

SÄHKÖINEN KIUSAAMINEN

Tietolehtinen vanhemmille

Kirsi Saarinen ja Suvi Simola
Kehittämistehtävä, syksy 2011
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Diak Etelä, Helsinki
Hoitotyön koulutusohjelma,
terveydenhoitaja (AMK)

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	3
2 LÄHTÖKOHDAT JA TAVOITTEET	4
3 KIUSAAMISEN UUDET MUODOT	7
3.1 Sähköinen kiusaaminen	7
3.2 Internet-kiusaaminen	8
3.3 Kännykkäkiusaaminen	9
4 TERVEYDEN EDISTÄMINEN TERVEYSVIESTINNÄN AVULLA.....	11
4.1 Terveyden edistäminen	11
4.2 Terveystietä	11
4.3 Terveystietä tietolehtisen avulla	13
5 TOTEUTUS JA ARVIOINTI.....	15
5.1 Työprosessi	15
5.2 Sähköinen kiusaaminen – Tietoa vanhemmille	15
5.3 Palautteen kerääminen ja tulokset	16
5.4 Itsearviointi	18
6 POHDINTA	19
6.1 Prosessi ja hyödynnettävyys	19
6.2 Eettisyys ja luotettavuus	20
6.3 Ammatillinen kehitys.....	21
7 LÄHTEET.....	23
LIITE 1: Sähköinen kiusaaminen – Tietoa vanhemmille	27
LIITE 2: Palautelomake.....	29

1 JOHDANTO

Sairaanhoitajan koulutukseen kuuluva opinnäytetyömme valmistui keväällä 2011. Opinnäytetyömme aihe oli koulukiusaamisen ennaltaehkäisy ja varhainen tunnistaminen – Teemaviikko peruskoulun toisen vuosiluokan oppilaille. Suunnittelimme ja toteutimme koulukiusaamisen vastaisen teemaviikon Helsingin ranskalais-suomalaisessa koulussa syksyllä 2010. Etsiessämme teoriatietoa koulukiusaamisesta, sähköinen kiusaaminen tuli monessa yhteydessä esiin, mutta rajasimme sen opinnäytetyömme ulkopuolelle. Kehittämistehtävässämme suunnittelimme ja toteutimme tietolehtisen sähköisestä kiusaamisesta Helsingin ranskalais-suomalaisen koulun kolmannen vuosiluokan oppilaiden vanhemmille

Schurgin O’Keeffe (2010, 19–20) toteaa kirjassaan *Cyber Safe*, että lapset viettävät nykyaikana Internetissä enemmän aikaa kuin mikään muu aikaisempi sukupolvi. Nykyaikana kännykän ja Internetin avulla pystyy pitämään yhteyttä kavereihin ja lapset löytävät uusille sovelluksille jatkuvasti erilaisia käyttötapoja, jotka eivät aina ole toivottavia. Suurin syy siihen, että lapset joutuvat vaikeuksiin Internetissä on heidän riittämätön ymmärrys ympäröivään maailmaan.

Mielestämme sähköinen kiusaaminen on ajankohtainen aihe, johon tulisi panostaa ja lisätä vanhempien tietämystä siitä. Koemme, että Internetin ja matkapuhelinten jatkuva muutos ja laaja käyttäjäkunta tuovat haasteita vanhemmille, jotta he pystyisivät valvomaan lastensa sähköisten viestimien käyttöä. Kehittämistehtävässämme olemme rajanneet sähköisen kiusaamisen Internet- ja kännykkäkiusaamiseen, sillä ne ovat tutkimusten mukaan yleisimpiä sähköisen kiusaamisen muotoja.

Terveystieteiden työkuvaa kuuluu oleellisesti ennaltaehkäisevä työ ja terveyden edistäminen. Terveystieteilijä on terveyden edistämisen ja kansanterveysalan asiantuntija ihmisen elämänkulun eri vaiheissa. Väestön osallistaminen ja aktivoiminen ovat keskeisiä osa-alueita terveystieteiden toteuttamassa alue- ja väestövastuullisessa työssä. (Haarala & Tervaskanto-Mäentausta 2008, 22.)

2 LÄHTÖKOHDAT JA TAVOITTEET

Erilaiset sähköiset viestintäkanavat, kuten televisio, tietokoneet ja Internet, ovat merkittävä osa lasten ja nuorten arkipäivän ympäristöä. Medialla on kyky laajentaa lasten maailmankatsomusta sekä toimia tärkeänä tiedonlähteenä. Mediatarjonnalla on kuitenkin mahdollisuus myös muokata lasten asenteita negatiivisella tavalla, ja siten vaikuttaa haitallisesti niin somaattiseen kuin psyykkiseenkin hyvinvointiin. Ongelmaksi koetaan mediatarjonnan räjähdysmäinen kasvu sekä mediasisällön raaistuminen. (Paavonen, Roine, Korhonen, Valkonen, Pennonen, Partanen & Lahikainen 2011, 1563–1564.)

Kehittämistehtävämme teoreettiset lähtökohdat ovat sähköinen kiusaaminen ja terveyden edistäminen terveystiedon avulla. Teoriatiedon pohjalta suunnitelimme tietolehtisen Helsingin ranskalais-suomalaisen koulun kolmannen vuosiluokan oppilaiden vanhemmille. Nykyiset kolmannen vuosiluokan oppilaat osallistuivat edellisenä vuonna järjestämäämme koulukiusaamisen vastaiseen teemaviikkoon. Teemme yhteistyötä koulun terveydenhoitajan kanssa.

Tavoitteenamme on antaa vanhemmille tietoa sähköisestä kiusaamisesta ja sen eri muodoista, sekä syventää vanhemmilla jo olemassa olevaa tietoa. Tarkoituksenamme on korostaa vanhempien osallisuutta sähköisen kiusaamisen ennaltaehkäisyssä, koska heillä on mahdollisuus valvoa lastensa Internetin ja kännykän käyttöä. Tavoitteenamme on myös edistää terveyttä suunnittelemamme materiaalin avulla. Honkanen & Mellin (2008, 106) korostavat, että terveydenhoitajan on tärkeää hallita erilaisten työmenetelmien osaaminen. Terveystietä edistäviä työmenetelmiä on monenlaisia ja ne soveltuvat käytettäviksi terveydenhoitajatyön eri toimintaympäristöissä.

Laatusuosituksessa on otettu huomioon neljä eri näkökulmaa. Nämä ovat koululaisen ja hänen perheensä, kouluyhteisön, kouluterveydenhuollon henkilöstön ja hallinnon näkökulmat. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 3.) Esimerkkinä suositus kolme, joka koostuu kouluterveydenhuollon säännöllisestä palveluiden tiedottamisesta huoltajille sekä koululle:

Kouluterveydenhuollon henkilöstö tiedottaa koululaisille, huoltajille, kouluuyhteisölle, muille koulun palvelujen tuottajille, kunnanviranhaltijoille ja toimihenkilöille sekä päättäjille kouluterveydenhuollon palveluista ja myös koululaisten ja kouluuyhteisön hyvinvointiin ja terveyteen liittyvistä tekijöistä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 16.)

Toimintavastuun ollessa suurelta osin päättäjillä, kouluuyhteisöllä ja ammattihenkilöillä, on laatusuositus suunnattu pääosin näille tahoille (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 3).

Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos on määrittänyt laatukriteerit terveydenhuollon palveluiden tarjoajille. Laatukriteerien avulla voidaan mitata, millaista laatutasoa ja tulosta tavoitellaan. Keskeiselle toiminnalle on tärkeää määrittää laatukriteerit ja ne tulisi ilmaista selkeästi, jotta voidaan todeta, ovatko tavoitteet saavutettu. Laatukriteeri on siis ominaisuus, joka on valittu laadun määrittämisen perusteeksi. Terveydenhuollossa laatukriteeri voi olla esimerkiksi asiakastiedotteen antaminen tai jonotusajan pituus. (Idänpää-Heikkilä, Outinen, Nordblad, Päivärinta ja Mäkelä 2000.)

Työmme laatukriteeri on antaa tietoa oppilaiden vanhemmille sähköisestä kiusaamisesta. Mittaamme laadun toteutumista vanhemmille suunnatulla kyselylomakkeella, jossa kartoitamme sitä, saivatko vanhemmat omasta mielestään hyödyllistä ja ajankohtaista tietoa. Lisäksi Helsingin kaupungin koulu- ja opiskeluterveydenhuollon työryhmä antaa palautetta tietolehtisestä, ennen kuin voimme jakaa sen oppilaiden vanhemmille.

Arvioinnin avulla arvioijat, kuten kehittämistehtävämme kohdalla tietolehtistä arvioineet vanhemmat, antoivat vinkkejä siitä, miten aineistoa voi parhaiten käyttää, mitä hyvää siinä on ja miten sitä tulisi edelleen kehittää tai selkiyttää. Arvioijalla tulee olla alustava käsitys päämäärästä, joita arvioinnilla pyritään selvittämään. Aineiston arviointityö nähdäänkin osana tekijöiden tekemää laajempaa laatutyötä ja työnsä kehittämistä. (Rouvinen-Wilenius 2008, 4; Robson 2001, 28.)

Lähestymistavasta riippumatta terveyden edistämisessä on suurelta osin kyse alhaalta ylöspäin tapahtuvasta lähestymistavasta. Esimerkkinä tästä on se, että kohderyhmä tai sen edustajia otetaan mukaan aineiston suunnitteluprosessiin, jolloin terveysaineisto tukee lukijakuntansa kontekstia paremmin. (Rouvinen-Wilenius 2008, 5.) Otimme kohderyhmän huomioon suuntaamalla tietolehtisen palautelomakkeen vanhemmille, joilla oli kehittämistyömme ikäryhmän ikäisiä lapsia.

3 KIUSAAMISEN UUDET MUODOT

3.1 Sähköinen kiusaaminen

Kaverisuhteet ovat tärkeitä kaikille lapsille ja nuorille ja niiden merkitys kasvaa iän myötä. Kaverisuhteet ovat ilon ja tuen lähteitä, mutta joskus niissä voi olla ongelmia, jotka ovat haitaksi lapsen myönteiselle kehitykselle. Aikuisten on tärkeää erottaa kiusaaminen muista lasten välisistä konflikteista ja riidoista. Kouluikäisten kaverisuhteissa kiusatuksi joutuminen on merkittävin ongelma. Kiusatut lapset jäävät ilman myönteistä yhdessäolon kokemusta ja vuorovaikutusta toisten lasten kanssa. Kiusaaminen vaurioittaa lapsen minäkuvaa ja itsearvostusta ajan myötä, ja vahingoittaa sosiaalisten taitojen kehittymistä. Vastuu kiusaamisen ehkäisystä ja siihen puuttumisesta kuuluu koko verkostolle; kodille, koululle ja muille aikuisille. (Salmivalli & Kirves 2011, 133–134.)

Internetin ja kännykän kautta tapahtuva kiusaaminen on vielä suhteellisen uusi kiusaamisen muoto. Tällainen kiusaaminen on teknisesti helppoa, koska siinä ei olla kasvokkain vaan kiusata voi muutamalla napin painalluksella. Sähköisessä kiusaamisessa on kyse yleensä epäsuorasta kiusaamisesta. (KiVa koulu – ohjelma 2011.)

Perusopetuslaissa (628/1998) määritellään, että jokaisella koulun opetukseen osallistuvalla on oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön. Oppilaita tulee opetussuunnitelman mukaisesti suojella väkivallalta, kiusaamiselta sekä häirinnältä. Suunnitelma tulee toimeenpanna, sitä tulee noudattaa ja sen toteutumista tulee valvoa lain mukaan. Opetushallitus antaa määräykset suunnitelman laatimisesta.

3.2 Internet-kiusaaminen

Elokuussa 2011 julistettiin koulurauha 21. kerran kaikkiin Suomen kouluihin. Oppilaat halusivat kiinnittää huomiota etenkin Internetissä tapahtuvaan kiusaamiseen. Lapsille ja nuorille Internet on luonteva sosiaalinen tila, jossa seurustellaan kavereiden kanssa, harrastetaan ja pelataan. (Opetushallitus 2011.)

Koulussa tapahtuva koulukiusaaminen jatkuu pahimmassa tapauksessa Internetissä, jolloin kiusattu ei pääse kiusaamisesta eroon edes vapaa-ajallaan (Opetushallitus 2011). Juvosen (2008, 501) mukaan Internet ei toimi erillisenä ympäristönä lapsille ja nuorille, vaan se on yhteydessä lasten ja nuorten sosiaaliseen elämään koulussa ja sen ulkopuolella. Internet-kiusaaminen on Juvosen mukaan samankaltaista kuin kasvokkain kiusaaminen.

Toisaalta sähköisten viestimien välityksellä tapahtuvasta kommunikaatiosta puuttuu kokonaan koettu tunnereaktio. Itkun tai surun näkeminen vaikuttaa ihmisten väliseen vuorovaikutukseen, ja sitä kautta se voisi estää kiusaajaa menemästä kiusaamisesta liian pitkälle. Sähköisissä viestimissä on mahdollisuus toimia anonyyminä, jolloin tunnereaktiot jäävät kokonaan pois. (Karstula 2010, 17.)

Internet mahdollistaa uudenlaisia kiusaamisen muotoja, kuten esimerkiksi kuvamanipulaatiot ja kuvien levittämisen ilman lupaa. Internet-ryhmistä eristäminen on verrattavissa kaveriporukasta eristämiseen. Poliisi on joutunut tekemisiin yhteisöpalveluissa perustettuihin yksittäisten oppilaiden viharyhmiin, joihin monet muut oppilaat ovat liittyneet. Lapsi tai nuori ei välttämättä tule ajatelleeksi, että yhdellä klikkauksella hän antaa tukensa kiusaajalle. (Opetushallitus 2011.) Pelastakaa lapset Ry (2011, 2–3) on tutkinut lasten ja nuorten kokemia seksuaalista häiritystä ja hyväksikäyttöä Internetissä. Vastanneista joka kolmas kertoi saaneensa seksuaalisesti häiritsevän viestin, kuvan tai videon selvästi itseään vanhemmalta henkilöltä. Vastaajista 47 % on alle 13 -vuotiaita ja 53 % 15–16 -vuotiaita. Aikuisen kohdistama seksuaalinen teko alle 16-vuotiaaseen on rikos myös Internetissä.

Schurgin O’Keeffe (2010, 20) sanoo kirjassaan, ettei vanhempien tulisi kilpailla lastensa kanssa siitä, kumpi pystyy käyttämään Internetiä ja sen ominaisuuksia paremmin. Tämän sijaan vanhempien tulisi omilla tieto-taidoillaan ohjata lapsen Internet-käyttäytymistä turvalliseen suuntaan.

Euroopassa oli käynnissä projekti EU Kids Online 2008–2011, jossa tutkittiin 9-16-vuotiaiden lasten ja nuorten Internetin käyttöä sekä siihen liittyviä riskejä. Projekti toteutettiin 25 maassa Euroopan tutkimusverkostossa. Suomi osallistui tähän yhtenä maana. Projektissa tutkittiin myös Internet-kiusaamista lasten ja nuorten keskuudessa. (LSE Media & Communications 2011.)

EU Kids Online tutkimukseen osallistuneista kuusi prosenttia Internetin käyttäjistä oli kohdannut Internet-kiusaamista. Tutkimuksessa tuli ilmi, että Internet-kiusaamista kohtaavat eniten 9-10-vuotiaat lapset. Internet-kiusaajista 56 % kertoi kiusaavansa toisia myös kasvotusten, mikä vastaa hyvin siihen, että 55 % Internet-kiusatuista kertoi joutuvansa kiusatuksi myös Internetin ulkopuolella. (Hasebrink, Görzig, Haddon, Kalmus, ja Livingstone 2011, 42–44.)

3.3 Kännykkäkiusaaminen

Lapsen oppiessa lukemaan ja kirjoittamaan, avautuu hänelle samalla mahdollisuus tulkita runsasta mediasisältöä. Lukutaidon karttuessa Internetin ja kännykän käyttö lisääntyy. Mediasisällöt alkavat kiinnostaa lasta, mutta niillä saattaa olla myös hämmennystä ja turvattomuutta lisääviä vaikutuksia. Muun muassa lapsen kännykän käyttöä tulisi harjoitella yhdessä vanhemman avustuksella ja sopia yhteisistä pelisäännöistä kännykän suhteen. Lapsen kanssa voi sopia esimerkiksi siitä, milloin puhelinta tulisi pitää mukana ja kuinka kännykkää käytetään muut huomioiden. Kännykän käyttö on lasten kohdalla paljon vanhemman vastuulla. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2011.)

Kännykkäkiusaamisen, kuten myös Internet-kiusaamisen, tekee helpoksi kiusaajan ja kiusattavan välinen fyysinen etäisyys. Sähköiseltä kiusaamiselta on

vaikea suojautua ja kiusattavan on vaikea puolustaa itseään, sekä muiden on vaikea puolustaa kiusattua. (Karstula 2011, 17.)

Pelastakaa Lapset Ry teki selvityksen lasten ja nuorten matkapuhelimen käytöstä vuonna 2009. Kyselyyn vastasi 11 889 lasta ja nuorta, jotka olivat iältään 7-17 -vuotiaita. Kyselyn tulosten mukaan yli 99 %:lla lapsista ja nuorista oli oma matkapuhelin. Kyselyssä tuli ilmi, että 17 % vastaajista oli joutunut kännykkäkiusaamisen kohteeksi, joka kohdistui eniten 7-10–vuotiaisiin. Useimmiten kännykkäkiusaaja on koulukaveri. (Pelastakaa Lapset Ry, 2009.)

Lehtonen & Maunumaa (2010) tutkivat sähköistä kiusaamista 116 kuudesluokkalaisen keskuudessa. Vastanneista puhelukiusattuja oli yhteensä 40 % ja tekstiviestikiusaamista kokeneita 22 %. Vastaajista 28 % kertoi kiusanneensa toisia matkapuhelimen välityksellä.

4 TERVEYDEN EDISTÄMINEN TERVEYSVIESTINNÄN AVULLA

4.1 Terveyden edistäminen

Monipuolinen, terveyttä edistävä näkökulma koskettaa kaikkea ihmisen hyvinvointia, sekä elämään ja päätöksiin vaikuttavia tekijöitä. Terveyden edistämisen malliin sisältyy aina lähestymistapa, joka on voimavarakeskeinen eli lukijalle annetaan mahdollisuus oivaltaa tai löytää erilaisia ratkaisumalleja tilanteeseen. Terveyttä edistäviä näkökulmia voi löytää esimerkiksi lasten ja nuortenkirjallisuudesta, josta välittyy erilaisia elämäntaitoja lapsille ja nuorille. Terveyttä edistävän aineiston tuottaminen tapahtuu monilla eri tahoilla, eikä sitä voi rajata vain terveyssektorin tuottamiin aineistoihin. (Rouvinen-Wilenius 2008, 3.)

Terveyttä edistävän aineiston tehtävänä on tukea yksilöitä ja ryhmiä toimimaan myönteisen käyttäytymisen suuntaan. Lähestymistapa, joka koetaan voimavara-lähtöiseksi sisältää kannustavaa ja auttavaa tietoa yksilön omista mahdollisuuksista vaikuttaa terveyttä edistäviin tekijöihin tai lisäävät ymmärtämystä terveyttä tukevien ja vahvistavien tekijöiden tärkeydestä. Voimavara-lähtöinen lähestymistapa mahdollistaa terveyden tarkastelemisen suojaavien tekijöiden vahvistamisen näkökulmasta. (Rouvinen-Wilenius 2008, 3.)

4.2 Terveysviestintä

Terveysviestintä on käsitteenä ja tutkimusalana melko nuori. Terveyttä on kuitenkin pyritty edistämään erilaisten viestimien avulla jo satoja vuosia, joten terveyden ja viestinnän liitolla voidaan sanoa olevan pitkä perinne. Kirjallisella terveystiedon välittämisellä on parannettu terveystietoisuutta ja yritetty vaalia pitkäikäisyyttä jo monien vuosikymmenten ajan. (Torkkola i.a.)

WHO on määritellyt terveystiedon välittämisen työkaluksi, jota käytetään terveystiedon välittäjänä. Tällaista viestintää tapahtuu niin keskinäis-, joukko-, kuin organisaatioviestinnässäkin. Viestintää, jonka päämääränä

on edistää terveyttä, kutsutaan terveystiedoksi. Luonteeltaan terveystiedon tavoitteellista ja terveyden edistämiseen sitoutunutta. Terveystiedon ajatellaan olevan ennen kaikkea positiivista vaikuttamista terveyteen, vaikka joukkoviestimillä voi olla myös haitallisia vaikutuksia terveyteen. Haitallisia vaikutuksia lisäävä terveystieto ei kuitenkaan WHO:n määritelmän mukaan ole terveystiedoa. (Torkkola i.a.)

Viestinnän avulla yhteisön jäsenet sitoutuvat yhteisön toimintaan ja yhteisiin päämääriin. Tieto on vahvasti sidonnainen sosiaaliseen kanssakäymiseen ja yhteisöllisyyden kehittämiseen ja sen kulmakiviä ovat osallistuminen ja osallisuus. Viestinnän voidaan ajatella olevan kulttuurisidonnaista, sillä tieto on tulkintaa ja tulkinta puolestaan kulttuurisidonnaista. (Drake 2009, 25.)

Terveystieto käsittää erilaisia terveyttä edistäviä, vastustavia tai neutraaleja viestejä, joita levitetään kansalaisille esimerkiksi mainosten, jonkin aineiston, Internetin tai neuvonnan välityksellä. Terveystiedon näkökulmasta terveys on tavoiteltava asia, jota terveystieto pyrkii edistämään. (Tarkiainen, Aarva, Nieminen & Leinonen 2005, 9.)

Terveystiedon tyypillisin toteuttamistapa on kampanja. Kampanjoissa käytetään tukimateriaalina muun muassa julisteita, lehtisiä sekä Internet-sivustoja. Kampanjamateriaaleilla pyritään vaikuttamaan ihmisten suoraan terveystietämiseen sekä kampanjamateriaalin ja muun tiedotuksen avulla kampanjan aihe pyritään saamaan julkiseen keskusteluun. (Torkkola i.a.) Kehittämistehtäväsämme tavoitteenamme on antaa tietoa vanhemmille sähköisestä kiusaamisesta ja vaikuttaa näin ennaltaehkäisevästi sähköisen kiusaamisen syntyyn. Pyrimme vaikuttamaan lasten ja vanhempien suoraan terveystietämiseen.

Mansikkamäki (2002, 163–165) korostaa, että kirjallisessa viestinnässä on aina otettava huomioon kohderyhmä ja kieli, jota käytetään. Vaikeaselkoinen teksti tai vieraat sanat eivät vakuuta lukijaa kirjoittajan asiantuntevuudesta. Nykyään terveydenhuollon ammattilaisilta odotetaan hyviä tietotaitoja sekä terveydenhuollon ammattilaisille, että maallikoille suunnatuissa teksteissä. Kehittämistehtäväsämme kohderyhmänä ovat lasten vanhemmat, joilla ei välttämättä ole

aiempaa tietoa aiheesta. Vaikka käytämme tieteellistä tietoa tietolehtisen pohjana, kirjoitamme tekstin mahdollisimman selkeään muotoon, jotta se olisi helppo ja ymmärrettävä lukea.

4.3 Terveysviestintä tietolehtisen avulla

Yksistään tiedon antaminen ei riitä, vaan on varmistettava, että asiakas ymmärtää tiedon. Terveyskasvatuksen haasteena on kohderyhmän tavoittaminen ja sen reagoiminen viestin sisältöön. Usein terveysviestintä tavoittaa vain ne, jotka ovat jo valmiiksi kiinnostuneita aiheesta. (Sukula 2001, 20.) Pyydämme palautetta tietolehtisestä viideltä vanhemmalta etukäteen, millä pyrimme varmistamaan sen, että teksti on hyvin ymmärrettävää. Tarkoituksenamme on, että tietolehtinen jaetaan jokaisen kohderyhmän oppilaan kotiin, jotta tieto menisi kaikille vanhemmille tasapuolisesti. Tietolehtisen lukeminen ei vie paljon aikaa, joten se on nopea lukea, jos aihe ei tunnu kiinnostavalta.

Mediahaittoja ehkäistäessä on keskeistä lisätä vanhempien tietoisuutta median mahdollisista vaikutuksista, auttaa lapsia ymmärtämään median vaikutuksia vanhempien avulla sekä kiinnittää vanhempien huomio sopivien mediatyyppien ja käyttöaikojen valintaan. Lapsien kyky hahmottaa selkeästi toden ja fantasian välistä rajaa alkaa noin 7-8 vuoden iässä. Mediakasvatuksen ajatellaan olevan mahdollista näiden ikävuosien jälkeen. (Paavonen ym. 2011, 1567.)

Taloudellisen tilanteen koheneminen länsimaissa on lisännyt lasten omia media viestimiä viime vuosikymmeninä. Lasten median käyttöön heijastuu uudenlainen ajan käyttö, mikä siirtää lapsia sähköisten mediavälineiden kuten tietokoneen pariin. Perheen oma kulttuuri vaikuttaa myös paljon lasten sähköisten mediavälineiden käyttöön. Suurin osa esimerkiksi tietokoneen käytöstä tapahtuu yleensä kotona. (Koivusalo-Kuusivaara 2007, 15–16.) Olemme tietolehtisessä halunneet painottaa vanhempien osuutta sähköisen kiusaamisen ennaltaehkäisyyn, koska heillä on mahdollisuus valvoa lastensa kännykän ja Internetin käyttöä, sekä keskustella niihin liittyvistä säännöistä.

Hyvin esitetyn terveyden edistämisen materiaalin tulisi sisältää seuraavat näkökulmat: aineistolla on selkeä ja konkreettinen terveys- tai hyvinvointitavoite, aineisto välittää tietoa terveyden taustatekijöistä, aineisto antaa tietoa keinoista, joilla saadaan elämänoloissa ja käyttäytymisessä muutoksia, aineisto on voimaannuttava ja motivoi yksilöitä taikka ryhmiä terveyden kannalta myönteisiin päätöksiin. Aineiston sopivuutta mietittäessä tulisi huomioida, että aineisto palvelee käyttäjäryhmän tarpeita. Sen tulisi herättää mielenkiintoa ja luottamusta, sekä luoda hyvä tunnelma. Aineistossa tulisi olla vielä huomioituna julkaisumuoto, aineistomuodon ja sisällön edellyttämät vaatimukset. (Rouvinen-Wilenius 2008, 10.)

Laatuajattelu on edelleen keskeisessä roolissa kaikessa toiminnassa. Laatua koskevissa terveysaineistoissa on tuotu esille muun muassa se, että tuote tyydyttää asiakkaan tarpeita ja tarjoaa oikeaa tietoa. Laadukas terveysaineisto on tehty hyvin. Aineistoa arvioidessa painotetaan aineistojen kehittämisen näkökulmaa. Terveysaineiston monimuotoisuus on 2000-luvun aikana moninaistunut. Tätä tukee muun muassa Internetistä löytyvä aineisto. (Rouvinen-Wilenius 2008, 13.)

5 TOTEUTUS JA ARVIOINTI

5.1 Työprosessi

Aiheeseen päätimme lopullisesti elokuussa 2011, jolloin teimme suunnitelman sekä olimme yhteydessä yhteistyökouluun. Teoriatiedon etsimisen aloitimme elokuun aikana. Teimme kehittämistehtävää pääasiassa yhdessä, mutta teoriatietoa etsimme ja kirjoitimme myös itsenäisesti. Osallistuimme ohjauksiin suunnitellusti.

Otimme yhteyttä Helsingin ranskalais-suomalaisen koulun terveydenhoitajaan, jolta saimme tiedon, että tietolehtinen tulisi hyväksyttäväksi Helsingin kaupungin koulu- ja opiskeluterveydenhuollon työryhmällä ennen tietolehtisen jakamista. Olimme yhteydessä Helsingin kaupungin koulu- ja opiskeluterveydenhuollon ylihoitajaan, joka toimi yhteyshenkilönämme kehittämistyöryhmään. Lähetimme tietolehtisen hänelle sähköisesti saatuaamme tietää kehittämistyöryhmänkokouksen ajankohdan. Saimme hyvää palautetta kehittämistyöryhmältä. He eivät kuitenkaan tarvinneet materiaalia kaikkiin Helsingin kaupungin kouluihin, mikä ei ollut meidän tarkoituksemme. Annoimme materiaalin kuitenkin yhteistyökoulun käyttöön, mikä oli alkuperäinen tarkoituksemme. Lähetimme tietolehtisen sähköisesti yhteistyökoulun terveydenhoitajalle. Hän jakaa materiaalia paperiversiona eteenpäin ja voi hyödyntää sitä omassa työssään.

5.2 Sähköinen kiusaaminen – Tietoa vanhemmille

Vanhemmille on hyvä tarjota konkreettisia ratkaisumalleja Internetin käyttöä koskeviin arkielämän tilanteisiin. Tällaisia ratkaisumalleja voivat olla muun muassa koulun ja vanhempien keskinäisen yhteistyön lisääminen ja julkisista palvelujentarjoajista tiedottaminen. Vanhempien voi olla vaikea ottaa vastaan pelkästään mediankäyttöön liittyviä rajoittavia ohjeita. (Paavonen ym. 2011, 1568–1569.)

Päätimme tehdä tietolehtisen (liite 1) sähköisestä kiusaamisesta Helsingin ranskalais-suomalaisen koulun kolmannen vuosiluokan vanhemmille. Halusimme tehdä tietolehtisestä informatiivisen ja napakan, mikä herättäisi ajatuksia vanhemmissa. Tietolehtinen on kooltaan neljä sivuinen A6 taiteltuna vihkon muotoon. Valitsimme koon sen vuoksi, että saimme jaettua tiedon aihepiireittäin eri sivuille, mutta silti pieneen tilaan. Halusimme, että tarpeelliseksi kokemamme tieto tulee kerrottua, mutta kuitenkin niin, että lukija jaksaa siihen perehtyä.

Tietolehtisen etusivulla on otsikon lisäksi esitelty Internetin ja kännykän erilaisia kiusaamismuotoja. Halusimme tuoda heti esiin konkreettisia esimerkkejä sähköisestä kiusaamisesta vanhempien herättelemiseksi. Toisella sivulle kerromme kaverisuhteiden tärkeydestä lapsille ja nuorille, sekä sähköisten viestimien monimuotoisuudesta. Kolmannella sivulla annamme esimerkkejä siitä, kuinka vanhemmat voivat itse ennaltaehkäistä sähköistä kiusaamista. Tarkoituksenamme on saada vanhemmat osallisiksi sähköisen kiusaamisen ennaltaehkäisyyn ja korostaa heidän vastuutaan. Takasivulle olemme keränneet hyödyllisiä linkkejä vanhemmille. Näin vanhemmat pystyvät hakemaan lisätietoa, mikäli heitä jää askarruttamaan jokin asia, koska emme voi itse olla vastaamassa mahdollisiin jatkokysymyksiin.

Takasivun lopussa on tietolehtisessä käyttämämme lähteet. Koimme tärkeäksi käyttää tietolehtisen lähdemateriaalina luotettavaa tietoa sähköiseen kiusaamiseen liittyen. Valitsimme lähteet mahdollisimman monipuolisesti käyttäen luotettavia ja ajankohtaisia julkaisuja, jotka perustuvat tutkittuun tietoon.

5.3 Palautteen kerääminen ja tulokset

Lehtisen onnistumista arvioimme palautelomakkeella (liite 2). Laadimme palautelomakkeen vastaamaan sitä, kuinka hyvin asettamamme tavoitteet onnistuvat lehtisessä. Teimme yhden palautelomakkeen, joka sisälsi neljä kysymystä. Palautelomakkeisiin vastasi viisi vanhempaa, joilla jokaisella oli vähintään yksi 8–10 -vuotias lapsi. Palautelomakkeet sisälsivät pelkästään avoimia kysymyksiä,

koska halusimme saada vanhempien mielipiteet mahdollisimman laajasti esille heidän omin sanoin.

Kysyimme palautelomakkeen avulla, mitä uutta tietoa vanhempi sai lehtisestä, ja oliko aihe ajankohtainen (kysymys 1). Toinen kysymyksemme selvitti, kokiko vanhempi saamaansa tietoa hyödylliseksi ja tärkeäksi (kysymys 2.) Pyysimme vanhempien myös arvioimaan, olisivatko he kaivanneet lisätietoa jostain aihealueeseen liittyvästä (kysymys 3) sekä heidän mielipidettään lehtisen ulkoasusta ja kielestä (kysymys 4).

Kävimme palautelomakkeiden vastaukset läpi sisällönanalyysia apuna käyttäen, jolloin kävimme ilmiön laajasti läpi, kuitenkin esittäen sen tiiviisti (Vilkkä & Airaksinen 2003, 154). Kysyimme vanhemmilta palautetta ennen tietolehtisen lähettämistä Helsingin kaupungin koulu- ja opiskeluterveydenhuollon kehittämissyhmän kokoukseen. Tällöin meille jäi aikaa tehdä muutoksia tietolehtiseen ennen sen lopullista muotoa.

Saimme vanhemmilta pääosin positiivista palautetta tietolehtisestä palautelomakkeen avulla. Kolme vastaajista kertoi tietolehtisen antamien tietojen olleen heille ennalta tuttuja. Kaksi vanhempaa vastasi kuitenkin saaneensa tietolehtisen avulla uutta tietoa sähköisestä kiusaamisesta. Kaikki vastaajat kokivat aiheen ajankohtaiseksi ja tärkeäksi. Vastaajat arvioivat tiedon olevan hyödyllistä varsinkin niille vanhemmille, joilla ei ole aiheesta aiempaa tietoa tai kokemusta.

Uutta tietoa ei tullut. Mutta hyvä, että jotkut ”ilmassa leijuvat” asiat näkee painettuna. Tärkeää asiaa!

Sain uutta tietoa. Kännykän ja Internetin käyttö ovat molemmat asioita joita aikuisten tulee valvoa. Vakava ja varmasti yleisempi asia, mitä me aikuiset/vanhemmat tiedämmekään...

Kukaan vastaajista ei kaivannut varsinaisesti lisää tietoa lehtiseen. Eräs vanhempi koki, että tietolehtinen oli hyvä tiedonantaja ja se toimi herättelijänä kyseiseen aiheeseen. Joillakin vanhemmilla oli ehdotuksia tietolehtisen sisältöön liittyen. Eräässä vastauksessa ehdotettiin mahdollisuutta lisätä tietolehtiseen yhteystyötaho, johon lapsi voisi itse olla yhteydessä. Tarkoituksenamme oli kui-

tenkin suunnata tietolehtinen nimenomaan vanhemmille, joten pidimme tietolehtisessä ennallaan vanhemmille suunnatut linkit.

Tietolehtisen ulkoasun ja kielen vanhemmat arvioivat selkeäksi. Vastauksissa toisaalta sanottiin otsikoiden olevan hyviä ja selkeitä, toisaalta pääotsikkoa toivottiin nostettavan enemmän esille. Palautteissa kiinnitettiin huomiota myös muutamiin kirjoitusvirheisiin. Teimme ulkoasuun ja kieleen liittyvät korjaukset vanhempien palautteita noudattaen. Tehtyjen korjauksien jälkeen lähetimme tietolehtisen Helsingin kaupungin koulu- ja opiskeluterveydenhuollon ylihoitajalle.

5.4 Itsearviointi

Mielestämme olemme onnistuneet hyvin tietolehtisen suunnittelussa ja toteutuksessa teorian tiedon pohjalta. Tietolehtisen suunnittelussa otimme huomioon teorian tiedon monesta eri lähteestä, mutta lehtisessä tieto on kerrottu kuitenkin napakasti. Tietolehtisen ulkoasuun kiinnitimme paljon huomiota, jotta se olisi mahdollisimman kiinnostavan näköinen, mutta kuitenkin vaivaton lukea. Olemme edenneet kehittämistehtävässämme suunnitelmallisesti ja pysyneet aikataulussa, jonka laadimme alussa.

Helsingin kaupungin koulu- ja opiskeluterveydenhuollon kehittämistyöryhmälle olisimme voineet tiedottaa selkeämmin työmme tarkoituksen ja kohderyhmän. Ylihoitajalle olimme lähettäneet suunnitelmamme, mutta emme erikseen maininneet, että se olisi hyvä näyttää myös työryhmälle. Näin olisimme voineet välttyä turhilta yhteydenotoilta.

6 POHDINTA

6.1 Prosessi ja hyödynnettävyys

Kehittämistyön tulisi noudattaa pääpiirteissään samaa menetelmää kuin tutkimus. Siinä on nähtävänä aiempi tietämys, uuden toiminnan luominen ja se on toteutettava systemaattisella tavalla ja metodisesti oikein. (Kainulainen 2004, 68.)

Kehittämistehtävä täydensi opinnäytetyötämme, sillä otimme kehittämistehtävään uuden näkökulman, sähköisen kiusaamisen. Sähköisen kiusaamisen moninaisuus ja ajankohtaisuus kiinnostivat meitä. Opinnäytetyömme kohderyhmä oli toisen vuosiluokan oppilaat ja tarkoituksenamme oli ennaltaehkäistä koulu-kiusaamisen syntymistä. Kehittämistehtävässä halusimme vaikuttaa vanhempien mahdollisuuksiin ennaltaehkäistä omalta osaltaan sähköistä kiusaamista.

Päätimme opinnäytetyötä tehdessämme jatkaa ennaltaehkäisevää työmenetelmää kehittämistehtävässämme. Toiminnallisen opinnäytetyön jälkeen halusimme laajentaa osaamistamme suunnittelemalla ja toteuttamalla terveyttä edistävää materiaalia eri kohderyhmälle. Tausta-ajatuksemme oli kuitenkin tuottaa tietoa, joka koskee samaa kohderyhmää mutta on kohdistettu oppilaiden sijaan heidän vanhemmilleen. Tarkoituksenamme oli saada kokonaisuus, joka tukee kodin ja koulun välistä yhteistyötä.

Tekemästämme materiaalista hyötyvät ensisijaisesti kohderyhmänämme olleet vanhemmat ja heidän lapsensa. Jatkossa materiaalia on mahdollisuus käyttää myös eri kouluissa. Tietolehtistä voidaan hyödyntää eri ammattiryhmien kesken, kuten esimerkiksi koulukuraattorin ja terveydenhoitajan työssä. Tietolehtistä on mahdollisuus käyttää yhtenä työkaluna, esimerkiksi käyttämällä apuna siinä esiintyviä kysymyksiä. Tieto sähköisestä kiusaamisesta on tarkoitettu nopea- ja helppolukuiseksi.

6.2 Eettisyys ja luotettavuus

Kehittämistehtävän eettisyyttä ja luotettavuutta tarkasteltaessa tulee huomioida ihmisten kunnioitus, tasa-arvoinen vuorovaikutus sekä oikeudenmukaisuus. Kehittämistehtävässä eettisyys näkyy muun muassa suhtautumisessa työhön, aihealueeseen sekä henkilöihin, joita kehittämistehtävä koskee. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 1.)

Olimme motivoituneita kehittämistehtävää kohtaan ja suhtauduimme siihen mielenkiinnolla. Aihealue on mielestämme tärkeä ja ajankohtainen ja uskomme, että tulevaisuudessa sähköinen kiusaaminen näkyy nykyistä enemmän myös terveydenhoitajan työssä, esimerkiksi koulukiusaamistapauksien yhteydessä. Henkilöt, jotka osallistuivat tietolehtisen kehittämiseen, antoivat palautteet nimellisinä. Kerroimme kuitenkin heille, etteivät heidän henkilötietonsa tulisi näkyviin kehittämistyöhön. Palautteet saimme nimellisinä, sillä pidimme tärkeänä, että saisimme palautetta vanhemmilta, joilla oli kehittämistyötämme koskevan ikäryhmän ikäisiä lapsia. Tämän pystyimme varmistamaan sillä, että valitsimme palautteen antajiksi tuntemiamme vanhempia.

Eettisyys tulee esille kriittisenä näkökulmana vallitsevia käytäntöjä sekä löytyvää tietoa kohtaan. Perusteltavissa oleva kriittisyys antaa mahdollisuuden hyvien ammattikäytäntöjen kehittämiseksi ja auttaa niiden jatkuvana tapahtuvaa arviointia. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 11.)

Toimimme kehittämistyössämme lähdekriittisinä käyttäen luotettavaa ja tutkittua lähdemateriaalia. Tarkastelimme lähdemateriaalia sen käyttökelpoisuuden, ajankohtaisuuden, kirjoittajien asiantuntijuuden sekä lähteiden paikkansapitävyyden kannalta. Otimme kehittämistehtävässä huomioon myös aiheen universalisuuden, ottaen mukaan englanninkielistä lähdeaineistoa. Sähköinen kiusaaminen on aihealueena vielä melko tuore ilmiö, mutta löysimme aihealueeseen liittyvää luotettavaa tietoa mielestämme laajasti.

Eri ammattiryhmien, mukaan lukien terveydenhoitajien, toimintaa on säädelty eettisten ohjeiden avulla. Ohjeet auttavat turvaamaan eettisesti korkealaatuisen

toiminnan. Eettiset ohjeet eivät ole yhtä sitovia kuin esimerkiksi laissa säädetyt säännökset, mutta niillä on tärkeä ohjaava merkitys eri ammattiryhmien työssä. (Leino-Kilpi 2006, 157.) Lähestyimme aihetta objektiivisesti, koska meillä ei ollut tietoa, olivatko oppilaat tai heidän vanhempansa kohdanneet kiusaamista aikaisemmin.

6.3 Ammatillinen kehitys

Kehittämistehtävässä olemme oppineet suunnittelemaan ja toteuttamaan terveyden edistämisen materiaalia. Materiaalin suunnittelussa on pitänyt huomioida kohderyhmä, eli vanhemmat, ja suunnitella sisältö heille sopivaksi ja ymmärrettäväksi, vaikka lähteinä on käytetty tieteellisiä julkaisuja, jotka ovat suunnattu lähinnä ammattilaisille. Tällaisessa terveyden edistämisen materiaalissa olemme oppineet tiivistämään tietoa ja keskittymään vain olennaiseen, sekä huomioidaan materiaalin ulkoasun, jotta se tukisi tekstin sisältöä ja herättäisi kiinnostusta lukijassa.

Terveydenhoitajan yksi tärkein tehtävä on terveyden edistäminen. Terveyden edistämiseen vaikuttaa vallitsevat olot sekä yhteiskunnalliset ja yksilölliset tekijät. Terveysolojen ja ihmisten omien vaikuttamismahdollisuuksien parantaminen ovat terveydenedistämisen kulmakiviä. Tarkoituksena on, että ihmisille annetaan mahdollisuus hallita, ylläpitää ja parantaa omaa terveyttään. Terveyttä edistämällä vaikutetaan laaja-alaisesti yhteiskunnan rakenteisiin ja sen sosiaalisiin ja kulttuurisiin tekijöihin. (Haarala & Mellin 2008, 51–52.)

Kehittämistehtävässä olemme keskittyneet terveyden edistämiseen terveysviestinnän kirjallisen materiaalin avulla. Tästä on meille varmasti paljon hyötyä tulevassa terveydenhoitajan työssä, jossa kohtaamme päivittäin erilaisia asiakkaita ja pyrimme vaikuttamaan myönteisesti heidän terveyteensä. Suullisen viestinnän tueksi on usein tärkeää antaa kirjallista materiaalia, johon asiakkaat pystyvät perehtymään rauhassa kotona. Terveydenhoitajan on tärkeää antaa tietoa myös vanhemmille, joilla on suuri vaikutus lastensa terveyteen ja sen edistämiseen esimerkiksi neuvolassa ja kouluterveydenhuollossa. Neuvolassa vanhemmat ovat aina mukana vastaanotolla, mutta kouluterveydenhuol-

lossa terveydenhoitaja tapaa oppilaat usein yksin ja tiedonanto vanhemmille tapahtuu kirjallisen materiaalin avulla.

Ammatillisesti aiheemme, sähköinen kiusaaminen, kiinnosti meitä ja koska se on suhteellisen uusi ilmiö, meillä ei ollut siitä juurikaan aikaisempaa tietoa, eikä sitä ole käsitelty opinnoissamme. Aiheen ajankohtaisuus oli mielestämme tärkeä, ja siihen perehtymisestä on hyötyä eri terveydenhoitajan tehtävissä, joissa tapaa niin lapsia ja nuoria kuin heidän vanhempiaankin.

7 LÄHTEET

- Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. Viitattu 4.11.2011.
http://www.diak.fi/files/diak/Julkaisutoiminta/C_17_ISBN_9789524930994.pdf
- Drake, Merja 2009. Terveystiedon tuottajat ja hankkijat Internetissä. Jyväskylän yliopisto.
- Haarala, Päivi & Mellin, Oili-Katriina. 2008. Kansanterveystyö ja terveydenedistäminen. Teoksessa: Haarala, Päivi; Honkanen, Hilikka; Mellin, Oili-Katriina & Tervaskanto-Mäentausta, Tiina (toim.) Terveystiedon osaaminen. Helsinki: Edita, 41–93.
- Haarala, Päivi & Tervaskanto-Mäentausta, Tiina 2008. Terveystiedon osaaminen. Teoksessa: Haarala, Päivi; Honkanen, Hilikka; Mellin, Oili-Katriina & Tervaskanto-Mäentausta, Tiina (toim.) Terveystiedon osaaminen. Helsinki: Edita, 13–28.
- Hasebrink, U; Görzig, A; Haddon, L; Kalmus, V; ja Livingstone, S 2011. Patterns of risk and safety online. In-depth analyses from the EU Kids Online survey of 9-16 year olds and their parents in 25 countries. LSE, London: EU Kids Online. Viitattu 18.9.2011.
<http://www2.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/D5%20Patterns%20of%20risk.pdf>
- Idänpää-Heikkilä, Ulla; Outinen, Maarit; Nordblad, Anne; Päivärinta Eeva ja Mäkelä Marjukka. 2000. Laatukriteerit. Suuntaviivoja tekijöille ja käyttäjille. Viitattu 19.9.2011. Stakes: 2000.
<http://www.stakes.fi/verkkojulkaisut/muut/Aiheita20-2000.pdf>
- Juvonen, Jaana 2008. Extending the School Grounds?—Bullying Experiences in Cyberspace. Journal of school health, (78), 9, 496–505.
- Kainulainen, Sakari. 2004. Oikein, totta ja hyödyllistä. Teoksessa: Kotilainen, Hannu & Mutanen, Arto (toim.) Tutkiva ja kehittävä ammattikorkeakoulu. Helsinki: Edita.

- Karstu, Elina 2010. Virtuaaliajan vitsaus. Yläkoululaisten kokemuksia internet- ja kännykkäkiusaamisesta. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. Pro gradu.
- KiVa Koulu – ohjelma. 2011. Kiusaamisen muodot. Viitattu 25.9.2011.
http://www.kivakoulu.fi/kiusaamisen_muodot
- Koivusalo-Kuusivaara, Raisa 2007. Lapset, media ja symbolinen vuorovaikutus. Viitattu 25.10.2011. Helsingin yliopisto. Viestinnän laitos.
<https://helda.helsinki.fi/handle/10138/23421>
- Lehtonen, Hannakaisa & Maunumaa, Eveliina 2010. Kuudesluokkalaisten kokemuksia elektronisesta kiusaamisesta Eteläpohjalaisissa kouluissa. Viitattu 12.9.2011. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen laitos. Pro gradu.
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/24317/URN%3ANBN%3Afi%3Aju-201006082016.pdf?sequence=1>
- Leino-Kilpi, Helena 2006. Eettiset ohjeet osana ammatillista etiikkaa. Teoksessa Helena Leino-Kilpi ja Maritta Välimäki (toim.) Etiikka hoitotyössä. Helsinki: WSOY, 148–158.
- LSE Media & Communications. 2011. EU Kinds Online. Viitattu 18.9.2011.
www.eukidsonline.net
- Mannerheimin lastensuojeluliitto 2011. Lasten mediankäyttö huolettaa koulunsa aloittavien vanhempia. Viitattu 28.10.2011.
http://www.mll.fi/ajankohtaista/tiedotteet_ja_uutiset/?x41088=14148805
- Mansikkamäki, Tarja 2001. Ammatillaiset mediassa. Teoksessa Torkkola, Sinikka (toim.) Terveystietä. Helsinki: Tammi 2002, 163–179.
- Opetushallitus 2011. Koulurauha-ohjelma puuttuu nettikiusaamiseen. Viitattu 11.9.2011. http://www.edu.fi/perusopetus/103/koulurauha-ohjelma_puuttuu_nettkiusaamiseen
- Paavonen, E. Juulia; Roine, Mira; Korhonen, Piia; Valkonen, Satu; Pennonen, Marjo; Partanen, Jukka & Lahikainen, Anja Riitta 2001. Media ja lasten hyvinvointi. Duodecim 15, 1563–1570.
- Pelastakaa Lapset Ry 2011. Lasten kokema seksuaalinen häirintä ja hyväksikäyttö Internetissä. Viitattu 1.11.2011 <http://pelastakaalapset-fi-bin.directo.fi/@Bin/fda7053e6c83bfb8d04b66ad992b574a/1320161>

[074/application/pdf/532611/Lasten%20kokema%20seksuaalinen%20h%C3%A4irint%C3%A42011.pdf](http://www.pelastakaa.fi/application/pdf/532611/Lasten%20kokema%20seksuaalinen%20h%C3%A4irint%C3%A42011.pdf)

Pelastakaa Lapset Ry 2009. Raportti lasten matkapuhelimen käytöstä. Viitattu 12.9.2011.

http://www.pelastakaa.fi/@Bin/91551/mobiili_2009_web.pdf

Perusopetuslaki 1998/628, 21.8.1998. Viitattu 7.11.2011. <http://www.finlex.fi>

Robson, Colin 2001. Käytännön arvioinnin perusteet: opas evaluaation tekijöille ja tilaajille. Helsinki: Tammi.

Rouvinen-Wilenius, Päivi 2008. Tavoitteena hyvä ja hyödyllinen terveysaineisto. Kriteeristö aineiston tuotannon ja arvioinnin tueksi. Viitattu 1.11.2011.

http://www.tekry.fi/web/pdf/publications/2008/2008_003.pdf

Salmivalli, Christina & Kirves, Laura 2011. Kaverisuhteet ja kiusaaminen. Teoksessa: Mäki, Päivi; Wikström, Katja; Hakulinen-Viitanen, Tuovi ja Laatikainen Tiina. Terveystarkastukset lastenneuvolassa ja koulu-terveydenhuollossa. Terveys- ja hyvinvoinninlaitos 2011. 133–134.

Schurgin O’Keeffe, Gwenn 2010. Cyber Safe Protecting and empowering kids in the digital world of texting, gaming and social media. American academy of pediatrics. 2010. Viitattu 3.10.2011.

http://wdn.ipublishcentral.net/www_aap_org/viewinside/14299354243881

Sosiaali- ja terveysministeriö 2004. Kouluterveydenhuollon laatusuositus. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2004:8.

Sukula, Seija 2001. Osallistuva asiakas. Teoksessa Torkkola, Sinikka (toim.) Terveysviestintä. Helsinki: Tammi 2002, 13–23.

Tarkiainen, Johanna; Aarva, Pauliina; Nieminen, Hannu & Leinonen, Kirsi 2005. Terveys, viestintä ja kansalaiset: Tutkimus kansalaisten ja vaikuttajien näkemyksistä. Viitattu 14.10.2011.

http://www.tekry.fi/web/pdf/publications/2005/2005_007.pdf

Torkkola, Sinikka i.a. Johdanto terveystiedotukseen. Viitattu 14.10.2011.

http://www.uta.fi/laitokset/tiedotus/opiskelu/Torkkola_Johdanto_terveysviestintaan.pdf

Vilka, Hanna & Airaksinen, Tiina 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki:
Tammi.

HYÖDYLLISIÄ LINKKEJÄ:

[MLL.fi > vanhempainnetti](#)
[Tietoturvakoulu.fi > vanhemmille](#)
[Kivakoulu.fi /vanhemmille](#)

TEKIJÄT: Kirsi Saarinen & Suvi Simola
 Diakonia-ammattikorkeakoulu

LÄHTEET: Gwenn Schurgin O’Keeffe 2010. Cyber Safe.
 Duodecim 15/2011. Media ja lasten hyvinvointi.
 Opetushallitus 2011. Koulurauha-ohjelma puuttuu nettikiusaamiseen.
 Terveystarkastukset lastenneuvolassa & kouluterveydenhuollossa 2011.
 Tietoturvakoulu 2010. Nettikiusaaminen.

SÄHKÖINEN KIUSAAMINEN

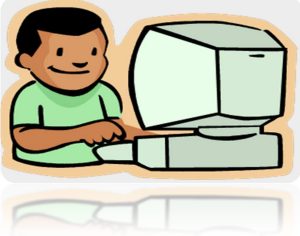
Tietoa vanhemmille

**INTERNETIN JA KÄNNYKÄN KIUSAAMISMUOTOJA:**

Haukkuminen, solvaus, ikävä kommentointi
 Internetissä mahdollisuus kiusata nimettömänä, esim. nimimerkillä

Kuvien levittäminen ilman lupaa ja kuvamanipulaatiot
 Pieni pila voi riistäytyä käsistä kun se saa suuren yleisön

Oppilaita koskevat viharyhmät
 Internetin vaivattomuus ja vapaus antavat mielikuvan, että kaikki on sallittua



NETTI- JA KÄNNYKKÄKIUSAAMINEN – KIUSAAMISEN UUDET MUODOT

Kaverisuhteet ovat kaikille lapsille ja nuorille tärkeitä ja niiden merkitys vain korostuu iän myötä. Suhteet ikätovereihin tuovat suurelta osin iloa ja tukea lapsen elämään, mutta kaverisuhteissa voi olla myös ongelmia, jotka haittaavat lapsen myönteistä kehitystä.

Nykyaikana lapset viettävät Internetissä enemmän aikaa kuin mikään muu aikaisempi

sukupolvi.

Lapsilla on osaaminen Internetin käyttöön mutta ei riittävää ymmärrystä sen moninaisuudesta.

Teknologian muutos on jatkuvaa ja lapset löytävät uusille sovelluksille monenlaisia käyttötapoja, jotka eivät aina ole toivottavia.

Suurin syy siihen, että lapset joutuvat vaikeuksiin Internetissä on heidän riittämätön ymmärrys ympäröivään maailmaan.

MITEN VOIT ENNALTAEHKÄISTÄ SÄHKÖISTÄ KIUSAAMISTA?

Tutustukaa yhdessä Internetin ja kännykän palveluihin
Tiedätkö, millaisilla Internet-sivuilla lapsesi käy?
Tiedätkö, miten lapsesi käyttää kännykkää?

Laatikaa yhdessä säännöt Internetin ja kännykän käytöstä
Tiedätkö, kuinka paljon lapsesi on Internetissä?
Tiedätkö, keiden kanssa lapsesi pitää yhteyttä?

Auta lasta ymmärtämään oikean ja väärän ero
Tiedätkö, kiusataanko lastasi sähköisissä viestimissä?
Tiedätkö, kiusaako lapsesi muita?

Ole hyvä roolimalli
Tiedätkö, kuinka paljon oma sähköinen käyttäytymisesi vaikuttaa lapseesi?
Tiedätkö, mistä saat lisätietoa?

LIITE 2: Palautelomake

SÄHKÖINEN KIUSAAMINEN – Tietoa vanhemmille

PALAUTELOMAKE

Mitä uutta tietoa sait lehtisestä? Entä oliko tieto ajankohtaista?

Koitko tiedon hyödylliseksi ja tärkeäksi?

Olisitko kaivannut jotain tietoa lisää?

Mitä mieltä olit lehtisen ulkoasusta ja kielestä?

Kiitos palautteestasi!