



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Tuulia Kauppinen & Mira Lintala

Alakoululaisten koulukiusaamiseen puuttuminen kouluterveydenhoitajan näkökulmasta

Opinnäytetyö
Syksy 2024
Terveystenhoitaja (AMK)



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Tutkinto-ohjelma: Terveydenhoitaja (AMK)

Tekijä: Tuulia Kauppinen & Mira Lintala

Työn nimi alaotsikoineen: Alakoululaisten koulukiusaamiseen puuttuminen kouluterveydenhoitajan näkökulmasta

Ohjaaja: Marja Toukola, Tiina Hemminki

Vuosi: 2024

Sivumäärä: 44

Liitteiden lukumäärä: 5

Koulukiusaaminen on valitettavan montaa lasta koskeva aihe. Kouluterveydenhoitajalla on tärkeä rooli koulukiusaamisen ennaltaehkäisyssä, puuttumisessa sekä jälkiseurannassa. Kouluterveydenhoitaja voi havainnoida kiusaamistapauksia esimerkiksi terveystarkastuksien yhteydessä, kun käydään keskusteluja lasten ja heidän vanhempien kanssa lapsen kehityksestä ja koulunkäynnistä. Myös moniammatillisessa tiimissä toimiminen on tärkeää.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, miten kouluterveydenhoitajat voivat ennaltaehkäistä ja puuttua koulukiusaamiseen ja tukea kiusaamisen kokenutta. Tarkoituksena oli myös tutkia, miten kiusaamisen vastaista työtä voisi kehittää kouluterveydenhoitajan työssä. Tavoitteena opinnäytetyössä oli edistää kouluterveydenhoitajan valmiuksia estää ja hoitaa alakouluikäisten koulukiusaamistapauksia. Tavoitteena oli myös lisätä omaa tietoa koulu-terveydenhoitajien erilaisista puuttumistavoista kiusaamiseen ja ennaltaehkäisystä. Opinnäytetyö tehtiin laadullisena tutkimusmenetelmänä ja aineisto kerättiin teemahaastattelujen avulla. Haastatteluihin osallistui neljä alakoulun terveydenhoitajaa ympäri Suomen. Aineiston analysoinnissa käytettiin sisällönanalyysejä.

Opinnäytetyön tuloksista ilmeni, että terveydenhoitajat ennaltaehkäisevät ja puuttuvat kiusaamistapauksiin etenkin vuosittaisten terveystarkastusten yhteydessä. Terveydenhoitajien mukaan positiivinen ja turvallinen ilmapiiri on suuri tekijä koulukiusaamisen ennaltaehkäisyssä. Tuloksista ilmeni myös, että terveydenhoitajat auttavat kiusattua ja heidän perhettään kuuntelemalla, ymmärtämällä sekä erityisesti yhteistyöllä moniammatillisen oppilashuoltoryhmän kanssa.

Johtopäätöksinä oli, että kiusaamisen syynä voi olla oppilaan oppimis- ja keskittymisvaikeudet, sosiaalisten taitojen heikkous sekä erilaisuus, kiusattu saattaa oireilla mielenterveysongelmien kautta tai kiusatun oppilaan itsetunto voi heikentyä. Lisäksi johtopäätöksenä selvisi, että kiusaamisen vastaisiin ohjelmiin kuuluu jälkiseuranta.

¹ Asiasanat: Kouluterveydenhoitaja, koulukiusaaminen, alakoululainen, terveystarkastukset, vanhemmat

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Degree programme: Bachelor of Health Care, Public Health Nursing

Author/s: Tuulia Kauppinen & Mira Lintala

Title of thesis: Addressing primary school bullying from the school nurse's point of view

Supervisor(s): Marja Toukola, Tiina Hemminki

Year: 2024

Number of pages: 44

Number of appendices: 5

School bullying is a topic that unfortunately affects many children. School nurses have a significant role in preventing, intervening in and monitoring school bullying. The school nurse can observe bullying incidents, for example during health check-ups, when discussing a child's development and schooling with the child and their parents. Working in a multi-professional team is also important.

The purpose of the thesis was to investigate the ways school nurses can prevent and intervene in bullying and also support the ones who have been bullied. In addition, the aim was to study how anti-bullying work could be developed in school nurses' work. This thesis also aimed to enhance school nurse's ability to prevent and manage primary school-aged children's school bullying incidents. The goal was to increase one's knowledge of the different ways school nurses can intervene and prevent bullying. The thesis was conducted using qualitative research methods and the data was collected using thematic interviews. The data was analyzed with content analysis.

The results of the thesis revealed that school nurses do prevent and intervene in bullying cases, especially during the annual health check-ups. A positive and safe environment is a big factor in preventing school bullying, according to the school nurses. The results also indicate that school nurses help the victim of bullying and their family by listening, understanding and especially co-operating with the multi-professional student welfare team.

In conclusion, the reasons for bullying can include the student's learning and attention difficulties, weaknesses in social skills and being different, the bullied individual may show symptoms through mental health issues, or the bullied student's self-esteem may decline. In addition, it was concluded that anti-bullying programs involve follow-up monitoring.

¹ Keywords: school nurse, school bullying, elementary school student, health screenings, parents

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä	2
Thesis abstract	3
1 JOHDANTO	6
2 PERHE JA LAPSEN KASVU.....	7
2.1 Vanhempien tuen tärkeys koulukiusatulle	7
2.2 Lapsen kasvun tukeminen ja erilaiset perheet	7
2.3 Kiusatuksi joutumisen vaikutukset perheeseen.....	9
2.4 Alakoululaisen kehitys ja terveys.....	10
3 KOULUKIUSAAMINEN MUODOT, VAIKUTUS JA ENNALTAEHKÄISY	14
3.1 Kiusaamisen vastainen suunnitelma	14
3.2 Kiusaamisen eri muodot.....	15
3.3 Koulukiusaamisen vaikutus lapseen, kiusaamisen taustatekijät ja kiusaajaksi joutuminen.....	17
3.4 Kiusaamisen ennaltaehkäisy ja varhainen puuttuminen.....	18
4 KOULUTERVEYDENHUOLTO JA -HOITAJA	20
4.1 Kouluterveydenhuolto ja sen eri palvelut.....	20
4.2 Kouluterveydenhoitaja ja terveystarkastukset	21
5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE	24
6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	25
7 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET	27
7.1 Terveystarkastajien ennaltaehkäisevä työ koulukiusaamiseen liittyen	27
7.2 Kouluterveydenhoitajan puuttuminen koulukiusaamiseen.....	29
7.3 Kouluterveydenhoitajan tuki kiusatulle ja hänen perheelleen	30
7.4 Kouluterveydenhoitajan ja opettajien välinen yhteistyö ja sen kehittäminen	32
8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	34
8.1 Tutkimustulosten tarkastelu ja johtopäätökset.....	34
8.2 Pohdintaa opinnäytetyöprosessista.....	36
9 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	38
10 JATKOTUTKIMUSAIHEET	39
LÄHTEET	40

LIITTEET	44
----------------	----

1 JOHDANTO

Koulukiusaaminen on valitettavan useaa alakoululaista koskeva aihe. Koulukiusaaminen on useimmiten sitä, että oppilas kokee jatkuvaa loukkaamista, syrjintää, tönimistä tai haukkumista (Mannerheimin Lastensuojeluliitto, MLL, 2022c). Se on toimintaa, jolla pyritään vahingoittamaan oppilasta, joka ei itse pysty puolustautumaan tai vaikuttamaan siihen, miten häntä kohdellaan. Useimmiten kiusaamistilanteissa kiusaajat ovat kiusatun yläpuolella, eikä tilanne ole tasa-arvoinen.

Kouluterveydenhoitaja voi havainnoida kiusaamistapauksia esimerkiksi terveystarkastuksien yhteydessä, kun käydään keskusteluja lasten ja heidän vanhempien kanssa lapsen kehityksestä ja koulunkäynnistä (THL, 2022h).

Kun kiusaaminen otetaan puheeksi, on aikuisen tärkeää muistaa, ettei lasta tai nuorta painosteta kertomaan asiasta, koska silloin kiusaaminen voi jäädä piiloon pitkäksi aikaa (Opetushallitus, i.a.). Usein lapset ja nuoret jättävät kertomatta kiusaamisesta, sillä kokevat sen olevat häpeällistä tai kokevat että kertomisen myötä kiusaamiseen ei puututa riittävästi tai kiusaaminen voi jopa pahentua kertomisen jälkeen.

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, miten kouluterveydenhoitajat voivat ennaltaehkäistä, puuttua ja tukea kiusaamisen kokenutta. Lisäksi on tarkoitus tutkia, miten kiusaamisen vastaista työtä voisi kehittää kouluterveydenhoitajan työssä.

Tavoitteena opinnäytetyössä on edistää kouluterveydenhoitajan valmiuksia estää ja hoitaa alakouluikäisten koulukiusaamistapauksia. Tavoitteena on myös lisätä omaa tietoa kouluterveydenhoitajien erilaisista puuttumistavoista kiusaamiseen ja ennaltaehkäisystä.

2 PERHE JA LAPSEN KASVU

2.1 Vanhempien tuen tärkeys koulukiusatulle

Vanhemmalla on suuri merkitys alakouluikäisen lapsen elämään. Lapselle on todella tärkeää, että vanhempi osoittaa kiinnostusta lapsen elämään ja käy yhteisiä keskusteluita, sekä kyselee lapsen kuulumisia, jolloin lapsella on avoin mahdollisuus kertoa, jos esimerkiksi jokin painaa mieltä (Mannerheimin lastensuojeluliitto, (MLL, 2023h).

Vanhemmilla on merkittävä vaikutus kiusaamisen ehkäisyyn (MLL, 2023h). Kotona on hyvä käydä keskustelua lapsen kanssa siitä, että kiusaaminen on aina väärin, ja esimerkiksi miettiä, kuinka pahalta kiusatusta tuntuu. Tällä on suuri vaikutus myös lapsen empatiakyvyn kehittämiseen. Vanhempien yhteisöllisyys on myös tärkeää, sillä se ehkäisee kiusaamista, ja sen avulla on myös helpompi kutsua lapsia kylään toistensa luo. Lapsen mielialaa on myös hyvin tärkeää havainnoida herkästi. Kiusaaminen voi tehdä lapsesta yksinäisen ja hiljaisen ja saada aikaan kurjan mielen. Tällaisessa tilanteessa vanhemman on tärkeä muistaa, että jos huomaa lapsen käyttäytymisessä jotain poikkeavaa, kysy asiasta ja kannustaa lasta kertomaan asiasta (mt.). Aluksi lapsi saattaa kieltää kiusaamisesta kertomisen, sillä usein se voi hävettää. Jos lapsi kertoo kiusaamisesta, on vanhemman tärkeää suhtautua asiaan vakavasti, ja olla rauhallinen.

Kiusaamistilanteissa on tärkeää vanhemman ja koulun välinen vahva yhteistyö (MLL, 2023h). Koulun henkilökuntaa ja vanhempia tarvitaan, jotta kiusaaminen saadaan pysäytettyä ja asianostettua esille. Myös silloin, kun lapsi on käyttäytynyt ilkeästi tai kiusannut toista lasta, voidaan koulusta ottaa yhteyttä vanhempiin. Tällöin vanhemman on muistettava, ettei ala syyttämään lasta, koulua tai itseään tilanteesta. Lapselle on tärkeää korostaa, että kiusaaminen on väärin, mutta lasta ei kuitenkaan saa tuomita liian jyrkästi. Lapsi tarvitsee tukea pahaan oloonsa, ja tällöin apua voi kysyä esimerkiksi opettajilta, koulukuraattorilta tai terveydenhoitajalta.

2.2 Lapsen kasvun tukeminen ja erilaiset perheet

Jokainen lapsi tarvitsee ainutlaatuista kasvatusta (Viljanmaa, 2014, s. 53). Aikuisen tulee ymmärtää oma temperamenttisuutensa, jotta pystyy luomaan toimivan suhteen lapseen, ja

kasvatus onnistuu ilman pakkokeinoja. Vanhemman olisi tärkeää nähdä, että myös omassa lapsessa voi olla vikoja (mts. 57). Tämän voi tehdä pitämällä riittävän tunne-etäisyyden lapseen, eli tarkistella lasta hieman kauempaa ja täten nähdä lapsen toiminta kokonaisvaltaisesti. Vanhemman antama palaute vaikuttaa paljon siihen, kuinka lapsi eri tilanteissa toimii (MLL, 2021a).

Lapselle on tärkeä opettaa oikean ja väärän käsitys (Viljanmaa, 2014, s. 58). Vanhempana tämän voi opettaa lapselleen olemalla rehellinen sekä sortumaton kaksoismoraaliin. Joissain perheissä saattaa usein ilmetä, että vanhemmilla ja lapsilla ei ole riittävää yhteyttä, eivätkä he tavoita toisiaan, vaikka olisivatkin samassa tilassa (Viljanmaa, 2014, s. 49). Tällöin usein puhutaan, että lapsi ja vanhempi elävät niin sanotusti omilla saarekkeillaan.

On tärkeää osata olla empaattinen lapsen tunnekokemusta kohtaan, jotta lapsi oppii tuntemaan eri asioita ja oppii myös epäonnistumaan (Pöyhönen ym. 2023, s.94). Jotta voi olla empaattinen, ei tarvitse aina kuitenkaan ymmärtää, miksi lapsi koki jonkun tilanteen niin vahvasti, eikä lapsen kanssa tarvitse olla samaa mieltä tai tuntea samoin. Empatia tarkoittaa sitä, että ymmärtää miltä tuntuu, kun pettyy tai on onnellinen. Jotkut vanhemmat eivät ole välttämättä saaneet tunnekasvatusta omassa lapsuudessaan, jolloin he opettelevat sitä samanaikaisesti oman lapsensa kanssa (mts. 100–101). Tällainen tilanne saattaa aiheuttaa riittämättömyyden tunnetta, mutta silloin on tärkeä muistaa, että tunteiden käsittelyä opetellaan siksi, että lapsen olisi helpompi käsitellä omia tunteitaan nyt ja tulevaisuudessa.

Perhemuotoja on monia erilaisia, kuten ydinperhe, yhden vanhemman perhe, uusperhe, adoptio, sateenkaariperhe sekä sijaisperhe (Seppänen ym., s. 187). Ydinperhe on perhe, jossa on avo- tai avioliitossa oleva pariskunta sekä heidän kanssaan asuvia yhteisiä tai toisen puolison lapsia. Yhden vanhemman perhe tarkoittaa yksinhuoltajaperhettä, johon kuuluu yksi vanhempi ja hänen lapsensa tai lapset. Yksinhuoltajaperhe voi syntyä esimerkiksi avioeron takia. Myös lapsen hankkiminen hedelmöityshoitojen avulla tai adoptoimalla yksin on mahdollista. Uusperhe tarkoittaa sitä, että avio- tai avopuolisolla on molemmilla tai vain toisella edellisestä suhteesta alaikäisiä lapsia. Sateenkaariperheitä on monia erilaisia, mutta useimmiten sellaisessa perheessä toinen tai molemmat vanhemmista kuuluu seksuaalivähemmistöön. Uusperhe syntyy esimerkiksi leskeksi jääneiden tai eronneiden uudesta liitosta. Adoptiossa lapsi siirtyy biologisilta vanhemmilta adoptiovanhemmille. Lapsen edut ovat tärkeä ottaa huomioon adoptiossa, sillä kun lapsi ei pysty elää biologisessa perheessään, tulee adoptioperheen turvata hänelle uusi ja pysyvä perhe. Sijaisperhe taas tarkoittaa sellaista

perhettä, joka tarjoaa kodin sellaiselle lapselle, joka ei pysty asua biologisessa kodissaan esimerkiksi lastensuojelullisten syiden takia.

Huuskosen (19.05.2022) mukaan perheeseen saattaa tulla vastaan tilanteita, joissa joudutaan kohtaamaan erilaisia ongelmia, jotka raskauttavat vanhempien välistä yhteyttä. Vanhempien luonne, elämän aikaiset vuorovaikutukset sekä tunnetaidot, jotka he ovat lapsuudessaan oppineet, vaikuttavat siihen, kuinka he reagoivat elämän kriiseihin ja vaikeuksiin. Lapset huomaavat herkästi, jos vanhempien välisessä yhteydessä on jotain vikana tai jos vanhempi ei pysty lastaan suojelemaan. Mikäli vanhempien välinen suhde on toimimaton, he riitelevät paljon, on talous, - terveys, - tai alkoholihaasteita, aiheuttaa se lapselle ongelmia. Lapsen ongelmat näyttäytyvät huonosti käyttäytymisen häiriönä, kognitiivisuuden alenemana sekä tunteiden säätelyn haasteena. Mikäli vanhempien riitely on hyvin vahvaa ja lapsiin kohdistuvaa, aiheuttaa se lapselle vakaviakin haasteita. Lapsi kokee herkästi olevansa syyllinen vanhempien riidoille ja tämä itsensä syyllistäminen altistaakin masennukselle ja ahdistukselle. Jos perheessä riitatilanteet ovat jatkuvia, lapsen psyykinen oireilu voi alkaa.

Lapsen psyykinen pahoinvointi voi näkyä haluttomuutena mennä kouluun, harrastuksiin, tai nähdä omia kavereitaan (mt.). Vanhemman on vaikeaa kestää häpeän tai syyllisyyden tunnetta vaikeasta kotitilanteesta, mutta lapselle nämä tunteet voivat olla sietämättömiä. Tällöin lapsi pyrkii pahasta olostaan pois käyttäytymällä aggressiivisesti itseään, vanhempiaan tai kavereitaan kohtaan. Lapsen ikäkauden mihinkään osaan ei kuulu psyykinen kärsimys. Vanhempien ja muiden turvallisten aikuisten tehtävä on suojella lasta. Vanhempien riitatilanteissa on tärkeää, että lapsen ei pidä valita puoltaan heidän väliltään. Tärkeää on myös, että vanhemmat sanoittavat tunteitaan ja kertovat lapselle ratkaisevansa heidän välisiä mahdollisia riitoja yhdessä. Perheen hyvää vuorovaikutusta ja positiivista ilmapiiriä edistävät vanhempien saatu apu parisuhdeongelmiinsa.

2.3 Kiusatuksi joutumisen vaikutukset perheeseen

Lapsen joutuminen kiusaamisen kohteeksi vaikuttaa vanhempiin ja koko perheeseen niin sosiaalisesti kuin taloudellisestikin (Hamarus ym., s. 41–42). Kiusatun lapsen vanhemmat voivat kokea uupumusta, stressiä ja masennusta. Yksinhuoltaja vanhemman saattaa olla vaikea käsitellä lapsensa kiusatuksi joutumista, sillä hänellä ei välttämättä ole kotona ketään toista aikuista, jonka kanssa käsitellä tilannetta. Perheen taloudelliseen tilanteeseen kiusaaminen

voi vaikuttaa siten, että jos lapsi joutuu tilanteen takia vaihtamaan koulua tai jos perheen täytyy muuttaa toiselle paikkakunnalle kiusaamistilanteiden takia. Jos lapsen kohdistunut kiusaaminen on jatkunut pitkään, voi lapsen paha olo vaikuttaa vanhempien töissä käymiseen ja työjaksamiseen, jolloin voi koitua taloudellisia ongelmia.

Kiusaaminen vaikuttaa myös lapsen perheen sosiaalisiin suhteisiin (Hamarus ym. s. 43-44). Sukulaisten ja isovanhempien auttamisella on suuri merkitys tällaisissa perheissä, kun muut sosiaaliset suhteet perheen ulkopuolelle kärsivät voimavarojen riittämättömyyden vuoksi. Kun kiusaaminen jatkuu pitkään, vanhemmilta loppuu myös voimat keksiä lapselle aktiviteetteja vapaa-ajalla, jotta lapsi saisi ajatukset muualle ja josta he itse saisivat voimaa arkeen. Myös vanhemmat tarvitsevat tukea ja apua, kun heidän lapsensa kokee koulukiusaamista. Tuki ja apu voi tulla koulun kautta, vertaistukiryhmistä tai ammattilaisen keskusteluavusta.

2.4 Alakoululaisen kehitys ja terveys

Alakoululainen on 6–12-vuotias lapsi (MLL, 2022b). Tuossa iässä lapselle tapahtuu paljon muutoksia henkisesti ja fyysisesti, jolloin lapsi tarvitsee vanhempaansa, johon turvautua. Koulun alkaminen usein jännittää, jolloin pitää muistaa vanhemman läsnäolon tärkeys. Itsenäiseksi lapseksi kasvaminen toteutuu hiljalleen.

6–12-vuotias on vielä pieni lapsi, juuri koulun aloittanut (MLL, 2023g). Hän tarvitsee turvallisen vanhemman tai aikuisen tukea kouluasioihin, kaverisuhteisiin ja haasteisiin. Lapsi tuntee erilaisia tunteita, kuten epävarmuutta verratessaan itseään muihin lapsiin, mutta myös innostumista ja uteliaisuutta kokeilemaan uusia, erilaisia asioita. Lapsi ei välttämättä tiedä vielä, kuinka asioihin tulee reagoida ja sen takia saattaa pelästyttyään ruveta itkemään, petyttyään paiskomaan tai potkimaan ja suututtuaan tappelemaan. Vanhemman rooli on tärkeä, hän auttaa lasta tunnistamaan erilaiset tunteet. Lapsi haluaa ja tarvitsee onnistumisen tunnetta, jota hän voi saada erilaisista arjen askareista kuten pölyjen pyyhkimisestä, koulurepun pakkaamisesta tai itsenäisesti suihkussa käymisestä. Aikuisen tulee muistaa kannustaa lasta, antaa hänelle aikaa suoriutua tehtävästä sekä sanoa lapselle kiitos (mt.). On kuitenkin muistettava, että onnistumisien rinnalle kuuluu myös epäonnistuminen, joka on myös tärkeä tunne. Epäonnistumisen tunne kasvattaa lasta ja opettaa ottamaan vastaan elämän pettymyksiä. Elämässä ei saa olla liikaa epäonnistumisia, tai lapsi luulee olevansa riittämätön tai muita huonompi. Se saattaa vaikuttaa myös siihen, että menettää ilon opiskelusta ja työnteosta. Tämän

ikäisen lapsen arkeen tulisi kuulua vielä paljon leikkimistä kavereiden kanssa. Mielikuvituksen kannalta lapselle tärkeää on liikkuminen luonnossa, satutuokiot ja mielikuvituksen käyttäminen.

Kouluikäisenä kavereiden tärkeys kasvaa (MLL, 2023i). Pelit, leikit ja tavaroiden vaihtaminen keskenään on mieluista puuhaa lapsille. Pelien tai leikkien säännöt eivät aina ole paikkaansa pitäviä, ja niitä voidaan muuttaa, mutta aina yhteisymmärrykseen ei päästä. Lapsi haluaisi olla kaikessa paras, jolloin häviäminen on hänelle vaikeaa.

Korhosen (2021) mukaan vanhemman tai luotettavan aikuisen apua tarvitaan vielä satunnaisesti ratkaisemaan ristiriitoja. Pienten riitojen selvittäminen sujuu lapsilta yleensä keskenään, ilman aikuisen apua. Tämän ikäisellä lapsella on jo moraalit kehittynyt, joten hän osaa tuntea syyllisyyttä, mikäli siihen on aihetta.

Lapsen ajattelutaidot ja älyllinen kehitys vahvistuu ja kehittyy koko kouluajan (MLL, 2023d). Lapsi oppii helppoiten katsomalla, kuulemalla ja koskemalla. Lapset tykkäävät jakaa mielipiteitään aikuisten kanssa ja yhdessä heidän kanssaan pohtia asioita. He pitävät vitseistä ja looruista sekä heidän mielestään mielenkiintoista on kerätä erilaisia esineitä, kuten kiviä, postimerkkejä ja kyniä. Kouluikäisen lapsen ajantaju kasvaa. Hän ymmärtää nykyhetken, menneisyyden ja tulevaisuuden erot sekä mikä on tarua ja mikä totta.

Korhosen (2021) mukaan lapsen ajattelu on nyt luovempaa sekä mielikuvat alkavat ohjaamaan päättelyä, jolloin ne ovat loogisempia. Alakoululainen on hyvin kiinnostunut ja aktiivinen. Lapselle hyvin tärkeää on, että hän kokee olevansa tarpeellinen sekä luottamuksen arvoinen.

Lapselle on tärkeää tuntea kuuluvansa johonkin ryhmään (MLL, 2023i). Kaverin mielipiteillä on iso merkitys, minkä vuoksi lapsi saattaa helposti samaistua kaveriinsa pukeutumalla samalla tavalla. Hän voi myös inhota tai tykätä samoista asioista kuin kaverinsa. Lapsen empatiakyky kehittyy ja hän pystyy ajattelemaan omien tunteidensa lisäksi muiden tunteita. Hän rupeaa hoivaamaan esimerkiksi lemmikkieläimiä ja vauvoja sekä leikkimään kotia. Lapsi voi kuitenkin olla myös hyvin itsekäs ja hyökkäävä. Lapsen omantunnon kehittyessä hän saattaa alussa olla hyvin jyrkkä ja vaativa. Hän saattaa puolustautua voimakkaasti, eikä hän välttämättä kestä kritiikkiä.

Lapsi voi kokea koulussa yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden tunnetta (Opetushallitus, i.a.). Yksinäisyyden ja sosiaalisten suhteiden kannalta ystävyysuhteet ovat lapselle erityisen tärkeitä. Pitkittynyt ulkopuolisuuden tunne saattaa johtaa erilaisiin psyykkisiin ja fyysisiin sairauksiin. Aikuiset voivat kokea myös yksinäisyyttä, mutta erityisesti lasten sosiaalisilla suhteilla on suuri merkitys heidän terveydellensä ja hyvinvoinnille. Lapsen kehityksen kannalta tärkeää on, että he saavat kavereiden kesken jakaa erilaisia tunteita, kuten onnellisuutta, iloa, surua ja pelkoja. Lapsen kehityksen kannalta tärkeää on, että hän oppii rakentamaan luottamusta, selvittämään riitoja sekä huomioimaan muiden ihmisten ajatukset ja tunteet. Lapset tarvitsevat luotettavalta aikuiselta turvallisen ympäristön, arvostusta ja tunnetta, että heitä kuunnellaan.

Kouluikäisenä lapsen ulkomuoto myös muuttuu (MLL, 2023e). Vartalon mittasuhteet muuttuvat, maitohampaat vaihtuvat pysyviin hampaisiin ja lapsenpyöreys katoaa. Vuodessa lapsi kasvaa pituutta noin 2–5 senttiä ja painoa tulee noin 2–3 kiloa. Lasten kokoerot saattavat olla suuriakin. Tyttöillä ensimmäisenä murrosiän fyysisenä muutoksena on rintarauhasen kasvu, ja se voi aikaisintaan puhjeta 8-vuotiaana. Häpykarvoitusta voi ilmetä jo 9-vuotiaana. Hienhaju voi olla pistävää, jolloin on huolehdittava hygieniasta pesemällä kainaloita päivittäin saippualla sekä käyttämällä deodoranttia.

Kouluikäinen lapsi tarvitsee keskimäärin 10 tuntia unta (MLL, 2023e). Riittävät yöunet takaavat hyvän oppimisen ja jaksamisen arjessa. Tutut ja turvalliset iltarutiinit helpottavat unentuloa. Kastelua on noin joka 10. ensiluokkalaisella ja se saattaa olla heidän mielestään hyvin noloa. Aikuisen on hyvä puhua lapselle kastelusta hienotunteisesti eikä moittia häntä. Asia on myös hyvä kertoa kouluterveydenhoitajalle, jolta saa neuvoja kastelun vähenemiseen tai loppumiseen.

Lapsen lihasvoima alkaa kehittyä ensimmäisinä kouluvuosina, jolloin hän myös hallitsee kehoaan paremmin (MLL, 2023f). Uusia taitoja on helpompi oppia ja vanhoja taitoja kehittää. Itsetuntoa nostaa uuden asian oppiminen ja siinä onnistuminen. Seuratoiminnat ja liikuntaharrastukset alkavat kiinnostamaan ja halu kokeilla uutta kasvaa. Liian kilpailullinen ja tiukka valmennus voi olla rankkaa ja silloin viedä siitä liikunnasta ilon. Jotkut lapset ovat kilpailuhenkisiä kuin toiset, jolloin tällaiset harrastukset sopivat heille paremmin. Vanhemman on tärkeä huomata, jos lapsen viikko-ohjelma on liian raskas. Hienomotoriset taidot kehittyvät, jolloin sorminäppäryys, askartelu ja soittimien soittaminen on mielekästä. Kuitenkin tässäkin kehityksessä huomataan vahvoja eroja, kun joillekin nämä taidot ovat hyvin hankalia.

Korhosen (2021) mukaan ennen murrosikää lapsi on voinut olla rauhallinen, mutta murroksen kehittyessä hänestä saattaa tulla uhmakkaampi ja kömpelömpi. Tavallisimpia esimurroksen häiriöitä ovat ylivilkkaus, vaikeus keskittyä, ahdistuneisuus ja masennus. Myös oppiminen on haastavampaa sekä sosiaaliset vuorovaikutukset vaikeampia.

Ahdistus on hyvin yleistä, ja jokainen ihminen kokee sitä jossain vaiheessa elämää (Mielen-terveystalo.fi. i.a). Myös lasten ahdistus on normaalia, ja se voi lapsessa näkyä siten, että hän pelkää tiettyjä asioita. Ahdistukseen tulee puuttua, jos se häiritsee lapsen elämää. Alakoulun alkuvaiheessa lapsi voi kokea kuolemaan ja pimeään liittyviä pelkoja, kun taas alakoulun loppupuolella, kun lapsi on astumassa nuoruusikään niin hänen pelkonsa voivat olla enemmän sosiaaliin suhteisiin heijastuvia. Ahdistukseen liittyy myös erilaiset jännitystilat sekä asioiden murehtiminen. Jos ahdistus yltyy liian voimakkaaksi, se voi haitata lapsen normaalia elämistä, ja silloin siihen kannattaa puuttua. Ahdistuksen vuoksi lapsi saattaa vältellä joitain tilanteita ja henkilöitä. Lapsen epävarmuus näkyy niin, että hän varmistelee tekemiään asioita vanhemmalta. Ahdistus voi oireilla myös keskittymisvaikeuksina esimerkiksi kokeen teossa. Lapsen ahdistusta voi helpottaa huolehtimalla hänen perustarpeistaan, joita ovat hyvät yöunet, riittävä ja terveellinen ruokavalio sekä liikkuminen. Lapsen kanssa päivittäinen keskustelu ja yhteinen aika voi helpottaa hänen ahdistuksensa tunnetta. Vanhemman rooli lapsen kehityksessä on tärkeässä asemassa, mutta joskus myös tarvitaan ulkopuolista apua kuten kouluterveydenhuoltoa.

Vuonna 2023 tehdyn kouluterveyskyselyn mukaan lapset ja nuoret ovat onnellisia elämäänsä (THL, 2023b). Hyvinvointia kuitenkin kuormittavat mielenterveyden haasteet, kiusaamisen pelko ja sosiaaliset tilanteet sekä sairastuminen. Tutut ja turvalliset päivittäiset toiminnot kuten terveellinen ruoka, hyvät yöunet sekä liikkuminen parantavat kouluhyvinvointia. Turvallisuutta luo tunne, että koulukiusaamista ei ole. Koulupoissaolot ovat lisääntyneet suuresti sairastelun vuoksi. Korona pandemian jälkeen on opittu olemaan varovaisempia, jolloin kotiin jäädään lievempien oireiden takia.

3 KOULUKIUSAAMINEN MUODOT, VAIKUTUS JA ENNALTAEHKÄISY

3.1 Kiusaamisen vastainen suunnitelma

Laitisen ym. (2020) mukaan jokaisella koululla tulee olla omakohtainen suunnitelma kirjattuna opiskeluhuoltosuunnitelmaan, jossa puhutaan oppilaiden suojaamisesta kiusaamiselta ja häirinnältä sekä väkivallalta. Suunnitelmassa tulee ottaa huomioon oppilaiden väliset sekä oppilaiden ja aikuisten väliset suhteet koulussa. Suunnitelmaan kuuluu kiusaamisen, häirinnän ja väkivallan ehkäisy ja puuttuminen sekä niiden käsittely ryhmä- ja yksilötasolla. Kiusatulle ja kiusaajalle yksilöllinen tuki ja tarvittava hoito, jälkiseuranta ja mahdolliset muut toimenpiteet. Vahva yhteistyö oppilaiden huoltajien sekä viranomaisten kanssa. Oppilaita, henkilökuntaa, huoltajia ja mahdollisia yhteistyötahoja tulee tiedottaa suunnitelmasta säännöllisesti. Suunnitelmaa tulee päivittää, seurata ja arvioida. Opettajan tulee lisäksi myös valvoa suunnitelman noudattamista ja sen toteutumista. Hyvä suunnitelma tukee turvallista oppimisympäristöä. Aiheesta voidaan keskustella oppilaiden kanssa luokanvalvojan pitämällä tunneilla sekä erilaisten tapahtumien mukana.

Kansallinen koulutuksen arviointikeskus KARVI on toteuttanut vuosina 2021–2023 arvioinnin kiusaamisen vastaisista menetelmistä (Karvi, i.a.). Näillä menetelmillä tarkoitettiin perusopetuksessa käytössä olevia asioita, joiden tavoitteena on koulukiusaamisen ennaltaehkäisy, siihen puuttuminen sekä jälkihoito, eli tuen järjestäminen oppilaille tai perheelle, mikäli sellainen on tarpeen. Erilaisia menetelmiä ovat esimerkiksi KiVa-koulu, tunne- ja turvataitokasvatus sekä tukioppilastoiminta.

KiVa koulu on kiusaamisen vastainen toimenpideohjelma, joka on uudistettu 2018–2019 vuosina (KiVa, i.a.). Se on näyttöön perustuva ja perustettu Turun yliopistossa. KiVa Koulun ohjelmassa on mukana jopa 900 koulua sekä on käytössä 20 eri maassa. KiVa Koulun toimintaan kuuluu vuosittain pitää oppilaille oppitunteja, joilla käsitellään kiusaamista ja sen vaikutusta oppilaaseen. Näiden oppituntien tarkoituksena on pyrkiä vaikuttamaan siihen, kuinka oppilaat toimivat kiusaamista havaitessaan. KiVa ohjelmalla on myös selkeä toimintamalli, jonka mukaan toimitaan, kun aikuinen havaitsee kiusaamista. Lisäksi ohjelmaan kuuluu vuosittainen online-kysely, jonka avulla pystytään kartoittamaan koulun mahdollisia kiusaamistilanteita.

3.2 Kiusaamisen eri muodot

Koulukiusaamista on monenlaista, kuten tönimistä, syrjimistä, pahan puhumista selän takana, haukkumista ja yksin jättämistä (Opetushallitus. i.a.). Kiusaaminen on tahallista ja toistuu useimmiten monia kertoja. Tällöin kiusattua loukataan, ja se voi vaikuttaa kiusatun kehitykseen.

Hamaruksen ym. (2015, s.31) mukaan tavallisimmin kiusaamista tapahtuu sellaisissa paikoissa, joissa vanhemmat ja opettajat eivät ole sitä näkemässä, kuten koulumatkoilla, välitunneilla tai tuntien alussa. Kun kiusaaminen on johtanut jo pitkäaikaiseen kiusaamiseen, kiusaajasta tulee niin sanottu rohkeampi kiusaaja, jolloin hän kokeilee rajoja myös aikuisen läsnä ollessa. Nämä tilanteet tuovat kiusaajalle hauskuutta, jos esimerkiksi opettaja tulkitsee tilanteen väärin, eikä tajua sen olevan kiusaamista.

Laitinen ym. (2020) toteavat, että Suomen perustuslain, tasa-arvolain sekä yhdenvertaisuuslain mukaan ketään henkilöä ei saa syrjiä tämän iän, kansalaisuuden, uskonnon, mielipiteen, ammattiyhdistötoiminnan, terveydentilan, sukupuolen, alkuperän, kielen, vammaisuuden, poliittisen toiminnan, perhesuhteiden, vammaisuuden tai seksuaalisen suuntautumisen perusteella. Jos kiusattua torjutaan tai hänet jätetään huomiotta, puhutaan ostrakismista. Se on sosiaalista ulossulkemista ja kipua henkilölle, joka voidaan tehdä tahallisesti tai tahattomasti. Ostrakismin piirteisiin kuuluu, että kiusatun mielipiteisiin ja ajatuksiin ei kiinnitetä huomiota, hänelle käännetään selkää, hänet jätetään ulos ryhmästä ja hänen lähettämiin viesteihin tai soittoihin ei vastata. Tämä kiusaamisen muoto on vaikeaa tunnistaa, minkä vuoksi siihen puuttuminenkin on haasteellisempaa. Grooming on seksuaalista häirintää, jossa tavoitteellisesti yritetään päästä lapsen kanssa seksuaaliseen kontaktiin tai yritetään saada lapsi toimimaan seksuaalisävytteisesti. Grooming eli lapsen houkuttelemisen seksuaalisiin aikomuksiin, on säädetty rikoslaisissa rangaistavaksi.

Haatajan ym. (2017. 54: 76–89) mukaan poikien ja tyttöjen tavoissa kiusata on kuitenkin havaittu eroavaisuuksia. Poikien kiusaaminen on useimmiten suoraa kiusaamista; fyysistä, kuten tönimistä, lyömistä ja potkimista. Sen takia poikien kiusaaminen huomataan helpommin kuin tyttöjen kiusaaminen. Tyttöjen kiusaaminen ei ole niin suoraa, vaan enemmänkin sellaista, että puhutaan selän takana pahaa, valehdellaan ja juoruillaan. Tyttöjen kiusaamisessa eristetään herkästi ryhmästä ja jätetään ulkopuolelle.

Puustjärven (2022) artikkelin mukaan kiusattua voi kiusata joko yksi oppilas tai heitä voi olla useita. Kiusaajalla voi olla myös apureita, jotka auttavat häntä kiusaamaan sekä kannustajia, jotka seisovat vieressä kannustamassa kiusaamista. Kiusattu voi kohdata isonkin ryhmän kiusaajia, joiden seassa voi mukana seistä hiljainen kiusaaja, eli sellainen, joka ei puutu kiusaamiseen mutta ei myöskään hyväksy sitä. Tällaiset henkilöt voivat olla sen takia ryhmässä mukana, että ajattelevat siten olevansa turvassa itse kiusaamiselta. Kiusaaminen on useimmiten tahallista, kohdistuu tiettyyn oppilaaseen ja se jatkuu pidemmän ajan, mutta kiusaaminen voi olla myös tahatonta ja satunnaista.

Laitinen ym. (2020) mukaan nykyvuosina puhelinten ja sosiaalisen median käyttö on ollut nousussa. Sen myötä on kasvanut myös asiaton käyttäytyminen netissä ja se näkyy myös koulumaailmassa. Opettajien tulee puuttua aina kiusaamiseen, tapahtui se sitten paikan päällä tai sosiaalisessa mediassa. Luotettavien aikuisten, eli vanhempien, opettajien ja terveydenhoitajien tehtävään kuuluu tietää mobiililaitteiden haitat ja hyödyt oppilaan kehitykselle ja oppimiselle. Sosiaalisessa mediassa oppilaat pystyvät olemaan toistensa kanssa vuorovaiikutuksessa myös kouluajan ulkopuolella. Oppilaita ohjataan turvalliseen käyttäytymiseen netissä sekä tiedotetaan mahdollisista valheellisista asioista. Oppilaille pidetään mediakasvatusta, jossa käydään läpi miten sosiaalinen media voi olla hyödyksi oppimiselle. Tärkeää on kuitenkin kertoa myös sosiaalisen median varjopuolista, mitä voivat olla kiusaaminen, haukkuminen, grooming ja valheellisten tietojen levittäminen.

Laitisen ym. (2020) mukaan sosiaalisessa mediassa kiusaaminen on helpompaa ja sen pystyy tekemään nimettömästi. Kuvia ja videoita pystytään lähettämään, jotka voivat levitä hyvin nopeaa julkisesti. Tällainen kiusaaminen voi kerätä herkästi paljon katsojia, jolloin kiusaaminen ei jää pelkästään kiusaajan ja kiusatun väliseksi. Verkossa tapahtunut kiusaaminen on haastavaa tunnistaa. Lapset ja nuoret ovat ajan tasalla erilaisista sosiaalisista medioista, joita aikuinen ei välttämättä edes tiedä. Aikuisten tulisi olla tietoisia, mitä sosiaalisen median palveluita lapset käyttävät.

Laitinen ym. (2020) kertoo, että älylaitteen saa tuoda kouluun mukaan, mutta koulun järjestyssäännöt voivat rajoittaa älylaitteen käyttämistä oppitunneilla. Opettajan luvalla oppilas saa ottaa esimerkiksi kuvan opetetusta asiasta, mutta tärkeänä on kaikkien sopia yhdessä, että mihin ja kuinka kuvia käytetään. Kodeissa ja kouluissa voidaan opettaa lasta käyttämään älylaitetta turvallisesti sosiaalisessa mediassa. Oppilailla tulee aina olla mahdollisuus olla yhteydessä vanhempeensa.

3.3 Koulukiusaamisen vaikutus lapseen, kiusaamisen taustatekijät ja kiusaajaksi joutuminen

Haatajan ym. (2017: 54: 76–89) mukaan koulussa tapahtuva kiusaaminen vaikuttaa lapsen terveyteen ja hyvinvointiin. Kiusaamista kokevilla lapsilla on enemmän psykosomaattisia oireita sekä sosiaalisia ja psyykkisiä ongelmia kuin heillä, jotka eivät ole olleet kiusattuja tai olleet mukana kiusaamisessa. Kiusattu lapsi oireilee herkästi ja oireista ei välttämättä heti tunnista, että ne ovat yhteydessä kiusaamiseen, sillä oireet ovat hyvin yleisiä muutenkin. Oireina voi olla pää- ja vatsakipua, alakuloisuutta, kastelua öisin, uniongelmia, jännittyneisyyttä, pyöräyttävää tunnetta, väsymystä sekä saattaa olla, että lapselle ei ruoka maistu. Kiusatut ovat kokeneet myös masennusoireita, heikkoa itsetuntoa, ahdistusta ja yksinäisyyttä.

Haapalehdon (2023) mukaan pitkään jatkunut kiusaaminen on vakava terveydellinen uhka lapsen kehitykselle. Kiusaaminen vaikuttaa lapseen hyvinvointiin eri tavoin, kuten fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti. Pidempään jatkuneen kiusaamisen seuraukset ovat yleensä vaikeampia, jolloin ne myös näyttäytyvät aikuisiässä muun muassa masennuksena.

Kiusaaminen vaikuttaa aina kokonaisvaltaisesti kiusattuun, ja pahimmassa tapauksessa voi jopa murskata pienen lapsen unelmat ja haaveet, mitä hänellä on ollut (Marttila, 2022). Usein kiusaaminen vaikuttaa myöhemmin elämässä suhtautumistapaan sekä käyttäytymiseen muiden ihmisten kanssa. Lapsena kiusaamista kokenut voi olla vielä aikuisenakin hyvin varautunut uusien ihmisten seurassa.

Puustjärven (2022) mukaan yleensä kohteeksi joutuvat sellaiset oppilaat, jotka tulevat luokalle kesken lukukauden, ovat ali- tai ylipainoisia tai heillä on jotain ongelmia oppimisessa. Myös oppilaat, jotka ovat luonteeltaan ujoja ja rauhallisia, hiljaisia ja pelokkaita tai tunteiltaan reagoivat herkästi itkemällä ja ahdistumalla, joutuvat herkemmin kiusatuksi. Voi kuitenkin olla, että kiusattu ei eroa kiusatuista millään tavalla.

Usein kiusaamisella tavoitellaan jonkinlaista sosiaalista hyväksyntää, materiaalista hyötyä, valta-asemaa, tai sen kautta lapsi voi usein purkaa omia koettuja heikkouksia (Terveysportti, 2022). Joskus lapsen kokemat traumat ja kaltoinkohtelu heijastuu koulussa kiusaamiskäyttäytymisellä.

Puustjärven (2022) mukaan perheellä ja sen toimitavoilla voi olla suuri merkitys. Joskus ylisuojelevaisuus ja kontrolloiva kasvatustapa voi johtaa lapsen kiusatuksi tulemiselle, kun taas vanhemman välinpitämättömyys ja riittämätön lapsen ohjaus voi altistaa sille, että lapsesta tulee kiusaaja. Sagar & Singh Sen (2021) mukaan fyysiset sekä psyykkiset vaikeudet altistavat kiusaamiselle sekä somaattisille vaivoille.

(Hamarus ym., 2015, s.37) mukaan useimmiten kiusaaja hakee kiusaamisella valtaa ja suosiota. Kiusaamisen motiivia ei tiedä kuin itse kiusaaja. Kiusaamisesta on yleensä kaksi tarinaa, tositarina ja peitetarina. Muille ihmisille kerrotaan vain peitetarinaa, jolloin sitä myös uskotaan. He, jota pelkäävät kiusatuksi tulemista, lähtevät usein mukaan kiusaamaan välttyäkseen kiusatuksi joutumiselta.

3.4 Kiusaamisen ennaltaehkäisy ja varhainen puuttuminen

Puustjärven (2022) mukaan koulukiusaamiseen tulee jokaisen opettajan, terveydenhuollon sekä vanhemman puuttua. Oppilailta tulisi kysyä kiusaamisesta johdonmukaisesti. Useimmiten epäsuoraan kysymykseen on paljon helpompi oppilaan vastata, kuin tarkkaan, kohdistettuun kysymykseen. Oppilaalle voidaan tehdä laajempi suunnitelma kiusaamistapausten selvittämiseksi, mikäli lapsessa havaitaan psyykkisiä oireita tai aiemmat toimenpiteet eivät ole auttaneet. Siinä voidaan myös yhdessä koulun opettajien, terveydenhoitajan sekä kuraattorin kanssa miettiä ja arvioida, tarvitseeko kiusattu tai kiusaaja lastenpsykiatrista hoitoa. Puuttumisessa keskitytään kiusaamisen loppumiseen ja ihmisten välisen ystävällisen käyttäytymisen vahvistamiseen. Molemmat kiusaaja sekä kiusattu tarvitsevat yksilöohjausta uusien toimintatapojen oppimiseen. Kampanjat sekä koulun ja luokan keksimät sopimukset saattavat auttaa muuttamaan ryhmän toimintatapoja.

Lapset ottavat aikuisista mallia, jonka vuoksi koulun henkilökunnan käytös tässäkin asiassa on merkittävää (Opetushallitus, i.a.). Kiusaamista ei tule koskaan vähätellä, vaan kiusatulle tulee antaa tukea. Kiusaamistilanteesta tulee puhua kiusaajan, kiusatun sekä heidän kanssaan, jotka ovat kiusaamistilanteen nähneet. Osapuolten vanhemmille tulee ilmoittaa tilanteesta heti. Kiusaajan sekä kiusatun kanssa tulee jutella yhdessä sekä erikseen. Kiusattua tulee kannustaa pyytämään anteeksi kiusatulta sekä heille tulee kertoa, että tilanteen jälkeen käytöstä seurataan. Isoimmissa tapauksissa ilmoitus voidaan tehdä jopa sosiaalitoimeen tai

poliisille. Herkemmin kuitenkin kiusattu ja kiusaaja ohjataan oman koulun terveydenhoitajalle, joka auttaa heitä molempia kiusaamistapauksessa.

Koulussa tunnetaitojen harjoittelu on tärkeää, ja se aloitetaan heti ensimmäisenä koulupäivänä (Mieli. 10.2.2022). Se kuuluu myös perusopetuksen opetussuunnitelmaan. Koulussa voi tuntea monia eri tunteita, kuten iloa, intoa, ihastusta, ärtymistä, epävarmuutta, pelkoa, sekä kaikkia mahdollisia muita tunteita. Kaikki tunteet ovat sallittuja, mutta ne ei kuitenkaan oikeuta ilkeään tai epäkunnioittavaan käytökseen. Tunnekasvatuksen alussa tutustutaan omiin tunteisiin ja opetellaan nimeämään niitä. Tämän jälkeen edetään pikkuhiljaa toisten tunteiden tunnistamiseen, empatiaan sekä kehon ja mielen ymmärtämiseen ja lopuksi haastavien tunteiden käsittelyyn. Aikuiset voivat näyttää lapsille mallia haastavien tunteiden käsittelyssä ja itsensä rauhoittamisessa. Tietoista mallia voi näyttää syvään hengittämällä, tunteiden sanoittamisella tai pysähtymällä hetkeen. Aikuinen voi opettaa tekniikoita, joilla päästä vihan tunteesta eroon. Niitä voivat olla esimerkiksi hengitysharjoitukset, rauhoittavat ajatukset, paikalta poistuminen tai vaikka kymmeneen laskeminen.

4 KOULUTERVEYDENHUOLTO JA -HOITAJA

4.1 Kouluterveydenhuolto ja sen eri palvelut

Kouluterveydenhuolto on peruskoulun oppilaille ja heidän perheilleen tarkoitettu maksuton lakisääteinen terveydenhuollon palvelu (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos (THL), 2023a). Se on aina arkisin saatavilla koulupäivien aikana koulun tiloissa tai sen välittömässä läheisyydessä. Kouluterveydenhuollon tehtäviä ovat muun muassa oppilaiden kehityksen, kasvamisen, hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen, oppilaan vanhempien tai huoltajien kasvatustyössä avustaminen ja koulukiusaamiseen puuttuminen ja sen seuranta.

Joronen ym. (2020. 57: 155–167) tutkimuksen mukaan opiskeluhuoltopalveluihin kuuluu kouluterveydenhoitajan lisäksi myös koululääkäriin, kuraattoriin sekä psykologin palvelut. Kouluterveydenhuollossa lääkäri toimii terveydenhoitajan työparina, sekä on tavoiteltavissa myös silloin, kun ei ole fyysisesti paikalla koululla (THL, 2023c). Lääkäriin työtehtävät voivat liittyä yksittäiseen oppilaaseen, perheeseen, koulun ympäristöön ja yhteisöön sekä koulun moniammatilliseen yhteistyöhön. Yksilöllisessä työssään lääkäri seuraa ja edistää oppilaiden terveyttä ja hyvinvointia sekä seuraa kasvua ja kehitystä, ja sen avulla pystyy tekemään lapselle lisätutkimuksia, mikäli tarve vaatii. Hän voi myös tarjota lapsille psykososiaalista tukea sekä oppilaan tarpeen mukaan tuettua oppimismuotoa. Lääkäri on myös mukana laajoissa terveystarkastuksissa, jossa hän selvittää koko perheen hyvinvointia sekä tukee myös vanhempia.

Kouluterveydenhuollon palveluihin kuuluu myös kuraattoripalvelut (THL, 2023d). Kuraattorin työnkuvaan kuuluu edistää ja tukea oppilaiden oppimista ja sosiaalisia valmiuksia sekä hyvinvointia sekä puuttua oppilaiden eri ongelmiin ja tilanteisiin. Kuraattori tukee oppilaita monissa eri tilanteissa. Ystävyysuhteissa, kiusaamisessa, yksinäisyydessä, eri tunnetilojen käsitteilyssä, kriiseissä sekä muissa oppilaan elämäntilanteeseen liittyvissä asioissa. Kuraattorin tulee myös puuttua, mikäli oppilaalla on paljon poissaoloja, opiskelun järjestelyissä on haasteita tai mikäli lapsesta herää lastensuojeluksellinen huoli.

Koulussa tulee oppilailla olla myös mahdollisuus opiskeluhuollon psykologipalveluille (THL, 2023f). Psykologin työnkuvaan kuuluu oppilaan tukeminen oppimisessa, opiskelussa,

sosiaalisissa ja psyykkisissä ongelmissa sekä hyvinvoinnissa. Psykologi tekee myös yhteistyötä perheen ja muiden läheisten sekä käyttää apunaan yhteistyötahoja.

Oppilashuoltoryhmä on jokaisessa koulussa toimiva moniammatillinen ryhmä, jonka avulla tuetaan oppilaita sekä koko kouluyhteisöä oppimisen ja hyvinvoinnin edistämiseen (Leppänen, 2014). Oppilashuoltoryhmään kuuluu rehtori, laaja-alainen erityisopettaja, koulupsykologi, koulukuraattori ja terveydenhoitaja. Tarvittaessa mukaan voidaan kutsua apulaisrehtori, koululääkäri, toinen opettaja tai koulunkäynnin avustaja. Ryhmän kokoonpano voi kuitenkin erota alueen mukaan. Useimmiten oppilashuoltoryhmä kokoontuu kerran viikossa käsittelemään meneillä olevia asioita. Oppilashuoltoryhmän toimiin kuuluu puuttua ja auttaa nopeasti, mikäli he havaitsevat koulukiusaamista, syrjintää, masennusoireilua tai muuta oppilaan opiskelua haittaavaa oireilua.

4.2 Kouluterveydenhoitaja ja terveystarkastukset

Kouluterveydenhoitaja on kouluterveydenhuollossa työskentelevä terveydenhoitaja. Kouluterveydenhoitaja tekee yhteistyötä koulun oppilaiden vanhempien, opettajien ja koulun muun henkilökunnan kanssa. Honkasen ym. (2020) mukaan kouluterveydenhoitaja vastaa kouluyhteisön terveyden edistämisestä sekä huolehtii kouluterveydenhuollosta. Keskeisiä tehtäviä on vuosittaiset terveystarkastukset, terveysneuvonnat sekä oppilaiden terveyden edistäminen ja terveyteen liittyviin asioihin puuttuminen. Tehtävät voivat liittyä joko yksittäiseen oppilaaseen ja perheeseen, kouluyhteisöön ja ympäristöön sekä moniammatilliseen yhteistyöhön (THL, 2023g). Yksilökohtaisiin tehtäviin kuuluu muun muassa yhdessä oppilaiden ja perheiden kanssa ongelmien selvittelyt, kuten kiusaamistapauksista keskustelu. Yhteisölliseen työhön taas kuuluu kouluympäristön turvallisuuden edistäminen ja osallistuminen koulun kriisityöhön.

Puustjärven (2022) mukaan kiusaamista ehkäisevät peruskoulun ensimmäisillä luokilla koko luokalle sovitut säännöt ja myöhemmillä luokilla sitten taas oppilaan oma koulumotivaatio ja selvät oppimistavoitteet. Kouluterveydenhoitaja voi ennaltaehkäistä koulukiusaamista edistämällä oppilaiden hyvinvointia ja luomalla turvallisen ilmapiirin kouluyhteisössä. Hän voi tarjota koulutusta oppilaille ja henkilökunnalle vuorovaikutustaidoista, empatiasta ja konfliktien ratkaisusta. Hän osallistuu myös koulun ehkäisevään työhön esimerkiksi tukemalla kouluohjelmia, joilla edistetään positiivista ryhmäilmapiiriä ja sosiaalisia taitoja. Terveysdenhoitaja voi

pyrkä vähentämään kiusaamista huolehtimalla oppilaiden psyykkisestä ja fyysisestä hyvinvoinnista.

Kilponen (2019) on tehnyt tutkimuksen, jossa hän on tutkinut miten kouluterveydenhoitajat tunnistavat koululaisten mielenterveyden haasteet, ja miten niitä tuetaan. Tutkimuksessa kerrotaan, että kouluterveydenhoitajien työnkuva ja työmäärä on muuttunut viime vuosina lisääntyneiden mielenterveysongelmien vuoksi. Kouluterveydenhoitajat kokevat, ettei heillä ole tarpeeksi menetelmiä siihen, että voisivat tukea koululaisten mielenterveyttä mahdollisimman hyvin. Tämän vuoksi nykyisin on hyvin tärkeää, että kouluterveydenhoitajat kiinnittävät entistä enemmän huomiota jo alakouluikäisten mielenterveyteen ja toimivat ennaltaehkäisevästi.

Laitisen ym. (2020) mukaan kouluterveydenhuollon moniammatillisen tiimin tehtäviin kuuluu auttaa oppilasta yksilöllisesti sekä yhteisöllisesti. Psykologille sekä kuraattorille kuuluvat enemmänkin oppilaan oppimisen tukeminen, hyvinvointi sekä sosiaaliset ja psyykkiset voimavarat, kun taas terveydenhoitajalle ja lääkärille kuuluvat oppilaan fyysisen ja psyykkisen kasvun edistäminen sekä hyvinvoinnin ja opiskelun tukeminen. Lisäksi mielenterveys- ja päihde-työ sekä sairaanhoitopalvelut ovat osa palveluita. Asiantuntijan tulee kertoa koulun henkilökunnalle, oppilaille ja heidän huoltajilleen hänen työnkuvastansa, milloin hän on paikan päällä koulussa sekä antaa yhteystietonsa. Hän tekee ennaltaehkäisevää työtä yksilö- ja yhteisötasolla ja osallistuu kiusaamisen vastaisen suunnitelman suunnitteluun sekä opiskeluhoito-suunnitelman valmisteluun. Terveydenhoitajan on tarjottava oppilaalle mahdollisuus käydä keskustelua kuraattorin ja psykologin kanssa. Arvioi oppilaskohtaisesti asemaa päättää itsenäisesti omista asioista, ikä- ja kehitystaso huomioiden. Oppilaalle kuuluu myös muita opiskeluhoito- palveluita, joihin terveydenhoitajan tulee hänet tarvittaessa ohjata. Hän on mukana kiusaamistapauksissa selvittämässä, puuttumassa ja seuraamassa niitä ja tekemällä yhteistyötä opettajien kanssa. Auttaa ja tukee oppilasta sekä tarvittaessa ohjaa häntä muiden ammattilaisten hoidettavaksi. Hän tekee yhteistyötä koulun ulkopuolisten toimijoiden, kuten poliisin, nuoristyön ja erikoissairaanhoidon sekä huoltajien kanssa. Hänen velvollisuutensa on tehdä oppilaasta tarpeen vaatiessa lastensuojeluilmoitus.

Kouluterveydenhuollon rungon muodostavat vuosittaiset terveystarkastukset (THL, 2023a). Alakoululaisilla 1. ja 5. luokilla suoritetaan laajat terveystarkastukset, joissa myös lasten vanhemmat ovat mukana. Vuosittaisissa terveystarkastuksissa arvioidaan lapsen fyysistä ja psyykkistä terveydentilaa, sekä oppimista ja hyvinvointia. Laajoissa terveystarkastuksissa mukana on myös vanhempien ja koko perheen hyvinvointi.

Laajoissa terveystarkastuksissa käytetään opettajan antamaa arviota oppilaan hyvinvoinnista ja selviytymisestä koulussa, ja tähän tulee olla huoltajan kirjallinen suostumus (THL, 2023h). Vuoden 2023 kyselylomakkeessa ”Oppilaan oppiminen ja hyvinvointi koulussa” kysymyksiä on oppilaan oppimisesta, työskentelystä tunneilla, käyttäytymisestä koulussa, poissaoloista, kouluruokailun sujuvuudesta sekä väsymyksestä. Tärkeänä tietona kyselylomakkeessa kysytään myös oppilaan kaverisuhteista, kuinka paljon kavereita hänellä on ja kokeeko oppilas kiusaamista tai onko hän itse ollut kiusaaja.

Terveystarkastuksissa korostuu terveydenhoitajan, oppilaan ja hänen vanhempiansa välinen vastavuoroinen keskustelu (THL, 2023h). Se edellyttää tuttua asiakassuhdetta ja luottamusta, sekä aktiivista kuuntelua terveydenhoitajalta. Oppilaan kanssa käydään kannustavaa keskustelua ja otetaan oppilaan ikä huomioon, jotta keskustelu on ikätasoista. Terveystarkastuksessa on tärkeää, että perheen ja oppilaan voimavarat ja vahvuudet tunnistetaan ja sanotaan ääneen. Terveystarkastukseen sisältyy fyysisen kehittymisen seurannan lisäksi myös aina psykososiaalisen kehityksen, mielenterveyden, ihmissuhteiden ja turvallisuuden selvittäminen. Näitä selvitetään etenkin alakoulun 1. ja 5. luokan laajoissa terveystarkastuksissa, mutta myös muissa tapaamisissa on tärkeä muistaa keskustella näistä asioista. Osana terveystarkastusta on myös oppilaan kansallisen rokotusohjelman tarkistaminen, jota täydennetään tarvittaessa.

Terveystarkastuksiin sisältyy aina myös terveysneuvonta (THL, 2022h). Sitä toteutetaan yksilöllisen tarpeen ja oppilaan kehitysvaiheen mukaan yhdessä lapsen ja perheen kanssa. Terveysneuvonnalla tuetaan lapsen kehitystä, elintapoja, kasvatusta ja huolenpitoa sekä vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta. Samalla tuetaan myös vanhempien hyvinvointia, jaksamista ja keskinäistä vuorovaikutusta. Terveysneuvonnalla tavoitellaan oppilaan ja perheen osaavuutta soveltaa tietoa käytäntöön.

Joitain oppilaista on tarve seurata useammin, ja tämä useimmiten huomataan terveystarkastuksissa (THL, 2022h). Tällaisia voivat olla esimerkiksi toimintarajoitteiset, vieraista kulttuureista tulevat, kroonisesti sairaat, tai sellaiset, joilla on käytöshäiriöitä, oppimisvaikeuksia tai joiden perheeltä ei saa tarpeeksi tukea. Huomiota kiinnitetään myös etenkin kiusaamisen kohteeksi joutuviin oppilaisiin sekä kiusaamiseen osallistuviin, sillä heillä on suurempi riski altistua mielenterveysongelmille.

5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, miten kouluterveydenhoitajat voivat ennaltaehkäistä ja puuttua koulukiusaamiseen ja tukea kiusaamisen kokenutta. Tarkoituksena on myös tutkia, miten kiusaamisen vastaista työtä voisi kehittää kouluterveydenhoitajan työssä.

Tavoitteena opinnäytetyössä on edistää kouluterveydenhoitajan valmiuksia estää ja hoitaa alakouluikäisten koulukiusaamistapauksia. Tavoitteena on myös lisätä omaa tietoa kouluterveydenhoitajien erilaisista puuttumistavoista kiusaamiseen ja ennaltaehkäisystä.

Opinnäytetyön kysymykset:

1. Miten terveydenhoitajat ennaltaehkäisevät koulukiusaamista?
2. Miten terveydenhoitajat puuttuvat koulukiusaamiseen?
3. Miten kouluterveydenhoitaja tukee kiusattua ja hänen perhettään?
4. Miten terveydenhoitajan ja opettajien välistä yhteistyötä voisi kehittää kiusaamiseen liittyen?

Opinnäytetyössä keskitytään koulukiusaamista kokeneisiin 6–12-vuotiaisiin alakouluikäisiin sekä kiusaamistapauksiin puuttuneisiin kouluterveydenhoitajiin.

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena, eli kvalitatiivisena tutkimuksena käyttäen teemahaastattelua alakoulujen terveydenhoitajille. Haastattelun avulla saatiin mahdollisimman laajat vastaukset, millaista kiusaamista kouluissa koetaan, ja miten terveydenhoitajat käsittelevät aihetta.

Haastattelukysymyksiin sisältö saatiin teoriaosuuden tekstin pohjalta.

Haastattelun otanta tehtiin sosiaalisen median ryhmistä, joista kysyttiin vapaaehtoisia kouluterveydenhoitajia haastateltavaksi. Sosiaalisen median ryhmiin laitettiin saatekirje (Liite 1). Haastateltavia oli neljä, ja he olivat työskennelleet alakouluissa kouluterveydenhoitajina vähintään vuoden ajan. Lisäksi heillä tulisi olla kokemustietoa, kuinka kiusaamistapauksissa toimitaan.

Tuomi ym. (2018) kertoo, että teemahaastattelu on haastattelu, jossa edetään etukäteen suunniteltujen teemojen ja niihin liittyvien tarkentavien kysymysten mukaan. Haastattelun aikana voidaan tarkentaa ja syventää kysymyksiä haastateltavan vastauksien perusteella, ja se onkin teemahaastattelun etu. Haastattelussa pyritään löytämään merkityksellisiä vastauksia tutkimuksen tarkoitukseen, ongelmaan tai tutkimustehtävään liittyen.

Haastattelu tilanteet toteutettiin etäyhteydellä ja haastattelukysymykset toimitettiin kouluterveydenhoitajalle etukäteen tutustuttavaksi (Liite 2). Ennen haastattelua terveydenhoitajalle kerrottiin haastattelun kulusta, ehdoista, tallenteista ja muista tarpeellisista asioista sekä lähetettiin tiedote tutkimuksesta (Liite 3) ja suostumus tutkimukseen osallistumisesta (Liite 4).

Saarinen-Kauppinen ym. (i.a.) mukaan teemahaastattelurunko tehdään olemassa olevien opinnäytetyön kysymysten pohjalta. Teemahaastattelurunko on haastattelun teemoista tehty kysymyslista ja se auttaa haastattelijaa saamaan syvällistä tietoa haastateltavalta. Runko sisältää useimmiten avoimia kysymyksiä, jotka kannustavat keskusteluun ja antavat haastateltavalle mahdollisuuden kertoa omia mielipiteitään ja kokemuksiaan.

Litterointi tehtiin haastattelujen jälkeen. Kanasen (2014) mukaan litterointi tarkoittaa erilaisten tallenteiden, kuten kuvien, videoiden tai äänitteiden kirjoittamista tekstimuotoon, jolloin niitä voidaan käsitellä manuaalisesti tai ohjelmallisesti erilaisilla analysointimenetelmillä. Teemahaastatteluaineisto kirjoitetaan tekstiksi mahdollisimman tarkasti. Litteroinnissa tulee valita aineistot, joita litteroi mutta niihin voi vielä myöhemmässäkin vaiheessa palata, sillä tallenteet ovat jo otettu ja niitä pidetään tallessa prosessin loppuun saakka.

Haastatteluihin aikaa meni yhteensä n. 2h 30min. Litteroitavaa tekstiä haastatteluista kertyi yhteensä 26 sivua.

Yksityiskohtaisessa sisällönanalyysissä muodostetaan yleiskuva aineistosta (Kuhlampi, i.a.). Sisällönanalyysistä löytyy esimerkki Liite 5. Ensimmäisessä sisällönanalyysin vaiheessa aineisto pelkistettiin, eli tiivistettiin. Haastattelu kirjoitettiin niin, että olennaiset osat säilyivät. Toinen vaihe on klusterointi eli aineiston ryhmittely. Klusteroinnissa tiivistettyä aineistoa vertailtiin ja aineistosta etsittiin samankaltaisia aiheita. Samankaltaiset aiheet lajiteltiin samaan alaluokkaan. Kolmannessa vaiheessa, abstrahoinnissa eli käsitteellistämässä edellisen vaiheen alaluokat lajiteltiin yläluokiksi (Leinonen, 2018). Tämän jälkeen yläluokista tehtiin pääluokkia, ja niistä muodostui yksi yhdistävä luokka. Kaikki luokat otsikoitiin sisällön mukaisesti.

7 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

Opinnäytetyöhöme haastattelimme neljää alakoulun terveydenhoitajaa ympäri Suomen. Jokainen heistä on ollut alakoulussa töissä yli vuoden ajan. Haastatteluun osallistuneet terveydenhoitajat saimme mukaan sosiaalisen median ryhmien kautta.

7.1 Terveydenhoitajien ennaltaehkäisevä työ koulukiusaamiseen liittyen

Hyvä ilmapiiri ennaltaehkäisee kiusaamista. Haastattelemiemme kouluterveydenhoitajien mukaan positiivinen ja turvallinen ilmapiiri voi ennaltaehkäistä koulukiusaamista. Positiivinen asenne, tervehtiminen, läsnäolo sekä tavoitettavissa oleminen luo positiivista sekä turvallista ilmapiiriä kouluun. Turvallisuuden tunnetta sekä hyvää ilmapiiriä luodaan niin vastaanotoilla kuin koulun käytävillä. Yksi terveydenhoitajista painotti sitä, että jokainen saa olla oma itsensä.

Pyrin yleisesti vaikuttaa oppilaisiin esim. käytävällä kävellessä olemalla helposti lähestyttävä, hymyileväinen, tervehdin kaikkia. H2

Kun mennään koululle töihin ja kohdataan henkilökuntaa ja oppilaita, niin toivotaan huomenet ja ollaan läsnä ja saatavilla. H3

Turvallinen ilmapiiri lähtee siitä, että annan jokaisen olla oma itsensä sekä vastaanotollani kenenkään ei tarvitse esittää yhtään mitään muuta mitä he eivät ole. H3

Ehkä se, että oppilaat ja opettajat näkee mut siellä, ja sen kautta tuun tutuksi heille, niin se ehkä luo sellaista turvallisuutta siihen, et on tuttu aikuinen siellä paikalla kenelle voi sitten puhua luottamuksellisesti. H4

Kiusaamisesta kysyminen tarkastusten yhteydessä. Kouluterveydenhoitajat seulovat kiusaamistapauksia oppilailta vuosittain. He käyttävät kiusaamista ennaltaehkäisevää työotetta terveystarkastuksia tehdessä. Kiusaamistapauksista kysytään myös suoraan oppilaalta. Oppilaiden kanssa puhutaan vuosittain kiusaamisesta, sekä huomioidaan heidän edellisten vuosien kokemukset kiusaamisesta. Osa haastateltavista tekevät ryhmäterveystarkastuksia, jossa voivat ennaltaehkäistä kiusaamista. Niissä terveydenhoitajalla on hyvä mahdollisuus tiedottaa luokkaa kiusaamisesta sekä havainnoida oppilaiden käyttäytymistä ryhmässä. Kouluissa

kiusaamista ennaltaehkäistään koulun kiusaamisen vastaisen suunnitelman mukaisesti, sekä osan haastateltavan koulussa on käytössä KiVa- kouluohjelma. Terveystarkastajien kokeman mukaan oppilaiden koulumotivaatio tulee ilmi niistä keskustelemalla sekä laajojen terveystarkastusten yhteydessä. Koulumotivaatio korostuu oppilaan kertoessaan avoimesti hänen koulunkäynnistään.

Koulun verkkosivuilla on kaikkien nähtävillä suunnitelma oppilaiden suojaamiseksi väkivallalta, kiusaamiselta ja häirinnältä. H1

Mielestäni kaksi konkreettista asiaa mitä teen vuosittain, on kiusaamiskokemuksista kysyminen vuosittain, eli seulominen. Sekä puheeksi otto, eli jos lapsi tuo esiin jonkun asian vuosittain, otetaan se terveystarkastuksessa aina esiin, jotta lapsi ymmärtää, että asiaa ei ole unohdettu ja että siitä ollaan kiinnostuneita. H2

Meillä on joo täällä tollanen KiVa-kouluohjelma. H2

Terveystarkastuksissa osa oppilaista kertoo avoimesti tulevaisuuden suunnitelmista, koulumenestyksestä, arvosanoista ja lempioppiaineista, jolloin koulumotivaatio korostuu paremmin. H3

Meidän sote-alueella on ryhmäterveystarkastuksia, joissa pidetään luokalle sellainen 45min oppitunti, johon mä suunnittelen ohjelman ja just kertoa kiusaamisesta ja ennaltaehkäistä sitä jo kertomalla siitä koko luokalle. H4

Kiusaamisen syiden tunnistaminen ehkäisee kiusaamista. Osa terveydenhoitajista koki, että kiusaamisen syynä voi olla oppilaan oppimis- ja keskittymisvaikeudet, sosiaalisten taitojen heikkous sekä erilaisuus. Erilaisuuden myötä oppilailla voi syntyä ristiriitoja asioista. Kiusaajalla voi olla huono itsetunto, joka voi johtaa heidät kiusaamaan muita. Yhden haastateltavan kokemansa mukaan oppilaan paha olo sekä kotiolosuhteet voivat purkaantua toisten kiusaamisena. Joskus myös oppilas häiriköi muita selviytyäkseen omista hankaluuksistaan. Useasti kiusaaminen lähtee kuitenkin kiusaajasta, joka keksii kiusaamiselle syyn mistä vaan.

”Useammin kiusaamisen kohteeksi on noussut oppilaan heikommat sosiaaliset taidot, autismikirjon piirteet, että on oikeasti aikuistenkin mielestä hankaluuksia, jolloin syntyy ristiriitatilanteita oppilaiden kanssa herkemmin.” H1

Sellainen oppilas, jolla on hankaluuksia, niin koittaa selviytyä omasta kouluarjesta häiriköimällä muita. H1

Useimmiten se syy lähtee kiusaajasta ja jos oppilas on altis häiriökäyttäytymiselle ja kiusaamaan toisia tai kohtelemaan toisia huonosti, niin useimmiten tällaiset ihmiset löytävät syyn kiusaamiselle mistä vaan toisessa ihmisessä. H2

Oppimisvaikeudet ja keskittymisen haasteet korostuvat ja näkyvät enemmän. H3

7.2 Kouluterveydenhoitajan puuttuminen koulukiusaamiseen

Terveystarkastuksissa ja oppilashuoltoryhmässä puututaan kiusaamiseen. Jokaisen haastateltavan mukaan koulukiusaamistapaukset ilmenevät useimmiten terveystarkastusten yhteydessä. Heidän kokemansa mukaan parhaiten kiusaamistapaukset tunnistavat niistä kysymällä. Lisäksi yksi haastateltavista kertoi heidän koulussaan olevan käytössä kuukausittainen oppilashuoltoryhmän kokoontuminen, jossa käydään läpi kiusaamistapaukset ja niiden kanssa eteneminen.

Kysyn jokaiselta kiusaamistapauksista, tarkastuksesta riippumatta. H1

Jos tulee mielenterveysongelmiin viittaavia oireita, ahdistuneisuutta, niin lähdeään asiaa kartoittamaan tarkemmin. H1

Parhaiten mielestäni tunnistaa kysymällä lapselta omaa kokemusta. H2

Meillä on käytössä oppilashuoltoryhmä, jossa on mukana kuraattori, psykologi ja koulutusvalmentaja. Kouluvalmentaja tekee omanlaisensa kouluterveyskyselyn, jossa käydään läpi kiusaamisasiat. H4

Kiusaamisen merkit auttavat tunnistamaan kiusaamistapauksia. Terveystarkastajien ammatillinen tieto lapsen mielenterveydenhäiriöistä auttaa tunnistamaan kiusaamista varhaisessa vaiheessa. Osan haastateltavien mukaan osa kiusatuista saattaa oireilla mielenterveysongelmien kautta tai kiusatun oppilaan itsetunto voi heikentyä. Oppilaan poissaolot saattavat olla merkki siitä, että häntä kiusataan. Terveystarkastajien tieto kiusaamisesta auttavat heitä puuttumaan siihen jo ennaltaehkäisevästi. Haastateltavan mielestä kiusaaminen on ollut usein ulkopuolelle jättämistä. On myös ollut sanallista ja fyysistä kiusaamista. Joskus oppilaiden kaverusten välinen nahistelua saattaa näyttäytyä kiusaamisena, jolloin asia tulee kuitenkin selvittää.

Jos tulee mielenterveysongelmiin viittaavia oireita, ahdistuneisuutta, niin lähdeään asiaa kartoittamaan tarkemmin. H1

Sanallista, ulosjättämistä, hännämistä tai jollain tapaa toisen huomion hakemista, en tiä onks se niinkään kiusaamista, sit fyysistä väkivaltaa ja somekiusaamista. H2

Joskus kiusatut saattavat olla, etteivät halua tulla kouluun ja se näkyy koulupois-saoloina. H2

Myös kiusaamisesta voi seurata mielenterveyden haasteita, kuten yksinäisyys, pelot, ahdistus ja masennus. H2

Välitunneilla nahistelua, pientä fyysistä ja sanallista kiusaamista. Osa oppilaista kokee tämän kuitenkin myös perinteisenä kaverusten kinana. H3

7.3 Kouluterveydenhoitajan tuki kiusatulle ja hänen perheelleen

Oppilashuoltoryhmä käsittelee kiusaamistapaukset. Usean haastateltavan alakoulussa on käytössä oppilashuoltoryhmä, jossa käsitellään kiusaamistapauksia laajasti. Osa haastateltavista koki, että heillä ei yksin ole välineitä tukemaan kiusattua, vaan kiusaamisasiat selvitetään oppilashuoltoryhmässä. Lisäksi haastateltavien vastauksista ilmeni, että usein he eivät ole selvittelemässä kiusaamistapauksia, vaan ne hoidetaan oppilashuoltoryhmässä, tai oppilaat ohjataan koulupsykologille. Näiden vastausten perusteella voidaan päätellä, että jokaisessa koulussa terveydenhoitaja ei välttämättä kuulu oppilashuoltoryhmään.

Oppilashuoltoryhmän jäsenet ovat koulutettuja ammattilaisia, jotka käyttävät eri tahon menetelmiä kiusaamistapausten hoitamisessa. H1

Terveydenhoitaja kertoo terveysneuvontaa sekä tarvittaessa ohjaa oppilaan muulle oppilashuoltoryhmän ammattilaiselle. H2

Alakoulussa on käytössä psyykkisiin haasteisiin erikoistunut ammattilainen, jolle oppilaan voi ohjata. H3

Keskustelu ja kuunteleminen. Jokaisen haastateltavan ydinpointtina oli, että terveydenhoitajan isoin tuki kiusaamistapauksissa on kuunnella ja olla läsnä sekä tavoiteltavissa. Heidän tehtävänä on pitää terveysneuvontaa ja kannustaa oppilaita positiivisissa asioissa. Myös oppilaiden kehuminen heidän elämänsä liittyvissä asioissa ja tavoitteissa on todella tärkeää. Haastateltavat mainitsivat myös, että oppilaan kannustamisella positiivisiin asioihin on

vaikuttava merkitys kiusaamistapauksista selviämiseen. Yksi haastateltavista mainitsi, että hän kartoittaa oppilaiden kotioloja sekä tukee turvallista elämäntilannetta.

Kouluterveydenhoitaja kannustaa oppilasta positiivisissa asioissa. H1

Terveydenhoitajan tehtävä on kertoa terveysneuvontaa. H2

Terveydenhoitajan työhön kuuluu kartoittaa oppilaan kotioloja sekä tukea turvallista elämäntilannetta. Terveydenhoitaja puuttuu ennaltaehkäisevästi kiusaamiseen. H2

Pyrin jutteleen niistä asioista sen oppilaan kanssa ja miten se ite kokee siinä hetkessä tärkeeks. Et yrittää avoimilla kysymyksillä kysellä, eikä sellaisilla että olisi "kyllä", "ei" vastausvaihtoehdot. H4

Mielenterveyden tukeminen. Suurin osa haastateltavista otti puheeksi oppilashuoltoryhmän, mutta myös yksilötasolla keskustelevat oppilaan kanssa mielenterveyden haasteista sekä tukevat sitä. Haastateltavat kertoivat tukevansa mielenterveyttä terveysneuvonnoilla ja oppilashuoltoryhmän avulla. Yksi haastateltava mainitsi, että hän pyrkii löytämään mielenterveyshaasteita kokevalle oppilaalle juuri hänelle sopivia tukimuotoja, joiden avulla haasteet voidaan selvittää. Haastateltavat myös kertoivat, että mikäli tilanne on sellainen, että se ei selviä koulun henkilökunnalla, voivat he lähettää oppilaan eteenpäin perusterveydenhuollon puoleen, jotta oppilas saa apua.

Minä tartun mielenterveyden puolen haasteisiin. H1

Annan terveysneuvontaa ja jos niistä ei ole hyötyä, voin ohjata koulupsykologille tai vakavammissa tapauksissa eteenpäin mielenterveysyksikköön. H2

Yksittäisten oppilaiden tilanteissa myös mielenterveydellisten tukimuotojen löytäminen. H2

Kuraattori, psykologipalvelut on niitä mitä meillä on koulussa käytössä. Yleisin mitä tulee käytettyä, niin sellainen alakoululaisille soveltuva mielenterveyden käsi. H4

Kiusaamistapausten jälkiseuranta. Kiusaamisen jälkikäsittelystä kysyttäessä terveydenhoitajat kertoivat, että jälkikäsittely tai seuranta tapahtuvat useimmiten opettajien toimesta. Muutama myös mainitsi, että he kysyvät menneestä kiusaamistapauksesta vuosittaisten

terveystarkastusten yhteydessä. Lisäksi terveydenhoitajilla käytössä on lomakkeita ja fraaseja, joiden avulla kiusaamisesta kysellään. Myös kiusaamisen vastaisiin ohjelmiin kuuluu jälkiseuranta, ja tällainen on käytössä esim. KiVa-koulu ohjelmassa.

KiVa- tiimissä on järjestelmällinen malli, jolla tilanteita seurataan. Itse seuraan tilanteita vuosittaisissa tapaamisissa, joidenkin kanssa tiiviimminkin, jos tarvetta on. H2

On seurantapalaveri, missä katotaan onko se tilanne saatu hoidettua vai onko jotain muuta huolta tai murhetta. Opettajilla on tähän tosi selkee toimintamalli. H4

Tilanteesta riippuen, jotkut kiusaamistilanteet ratkeavat opettajan käsittelemänä, jolloin opettajat ovat vanhempiin yhteydessä. Tarvittaessa kouluterkkari- tai kuraattori on mukana. H3

Oireilevan oppilaan huomioiminen. Terveydenhoitajat kertoivat, että kiusattu tai kiusaaja saattaa joissain tilanteissa oireilla melko selkeästi. Yleisin oireilu on käytösoireet ja mielialaoireet sekä koulunkäyntiin vaikuttaminen. Yksi haastateltavista mainitsi, että usein kiusattu henkilö on vetäytynyt ja ahdistunut, sekä välttelee sosiaalisia tilanteita.

Mielestäni kiusattu ja kiusaaja voivat oireilla todella monioireisesti erilaisilla käytösoireilla ja mielialaoireilla. Käytösoireita voivat olla esimerkiksi haluttomuus tulla kouluun, sääntöjen rikkominen tai vetäytyminen sosiaalisista tilanteista. Mielialaoireiluna taas voi olla esimerkiksi ahdistus, pelko tai masennus. H2

Oireiluna saattaa koulutyö kärsiä, on nukkumisen haasteita tai ruoka ei maistu. Osalle tulee ihan fyysisiäkin oireita. H3

Kiusatuista varmaan just se, että vastaanotolla kun sen ottaa puheeksi, niin vetäytyy tosi herkästi. H4

7.4 Kouluterveydenhoitajan ja opettajien välinen yhteistyö ja sen kehittäminen

Tiedonkulku kiusaamiseen liittyen. Haastateltavien mukaan yhteistyö opettajien kanssa on etenkin sitä, kun jokaisen terveystarkastuksen jälkeen tehdään yhteenveto oppilaasta opettajalle, ja sitten yhdessä käsitellään, mikäli joitain ongelmia ilmenee. Yksi haastateltavista mainitsi myös, että opettajat välittävät terveydenhoitajalle tietoa, jos on jotain sellaista, mistä olisi hyvä keskustella oppilaan kanssa kahden kesken vastaanotolla.

Kiusaamistapauksia terveydenhoitajat ja opettajat käyvät läpi oppilashuoltoryhmissä, johon kuuluu opettajat, kuraattori, koulupsykologi sekä terveydenhoitaja.

Teen opettajille laajan yhteenvedon terveystarkastusten vastauksista nimettömänä. H1

Määräaikaistarkastuksissa kun saa yhden luokan tarkastettua, niin juttelen opettajan kanssa, että tuliko esiin jokin ilmiö, johon olisi hyvä kiinnittää huomio. H1

Opettajilta tulee tieto, että koulussa on kiusaamista, niin silloin tietää terveystarkastuksia tehdessä kysellä kiusaamisesta eri tavalla. H3

Oppilashuoltoryhmissä, tarvittaessa vanhemmat ja oppilaat mukana käydään läpi kiusaamistapaukset. H2

Meillä on oppilashuoltoryhmä, jolla me kokoonnutaan kerran kuussa ja, jossa on kuraattori, psykologi, minä, kouluvalmentaja, vararehtori, niin ne on sellasia 45min-1h mittaisia tapaamisia missä käydään kaikki huolet ja murheet tietystä luokkaryhmästä läpi sekä keskustellaan kiusaamisista. H4

Koulutuksen lisääminen kiusaamiseen liittyen. Moni haastateltavista kertoi, että toivoisi lisää koulutusta menetelmiin, joiden avulla kiusaamistapauksia käsitellään. Lisäksi yksi terveydenhoitaja mainitsi, että kaipaisi jonkinlaista kehitystä opettajien ja terveydenhoitajan väliseen tiedonkulkuun.

Haluaisin kehittää kouluterveydenhoitajalta opettajille välitettävää tiedon kulkua. Joskus terveydenhoitajalla saattaa olla sellaista tietoa, mikä opettajien olisi hyvää tietää tai toisinpäin, mutta salassapitovelvollisuuden takia asiaa ei saa kertoa. H2

Lisäksi terveydenhoitajana toivoisin ehdottomasti lisää koulutusta kiusaamisasioihin liittyen. H2

Jonkunlaista koulutusta siihen et ois jatkossa niitä parempia menetelmiä mitä vois käyttää just alakouluikäisten kanssa kiusaamiseen liittyen. H4

8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

8.1 Tutkimustulosten tarkastelu ja johtopäätökset

Positiivinen ja turvallinen ilmapiiri voi ennaltaehkäistä koulukiusaamista. Puustjärven (2022) mukaan kouluterveydenhoitaja voi ennaltaehkäistä koulukiusaamista edistämällä oppilaiden hyvinvointia ja luomalla turvallisen ilmapiirin kouluuyhteisössä. Hän voi tarjota koulutusta oppilaille ja henkilökunnalle vuorovaikutustaidoista, empatiasta ja konfliktien ratkaisusta. Hän osallistuu myös koulun ehkäisevään työhön esimerkiksi tukemalla kouluohjelmia, joilla edistetään positiivista ryhmäilmapiiriä ja sosiaalisia taitoja. Opinnäytetyön haastatteluiden mukaan terveydenhoitajat ennaltaehkäisevät koulukiusaamista luomalla positiivisen ja turvallisen ilmapiirin.

Terveydenhoitajan työssä on tärkeää, että antaa jokaisen oppilaan olla oma itsensä ja korostaa positiivista ilmapiiriä. Tämän ansiosta ilmapiiristä luodaan turvallisempaa ja oppilaiden on myös helpompi tulla keskustelemaan mieltä painavista asioista terveydenhoitajalle.

Kiusaamisen syynä voi olla oppilaan oppimis- ja keskittymisvaikeudet, sosiaalisten taitojen heikkous sekä erilaisuus. Puustjärven (2022) mukaan yleensä kohteeksi joutuvat sellaiset oppilaat, jotka tulevat luokalle kesken lukukauden, ovat ali- tai ylipainoisia tai heillä on jotain ongelmia oppimisessa. Myös oppilaat, jotka ovat luonteeltaan ujoja ja rauhallisia, hiljaisia ja pelokkaita tai tunteiltaan reagoivat herkästi itkemällä ja ahdistumalla, joutuvat herkemmin kiusatuksi. Voi kuitenkin olla, että kiusattu ei eroa kiusatuista millään tavalla. Opinnäytetyön haastatteluista ilmeni, että terveydenhoitajat kokevat, että kiusaamisen syynä voi olla oppilaan oppimis- ja keskittymisvaikeudet, sosiaalisten taitojen heikkous sekä erilaisuus. Lisäksi selvisi myös, että usein kiusaajalla voi olla huono itsetunto, joka voi johtaa heidät kiusaamaan muita.

Terveydenhoitajan on hyvä tiedostaa yleisimmät kiusaamisen syyt, jolloin hänen on helpompi havainnoida ja puuttua kiusaamistilanteisiin. Kun terveydenhoitaja tiedostaa kiusaamisen syyt, voi hän kiinnittää huomiota enemmän esimerkiksi oppimis- ja keskittymisvaikeuksiin oppilaisiin.

Kiusattu saattaa oireilla mielenterveysongelmien kautta tai kiusatun oppilaan itsetunto voi heikentyä. Haatajan ym. (2017: 54: 76–89) mukaan kiusattu lapsi oireilee herkästi ja

oireista ei välttämättä heti tunnista, että ne ovat yhteydessä kiusaamiseen, sillä oireet ovat hyvin yleisiä muutenkin. Oireina voi olla pää- ja vatsakipua, alakuloisuutta, kastelua öisin, uniongelmia, jännittyneisyyttä, pyörryttävää tunnetta, väsymystä sekä saattaa olla, että lapselle ei ruoka maistu. Kiusatut ovat kokeneet myös masennusoireita, heikkoa itsetuntoa, ahdistusta ja yksinäisyyttä. Opinnäytetyön haastatteluiden mukaan osa kiusatuista saattaa oireilla mielenterveysongelmien kautta tai kiusatun oppilaan itsetunto voi heikentyä. Oppilaan poissaolot saattavat olla merkki siitä, että häntä kiusataan. Terveydenhoitajien tieto kiusaamisesta auttavat heitä puuttumaan siihen jo ennaltaehkäisevästi.

Jotta terveydenhoitaja voi varhaisessa vaiheessa puuttua kiusaamiseen ja osaa ennaltaehkäistä sitä, on hänen hyvä tiedostaa, kuinka oppilas voi oireilla, jos hän kokee kiusaamista. Esimerkiksi jos oppilaalla on paljon poissaoloja koulusta, on terveydenhoitajan osattava kysyä asiasta, ja selvittää onko taustalla mahdollisesti kiusaamista.

Kiusaamisasiat selvitetään oppilashuoltoryhmässä. Useimmiten oppilashuoltoryhmä koontuu kerran viikossa käsittelemään meneillä olevia asioita (Leppänen, 2014). Oppilashuoltoryhmän toimiin kuuluu puuttua ja auttaa nopeasti, mikäli he havaitsevat koulukiusaamista, syrjintää, masennusoireilua tai muuta oppilaan opiskelua haittaavaa oireilua. Opinnäytetyön haastatteluista selvisi, että kiusaamistapaukset käsitellään lähes aina kokonaan oppilashuoltoryhmän toimesta. Terveydenhoitajista osa koki, ettei heillä ole yksin välineitä käsitellä kiusaamistapauksia.

Terveydenhoitajan on tärkeä tiedostaa oppilashuoltoryhmän tarkoitus ja tavoitteet, jotta hän voi hyödyntää sitä ja moniammatillista tiimiä asioiden selvittelyssä, jos kokee ettei pärjää asioiden hoitamisessa yksin.

Terveydenhoitajan isoin tuki kiusatulle ja vanhemmille kiusaamistapauksissa on kuunnella ja olla läsnä sekä tavoiteltavissa. Kun kiusaaminen jatkuu pitkään, vanhemmilta loppuu myös voimat keksiä lapselle aktiviteetteja vapaa-ajalla, jotta lapsi saisi ajatukset muualle ja josta he itse saisivat voimaa arkeen (Hamarus ym. s. 43–44). Myös vanhemmat tarvitsevat tukea ja apua, kun heidän lapsensa kokee koulukiusaamista. Tuki ja apu voi tulla koulun kautta, vertaistukiryhmistä tai ammattilaisen keskusteluavusta. Yksilökohtaisiin tehtäviin kuuluu muun muassa yhdessä oppilaiden ja perheiden kanssa ongelmien selvittelyt, kuten kiusaamistapauksista keskustelu (THL, 2023). Yhteisölliseen työhön taas kuuluu kouluympäristön turvallisuuden edistäminen ja osallistuminen koulun kriisityöhön. Tämän opinnäytetyön

haastateltavien mukaan yksi tärkeimmistä tuen muodoista kiusaamistapauksissa on kuunnella, olla läsnä sekä tavoiteltavissa. Lisäksi merkittävä vaikutus kiusaamisesta selviämiseen on myös terveydenhoitajien kannustaminen oppilaiden positiivisissa asioissa.

Kouluterveydenhoitajan tehtävänä on olla aidosti läsnä ja kuunnella vanhempia ja oppilaita, sekä tarjota heille ammattilaisen keskusteluapua, mikäli he kokevat sitä tarvitsevansa.

Kiusaamisen vastaisiin ohjelmiin kuuluu jälkiseuranta. Kansallinen koulutuksen arviointikeskus KARVI on toteuttanut vuosina 2021–2023 arvioinnin kiusaamisen vastaisista menetelmistä (Karvi, i.a.). Näillä menetelmillä tarkoitettiin perusopetuksessa käytössä olevia asioita, joiden tavoitteena on koulukiusaamisen ennaltaehkäisy, siihen puuttuminen sekä jälkihoito, eli tuen järjestäminen oppilaille tai perheelle, mikäli sellainen on tarpeen. Erilaisia menetelmiä ovat esimerkiksi KiVa-koulu, tunne- ja turvataitokasvatus sekä tukioppilastoiminta. Opinnäytetyön haastatteluiden tuloksien mukaan kiusaamistapaukset käsitellään useimmiten loppuun opettajien toimesta. Terveydenhoitajat kuitenkin sanoivat, että he kysyvät tietämistään menneistä kiusaamistapauksista vuosittaisten terveystarkastusten yhteydessä. Haastatteluista ilmeni myös, että jälkiseuranta kuuluu osaksi kiusaamisen vastaisia ohjelmia, joita ovat esimerkiksi KiVa-koulu ohjelma.

8.2 Pohdintaa opinnäytetyöprosessista

Opinnäytetyön aihe valikoitui ryhmälle annettujen aiheiden joukosta. Jokainen sai valita mieleisensä aiheen valmiiksi tehdystä listasta. Aihe valittiin, sillä koulukiusaaminen on todella tärkeä aihe ja harmillisen yleinen aihe sekä se on todella tärkeä osa kouluterveydenhoitajan työtä.

Opinnäytetyöprosessi alkoi suunnitelman teolla sekä tiedonhauilla. Tämän jälkeen tehtiin aihe-suunnitelma, josta pidettiin seminaarit. Seminaareissa esiteltiin aiheet, sekä kerrottiin opinnäytetyöprosessin aikataulun suunnitelma. Helmikuussa -24 aloitimme kirjoittamaan teoria osuutta. Teoria osuutta jatkettiin syksyyn saakka, ja sen pohjalta muodostettiin haastattelurunko sekä samalla suoritettiin teemahaastattelut.

Haastateltavia etsittiin sosiaalisen median ryhmien kautta, ja se oli todella haastavaa alkuun, jonka vuoksi se hidasti työn etenemistä. Kun haastateltavat löytyi, heille lähetettiin suostumuslomakkeet, tiedote tutkimuksesta sekä haastattelulomake etukäteen. Haastateltavat

tutustuivat haastattelukysymyksiin etukäteen, jotta he pystyivät antamaan laajempia vastauksia. Myös työnjako haastattelutilanteeseen sovittiin etukäteen. Nämä asiat helpottivat haastattelun kulkua huomattavasti. Jokainen haastateltava piti aihetta todella tärkeänä ja osallistui opinnäytetyöhön mielellään.

Tämän jälkeen suoritettiin haastatteluiden litteroinnit ja sisällönanalyysit, joiden pohjalta kirjoitettiin tulokset ja johtopäätökset. Litterointi sujui hyvin mutta oli aikaa vievää. Analyysivaihe oli hieman haastavaa, sillä materiaalia oli todella paljon ja osa vastauksista oli melko eroavaisia toisistaan. Kuitenkin myös samankaltaisia vastauksia oli paljon, joista oli helppo suorittaa analyysi. Tulokset yhtyivät hyvin teorian tekstiin, jolloin johtopäätökset oli helppo muodostaa.

Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet saavutettiin. Tarkoituksena opinnäytetyössä oli selvittää, miten kouluterveydenhoitajat voivat ennaltaehkäistä, puuttua ja tukea kiusaamisen kokenutta, sekä tarkoituksena oli myös tutkia, miten kiusaamisen vastaista työtä voisi kehittää kouluterveydenhoitajan työssä. Näihin saatiin kattavat vastaukset teemahaastattelun avulla. Tavoitteena opinnäytetyössä oli edistää kouluterveydenhoitajan valmiuksia estää ja hoitaa alakouluikäisten koulukiusaamistapauksia sekä myös lisätä omaa tietoa kouluterveydenhoitajien erilaisista puuttumistavoista kiusaamiseen ja ennaltaehkäisystä. Opinnäytetyö toimii hyvänä tietona kouluterveydenhoitajille siitä, millaisia erilaisia tapoja koulukiusaamistilanteiden ratkomisessa voi käyttää. Lisäksi opinnäytetyön teko antoi tekijöille paljon kattavaa tietoa koulukiusaamisesta ja sen ehkäisystä.

Opinnäytetyöprosessi kokonaisuudessaan oli pitkä ja haastava. Haastavaa prosessista teki se, että aihe oli niin laaja ja sitä tuli rajata melko paljon. Sen tekoa kuitenkin helpotti mielenkiintoinen aihe sekä valmiiksi suunniteltu aikataulu prosessille. Koko opinnäytetyöprosessi antoi tekijöille paljon tietoa kouluterveydenhoitajan työstä sekä lisäsi valmiuksia tulevaan terveydenhoitajan työhön.

9 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Opinnäytetyössä noudatettiin oman ammattikorkeakoulun antamia ohjeistuksia tietosuojasta, sekä kunnioitetaan tutkittavien ihmisarvoja, itsemääräämisoikeutta sekä muita oikeuksia (Tietoarkisto, i.a.). Jotta tietosuojan toteuttaminen onnistui, tuli haastateltavien täyttää haastattelun vaadittava suostumuslomake, jonka avulla he suostuivat antamaan tietoa opinnäytetyötä varten.

Todenmukaisuus opinnäytetyössä varmistettiin käyttämällä enintään kymmenen vuotta vanhoja lähteitä. Tällöin tieto on mahdollisimman ajankohtaista.

Tutkimuseettinen neuvottelukunnan (TENK, 2021) mukaan peruslähtökohtana on, että tutkittavat luottavat tutkijoihin. Luottamus säilyy, kun kunnioitetaan osallistujien ihmisarvoa ja oikeuksia. Tutkimustilanteet saattavat herättää ihmisissä erilaisia reaktioita. Tutkimukseen osallistuttuaan tutkittavalla henkilöllä on oikeus osallistua tutkimukseen vapaaehtoisesti, mutta he voivat myös kieltäytyä osallistumisesta. Ketään ei saa pakottaa tutkimukseen eikä heille saa tulla sellaista tunnetta. Tutkijan on dokumentoitava tutkittavaa kirjallisesti, sähköisesti tai suullisesti. Tutkittava pystyy keskeyttämään osallistumisensa tutkimukseen milloin tahansa. Keskeytyksestä ei seuraa kielteisiä seurauksia. Keskeyttäminen ei tarvitse minäänlaista syytä. Tutkimuksen keskeyttäminen ei estä niiden tietojen käyttämistä, mitä on saatu jo kerättyä. Tutkittavalla on oikeus perua suostumus tutkimukseen milloin vain. Hänen tulee saada tietoa siitä, mitä tutkimus sisältää, henkilötietojen käsittelystä ja siitä, kuinka tutkimus toteutetaan. Tutkittavalle on annettava aikaa miettiä, onko hän halukas osallistumaan tutkimukseen ja jos hänellä on tutkimukseen liittyviä kysymyksiä tutkimuksesta, on niihin tutkijoiden vastattava. Hänelle tulee antaa ymmärrettävä kuva tavoitteista sekä mahdollisista haitoista. Tutkittavalle tulee kertoa realistisesti, millaista hyötyä tutkimuksesta on.

10 JATKOTUTKIMUSAIHEET

Tämän opinnäytetyön tietoja voi työssään hyödyntää kouluterveydenhoitajat, oppilashuolto-ryhmä sekä alan opiskelijat. Hyvä jatkotutkimusaihe olisi tehdä aiheesta opas, joka käsittelisi kiusaamista kokeneen oppilaan oireilun tunnistamista sekä sen ennaltaehkäisyä, kouluterveydenhoitajan roolia sekä vanhempien tuen tärkeyttä kiusatulle oppilaalle. Opas olisi tarkoitettu oppilaille sekä vanhemmille. Tulosten perusteella kouluterveydenhoitajat kaipaisivat lisää menetelmiä kiusaamistapausten ennaltaehkäisyyn ja käsittelyyn. Toisena jatkotutkimusaiheena voisi tehdä kouluterveydenhoitajille lomakkeen kiusaamisen ennaltaehkäisystä ja puuttumisen menetelmistä. Kolmantena jatkotutkimuksena voitaisiin selvittää kiusaamista kokeneiden lasten vanhempien kokemuksia. Tutkimuksen voisi suorittaa haastattelemalla heitä.

LÄHTEET

- Haahtaja, A., Joronen, K., Koivisto, A-M., & Konu, A. (2017). Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti (54: 76-89): *Koulukiusaaminen ja psykosomaattinen oireilu 4.-6.-luokkalaisilla tytöillä ja pojilla*. <https://doi.org/10.23990/sa.63650>
- Haapalehto, J. (2023). *Kiusaamisella on monenlaisia vaikutuksia kiusatun hyvinvointiin: Eri tahojen merkitys kiusaamisen ehkäisemisessä*. [pro gradu-työ, Oulun yliopisto]. Jultika. <http://jultika.oulu.fi/files/nbnfioulu-202305231976.pdf>
- Hamarus, P., Holmberg-Kalenius, T., & Salmi, S. (2015). *Opas kiusaamisen jälkihoitoon*. PS-kustannus.
- Honkanen, H., Kivimäki, S., Minkkinen, K., Sandström, S., & Sipovaara, K. (2020). Tietopaketti alakouluikäisten kouluterveydenhuollosta. [AMK-opinnäytetyö, Oulun ammattikorkeakoulu]. ePooki. <https://www.theseus.fi/handle/10024/274430>
- Huuskonen, L. (19.05.2022). *Vanhempien turvallinen parisuhde vahvistaa lasten turvallista kasvuympäristöä*. Lapsen oikeudet. <https://www.lapsenoikeudet.fi/blogi/vanhempien-turvallinen-parisuhde-vahvistaa-lasten-turvallista-kasvuymparistoa/#Lahteet>
- Joronen, K., Kanste, O., Koivisto, A-M., & Välkkilä L. (2020). Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti (57: 155-167): *Kouluterveydenhoitajan palvelut: sosiodemografisten tekijöiden yhteys nuorten kokemuksiin*. <https://doi.org/10.23990/sa.83301>
- Kananen, J. (2014). *Toimintatutkimus kehittämistutkimuksen muotona: Miten kirjoitan toimintatutkimuksen opinnäytetyönä?* Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Kansallinen koulutuksen arviointikeskus (KARVI). (i.a.) *Esi- ja perusopetus*. <https://www.karvi.fi/fi/arvioinnit/esi-ja-perusopetus>
- Kilponen, K. (2019). Koululaisten mielenterveyden tukeminen kouluterveydenhoitajan työssä. [Pro gradu -tutkielma, Itä-Suomen yliopisto]. UEF. <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uef-20191158>
- Kiva-koulu (KiVa). (i.a.). *Mikä KiVa on?* <https://www.kivakoulu.fi/kivaohjelmasta/>
- Korhonen, L. (2021). *Kasvu ja kehitys eri ikäkausina*. Terveyskirjasto. <https://www.terveyskirjasto.fi/pla00018>
- Kuhlampi, K. (i.a.) Tutkimusetiikasta. [PowerPoint-esitys]. SeAMK Moodle.
- Laitinen, K., Haanpää, S. Francke, L. & Lahtinen, M. (2020). *Kiusaamisen vastainen työ kouluissa ja oppilaitoksissa*. Opetushallitus. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/kiusaamisen_vastainen_työ_kouluissa_ja_oppilaitoksissa.pdf

- Leinonen, R. (12.12.2018). *Sisällönanalyysi*. Spoken. <https://spoken.fi/sisallonanalyysi/>
- Leppänen, H. (2014). *Terveystietäjien kokemuksia alakoulun oppilashuoltoryhmän toiminnasta ja omasta tehtävästään ryhmän jäsenenä*. [pro gradu -työ, Tampereen yliopisto]. TUNI. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/95788/GRADU-1403588506.pdf?sequence=1>
- Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL). (3.3.2021a). *Lapsen kasvatusta ja vanhemman kasvatustietoisuus*. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/lapsen-kasvatus-ja-vanhemman-kasvatustietoisuus/>
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL). (23.6.2022b). *Koulu alkaa, lapsuus jatkuu*. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/elamaa-kouluikaisen-kanssa/koulu-alkaa/>
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL). (14.9.2022c). *Mitä kiusaaminen on?* <https://www.mll.fi/ammattilaisille/kouluille-ja-oppilaitoksille/kiusaamisen-ehkaiseminen/mita-kiusaaminen-on/>
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL). (16.10.2023d). *7–9-vuotiaan ajattelun kehitys*. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/7-9-v/7-9-vuotiaan-alyllinen-kehitys/>
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL). (16.10.2023e). *7–9-vuotiaan fyysinen kehitys*. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/7-9-v/7-9-vuotiaan-fyysinen-kehitys/>
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL). (16.10.2023f). *7–9-vuotiaan liikunnallinen kehitys*. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/7-9-v/7-9-vuotiaan-liikunnallinen-kehitys/>
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL). (17.10.2023g). *7–9-vuotiaan persoonallisuuden kehitys*. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/7-9-v/7-9-vuotiaan-persoonallisuuden-kehitys/>
- Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL). (2023h). *Kiusaaminen – mitä vanhemmat voivat tehdä?* <https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriiseihin/kiusaaminen/kiusaaminen-mita-vanhemmat-voivat-tehda/>
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL). (26.10.2023i). *7–9-vuotiaan sosiaalinen kehitys*. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/7-9-v/7-9-vuotiaan-sosiaalinen-kehitys/>
- Marttila, K. (2022). *Koulukiusaamisen vaikutukset moniammatillisten tiimien havaitsemana*. [pro gradu -työ, Tampereen yliopisto]. TUNI. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/142343/MarttilaKari.pdf?sequence=2>

- Mielenterveystalo. (i.a.). *Lasten ahdistus ja pelko*.
<https://www.mielenterveystalo.fi/fi/ahdistus/lasten-ahdistus-ja-pelko>
- Mieli. Suomen Mielenterveys ry. (10.2.2022). *Koululaisen tunnetaidot*.
<https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/tietoa-mielenterveyden-vahvistamisesta/lapset-ja-nuoret/ala-ja-ylakoulu/koululaisen-tunnetaidot/>
- Opetushallitus. (i.a.). *Häirinnän määrittely ja lainsäädäntö*. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/hairinnan-maarittely-ja-lainsaandanto>
- Opetushallitus. (i.a.). *Kaverisuhteet, yhteisöllisyys ja yksinäisyys*.
<https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/kaverisuhteet-yhteisollisyys-ja-yksinaisyys>
- Opetushallitus. (i.a.). *Kiusaamisen tunnistaminen ja puuttumisen keinot*.
<https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/kiusaamisen-tunnistaminen-ja-puuttumisen-keinot>
- Peltokangas, E., Haaranen, A., Pietilä, A-L., & Häggman-Laitila, A. (2018).
Viidesluokkalaisten lasten ja heidän perheidensä voimavarat ja tuen tarpeet – Asiakirja-analyysi laajoista terveystarkastuksista. *Hoitotiede*, 30(2), 143–154.
<https://journal.fi/hoitotiede/article/view/128417/77540?acceptCookies=1>
- Puusniekka, A. & Saarinen-Kauppinen, A. (i.a.). *Teemahaastattelu*.
https://www.fsd.tuni.fi/metelmaopetus/kvali/L6_3_2.html
- Puustjärvi, A. (1.9.2022). *Koulukiusaaminen: Taustatekijät ja seuraukset*. *Terveysportti*.
<https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/ltk/article/ykt00819/search/kiusaamisen%20muodot>
- Puustjärvi, A. (2022). *Koulukiusaaminen*. *Terveysportti*.
<https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/ltk/article/ykt00819>
- Pöyhönen, J., & Livingston, H. (2023). *Hyvän vanhemman salaisuus*. Tuuma.
- Sagar, R., & Singh Sen, M. (2021). *School Bullying: Cause or Consequence?* Editorial Commentary. <https://link.springer.com/article/10.1007/s12098-021-03930-2#ethics>
- Seppänen, H., Simola, T., & Liukkonen, T. (2021). *Lapsen ja perheen tukena*. Sanoma pro.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL). (22.9.2023a). *Kouluterveydenhuolto*.
<https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/sote-palvelut/opiskeluhoito/kouluterveydenhuolto>
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL). (21.9.2023b). *Kouluterveyskysely 2023: lapsia ja nuoria kuormittavat monet tekijät – selkeät arkirutiinit ja ajoissa saatu apu on tärkeää*.
<https://thl.fi/-/kouluterveyskysely-2023-lapsia-ja-nuoria-kuormittavat-monet-tekijat-selkeat-arkirutiinit-ja-ajoissa-saatu-apu-on-tarkeaa>

- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). (5.12.2023c). *Lääkäri*. <https://thl.fi/aiheet/lapset-nuoret-ja-perheet/sote-palvelut/opiskeluhoolto/kouluterveydenhuolto/toimijat/laakari>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). (7.12.2023d). *Opiskeluhoollon kuraattoripalvelu*. <https://thl.fi/aiheet/lapset-nuoret-ja-perheet/sote-palvelut/opiskeluhoolto/opiskeluhoollon-kuraattoripalvelut>
- Terveyden ja hyvinvoinninlaitos (THL). (7.12.2023f). *Opiskeluhoollon psykologipalvelut*. <https://thl.fi/aiheet/lapset-nuoret-ja-perheet/sote-palvelut/opiskeluhoolto/opiskeluhoollon-psykologipalvelut>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). (11.4.2023g). *Terveydenhoitaja*. <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/sote-palvelut/opiskeluhoolto/kouluterveydenhuolto/toimijat/terveydenhoitaja>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). (29.11.2022h). *Terveystarkastusten sisältö ja tarkoitus*. <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/sote-palvelut/opiskeluhoolto/kouluterveydenhuolto/terveystarkastukset/terveystarkastusten-sisalto-ja-tarkoitus>
- Tuomi, J., & Sarajarvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Tammi.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK). (16.11.2021). *Ihmistieteiden eettisen ennakoarvioinnin ohje*. https://tenk.fi/fi/ohjeet-ja-aineistot/ihmistieteiden-eettisen-ennakoarvioinnin-ohje#3_2
- Viljanmaa, J. (2014). *Kuka täällä oikein määrää: Lapsiperheen kasvatuskirja*. Minerva.
- Vuori, J. (2021). Tutkimusetiikka ihmistieteissä. Teoksessa J. Vuori (toim.), *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/tutkimusetiikka/tutkimusetiikka-ihmistieteissa/>

LIITTEET

Liite 1. Saatekirje

Liite 2. Teemahaastattelulomake

Liite 3. Tiedote tutkimuksesta

Liite 4. Suostumus tutkimukseen osallistumisesta

Liite 5. Esimerkki sisällönanalyysistä

Liite 1. Saatekirje

Hei terveydenhoitajat.

Täällä kirjoittelee kaksi kolmannen vuoden terveydenhoitajaopiskelijaa Seinäjoen Ammatti-korkeakoulusta.

Teemme opinnäytetyötä tärkeästä aiheesta ”Alakoululaisten koulukiusaamiseen puuttuminen terveydenhoitajan näkökulmasta”.

Etsimme nyt haastateltavaksi opinnäytetyöhömme alakoulun terveydenhoitajia, jotka ovat olleet vähintään vuoden tässä työssä.

Haastattelussa kyselemme terveydenhoitajien työstä liittyen koulukiusaamiseen sekä myös yhteistyöstä opettajien ja vanhempien kanssa. Haastattelu toteutetaan Teamsin tms. kautta ja se nauhoitetaan. Aineisto on luottamuksellista ja sitä käytetään ainoastaan opinnäytetyöhön eikä työssä mainita henkilötietoja. Haastattelun keston määrittää haastateltava. Haastatteluun osallistutaan omalla vapaa-ajalla.

Mikäli olisit halukas osallistumaan haastatteluun, ota rohkeasti yhteyttä sähköpostin kautta, niin sovitaan aikataulusta!

T: Terveydenhoitajaopiskelijat Mira ja Tuulia

mira.lintala@seamk.fi

tuulia.kauppinen@seamk.fi

Liite 2. Teemahaastattelulomake

1. Miten terveydenhoitajat ennaltaehkäisevät koulukiusaamista?

- Miten oppilaiden oma koulumotivaatio ja selvät oppimistavoitteet vaikuttavat koulukiusaamiseen?
 - Näkyykö koulumotivaatio kouluterveydenhoitajan vastaanotoilla?
 - Onko näillä vaikutusta kiusatuksi tai kiusaajaksi tulemiseen?
- Miten terveydenhoitajana luot turvallisen ilmapiirin koulu yhteisöön?
 - Mitä teet, jos huomaat ettei ympäristö ole turvallinen?
- Onko koulussanne käytössä minkäänlaisia kiusaamista ennaltaehkäiseviä kouluohjelmia?
 - Miten terveydenhoitajana omassa työssäsi edistät positiivista ryhmäilmapiiriä?
 - Miten ohjaat oppilaita ja henkilökuntaa vuorovaikutuksessa toistensa kanssa ja konfliktien ratkaisussa?
- Missä yhteydessä pyrit ennaltaehkäisemään koulukiusaamista?
 - Esim. Terveystarkastukset ja vanhempainillat?
- Mitkä ovat kiusaamisen syyt? Fyysinen muutos, esimurrosikä, oppimisvaikeudet, kotiolosuhteet?

2. Miten terveydenhoitajat puuttuvat koulukiusaamiseen?

- Ilmeneekö koulukiusaamistapauksia esimerkiksi vuosittaisten terveystarkastusten yhteydessä? Miten?
- Miten lasten kiusaamisongelmat näyttäytyvät terveydenhoitajalle?
 - Mistä koulukiusaamisen voi tunnistaa?
- Minkälaisia eri kiusaamisen muotoja koulussanne on?
 - Minkälaisia eroja on tyttöjen- ja poikien kiusaamisessa?

- Onko kiusaamistapaukset yksittäisiä vai onko kyse aina samasta kiusaajasta/kiusatusista?
- Miten perhe ottaa vastaan sen, että lasta on kiusattu tai että lapsi on kiusaaja?

3. Miten kouluterveydenhoitaja tukee kiusattua ja hänen perhettään?

- Mitä pyrit terveydenhoitajana tekemään, että kiusaaminen loppuisi?
 - Millaisia eri tuen muotoja käytät? (esim. vertaistuki ym.)
- Miten autat kiusaamisen kohteeksi joutunutta lasta?
 - Miten kiusaamistilannetta käsitellään?
 - Miten koulukiusaamistapauksia seurataan niiden selvittämisen jälkeen? Käydäänkö eri osapuolien kanssa esim. jonkinlaisia keskusteluja aiheesta?
- Kuinka kiusattu oireilee ja miten autat häntä siinä? Entä kiusaaja?
 - Minkälaisia menetelmiä teillä on tukemaan oppilaan mielenterveyttä?

4. Miten terveydenhoitajan ja opettajien välistä yhteistyötä voisi kehittää kiusaamiseen liittyen?

- Millaista yhteistyötä teet opettajien kanssa kiusaamiseen liittyen?
- Miten kiusaamistapauksia käydään läpi yhdessä opettajien kanssa?
- Mitä asioita haluaisit kehittää kiusaamistapauksiin liittyen ja miten?

Liite 3. Tiedote tutkimuksesta

Alakoululaisten koulukiusaamiseen puuttuminen terveydenhoitajan näkökulmasta.

1. Pyyntö osallistua tutkimukseen

Teitä pyydetään mukaan tutkimukseen, jossa tutkitaan alakoululaisten terveydenhoitajia ja heidän ennaltaehkäisevää työtä sekä puuttumista koulukiusaamiseen. Tämä tiedote kuvaa tutkimusta ja teidän osuuttanne siinä.

2. Vapaaehtoisuus

Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Kieltäytyminen ei vaikuta kohteluunne.

Voitte myös keskeyttää tutkimuksen koska tahansa syytä ilmoittamatta. Mikäli keskeytätte tutkimuksen tai peruutatte suostumuksen, teistä keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näytteitä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa.

3. Tutkimuksen tarkoitus

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, miten kouluterveydenhoitajat voivat ennaltaehkäistä, puuttua ja tukea kiusaamisen kokemusta. Sekä selvittää, miten kiusaamisen vastaista työtä voisi kehittää kouluterveydenhoitajan työssä.

4. Tutkimusmenetelmät ja toimenpiteet

Opinnäytetyö toteutetaan laadullisena, eli kvalitatiivisena tutkimuksena käyttäen teemahaastattelua alakoulujen terveydenhoitajille. Haastattelun avulla saadaan mahdollisimman laajat vastaukset, millaista kiusaamista kouluissa koetaan, sekä miten terveydenhoitajat käsittelevät aihetta.

Haastattelu tilanteet toteutetaan etäyhteydellä ja haastattelukysymykset toimitetaan kouluterveydenhoitajalle etukäteen tutustuttavaksi. Ennen haastattelua terveydenhoitajalle kerrotaan haastattelun kulusta, ehdoista, tallenteista ja muista tarpeellisista asioista

5. Kustannukset ja niiden korvaaminen

Tutkimukseen osallistuminen ei maksa teille mitään. Osallistumisesta ei myöskään makseta erillistä korvausta.

6. Tutkimustuloksista tiedottaminen

Opinnäytetyö julkaistaan avoimesti Theseus-tietokannassa.

7. Tutkimuksen päättyminen

Myös tutkimuksen suorittaja voi keskeyttää tutkimuksen, mikäli opinnäytetyön tavoitteet eivät toteudu.

8. Lisätiedot

Pyydämme teitä tarvittaessa esittämään tutkimukseen liittyviä kysymyksiä tutkijalle/tutkimuksesta vastaavalle henkilölle.

9. Tutkijoiden yhteystiedot

Liite 4. Suostumus tutkimukseen osallistumisesta

Tutkimuksen nimi: Alakoululaisten koulukiusaamiseen puuttuminen terveydenhoitajan näkökulmasta

Tutkimuksen toteuttaja:

Seinäjoen ammattikorkeakoulu

Tuulia Kauppinen, 0400874475, tuulia.kauppinen@seamk.fi

Mira Lintala, 0408451882, mira.lintala@seamk.fi

Ohjaaja:

Marja Toukola, 0408302301, marja.toukola@seamk.fi

Minua **[tutkittavan nimi]** on pyydetty osallistumaan yllämainittuun tutkimukseen, jonka tarkoituksena on haastatella alakoululaisten terveydenhoitajia ja selvittää heidän näkökulmansa koulukiusaamiseen puuttumisesta ja ennaltaehkäisystä.

Olen saanut tutkimustiedotteen ja ymmärtänyt sen. Tiedotteesta olen saanut riittävän selvityksen tutkimuksesta, sen tarkoituksesta ja toteutuksesta, oikeuksistani sekä tutkimuksen mahdollisesti liittyvistä hyödyistä ja riskeistä. Minulla on ollut mahdollisuus esittää kysymyksiä ja olen saanut riittävän vastauksen kaikkiin tutkimusta koskeviin kysymyksiini.

Olen saanut tiedot tutkimukseen mahdollisesti liittyvästä henkilötietojen keräämisestä, käsittelystä ja luovuttamisesta ja minun on ollut mahdollista tutustua tutkimukseen liittyvään tietosuojaselosteeseen.

Minua ei ole painostettu eikä houkuteltu osallistumaan tutkimukseen.

Minulla on ollut riittävästi aikaa harkita osallistumistani tutkimukseen.

Ymmärrän, että osallistumiseni on vapaaehtoista ja että voin peruuttaa tämän suostumukseni koska tahansa syytä ilmoittamatta. Olen tietoinen siitä, että mikäli keskeytän tutkimuksen tai peruutan suostumukseni, minusta keskeyttämiseen ja suostumukseni peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näytteitä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa.

Allekirjoituksellani vahvistan osallistumiseni tähän tutkimukseen.

Jos tutkimukseen liittyvien henkilötietojen käsittelyperusteena on suostumus, vahvistan allekirjoituksellani suostumukseni myös henkilötietojeni käsittelyyn. Minulla on oikeus peruuttaa suostumukseni tietosuojaselosteessa kuvatulla tavalla.

Allekirjoitus:

Nimenselvennys:

Alkuperäinen allekirjoitettu tutkittavan suostumus sekä kopio tutkimustiedotteesta liitteineen jäävät tutkijan arkistoon. Tutkimustiedote liitteineen ja kopio allekirjoitetusta suostumuksesta annetaan tutkittavalle.

Liite 5. Esimerkki sisällönanalyysistä

4.Yhteistyö kouluterveydenhoitajan ja opettajien välillä.

Alkuperäisilmaisu	Pelkistetty ilmaisu	Alaluokka	Yläluokka
"Mun taktiikka on jutella opettajien kanssa, jos jotakin tulee ilmi" H1	Aina on hyvä keskustella ilmenevät asiat opettajien kanssa yhdessä.		
"Teen opettajille laajan yhteenvedon terveystarkastusten vastauksista nimettömänä." H1	Terveystarkastuksista tehdään aina opettajalle nimetön yhteenveto.		
"Määräaikaistarkastuksissa kun saa yhden luokan tarkastettua, niin juttelen opettajan kanssa, että tuliko esiin jokin ilmiö, johon olisi hyvä kiinnittää huomio." H1	Myös määräaikaistarkastuksista keskustellaan opettajan kanssa.		
"Terveystarkastusten yhteydessä teen opettajien kanssa yhteistyötä, kun vien heille tietoa, mitä tarkastuksissa havaitsen." H2	Terveystarkastuksista tehdään aina opettajalle nimetön yhteenveto.		
"Opettajilta tulee tieto, että koulussa	Myös opettajat voivat välittää		

<p>on kiusaamista, niin silloin tietää terveystarkastuksia tehdessä kysellä kiusaamisesta eri tavalla.” H3</p> <p>”Myös yhteisöllisissä oppilashuoltoryhmissä keskustellaan asiasta, jos huomataan selkeästi jossakin luokassa kiusaamista, jolloin ne pystytään tarvittaessa ottamaan vanhempainloissa puheeksi.” H3</p>	<p>terveydenhoitajalle tietoa, jotta hän osaa keskustella siitä vastaanotoilla.</p> <p>Oppilashuoltoryhmissä tehdään tiivistä yhteistyötä, jolloin myös kiusaamistapaukset tulevat ilmi ja niistä voidaan keskustella vanhempainiloissa.</p>	<p>Asioiden jakaminen yhdessä terveydenhoitajan ja opettajien kanssa</p>	
<p>”Fyysisissä tappeiluissa opettajien kanssa käydään läpi, kuinka pahaa jälkeä on tullut, ja mitä oikeasti on tapahtunut, mikäli joku aikuinen on tilanteen nähnyt.” H1</p> <p>”Oppilashuoltoryhmissä, tarvittaessa vanhemmat ja oppilaat mukana käydään läpi kiusaamistapaukset.” H2</p> <p>”Meillä on oppilashuoltoryhmä jolla me kokoonnutaan</p>	<p>Fyysisissä kiusaamistapauksissa tilanne käydään läpi opettajien kanssa.</p> <p>Kiusaamistapauksia käydään läpi oppilashuoltoryhmissä.</p> <p>Oppilashuoltoryhmissä keskustellaan usein koulun</p>		<p>Yhteistyö koulu-terveydenhoitajan ja opettajien välillä</p>

<p>kerran kuussa ja, jossa on kuraattori, psykologi, minä, kouluvalmentaja, vararehtori, niin ne on sellasia niinkun 45min-1h mittasia tapaamisia missä käydään kaikki huolet ja murheet tietystä luokkaryhmästä läpi sekä keskustellaan kiusaamisista.” H4</p>	<p>keskeisistä oppilaisiin liittyvistä asioista, joita tulisi hoitaa, sekä käydään läpi kiusaamistapauksia.</p>	<p>Kiusaamistapausten läpikäynti</p>
<p>”Haluaisin kehittää kouluterveydenhoitajalta opettajille välitettävää tiedon kulua. Joskus terveydenhoitajalla saattaa olla sellaista tietoa, mikä opettajien olisi hyvää tietää tai toisinpäin, mutta salassapitovelvollisuuden takia asiaa ei saa kertoa.” H2</p> <p>”Lisäksi terveydenhoitajana toivoisin ehdottomasti lisää koulutusta kiusaamisasioihin liittyen.” H2</p> <p>”Jonkunlaista koulutusta siihen et ois jatkossa niitä parempia menetelmiä mitä vois käyttää just alakouluikästen</p>	<p>Opettajien ja terveydenhoitajan välinen tiedonkulku on tärkeää, ja sitä tulisi kehittää.</p> <p>Terveydenhoitajat toivoisivat lisäkoulutusta kiusaamistapausten käsitteeseen.</p> <p>Terveydenhoitajat kaipaavat lisäkoulutusta kiusaamistapausten käsitteeseen sekä kiusaamista tukevien</p>	<p>Kiusaamistapauksiin liittyvät kehitysideat</p>

kanssa kiusaami- seen liittyen.”	menetelmien käyt- töön.		
-------------------------------------	------------------------------------	--	--