä. Tarkoituksena on kuvata tekijöitä joilla voidaan vaikuttaa päivittäisten oireiden vähenemiseen. Tekijöitä jotka pitävät huolestuttavaa päivittäisten oireiden lisääntymistä yllä. Näiden asioiden tiedostaminen mahdollistaa tulevaisuuden kehitykseen vaikuttamista.

Kuvassa 2, A1- laatikko kuvaa heikkoja signaaleja, joiden perusteella voidaan tehdä havaintoja päivittäisten oireiden lisääntymisestä. A2 - laatikko kuvaa havaintoja, joista voidaan päätellä yläasteikäisillä päivittäisten oireiden lisääntymisen jatkuvan. B3- laatikko kuvaa muutokseen työntäviä tekijöitä, jotka vaikuttavat enemmän rakenteissa. B4-laatikossa kuvaan konkreettisesti tekijöitä, joilla voidaan vaikuttaa päivittäisten oireiden vähenemiseen. C5 - laatikolla kuvaan päivittäisten oireiden vähenemistä hidastavia tekijöitä. C6 - laatikossa kuvaan kehitystä, jonka päivittäisten oireiden lisääntyminen on näyttäytynyt.

A1. Havainnot siitä, että jotain on ehkä muuttumassa: muutokset kouluterveyskyselyssä, havainnot kouluterveydenhoitajalla ja poissaolot koulussa vähentyneet.	A2. Havainnot siitä, että kaikki jatkuu ennallaan: runsaat poissaolot koulussa, käytöshäiriöt, keskittymisvaikeudet, jatkuva huoli fyysisestä terveydestä, masentuneisuus, ahdistuneisuushäiriöt, uni ongelmat ja päihdeongelmat.
B 3. Muutokseen työntävät tekijät: koulun terveydenhoitajien käyttöön ottama ICPC- seuranta tukemaan fyysisen oireilun seurantaan, koulujen psyykkisiin ja sosiaalisiin puutteisiin puuttuminen.	B4 Muutokseen vetävät tekijät: pysähtyminen fyysisesti oireilevan nuoren kohdalla kartoittamaan tilannetta mistä on kyse, tietokoneella olo ajan vähentäminen, kyselytutkimukset, nuoren kohdalla fyysiseen ja psyykkiseen oireiluun puuttuminen.
C5. Suuret muutosta hidastavat tekijät: huono psykososiaalinen asema, koulujen psyykkisten ja sosiaalisten tilojen puutteet.	C6. Pitkäaikaiset kehityskulut: trendi ollut nouseva kouluterveyskyselyissä tähän asti.

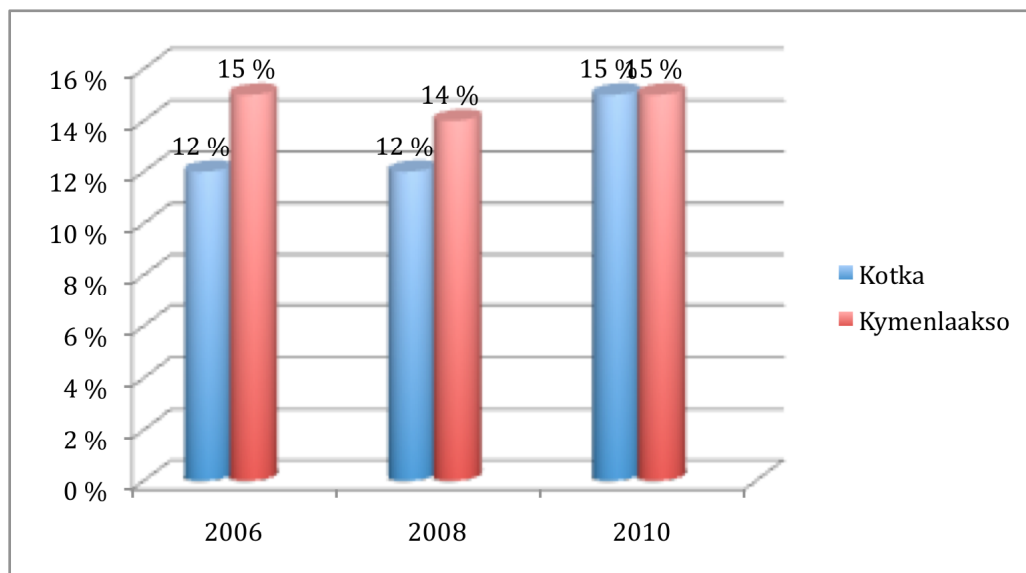
Kuva 2. Kehitykseen vaikuttavia tekijöitä

Kuvassa 2 esille tuomani tekijät olen koonnut aineistosta, jolla olen päivittäisten oireiden lisääntymiseen perehtynyt. Päivittäisten oireiden lisääntymiseen voidaan vaikuttaa, kun huomioidaan aiheita kokonaisvaltaisesti. Tärkeää on, että aiheesta on tietoa, jolloin voidaan ymmärtää tekijät päivittäisten oireiden lisääntymisen taustalla. Puhuttaessa päivittäisistä oireista, ongelmana on harvoin kysymys yksittäisestä oireesta. Kehikon perusteella voidaan sanoa koulu poissaolojen seuraamisen ja niihin ajoissa puuttumisen olevan todella tärkeää. Poissaoloihin puuttumisella tarkoitan sitä, että nuoren kohdalla perehdytään todellisiin poissaolon syihin. Puuttuminen on ensimmäinen lähtökohta syiden löytämiselle. Tietokoneella oloajan vähentäminen nousi esille oleellisena tekijänä päivittäisten oireiden vähenemisessä. Tietokoneen käytöllä tarkoitan tässä kohtaa runsasta käyttöä, jolla on vaikutusta sosiaalisen elämän kaventumiseen tai vuorokausi rytmin muuttumiseen. Nuorten runsaalla tietokoneen käytöllä on selkeä yhteys uniongelmiin. Unen laadulla on katsottu olevan merkittävä vaikutus murrosikäisen hyvinvointiin. Mikäli hyvinvointiin tarvittavat perusasiat eivät ole tasapainossa on usein yhdellä tekijällä suuri vaikutus kokonaisuuteen.

## 4.2 Nuorten ylipaino

### 4.2.1 Kirjallisuuden näkymiä

Vuonna 2006 kotkalaisia 8. ja 9. – luokkalaisia vastasi 985 oppilasta ja koko kymenlaaksosta noin 3459 oppilasta. Vuonna 2008 kotkalaisia 8. ja 9. – luokan oppilaita vastasi 983 ja koko kymenlaaksossa 3536 oppilasta. Vuonna 2010 kotkalaisia 8. ja 9. – luokan oppilaita vastasi 1041 ja koko kymenlaaksosta vastanneita oli 3537. (Kuva 3.) (Kouluterveyskysely. Kotkan kuntaraportti 2010.) Kotkassa vuonna 2009 15-vuotiaista tutkittiin 359 nuorta, joista normaalipainoisia oli 71 %, ylipainoisia oli 18 % ja lihavuutta oli 7 %:lla. Hyvinvointineuvolan tilastojen mukaan ylipainoisten lasten osuus on noussut vuosi vuodelta. (Hyvinvointineuvola/Kotka).



Kuva 3. Ylipaino. Kuva on tehty vain kuvaamaan kehityksen kulkua.

Lasten ja nuorten lihavuus on viime vuosikymmeninä yleistynyt niin Suomessa kuin muissakin teollisuusmaissa. Viimeisten 20 vuoden aikana lihaviiden lasten ja nuorten määrä on ikäryhmästä riippuen noussut ainakin kaksin- ellei jopa kolminkertaiseksi. Lihavuudella on varmasti joissakin tapauksissa hyvin suuri vaikutus elämän laatuun ja oman identiteetti kehityksen etenemiseen. Lihavuuden kehittyminen lapsuudessa ennakoiki aikuisiän lihavuutta ja sen kautta aikuisiän diabetesta. Kakkostyyppin diabetekseen liittyy myös lisääntynyt sydän- ja verisuonitautien riski.

Kulttuurimme muutoksella uskotaan olevan suuri vaikutus lasten ja nuorten lihavuuden yleistymiseen. Yhteiskunnan kehityksellä on varmasti suurempi vaikutus kuin yk-

silöiden teoilla. Ruokailukulttuurimme on muuttunut ja olemme siirtyneet yhä enemmän napostelusyömiseen. Uusimman kouluterveyskyselyn mukaan Kotkan alueella 62 % perheistä ei syö yhteistä ateriaa iltapäivällä tai illalla. Saman tutkimuksen mukaan 47 % nuorista ei syö aamupalaa arkiamuisin. Parissakymmenessä vuodessa makeisten myynti on lisääntynyt 66 prosenttia, jäätelön myynti 45 prosenttia ja virvoitusjuomien myynti 30 prosenttia. Samalla annoskoot ja kalorimäärät ovat lisääntyneet. Nuorilla esim. energia juomien kulutus on lisääntynyt runsaasti. Aamupalan ja säännöllisen perusruuan esille nostamista ei voi korostaa liikaa. Perheissä ruokakulttuurista kiinni pitäminen kuuluu vanhempien vastuulle. (Lasten lihavuus. Dokumentti julkaistu 12.7.2006.)

Hyötyliikunnan on todettu vähentyneen, ja liikunnan on todettu myös sisällöltään muuttuneen enemmän lyhytkestoiseksi. Pitkäkestoinen, matalalla sykkeellä suoritettava liikunta on painonhallinnan kannalta merkittävintä. Tietokonepelit ja internet ovat osaltaan vähentäneet liikuntaan käytettävää aikaa. Yksilöllisillä ominaisuuksilla on varmasti omat vaikutuksensa yksilölliseen painonnousuun. Perinnölliset ja geneettiset tekijät edesauttavat lihomista. Samoin on selkeää näyttöä siitä, että lihavien vanhempien lapsella on suurempi riski tulla ylipainoiseksi kuin muilla. Perheessä omaksuttu elämäntyyli siirtyy usein vanhemmilta lapsille. (Lasten lihavuus. Dokumentti julkaistu 12.7.2006.)

Ylipainon ja lihavuuden ehkäisy tulisi alkaa jo lapsuudessa. Ennaltaehkäisevän toiminnan keskiössä ovat kuitenkin terveelliset elämäntavat ja kokonaisvaltainen hyvinvointi, ei paino sinänsä. Tämän päivän yhteiskunnassa toisaalta ihannoidaan laihuutta ja lihaksia ja sitä, kuinka teini-ikäisen pitäisi laihduttaa ja urheilla. Toisaalta taas voimakkaasti esillä on ylensyönnin kulttuuri, jossa suositaan supersuuria annoksia, ”syö niin paljon kuin haluat” -periaatteella. Kaikkein terveellisemmät ruuat eivät aina välttämättä maistu hyvälle. Television ja lehtien välityksellä altistutaan usein harhaanjohtaville ruokamainoksille. Tänä päivänä korostuu voimakkaasti kiire, joka rajoittaa perheen yhteisiä ruokailuja ja ruokaan panostamista. Herkästi vaihtoehdoksi jää pikaruuan syöminen nopeasti. (Heller 2006, 26 - 28.)

Lasten ja nuorten ylipainon ennaltaehkäiseviä arvioita ja etenkin eri toimenpiteitä vertailevia tutkimuksia on vähän. Vähäisen tutkimusnäytön perusteella ei ole pystytty määrittämään onnistuneen puuttumisen edellytyksiä, joilla saataisiin pysyviä tuloksia



lasten ja nuorten ylipainon ehkäisyssä. Kouluissa toteutetuilla lihavuuden ehkäisytoimenpiteillä ei ole juurikaan saavutettu tuloksia. Lasten ja nuorten ylipainon lisääntymiseen puuttuminen on välttämätöntä. Pysyvät ja laajat muutokset vaativat pitkäjänteistä työtä, joka tarvitsisi tuekseen koko kulttuurimme muutosta. Eri tahoilla onkin esitetty erityisen kansallisen työryhmän tai hankkeen perustamista lasten ja nuorten lihavuutta torjumaan. (Terveiden ja hyvinvoinninlaitos: nuorten ja lasten lihavuuden ennalta ehkäisy)

Mielestäni on erittäin tärkeää miettiä nuorten ylipainon lisääntymistä ennaltaehkäisevästi. Nuoren kohdalla asia lähtee koko elämänhallinnasta, joka pitää sisällään ruokavalion, mielekkään harrastuksen, sosiaaliset suhteet ja paljon muuta. Painonhallintaa pitää sisällään paljon muutakin, kuin tietyssä kilomäärässä pysymisen. Vanhemmilla on mielestäni tärkeä rooli ennaltaehkäisevässä toiminnassa, heidän on mietittävä omaa rooliaan ja elintapoja. Tärkeää varmasti on pitää yllä perheen säännöllisiä ruokailuaikoja ja -tottumuksia. Kulttuurilla ja koko yhteiskunnalla on erittäin tärkeä osansa nuorten ylipainon ehkäisyssä. Ihmisten kokoon tai painoon liittyvä kiusaaminen on ehdottomasti tuomittavaa. Vastuullisen median ja markkinoinnin rooli on tärkeä tukemaan nuortenyli-painoon liittyvän ongelman ehkäisyssä. Energiajuomat ovat sokerin ja happamuuden takia erittäin haitallisia hampaille mutta niillä on myös suuri vaikutus ylipainon syntyyn. Uskon myös, että energiajuomien sisältämä kofeiini johtaa huonoon nukkumiseen ja levottomuuteen, jotka näkyvät mm. koulunkäynnissä. Koulut voivat asiaa miettiä myös omalta osaltaan, minkälaisilla koulukohtaisilla säännöillä pystytään esim. hallitsemaan energia juomien nauttimista pitkin päivää.

Kotkassa on otettu käyttöön 24.3.2010 lasten ja nuorten lihavuuden hoitoketju. Hoitoketjun tavoitteena on ( 0 - 16 v.) lihavuuden ehkäisy ja hoito sekä pysyvät muutokset ruokailu- ja liikuntatottumuksissa, ja lihavuuden liitännäissairauksien estäminen sekä työnjaon selkiyttäminen perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon välillä. Hoitoketju on kehitetty terveydenhuollon ammattilaisten käyttöön lihavuuden ehkäisyyn ja hoitoon.

#### 4.2.2 Yhteenveto ylipainon kehitykseen vaikuttavista tekijöistä.

Kehikon lähtökohtana on kuvata kouluterveyskyselyiden esille tuomaa huolta ylipainon lisääntymisestä. Kehikossa kuvaan tekijöitä, joilla voidaan vaikuttaa ylipainon

väheneeseen. Tekijöitä, jotka pitävät huolestuttavaa ylipainon lisääntymistä yllä. Näiden asioiden tiedostaminen mahdollistaa tulevaisuuden kehitykseen vaikuttamista.

Kuvassa 4, A1-laatikko kuvaa heikkoja signaaleja, joiden perusteella voidaan tehdä havaintoja nuorten ylipainon lisääntymisestä. A2 - laatikko kuvaa havaintoja, joista voidaan päätellä yläasteikäisillä ylipainon lisääntyvän. B3 - laatikko kuvaa muutokseen työntäviä tekijöitä, jotka vaikuttavat enemmän rakenteissa. B4- laatikossa kuvaan konkreettisesti tekijöitä, joilla voidaan vaikuttaa yläasteikäisten ylipainon vähenemiseen. C5- laatikolla kuvaan yhteiskunnan rakenteissa olevia tekijöitä, jotka hidastavat ylipainon vähenemistä. C6- laatikossa kuvaan ylipainon kehityksen trendiä pidemmältä ajalta.

A1. Havainnot siitä, että jotain on ehkä muuttumassa: mittaukset kouluterveys kyselyssä ja kouluterveydenhoitajan havainnot.	A2. Havainnot siitä, että kaikki jatkuu kuten tähän asti: aikuisiän diabeteksen lisääntyminen ja henkilön yksilöllisten tekijöiden vaikutus. Kulttuurisesti ei muutosta tapahtumassa.
A3. Muutokseen työntävät tekijät: hoitokeiju, perheen elämäntyyli, ennalta ehkäisy jo lapsuudessa, terveelliset elämäntavat ja kokonaisvaltainen hyvinvointi, vastuullinen median ja markkinoinnin rooli.	B4. Muutokseen vetävät tekijät: perheen säännölliset ateriat, tasapainoisen ruokakulttuurin ylläpitäminen, hyötyliikunnan lisääminen ja energia juomien käytön vähentäminen. Kokonaisuudessaan elämän hallinta sekä lasten ja nuorten ylipainoon puuttuminen.
C5. Suuret muutosta hidastavat tekijät: kulttuurilliset muutokset, yhteiskunnan kehitys ja ajallisesti runsas teknologian käyttö.	C6. Pitkäaikaiset kehityskulut: ylipainoisten nuorten määrä on ollut jatkuvasti nousussa.

Kuva 4. Kehitykseen vaikuttavia tekijöitä

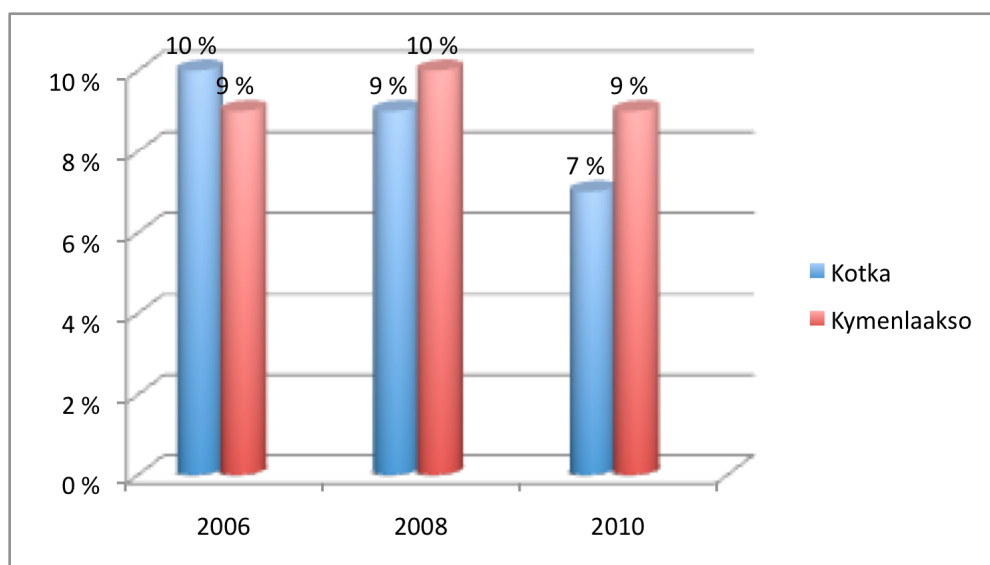
Laatikossa kuvaamani tekijät olen koonnut aineistosta, jolla olen nuorten ylipainon lisääntymiseen perehtynyt. Keskeisiksi voimakkaiksi tekijöiksi on noussut kulttuurilliset muutokset, jotka korostavat nopea tempoista kulttuuria. Hektinen nykyaika näkyy pikaruoka kulttuurissa, jossa suositaan suuria annoksia. Median vastuu on tärkeä erilaisten mielikuvien luomisessa. Murrosikäinen, joka etsii omaa identiteettiään, on

herkkä reagoimaan medialta tulevaan mainontaan. Näillä tekijöillä voi olla suuri vaikutus nuoren hyvinvointiin. Ylipainon lisääntymiseen vaikuttamisessa tärkeintä on tapaino ja elämän hallinta. Energia juomien kulutus on asia, joka on näkynyt nuorten ylipainon lisääntymisessä. Rungas tietokoneen ja pelikonsolien käyttö vie aikaa muulta vapaa ajalta, jolloin esim. liikunta jää helposti pois. Nuorten ylipainon lisääntymisessä korostuvat ennaltaehkäisy sekä perheen tärkeys asian tukemisessa. Kouluterveydenhuollon kehittämät puuttumismallit eivät ole tuottaneet toivottavaa tulosta, mikä kertoo siitä, ettei yksittäisen tahon puuttuminen riitä. Tarvitaan niin kulttuurillisesti kuin valtakunnallisesti isoja muutoksia asian vakavuuden ymmärtämiseksi. Mikäli haastetta ei ymmärretä sen vaatimalla tavalla, on siitä tulevaisuudessa isoja kysymyksiä kansanterveyden kannalta.

### 4.3 Koulukiusaaminen

#### 4.3.1 Kirjallisuuden näkymiä

Tutkimuksen mukaan Kotkassa koulukiusaaminen on jonkin verran vähentynyt säännöllisesti. Vuonna 2006 kyselyyn vastasi kotkalaisia 8. ja 9. – luokan oppilaita 985 ja koko Kymenlaaksossa 3459 oppilasta. Vuonna 2008 kotkalaisia 8. ja 9. – luokan oppilaita vastasi 983 ja koko Kymenlaaksosta 3536 oppilasta. Vuonna 2010 kotkalaisia 8. ja 9. -luokan oppilaita vastasi 1041 ja koko kymenlaaksosta 3537 oppilasta. (Kuva 5) (Kouluterveyskysely. Kotkan kuntaraportti 2010.)



Kuva 5. Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa. Kuva on tehty vain kuvaamaan kehityksen kulkua.

Suomen perusopetuslain 29 §:n (1999) mukaan jokaisella opetukseen osallistuvalla on oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön. Lakia täydennettiin vuonna 2003 niin, että jokaisen opetuksen järjestäjän tulee laatia opetussuunnitelman yhteydessä suunnitelma oppilaiden suojaamiseksi väkivallalta, kiusaamiselta ja häirinnältä sekä valvoa näiden toteutumista. Vuonna 2008 Kymenlaakson kouluterveys - raportissa tuotiin esille, kuinka erilaisista hankkeista huolimatta muutokset kiusaamisen vähenemisestä ovat hyvin vähäiset. Vuoden 2008 raportissa vähintään kerran viikossa koulukiusatuksi joutui kymmenen prosenttia Kymenlaakson yläluokkalaisista. Koulukiusaaminen kosketti poikia tyttöjä yleisemmin. Nyt uudessa vuoden 2010 kouluterveyskyselyssä kymenlaaksossa koulukiusaaminen koki 9% 8. ja 9. -luokkalaisista. (Kouluterveyskysely. Kymenlaakson raportti 2008, 41 - 42.)

Haluan tuoda esille myös Mannerheimin lastensuojeluliiton vuonna 2009 tekemää tutkimusta yli 15 000 oppilaasta yläkoulussa, lukiossa ja ammattikoulussa. Tutkimuksessa kartoitettiin koulun hyvinvointia ja kiusaamista. Internet-kyselyyn vastanneista 75 % oli tyttöjä ja 25 % poikia. Tutkimus toi esille, kuinka nuoret kertovat kiusaamisesta omille vanhemmilleen tai opettajalle. Kiusatut nuoret kokevat omille vanhemmille kertomisesta olevan hyötyä. Kuitenkin yli puolet nuorista koki, ettei koulun henkilökunnalle kiusaamisesta kertomisesta ollut mitään hyötyä. Joka kymmenes koki, että tilanne oli vain pahentunut puhumisen jälkeen. (Kiusaamisen ehkäiseminen 2009)

Edellä olevat tutkimustulokset ovat surullista luettavaa. Koulukiusaaminen on valitettavasti hyvin tavallinen ilmiö niin Suomessa kuin muuallakin. Kiusaaminen on yleisemmin sanallista pilkantekoa tai epäsuoraa eristämistä, syrjimistä ja toisten kääntämistä kiusattua vastaan. Mielipahaa aiheutetaan toistuvasti yhdelle nuorelle ja häntä alistetaan järjestelmällisesti. KiVa Koulu – hankkeen yhteydessä toteutettu tilanne kartoitus toukokuussa 2009 tuo esille, kuinka itsensä kiusatuksi kokevien lasten määrä vähenee iän myötä. Kartoitus tuo esille, kuinka kiusattujen ja kiusaajien määriä koskevat kehityskulut merkitsevät sitä, että yläkoulussa jokaista kiusattua kohti on useampi kiusaaja. Yläkoulussa kiusattujen tilanne on muutenkin hankala, sillä iän myötä oppilaiden asenteet muuttuvat enemmän kiusaamista hyväksyväksi ja oppilaat kertovat kiusaamisesta yhä harvemmin. (Salmivalli 2010, 17 - 20 ).

Epäluottamus siihen, että kiusaamisesta kertominen vaikuttaisi kiusaamista vähentävästi on usein merkittävä syy yläasteella, ettei kiusaamista tuoda esille. Myös pelko

kiusaamisen pahenemisesta nostaa kynnystä kertoa kiusaamisesta aikuisille. Kiusaamiseen ja aggressiiviseen käyttäytymiseen on kuitenkin koulussa puututtava aktiivisesti. Kiusaamisesta tulee ilmoittaa opettajalle tai muulle koulun työntekijälle heti, kun asia on tullut ilmi. Tärkeää on kuitenkin keskustella nuoren kanssa rauhassa kiusaamisesta ja yhdessä miettiä, miten asian kanssa edetään, jotta kiusattu tietää, kuinka aikuiset asian suhteen toimivat. (Salmivalli 2010, 17 - 20 ).

Koulukiusaamisesta on keskusteltu suomalaisessa yhteiskunnassa paljon jo lähes kahden vuosikymmenen ajan. Kuitenkin näyttöä siitä, että kiusaaminen olisi vähentynyt, ei juurikaan ole. On myös valitettavaa, että raaimpien kiusaamistapausten suhteellinen osuus on tänä aikana kasvanut. Voi hyvinkin ajatella, että myös tämä asia kertoo niin kiusattujen kuin kiusaajien nuorten voivan huonosti. Tämä on mielestäni yksi osa sitä tarinaa, jossa voimme miettiä, mitä me aikuiset teemme tai jätämme tekemättä. Itse olen sitä mieltä, että on syytä katsoa meihin aikuisiin. Tutkimuksissa, joissa on tutkittu kiusaamisen välittömiä vaikutuksia, on todettu kiusatuksi joutumisen olevan yhteydessä ahdistuneisuuteen, kielteiseen minäkuvaan, itsetuhoisuuteen ja masentuneisuuteen. Vuosina 1978 – 1997 tehtyihin tutkimuksiin perustuvassa meta – analyysissään David Hawker ja Michael Boulton (2000) totesivat masentuneisuuden merkittävimmäksi kiusaamiseen liittyväksi psykososiaaliseksi ongelmaksi. (Salmivalli 2010, 26 – 27.)

Haluan tuoda esille myös nettikiusaamisen, joka on tänä päivänä hyvin vakava ongelma, ja tuo esille varmasti yhtä kiusaamisen rankimmista puolista. Nettikiusaamisessa saavutetaan hyvin suuret joukot, mikä voi tehdä tilanteesta hyvin epätoivoisen kaikkien osapuolten kannalta. Kiusaaminen on uhria erityisen vahingoittavaa, hän leimautuu suuren nuorisojoukon edessä. Nettiin päätyntä kuvamateriaalia on vaikea saada pois. Nettikiusaaminen poikkeaa hyvin vähän koulukiusaamisesta. Netti on vain väline ihmisten toiminnalle, joten lähes kaikki koulukiusaamisen muodot ilmenevät myös nettissä. Verkossa valokuvia muunnellaan ja manipuloidaan, juoruja ja perättömiä puheita laitetaan erilaisille foorumeille. Nettikiusaaminen on usein joko alku tai jatkoa koulukiusaamiselle. Kiusaaja on usein ennalta tuttu, esimerkiksi entinen paras kaveri. Vaikka nettikiusaaminen ei satu fyysisesti, netin kautta singotut iskut tuntuvat silti yhtä pahalta kuin kasvotusten. (Hietala, Kaltiainen, Metsärinne & Vanhala 2010, 51.)

Internetissä kynnyks kiusata on alhaisempi. Kiusaaja saattaa luulla, että hän ei voi jäädä kiinni. Lähes aina nettikiusaaja pystytään kuitenkin tunnistamaan, viimeistään palvelun ylläpidon ja poliisin yhteistyöllä. Kiusatun kannattaa tallentaa todisteet kiusaamisesta. Nettikiusaamista ei missään tapauksessa tarvitse sietää, ja siihen pitää olla keinoja puuttua. On tärkeää kannustaa nuorta kertomaan asiasta aikuiselle kunnes asiaa todella puututaan.

Kouluilla on tärkeä rooli lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämisessä, sillä he viettävät suuren osan ajastaan niiden vaikutuspiirissä elämänvaiheessa, jossa kehitys ja kasvu on voimakasta. Koulut tavoittavat koko ikäluokan, joten koulujen hyvinvoinnin edistämistyö on lähtökohtaisesti tasa-arvoista. Lain mukaan koulujen ja oppilaitosten tehtävä on oppimisen ja opiskelutaitojen lisäksi lasten ja nuorten hyvinvoinnista huolehtiminen ja heidän ohjaamisensa omaa elämää koskevissa asioissa. Koulujen tulisi huolehtia turvallisen ja terveellisen opiskeluympäristön luomisesta sekä laadittava tähän liittyen muun muassa suunnitelmat oppilaiden suojaamiseksi väkivallalta, kiusaamiselta ja häirinnältä. (Bardy, Salmi & Heino 2001, 79.)

#### 4.3.2 Malleja koulukiusaamisen selvittelyyn ja ennalta ehkäisyyn.

Pikasin malli on ruotsalaisen Anatol Pikasin 1970 – luvulla kehittämä malli kiusaamistapausten selvittämiseksi. Pikasin malli perustuu yksittäisten oppilaiden kanssa käytyihin keskusteluihin. Pikas kuitenkin tuo esille kiusaamisen olevan ryhmäväkivaltaa, jossa keskinäinen vuorovaikutus vahvistaa toinen toistensa käyttäytymistä. Selvittämiskeskustelu voi oppilaiden kanssa käydä koulun aikuinen esim. opettaja, koulukuraattori tai koulupsykologi. Malli pitää sisällään kaksi selvittämiskeskustelun mallia, joista toinen malli korostaa enemmän autoritaarista otetta. Mallissa aikuinen tekee selväksi, että kiusaamisen on loputtava. Yhteisen huolen menetelmä korostaa pehmeämpää lähestymistapaa, jossa pyritään saamaan aikaan yhteinen huoli kiusatusta ja sen myötä kiusaajaa pyritään haastamaan kiusaamisen lopettamiseen. (Salmivalli 2010, 76 – 79.)

Pikasin menetelmä on nykyisin maailmanlaajuisesti melko tunnettu, ainakin kiusaamiseen perehtyneiden tutkijoiden parissa. Positiivisena on pidetty Pikasin konkreettisesti esille tuomia selvittelykeskusteluja. Keskustelujen taustalla on selkeä näkemys, teoria kiusaamisesta. Positiivisena on myös pidetty sitä, ettei oppilaan kanssa tarvitse lähteä väittelyyn siitä, kuka on syyllinen ja kuka ei ole. (Salmivalli 2010, 80 – 82.)

Isossa – Britanniassa Barbara Maines ja George Robinson kehittivät mallin, joka muistuttaa paljon edellä kuvattua Pikasin mallia, jota kutsutaan nimellä No Blame Approach. Keskeisenä lähtökohtana yhteisen vastuun osoittaminen syyttelyn sijaan. Menetelmässä lähdetään liikkeelle ensisijaisesti kiusatun kanssa keskustelusta, jonka jälkeen seuraa ryhmäkeskustelu kaikkien kiusaamisen osallistujien kesken. Ratkaisukeskeisyys on varmasti tämän menetelmän vahvuutena. Menetelmä on myös saanut paljon kritiikkiä siitä, kuinka kiusaamiseen voidaan puuttua kiusaajia syyllistämättä. (Salmivalli 2010, 83 – 85.)

Farsta-menetelmä on ruotsalaisen Karl Ljungströmmän (1990) kehittämä malli. Menetelmän perustana kiusaamisen vastainen työryhmä, joka selvittelee kiusaamistapauksia. Kiusaamistapausten tullessa esille siitä ilmoitetaan selvittelytiimille, josta vähintään kaksi aikuista lähtee tapausta selvittämään. Selvittelytiimi kerää tietoa tapauksesta mahdollisimman paljon ennen oppilaiden keskusteluja ja arvioi, kuinka systemaattista kiusaaminen on. Toinen porras on keskustella asiasta kiusatun kanssa, minkä jälkeen lähdetään yksilökeskusteluihin kiusaajien kanssa. Tarkoituksena on, että keskustelut tulevat oppilaille yllätyksenä. Seurantakeskustelut määräytyvät kiusaamisen vakavuuden mukaan. Seuraavassa portaassa vasta ilmoitetaan kiusatun kotiin, mutta kiusaajan kotiin ei välttämättä suositella ollenkaan yhteydenottoa, ei ainakaan ennen kuin asiat on koulussa selvitetty. (Salmivalli 2010, 84 – 85.)

KiVa Koulu -ohjelma on Turun yliopistossa kehitetty toimintamalli koulukiusaamisen vähentämiseksi. KiVa Koulu -ohjelmassa on hyödynnetty kiusaamista koskevaa tutkimustietoa sekä niitä kokemuksia, joita muista ohjelmista maailmalla on kertynyt. Ohjelma on tehty juuri suomalaisen kouluympäristöön soveltuvaksi. KiVa Koulu -ohjelman toimenpiteet kohdistuvat ennaltaehkäisevästi kaikkiin oppilaisiin. Kohdennetut toimet otetaan käyttöön kiusaamistapausten tullessa ilmi, toiminta kohdennetaan kiusaamiseen osallistuneisiin ja kiusattuihin. KiVa Koulu- ohjelman osa-alueet ovat monipuolinen materiaalia, joka on tarkoitettu opettajille, oppilaille ja vanhemmille. Keinona on myös koko ryhmään vaikuttaminen, jolloin korostetaan jokaisen vastuuta ryhmässä ehkäistä kiusaamista. (Sainio, Kaukiainen, Willför-Nyman, Salmivalli, Annevirta & Pöyhönen 2009, 4 - 6.)

Kiusaaminen on ollut paljon esillä ja myös edellä olevat mallit tuovat esille, kuinka kiusaamiseen puuttumista on paljon pohdittu ja kiusaamisen vastaisia menetelmiä ke-

hitetty. Miksi ei kuitenkaan ole tullut konkreettista muutosta asioihin? Kiusaamiseen puuttuminen ei siis takaa kiusaamisen loppumista. Tulos haastaakin kouluja kehittämään edelleen kiusaamiseen puuttumisen tapoja ja kuulemaan nuorten kokemuksia tehokkaista keinoista. Mielestäni koulun positiivinen henki niin henkilökunnan kuin koko koulun kesken on erityisen tärkeää.

Tietyt mallit, esim. KiVa Koulu – malli ovat varmasti merkittäviä ja pitävät kiusaamista esillä. Ensisijaisen tärkeää on mielestäni kuitenkin koko koulun yhteinen linja asiassa. Koulun on tärkeää löytää koulun omat käytännöt asioiden hoitamiseen. Käytäntöjen tulee olla sellaisia, joihin jokainen voi kokea sitoutuvansa. Hienot mallitkaan ei auta, jos niihin ei todella sitouduta. Kiusaamistilanteet varmaan vaativat myös tilannekohtaista arviointia ja sen mukaan tilanteeseen puuttumista. Itse kyseenalaistan sitä, onko yhden mallin mukaan hoidettavat kiusaamisen selvittelyt kuitenkaan se hedeelmällisin vaihtoehto. Mielestäni kiusaamisen selvittely vaatii aikuiselta herkkyyttä lukea tilannetta ja pohtia tarkkaan, kuinka asiassa edetään, koska liian usein riskinä on se, että kiusaaminen pahenee.

Ajattelen, että hyvin tärkeä paino on myös sillä, mitä me aikuiset sallimme. Pidetäänkö normaalina sitä, että nuoret huutelevat toisilleen homotteluja, huoritteluja yms.? Mielestäni koulun sekä luokan ilmapiiri koostuu juuri näistä tilanteista. Nuoret ovat varmasti aina heittäneet omaa “läppäänsä” ronskiakin kieltä. Mutta missä menee raja? Mielestäni se raja kuuluu meidän aikuisten asettaa niin koulussa kuin kotonakin. Usein pohdin myös sitä, mikä meiltä aikuisilta jää näkemättä tai tunnistamatta.

Omassa työssäni nuorten ja lasten kanssa viesti on jo useamman vuoden ajan lähes poikkeuksetta ollut se, että aikuiset eivät puutu vaikka näkevät. Nuorilta viesti on selvä: kiusaamista on paljon. Nuoret eivät koe aikuisten puuttuvan riittävästi ja riittäväällä tavalla. Suurena pelkona on tilanteiden paheneminen. Huolestuttava on myös se viesti, että nuoret eivät usko aikuisten voivan asioille mitään. Nuoret ovat asiantuntijoita sen aistimisessa, ovatko tilanteet aikuisten hallinnassa vai eivät.

Kodin ja koulun välinen hyvä yhteistyö ja hyvän keskusteluyhteyden luominen on hyvä perusta myös mahdollisesti eteen tulevissa ongelmatilanteissa. Koulujen olisi edelleen hyvä kehittää yhdessä kotien kanssa kodin ja koulun yhteistyömuotoja ja toimintatapoja ongelmien ennaltaehkäisyyn, niiden varhaiseen tunnistamiseen sekä siihen, kuinka ongelmatilanteisiin puututaan. Kiusaamis- ja väkivaltatilanteissa kodin ja kou-



lun yhteistyössä tulevat yleensä esille yksilökohtaiset ratkaisut. Ryhmäilmiönä tapahtuvan kiusaamisen tulisi olla kaikkien vanhempien tiedossa. Koulu yhteistyön kaikkien jäsenten yhteistä vastuullisuutta turvallisen opiskelu ympäristön aikaan saamisessa olisi aikaisempaa enemmän korostettava kodin ja koulun yhteistyössä. Kiusaamiseen ja väkivaltaan liittyvissä ongelmissa on tärkeää, että yhteydenpito toimii kaikkien osapuolien kesken. Ongelmiksi muodostuvat erityisesti sellaiset tilanteet, joissa kodin ja koulun näkemykset ongelmatilanteista ovat erilaiset. Perheen elämäntilanteen takia yhteydet kotiin voivat olla joskus ongelmalliset. Etenkin väkivalta- ja kiusaamistapa-uksissa yhteydenotto kiusaamiseen syyllistyneen kotiin vaatii erityistä taitoa. (Sainio, Kaukiainen, Willför-Nyman, Salmivalli, Annevirta & Pöyhönen 2009, 34 - 35.)

#### 4.3.3 Yhteenveto koulukiusaamisen kehitykseen vaikuttavista tekijöistä

Kehikon lähtökohtana on kuvata kouluterveyskyselyiden esille tuomaa huolta koulukiusaamisen lisääntymisestä. Tarkoituksena on kuvata tekijöitä, joilla voidaan vaikuttaa koulukiusaamisen vähenemiseen. Kehikko kuvaa tekijöitä, joista voidaan päätellä koulukiusaamisen olevan haasteena. Näiden asioiden tiedostaminen mahdollistaa tulevaisuuden kehitykseen vaikuttamista.

Kuvassa 6, A1-laatikko kuvaa heikkoja signaaleja, joiden perusteella voidaan tehdä havaintoja koulukiusaamisen lisääntymisestä. A2 -laatikko kuvaa havaintoja, joista voidaan päätellä koulukiusaamisen lisääntyvän. B3 -laatikko kuvaa muutokseen työntäviä tekijöitä, jotka vaikuttavat enemmän rakenteissa koulukiusaamisen vähentämiseksi. B4-laatikossa kuvaan konkreettisesti tekijöitä, joilla voidaan vaikuttaa koulukiusaamisen vähenemiseen. C5 -laatikolla kuvaan tekijöitä, jotka vaikeuttavat koulukiusaamisen valvomista. Tekijät voivat vaikuttaa koulukiusaamiseen ei toivotulla tavalla. C6-laatikossa kuvaan koulukiusaamisen pidempi aikaista kehityksen suuntaa.

<p>A1. Havainnot siitä, että jotain on ehkä tapahtumassa: Muutokset kouluterveyskyselyssä, oppilailta tulevat viestit kiusaamisesta ja opettajien havainnot.</p>	<p>A2. Havainnot siitä, että kaikki jatkuu ehkä ennallaan: koulu poissaolot, nuorten pahoinvoinnin lisääntyminen, ahdistuneisuus, kielteinen minäkuva, itsetuhoisuus ja masentuneisuus. Epäluottamus, että aikuiselle kertominen vähentäisi kiusaamista jolloin pelkona on kiusaamisen paheneminen.</p>
<p>B3. Muutokseen työntävät tekijät: Kodin ja koulun yhteistyö, mallit koulukiusaamisen selvittelyyn ja ennalta ehkäisyyn, perusopetuslaki ja koulun hyvä ilmapiiri.</p>	<p>B4. Muutokseen vetävät tekijät: koulun omat toimintamallit, koulun ilmapiiri, tukioppilastoiminta kiusaamisen ennalta ehkäisyssä, kiusaamiseen puuttuminen, kyselytutkimukset ja haasteen tiedostaminen.</p>
<p>C5. Suuret muutosta hidastavat tekijät: nettikiusaaminen, kiusaamisen väliaineet ovat monipuolistuneet, ajallisesti runsas tietokoneen käyttö ja perheiden ongelmien monisyisyys.</p>	<p>C6. Pitkäaikaiset kehityskulut: Selviä tuloksia koulukiusaamisen vähentymisestä ei ole.</p>

Kuva 6. Kehitykseen vaikuttavia tekijöitä

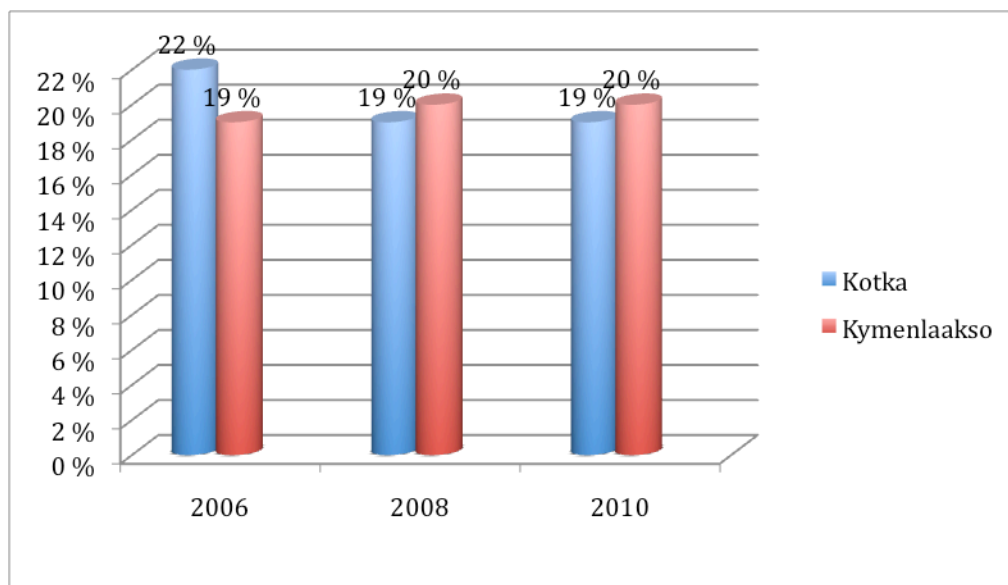
Laatikossa kuvaamani tekijät olen koonnut aineistoista, joilla olen koulukiusaamisen esiintyvyyteen perehtynyt. Koulukiusaaminen on noussut esille hyvin laajana ja moniulotteisena haasteena. Havaintoja koulukiusaamisen vähenemisestä tai lisääntymisestä voidaan tehdä erilaisten kyselyiden kautta sekä nuorilta tulleen viestin perusteella. Yläasteikäisen kohdalla koulukiusaamisen seuraukset näyttävät usein masentuneisuutena, itsetuhoisuutena, koulu poissaoloina, sekä voimakkaana pahoinvointina. Nuoret eivät useinkaan usko, että kiusaamiseen voidaan puuttua, mikä estää kiusaamisesta kertomisen. Kiusaamisen ennalta ehkäisyyn ja siihen puuttumisen ehtona on haasteen myöntäminen. Koulukiusaaminen on aina koko kouluyhteisön ongelma ei yksittäinen asia. Erityisen tärkeää on yhteisönä omien menetelmien luominen ja asioihin sitoutuminen. Suuri vastuu tästä asiasta kuuluu aikuisille. Aikuisen vastuu on kuulla, mitä nuorilla on sanottavaa, sekä puuttua asioihin. Aikuisten luoma koulun ilmapiiri

vaikuttaa myös nuoriin. Aikuisten vastuun kantamisen jälkeen voidaan vastuuta vaatia myös nuorilta. Koulun kanssa tärkeässä asemassa on perheiden hyvinvointi ja heidän panoksensa kiusaamisen lopettamiseksi. Koulun ja kodin yhteistyö on todella tärkeää.

#### 4.4 Fyysisen uhkan kokeminen

##### 4.4.1 Kirjallisuuden näkymiä

Fyysisen uhan kokemisen mittaaminen koostui seuraavista tekijöistä; nuorelta on varastettu tai yritetty varastaa käyttämällä väkivaltaa tai uhkaamalla väkivallalla, uhattu vahingoittaa tai hänen kimppuunsa on käyty fyysisesti vuoden aikana. Vuonna 2006 kyselyyn vastasi 985 kotkalaista 8. ja 9. – luokan oppilasta ja koko Kymenlaaksossa 3459 oppilasta. Vuonna 2008 kotkalaisia 8. ja 9. –luokan oppilaita vastasi 983 ja koko Kymenlaaksosta 3536 oppilasta. Vuonna 2010 kotkalaisia 8. ja 9. -luokan oppilaita vastasi 1041 ja koko Kymenlaaksosta 3537 oppilasta. Kuva 7: (Kouluterveyskysely. Kotkan kuntaraportti 2010.)



Kuva 7. Kokenut fyysistä uhkaa vuoden aikana. Kuva on tehty vain kuvaamaan kehityksen kulkua.

Väkivaltaisten nuorten määrä on lisääntynyt, samoin niiden määrää, jotka ovat joutuneet väkivaltaisen käytöksen uhriksi. Väkivaltainen käytös on aina hyvin huolestuttavaa. ADHD- tyyppistä oireilua on hyvin paljon, ja se näkyy jo päiväkodeissa eri tavalla levottomien lasten määrän lisääntymisenä. On todettu, että ADHD-häiriössä (tarkkaavaisuus- ja ylivilkkaisuushäiriö) perinnöllisyystekijöillä on suuri vaikutus. Mikään

lasten ja nuorten mielenterveyden häiriö ei kuitenkaan puhkea pelkästään geeniperimän pohjalta, vaan ympäristöllä on aina oma osuutensa sen ilmenemisessä. (Sinkkonen 2008, 133-134.)

Hyvin levottomaksi ja stressaavaksi muuttuneella ympäristöllä on varmasti suuri vaikutuksensa levottomuushäiriöiden ja aggressiivisuuden lisääntymiseen. Lasten keskushermosto on kuormittunut jo hyvin varhain, mikä altistaa erilaiselle levottomalle käytökselle. Ympäristöstä tuleva runsas ärsyketulva murtaa ne suojamekanismit, joita lapsella on kuormittumista vastaan. Tämä tapahtuu jo hyvin varhain, mikä ohjaa kehitystä ja kasvua jatkossa voimakkaasti. ADHD:ssa on todettu olevan kyse juuri liiallisesta ärsyketulvasta, jota keskushermosto ei pysty suodattamaan. Vaikeista aikuisiän väkivaltakäytöksessä – ja sen syitä pohdittaessa on usein todettu häiriön alkaneen jo lapsuusiässä. (Sinkkonen 2008, 134 - 135.)

Murrosiässä nuoruuteen kurkottava lapsi on jättämässä jäähyväisiä lapsuudelle. Valtavassa murroksessa mieli on usein kuohuksissa ja menee ääripäästä toiseen. Rinnalla kulkee usein voimakas epävarmuus omasta pärjäämisestä kodin ulkopuolella. Voimakkaat tunteet ryöstäytyvät välillä nuoren hallinnasta. Aggressio on edellä mainituissa vaiheissa välttämätön ja kehitystä tukeva voima. Nuorten suuria, voimakkaita ja joskus pelkoakin herättäviä tunteita on kohdattava kotona ja koulussa. On kuitenkin tärkeää muistaa tunteen ja käyttäytymisen olevan kaksi eri asiaa. Aggressiivisuus tunteena on täysin hyväksyttävää, mutta aggressiivisuus käyttäytymisenä ei ole hyväksyttävää missään tilanteessa. (Sinkkonen 2008, 139).

Tuoreen yhdysvaltalais-japanilaisen tutkimuksen mukaan väkivaltaisten tietokone- ja videopelien pelaaminen lisää nuorten aggressiivista käyttäytymistä. Kyseessä on ensimmäinen pitkittäistutkimus, jossa väkivaltapelien vaikutuksia on selvitetty eri kulttuureissa. Verrattaessa väkivaltaisista pelejä pelaavia muihin nuoriin, ilmeni, että paljon pelaavien nuorten käytös muuttui aggressiivisemmaksi seurannan aikana. Yhteys oli voimakkaampi, mitä enemmän nuori pelasi. Toisten potkiminen, lyöminen ja muunlainen aggressiivisuus lisääntyivät riippumatta siitä, kuinka väkivaltaisista nuoret olivat olleet tutkimuksen alussa. Erittäin merkittävänä pidettiin sitä, että tulokset olivat samanlaiset Yhdysvalloissa ja Japanissa, vaikka maiden kulttuurit ja yhteiskunnalliset olot olivat hyvin erilaiset. (Pediatrics: Official journal of the american academy of pe-

diatrics: Longitudinal Effects on violent video games on aggression in Japan and United States 2008.)

Eri yliopistojen tutkijat keräsivät yhteen poikkeuksellisen laajan tutkimusaineiston, Iowan yliopiston johdolla. Tutkimukseen kerättiin yhteensä 130 tutkimusta, joissa oli mukana yli 130 000 eri-ikäistä lasta ja nuorta eri kulttuureista. Tutkimuksessa tultiin siihen tulokseen, että väkivaltaiset pelit tekevät lapsista ja nuorista aggressiivisempia ja vähemmän empaattisempia riippumatta iästä, sukupuolesta tai kulttuurista. Rungas altistuminen väkivaltapeleille lisää myös aggressiivista ajattelua ja aggressiivisia tunteita. (Iowa State University: Isu study proves conclusively that violent video game play makes more aggressive kids 2008.)

Alle 15- vuotiaalla ei ole rikosoikeudellista vastuuta. Poliisin tilastot eivät mitenkään kuvasta todellista tilannetta, nuoriin kohdistuneesta väkivallasta. Arvio on, että poliisin tilastot näyttäisivät noin 5 prosenttia totuudesta. Poliisin arvio siitä, miksi heidän tilastot eivät kuvaa oikeita lukuja on se, että nuorilla on todella korkea kynnys tuoda itseensä kohdistunutta väkivaltaa esille. Esimerkiksi bileissä tapahtunutta pahoinpitelyä tai vastaavaa tilannetta harvoin aikuiselle kerrotaan. Nuori jää usein yksin nuolemaan haavojaan, ellei aikuinen huomaa fyysisiä vammoja. Mikäli aikuiset tappelevat nakkikioskilla, tehdään siitä usein ilmoitus poliisille, kun taas koulunpihalla ollut tapelu harvoin poliisille päättyy. Lievä pahoinpitely on astunut 1.1.2011 yleisen syyttäjän alla olevaksi rikokseksi. Nähtäväksi jää, madaltaako uusi laki kynnystä ilmoituksen tekoon. (Kvist 20.1.2011.)

Väkivallan seurauksia pyritään vähentämään kansallisen väkivallan vähentämishjelman avulla. Ohjelman tavoitteena on yhtenäistää väkivaltaa ehkäisevää politiikkaa ja sen toimeenpanoa kaikilla tasoilla sekä tehostaa eri viranomaisten yhteistyötä niin, että tietojen luovutus olisi helpompaa. Etelä – Kymenlaakson perhepalveluverkoston hankkeen tavoitteena on luoda selkeät toimintaperiaatteet ja joustavat yhteistyömallit lasten ja nuorten parissa työskentelevien toimijoiden kesken ja vahvistaa varhaisen tuen ja puuttumisen toteutumista jo peruspalveluissa. Yhtenä erittäin tärkeänä asiana on edistää lasten ja nuorten osallisuutta. Kaikilla näillä toimenpiteillä tuetaan lasten, nuorten ja perheiden hyvinvointia sekä ennaltaehkäistään ongelmia mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. (Perhepalveluverkosto 2011).

Asosiaalisista ja aggressiivisista lapsista kasvaa usein ongelmanuoria ja rikollisia aikuisia. Tarvitaan paljon ennaltaehkäisevää työtä jo hyvin varhaisessa vaiheessa. Aggression portaat on malli, jolla on mahdollisuus tehdä ennalta ehkäisevää työtä esimerkiksi kouluissa ja päiväkodeissa. Ryhmissä voidaan toteuttaa mallia, vaikka varsinaista ongelmaa aggressio käyttäytymisestä ei olisikaan. Aggressiokasvatuksen keinoin, lapsille ja nuorille on mahdollisuus opettaa vaihtoehtoisia tapoja aggressiotunteiden purkamiseen, jotteivät ne purkaudu väkivaltana ja rikollisuutena. Näillä voidaan antaa keinoja ennalta ehkäistä aikuisten tuhoavaa ja rikollista käyttäytymistä. (Cacciatore 2007, 84.)

Väkivalta on suuri ongelma tämän päivän suomalaisessa yhteiskunnassa ja ilmiönä läsnä jo lasten maailmassa. Pienetkin lapset seuraavat viihteellistä väkivaltaa eri medioissa ja monella on omakohtaisia kokemuksia väkivallasta. Kokonaiskuva lapsiin kohdistuvasta väkivallasta ei ole mitenkään helppo tulkittava, koska tietolähteet ovat puutteellisia. Aggression portaat on malli, joka pyrkii tarjoamaan väkivaltaa ehkäisevän mallin, jossa väkivaltaan suhtaudutaan ennalta ehkäisevästi, ei seurauksia hoitaen. Aggression portaat on malli, jota opettajilla on mahdollisuus käyttää lapsen ja nuoren itsenäistymisen, uhman ja muiden haastavien tunteiden käsittelyssä. Malli sopii hyvin varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen, sekä toisen asteen koulutukseen. (Cacciatore 2007, 10 - 11.)

#### 4.4.2 Yhteenvedo fyysisen uhkan kokemiseen vaikuttavista tekijöistä

Kehikon lähtökohtana on kuvata kouluterveyskyselyiden esille tuomaa huolta fyysisen uhkan lisääntymisestä. Tarkoituksena on kuvata tekijöitä, joilla voidaan vaikuttaa fyysisen uhkan kokemiseen. Kehikko kuvaa tekijöitä joista fyysisen uhkan kokeminen johtuu. Näiden asioiden tiedostaminen mahdollistaa tulevaisuuden kehitykseen vaikuttamista.

Kuvassa 8, A1- laatikko kuvaa heikkoja signaaleja, joiden perusteella voidaan tehdä havaintoja fyysisen uhkan lisääntymisestä. A2- laatikko kuvaa havaintoja, joista voi päätellä fyysisen uhkan kokemisen lisääntymisen jatkuvan. B3 -laatikko kuvaa muutokseen työntäviä tekijöitä, jotka vaikuttavat enemmän rakenteissa fyysisen uhkan vähentämiseksi. B4 -laatikossa kuvaan konkreettisesti tekijöitä, joilla voidaan vaikuttaa fyysisen uhkan vähenemiseen. C5- laatikolla kuvaan tekijöitä, jotka vaikeuttavat fyy-

sisen uhkan kokemiseen vaikuttamista. C6 - laatikossa kuvaan fyysisen uhkan pidempi- aikaista kehityksen suuntaa.

A1. Havainnot siitä, että jotain on ehkä muuttumassa: Kouluterveys kyselyissä esille tulleet havainnot sekä havainnot nuorilta tulevasta viestistä.	A2. Havainnot siitä, että kaikki jatkuu ennallaan: ADHD tyyppisen oireilun näkyminen runsaana jo hyvin nuorilla. Perheiden moniongelmaisuuden näkyminen. Nuorten pahoinvointi.
B3. Muutokseen työntävät tekijät: Lapsen ympäristö, vanhemmuus, ennaltaehkäisevä työ ja väkivallan vähentämishjelma.	B4. Muutokseen vetävät tekijät: väkivalta tietokonepelien ja konsulipelien vähentäminen, aggression portaat-malli, kiusaamiseen ja väkivaltaan puuttuminen sekä aiheesta tehtävät kyselytutkimukset.
C5. Suuret muutosta hidastavat tekijät: Runsas tietokoneen käyttö, levoton ja stressaava ympäristö, viihteellisen väkivallan seuraaminen mediassa, ongelmana on, ettei totuuden mukaisia tilastoja nuorten väkivallan lisääntymisestä ole saatu.	C6. Pitkäaikaiset kehityskulut: Fyysisen uhkan kokemisen lisääntyne.

Kuva 8. Kehitykseen vaikuttavia tekijöitä.

Laatikossa kuvaamani tekijät olen koonnut aineistosta, jolla olen fyysisen uhan kokemiseen perehtynyt. Fyysisen uhan kokemisen vastapuolella on aina teko joka aiheuttaa fyysisen uhan kokemisen. Voisi ajatella, että fyysisen uhan lisääntyneen kokemisen kautta myös uhkaa tuottava käytös on lisääntynyt. Uhkaavaa käyttäytymistä aiheuttavat tekijät löytyvät usein nuoren ympäristöstä ja muista sosiaalisista ongelmista. Nämä tekijät ovat samoja tekijöitä jotka ovat tärkeitä murrosikäisen hyvinvoinnissa. Hyvin laajalta näyttäytyy ADHD – tyyppisen oireilun näkyminen yhä nuoremmilla. Murrosikäinen, jolla oma identiteetti on tilapäisesti hajonnut reagoi ulkoapäin tuleviin ärskykeisiin herkästi. Väkivaltaisilla konsolipelien pelaamisella on suuri merkitys joidenkin nuorten käytökselle. Näillä asioilla päästään kokonaisuuteen, johon ei voi vaikuttaa yksittäisellä asialla vaan hyvinvointi koostuu monista tekijöistä. Fyysistä uhkaa nuo-

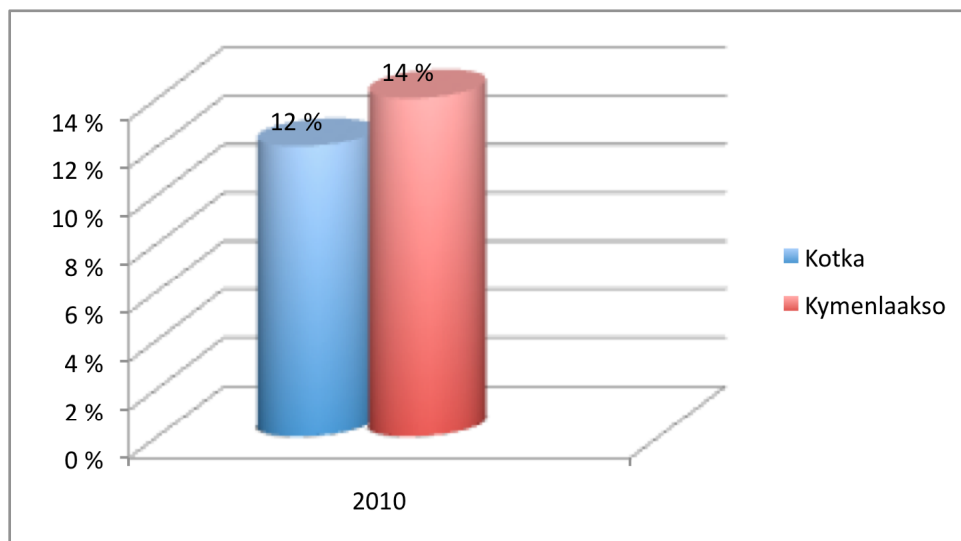
relle voi aiheuttavat myös omat vanhemmat. Vanhemmuuden tukeminen on ensisijaisen tärkeää sekä lastensuojelulliset toimenpiteet tarvittaessa.

Nuorten teot, jotka aiheuttavat fyysisen uhkan kokemista, kertovat nuorten pahoinvoinnista ja sen purkautumisesta vahingoittavalla tavalla. Toiminnan taustalla on epätoivoiset tunteet, jotka purkautuvat tekoihin. Näiden tunteiden tunnistamiseen ja niistä puhumiseen tarvitaan meidän aikuisten apua. Näiden asioiden työstämisessä aggressiion portaat on malli, jota voidaan soveltaa nuorten kanssa myös koulussa.

## 4.5 Seksuaalinen väkivalta

### 4.5.1 Kirjallisuuden näkymiä

Kokemukset seksuaalisesta väkivallasta mitattiin kolmella tekijällä; vastentahtoinen koskettelu, seksiin pakottaminen tai painostaminen sekä maksun tarjoaminen seksistä. Vuonna 2010 seksuaalista väkivaltaa kysyttiin kouluterveyskyselyssä ensimmäisen kerran. Kotkan osalta 12 % oli kokenut seksuaalista väkivaltaa viimeisen vuoden aikana joista 18% oli tyttöjä ja 6 % poikia. Kymenlaaksossa vastanneita oli 55 460 oppilasta 8. ja 9. –luokkalaisista. Kotkalaisista 8. ja 9. – luokan oppilaista vastanneita oli noin 1041 oppilasta. Kuva 9: (Kouluterveyskysely. Kotkan kuntaraportti 2010.)



Kuva 9. Kokenut seksuaalista väkivaltaa. Kuva on tehty vain kuvaamaan kehityksen kulkua.



Vasten omaa tahtoa tapahtuvaa seksuaalista toimintaa sanotaan seksuaaliseksi kaltoinkohteluksi. Tällaisia toimintoja ovat esimerkiksi seksiin tai vartaloon liittyvä seksuaalinen vihjailu, uhkailu, kiristäminen, johdattelu, viettely, lahjonta tai pakottaminen yhdyntään, suuseksiin tai suutelemiseen. Erittäin vakavana seksuaalisena kaltoinkohteluna on myös pakottaminen katsomaan tai kuuntelemaan seksiin liittyviä asioita. Myös luvatta kuvaaminen seksuaalisiin tarkoituksiin ja seksuaalisten kuvien levittäminen internetin kautta ovat seksuaalista kaltoinkohtelua. Kaltoinkohtelu voi tapahtua kasvotusten tai puhelimitse tai internetin välityksellä. Poikien kokema seksuaalinen väkivalta on tehtyjen tutkimusten mukaan luultua huomattavasti yleisempää. (Brusila, Hyvärinen, Kallio, Porras & Sandberg 2009, 29 - 31.)

Internetin välityksellä monet nuoret harjoittelevat sosiaalisten suhteiden luomista. Tietokoneen äärellä istuminen tarjoaa nuorelle helposti valheellisen turvallisuuden tunteen. Vanhempi voi olla jopa tyytyväinen, kun nuori pysyttelee kodin seinien sisällä eikä kaupungilla. Harvan nuoren kotona internetin käyttöä on rajattu konkreettisin keinoin esim. lapsilukoin, salasanoin yms. Internetin kasvottomuus mahdollistaa kuitenkin kaltoinkohtelua paljon. Tuntemattomista aikuisista varoittaminen ei riitä nuorelle ohjeeksi, koska tuttavuus on saattanut olla hyvinkin pitkä ennen tapaamisen toteutumista. (Brusila, Hyvärinen, Kallio, Porras & Sandberg 2009, 141 – 143.)

Nuorille tehdään (aikuisten taholta pääosin) seksuaalisia ehdotuksia ja tarjotaan rahaa tai muita hyödykkeitä, vastapalvelukseksi seksuaalisesta teosta yllättävissäkin paikoissa (bussipysäkillä, yleisillä paikoilla, netissä jne.). Millaisen kuvan tämä antaa nuorelle seksuaalisuudesta, vuorovaikutuksesta ja aikuisuudesta?

Aikuisen on erittäin tärkeää ymmärtää seksuaalisuuteen liittyvän normaalin ja huolestuttavan käyttäytymisen eron. Seksuaalisuuden portaat on malli, joka auttaa ymmärtämään normaalin seksuaalisen kehityskulun ja omaan tahtiin kulkemisen tärkeyden. Osa nuorista on varmasti hyvinkin tarkkoja ja tietoisia siitä, ettei heidän rajojaan rikota. He osaavat ja ymmärtävät suojella itseään. Sitten on nuoria, joiden oman kehon ja suojaamisen rajat ovat hyvin hauraat. Heillä ei välttämättä ole kokemusta siitä, että he ovat arvokkaita, tai kokemusta siitä, että heidän kehonsa ja he itse ovat suojelemisen arvoisia. Seksuaalisesti kaltoinkohdeltu tai aikuisen taholta rajattomuudelle altistettu nuori voi saada monenlaisia psyykkisiä vaurioita ja oirehtia hyvin eri tavoin. Nuoressa tämä voi näkyä eristäytymisenä sosiaalisista suhteista, väsymyksenä, ilottomuutena,

käytöshäiriöinä, vireystilan muutoksina ja alisuoriutumisena sekä fyysisenä oireiluna johon ei löydy syytä, itsetuhoisuutena ja viiltelynä. (Brusila.P, Hyvärinen.S, Kallio, Porras & Sandberg 2009, 41 – 43.)

Nuorten seksuaalista kaltoinkohtelua esiintyy paljon. Jokainen nuorten kanssa työskentelevä saattaa yllättäin joutua tilanteeseen, jossa nuori kertoo rankasta kokemuksestaan. Moni nuori kantaa harteillaan raskaita taakkoja, joista ei kerrota kevyesti. Heitä kohdatessaan on oltava valmis kuulemaan sellaista, mitä ei haluaisi kuulla. Seksuaalinen hyväksikäytön epäily on aina vakava asia ja koskettaa kaikkien asianosaisten hyvin henkilökohtaisia ja arkoja alueita. Asia herättää myös ammattihenkilöstössä monia tunteita. (Brusila, Hyvärinen, Kallio, Porras & Sandberg 2009, 10 - 11.)

NUSKA on nuorten seksuaalisen kaltoinkohtelun kohtaamisprojekti. Nuska – projekti on kohtaamis- ja verkostoitumismalli 12 –17 -vuotiaiden seksuaalista kaltoinkohtelua kokeneiden nuorten kohtaamiseen. NUSKA on toiminut vuosina 2006 –2008 sekä 2009 – 2010. Toimintaansa se jatkaa edelleen. Idea kohtaamisprojektiin oli lähtenyt Väestöliiton seksuaaliterveysklinikan Nuorten Avoimien Ovien toiminnasta. Työskentelyssä hyödynnetään tutkimustiedon ja kirjallisuuden lisäksi työntekijöiden kokemuksta seksuaalisesti kaltoinkohdeltujen nuorten parissa työskentelemisestä. Ammattilaisten tietämys nuoriin kohdistuneen seksuaalisen kaltoinkohtelun moninaisuudesta sekä taito kohdata kaltoinkohdeltu nuori on riittämätöntä ja resurssit ovat usein riittämättömät. Projektin kuluessa ilmiön ennaltaehkäisy on noussut tärkeäksi tavoitteeksi. (Brusila, Hyvärinen, Kallio, Porras & Sandberg 2009, 145 – 147.)

NUSKASSA on tullut esille, että nuoriin kohdistuva seksuaalinen kaltoinkohtelu on huomattavasti yleisempää kuin mitä osattiin ajatella. Tytöt hakeutuivat keskustelu piireihin huomattavasti yleisemmin kuin pojat. Poikien huono tavoitettavuus on tässä kohtaa huolestuttavaa. Poliisin paljastavassa tutkinnassa kuitenkin ilmeni, että vuonna 2006 merkittävä osa seksuaalirikoksen uhriksi joutuneista oli poikia. Myös poikien sitouttaminen avun piiriin on koettu hankalaksi. On selvää, että psykososiaalisen tuen tarjoajia on tarpeeseen nähden liian vähän. Nuorisopsykiatrian poliklinikalle odotusajat ovat venyneet liian pitkiksi. Kun nuori on valmis ottamaan apua vastaan, on sitä usein saatava heti. Nuori voi tulkita odottamisen mitätöinniksi. (Brusila, Hyvärinen, Kallio, Porras & Sandberg 2009, 148 – 149.)

Ammattilaisen tehtävä on ottaa seksuaalinen kaltoin kohtelu puheeksi, mikäli hän sitä epäilee. Tärkeää tuoda esille asiasta puhumisen merkitys, jotta nuorta voitaisiin auttaa. Kuuntele, mitä nuori kertoo, ja kirjaa kaikki ylös sanatarkasti, mitenkään johdattelematta. Tärkeintä on uskoa, mitä nuori kertoo. Nuoren kertomus voi olla hyvinkin epäjohdonmukainen ja sekava. Tärkeää on luoda nuorelle ilmapiiri siitä, että aikuinen kestää sen, mitä hänellä on kerrottavana. Nuorelle on tärkeää korostaa, kuinka rohkea hän on ollut puhuessaan asiasta, ja tukea ajatusta, ettei nuori ole tehnyt mitään väärää. Työntekijän vastuulla on ehdottomasti ohjata nuori saattaen avun piiriin. Lastensuojeluilmoituksen tekeminen on aivan ehdoton asia, joka täytyy tehdä. Laki velvoittaa lastensuojeluilmoituksen tekemiseen salassapitovelvoitteiden estämättä lastensuojelulain 5. luvun 25§ mukaan. (Brusila, Hyvärinen, Kallio, Porras & Sandberg 2009, 66 – 67.)

Kirsi Porras on yksi Väestöliiton seksuaaliterveysklinikan terapeuteista, joka tekee työtä seksuaalisesti kaltoinkohdeltujen nuorten kanssa. Kirsi Porras kertoo, kuinka seksuaalinen rajattomuus on räikeämpää kuin parikymmentä vuotta sitten: esim. moni mainos myy seksikkyydellä, kaikkea on luvallista näyttää kaikille. Seksuaalisen väkivallan lisääntymisestä on Kirsi Portaan mukaan vaikea sanoa suoraan mitään, sillä aiheesta ei ole tehty kyselyjä riittävän usein. Tyttöihin kohdistuvaa seksuaalista rajattomuutta on eri tutkimuksissa tarkasteltu. Vertailun tekee kuitenkin haasteelliseksi se, että eri tutkimuksissa on käytetty erilaisia kysymyksen asetteluja. Kysytyjä asioita on ollut seksuaalisesta hyväksikäytöstä, raiskauksista tai sen yrityksistä, insestistä ja sukupuolisesta häirinnästä. Pojilta näitä asioita ei ole juurikaan kysytty. (Porras, 21.2.2011.)

Kirsi Portaan mukaan seksuaaliselta väkivallalta ennaltaehkäisy pitäisi alkaa jo neuvolaiässä. Ennaltaehkäisy pitää sisällään vanhempien tukemista kunnioittamaan lapsen kehoa kauniin ja asianmukaisin kosketuksen kautta. Autetaan vanhempia tunnistamaan haasteellisia tunteita ja vahvistetaan vanhempien kiinnittymistä lapseensa. Päiväkoti-ikäisinä lapsille tulisi opettaa toisen ja oman kehon koskemattomuutta ja arvostamista. Nimittelyyn ja epäasialliseen kosketteluun puututaan asiallisesti. Lapselle siis asetetaan rajoja sen suhteen, mitä toiselle saa tehdä ja mitä ei tarvitse hyväksyä. Vanhemmuuden tukeminen kasvatustehtävässä ja tiedon jakaminen seksuaalisesta kehityksestä on äärimmäisen tärkeää. (Porras, 21.2.2011.)

Alakouluiässä on Kirsi Portaan mukaan tärkeää panostaa vanhemmuuden tukemiseen tuomalla tietoa seksuaalisen kehityksen tehtävistä ja vaiheista ja painottaa paljon ystävyyden ja kunnioittamisen merkitystä. Tärkeää olisi pitää yllä paljon keskustelua hyvistä tavoista ja käytännöstä sekä miettiä miltä tuntuu, jos jotakuta satutetaan henkisesti, fyysisesti tai seksuaalisesti. Tavoitteena tulisi olla antaa ymmärrystä lapsille siitä, että heidän keho ja kehittyvä seksuaalisuus ovat tärkeitä asioita joita kannattaa suojella. (Porras, 21.2.2011.)

Yläkoulu iässä Kirsi Portaan mukaan painottuu paljon edellä mainitut asiat varhaisemmista vaiheista. Tärkeänä murrosiässä korostuu seksuaalisuuden haltuunotto. Haastavuutensa asiaan tuo se, että murrosikään itsessään liittyy paljon haasteita, jolloin rajoja koetellaan entistä rajummin ja räikeämmin. Auktoriteettiuhma on voimakas ja kavereiden merkitys korostuu. Turvakasvatuksen merkitys nuorten kohdalla tulee nähdä oman kehon turvaamisena, omien ja toisen ihmisen rajojen kunnioittamisena sekä erilaisten riskien minimoimisena. Riskejä, joista tulee puhua ääneen on mm. sosiaalinen media, päihteet ja seksuaalisuus, eri-ikäisten nuorten seurustelusuhteet ja niiden merkitys. (Porras, 21.2.2011.)

Kerran lukuvuodessa eri luokkatasoille pidettävä massaluento ei toimi. On mietittävä, mitä halutaan sanoa ja millä tavoin koululaisille. Seksuaalisten rajojen ja muiden omien rajojen tietoiseksi tekeminen ei saa olla pelottelukasvatusta. Lähtökohtana on seksuaalisuuden kauneus, hienous, kiehtovuus ja ihmissuhteet ja niiden kunnioittaminen. Seksuaalioikeuksien läpikäynti ja niiden merkityksen ymmärtäminen ovat tärkeitä asioita keskustella. Kirsi Porrass kannustaa seksuaalisuuden portaiden läpikäyntiä ja seksuaalikasvatusta integroituna eri oppiaineisiin. (Porras, 21.2.2011.)

Mielestäni ensisijaisen tärkeää olisi osata auttaa lasta ja nuorta, joka kertoo kokemaansa seksuaalisesta väkivallasta tai sen uhasta. Kouluissa tulisi olla selkeät ohjeet siitä, miten toimitaan. Ohjeiden tulee olla ajanmukaisia tietoa mm. lastensuojeluvaihtoehdoista eli siitä, kuka tekee lastensuojeluilmoituksen ja millaisista asioista sen voi tehdä. Kouluilla tulisi olla myös selkeä sisäänrakennettu runko seksuaalisen väkivallan ennaltaehkäisystä ja turvallisuuskasvatuksen toteutumisesta.

#### 4.5.2 Yhteenveto seksuaalisen kaltoinkohtelun kehitykseen vaikuttavista tekijöistä.

Kehikon lähtökohtana on kuvata kouluterveyskyselyiden esille tuomaa huolta yläasteikäisiin kohdistuvasta seksuaalisesta väkivallasta. Tarkoituksena on kuvata tekijöitä, jotka ovat tärkeitä seksuaalisen väkivallan ehkäisyssä. Näiden asioiden tiedostaminen mahdollistaa tulevaisuuden kehitykseen vaikuttamista.

Kehikossa A1 –laatikko kuvaa heikkoja signaaleja joiden perusteella voidaan tehdä havaintoja kehityksen suunnasta. A2- laatikko kuvaa havaintoja, jotka tuovat huolta seksuaalisen väkivallan kokemisesta. B3- laatikko kuvaa muutokseen työntäviä tekijöitä, jotka ovat esillä rakenteissa vaikuttamassa seksuaalisen väkivallan ehkäisyssä. B4 laatikossa kuvaan konkreettisesti tekijöitä joilla voidaan ennalta ehkäistä ylä-asteikäisiin kohdistuvaa seksuaalista väkivaltaa. C5 - laatikolla kuvaan tekijöitä, joilla on haittavaikutuksia seksuaalisen väkivallan ehkäisyssä. C6 - laatikossa kuvaan tietoa millä tavalla seksuaalinen väkivalta on viime aikoina näyttäytynyt.

A1. Havainnot siitä, että jotain on ehkä tapahtumassa: Kouluterveyskyselyissä esille tulleet havainnot, terveydenhoitajan havainnot sekä nuorilta tulleet viestit asiasta.	A2. Havainnot siitä, että kaikki jatkuu ehkä ennallaan: kouluilla asiaa ei huomioida tarvittavalla tavalla, ei ymmärretä mitä seksuaalisella väkivallalla tarkoitetaan. Nuorten pahoinvoinnin näkyminen. Poliisien tilastoissa ilmoitusten lisääntymisenä.
B3. Muutokseen työntävät tekijät: nuorten parissa työskentelevien ammatillisuuden lisääminen seksuaalisuudesta, seksuaalisuuden kehityksestä ja ikätasoisesta seksuaalikasvatuksesta. Kouluilla on oltava selkeä runko seksuaalisen väkivallan ennalta ehkäisystä ja turvallisuuskasvatuksesta. Ennalta ehkäisy aloittaminen neuvolaiässä, sekä vanhemmuuden tukeminen ja kyselytutkimukset aiheesta.	B4: Muutokseen vetävät tekijät: asioista puhuminen; painotetaan oman sekä toisen kehon kunnioittamista ja suojelemista. Seksuaalisuuden portaat -mallin käyttäminen. Oman ja toisten rajojen kunnioittaminen. Aikuiset kuulevat mitä heille kerrotaan. Puuttuminen asian- ja lain velvoittamalla tavalla. Ymmärtäminen seksuaalisen väkivallan vaikutuksista yksilöön.
C5. Suuret muutosta hidastavat tekijät:	C6. Pitkäaikaiset kehityskulut: Kehi-

Ei ymmärretä mitä seksuaalisella väkivallalla tarkoitetaan ja miten voidaan ennalta ehkäistä.	tyskulku on näyttänyt huolestuttavia merkkejä.
---	--

Kuva 10. Kehitykseen vaikuttavia tekijöitä.

Laatikoissa kuvaamani tekijät olen koonnut aineistosta, jolla olen hankkinut tietoa nuoriin kohdistuvasta seksuaalisesta väkivallasta. Kouluterveyskyselyssä seksuaalista väkivaltaa kysyttiin ensimmäisen kerran uusimmassa kyselyssä. Tietoa nuorten kokemuksista saadaan erilaisten tutkimusten kautta, sekä nuorilta itseltään. Seksuaalinen väkivalta on asia, joka aiheuttaa nuorten pahoinvointia eri tavoin. Tärkein asia seksuaaliseen väkivaltaan vaikuttamisessa on, että ymmärretään mistä kysymys. Asiasta tiedon jakaminen ammattilaisille on tärkeää. Ammattilaisilla ja meillä kaikilla on velvollisuus puuttua seksuaalisen väkivallan ilmenemiseen lain vaatimalla tavalla, koska kyseessä on rikos. Ehdottomasti ennalta ehkäisevää toimintaa on jakaa nuorille tietoa oman ja toisen kehon kunnioittamisesta. Vanhemmuuden tukeminen on tärkeää, jotta nuorella on mahdollisuus kokea itsensä arvokkaaksi omien varhaisten kokemusten myötä.

## 5 LOPUKSI

Haastekohdista voi jokaisesta esille nousseiden tekijöiden perusteella sanoa, kysymyksessä olevan laajoja toisiinsa nivoutuneita ongelmia. Kaikissa haasteissa nousi esille samoja tekijöitä, joilla on vaikutusta ongelmien kehitykseen. Opinnäytetyössäni esille tulee, kuinka ongelmien syvyys kuvaa koko kulttuuria ja yhteiskunnan tilaa. Haasteista voisi sanoa niiden toimivan yhteiskunnan peilinä. Kaikkiin haasteisiin negatiivisesti vaikuttavista tekijöistä esille nousevat kulttuurilliset tekijät, jotka vahvistavat levotonta ja runsas ärsykeistä ympäristöä. Analyysimenetelmäni perusteella yhdistäviä huolta aiheuttavia tekijöitä ovat runsas tietokoneen käyttö, median rooli, runsaat koulupoissaolo sekä vanhemmuuden ja ympäristön merkitys. Näiden yhteisten tekijöiden seurauksena korostuu nuorten pahoinvointi hyvin monin eri tavoin. Kaikkia esille nousseita tekijöitä tarkasteltaessa päädytään jälleen hyvin laajoihin kulttuurillisiin asioihin. Kulttuurillisetkin asiat koostuvat kuitenkin yksilöiden pienistä asioista.

Tutkimukset, joita lapsille ja nuorille tehdään, antavat opinnäytetyöni perusteella kuvaa lasten ja nuorten hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä. Ensisijaisen tärkeää on, että kyselytutkimuksia tehdään. Tutkimuksilla osoitetaan asioiden tiedostaminen. Ilman

kartoittavia kyselyitä tai asioiden esille nostamista ei voida tietää, missä asioiden suhteen mennään. Tutkimustieto sekä kentältä saatava tieto tukevat toisiaan. Mikäli tutkimustieto ja kentältä saatava tieto eivät tue toisiaan, on se myös pysähtymisen paikka: silloin täytyy pohtia ja selvittää, mistä eri suuntaiset viestit kertovat. Ongelmien ratkaiseminen vaatii ongelman tiedostamisen.

Opinnäytetyöni korostaa selkeästi sitä, kuinka lasten ja nuorten hyvinvointiin ja pahoinvointiin vaikuttavat yleensä yksinkertaiset perusasiat, jotka niin usein tämän päivän yhteiskunnassa tuntuvat olevan kaukana ja vaikeasti arkeen sovitettavissa. Pohjoismaisen kasvuverkostoprojektin tuloksista Pirjo Pölkki (2001) on tuonut esille (kirjassa Mikä lapsiamme uhkaa?) joitakin huolestuttavia kohtia. Kymmenen vuotiaita arvioitiin opettajien ja vanhempien arviossa yhtä toimintakykyisiksi kuin pohjoismaiset ikätoverinsa, mutta suomalaisten lasten itsearvostus oli hyvin paljon alhaisempi kuin muissa pohjoismaissa. Neljäsluokkalaisista melko paljon ongelmia oli kolmasosalla. Lasten huolia kysyttiin vain Suomessa ja Islannissa. Suomalaislasten esittämien huolten määrä oli paljon suurempi kuin islannissa vastaavan ikäisten. Suomalaislasten suurimmat huolenaiheet liittyivät koulun käyntiin jota ilmeni jopa 50 %:lla, kun taas islantilaislasten lapsista vain 11% oli huolestunut koulunkäynnistä. (Bardy, Salmi, Heino, 2001, 15-16.) Mielestäni myös tämä tutkimus vahvistaa kantaa, jossa Suomessa koulu on hyvin keskeisessä asemassa vaikuttamassa asioihin niin hyvässä kuin pahassa.

Koulun laadulla on varmasti oma osuutensa lasten ja nuorten oireiden, pahoinvoinnin ja levottomuuksien lisääntymisellä. Ylisuuret ja vaihtuvat ryhmät eivät varmasti tue koulukiusaamisen ennaltaehkäisyä ja turvallisen opiskeluympäristön luomista. Lasten ja nuorten arkiympäristö koulussa tarjoaisi periaatteessa hyviä mahdollisuuksia lasten hyvinvointia ja terveyttä uhkaavien tekijöiden taltuttamiseen, mutta ylisuuret ryhmät ja ihmissuhteiden vaihtuvuus kouluissa lisäävät jatkuvaa painetta. On varmasti niinkin, että joillakin meillä on vahvempi pohja kestää ulkopäin tulevaa painetta esim. koulun suuria luokkia yms. kuitenkin uskon ja toivon, että yhä useammin kiinnitetäisiin huomiota siihen, ettei nykyisillä päätöksillä ainakaan helpoteta ongelmien havaitsemista ja niihin puuttumista.

Tärkeimpänä asiana on vanhemmuus ja aikuisuus, joka esille nousseista tekijöistä välittyy. Monet tekijät ovat sellaisia, joista meillä aikuisilla on vastuu. Lasten ja nuorten

oireilu on tullut eteeni hyvin runsaana ja monisyisenä. Oireilun taustalta näyttäytyvät liian usein meidän aikuisten ongelmat. Lapset kantavat hyvin suurta taakkaa ja vastuuta perheen tilanteesta joko niin, että lapsi otetaan hyvin varhain aikuisten ongelmiin, tai sitten niin, että lapsen toivotaan itsenäistyvän ja kantavan huolta omista asioistaan jo hyvin varhain. Lapsen asioista ei juurikaan oteta vastuuta vaan hän on liian usein yksin.

Tämän päivän yhteiskunnan tila ja suuntaus tuo varmasti omat paineensa niin nuorille kuin vanhemmuuteenkin. Nykynuoret eivät mielestäni pääse helpolla. Vaikka elintaso on Suomessa hyvä ja moni asia toimii, on maailma kuitenkin monimutkaisempi paikka kuin ennen. Vaikka lasten ja nuorten hyvinvoinnista puhutaan tällä hetkellä paljon, ei sitä voi mielestäni liikaa esille tuoda. Monet nuoret pärjäävät hyvin huonommista lähtökohdista huolimatta. Näitä nuoria auttavat ja kannattelevat erilaiset suojaavat tekijät perheessä, koulussa, toveripiirissä ja laajemmassa ympäristössä. Esimerkiksi hyvät suhteet vanhempiin, sisaruksiin, kavereihin, opettajiin, hyvä koulumenestys ja itsetunto sekä hyvät sosiaaliset ja selviytymistaidot voivat toimia suojaavina tekijöinä. Näiden suojaavien tekijöiden vaaliminen on mielestäni erittäin tärkeä osa-alue terveyserojen kaventamisessa.

Lopputyön tekeminen on ollut todella pitkä ja monivaiheikas prosessi. Aluksi olikin vaikea hahmottaa, miten prosessi etenee. Alusta alkaen mielessäni oli ajatus siitä, miten haluan lopputyöni toteuttaa, mutta prosessi siihen on ollut monivaiheinen. Alussa tutkimusongelman muotoutuminen ei ollut ollenkaan selvää, vaan se on täsmentynyt prosessin edetessä. Työn tekeminen on ollut kehitysprosessi, jonka aikana moni tekijä on muotoutunut selkeämmäksi. Omasta mielestäni olen saanut keskittyä aiheisiin, joita olen pitänyt tärkeinä. Aiheet ovat olleet erittäin ajankohtaisia haasteita, joiden kanssa tehdään työtä jatkuvasti. Pyrkimyksenäni on ollut nostaa konkreettisesti esille haasteiden sisällä olevia vaikuttavia tekijöitä ja kehitystrendejä, jotka olen mielestäni onnistunut tuomaan esille.



## LÄHTEET

Alasuutari, P.1999. Laadullinen tutkimus. Jyväskylä: Gummerus Oy.

Bardy, M., Salmi, M. & Heino, T. 2001. Mikä lapsiamme uhkaa?. Saarijärvi: Gummerrus Oy.

Brusila, P., Hyvärinen, S., Kallio, M., Porras, K. & Sandberg, T. 2009. Eikö se kuulu kenellekään? Helsinki: Väestöliitto.

Cacciatore, R. 2009. Kapinakirja. Helsinki: Markkinointi Oy.

Cacciatore, C. 2007. Aggression portaat. Vammala: Kirjapaino Oy.

Cacciatore, R & Koiso-Kanttila, S. 2009. Pelastakaa Pojat. Jyväskylä: Gummerrus Oy.

Heller, T. 2006. Painonhallinta. Opas nuorille ja heidän vanhemmilleen. Helsinki: Perhemediat Oy.

Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri: Lasten lihavuus. Dokumentti julkaistu 12.7.2006. Saatavissa: [www.hus.fi/default.asp?path\\_1,32,818,1733,3727,7837](http://www.hus.fi/default.asp?path_1,32,818,1733,3727,7837). [viitattu 30.12.2010]

Hietala, T., Kaltiainen, T., Metsärinne, U. & Vanhala, E. 2010. Nuori ja Mieli. Helsinki: Kustannusyhtiö Tammi.

Iowa State University: Isu study proves conclusively that violent video game play makes more aggressive kids. Saatavilla: [www.news.iastate.edu/news/2010/mar/vvgeffelts](http://www.news.iastate.edu/news/2010/mar/vvgeffelts) [Viitattu 30.12.2010]

Kuosa, T 2010. Futures signals sense-making framework (FSSF): A start-up tool to analyse and categorise weak signals, wild cards, drivers, trends and other types of information. Futures 42(2010)

Kvist, M. Keskustelu 20.1.2011. Kouvola. Poliisi.

Kouluterveyskysely 2010. Kymenlaakso. Stakes.

Kouluterveyskysely 2008. Kymenlaakso. Stakes.

Kouluterveyskysely 2006. Kymenlaakso. Stakes.

Kymenlaakson perhepalveluverkosto. Saatavissa:  
[https://sites.google.com/site/perhepalveluverkosto/T\\_kehittamisohjelmaa](https://sites.google.com/site/perhepalveluverkosto/T_kehittamisohjelmaa) [Viitattu 22.1.2011].

Laukkanen, E., Marttunen, M., Miettinen, S. & Pietikäinen, M. 2006. Nuoren psyykkisten ongelmien kohtaaminen. Hämeenlinna: Karisto Oy.

Mannerheimin lastensuojeluliitto: Kiusaamisen ehkäiseminen. Saatavissa:  
[www.mll.fi/kasvattajille/kiusaaminen/aineisto/](http://www.mll.fi/kasvattajille/kiusaaminen/aineisto/). [viitattu 7.2.2011]

Metsämuuronen, J. 2003. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Jyväskylä: Gummerus Oy.

Porras, K. Keskustelu 21.2.2011. Helsinki: Väestöliitto.

Pediatrics: Official journal of the american academy of pediatrics: Longitudinal Effects on violent video games on aggression in Japan and United States. 31.8.2008. Saatavilla:  
<http://pediatrics.aappublications.org/cgi/content/abstract/122/5/e1067>. [Viitattu 30.12.2010]

Räsänen, P., Anttila, A. & Melin, H. 2005. Tutkimus menetelmien pyörteissä. Helsinki: PS- kustannus.

Sainio, M., Kaukiainen, A., Willför-Nyman, U., Salmivalli, C., Annevirta, T. & Pöyhönen, V. 2009. KiVa Koulu Opettajan opas yläkouluille.

Salmivalli, C. 2010. Koulukiusaamiseen puuttuminen. Juva: WS Bookwell Oy.

Sinkkonen, J. 2010. Nuoruusikä. Juva: WSOY.

Sinkkonen, J. 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Juva: WSOY.

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos: nuorten ja lasten lihavuuden ennalta ehkäisy. Saatavissa: <http://lib.stakes.fi/ohtanen/tarkastele.aspx?id=2485> [viitattu 30.12.2010]

Tietokoneen käytöstä voimakasta päänsärkyä nuorille. 2008. MTV3. Saatavissa: <http://.www.mtv3.fi/uutiset/kotimaa.shtml/2008/0616635971> [viitattu 19.1.2010]