



**”NE PIENET MERKIT SAIVAT HUOLENI HERÄÄMÄÄN”**  
**Toimintaohje yläkoulun kouluterveydenhoitajille**  
**oppilaiden välisestä kiusaamisesta,**  
**sen havaitsemisesta ja siihen puuttumisesta**

**Opinnäytetyö**

**Mari Airaksinen**  
**Satu Kinnunen**  
**Kirsi Saarela**

**Hoitotyön koulutusohjelma**  
Terveystyön suuntautumisvaihtoehto

# SAVONIA- AMMATTIKORKEAKOULU

Terveysala, Kuopio

## OPINNÄYTETYÖ

### Tiivistelmä

Koulutusohjelma: Hoitotyön koulutusohjelma	
Suuntautumisvaihtoehto: Terveystenhoitotyö	
Työntekijät: Mari Airaksinen, Satu Kinnunen ja Kirsi Saarela	
Työn nimi: ”Ne pienet merkit saivat huoleni heräämään” Toimintaohje yläkoulun kouluterveydenhoitajille oppilaiden välisestä kiusaamisesta, sen huomaamisesta ja siihen puuttumisesta	
Päiväys: 22.10.2010	Sivumäärä / liitteet: 51/3
Ohjaaja: Ingrid Antikainen, THM, Lehtori	
Yhteistyökumppani: Suininlahden yläkoulu, Siilinjärvi	
<p>Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli laatia yläkoulun kouluterveydenhoitajille suunnattu toimintaohje oppilaiden välisestä kiusaamisesta ja siihen puuttumisesta. Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä kouluterveydenhoitajan tietoutta oppilaiden välisestä kiusaamisesta, sen havaitsemisesta ja siihen puuttumisesta sekä konkretisoida asiasta nousseen huolen puheeksiottoa. Työn tavoitteena oli myös tarkentaa kouluterveydenhoitajan roolia kiusaamistapauksen selvittämisessä.</p> <p>Oppilaiden välinen kiusaaminen on pitkäaikaista, toistuvaa, henkistä, ruumiillista tai sosiaalista väkivaltaa, joka kohdistuu yhteen oppilaaseen. Kiusaaminen on aina tiedostettua toimintaa. Kiusaamisen määritelmän on oltava kaikkien tiedossa mahdollisimman varhaisen ja tehokkaan puuttumisen vuoksi. Varhainen puuttuminen on aina tehokkainta ja helpointa kiusaamisen ehkäisyä. Kiusaamisen vaikutukset ovat suoraan riippuvaisia kiusaamisen kestosta, ja ne voivat olla joko välittömiä tai pitkäaikaisia. Omaa identiteettiään rakentavalle nuorelle kiusaaminen on kehityksellinen riski.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena projektina. Toimintaohjeen laadinnassa viitekehyksenä käytettiin Huolen vyöhykkeistöä. Toimintaohje perustuu koulukiusaamisesta tehtyihin tutkimustuloksiin ja kirjallisuuteen sekä yhteistyökumppanikoulun terveydenhoitajan kanssa käytyihin keskusteluihin. Toimintaohje laadittiin sähköiseen muotoon, koska siten asiakirja on nykyaikainen ja tehokas apuväline kouluterveydenhoitajan työn tueksi. Sähköisessä muodossa oleva toimintaohje on helposti kouluterveydenhoitajien sekä alan opiskelijoiden käytettävissä.</p>	
Avainsanat: (1-5). yläkouluikäinen nuori, oppilaiden välinen kiusaaminen, kouluterveydenhoitaja, toimintaohje	
Julkinen <input checked="" type="checkbox"/>	Salainen <input type="checkbox"/>

# SAVONIA UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

## Health Professions Kuopio

### THESIS

#### Abstract

Degree Programme: Degree Programme in Nursing	
Option: Health Care	
Authors: Mari Airaksinen, Satu Kinnunen, Kirsi Saarela	
Title of Thesis: "Those Small Signs Made Me Worried" Terms of Reference of Bullying between Pupils, Detecting and Intervening in It for the School Nurses in the Upper Level of Comprehensive School.	
Date: Oct the 22 <sup>nd</sup> 2010	Pages / appendices: 51/3
Supervisor: Ingrid Antikainen, MNSc, Senior lecturer	
Contact persons: Junior high school Suininlahti, Siilinjärvi	
<p>The purpose of this thesis was to draw up terms of reference of bullying between pupils and how to intervene in it. The terms of reference were directed to the school nurses in the upper level of comprehensive schools. The aim of the thesis was to increase the school nurses' awareness of bullying between pupils as well as of detecting and intervening in it and to make concrete the bringing up of the concern that has emerged from the matter. Moreover, the aim was to specify the role of the school nurse in detecting cases of bullying.</p> <p>The bullying between pupils is long-term, ongoing, mental, physical or social violence that is aimed at one pupil. Bullying is always a conscious action. The definition of bullying has to be known to all in order to intervene in it as early and efficiently as possible. Earlier intervention is always the most efficient and the easiest prevention of bullying. The effects of bullying are directly dependent on the duration of bullying, and they can be either direct or long-term. To a young person, who is building their identity, bullying is a developmental risk.</p> <p>The thesis was conducted as an operational project. In drawing up the terms of reference, the specific zones of concern were used as a framework. The terms of reference are based on the research results obtained from bullying as well as literature on bullying and the discussions held with the school nurse of the partner school. The terms of reference were devised into digital form. Thus, the document is a modern and efficient tool for the school nurses. In digital form the terms of reference are easily used by both the school nurses and the students in the field of nursing.</p>	
Keywords: (1-5) a young person in the upper stage in basic education, bullying between pupils, school nurse, terms of reference	
Public <input checked="" type="checkbox"/>	Secure <input type="checkbox"/>

## SISÄLTÖ

1	OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA TARKOITUS .....	5
2	YLÄKOULUIKÄINEN KEHITTYVÄNÄ NUORENA.....	7
2.1	Nuoren psykososiaalinen kehitys ja kehitystehtävät .....	7
2.2	Yläkoululainen kouluyhteisössä.....	10
3	OPPILAIKEN VÄLINEN KIUSAAMINEN JA SEN VAIKUTUKSET .....	12
3.1	Koulukiusaaminen ja roolit kiusaamisprosessissa .....	12
3.2	Kiusaamisen vaikutukset.....	15
4	KIUSAAMISEEN PUUTTUMINEN .....	16
4.1	Tukioppilastoiminta vertaissuhteiden edistäjänä .....	16
4.2	KiVa Koulu -toimenpideohjelma koulukiusaamista vastaan .....	18
4.3	Vertaissovittelu eli VERSO .....	19
4.4	Oppilashuoltoryhmä moniammatillisena toimintana .....	20
5	KOULUTERVEYDENHOITAJA KIUSAAMISEEN PUUTTUJANA .....	20
5.1	Terveystoimittajan työnkuva kouluyhteisössä .....	21
5.2	Huolen vyöhykkeistö kiusaamiseen puuttumisen apuvälineenä .....	24
5.3	Huolen puheeksiotto.....	26
6	TOIMINTAOHJEEN LAATIMINEN KOULUTERVEYDENHOITAJILLE OPPILAIKEN VÄLISESTÄ KIUSAAMISESTA .....	28
6.1	Toimintaohjeen tavoite ja tarkoitus.....	29
6.2	Toimintaohjeen laatiminen.....	29
6.3	Valmiin toimintaohjeen arviointi ja hyödyntäminen .....	32
7	POHDINTA.....	34
	LÄHTEET .....	38
LIITTEET		
	Liite 1. Huolen puheeksioton ennakkointilomake .....	42
	Liite 2. Toimintaohjeen sisältö kopioituna opinnäytetyön raporttiin.....	45
	Liite 3. Toimintaohje.....	51

# 1 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA TARKOITUS

Kiusaaminen koskettaa nykyisin jokaista koulua. Kiusaamiseen puuttuminen ja sen ennalta ehkäisy vaihtelevat kouluittain. Uusi valtioneuvoston asetus (380/2009) kouluterveydenhuollolle sitoo kuntia tehostamaan ehkäisevää toimintaa siten, että terveysneuvonta ja terveystarkastukset ovat suunnitelmallisia, tasoltaan yhtenäisiä ja yksilöiden tarpeet huomiioon ottavia. Asetuksessa säännellään terveystarkastusten ja terveysneuvonnan sisältöä ja määrää. Koulukiusaaminen on mainittu asetuksessa erikseen ennaltaehkäisyn ja puuttumisen kannalta kouluterveydenhuoltoon kuuluvana asiana. Vuoden 2011 alusta lähtien kouluterveydenhoitaja on velvoitettu puuttumaan myös koulukiusaamiseen, jos hän sellaista havaitsee.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) vuosittain toistuvan kouluterveyskyselyn mukaan 8 % suomalaisista yläkouluikäisistä oppilaista joutui kiusatuksi vähintään kerran viikossa vuosina 2008 ja 2009. Kiusattujen oppilaiden osuus on hiljalleen noussut viimeisten kymmenen vuoden aikana. (Luopa, Lommi, Kinnunen & Jokela 2010, 21.) Mannerheimin Lastensuojeluliiton (MLL) vuonna 2008 tekemän Internet-kyselyn mukaan kiusatuksi joutuneet kokevat, että aikuiselle kertominen ei tuo kovinkaan helposti apua tilanteeseen. Huolestuttavaa on, että suurella osalla tilanne oli jopa huonontunut kertomisen jälkeen. Omilta vanhemmilta sai todennäköisimmin apua. (Peura, Pelkonen & Kirves 2009, 25.)

Kiusaaminen on hyvin tiedostettu ja siitä on käyty keskustelua 1990-luvun alusta lähtien. Jopa lainsäädäntöä on muutettu, mutta siitä huolimatta koulukiusaamista ei ole saatu vähenemään. (Tuomisto, Salmivalli & Poskiparta 2009, 173.) Elokuussa 2003 voimaan tullut koululainsäädäntö velvoittaa opetuksen järjestäjän laatimaan opetussuunnitelman yhteydessä myös suunnitelman oppilaiden suojaamiseksi väkivallalta, kiusaamiselta ja häirinnältä. Suunnitelma tulee toimeenpanna sekä valvoa sen noudattamista ja toteutumista. (Perusopetuslaki 628/1998; Laki perusopetuslain muuttamisesta 477/2003.)

Kouluväkivallan ja -kiusaamisen ehkäisy ja siihen puuttuminen on koko koulu yhteisön asia. Kiusaaminen hankaloittaa koulunkäyntiä aiheuttaen erilaisia psyykkisiä sekä fyysisiä ongelmia ja vammoja. Siksi kouluterveydenhuollon tulee selvittää muun oppilashuollon

kanssa toistuvan kouluväkivallan tai -kiusaamisen kohteena olevan oppilaan kokonaisvaltainen terveydentila. Tarvittaessa on tehtävä jatkoselvityksiä ja järjestettävä apua ongelmien ratkaisemiseksi. Yläkouluikäinen nuori elää herkkää ja haasteellista aikaa etsien omaa identiteettiään. Kouluterveydenhoitaja tukee omalla toiminnallaan nuoren minäkuvan ja aikuisen identiteetin kehittymistä. (Kouluterveydenhuolto 2002, 52–62; Lehtinen, Kuusinen & Vauras 2007, 26–27; Ruski 2002, 50.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen kouluterveyskysely ja MLL:n Internet-kysely herättivät tämän opinnäytetyön tekijät pohtimaan, miten kiusaamisen kohteeksi joutunut nuori tulisi paremmin huomatuksi ja autetuksi sekä miten kouluterveydenhoitaja voisi tehdä kiusaamisesta puhumisen helpommaksi oppilaille ja myös itselleen työntekijänä.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli laatia yläkoulun kouluterveydenhoitajille suunnattu toimintaohje oppilaiden välisestä kiusaamisesta, sen havaitsemisesta ja siihen puuttumisesta. Työn tavoitteena oli lisätä kouluterveydenhoitajan tietoutta oppilaiden välisestä kiusaamisesta, tarjota työkaluja kiusaamisen havaitsemiseen ja siihen puuttumiseen sekä antaa avaimia asiasta nousseen huolen puheeksiottoon. Tavoitteena oli myös tarkentaa kouluterveydenhoitajan roolia kiusaamistapauksen selvittämisessä.

Opinnäytetyö ei liity mihinkään suurempaan hankekokonaisuuteen. Aiheen valikoitumiseen vaikutti sen ajankohtaisuus ja suora yhteys työn tekijöitä erityisesti kiinnostavaan kouluterveydenhoitajan työhön. Perehdyttäessä koulukiusaamista käsittelevään kirjallisuuteen (esim. Hamarus 2008, Höistad 2003, Salmivalli 2010) kouluterveydenhoitaja näytti jäävän sivuun kiusaamistapausten selvittämistilanteissa. Kouluterveydenhoitaja kuuluu oppilashuoltoryhmään, mutta siitä huolimatta hänen rooliaan koulukiusaamistapauksissa ei ole määritelty tarkemmin. Tiedusteltaessa asiaa KiVa Koulu -toimistosta koordinaattori Tuija Tuomisto (20.4.2010) kertoi kouluterveydenhoitajalla voivan olla keskeinen rooli asioiden selvittelyssä koulukiusaamistapauksessa, koska hän saattaa olla ensimmäinen henkilö, jolle lapsi tai nuori kiusaamisesta kertoo. KiVa Koulu -ohjelmassa ei kuitenkaan ole omaa aineistoa kouluterveydenhoitajalle ja hän kuuluu KiVa-tiimiin vain, jos koulussa niin päätetään.

Opinnäytetyön yhteistyökumppanina oli Suininlahden yläkoulu Siilinjärveltä. Koululla toimivalta terveydenhoitajalta opinnäytetyön tekijät saivat vankkaan kokemukseen perustuvaa tietoa koulukiusaamisesta ja oppilaiden kohtaamisesta. Tämän opinnäytetyön tuotok-

sena syntyneen toimintaohjeen tarkoituksena on olla työväline terveydenhoitajalle, mutta samalla terveydenhoitajan rooli ja merkitys kiusaamistapauksissa tarkentuvat koko koulu-yhteisölle. Opinnäytetyöprosessi toi kokonaisuudessaan tämän työn tekijöille ammatillista osaamista sekä tutkimuksellista näkökulmaa terveydenhoitajan työhön.

## **2 YLÄKOULUIKÄINEN KEHITTYVÄNÄ NUORENA**

Yläkouluun alakoulusta siirtyvä 13-vuotias elää haasteellista aikaa. Hän on erityisen haavoittuva vahingollisille kokemuksille. (Sinkkonen 2010, 15.) Nuorella on useampia kehitystehtäviä, joihin hänen tulisi vastata yläkoulun vuosien aikana. Tärkeää positiivisen minäkuvan luomisessa on se, että nuori kokee pystyvänsä vastaamaan kehityshaasteisiin. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilen 2003, 82.) Perusopetuslain (628/1998) mukaan oppivelvollisuus päättyy, kun perusopetuksen oppimäärä on suoritettu, tai kun oppivelvollisuuden alkamisesta on kulunut kymmenen vuotta. Oppivelvollisuuden piiriin kuuluvat kaikki Suomessa vakinaisesti asuvat lapset ja nuoret.

### **2.1 Nuoren psykososiaalinen kehitys ja kehitystehtävät**

Nuoruusikä jaetaan kolmeen vaiheeseen: varhaisnuoruuteen (11–14 vuotta), keskinuoruuteen eli varsinainen nuoruuteen (14–18 vuotta) ja myöhäisnuoruuteen eli jälkinuoruuteen (18–23 vuotta). Nuoruusiän psyykinen kehitys voidaan jakaa kolmeen osa-alueeseen: ensimmäinen on biologisen kypsymisen liikkeelle saama seksuaalinen kehitys, toinen vanhemmista irtautuminen ja itsenäistyminen sekä kolmas nuoren identiteetin kehitys. Varhaisnuoruus alkaa puberteetin käynnistymisenä. (Laine 2002, 107.) Sen aikana lapsesta kasvaa fyysisesti aikuinen. Varhaisnuoruuden tärkein kehitystehtävä on muutos suhteessa omaan kehoon. Puberteetti kestää 2–5 vuotta, mutta aikatauluissa on vaihtelua tyttöjen ja poikien välillä. Puberteetti alkaa tytöillä varhemmin kuin pojilla. (Aalberg & Siimes 2007, 15.)

Varhaisnuoruudessa ruumiissa tapahtuvat muutokset aiheuttavat levottomuutta ja kiihtymystä. Nuori on hämmentynyt, koska kokemus omasta itsestä vaihtelee. Toisaalta nuori haluaa irti vanhemmista ja toisaalta eriytymisen tarve herättää halun palata riippuvuuteen.

Nuoren suhde vanhempiin vaihtelee. Välillä nuori on lapsenomainen ja välillä hän taas korostaa itsenäisyyttään. Käytös on ailahtelevaa. Nuori tarvitsee itsenäistyäkseen kiistoja, joita hän sitten provosoi hyvin arkipäiväisistä asioista vanhempien kanssa. Nuori kokee vuorotellen äidin ja isän itsenäistymisensä esteeksi. Korostamalla yksilöllisyyttään nuori eriytyy vanhemmistaan, hän etsii oman kaveripiirinsä perheen ulkopuolelta, jättää kertomatta asioita vanhemmilleen ja alkaa pitää ajatuksiaan suojattuna. (Aalberg & Siimes 2007, 68–69.) Ystävien kanssa tutkitaan, kokeillaan ja omaksutaan aikuisuuteen liittyviä ihanteita, arvoja ja käyttäytymistapoja (Friis, Mannonen & Eirola 2004, 45). Turvallinen kiintymys vanhempiin edistää yksilöitymistä, se ei haittaa tai estä sitä, mutta se ei ole kuitenkaan häiriöttömän nuoruuden tae (Sinkkonen 2010, 93, 96).

Nuoren itsetuntemus on rakentumisvaiheessa, mikä näkyy korostuneen itsetietoisena käyttäytymisenä. Nuori näkee samaa itsekeskeisyyttä ympäristössään, ja siten tulkitsee ympäristöönsä helposti väärin. Erityisesti vanhempiaan hän pitää suvaitsemattomina ja itsekkäinä. Nuori kohtaa oman selkiytymättömyytensä varhaisnuoruudessa. Hänen on vaikea ymmärtää ja sietää yllykkeitään ja tunteitaan. Nuori kieltää voimakkaat tunteensa ja ulkoistaa tapahtumia puolustaakseen psyykkistä minäänsä. Tuekseen hän tarvitsee toisia nuoria ja perheen ulkopuolisia aikuisia. (Aalberg & Siimes 2007, 69.) Toisinaan nuori voi sijoittaa hyvin intensiivisiä tunnelatauksia perheen ulkopuolisiin aikuisiin. Kohteena voi olla esimerkiksi karismaattinen opettaja, rippileirin pappi tai valmentaja. Sinkkosen mukaan aikuisten tehtävä on antaa vastaus, selittää ja perustella ja tarvittaessa antaa selkeä määräys. (Sinkkonen 2010, 93.) Suotuisissa olosuhteissa nuori saa heiltä tarvitsemansa tuen ja kykenee nauttimaan omasta sekä fyysisestä että psyykkisestä kasvustaan hämmennyksestä huolimatta (Aalberg & Siimes 2007, 69).

Varsinaisessa nuoruudessa nuori on alkanut sopeutua muuttuneeseen ruumiinkuvaansa ja saanut hallintaansa osittain varhaisnuoruuden yllykepaineen. Seksuaalisuuden kehitys on keskeistä tässä vaiheessa, erityisesti nuoren oma seksuaalisuus ja sen vaikutus hänen ihmissuhteisiinsa. Seksuaalisuuden etsinnässä on tärkeä osa itsetyydytyksellä. Nuori hahmottaa omaa seksuaalista ruumiillisuuttaan ja sitoo seksuaalisia yllykkeitä mielikuviin. Esimerkiksi homoseksuaaliset kokeilut varhaisnuoruudessa ovat yleensä ymmärrettävissä oman seksuaalisuuden etsimisenä eikä niinkään alkavana seksuaalisena erilaisuutena. Ikätoverit ovat tärkeitä seksuaalisuuden rakentumisessa. Seurustelusuhdeiden avulla vahvistetaan omaa minuutta. Suhteet ovat aluksi minäkeskeisiä nuoren testatessa omaa seksuaalisuuttaan ja sitä, miten hän kelpaa omana itsenään. (Aalberg & Siimes 2007, 69–70.)



Nuoruuden kehitystehtävät ovat vanhempiin ja ikätovereihin liittyviä sekä puberteetista johtuvia. Nuoren tulee irrottautua nuoruudessa lapsuuden vanhemmistaan, heidän tarjoamastaan tyydytyksestä ja heihin kohdistuneista toiveista sekä löytää vanhemmat uudelleen aikuisella tasolla. Puberteetin aikana nuoren pitää jäsentää muuttuva ruumiinkuvansa, seksuaalisuutensa ja seksuaalinen identiteettinsä. Nuori turvautuu ikätovereiden apuun nuoruusiän kasvun ja kehityksen aikana. Nuoruusiässä voidaan ratkaista ja korjata monia lapsuudenajan häiriöitä, sillä nuori pystyy kohtaamaan ne kehittyneemmällä tavalla ja henkisesti valmiimpana. (Aalberg & Siimes 2007, 68.)

Eriksonin vuonna 1950 kehittämän psykososiaalisen teorian mukaan nuoruusiän sijoittuu identiteetin löytäminen ja roolihämmennyksen jatkumisen muodostama kasvuprosessi. Hänen mukaan identiteetin kasvuprosessi perustuu siihen vuorovaikutukseen, joka lapsuusiän päätösvaiheessa olevan nuoren mielessä myllertää. Nuori sovittaa yhteen omia käsityksiä itsestään niihin käsityksiin, joita hän uskoo itsestään olevan hänelle tärkeillä ihmisillä. Identiteetti antaa yksilön psyykkiselle olemassaololle elämyksen jatkuvuudesta, samuudesta ja eheydestä, ja sen avulla yksilö muuttuvissa tilanteissa tuntee, kuka, millainen ja mitä hän on. Identiteettikehitys alkaa lapsuudesta ja jatkuu läpi koko elämän. (Lehtinen ym. 2007, 26–27.)

Kun identiteetti on kehittynyt optimaalisesti, nuorella on kyky tehdä elämälle suuntaa antavia valintoja esimerkiksi koulutuksen ja harrastusten suhteen. Nuori tuntee olevansa kokonaan omassa ruumiissaan ja hänellä kokemus siitä, että hänelle tärkeät ihmiset hyväksyvät hänet sellaisena kuin hän itse itsensä tuntee. Jos identiteetissä on häiriöitä tai se on puutteellinen, nuori ei tunne kunnolla itseään. Hän ei pysty tekemään valintoja esimerkiksi koulutukseen liittyvissä asioissa. Oma minä tuntuu vieraalta, ja elämän mielekkyys kärsii. (Lehtinen ym. 2007, 26–27.)

Nuori on altis haavoittumiselle. Koulukiusaamisen yhteydessä nöyryytykset ja häpeäkokemukset voivat johtaa voimakkaisiin vihanpurkauksiin. Nuori voi tuolloin kääntää aggressiot itseensä ja käyttäytyä itsetuhoisesti. Voimakkaiden impulssien hallintaan tarvittavien aivoalueiden toiminta on nuorella vielä puutteellinen. (Sinkkonen 2010, 164.) Nuori voi olla kyvytön käsittelemään ristiriitoja, joita hän kohtaa koulukiusatuksi tullessaan. Jos nuorta kiusataan esimerkiksi painon takia, voi se johtaa nuoren pakonomaiseen ja rajuun

laihduuttamiseen ja sairastumiseen anoreksiaan. (Savukoski 2008, 85.) Kiusaaminen on kehityksellinen riski kaikille kiusaamistapahtumaan osallistuville (Salmivalli 2010a, 30).

## 2.2 Yläkoululainen koulu yhteisössä

Yläkouluun siirtyvä nuori kohtaa monia muutoksia yläkouluun mennessään. Oppilaiden ajatukset liittyvät sosiaalisiin suhteisiin, koulutyöskentelyyn ja ympäristön muutokseen. Toiveet ja pelot kohdistuvat pääasiassa näihin asioihin. Koulurakennus voi vaihtua, koulumatka pidentyä ja luokkatoverit vaihtua ainakin osittain. Uusien oppiaineiden myötä työmäärä lisääntyy ja tulee monta uutta opettajaa. Oppilaiden asennoituminen kouluun muuttuu iän myötä. Koulunkäynti ei ole enää niin mieluisaa, mitä se on ollut aiemmin. Se johtunee osittain murrosiän tuomasta taantumasta ja siitä, että persoonallinen kehitys on merkittävässä vaiheessa. Parhaimmillaan onnistunut yläkouluun siirtyminen valmistaa nuorta selviytymään myöhemmin elämänkaaren aikana tapahtuvista muutoksista. (Neväläinen 2010, 82–83; Savolainen 2005.)

Nuoren vertaissuhteet keskittyvät suurimmaksi osaksi koulun ja erityisesti oman luokan oppilaista muodostuvaan sidosryhmään. Näissä vertaissuhteissa nuori rakentaa käsitystä itsestään suhteessa toisiin ja omaksuu samalla arvoja, normeja ja asenteita. Vertaissuhteiden kautta nuori harjoittelee myös vuorovaikutustaitoja, saa palautetta omasta käyttäytymisestä ja kehittyy kognitiivisesti. (Pörhölä 2008, 94.) Myös eri-ikäisten oppilaiden yhteistyö on tärkeää. Yhtenäisessä peruskoulussa, jossa oppilaan ei tarvitse vaihtaa koulua siirtyessään alakoulusta yläkouluun, annetaan lapselle aikaa kasvaa lapsuudesta nuoruuteen omaehtoisesti. Ohjattu yhteistyö eri-ikäisten oppilaiden kanssa auttaa lisäämään suvaitsevuutta ja vähentää kiusaamista, kun oppilaat luovat ystävyyssuhteita eri-ikäisten oppilaiden kanssa. (Piispanen 2008, 54, 56.)

Vuonna 1998 säädetyin perusopetuslain mukaan jokaisella opetukseen osallistuvalla on oikeus turvalliseen opiskelu-ympäristöön. Hyvä oppimisympäristö on sellainen paikka, tila, yhteisö tai toimintakäytäntö, mikä edistää oppimista. Oppimisympäristöön kuuluvat fyysiset puitteet kuten luokkahuone sekä psyykkiset ja sosiaaliset tekijät. Psyykkinen ulottuvuus kattaa käsitteenmuodostuksen ja ajatteluun liittyvän. Sosiaalinen ulottuvuus kattaa taas vuorovaikutuksen ja kommunikointiin liittyvän. Yksilön ja ympäristön vuorovaikutus yhdistää sisäisen ja ulkoisen oppimisympäristön. Oppimisympäristön tarkastelussa tulee huomioida myös pedagoginen ulottuvuus eli opetus- ja kasvatustavoitteet. Koulun tulee

täyttää nuoren inhimillisen kasvun tarpeet sekä kasvattaa ja opettaa nuorta kohtaamaan yhteiskunnassa tarvittavia tietoja ja taitoja. (Perusopetuslaki 628/1998; Laki perusopetuslain muuttamisesta 477/2003; Piispanen 2008, 41–42, 48.)

Hyvään oppimisympäristöön kuuluu tärkeänä osana myös hyvä oppilastuntemus. Jos oppilaalla ja opettajalla on pitkä yhteinen historia, on oppilaalla helpompi lähestyä opettajaa mahdollisissa ongelmissaan. Opettaja osaa reagoida oppilaan tarpeisiin herkemmin ja siten oppilas saa tukea häneltä varhemmin sitä tarvitessaan. Thomas Gordonin kehittämän Toimiva koulu-ajattelun mukaan tärkeintä on opettajan kyky luoda toimiva vuorovaikutussuhde oppilaisiin. Oppilaan ja opettajan vuorovaikutuksen laatu on ratkaisevin tekijä opettamisessa ja oppimisessa (Piispanen 2008, 53–54; Nevalainen 2010, 81).

Rankat kokemukset sekä kasautuvat riskit, esimerkiksi koulunkäyntivaikeudet, leimautuminen tietynlaiseksi ja ratkaisematta jääneet ongelmat, voivat Kurosen (2010) tutkimuksen tulosten mukaan kärjistyä yläkoulussa, jos oppilas on joutunut vaikeuksiin alakoulussa. Jos nuorella ei ole muodostunut alakoulussa luottamuksellisia kaverisuhteita tai turvallista oppilaan ja opettajan välistä suhdetta, kokee hän syrjäytymistä myös yläkoulussa. Kielteisten kokemusten ja epäonnistumisten kehää on vaikea katkaista myöhemmin. Lisäksi tutkimuksessa tuli esille vakavia puutteita oppilaiden viihtyvyydessä ja hyvinvoinnissa koulussa. Yläkoulun ilmapiiriä kuvattiin levottomaksi ja kylmäksi. Koulukiusatut jäivät mielestään yksin ongelmineen. Kuronen toteaa tuen tarpeen lisääntyvän yläkoulussa kasvavien oppimistavoitteiden ja nuoren kehitysvaiheen takia. Vaikeuksiin joutuneet toivoivat koulussa varhaista puuttamista, ongelmien puheeksi ottamista ja työrauhaa. Kielteinen koulusuhde, traumaattiset koulukokemukset ja hyvinvoinnin järkkäminen ennakoivat merkittäviä vaikeuksia myöhemmässä elämässä. (Kuronen 2010, 323–336.)

### 3 OPPILAIDEN VÄLINEN KIUSAAMINEN JA SEN VAIKUTUKSET

Oppilaiden välisestä koulukiusaamisesta on kyse silloin, kun yhdelle ja samalle oppilaalle aiheutetaan kerta toisensa jälkeen tahallaan pahaa mieltä (Salmivalli 2010a, 14). Oppilasta loukataan, vahingoitetaan ja/tai syrjitään toistuvasti yhden tai useamman oppilaan toimesta, eikä hän pysty itse puolustautumaan tai vaikuttamaan saamaansa kohteluun. (Pörhölä 2008, 94.) Kiusaaminen johtaa aina oppilaiden välisten välien rikkoutumiseen (Hamarus 2008, 14). Kiusaamisen määrittely on peruslähtökohtana kiusaamiskeskustelulle (Salmivalli 2002, 94). Kiusaamisen vaikutukset kantavat läpi elämän ja voivat olla sekä yksilön persoonallisuuden kehittymisen että tulevaisuuden rasite (Salmivalli 2010a, 25–26; Hinduja & Patchin 2009). Myös kiusaamisen näkeminen ja sen seuraaminen voivat aiheuttaa vakavia mielenterveydellisiä oireita, vaikka ei itse olisikaan uhri (Rivers, Poteat, Noret & Ahurst 2009).

#### 3.1 Koulukiusaaminen ja roolit kiusaamisprosessissa

Koulukiusaamisesta puhutaan, kun kiusaaminen täyttää systemaattisen kiusaamisen kriteerit. Kiusaaminen on pitkäaikaista, toistuvaa, henkistä, ruumiillista tai sosiaalista väkivaltaa, joka kohdistuu yhteen yksilöön. Kiusaajan ja kiusatun välillä vallitsee ruumiillinen, henkinen tai sosiaalinen epätasapaino, jolloin kiusattu joutuu puolustautumaan tai on avuton kiusaajaa tai kiusaajia vastaan. Kiusaaminen on aina tiedostettua toimintaa, se ei siis tapahdu vahingossa. Kiusaaminen on usein kiusaajan vallan tavoittelua, tarkoituksena saada esimerkiksi asemaa, suosiota, ystäviä tai huomiota. Kiusaamista on nimittely, ilkeily, valheellisten ja satuttavien juorujen levittäminen, yksin jättäminen, ryhmästä poissulkeminen, potkiminen, lyöminen tai jokin muu toista tietoisesti satuttava tapa. Kiusaamiseksi ei lueta leikkimielistä ja ystävällistä pilailua eikä myöskään sitä, jos kaksi samanvahvuista riitelee keskenään. (Santalahti ym. 2008; Enderesen, Olweus & Solberg 2007; Hamarus 2008, 12.)

Kiusaamisen määritelmää tarvitaan koulussa mahdollisimman varhaisen ja tehokkaan puuttumisen vuoksi. Hamarus (2008) korostaa, ettei määritelmään kuuluvan pitkällä aikavälillä toistuvan kiusaamisen kriteerin täyttymistä voida jäädä odottamaan. Kiusaamiseen puuttuminen on sitä helpompaa ja tehokkaampaa, mitä aikaisemmassa vaiheessa siihen ryhdy-

tään. Kiusaamisen alkuvaiheessa roolit eivät ole vielä vakiintuneet oppilaiden kesken. Kun kiusaamiseen puututaan heti alkuvaiheessa, on niidenkin, jotka osallistuvat kiusaamiseen välttyäkseen itse tulemasta kiusatuksi, helpompi vetäytyä. Oppilaiden välisessä kiusaamisessa tapahtuu aina välien rikkoutumista. Aikuisen on tärkeää tilannetta selvittäessään olla mahdollisimman tasapuolinen ja kuunnella molempia osapuolia avoimesti ja ilman ennakkoluuloja. (Hamarus 2008, 14–16.)

Kiusaaminen kehittyy ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa ja sosiaalisissa suhteissa. Ryhmässä muodostuvaan vuorovaikutukseen vaikuttavat monet tekijät tai ominaisuudet, jotka liittyvät yksilöön, esimerkiksi ryhmän jäsenten sosiaaliset taidot ja havaitseminen. Mutta sosiaaliseen vuorovaikutukseen voivat vaikuttaa myös sellaiset ilmiöt, jotka eivät ole yhdenkään ryhmään kuuluvan yksilön ominaisuuksia. (Salmivalli 1998, 47.) Yhteisön vuorovaikutussuhteita tarkastelemalla kiusaaminen aletaan nähdä siltä kannalta, miten yhteisö edistää tai estää kiusaamisen syntymistä ja kehittymistä. Kiusaaminen rakennetaan sen varaan, mitä arvostetaan ja mitä ei arvosteta. Kiusaamista esiintyy myös muissa kuin oppilaiden välisissä suhteissa, esimerkiksi opettaja voi kiusata oppilasta, oppilas opettajaa, vanhemmat opettajaa tai opettajat toisiaan. (Hamarus 2008, 15–27.)

Koulukiusaamista tutkineen psykologian professori Salmivallin (1998, 49–50) mukaan sosiaaliset roolit syntyvät aina vuorovaikutuksessa ja ovat vastavuoroisia. Ryhmän muiden jäsenten odotukset ovat aina keskeinen osa roolia, eli yksilö itse ei voi määrittää itselleen roolia. Yksilön oma toiminta vaikuttaa paljon siihen, millaisia odotuksia hän toisissa herättää. Ryhmän odotukset ja tarpeet voivat säädellä sitä, mikä on ryhmän uuden jäsenen tuleva rooli. Annettu rooli ei siis aina ole haluttu. Ryhmän ominaisuudet vaikuttavat siihen, millaiset roolit kulloinkin voivat olla mahdollisia. Vaikutuksensa on toki myös sillä, millälaiset esimerkiksi sosiaaliset taidot, sitoutuminen ryhmään ja aikaisemmat kokemukset yksilöllä on sekä millaisissa rooleissa hänellä olisi halu toimia. Salmivalli toteaa, että roolit ovat potentiaalisesti muuttuvia ja vaihtuvia. Yksilön sosiaalinen rooli määrittää hänen käyttäytymistään eikä niinkään esimerkiksi pysyväksi oletettu persoonallisuuden piirre. Vaikka joku käyttäytyy tässä tilanteessa ja tässä ryhmässä näin, se ei suinkaan tarkoita hänen toimivan niin muualla ja toisessa tilanteessa.

Kiusaamisprosessissa yksilön rooliin vaikuttavat persoonakohtaiset sekä ryhmään ja sen vallitseviin vuorovaikutussuhteisiin liittyvät tekijät. Yksilön sosiaalinen asema ryhmässä vaikuttaa roolin omaksumisessa. Esimerkiksi uhrin puolustajana ei uskalla toimia epäsuo-

sittu yksilö, sillä hän saattaa pelätä tulevansa itse kiusatuksi asettumalla kiusatun puolelle. Mutta myös omaksuttu rooli vaikuttaa asemaan ryhmässä. (Salmivalli 1998, 62.) Valtaosa oppilaista on jollain tasolla osallisena kiusaamistilanteissa, vaikka he eivät varsinaisesti hyväksyisikään kiusaamista (Salmivalli 2010a, 42). Salmivalli on nimennyt kiusaamisprosessin roolit seuraavasti: kiusattu, kiusaaja, apuri, kannustaja, puolustaja ja hiljainen hyväksyjä.

Kiusattu nuori on usein masentunut, vetäytyvä, hermostunut ja epävarma. Hän voi olla myös varovainen, herkkä ja hiljaisempi kuin muut oppilaat. Kiusaaja toimii kiusaamisen aloittajana ja saattaa yllyttää tai pakottaa myös toisia oppilaita mukaan ahdisteluun. Kiusaajan on todettu olevan aggressiivinen, vihamielinen sekä alistava ikätovereitaan, heikompiin kohtaan. Apuri ei toimi kiusaamisen aloitteentekijänä, mutta menee helposti mukaan kiusaamiseen. Kannustaja tulee kiusaamispaikalle katsomaan ja kannustamaan kiusaajaa esimerkiksi naureskelemalla tai huutelemalla rohkaisevia kommentteja kiusaajalle. Hiljaiset hyväksyjät jäävät syrjään seuraamaan kiusaamista. He eivät uskalla tai halua puuttua kiusaamiseen. Puolustajana toimiva nuori asettuu kiusatun puolelle yrittäen saada toiset lopettamaan kiusaamisen. Puolustajan rooliin uskaltautuvat vain hyvän itsetunnon omaavat ja luokan suositut nuoret. Heillä ei ole pelkoa tulla itse kiusatuksi, vaikka asettuvatkin kiusatun puolelle. Heillä on korkea sosiaalinen status. (Salmivalli 2010a, 42; Salmivalli 1998, 65.) Nuori voi olla myös sekä kiusattu että kiusaaja, niin sanotusti kiusaaja-uhri. Tyypillistä kiusaaja-uhrielle on aggressiivisuus, ääriesimerkkinä koulusurmaajat. (Santalampi ym. 2008; Enderesen ym. 2007.)

Kiusaajan sosiaaliseen statukseen vaikuttaa se, onko kyseessä tyttö vai poika. Salmivallin mukaan poikakiusaajilla on selkeästi negatiivinen status. He ovat epäsuosittuja, joskaan eivät kiusattuja enemmän. V ahvistajina ja apureina toimivat pojat ovat statukseltaan korkeammalla, vähintään keskimääräisellä tasolla. Tyttökiusaajat ovat usein luokkayhteisössään pelättyjä koviksia, mutta myös ihailtuja. Heillä on suhteellisen positiivinen sosiaalinen asema poikakiusaajiin verrattuna. Salmivalli tulkitsee sen niin, että tyttöjen käyttämä epäsuora aggressio edellyttää sosiaalista älykkyyttä, eli he mahdollisesti käyttävät sitä sekä toisten kiusaamiseen että myönteisen aseman ylläpitämiseen ryhmässä. (Salmivalli 1998, 66.) Tyttöjen käyttämät kiusaamisen menetelmät ovat avoimen hyökkäyksen sijaan huomattomasti epäsuoria (Olweus 1992, 23). Pojilla kiusaaminen on kytköksissä enemmän pysyviin persoonallisuuden piirteisiin, tyttöihin vaikuttavat enemmän tilannetekijät ja kulloinkin vallitsevat sosiaaliset suhteet. Mahdollisesti kiusaamisella on eri merkitys tyttö- ja

poikakiusaajille. Pojille se on valtaa, dominanssia ja itsekorostusta, tytöt puolestaan hallinnoivat ja järjestelevät tilannekohtaisia sosiaalisia vuorovaikutussuhteita (Salmivalli 1998, 77–78.) Kiusaamisen jatkumiseen vaikuttaa se, millaisia rooleja lapset omaksuvat. Sivusta seuraajien kannustamana yhden oppilaan kiusaaminen voi jatkua useita vuosia. (Salmivalli 2010a, 42–43.) Toisaalta kiusaamista sivusta seuraavat nuoret saattavat tuntea yhtäläisyyttä kiusaajiin ja voivat itse toimia kiusaajina myöhemmin toisessa tilanteessa (Rivers ym. 2009).

### 3.2 Kiusaamisen vaikutukset

Kiusaamisella on todettu olevan sekä välittömiä että pitkäaikaisia seurauksia sekä kiusatuille että myös kiusaajille. Kiusaamisen kohteena oleva oppilas menettää ryhmässä ihmisarvonsa ja käsitys hänestä muuttuu ajan myötä yhä enemmän kielteiseksi. Häntä pidetään erilaisempana ja vähempiarvoisena, kiusaamisen ansainneena. Ryhmässä voi olla sanomaton sääntö, normi, jonka mukaan kiusatun kaverina ei saa olla eikä hänelle saa olla edes ystävällinen. Sen sijaan suositaan nauramista, välttelyä sekä kiusaamisen sallimista. Kiusattu ei siis saa tukea. (Salmivalli 2010a, 26–27.)

Kiusaamisen vaikutuksista on selvillä, että kiusaaminen on yhteydessä masentuneisuuteen, ahdistuneisuuteen, huonoon itsetuntoon, kielteiseen minäkuvaan sekä itsemurhariskiin. Sekä kiusatuilla että kiusaajilla on kohonnut riski itsetuhoiseen ajatteluun, sen suunnitteluun ja jopa sen toteuttamiseen. On kuitenkin todettu, että itsetuhoisuus on kytköksissä ruuhkautuneeseen elämäntilanteeseen, jossa tapahtuu kiusaamista, on paineita ja ongelmia esimerkiksi opiskeluissa tai seurustelusuhteissa. (Hinduja & Patchin 2009.) Savukosken (2008, 85–86) tutkimuksen mukaan ulkonäköön esimerkiksi painoon liittyvä kiusaaminen voi johtaa anoreksian puhkeamiseen, jolloin syömishäiriö on seurausta koulukiusaamisesta syntyneestä ahdistuksesta. Myös toisiin kohdistuva väkivaltaisuus on paitsi pitkään johtuneen kiusaamisen mutta myös mielenterveydellisten ongelmien seurausta. Siihen vaikuttavat myös muun muassa ideologiset syyt, virtuaaliset vertaisryhmät, kiinnostus räjähteisiin ja aseisiin. Näin pitkälle menevä reagointi ei ole yleistä, kiusatuista ei useinkaan tule aggressiivisia eikä kiusaajia, pikemminkin arkoja, syrjäänvetäytyviä sekä vähemmän aggressiivisia. (Salmivalli 2010a, 26–27; Santalahti ym. 2008.)

Kiusaamisen kesto on suorassa yhteydessä sen negatiivisiin vaikutuksiin. Kiusattujen lasten psyykkiset ja sosiaaliset ongelmat lisääntyvät edelleen kiusaamisen loputtuakin. Lapse-

na kiusaamisen kohteeksi joutuneilla aikuisilla on madaltunut masennustaipumus ja lisäksi joillakin esiintyy epävarmuutta romanttisissa suhteissa (love-shyness). Myös huonoa itsetuntoa sekä epävarmuutta ihmissuhteissa ja luottamuksen puutetta esiintyy. Salmivalli kuitenkin korostaa tärkeää havaintoa siitä, että kotona itsensä hyväksytyiksi kokeneilla yksilöillä pitkäaikaisseuraamukset jäävät lievemmiksi. Myös myönteiset toverisuhteet vaikuttavat myönteisesti. Yksilön siis saadessaan kiusaamisesta huolimatta toisaalta myös hyväksyntää ja ystävyyttä, kiusaamisen vaikutukset jäävät tulevaisuutta ajatellen vähäisemmiksi. (Salmivalli 2010a, 29; Santalahti ym. 2008.)

Kiusaaminen vaikuttaa myös kiusaajiin. Jos kiusaaja saa jatkaa kiusaamistaan, hän altistuu jatkamaan aggressiivista käyttäytymisen mallia myöhemminkin. Hänellä on riski syrjäytyä ja lisäksi riski saada antisosiaalinen persoonallisuushäiriö. (Salmivalli 2010a, 30.) Syyllisyys, sortaminen ja kiusaamisen todistaminen ovat merkittäviä myötävaikuttajia riskiin saada mielenterveydellisiä ongelmia (Rivers ym. 2009).

## **4 KIUSAAMISEEN PUUTTUMINEN**

Kiusaamista voidaan Salmivallin (2010a, 37) mukaan ajatella ryhmäilmionä. Siksi kiusaamiseen puuttuminenkin on tehokkainta juuri siellä, missä kiusaamista tapahtuu ja missä tämä ryhmä on koolla. Vastoin yleistä käsitystä kiusaamista ei niinkään tapahdu koulumatkalla tai internetissä, vaan pääasiassa kouluaikana ja koulun alueella. Oppilaille on oltava selkeä tieto siitä, miten ja kenelle he voivat kertoa kiusaamisesta. Näitä kertomisen väyliä on oltava riittävästi ja niiden on oltava avoimia (Hamarus 2008, 117). Kiusaaminen on tiedostettava ja sen olemassaolo myönnettävä jokaisessa koulussa, jotta kiusaamisen vastainen työ onnistuisi (Salmivalli 2010a, 55).

### **4.1 Tukioppilastoiminta vertaissuhteiden edistäjänä**

Peruskoulussa toimiva tukioppilastoiminta on vertaistuen antamiseen perustuva tukijärjestelmä, jonka MLL aloitti vuonna 1972. Tukioppilaat ovat tavallisia, vapaaehtoisia 8.–9. luokkalaisia oppilaita, jotka ovat saaneet koulutuksen tehtävään ja haluavat auttaa toisia, varsinkin nuorempia oppilaita. Tukioppilastoiminnan avulla koulun turvallista ja kaikkia



kannustavaa ilmapiiriä pyritään edistämään. Hyvät kaverisuhteet ja yhteisvastuu ovat tärkeinä tavoitteina. Toiminnasta vastaa aina koulun henkilökuntaan kuuluva aikuinen ohjaaja. Useimmat MLL:n paikallisyhdistykset toimivat yhteistyössä tukioppilaiden ja heidän ohjaajiensa kanssa. Mannerheimin Lastensuojeluliitto on linjannut toiminnan tavoitteita, mutta koulut saavan muokata tukioppilastoiminnasta omanlaisensa, eikä valmiita yleispäteviä toimintamalleja ole olemassa. Alakoulussa on vastaavasti kummioppilastoimintaa ja lukioissa sekä ammatillisissa oppilaitoksissa tutoroppilaita. (Lahtinen-Leinonen 2009, 166–170; MLL 2010.)

Tukioppilas- eli tukaritoiminta on tärkeässä asemassa koulukiusaamisen ehkäisemisessä, ristiriitatilanteiden sovittelussa ja myönteisen sekä hyväksyvän ilmapiirin luomisessa. Tukioppilaat saavat tehtävänsä koulutuksen, jonka tavoitteena on tukioppilaiden itsetuntemuksen lisääminen ja omien voimavarojen löytäminen. Tukaritoiminnalla pyritään edistämään me-henkeä ja yhteisöllisiä taitoja. Positiivisen ilmapiirin rakentamisella vertaistukseen perustuva tukioppilastoiminta voi ehkäistä monia ongelmia kuten sosiaalista syrjäytymistä ja koulukiusaamista. Ilmapiiri ja yhteisö, jossa kaikki oppilaat tulevat hyväksytyiksi ja jossa kiusaamista ei hyväksytä missään muodossa, on toiminnan tärkeänä tavoitteena. (Lahtinen-Leinonen 2009, 166–170; MLL 2010.)

Mannerheimin lastensuojeluliiton vuonna 2008 kiusaamisesta tehdyn Internet-kyselyn raportissa kirjoittajat toteavat, että tukioppilastoimintaa voisi käyttää vieläkin tehokkaammin oppilaiden ystävyys- ja vertaissuhteiden tukemiseen. Kyselyn tuloksista kävi ilmi, että yksinäiset oppilaat ovat usein kiusaamisen kohteena. Kaverit myös auttavat kiusaamistilanteissa, sillä noin kolme neljästä kiusatuksi joutuneesta oppilaasta oli saanut puolustustukea ystävältään. Kysely tehtiin yläkoulun oppilaille. (Peura ym. 2009.)

Tukioppilastoimintaa ei ole tarkoitettu vakavien ongelmien selvittämiseen tai ratkaisuun, vaan painopiste on ennaltaehkäisyssä. Monissa kouluissa tukioppilastoiminta on kirjattu opetussuunnitelmaan, mutta sen toimintaedellytysten varmistamiseksi se olisi hyvä kirjata myös koulun vuosisuunnitelmaan. Näin tukioppilastoiminta näkyisi selvästi osana koulun toimintaa. (MLL 2010.)

#### 4.2 KiVa Koulu -toimenpideohjelma koulukiusaamista vastaan

KiVa Koulu on uusi kiusaamisen vastainen toimenpideohjelma, joka on kehitetty Turun yliopiston psykologian laitoksen ja Oppimistutkimuksen keskuksen yhteistyönä opetusministeriön rahoituksella. Ohjelman kehittämistyö alkoi vuonna 2006 ja sen kokeilu aloitettiin vuoden 2007 syksyllä. Ensimmäiset 1400 koulua ottivat sen käyttöön elokuussa 2009. Maaliskuussa 2010 Suomen peruskouluista mukana oli noin 2260 koulua. Ohjelma on laadittu opettajille, oppilaille sekä vanhemmille. (Salmivalli 2010b.)

KiVa-lyhenne tarkoittaa **K**iusaamista **V**astustavaa tai **K**iusaamisen **V**astaista. Lyhenteen tarkoituksena on luoda mielikuva mukavasta ja kivasta koulusta, jossa kaikilla on hyvä olla. KiVa Koulu -toimenpideohjelman tavoitteena on ehkäistä ja vähentää koulukiusaamista. Ohjelman tarkoituksena on tarjota Suomen peruskouluille työvälineitä, joiden avulla opettajat ja koulun muu henkilökunta pystyisivät takaamaan jokaiselle oppilaalle turvallisen opiskeluympäristön. Ohjelman tavoitteena on myös edistää koulun ja kodin välistä luottamusta. Ohjelman yksi tärkeimmistä tavoitteista on kuitenkin, ettei yksikään kiusaamisen kohteeksi joutunut lapsi tai nuori jäisi yksin kokemuksensa kanssa ja ilman aikuisen puuttumista asiaan. Koulukiusaamista koskevaa tutkimustietoa ja kokemuksia muiden maiden käyttöönottamista interventio-ohjelmista on käytetty hyväksi KiVa Koulu -toimenpideohjelman kehittämistyössä. (Salmivalli 2010b; Tuomisto ym. 2009, 174–183.)

Tutkimuksissa on jo todistettu KiVa Koulu -toimenpideohjelman toimivuus. Vaikuttavuustutkimuksen tulosten mukaan toimenpideohjelman kokeilukouluissa toistuvasti kiusatuksi joutuvien ja toisia kiusaavien oppilaiden osuus väheni tutkimusvuoden aikana noin 40 prosentilla verrattuna lähtötilanteeseen. Vastaavia tuloksia ei ole vielä saatu muualla maailmassa. Tutkimukseen osallistuvissa kontrollikouluissa systemaattisen kiusaamisen kohteeksi joutuvien lasten osuus väheni 10 prosentilla, mutta toisia kiusaavien määrä ei muuttunut. Edellä mainittujen tulosten lisäksi kokeilukouluissa koettiin enemmän empatiaa kiusattuja kohtaan, kiusattuja puolustettiin useammin, kiusaajia kannustettiin harvemmin, luokan ilmapiiriä pidettiin parempana, luotettiin opettajan taitoihin lopettaa kiusaaminen ja koulunkäyntiin oltiin motivoituneempia verrattuna kontrollikouluihin. Lähtötilanteessa tutkimukseen osallistuvien kahden kouluryhmän välillä ei ollut eroja edellä mainituissa asioissa. (Kärnä ym. 2010, 21–29; Tuomisto ym. 2009, 181–182.)

### 4.3 Vertaissovittelu eli VERSO

VERSO eli vertaissovittelu on menetelmä, joka pohjautuu ratkaisukeskeisyyteen. Se on vapaaehtoinen ja vaihtoehtoinen malli oppilaiden välisten ristiriitojen ratkaisemiseen. Tarkoituksena on puuttua sovittelun avulla mieltä pahoittavaan toimintaan mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Oppilaiden välisiä ristiriitoja ja kiusaamistilanteita pyritään vähentämään ja selvittämään oppilaiden vuorovaikutustaitoja edistämällä. Sovittelijoina toimivat osapuolia hieman vanhemmat oppilaat, jotka auttavat asianosaisia oppilaita löytämään itse ratkaisun ristiriitaansa. Tilanteen aikana asianosaiset kertovat oman näkemyksensä tilanteesta, kuvaavat tunteuksiaan ja pohtivat ratkaisuvaihtoehtoja. Tilanne etenee määrätyn kaavan mukaisesti sovittelijaoppilaiden avulla sopimukseen, jonka toteutumista seurataan. (Lahtinen-Salila 2009, 147).

Vertaissovittelun perustana on restoratiivinen ajattelu, jossa korostetaan ihmissuhteiden ja tunteiden huomioonottavaa ristiriitojen hallintaa. Restoratiivisessa ajattelussa yhteistyöhön perustuva myönteinen prosessi ja yhteisymmärrykseen perustuva lopputulos ovat tärkeitä. Keskeisenä ajatuksena on tapahtuneen teon palauttaminen asianosaisille. Pyrkimyksenä on, että oppilaat osallistuvat itse aktiivisesti asian ratkaisuun. Tavoitteena on korjata vääryys ja vähentää traumoja, joita voi osapuolille syntyä. Pelisäännöiksi on määritelty vaitiolovelvollisuus, puolueettomuus, vapaaehtoisuus sekä ratkaisujen etsiminen, mutta ei rangaistusten asettaminen. (Lahtinen-Salila 2009, 145–158).

Restoratiivisen koulun tavoitteita ovat kouluyhteisön turvallisuuden, työrauhan ja ilmapiirin parantaminen, konfliktien vähentäminen, moraalien ja itsetunnon kohottaminen, yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden tukeminen sekä eristäytymisen ja eristämisen vähentäminen. Koulun teemoissa korostetaan jokaisen näkökulman ainutlaatuisuutta ja arvokkuutta, ajatusten vaikutusta tunteisiin ja tunteiden vaikutusta toimintaan, empatiaa ja myötätuntoa muita kohtaan sekä luottamusta osapuolten ratkaisukykyihin ja heidän voimaantumisen tukemista. (Lahtinen-Salila 2009, 146).

#### 4.4 Oppilashuoltoryhmä moniammatillisena toimintana

Oppilashuollon tavoitteena on luoda oppilaalle turvallinen ja terve oppimis- ja työympäristö, suojata hänen mielenterveyttään ja ehkäistä syrjäytymistä sekä edistää työyhteisön hyvinvointia. Oppilashuoltoryhmä on osa kouluterveydenhuoltoa. Ryhmään kuuluvat alakoulussa rehtori, erityisopettaja ja kouluterveydenhoitaja. Yläkoulussa oppilashuoltoryhmään kuuluu lisäksi opinto-ohjaaja. Jos koulussa toimii koulukuraattori tai psykologi, hän on myös ryhmän jäsen. Luokanvalvoja on läsnä kokouksissa vain silloin kun käsitellään yksittäisen oppilaan asioita. (Pietikäinen & Ala-Laurila 2002, 221.)

Hyvä oppilashuolto edellyttää moniammatillista yhteistyötä. Vaitiolovelvollisuus koskee kaikkia oppilashuollon jäseniä. Päävastuun oppilaan ongelmien selvittelystä kantaa yleensä se oppilashuollon työntekijä, jonka luokse oppilas ensimmäisenä menee kertomaan vaikeuksistaan. Lapsi tai nuori valitsee itse aikuisen, kenelle hän haluaa puhua asioistaan. Yleensä se on kouluterveydenhoitaja tai kuraattori, joskus koululääkäri ja usein joku opettajista. Oppilaan valintaa tulee aina kunnioittaa, eikä siirtää vastuuta toiselle aikuiselle. Silti voi konsultoida muita asiantuntijoita. (Laakso & Sohlman 2002, 62–64.)

Oppilashuoltoon tulisi ilmoittaa oppilaan vakavat sairaudet, toistuvat tai pitkät poissaolot, väsymys, muutokset käytöksessä, yksinäisyys, kiusaaminen ja kiusatuksi tuleminen, muutokset perhetilanteissa ja muut seikat, joiden vuoksi opettaja on huolissaan oppilaasta (Laakso & Sohlman 2002, 64).

## 5 KOULUTERVEYDENHOITAJA KIUSAAMISEEN PUUTTUJANA

Kansanterveyslaki (66/1972) velvoittaa kunnan ylläpitämään laadukasta kouluterveydenhuoltoa. Laki määrittelee myös kouluterveydenhuollon sisällön. Kansanterveyslain pohjalta on laadittu kouluterveydenhuollon laatusuositukset (2004), joilla on tarkoituksena kouluterveydenhuollon yhtenäistäminen ja yhdenvertaistaminen. Keskeisiä asioita ovat ehkäisevä toiminta tasapainoisen kehityksen turvaamiseksi sekä varhainen puuttuminen ongelmien ja häiriöiden ilmaantuessa. (Tervaskanto-Mäentausta 2008, 373–375.) Terveystenhoitajalla

voidaan ajatella olevan tietyt roolit kouluterveydenhuollossa: terveydenedistäjä, terveyskasvattaja, asiantuntija, tukija, yhteys- ja luottamushenkilö (Tukkikoski 2009, 55). Tässä opinnäytetyössä ymmärretään kouluterveydenhoitaja oppilaiden väliseen kiusaamiseen puuttujana edellä mainittujen roolien kautta. Kouluterveydenhoitajan puuttumisen apuvälineenä voidaan käyttää huolen vyöhykkeistöä (Arnkil & Eriksson 2009a).

### 5.1 Terveydenhoitajan työnkuva kouluyhteisössä

Kouluterveydenhuollon tavoite on turvata jokaiselle oppilaalle mahdollisimman terve kasvu ja kehitys eli luoda siten perustaa terveelle aikuisuudelle. Kouluterveydenhuollossa vastuu-alueet on jaettu neljään osa-alueeseen: kouluyhteisön terveystyö, yhteistyö opettajien ja vanhempien kanssa, oppilaskohtainen terveydenhuolto ja terveyskasvatus. Kouluterveydenhuollon vahvuus on siinä, että se tavoittaa koko ikäryhmän toistuvasti. Toiminnassa keskeistä on ennaltaehkäiseminen. Työn tulee olla lisäksi suunniteltua ja jatkuvaa. (Terho 2002, 18–21; Ruski 2002, 48.)

Kouluterveydenhuollon työparin muodostavat koululääkäri ja kouluterveydenhoitaja. Lääkäri vastaa lääketieteellisestä puolesta, kouluterveydenhuollon suunnittelusta ja kehittämisestä. Kokonaisvaltainen vastuu koulu- ja oppilaskohtaisen terveydenhuolto-ohjelman toteuttamisesta, yhteensovittamisesta ja seurannan järjestämisestä on terveydenhoitajalla. Kouluterveydenhoitajalta vaaditaan hyvää tietotaitoperustaa ja laaja-alaista terveydenhuollon palvelujärjestelmän hallintaa, koska hän työskentelee pääosan ajasta itsenäisesti. Hänen työnkuvansa muodostuu erilaisista tehtävistä muodostaen näin erilaisia rooleja kouluyhteisössä. Kouluterveydenhoitaja toimii tarvittaessa yhteyshenkilönä monien eri asiantuntijoiden välillä oppilaan tukemiseksi, esimerkkinä yhteistyö oppilashuoltohenkilöstön kanssa. (Laakso & Sohlman 2002, 62; Ruski 2002, 48–53.)

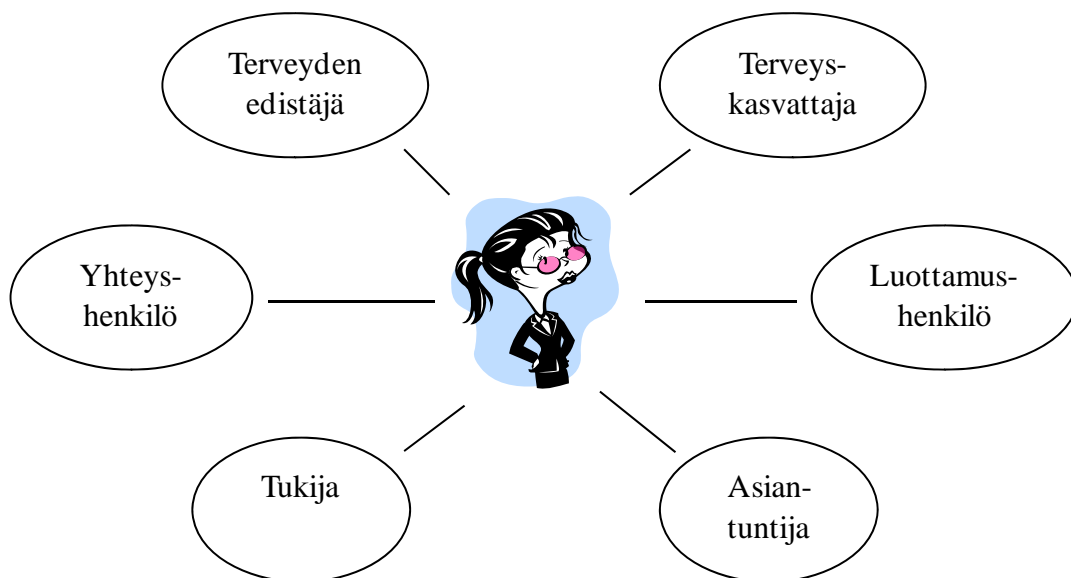
Kouluterveydenhoitaja toimii kouluyhteisössä terveyden edistäjänä sekä toimintahäiriöiden ehkäisijänä ja tunnistajana. Hänen tehtävissään korostuvat kokonaisvaltainen nuoren kasvun ja kehityksen seuranta ja edistäminen. Työmenetelminä ovat kasvun seuraaminen ja seulonta, keskustelu, ensiapu ja sairaanhoidolliset toimenpiteet. Lisäksi kouluterveydenhoitaja huolehtii rokotuksista ohjelman mukaisesti. Psykykkisen hyvinvoinnin arvioiminen ja tukeminen on nykyään yhtä tärkeää kuin fyysisen kasvun ja kehityksen seuraaminen. (Teräväskanto-Mäentausta 2008, 376, 378; Ruski 2002, 49–50.)

Terveystarkastuksessa selvitetään tarkastettavan ikävaiheen ja yksilöllisen tarpeen mukaan kasvua, kehitystä ja hyvinvointia (Valtioneuvoston asetus 380/2009, 30). Menetelminä ovat terveystarkastelu- ja ohjaus, kuunteleminen sekä tukeminen ja nuoren terveystarkastustina toiminen. Nuoret tarvitsevat luotettavaa tietoa ravitsemuksesta, liikunnasta, tupakoinnista, päihteistä ja seksuaaliterveydestä. Lisäksi nykypäivän haasteita ovat nuorten mielen-terveyden häiriöt ja ongelmat sekä koulukiusaaminen ja väkivalta (Tervaskanto-Mäentausta 2008, 370, 378–379.) Lyhyeenkin terveystarkastukseen tulisi sisältyä aina voimien ja jaksamisen kysyminen (Valtioneuvoston asetus 380/2009, 32). Laaja terveystarkastus sisältää terveydenhoitajan ja lääkärin tarkastukset sekä työsuunnitelman mukaiset tutkimukset ja keskustelut opettajan ja vanhempien kanssa. Yläkouluikäiselle tehdään laaja terveystarkastus 8. luokalla. Laajan terveystarkastuksen pohjalta voidaan tehdä yhteenveto lopuksi koko ikäluokasta, kuinka he jaksavat. Kaikista määräaikaistarkastuksista tiedotetaan oppilaan vanhempia, mutta laajaan terveystarkastukseen heidät kutsutaan. (Ruski 2002, 49–50, 53; Valtioneuvoston asetus 380/2009, 33.)

Terveydenhoitaja voi käyttää apuna nuoren kokonaistilanteen selville saamiseksi esimerkiksi terveystarkastusmuotomittaria (Oikarinen 2006, 112). Sitä käyttäessään kouluterveydenhoitaja keskustelelee nuoren kanssa luottamuksellisesti käyttäen interventiivisen haastattelun menetelmää. Menetelmällä tarkoitetaan strukturoitua lomakepohjaista haastattelua, joka perustuu nuoren kuunteluun. Keskustelun ja haastattelulomakkeen täyttämisen avulla muodostuu nuoren terveystarkastuskuva ja yhdessä tehty itsehoidollinen suunnitelma. Terveystarkastusmuotomittarin avulla voidaan systemaattisesti löytää erityistukea tarvitsevat nuoret ja heidän tarvitsemansa tuki ja ohjaus. (Tervaskanto-Mäentausta 2008, 378.)

Hyvin toimiva asiantuntijuus kouluterveydenhuollossa on avointa ja ymmärtävää sekä arvostavaa luottamuksellista toimintaa oppilasta ja hänen perheensä parhaaksi (Ruski 2002, 49). Kohdattaessa yläkouluikäinen nuori luottamus ja luotettavuus korostuvat vuorovaikutuksessa. Luottamuksen lähtökohtana on vaitiolovelvollisuus, mutta kysymys on myös moraaliperiaatteesta. Luotettava kouluterveydenhoitaja toimii aina oppilaan parhaaksi omaa kunniaa tai työn vaivattomuutta tavoittelematta. Terveydenhoitajan on lisäksi olennaista rehellisesti myöntää omien kykyjensä rajat sekä itselleen että oppilaalle. (Mattila 2007, 23–24.)

Tässä opinnäytetyössä ymmärretään kouluterveydenhoitaja oppilaiden välisen kiusaamisen tunnistajana ja siihen puuttujana tiettyjen roolien avulla (Kuvio 1). Terveyden edistäjänä ja terveystarkastajana kouluterveydenhoitaja toimii esimerkiksi terveystarkastuksissa ja mahdollisesti terveystiedon tunneilla. Salmivallin (2002) mukaan terveystarkastusten yhteydessä tulisi kaikilta oppilailta kysyä myös koulukiusaamisesta. Terveydenhoitaja voi olla ensimmäinen aikuinen, jolle oppilas kertoo asiasta. Myös erilaiset fyysiset ja psyykkiset oireet voivat olla merkkejä kiusaamisesta. Näitä oireita voivat olla esimerkiksi alakuloisuus, univaikeudet, alisuorittaminen, yleinen ahdistuneisuus, koulupoissaolot sekä erilaiset psykosomaattiset vaivat kuten vatsakipu ja päänsärky. (Salmivalli 2002, 99.) Kouluterveydenhoitajan tietotaito tulee olla laaja, koska työnkuva on vaativa ja vastuullinen (Tervaskanto-Mäentausta 2008, 376). Opinnäytetyön tekijät haluavat painottaa myös työkokemuksen tuomaa asiantuntijuutta.



Kuvio 1. Kouluterveydenhoitajan roolit kouluterveydenhuollossa (mukaihen Tukkikoski 2009, 55)

Parhaassa tapauksessa kouluterveydenhoitaja toimii oppilaan luottamushenkilönä ja tukijana. Oppilaan on silloin helppo tulla puhumaan arkaluontoisistakin asioista, kuten koulukiusaamisesta. On kuitenkin tärkeä muistaa, että myös turhalta tuntuvat käynnit terveydenhoitajan luona voivat sisältää halun kertoa kiusaamisesta. (Salmivalli 2002, 99.) Oppilaan kerrottua kiusaamisesta on asia otettava vakavasti. Luottamukseen sisältyy myös se, että tehdään, mitä oppilaan kanssa on sovittu. (Mattila 2007, 24.) Kouluterveydenhoitaja ei saa

paljastaa vanhemmillekaan nuoren arkaluontoisia asioita, jos nuori kehitystasoltaan ymmärtää asian ja kieltää kertomisen. Asian vakavuudesta riippuen tilannetta tulee kuitenkin miettiä nuoren kanssa perusteellisesti ja päättää miten asiaa viedään eteenpäin. (Laakso & Sohlman 2002, 66.) Terveystenhoitaja toimii tarvittaessa oppilaan yhteyshenkilönä ja asianajajana eri tahojen välillä (Ruski 2002, 51).

## 5.2 Huolen vyöhykkeistö kiusaamiseen puuttumisen apuvälineenä

Kun työntekijä on huolissaan nuoresta, hän on usein huolissaan myös siitä, kuinka hän itse kykenee auttamaan ja riittävätkö hänen omat voimavaransa sekä keinonsa (Eriksson & Arnkil 2005, 25). Kouluterveydenhoitaja kuten myös koulun muu henkilökunta on tekemisissä juuri edellä mainittujen kysymysten kanssa koulukiusaamistapausten yhteydessä.

Huolen vyöhykkeistö (Taulukko 1, s. 25) on Tom Arnkilin ja Esa Erikssonin vuonna 2000 Stakesissa, nykyisessä THL:ssa, kehittämä lasten, nuorten, perheiden ja heidän kanssaan työskentelevien työntekijöiden yhteistyön väline. Kehittäjät opastavat käyttämään vyöhykkeistöä vertauskuvallisena välineenä, jonka avulla työntekijä voi tunnistaa oman huolensa tason, omien auttamisresurssiensa riittävyttä sekä lisävoimavarojen tarvetta. Vyöhykkeistön avulla myös lapset, nuoret ja huoltajat voivat miettiä omaa huolen tasoaan ja avuntarpeitaan. Välineen tavoitteena on, että työntekijät kehittelisivät yhdessä toimivia toimintatapoja. Vyöhykkeistön kehittäjät Arnkil ja Eriksson korostavat kuitenkin voimakkaasti sitä, että huolen vyöhykkeistöä ei ole tarkoitettu käytettäväksi lasten luokitteluun. Lapsia tai nuoria ei tule missään tapauksessa leimata huolen vyöhykkeistöllä. (Arnkil & Eriksson 2008; Eriksson & Arnkil 2005, 25.)



Taulukko 1. Huolen vyöhykkeistö (Arnkil &amp; Eriksson 2009a)

# HUOLEN VYÖHYKKEISTÖ

Tom Arnkil & Esa Eriksson, THL

EI HUOLTA	PIENI HUOLI	TUNTUVA HUOLI	SUURI HUOLI
1	2	3	4
Ei huolta lainkaan.	Pieni huoli tai ihmettely käynyt mielessä.  Luottamus omiin mahdollisuuksiin hyvä.  Ajatuksia lisävoimavarojen tarpeesta.	Huoli kasvaa ja on tuntuva.  Luottamus omiin mahdollisuuksiin heikkenee.  Omat voimavarat ehtymässä.  Selvästi koettu lisävoimavarojen ja kontrollin *) lisäämisen tarve.	Huolta on paljon ja jatkuvasti, huoli on erittäin suuri.  Omat keinot loppumassa tai lopussa.  Lisävoimavaroja, kontrollia ja muutos tilanteeseen saatava heti.

\* kontrollilla tarkoitetaan tilanteen hallinnan lisäämistä rajoittamalla jotakin epätoivottavaa asiaa esim. päihteiden käyttöä

TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN LAITOS

2009

Arnkil & Eriksson / THL

1



Huoli voidaan kuvata työntekijän lapsista ja nuorista kokemana yksilöllisen, omakohtaisen huolen jatkumona. Tämän jatkumon toisessa ääripäässä työntekijällä on täysin huoleton tilanne, ja toisessa ääripäässä työntekijä kokee lapsen tai nuoren olevan välittömässä vaarassa. Huolet eivät kuitenkaan asetu tarkasti tiettyyn vyöhykkeeseen, eikä huolen asteikkoon ole täysin tarkkarajainen tai tasajakoinen. Työntekijän huolen määrä on sidoksissa siihen, miten hän kokee voivansa auttaa lasta tai nuorta. Jos auttamiskeinot vähenevät, huolen määrä vastaavasti kasvaa. On muistettava myös, että toisella työntekijällä huoli voi olla eri tasolla. (Eriksson & Pyhäjoki 2007; Arnkil & Eriksson 2009a.)

Huolen vyöhykkeistö jaetaan neljään osaan työntekijän kokeman huolen mukaisesti: 1) Ei huolta -vyöhykkeen alueella työntekijä kokee, että lapsen tai nuoren asiat ovat hyvin. Työntekijän mielestä hänen oma toimintansa sujuu hyvin ja se tuottaa toivottua tulosta.

2) Pieni huoli -asteikolla työntekijällä on pientä huolta tai ihmettelyä, mutta hän tuntee vielä voivansa auttaa lasta tai nuorta. 3) Tuntuva huolen vyöhykkeellä eli Huolen harmaalla vyöhykkeellä huoli on jo kasvanut, eikä työntekijä enää koe pystyvänsä auttamaan yksin. Tässä vaiheessa tarvitaan lisävoimavaroja ja/tai kontrollin lisäämistä. Usein huolta on jo jatkunut pitkään. Työntekijä tuntee tarvitsevänsä apua tilanteeseen, mutta voi olla epävarmakin ja pelätä liioittelevansa. Myös velvollisuuksia on pohdittava. Työntekijän on mietittävä, sitooko tilannetta lastensuojelulain 25 §:n mukainen ilmoitusvelvollisuus vai vaitiolovelvollisuus. 4) Suuren huolen vyöhykkeen alueella työntekijä kokee lapsen tai nuoren olevan vaarassa. Kyse on jo kriisitilanteesta. Huoli on kasvanut tuntuvaan eikä omia keinoja enää ole. Tässä vaiheessa ammattietiikka velvoittaa työntekijän välittömään toimintaan. (Eriksson & Pyhäjoki 2007, 441–442.)

### 5.3 Huolen puheeksiotto

Työntekijän kokiessa hyvän yhteistyön huoltajien kanssa olevan välttämätöntä oman huolensa vähentämiseksi ja nuoren tilanteen muuttamiseksi, voidaan käyttää huolen puheeksiottamisen ennakointimenetelmää. Se on THL:ssa kehitetty väline, jonka tarkoituksena on ottaa hankala asia käsittelyyn mahdollisimman varhaisessa vaiheessa kunnioittavasti ja tukea tarjoten. (Eriksson & Arnkil 2005, 7–8.) Tässä opinnäytetyössä katsottiin huolen puheeksioton menetelmästä olevan hyötyä myös huolen esiin ottamisessa yläkouluikäisen nuoren itsensä kanssa.

Tietoinen ennakointi auttaa jäsentämään ja selkiyttämään työntekijän toimintaa. Ennakoinnin tarkoituksena on työntekijän pysähtyminen miettimään konkreettisesti tilannetta, mikä siinä herätti kiinnostuksen ja huomion. Menetelmää käyttäessä nuoren tai huoltajien reaktiot voivat olla yllättyneitä ja torjuvia, mutta toisaalta menetelmän avulla pyritään luomaan avoimuuteen perustuva keskustelusuhde. Kielteiset reaktiot ovat normaaleja, mutta väkivallan uhkaa ennakoidessa puheeksiottoa on mietittävä tarkoin. Menetelmä voidaan jakaa kolmeen etenemisvaiheeseen, joissa kaikissa on omat kysymysjoukkonsa. Tukena käytettävän puheeksiottolomakkeen (Liite 1) sisältämien ennakoivien kysymysten avulla työntekijä voi valmistautua tilanteeseen ja myös arvioida sitä jälkikäteen. Edellä esitetyn huolen vyöhykkeistön avulla työntekijä pystyy arvioimaan huolensa määrää, omia toimintamahdollisuuksia ja yhteistyön tarpeita. (Eriksson & Arnkil 2005, 12, 27–29.)

Menetelmän **ensimmäisessä** vaiheessa työntekijä selvittää itselleen, mistä asioista on huolissaan nuoren tilanteessa, miten suuri huoli on ja mitä tapahtuu, jos huolta ei ota puheeksi. **Toisessa** vaiheessa välittömästi ennen tapaamista pyritään löytämään itselle luonteva, arvostava tapa ilmaista koettu huoli nuorelle ja/tai huoltajille. Tällöin mietitään esimerkiksi, missä asioissa työntekijältä odotetaan saavan tukea, missä asioissa työntekijä saatetaan kokea uhkaavaksi, miten huoli ja yhteistyö kannattaa ottaa esille, mitkä ovat nuoren omat voimavarat, mitä työntekijä, nuori itse tai huoltajat voisivat tehdä tilanteen parantamiseksi sekä millainen tila ja aika olisivat otollisia. **Kolmas** vaihe on tapaamisen jälkeen. Silloin työntekijä miettii, miten puheeksiottaminen toteutui, millainen tunnelma oli ennen tilannetta, sen aikana ja jälkeen, etenikö tilanne ennakoitusti vai tapahtuiko jotain yllättävää, millaiselta nuoren tilanne nyt tuntuu, heräsikö toiveita tilanteen helpottumiseksi, onko huolta edelleen ja mitkä ovat työntekijän suunnitelmat mahdollisesti jäljelle jääneen huolen vähentämiseksi. (Eriksson & Arnkil 2005, 12–17.)

Huolen puheeksiottoa helpottaa, kun työntekijä kertoo konkreettisesti havainnoistaan huoltajille tai nuorelle itselleen. Ei siis puhuta nuoren ominaisuuksista vaan siitä, miten nuori toimii ja käyttäytyy eri tilanteissa. Huolen konkretisoinnin avulla keskustelu säilyy asiakasta kunnioittavana, ja vältetään keskustelun vääristyminen nuoren vähättelyksi tai arvosteluksi. Myös työntekijä pystyy helpommin täsmentämään huolenaiheitaan ja miettimään tukitoimia. Suuren huolen jakaminen pienempiin osiin tai useammasta huolesta olennaisimpaan keskittyminen helpottaa työskentelyä. (Eriksson & Arnkil 2005, 22–23.)

Puheeksiottamisen menetelmässä ei ole kysymys tavallisesta keskustelusta, vaan dialogista, vuoropuhelusta, jossa osallistujat ajattelevat yhdessä. Kun tavallisesti osapuolet esittävät kantansa ja puolustavat niitä tiukasti, dialogissa hellitetään omista näkemyksistä ja kuunnellaan myös keskustelusuhteen tuomia uusia mahdollisuuksia. Tavoitteena ei välttämättä ole yhteisymmärrys, vaan toisten ajattelun ja käsitysten ymmärtäminen. Painopiste on enemmän kuuntelemisen kuin puhumisen puolella. Huolen puheeksiottamisen tarkoituksena on aloittaa yhdessä ajattelemisen prosessi. (Eriksson & Arnkil 2005, 37.)

Tässä opinnäytetyössä haluttiin korostaa kouluterveydenhoitajan vuorovaikutuksellisia perustaitoja huolen puheeksiottotilanteessa. Esimerkiksi niin kutsutussa *motivoivassa haastattelussa* painotetaan vahvistamista, avoimia kysymyksiä, heijastavaa kuuntelua ja tiivistämistä (Koski-Jännes 2007, 50).

Vahvistamisessa asiakkaan vahvuudet pyritään tunnistamaan ja nimeämään ja siten tukemaan hänen itsetuntoaan. Avoimia kysymyksiä käyttämällä saadaan asiakas vastaamaan tunteistaan, ajatuksistaan ja tilanteestaan laajemmin, kuin suljettuja kysymyksiä käyttämällä. Kysymykset, joihin ei voi vastata vain yhdellä sanalla (esimerkiksi kyllä tai ei) tai esittämällä jokin faktatieto (esimerkiksi ikä), ovat avoimia kysymyksiä. Suljettujakin kysymyksiä voi käyttää avointen ohessa, mutta aina on hyvä tehdä muutama lisäkysymys. Heijastavassa kuuntelussa työntekijä yrittää arvata kuulemansa ja havaintojensa perusteella, mitä asiakas tarkoittaa. Tämä arvaus tai huomio kerrotaan ääneen ja tarkistetaan näin, onko asiakasta ymmärretty oikein. Heijastavaa kuuntelua käyttämällä autetaan asiakasta ymmärtämään hänen omia tunteitaan, ajatuksiaan ja toimintatapojaan. Työntekijä toimii asiakkaan ”peilinä”. Työntekijän keskustelun aikana tekemät yhteenvedot ja tiivistelmät osoittavat asiakkaalle, että häntä kuunnellaan. Näin estetään myös väärinkäsitysten syntyminen. Asiakkaan puheiden tulkitsemista tulee välttää väärinymmärrysten estämiseksi. Lisäksi tulkitseminen asettaa työntekijän helposti negatiiviseen asiantuntijan asemaan. (Koski-Jännes 2007, 50–53.)

## **6 TOIMINTAOHJEEN LAATIMINEN KOULUTERVEYDENHOITAJILLE OPPILAIDEN VÄLISESTÄ KIUSAAMISESTA**

Opinnäytetyö on toteutettu kehittämistyönä, jonka tuotoksena on toimintaohje oppilaiden välisestä koulukiusaamisesta kouluterveydenhoitajille. Työn tekijät kokivat toimintaohjeen laatimisen olevan selkeä ja tehokas tapa auttaa kouluterveydenhoitajaa havaitsemaan oppilaiden välistä koulukiusaamista ja samalla tuoda työkaluja siihen puuttumiseen. Esimerkiksi KiVa Koulu -toimenpideohjelmaan on laadittu hyvät ja kattavat tietopaketit niin vanhemmille kuin opettajillekin kiusaamisen ennaltaehkäisystä ja tilanteisiin reagoimisesta ja puuttumisesta (Tuomisto ym. 2009, 175). Terveystenhoitajille vastaavanlaista tietopakettia ei kuitenkaan ole laadittu. Toimintaohjeen laatimisessa käytimme apuna niin kutsuttua Huolen vyöhykkeistöä (Arnkil & Eriksson 2009a).

## 6.1 Toimintaohjeen tavoite ja tarkoitus

Toimintaohje on tarkoitettu työväliseksi kouluterveydenhoitajalle. Sen tarkoituksena on olla terveydenhoitajan apuvälisenä silloin, kun hän havaitsee oppilaassa mahdollisia kiusaamisen oireita. Toimintaohjeen avulla terveydenhoitaja pystyy määrittelemään omaa huoltaan (ks. Arnkil & Eriksson 2009a) ja löytämään keinoja nuoren tilanteen helpottamiseksi. Kiusaamiseen osallistuvien kohtaaminen on myös tasavertaisempaa toimintaohjeen avulla. Ohje selkeyttää kouluterveydenhoitajan työtä ja on myös taustatukena, johon vedota vanhempien tai oppilaiden mahdollisesti kyseenalaistaessa terveydenhoitajan toiminnan kiusaamistapauksissa. Toimintaohjeen avulla terveydenhoitajan rooli selkiytyy sekä terveydenhoitajalle itselleen että yhteistyötahoille. Tavoitteena on, että vastavalmistunutkin terveydenhoitaja osaisi toimia koulukiusaamistapauksessa.

## 6.2 Toimintaohjeen laatiminen

Toimintaohjeen sisältö perustuu teoriaosassa käsiteltyihin asioihin. Teoriaosaa tukevaa tietoa saatiin lisäksi haastatteleamalla ennalta mietittyjen kysymysten avulla viittä yläkouluista nuorta, kahta opettajaa ja kolmea kokenutta kouluterveydenhoitajaa.

Teoriaosa rakennettiin kokoamalla tietoa yläkouluikäisen nuoren psykososiaalisesta kehityksestä, nuoresta kouluyhteisössä, oppilaiden välisestä kiusaamisesta ja sen vaikutuksista sekä kiusaamiseen puuttumisesta. Opinnäytetyö haluttiin laatia kouluterveydenhoitajan näkökulmasta, joten terveydenhoitajan roolia kouluyhteisössä ja kiusaamiseen puuttujana pyrittiin selventämään. Aineistoa haettiin Aapeli-, Josku-, Medic-, Ebsco/Cinahl-, Cochrane-, Linda- ja PubMed-tietokannoista. Hakusanoina käytimme seuraavia YSA- ja MeSH-asiainanoja: koulukiusaaminen, kiusaaminen, vaikutukset, kouluterveydenhuolto, koulu, yläkoulu, oppilaat, nuoret, kehitystehtävät, varhainen puuttuminen, school, secondary school, school bullying, effects, school nursing, public health nurse, health care. Lisäksi tietoa haettiin muun muassa sanoilla: huolen puheeksiottaminen, huolen vyöhykkeistö, motivoiva haastattelu, kouluterveydenhoitaja, terveydenhoitaja.

Haastateltaville henkilöille esitettiin seuraavat kysymykset: oletko kohdannut kiusaamista, ovatko aikuiset puuttuneet kiusaamiseen, onko kouluterveydenhoitaja puuttunut kiusaamiseen ja millainen rooli kouluterveydenhoitajalla mielestäsi tulisi olla kiusaamistapausten

selvittämistilanteissa. Haastateltavien mielestä kouluterveydenhoitajalla ei ole selkeää roolia kiusaamistapauksissa, vaan kiusaamisesta kerrotaan ensisijaisesti opettajille. Oppilaat menevät opettajan puheille kuitenkin vasta kokiessaan kiusaamisen olevan jatkuvaa. Opettajat tuntevat olevansa lähempänä oppilaita terveydenhoitajaan verrattuna. Opettajien kokemuksen mukaan oppilaat toisaalta keskustelevat monenlaisista luottamuksellisista asioista kouluterveydenhoitajan kanssa. Kouluterveydenhoitajan läsnäoloa ja näkyvyyttä koulu-yhteisössä pidetään tärkeänä. Kouluterveydenhoitajat kokivat hyvänä asiana sen, että esimerkiksi KiVa Koulu -toimenpideohjelma on jakanut vastuuta koulun aikuisten välillä. Terveydenhoitajien vastauksista nousi esille se, että nuorta pitää kuunnella ja myös eleitä tarkkailla hyvin mahdollisen kiusaamisen merkkien huomaamiseksi. Sekä opettajat että kouluterveydenhoitajat pitivät koulu-yhteisön aikuisten välistä yhteistyötä sekä yhteydenpitoa huoltajiin tärkeänä.

Toimintaohjeen laadinnassa tavoitteena oli noudattaa hyvän kirjallisen ohjeen kriteereitä, jotka sovellettiin hyvän kirjallisen potilasohjeen kriteereistä. Hyvässä kirjallisessa ohjeessa ilmoitetaan, kenelle ohje on tarkoitettu ja mikä sen tarkoitus on. Ohjeessa kuvataan konkreettisesti, miten työntekijän tulee toimia tavoitteiden saavuttamiseksi. Tärkeää ohjeessa on myös kuvata, miten prosessin onnistumista voidaan seurata. Asian sisältö tulisi esittää vain pääkohdittain, jottei tietoa olisi liikaa. Sisällön tulee olla ajantasainen ja tarkka, lisäksi sen tulee vastata esimerkiksi kysymyksiin mitä, miksi, milloin ja missä. Hyvässä kirjallisessa ohjeessa on selkeästi luettava kirjasintyyppi, riittävä kirjasinkoko (vähintään 12) ja selkeä tekstin jaottelu sekä asettelu. Ohjeen ymmärrettävyyttä voidaan lisätä kuvin, kuvioin, kaavioin ja taulukoin. Niiden tulee olla kuitenkin tarkkoja, objektiivisia, mielenkiintoa herättäviä ja ymmärrettäviä. Kirjallisessa ohjeessa voidaan tärkeitä asioita korostaa myös alleviivauksilla tai muilla korostuskeinoilla. Tekstin kielen pitää olla selkeää ja sanojen sekä termien tulee olla yksiselitteisiä, tuttuja ja konkreettisia. Sanojen ja virkkeiden tulisi olla myös melko lyhyitä. Kirjallinen ohje kannattaa olla mieluummin aktiivi- kuin passiivimuodossa. Ohjeen ulkonäköön, väriytykseen ja kokoon tulee kiinnittää myös huomiota. (Kyngäs ym. 2007, 127.)

Toimintaohjeen viitekehyksenä toimi huolen vyöhykkeistö (Arnkil & Eriksson 2009a). Ohjeeseen kirjattiin ensin mahdollisia kiusaamisesta johtuvia merkkejä, joita kouluterveydenhoitaja huomaa oppilaassa. Teorian ja haastattelujen perusteella merkit sijoitettiin eri huolivyöhykkeiden alueille. Samalla periaatteella kirjattiin kouluterveydenhoitajan kokema huoli eri huolen vyöhykkeille. Tämän jälkeen terveydenhoitajalle määriteltiin toimintaoh-

jeet huolen eri vyöhykkeille. Terveystoiminnan tavoitteena on tilanteen selvittäminen ja oppilaan auttaminen sekä siten terveydenhoitajan oman huolen väheneminen tai poistuminen.

Toimintaohje laadittiin ensin taulukkomuotoon A4-kokoiselle paperille tulostettavaksi versioksi. Ohjeen liitteenä olivat huolen puheeksiottamisen ennakointilomake (Arnkil & Eriksson 2009b) sekä kouluterveydenhoitajan ja oppilaan välistä keskustelua tukevia apukysymyksiä. Taulukon värit valittiin huolen liikennevalolomakkeen (Hamarus 2008, 167) perusteella: vihreä (ei huolta), keltainen (pieni huoli), harmaa (tuntuva huoli) ja punainen (suuri huoli). Värit havainnollistavat hyvin huolen määrää. Ohjeen A4-koko osoittautui kuitenkin hankalalukuseksi, ja tekstissä jouduttiin käyttämään pientä kirjasinkokoa (10–11) sekä ahdasta rivivälillä (1,0). Tavoitteena ollut ohjeen selkeys ei näin toteutunut. Toimintaohje oli tarkoitettu kouluterveydenhoitajan apuvälineeksi, joten A3-kokoista seinälle asetettavaa ja kaikkien nähtävillä olevaa versiota ei koettu tarkoituksenmukaiseksi.

Eri toteutustapojen vertailujen jälkeen toimintaohje päätettiin muuntaa sähköiseen diaesitysmuotoon käyttäen PowerPoint-ohjelmaa (ks. Liite 3). Toimintaohjeesta saatiin siten nykyaikainen, helppokäyttöinen ja visuaalisesti selkeä. Toimintaohjeeseen (ks. Liite 2 tai Liite 3) laadittiin työn nimen sisältävä aloitussivu, josta pääsee siirtymään hyperlinkkien avulla toimintaohjeen kokoavalle aloitussivulle sekä takasivulle, jossa ovat lähde- ja tekijätiedot. Takasivulta pääsee takaisin aloitussivulle. Aloitussivulle kirjattiin lyhyesti ja selvästi ohjeen tarkoitus sekä toimintaperiaate. Kokoavalta aloitussivulta pääsee eri huolien sivuille sekä sivuille, joissa on kerrottu oppilaiden välisestä kiusaamisesta ja huolen puheeksiottamisen apukeinoista. Aloitussivulta pääsee myös takaisin etusivulle. Eri huolien vyöhykkeet koottiin aina kahdesta erillisestä sivusta paitsi Ei huolta -vyöhyke, joka on yksisivuinen. Huolivyöhykkeen ensimmäiselle sivulle kerättiin mahdolliset kiusaamisesta johtuvat merkit nuorena sekä terveydenhoitajan kokema huoli nuoresta. Toiselle sivulle päästään Miten toimin? -linkin kautta, ja tälle sivulle kirjattiin toimintaohje terveydenhoitajalle. Huolivyöhykkeen kakkosivulle asetettiin linkki kyseisen huolen ensimmäiselle sivulle.

Sivut rakennettiin siten, että kaikilta sivuilta paitsi etu- ja takasivulta pääsee kunkin huolivyöhykkeen ensimmäiselle sivulle sekä kokoavalle aloitussivulle. Siirtyminen sivulta toiselle tapahtuu esitykseen asennettujen hyperlinkkien avulla. Hyperlinkit näkyvät alleviivat-

tuna valkoisena tekstinä. Puheeksiottamisen apukeinot -sivulle lisättiin myös hyperlinkki THL:n Internet-sivulle, josta löytyy puheeksiottamisen ennakoitilomake.

Toimintaohjeen huolivyöhykkeiden värit säilytettiin alkuperäisen suunnitelman mukaisina eli vihreänä, keltaisena, harmaana sekä punaisena. Dian pohjaväriksi valittiin harmaa, että muut käytetyt värit erottuisivat mahdollisimman hyvin. Harmaan ja muiden käytettyjen värien ajateltiin antavan toimintaohjeesta selkeän ja tyylikkään visuaalisen vaikutelman. Visuaalisuuden lisäämiseksi käytettiin SmartArt-grafiikkaobjekteja ja muotoilutehosteita. Tekstit sijoitettiin näihin objekteihin tai tekstikehyksiin. Objektien ja tekstikehysten värit ja sävyt valittiin tarkasti miettien ja eri vaihtoehtoja kokeillen. Kehyksiin ja objekteihin lisättiin varjostava tehoste, jonka avulla saatiin alustasta nouseva vaikutelma. Lisäksi käytettiin kehysten ja objektien läpikuultavuutta keventävänä tehosteena. Kirjasinkoko määriteltiin siten, että ohje olisi helppolukuinen (12–20). Fontiksi valittiin yksinkertainen Calibri. Tekstin värinä käytettiin mustan sijasta harmaan eri sävyjä kovan kontrastin välttämiseksi.

Toimintaohjeen laatimisessa pyrittiin selkeään ulkoasuun ja helppokäyttöisyyteen. Hyperlinkkien asettamisen tarkoituksena oli, että ohjeessa liikuttaisiin pelkästään näiden linkkien avulla. Ongelmana oli löytää toimintaohjeelle sellainen tallennusmuoto, jossa asetetut hyperlinkit toimisivat oikein ja diaesityksen muut etenemismahdollisuudet näppäimistön nuolinäppäimien avulla tai hiirellä vierittämällä pysyisivät estettyinä. Toimintaohje tallennettiin PowerPoint 2007-version diaesitysmuotoon. PowerPoint2007 -versiolla avattuna ohje toimii tarkoituksenmukaisesti linkkien avulla, mutta vanhemmilla versioilla avattuna linkkejä ei saatu toimimaan. Ohje muunnettiin myös PDF-muotoon, jolloin linkitykset toimivat, mutta silloin nuolinäppäimillä ja hiirellä vierittämällä eteneminen on mahdollista.

### 6.3 Valmiin toimintaohjeen arviointi ja hyödyntäminen

Laaditun toimintaohjeen arviointiin osallistui opinnäyteyön yhteistyökumppanina olleen koulun terveydenhoitaja sekä kaksi muuta kouluterveydenhoitajaa. Lisäksi palautetta pyydettiin lasten ja nuorten osastolla työskenteleviltä hoitajilta sekä yläkoulussa ja lukiossa toimivalta äidinkielen opettajalta. Kouluterveydenhoitajilta pyydettiin aktiivisesti palautetta jo sisältöä rakennettaessa ja ohjeen ollessa vielä taulukkomuodossa. Paperiversiota kommentoidessaan kouluterveydenhoitajat toivoivat, että ohjeessa näkyisi konkreettisesti oppilaiden välisen kiusaamisen näkökulma. Tähän kiinnitettiinkin huomiota ohjeen sähköisen version laadintavaiheessa. Valmis toimintaohje lähetettiin sähköpostitse terveydenhoi-



tajille ja äidinkielen opettajalle arvioitavaksi. Vapaamuotoinen palaute saatiin kirjallisessa muodossa sähköpostitse. Lasten ja nuorten osastolla toimivilta hoitajilta palaute saatiin suullisesti ohjetta heille esiteltäessä.

Toimintaohjeen tarpeellisuudesta, hyödynnettävyydestä ja sisällöstä saatiin seuraavia vastauksia: sähköinen toimintaohje on hyvin toimiva, sisältö napakka, tiivis ja hyvä, paljon asiaa – mutta ei kuitenkaan liikaa, ei ylimääräistä ”sälää”, otsakkeet hyviä, hyvät lisätietosiöt, ohjeesta saa hyviä vinkkejä sekä ajatuksia ja uutta näkökulmaa, ohjeesta on hyötyä varsinkin työssä aloitteleville kouluterveydenhoitajille, ohjeesta saa apua kiusaamistapauksen selvittämiseen ja tilanteessa etenemiseen. Huolen vyöhykkeistön ja huolen puheeksiotamisen mallin käyttöä pidettiin hyvinä ja ajankohtaisina apuvälineinä.

Arvioijat pitivät toimintaohjeen ulkoasua näyttävänä, nykyaikaisena ja selkeänä. Yläkouluissa toimiva äidinkielen opettaja antoi joitakin korjausehdotuksia. Saatujen palautteiden jälkeen kieliasua yhtenäistettiin ja luetteloiden sisennyksiä lisättiin. Teknisesti ohje toimi hyvin PowerPoint2007-versiolla. Niillä, joilla käytössä oli ollut PowerPoint2007-verisota vanhempi ohjelma, linkit eivät täysin toimineet, mutta PDF-muodossa olevassa toimintaohjeessa linkit olivat toimineet. Toimintaohjeen teknisiä ominaisuuksia voidaan kuitenkin vielä kehittää toimivimmiksi atk-alan asiantuntijoiden avulla.

Saatujen palautteiden ja yhteistyökumppanikoulun terveydenhoitajan kanssa käytyjen keskustelujen avulla ohjeesta ei tullut liian teoreettinen. Sähköinen toimintaohje on sekä visuaalisesti että käyttöominaisuuksiltaan helppo ja nykyaikainen. Ohjeen sisältöä pystyy täydentämään ja muokkaamaan tarvittaessa oman toimintayksikön tarpeita vastaavaksi. Ohje on hyvin hyödynnettävissä sellaisenaan, mutta valmista formaattia voi käyttää sisällön aihetta muuttaen laajemminkin terveydenhoitajan työssä.

## 7 POHDINTA

Oppilaiden välinen kiusaaminen nousee otsikoihin tasaisin väliajoin ja aiheesta keskustellaan nykyään avoimesti. Kiusatuksi tulleet tuovat vahvasti esille sen, että aikuisten tulisi puuttua kiusaamiseen heti eikä kiusattua saisi jättää yksin asian kanssa. Koulukiusaamisen ennaltaehkäisyllä ja siihen puuttumisella on suuri merkitys yksilölle, yhteisölle ja koko yhteiskunnalle. Kiusaamisen jäljet vaikuttavat pitkälle tulevaisuuteen, sillä kiusattu voi oireilla vielä aikuisenakin. Oppilaiden välinen kiusaaminen voi vaikuttaa myös luokan tai koulun ilmapiiriin, jos kiusaaminen sallitaan puuttumatta tilanteeseen. Yhteiskunnallisesti koulukiusaaminen tuo lisäkustannuksia, sillä kiusatut tarvitsevat usein jossain vaiheessa ammattiapua ja tukea selviytyäkseen koulukiusaamisesta. Tulee korostaa myös sitä, että kaikki kiusaamiseen osallistuvat tarvitsevat apua. Yhteiskunnan tasolla on tärkeää viestittää, ettei koulukiusaamista sallita missään muodossa. Koulukiusaamiseen puuttuminen on eettisesti hyvin vaativaa, mutta aikuisella on aina velvollisuus puuttua oppilaiden väliseen kiusaamiseen (Pönkkö 2009, 129–130).

Halusimme tässä opinnäytetyössä tarkastella yläkouluikäisten nuorten välistä kiusaamista ja siihen puuttumista. Yläkouluvuosien aikana nuori elää herkkää, vaativaa ja mieltä myllertävää fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen kehityksen aikaa. Siirtyminen yläkouluun voi olla nuorelle haastavaa kasvavien oppimistavoitteiden ja hänen oman kehitysvaiheensa takia. Kiusaaminen tässä vaiheessa voi olla hyvinkin traumaattista. Varsinkin pitkään jatkunut kiusaaminen saattaa olla kehityksellinen riski (Salmivalli 2010a, 31).

Tulevina terveydenhoitajina halusimme selvittää kouluterveydenhoitajan roolia kiusaamisen huomaajana ja siihen puuttujana. Kirjallisuuden perehtyessämme emme kuitenkaan löytäneet varsinaisesti terveydenhoitajan näkökulmasta laadittua materiaalia. Kouluterveydenhoitaja nähdään usein vain terveystarkastusten tekijänä mittaamassa, punnitsemassa ja rokottamassa. Oppilaat käyvät kouluterveydenhoitajan luona kuitenkin monesta eri syystä. Heillä voi olla esimerkiksi nukkumisvaikeuksia, ongelmia vanhempiensa kanssa sekä kehon muutoksista johtuvia tai muita mieltä askarruttavia asioita (Kinnunen, Kylmä, Laukanen & Pölkki 2010). Tässä työssä haluttiin kouluterveydenhoitajan rooli nähdä laajempänä. Kouluterveydenhoitaja voidaan ajatella toimivan terveydenedistäjänä, terveystasokasvatustajana, asiantuntijana, tukijana sekä yhteys- ja luottamushenkilönä (Tukkikoski 2009, 55).

Näiden roolien kautta terveydenhoitaja voi huomata oppilaiden välistä kiusaamista ja puuttua siihen.

Opinnäytetyön kehittämiskohteeksi valitsimme toimintaohjeen laatimisen kouluterveydenhoitajille oppilaiden välisestä kiusaamisesta. Toimintaohjeen viitekehyksenä käytimme Huolen vyöhykkeistöä (Arnkil & Eriksson 2009a). Toiminnan lähtökohtana on terveydenhoitajan kokema huoli nuoresta, sillä halusimme tehdä työn kouluterveydenhoitajan näkökulmasta. Lähdimme toimintaohjeen laadinnassa liikkeelle kiusaamisen aiheuttamista merkeistä ja vaikutuksista nuoreen sekä sitä kautta terveydenhoitajan kokemaan huoleen. Toiminta määräytyy ohjeessa huolen suuruuden mukaan. Toiminta ei ole ongelmalähtöistä. Huolen puheeksiottaminen ja motivoivan haastattelun menetelmiä liitettiin toimintaohjeeseen terveydenhoitajan vuorovaikutukselliseksi apuvälineiksi. Terveydenhoitaja tekee työtään omalla persoonallaan ja täten vuorovaikutukselliset taidot ovat tärkeitä.

Päädyimme sähköiseen asiakirjamuotoon, sillä näin toimintaohje on nykyaikainen sekä helposti käytettävissä ja saatavilla. Sähköisessä muodossa olevaa toimintaohjetta voivat käyttää terveydenhoitajat sekä alan opiskelijat. Näin toimintaohje on laajemmin hyödynnettävissä perinteiseen paperiversioon verrattuna. Sähköiseen asiakirjaan saimme koottua tiiviin ja kattavan tietopaketin oppilaiden välisestä kiusaamisesta, sen huomaamisesta ja siihen puuttumisesta. Visuaalisesti ohje on selkeä ja näyttävä. Toimintaohjeen teknistä toimivuutta on mahdollista ja tulee kehittää vielä toimivammaksi atk-alan asiantuntijan avulla. Kun kouluterveydenhoitaja seuraa ohjetta, hänen tietonsa oppilaiden välisestä kiusaamisesta lisääntyy. Varsinkin aloittelevan kouluterveydenhoitajan uskomme hyötyvän toimintaohjeesta. Toimintaohje auttaa kouluterveydenhoitajaa vastaamaan myös uuden Valtioneuvoston asetuksen (380/2009) velvoitteisiin. Kouluterveydenhoitajan tulee asetuksen mukaan kiinnittää huomiota mahdollisen kiusaamisen merkkien tunnistamiseen. Myös varhaista puuttumista korostetaan.

Arvioimme opinnäytetyötämme kokonaisuutena hyvän opinnäytetyön kriteereiden avulla (Hakala 2004, 29–33). Opinnäytetyömme aihe on mielestämme ajankohtainen ja tärkeä sekä käytännönläheinen. Työmme on lähtökohdaltaan realistinen ja aihealueeltaan rajattu. Rajausta teimme vielä raportin kirjoittamisen aikana. Rajasimme opinnäytetyömme yläkoulukäisiin, koska mielestämme toimintaohje sekä ala- että yläkoululle olisi ollut liian laaja kokonaisuus ja työmme tuotos olisi voinut jäädä pinnallisen suppeaksi. Rajausta teimme myös nuoren kehityksen osalta painottamalla psykososiaalista kehitystä. Kiusaa-

misen vaikutukset tulevat esille usein psyykkisenä oirehtimisena tai esimerkiksi käytöshäiriöinä. Työmme ei ole aihevalinnaltaan eikä toteutustavaltaan kovin omaperäinen, mutta se tuo uutta lähestymistapaa koulukiusaamiseen puuttumiseen. Teoriaosuudessa itsenäinen ajattelu ja asiantuntijuus näkyvät esille nostamissamme asioissa. Lähteiden lukumäärä ja monipuolisuus kertoo tiedonhakutaidoistamme, jotka ovat kehittyneet opinnäytetyöprosessin aikana. Suurin osa lähteistä on julkaistu kymmenen viime vuoden sisällä. Työssä on käytetty paljon kotimaisia lähteitä, sillä Suomessa on esimerkiksi KiVa Koulu -toimenpideohjemaan liittyen tehty viime vuosien aikana useita tutkimuksia.

Opinnäytetyön tekeminen oli haastava ja opettava prosessi monessa suhteessa. Työn aloittamisessa oli eri syistä johtuvia vaikeuksia, mutta prosessin käynnistymisen jälkeen työ eteni vähitellen vaihe kerrallaan. Jokaisella prosessin vaiheella on ollut tarkoituksensa, vaikka kaikkien vaiheiden merkitystä ei aina ymmärtänytään juuri sillä hetkellä. Työpajoissa käynnit antoivat yleisesti ottaen uusia ajatuksia, joiden pohjalta pääsimme jatkamaan opinnäytetyön tekemistä. Teoriaosan kokoaminen vei aikaa, sillä tarkensimme sisällysluettelon rakennetta vielä teoriaa kirjoittaessa. Myös teorian rajaaminen tuntui vaikealta suuren tietomäärän keskellä, sillä tavoitteena oli hyvä ja tiivis kokonaisuus. Opinnäytetyön tekijöinä olemme kuitenkin tyytyväisiä lopulliseen työn rakenteeseen. Aikataulussa pysyminen tuotti vaikeuksia, mutta prosessin edetessä työn tekeminen nopeutui ja tehostui. Myös ehdottoman takarajan asettaminen työn valmistumiselle oli tärkeää. Opinnäytetyötä ei voi tehdä hetkessä, mutta toisaalta prosessia ei voi venyttääkään liikaa.

Asiantuntijuutemme koulukiusaamisesta lisääntyi paljon opinnäytetyötä tehdessä. Tutustuminen aiheeseen tutkimusten ja kirjallisuuden avulla sekä osallistuminen professori Salmivallin koulukiusaamista käsitelleeseen koulutukseen ja keskustelut kokeneiden kouluterveydenhoitajien kanssa antoivat vahvistusta opinnäytetyöllemme. Opinnäytetyön tekemisen jälkeen olemme rohkeampia ja valmiimpia kohtaamaan koulukiusaamisen kohteeksi joutuneita ja siihen osallistuneita nuoria. Muistamme varmasti aina koulukiusaamisen mahdollisuuden, jos työskentelemme kouluterveydenhuollossa. Opinnäytetyömme eettistä merkitystä on hyvä tarkastella eri näkökulmista. Kouluyhteisössä tarvitaan keskustelua eri ammattiryhmien välillä ja on tarpeellista laatia yhteiset toimintaperiaatteet (Kalkas & Sarvimäki 1996, 105). Myös yhteistyö koulun ja oppilaiden vanhempien välillä on tärkeää.

Terveystieteiden koulutukseen toivoisimme lisää vuorovaikutukseen liittyvää koulutusta, onhan terveydenhoitajan tärkein työväline terveydenhoitaja itse. Nuoren kohtaaminen voi

olla hyvin haasteellista varsinkin, jos hänellä on huolia, joihin pitäisi puuttua. Terveydenhoitajan koulutukseen voisi sisällyttää esimerkiksi motivoivan haastattelun sekä neurolingvistisen prosessoinnin eli NLP -menetelmän harjoitteita. NLP -menetelmän avulla terveydenhoitaja voi oppia tunnistamaan asiakkaan sanatonta käyttäytymistä ja ohjaamaan omaa käyttäytymistään niin, että hänen kykynsä luoda kontakteja erilaisten ihmisten kanssa paranee entisestään (NLP Akatemia 2010).

Tämän opinnäytetyöprosessin aikana nousi esiin useampia uusia kiinnostavia opinnäytetyön aiheita, joita voisi suositella tehtäväksi. Laatimamme toimintaohjeen käyttöä ja sen toimivuutta voisi tutkia ja siten kehittää ohjetta edelleen. Vastaavanlaisen toimintaohjeen voisi laatia myös alakoulun terveydenhoitajille. Huolen puheeksiottamisen ja motivoivan haastattelun menetelmät olisivat myös hyviä opinnäytetyön aiheita. Näiden menetelmien käyttöä voisi tutkia ja toiminnallisten opinnäytetöiden avulla viedä niitä terveydenhoitajien aktiivisiksi työvälineiksi.

Kouluterveydenhoitajan tulisi olla näkyvä ja osallistuva jäsen kouluyhteisössä. Nuorilla pitäisi aina olla mahdollisuus keskustella kouluterveydenhoitajan kanssa mieltään askarruttavista asioista. Myös opettajat voisivat konsultoida enemmän kouluterveydenhoitajaa nuorten terveysasioissa. (Kinnunen ym. 2010.) Valitettavasti monissa kunnissa on jouduttu talouden säästötoimiin ja kouluterveydenhuolto on ollut yksi säästökohteista. Kouluterveydenhuolto on ollut perinteisesti niin sanottua matalan kynnyksen toimintaa, mutta joka koululla se ei kuitenkaan nykyisin toteudu. Toivottavasti uuden lakiasetuksen myötä resurssit kouluterveydenhuollossa paranevat kunnissa, sillä tehtävät ja haasteet lisääntyvät entisestään kouluterveydenhuollossa. Ennaltaehkäisevän työn merkitys ymmärretään hyvin, mutta toteutuuko se sitten asetuksen mukaisesti, jää nähtäväksi.

## LÄHTEET

- Aalberg, V. & Siimes, M.** 2007. Lapsesta aikuiseksi. Nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi. Helsinki: Nemo.
- Aaltonen, M., Ojanen, T., Vihunen, R. & Vilen, M.** 2003. Nuoren aika. 2. uudistettu painos. Helsinki: WSOY.
- Arnkil, T.E. & Eriksson, E.** 2008. Älkää leimatko lapsia huolten vyöhykkeistöllä! Puheenvuoro. Dialogi 8/2008. Päivitetty 1.12.2008. Viitattu 16.5.2010.  
<http://dialogi.stakes.fi/FI/dialogin+arkisto/2008/8/sivu/20.htm>
- Arnkil, T.E. & Eriksson, E.** 2009a. Huolen vyöhykkeistö – apuväline avoimen yhteistyön välineeksi. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Päivitetty 4.3.2009. Tulostettu 16.5.2010.  
<http://info.stakes.fi/verkkostomenetelmat/FI/vyohykkeisto/index.htm>
- Arnkil, T.E. & Eriksson, E.** 2009b. Huolen puheeksiottaminen. Huolen puheeksiottamisen ennakointilomake. THL. Päivitetty 22.1.2009. Tulostettu 21.8.2010.  
<http://info.stakes.fi/verkkostomenetelmat/FI/puheeksiottaminen/index.htm>
- Enderesen, I., Olweus, D., Solberg, M.** 2007. Bullies and victims at school: Are they the same pupils? *British Journal of Educational Psychology*, 441–464.
- Eriksson, E. & Arnkil, T.E.** 2005. Huoli puheeksi. Opas varhaisista dialogeista. Oppaita 60. STAKES. Helsinki.
- Eriksson, E. & Pyhäjoki, J.** 2007. Huolen vyöhykkeistö ja työmenetelmät – dialogisuuden edistäminen. Teoksessa A. Armanto & P. Koistinen (toim.) *Neuvolatyön käsikirja*. Helsinki: Tammi, 439–448.
- Friis, L., Mannonen, M. & Eirola, R.** 2004. Lasten ja nuorten mielenterveystyö. Helsinki: WSOY.
- Hakala, J.T.** 2004. *Opinnäytetyöopas ammattikorkeakouluille*. Helsinki: Gaudeamus.
- Hamarus, P.** 2008. *Koulukiusaaminen: huomaa, puutu, ehkäise*. Helsinki: Kirjapaja.
- Hinduja, S. & Patchin, J. W.** 2009. Bullying, Cyberbullying and Suicide. *Archives of Suicide Research*. 14 (3), 206–221.
- Kalkas, H. & Sarvimäki, A.** 1996. *Hoitotyön etiikan perusteet*. Juva: WSOY.
- Kinnunen, P., Laukkanen, E., Pölkki, P. & Kylmä, J.** 2010. Are Worries, Satisfaction with Oneself and Outlook in Secondary School Students Associated with Mental Health in Early Adulthood? *International Journal of Mental Health Promotion*, volume 12 issue 2, 4–10.
- Koski-Jännes, A.** 2007. Motivoivan haastattelun periaatteet ja menetelmät. Teoksessa A. Koski-Jännes, L. Riittinen & P. Saarnio (toim.) *Kohti muutosta. Motivointimenetelmiä päihde- ja käyttäytymisongelmiin*. Helsinki: Tammi, 41–64.

- Kouluterveydenhuolto 2002.** Opas kouluterveydenhuollolle, kouluille ja kunnille. Sosiaali- ja terveysministeriö ja Stakes. Oppaita 51. Helsinki. Viitattu 7.4.2010. [http://www.stakes.fi/verkkojulkaisut/muut/Oppaita51\\_2002.pdf](http://www.stakes.fi/verkkojulkaisut/muut/Oppaita51_2002.pdf)
- Kuronen, I.** 2010. Peruskoulusta elämäkouluun. Ammatillisesta koulutuksesta syrjäytymisvaarassa olevien nuorten aikuisten tarinoita peruskoulusuhteesta ja elämäkulusta peruskoulun jälkeen. Jyväskylän yliopisto. Koulutuksen tutkimuslaitos. Tutkimuksia 26. Viitattu 30.9.2010. [http://ktl.jyu.fi/img/portal/17787/Tutkimuksia\\_26\\_netti.pdf](http://ktl.jyu.fi/img/portal/17787/Tutkimuksia_26_netti.pdf)
- Kyngäs, H., Kääriäinen, M., Poskiparta, M., Johansson, K., Hirvonen, E. & Renfors, T.** 2007. Ohjaaminen hoitotyössä. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.
- Kärnä, A., Voeten, M., Little, T. D., Poskiparta, E., Kaljonen, A. & Salmivalli, C.** 2010. A Large-Scale Evaluation of the KiVa Anti-Bullying Program.
- Laakso, J. & Sohlman, A.** 2002. Yhteistyö kouluterveydenhuollossa. Teoksessa P. Terho, E-L. Ala-Laurila, J. Laakso, H. Krogius & M. Pietikäinen (toim.) Kouluterveydenhuolto. Helsinki: Duodecim, 62–69.
- Lahtinen-Leinonen, M.** 2009. Tukioppilastoiminta. Teoksessa T. Saloviita (toim.) Meidän koulu. Keinoja työrauhan ja hyvän ilmapiirin saavuttamiseen. Jyväskylä: PS-kustannus, 165–177.
- Lahtinen-Salila, I.** 2009. Vertaissovittelu. Teoksessa T. Saloviita (toim.) Meidän koulu. Keinoja työrauhan ja hyvän ilmapiirin saavuttamiseen. Jyväskylä: PS-kustannus 145–159.
- Laine, O.** 2002. Psykkinen kehitys. Teoksessa P. Terho, E-L. Ala-Laurila, J. Laakso, H. Krogius & M. Pietikäinen (toim.) Kouluterveydenhuolto. Helsinki: Duodecim, 103–109.
- Laki perusopetuslain muuttamisesta 477/2003.** Oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön (29§). Finlex. Viitattu 12.5.2010. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2003/20030477>
- Lehtinen, E., Kuusinen, J. & Vauras, M.** 2007. Kasvatuspsykologia. 2. uudistettu painos. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Luopa, P., Lommi, A., Kinnunen, T. & Jokela, J.** 2010. Nuorten hyvinvointi Suomessa 2000-luvulla. Kouluterveyskysely 2000–2009. THL. Raportti 20/2010. Helsinki. Viitattu 1.8.2010. <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/91431fe2-cfa6-4909-9363-75eda1839dc3>
- MLL** (Mannerheimin lastensuojeluliitto). 2010. Tukioppilastoiminta. Viitattu 13.5.2010. <http://www.mll.fi/kasvattajille/tukioppilastoiminta>
- Mattila, K-P.** 2007. Arvostava kohtaminen. Arjessa, auttamistyössä ja työyhteisössä. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Nevalainen, S.** 2010. Lapsi koulussa. Teoksessa E. Jokela & H. Pruuki (toim.) Jo iso, vielä pieni. Kouluikäisen lapsen maailma. Helsinki: LK-kirjat, 79–91.
- NLP Akatemia** 2010. Mitä on NLP. Päivitetty 15.10.2010. Viitattu 17.10.2010. <http://www.nlp-akatemia.fi/>

- Oikarinen, K.** 2006. Terveysmuotokuvamittari kouluterveydenhoitajan työhön. Mittarin kehittäminen ja arviointi. Lapin yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Väitöskirja.
- Olweus, D.** 1992. Kiusaaminen koulussa. Suom. M. Mäkelä. Helsinki: Otava.
- Perusopetuslaki** 628/1998. Oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön (29§). Finlex. Viitattu 12.5.2010. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/1998/19980628>
- Peura, J., Pelkonen, M. & Kirves, L.** 2009. Miksi kertoisin, kun se ei auta? Raportti nuorten kiusaamiskyselystä. MLL. Verkkojulkaisu. Viitattu 15.5.2010. <http://www.mll.fi/julkaisut/verkkojulkaisut/>
- Pietikäinen, M. & Ala-Laurila, E-L.** 2002. Oppilashuoltotyö. Teoksessa P. Terho, E-L. Ala-Laurila, J. Laakso, H. Krogius & M. Pietikäinen (toim.) Kouluterveydenhuolto. Helsinki: Duodecim, 221–224.
- Piispanen, M.** 2008. Hyvä oppimisympäristö ja yhtenäinen perusopetus. Teoksessa P. Johnson & K. Tantt (toim.) Kestäviä ratkaisuja kouluun. Kokemuksia yhtenäisestä perusopetuksesta. Jyväskylä: PS-Kustannus, 41–60.
- Pönkkö, M-L.** 2009. Kaikilla aikuisilla on kasvatus- ja huolenpitovastuu. Teoksessa A-L. Lämsä (toim.) Mun on paha olla. Näkökulmia lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin. Jyväskylä: PS-Kustannus, 129–133.
- Pörhölä, M.** 2008. Koulukiusaaminen nuoren hyvinvointia uhkaavana tekijänä. Miten käy kiusatun ja kiusaajan vertaisuuhteille? Teoksessa M. Autio, K. Eräranta & S. Myllyniemi (toim.) Polarisoitua nuoruus. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisoasiain neuvottelukunta. Stakes, 94–104.
- Rivers, I., Poteat, V.P., Noret, N. & Ashurst, N.** 2009. Observing Bullying at School: The Mental Health Implications of Witness Status. *School Psychology Quarterly*. Vol. 24, No. 4, 211–223.
- Ruski, S.** 2002. Kouluterveydenhoitajan tehtävät. Teoksessa P. Terho, E-L. Ala-Laurila, J. Laakso, H. Krogius & M. Pietikäinen (toim.) Kouluterveydenhuolto. Helsinki: Duodecim, 48–53.
- Salmivalli, C.** 1998. Koulukiusaaminen ryhmäilmionä. Helsinki: Gaudeamus.
- Salmivalli, C.** 2002. Koulukiusaaminen. Teoksessa P. Terho, E-L. Ala-Laurila, J. Laakso, H. Krogius & M. Pietikäinen (toim.) Kouluterveydenhuolto. Helsinki: Duodecim, 94–101.
- Salmivalli, C.** 2010a. Koulukiusaamiseen puuttuminen. Kohti tehokkaita toimintamalleja. 2. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Salmivalli, C.** 2010b. Lasten aggressiivisuus ja kiusaaminen. Kehityskulut ja puuttuminen. Pohjois-Karjalan kesäyliopisto. Ammatillinen täydennyskoulutus. Opetus ja kasvat. 25.3. Joensuu.
- Santalahti, P., Sourander, A.L., Aromaa, M., Helenius, H., Ikäheimo, K. & Piha, J.,** 2008. Victimization and bullying among 8-year-old Finnish children: *European Child & Adolescent Psychiatry* vol. 17, No. 8, 463–472.



- Savolainen, T.** 2005. Alakoulusta Yläkouluun. Kuudesluokkalaisten pelkoja, toiveita ja odotuksia seitsemännelle luokalle siirtymisestä. Kasvatustieteiden tiedekunta. Opettajankoulutuslaitos. Jyväskylän yliopisto.
- Savukoski, M.** 2008. Vapaaksi anoreksian kahleista. Väitöskirja. Kasvatustieteiden tiedekunta. Lapin yliopisto.
- Sinkkonen, J.** 2010. Nuoruusikä. Helsinki: WSOY.
- Terho, P.** 2002. Kouluterveydenhuollon tavoitteet ja merkitys. Teoksessa P. Terho, E-L. Alalaurila, J. Laakso, H. Krogius & M. Pietikäinen (toim.) Kouluterveydenhuolto. Helsinki: Duodecim, 18–22.
- Tervaskanto-Mäentausta, T.** 2008. Kouluikäinen ja nuori. Teoksessa Haarala, P., Honkanen, H., Mellin, O-K., Tervaskanto-Mäentausta, T. 2008. Terveystieteen osaaminen. Helsinki: Edita, 365–404.
- Tukkikoski, T.** 2009. Terveystieteen rooli ja yhteistyömuodot kouluterveydenhuollossa. Tampereen yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta. Hoitotieteen laitos. Pro gradu-tutkielma.
- Tuomisto, T., Salmivalli, C. & Poskiparta, E.** 2009. Kivassa koulussa ei kiusata. Teoksessa A-L. Lämsä (toim.) Mun on paha olla. Näkökulmia lasten ja nuorten hyvinvointiin. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Tuomisto, T.** 2010. Puhelinkeskustelu koordinaattori T. Tuomiston kanssa. 20.4. Kiva Koulu -toimisto.
- Valtioneuvoston asetus 380/2009.** Neuvolatoiminta, koulu- ja opiskeluterveydenhuolto sekä ehkäisevästä suun terveydenhuolto. Asetuksen perustelut ja soveltamisohjeet. Julkaisuja 2009:20. STM. Päivitetty 22.3.2010. Viitattu 22.8.2010. [http://www.stm.fi/julkaisut/nayta/\\_julkaisu/1488784#fi](http://www.stm.fi/julkaisut/nayta/_julkaisu/1488784#fi)
- Vilka, H. & Airaksinen, T.** 2004. Toiminnallinen opinnäytetyö. 1.–2. painos. Helsinki :Tammi.
- Vuori-Kemilä, A., Lindroos, S., Nevala, S. & Virtanen, J.A.** 2005. Ihmisen hyvä, etiikka lähihoitotyössä. Helsinki: WSOY.

## Liite 1. Huolen puheeksioton ennakointilomake

(Arnkil & Eriksson 2009b)

**HUOLEN PUHEEKSIOTON ENNAKOINTILOMAKE**

Lomake on tarkoitettu tueksesi tilanteissa, joissa:

- sinulla on huolta lapsen / nuoren / perheen tilanteesta
- et ole syystä tai toisesta ottanut asiaa selvästi puheeksi huoltajien kanssa ja
- haluat kehittää huolen ilmaisemista osana työtäsi lasten, nuorten ja perheiden hyväksi

Lomakkeessa on kolme osaa:

1. A. osa on tarkoitettu täytettäväksi silloin kun olet **valitsemassa tilannetta**, jossa aiot kehittää huolenaiheesi puheeksiottamista.
2. B. osa on tarkoitettu täytettäväksi silloin, kun olet juuri **valmistautumassa tapaamaan** lapsen / nuoren huoltajan tai huoltajat. Voit käyttää lomaketta myös muiden lapselle tärkeiden aikuisten kanssa.
3. C. osa on tarkoitettu täytettäväksi pian tuon **tapaamisen jälkeen**.

**A. Täytettäväksi, kun valitset tilannetta (kysymykset 1–3)**

1a. Perustiedot lapsesta/nuoresta, perheestä (ilman tunnistetietoja)

1b. Perustiedot sinusta: toimipisteesi, ammattisi

2. Keitä perheenjäseniä tapaat ja mitä teet heidän kanssaan?

3a. Mistä olet huolissasi lapsen/nuoren tilanteessa?

3b. Mitä tapahtuu, jos et ota huoltasi puheeksi?

3c. Mille vyöhykkeelle huolesi sijoittuu? (rastita)

Pieni huoli\_\_\_

Harmaa vyöhyke\_\_\_

Suuri huoli\_\_\_

**B. Täytettäväksi ennen tapaamista (kysymykset 4–8)**

**4. Missä asioissa (arviosi mukaan) lapsen/nuoren huoltaja (t) kokee saavansa sinulta tukea? Onko asioita, joissa hän (he) voi kokea sinut uhkaavaksi?**

**Tuki:**

**Uhka:**

**5a. Mitä voimavaroja lapsessa/nuoressa ja hänen tilanteessaan näet ja mitä voisit niistä kertoa huoltajalle/huoltajille?**

**5b. Mitä sinä ja huoltaja(t) voisitte tehdä tahoillanne ja/tai yhdessä lapsen/nuoren tilanteen parantamiseksi?**

**6. Miten otat huolesi ja yhteistyötoiveesi esille? Sanoita; mieti vaihtoehtoisia tapoja ilmaista huolesi, se miten kerrot voimavaroista ja ehdotat yhteistyötä.**

**7a. Ennakoi mitä tapahtuu puheeksiottamistilanteessa. Kuka reagoi ja miten?**

**7b. Ennakoi mihin puheeksiottaminen johtaa lähitulevaisuudessa?**

*Jos ennakoit, että puheeksiottaminen heikentää mahdollisuuksia huojentaa lapsen/nuoren tilannetta, palaa pohtimaan a) missä todella tarvitset huoltajan/huoltajien apua ja b) miten saat tuon avun; eli sanoita yhteistyötarjouksesi uudestaan.*

**8. Millainen tila ja aika olisi tällaiselle kohtaamiselle otollinen eli milloin ja missä otat asian puheeksi?**

**C. Täytettäväksi pian tapaamisen jälkeen (kysymykset 9–11)**

**9. Miten toteutit puheeksiottamisen?**

**10. Mitkä olivat tunnelmasi puheeksioton:**

a) Alla

b) Aikana

c) Jälkeen

**11a. Katso ennakoitteesi kysymyksessä n:o 7. Tapahtuiko niin kuin ennakoit vai jotakin muuta? Koitko jotain yllättävää?**

**11b. Miltä toiminta lapsen/nuoren tilanteen helpottamiseksi nyt näyttää? Mikä herättää toiveikkuuttasi? Mikä huolestuttaa edelleen?**

**11c. Mitä aiot tehdä tämän huolesi vähentämiseksi?**

Liite 2. Toimintaohjeen sisältö kopioituna opinnäytetyön raporttiin



**Oppilaiden välisestä kiusaamisesta** on kyse, kun yksi tai useampi oppilas loukkaa, vahingoittaa ja/tai syrjii toistuvasti yhtä ja samaa oppilasta, eikä hän pysty itse puolustautumaan tai vaikuttamaan saamaansa kohteluun.

Kiusaaminen voi olla sanallista (nimittelyä, pilkkaamista), epäsuoraa sosiaalista manipulointia, fyysistä (tönimistä potkimista, lyömistä) tai kännykkä- ja nettikiusaamista.

#### Mahdollisia kiusatuksi joutumisen riskiä lisääviä tekijöitä

- poikkeava ulkoinen olemus (lihavuus, laihuus, motorinen kömpelyys)
- tietynlainen temperamentti (arkuus, vetäytyvä käyttäytyminen tai toisaalta ”räjähtävä herkkyys” provosoituessa)
- nuoren epävarmuus, huono itsetunto, fyysinen heikkous
- uusi oppilas (kaveripiiriä ei ole vielä muodostunut)
- ennestään heikossa asemassa oleva oppilas
- ryhmässä epäsuosittu
- maahanmuuttajatausta (kielteinen suhtautuminen maahanmuuttajiin)

#### Oppilaiden roolit kiusaamisprosessissa

- kiusattu (toistuvasti kiusattu oppilas, puolustuskyvytön kiusaajiinsa nähden)
- kiusaaja (aktiivinen kiusaamisen aloittaja, päätekijä kiusaamistilanteessa)
- apuri (mukana kiusaamisessa, avustaa kiusaajaa)
- kannustaja (tulee katsomaan kiusaamista, rohkaisee kiusaajaa sanoin, elein, naureskellen)
- puolustaja (asettuu kiusatun puolelle, yrittää saada toiset lopettamaan kiusaamisen, lohduttaa kiusaajaa)
- hiljainen hyväksyjä (ei ole huomaavinaan kiusaamista, vetäytyy syrjään tilanteesta)

**Ei huolta**

**Pieni huoli**

**Tuntuva huoli**

**Suuri huoli**

**Aloitussivulle**

**Huolen ja kiusaamisen puheeksiottaminen**

**Lopeta**

### Apukeinoja huolen ja kiusaamisen puheeksiottamiseen

Ottaessaan kiusaamisen puheeksi nuoren ja/tai hänen huoltajiensa kanssa kouluterveydenhoitaja voi käyttää apunaan puheeksiottamisen ennakointimenetelmää. Tämän THL:ssa kehitetyn menetelmän avulla voidaan kiusaaminen tai jokin muu hankala asia ottaa käsittelyyn mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Keskustelun tukena on mahdollista käyttää puheeksiottamisen ennakointilomaketta.

**Huolen puheeksiottamisen ennakointilomake**

Kiusaamisen puheeksiottotilanteessa voidaan käyttää hyväksi motivoivassa haastattelussa painotettavia keinoja

- vahvistaminen (tunnistetaan ja nimetään nuoren vahvuudet ja siten tuetaan hänen itsetuntoaan)
- avoimet kysymykset (vältetään kysymyksiä, joihin voi vastata yhdellä sanalla, aloitetaan kysymykset sanoilla mitä, miten, miksi)
- heijastava kuuntelu (toimitaan nuoren ”peilinä” ja kerrotaan nuoren ajatukset omilla sanoilla varmistaen samalla, että nuoren kertoma on ymmärretty oikein)
- tiivistäminen (vedetään yhteen nuoren ajatuksia keskustelun aikana ja osoitetaan samalla, että häntä kuunnellaan; tulkitsemista kuitenkin vältetään)

Kiusaaminen voi nousta spontaanisti esiin jo eri asioista nuoren kanssa keskusteltaessa, mutta se on joka tapauksessa otettava puheeksi kysymällä esimerkiksi: Mitä sinun mielestäsi on koulukiusaaminen? Oletko nähnyt kiusaamista? Onko sinua kiusattu, miten? Oletko itse ollut mukana kiusaamisessa, miten?

**Oppilaiden välinen kiusaaminen**

**Ei huolta**

**Pieni huoli**

**Tuntuva huoli**

**Suuri huoli**

**Aloitussivulle**

**Lopeta**

## TOIMINTAOHJE

- Tämä toimintaohje on tukenasi mahdollisen oppilaiden välisen kiusaamisen havainnoimisessa ja siihen puuttumisessa.
- Oppilaasta kokemasi huolen määrä ohjaa toimintaasi kouluterveydenhoitajana.
- Pääset haluamallesi toimintaohjeen sivulle tai linkitetyle Internet-sivustolle klikkaamalla alleviivattua tekstiä.

Mieti huolesi määrää ja klikkaa sopivan huolilaatikon kohdalta

**Ei huolta**

**Pieni huoli**

**Tuntuva huoli**

**Suuri huoli**

Mitä oppilaiden välinen kiusaaminen on?

Huolen ja kiusaamisen puheeksiottaminen

Etusivu

Lopeta

### Nuorella ei huolta herättäviä kiusaamisen merkkejä

- Nuorella kavereita
- Nuori avoin ja positiivisesti asioihin suhtautuva
- Nuori työskentelee ryhmässä hyvin
- Koulumenestyksessä ei muutoksia
- Ei ihmettelyä herättäviä poissaoloja
- Nuori kertoo asioiden olevan hyvin

### Terveydenhoitaja ei koe huolta nuoresta

- Nuori vaikuttaa voivan hyvin
- Ei kiusaamisen merkkejä

**Pieni huoli**

**Tuntuva huoli**

**Suuri huoli**

Aloitussivulle

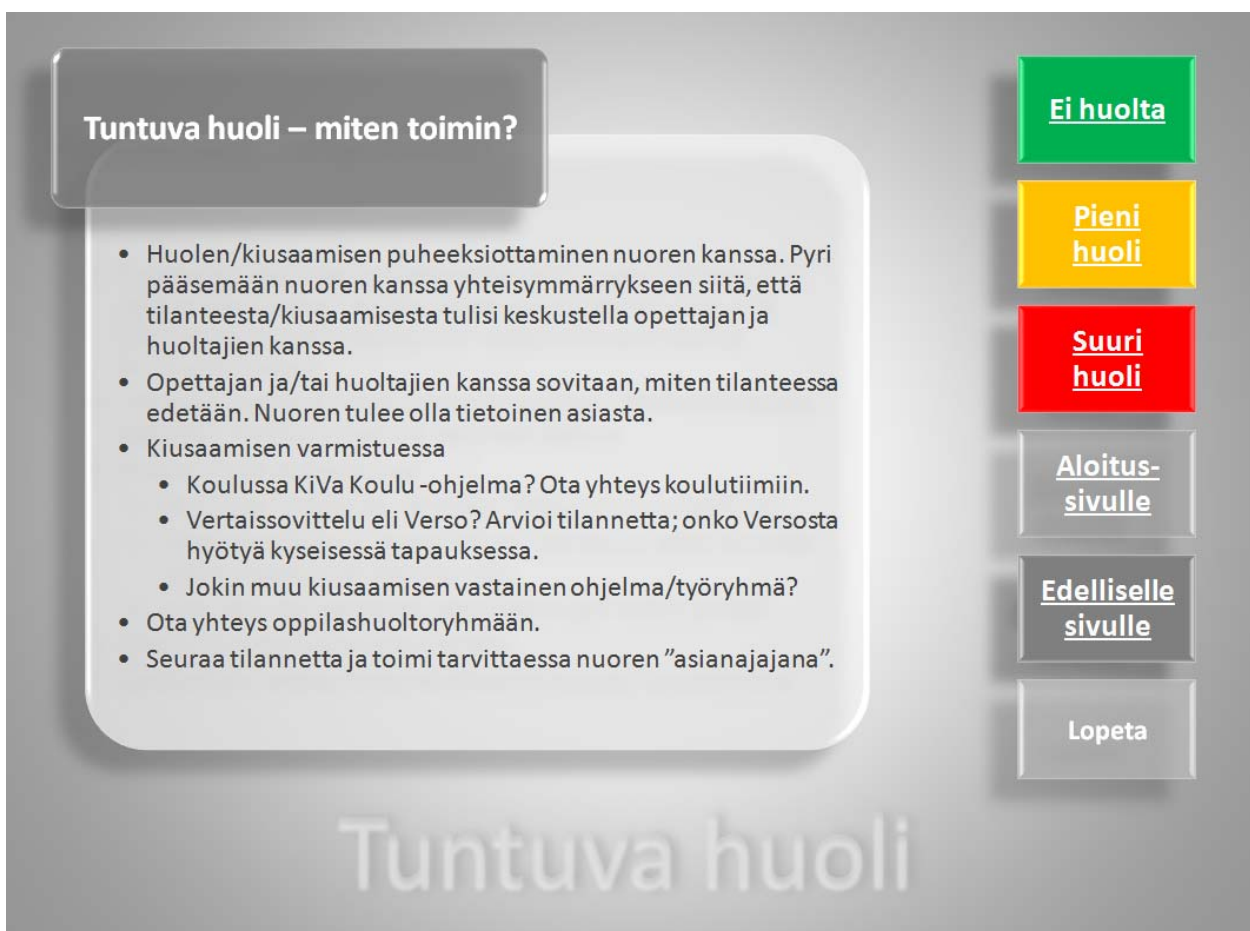
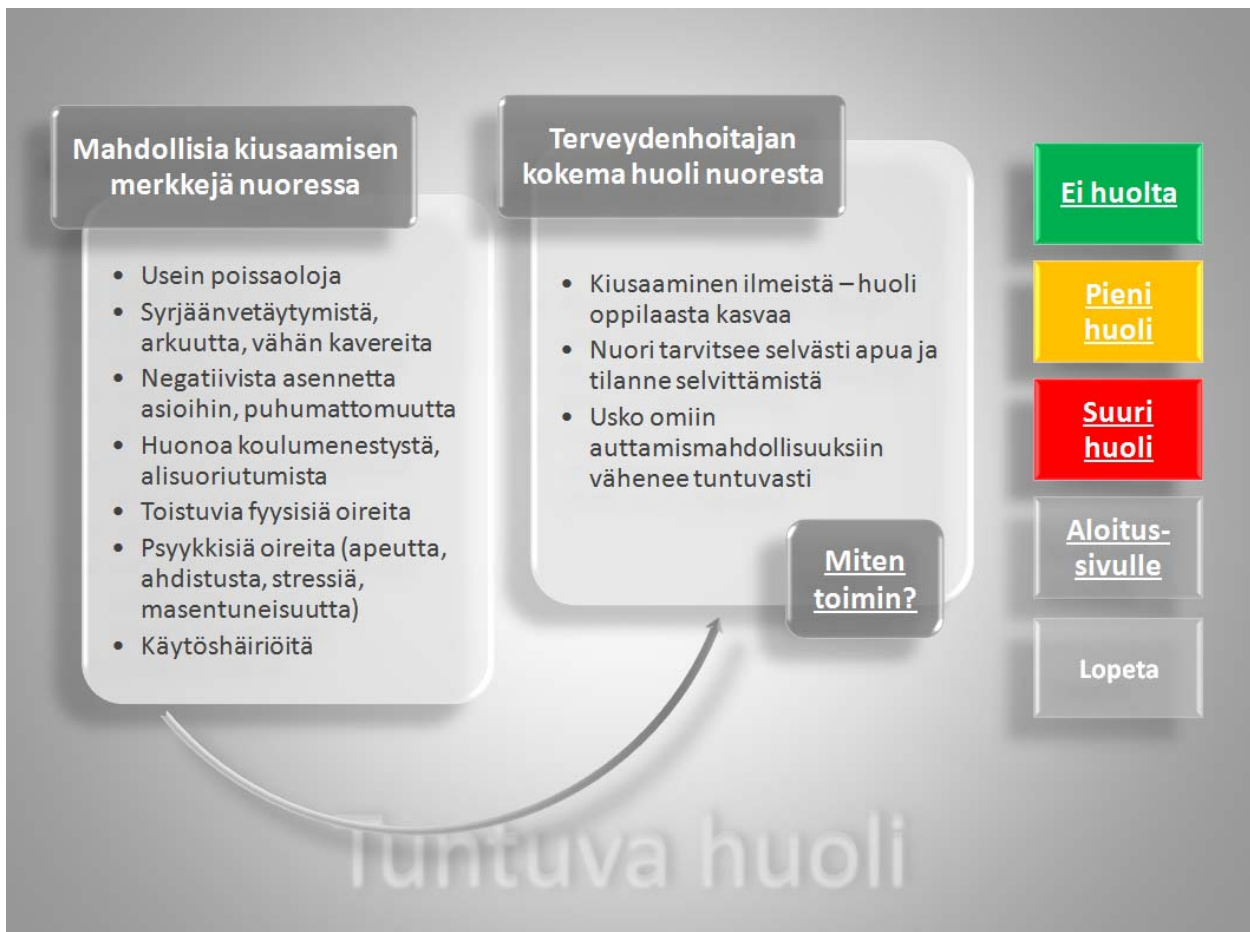
Lopeta

Ei huolta









### Kiusaamisen aiheuttamia merkkejä nuoressa

- Ei kavereita
- Yksinoloa, syrjäänvetäytymistä, arkuutta
- Pitkäkestoisia poissaoloja
- Negatiivisuutta, alisuoriutumista, puhumattomuutta
- Käytöshäiriöitä
- Paljon toistuvia fyysisiä oireita
- Psykkisiä oireita (ahdistusta, stressiä, masentuneisuutta, paniikkihäiriöitä)
- Itsetuhoisuutta: syömishäiriöitä (painonlaskua, oksentelua), päihteiden käyttöä, viiltelyä

### Terveystenhoitajan kokema huoli nuoresta

- Kiusaamisen aiheuttamat vaikutukset nuorelle vakavia
- Huoli nuoresta on suuri ja jatkuva
- Nuori tarvitsee välittömästi apua ja tilanne selvittämistä!

**Miten toimin?**

**Ei huolta**

**Pieni huoli**

**Tuntuva huoli**

**Aloitussivulle**

**Lopeta**

Suuri huoli

### Suuri huoli- miten toimin?

- Keskustele nuoren kanssa tilanteesta, huolen puheeksiottaminen
- Ota välittömästi yhteys huoltajiin, opettajaan ja oppilashuoltoryhmään
- Kerro nuorelle asian eteenpäin viemisestä ja tilanteen selvittämisestä
- Älä jätä nuorta yksin
- Seuraa tilannetta ja toimi tarvittaessa nuoren "asianajajana"

**Ei huolta**

**Pieni huoli**

**Tuntuva huoli**

**Aloitussivulle**

**Edelliselle sivulle**

**Lopeta**

Suuri huoli

**Lähteet:**

- Arnkil, T.E. & Eriksson, E.** 2009. Huolen vyöhykkeistö – apuväline avoimen yhteistyön välineeksi. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Päivitetty 4.3.2009. Tulostettu 16.5.2010. <http://info.stakes.fi/verkostomenetelmat/FI/vyohykkeisto/index.htm>
- Arnkil, T.E. & Eriksson, E.** 2009. Huolen puheeksiottaminen. Huolen puheeksiottamisen ennakointilomake. THL. Päivitetty 22.1.2009. Tulostettu 21.8.2010. <http://info.stakes.fi/verkostomenetelmat/FI/puheeksiottaminen/index.htm>
- Eriksson, E. & Arnkil, T.E.** 2005. Huoli puheeksi. Opas varhaisista dialogeista. Oppaita 60. STAKES. Helsinki.
- Eriksson, E. & Pyhäjoki, J.** 2007. Huolen vyöhykkeistö ja työmenetelmät – dialogisuuden edistäminen. Teoksessa A. Armanto & P. Koistinen (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Helsinki: Tammi, 439–448.
- Hamarus, P.** 2008. Koulukiusaaminen: huomaa, puutu, ehkäise. Helsinki: Kirjapaja.
- Koski-Jännes, A.** 2007. Motivoivan haastattelun periaatteet ja menetelmät. Teoksessa A. Koski-Jännes, L. Riittinen & P. Saarnio (toim.) Kohti muutosta. Motivointimenetelmiä päihde- ja käyttäytymisongelmiin. Helsinki: Tammi, 41–64.
- Laakso, J. & Sohlman, A.** 2002. Yhteistyö kouluterveydenhuollossa. Teoksessa P. Terho, E-L. Ala-Laurila, J. Laakso, H. Krogius & M. Pietikäinen (toim.) Kouluterveydenhuolto. Helsinki: Duodecim, 62–69.
- Lahtinen-Leinonen, M.** 2009. Tukioppilastoiminta. Teoksessa T. Saloviita (toim.) Meidän koulu. Keinoja työrauhan ja hyvän ilmapiirin saavuttamiseen. Jyväskylä: PS-kustannus, 165–177.
- Lahtinen-Salila, I.** 2009. Vertaissovittelu. Teoksessa T. Saloviita (toim.) Meidän koulu. Keinoja työrauhan ja hyvän ilmapiirin saavuttamiseen. Jyväskylä: PS-kustannus 145–159.
- MLL (Mannerheimin lastensuojeluliitto).** 2010. Tukioppilastoiminta. Viitattu 13.5.2010. <http://www.mll.fi/kasvattajille/tukioppilastoiminta>
- Ruski, S.** 2002. Kouluterveydenhoitajan tehtävät. Teoksessa P. Terho, E-L. Ala-Laurila, J. Laakso, H. Krogius & M. Pietikäinen (toim.) Kouluterveydenhuolto. Helsinki: Duodecim, 48–53.
- Salmivalli, C.** 1998. Koulukiusaaminen ryhmäilmiönä. Helsinki: Gaudeamus.
- Salmivalli, C.** 2010. Koulukiusaamiseen puuttuminen. Kohti tehokkaita toimintamalleja. 2. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Mari Airaksinen  
 Satu Kinnunen  
 Kirsi Saarela



22.10.2010

### Liite 3. Toimintaohje