



**Opetustoimen ammattilaisten tyytyväisyys kiusaamista
ehkäisevään täydennyskoulutukseen**

Emmi Hooli & Fanni Palmu

2022 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

Opetustoimen ammattilaisten tyytyväisyys kiusaamista ehkäisevään täydennyskoulutukseen

Emmi Hooli & Fanni Palmu

Sairaanhoitaja

Opinnäytetyö

10, 2022

Hoitotyön koulutusohjelma
Sairaanhoidaja (AMK)

Emmi Hooli, Fanni Palmu

Opetustoimen ammattilaisten tyytyväisyys kiusaamista ehkäisevään täydennyskoulutukseen

Vuosi

2022

Sivumäärä 28

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää mentalisaatioteoriaan perustuvaan, kiusaamista ehkäisevään koulutukseen osallistuneiden tyytyväisyyttä koulutuksen sisältöön. Tavoitteena oli tuottaa koulutuksen onnistumisesta tietoa, jonka avulla koulutusta voidaan edelleen kehittää. Opinnäytetyö vastasi kysymykseen, millaisena koulutukseen osallistujat kokivat koulutuksen sisällön.

Mentalisaatio tarkoittaa kykyä pitää mielessä oma sekä muiden mieli. Sillä on iso vaikutus lasten ja nuorten tunnetaitojen kehittymiselle. Sen avulla lapset oppivat tunnistamaan omia, sekä muiden tunteita. Mentalisaation avulla ihminen kykenee ymmärtämään niitä tunteita, jotka ovat näkyvän reaktion takana, ja näin pohtimaan toisen ihmisen näkökulmaa eri tilanteissa.

Kiusaamisella on negatiivisia vaikutuksia itse kiusaajaan, kiusattuun sekä äärimmillään jopa kiusatun koko perheeseen. Vaikutukset voivat näyttäytyä välittömästi tai elämän myöhemmissä vaiheissa. Joissain tapauksissa kiusattu kärsii jopa lopun elämäänsä kiusaamisen seurauksista. Kiusaamisen vaikuttavuus on siis hyvin laaja. Tämän vuoksi on erityisen tärkeää kouluttaa sekä opastaa erityisesti opetustoimissa toimivaa henkilöstöä kiusaamisen vastaiseen toimintaan ja antaa heille tosielämän työkaluja siihen puuttumiseksi.

Toimeksiantajina opinnäytetyölle toimivat Laurea-ammattikorkeakoulu, sekä Laurean kiusaamista ehkäisevä hanke. Opinnäytetyö on toteutettu laadullisena tutkimuksena ja saatu aineisto analysoitu induktiivisen sisällönanalyysin keinoin. Tuloksissa oli havaittavissa vastaajien kesken paljon samanlaisia kokemuksia, mutta jonkin verran hajontaakin löytyi. Erityisesti ryhmätyöt ja koulutuksen käytännönläheisyys herätti kiitosta. Vastaavasti teoriataietoa aiheesta olisi kaivattu lisää.

Asiasanat: mentalisaatio, kiusaaminen, laadullinen tutkimus, koulutus

Nursing

Registered nurse

Emmi Hooli, Fanni Palmu

Satisfaction of professionals working in teaching activities with bullying preventing in-service training

Year

2022

Pages

28

The purpose of the thesis was to find out the satisfaction of participants in bullying prevention training based on mentalization theory with its content. The aim of the thesis was to produce information on the success of education which can be used to further develop training. The thesis answered the question of how the participants experienced the content of the training.

Mentalization refers to the ability to focus on one's own as well as others' minds. It has a big impact on the development of children's and young people's emotional skills. With its help, children learn to recognize their own, as well as the feelings of others. Mentalization allows a person to understand those emotions that are behind a visible reaction and thus reflect on the other person's point of view in different situations.

Bullying has negative effects on the bully itself, the one who is bullied and, at its most extreme, even on the entire family of the bullied person. The effects can occur immediately or in the later stages of life. In some cases, the bullied person even suffers the consequences of bullying for the rest of their lives. The impact of bullying is thus significant. Therefore, it is particularly important to train, guide and provide real-life tools to address anti-bullying, especially educational staff.

The client for our thesis was Laurea University of Applied Sciences and Laurea's anti-bullying project. The thesis was carried out as a qualitative study and the material obtained was analyzed by means of inductive content analysis. In the results, very many similar experiences were observed among the respondents, but there were also some dispersion. Especially the group work and the practicality were considered successful. More theoretical information on the subject would have been needed.

Keywords: mentalization, bullying, qualitative study, education

Sisällys

1.	Johdanto	7
2.	Teoreettinen tausta	8
2.1	Mentalisaatio	8
2.1.	Kiusaaminen	10
2.1.1.	Lainsäädäntö ja käsitteitä kiusaamisen rajapinnoilla	11
2.1.2.	Kiusaaminen tilastoina	11
2.1.3.	Kiusaamisen seuraukset	12
2.1.4.	Puutteellisen mentalisaatiokyvyn yhteys kiusaamiseen.....	13
3.	Työelämäkumppani	14
4.	Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite.....	14
5.	Menetelmälliset valinnat	14
5.1.	Laadullinen tutkimus.....	14
5.2.	Aineistonkeruumenetelmä.....	15
5.3.	Aineiston analyysi.....	16
5.4.	Sisällönanalyysin toteutus	16
6.	Tulokset.....	18
6.1.	Kohderyhmä	18
6.2.	Teoriatietoa lisäävä koulutus	18
6.3.	Työelämässä hyödynnettävä koulutus.....	19
6.4.	Tiedontarpeen jättävä koulutus	20
6.5.	Ryhmätyöpainotteinen koulutus	21
6.6.	Etäyhteys toimiva.....	22
7.	Pohdinta	23
7.1.	Johtopäätökset.....	23
7.2.	Eettisyys	23
7.3.	Luotettavuus	24
8.	Lähteet.....	26
8.1.	Painetut	26
8.2.	Sähköiset.....	26
9.	Liitteet	28
10.	Taulukot.....	29
11.	Kuviot	29

1. Johdanto

Kiusaaminen on vakava ja laajalle ulottuva ilmiö. Kiusaamista tapahtuu verkossa (Elo & Lamberg 2018, 49), koulussa ja jopa vapaa-ajalla (Laitinen, Haanpää, Francke & Lahtinen. 2020, 44). Kiusaamista on toiminta, missä korostuu toistuvuus, tietoisuus, vallankäyttö sekä ryhmäilmiö (Elo ym. 2018, 40). Esimerkkejä näistä ovat muun muassa lyöminen, kamppaaminen, nimittely, naurunalaiseksi tekeminen tai perättömien juorujen levittäminen (Pörhölä 2008). Jos kiusaaminen on vakavaa tai pitkäkestoista, se voi täyttää jopa rikoksen tunnusmerkit. Tällaista toimintaa ovat esimerkiksi kunnianloukkaus tai pahoinpitely. (Laitinen ym. 2020, 46.) Tuoreimmassa kouluterveyskyselyssä 4. ja 5. luokan oppilaista 7,9 % kertoi kokevansa koulu-kiusaamista vähintään kerran viikossa. Perusopetuksen 8. ja 9. luokilla vastaava luku oli 6,0 %, lukion 1. ja 2. vuositasolla vain 1,1 % ja ammatillisessa oppilaitoksessa luku oli 2,9 %. (THL 2021a.) Tästä voidaan päätellä, että kiusaamista tapahtuu hyvin monissa ikäryhmissä, eniten kuitenkin perusopetuksessa.

Sosiaalisilla ja emotionaalisilla taidoilla on suuri merkitys lasten ja nuorten ystävyysuhteiden muodostumisessa, sekä muiden kanssa toimeen tulemisessa. Kun lapset saavat ohjatusti harjoitella itsensä ilmaisemisen, ystävystymisen, ryhmään kuulumisen ja muiden huomioimisen taitoja, kehittyvät lapsen sosiaaliset ja emotionaaliset taidot. (Kirves & Stoor-Grenner 2021, 24.) Sosiaalisia taitoja ovat yhteistyö- ja vuorovaikutustaidot, joita ovat muun muassa omien mielipiteiden ilmaiseminen, kuunteleminen ja kyky huomioida eri näkökulmia (Teko 2021). Emotionaalisia taitoja ovat omien tunteiden havainnointi ja ymmärtäminen, sekä kyky tulkita toisen tunteita (Kirves ym. 2021).

Omien sekä toisten tunteiden tunnistaminen ja havainnointi kehittyvät lapsuudessa mentalisaation ansiosta. Mentalisaatiokyky tarkoittaa omien sekä toisen tunteiden ja näkökulmien ymmärtämistä. (Larmo 2010.) Mentalisaatiokyvyn ansiosta ihminen kykenee säätelemään omia tunteitaan, luomaan kestäviä ihmissuhteita sekä ylläpitämään kommunikaatiotaitojaan. (Pajulo, Salo & Pyykkönen 2015).

Opinnäytetyö toteutettiin yhdessä Laurean toteuttaman kiusaamisen vastaisen hankkeen kanssa. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää mentalisaatioteoriaan perustuvaan, kiusaamista ehkäisevään koulutukseen osallistuneiden tyytyväisyyttä koulutuksen sisältöön. Tavoitteena oli tuottaa koulutuksen onnistumisesta tietoa, jonka avulla koulutusta voidaan edelleen kehittää.

2. Teoreettinen tausta

2.1 Mentalisaatio

Mentalisaatiolla tarkoitetaan kykyä pitää mielessä sekä oma, että toisen mieli (Larmo 2010). Se on siis kykyä ja halua nähdä asioissa toisen osapuolen näkökulma ja kokemus, sekä kyky pohtia mahdollisia tunteita ja ajatuksia, joita ulospäin näkyvän reaktion takana on (Pajulo ym. 2015). Mentalisaatiokyvyn ansioista ihminen kykenee ennakoimaan omia ja toisen henkilön reaktioita, sekä säätelemään omia tunteitaan erilaisissa tilanteissa (Larmo 2010). Hyvällä mentalisaatiokyvyllä voidaan vähentää stressiä ja traumoja, joita konfliktitilanteet voivat aiheuttaa. Tämä johtuu siitä, että mentalisaation avulla ihminen kykenee halutessaan pysähtymään ja pohtimaan tilannetta toisen ihmisen näkökulmasta, joka puolestaan voi estää konfliktitilanteiden syntymistä. (Pajulo ym. 2015.)

Mentalisaatio jakautuu tiedostettuun, eli eksplisiittiseen, ja tiedostamattomaan, eli implisiittiseen, mielentilojen pohdintaan. Ihminen käyttää näitä molempia kaikissa vuorovaikutustilanteissaan. Tiedostettua kokemusten pohdintaa käytetään erityisesti sellaisten tilanteiden yhteydessä, jotka tulevat yllättävästi eteen tai ne ovat jollakin tapaa ongelmallisia. (Pajulo ym. 2015.)

Mentalisaatiokyvyn kehittymiselle on tärkeää jo varhaisvaiheen vuorovaikutuskokemukset, mutta sitä voidaan vahvistaa vielä myöhemminkin hyvillä ihmissuhteilla, sekä tähän ohjatuilla hoidoilla (Pajulo ym. 2015). Ihmisen mieli kehittyy suhteessa toisen mieleen, kaikissa ihmissuhteissa, läpi elämän. Lapsen mieli esimerkiksi kehittyy suhteessa kasvattajansa mieleen, ja ystävän mieli suhteessa ystävän mieleen. Näiden ihmissuhteiden ja kohtaamisten kautta ihminen oppii ymmärtämään omaa mieltään ja sen sisältöä, sekä toisten mieltä. Vuorovaikutussuhteet parantuvat, kun oppii ymmärtämään toisen mielen samalla tavalla, kuin mielen omaava henkilö tulkitsee oman mielensä. (Laitinen ym. 2017, 10.) Vanhemman kyky mentalisaatioon, tukee lapsen mentalisaatiokyvyn kehittymistä. Kun vanhemman mentalisaatiokyky on riittävä, kykenee vanhempi näkemään lapsensa itsensä ulkopuolisena subjektina, jolla on omat halut sekä uskomukset. Tällöin vanhempi pystyy eläytymään lapsensa mieleen, jolloin vanhemman on mahdollista vastata lapsen antamiin ruumiillisiin viesteihin sekä tunneviesteihin riittävän oikein. Tämän ansiosta lapsen mieleen jää kokemus vanhemman ymmärtävästä asenteesta lapsen tunnekokemuksen yhteydessä. Vanhemman mieleen kehittyy kuva lapsen mielestä, tarpeista ja kokemuksista, jotka lapsi sitten vähitellen omaksuu itselleen. Tämä edistää lapsen kykyä oppia omien tunnetilojen säätelyä. (Laitinen ym. 2017, 11-16.)

Tutkimusten mukaan jo vauvoilla on todettu olevan valmiuksia mentalisaatioon, ja noin 7-vuotiaana mentalisaatiokyky on täysin kehittynyt (Teräsahjo 2015). Vauva saattaa alkaa etsimään muiden ihmisten merkkejä tunneilmaisista, jotta ymmärtäisi kuinka eri tilanteissa reagoidaan. Yhdeksän kuukauden ikäisenä vauva alkaa käsittämään, että aikuinen ei pysty

ymmärtämään hänen halujaan ja aikeitaan automaattisesti. Vuoden ikäinen lapsi ottaa avukseen sanahahmot, jotta kykenee ilmaisemaan omat aikomuksensa helpommin. Lapsi osaa myös jo tehdä loogisia päätelmiä, siitä mihin jokin ihmisen toiminta pyrkii. 2-3-vuotiaana lapsi kykenee käyttämään mielikuvitusta, eikä havainnointi ole enää pelkästään ulkoisiin teki-jöihin pohjautuvaa. Tässä iässä lapsen tunnesanasto laajenee, ja lapsi kykenee myös käyttämään tunnetilan esittämistä hyväkseen, kun haluaa jotakin. (Pajulo ym. 2015.)

Noin 4-vuoden iässä, lapsella alkaa kehittymään varsinainen mentalisaatiokyky. Tällöin lapsella alkaa olla ymmärrystä siitä, että jokaisen ihmisen käyttäytymisen taustalla on yksilöllinen ajatus ja kokemus. Lapsi myös ymmärtää, että ulospäin näkyvän reaktion takana, voi olla jokin muu tunne, mikä ei näy sillä hetkellä. (Pajulo ym. 2015.) 4-6-vuotias kykenee jo tiedolliseen mentalisointiin. Tämä tarkoittaa sitä, että jos lapsi luo itselleen väärän uskomuksen jostakin asiasta, kykenee hän sanoin selittämään syyt, jotka mahdollisesti johtivat väärään tulkintaan. (Frith & Frith 2003.) Kouluikäinen alkaa jo ymmärtämään miten itse ilmaisemat tunteet vaikuttavat toisiin, ja miten toisten tunteet vaikuttavat itseän. Mitä enemmän lapsen ymmärrys tunteiden ilmaisusta vahvistuu, sitä toimivammaksi omien tunteiden säätely muuttuu. Tämän johdosta lapsen impulsiivinen käyttäytyminen vähenee. Kouluikäisellä on kehittynyt jo sosiaalisten tilanteiden tulkitsemisen taito, mikä tarkoittaa sitä, että lapsi osaa hahmottaa miten ja kenelle omia tunteitaan on kannattavaa ilmaista. (Pajulo ym. 2015.)

Nuoruusiässä mentalisaatiokyvyn kehittyminen on haastavaa. Murrosikäisessä nuoressa pienetkin ympäristöstä tulevat ärsykkeet voivat aiheuttaa isonkin tunnereaktion, ja tunteiden hallinta on vaikeampaa. Koska tässä iässä omien tunteiden hallinta on hankalaa, on myös muiden tunteiden ja kokemusten ymmärtäminen vaikeaa. (Pajulo ym. 2015.)

Mentalisaation kehittymisen esteenä on turvaton ja väkivaltainen lapsuus, jossa vanhemmat eivät kykene kuvittelemaan ja hahmottamaan lapsen maailmaa. Tällaisessa tilanteessa vanhemmat usein pitävät lapsen maailmaa vieraana, tai jopa pelottavana. Väkivaltaisten vanhempien lapsi saattaa tiedostamattaan luopua mentalisaatiosta, koska lapsi yrittää suojata itseään siltä pelolta, jonka ajatus vanhempien väkivaltaisista aikeista voi herättää. Tämä toimintamalli kuitenkin altistaa lasta jopa enemmän väkivallalle, sillä puuttuvan mentalisaatiokyvyn vuoksi, lapsi ei kykene ennakoimaan vanhempiensa aikeita, jolloin niiltä suojautuminen on mahdotonta. (Laitinen ym. 2017, 19.)

Vanhemman mentalisaatiokyvyn puute tai psyykinen sairaus, voi olla lapsen mentalisaatiokyvyn kehityksen esteenä. Nämä tekijät voivat estää vanhempaa näkemästä ja tunnistamasta lapsen omaa mieltä. Tällöin lapselle ei synny sellaisia kokemuksia, jotka tukisivat lapsen ymmärrystä niin omasta, kuin muiden mielestä. (Laitinen ym. 2017, 19.) Puutteellinen mentalisaatiokyky syntyy usein siitä, kun vanhemmat eivät ole kyenneet eläytymään lapsen mieleen, jolloin lapsi ei opi tunnistamaan ja säätelämään omia tunteitaan. (Larmo 2010).

Puutteellisella mentalisaatiokyvyllä on todettu olevan yhteys vakaviin varhaisiin traumakoemuksiin, ihmissuhdeongelmiin, psyykkisiin häiriöihin, sekä päihteiden käytön ongelmiin (Pajulo ym. 2015). Puutteellinen mentalisaatiokyky tekee elämästä arvaamatonta ja hallitsematonta (Laitinen ym. 2017).

2.1. Kiusaaminen

Kiusaaminen voidaan määritellä toiminnaksi, jossa korostuu toistuvuus, tietoisuus, vallankäyttö sekä ryhmäilmiö (Elo ym. 2018, 40). Kiusaamista esiintyy kaikissa ikäryhmissä ja sitä voidaan nimittää myös henkiseksi väkivallaksi. Vaikka kiusaaminen on henkistä väkivaltaa, voi sillä olla myös fyysistä vahinkoa aiheuttavat tarkoitukselliset perätyöt. Kiusaamista on kaikki toiseen henkilöön kohdistuvat aggressiot, oli se sitten verbaalista, eleellistä, henkistä tai fyysistä. Aggressioilla tarkoitetaan vihamielistä tekoa, hyökkäystä tai ajatusta, jonka kohteena on toinen henkilö. (Amnell 1992.) Kiusaaminen voi olla niin sanottua suoraa tai epäsuoraa kiusaamista. Suoraa kiusaamista ovat erilaiset fyysiset teot kuten töniminen, lyöminen, kamppaaminen, kaataminen tai muut toiminta, joka aiheuttaa vahinkoa uhrin omaisuudelle tai esimerkiksi koulutöille. Verbaalista suoraa kiusaamista ovat puolestaan esimerkiksi nimittely tai kiusatun naurunalaiseksi tekeminen. Kiusaaminen voidaan jakaa vielä epäsuoraan kiusaamisen muotoon, jota ovat esimerkiksi vahingollisten juorujen tai perättömien juttujen levittäminen. (Pörhölä 2008.)

2000-luvulla on voimakkaasti yleistynyt verkossa tapahtuvan kiusaamisen muoto (Elo ym. 2018, 49). Verkossa tapahtuvaa kiusaamista on nähtävissä internetissä, sosiaalisessa mediassa eli internetin palveluissa ja sovelluksissa, joissa on yhdistettynä käyttäjien keskinäinen kommunikointi ja sisällöntuotto sekä digitaalisissa peleissä. (Laitinen ym. 2020, 26.) Nettikiusaaminen voidaan määritellä olevan sähköisten kontaktien välityksellä tapahtuvaa joko yksilön tai jonkun ryhmän aggressiivista ja tietoista toimintaa, joka on kohdistettu toistuvasti samaan puolustuskyvyttömään henkilöön (Luoto, Ruotsalainen & Sinkkonen 2019). Perinteisesti kiusaamiseksi on kuvailtu nimittelyä, pilkkaamista sekä syrjintää. Kaikki nämä perinteiset kiusaamisen muodot ovat hyvinkin yleisiä myös verkossa tapahtuvassa kiusaamisessa. Verkossa tapahtuvaa kiusaamista ovat jatkuva viestien, kuvien tai videoiden lähettäminen, yksityisasioiden julkittaminen, kiristäminen, uhkailu, juoruilu, valheellisen tiedon levittäminen, poissulkeminen tai jopa julkinen nolaaminen. (Laitinen ym. 2020, 27.)

Erona perinteisen kiusaamisen ja verkkokiusaamisen välillä on juuri se, että verkossa tapahtuvaa kiusaamista on vaikea paeta, koska sosiaaliseen mediaan on pääsy lähes kaikkialla (Elo ym. 2018, 49). Kiusaamiseen käytetty materiaali, kuten kuvat, videot ja kirjoitukset usein jäävät internetin syvään maailmaan, ja niiden poistaminen voi olla lähes mahdotonta. Lisäksi verkossa tapahtuva kiusaaminen saavuttaa nopeammin suuren yleisön, eikä kiusattu tai edes itse kiusaaja välttämättä enää tiedä, kuinka laajalle jokin materiaali on voinut levitä, ja

kuinka monen ulkopuolisen käyttöön se on joutunut. (Laitinen ym. 2020, 27.) On jopa esitetty, että nimenomaan verkkokiusaaminen voi vaikuttaa nuoreen kasvotusten tapahtuvaa kiusaamista enemmän (Elo ym. 2018, 49). Perinteisestä kiusaamisesta poiketen, verkossa tapahtuvaa kiusaamista on mahdollista toteuttaa anonyymisti eli nimettömänä. Tällöin kiusaamiseen on hyvin vaikea puuttua ja tekijöitä saada kiinni. (Laitinen ym. 2020, 27.) Kiusaaminen ilman kiinnijäämisen pelkoa myös madaltaa lasten ja nuorten kynnystä sopimattomaan nettikäyttäytymiseen (Luoto ym. 2019). Suurin ero tai jopa muutos, joka kiusaamisessa on sosiaalisen median ja verkostoitumisen myötä tapahtunut on kuitenkin se, että ennen kiusaaminen saattoi loppua, kun henkilö lähti koulusta kotiin. Nyt kuitenkin pahimmassa tapauksessa kiusaaminen seuraa sosiaalisen median mukana lasta tai nuorta kotiin asti. (Laitinen ym. 2020, 27.)

2.1.1. Lainsäädäntö ja käsitteitä kiusaamisen rajapinnoilla

Koska kiusaamisella voi olla niin monta erilaista muotoa, on sitä ulkopuolisen välillä vaikea tunnistaa. Raja varsinaisen kiusaamisen ja jonkin muun ei-toivotun toiminnan välillä voi olla hyvinkin häilyvä. Kiusaamisen rajapinnoilla olevia käsitteitä ovat muun muassa syrjintä, ostrakismi eli niin sanottu sosiaalinen ulossulkeminen, vihapuhe, seksuaalinen häirintä sekä sukupuoleen perustuva häirintä. (Laitinen ym. 2020, 9.; Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2021.) Esimerkiksi sosiaalista ulossulkemista tapahtuu usein luokkahuoneessa opettajan huomaamatta. Tällaista toimintaa voi olla katseen tai keskusteluyritysten sivuuttaminen, selän kääntäminen tai yhteisestä tekemisestä poissulkeminen. (Laitinen ym. 2020, 9.)

Kiusaaminen ei Suomen laissa ole oma kriminalisoitu tekonsa. Joskus kiusaaminen voi kuitenkin olla niin vakavaa ja pitkäkestoista, että se täyttää jopa rikoksen tunnusmerkit. Kaikki kiusaamiseen osallistuneet henkilöt voivat syyllistyä rikokseen. Näitä ovat kiusaajan rikoskumppani, avunantaja ja yllyttäjä. Esimerkkitalanne tällaisesta tilanteesta on, kun yksi koulun oppilas pitää uhrista kiinni, toinen oppilas lyö uhrin ja kolmas oppilas yllyttää kiusaajia jatkamaan toimintaansa. (Laitinen ym. 2020, 46.)

Rikoksen tunnusmerkit täyttävää toimintaa voivat olla kunnianloukkaus, yksityiselämää loukkaavan tiedon levittäminen, laiton uhkaus, pahoinpitely tai vainoaminen (Laitinen ym. 2020, 20-21). Esimerkiksi vainoamisen tunnusmerkit kiusaamistilanteessa voivat täytyä sillä, että kiusaaja seuraa kiusattua koulupäivän jälkeen tai koulumatkalla (Laitinen ym. 2020, 20).

2.1.2. Kiusaaminen tilastoina

THL on kerännyt tilastoja kouluterveyskyselyn avulla jo vuodesta 1996. Kouluterveyskyselyillä saadaan kattavaa tietoa lasten ja nuorten hyvinvoinnista. Tuloksia voidaan hyödyntää niin yksilön, yhteisön kuin myös yhteiskunnan näkökulmasta. Oppilaitoksissa kouluterveyskyselyllä saatua tietoa käytetään koulu yhteisön hyvinvoinnin edistämiseen, opiskeluhoultotyöhön sekä

terveystiedon opetuksessa. Kunnat puolestaan hyödyntävät kerättyä tietoa hyvinvointijohtamisessa, kuten esimerkiksi laadittaessa hyvinvointistrategiaa tai lastensuojelusuunnitelmaa. Valtakunnan tasolta tarkasteltaessa tuloksia käytetään muun muassa politiikkaohjelmien, sekä erilaisten lakien toimeenpanossa ja seurannassa. (THL 2021a.)

Tuoreessa kyselyssä yksinäisyyttä koki 4,0 % lapsista. Suurin osa (77,2 %) ilmoitti pitävänsä koulunkäynnistä, mutta siitä huolimatta vain hieman yli puolet (51,2 %) kertoi uskaltavansa ilmaista mielipiteensä luokassa. Syksyllä 2021 julkaistuissa tuloksista käy ilmi myös se, että vastanneista koulukiusaamista vähintään kerran viikossa koki 7,9 % prosenttia - tytöt (8,0 %) useammin kuin pojat (7,8 %). Lisäksi pieni osa (4,0 %) lapsista ilmoitti, ettei tunne olevansa tärkeä osa koulu- tai luokkayhteisöä. (THL 2021b.)

Kouluterveyskysely järjestettiin myös perusopetuksen 8. ja 9. luokan, lukion 1. ja 2. vuosikurssin sekä ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoille. Kyselyyn vastanneista opiskelijoista 15-17 % koki yksinäisyyttä. Perusopetuksen oppilaista 6,0 %, lukio-opiskelijoista 1,1 % ja ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista 2,9 % kertoi olevansa koulukiusattuna vähintään kerran viikossa. (THL 2021c.)

2.1.3. Kiusaamisen seuraukset

Kiusaamisen seuraukset voivat olla välittömiä tai pitkäaikaisia. Ajan saatossa kiusaamisen välittömistä vaikutuksista on tehty lukuisia tutkimuksia, ja näistä on voitu todeta kiusaamisen aiheuttavan lapselle masentuneisuutta, ahdistuneisuutta, huonoa itsetuntoa, yksinäisyyttä sekä kielteisen minäkuvan muodostumista. (Pärssinen 2006, 36.) Tähän päivään mennessä yleistynyt nettikiusaaminen, yhdessä perinteisen kasvokkain tapahtuvan kiusaamisen kanssa, on liitetty psykosomaattisten ongelmien, mielenterveysongelmien sekä koulupoissaolojen taustalle (Arnarsson, Nygren & Nyholm 2020). Kiusaamisen seuraukset voivat olla hyvinkin vakavia ja ne saattavat vaikuttaa kiusattuun hänen lopun elämänsä ajan (Annala 2017, 35). Joissain tapauksissa kiusattu voi joutua muuttamaan jopa toiselle paikkakunnalle kiusaamisen vuoksi. Jotkut kiusatuksi joutuneista tarvitsevat ammattiapua, kuten terapiaa tai psykologikäyntejä selviytyäkseen kiusaamisesta (Viita-aho 2012).

Kiusatuksi joutuminen usein vahingoittaa lapsen tai nuoren vertaissuhteita sekä hänen suhtautumistaan vertaisiinsa, mikä on vakava riski hänen psykososiaaliselle hyvinvoinnilleen. Ongelmat vertaissuhteissa voivat heikentää lapsen tai nuoren opiskelutaitoa sekä -motivaatiota, millä puolestaan voi olla kauaskantoisiakin vaikutuksia. Nämä seikat voivat johtaa myöhemässä vaiheessa myös sosiaaliseen ja yhteiskunnalliseen syrjäytymiseen. (Pörhölä 2008.) Kiusatut oppilaat kärsivät lisäksi henkisen hyvinvoinnin ja mielialan ongelmista, joita voivat olla esimerkiksi itsetunnon aleneminen, masentuneisuus, itsetuhoiset ajatukset tai teot sekä ahdistuneisuus (Knuutinen 2018, 18-22).

Psyykkisten ongelmien lisäksi kiusaamisella voi olla vaikutuksia myös kiusatuksi joutuneiden fyysiseen terveyteen. Kiusaaminen voi näyttäytyä esimerkiksi psykosomaattisina oireina. (Pörhölä 2008.) Psykosomaattisilla oireilla tarkoitetaan psyykkisen kuormituksen ilmenemistä fyysisinä oireina, kuten pää- ja vatsakipuna, kun oireille ole muuta somaattista selitystä (Mielen-terveystalo 2022). Joidenkin tutkimusten mukaan kiusaaminen voi aiheuttaa itse kiusaajalle vakavampia seurauksia kuin kiusatulle (Annala 2017, 34). Toisia kiusaavilla lapsilla on havaittu samankaltaisia psyykkisen hyvinvoinnin haasteita kuin kiusatuillakin, kuten masentuneisuutta, ahdistuneisuutta sekä itsetuhoisia ajatuksia. On havaittu, että miespuolisilla kiusaajilla näitä ongelmia esiintyy usein vielä nuorena aikuisenakin. (Pörhölä 2008.) Lisäksi on huomattu, että toisia kiusanneet käyttäytyvät teini-iässä muita aggressiivisemmin seurustelusuhteissa. Armeijaikäisillä muita lapsena kiusanneilla miehillä on myös havaittu enemmän antisosiaalisia persoonallisuushäiriöitä sekä päihteiden väärinkäyttöä. On myös todettu, että he ajautuvat muita herkemmin nuorisorikollisuuteen ja päätyvät myös jossain vaiheessa elämässään oikeuden eteen. Tutkimukset ovat siis osoittaneet, että kiusaajat käyttäytyvät kiusatuksi joutuneita tuhoisammin ympärillään olevia ihmisiä sekä yhteiskuntaa kohtaan. (Pörhölä 2008.)

2.1.4. Puutteellisen mentalisaatiokyvyn yhteys kiusaamiseen

Alhaisen mentalisaatiokyvyn on esitetty olevan yhteydessä lasten käyttäytymishäiriöihin. Kun mentalisaatiokyky on vajaavainen, vaikeuttaa se muiden sekä oman itsensä ymmärtämistä. (Peditzi, Fadda & Skoler 2022a.) Väkivaltainen käytös saattaa olla seurausta kyvyttömyydestä mentalisaatioon. Kiusaaja ei kykene empatiaan, koska hän ei ole tietoinen uhrinsa tunteista. Kiusaaja saattaa usein ajatella, että uhri on ansainnut hyökkäyksen eikä näin ymmärrä toimintansa emotionaalisia seurauksia. Toisaalta on myös esitetty ajatus siitä, että kiusaajat käyttäisivät nimenomaan mentalisaatiota saadakseen itselleen henkilökohtaisia etuja. Tämän teorian mukaan kiusaajat olisivat niin kutsuttuja sosiaalisen manipulaation asiantuntijoita. (Peditzi, Fadda, Skoler & Lucarelli 2022b.)

Valintaan kiusata toista, voi vaikuttaa myös kiusaajan oma kokema viha (Peditzi ym. 2022b). Kun on tutkittu kiusaajien perheitä, on voitu todeta, että esimerkiksi perheväkivalta, perhekonfliktit, emotionaalinen manipulointi, pakottaminen ja arvaamattomuus, voivat edesauttaa muun muassa lapsen impulsiivisuutta. Tämän vuoksi kiusaajat käyttävät usein nimenomaan vihaa tavoitteidensa saavuttamiseksi. Uhrien perheitä tutkittaessa on puolestaan havaittu ylisuojelevaisuutta sekä alhaista konfliktitasoa. Tämä voi kehittää muun muassa perheriippuvuutta, ulkomaailman pelkoa, sosiaalista eristäytymistä sekä ikätovereihin liittyviä hankaluuksia. Mentalisaatio on keskeisimpiä tekijöitä onnistuneeseen vuorovaikutukseen. Onkin ajateltu, että kiusaajilta ja uhreilta saattaa puuttua kyky mentalisoida tunteita, kuten esimerkiksi vihaa ja onnea. (Peditzi ym. 2022a.)

3. Työelämäkumppani

Opinnäytetyön yhteistyökumppanina toimi Laurea-ammattikorkeakoulu sekä Laurean mentalisaatioteoriaan perustuva, kiusaamista ehkäisevä koulutus. Laurea on korkeakoulu, joka toimii kuudella kampuksella Uudellamaalla. Kampuksilla opiskelee yhteensä 7 800 opiskelijaa, ja työskentelee noin 600 työntekijää. Laureassa on mahdollista opiskella sosiaali- ja terveysalaa, liiketaloutta, ja ravitsemus-, matkailu- sekä talousalaa. (Laurea-ammattikorkeakoulu 2021a.)

Laurean mentalisaatioteoriaan perustuvan, kiusaamista ehkäisevän koulutuksen kohderyhmänä ovat esiopetuksessa, peruskouluissa sekä toisella asteella työskentelevä opetustoimen alainen henkilöstö, kuten esimerkiksi lastenhoitajat, opettajat, ohjaajat, koulunkäyntiavustajat, kuraattorit sekä psykologit. Toteutus on yhden opintopisteen laajuinen. Koska hanke on Opetushallituksen rahoittama, on se osallistujille maksuton. Jokainen toteutus on jaettu kahden koulutuspäivään. Hankkeen tavoitteena on antaa ammattilaisille työvälineitä kiusaamisen ehkäisyyn sekä vähentämiseen. Tarkoituksena on tarjota keinoja, joilla voi lisätä yksilön tai yhteisön mentalisaatiokykyä, sekä edistää mielen hyvinvointia. Osallistujat pääsevät tarkastelemaan myös omaa mentalisaatiokykyään toteutuksen aikana. (Laurea-ammattikorkeakoulu 2021b.)

4. Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää mentalisaatioteoriaan perustuvaan kiusaamista ehkäisevään koulutukseen osallistuneiden tyytyväisyyttä koulutuksen sisältöön. Tavoitteena oli tuottaa koulutuksen onnistumisesta tietoa, jonka avulla koulutusta voidaan edelleen kehittää. Tutkimuskysymys oli ”Millaisena koulutukseen osallistujat kokivat koulutuksen sisällön?”.

5. Menetelmälliset valinnat

5.1. Laadullinen tutkimus

Kyseessä oli tutkimuksellinen opinnäytetyö, johon valikoitui tutkimusmenetelmäksi kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa aineistona käytetään empiirisiä aineistoja, joita ovat esimerkiksi tekstit, keskustelut, haastattelut, kuvat ja erilaiset tilat. Tästä käytetään myös nimitystä aineiston suosiminen. (Juhila 2021.)

Kohteena laadullisessa tutkimuksessa on aina ajatteleva sekä toimiva ihminen (Aira 2005, 1075). Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä onkin vakiintunut menetelmä hoito- ja ihmistieteissä. Siinä tutkitaan ihmisten kokemuksia, käsityksiä, tulkintoja tai motivaatiota.

Laadullisessa tutkimuksessa tutkimusaineistosta on tavoitteena löytää toimintatapoja, samantyyppisiä tai eroja. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013. 65-66.) Laadullisen tutkimuksen tarkoituksena ei ole siis luoda tilastollisia yleistyksiä, vaan sen sijaan sen tarkoituksena on kyetä kuvaamaan jotakin ilmiötä tai antaa tälle jokin teoreettinen tulkinta, tai ymmärtämään jotakin toimintaa. Tämän vuoksi laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää, että henkilöt, joilta kerätään tietoa tutkimukseen, tietävät tutkittavasta ilmiöstä ja että heillä on kokemusta kyseisestä aiheesta. Laadulliseen tutkimukseen ei siis voida valita osallistujia sattumanvaraisesti, vaan he ovat tarkoin valikoituja ja kyseiseen tutkimukseen sopivia. Laadullisissa tutkimuksissa aineistokoot ovat useimmiten pienempiä kuin määrällisissä tutkimuksissa (Tuomi & Sarajärvi 2018. 98.)

5.2. Aineistonkeruumenetelmä

Tutkimusaineisto kerättiin sähköisen kyselylomakkeen avulla, joka luotiin Microsoft forms-palvelussa. Tämä aineistonkeruumenetelmä valikoitui sen vuoksi, että toteutuskerta, jonka osallistujilta palautetta kerättiin, oli verkkototeutettu.

Kun tutkimuksessa halutaan tietää mitä ihminen ajattelee, on kyselyn avulla helppo selvittää se. Kysely menettelytapana tarkoittaa sitä, että tutkimuksen osallistujat vastaavat heille valmiiksi esitettyyn kyselylomakkeeseen, joko yksin kotona tai ryhmässä. (Tuomi ym. 2018. 84-85.) Aineistonkeruumenetelmän ollessa kyselylomake, on muutamiin asioihin sen laatimisessa kiinnitettävä huomiota. Kyselyn onnistumisen edellytyksenä on tutkijan kyky ottaa huomioon vastaajien aika, halu sekä taidot. Kyselylomakkeen ulkoasussa on otettava huomioon sen kohtuullinen pituus sekä selkeys. Mikäli kysely on liian pitkä, voi se karkottaa vastaajien vastamishalun. Internet-kyselyiden vastaamiseen käytetyn ajan ei tulisi ylittää 15-20 minuuttia. Kyselyn kysymykset tulisi myös erottaa toisistaan selkeästi, kuten esimerkiksi laatikoimalla tai viivoin. (Tietoarkisto 2022.)

Microsoft forms-palvelussa jo olevat ja sinne uutena lisättävät tiedot salataan. Palvelun käyttäjä hallinnoi itse omia tietojaan. Microsoft ei anna suoraa pääsyä asiakastietoihin edes viranomaisille, ellei asiakas ole siihen itse lupaa antanut tai jos sitä ei laissa vaadita. Tämän vuoksi kaikki asiakastietojen luovutusta koskevat pyynnöt tarkistetaan huolellisesti, jotta ne ovat lainvoimaisia ja asianmukaisia. (Microsoft 2022.)

Aineisto tutkimukseen kerättiin maaliskuussa 2022. Aineiston keruuseen käyttämän kyselylomakkeen kysymykset ovat esiteltyinä liitteessä 1.

5.3. Aineiston analyysi

Aineiston keräämisen jälkeen se analysoitiin sisällönanalyysin keinoin. Sisällönanalyysissa aineisto eritellään, ja siitä etsitään yhtäläisyyksiä sekä eroavaisuuksia (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2021a). Tavoitteena sisällönanalyysissa on kuvailla aineiston sisältöä sanallisesti, eli kerätystä aineistosta muodostetaan tiivistelmä, joka kuitenkin antaa laajan kuvan tutkittavasta ilmiöstä (Kankkunen ym. 2013, 166). Sisällönanalyysiin kelpaavien dokumenttien kirjo on hyvin laaja, ja näitä voivat olla esimerkiksi kirjat, haastattelut, raportit, dialogit, sekä melkein mitkä tahansa kirjoitetussa muodossa olevat dokumentit (Tuomi ym. 2018, 117).

Aineiston analyysin keinoksi valikoitui sisällönanalyysi, sillä se on perusanalyysimenetelmä kvalitatiivista tutkimusta tehdessä. Sisällönanalyysillä voidaan samanaikaisesti kuvata sekä analysoida aineistoa. (Kankkunen ym. 2013, 165-166.) Koska tutkimuksen kysymykset olivat avoimessa muodossa, on valmiiden viitekehysten käyttäminen mahdotonta. Tämän vuoksi menetelmäksi valikoitui nimenomaan induktiivinen sisällönanalyysi, jossa aineisto pelkistetään, ryhmitellään ja käsitteellistetään. Induktiivisessa sisällönanalyysissä viitekehys kategorioineen nousee aineistosta. (Kankkunen ym. 2013, 165-166.)

5.4. Sisällönanalyysin toteutus

Sisällönanalyysin tekeminen aloitettiin etsimällä kerätystä aineistosta alkuperäisilmaukset, jotka vastasivat tutkimuskysymykseen. Alkuperäisilmaukset, jotka eivät vastanneet tutkimuskysymykseen, jäivät raportista pois, sillä ne eivät olleet tutkimuksen kannalta oleellisia. Valitut alkuperäisilmaukset kerättiin yhteen ja otettiin erilleen muusta aineistosta. (Tuomi ym. 2018, 104.) Seuraavaksi alkuperäisilmaukset pelkistettiin eli redusointiin. Pelkistetyt ilmaukset sisälsivät tiivistetysti alkuperäisilmausten sisällön, kuitenkin niin, että alkuperäisilmausten sisältämää dataa ei muutettu. Osasta alkuperäisilmauksista löytyi useampia pelkistettyjä ilmauksia. Kun aineisto oli redusoitu, seurasi siitä aineiston klusterointi eli ryhmittely. Klusteroinnissa pelkistetyistä ilmauksista etsittiin yhteneväisyyksiä ja eroavaisuuksia. Yhteneväiset ilmaukset ryhmiteltiin, jolloin ne muodostivat alaluokkia. Jokainen alaluokka nimettiin sen sisältöä kuvaavalla otsikolla. Kun kaikista pelkistetyistä ilmauksista oli muodostettu alaluokat, alettiin alaluokkia yhdistelemään niin, että saman tyyppiset alaluokat muodostivat yläluokan. (Tuomi ym. 2018, 122-125.) Taulukossa 1 esitellään esimerkki sisällönanalyysin toteuttamisesta.

Alkuperäisilmaus	Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka
"Selkeä rakenne ja osallistava ryhmätöiden avulla."	Selkeä rakenne ja ryhmätyöt osallistavia.	Positiivinen kokemus ryhmätöistä	Ryhmätyöpainotteinen koulutus
"Tykkäsin myös, että koulutuksessa oli keskustelutehtäviä."	Tyytyväisyys ryhmätehtäviin.		
"Tiedon yhdistämisestä käytäntöön. Sopivasti ryhmätöitä. Eri alat huomioitiin."	Ryhmätöitä sopivasti. Tyytyväisyys tiedon yhdistämisestä käytäntöön.		
Pari- ja ryhmätyöskentelyyn/keskusteluihin."	Tyytyväisyys ryhmätyöskentelyihin.		
"...Aikaa käytettiin mielestäni aivan liikaa pienryhmäkeskusteluihin ja -tehtäviin, jotka toki ovat tärkeitä mutta tuntuivat nyt siltä, että jaettiin vaan omia kokemuksia enkä hakenut sitä koulutukselta. Lisäksi tehtäviä oli niin tiuhaan, että rakenne kärsi."	Liikaa aikaa kului ryhmätehtäviin.	Negatiivinen kokemus ryhmätöistä	
"... ja aika meni moniin pieniin pari/ryhmä tehtäviin, jotka eivät välttämättä antaneet paljoakaan työhön lasten kanssa."	Aikaa kului liikaa ryhmätehtäviin.		

Taulukko 1: Sisällönanalyysin toteuttaminen.

6. Tulokset

6.1. Kohderyhmä

Tutkimuksen kohderyhmänä olivat varhaiskasvatuksen sekä alakoulun henkilöstö, jotka osallistuivat Laurean mentalisaatioteoriaan perustuvaan, kiusaamista ehkäisevään koulutukseen. Osallistujia oli yhteensä 26, ja heistä 11 vastasi kyselyyn.

Kyselyyn vastanneiden ikähaarukka oli 27-61 vuotta. Heistä seitsemän kertoi työskentelevänsä varhaiskasvatuksessa ja neljä ilmoitti työskentelevänsä alakoulussa. Edellä mainituista neljästä kaksi mainitsi vastauksissaan opettavansa alakoulun lisäksi myös yläkoulussa. Osallistujien työkokemuksen keskiarvo alalta oli 11,5 vuotta.

6.2. Teoriatietoa lisäävä koulutus

Yläluokan teoriatietoa lisäävän koulutuksen alle muodostui kolme alaluokkaa. Kuviossa 1 esiteltynä, miten osallistujat kokivat koulutuksen lisäävän teoriatietoa.



Kuvio 1: Osallistujien näkemyksistä muodostuneet alaluokat teoriatietoa lisäävästä koulutuksesta.

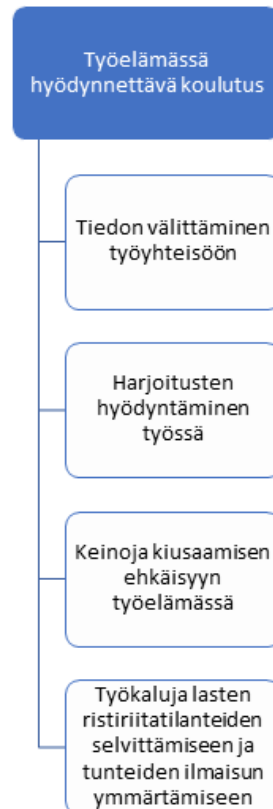
Osallistujat olivat tyytyväisiä koulutuksen luentoihin. Koulutuspäivinä annettiin käytännön vinkkejä kiusaamistilanteisiin, joita pidettiin hyödyllisinä.

Mentalisaatio -termin sisältö oli monelle osallistujalle jo tuttu. Koulutuksen koettiin antavan jo sisällöltään tutulle käsitteelle teoreettisen termin.

”Koen jo käyttäväni mentalisaatiota työssäni ja kiusaamisen ehkäisemisessä, mutta koulutus antoi teoreettisen termin toiminnalleni.”

6.3. Työelämässä hyödynnettävä koulutus

Aineistosta neljä alaluokkaa muodosti yläluokan nimeltä työelämässä hyödynnettävä koulutus. Kuvio 2 havainnollistaa näitä neljää alaluokkaa.



Kuvio 2: Osallistujien näkemyksistä muodostuneet alaluokat työelämässä hyödynnettävästä koulutuksesta.

Osallistujat aikoivat jakaa koulutuksesta saamiaan oppeja myös omassa työyhteisössään. Koulutuspäivistä jääneet kirjalliset materiaalit koettiin hyödyllisinä myös tulevaisuudessa. Usea osallistuja kertoi ottavansa opittuja harjoituksia käyttöön työssään lasten tai nuorten kanssa.

”Omaan työkalupakkiin tuli taas lisää hyviä työkaluja. Pystyn hyödyntämään omassa työssäni sekä työyhteisössäni ennaltaehkäisevästi.”

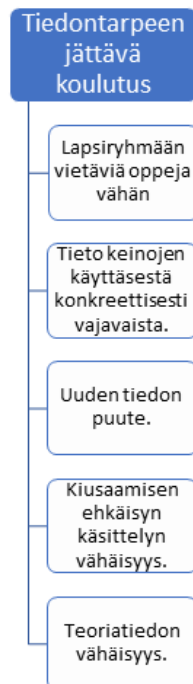
Koulutus herätti osallistujissa ajatuksia myös siinä, miten ammattilaisena toimii, kun lasten välille on syntynyt ristiriitatilanteita. Ristiriitatilanteille sekä lasten tunnekohtauksille aiottiin antaa tulevaisuudessa enemmän aikaa mitä aikaisemmin.

Osallistujat kokivat saaneensa hyödyllisiä vinkkejä kiusaamisen ehkäisyyn ja ryhmädynamiikan vahvistamiseen omista ryhmistään, joissa toimivat opettavina ammattilaisina. Koulutuspäivät toimivat myös kiusaamisen ehkäisystä muistuttavana tekijänä, jolloin koettiin, että tietoinen kiusaamisen ehkäisy lisääntyy osallistujien omassa työssä.

”Hyviä vinkkejä ja ideoita ryhmädynamiikan vahvistamiseen ja kiusaamisen ehkäisemiseen.”

6.4. Tiedontarpeen jättävä koulutus

Yläluokan tiedontarpeen jättävä koulutus alle muodostui viisi alaluokkaa. Alaluokista kooste kuviossa 3.



Kuvio 3: Osallistujien näkemyksistä muodostuneet alaluokat tiedontarpeen jättävästä koulutuksesta.

Lasten parissa työskentelevät osallistujat kokivat, että koulutuksen sisältö ei ollut heille suunnattua. Osallistujat jäivät erityisesti kaipaamaan tehtäviä, joita olisi voinut hyödyntää lapsiryhmässä. Lisäksi kaivattiin tutkittua tietoa, siitä miksi mentalisaation keinojen hyödyntäminen toimii varhaiskasvatuksessa.

“Valitettavasti lapsiryhmään vietävät tehtävät jäivät melko vajanaiseksi.”

Osallistujat kokivat, että koulutuspäivinä olisi voinut nostaa enemmän esille sitä, miten mentalisaation keinoja voisi käyttää erilaisissa haastavissa tilanteissa. Muutenkin konkreettisten keinoja jäätettiin kaipaamaan koulutukselta.

Osa osallistujista koki, että koulutuksen antama informaatio oli jo omien opintojen ajalta tuttua, joten koulutus ei tarjonnut niinkään uutta tietoa.

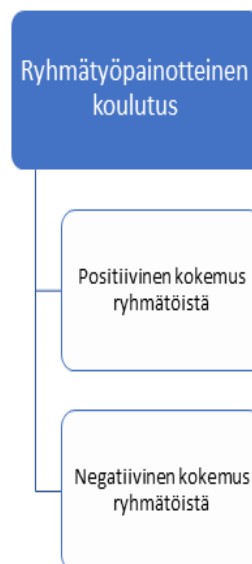
Kiusaamisen ehkäisy -aiheen käsittelyä olisi toivottu enemmän. Osallistujat kokivat, että kiusaamisen ehkäisyä käsiteltiin vain pinnallisesti, vaikka sen olisi pitänyt olla koulutuksen kantava teema.

”Kiusaamisen ennaltaehkäisy jäi todella kapeaksi.”

Yleisesti osallistujat olisivat toivoneen enemmän ja laajemmin teoriatietoa. Lisää tietoa toivottiin koulutuksen molemmista teemoista, eli mentalisaatiosta ja kiusaamisen ehkäisystä, ja siitä kuinka mentalisaation keinoja voidaan käyttää kiusaamista ehkäisevässä työssä.

6.5. Ryhmätyöpainotteinen koulutus

Ryhmätyöpainotteinen koulutus muodostui kahdesta alaluokasta, jotka nousivat aineistosta. Alaluokat on esitelty kuviossa 4.



Kuvio 4: Osallistujien näkemyksistä muodostuneet alaluokat ryhmätyöpainotteisesta koulutuksesta.

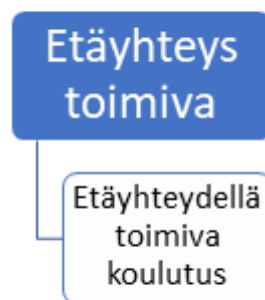
Koulutuksen sisältämät ryhmätyötehtävät jakoivat osallistujien mielipiteitä. Osa osallistujista oli sitä mieltä, että ryhmätyöt olivat sopivan osallistavia ja, että niitä oli sopivasti. Ryhmätöiden koettiin myös yhdistävän tiedon käytäntöön.

Osan osallistujien mielestä ryhmätöihin käytettiin liikaa aikaa ja niiden koettiin rikkovan koulutuksen rakennetta. Ryhmätöiden koettiin keskittyvän siihen, että osallistujat jakoivat omia kokemuksiaan työuraltaan toisille osallistujille, eikä niinkään tuovan uusia oppeja tulevaisuutta ajatellen.

“...Aikaa käytettiin mielestäni aivan liikaa pienryhmäkeskusteluihin ja -tehtäviin, jotka toki ovat tärkeitä mutta tuntuivat nyt siltä, että jaettiin vaan omia kokemuksia enkä hakenut sitä koulutukselta. Lisäksi tehtäviä oli niin tiuhaan, että rakenne kärsi.”

6.6. Etäyhteys toimiva

Toteutus, johon tämä tutkimus kohdistuu, toteutettiin etäyhteydellä. Kerätyn aineiston mukaan etäyhteydellä toteutettu koulutus todettiin toimivaksi osallistujien osalta. Alaluokka esitellään kuviossa 5.



Kuvio 5: Osallistujien näkemyksistä muodostunut alaluokka etäyhteyden toimivuudesta.

7. Pohdinta

7.1. Johtopäätökset

Kyselyn vastausten perusteella koulutuksessa painotus oli keskusteluissa ja erilaisissa ryhmätehtävissä. Useampi koulutukseen osallistuneista olisi kuitenkin toivonut enemmän teoreettista tietoa mentalisaatiosta, ja mentalisaation keinosta kiusaamista ehkäisevässä työssä.

Muiden kokemusten kuulemista pidettiin tärkeänä, mutta niiden ei koettu kuitenkaan antavan koulutukselta odotettuja työkaluja työelämään. Eräs vastaaja olisi toivonut, että keskustelut olisivat enemmän painottuneet siihen, että ryhmässä olisi pohdittu sitä, miten kukin käyttäisi koulutuksessa opittuja mentalisaation keinoja haastavissa tilanteissa. Vastauksen antavat ymmärtää, että koulutuksessa keskityttiin enemmän aikaisempien kokemusten jakamiseen ja analysoimiseen.

Lasten kanssa työskentelevät, eli varhaiskasvatuksen ja alaluokkien opettajat jäivät kaipaamaan enemmän tietoa ja vinkkejä mentalisaation keinojen käyttämisestä ja kiusaamisen ehkäisystä lapsiryhmässä. Heidän joukossaan oli ammattilaisia, jotka eivät kokeneet saavansa koulutuksesta juurikaan lisäantia työhönsä.

Tiivistettynä todetaan, että osallistujat olivat tyytyväisiä ryhmä- ja keskustelutehtäviin, mutta niitä olisi voinut olla vähemmän. Tämän lisäksi vastauksista voidaan selkeästi havaita, että ryhmätehtävien rinnalle olisi kaivattu enemmän teoreettista tietoa, eli luentoja. Koulutus herätti kuitenkin myös positiivista pohdintaa sekä oman toiminnan reflektointia.

Kehitysehdotuksena koulutuksen sisältöön voisi lisätä enemmän sisältöä varhaiskasvatuksessa ja peruskoulun alaluokilla työskentelevälle opetushenkilöstölle, sillä vastauksista nousi esille, että kyseiset ammattilaiset jäivät kaipaamaan koulutukselta enemmän heille suunnattua sisältöä. Koulutuksen kehittämistä ajatellen jatkossa voisi myös mahdollisesti pohtia voisiko ryhmätehtäviä painottaa enemmän siihen, miten osallistujat voisivat tulevaisuudessa hyödyntää koulutuksesta saamiaan oppeja työelämässä. Teoriatiedon puuttuminen oli vastaajien keskuudessa kuitenkin selkein kehittämiskohde jatkokoulutuksia ajatellen.

7.2. Eettisyys

Etiikka tarkoittaa yhtä filosofian osa-alueista, jossa tutkitaan käsityksiä siitä, mikä on oikein ja mikä väärin, mikä on hyvää ja mikä paha. Näiden lisäksi etiikka tutkii myös moraalista toimintaa. Laadulliselle tutkimukselle on ominaista, että erilaiset eettiset kysymykset ovat liitoksissa tutkimuksen kaikkiin vaiheisiin. (Vuori 2021.) Tutkimusta toteuttaessa tulee huomioida eettiset näkökulmat, sekä tuntea tieteen hyvät käytännöt, jotta tutkimustuloksia voidaan pitää luotettavina (Etiikka.fi 2021). Hyvään tieteelliseen käytäntöön (HTK) kuuluvat

rehellisyys, yleinen huolellisuus ja tarkkuus tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa, niiden esittämisessä sekä arvioinnissa (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2021).

Jotta tutkijan oma toiminta on eettistä, tulee hänen olla kiinnostunut uuden tiedon hankkimisesta, ja tutustua aiheeseen syvällisesti, jotta hänen antamansa tiedot ovat varmasti mahdollisimman luotettavia. Tutkimustulokset tulee kertoa rehellisesti, niitä muuttamatta, sekä myös kaikkea muuta vilppiä tulee ehdottomasti välttää. Mikäli on mahdollista, että tutkimus tuottaa jollekin tai joillekin vaaraa tai vahinkoa, tulee tutkimus jättää toteuttamatta tai keskeyttää. Tutkijan tulee aina kunnioittaa ihmisarvoa, ja välttää kenenkään tai minkään ihmisryhmän loukkaamista. Tutkijan tulee itse vaikuttaa mahdollisuuksien mukaan siihen, että tieteellistä tietoa käytetään vain eettisten ohjeiden mukaisesti, ja hänen tulee käyttää toimintatapoja, jotka edistävät tutkimuksen toteutumista. Tutkijoiden tulee suhtautua kollegoihinsa kunnioittavasti, ja tasapuolisesti. (Kankkunen ym. 2013, 211-212.)

Kun tutkimuksen aineisto kerätään kyselylomakkeella, tulee pitää huolta, että vastaajien ei tarvitse huolehtia tietojensa väärinkäytöstä. Kyselyyn osallistuneiden anonymiteetistä tulee pitää huolen kysymysten laadinnassa. (Tietoarkisto 2022.) Tämän tutkimuksen aineistot kerättiin anonymisti, eikä niistä siis voi tunnistaa vastaajaa. Opinnäytetyölle haettiin myös tutkimuslupa, sillä tutkimus kohdistui Laurean järjestämään koulutukseen. Tutkimuksen pelisääntöihin kuuluu, että koetuloksia ei saa väärentää (Clarkeburn & Mustajoki 2017, 51). Tämän vuoksi haastateltavien vastaukset kerrotaan, niiden sisältöä muuttamatta opinnäytetyössä.

7.3. Luotettavuus

Tutkimuksille on tiettyjä normeja ja arvoja, joihin tulisi pyrkiä. Tämän vuoksi tieteellistä tutkimusta toteutettaessa, tulee tehdä luotettavuuden arviointia. (Saaranen-Kauppinen ym. 2021b.) Tutkimuksen luotettavuus voi kärsiä, jos tutkija niin sanotusti sokeutuu omalle tutkimukselleen, ja näin ollen alkaa tekemään virhepäätelmiä. Tällä tarkoitetaan sitä, että tutkija tekee johtopäätöksen, jonka oikeellisuudesta hän vakuuttuu yhä enemmän tutkimuksen edetessä, vaikka johtopäätös olisikin todellisuudessa virheellinen. (Kankkunen ym. 2013, 197.)

Tutkimuksen luotettavuutta arvioidessa korostuu koherenssi, eli tutkimuksen sisäinen johdonmukaisuus. Luotettavuuden arvioinnissa tulee tarkastella tutkimusprosessin julkisuutta, eli sitä kuinka tarkasti tutkija on raportoinut eri tutkimuksen vaiheista. (Tuomi ym. 2018, 163-165.) Tämä lisää tutkimuksen uskottavuutta, ja se tulee toteuttaa niin, että lukija selkeästi ymmärtää miten tutkimuksen analyysi on tehty, sekä mitä mahdollisia heikkouksia ja vahvuuksia tutkimuksessa on (Kankkunen ym. 2013, 198). Tämän lisäksi muiden tutkijoiden tulee arvioida tutkimusprosessia, sekä tutkimuksen toimeksiantajan tulee antaa näkemyksensä siitä, kuinka hyvin tutkimuksen tulokset ja johtopäätökset vastaavat tutkittua aihetta (Tuomi ym. 2018, 163-165). Luotettavuuden arvioinnissa tulee huomioida myös se, kuinka hyvin tutkimus on siirrettävissä. Siirrettävyyden tarkastelulla tarkoitetaan sitä, että kuinka hyvin

tutkimuksen tulokset olisivat siirrettävissä johonkin toiseen kontekstiin. Jotta mahdollisimman hyvä siirrettävyys voidaan taata, tulee tutkijan kiinnittää erityistä huomiota osallistujien valinnan ja heidän taustojen kuvailemiseen, tutkimuskontekstin kuvaukseen, sekä aineiston keruun ja analysoinnin yksityiskohtaiseen kuvaukseen. (Kankkunen ym. 2013, 198.)

Kyselyn kysymyksiä tehdessä arvioitiin, että kun kysymyksiin tuli vastata omin sanoin, muutamalla lauseella tai virkkeellä, olivat haastattelun tulokset luotettavampia kuin esimerkiksi monivalintakysymyksiä tulokset. Jos kysymyksiin olisi annettu valmiit vastausvaihtoehdot, joista vastaaja olisi voinut valita itselleen sopivimman, olisi tutkimuksen luotettavuus voinut kärsiä, sillä tämän kaltaisiin kysymyksiin on yleisesti ottaen helpompi vastata sattumanvaraisesti. Tulosten luotettavuuteen on voinut mahdollisesti vaikuttaa myös vastaajien motivaatio palautteen antamiselle, sekä vastaajien rehellisyys.

8. Lähteet

8.1. Painetut

Ensimmäinen painettu lähde

Clarkeburn, H. & Mustajoki, A. 2007. Tutkijan arkipäivän etiikka. Tampere: Vastapaino.

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. 3. Painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Laitinen, I. & Ollikainen, S. (toim.) 2017. Mentalisaatio - Teoriasta käytäntöön. 2. Painos. Helsinki: Therapie-säätiö.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.

8.2. Sähköiset

Ensimmäinen sähköinen lähde

Aira, M. 2005. Laadullisen tutkimuksen arviointi. Duodecim, 1075. Viitattu 21.10.2022.
<https://www.duodecimlehti.fi/xmedia/duo/duo94977.pdf>

Amnell, G. 1992;108(3):240-. Aggressio ja psyykinen kasvu. Duodecim. Viitattu 23.11.2021.
<https://www.duodecimlehti.fi/duo20051#s1>

Annala, V. 2017. Koulukiusattujen kokemuksia kiusaamisen seurauksista ja selviytymisen poluista. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto, yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Tampere, 34-35. Viitattu 3.2.2022.
<https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/101004/GRADU-1493738550.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Arnarsson, A., Nygren, J., Nyholm, M., Torsheim, T., Augustine, L., Bjereld, Y., Markkanen, I., Schnohr, C., Rasmussen, M., Nielden, L. & Bendtsen, P. 2020. Cyberbullying and traditional bullying among Nordic adolescents and their impact on life satisfaction. Scandinavian Journal of Public Health, 48:502-510. Viitattu 18.3.2022.
<https://journals-sagepub-com.nelli.laurea.fi/doi/pdf/10.1177/1403494818817411>

Elo, S & Lamberg, K. 2018. Kiusaamisen ehkäisy sekä työrauhan edistäminen varhaiskasvatuksessa, esi- ja perusopetuksessa sekä toisella asteella. Loppuraportti. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2018:16. Opetus ja kulttuuriministeriö, 40-49. Viitattu 20.1.2022.
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-562-4>

Etiikka.fi 2021. Tutkimusetiikka. Viitattu. 19.10.2021.
<https://etiikka.fi/tutkimusetiikka/>

Frith, C. & Frith, U. 2003. Development and neurophysiology of mentalizing. Viitattu 17.01.2022.
<https://royalsocietypublishing.org/doi/pdf/10.1098/rstb.2002.1218>

Juhila, K. 2021. Laadullisen tutkimuksen ominaispiirteet. Tietoarkisto. Viitattu 19.11.2021.

<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/mita-on-laadullinen-tutkimus/laadullisen-tutkimuksen-ominaispiirteet/>

Kirves, L. & Stoor-Genner, M. 2021. Kiusaamisen ehkäisy varhaiskasvatuksessa. Mannerheimin lastensuojeluliitto, 24 Viitattu 18.11.2021.

<https://dzmdrerwng2zx.cloudfront.net/prod/2017/08/04185732/Kiusaamisen-ehkaisy-varhaiskasvatuksessa-B5-www.pdf>

Knuutinen, S. 2018. Kiusaamisen jälkiseuraukset - Entisten kiusattujen kokemuksia kiusaamisen pitkäaikaisista vaikutuksista. Pro gradu -tutkielma. Oulun yliopisto, kasvatustieteiden tiedekunta. Oulu, 18-22. Viitattu 3.2.2022. <http://jultika.oulu.fi/files/nbnfioulu-201805101751.pdf>

Laitinen, K., Haanpää, S., Francke, L. & Lahtinen, M. 2020. Kiusaamisen vastainen työ kouluissa ja oppilaitoksissa. Oppaat ja käsikirjat 2020:3a. Opetushallitus, 20-46. Viitattu 11.10.2021. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/kiusaamisen_vastainen_työ_kouluissa_ja_oppilaitoksissa.pdf

Larmo, A. 2010. Mentalisaatio - kyky pitää mieli mielessä. Duodecim. Viitattu 20.9.2021. <https://www.duodecimlehti.fi/duo98674>

Laurea-ammattikorkeakoulu 2021a. Laurea organisaationa. Viitattu 13.10.2021. <https://www.laurea.fi/tietoa-meista/organisaationa/>

Laurea-ammattikorkeakoulu 2021b. Mentalisaatio-osaamista kiusaamisen ehkäisyyn. Viitattu 13.10.2021. <https://www.laurea.fi/koulutus/taydennyskoulutukset/mentalisaatio-osaamista-kiusaamisen-ehkaisyyn/>

Luoto, L., Ruotsalainen, M. & Sinkkonen, H. 2019. Kuudesluokkalaisten käsitykset nettikiusaamisen syistä ja kohteista. E-Erika 2/2019. Viitattu 20.1.2022. <https://journals.helsinki.fi/e-erika/article/view/209/152>

Microsoft 2022. Tietosuojaja: Kyse on yksinomaan sinusta. Viitattu 13.10.2022. <https://www.microsoft.com/fi-fi/trust-center/privacy>

Mielenterveystalo. 2022. Psykosomaattiset häiriöt. Viitattu 3.2.2022. https://www.mielenterveystalo.fi/lapset/ammattilaisille/hairiot/muut_hairiot_ja_ongelmat/Pages/psykosomaattiset_hairiot.asp

Pajulo, M. Salo, S. Pyykkönen, N. 2015. Mentalisaatio ihmistä suojaavana tekijänä. Duodecim. Viitattu 20.9.2021. <https://www.duodecimlehti.fi/duo12278>

Pedditz M., Fadda R. & Skoler, T. 2022a. Atypical Social Cognition in bullying: How pre-adolescents mentalize emotions. Psychological Applications and Trends 2022, 324-327. Viitattu 21.10.2022. <https://inact-psychologyconference.org/wp-content/uploads/2022/05/2022inact075.pdf>

Pedditz M., Fadda R., Skoler T. & Lucarelli L. 2022b. Mentalizing Emotions and Social Cognition in Bullies and Victims. Public Health 2022. MDPI. Viitattu 21.10.2022. <https://www.mdpi.com/1660-4601/19/4/2410/htm>

Pärssinen, H. 2006. Koulu- ja työpaikkakiusaamisen seuraukset eli onko kiusaamisen jälkeistä elämää? Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto, kasvatustieteiden tiedekunta. Tampere, 36. Viitattu 3.2.2022. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/93993/gradu01410.pdf?sequence=1>

- Pörhölä, M. 2008. Koulukiusaaminen nuoren hyvinvointia uhkaavana tekijänä - Miten käy kiusatun ja kiusaajan vertaissuhteille? Polarisoituva nuoruus? Nuorten elinolot -vuosikirja. Viitattu 20.1.2022. https://www.researchgate.net/publication/292982917_Koulukiusaaminen_nuoren_hyvinvointia_uhkaavana_tekijana_miten_kay_kiusatun_ja_kiusaajan_vertaissuhteille
- Saaranen-Kauppinen & Puusniekka. 2021a. Sisällönanalyysi. KvaliMOTV. Viitattu 18.11.2021. https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_2.html
- Saaranen-Kauppinen & Puusniekka. 2021b. Tutkimuksen luotettavuus ja arviointi. KvaliMOTV. Viitattu 28.10.2021. https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_3.html
- Teko. 2021. Sosiaaliset taidot. Viitattu 18.11.2021. <https://www.tervekoululainen.fi/ylakoulu/ilmapiiri-ja-pelisaannot/sosiaaliset-taidot/>
- Teräsahjo, T. 2015. Perusinhimmilliset taidot lapsen kasvun tukena. Verraton. Viitattu Verdana 12.10.2021. <https://www.aivoliitto.fi/verraton/artikkelit/perusinhimmilliset-taidot-lapsen-kasvun-tukena/>
- THL 2021a. Kouluterveyskysely. Viitattu 13.20.2021. <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely>
- THL 2021b. Kouluterveyskyselyn tulokset 2017-2021. Perusopetus 4. ja 5. luokan oppilaat. Viitattu 13.10.2021. <https://urly.fi/2fdR>
- THL 2021c. Kouluterveyskyselyn aikasarjat 2006-2021. Viitattu 13.10.2021. <https://urly.fi/2Qqa>
- Tietoarkisto. 2021. Kyselylomakkeen laatiminen. Viitattu 23.10.2022. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvanti/kyselylomake/laatiminen/>
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2021. Hyvä tieteellinen käytäntö (HTK). Viitattu 25.11.2021. <https://tenk.fi/fi/tiedevilppi/hyva-tieteellinen-kaytanto-htk>
- Viita-aho, R. 2012. "Elämän mittainen taakka" koulukiusattujen kokemuksia kiusaamisen seurauksista aikuisiällä. Pro grau -tutkielma. Lapin yliopisto, kasvatustieteiden tiedekunta, 5(7). Viitattu 3.2.2022. <https://lada.ulpland.fi/bitstream/handle/10024/59733/Viita-aho.Raila.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Vuori, J. 2021. Tutkimusetiikka ihmistieteissä. Tietoarkisto. Viitattu 25.11.2021. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/tutkimusetiikka/tutkimusetiikka-ihmistieteissa/>
- Yhdenvertaisuusvaltuutettu 2021. Vihapuhe. Viitattu 11.10.2021. <https://syrjinta.fi/vihapuhe>

9. Liitteet

Liite 1: Kyselyn kysymykset

1. Ikäsi?
2. Millaisessa ympäristössä työskentelet (varhaiskasvatus, alakoulu tms.)?
3. Kauanko olet työskennellyt tällä alalla?
4. Miten tuttu käsite mentalisaatio oli sinulle ennen koulutusta?
5. Mihin olit erityisen tyytyväinen koulutuksessa?
6. Mitä olisit kaivannut koulutuksen sisältöön lisää?
7. Miten koet pystyväsi hyödyntämään koulutuksen sisältöä omassa työssäsi?
8. Miten koulutus vaikutti ajatteluusi mentalisaation keinojen käyttämisestä, kiusaamisen ehkäisyssä?
9. Miten koet koulutuksen sisällön vastanneen ennako-odotuksiasi?
10. Vapaa sana

10. Taulukot

Taulukko 1: Sisällönanalyysin toteuttaminen.....	17
--	----

11. Kuviot

Kuvio 1: Osallistujien näkemyksistä muodostuneet alaluokat teoretietoa lisäävästä koulutuksesta.....	18
Kuvio 2: Osallistujien näkemyksistä muodostuneet alaluokat työelämässä hyödynnettävästä koulutuksesta.....	19
Kuvio 3: Osallistujien näkemyksistä muodostuneet alaluokat tiedontarpeen jättävästä koulutuksesta.....	20
Kuvio 4: Osallistujien näkemyksistä muodostuneet alaluokat ryhmätyöpainotteisesta koulutuksesta.....	21
Kuvio 5: Osallistujien näkemyksistä muodostunut alaluokka etäyhteyden toimivuudesta.	22