

Heli Alho & Sabina Jaskari

Koulukiusaaminen terveydenhoitotyön näkökulmasta

Tunnista, välitä ja puutu

Opinnäytetyö

Syksy 2009

Sosiaali- ja terveystieteiden yksikkö

Hoitotyön koulutusohjelma

Terveydenhoitotyön suuntautumisvaihtoehto



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveystieteiden yksikkö

Koulutusohjelma: Hoitotyön koulutusohjelma

Suuntautumisvaihtoehto: Terveystieteiden suuntautumisvaihtoehto

Tekijä: Heli Alho & Sabina Jaskari

Työn nimi: Koulukiusaaminen terveydenhoitotyön näkökulmasta. Tunnista, välitä ja puutu

Ohjaaja: Eija Kyrölahti, Simo Ranta, Raija Tolonen

Vuosi: Syksy 2009

Sivumäärä: 53

Liitteiden lukumäärä: 1

Opinnäytetyön aihealueena oli elämänhallinta, aiheena koulukiusaaminen. Opinnäytetyön tavoitteena oli saada valmiuksia tunnistaa ja kohdata koulukiusaaminen. Tarkoituksena oli löytää työmenetelmiä ja toimintatapoja koulukiusaamisen tunnistamiseksi ja kohtaamiseksi.

Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisen opinnäytetyön menetelmin. Työskentelymenetelmän tavoitteena oli viedä teoretieto käytäntöön. Raportissa käytetty teoretieto kerättiin suomalaisista ja ulkomaisista tieteellisistä viitetietokannoista. Tuotoksena oli oppilaanohjauksen tunti, joka oli suunnattu kahdeksannen luokan oppilaille ja heidän vanhemmille.

Opinnäytetyössä selvitettiin, mitä koulukiusaaminen on, ja eroteltiin siihen liittyvät eri roolit sekä luotiin puitteet sen tunnistamiseen, kohtaamiseen ja puuttamiseen. Koulukiusaaminen on yhä lisääntyvä ilmiö, jota esiintyy lähes jokaisessa koulussa jossain muodossa aina henkisestä fyysiseen väkivaltaan. Koulukiusaaminen ei ole vähentynyt huolimatta siitä, että jokaisella koululla on lain mukaan oltava opetussuunnitelmaan kirjoitettu toimintamalli, jolla ehkäistään kouluväkivaltaa. Koulukiusaamisella todettiin olevan sekä yhteisö- että yksilötason seurauksia. Lisäksi todettiin kiusaamisella olevan jopa aikuisikäen saakka ulottuvia vaikutuksia.

Asiasanat: elämänhallinta, nuorten terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen sekä koulukiusaaminen

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: School of Health Care and Social Work
Degree programme: Degree Programme in Nursing
Specialisation: Public Health Nursing

Author/s: Heli Alho & Sabina Jaskari

Title of thesis: Bullying in the standpoint of public health care. Recognize it, pay attention to it, intervene in it.

Supervisor(s): Eija Kyrönlahti, Simo Ranta, Raija Tolonen

Year: Autumn 2009 Number of pages: 53 Number of appendices: 1

The theme of this thesis was life management, the subject of it bullying in school. The aim of this thesis was to find capability to recognize and confront school bullying. The purpose was to find working methods and ways of action regarding the matter.

The thesis was carried out by methods of functional thesis. The theory data used in the report was collected from Finnish and foreign scientific reference databases. The result was a student guidance lesson which was aimed at eighth grade students and their parents. The goal of the working method was put the theoretical knowledge into practice.

This thesis examined what school bullying is, distinguished the different roles related to it as well as created a framework for recognition, confrontation and intervention. School bullying is a still increasing phenomenon, which occurs in almost every school in some form from emotional to physical violence. School bullying has not declined despite of the fact that every school is obliged by law to include written strategies in the curriculum for preventing school violence. School bullying was found to have consequences on both community and individual. Bullying was also found to have effect that can last even till adult life.

Keywords: life management, promotion of health and welfare of young people, school bullying

SISÄLLYS

| | |
|-------------------------------------------------|----|
| Opinnäytetyön tiivistelmä..... | 2 |
| Thesis abstract..... | 3 |
| 1 JOHDANTO | 5 |
| 2 TERVEYDEN EDISTÄMINEN | 8 |
| 3 ELÄMÄNHALLINTA | 12 |
| 4 KOULUTERVEYDENHUOLTO | 14 |
| 5 KOULUKIUSAAMINEN | 16 |
| 5.1 Kiusaajan ja kiusatun ominaispiirteet | 19 |
| 5.2 Kiusaaminen ryhmäilmiönä..... | 22 |
| 5.3 Koulukiusaamisen seuraukset..... | 25 |
| 6 KOULUKIUSAAMISEEN PUUTTUMINEN | 29 |
| 6.1 Varhainen puuttuminen..... | 32 |
| 6.2 Moniammatillinen yhteistyö | 33 |
| 6.3 Koulun ja kodin välinen yhteistyö | 36 |
| 7 TAVOITE, TARKOITUS JA TEHTÄVÄ..... | 39 |
| 8 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ | 40 |
| 9 TOTEUTUS..... | 41 |
| 10 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS..... | 44 |
| 11 POHDINTA..... | 46 |
| LÄHTEET:..... | 48 |
| LIITE 1: KUTSU..... | 53 |

1 JOHDANTO

Turvalliseen opiskeluympäristöön ei kuulu koulukiusaaminen, jota esiintyy kuitenkin päivittäin lähes jokaisessa koulussa eri-ikäisten koululaisten keskuudessa, nimittelystä aina fyysiseen väkivaltaan asti. Tämän vuoksi valitsimme opinnäytetyömme aiheeksi koulukiusaamisen. Opetusministeriön (2008, 3) julkaisemassa Koulukiusaaminen peruskoulun yläluokilla 2000–2007 koulukyselytutkimuksessa, ilmenee koulukiusaamisen lisääntyneen koko maassa, erityisesti Länsi-Suomessa. Missään maakunnassa koulukiusaaminen ei ole vähentynyt 2000-luvun aikana.

Perusopetuslain 25§ mukaan Suomessa jokaisella lapsella ja nuorella, jolle ei erityisestä syystä ole myönnetty vapautusta, on oppivelvollisuus, joka alkaa 7-vuotiaana ja kestää 17-vuotiaaksi asti. Opetuksen järjestäjän on opetussuunnitelman yhteydessä laadittava suunnitelma, jolla suojataan oppilaita väkivallalta, häirinnältä ja kiusaamiselta, sekä suunnitelma, jolla valvotaan sen noudattamista ja toteutumista. Jokaisella opetukseen osallistuvalla lapsella on oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön. (L13.6.2003/477.)

Kouluterveyskyselyssä 2008 käy ilmi, että kiusaaminen on yhtä yleistä pienissä kuin suurissakin kouluissa. Kiusaamisen vähentäminen vaatisi toimenpiteitä kouluissa ympäri Suomen, koulun kokoon katsomatta. Vuoden 2008 kouluterveyskyselyn tulokset näyttävät koulukiusaamisen edelleen yleistyneen peruskoulun pojilla ja tytöillä. Kiusattujen määrä on nousussa; kiusaajien ja kiusaaja-uhrien määrä ei: joka kymmenes pojista ja 7 % tytöistä kertoi tulleensa kiusatuksi vähintään kerran viikossa lukukauden aikana. (Opetusministeriö 2008, 34–35.)

Vuonna 2008 koulukiusatuksi tulleista tai kiusaamiseen osallistuneista yläluokkalaisista tytöistä ja pojista 35 % ilmoitti, että koulun aikuisista kukaan ei puuttunut kiusaamiseen. Kouluterveyskyselyn tuloksista kävi ilmi koulukiusaamisen liittyvän koulu-oloista huonoon työilmapiiriin, vaikeuksista opiskelussa omaisuuden turmelemiseen. Edellä mainitut voivat olla merkkejä kiusaamisen esiintymisestä, ja niihin

puuttamalla voidaan mahdollisesti auttaa vähentämään koulukiusaamista. (Opetusministeriö 2008, 34.)

Pörhölä (2007, 8) viittaa tutkimuksiin, joita suomalaisissa kouluissa on tehty. Näissä ilmenee, että kiusaamiseen osallistuu erilaisissa rooleissa jopa yli kolmannes oppilaista, joko kiusaajana, kiusaajan apurina, kiusaamista kannustavana tai sivustakatsojana. Salmivallin (1999, 1673) mukaan suuri osa kiusaamisesta ei tule opettajien eikä vanhempien tietoon. Ainoastaan noin puolet kiusatuista kertoo kiusaamiskokemuksistaan jollekin aikuiselle. Niin opettajat kuin vanhemmatkin näyttävät aliarvioivan kiusatuiksi joutuvien koululaisten määrän.

Koulukiusaaminen on erittäin yleinen ja vakava ilmiö ja etenkin pitkään jatkuneen koulukiusaamisen on todettu aiheuttavan muun muassa eriasteisia itsetunnon ja mielenterveyden ongelmia. Tiedotusvälineistä saamme kuulla, mihin koulukiusaamistapaukset ovat johtaneet. Syyllistä koulukiusaamiseen etsitään helposti vanhemmista ja kouluista. Vastuuta teoista siirretään vanhemmilta kouluille ja päinvastoin. Olennaista olisi kuitenkin siirtää huomio siihen, miten kiusaamista voitaisiin vastustaa, kuinka havaita kiusaaminen ajoissa ja kuinka puuttua siihen.

Opinnäytetyömme on osa Ilmajoki-hanketta, jonka tarkoituksena on edistää Ilmajoen Jaakko Ilkan yläasteen nuorten terveyttä ja hyvinvointia. Aihealueemme on elämänhallinta, sillä nuorten pahoinvointi on yhteiskunnassamme yhä kasvava ja näkyvämpi ilmiö. Tavoitteenamme on saada valmiuksia tunnistaa ja kohdata koulukiusaaminen. Tarkoituksenamme on löytää työmenetelmiä ja toimintatapoja koulukiusaamisen tunnistamiseksi ja kohtaamiseksi.

Opinnäytetyömme toiminnallisen osuuden toteutimme syyskuussa 2009 pitämällä kahdeksas luokkalaisille ja heidän vanhemmilleen suunnatun oppilaanohjauksen tunnin aiheestamme. Tulevina terveydenhoitajina kohtaamme ammatissamme koulukiusaamista. Opinnäytetyömme antoi valmiuksia työskennellä koulukiusaamisaiheen ympärillä sekä rohkeutta ja varmuutta puuttua koulukiusaamiseen.

Tiedonhaussa käytimme kirjallisuustiedon etsimiseen Seinäjoen Korkeakoulu Plari-tietokantaa, kotimaista terveystieteellistä viitetietokantaa Medicia, sekä englanninkielisiä artikkeliviitetietokantoja Chinalia ja Medlinea. Tieteellisiä artikkeleita etsimme myös kotimaisista artikkeliviitetietokannoista Aleksista ja Artosta. Ruotsinkielistä tutkimusartikkeliaineistoa etsimme hakukone Google Scholarista.

2 TERVEYDEN EDISTÄMINEN

Terveyden edistäminen on laaja ja monenlaista toimintaa sisältävä ala, minkä vuoksi sen määrittely on vaikeaa. WHO:n (1986) määritelmä perustuu näkemykseen terveydestä fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilana. WHO määrittelee terveyden edistämisen seuraavasti:

Terveyden edistäminen on toimintaa, joka lisää ihmisten mahdollisuuksia niin terveytensä hallintaan kuin sen parantamiseen. Jotta täydellinen fyysinen ja psyykinen, henkinen ja sosiaalinen hyvinvointi voitaisiin saavuttaa, on yksilöiden ja ryhmän kyettävä toteuttamaan toiveensa, tyydyttämään tarpeensa ja muuttamaan ympäristöä tai opittava tulemaan toimeen sen kanssa. (Ottawa Charter for Health Promotion 1986.)

Suomen terveystoimintaa ohjaavista toimintaohjelmista merkittävimpänä voidaan pitää Terveys 2015 -kansanterveysohjelmaa. Ohjelmassa ilmenevät keskeisimmät terveyden edistämisen kehittämialueet sekä painopisteet, ja se linjaa Suomen terveystoimintaa vuoteen 2015 saakka. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2001, 3.) Hallituksen toimikauden mittaisella Terveyden edistämisen politiikkaohjelmalla pyritään parantamaan väestön terveydentilaa, kaventamaan terveyseroja, sekä jatkamaan kansallisen terveyshankkeen aloittamaa ennaltaehkäisevää työtä ja terveyden edistämistä. Ohjelman tarkoitus on edistää lasten ja nuorten terveyttä ja hyvinvointia, työikäisten työ- ja toimintakykyä ja työhyvinvointia sekä ikääntyvien terveyttä ja toimintakykyä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2007, 1.)

Terveyden edistämisen toiminta on kytköksissä asetettuihin tavoitteisiin. Sen tuloksia ovat suojaavien sisäisten ja ulkoisten tekijöiden vahvistuminen, elämäntapojen muutos positiivisempaan suuntaan sekä terveyspalveluiden kehittyminen. Terveyden edistämisen toiminnan vaikutukset voidaan havaita yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan terveytenä ja hyvinvointina. (Savola 2005, 8.)

Savola (2005, 8) määrittelee teoksessaan terveyden edistämisen perustuvan arvoihin ja sen olevan välineellistä ja tavoitteellista toimintaa ihmisten hyvinvoinnin ja terveyden saavuttamiseksi sekä sairauksien ehkäisemiseksi. Savola (2005, 8) kertoo terveyden edistämisen sisältävän sekä promotiivisia että preventiivisiä toimintamuotoja.

Promotiivisella terveyden edistämällä pyritään vahvistamaan yksilön ja yhteisön selviytymistä ja voimavaroja. Preventiivinen terveyden edistäminen pitää sisällään primaari-, sekundaari- ja tertiaaripreventiota. Primaaripreventio vähentää yhteisön ja yksilön sairastumisalttiutta vaikuttamalla riskitekijöihin. Sekundaariprevention pyrkimyksenä on ehkäistä sairauden pahentumista riskitekijöitä poistamalla ja niiden vaikutusta pienentämällä. Tertiaariprevention pyrkimyksenä on parantaa työ- ja toimintakykyä tai estää niiden heikkeneminen. (Savola 2005, 8.)

Terveyden edistämisen perustan luovat positiivinen terveystiedon käsitys ja terveyttä suojaavat sisäiset ja ulkoiset tekijät. Terveyden edistämisen merkitystä perustelevat terveyden ja toimintakyvyn parempi säilyminen läpi elämän ja hyvinvoinnin lisääminen. Yksilöllisen ja yhteisöllisen elämän eri ulottuvuuksien halluunoton mahdollistavat terveys ja hyvä olo. (Savola 2005, 23.) Yksilön, perheen ja yhteisön terveyteen, terveyden edistämiseen ja terveyden edistämisen työmenetelmiin vaikuttavat useat tekijät. Yleiset yhteiskunnalliset, kulttuuriset ja ympäristön olosuhteet ja niiden muutokset näkyvät muun muassa ihmisten tavassa ajatella ja toimia. (Pietilä, Hakulinen, Hirvonen, Koponen, Salminen & Sirola 2002, 38.)

Armannon ja Koistisen (2007, 20) mukaan terveyden edistäminen on yksilöiden ja yhteisöjen terveydentilan parantamista, terveyden tukemista ja puolustamista, terveyden merkityksen korostamista sekä terveystietämisen nostamista yksilöiden ja viranomaisten tärkeinä pitämien asioiden kärkeen. Keskeinen tavoite on kohentaa ihmisten mahdollisuuksia vaikuttaa omaan ja ympäristönsä terveyteen. Terveyden edistämällä on vaikutusta koko väestöön, sillä väestön terveydentilan ollessa hyvä koko yhteisö on vahva. (Armanto & Koistinen 2007,

20.)

Uusimmat terveydenedistämisen mallit korostavat osallistamista (participation) ja valtaistamista (voimaannuttaminen, empowerment). Tärkeitä terveyteen vaikuttavia tekijöitä ovat elämäntyyli ja sosiaalinen toiminta. Yksilön vaikutusvalta kyseisiin tekijöihin ei ole kovin suuri ja siksi painopiste siirretään yhteisöille. Yhteisöllä tarkoitetaan samalla alueella asuvia ihmisiä, joilla on yhteinen kulttuuri sekä samat arvot ja normit. Osallistuminen korostaa kaikkien yhteisön jäsenien mobilisoimista, terveyden yhteisöllisyyttä ja edustuksellisuutta. (Hyypä & Liikanen 2005, 42.)

Valtaistamisessa ihmiset kontrolloivat omia päätöksiään ja toimenpiteitään, jotka vaikuttavat terveyteen, hyvinvointiin ja sosiaaliseen kanssakäymiseen (Hyypä 2005, 42). Pietilä ja kumppanit (2002, 83) korostavat teoksessaan, että valtaistamisen lopputuloksena on oleellista yksilön vastuu tekemistään terveysvalinnoistaan sekä valmiudet ja mahdollisuus asettaa tavoitteita terveytensä ylläpitämiseksi ja edistämiseksi.

Yhteisöt ja yksilöt voivat ilmaista huolensa ja tarpeensa, sekä osallistua niitä koskevaan päätöksentekoon. Valtaistaminen kohdistuu koko yhteisöön, jossa ihmiset yhdessä toimivat saavuttaakseen paremman terveyden. Määriteltäessä terveys ekologisena tasapainona osallistaminen ja valtaistaminen lisäävät ihmisten mahdollisuuksia nähdä yhteydet elämän päämäärien ja niiden tavoittelemisen välillä. (Hyypä & Liikanen 2005, 42.)

Perhe, perhe-elämä ja sosiaaliset verkostot ovat terveydelle ja hyvinvoinnille tärkeitä asioita. Niissä tapahtuvat muutokset ja perinteisten yhteisöjen, esimerkiksi perheen, suvun ja kyläyhteisöjen, osittainen hajoaminen yhteiskunnan muutosten vaikutuksesta, sekä liikkuvuuden lisääntyminen ja sosiaalisten verkostojen kaventuminen vaikuttavat yksilön terveyden edistämiseen. (Pietilä ym. 2002, 47.)

Yksilön oma elämäntyyli ja voimavarat (empowerment), hänen kykynsä, valintansa ja selviytymistaitonsa vaikuttavat sekä hänen terveyteensä että terveyden edistämiseen ja työmenetelmiin. Yksilö ja hänen elämäntilanteensa ovat yhteydessä yksilön tekemiin valintoihin, kuten siihen kuinka jaksaa kouluelämässä ja sen ulkopuolella. Valinnat eivät toisaalta ole yksilön hallinnassa, vaan ne ovat riippuvaisia myös yksilön kyvyistä ja mahdollisuuksista, joita hänellä kulloisessakin elämäntilanteessaan on. (Pietilä ym. 2002, 50–51.)

Pietilän ja kumppaneiden (2002, 100–101) mukaan keskeisintä kouluikäisten ja nuorten terveyden edistämässä on syrjäytymisen ehkäisy. Perheen sisäiset vaikeudet kuten vanhempien kykenemättömyys huolehtia täysipainoisesti kasvatustuostaan, ovat yhteydessä kouluikäisten ja nuorten oireiluun ja terveysvalintoihin. Edellä mainittuihin vaikuttavat lisäksi kouluyhteisö, harrastusmahdollisuudet ja nuoren kaveripiiri. Kouluikäisen terveyden edistämässä keskeisiä kohtia ovat ihmissuhde- ja sukupuolikasvatus, ravitsemiskasvatus ja oman kasvun ja kehityksen ymmärtäminen, itsetunnon tukeminen sekä elämänhallintataidot. (Pietilä ym. 2002, 100–101.)

3 ELÄMÄNHALLINTA

Elämänhallinta on tunne, henkinen voimavara, jonka avulla selviämme stressitilanteista, kovista aikapaineista, kiireestä ja erilaisista vastoinkäymisistä. (Nyyti ry-opiskelijoiden tukikeskus.) Tunne oman elämän hallinnasta kytkeytyy ihmisen itsetuntoon. Ihmiset, joilla on hyvä itsetunto, tuntevat että he pystyvät vaikuttamaan riittävästi omaan elämäänsä. Elämänhallinta on kykyä ja taitoa tehdä valintoja ja sopeutua sekä selviytyä erilaisissa elämäntilanteissa. Se on myös uskoa itseen sekä tunteita elämän mielekkyydestä, merkittävyydestä ja ennakoitavuudesta. Tähän liittyvät itsetunnon lisäksi myös läheisesti elämänarvot ja käsitys siitä, millainen itse on. (Nyyti ry - opiskelijoiden tukikeskus 2009; Keltikangas-Järvinen 1996, 36.)

Salon ja Tuunasen mukaan (1996, 233) Aaron Antonovsky (1979,1984) on tutkinut ihmisen sisäisessä kokemusmaailmassa kehittyvää koherenssin tunnetta. Hän on päässyt lähimmäksi tutkiessaan ihmisen dynaamista pyrkimystä mielekkääseen tekemiseen ja riittävän hyvän minäkuvan ja itsehallinnan tunteen säilymiseen. Antonovsky on todennut koherenssin tunteen suojaavan hankalien tapahtumien ja elämänolosuhteiden sairastuttavalta vaikutukselta, hän onkin määritellyt yksilön voimavaraksi kehittyvän koherenssin tunteen selittämään sairastumisen ehkäistymistä. (Antonovsky 1979, 1984; Salo & Tuunanen 1996, 233–234.)

Salo ja Tuunasen mukaan (1996, 233) Aaron Antonovsky (1979,1984) kertoo jokaisen elämään kuuluvan stressorin eli vaatimuksen tai uhan, joka tulee sisäisestä tai ulkoisesta ympäristöstä järkyttäen tasapainoa. Tasapainon palautuminen riippuu henkilön ulottuvilla olevista yleisistä selviytymisvoimavaroista ja ihmisen omasta suuntautuneisuudesta ongelmien kohtaamiseen eli koherenssin tunteesta. Koherenssin tunne on yksilön kyky saada tarjolla olevia voimanlähteitä omaan käyttöönsä, ja se kuvaa ihmisen orientoitumista stressorin kohtaamiseen. Ihmisellä on pyrkimys etsiä koherenssia eli asioiden ja ilmiöiden yhteyksiä ja tehdä niistä

itselleen ymmärrettäviä ja hallittavia. (Antonovsky 1979; Salo & Tuunanen 1996, 233–234.)

Koherenssin tunteessa voidaan erottaa kolme ulottuvuutta eli koherenssin osatekijää. Ensimmäinen on asioiden ja elämän kokeminen ymmärrettävinä, selitettävissä olevina ja ennustettavina eli ymmärrettävyyttä. Toinen on asioiden ja elämän kokeminen hallittavina ja säädeltävinä eli hallittavuus. Kolmas on asioiden ja elämän kokeminen mielekkäinä ja merkityksellisinä eli mielekkyys. (Antonovsky 1984; Salo & Tuunanen 1996, 234–237.)

Koherenssin tunne kiteytyy valmiiksi varhaisaikuisuuteen tultaessa, ja sen kehittyminen riippuu niistä pätevyyskokemuksista, joita yksilö saa suhteessaan sosiaaliseen ympäristöönsä. Suotuisassa tapauksessa elämäntilanteet tarjoavat kokemuksia, jotka voimistavat koherenssin tunnetta. Näille kokemuksille on tyypillistä johdonmukaisuus, hallittavuus ja mielekkyys. Orientoituessaan paineisten tilanteiden kohtaamiseen niin, että ne ovat hallittavissa, ymmärrettäviä ja mielekkäitä, muuttuvat uhat ja paineet haasteiksi ja mahdollisuuksiksi, joissa voi kehittyä. (Antonovsky 1984; Salo & Tuunanen 1996, 237–239.)

Murrosikäisen kehityshaasteena on oman identiteetin hahmottaminen. Nuori etsii itseään. Hän ymmärtää itsensä ainutlaatuiseksi, persoonaksi, jolla on omat ominaisuutensa, mutta persoonan etsimiseen ja löytämiseen on kuljettava pitkä tie. Nuori haluaa oppia tuntemaan itsensä ja tarvitsee tähän vertaisryhmän. Hänen itsearviointinsa tärkein mittapuu on se, mitä muut nuoret hänestä ajattelevat, ja siksi hän on riippuvainen ryhmästä. Hahmottaessaan persoonallisuutensa piirteitä nuori on herkkä ja epävarma arvioinnille, ja siksi häneen kohdistettu arvostelu tuntuu vaikealta kestää. Irrottautuessaan vanhemmistaan ja yrittäessään sopeutua muuttuneeseen ulkomuotoonsa nuori kokee turvattomuutta ja turvaa ikätovereihinsa. (Salo 1997, 135–137.)

4 KOULUTERVEYDENHUOLTO

Kouluterveydenhuollosta on kansanterveyslaissa 14§ (2007) säädetty seuraavalla tavalla:

Kunnan tulee ylläpitää kouluterveydenhuoltoa, johon sisältyy kunnassa sijaitsevien perusopetusta antavien koulujen ja oppilaitosten kouluuyhteisön terveellisuuden ja turvallisuuden valvonta ja edistäminen yhteistyössä henkilökunnan työterveyshuollon kanssa, oppilaan terveyden seuraaminen ja edistäminen suun terveydenhuolto mukaan lukien, yhteistyö muun oppilashuolto- ja opetushenkilöstön kanssa sekä terveydentilan toteamista varten tarpeellinen erikoistutkimus; oppilaan terveyden seuraamiseen ja edistämiseen kuuluvien neuvonnan ja tarkastusten sisällöstä ja määrästä sekä terveydentilan toteamista varten tarpeellisesta erikoistutkimuksesta voidaan säätää tarkemmin valtioneuvoston asetuksella (L 25.5.2007/626).

Kuten edellä tuli ilmi, kansanterveyslaissa veloitetaan kunnat järjestämään peruskouluille kouluterveydenhuoltoa. Kouluterveydenhuollon laatusuosituksissa korostetaan kouluuyhteisön terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä, varhaisen puuttumisen tärkeyttä, moniammatillista yhteistyötä sekä perheiden ja kotien kanssa tehtävää yhteistyötä. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Suomen kuntaliitto 2004, 10.) Kouluterveydenhuollon tavoitteena on koko kouluuyhteisön ja oppilaiden hyvinvoinnin edistäminen sekä terveen kasvun ja kehityksen tukeminen yhteistyössä oppilaiden, opettajien, muun oppilashuollon henkilöstön sekä vanhempien kanssa (Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes 2002, 28; Terho, Ala-Laurila, Laakso, Krogius & Pietikäinen. 2000, 60).

Kouluterveydenhuollon tehtävät voidaan jaotella neljään osaan. Ensimmäisenä osa-alueena kouluterveydenhuolto osallistuu koko kouluuyhteisön terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen. Toiseksi kouluterveydenhuollon tulee edistää ja valvoa koulun työolojen ja koulutyön turvallisuutta sekä terveellisyyttä yhdessä muiden toimijoiden kanssa. Kolmantena alueena kouluterveydenhuolto seuraa, arvioi ja tukee kokonaisvaltaisesti oppilaan hyvinvointia ja terveyttä yhdessä muiden kouluuyhteisössä toimivien asiantuntijoiden kanssa. Neljäntenä tehtäväalueena kouluterveydenhuolto osallistuu oppimisen, tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmien tunnistamiseen ja selvittämiseen yhteistyössä opetus- ja

oppilashuoltohenkilöstön kanssa. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes 2002, 28; Terho ym. 2000, 35.)

Kouluterveydenhuollossa on olennaisen tärkeää ennaltaehkäisyn merkitys. Yleisimmät kansantautimme, kuten mielenterveyden häiriöt, syrjäytyminen, päihteidenkäyttö sekä monet somaattiset sairaudet, alkavat jo lapsuudessa ja nuoruudessa, vaikka pääasiallinen oireilu tapahtuu yleensä vasta aikuisiässä. Kyseisten sairauksien ehkäisy on tärkeää kansanterveytemme kannalta. Myös kouluterveydenhuollolle tämä on tärkeää, sillä sen tehtävänä on löytää nämä riskiryhmiin kuuluvat koululaiset mahdollisimman aikaisessa vaiheessa ja suunnata heille tehostettu terveydenhuolto. Jokaisella lapsella on oikeus saada turvattu ja hänen edellytystensä mukainen terve kasvu ja kehitys. Kouluterveydenhuollon tarkoituksena on juurruttaa jo lapsesta asti terveyttä edistävät ja ylläpitävät elämäntavat, jotka luovat pohjan aikuisiän terveystyöskäytännöille. (Terho ym. 2000, 32–33.)

Kouluterveydenhuollon työntekijän on aina ajateltava lapsen ja nuoren etua ja toimittava sen mukaisesti. Mikäli kouluterveydenhuollon työntekijä kuulee nuoren vakavasta ongelmasta nuorelta itseltään, kavereilta, opettajilta tai muilta ulkopuolisilta aikuisilta, hänen tulee puuttua asiaan. Koululaisen ja kouluterveydenhuollon työntekijän välinen suhde on erityisen tärkeä koululaisen hyvinvoinnin kannalta, samoin kuin kouluterveydenhuollon suhteet opettajiin ja koululaisen luokkatovereihin. (Terho ym. 2000, 60–64.)

5 KOULUKIUSAAMINEN

Kiusaamisen määritelmässä olennaisia tunnusmerkkejä ovat tahallisuus, toistuvuus ja vallan epätasapaino kiusaajan ja kiusatun välillä (Hamarus 2006, 5). Kiusaaminen määritellään pitkäaikaiseksi tapahtumasarjaksi, jossa yksi tai useampi henkilö alistaa tietoisesti, toistuvasti ja jatkuvasti, psyykkisesti tai fyysisesti, suoraan tai epäsuorasti toista henkilöä (Roland 1984, 17; Olweus 1992, 14; Hamarus 2008, 14; Höistad 2003, 80 ja Salmivalli 2003, 11–12). Pikasin (1990, 57) määritelmän mukaan kiusaaminen on tietoista, ei laillistettua, fyysistä tai psyykkistä hyökkäystä, sekä yhteisöstä poissulkemista. Ryhmä, jonka jäsenet vahvistavat keskinäisessä vuorovaikutuksessaan toistensa käyttäytymistä, kohdistaa kiusaamisen huonossa asemassa olevaan yksilöön.

Hamaruksen (2006, 5-6) mukaan kiusaamisen määritelmässä on ongelmia, mikäli se määritellään pitkäkestoiseksi, sekä toistuvaksi, koska tuolloin siihen puututaan vasta kiusaamisen jatkuttua pitkään tai sen oltua jatkuvaa. Tällaisella määritelmällä annetaan lupa jatkaa kiusaamista pitkään, jolloin kiusaamiseen puuttuminen tapahtuu liian myöhään. Tuolloin määritelmä voi estää kiusaamiseen puuttumisen. Koulussa kiusaamisen määritelmää tarvitaan, että kyetään puuttumaan kiusaamiseen mahdollisimman varhain ja hyvin. Olennaista olisikin puuttua kiusaamiseen heti alussa. Myös kiusaamista aiheuttaviin seikkoihin tulisi kiusaamisen määritelmässä kiinnittää enemmän huomiota. Tuolloin osattaisiin välittömästi ottaa huomioon kiusaamisriskissä olevat henkilöt ja puuttua kiusaamiseen heti alkuvaiheissa sekä ennaltaehkäistä kiusaamista. (Hamarus 2008, 14; 2006, 5-6.)

Ulkopuolisille, kuten opettajille ja muulle koulun henkilökunnalle kiusaaminen voi olla vaikeasti havaittavissa. Tuolloin kiusaaminen saattaa olla muun muassa monimerkityksellisiä viestejä, vihjailua, vuorovaikutusnormien rikkomista, äänenkäy-

tön uhkaavia ja pilkallisia vivahteita, sekä nopeasti vaihtuvia monitulkintaisia ilmeitä, katseita ja eleitä. (Pörhölä 2007, 9). Olweuksen (1992, 15) ja Savolaisen (2005, 371) mukaan tytöt käyttävät enemmän epäsuoria ja huomaamattomampia kiusaamisen menetelmiä kuin avointa hyökkäystä. Olweus (1992, 23) toteaa, että pojilla on suurempi taipumus kiusaamiseen kuin tytöillä, ja tämä suuntaus on erityisen selvä yläasteella.

Suorassa eli fyysisessä kiusaamisessa kiusaaminen kohdistuu suoraan kiusattuun. Kiusaaja osoittaa negatiiviset tekonsa esimerkiksi lyömisen, potkimisen, haukkumisen tavaroiden viemisen tai toisen tavaroiden tuhoamisen suoraan kiusattuun. Verbaalista kiusaamista, josta käytetään myös henkisen kiusaamisen nimitystä, ovat nimittely, kiusoittelu ja rasistiset huomautukset. Epäsuoran kiusaamisen ilmenemismuotoja ovat muun muassa ryhmän ulkopuolelle sulkeminen, pahan puhuminen ja juorujen levittäminen. (Andersson & Eriksson 2006, 9; Hamarus 2008, 14.) Hamarus (2008, 46) mainitsee teoksessaan vielä sosiaalisen kiusaamisen, joka tarkoittaa pyrkimystä vaikuttaa kiusatun ystävyys- ja vuorovaikutussuhteisiin.

Uutena kiusaamismuotona on e-kiusaaminen, jota kutsutaan myös ”saippaukseksi” eli sähköiseksi kiusaamiseksi (Hamarus 2008, 71). Sähköistä kiusaamista voidaan toteuttaa elektronisten kanavien kautta, kuten esimerkiksi sähköpostin, puhelimen sekä Messengerin kautta juoruilemalla, levittämällä perättömiä puheita, kuvia ja videofilmejä. (Eriksson & Andersson 2006, 9.) Sähköinen kiusaaminen on helppoa: se onnistuu nappia painamalla, ja varsinkin e-kiusaaminen tavoittaa suuren yleisön. Internetin kautta kiusaaminen onnistuu mihin aikaan tahansa, vuorokauden ympäri, ja vain harvoin netinkäyttöä on valvomassa aikuinen. (Hamarus 2008, 72.)

Kiusattujen määrä on suurin alaluokilla, ja määrän on todettu pienenevän ylemmille luokille siirryttäessä. Jonkinlainen ”piikki” kiusaamisen uhrien määrässä on havaittavissa lasten siirtyessä ala-asteelta yläasteelle. Tämä johtunee siitä, että kuudesluokkalaiset ovat koulunsa vanhimpia, kun taas seitsemäsluokkalaiset ovat yläasteen nuorimpia ja siten otollisia joutumaan vanhempien oppilaiden kiusaami-

sen kohteeksi. (Salmivalli 1998, 100.) Vanhempien kasvatuskäytännöt ovat kytköksissä koulukiusaamiseen niin, että aggressiivisessa kodissa kasvaa aggressiivisia lapsia. Ruumiillista kuritusta saaneilla oppilailla oli puolitoistakertainen riski joutua kiusatuksi tai kiusaajaksi kuin niillä, jotka eivät olleet kokeneet kodissaan ruumiillista kuritusta. Myös läheisten ystävien puuttumisen on havaittu olevan yhteydessä koulukiusaamiseen. (Salmivalli 1999; Opetusministeriö 2008, 36.)

Kouluterveyskyselyssä 2008 tutkittiin kouluoloihin, kotiin, ystäviin ja terveyteen liittyviä koulukiusaamiseen riskitekijöitä. Yhteyksiä koulukiusaamiseen löydettiin kaikilta osa-alueilta. Masentuneisuus ja huono työilmapiiri olivat voimakkaimmin yhteydessä kiusatuksi joutumiseen. Toisten oppilaiden kiusaamiseen olivat vahvimmin yhteydessä vaikeudet opiskelussa, koulun huono työilmapiiri ja koulun omaisuuden turmeleminen, lisäksi vanhemmilta saatu ruumiillinen kuritus oli kiusaaja-uhreilla vahvasti yhteydessä kiusaamiseen. (Opetusministeriö 2008, 34.)

Kiusatun kohdalla on ymmärrettävää, että koulun työilmapiiri ei tunnu hyvältä, ja kiusaajan kohdalla se taas mahdollistaa kiusaamisen. Kouluterveyskyselyn mukaan kiusaajat tuhoavat muita oppilaita yleisemmin koulun omaisuutta, mikä on tyypillistä myös kiusaaja-uhreille. Todennäköisimmin kiusaajilla on myös eniten vaikeuksia koulumenestyksessä. (Opetusministeriö 2008, 34–35.)

Kiusaaminen on yhteydessä terveyteen, minkä vuoksi kouluterveydenhuollossa tulisi kartoittaa mahdollisen kiusaamisen esiintyminen paljon oirehtivilla, ylipainoisilla ja masentuneilla oppilailla sekä niillä, jotka tulevat koulutapaturman vuoksi terveydenhoitajan vastaanotolle. Masentuneisuus on vahvimmin yhteydessä kiusatuksi joutumiseen. Lisäksi sosiaalisella ahdistuneisuudella, syömishäiriöillä ja itsetuhoajatuksilla on todettu olevan yhteyksiä koulukiusaamiseen. Ylipainoisilla tytöillä on puolitoistakertainen todennäköisyys joutua kiusatuksi verrattuna normaali- ja alipainoisiin tyttöihin. (Opetusministeriö 2008:7, 34–35.)

Lapsen tai nuoren turhilta tuntuvat käynnit kouluterveydenhoitajalla tai koululääkärillä voivat sisältää halun viestittää tai kertoa koulukiusaamisesta. Kiusaamisesta

kertominen saattaa olla vaikeaa. Käynneillään lapsi tai nuori voi vältellä myös pelottaviksi kokemiaan välitunteja. Samantapaiset oireet voivat olla merkki muustakin ongelmasta, mutta silti kiusaamisen mahdollisuus on aina otettava huomioon. Aikuisen kysyminen kiusaamisesta saattaa olla hyvin helpottavaa lapselle ja nuorelle. Tämän vuoksi kouluterveydenhuollon henkilöiden tulisi kannustaa lapsia ja nuoria kertomaan, mikäli heitä tai jotakuta toista kiusataan. Terveystarkastuksissa olisi hyvä ottaa jokaisen lapsen kanssa rutiininomaisesti esille koulukiusaaminen. Kouluterveydenhoitaja on usein ensimmäinen, jolle lapsi tai nuori uskoutuu. Lapsen viesti kiusaamisesta on otettava aina vakavasti, eikä kiusaamista pidä vähätellä. (Terho ym. 2000, 93.)

5.1 Kiusaajan ja kiusatun ominaispiirteet

Ahdistuneisuus ja levottomuus voivat olla oireilua vaikeasta elämäntilanteesta, esimerkiksi perheessä tapahtuvasta väkivallasta, äidin tai isän mielenterveys- tai päihdeongelmista tai vanhempien vakavista sairasteluista. Häiriökäyttäytymisen taustalla voivat olla myös kouluyhteisön ongelmat, kuten koulukiusaaminen, syrjiminen, heikko suhde opettajan ja oppilaan välillä. Näitä vaikeuksia seuraavat usein oppimisongelmat, jolloin vaikean elämäntilanteen luomat masennus ja ahdistuneisuus purkautuvat usein häiriökäyttäytymisenä. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes 2002, 43.)

Häiriökäyttäytymisen taustalla voivat olla myös synnynnäiset neurologisen kehityksen häiriöt, kuten ylivilkkaus, luku- ja kirjoitusvaikeudet, dysfasia ja tarkkaavaisuushäiriö. Nämä kaikki häiriökäyttäytymisen mahdolliset tekijät heikentävät oppimiskykyä ja selviytymistä toverisuhteissa. Itsetunto murenee oppimisvaikeuksien myötä ja koulumenestys heikkenee, josta seurauksena on lisääntyvä levottomuus. Tämän levottomuuden ja keskittymättömyyden tai huonon sietokyvyn taustalla olevien syiden tutkiminen ja varhainen tunnistaminen on oppilaan tulevaisuuden kannalta välttämätöntä. Usein taustalla voi olla useampikin häiriökäyttäytymisen tekijä. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes 2002, 43.)

Toistuva häiriökäyttäytyminen ennakoii oppilaalle vahvasti syrjäytymistä. Häiriökäyttäytyminen on aina lievimmillään opetusta ja muita oppilaita häiritsevää levottomuutta ja vaikeimmillaan uhkaavaa käytöstä luokkatovereita tai opettajaa kohtaan. Usein häiriökäyttäytymiseen liittyy melkein poikkeuksetta huono koulumenestys ja suuret ongelmat luokkayhteisössä. Usein toistuvan häiriökäyttäytymisen syy tulee selvittää huolellisesti. Selvittely on vaikeaa, sillä oireilun ja käyttäytymisen perusteella ei yleensä pysty päättelemään häiriön syitä. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes 2002, 43.)

Kiusaaminen tulisi erottaa aggressiosta, jolla tarkoitetaan ympäristön tahallista ja tarkoituksellista vahingoittamista, johon voi liittyä tai olla liittymättä yksilön sisäinen emotionaalinen fysiologinen aggressiotila sekä aggression kohteeseen liittyvät vihamieliset kognitiot. (Hamarus 2006, 5) Hallitsemattomina monet haastavat tunteet saattavat johtaa aggressiiviseen käyttäytymiseen, josta on haittaa itselle ja muille (Cacciatore 2008, 8-14).

Aggressio on joukko voimakkaita tunteita, jotka tulevat esille esimerkiksi raivona, sisuuntumisena ja oman tahdon osoituksena. Aggressio on synnynnäinen tapa reagoida ympäristön ärsykkeisiin. Se saa aikaan vihan tunteen, halun puolustaa itseään, halun hyökätä tai paeta. Aggression tunnetta käytetään yleisnimityksenä haasteellisille, jopa negatiivisiksi koetuille tunteille. Aggressio tunteena, suuttumuksen tunne, on kuitenkin eri asia kuin aggressiivinen käytös. Positiivisena voimavarana aggressio on esimerkiksi itseensä uskomista, itsearvostusta, itsepuolustusta ja siihen liittyy myös hyvä itsetunto ja toimintakyky. (Cacciatore 2008, 8-14.)

Kun kiusaaja ryhtyy kiusaamaan uhriaan, hän ei välttämättä ole tälle suuttunut mistään asiasta eikä edes välttämättä aggressiivisessa tilassa. Vaikka kiusaaja saattaakin puolustautua väittämällä, että uhri sanoo tai tekee jotain suuttuttavaa, se ei useimmiten ole reaktio siihen. Kiusaaminen muodostuu enemmän tavaksi, jolla kiusaaja pystyy dominoimaan uhriaan ja varmistamaan asemansa kaveripiirissä (MLL 2005). Hamaruksen (2006, 5) mukaan kiusaaminen on systemaattista

vallankäyttöä.

Kiusaajan hallitseva piirre on yleensä vallanhalu yhdistettynä aggressiivisuuteen, toisten ihmisten hallinta ja kontrollointi (Lee 2004, 38–39; Kiusaamisessa se suosion 2004, 74–75). Aggressiivisuus suuntautuu uhrin lisäksi myös vanhempiin, opettajaan ja jopa kiusaajaan itseensä. (Kiusaamisessa se suosion 2004, 74–75.) Halu saavuttaa sosiaalinen arvo kiusaamisella, tai kotoa opittu käyttäytymisen malli, jossa on vanhempien kesken vallitseva epäsuhta, vaikuttavat kiusaamiseen. (Lee 2004, 38–39.)

Salmivallin (2003, 11–12) mukaan kiusatun ja kiusaajan roolijako ja keskinäiset voimasuhteet ovat varsin selkeät. Coolidge, F., DenGoeren, J., ja Segalin, D. (2004, 1559–1569) tekemän tutkimuksen mukaan kiusaajilla havaittiin huomattavasti enemmän käytöshäiriöitä, uhmakkuushäiriöitä, tarkkaavaisuushäiriöitä, hyperaktiivisuutta (ADHD), samoin kuin masentuneisuutta. Kiusaajilla ilmeni myös jonkin verran huomionhakuista, paranoidista ja riippuvaista persoonallisuushäiriötä sekä tavallista enemmän riippuvuutta ja alttiutta ympäristön suggestiivisille vaikutuksille. Näillä oppilailta ilmeni enemmän ongelmia lukemisessa, matematiikan opiskelussa ja oppimisessa yleensäkin. Kiusaajilla todettiin ongelmia myös impulssien ja emootioiden kontrollissa. (Coolidge, F., DenGoere, J., ja Segal, D. 2004, 1559–156; Kiusaajien persoonallisuudesta 2004, 474–475.)

Juvonen, Graham ja Schuster (2003) kertovat artikkelissaan, että kiusaajat raportoivat itsearviointeissaan potevansa kaikkein vähiten masennusta, sosiaalista ahdistuneisuutta ja yksinäisyyttä. Kiusatuilla nämä kielteiset kokemukset vastaavasti korostuivat. Mielensisäisiä ongelmia oli havaittavissa kaikkein vähiten kiusaajilla ja eniten kiusatuilla. (Juvonen, Graham ja Schuster 2003; Kiusaamisessa se suosion 2004, 75.)

Koulun sisäinen dynamiikka saattaa olla kiusaamista ylläpitävä seikka. Mikäli kiusaajat koetaan kaikkein "cooleimmiksi tyypeiksi" kouluyhteisössään, tämä

rohkaisee kiusaajaa jatkamaan kaikenlaista kiusaamiskäyttäytymistään. Usein kiusaajilla on kaikkein korkein status, ja kiusatuilla vastaavasti alhaisin, ja ihailun takia kiusaajan on helppo saada teoilleen ryhmän tuki ja kannustus. (Kiusaamisessa se suosion 2004, 74–75.)

Kiusatuilla on kolme ominaistyyppiä. Ensimmäinen on arka, syrjäänvetäytyvä ja hiljainen oppilas, jolla on heikko itsetunto. Toinen oppilasmalli on oppilas, jolla on puutteelliset sosiaaliset taidot. Hän käyttäytyy hyökkäävästi, ärsyttää sekä provosoi muita oppilaita, ja on kykenemätön luomaan ystävyssuhteita. (Pörhölä 2007, 12, Lee 2004, 32.) Kolmantena tyyppinä on oppilas, jolla on ylikorostunut itsensä esille tuomisen tarve. Hän pyrkii olemaan muita älykkäämpi ja taitavampi ja tästä syystä saattaa päätyä kiusatuksi. (Pörhölä 2007, 12.) Lee (2004, 32) mainitsee lisäksi, että kiusatuille ominaisia piirteitä voivat olla vaikeudet oppimisessa tai vastaavasti liiallinen älykkyys eli ”nörtteys”, fyysiset ominaisuudet tai muut rajoittavat tekijät.

Kiusattu on yleensä jollain tavalla puolustuskyvytön kiusaajaansa kohtaan, ja kyse onkin heikomman alistamisesta yhä uudelleen, eli kysymys ei ole tasaväkisten osapuolten välille syntyneestä kahnauksesta. Kiusattu on usein luokkaympäristösään epäedullisessa asemassa. Hän on ryhmässä epäsuosittu ja kiusaamisen jatkuessa hänet aletaan nähdä yhä erikoisemmaksi ja arvottomammaksi, jopa kiusaamisen ansaitsevaksi. (Salmivalli 1999, 1673–1674.)

5.2 Kiusaaminen ryhmäilmiönä

Haverisen ja Heleniuksen mukaan (2002, 24) kiusaamiselle on tyypillistä, että se tapahtuu yleensä suhteellisen pysyvässä ryhmässä, esimerkiksi koululuokassa, ja perustuu ryhmän jäsenten välisiin sosiaalisiin suhteisiin ja rooleihin. Pikas, Olweus ja Salmivalli määrittelevät koulukiusaamisen ryhmäilmiönä. Päivittäin luokassa joku kiusaa ja härnäa toista. Tarkoituksena härnäajällä ei välttämättä ole mikään paha, vaan hän haluaa sanoin ja teoin testata toista. Tämän testauksen tarkoituk-

sena on esimerkiksi tutkia sitä, millainen toinen on, miten voimakas hän on ja mitä hän osaa. (Pikas 1990, 70; Olweus 1992, 43; Salmivalli 1999, 33.)

Ryhmätilanteessa kokeilu on tavallaan rituaali, jonka tuloksena voi syntyä hierarkkinen nokkimisjärjestys. Kaikkia niitä, jotka poikkeavat ryhmästä eniten, testataan selkeästi enemmän, koska kontrasti havaitaan ensin. Testin tulosten perusteella testaaaja ja ryhmä lajittelevat saadut vaikutelmat valmiisiin luokkiin, jotka ovat syntyneet jo aikaisempien kokemusten perusteella. Olennaista on että poikkeavuus pystyttäisiin jäsentämään johonkin tuttuun. Ryhmä voi esimerkiksi hyväksyä ja jättää rauhaan heikon ja kiltin, sillä näitä ominaisuuksia voidaan luokitella yleisesti ilmeneviin ominaisuuksiin. Mikäli testauksessa ei päästäkään selvyyteen, voi käydä niin, että sitä jatketaan, kunnes päästään tulokseen. (Pikas 1990, 71.)

Pikas (1990, 72–77) löytää kiusaamiselle kolme päätekijää: dissonanssitekijän, viholliskuvan ja vahvistamisen. Jotta kiusaamiseen ryhdytään, tulee näiden tekijöiden vaikuttaa yhdessä. Jos vain yksi tekijä toteutuu, ollaan riskialueella. Pikas (1990, 72–77) selvittää dissonanssin tarkoittavan sitä, kun kaksi vaikutelmaa eivät sovi yhteen. Esimerkiksi lihava lapsi viestittää dissonanssia siten, että kooltaan hän muistuttaa aikuista mutta käyttäytymiseltään lasta. Tämä dissonanssi on kuitenkin jo sen verran yleinen, että sitä on jo opittu käsittelemään, ja hänen kiusaamisriskinsä on pienempi kuin esimerkiksi pikkuvanhan lapsen, joka näyttää lapselta mutta puhuu kuin aikuinen. Tällainen dissonanssitekijä on yleisin kiusaamisen käynnistäjä, mutta jotta se johtaisi kiusaamiseen, sen täytyy kuitenkin liittyä usein viholliskuvaan ja olla laukaistuakseen testauskäyttämisen vahvistama. (Pikas 1990, 72–77.)

Pikas (1990, 72–77) selventää, että viholliskuva voi olla joko vapaasti liikkuva viholliskuva tai objektiivinen viholliskuva. Kiusaajaryhmän dominoivan jäsenen päässä on jo ennen kiusaamisen alkua vapaasti liikkuva viholliskuva. Tällä tarkoitetaan sitä, että ryhmän jäsenet tarkkailevat toisia ihmisiä uhkana omalle ryhmälle tai alempiarvoisempina olentoina. Sillä mitä uhri oikeasti tekee, ei ole olennaista merkitystä, koska kiusaajan mielessä on jo olemassa mielikuva, jonka hän siirtää

henkilöihin, jotka tekevät pieniä rikkomuksia. Tämä vapaasti liikkuva mielikuva voidaan kiinnittää tiettyyn henkilöön, jota tämän seurauksena aletaan halveksia ja kiusata. Objektiiivisessa viholliskuvassa on taas kyse siitä, että henkilössä on itessään joku tietty syy, esimerkiksi opettajalle kantelu. Tämän vuoksi henkilöstä tulee ryhmän halveksinnan tai vihan kohde, ja syy on tällöin objektiiivisesti ulkopuolisten todettavissa. (Pikas 1990, 72–77.)

Kiusaamistilanteessa kiusaaja ei ole yksin, vaan hänellä on apunaan vähintään yksi, joka kannustaa häntä joko aktiivisesti tai passiivisesti. Vahvistaminen on kiusaamisen alkamisen välttämätön ehto, ja kehittynein muoto vahvistamiselle on ryhmäpaine. Edellytyksenä kiusaajaryhmän muodostumiselle on, että jäsenet vahvistavat toistensa kielteistä käyttäytymistä kiihottamalla toisiaan kiusantekoon uhria vastaan. Kiusaamiskäyttäytymisen hyväksyminen ryhmässä voi tapahtua joko sanallisesti tai sanattomasti. Hiljaisen hyväksynnän kiusaaja voi saada sillä, että kukaan ei asetu vastustamaan, mikä saa kiusaajan päättelemään, että häntä tuetaan. (Pikas 1990, 72–77, Höistad 2003, 67–68).

Kiusaamiseen osallistuva ryhmän jäsen voi tiedostaa tekevänsä väärin, mutta hän ei uskalla kertoa asiasta, koska pelkää joutuvansa ulos joukosta tai tulevansa itse kiusatuksi. Ryhmän paine voi pakottaa toimimaan tavalla, jolla ei muuten tai yksin toimisi. (Höistad 2003, 67–68). Uhri voi myös omalla käyttäytymisellään vahvistaa ryhmää väkivaltakäyttäytymiseen. Jos uhri odottaa tulevansa kiusatuksi, se herättää halun kiusata, ja vahvistuksen jälkeen kiusaajat ovat valmiita toimimaan tyydyttäkseen halunsa. (Pikas 1990, 72–77.)

Olweus (1992, 43–44) ja Salmivalli (1999, 1673–1674), näkevät kiusaamistilanteisiin liittyvän ryhmämekanismia. Kiusaajan käyttäytyminen koulukiusaamistilanteessa toimii vaikuttavana mallina muille oppilaille, erityisesti epävarmoille oppilaille, joilla ei ole lujia kaverisuhteita toverijoukossa mutta jotka kuitenkin haluaisivat pitää puolensa. ”Sosiaalinen tartunta” on termi, jota käytetään tällaisesta vaikutuksesta. Mitä positiivisempi käsitys tarkkailijalla on mallin antajasta, esimerkiksi mitä vahvempana hän näkee kiusaajan, sitä selvempi on tartunnan vaikutus. (Olweus 1992, 43–44.) Täten siis myös yksilöpsykologiset tekijät vaikuttavat ryhmätason

ilmiöihin, ja yksilöiden aiemmat kokemukset esimerkiksi sosiaaliset taidot vaikuttavat roolijakoon eli siihen, kuka valikoituu ryhmässä kiusatuksi ja kenestä tulee kiusaaja. (Salmivalli 1999, 1673–1674.)

Mikäli kiusaaja vie kiusaamistilanteessa voiton, se saattaa hälventää sivusta katsojien aggressiivisen käyttäytymisen rajat. Useamman henkilön osallistuessa kiusaamiseen alenee yksilöllinen vastuuntunto negatiivisista teoista. Vastuun laimeeminen tavallaan vähentää syyllisyyden tuntoa kiusaamistapahtuman jälkeen, ja myös sivustaseuranneiden käsitykset saattavat muuttua uhria kohtaan. (Olweus 1992, 43–44). Kiusattu on yleensä epäsuosittu luokassaan, ja mikäli kiusaaminen jatkuu, hänet nähdään ajan kuluessa yhä arvottomampana, erikoisempana ja jopa kiusaamisen ansaitsevana. Näin hänestä tulee koko ryhmän uhri, ja tämä saattaa ilmentyä siten, että kiusattu on välitunnilla yksin, häntä ei valita ryhmätöihin tai joukkueisiin tai hänet saatetaan jatkuvasti naurunalaiseksi ryhmässä. Omassa vertaisryhmässä hyväksytyksi tuleminen on tärkeää ja ennakoi myös tulevaa mielen-terveyttä: toistuvasti syrjityksi ja kiusatuksi tuleminen saattaa olla lapsen kehitykselle traumaattista (Salmivalli 1999, 1673–1674; 1999, 14).

5.3 Koulukiusaamisen seuraukset

Kuormittavat elämäntapahtumat saattavat laukaista tai pahentaa monenlaisia mielen-terveydenhäiriöitä sekä vaikuttaa kaikkien mielen-terveysongelmien kulkuun (Henriksson & Lönnqvist 2008, 3). Hamarus (2008, 79) kertoo teoksessaan erään kansainvälisen tutkimuksen tuloksista, joissa todetaan, että skitsofreniaa sairastavien taustalta löytyi 30 – 80%:lla, seksuaalista tai fyysistä väkivaltaa, johon myös kiusaaminen luetaan. Kaikilla sairaalahoidossa olevilla, psyykkisesti sairailta henkilöillä vastaavat tapahtumat selittyivät 69 %:lla tapauksista. Henkiset vauriot, joita pitkään jatkunut koulukiusaaminen saattaa aiheuttaa, voivat tulla esiin vasta myöhemminkin. Turvalliseen oppimisympäristöön luomiseen panostamisella on kauaskantoisia, myönteisiä ja elämänmittaisia vaikutuksia. (Hamarus 2008, 79.)

Luokassa, jossa kiusaamista esiintyy, oppimisympäristö ei ole turvallinen. Turvaton oppimisympäristö vaikuttaa suoraan kouluviihtyvyyteen ja oppimiseen. Yhteisöllisyys perustuu pelolle ja vallan väärinkäyttämiseen. Luokassa tapahtuva kiusaaminen ja luokkaan kiusaamisen myötä kätkeytynyt pelko tukahduttaa oppilaiden luovuuden ja ilmaisun. (Hamarus 2008, 76, 78.)

Pahimmat koulukiusaamiset voivat johtaa koulun vaihtoon, kotiopetukseen tai psykiatriseen hoitoon, ja vaikuttavat näin koko perheeseen. Vakavimmissa tapauksissa, kun kiusaaminen on jatkunut pitkään, saattaa seurauksena olla itsetuhokäyttäytyminen murhavihjeineen. Kasvaminen tasapainoiseksi vaatii hyvät kasvuedellytykset. Kiusaamistapauksissa oppilaan persoonallisuuden ja sosiaalisuuden normaali kehitys saattaa pahimmassa tapauksessa tulla häirityksi. Toistuva negatiivinen palaute muilta oppilailta vaikuttaa kiusatun minäkuvaan, ja se saattaa vaikuttaa myös koulumenestykseen sekä itsetunnon kehitykseen. Jatkuva arvaamaton tovereiden käyttäytyminen ja pelko kouluun menosta rasittaa lasta myös henkisesti ja riistää kiusatulta työilon ja -rauhan. (Hamarus 1998, 12). Koulukiusaamistapauksissa nuoren voimavarat menevät kiusaamisen kestämiseen ja hyljeksityksi tuleminen tuntuu nuoresta erityisen pahalta (Mattila 2002, 130).

Kiusaamisella on sekä yhteisöllisiä että yksilöllisiä vaikutuksia, mutta kaikkein vakavimmin kiusaaminen vaikuttaa yksilötasolla (Hamarus 2008, 78–79). Salmivallin (2003, 20; 1999, 1675) mukaan kiusaamisen vaikutukset voidaan jakaa välillisiin ja välittömiin. Välittömiä oireita ovat muun muassa koulupelko, yleinen ahdistuneisuus, sosiaalinen ahdistuneisuus, huono itsetunto, kielteinen minäkuva, yksinäisyys, itsetuhoajatukset ja masennus. Edellä mainittujen välittömien oireiden lisäksi kiusattu voi kärsiä surumielisyydestä, suoritusten heikkenemisestä ja lisääntyvistä koulupoissaoloista tai koulukieltäytymisistä (Salmivalli 2003, 20; 1999, 1675). Kiusatulla ilmenee myös psykosomaattisia oireita, kuten vatsakipuja, ripulia, oksentelua, painajaisia, itkeskelyä ja vetäytymistä. Keskittyminen heikkenee, ja kiusattu tulee herkästi levottomaksi, epävarmaksi ja aloitekyvyttömäksi. (Hamarus 1998, 12.)

Kiusaaminen saattaa vaikuttaa kiusatun opiskeluun, hän mahdollisesti valitsee valinnaisaineet, joihin kiusaaja ei osallistu, vastoin omaa mielenkiintoaan. Kiusaaminen voi vaikuttaa kiusatun identiteettiin ja ohjata hänen ammatinvalintaansa. Kiusatulle on tärkeää, että hän voi työstää kokemuksiaan ja sen kautta lisätä itsetuntemustaan. Kiusatun kokema tuska ei katoa elämän varrella mihinkään vaan säilyy ja voi alitajuntaisesti ohjata käyttäytymistä aikuisenakin. (Hamarus 1998, 12, 79.) Kouluiässä muodostuneet kiusaamiskokemukset voivat vaikuttaa negatiivisesti kiusatun hyvinvointiin ja vuorovaikutussuhteisiin vielä aikuisiälläkin (Ikävalko 2006,13; Pörhölä 2007, 14). Hän saattaa olla kykenemätön luomaan uusia ihmissuhteita, käyttäytyminen voi olla varovaista, eikä hän uskalla avautua peläten, että muut ihmiset saattavat kääntyä häntä vastaan. Hän kärsii itsearvostuksen puutteesta ja jää usein muille ihmisille tuntemattomaksi. Kiusaamisen seurauksia saattavat olla myös unettomuus, psykosomaattiset oireet, syömishäiriöt sekä mahdolliset mielenterveysongelmat. (Ikävalko 2006, 13.)

On kuitenkin erittäin haastavaa tutkia, johtuuko yleinen ahdistuneisuus itse kiusaamisesta, vai valikoituvatko uhreiksi sellaiset oppilaat, jotka ovat jo ennestään ahdistuneita ja joilla on huono itsetunto. Tämän vuoksi ei voida tarkasti sanoa, millaisia kiusaamisen vaikutukset ovat, kun tutkitaan oppilaita, joita kiusataan parhailaan. Sen sijaan kiusaamisen pitkäaikaisvaikutuksista tiedetään jotain. (Salmivalli 1999, 113.)

Timo Teräsahjo (1997, 39) haastatteli kiusaamisen pitkäaikaisseuraamuksia selvittäneessä tutkimuksessaan noin 20-vuotiaita nuoria aikuisia, jotka olivat kouluaikoinaan joutuneet toverien aggression kohteeksi. Hänen mukaansa se, minkä laatuista kiusaamisen seuraukset ovat yksilön sosiaaliselle kokemukselle, on yhteydessä kokemukseen kouluajan toverisuhteiden laadusta yleisemmin. Toisin sanoen kielteiset kokemukset sekä kouluaikaisissa että nykyisissä kokemuksissa eivät liity ensisijaisesti kouluajan kiusatuksi joutumiseen sinänsä vaan positiivisten toverisuhteiden vähäisyyteen ja ryhmän ulkopuolelle jäämiseen. Teräsahjo (1997, 39) toteaaakin, että kiusaamisen negatiiviset seuraukset nykyiselle sosiaaliselle kokemukselle liittyvät erottamattomasti kokemukseen kouluajan toverisuhteiden ylei-

sestä laadusta. Tuloksen perusteella voidaan ajatella, että jos kiusatulla lapsella on kiusaamisesta huolimatta edes joitakin myönteisiä toverisuhteita, tämä saattaa suojata merkittävästi kiusaamisen pitkäaikaisseuraamuksilta. (Teräsahjo 1997, 39.).

6 KOULUKIUSAAMISEEN PUUTTUMINEN

Perusopetuslain 29§ mukaan oppilailla on oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön ja oppilaat on suojattava väkivallalta, häirinnältä ja kiusaamiselta (L 13.6.2003/477). Koulun selkeä toimintasuunnitelma on yksi tapa vähentää koulukiusaamista. Se on konkreettinen kouluväkivallan ehkäisyn toimintamalli, joka kirjataan opetussuunnitelmaan. Toimintamallissa tulee esille, kuinka kiusaamisen esiintymistä seurataan koulussa ja miten sitä ehkäistään. Toimintamallissa on kirjattu tarkasti, miten koulukiusaamiseen puututaan, kuka puutuu ja mitä tehdään, jos kouluväkivalta tai -kiusaaminen ei lopu. Koulukiusaaminen ja -väkivalta ovat asioita, jotka koskettavat koko kouluyhteisöä. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes 2002, 62.) Jokaisella koululla tulee olla selkeä suunnitelma koulukiusaamisen ehkäisemiseksi. Silti monelta koululta suunnitelma puuttuu, se on puutteellinen tai sitä ei noudateta (Puustinen 2007, 20). Jokaisen koulun olisikin nyt löydettävä aikaa ja resursseja toimivan toimintamallin kehittämiseen ja toteuttamiseen kiusaamisen ehkäisemiseksi ja siihen puuttumiseksi, koulun koosta ja sijainnista riippumatta. (Opetusministeriö 2008, 36–37.)

Olennaista kiusaamisen ehkäisemisessä ja siihen puuttumisessa on koulun ote ja vahva halu vaikuttaa asiaan (Puustinen 2007, 20). Kiusaamisen vähentämisen lähtökohtana on kiusaamisongelman rehellinen tiedostaminen ja sen myöntäminen, että myös meidän koulussamme on kiusaamista. Kiusaamisen vastainen työ ei voi kunnolla lähteä käyntiin niin kauan, kuin asiaa vähätellään tai sitä ei pidetä ollenkaan koulun ongelmana. (MLL 2005.) Koulun aikuisten ja oppilaiden käsitykset kiusaamisen yleisyydestä ovat poikkeavat, ja tästä syystä olisi tärkeää löytää opettajille lisää keinoja kiusaamisen havaitsemiseen. Koulukiusaamisen vähentämiseksi kiusaamisen esiintymisen havainnoimista ja selvittämistä olisi systematisoitava. (Opetusministeriö 2008, 36–37.)

Tärkeää on tiedostaa koulukokemusten suuri vaikutus lapsen ja nuoren kehitykseen sekä hyvässä että pahassa. Koulu tukee ja kannustaa, mutta se saattaa myös haavoittaa, jopa vaurioittaa, lasta ja nuorta. Sosiaalisten kokemusten ja etenkin muilta ihmisiltä saadun palautteen myötä muodostuu ihmisen minäkuva. Tästä johtuen koululla on merkittävä asema lapsen ja nuoren minäkuvan muotoutumisessa. Syrjityksi tuleminen ja ryhmän ulkopuolelle joutuminen heikentävät itsetuntoa. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes 2002, 50.)

Koulun on mahdollista opettaa oppilaita huolehtimaan omasta mielenterveydestään ja välttämään sitä vaarantavia asioita. Oppilaat voivat oppia mielenterveyttä yhteisössä, ja heidät tulisi opettaa ymmärtämään, miten pitää siitä huolta luokkayhteisössä ja ystäväpiirissä. Koulun mielenterveystyön tulisi olla suunnitelmallista, asiantuntevaa ja jatkuvaa. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes 2002, 50.)

Oppilaan mielen hyvä tasapaino luo mahdollisuuden oppimiseen ja kyvyn vastata uusiin kehityshaasteisiin. Kouluyhteisön mielenterveystyön erityisenä tehtävänä on lapsen ja nuoren sosiaalisen ja emotionaalisen kasvun ja kehityksen tukeminen. Arvot, toimintatavat ja aikuisten esimerkki, jotka kouluyhteisössä vallitsevat, joko tukevat tai heikentävät kehityshaasteiden saavuttamista. Oppilaan on mahdollista oppia luokkayhteisössään toimimaan rakentavasti kiusaamisen ehkäisemiseksi ja samalla oppia työyhteisöjen toimintaa ja sitä miten hän voi itse olla osa yhteisöä. Merkittävin osa koulun mielenterveystyöstä toteutuu luokissa ja muualla kouluyhteisössä arkisen toiminnan osana. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes 2002, 50.)

Kiusaamista sivusta seuranneisiin oppilaisiin vaikuttaminen on yksi haaste kiusaamisen ehkäisemisessä, sillä heidän toimintansa vaikuttaa paljon siihen jatkuuko vai loppuuko kiusaaminen. Ydinasia koulukiusaamisen ja väkivallan ehkäisyssä on, että saadaan lapset ja nuoret ottamaan vastuuta koko luokan hyvinvoinnista ja ymmärtämään, että kaikkien käyttäytyminen ja toiminta vaikuttavat siihen, kiusaataanko koulussa vai ei. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes 2002, 63.)

Kouluterveyskyselyssä 2008 neljäsosa oppilaista ilmoitti koulun puuttuneen koulu-kiusaamiseen. Oppilaat kertoivat tuntevansa syyllisyyttä siitä, että eivät olleet puuttuneet kiusaamiseen, ja he kokivat helpottavana ulkopuolisen puuttumisen kiusaamistilanteeseen. He totesivat myös kertovansa kiusaamisesta mieluummin opettajalle kuin vanhemmilleen. Suurin osa oppilaista ilmoitti kertovansa kiusaamisesta, mutta osa kertoi pelon tilanteensa pahenemisesta estäneen kertomisen kiusaamisesta. Kiusaaminen olikin pahentunut kertomisen jälkeen joka seitsemännellä oppilaalla, ja lähes puolet oppilaista oli sitä mieltä, että kiusattu ei saanut riittävästi tarvitsemaansa apua. (Opetusministeriö 2008, 34–35.)

Kiusaamiseen puuttuminen ja siitä kantelu rikkookin epävirallisia normeja, ja kantelu estetään näiden normien avulla. Kiusaamisesta ei saisi vasikoida eikä kannela, ja mikäli näitä epävirallisia normeja rikkoo, seuraa sosiaalinen rangaistus, jolloin oppilas eristetään ryhmästä. Tämä koetaankin pahempaan kuin jälki-istunto tai muu vastaava virallinen rangaistuskeino. (Hamarus 2008, 76,78.)

Kiusaamistilanteen tultua esille on ensisijaisen tärkeää tukea kiusattua ja viestittää hänelle selvästi, että häntä on kohdeltu väärin ja että asiaan puututaan. Kiusaajan toimintaan puuttuminen ja saattaminen vastuuseen teoistaan on tärkeää. Suositeltavaa on suorittaa välittömästi vakava kahdenkeskinen keskustelu työntekijän ja kiusaajan välillä. Keskustelussa otetaan esille kiusaaminen ja tapahtunut sekä painotetaan, että sitä ei jatkossa missään nimessä sallita. Yhteisesti tulee sopia, että kiusaaminen loppuu. Samalla päätetään seurantakeskustelusta esimerkiksi noin viikon kuluttua, jolloin voidaan kontrolloida, ovatko tehdyt sopimukset ja lupaukset pitäneet ja tilanne muuttunut. Kiusatuksi tulleen kanssa keskustellaan kahdenkeskisesti ja varmistetaan kiusaamisen loppuminen. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes 2002, 62.)

6.1 Varhainen puuttuminen

Varhaisella puuttumisella tarkoitetaan toimimista mahdollisimman varhain, mahdollisimman avoimesti ja mahdollisimman hyvässä yhteistyössä ongelmatilanteiden ehkäisemiseksi. Tärkeää on toimia silloin, kun mahdollisuuksia ja vaihtoehtoja on runsaasti. Varhaisella puuttumisella käsitetään varhaista vastuunottoa omasta toiminnasta toisten tukemiseksi. (Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinninlaitos 2009).

Varhainen puuttuminen on prosessi, joka alkaa ongelman havaitsemisesta ja johtaa toimenpiteisiin, joilla tuetaan ja autetaan oppilasta tai kehitetään oppimisympäristöä. Varhaisella puuttumisella tarkoitetaan, että ongelmat pyritään havaitsemaan mahdollisimman aikaisessa vaiheessa ja pyritään löytämään keinoja puuttua välittömästi ongelmiin, kuten oppimisen pulmiin, käyttäytymiseen tai hänen hyvinvointiaan uhkaaviin tekijöihin. Kriisin alkuvaiheessa on vielä paljon keinoja tarjota tukea ja luoda mahdollisuuksia löytää ratkaisukeinoja ongelmiin. Koulutyöskentelyn pääpaino on oppimisessa ja asetettujen oppimistavoitteiden saavuttamisessa, ja pyrkimyksenä on lapsen ja nuoren hyvinvoinnin turvaaminen kouluvuosien aikana. (Huhtanen 2007, 28–30.)

Lasten, nuorten ja perheiden ongelmat ovat usein vaikeita ja useiden tekijöiden yhteisvaikutuksesta syntyneitä. Ongelmien tuloksellinen käsittely vaatii usein eri ammattikuntien asiantuntemusta, osaamista, sekä perehtymistä perheen tilanteeseen. Moniammatillinen lähestymistapa on varhaisen puuttumisen keskeinen toimintamuoto. (Huhtanen 2007, 28–30.)

Varhaisen puuttumisen lähtökohtana on huoli lapsesta tai nuoresta. Varhaiseen puuttumiseen kuuluu olennaisesti preventio eli ennalta ehkäisevä toiminta sekä interventio eli korjaava toiminta. Varhaisen puuttumisen prosessin tulisikin puuttua ennalta ehkäisevään toimintaan, jota esimerkiksi kouluterveydenhuolto on tuloksellisesti tehnyt. Varhainen puuttuminen koulukiusaamiseen edellyttääkin yhteistyötä vanhempien ja koulun kesken. Tuloksien aikaansaaminen on mahdotonta ilman vanhempien sitoutumista ja hyväksyntää puuttua koulukiusaamiseen. Yh-

teistyö kodin ja koulun kesken saattaa olla haastavaa mutta onnistuessaan palkitsevaa. (Huhtanen 2007, 28–30, 156.)

6.2 Moniammatillinen yhteistyö

Kiusaamattomuuden suoja on osa YK:n määrittämiä ihmisoikeuksia, ja se sisältyy Lapsen oikeuksien julistukseen. Jokaisella koululaisella, opiskelijalla ja aikuisella on Suomessa lain mukaan oikeus fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti turvalliseen oppimisympäristöön. Oppilaat on suojattava kiusaamiselta, häirinnältä ja väkivallalta, ja opiskeluympäristön on tuettava lapsen ja nuoren terveyttä. (Savolainen 2005, 372, Hamarus 2008, 19.) Oppilaiden oikeudesta turvalliseen oppimisympäristöön on säädetty perusopetuslaissa (29.§), lukiolaissa (21.§), ja laissa ammatillisesta koulutuksesta (28.§). Kyseiset pykälät sisältävät työturvallisuussäännöksiä vastaavan säännöksen koululaisten ja opiskelijoiden oikeudesta turvalliseen opiskeluympäristöön. (Hamarus 2008, 19; L 21.8.1998/629.)

Oppilaiden oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön täytyy toteutua myös arjessa, ja siitä tulee koulutuksen järjestäjän huolehtia. Se edellyttää kouluilta muun muassa riittävää välituntivalvontaa. Opettajan toimintaa oppilasta kohtaan säätelee perusopetuslain 29§. Tämän lisäksi 3§:n toinen momentti toteaa, että opetus tulee järjestää siten, että se edistää oppilaiden tervettä kehitystä ja kasvua. Viranhaltijan yleiset velvollisuudet määrittelee laki kunnallisesta viranhaltijasta. Opettajien toiminnan eettiset periaatteet on julkaissut Opettajien ammattijärjestö (OAJ). (Opettajien ammattijärjestö 2009; Hamarus 2008, 24.)

Kaikilla oppilailla on oikeus kokea koulu turvalliseksi paikaksi, ja tämän vuoksi täytyy kaikki uhkailun, pahoinpitelyn ja ahdistelun muodot estää. Koulussa kukaan ei saa käyttäytyä tavalla, jota ei yhteiskunnassa muuallakaan hyväksytä. (Höistad 2003, 148.) Mikäli oppilas rikkoo koulun järjestystä tai käyttäytyy muuten epäasiallisesti, häntä voidaan ojentaa tai rangaista. Perusopetusta ja lukiota koskevasta

lainsäädännöstä löytyvät säännökset ojentamiskeinoista ja kurinpidollisista rangaistuksista. Rangaistuksia ovat kirjallinen varoitus, oppilaan poistaminen luokasta, jälki-istuntoon määrääminen ja oppilaan määräaikainen erottaminen koulusta. (Hamarus 2008, 23.)

Oppilaiden terveen kasvun ja hyvinvoinnin tukemiseen tarvitaan laaja-alaista yhteistyötä eri ammattiryhmien kesken. Toimittaessa yhdessä näkökulma on laajempi, ammattitaito suurempi, mahdollisuudet moninaisemmat sekä tulokset paremmat kuin yksin toimiessa. Nuorten parissa työskentelevien olisi hyvä verkostoitua siten, että jokainen tuntisi toisensa työmenetelmät ja mahdollisuudet. Tuolloin voidaan laatia yhdessä selkeät toimintasuunnitelmat ja sopia vastuualueet. (Terho ym. 2000, 60.)

Oppilaiden kohdatessa ongelmia koulupsykologit ja koulukuraattorit ovat tärkeässä asemassa muiden koulun ja kodin aikuisten ohella. Lastensuojelulaissa on säädetty, että oppilaiden tulee saada tukea ja ohjausta sekä muita tarpeellisia tukitoimia koulunkäyntiin ja oppilaiden kehitykseen liittyvissä sosiaalisten ja psyykkisten vaikeuksien poistamisessa sekä koulun ja kodin yhteistyön kehittämisessä. Sosiaali-toimen edustajat ja kuraattorit ovat jo virkansa puolesta velvollisia auttamaan kiusattua lasta ja nuorta sekä ohjaamaan heitä tarvittaessa oikeusavun piiriin. (Hamarus 2008, 24.)

Myös oppilashuollolla on läheinen rooli koulukiusaamistapauksissa. Valtioneuvoston asetuksen (A 1435/2001) mukaan ”Oppilashuollon tulee edistää oppilaan terveyttä ja sosiaalista hyvinvointia”. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden mukaan oppilashuollon yksi tehtävä on ongelma- ja kriisitilanteiden ehkäiseminen, havaitseminen ja hoitaminen. Yhtenä osa-alueena voidaan mainita ”kiusaaminen, häirintä ja väkivalta”. (A 1435/2001; Hamarus 2008, 21.)

Koulukiusaaminen saattaa yltyä rikosoikeudelliselle tasolle. Rikoslaki (L 19.12.1889/39) koskee myös koulu-aikaa, ja sen mukaan potkiminen ja lyöminen täyttävät rikosnimikkeistössä pahoinpitelyn kriteerit. Ne ovat väkivaltaa, joko lievää

pahoinpitelyä tai pahoinpitelyä. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes 2002, 63; Puustinen 2007, 18; Höistad 2003, 148.) Lapsella on oikeus itse ilmoittaa rikoksesta poliisille. Aina kun poliisille tulee ilmoitus lapseen kohdistuvan rikoksen epäilystä, käynnistetään esitutkinta. Siihen, onko kyseessä virallisen syytteen alainen rikos vai asianomistajarikos, vaikuttavat rikoksen laatu ja uhrin ikä. Kun poliisin tutkimuksissa todetaan rikoksen tunnusmerkkien täyttyneen, virallisen syytteen alainen rikos johtaa aina jatkotoimiin, uhrin ja hänen huoltajansa mielipiteestä riippumatta. Asianomistajarikoksella tarkoitetaan sitä, että uhrilta tai hänen huoltajaltaan kysytään, vaativatko he rangaistusta ja pyydetäänkö syytetyltä korvausvaatimuksia. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes 2002, 63.)

Kaikki alle 15-vuotiaan henkeen ja terveyteen kohdistuvat rikokset, myös lievä pahoinpitely, ovat virallisen syytteen alaisia rikoksia, joista poliisin tulee tehdä esitutkinta heti, kun rikoksen mahdollisuus tulee poliisin tietoon. Kun uhri on iältään 15 vuotta, lievä pahoinpitely muuttuu asianomistajarikokseksi, ja on huomattavaa, että pahoinpitelyrikoksen tunnusmerkit täytyvät aina, jos uhrille aiheutuu kipua. Uhrilla on rikoksen johdosta henkilövahingon kärsineenä oikeus saada valtion varoista korvausta muun muassa kuluihin, sekä korvausta kivusta ja särystä. Rikoksen uhrille ja hänen huoltajalleen tulee kertoa myös mahdollisuudesta tukihenkilöön ja oikeusavustajaan. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes 2002, 64.)

Kouluterveydenhuollon tehtävänä mahdollisen rikoksen tapahduttua on huolehtia siitä, että uhri ja hänen huoltajansa saavat riittävät tiedot uhrin oikeuksista sekä väkivaltarikosta epäiltäessä, ja muissa vastaavissa tilanteissa ohjauksen rikosilmoituksen tekemiseksi ja korvauksen hakemiseksi valtionkonttorilta. Uhrille tulee selvittää, että kyseessä on rikos ja että hänellä on oikeus saada asianmukainen tutkimus ja hakea korvausta aiheutuneesta vahingosta. Kouluterveydenhuollossa on tunnettava rikoslain keskeinen sisältö ja muistettava, että kaikissa alle 18-vuotiaisiin kohdistuneissa rikoksissa myös lapsen huoltajalla on puheoikeus. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes 2002, 63.)

Kun väkivaltarikos on tapahtunut, uhrin vanhemmille tai huoltajille tulee ensisijai-

sesti tiedottaa tapahtuneesta. Epäiltäessä väkivaltarikosta lapsi tulee ohjata viipymättä lääkärin tutkimukseen. Mikäli uhrille ja hänen huoltajalleen tai edunvalvojalleen ei anneta riittävästi informaatiota tai mikäli tutkinta laiminlyödään tai viivästyy, voi kouluterveydenhuollon henkilöstö huomaamattaan syyllistyä rikoksen tekijän suojeluun tai todistusaineiston hävittämiseen. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes 2002, 64.)

Toisinaan saattaa olla niin, että vanhemmat eivät ole halukkaita selvittelemään kiusaamistapausta, etenkin jos oma lapsi on kiusaajana. Tällöin jokaiselle oppilaalle lain antama suoja on peruste, minkä nojalla voidaan ryhtyä toimenpiteisiin. Ensisijaista kuitenkin on, että lähdetään liikkeelle yhteisestä huolesta ja jokainen taho pyrkii lapsen ja nuoren parhaaseen. (Hamarus 2008, 22.)

6.3 Koulun ja kodin välinen yhteistyö

Koulun toimintaan kuuluu yhteistyö kotien kanssa sekä opettajien velvollisuus olla yhteydessä oppilaan huoltajiin. Koulussa ongelmaan tarttumisen lisäksi olisikin tärkeää vahvistaa yhteistyötä vanhempien kanssa tiedottamalla koulun toimintatavoista kiusaamiseen puuttumiseksi. (Opetusministeriö 2008, 36–37). Opetussuunnitelman perusteissa (2004) koulun ja kodin välinen yhteistyö määritellään näin:

Huoltajilla on ensisijainen vastuu lapsen ja nuoren kasvatuksesta. Koulu tukee kotien kasvatustehtävää ja vastaa oppilaan kasvatuksesta ja opetuksesta kouluyhteisön jäsenenä. Yhteisvastuullisen kasvatuksen tavoitteena on edistää lasten ja nuorten oppimisen edellytyksiä, turvallisuutta ja hyvinvointia koulussa. (Opetushallitus 2004, 22.)

Koululla ja kodilla on siis yhteinen tehtävä, kasvatus. Kodin velvollisuus on toimia ensisijaisena kasvattajana, ja koulun tulee tukea tätä kasvatustyötä. Koululta kodin kasvatustyön tukeminen onnistuu parhaiten, kun molemmat osapuolet sitoutuvat yhteisiin tavoitteisiin. Tavoitteet löytyvät yhteisessä vuorovaikutuksessa. (Huhtanen 2007, 158.)

Syrjäytymiskehitystä ennakoiviin ilmiöihin, kuten koulukiusaamiseen, oppimisvaikeuksiin, koulupoissaoloihin, käytöshäiriöihin, päihteidenkäyttöön sekä väkivaltaisen käyttäytymiseen, tulee kouluterveydenhuollon puuttua yhdessä kotien ja koulun kanssa. Mitä varhaisemmassa vaiheessa ongelmiin puututaan, sitä parempia tuloksia saadaan, ja sitä halvemmaksi toiminta tulee. (Terho ym. 2000, 34.)

Useimmiten vanhemmat suhtautuvat myönteisesti koulun yhteydenottoon. Murrosikäinen osaa jo hoitaa osan ongelmistaan itsenäisesti. Suurissa ongelmissa kuitenkin tarvitaan aina vanhempien tukea. Aikuisten toimiessa yhteisymmärryksessä ja rakentaessa nuorelle turvaverkon, jonka sisällä hän saa rauhassa kasvaa, asiat sujuvat parhaiten. Lasten ja nuorten koulunkäyntiin liittyvän ongelman ilmetessä vanhemmat kokevat usein syyllisyyttä ja ahdistusta. Tuolloin vanhemmat tarvitsevat tukea ja ymmärrystä, ja oikea henkilö tukemaan on usein se, joka ongelmasta on kotiin ilmoittanut. Vanhempia ei tulisi arvostella, koska se lisää heidän taakkaansa. Sen sijaan on tuotava esille, että henkilökunta pyrkii auttamaan koululaisen lisäksi vanhempia lapsen vaikeuksissa. Yhteistyö vanhempien kanssa pyritään aloittamaan siten, että nuoren luottamus säilytetään. (Terho ym. 2000, 60–64.)

Vanhemmat haluavat tietää, mitä koulussa tapahtuu, vaikka asia olisi ikäväkin. Tämän vuoksi on tärkeää keskustella, siitä miten lasta tai nuorta kyettäisiin auttamaan. Kiusaaja toimii usein ryhmäpaineen alla ja tulee tehneeksi asioita, joita ei normaalisti tekisi. Tästä syystä kiusaajalla voi olla kovat syyllisyydentuskat teoistaan. Koulun tulee pitää vanhemmat kiusaamisen vastaisen työn voimavarana, ja yhteydenotot koteihin tulee pitää mahdollisimman rakentavina ja myönteisinä. Vanhempien tulee saada tietää, mitä koulussa on tapahtunut, ja heille on annettava mahdollisuus auttaa kiusaamisen lopettamisessa. On syytä korostaa lapsen ja nuoren tarvetta saada tukea ja kannustusta, samoin kodin ja koulun yhteisymmärrystä ja yksimielisyyttä asioista. Tärkeää on korostaa kiusaajan vanhemmille, että lasta ei pidä rangaista vaan paras apu lapselle on tuki. Hänelle on syytä tehdä selväksi, että kiusaamista ei hyväksytä kotona eikä koulussa ja että kaikki ovat yhteistyössä kiusaamisen kitkemiseksi pois. (Höistad 2003, 143–144.)

Rimpelän ja kumppaneiden Stakesille ja Suomen Vanhempainliitolle tekemän kyselyn mukaan kouluterveydenhuollosta tiedottaminen on vanhempien mielestä puutteellista. Stakes ja Suomen Vanhempainliitto haastavatkin kunnat, perusopetuksen hallinnon ja oppilashuoltopalvelujen järjestäjät ottamaan vanhemmat mukaan kouluhyvinvoinnin kehittämiseen. Lasten ja nuorten hyvinvointi, terveyden ja kasvatuksen haasteet edellyttävät kodin ja koulun kasvatuskumppanuutta. Yhteisistä tavoitteista tulisi sopia sekä toimia yhdessä myös kehittämisen arvioinnin ja johtamisen tasolla. (Rimpelä, Metso, Saaristo & Wiss 2008, 46–49.)

7 TAVOITE, TARKOITUS JA TEHTÄVÄ

Opinnäytetyömme tavoitteena oli saada valmiuksia tunnistaa ja kohdata koulu-kiusaaminen. Tarkoituksenamme oli löytää työmenetelmiä ja toimintatapoja koulu-kiusaamisen tunnistamiseksi ja kohtaamiseksi. Työmme kohdistimme kahdeksannen luokan oppilaiden vanhemmille, aiheena koulukiusaaminen, kiusaamisen tunnistaminen, kohtaaminen ja siihen puuttuminen. Opinnäytetyömme toiminnallinen osuus oli kahdeksannen luokan oppilaille ja heidän vanhemmille suunnattu oppilaanohjauksen tunti. Toiminnallisen osuuden tarkoituksena oli lisätä oppilaiden ja vanhempien tietoutta kiusaamisesta, sekä parantaa heidän valmiuksiaan kohdata ja puuttua kiusaamiseen.

8 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ

Toiminnallinen opinnäytetyö on työelämän kehittämistyö, joka tavoittelee käytännön toiminnan kehittämistä ja joka toteutetaan tavallisesti toimeksiannosta (Virtuaali ammattikorkeakoulu 2008). Ammatillisessa kentässä toiminnallinen opinnäytetyö tavoittelee käytännön toiminnan järjestämistä, järjeistämistä, opastamista tai ohjaamista. Alasta riippuen toiminnallinen opinnäytetyö voi olla tapahtuman toteuttaminen, tai käytäntöön suunnattu ohje, ohjeistus tai opastus. (Vilkka & Airaksinen 2003, 9–10).

Terveystenhoitajan työssä toiminnallinen tiedonkäsitys on tärkeää, ja toiminnallisen opinnäytetyön kautta opimme siirtämään tutkittua tietoa työelämään sekä voimme vastata alan käytännöllisiin ja teoreettisiin tarpeisiin. Teorian soveltaminen käytäntöön kehittää omaa ammatillista kasvuamme, ja voimme toiminnallisen opinnäytetyön avulla kehittää työelämää käytännönläheisellä tavalla. Valmistuttuamme toimimme alamme asiantuntijatehtävissä ja meidän tulee taitaa ja tietää tehtäväämme liittyvät kehittämisen ja tutkimisen perusteet, joihin tämä toiminnallinen opinnäytetyömme antaa meille valmiuksia. (Vilkka & Airaksinen 2003, 7–10).

Aiheemme koulukiusaaminen on yleinen ilmiö, ja tulevana terveydenhoitajina meidän on tärkeää kyetä tunnistamaan ja kohtaamaan kiusaaminen sekä osattava puuttua koulukiusaamiseen. Toiminnallisen opinnäytetyön avulla voimme viedä tutkittua tietoa aiheesta oppilaille sekä vanhemmille ja antaa heille valmiuksia havaita kiusaaminen ja keinoja puuttua kiusaamiseen.

9 TOTEUTUS

Opinnäytetyömme on työelämälähtöinen ja osa Ilmajoki hanketta, jonka tarkoituksena on edistää Ilmajoen Jaakko Ilkan yläasteen nuorten terveyttä ja hyvinvointia. Opinnäytetyömme on toiminnallinen opinnäytetyö, joka koostuu kahdesta osaluueesta: opinnäytetyönraportista sekä produktista eli tuotoksesta. Toteutimme opinnäytetyömme keräämällä ensin mahdollisimman tuoretta ja luotettavaa aineistoa ja tietoa aiheestamme, jonka pohjalta teimme aiheestamme toiminnallisen opinnäytetyönraportin eli opinnäytetyön prosessin dokumentoinnin.

Tiedonhaussa käytimme kirjallisuustiedon etsimiseen Seinäjoen Korkeakoulu Plari-tietokantaa, kotimaista terveystieteellistä viitetietokantaa Medicia, sekä englanninkielisiä artikkeliviitetietokantoja Chinalia ja Medlinea. Tieteellisiä artikkeleita etsimme myös kotimaisista artikkeliviitetietokannoista Aleksista ja Artosta. Ruotsinkielistä tutkimusartikkeliaineistoa etsimme hakukone Google Scholarista.

Käyttämämme hakusanat hakutoiminnoissamme olivat elämänhallinta, koulu-kiusaaminen, kiusaaminen, koulupelko, kouluväkivalta, kiusaajat, nuoret, mielen-terveys, henkinen pahoinvointi ja nuorten hyvinvointi. Opinnäytetyömme asiasanat olivat elämänhallinta, nuorten terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen sekä koulu-kiusaaminen.

Produktin eli tuotoksen toteutimme syksyllä 2009 Jaakko Ilkan yläasteella pitämällä oppilaanohjauksen tunnin koulukiusaamisesta kahdeksannen luokan oppilaille sekä heidän vanhemmille. Koska alun perin tarkoituksena oli pitää vanhempainilta aiheeseen liittyen, jouduimme muokkaamaan tuotoksen sisältöä myös nuorille sopivaksi.

Toiminnallisen tuokion suunnittelu alkoi keväällä 2009 jolloin tehtiin käynti Jaakko Ilkan yläasteelle, tarkoituksena oli tutustua kouluun sekä saada yleiskuva oppilais-

ta. Esityksen ajankohdasta sekä kohderyhmästä sovimme koulukuraattorin kanssa sähköpostitse. Kun kohdeluokka ja heidän opettajansa oli selvillä, olimme yhteydessä opettajaan. Hänen kanssaan selvitimme tekniset mahdollisuudet toteuttaa esityksemme, sekä sen kuinka voisimme etukäteen kytkeä ja valmistella esitykseen tarvittavat laitteet.

Koska kohderyhmänä olivat myös oppilaiden vanhemmat, oli meidän mietittävä tapa tavoittaa myös heidät. Päädyimme tekemään kutsukirjeen vanhemmille joka jaettiin oppilaiden mukana kotiin. Sähköpostin välityksellä lähetettiin kutsukirje luokan opettajalle, joka tulosti kirjeet ja jakoi ne oppilaille. LIITE 1: Kutsu.

Julisteen teko aloitettiin kuukausi ennen toiminnallista tuokiota. Seinäjoen ammatikorkeakoulussa saimme julisteen tekemisen tueksi teoreettista taustatietoa jonka pohjalta teimme itse julisteen. Julisteessa olevat kuvat otimme itse ja kuvassa esiintyvät nuoret osallistuivat vapaaehtoisesti opinnäytetyön julisteen tekoon. Nuorten vanhemmille tiedotettiin tästä ja kerrottiin kuvien tarkoitus.

Esityksemme tueksi päädyimme tekemään PowerPoint esityksen jonka pohjalta kävimme kokemamme tärkeät asiat läpi. Kädessämme meillä oli pahvista tehdyt muistikortit jotka auttoivat meitä muistamaan esityksen etenemisen järjestykset, sekä tärkeimmät pääasiat. Tämä loi esteettisyyttä esitykseemme.

Toiminnallisen tuokion esittämisen aamuna haettiin Seinäjoen ammattioppilaitokselta videotykki jolla saataisiin meidän omalta koneelta esitettyä PowerPoint esitys. Laitteiden yhteensopivuus ja toimivuus käytiin koululla yhdessä atk-henkilökunnan kanssa läpi.

Luokahuoneeseen pääsimme sisään puoli tuntia ennen esitystä. Saimme näin aikaa liittää laitteet paikoilleen ja varmistaa niiden toimivuuden sekä käytön. Yhdessä päätimme etukäteen kumpi käyttää laitteita ja kumpi jakaa luokan ryhmiin ryhmätyötä varten. Tämän selkeän työnjaon perusteella esitys sujui luontevasti ja

määrätietoisesti. Etukäteen mietimme myös mitä voisimme lisätä tai ottaa pois esityksestä mikäli suunnittelemamme aikataulu ei pitäisikään.

Koska toiminnallinen tuokio oli suunnattu sekä oppilaille että heidän vanhemmilleen, oli meidän mietittävä esityksen sisältöä molempien kohderyhmien kannalta. Olimme varautuneet siihen että vanhempia ei tulisi paljon, sillä ajankohta esitykselle oli arkipäivänä klo 11.15, jolloin suurin osa vanhemmista olisi töissä. Yhtenä suurena haasteena oli nuorten mielenkiinnon ylläpitäminen jonka ratkaisuksi päädyimme lisäämään eläviä esimerkkejä ja kokemuksia kiusaamisesta PowerPointiin esitystämme elävöittämään. Pyrimme puhumaan koulukiusaamisesta kansanomaisella ymmärrettävällä ja selkeällä kielellä. Esityksen loppuun lisäsimme ryhmätehtävän, jonka tarkoituksena oli yhdessä pohtia kiusatun tunteita sekä sitä miten toivoisi ystäviensä toimivan, mikäli itse joutuisi kiusatuksi.

Tuotoksen esittämiseen oli yksi oppitunti aikaa. Aika kului yllättävän nopeasti ja jouduimme käymään joitakin asioita hieman nopeammin läpi kuin olimme suunnitelleet ja joitakin ennalta sovittuja asioita jouduimme karsimaan. Kokonaisuudessa esityksen ajan käyttö onnistui hyvin kun olimme etukäteen varautuneet mahdollisiin muutoksiin.

Olemme tyytyväisiä toiminnallisen tuokioomme ja koimme sen onnistuneen kaikin puolin hyvin. Luokkatila oli pieni ja viihtyisä ja siellä sai hyvin kontaktin oppilaisiin. Itse esiintyminen meni mukavasti. Esiintymisemme oli mielestämme melko luontevaa eikä jännitystäkään ollut liikaa. Muistikortit, joita itse käytimme esityksemme tukena olivat hyvä apu ja välttyimme turhalta paperien selaamiselta. Asiasisältö oli sopivaa ja sitä oli riittävästi kohdeyleisöä ajatellen.

10 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Opinnäytetyössämme pyrimme ottamaan huomioon eettisyyden ja luotettavuuden kriteerit. Helsingin julistuksessa (1964) on määritelty neljä hoitotieteellisen tutkimuksen etiikkaa ohjaavaa seikkaa:

1. Tutkimus ei saa vahingoittaa fyysisesti, psyykkisesti eikä sosiaalisesti tutkittavaa. 2. Tutkimuksen hyötyä ja haittaa on verrattava keskenään eli tutkimuksesta saatavan hyödyn on oltava suurempi kuin haitan. 3. Keskeistä on se, että tutkimus on siihen osallistuville vapaaehtoista ja että he voivat keskeyttää sen koska tahansa. 4. Vastuu on tutkimuksen johtajalla. (Maailman lääkäriiliiton Helsingin julistus 1964; Vehviläinen-Julkunen 1997, 27.)

Opinnäytetyömme aihevalinta on eettisesti luotettava, sillä käsittelemme koulu-kiusaamista yleisellä tasolla emmekä käytä työssämme yksittäisiä henkilöitä. Koska opinnäytetyömme on toiminnallinen opinnäytetyö, emme haastatelleet ketään vaan kokosimme tutkimustietomme aikaisemmista tutkimusmateriaalista ja kirjallisuudesta. Haastattelujen sijaan konsultoimme Jaakko Ilkan koulun kuraattoria, terveydenhoitajaa sekä Lapuan koulupoliisia.

Opinnäytetyömme on toiminnallinen opinnäytetyö, jonka raportin perustana on aikaisempi tutkittu tieto. Luotettavuutta työhömmme tuo käyttämämme materiaali, joka koostuu aikaisemmin julkaistuista tutkimuksista ja niiden tuloksista sekä aiheeseen liittyvästä ajankohtaisesta kirjallisuudesta. Opinnäytetyössä tärkeää on lähdekritiikki, joten tietoa hankkiessamme pyrimme ottamaan huomioon lähteen iän, alkuperän, luotettavuuden sekä kirjoittajan tunnettuuden ja arvostettavuuden. (Paunonen & Vehviläinen- Julkunen 1997, 26- 34.) Opinnäytetyötä tehdessämme käytimme mahdollisimman uutta aineistoa, enintään kymmenen vuotta vanhaa kirjallisuutta. Poikkeuksen teimme kuitenkin kahden tunnetun koulukiusaamiseen perehtyneen tutkijan, Olweuksen, Rolandin ja Pikasin tekemien teosten kohdalla. Heidän tunnettuutensa, arvostettavuutensa ja luotettavuutensa nousivat teosten

ikää tärkeämmiksi seikoiksi. Tiedonhaussa käytimme useita eri kotimaisia ja ulkomaisia viitetietokantoja.

Pyrimme suunnittelemaan opinnäytetyömme etenemistä mahdollisimman tarkoin, mutta koska kyseessä oli ensimmäinen opinnäytetyömme, suunnittelu tuotti toisinaan hankaluuksia. Tästä syystä teimme runsaasti ylimääräistä työtä. Tarkemmalla suunnittelulla olisimme päässeet vähemmällä työllä samaan, ja ehkä parempaan tulokseen. Toiminnallisen osuuden suunnittelimme tarkoin ja pyrimme varautumaan kaikkiin mahdollisiin eteen tuleviin ongelmatilanteisiin.

Produktion esittämisessä jouduimme pohtimaan eettisiä kysymyksiä sillä aiheemme on koskettava ja arkaluonteinen. Olimme varautuneet siihen että luokassa ilmeni mahdollisesti syrjintää ja koulukiusaamista luokan kesken ja myös siksi asian esittäminen vaati sensitiivisyyttä. Meidän oli mietittävä tarkkaan sanat siten, ettemme provosoisi kiusaajia kiusaamaan lisää, tai kiusattavaa näkemään itsensä kiusaamisen ansaitsevana. Esityksen luotettavuuden säilyttämiseksi käytimme samaa tutkittua tietoa kuin mitä käytimme teoriaosuudessa.

11 POHDINTA

Valitsimme opinnäytetyömme aiheeksi koulukiusaamisen, sillä pidämme aihetta kiinnostavana, tärkeänä ja ajankohtaisena ilmiönä. Koulukiusaamisen yleisyys ja raakuus ovat huolestuttavia ja valitettavan yleisiä asioita, joihin halusimme perehtyä syvällisemmin. Tulevina terveydenhoitajina tulemme kohtaamaan ammattisamme koulukiusaamista ja voimme siten hyödyntää työssämme opinnäytetyöstämme saamaamme tietoa. Opinnäytetyömme tavoitteena oli saada valmiuksia tunnistaa ja kohdata koulukiusaaminen, ja tietomme koulukiusaamisesta lisääntyikin runsaasti opinnäytetyöprosessin aikana. Saimme työmme kautta myös varmuutta ja rohkeutta puuttua koulukiusaamiseen sitä kohdatessamme.

Tiedonhankinta prosessina oli meille molemmille ensimmäinen, ja koska koulukiusaaminen oli hyvin yleinen ja paljon tutkittu aihe, ei tiedonsaanti tuottanut vaikeuksia. Runsaan tiedonsaannin vuoksi oli hankalaa rajata, mitä aiheita työssämme käsitellään ja mitä jätetään pois. Tästä johtuen opinnäytetyömme teoriaosuus laajeni turhan laajaksi ja jouduimme tekemään paljon työtä sen saamiseksi tiiviimpään muotoon.

Toiminnallisen osuuden jonka toteutimme syksyllä 2009 Ilmajoella Jaakko Ilkan yläasteella koimme hyvin mielekkäänä tapana toteuttaa terveydenhoitajatutkintoon kuuluvan kehittämistehtävän. Toiminnallisen osuuden myötä tavoite ja tarkoitus konkretisoituivat. Opinnäytetyötä oli luontevaa ja vaivatonta jatkaa syksyllä kehittämistehtävän merkeissä, kun aihe oli jo ennestään tuttu. Koimme myös tärkeänä että saimme toteuttaa kehittämistehtävän näin käytännönläheisesti, sillä se toi kokemusta ja valmiuksia toimia myös käytännön työssä. Kehittämistehtäväämme voimme luonnollisesti hyödyntää tulevaisuudessa myös työelämässä esimerkiksi kouluterveydenhuollossa toimiessamme sekä koulun vanhempainilloissa. Mielestämme toiminnallinen menetelmä on erinomainen keino viedä tietoa myös yläas-

teikäisille nuorille, heidän vanhemmilleen ja siten edistää nuorten ja heidän perheittensä terveyttä.

Tulevaisuuden kehittämishaasteena näemme, että varhaisen puuttumisen lisäksi pitäisi korostaa varhaista välittämistä ongelmien ehkäisemiseksi. Nuorten hyvinvointiin tulisi panostaa välittämisen ja aidon huolenpidon avulla, kohtaamalla ja kuuntelemalla nuoria. Aina ei tarvitse odottaa ongelmien ilmaantumista, vaan paljon voidaan tehdä jo ennaltaehkäisevästi. Tässä kohtaa korostamme etenkin kodin roolin tärkeyttä nuorten kohtaamisessa. Vanhempien velvollisuus on välillä pysähtyä kysymään nuoriltaan, mitä heille todella kuuluu. Vanhempien ja nuorten kohtaaminen arjessa voisi olla mielenkiintoinen tutkimuksen aihe seuraavaan opinnäytetyöhön.

Koulun ja kodin välisen yhteistyön ja sen kehittämisen koemme myös tärkeänä tulevaisuuden kehittämishaasteena. Olisi oleellisen tärkeää, että koulun ja kodin välillä tapahtuva tiedonkulku olisi mahdollisimman sujuvaa ja molempia osapuolia palvelevaa ja luottamuksellista. Tulevina terveydenhoitajina meillä on mahdollisuus luoda oppilaisiin ja heidän vanhempiinsa luottamuksellinen vuorovaikutussuhdesuhde heti alusta alkaen, jolloin kaikkien osapuolien on helpompi keskustella huolta tuottavista asioista ja aiheista, joita pitävät tärkeinä. Tällä tavoin voimme terveydenhoitajina pitää matalana kynnyksen kodin ja koulun välisiin yhteydenottoihin.

LÄHTEET:

A 1435/2001. Valtioneuvoston asetus. perusopetuslaissa tarkoitetun opetuksen valtakunnallisista tavoitteista ja perusopetuksen tuntijaosta.

Andersson, K. & Eriksson, A. 2006. Hur gör vi? Handlingsplaner mot mobbning. [Pdf-tiedosto]. Malmö: Malmö högskola, lärarutbildningen. [Viitattu 26.3.2008].
Saataavissa:
<http://dSPACE.mah.se:8080/bitstream/2043/3863/1/PDF%20Anna%20%26%20Katrin.pdf>

Antonovsky, A. 1979. Health, stress and coping. San Francisco: Jossey-Bass.

Antonovsky, A. 1984. The sense of coherence as a determinant of health. *Advances* 1: 37-50.

Armanto, A. Koistinen, P. 2007. Neuvolatyön käsikirja. Helsinki: Tammi.

Cacciatore, R. 2008. Kiukkukirja: aggressiokasvattajan käsikirja vauvasta kouluikään. Helsinki: Väestöliitto.

Coolidge, F., Den Boere, J. & Segal, D. 2004. Personality and neuropsychological correlates of bullying behavior. *Personality and individual differences*.

Hamarus, P. 1998. Älä kiusaa mua!: Miten tunnistan ja estän koulukiusaamisen. Turku: Länsi-Suomen Lääninhallitus.

Hamarus, P. 2006. Koulukiusaamisen ehkäisemistä tiimityöllä. *Nuorisotutkimus* (24), 1, 4-17.

Hamarus, P. 2008. Koulukiusaaminen: huomaa, puutu ja ehkäise. Helsinki: Kirjapaja.

Haverinen, H. & Helenius, R. 2002. "Neki kiusaa jotka nimittäin nauraa". [Pdf-tiedosto]. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. Pro-gradu tutkielma. [Viitattu 11.1.2009].
Saataavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/10282/heidihav.pdf?sequence=1>

- Henriksson, M. & Lönnqvist, J. Psykkiset kriisit, sopeutumishäiriöt ja stressireaktiot. [Pdf-tiedosto]. [Viitattu: 12.12.2008]. Saatavissa: http://www.ktl.fi/attachments/pressihuone/psykiatria_luku14.pdf
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2004. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Huhtanen, K. 2007. Kun huoli herää, varhainen puuttuminen koulussa. Jyväskylä: PS- kustannus.
- Hyyppä, M. Liikanen, H-L. 2005. Kulttuuri ja terveys. Helsinki: Edita.
- Höistad, G. 2003. Irti kiusaamisen kierteestä: Opas kouluille ja kasvattajille. Helsinki: Kirjapaja.
- Ikävalko, K. 2006. Kiusaamista ei pidä katsoa läpi sormien. Ketju (41), 2, 12-15.
- Juvonen, J., Graham, S. & Schuster, M. 2003. Bullying among young adolescents: The strong, the weak and the troubled. Pediatrics (6).
- Keltikangas-Järvinen, L. 1996. Hyvä itsetunto. Porvoo: WSOY.
- Kiusaajien persoonallisuudesta. (Ajankohtaista toimituksesta). 2004. Psykologia (39), 6, 473–476.
- Kiusaamisessa se suosion salaisuus? (Toimituksen pöydältä). 2004. Psykologia (39), 1, 74–76.
- L 19.12.1889/39. Rikoslaki.
- L 28.1.1972/266. Kansanterveyslaki.
- L 21.8.1998/628. Perusopetuslaki.
- L 21.8.1998/629. Lukiolaki.
- Lee, C. 2004. Preventin bullying in schools: A guide for teachers and other professionals. [Verkkokirja]. London: sage. [Viitattu 17.1.2009.] Saatavissa: <http://www.site.ebrary.com/lib/seamkebrary/Doc?id=10218290&ppg=40>

- Maailman lääkäriliiton Helsingin julistus. 1964. [Verkkajulkaisu]. [Viitattu 3.5.2009].
Saataavissa: <http://www.laakariliitto.fi/etiikka/helsinginjulistus.html>
- Mattila, A. 2002. Henkiseen hyvään oloon: kodin psykologia. Helsinki: WSOY.
- MLL. Koulukiusaamisen tunnistaminen. [Verkkajulkaisu]. [Viitattu 15.10.2008.]
Saataavissa:
http://www.mll.fi/kasvattajille/kiusaaminen/maarittely/koulukiusaamisen_tunnistaminen/
- MLL. Mitä kiusaaminen on. [Verkkajulkaisu]. [Viitattu 15.10.2008.] Saataavissa:
<http://www.mll.fi/kasvattajille/kiusaaminen/maarittely/>
- Nyyti ry - opiskelijoiden tukikeskus. 2009. Elämänhallinta. [Verkkajulkaisu]. [Viitattu 3.5.2009]
Saataavissa:
http://www.nyyti.fi/linkit_ja_artikkelit/artikkelit/elamanhallinta.htm
- Olweus, D.1992. Kiusaaminen koulussa. Suomentaja: Mäkelä, M. Helsinki: Otava.
- Opettajien ammattijärjestö. 2009. Opettajan ammattietiikka ja eettiset periaatteet. [Verkkajulkaisu]. [Viitattu 3.5.2009]. Saataavissa:
http://www.extra.oaj.fi/portal/page?_pageid=515,447767&_dad=portal&_schema=PORTAL
- Opetushallitus. 2004. Opetussuunnitelman perusteet. [Pdf-tiedosto]. [Viitattu 4.1.2009]. Saataavissa: http://www.oph.fi/ops/perusopetus/pops_web.pdf
- Opetusministeriö. 2008. Koulukiusaaminen peruskoulun yläluokilla 2000–2007. [www-dokumentti]. [Viitattu 26.3.2008]. Saataavissa:
<http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2008/liitteet/opm07.pdf?lang=fi>
- Ottawa Charter for Health Promotion. 1986. Health promotion. [www-dokumentti]. [Viitattu 28.10.2008] Saataavissa:
<http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>
- Paunonen, M. & Vehviläinen- Julkunen, K. 1997. Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Helsinki: WSOY.
- Pietilä, A-M, Hakulinen, Hirvonen, Koponen, Salminen & Sirola. 2002. Terveystien edistäminen. Uudistuvat työmenetelmät. Helsinki: WSOY.

- Pikas, A. 1990. Irti kouluväkivallasta. Suomentaja: Pilvinen, E. Espoo: Weilin & Göös.
- Puustinen, M. 2007. Lääninhallitukset huolissaan koulukiusaamisen ehkäisy-suunnitelmien toteutumisesta: kunnat laiminlyövät valvonnan. *Opettaja* (101), 39, 20–22.
- Pörhölä, M. 2007. Ryhmytymiseen liittyvät riskit ja koulukiusaaminen. *Ryhmytyö* (36) 1, 8-15.
- Rimpelä, M., Metso, T., Saaristo, V. & Wiss, K. 2008. Vanhempain yhdistysten ja huoltajien osallisuus peruskoulun ja sen oppilashuollon kehittämisessä. [Pdf-tiedosto]. Helsinki: Stakes. [Viitattu 12.12.2008.] Saatavissa: <http://www.stakes.fi/verkkojulkaisut/raportit/R29-2008-VERKKO.pdf>
- Roland, E. 1983. Kiusanteosta toveruuteen: kouluväkivallan torjuntatapoja. Helsinki: Otava.
- Salmivalli, C. 1999. Kiusaamisen havaitseminen. *Suomen lääkäri-lehti* (54), 13, 1673–1675.
- Salmivalli, C. 1998. Koulukiusaaminen ryhmäilmionä. Helsinki: Gaudeamus.
- Salmivalli, C. 2003. Koulukiusaamiseen puuttuminen: kohti tehokkaita toimintamalleja. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Salo, O. 1997. Crescendo – hitaasti kasvaen. *Psykologian perustieto* 2. Espoo: Salutonova.
- Salo, O & Tuunanen, K. 1996. Da Capo –alusta uudelleen. *Kliininen psykologia*. Espoo: Salutonova.
- Savola, E. 2005. Terveyden edistäminen esimerkein: käsitteitä ja selityksiä. Helsinki: Terveyden edistämisen keskus.
- Savolainen, K. 2005. Kouluväkivallan ennaltaehkäisyssä laajaan näkökulmaan *Psykologia* (40), 4, 370–383, 466–467.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2001. Julkaisuja 4. Kansanterveysohjelma Terveys 2015. [Pdf-tiedosto]. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 16.10.2008] Saatavissa: <http://www.terveys2015.fi/terveys2015.pdf>

- Sosiaali- ja terveysministeriö & Stakes. Kouluterveydenhuolto. 2002. [Pdf-tiedosto]. Helsinki: Stakes. [Viitattu 15.10.2008.] Saatavissa:http://www.stakes.fi/verkkojulkaisut/muut/Oppaita51_2002.pdf
- Sosiaali- ja terveysministeriö & Suomen Kuntaliitto. 2004. Sosiaali- ja terveysoppaita 2004:8. Kouluterveydenhuollon laatusuositus. [Pdf-tiedosto]. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö & Suomen kuntaliitto. [Viitattu 4.1.2009]. Saatavissa:
<http://www.stm.fi/Resource.phx/publishing/store/2004/08/pr1092909444623/passthru.pdf>
- Sosiaali- ja terveysministeriö. Terveyden edistäminen. 2007. Hallituksen politiikkaohjelma 2007. [Pdf-tiedosto]. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 29.10.2008]. Saatavissa: <http://www.stm.fi/Resource.phx/hankk/teohjelma/index.htx.i371.pdf>
- Terho, P., Ala-Laurila, E-L., Laakso, J., Krogius, H. & Pietikäinen, M. 2000. Koulu-terveydenhuolto. Helsinki: Duodecim.
- Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos. 2009. Varhainen puuttuminen (Varpu)- vastuunottoa omasta toiminnasta toisten tukemiseksi. [www-dokumentti]. [Viitattu: 1.4.2009]. Saatavissa: <http://groups.stakes.fi/VERK/FI/Varpu/index.htm>
- Teräsahjo, T. 1997. Mitä kuvaukset kertovat? Koulukiusaamisen pitkäaikaisseuraamusten tutkimus esimerkkinä fenomenologisesta tutkimusotteesta. Turku: Turun yliopisto. Psykologianlaitos. Pro gradu – tutkielma.
- Vehviläinen- Julkunen, K. 1997. Hoitotieteellisen tutkimuksen etiikka. Teoksessa: M. Paunonen & K. Vehviläinen- Julkunen (toim.) Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Helsinki: WSOY.
- Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.
- Virtuaali ammattikorkeakoulu. 2008. Monimuotoinen/Toiminnallinen opinnäytetyö. [www-dokumentti]. [Viitattu 26.3.2008]. Saatavissa:<https://www.amk.fi/opintojaksot/030906/1113558655385/1154602577913/1154670359399/1154756862024.html.stx>

LIITE 1: KUTSU

**KOULUKIUSAAMINEN TERVEYDENHOI-
TOTYÖN NÄKÖKULMASTA**

“TUNNISTA, VÄLITÄ JA PUUTU”

**KUTSUMME TEIDÄT 8LK:N VANHEMMAT MUKAAN
LAPSENNE OPPILAANOJAUKSEN TUNNILLE
KUUNTELEMAAN OPINNÄYTETYÖMME TOIMIN-
NALLISTA OSUUTTA. AIHEENAMME ON KOULU-
KIUSAAMINEN.**

30.9–09 KLO 11.15

JAAKKO ILKAN YLÄASTE

TERVETULOA

Terveystenhoitajaopiskelijat: Heli Alho ja Sabina Jaskari