



Oamk Journal

Oulun ammattikorkeakoulun julkaisuja

Tämä on alkuperäisen julkaisun rinnakkaistallenne. Rinnakkaistallenne saattaa erota alkuperäisestä sivutukseltaan ja painoasultaan.

This is an electronic reprint of the original publication. This version may differ from the original in pagination and typographic detail.

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä/Please cite the original version:

Mäkinen, R., Nordström, A., Rita, L. & Männistö, M. 2023. Sosiaalisessa mediassa tapahtuvaan kiusaamiseen tulee reagoida aina. Oamk Journal 43/2023.

<http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2023033134158>

Sosiaalisessa mediassa tapahtuvaan kiusaamiseen tulee reagoida aina

31.3.2023 - Mäkinen Ronja, Nordström Anu, Rita Lotta, Männistö Merja

Kiusaamisella on vaikutuksia nuorten mielenterveyteen. Kiusaamista on yhä enemmän, ja se on saanut uusia piirteitä. Ennen kiusaaminen päättyi samaan aikaan koulupäivän kanssa, mutta nykyään kiusaamisen väline voi kulkea aina mukana taskussa. On kuitenkin olemassa keinoja, joilla kiusattu nuori tai tämän vanhempi voi puuttua nettikiusaamiseen. Tässä artikkelissa raportoidaan Oulun ammattikorkeakoulun terveydenhoitajakoulutuksen kehittämistehtävään liittyvän haastattelun tuloksia, joissa aihetta tarkastellaan nuoren näkökulmasta.

Sosiaalisessa mediassa tapahtuvalla kiusaamisella tarkoitetaan monimuotoista kiusaamisen muotoa, joka tapahtuu netissä ja voi olla toistuvaa. Kiusaaminen voi olla myös yksittäisiä tekoja, jotka loukkaavat tai tuottavat negatiivisia seurauksia kiusatulle henkilölle. Lisäksi sosiaalisessa mediassa tapahtuva kiusaaminen voi usein olla osa muualla tapahtuvaa kiusaamista. Tämän kiusaamismuodon vakavuutta lisää tiedon nopea kulkeminen eri lähteisiin ja kohteisiin. Kun ilkeistä julkaisuista tykätään ja niitä jaetaan eteenpäin, kiusaaja saa vahvistusta käytökselleen ja jatkaa kiusaamista. Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa sisältää esimerkiksi tahallisia, ilkeämielisiä sekä pilkkaavia viestejä sekä viestien levittelyä kohdistuen tiettyyn ihmiseen. Sosiaalisessa mediassa tapahtuvaan kiusaamiseen voi olla vaikeampaa puuttua kuin koulussa tapahtuvaan muuhun kiusaamiseen. Tästä huolimatta myös sosiaalisessa mediassa tapahtuvaan kiusaamiseen tulee aina puuttua. Kiusaamiseen voivat puuttua esimerkiksi kiusattu nuori, kiusatun nuoren vanhempi, kiusaaja, kiusaajien vanhemmat, koulu- tai opiskeluterveydenhoitaja, muut koulun ammattilaiset, kuten opettaja, kuraattori tai psykologi sekä tarvittaessa myös poliisi. [1] [2]



Kiusaamisesta kannattaa aina puhua jollekin, jotta voi saada apua (kuva: nastya_gepp/Pixabay.com).

Nuorellakin on monia keinoja puuttua kiusaamiseen

Kiusaamisesta huolimatta nuoren on tärkeää muistaa, että hän on arvokas ja tärkeä juuri sellaisena kuin on. Kiusattu nuori voi itse tuoda asian esille keskustelemalla kenen tahansa kanssa, olipa kyseessä sitten ammattilainen, vanhempi tai kaveri. Kun nuori huomaa, että toista nuorta kiusataan verkossa, on ensiarvoisen tärkeää, että hänellä on tietoa siitä, miten toimitaan. Nuori tarvitsee asiantuntijoilta konkreettista valistusta ja neuvontaa, kuten esimerkiksi ohjeita olla vaikkapa reilu kaveri eikä ryhtyä itse kiusaajaksi. Yksin jäävä kiusattu nuori tulisi ottaa mukaan sosiaalisen median ryhmään tai peliin. [3]

Verkkokiusaamista kohdatessaan kiusattu nuori voi myös pyytää itse kiusaajaa lopettamaan. Hän voi kertoa kiusaajalle, että tämän kommentit tuntuvat pahalta ja ovat väärin. Tämä voi kuitenkin olla vaikeaa, ja siihen nuori tarvitsee tukea eri tahoilta. [3] Ammattilaisten ja aikuisten on ohjeistettava nuorta siihen, että verkossa tapahtuvaan kiusaamiseen ei tule vastata, sillä viesteihin vastaamalla usein provosoidaan kiusaajaa jatkamaan. Tärkeää on, että nuori tietää, että useimmiten kiusaaja hakee kiusatulta

pelästyneitä tai suuttuneita reaktioita. Jos kiusattu ei reagoi kiusaamisviesteihin, on mahdollista, että kiusaaja turhautuu ja lopettaa kiusaamisen. Ikävät kommentit sosiaalisessa mediassa tulee tallentaa itselleen todistusaineistoksi. On hyvä arkistoida kaikki tiedot, josta voi myöhemmin olla hyötyä kiusaamisen selvittelyssä, kuten kiusaajan käyttämä nimimerkki tai sähköpostiosoite. Useimmissa sovelluksissa voi estää kiusaajan. Kiusaajan voi myös ilmiantaa sen alustan ylläpidolle, jossa kiusaaminen tapahtuu. Kiusaamisen kanssa ei tarvitse jäädä yksin, joten luotettavalle aikuiselle kertominen voi helpottaa tilannetta. Aikuisten ja ammattilaisten, kuten kouluterveydenhoitajien, tehtävänä on auttaa kiusaamisen selvittelyssä. [2] Nuoret kaipaavat valistusta myös siitä, mitä netissä tai voi julkaista ja mitä ei. Mikäli kiusaaminen ei lopu yrityksistä huolimatta, voi ottaa yhteyttä poliisiin. [4] [2]

Vanhemman tärkein tehtävä on olla tukena

Nuoren muuttuva käytös tai tunnetiloissa tapahtuvat muutokset voivat kertoa kouluympäristössä tai sosiaalisen median alustoilla tapahtuvasta kiusaamisesta. Nuoren kanssa on hyvä keskustella avoimesti hänen tunteistaan. Vanhempi voi myös pyytää nuorelta esimerkkejä siitä, millaista loukkaava kohtelu verkossa on ollut. On kuitenkin muistettava, että viestintäsalaisuus koskee myös nuoria, vaikka vanhempi yrittäisi toiminnallaan vain suojella heitä. Vanhempi saa lukea alaikäisen nuoren viestejä luvatta vain tilanteessa, jossa nuoresta herää vakava huoli. [3]

Vanhemman tulee aina ilmoittaa kiusaamisesta koululle, jos hän havaitsee omaan tai muiden lapsiin kohdistuvaa kiusaamista erityisesti koulussa, mutta asiasta on tärkeää keskustella, vaikka kiusaaminen tapahtuisi koulun ulkopuolellakin. Kiusaamisella on lähes aina kuitenkin vaikutusta nuoren koulunkäyntiin. Vanhemman on tärkeää olla kiusatun nuoren tukena ja rohkaista tätä kertomaan kokemuksistaan myös koulussa. Myös oman lapsen kiusatessa vanhemman on oltava lapsen tukena asian käsittelyssä opettajien ja muiden tilanteessa mukana olleiden lasten kanssa. [2] [3]

Vanhempi voi auttaa nuorta myös kiusaamisviestien käsittelyssä, kuten niiden tallentamisessa, yksityisasetusten säätämisessä sekä kiusaamisilmoituksen tekemisessä. Rikostapausepäilyissä on erittäin tärkeää, että vanhempi tekee koulun ja kouluterveydenhoitajan kanssa yhteistyötä. Mikäli tilanteeseen liittyy arkaluontoisia tai seksuaalisia kuvia alaikäisestä, niistä on syytä ilmoittaa Nettivihje-palveluun, joka on

apuna laittoman kuvamateriaalin poistamisessa verkosta. Vanhemman tärkein tehtävä on olla saatavilla, jotta lapsi tai nuori ei jää tilanteessa yksin. [1] [2]

”Kiusaaminen on painanut itsetuntoa alas”

Artikkelia varten haastateltiin 12-vuotiasta nuorta, jota tutut henkilöt ovat kiusanneet sosiaalisessa mediassa useamman vuoden. Kiusaaminen on vaikuttanut nuoren itsetuntoon ja hyvinvointiin pitkään.

”Kiusaaminen on painanut tosi paljon itsetuntoa ja mieltä alas, on itkettänyt paljon ja oon välillä vihainen.”

Kiusaaminen on ollut hänen mukaansa rankkaa ja kiusaamismuodot ovat vaihdelleet:

”...haukkumista, ilkkumista kommenteista ja bännäämistä ryhmistä...”

Haastattelussa nuori kuvailee kiusaamisen vaikuttaneen häneen monella tavalla negatiivisesti. Fyysisiksi oireiksi kiusaamisesta hän nimeää huonon olon ja pahoinvoinnin.

Apua kiusaamiseen nuori oli saanut useilta lähipiiriinsä kuuluvilta henkilöiltä, muun muassa äidiltään, kuraattorilta ja kouluterveydenhoitajalta. Nuori kuitenkin toivoo, että kouluterveydenhoitajalta saisi vielä enemmän ja pitempään tukea vaikeassa tilanteessa.

”Oon puhunu terkan, opettajan ja kuraattorin kanssa kiusaamisesta.”

Kiusattu koki, että on hyvin hyödyllistä ja tärkeää, että kouluterveydenhoitaja kuuntelee, kun on paha mieli, sekä auttaa avun saamisessa esimerkiksi ilmoittamalla kiusaamisesta opettajalle. Haastateltavan mukaan kouluterveydenhoitaja voisi puuttua kiusaamiseen myös esimerkiksi ohjaamalla kiusatun koulukuraattorille.

”Kouluterveydenhoitaja voi puuttua kiusaamiseen ja auttaa surussa. Kouluterveydenhoitaja voi kuunnella, kun on paha mieli.”

Terveydenhoitaja saattaa olla ensimmäinen, jolle kiusattu uskaltaa kertoa kiusaamisesta. Tämän vuoksi on merkittävää, miten terveydenhoitaja suhtautuu nuoren kokemukseen. Terveydenhoitajan tulee olla läsnä, kuunnella nuorta ja ottaa todesta tämän kertomat asiat. Terveydenhoitaja on avainasemassa avun järjestämisessä. Terveydenhoitaja voi olla myös nuoren tukena tilanteessa, kun kiusaamisesta kerrotaan nuoren vanhemmille. Nuorelle on mahdollista tarjota moniammatillisen ryhmän apua, johon voi kuulua esimerkiksi koulukuraattori, opettaja, erityisopettaja, sosiaalityöntekijä, psykiatrinen sairaanhoitaja, koulupsykologi ja poliisi. [1]

Haastattelun perusteella voidaan todeta, että terveydenhoitajan roolia kiusaamistapauksia kohdatessa voisi vieläkin kehittää. Terveydenhoitaja voisi rutiininomaisesti jokaisella käynnillä kartoittaa, onko nuorella ystäviä ja mitä tämä tykkää tehdä heidän kanssaan. Joskus nuorella voi olla sellaisia kavereita, jotka kiusaavat häntä. Nuori voi kokea myös hyvin vaikeaksi tilanteen, jossa hän itse joutuu ensimmäisenä alkaa puhumaan kiusaamisesta kouluterveydenhoitajalle.

Lisäksi haastattelusta käy ilmi, että sosiaalisesta mediasta puhuttaessa on hyvä myös ottaa puheeksi ruutu-aika ja käydä läpi ruutu-aikasuosituksia. Ruutu-aikaa vähentämällä myös kiusaamisaika vähenisi. Terveydenhoitajan tulisi aktiivisesti terveystarkastuksen yhteydessä kysyä nuoren sosiaalisen median käytöstä, kuten mitä nuori tykkää tehdä sosiaalisessa mediassa ja millaisia sovelluksia tämä käyttää. Monissa sovelluksissa on ikäraja, joten terveydenhoitajan tulee käydä vastaanotolla keskustelua ikärajoista ja perustella, miksi niitä on tärkeä noudattaa. [4]

Haastattelusta nousee esille myös ajatus, että terveydenhoitajan on tärkeää kysyä jokaiselta terveystarkastuksessa kohtaamaltaan nuorelta, onko tämä kohdannut sosiaalisessa mediassa kiusaamista. Usein kysytään ainoastaan koulukiusaamisesta. Näin terveydenhoitaja tavoittaisi parhaiten kaikki kiusaamista kokeneet kiusaamismuodosta riippumatta. Terveydenhoitaja voisi myös rohkaista nuorta kertomaan, onko nuori itse kiusannut, ja tarjota apua kiusaamistilanteen selvittelyssä.

Kuka tahansa voi puuttua kiusaamiseen

Kiusaaminen on yleistä ja siihen tulee aina puuttua. Kouluterveyskyselyn mukaan koulussa tapahtuvan kiusaamisen määrä on kasvanut viime vuosien aikana [5].

Ulkopuolisten voi olla vaikeaa huomata sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista.

Kiusaaminen voi tapahtua esimerkiksi suljetuissa ryhmissä, johon kuuluu vain kiusaajia sekä kiusattua. Tämän vuoksi kiusaamisesta olisi hyvä kysyä nuorilta säännöllisesti. Kysymällä kiusaamisesta aikuinen näyttää nuorelle, että kiusaamisesta on lupa puhua.

Kenenkään nuoren ei tarvitse jäädä yksin kiusaamisen kanssa, vaan asia tulee aina ottaa esille muun muassa kertomalla esimerkiksi kouluterveydenhoitajalle. Hän auttaa puuttumaan kiusaamiseen ja tarjoaa oman asiantuntijuutensa ja tukensa lisäksi moniammatillisen ryhmän apua kiusaamistilanteen selvittämiseksi. On tärkeää muistaa, että kuka tahansa voi puuttua kiusaamiseen ja se on myös jokaisen velvollisuus. Ainoastaan puuttumalla kiusaamiseen voidaan auttaa sekä kiusaajaa että kiusattua.

Ronja Mäkinen

Opiskelee terveydenhoitajaksi (AMK) Oulun ammattikorkeakoulun Sosiaali- ja terveystieteiden yksikössä

Anu Nordström

Opiskelee terveydenhoitajaksi (AMK) Oulun ammattikorkeakoulun Sosiaali- ja terveystieteiden yksikössä

Lotta Rita

Opiskelee terveydenhoitajaksi (AMK) Oulun ammattikorkeakoulun Sosiaali- ja terveystieteiden yksikössä

Merja Männistö

yliopettaja, tutkintovastaava (terveydenhoitajakoulutus)

Oulun ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveystieteiden yksikkö

Lähteet

[1] Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2021. Nettikiusaaminen. Hakupäivä 2.2.2022.

<https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/hyvinvointia-digijajassa/nettikiusaaminen/>

[2] Laitinen, K., Haanpää, S., Francke, L. & Lahtinen, M. 2020. Kiusaamisen vastainen työ kouluissa ja oppilaitoksissa. Opetushallitus. Oppaat ja käsikirjat 2020:3a. Hakupäivä

3.3.2023. <https://www.oph.fi/fi/tilastot-ja-julkaisut/julkaisut/kiusaamisen-vastainen-tyo-kouluissa-ja-oppilaitoksissa>

[3] Opetushallitus. 2022. Miten toimia, jos verkossa tapahtuu kiusaamista? Hakupäivä 2.2.2022. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/miten-toimia-jos-verkossa-tapahtuu-kiusaamista>

[4] Nuorten Palvelu ry. 2022. Kiusaaminen somessa ja peleissä. Hakupäivä 2.2.2022. <https://nuortenpalvelu.fi/kiusaaminen-somessa-ja-peleissa/>

[5] Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2021. Kouluterveyskyselyn aikasarjat 2006–2021. Hakupäivä 29.11.2021.

https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/fact_ktk_ktk1?row=measure-200199.199868.199833.199810.199700.199373.200408.200555.199847.403086.199596.199627.200461.200496.199777.199490.200055.199369.199256.403332.403358.403182.199996.200593.199867.403025.402981.199409.402943.199579.199640.200237.199514.403087.403062.403449.403577.403351.&column=area1-600836.&column=time-403056.601069.&column=stage_of_stady-161293.161123.161219.&column=gender-143993.&fo=1#

METATIEDOT

Tyyppi: Artikkel

Julkaisija: Oulun ammattikorkeakoulu

Julkaisunumero: 43/2023

Julkaisuvuosi: 2023

Tekijätiedot: Mäkinen Ronja, Nordström Anu, Rita Lotta, Männistö Merja

Oikeudet: [CC BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Kieli: suomi

Pysyvä osoite: <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2023033134158>

Tiivistelmä: Artikkelissa käsitellään sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista ja sitä, miten eri osapuolet voivat kiusaamiseen puuttua. Artikkelia varten on haastateltu 12-vuotiasta nuorta, jota on kiusattu sosiaalisessa mediassa usean vuoden ajan. Haastattelun pohjalta on syvennytty terveydenhoitajan rooliin kiusaamistilanteissa. Artikkelissa pohditaan, miten kouluterveydenhoitajan roolia voisi vielä kehittää kiusaamistapauksiin

puuttumisessa. Kouluterveydenhoitajan tehtävänä on järjestää moniammatillisen ryhmän apua kiusaamistilanteen selvittämiseksi.