

OPINNÄYTETYÖ

Vertaistuen merkitys koulukiusaamisen vastaisessa työssä

Emmi Salo ja Minttu Pyykönen

Yhteisöpedagogi (AMK)

(210 op)

Arvioitavaksi jättämisaika

(5/2024)

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu
Yhteisöpedagogi (AMK)

Tekijät: Emmi Salo ja Minttu Pyykönen
Opinnäytetyön nimi: Vertaistuen merkitys koulukiusaamisen vastaisessa työssä
Sivumäärä: 50 ja 6 liitesivua
Työn ohjaaja(t): Sirpa Ali-Melkkilä
Työn tilaaja(t): Kiusaamisasioiden tuki- ja neuvontakeskus Valopilkkku

Opinnäytetyömme keskittyy vertaistuen rooliin koulukiusaamisen vastaisessa työssä. Tarkastelussa on myös verkkovertaistuki, jonka merkitystä tutkitaan kiusaaminen.fi- keskustelufoorumilla. Tämä foorumi on uusi vertaisuuteen perustuvaa sivusto, joka on suunnattu koulukiusaamista kokeneille ja heidän läheisilleen. Kiusaamisasioiden tuki- ja neuvontakeskus Valopilkkku toimii opinnäytetyömme tilaajana ja foorumin virallisena ylläpitäjänä.

Keskustelufoorumi tarjoaa tärkeän digitaalisen välineen sosiaalisen vuorovaikutuksen tukemiseen, erityisesti nykyaikana, jolloin sosiaalinen media on merkittävä osa nuorten ja nuorten aikuisten elämää. Anonyymi vertaistuki verkossa voi olla ensisijainen tapa kertoa kiusaamiskokemuksista ja hakea apua niille, jotka tuntevat häpeää tai pelkoa. Lisäksi sivustolla tarjotaan mahdollisuus yksilökeskusteluihin chat-palvelun avulla.

Opinnäytetyössämme tutkimme myös sivuston käyttäjien näkemyksiä vertaistuen merkityksestä sekä teimme laajempaa kyselytutkimusta koulukiusaamista kokeneilta ja heidän läheisiltään. Tämän lisäksi olemme avanneet opinnäytetyössä esiintyviä käsitteitä myös teorian kautta. Menetelmänä käytimme laadullista kyselytutkimusta. Käytimme Webropol-kyselyalustaa anonyymien kyselyjen luomiseen ja analysoimme vastauksia saadaksemme selville, onko verkossa toimiva keskustelufoorumi hyödyllinen sen käyttäjille, sekä Kiusaamisasioiden tuki- ja neuvontakeskus Valopilkkulle.

Asiasanat: koulukiusaaminen, kiusaaminen, vertaistuki

ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences
Community educator

Author: Emmi Salo and Minttu Pyykönen

Title: The importance of peer support in the work against school bullying

Number of Pages: 50 and 6 attachment pages

Supervisor(s): Sirpa Ali-Melkkilä

Commissioned by: Bullying Support and Counselling Centre Valopilkku

Our thesis focuses on the role of peer support in anti-bullying work. We also examine online peer support, the significance of which is explored on the kiusaaminen.fi discussion forum. This forum is a new peer-based website aimed at those who have experienced bullying and their loved ones. The Valopilkku Anti-Bullying Support and Counseling Center is the commissioner of our thesis and the official administrator of the forum.

The discussion forum provides an important digital tool for supporting social interaction, especially in today's world where social media plays a significant role in the lives of young people and young adults. Anonymous peer support online can be a primary way to share bullying experiences and seek help for those who feel shame or fear. Additionally, the site offers the opportunity for individual conversations through a chat service.

In our thesis, we also investigate the views of site users on the significance of peer support and conduct a broader survey of those who have experienced bullying and their loved ones. Furthermore, we have elucidated the concepts appearing in the thesis through theory. We utilized qualitative survey research as our method. We used the Webropol survey platform to create anonymous surveys and analyzed responses to determine whether an online discussion forum is beneficial for its users, as well as for the Valopilkku Anti-Bullying Support and Counseling Center."

Keywords: School bullying, bullying, peer support

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	6
2	TILAAJA, TOIMINTAYMPÄRISTÖ JA TYÖN TAVOITTEET	7
	2.1 Mikä on Tukikeskus Valopilkku.....	7
	2.2 Opinnäytetyön tavoitteet ja toimenpiteet	9
	2.3 Yhteisöpedagogin kompetenssit osana opinnäytetyötä	9
3	OPINNÄYTETYÖN TAUSTAKÄSITTEET	12
4	KIUSAAMISEN MÄÄRITTELY	15
	4.1 Mitä kiusaaminen tarkoittaa?.....	15
	4.2 Koulun velvollisuus lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämässä.....	16
	4.3 Lainsäädännön avulla kiusaamistilanteisiin puuttuminen	20
	4.4 Onko kiusaaminen rikos?.....	20
5	KIUSAAMISEN SYYT, SEURAUKSET JA VAIKUTUKSET	22
	5.1 Kiusaamisen ehkäisy.....	22
	5.2 Kiusaamisen vaikutukset	22
	5.3 Kiusaamisen sosiaaliset seuraukset	24
	5.4 Kiusaamisen pitkäaikaiset vaikutukset	25
	5.5 Kiusaamisen avaintekijät	26
6	VERTAISTUEN MERKITYS JA MUODOT	28
	6.1 Vertaistuen merkitys	28
	6.2 Vertaistuen muodot.....	29
	6.3 Keskustelufoorumit vertaistuen väylänä.....	31

6.4	Vertaistuki koulukiusaamisen vastaisessa työssä	33
7	MONIALAISEN YHTEISTYÖN MERKITYS	35
7.1	Monialainen yhteistyö kiusaamisen vastaisessa työssä	35
7.2	Kiusaamisen ehkäiseminen monialaisena yhteistyönä	36
8	SOSIAALINEN TUKE VERKOSSA.....	38
8.1	Sosiaalinen tuki kiusaamisen vastaisessa työssä	38
8.2	Keskustelufoorumi sosiaalisen tuen verkkoväylänä	38
9	OPINNÄYTETYÖN MENETELMÄT	40
9.1	Laadullinen kyselytutkimus	40
10	LAADULLISET KYSELYTUTKIMUKSET	41
10.1	Kyselytutkimukset	41
10.2	Kyselytutkimusten tulokset	42
11	POHDINTA.....	47
11.1	Tilaajan kommentit.....	48
	LÄHTEET	50
	LIITTEET	54

1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme syventyy vertaistuen ja verkkovertaistuen merkitykseen koulukiusaamisen vastaisessa työssä. Käsittelemme erilaisia teemoja, joista suurimmat ovat koulukiusaaminen ja vertaistuki. Vertaistuen merkitystä on tarkasteltu osin myös kiusaaminen.fi- keskustelufoorumilla verkkovertaistuen näkökulmasta. Kiusaaminen.fi- keskustelufoorumi kehittelemämme uusi vertaisuuteen perustuva sivusto koulukiusaamista kokeneille sekä heidän läheisilleen. Kiusaamisasioiden tuki- ja neuvontakeskus Valopilkku toimii opinnäytetyömme tilaajana ja sivuston virallisena ylläpitäjänä.

Opinnäytetyön menetelmänä on käytetty laadullista tutkimusmenetelmää. Laadimme kaksi erillistä koulukiusaamiseen ja vertaistukeen liittyvää kyselytutkimusta, jotka jaettiin sosiaalisen median ryhmiin. Kyselyt suunnattiin koulukiusaamista kokeneille ja kokeville heidän läheisilleen. Kyselyistä saatujen vastausten pohjalta saimme käsitystä siitä minkälainen merkitys vertaistuen saamiseen ja antamiseen on henkilöillä, joita aihe henkilökohtaisesti koskettaa.

Keskustelufoorumi on hyödyllinen väline sosiaalisen vuorovaikutuksen edistämässä digitaalisessa ympäristössä, etenkin aikakautena, jolloin sosiaalinen media ja sen käyttö on isossa osassa nuorten ja nuorten aikuisten kanssakäymistä. Kokemuksemme mukaan digitaalinen vuorovaikutus voi monessa tapauksessa olla helpoin keino nuorelle kertoa tilanteestaan ja hakea siihen apua. Kiusaamista kokevat ovat myös usein häpeissään tai peloissaan, jolloin anonyymi vertaistukeen perustuva keskustelufoorumi onkin ensisijaisen tärkeä väylä heille sekä henkilöille, jotka haluavat muusta syystä säilyttää yksityisyytensä. Sivustolla on mahdollisuus käydä myös kahdenkeskisiä chat-keskusteluja chat-päivystäjän kanssa ja saada häneltä neuvoja ja tukea omaan tilanteeseensa, sekä ohjausta muiden avuntarjoajien piiriin, jos tilanne sen vaatii.

Vertaistukea voi kuvata keskinäiseksi kokemusten vaihdoksi, joka tapahtuu samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien kesken mutta se sisältää myös paljon muuta. Se voi avata ovia ystävyteen, jakaa ymmärryksen kokemuksia, sekä tuoda valoa epätoivoiselta tuntuvaan tilanteeseen. (Nieminen & Lahikainen 2021, 6–7.) Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on lisätä ymmärrystä vertaistuen tarpeellisuudesta, sekä välittää tietoa digitaalisessa verkkoympäristössä tapahtuvasta vertaistuen muodosta niin työn tilaajalle, kuin myös sen lukijalle, sekä koko ammattialalle. Koronapandemia näytti meille sen, että tulee myös hetkiä ja tilanteita, joissa emme voi kohdata toisiamme kasvokkain mutta se ei kuitenkaan tarkoita sitä, ettemmekö voisi silti kohdata ja auttaa toinen toistamme.

2 TILAAJA, TOIMINTAYMPÄRISTÖ JA TYÖN TAVOITTEET

2.1 Mikä on Tukikeskus Valopilkku

Kiusaamisasioiden tuki- ja neuvontakeskus Valopilkku tarjoaa tietojemme mukaan vertaisuuteen perustuvaa, osaavaa ja luotettavaa kiusaamisen jälkihoitoa koulukiusaamista kokeneille. Lisäksi se tarjoaa neuvontaa kiusaamistilanteissa, sekä tukea kiusattujen lasten perheille. Toiminta on valtakunnallista ja asiakkaalle maksutonta. Valopilkku tarjoaa asiakkailleen, sekä heidän läheisilleen niin yksilötapaamisia, kuin myös puhelintukea ja vertaistukiryhmiä. Vertaistuki onkin yksi suurimmista toimintaa ohjaavista teemoista ja se on tapa kiusatuille ja heidän läheisilleen työstää kokemuksiaan, sulkematta kuitenkaan pois muuta samanaikaista tukea ja tuen muotoja. Valopilkkun toiminnassa pyritään siihen, että asiakas kohdataan ihmisenä siitä käsin missä hän sillä hetkellä omien kokemuksiansa kanssa on, jotta hän kokee tulleen kuuluksi ja nähdyksi.

Toiminta käynnistyi 1.3.2010 projektina ja sitä pilotoitiin kahden vuoden ajan ennen RAY:n pysyvää rahoituspäätöstä. Toiminnan taustalla on kokemukset sekä kiusattuna olemista, että kiusatun lapsen vanhuudesta. Tukikeskus Valopilkku pyrkii toiminnassaan siihen, että kiusaamisesta voidaan puhua avoimesti ja niiden oikeilla sanoilla. Valopilkku on tuonut ensimmäisenä Suomessa jälkihoitomallin kiusatuille. Tämä VAHVUUDET ESIIN! - kiusaamisen jälkihoitomalli perustuu vertaistukeen. Jälkihoitomalli mahdollistaa kiusatuille kokemustensa jakamisen ja hyväksytyksi tulemisen kokemuksen ja se voi muuttaa ihmisen aiempaa käsitystä itsestään. Kiusaaminen on ryhmäilmiö, jonka takia tämänkaltainen vertaisuuden kokemus muodostuu tärkeäksi asiaksi kohti toipumista, koska jälkihoitomallissa asiakas saa mahdollisesti ensimmäistä kertaa kokemuksen siitä, että hänet hyväksytään ryhmässä. (Valopilkkuja.fi 2023.)

Kiusaaminen.fi -keskustelufoorumi

Kiusaaminen.fi- keskustelufoorumi perustettiin syksyllä 2023, osana tämän opinnäytetyön tekijöiden kehittävää harjoittelua Tukikeskus Valopilkkussa. Keskustelufoorumin tavoite on olla uusi verkkotyön muoto ja tätä kautta myös uusi työkalu kiusaamisen vastaiseen työhön Valopilkkun henkilökunnalle. Sivuston avulla Valopilkkun työntekijöiden on mahdollista tavoittaa enemmän hankalassa tilanteessa olevia nuoria ja aikuisia ja ohjata heitä oikean avun luokse, jos heidän kanssaan keskustelu ei yksinään riitä.

Tavoitteena on levittää tietoisuutta Valopilkun toiminnasta, jakaa yleistä tietoa kiusaamiseen liittyen sekä mahdollistaa turvallinen ja luotettava ympäristö sekä vertaistuelle, että yksilölliselle tuentarpeelle kaikille koulukiusaamista kokeville tai kokeneille, sekä heidän läheisilleen. Sivusto on rakennettu ja suunniteltu niin, että se olisi mahdollisimman yksinkertainen toimintoiltaan ja helposti lähestyttävä.

Kiusaaminen.fi- keskustelufoorumien ja chatin avulla mahdollistetaan vertaistuen saaminen/antaminen, apukeinojen löytäminen niin ammattilaisten, kuin vertaisten avulla, sekä yhteisöllisyyden kokemuksen antaminen kiusaamista kokevalle tai kokeneelle henkilölle. Käyttäjien jaksamat tarinat antavat Tukikeskus Valopilkulle tietoa kiusaamisen eri muodoista sekä sen ilmenemistavoista, sekä niistä aiheista, jotka etenkin tänä päivänä herättävät keskustelu koulukiusaamiseen liittyvien teemojen ympärillä. Kokemustemme sekä Valopilkkujen kanssa käymämme keskusteluiden pohjalta voimme todeta, että kiusaaminen on muuttanut muotoaan ja nykyisin esimerkiksi sosiaalisessa mediassa tapahtuva kiusaaminen on monesti jatkumoa kiusaamiselle, joka on alkanut kouluympäristössä.

Verkossa toimiva vertaisuuteen perustuva keskustelufoorumi tarjoaa turvallisen tilan, jossa koulukiusaamista kokeneet sekä heidän läheisensä voivat jakaa omia kokemuksiaan aiheen tiimoilta. Kokemusten jakaminen ja niistä saatu ymmärrys muilta käyttäjiltä voi tuoda lohduttavan tunteen, koska empatian jakaminen samankaltaisten kokemusten kautta useimmiten yhdistää. Keskustelufoorumilla kävijät sekä chat-keskusteluihin hakeutuvat käyttäjät ovat anonyymeja. Tämä mahdollistaa myös vaikeimmista aiheista keskustelun ilman pelkoa tuomitsemisesta tai oman henkilöllisyyden paljastumisesta. Keskustelufoorumien toivotaan tavoittavan mahdollisimman paljon eri-ikäisiä ja eri taustoista tulevia ihmisiä. Kiusaamisen kokemus taustalla on silti heillä sama. Laaja-alainen käyttäjäkunta tukee myös monipuolisten näkökulmien syntyminen ja käytännön neuvojen antamisen erilaisiin tilanteisiin. Keskustelufoorumi on avoinna ympäri vuorokauden, chat-tuki 2–3 kertaa viikossa. Aina saatavilla oleva keskustelukanava antaa käyttäjälle mahdollisuuden saada paikan jakaa tunteitaan ja ajatuksiaan milloin tahansa se heille parhaiten sopii. Tämä voi olla erityisen tärkeää etenkin silloin, kun perinteiset tukikanavat eivät ole käytettävissä. Kiusaaminen.fi- keskustelufoorumien tarkoitus on olla ennen kaikkea yhteisöllinen kanava, jonne kaikki ovat tervetulleita ja voivat tuntea kuuluvansa samaan joukkoon, joka jakaa samoja tunteita ja kokemuksia.

2.2 Opinnäytetyön tavoitteet ja toimenpiteet

Opinnäytetyön tutkimuskysymyksenä on, minkälainen merkitys vertaistuellalla on koulukiusaamisen kohteeksi joutuneiden sekä heidän läheistensä tukemisessa ja auttamisessa.

Tutkimme vertaistuen merkitystä pohjaten sitä etenkin koulukiusaamisen vastaiseen työhön. Opinnäytetyössämme on tuotu esiin laajaa teoriapohjaa liittyen vertaistukeen ja sen erilaisiin muotoihin. Tämän lisäksi olemme tutkineet vertaistuen merkitystä kiusaaminen.fi – keskusteluforumilla, sekä anonyymien kyselytutkimusten avulla. Kiusaaminen.fi – keskusteluforumi on täysin uusi ja jatkuvan kehityksen alla oleva sivusto, joka on opinnäytetyön tekemisen aikaan ollut vasta kokeiluvaiheessa. Sivustolla on kaikille avoimen keskusteluforumin lisäksi chat-työkalu, joka rekisteröi käydyt keskustelut ja niiden keskimääräisen keston. Tämän lisäksi käyttäjät voivat keskustelun päätteeksi myös itse antaa arvionsa keskustelusta erilaisten hymynaamojen ja sanallisen arvion avulla.

Aineistoa kerättiin joulukuun 23- helmikuun 24 pituisen ajan ja niiden pohjalta teimme päätelmiä vertaistukeen perustuvan keskustelusivuston hyödyistä ja kyseisen palvelun tarpeellisuudesta kiusaamisasioiden tuki- ja neuvontakeskus Valopilkulle, sekä yleisesti koko ammattikunnalle. Päivystimme myös itse aktiivisesti usean kuukauden ajan sivustolla viikoittain auki olevassa chatissa, kerätäksemme käyttäjäkokemuksia myös sitä kautta. Valmis opinnäytetyö pyrkii syventämään ymmärrystä vertaistuen tarpeesta ja merkityksestä koulukiusaamista kokevalle tai kokeneelle ihmisille, sekä yleisellä tasolla, että sille erikseen rakennetulla keskusteluforumilla.

2.3 Yhteisöpedagogin kompetenssit osana opinnäytetyötä

Yhteisöllinen osaaminen

Yhteisöllisessä osaamisessa yhteisöpedagogi ymmärtää yhteisöllisyyden, toimijuuden ja osallisuuden merkityksen yksilöiden ja ryhmien toiminnassa. Hän ohjaa sekä ryhmiä, että yksilöitä ja auttaa heitä kehittämään vuorovaikutustaitojaan. Yhteisöpedagogi vahvistaa ja rakentaa yhteisöllisyyttä, osallisuutta ja toimijuutta digitaalisissa yhteisöissä, sekä edistää yhdenvertaisuutta. (Humanistinen ammattikorkeakoulu 2022.)

Opinnäytetyömme pyrkii tuomaan esille yhteisöllisyyden ja osallisuuden merkityksen, tarkastelemalla vertaistuen merkitystä yhteisöllisellä keskusteluforumilla. Kiusaaminen.fi- sivusto käsittää niin ryhmämuotoisen keskustelun, kuin myös mahdollisuuden yksityisempään kahdenkeskiseen chat-keskusteluun, yhdessä chat-päivystäjän kanssa. Kaikki toimiminen tapahtuu

verkkoympäristössä. Tarkoituksena on luoda kiusaamisvapaa, yhdenvertaisuuteen ja vertaisuuteen perustuva sivusto, joka kannustaa koulukiusaamisen kanssa kamppailevia hakemaan tukea ja myös antamaan sitä muille samassa tilanteessa oleville.

Pedagoginen osaaminen

Yhteisöpedagogi toimii ammatillisesti ja tekee moninaisuutta arvostavaa kohtaamistyötä, hyödyntäen kehityksen, kasvatuksen ja kasvun teoreettisia lähestymistapoja toiminnassaan. Hän soveltaa osallisuutta ja toimijuutta edistäviä pedagogisia menetelmiä ja edistää oppimisen mahdollisuuksia erilaisissa toimintaympäristöissä. Yhteisöpedagogin tutkinnon suorittanut edistää myös rakentavaa vuorovaikutusta. (Humanistinen ammattikorkeakoulu 2022.)

Kiusaaminen.fi- keskustelufoorumi painottaa verkossa tapahtuvaa kohtaamistyötä, joka perustuu luottamuksellisuuteen ja nimettömyyteen. Opinnäytetyömme on laadullinen tutkimus ja se tarkastelee kiusaaminen.fi- sivuston resursseja koulukiusaamista kokeneiden parissa ja etenkin sitä minkälaisia vertaistuen mahdollisuuksia se tarjoaa eri ikäryhmille tai kehitysvaiheessa oleville asiakkaille. Tätä varten teetimme kaksi erilaista webropol- kyselyä, jotta pääsimme tarkastelemaan sivuston tarvetta eri elämäntilanteessa oleville potentiaalisille asiakkaille, sekä jo sivustoa käyttäneille henkilöille. Kyselyt auttoivat myös sivuston ylläpitäjiä ja opinnäytetyön tilaajaa Tukikeskus Valopilkkua, hahmottamaan palvelun mahdolliset kehittämiskohdat, jotta ne palvelisivat sivuston käyttäjiä parhaalla mahdollisella tavalla.

Yhteiskunnallinen osaaminen

Yhteisöpedagogi tuntee erilaisia palvelujärjestelmiä, yhteiskunnan rakenteista, sekä vaikuttamismahdollisuuksia. Hän ymmärtää ammatillisen osaamisen merkityksen ja toimii ennakkoivasti ehkäistäkseen sosiaalisia ongelmia. Yhteisöpedagogi osaa toimia eri sektoreilla, sekä näiden verkostoissa ja edistää kulttuurisesti, taloudellisesti, sosiaalisesta ja ekologisesti kestävä kehitystä. (Humanistinen ammattikorkeakoulu 2022.)

Opinnäytetyö tarkastelee eri sektoreiden toimijoita koulukiusaamiseen liittyvissä tukitoimissa ja tarkastelee teemaa myös kiusaamiseen liittyvien lakisäädösten kautta. Se kannustaa alan toimijoita puhaltamaan yhteen hiileen ja ottamaan yhteiseksi tavoitteekseen koulukiusaamiseen puuttumisen ja rajoja ylittävän yhteistyön. Kiusaaminen.fi- keskustelufoorumi on markkinoitu eri alan toimijoille ympäri Suomen ja se pyrkii ottamaan jalansijaa yleisesti tiedossa olevien avuntarjoajien joukossa.

Vaikuttamis- ja kehittämisosaaminen

Yhteisöpedagogin tutkinnon suorittanut hallitsee tulevaisuussuuntautuneen ja käyttäjälähtöisen tutkivan ja kehittävän työtteen. Hän osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida osallistavia kehittämisprosesseja, sekä osaa toimia vaikuttajana käyttämällä erilaisia vaikuttamistoiminnan viestintäkanavia. Yhteisöpedagogi kehittää omaa ammattialaansa, työyhteisöön, organisaatiotaan, sekä monialaisia verkostoja. (Humanistinen ammattikorkeakoulu 2022.)

Opinnäytetyömme tarkastelee kiusaaminen.fi- keskustelufoorumia vaikuttamis- ja kehittämisosaamisen näkökulmasta. Sen tarkoituksena on tarkastella käyttäjien ja potentiaalisten käyttäjien kävijäkokemusta vertaistuen näkökulmasta ja etsiä mahdollisia kehittämiskohtia, jotta Tukikeskus Valopilkku voi jatkokehittää sivustoa entistä käyttäjäystävällisemmäksi. Sivustoa on markkinoitu erilaisissa sosiaalisen median alustoilla, jotta mahdollisimman moni löytäisi sinne. Sivusto on jatkuvan kehittämisen alla mutta sen on tulevaisuudessa tarkoitus palvella koko ammattialaamme, sekä opinnäytetyön tilaajaamme ja heidän organisaatiotaan. Valmis opinnäytetyö tarjoaa tietoa vertaistuen merkityksestä niin yleisellä tasolla, kuin myös kiusaaminen.fi-keskustelufoorumin näkökulmasta.

Opinnäytetyömme palvelee yhteisöpedagogin alakohtaisia kompetensseja, tarkastelemalla täysin uudenlaista sivustoa, jonka tarkoitus on pidemmällä tähtäimellä auttaa monia koulukiusaamisen kanssa kamppailevia ja kamppailleita sekä heidän läheisiään.

3 OPINNÄYTETYÖN TAUSTAKÄSITTEET

Kokemusasiantuntijuus

Kokemusasiantuntijana toimiva on usein omaan kokemukseen perustavana asiantuntijana vertaisen roolissa, jonka takia vertaistuen, vertaisuuden sekä kokemusasiantuntijatoiminnan väliset erot ovatkin loppujen lopuksi pieniä. Eroa voidaan kuitenkin parhaiten selittää kahdesta eri näkökulmasta, joista toinen on yksilön asema. Henkilö pitää itseään vertaisena silloin kun hän toimii kuntoutujien kanssa ja kokemusasiantuntijana kun hän toimii työntekijöiden kanssa. Toinen näkökulma liittyy taas vapaaehtoisuuteen. Vertaistuki ja -toiminta ovat ihmisten omaan kokemukseen pohjautuvaa vapaaehtoistoimintaa, josta ei saa palkkiota, kun taas kokemusasiantuntijuus on pääsääntöisesti palkkiollista työtä, johon oman kokemuksen omaavat henkilöt koulutetaan. (Falk, Kurki, Rissanen, Kankaanpää & Sinkkonen 2013.) Kokemusasiantuntijuus ja vertaisuus kulkevat siis niin sanotusti limittäin. Vertaistuessa on kokemusasiantuntijuutta ja kokemusasiantuntijuudessa on vertaistukea.

kiusaaminen

Kiusaaminen on toimintaa, jolla pyritään loukkaamaan tai vahingoittamaan toista. Se voi olla esimerkiksi pilkkaamista, lyömistä tai haukkumista. (MLL 2024c.)

Nykyään koulukiusaamista voi tapahtua myös sosiaalisessa mediassa, koska digitaalinen verkkoympäristö on tullut osaksi päivittäistä sosiaalista vuorovaikuttamistamme. Nimittely, haukkuminen, uhkaaminen ja uhkailu, töniminen ja lyöminen, tavaroiden varastaminen ja tuhoaminen, syrjiminen ja eristäminen ovat kaikki koulukiusaamisen muotoja (Rikosuhripäivystys 2024).

Koulukiusaaminen on aina väkivaltaa, tapahtui se missä muodossa tahansa. Se on tuhoisaa ja syviä jälkiä jättävää toimintaa toista kohtaan. Koulukiusaaminen voi täyttää rikoksen tunnusmerkistön, jolloin kiusaaja voi joutua rikos- ja vahingonkorvausvelvollisuuteen teoistaan (mt.).

Monialainen yhteistyö

Monialaisuus on yleisesti hieman tuntemattomampi termi kuin moniammatillisuus mutta toisaalta taas niitä käytetään rinnakkaisina termeinä. Monialainen yhteistyö on hallinnon- ja tieteenalat yhdistävää toimintaa, jossa sovitetaan yhteen valtiollisten, alueellisten sekä paikallisten tasojen intressit rajoja rikkoen, kun taas moniammatillinen yhteistyö on monen eri alan ammattilaisten yhteistyötä saman intressin suhteen. (Sotepeda24/7 2019.) Monialainen yhteistyö on siis käytännössä sama asia kuin moniammatillisuus, mutta monialaisuudessa yhteistyö ei rajoitu vain ammatilliseen yhteistyöhön eli moniammatillisuudessa ei ole niin sanottuja rajoja, jolloin yhteistyö on vielä laajempaa kuin moniammatillisessa yhteistyössä. Monialaisen yhteistyön käytöstä toiminnassa säädetään myös Suomen laissa esimerkiksi Nuorisolaissa 21.12.2016/1285 9 § (Finlex 2017), Sosiaalihuoltolaissa 30.12.2014/1301 41 § (Finlex 2015) sekä Varhaiskasvatuslaissa 13.7.2018/540 7 § (Finlex 2018).

Osallisuus

Tiivistetysti osallisuus on tunne kuulemisesta ja johonkin kuulumisesta. Se ilmenee eri tavoin esimerkiksi arvostuksena, luottamuksena ja mahdollisuutena vaikuttaa erilaisissa asioissa. Osallisuuden myötä voidaan vaikuttaa syrjäytymisen ehkäisyyn ja sitä kautta myös hyvinvointi lisääntyy. (Soste 2018.)

Mukana olon keskeisiä käsitteitä on osallisuuden lisäksi osallistaminen sekä osallistuminen, jotka tarkoittavat loppujen lopuksi ihan eri asiaa kuin osallisuus. Osallistaminen on prosessi, jonka tavoitteena on aktivoida ja tehdä osalliseksi. Tavoitteena siis on, että joku on mukana jossain ja ottaa osaa. (Niemelä 2024.)

Osallisuuden toteutumiselle on monia eri tapoja ja keinoja, joista varsinkin nuorisolle sopiva on digitaalinen osallisuus. Se on digitaalisten välineiden, palveluiden ja sovellusten käyttöä hyödyntäen osallistumista yhteiskunnan toimintaan. Digitaalisesti tapahtuva osallisuus mahdollistaa osallistumisen ajasta ja paikasta riippumatta. (Nuoret ja Osallisuus 2024.)

Sosiaalinen tuki

Sosiaalisen tuen tarkoituksena on tarjota toiselle tukea erilaisissa tilanteissa. Se on käytännössä vertaistukea, mutta sosiaalista tukea antaessa ei tarvitse olla omakohtaista kokemusta asiasta. Tämän myötä sosiaalista tukea voi kuka tahansa tarjota kenelle tahansa, missä tilanteessa tahansa ja koska tahansa.

Sosiaalinen tuki käsittää monta erilaista muotoa. Se voi olla tiedollista, käytännöllistä, toiminnallista, henkistä, - sekä tunnetukea eli emotionaalista tukea. Tunnetuella voidaan tarkoittaa kuuntelua, läsnäoloa ja empatian ja myötätunnon osoittamista. Käytännöllisellä tuella tarkoitetaan mm. taloudellista tukea tai erilaisia palveluksia ja tiedollinen tuki taas tarkoittaa neuvoja, tietoa ja informaatiota erilaisista palveluista. Henkinen tuki voi käsittää esimerkiksi rakentavan palautteen tai arvostuksen antamisen, se voi olla myös kiitosta tavoitteiden saavuttamisesta. (Käytännön psykologiaa 2018.)

Vertaistuki

Vertaistuki on kokemustietoon pohjautuvaa tukea, jossa kokemukset jaetaan toisen saman kokeneen kanssa ja tämän vuoksi se eroaa muista tuenmuodoista. Kuunteleminen sekä kertominen ovat sen tärkeimpiä elementtejä. Vertaistuessa sekä kuuntelijalla että kertojalla on samankaltaiset kokemukset. Tämä mahdollistaa toisen tarinan ymmärtämisen ja luo syvällisen ymmärryksi tulemisen tunteen. (Terveyskylä 2023.)

Kokemuksensa jakaminen saman kokeneen kanssa auttaa ymmärtämään, että on muitakin, jotka kokevat samaa. Tällöin henkilön ei pidä pelätä olevansa yksin asiansa kanssa. Vertaistuki tuo myös mahdollisuuden löytää uusia keinoja ja ajatuksia asian kantamiseen tai sen ratkaisemiseen, oppimalta ja oivaltamalla asioita toiselta ihmiseltä. Jakaessaan omia kokemuksiaan ja neuvoja, kertoja kokee auttavansa ja olevansa tarpeellinen. Vertaistuki on siis molemminpuolista hyötyä antavaa.

Vertaisuus voidaan jakaa eri tasoihin. Tästä esimerkkinä eksistentiaalinen vertaisuus, joka tarkoittaa sitä, että vertaiset ovat samanarvoiset, koska heidän kokemuksensa ovat saman tapaiset. Toinen taso on episteeminen vertaisuus, jolloin jollakin vertaisista on enemmän kokemusta kuin muilla. Tällöin vertaiset ovat eriarvoisia ja tässä tilanteessa enemmän kokemusta omaava voi jakaa tietojaan toisille. (Mikkonen & Saarinen 2018, 51.)

4 KIUUSAAMISEN MÄÄRITTELY

4.1 Mitä kiusaaminen tarkoittaa?

Kiusaamisella tarkoitetaan pitkäkestoista, toistuvaa ja tahallista toimintaa, vaikkakin jo yksi teko voi olla vahingollinen. Erimielisyyksistä johtuvat riidat eivät ole kiusaamista, elleivät ne sisällä epäasiallisia tekoja toista kohtaan tai vahingoittavaa tai haitallista vallankäyttöä toiselle. (Opetushallitus 2023a.) Kiusaamisen määritelmään sisältyvät kuvaus tekojen toistuvuudesta ja jatkuvuudesta ja tämä rajaa pois väärinkäsityksiin ja tahattomuuteen perustuvat yksittäiset sanalliset yhteenotot. Kiusaamisesta puhuttaessa ei siis puhuta konfliktista tai riidasta. Vaikka riita ei olekaan edellytys kiusaamisen puhkeamiselle, voi ratkomaton riita silti kehittyä kiusaamiseksi. (Välimäki 2023, 34.) Kiusaamista on usein vaikea tunnistaa ja esimerkiksi verkossa tapahtuva kiusaaminen jää usein käsittelemättä. Nuorista puhuttaessa kiusaamistilanteet liittyvät monesti sosiaalisiin ryhmätilanteisiin. (Opetushallitus 2023a.) Kiusaaminen voi olla esimerkiksi tönimistä, lyömistä, pilkkaamista, haukkumista, tavaroiden rikkomista, mitätöimistä ja uhkaamista. Sitä voi tapahtua erilaisissa ympäristöissä kuten netissä, harrastuksissa tai koulussa. (Rikosuhripäivystys 2023.)

Kiusaamiseen liittyy usein yllätyksellisyys. Tilanne tapahtuu nopeasti, johtuen siitä, että kiusaaja ylittää toimivaltansa pettämällä luottamuksen yllättävällä tavalla. Kiusaaja määrittelee asioita omalla tavallaan ja muun muassa tällä tavalla käyttää valtaa kiusattuun, jollaista hänellä ei olisi oikeutta käyttää. Olennaista tällaisessa tilanteessa on se, lähteekö muu yhteisö mukaan kiusaamiseen. Jos yhteisö myötäilee kiusaamista, sen jatkumiselle on olemassa edellytykset. Kiusaaminen on myös vallankäyttöä. Kiusaamistilanteessa kiusattu pyritään vaijentamaan ja tällä tavalla ottamaan häneltä valta pois. Äänenkäyttö on myös vallankäyttöä. Kiusatulle voidaan tuottaa häpeää hetkinä, kun hän on äänessä, ymmärtämällä ilmeillä tai eleillä, ettei hänellä ole lupaa puhua. Eristämisessä kiusattu suljetaan pois yhteisöstä, viemällä häneltä pois sosiaalista valtaa. Tällä vallankäytöllä määritellään sosiaalisten suhteiden salliminen kiusatulle. (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015, 23, 27.)

THL:n vuoden 2023 kouluterveyskyselystä kävi ilmi, että fyysistä uhkaa kokivat 21 % 8–9. luokan pojista ja 15 % tytöistä. Verrattuna vuoteen 2021, fyysisen uhan kokemukset olivat yleisimpiä perusopetuksen 4. ja 5. sekä 8. ja 9. luokan pojilla. Viikoittaista kiusaamista koulussa

oli kokenut hieman alle joka kymmenes 4. ja 5. luokan oppilaista ja 8. ja 9. luokan oppilaista. Vähintään kerran viikossa kiusaamista kokeneiden määrä oli lähtenyt nousuun. (THL 2023a.)

Lasten oikeudet ja yhdenvertaisuus perusopetuksessa- hankkeen tiimoilta tehdyssä kyselyssä kiusaamisen eri muodoista, ilmeni että lähes kaikki kyselyyn vastanneet henkilöt olivat kokeneet kiusaamista jossain muodossa. Vastaajien kokemuksissa tyypillisimmiksi muodoiksi kerrottiin fyysinen, verbaalinen ja epäsuora kiusaaminen. Verbaalisella kiusaamisella tarkoitetaan esimerkiksi nimittelyä ja epäsuoralla kiusaamisella syrjivää käytöstä. Fyysistä kiusaamista kokeneet olivat kokeneet myös muita kiusaamisen muotoja. Sukupuolen mukaan jaoteltuina sekä tytöillä, että pojilla esiintyi eniten verbaalista kiusaamista. Kiusaamisen muodoista toiseksi yleisin oli tytöillä epäsuora kiusaaminen ja pojilla fyysinen kiusaaminen. Fyysinen kiusaaminen oli tässä kyselyssä eriten sukupuolia erottava kiusaamisen muoto. Siinä missä poikien kohdalla fyysistä kiusaamista koki yli 73 %, oli tyttöjen kohdalla luku selkeästi pienempi (43 %). (Mäntylä, Kivelä, Ollila & Perttola 2013, 23–25.)

Jotta kiusaaminen ja erilaiset kiusaamistilanteet voidaan tunnista, on tärkeää tietää, minkälaiset teot lasketaan kiusaamisen piiriin. Aikuisille nuorten väliset vuorovaikutustilanteet näyttäytyvät eri tavalla, miten ne näyttäytyvät nuorten itsensä keskuudessa. Tämän takia kiusaamistilanteet ja esimerkiksi sosiaalisessa mediassa syntyneen ristiriitatilanteet eivät tule vanhempien tai ammattilaisten tietoisuuteen. Myös oppilaitosten ja koulujen kiusaamistilanteet jäävät usein kotiväeltä pimentoon. Jotta lapset ja nuoret rohkaistuisivat kertomaan kiusaamisestaan, tulee sekä ammattilaisten, että vanhempien rohkaista heitä siihen ottamalla kiusaamisen esiin erilaisissa tilanteissa, sekä kuuntelemalla lapsia ja nuoria. (Opetushallitus 2023b.)

4.2 Koulun velvollisuus lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämässä

Koulumaailmalla on omat raaminsa ja velvollisuutensa ennaltaehkäistä koulukiusaamista ja edistää oppilaan hyvinvointia ja tasavertaisuutta. Tasavertaisuudella koulumaailmassa tarkoitetaan sitä, että kaikki oppilaat ovat samanarvoisia keskenään. Lasten ja nuorten tulisi voida toimia koulussa oman ikä- ja kehitystasonsa mukaisesti ja olla omissa asioissaan osallisena yhdessä vanhempiensa kanssa. (Honkanen 2009, 18.)

Tätä varten on olemassa oppilashuoltolaki, jonka tarkoituksena on edistää opiskelijoiden osallisuutta ja hyvinvointia, edistää opiskeluympäristön hyvinvointia, turvallisuutta ja yhteisöllistä toimintaa, turvata tarpeen tullen varhainen tuki ja opiskelijahuolto- ja palvelujen yhdenvertaisuus

sekä vahvistaa opiskeluhuollon toteutuminen kokonaisvaltaisesti. (Finlex 2013. Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki.) Oppilashuollon tulee olla lapsi- ja nuorilähtöinen. Tämä tarkoittaa sitä, että lasten ja nuorten tulee päästä osalliseksi heitä koskeviin keskusteluihin ja neuvotteluihin. Tällainen osallistaminen edesauttaa sitoutumista, sekä yhteisen tahtotilan löytymistä. (Honkanen 2009, 18.)

Oppilashuolto käsittää moniammatillista yhteistyötä, jossa toimitaan aina jokaisen oppilashuollon jäsenen ammattiroolista käsin. Oppilashuollon toiminnassa voidaan erotella ulkoinen moniammatillinen yhteistyö ja oppilaitoksen sisäinen yhteistyö. Kun yhteistyötä tekevät oppilaitoksessa toimivat henkilöt, kutsutaan yhteistyötä sisäiseksi yhteistyöksi. Tämä käsittää koulun koko henkilöstön ja oppilashuoltoryhmän jäsenet, joihin kuuluvat mm. rehtori, apulaisrehtori, opettajat, opinto-ohjaaja kuraattori ja kouluterveydenhoitaja. Ulkoisessa yhteistyössä toimijoina voivat taas olla alueella toimivia koulujen oppilashuoltoryhmien jäseniä (esimerkiksi alueella toimiva nuorisotyöntekijä tai ammatillisen oppilaitoksen opinto-ohjaaja) ja oppilaiden huoltajia. Tällaisen yhteistyön rakentaminen vaatii toiminnan hyvää organisointia ja yhteistä suunnittelua. (Honkanen 2009, 74–76.) Parhaimmillaan toimiva opiskelijahuolto voi olla mukana ennaltaehkäisemässä kiusaamistapauksia tai niiden esiin tullessa kykenee ottamaan näistä tilanteista koppia nopealla reagoinnilla.

Päivi Hamarus kirjoittaa omassa kiusaamiseen liittyvässä tutkimuksessaan perusopetuslaista ja siitä, miten sen mukaan oppilaalla tulisi olla oikeus turvalliseen oppimisympäristöön. Hän painottaa tässä kohtaa turvallisuuden ymmärtämistä käsitteenä. Turvallisen vastakohta on turvattomuus ja turvattomaan oppimisympäristöön liittyy pelkoa. Hamarus on tutkimuksessaan ja oman aineistonsa pohjalta tullut siihen lopputulemaan, että pelolla on iso merkitys. Pelko voi pahimmillaan aiheuttaa sen, että kiusatusta itsestään tulee kiusaaja. Tämä käyttäytymismalli lähtee turvattomuuden tunteesta, jonka kiusaaminen on aiheuttanut. Hamarus painottaakin, että turvallisuus tulisi ymmärtää eritoten myös sosiaalisena turvallisuutena, johon kuuluu kokemukset itsensä arvostetuksi tuntemisesta ja yhteisöön kuulumisen tunteena. (Hamarus 2006, 211.) Turvallisuuden tunne monesti yhdistetäänkin fyysiseen turvallisuuteen, jonka rajat on paljon helpompi määrittää. Kiusatuksi joutuneen turvallisuuden tunne heijastuu monesti henkiseen hyvinvointiin, joka on juuri Hamaruksen esiintuomaa sosiaalista turvallisuutta.

Kiusaamiseen puuttuminen varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa

Varhaiskasvatuksessa kiusaamiseen puututaan ja sitä ehkäistään suunnitelmallisesti ja tietoisesti lapsen kehityksen ja iän mukaisesti. Esiopetuksessa huoltajille ja oppilaille kerrotaan heidän oikeuksistaan opiskeluhuoltopalvelujen käyttöön. Näihin opiskeluhuoltopalveluihin oppilas ohjataan tarvittaessa oppilaan tai huoltajan suostumuksella, jos kiusaamistilanteita esiintyy. Esiopetuksessa voidaan käyttää myös perusopetuslain mukaisia kurinpitokeinoja. Tällöin tulee ottaa huomioon oppilaan ikä, kehitystaso, sekä teon laatu. Esiopetuksessa voidaan käyttää kurinpitona perusopetuslaissa säädettyjä keinoja, joita ovat mm. kirjallinen varoitus, kasvatuskeskustelu, esineiden tai aineiden haltuunotto, määräaikainen erottaminen, opetuksen epääminen ja oikeus poistaa oppilas oppitunnista tai tilaisuudesta. (Opetushallitus 2023a.)

Kiusaamiseen puuttuminen perusopetuksessa

Oppilaan on suoritettava tehtävänsä tunnollisesti ja käyttäytyttävä asiallisesti. Oppilaan on käyttäytyttävä muita kiusaamatta ja syrjimättä sekä toimittava siten, ettei hän vaaranna muiden oppilaiden, kouluyhteisön tai opiskeluympäristön turvallisuutta tai terveyttä. (Perusopetuslaki 628/1998, 35§.)

Kiusaamisen muotoihin puututaan varhain, eikä sitä hyväksytä vaan ennaltaehkäistään. Kiusaamisesta tulee ilmoittaa viipymättä ja tarpeen vaatiessa ilmoitus kiusaamisesta tehdään muille viranomaisille. Tällaisia tilanteita voivat olla kiusaaminen, joka koskee oppilaan vapaa-aikaa tai kotioloja. Tällöin kiusaamisesta on velvollisuus ilmoittaa poliisille ja lastensuojeluun, jos se täyttää rikoksen tunnusmerkit. Ilmoitus on velvollisuus tehdä salassapitosäännösten estämättä. Oppilaiden välisestä kiusaamisesta keskustellaan sekä oppilaiden, että tarvittaessa myös huoltajien kanssa ja tilanteisiin etsitään ratkaisua yhdessä. Vaikeatkin kiusaamistilanteet voidaan lopettaa yhteistyöllä vanhempien kanssa ja tilannetta seurataan yhteisesti sovitulla tavalla, jolla varmistetaan kiusaamisen päätyminen. Kiusaamisen jatkuminen voidaan estää muuttamalla arkiikäntöjä. Näitä voivat olla mm. ryhmien jakamista pienempiin yksiköihin, henkilöstön määrän lisäämistä ja muita ratkaisuja, kuten kurinpito- ja turvaamiskeinojen käyttämistä. Opetuksessa voidaan käyttää kurinpitona samoja perusopetuslaissa säädettyjä keinoja, mitä kirjattiin ylempänä myös esiopetuksessa käytettävänä keinoina. (Opetushallitus 2023b.)

Kiusaamiseen puuttuminen toisen asteen koulutuksessa

Opiskelijalla on oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön. Koulutuksen järjestäjän tulee suojata opiskelijaa kiusaamiselta, väkivallalta ja häirinnältä. (Lukiolaki 714/2018 40§.)

Lukiossa opitaan valmiuksia turvallisuuden ja hyvinvoinnin edistämiseen ja ylläpitämiseen. Hyvä vuorovaikutus mahdollistaa merkityksellisyyden kokemisen, jolloin opiskelija voi kokea kuuluvuutta lukioyhteisöönsä. Opiskelija ei saa syrjiä tai kiusata muita ja hänen tulee välttää yhteisöä ja sen turvallisuutta vaarantavaa toimintaa. Asianmukaisesta käytöksestä ja käytännön järjestelyistä voidaan antaa järjestyssäännöissä viihtyvyyden ja turvallisuuden kannalta tarpeellisia määräyksiä. Kiusaamista ennaltaehkäistään, eikä sitä hyväksytä. Kaikkiin tietoon tuleviin kiusaamiseen muotoihin puututaan varhain ja opettajan sekä rehtorin tulee viipymättä ilmoittaa tietoonsa tulleesta kiusaamisesta, joka tapahtuu oppimisympäristössä tai koulumatkalla. Tarpeen vaatiessa ilmoitus kiusaamisesta tehdään myös muille viranomaisille. (Opetushallitus 2023a.)

Ammatillisessa koulutuksessa edistetään demokratiaa, yhdenvertaisuutta, hyvinvointia sekä tasa-arvoa. Toimintakulttuuri, sekä oppimisympäristö että opetushenkilöstö yhdessä tukevat opiskelijoiden elinikäisen oppimisen avaintaitoja, joita ovat mm. ongelmanratkaisuun, viestintään, ryhmätyöhön ja neuvontaan liittyviä taitoja. Opetuksen ja työpäivän aikana kiusaamista ei sallita missään muodossa ja kaikkiin kiusaamistilanteisiin puututaan. Rehtori vastaa yhdessä opettajien ja muun henkilöstön kanssa työpäivän hyvinvoinnista ja turvallisuudesta. Opiskelijan velvollisuuksiin taas kuuluu asiallisesti käyttäytyminen. Opiskelija ei saa syrjiä tai kiusata muita ja hänen tulee välttää muiden turvallisuutta vaarantavaa toimintaa. Kiusaamiseen puuttumisen periaatteet ovat samat, kuin lukiossa. (Opetushallitus 2023a.)

Suomessa kouluympäristöjen turvallisuutta ja lasten ja nuorten hyvinvointia ohjaavat useat laita, kuten lastensuojelulaki, sosiaalihuoltolaki, työturvallisuuslaki, oppilas- ja opiskelijahuoltolaki, työturvallisuuslaki, lukiolaki, varhaiskasvatustilaki, yhdenvertaisuuslaki, perusopetuslaki sekä laki ammatillisesta koulutuksesta. Näiden lakien avulla voidaan taata hyvät puitteet opetuksessa tapahtuvalle toiminnalle, sekä myös sen ulkopuoliselle toiminnalle.

4.3 Lainsäädännön avulla kiusaamistilanteisiin puuttuminen

Lasten, nuorten sekä koko yhteisön turvallisuus on varhaiskasvatuksen, oppilaitosten sekä koulujen henkilöstöllä. Opettaja vastaa kunkin oppilasryhmän turvallisuudesta ohjatessaan ryhmää ja siirryttäessä oppimisympäristöstä toiseen. Rehtorin vastuulla on vastata työpäivän hyvinvoinnista ja turvallisuudesta, yhdessä muun henkilöstön kanssa. Rehtori vastaa myös näissä oppimisympäristöissä kiusaamistilanteisiin puuttumisesta ja niiden seurannasta, sekä kiusaamisen ehkäisystä yhdessä koulutuksen ja kasvatuksen järjestäjän kanssa. Lapset, oppilaat ja opiskelijat eivät saa toiminnallaan vaarantaa opiskeluympäristönsä terveyttä tai turvallisuutta ja heidän on käytäyttyävä muita syrjimättä ja kiusaamatta. Jos kiusaamista epäillään tapahtuneen oppimisympäristössä tai koulumatkalla tai sitä ilmenee, on näiden oppimisympäristöjen vastuhenkilöillä (opettaja, rehtori, varhaiskasvatuksen johtaja) velvollisuus ilmoittaa siitä kiusaamisen kohteen ja kiusaamisen tekijän huoltajille tai lapsen lailliselle edustajalle. Tämä ilmoitusvelvollisuus koskee kiusaamisen kohteena olevaa lasta, oppilasta ja alle 18-vuotiasta opiskelijaa sekä epäiltyä tekijää. (Opetushallitus 2023b.)

Opinnäytetyömme perehtyy tarkastelemaan kiusaamisen aihetta etenkin koulukiusaamisen näkökulmasta ja kiusaaminen.fi- keskustelufoorumi on suunnattu koulukiusaamista kokeville, kokeneille, sekä heidän läheisilleen. On kuitenkin tärkeää muistaa, että koulukiusaamisen jäljet voivat pahimmillaan ulottua aikuisikään asti ja altistaa kiusaamiskierteen jatkumiselle. Tämän takia opinnäytetyömme haluaa korostaa kiusaamisen ennaltaehkäisyä.

4.4 Onko kiusaaminen rikos?

Kiusaamisessa rikosnimikkeenä voi olla esimerkiksi vahingonteko, identiteettivarkaus, kunnianloukkaus, laitton uhkaus, vahingonteko, yksityiselämää loukkaava tiedon levittäminen, sekä pahoinpitely. Rikoksen tekijä voi joutua rikos- ja vahingonkorvausvastuuseen teostaan, jos kiusaaminen täyttää rikoksen tunnusmerkistön. Alle 15-vuotias ei voi saada rangaistusta rikoksesta mutta hän on silti korvausvelvollinen aiheuttamastaan vahingosta. Alle 15-vuotias voi saada merkinnän poliisiasian tietojärjestelmään ja yli 15-vuotias voi saada merkinnän rikosrekisteriin tekemästään rikoksesta. (Rikosuhripäivystys 2023.)

Kiusaamiselle on siis määritelty rikosoikeudelliseen vastuuseen kuuluvia kohtia. ”Pelastakaa koulukiusattu!”- kirjassa pohditaan rikosoikeudellisten vastuiden selkeyttä ja mahdollisia por-

saanreikiä. Rikosoikeudelliset keinot voivat näyttää ongelmallisilta silloin, kun puhutaan verbaalisesta kiusaamisesta, joka ei yleensä etene rikosoikeudelliseen prosessiin esimerkiksi rikosnimikkeiden asianomistajaluonteen takia. Myös sukupuolinäkökulmasta löytyy kritisoitavaa. Poikien kiusaaminen tulee todennäköisesti rikosoikeudellisen järjestelmän tietoon useimmiten, koska se on tyttöihin kohdistuvaan kiusaamiseen verrattuna fyysisempää. Järjestelmä rikosoikeudellisesta näkökulmasta ei pysty ottamaan parhaalla mahdollisella tavalla kiusaamista huomioon kokonaisuutena, koska kriminalisoinnin piirissä on vain yksittäisiä tekoja ja kiusaaminen on yleisesti monimuotoista. Jos kiusaaminen on tapahtunut ryhmässä, on jokaisella teolla voinut olla eri tekijä ja tämän takia seuraamukset yhdelle kiusaajalle ovat vähäisiä. (Mäntylä, Kivelä, Ollila & Perttola 2013, 64–65.)

Kiusaaminen nykypäivänä on siirtynyt enemmän sosiaaliseen mediaan ja usein kiusaaminen tapahtuukin joko puhelimen tai muiden viestinvälineiden kautta. Kyseessä voi olla erilaiset ilman lupia levitellyt kuvat isomman yleisön joukkoon tai haukkumaviestien lähettäminen. Tilanteen vahingollisuus korostuu, kun puhutaan tiedosta, joka on pahimmillaan saatettu tuhansien ihmisen tietoisuuteen. Näissä tapauksissa voidaan puhua feikkiprofiileiden teosta. Identiteettivarkaus voi näissä tilanteissa olla rikosnimikkeenä, jos esimerkiksi henkilö on esiintynyt toisena ihmisenä erehdyttääkseen kolmatta osapuolta. (Poliisi.fi 2024.)

5 KIUSAAMISEN SYYT, SEURAUKSET JA VAIKUTUKSET

5.1 Kiusaamisen ehkäisy

Koulukiusaaminen omien havaintojemme mukaan jättää monesti jälkensä, jotka voivat olla kauaskantoisia ja seurata kiusattua aina aikuisuuteen asti, vaikuttaen niin yksityis- kuin työelämäänkin. Jos koulukiusattu ei saa tarvitsemaansa apua ja tukea silloin, kun kiusaamistilanne on aktiivinen, voivat kiusaamisen aiheuttamat henkiset traumat ohjata ihmisen valintoja, päätöksentekoa ja yleistä pärjäämistä myöhemmällä iällä. Kiusaaminen ennaltaehkäisy on avainasemassa mutta aina kiusaamistilanteita ei onnistuta estämään tai jo tapahtuvaan kiusaamiseen on hankalaa tai jopa mahdotonta puuttua, riippuen sen esiintymistavasta.

Sen sijaan, että keskittyminen on kiusaamisen vähentämisessä ja ongelmakeskeisessä toiminnassa, on perusteltua keskittyä ensisijaisesti myönteisiin toimintatapoihin ja tavoitteisiin ja tällä tavoin lähestyä asiaa kiusaamisen ehkäisyn näkökulmasta. Vihapuhetta, syrjintää ja häirintää voidaan ehkäistä keskittymällä hyvinvoinnin tukemiseen. Kouluissa ja oppilaitoksissa on tärkeää tunnistaa kiusaamisen lisäksi myös kaikenlainen loukkaava kohtelu. Kiusaamisen ilmapiiriä lisäävä asia on muita halveksivan puhettavan ja loukkaamisen salliminen. Jokainen voi omassa oppilaitoksessaan vaikuttaa omalla toiminnallaan siihen, miten muita ihmisiä kohdellaan ja millainen käytös omassa yhteisössä on sopivaa. Tällainen myönteisiin tavoitteisiin keskittyminen on omiaan sitouttamaan koko yhteisön kiusaamisen ennaltaehkäisemiseen. (MLL 2021.)

5.2 Kiusaamisen vaikutukset

Koulukiusaamisesta puhuttaessa kiusaaminen voi heijastua siihen, miten kiusattu itse suhtautuu vertaisiinsa ja koulutoverit kiusattuun. Kiusaamisen kohteeksi joutuneet voivat olla yksinäisiä ja vältellä sosiaalisia tilanteita ja he pelkäävät sitä, että heidät arvioidaan kielteisesti. Aikuisella iällä, esiintyy kasvanut riski tulla kiusatuksi työelämässä ja läheisyyden pelkoa seurustelusuhteissa etenkin pojilla. Kiusaamisesta puhuttaessa tulee muistaa myös se, että kiusaamisella on seurauksensa myös kiusaajille. Kiusaajan roolissa olevilla lapsilla ja nuorilla on todettu esiintyvän mielipahaa, nukkumisvaikeuksia ja särkyä. Kiusaajalla on riski käyttäytyä aggressiivisesti myöhemminkin, jos hän saa jatkaa kiusaamista kenenkään siihen puuttumatta. (MLL 2023.)

Kiusattu voi myös joskus kantaa tekojaan mukanaan koko elämänsä ja kokee siitä huonoa oma-tuntoa. Kiusaaja oppii väärän tavan hallita ihmissuhteitaan ja voi myös työelämässä soveltaa sitä kohtalokkain seurauksin. Tämän takia myös kiusaajan on syytä käsitellä kiusaamistaan ja sen vaikutusta. (Hamarus 2012, 101–102.)

Kiusaaminen herättää kiusatussa monenlaisia tunteita. Hän voi kokea inhoa, katkeruutta tai vi-haa kiusaajaansa kohtaan. Kiusattu kokee, että kiusaaminen on hankaloittanut hänen elämäänsä ja että kiusaaminen on ollut epäoikeudenmukaista. Kiusaamisen aiheuttamien vaikutusten läpi-käyminen voi olla pitkä prosessi mutta tämän prosessin lopussa kokemukset kiusaamisesta ei-vät hallitse kiusatun elämää. Tämän takia traumaattisten kokemusten läpikäyminen on ihmisen hyvinvoinnille merkityksellistä. Tunteet tulisi käydä läpi ja kohdata ne, jotta ne eivät koteloidu mielen sopukoihin. Kiusatun olisi hyvä päästä käsittelemään tunteitaan asiantuntija-avun pii-riin. Tällaista apua voivat olla koulussa terveydenhoitaja, kuraattori tai koulupsykologi. Koulun ulkopuolelta auttavia tahoja voivat olla taas perheneuvola, nuorisopsykologia tai nuorisotyön-tekijät. (Hamarus 2012, 95.) Aikuisällä kiusaamiskokemuksestaan voi puhua eri järjestöjen am-mattilaisille, terapeuteille, sekä psykologeille. Opinnäytetyössämme esitetyssä kiusaaminen.fi-keskustelufoorumilla on mahdollisuus keskustella kiusaamisesta vertaistuellisen avun lisäksi myös kiusaamisasioiden tuki- ja neuvontakeskus Valopilkun työntekijöiden kanssa.

Kiusaamisen psyykkiset fyysiset vaikutukset

Elina Vähämäen Kiusatut- kirjassa kerrotaan psykologian tohtorista Dosentti Jaana Haapasalo-sta, joka on tutkijana paneutunut nuorten rikoksenteekijöiden kehitykseen ja traumakokemuk-siin. Haapasalo kertoo rikoskäyttäytymisen kehittymisestä ja koulukiusaamisen ja väkivallan seurauksista. Vähämäen kirjassa Vähämäki käyttää lähteenä 2017 ilmestynyttä Haapasalon Kri-minaalipsykologia-kirjaa. Haapasalon asiakkaina on ollut monissa eri elämäntilanteissa olevia ihmisiä. Vaikka monien yli 18- vuotiaiden asiakkaiden kouluajoista onkin jo aikaa, on koulun-käynti noussut monessa keskustelussa esiin. Monilla mielialan oireita tai ahdistuneisuushäiriön tyyppisiä oireita omaavilla, ovat kertoneet ongelmistaan kouluaikoina. Vaikka lapsuus- tai nuoruusajan kouluväkivaltakokemukset tai koulukiusaaminen eivät ole olleet Haapasalon asiak-kaille varsinainen syy hakea apua, ovat kouluaikojen piinat tulleet puheeksi asiakkaan tilannetta ja elämänpolkua kartoittaessa. (Välimäki 2023, 85–86.)

Kiusaajien näkökulmasta etenkin tarkasteltaessa kiusanneiden poikien kehityspolkuja on huo-mattu, että heillä esiintyy myöhemmin monenlaisia ihmissuhteisiin ja mielenterveyteen liittyviä

ongelmia kuten antisosiaalista persoonallisuushäiriötä, päihteiden väärinkäyttöä, rikollisuutta, sekä aggressiivisuutta seurustelusuhteissa. (MLL 2021.)

Moni entinen kiusattu on kärsinyt masennuksesta, ja moni on myös kertonut yrittäneensä tai harkinneensa itsemurhaa. Uhri on kokenut olevansa asian kanssa yksin. Viha ja aggressiot saatetaan patoa sisälle mahdollisimman pitkäksi aikaa etenkin pojilla, jotka ovat kärsineet pitkäaikaisesta kiusaamisesta. Padotut tunteet voivat purkautua väkivaltaisena käytöksenä, joka voi kohdistua irtaimistoon tai kiusaajiin ja opettajiin. Se voi myös purkautua henkilöihin, keillä ei ole ollut mitään tekemistä alkuperäisen asian kanssa. Tyttöillä kiusaamisen vaikutukset voivat näyttäytyä vaikenemisena, eristäytymisenä ja jähmettyminenä. Kiusaaminen aiheuttaa pitkään jatkuessaan masennuksen lisäksi itsetuhoista käytöstä, itsemurha-ajattelua ja pahimmillaan jopa niiden toteuttamista. (Halmberg-Kalenius 2008, 196–197.)

5.3 Kiusaamisen sosiaaliset seuraukset

Kiusaamisen kohteeksi joutuneella päätöksentekokyky ja toimintakyky heikkenevät ja kiusaamisen kohteeksi joutunut harvoin kykenee puuttumaan kiusaamiseensa itse. Kiusaamiseen liittyy syyllisyyttä ja häpeää, jotka lamauttava kiusatun. Kiusaaminen kokemus voi vaikuttaa myös luottamukseen. Kiusatun on vaikea kokea kenenkään olevan luottamuksensa arvoinen, kun luottamus on kiusaaminen aikana jatkuvasti petetty. Tämän takia kiusaamista kokenut voi enemmän pitää etäisyyttä, kuin altistaa itsensä mahdolliselle torjunnan kokemukselle. (Hamarus 2012, 94.)

Kiusaaminen voi vaikuttaa vielä aikuisenakin ystävyysuhteisiin. Kiusatun voi olla hankala muodostaa sosiaalisia suhteita, joka johtaa eristäytymiseen ja syrjäytymiseen. Kiusattu voi vältellä ryhmätilanteita ja olla arka ja hiljainen muiden ihmisten seurassa. Hän voi aikuisenakin pelätä itselleen nauramista, avatessaan suunsa. Uudet tilanteet voivat aiheuttaa epävarmuutta ja jännittämistä, kun taustalla on pelko hylätyksi tulemisesta. Monet kiusaamiskokemukset voivat peilautua epäluottamuksena ihmissuhteisiin ja jopa parisuhteeseen myöhemmin aikuisiällä. Monesti kiusaamiselle nimetty syy liittyy ulkonäköön, mikä puolestaan voi vaikuttaa itsetuntoon. Itsetunto-ongelmista ja ulkonäköpaineista voi olla seurauksia parisuhteen muodostamiseen ja seksuaalisuuteen, sillä kiusatun voi olla vaikea katsoa silmiin tai jopa puhua toisen kanssa. (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015, 69–70.)

Koulukiusaamisen kohteeksi joutuneilla on tunnusomaista ulkopuolisuuden tunne ja jatkuva varuillaan olo. Kiusaaminen on vaikuttanut uskallukseen ja haluun opiskella ja tuonut pelon, ettei siitä selviä, koska kouluajan kokemukset ovat mielessä. Entiset kiusatut ovat myös keskeyttäneet opiskelunsa, koska voimavarat tai motivaatio eivät ole riittäneet. Tina Holmberg-Kalenius kertoo kirjassaan ”Elämää koulukiusaamisen jälkeen” myös omista kokemuksistaan kiusaamisen vaikutuksista. Hän puhuu kiusaamisen herättäneestä sosiaalisten tilanteiden pelosta, jota hän on työstänyt koko elämänsä ajan. Kiusaaminen on vaikuttanut itsetuntoon, joka on tehnyt hänestä ryhmätilanteissa tarkkailijan, joka tulkitsee jokaisen pienenkin eleen kritiikiksi. (Holmberg-Kalenius 2008, 197, 199, 202.)

5.4 Kiusaamisen pitkäaikaiset vaikutukset

Kiusaamisen kohteeksi joutuminen tarkoittaa toisen ihmisen tahallisen vahingoittamisen kohteeksi joutumista, mitä pidetään vaurioittavimpana traumaperäisiä häiriöitä koskevassa diagnostiikassa. Kiusaamista tuleekin tutkia myös psyykkisen trauman näkökulmasta ja lapsena tai nuorena kiusaamisen uhriksi joutumista monimuotoisena traumana kehityspsykologisen viitekehyksen mukaan. Monimuotoinen traumaperäinen stressihäiriö kehittyy seurauksena altistumisesta tapahtumasarjalle tai tapahtumalle, joka on äärimmäisen kauhea tai uhkaava, tavallisimmin toistuva tai pitkittynyt. Häiriö pitää sisällään tunteiden säätelyn ongelmia, epäonnistumisen tunteita sekä kielteisiä itseä koskevia uskomuksia ja syyllisyyttä ja häpeää. Läheisyyden tunteiden kokeminen ihmissuhteissa on haastavaa. Nämä oireet heikentävät toimintakykyä monitahoisesti. (Poijula 2021.)

Koulukiusaaminen jättää jälkensä henkilöön myös tulevaisuuden oppimiskokemuksia ajatellen. Kiusaaminen koulussa on voinut aiheuttaa poissaoloja tai yleisen koulumenestyksen laskeamista, jos koulukiusattu on törmännyt vaikkapa naureskeluun vastatessaan opettajan kysymyksiin. Oman osaamisensa julki tuominen on voinut johtaa pilkkaamiseen ja vaikuttanut siihen, että henkilö on alkanut piilotella omia taitojaan kiusaamisen pelossa. Tällainen tapahtumaketju voi vaikuttaa koko luokan yleiseen opiskelumotivaatioon. Sen seurauksena kiusatuksi joutuneen käsitys itsestään yksilönä on yhteisön jäsenenä lähtenyt muovautumaan. Kiusaaminen tarjoaa vuorovaikutuksen kokemuksia, jotka voivat vaikuttaa elinikäiseen oppimiseen, koska oppimisympäristöä kohtaan on luotu kielteinen asenne. (Hamarus 2012, 214.)

5.5 Kiusaamisen avaintekijät

Kiusaamisessa on muutamia avaintekijöitä, jotka liittyvät useimmiten kiusaamisen juurisyihin. Näitä avaintekijöitä ovat mm. ryhmäpaine, kateus, valta ja pelko. Kiusaajan yksi hallitseva piirre on vallanhalu, joka on yhdistetty aggressiivisuuteen. Se voi suuntautua koulukiusaamisen uhrin lisäksi niin opettajaan, kuin vanhempiinkin. Kiusaajan tarve hallita muita tapahtuu sen vallan kautta, jonka hän on onnistunut itselleen saamaan. Vallankäytöllä kiusaaja saattaa myös kompensoida omaa voimattomuuttaan, joka voi juontaa juurensa oman identiteettinsä menettämisestä. Identiteetin menettäminen voi seurata siitä, ettei kukaan aikuinen ole kysynyt häneltä hänen tuntemuksistaan tai sitä mitä hänelle kuuluu. Tunnetila voi olla alisteinen, jonka seurauksena lapsi hakee valtaa ja käyttää kiusaamista vallankäytön välineenä. Pelko kiusaamisen yhteydessä viestii monesti pelosta joutua itse kiusatuksi. On helpompi seurata johtajaa kiusaamalla tovereitaan, kuin nousemalla häntä vastaan ja asettamalla itsensä mahdollisesti kiusatun asemaan. Pelko ja ryhmäpaine liittyvät myös vahvasti toisiinsa. Kiusaaja saa hiljaisen hyväksynnän toiminnalleen, jos kukaan ei nouse häntä vastaan tai kannustaa kiusaajaa joko aktiivisesti tai passiivisesti. Ryhmäpaineen seurauksena moni voi tahtomattaan toimia tavalla, jolla ei esimerkiksi yksin ollessaan toimisi. Joskus kiusaaminen voi johtua kateudesta tai mustasukkaisuudesta, joka on varsin luonnollinen ilmiö. Kiusaaja tulee kateellisiksi asioista, jotka häneltä puuttuvat ja se voi johtaa epätoivottuun käytökseen, kun toisen onnistumisista ei kykene iloitsemaan tai hyväksymään niitä. (Höistad 2003, 64–69.)

Sukupolvisuus kiusaamiskokemuksissa

Tina Holmberg-Kalenius puhuu kirjassaan siitä miten koulukiusaamisen kokemus ei vuosikymmenten saatossa ole ratkaisevasti muuttunut, vaikka rakenteellisesti koulu onkin muuttunut useaan otteeseen. Sekä entiset, että nykyiset kiusatut kokevat Holmberg-Kaleniuksen mukaan kiusaamisen elämää rajoittavaksi, pelottavaksi ja epämiellyttäväksi, eikä sillä ole merkitystä onko uhria kiusattu nyt tai kymmeniä vuosia sitten. Sillä miten koulussa on asiaan suhtauduttu, on vain merkitystä. Entisiä aikuisia koulukiusattuja on runsaasti erilaisilla kiusaamista käsittelevillä keskustelupalstoilla ja nettisivuilla, ja he ovat tietoisia omasta kiusaamistilanteestaan mutta on myös monia aikuisia, jotka ovat olleet tietämättömiä kokemustensa vääryydestä ja epäoikeudenmukaisuudesta. Näille kaikille entisille kiusatuille on yhteistä se, ettei asiasta kertominen ollut mahdollista ja kiusaamiskokemus oli pidettävä omana tietonaan. Kuitenkin kiusaamisen kokemus oli julkinen, koska muuta koulussa tai luokalla olevat tiesivät siitä. Holmberg- Kalenius kertoo itse käyneensä koulunsa 70–80 luvulla, jolloin kiusaamisesta ei puhuttu

niin paljoa tai se ei ollut yleisesti tiedossa. Hänen mielestään muutosta on kuitenkin tapahtunut 2000-luvun kouluissa vähän, siitäkin huolimatta, että tietoisuutta on enemmän. (Holmberg-Kalenius 2008, 192–193.)

6 VERTAISTUEN MERKITYS JA MUODOT

6.1 Vertaistuen merkitys

Kokemustemme mukaan vertaistuen merkitystä ei voi yksiselitteisesti selittää, vaan vertaistuen vaan sitä tarkastellaan ennemmin sen tuoman hyödyn kautta. Vertaistuen avulla erilaisissa elämäntilanteissa olevien henkilöiden on mahdollista saada aitoa tukea sellaisilta ihmisiltä, jotka ovat kokeneet samaa ja samalla kokemuksiinsa jakavat kokevat olevansa hyödyksi ja näin ollen saavat itsekkin apua. Vertaistukitoiminnan merkityksiä on tiedon ja kokemuksen syntyminen. Toisin sanoen uudenlaisen asiantuntijuuden syntyminen, kokemusten jakamisen kautta syntyvä voimaantuminen ja yhteisöllisyys. (Aaltonen 2014.)

Samankaltaisissa elämäntilanteissa toiselta samaa kokeneelta tai kokevalta saatava tuki ja lohtu voi olla korvaamatonta tukea, jota muut eivät välttämättä pysty antamaan. Toisen tilanteen ymmärtäminen tuo turvallisen ilmapiirin, jossa omista asioistaan on helpompi ja turvallisempi puhua ja vastoin käymiset on helpompi kohdata. (Erityisvoimia 2024.) Tukea antava osapuoli vertaistukitilanteissa on kokemusasiantuntija. Hänellä on tietoa ja kokemusta tilanteesta, johon toinen osapuoli etsii ja kaipaa tukea ja apua. Kokemusasiantuntija ei kuitenkaan ole ammatillinen asiantuntija, vaikka se nimikkeenä kuulostaakin siltä.

Ammattilaisapua ja -tukea on saatavilla riippuen tilanteesta hyvinkin paljon, mutta tämänkaltaisen tuki ei kuitenkaan välttämättä ole tarpeeksi syvää kuten vertaistuki voi parhaimmillaan olla, koska ammattilaisilla ei välttämättä ole omakohtaista kokemusta tilanteeseen, vaikka koulutuksia olisikin käynyt. Vertaistukikoulutukset voivat olla keskitettyjä johonkin tiettyyn aiheeseen ja sen vertaistukeen tai vaihtoehtoisesti laajempia yleisiä koulutuksia. Monella eri yhdistyksellä on koulutuksia joko omia kokemuksia omaaville, jolloin heistä tulee koulutuksen omaavia kokemusasiantuntijoita. Esimerkkinä tällaisesta on Hyvän Mielen Talon, joka järjestää vertaistukihenkilöiden peruskoulutusta mielenterveyskuntoutujille sekä heidän läheisilleen (Hyvän Mielen Talon 2022).

Vertaistuen merkityksistä suurin on yksinäisyyden lieventäminen sekä tietynlaisen leimautumisen pelon poistaminen. Sen avulla erilaisissa elämäntilanteissa olevat kokevat kuuluvansa johonkin, ymmärtävät etteivät ole yksin ja saavat voimaa toisten kokemusasiantuntijoiden antamasta tuesta. (Erityisvoimia 2024.) Erityisesti arkaluontoisissa tilanteissa sekä hyvin haastavissa ja vaikeissa hetkissä vertaistuki voi olla hyvinkin voimaannuttavaa. Henkilö saa tunteen,

ettei ole asiansa kanssa yksin. Varsinkin kiusaamistilanteissa häpeän tunne saattaa aiheuttaa henkilössä sulkeutumisen eikä asiasta haluta puhua ajatellen, ettei kukaan ymmärrä tai pelätään kiusaamisen aiheuttavan leimaamista.

6.2 Vertaistuen muodot

Vertaistuen muotoja on monia. Sitä toteutetaan sekä yksilöllisesti, että ryhmissä kasvokkain, puhelimitse, viestein sekä verkossa. Näin jokaisen on mahdollisuus löytää itsellensä sopivin muoto oman tilanteensa käsittelyyn. Vertaistuki ei aina ole organisoitua. Suunnittelematon kohtaaminen perustuu vertaisten väliseen tukeen, jolloin molemmat ovat tuen tarjoajia sekä vastaanottajia. Organisoidussa vertaistuessa taas on vertaistukija, joka voi olla joko koulutettu tai omassa tilanteessaan jo pidemmälle edennyttä. (Terveyskylä 2023b.) Ratkaisevana tekijänä sopivan vertaistukimuodon löytymiseen on se, haluaako henkilö esiintyä avoimesti itsenään vaiko anonyyminä. Tietenkään anonyyminä oleminen ei onnistu kasvotusten tapahtuvassa vertaistukitoiminnassa, mutta esimerkiksi verkossa tapahtuvassa vertaistuessa tämä on mahdollista.

Vertaistukitoimintaa toteutetaan eri aloilla ja alueilla, mutta enimmäkseen sitä toteutetaan sosiaali- ja terveysalalla. Suomessa vertaistukitoiminta on hyvin laaja-alaista sekä merkittävää. Sitä toteutetaan monella eri tavalla erityisesti sosiaali- ja terveysalalla erilaisilla alueilla eri asioiden parissa. (Nieminen & Lahikainen 2021, 6–7.) Vertaistukea voidaan käyttää monissa eri tilanteissa apuna. Sen avulla voidaan käsitellä esimerkiksi sairastumisesta johtuvaa ahdinkoa ja pelkoa. Verkosta voi löytää useisiin eri tilanteisiin sopivia vertaistukiryhmiä, jotka toimivat eri vertaistuen muodoilla ympäri Suomea. Esimerkiksi THL on listannut Vertaisryhmätoimintaa järjestäviä tahoja sivuilleen (THL 2023b).

Vertaistuki verkossa

Muuttuvat ja laajentuvat mahdollisuudet palvelujen tuottamiseen kaikilla ovat tuoneet lisää vaihtoehtoja myös vertaistuen tarjoamiseen ja saamiseen. Nykyaikana hyvin monet sosiaali- ja terveystalvet on mahdollista hoitaa fyysisen käymisen lisäksi myös verkossa. Näin on myös vertaistuen kohdalla. Ennen verkostoon laajentumista vertaistukea voitiin järjestää etäyhteyksillä, joko välimatkojen tai sairastumisten takia ja myös korona-aikana tapaamiset keskitettiin joko puhelimitse tapahtuvaksi tai esimerkiksi teams-palaverin avulla toteutettavaksi. Korona-aika ja sen mukana tulleet rajoitukset, karanteenit ja palveluiden supistaminen toimivatkin no-

peimpana verkkotoiminnan laajentajana. Tämän takia yhä useampaa palvelua ja toimintaa pystytään nykypäivänä tarjoamaan myös verkossa ja etäyhteyksillä. A-klinikkasäätiön koordinoima Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen tutkimusohjelma MIPA 2.0 toteutti järjestökyselyn alkuvuodesta 2021 johon osallistui 164 mielenterveys- ja päihdejärjestöä. Järjestöistä yli kolmannes tarjosi verkkovertaistukea, kun taas vuonna 2016 tehdyn kyselyn mukaan verkkovertaistukea tarjottiin jopa puolet vähemmän. Kyselyn mukaan korona-aikana toimintaan osallistuvien määrä oli kasvanut yli puolessa vastanneista järjestöistä. (A-klinikkasäätiö 2021.)

Verkkovertaistuki toimii omasta mielestämme lähes samalla tavalla kuin muutkin vertaistuen muodot. Verkkovertaistuki voidaan toteuttaa niin ryhmässä kuin yksilöllisesti, viestein, videoin tai vaikka kuvin. Mahdollisuuksia on monia. Suurin ero kasvotusten tapahtuvaan vertaistukeen on aikataulujen sovittaminen, välimatkojen aiheuttamien ongelmien poistuminen sekä anonyymin keskustelun mahdollisuus.

Nimettömänä keskusteleminen on kuin kaksiteräinen miekka. Sen alla on suojassa väärinkäytöksiltä, mutta se antaa myös mahdollisuuden väärinkäytöksille. (Tiellä sananvapauteen 2024.) Anonyymin verkkovertaistuen sisällä kiusaaminen voi valitettavasti myös jatkua. Tämä aiheuttaa lisätyötä toimivuuden ja turvallisuuden kannalta. Kaikilla vertaistukea tarvitsevilla ei myöskään välttämättä ole tähän tarvittavaa laitteistoa tai taitoja sen käyttämiseen. Erityisesti ikäihmisille vertaistuen saaminen verkossa voi olla ylitsepääsemätön haaste. Heillä ei ole välttämättä tarpeeksi osaamista tai halua päästä verkossa annettavan avun luokse. On kuitenkin hyvä asia, että vertaistukea tarjotaan edelleen myös kasvotusten sekä puhelimen avulla.

Suomessa on useita järjestöjä, jotka tarjoavat vertaistukea myös verkossa. Tukea on mahdollista saada moneen eri elämäntilanteeseen ja aiheeseen. Vertaistukea on mahdollisuus saada niin sairauksiin, kuin myös mielenterveyden ongelmiin liittyen. Mielenterveyden keskusliitto esimerkiksi tarjoaa verkkovertaistukea Valoa-vertaischatissa. Tämä on mielenterveyteen liittyvien kokemusten jakamisen kahdenkeskeinen kohtaamispaikka, jossa pääsee keskustelemaan koulutetun kokemusasiantuntijan kanssa. Heillä on myös tarjolla Valoa-ryhmächat, jossa on vaihtuvia teemailtoja mielenterveyteen liittyen. Näissä keskusteluissa on mukana aina myös kokemusasiantuntija, jolla on sen illan teemaan liittyvää kokemusta. Näiden lisäksi on ”Minun kokemukseni -puheenvuorot”- vertaistukichat, joka on avoin kaikille. (Mielenterveyden keskusliitto 2024.)

Nuorten vertaistuki verkossa -hanke

Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset - FinFami ry on toteuttanut muiden alueyhdistysten kanssa yhteistyössä Vertaistuki verkossa -hankkeen, joka toteutettiin vuosina 2021–2023. Hankkeessa kehitettiin ja toteutettiin yksilö- ja ryhmämuotoista verkossa tapahtuvaa tukea 15–29-vuotiaille mielenterveys- ja päihdeläheisille. Hanke toteutettiin valtakunnallisesti ja sen toiminta monikanavaisesti pääosin verkossa. Hankkeen aikana myös kehitettiin ja juurrutettiin uusia verkkovapaaehtoistoiminnan muotoja osaksi yhdistyksen vapaaehtoistoimintaa.

Hankkeessa kehitettiin vuoden 2023 lopussa FinFami-alueyhdistysten valtakunnallista yhteistyötä ja sen pohjalta eri alueyhdistysten toteuttama nuorten läheisten toiminta yhdistettiin kantamaan yhtä yhteistä nimeä; Huolenkantajat, jonka toiminta alkoi vuoden 2024 alussa. Huolenkantajat jatkaa vertaistuki verkossa- hankkeen aikana kehitettyjä toimia. (Varsinais-Suomen FinFami 2024.)

Huolenkantajat ovat 16–29-vuotiaita nuoria ja -aikuisia, jotka ovat huolissaan läheisestään, oli kyseessä sitten psyykinen oire tai päihteet. Huolenkantajat tarjoavat vertaistukea, jota saa ammattilaiselta tai koulutetulta kokemusasiantuntijalta. Vertaistukea saa yksilöllisesti sekä kasvotusten verkossa tai kasvotusten sekä anonyymisti verkkoalustoilta. (FinFami 2024.)

Nuortennetti

Mannerheimin lastensuojeluliiton ylläpitämä Nuortennetti on 13–21-vuotiaiden nuorten sivusto, joka on osa MLL:n nuorten osallisuutta edistävää digitaalista nuorisotyötä. Sisällöstä vastaa MLL sekä nuoret itse. Sivusto on täynnä heille tärkeitä asioita, nuoruuden ja sen haasteisiin liittyviä aiheita ja sen lisäksi sivustolla toimii keskustelupalsta, auttava puhelin, chat ja nettikirjepalvelu, joissa nuori voi keskustella mistä vaan halutessaan ja anonyymisti. (Nuortennetti 2024a.) Sivustolla on oma osio kiusaamiseen liittyen, josta löytyy neuvoja, tietoja sekä tuki ja vertaistukiryhmiä kiusaamista kokeville sekä kokeneille (Nuortennetti 2024b).

6.3 Keskustelufoorumit vertaistuen väylänä

Keskustelufoorumit voivat olla erittäin hyvä ja toimiva tukimuoto monessa eri tilanteessa, varsinkin ujoille ihmisille, aroille tilanteille sekä paljastumisen pelossa eläville. Koulukiusaamista kokevien tapauksissa nämä keskustelufoorumit voivat olla ainoa keino hakea tukea, apua ja neuvoja.

Verkosta löytyy paljon erilaisia sivustoja, joilla on keskustelufoorumeita, joissa voi keskustella joko vertaistukea etsien, virallisesti ammattilaisten kanssa tai muuten vain. Keskustelufoorumeilta etsitään tietoa ja tukea, keskustellaan ajankohtaisista asioista sekä vietetään aikaa keskustellen toisten kanssa. Esimerkiksi Suomi24:n tyylinen sivusto toimii tällaiseen hyvin, koska siellä on mahdollisuus keskustella mistä vain omalla nimellä ja halutessaan anonyymisti (Suomi24 2024). Usein keskustelufoorumit juuri keskittyvätkin moniin eri aiheisiin, joiden lomasta on mahdollista myös löytää sekä kiusaamiseen että koulukiusaamiseen liittyviä aloituksia.

On kuitenkin mahdollista löytää erilaisia keskustelufoorumeita sekä -palstoja, jotka liittyvät pelkästään kiusaamiseen liittyviin asioihin. Esimerkkinä Mannerheimin lastensuojeluliiton ylläpitämä NuortenNetti sivusto, jolta löytyy kiusaamiseen liittyvä keskustelufoorumi (Nuortennetti 2024c). Sekä kehittämämme kiusaaminen.fi -keskustelufoorumi, joka toimii vertaistukeen perustuvaan tukeen ja keskusteluun koulukiusaamiseen liittyvissä asioissa (kiusaaminen.fi 2024).

Anonymiteetti keskustelufoorumeilla

Anonyymiys toimii myös keskustelufoorumeilla. Se mahdollistaa tuen etsimisen sekä keskustelemisen myös heille, jotka eivät esimerkiksi uskalla asioita kohdata kasvotusten ja haluavat pysyä tuntemattomina. Haasteena anonyyminä olemisessa keskustelufoorumeilla on kuitenkin myös itse nimettömyys. Koska henkilötietoja ei ole, on kynnys kiusaamiselle matalampi, koska kiusaajan henkilöllisyys ei ole tiedossa. Nimettömänä keskusteleminen tuo myös mahdollisuuden huijaamiselle. Esimerkiksi sukupuoli- ja ikätietoja on mahdollista muokata ja tämä aiheuttaa taas omat haasteensa ja uhkansa.

Kiusaaminen.fi -keskustelufoorumi vertaistuen väylänä koulukiusaamisen vastaisessa työssä

Kiusaaminen.fi -keskustelufoorumi on ainoa Suomesta löytyvä pelkästään koulukiusaamiseen liittyvä vertaistukeen pohjautuva keskustelufoorumi, joka on kohdistettu koulukiusattujen lisäksi myös entisille koulukiusatuille sekä koulukiusattujen läheisille.

Keskustelufoorumeilla sekä -palstoilla on monesti saatavilla vain muiden käyttäjien sekä mahdollisesti myös kokemusasiantuntijoiden tarjoamaa tukea. Kiusaaminen.fi -keskustelufooru-

milla on mahdollista keskustella myös asiantuntijoiden kanssa, jotka ovat sivuston ylläpitäjäjärjestö Valopilkun työntekijöitä. Tukikeskus Valopilkun toiveissa oli opinnäytetyötä tehdessä toive siitä, että työntekijäresursseja suunnattaisiin tulevaisuudessa myös keskustelufoorumin puolelle. Tämä toisi sivuston pyörittämiseen varmuutta ja pysyvyyttä. Tämän lisäksi keskustelunaloitusten vastaamisaika olisi mahdollisimman lyhyt, jolloin apua ja tukea olisi mahdollista saada asiantuntijalta nopealla aikataululla.

Kiusaaminen.fi- keskustelufoorumilla on mahdollisuus keskustella niin kokemusasiantuntijoiden, kuin myös Valopilkun työntekijöiden kanssa. Keskustelufoorumit on jaettu kolmeen eri osioon, joista käyttäjä voi valita koulukiusatuille, entisille koulukiusatuille tai koulukiusatun läheisille tarkoitettun osion oman tilanteensa mukaan. Aiheiden jaottelu omiin osioihinsa helpottaa myös käyttäjiä löytämään apua ja tukea muiden käyttäjien aloituksista samasta aiheesta nopeammin ilman pitkää selailua. Keskustelufoorumien lisäksi sivustolla on chat-palvelu, jossa on mahdollista saada yksilöllistä keskustelutukea työntekijöiltä.

6.4 Vertaistuki koulukiusaamisen vastaisessa työssä

Koulukiusaamisen vastaisessa työssä vertaistuen käyttö ei niinkään eroa siitä miten sitä voidaan käyttää muunlaisissa tilanteissa. Koulukiusaamista kokevat ovat usein häpeissään, peloissaan eivätkä he useinkaan välttämättä uskalla kertoa omasta tilanteestaan. He myös saattavat kokea, etteivät muut ymmärrä heidän tilannettaan tai pelkäävät leimautumista ja kiusaamisen pahenemista kertomisen myötä. Kiusaajat saattavat myös joissain tapauksissa uhkailla kiusattua, jos tämä menisi kertomaan kiusaamisesta kenellekään. Tällaisissa tilanteissa vertaistuki on valttavan suuri ja tärkeä apukeino, tuki ja turva.

Vertaistuen avulla koulukiusattu kokee ja näkee ettei hän olekaan asiansa kanssa yksin ja hänen on mahdollista jakaa tunteuksiaan ja kokemuksiaan henkilön kanssa, joka on kokenut saman kuin itse. Tunne kuuluvuudesta ja kuulluksi tulemisesta on tärkeää varsinkin koulukiusaamistilanteissa. Kun kiusaamista kokenut pääsee puhumaan toisen kiusatun kanssa, voi hän löytää aivan erilaisia tapoja käsitellä tilannettaan, kuin esimerkiksi kuraattorin kanssa käytävissä keskusteluissa. Saman kokeneeseen on myös helpompi luottaa ja hänen sanaansa kuuntelee tarkemmin.

Verkkovertaistuki on hyvin keskeisessä osassa koulukiusaamisen ennaltaehkäisevässä työssä, sekä sen käsittelyssä. Nuoriso on nykypäivänä hyvin paljon verkossa ja suosii sosiaalisen median kanavia päivittäisessä elämässään. Puhelin on nuorille tänä päivänä jopa se kaikkein tärkein tavara. Tämän takia verkossa tapahtuva koulukiusaamiseen liittyvä vertaistuki onkin oiva keino saada myös ujoimmat ja häpeilevät nuoret puhumaan koulukiusaamisestaan ja saamaan siihen tukea ja voimaa sen kestämiseen ja avun hakemiseen. Tietenkään puhelimen lisäkäyttö tässä tilanteessa ei ole ideaalein ajatus, mutta näin voidaan mahdollistaa useamman nuoren avun ja tuen saanti.

Koulukiusaamista kokeneiden läheisten huomioiminen vertaistuen avulla

Myös koulukiusaamista kokeneiden läheiset tulee ottaa huomioon vertaistukea tarjotessa. He voivat myös kaivata apua ja tukea asioiden käsittelemiseen ja vinkkien löytämiseen vertaistuen sekä kokemusasiantuntijoiden avulla. Koulukiusaamistilanne voi olla heille aivan uusi. He eivät joko ole itse kokeneet koulukiusaamista tai tiedä ketään, joka olisi kokenut, eivätkä he myöskään välttämättä ole kohdanneet ketään kuka olisi ollut samassa tilanteessa kuin he ovat. Kuten myös itse koulukiusaamista kokevat, saavat myös heidän läheisensä kokea, etteivät ole yksin. Myös neuvojen saaminen muilta läheisiltä tuo turvaa ja voimaa tulevaan. Läheiset voivat vertaistuen avulla etsiä kuinka tukea läheistään koulukiusaamistilanteessa ja minkälaiset tavat ovat olleet muille toimivia. He saavat myös tietoa siitä mistä hakea apua, mihin ottaa yhteyttä ja milloin. Vaikka nämä kaikki tiedot löytyvätkin verkosta, on niistä kuuleminen kuitenkin arvokkaampaa ja jollain tasolla asianomaisten mielestä myös luotettavampaa, kun asiat kertoo joku, jolla on itsellään omakohtaista kokemusta avunsaamisesta.

Koulukiusattujen läheiset voivat pelätä aiheuttavansa lisäharmia puuttuessaan koulukiusaamiseen. Tähän anonyymin tuen ja keinojen etsiminen luo yhtä lailla turvaa myös itse koulukiusatulle. Nimi ei tule esille, jolloin ei tiedetä, kenestä puhutaan eivätkä koulukiusaajat saa tästä oikeutusta pahentaa koulukiusaamista koston kierteellä, koska koulukiusattu on kertonut asiasta läheiselleen.

Monella järjestöllä on asianomaisen lisäksi myös läheisille omaa vertaistukea tarjolla. Mannerheimin lastensuojeluliitolla on läheisille suunnattu vertaistukiryhmä; vertaistukea kiusaamista kokeneiden lasten vanhemmille, jota ohjaa MLL:n koulutetut ohjaajat. Ryhmä on suunnattu 7–12-vuotiaiden lasten vanhemmille kerran viikossa kuuden viikon ajan verkossa, joten osallistua voi mistä vain. (MLL 2024a.)

7 MONIALAISEN YHTEISTYÖN MERKITYS

7.1 Monialainen yhteistyö kiusaamisen vastaisessa työssä

Opinnäytetyömme perustuu vertaisavun tärkeyteen ja tarpeellisuuteen mutta vertaistuen rinnalla iso osa kiusaamisen vastaisesta työstä tapahtuu eri tahojen sujuvasta yhteistyöstä ja tiedonkulusta. Monialainen yhteistyö on parhaimmillaan tehokkain muoto puuttua kiusaamiseen, koska se mahdollistaa kaikkien alan ammattilaisten yhdistämisen kohti samaa päämäärää puuttua kiusaamiseen ja olla mukana ehkäisemässä sitä. Koulukiusaamiseen on verrattain hankala puuttua, koska tilanteiden taustat ovat todella vaihtelevia ja vaativat suurempaa paneutumista tilanteisiin, sekä jokaisen kiusaamistilanteen keskellä olevan tai siinä mukana työskentelevän ammattilaiseen näkökulmiin. Tästä hyvänä esimerkkinä Aseman Lasten 2017 käynnistynyt K-0V – hanke, jossa selvitettiin Helsingin alueen peruskouluissa tapahtuneita pitkittyneitä kiusaamistilanteita.

Aseman lapsilla on usean vuoden kokemus poliisin kanssa tehtävästä yhteistyöstä ja poliisiin lisäksi myös muiden tahojen kanssa tehtävä yhteistyö on ollut Aseman lasten toiminnan keskiössä. Järjestöllä oli kokemusta kouluissa selvitettävistä konflikteista katusovittelun puolelta. K-0 – hankkeen lähtökohta oli kehittää kiusaamiseen puuttuvaa toimintamallia, joissa kenttätyövaiheessa keskityttiin tapauksiin, joista oli tehty esimerkiksi rikosilmoitus poliisille. Kun hanke sai tiedon kiusaamistapauksesta poliisilta, jalkautuivat he kouluun ja tilanteen kartoittamisen jälkeen laativat toimintasuunnitelman yhdessä koulun henkilökunnan kanssa. (Hästbacka 2018, 7.)

Hanke toteutettiin 2017–2018 ja sen yhteisenä keskeisenä tavoitteena oli saada nuorten ympärillä toimivat ammattilaiset ja tahot työskentelemään tehokkaammin koulukiusaamisen vähentämiseksi. Hankkeen yhteistyökumppaneita olivat Opetusvirasto, Nuorisopalvelut, Sovittelu-toimisto, Helsingin poliisi sekä Sosiaali- ja terveysvirasto. Hankkeessa pyrittiin saattamaan yhteen sekä koulun ulkopuolisten ammattilaisten näkökulmat, että myös koulun henkilökunnan ja nuorten sekä perheiden näkökulmat kiusaamistilannetta selvitettäessä. (Hästbacka 2018, 22–23.) Hankkeessa tuli esiin muutamia havaintoja. Ensimmäinen havainto oli se, että kiusaamistapauksiin puuttuminen on haastavaa, koska tilanteet ovat monisyisiä ja niihin harvoin on olemassa yksinkertaista ratkaisua. Eri osapuolten kokemuksia voi olla vaikea sovittaa yhteen eten-

kin niissä tilanteissa, joissa lapsi itse kokee olevansa kiusattu, mutta muut pitävät häntä kiusaajana. Toinen havainto oli vanhempien roolin merkittävyys koulukiusaamistapauksia selviteltäessä. Vanhemmilla esiintyi tutkimuksen mukaan luottamuksen puutetta koulun toimiin, ja käytännöt kiusaamistilanteisiin puuttumisessa olivat epäselviä niin nuorille, kuin myös vanhemmille. Kolmas hankkeen aikana esiin tullut tutkimustulos oli yhtenäisten käytäntöjen puute viranomaisten välisessä työskentelyssä kiusaamistilanteissa. Koulun sisäiset toimenpiteet etenevät portaittain mutta tarvittava tieto ei aina siirry hyvin työntekijöiden välillä eivätkä yhteisöllisen ja yksilöllisen oppilashuollon menetelmät nivoudu yhteen. Monialainen yhteistyö edellyttää siis käytäntöjen laatimista ja koordinoitua, jotta jokaisen lapsen oikeus tukeen ja turvaan voidaan huolehtia. (Hästbacka 2018, 70–72.)

7.2 Kiusaamisen ehkäiseminen monialaisena yhteistyönä

Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulussa toteutettiin monialainen pedagoginen pilotointi yhteistyössä yhteisöpedagogi- ja sosionomiopiskelijoiden, sekä kokemusasiantuntijan ja kokemusasiantuntijajärjestön kanssa. Taustalla oli väite siitä, että kiusaamista voidaan ehkäistä mutta sitä pitää harjoitella etukäteen jo koulutuksessa. Tässäkin hankkeessa oli tiedossa, että kiusaamistilanteiden ratkaiseminen ja kiusaamisen ehkäiseminen vaatii eri toimijoiden välistä yhteistyötä ja tällaista monialaista työskentelyä on mahdollista harjoitella ennen työelämään astumista opintojen aikana. Opiskelijat olivat etukäteen saaneet kuunneltavakseen nauhoituksen kiusaamisen ryhmädynamiikasta, jonka jälkeen he osallistuivat verkkotyöpajaan, jossa kokemusasiantuntija kertoi oman tarinansa kiusaamisen seurauksista ja kiusattuna olemisen kokemuksesta. Toimenpide-ehdotuksissa nousivat esiin samankaltaiset huomiot, mitkä näkyivät K-0 – hankkeessa. Kiusaamiseen puuttumiseen ja sen ehkäisemiseen ehdotettiin eri toimijoiden välistä yhteistyötä, mm. kampanjoita, tapahtumia ja ehkäisyhankkeita. Koulunuorisotyötä korostettiin ja nuorten parissa työskentelevien aikuisten välistä yhteistyötä peräänkuulutettiin. Myös kiusaamisesta informoimisen ja keskustelun nähtiin olevan merkittävässä asemassa kiusaamistilanteiden ehkäisyssä ja selvittämisessä. Kiusaamisesta tulee keskustella kohderyhmän ikään sopivalla tavalla esimerkiksi kouluissa vierailevien kokemusasiantuntijoiden ja poliisien taholta. Keskustelua on tärkeä käydä ammattilaisen tuen johdolla, niin kiusaajan kuin kiusatunkin kanssa, ilman syyttelemistä. Dialogin rakentamisessa sosiaalipedagogiikassa korostuvat toiminnallisuus ja menetelmällisyys ja tällaisia menetelmiä kiusaamisen ehkäisemisessä voivat

olla muun muassa vertaistukiryhmät. Vertaistukiryhmät ja anonyymit keskustelufoorumit nousivat esiin sosiaalisen median keinoja mietittäessä kiusaamisen ehkäisyä ja avun ja tiedon saamista varten. (Vapalahti & Rapo 2021.)

Rakentamallamme ja opinnäytetyössämme vertaistuen merkitystä tutkivalla Kiusaaminen.fi-keskustelufoorumilla toimivat Tukikeskus Valopilkun työntekijät, sekä myös alan opiskelijat ja jatkossa mahdollisesti myös koulutetut vapaaehtoiset. Keskustelufoorumin tarkoitus on tarjota tukea ja tietoa koulukiusaamista kokeneille sekä heidän läheisilleen sekä mahdollisuuden vertaistukeen ja kahdenkeskiseen chat-keskusteluun. Keskustelufoorumi ei ole tarkoitettu vain kiusaamisen kokemuksen omaaville vaan sinne ovat tervetulleita myös ne henkilöt, jotka ovat olleet kiusaajan roolissa. Foorumilla ei ole tarkoitus syyllistää kiusaajan toimintaa, vaan olla osaltaan myös tukemassa heitä, jotka haluavat keskustella omasta toiminnastaan ja siitä minkälaisia ajatuksia ne heissä herättävät.

Keskustelufoorumia on markkinoitu eri alan ammattilaisille ja sen toivotaan vakiinnuttavan paikkansa tukitoimena johon alan ammattilaiset voivat ohjata henkilön, joka voisi heidän mielestään hyötyä palvelusta ja sen tarjoamasta sisällöstä. Tämän takia keskustelufoorumia on markkinoitu mm. kouluympäristöihin ja erilaisiin nuorisojärjestöihin ja kuntien sivistystoimeen.

8 SOSIAALINEN TUKEA VERKOSSA

8.1 Sosiaalinen tuki kiusaamisen vastaisessa työssä

FinFami teki vuonna 2019 mielenterveysomaisten hyvinvointikyselyn, josta selvisi, että omaiset, jotka tapasivat päivittäin sairastunutta läheistään, arvioivat vertaistuen tarvevastaavuutta muita myönteisemmin. Vertaistuen arvioivat muita heikommaksi ne omaiset, jotka olivat saaneet läheisensä mielenterveysongelman. Kriittistä tarvevastaavuutta arvioivat myös todennäköisemmin omaiset, jotka kokivat oman positiivisen mielenterveytensä alhaisemmaksi kuin muut. Sosiaalisen tuen saaminen, että sen antaminen ovat tärkeitä hyvinvoinnin kannalta. (FinFami 2022.)

Tiia Tilus on kirjoittanut 2016 Pro gradu- tutkielman koulukiusattujen keskinäisestä vertaistuesta internetin keskustelupalstalla. Hän tutki työssään Mannerheimin Lastensuojeluliiton Nuortennetti- sivustoa kiusaamista käsittelevällä keskustelupalstalla. Tutkimuksessaan Tiia halusi selvittää sen minkälaista vertaistukea keskustelupalstalla haetaan, millaisia kokemuksia sivuston käyttäjillä oli omasta tuen tarpeestaan ja mitä hyötyjä vertaistuesta on lasten ja nuorten arjessa. Tutkielmassa kävi ilmi, että avunhakemisen lisäksi keskustelupalsta toimi lisäksi myös paikkana, johon käyttäjät kirjoittivat pitkiä päiväkirjan omia julkaisuja, joihin muut käyttäjät vastasivat omilla kommentteillaan. Viestiketjujen teemoissa näkyi neuvojen pyytämistä koulukiusaamiseen, oman tilanteen läpikäyntiä ilman, että siihen liittyi avunpyyntöä, omien koulukiusaamiskokemusten jakamista kannustustarkoituksessa, sekä yleistä kiusaamiseen liittyvää keskustelua. (Tilus 2016.)

8.2 Keskustelufoorumi sosiaalisen tuen verkkoväylänä

Monet sosiaalialan toimijat ovat siirtäneet toimintojaan myös verkkoon. Verkkovälitteiset viideotapaamiset, ohjaustilanteet ja muut vuorovaikutustilanteet ovat ottaneet oman jalansijansa etenkin koronan aikana, kun kasvokkain tapahtuvat kohtaamiset jouduttiin laittamaan jäähyllä. Vaikka palvelut ovat koronan jäljiltä palautuneet normaaleihin uomiinsa, on verkossa tapahtuva kommunikointi jäänyt osaksi elämäämme. Tämän takia on tärkeää, että ammattilaiset pystyvät jatkossakin keskittämään resurssiaan kohtaamistyöhön, joka tapahtuu digitaalisessa verkkoympäristössä. Kiusaaminen.fi- keskustelufoorumi on rakennettu vastaamaan etenkin sen asiakaskunnan tarpeita, jotka syystä tai toisesta kokevat verkossa tapahtuvan kommunikoinnin luontevammaksi tavaksi puhua vaikeistakin asioista, anonyymisti ja luottamuksellisesti.

Syitä sille minkä takia verkossa tapahtuva kommunikointi on joillekin helpompaa, on monia. Yksi on anonyymiyden mahdollisuus. Aihealueet keskustelufoorumilla voivat olla rankkoja ja anonyymien käyttäjätunnuksen turvin käyttäjän voi olla helpompi jakaa henkilökohtaisia tietojaan, ilman että hänet tai mahdolliset muut kokemukseensa kuuluvat ihmiset tunnistetaan. Anonyyminä kirjoittaminen antaa käyttäjälle mahdollisuuden rehellisempään ja avoimempaan asioiden kertomiseen mitä se mahdollisesti antaisi esimerkiksi kasvokkain tapahtuvassa vertaistukiryhmässä.

Kiusaaminen.fi on valtakunnallinen keskustelufoorumi, joka tarkoittaa sitä, että sille voi kirjoittaa kuka tahansa, mistä päin maata tahansa. Fyysinen etäisyys muihin käyttäjiin voi antaa käyttäjälle tunteen turvallisesta tilasta. Joku taas saattaa asua paikkakunnalla, jossa ei ole mahdollista saada hänen kaipaamaansa tukea, jonka takia sitä on helpompi ja osittain myös luontevampi etsiä digitaalisesta verkkoympäristöstä. Monelle nykyajan nuorelle ja nuorelle aikuiselle sosiaalisen median käyttäminen on luontevampi alusta kommunikointiin, kuin perinteisemmät tavat, jotka voivat olla taas varttuneemmalle sukupolvelle mieluisampia. Myös siinä on eroa, tapahtuuko kommunikointi puhetta tuottaen vai kirjoittaen. Joidenkin ihmisten on helpompaa ilmaista tunteitaan kirjoittamalla ja verkossa tapahtuvat keskustelut antavat käyttäjälle mahdollisuuden harkita ja muotoilla ajatuksiaan rauhassa ennen niiden jakamista kirjallisessa muodossa.

9 OPINNÄYTETYÖN MENETELMÄT

9.1 Laadullinen kyselytutkimus

Opinnäytetyössä on käytetty kahta erillistä kyselyä, joiden avulla kartoitimme niin koulukiussattujen läheisten kuin myös koulukiussattujen ajatuksia vertaistuesta apuvälineenä koulukiussaamisen vastaisessa työssä. Kyselyiden tarkoituksena oli saada tietoa vertaistuen tarpeesta erityisesti koulukiussaamiseen liittyvissä asioissa, sen olemassaolon tietoisuudesta sekä yleisiä mielipiteitä vertaistuesta.

Kyselyt jaettiin sosiaalisen median avulla facebookissa kolmeen eri ryhmään. Ryhmät valikoituivat aiheen mukaan STOP koulukiussaamiselle ryhmään, jossa on noin 2,4 tuhatta jäsentä, STOP koulukiussaamiselle ja kouluväkivallalle ryhmään jäseniä noin 3 tuhatta. Näiden lisäksi valitsimme vielä ryhmän nimeltä Naistenhuone, jossa on 173,3 tuhatta jäsentä. Kyselyä jaettaessa mahdollisille vastaajille ilmoitettiin, että kyselyn vastauksia käytetään Humanistisen ammattikorkeakoulun opinnäytetyössä, joka tarkastelee vertaistuen merkitystä koulukiussaamisen vastaisessa työssä. Kyselyn anonyymiys tuotiin myös esille. Kyselyihin vastaajat halusivat vapaaehtoisesti osallistua kyselyihin sekä ovat hyväksyneet vastauksiensa käyttämisen anonyymisti opinnäytetyössämme. Vastausaikaa kyselyihin asetimme noin kuukauden verran ja kävimme nostelemassa niitä aika ajoin, jotta saisimme niihin mahdollisimman paljon vastauksia.

Tutkimusmenetelmä

Kyselyiden tutkimusmenetelmänä käytettiin laadullista eli kvalitatiivista kyselytutkimusta, jolla pyritään ymmärtämään yksilön tai ryhmän tuntemuksien, kokemusten tai näkemysten kautta tutkittavan ilmiön tai asian merkitystä (Koppa 2021). Päädyimme laadulliseen kyselytutkimusmenetelmään, koska siinä perehdytään aiheeseen syvällisemmin vastaajien omien kokemusten pohjalta. Vastakohta tälle kyselytutkimusmenetelmälle on määrällinen eli kvantitatiivinen tutkimusmenetelmä, jossa keskitytään tilastoihin, numeroihin sekä mittareihin (Koppa 2015a). Tämä menetelmäkin olisi ollut mahdollista toteuttaa, jos kyselyt olisi toteutettu täysin valmiiden kysymysvastausten avulla. Halusimme kuitenkin saada kyselyiden avulla myös avoimia vastauksia, jotta kyselyistä saadusta datasta tulisi laajempaa ja vastaajat saisivat myös ilmaista itseään ja ajatuksiaan vapaammin.

10 LAADULLISET KYSELYTUTKIMUKSET

10.1 Kyselytutkimukset

Koulukiusaamista kokeneille suunnattu kysely kantoi nimeä; Vertaistuki koulukiusaamisen apuvälineenä kiusattujen näkökulmasta. Kysely oli suunnattu heille, jotka ovat joskus kokeneet koulukiusaamista, kokevat koulukiusaamista tällä hetkellä tai ovat sitä kokeneet sekä kokevat tälläkin hetkellä. Koulukiusaamista kokevien läheisiä ei tule unohtaa koulukiusaamisen vastaisessa työssä, jonka takia heille tehtiin oma kyselynsä; Vertaistuki koulukiusaamisen apuvälineenä läheisten näkökulmasta. Tähän kyselyyn vastasivat kaikki, joiden läheinen (ystävä, perheenjäsen, koulukaveri) on kokenut, kokee tällä hetkellä tai on kokenut sekä kokee tälläkin hetkellä koulukiusaamista.

Kyselyt sisälsivät 8 pääkysymystä, joiden lisäksi muutaman vastausvaihtoehdon kohdalla oli jatkokysymyksiä, jonka avulla saimme lisää syvällisempää ja tarkempaa tietoa ja kyselyistämme laadullisia. Kysymykset olivat molemmissa kyselyissä samanlaiset, jotta vastauksia pystytään saumattomasti vertailemaan toisiinsa.

Vastaajamäärät

Kokonaisuudessaan koulukiusaamista kokeneille sekä kokeville suunnatun kyselyn avasi jopa 105 henkilöä, joista kuitenkin vain 25 aloitti vastaamisen ja näistä 20 henkilöä teki kyselyn loppuun asti. Tämän voi ajatella kertovan siitä, että kiinnostusta tähän aiheeseen on mutta kynnyks keskittyä ja tehdä kyselyä on ollut isompi kuin halu siihen vastata. Kuitenkin 20 vastaajaa kuukauden sisällä kyselyyn, joka on jaettu vain sosiaalisessa mediassa muutamaan ryhmään ilman isoja mainostuksia, on riittävän hyvä palvelemaan kyselyn tarkoitusta opinnäytetyösämme.

Kuten koulukiusaamista kokeneille kohdistetussa kyselyssä, myös koulukiusaamista kokeneiden läheisille suunnattu kysely avattiin runsaasti useamman kerran kuin miten paljon siihen vastattiin. Avauskertoja kysely sai 85 kappaletta, joista 9 kertaa kyselyyn vastattiin. Kuitenkaan läheisille tarkoitettua kyselyä ei jätetty koulukiusattujen kyselyn tapaisesti kesken vaan kaikki vastaamiskerrat on tehty loppuun asti.

Vastaajamääriä sekä avauskertoja tulkitessa voi todeta kyselyiden kiinnostaneen ihmisiä, mutta kiinnostus ei välttämättä ole ollut tarpeeksi vahvaa niihin vastaamiseen. Syynä voi tietenkin

myös olla ajanpuute avaushetkellä, halu tietää mitä kysely pitää sisällään tai ajatus vastaamisesta myöhemmin ja loppujen lopuksi kyselyn unohtaminen. Eroavaisuutena kyselyillä vastaus- sekä avausmäärien lisäksi on vastaamisen keskenjättäminen. Läheisten kyselyssä ei tätä ollut tehty. Koulukiusaamista kokevien kyselyn oli 5 vastaajaa jättänyt kesken, mihin voi epäillä olevan syynä aiheen arkaluontoisuus, ajatus sen tarpeellisuudesta tai siitä ettei mikään kuitenkaan asiaan auta.

Kyselyiden vastaajien ikäjakauma

Varsinaista ikäjakaumaa emme kyselyihin asettaneet, jotta ikä ei rajaisi vastaajien osallistumista. Kyselyissä oli kuitenkin vapaaehtoinen kohta, johon sai halutessaan kertoa ikänsä. Tähän asetimme vastausvaihtoehdoiksi aina 15-vuotiaasta yli 40-vuotiaaseen ajatellen, että tämän ikähaarukan sisältä löytyy vastaajia, jotka ovat kokeneet kiusaamista tai kokevat sitä tällä hetkellä sekä heidän läheisiään.

Onneksemme kaikki vastaajat kertoivat ikänsä, jonka avulla pystyimme myös ikäjakauman kautta tutkimaan tuloksia. Koulukiusaamista kokeneiden kyselyyn vastanneista yli puolet ovat jo yli 30- vuotiaita ja kahdeksan vastaajista noin 15–30- vuotiaita. Tämän jakauman perusteella voi siis ajatella, että ainakin nuorempi vastaajaryhmä on kokenut koulukiusaamista suurimmalta osin peruskoulun aikana, kun taas yli 30- vuotiaiden kohdalla ajankohtaa on hankalampi kartoittaa. Koulukiusaamista kokeneiden läheisten ikäkyselyyn laitoimme laajemman ikäjakauman, alle 15-vuotiaasta yli 40-vuotiaaseen asti. Vastaajista yksi kertoi olevansa 30–40- vuotias ja loput kahdeksan yli 40-vuotiaita. Vastaajien voisi ikäjakauman perusteella päätellä siis olleen vanhempia, joiden lasta tai lapsia on koulukiusattu tai vaihtoehtoisesti jotakuta heidän läheisistään on heidän kouluaikaansa koulukiusattu.

10.2 Kyselytutkimusten tulokset

Analyysimenetelmä

Kyselyiden tuloksia analysoitiin laadullisesti eli kvalitatiivisesti. Vastauksia on myös tarkasteltu fenomenografisen analyysin näkökulmalla. Fenomenografinen analyysi on laadullisen tutkimuksen menetelmä, jonka avulla tutkitaan ihmisten ymmärrystä, ajatuksia ja kokemuksia tutkittavasta asiasta. (Koppa 2015b.)

Koulukiusaamista kokeneiden läheisten kyselyssä kuuden vastaajan läheinen on kokenut koulukiusaamista jossain vaiheessa elämäänsä, kahden vastaajan läheinen on kokenut sekä kokee

tällä hetkellä ja yhden vastaajan läheinen kokee tällä hetkellä koulukiusaamista. Jakaumaa vastauksissa ei kovinkaan paljoa ollut vastaajamäärän vähäisyyden takia. Vertailusta huomaa kuitenkin selkeästi, että suurin osa vastanneiden läheisistä ei tällä hetkellä koe enää koulukiusaamista. Läheiset voivat olla jo koulunsa käyneitä tai parhaassa tapauksessa ovat päässeet koulukiusaamiskierteestä jo pois. Koulukiusaamista kokevien kyselyn kaikki 20 vastaajaa ovat jossain kohtaa elämäänsä kokeneet koulukiusaamista, mutta eivät sitä kuitenkaan tällä hetkellä koe.

Keinoja tunteiden jakamiseen

Kyselyiden avulla tarkastelimme myös vastaajien ajatuksia siitä mitä keinoja heidän mielestään voisi käyttää apuna koulukiusaamisen herättämien tunteiden avaamiseen sekä tuen saamiseen. Vastaukset ovat suhteellisen samankaltaisia, vaikka kysymysten näkökulmat ovatkin hieman erilaiset. Koulukiusaamista kokeneet toivat ilmi heidän mielestään hyviä tapoja avata tunteitaan koulukiusatun näkökulmasta, kun taas koulukiusaamista kokeneiden läheiset läheisen näkökulmasta. Molempien vastauksissa keskustelu sekä koulukiusaamiseen puuttuminen niin koulun kuin kodin puolelta ovat hyviä tapoja. Koulukiusaamista kokevien vastauksissa on myös erilaisia selviytymiskeinoja avattu, esimerkiksi luonto ja asiasta kirjoittaminen. Läheisten vastauksissa on enemmän otettu mukaan ammatillisapua, esimerkiksi työterveys sekä erilaiset ammatilliset keiden kanssa käydä puhumassa aiheesta. Läheisten vastauksissa on myös mainittu Mannerheimin lastensuojeluliiton tukiryhmät (MLL 2024b).

Vastauksista korostui erityisesti läheisten vastauksista koulukiusaamisesta puhuminen niin omalle läheiselleen, ammatilliselle kuin myös koululle puhuminen asiasta ja tuen löytäminen tätä kautta. Kun tätä vertaa koulukiusaamista kokeneiden vastauksiin, jotka painottuvat eniten ajatuksistaan kirjoittamiseen sekä muihin erilaisiin tunteiden purkamiskeinoihin, voi päätellä läheisten olevan avoimempia tunteidensa kanssa sekä niiden jakamisessa kuin koulukiusaamista kokeneet.

Vertaistuen hyödyntäminen koulukiusaamistilanteissa

Vastauksia havainnoidessa huomaa, että tieto vertaistuen hyödyntämisestä apukeinona koulukiusaamisen vastaisessa työssä on hieman hataraa huolimatta siitä, että kaikki vastaajat kertoivat tietävänsä mitä vertaistuki tarkoittaa ja miten sitä voi hyödyntää erilaisten tilanteiden käsittelyssä.

Miten vertaistuki voisi mielestäsi auttaa koulukiusaamiseen liittyen?

Vastaaajien määrä: 16

Vastaukset
Ehkäpä tieto siitä että et ole ainoa etkä millään tavalla "kaikkia" muita huonompi. On muitakin samassa tilanteessa, itsestä riippumattomista syistä.
Koulukiusatut voisivat saada vertaistuen avulla ystäviä muista kiusatuista, tämä voisi helpottaa myös näyttämään kiusaajille, että kiusatullakin voi olla kavereita ja näin ollen tekisi kiusaamisesta mahdollisesti vaikeampaa.
Hyvin
Olla tukena ja empaattinen ei myötätuntoinen
Voisi vähentää
Varmaan asiasta keskustelu auttaa kiusattua, ehkä joku tietää miten sen saa loppumaan
Ryhmöhajauksissa.
Ei mielestäni mitenkään, sillä kiusaamisen kohteena ollessa nolostuttaa jo valmiiksi
Vanhemmat saisivat vertaistuesta vinkkejä ja opastusta, kuinka kiusaajaa ja kiusattua voisi parhaiten auttaa.
Tieto siitä ettei ole yksin asiassa auttaa paljon. Vertaistuella myöskin saadaan isommin tietoa koulukiusauksesta nykyajalla, joten siihen on helpompi puuttua.
Minulla ei ole kokemuksia siitä, mutta koen jo itselle kirjoittamisen auttavan paljon.
Antaa uusia tapoja käsitellä tunteita, huomaa ettei ole yksin asian kanssa
Ehkä siten, että oivalletaan että ihan kaikkia voi kiusata ja ihan kaikesta. Ettei se ole kiusatun syy, että häntä kiusataan.
Siitä saisi lisää iteluuttamusta ja huomaisi, ettei ole asian kanssa yksin. Joukossa on voimaa.
Yhdessä voisi pohtia parannuskeinoja. Puhuminen ja jakaminen todella tärkeää! Sitä ei ollut minun aikamani 40 vuotta sitten
Kokemusten (selviytymisen) jakaminen

Kuva 1 Koulukiusaamista kokeneiden vastauksia miten vertaistuki voisi auttaa koulukiusaamisessa.

Koulukiusaamista kokeneiden vastauksista voi huomata positiivisen ajatuksen vertaistuesta ja sen merkityksestä myös koulukiusaamisen vastaisessa työssä. Vastajat tiedostavat minkälaista apua ja keinoja vertaistuki voi tuoda mukanaan, joukosta löytyy myös yksi yleinen ajatus mikä kiusaamista kokeneilla on, ”Ei mielestäni mitenkään, sillä kiusaamisen kohteena ollessa nolostuttaa jo valmiiksi”, tämä on hyvin harmillinen ajatustapa mutta valitettavasti se on hyvin yleistä.

Miten vertaistuki voisi mielestäsi auttaa koulukiusaamiseen liittyen?

Vastaaajien määrä: 8

Vastaukset
En osaa sanoa. Ehkä ymmärrystä ja hyväksyntää, että joku uskoo ja tietää
Vertaistuesta saa ymmärrystä, mitä muut ei pysty antamaan. Vertaistuki mahdollistaa tunteiden käsittelyn sellaisenaan. Muut järkyttyvät liian helposti niistä tunteista ja ajatuksista joita kiusaaminen herättää.
Avointa keskustelua asioiden ja tekijöiden oikeilla nimillä
Voisi jakaa tietoa avunsaantipaikoista
Olla yhteydessä kouluun.
Henkinen ahdistus sekä kiukku voisi vähentyä
Vertaistukiryhmät harrastamiseen ja jutteluun kaiken ikäisille.
Tiedon ettei ole yksin asian kanssa. Saman kokeneen ymmärrys, jakaa keinoja ja tapoja sekä selviytymiskeinoja. Saada tukea. Etsiä ja löytää omia vahvuuksia.

Kuva 22 Koulukiusaamista kokeneiden läheisten vastauksia miten vertaistuki voisi auttaa koulukiusaamisessa.

Läheisten vastauksista on havaittavissa pientä epävarmuutta siitä mitä kaikkea vertaistuen avulla voidaan saavuttaa, vaikkakin tieto vertaistuesta käsitteenä vastaajilta löytyikin. Toisaalta vertaistuki koulukiusaamisen apuvälineenä ei ole kovin laajalti esillä, saati ihmisten tietoisuudessa, joka voi olla tähän osasyynä. Vastauksissa oli kuitenkin mainittu ehkä suurin vertaistuen tuoma apu, sen avulla saa tiedon, ettei taistele asiansa kanssa yksin sekä vertaistukija pystyy antamaan sellaista ymmärrystä kiusaamistilanteesta kokonaisuutena, mitä muut eivät välttämättä pysty antamaan.

Vertaistuen tärkeys

Kaikki koulukiusaamista kokeneiden kyselyyn vastanneet eivät kuitenkaan koe vertaistuen olevan tärkeää koulukiusaamiseen liittyvien kokemusten avaamisessa sekä niiden jakamisessa, kun taas kaikki koulukiusaamista kokeneiden läheisten kyselyn vastaajat pitivät vertaistukea tärkeänä. Koulukiusaamista kokeneiden kohdalla vastausten jakautuminen johtunee nolostuksesta sekä aiheen arkaluontoisuudesta.

Halua kokemusten jakamiseen löytyy molempien kyselyiden vastaajista, koulukiusaamista kokeneiden läheisten kesken enemmän kuin koulukiusaamista kokeneiden. Syynä vähäisempään haluun koulukiusaamista kokeneiden kyselyssä on perusteltu koulukiusaamisen olevan jo ohitse eikä vanhoja haavoja haluta enää mielellään avata. Suurin osa vastaajista eivät ole koskaan edes saaneet mahdollisuutta vertaistukeen kokiessaan koulukiusaamista tai ollessaan koulukiusatun läheisenä. Vastaajat, jotka ovat mahdollisuuden saaneet kertovat sen tulleen tukihenkilöiltä, vertaistukiryhmistä sekä ystäviltä, jotka ovat myös kokeneet kiusaamista. Kyselyistä käy myös ilmi, etteivät kaikki vastaajat edes tiedä mistä vertaistukea voisi lähteä hakemaan, kyselyiden vastaajista yli puolet kuitenkin haluaisivat tietää mistä sitä voisi lähteä hakemaan tai tarjoamaan.

Vertaistuen muodot koulukiusaamisen työvälineenä

Vertaistukea on tarjolla monella eri tapaa, joista jokaisella on oma mielipiteensä ja mieluisin vaihtoehto. Opinnäytetyömme tarkastelee vertaistuen merkitystä koulukiusaamisen vastaisessa työssä, mutta tarkastelimme kyselyiden avulla, myös minkälainen vertaistuenmuoto on kyselyihin vastanneiden mieleen. Valittaviksi vaihtoehdoiksi vertaistuen muodoista valitsimme vertaistukiryhmät, jotka toimivat joko kasvokkain tai verkossa, yksilöllisen vertaistuen joko verkossa tai kasvokkain sekä anonyymisti tapahtuvan vertaistuen verkossa. Vastausvaihtoehdoista sai valita useamman, jonka moni vastaaja olikin tehnyt.

Koulukiusaamista kokeneiden mieluisin tapa vertaistuelle olisi anonymisti verkossa tapahtuva vertaistuki, mutta myös kasvokkain tapahtuva vertaistukiryhmä sai paljon valintoja. Läheisten kohdalla vertaistukiryhmät verkossa sekä yksilöllinen vertaistuki kasvokkain olivat mieluisimpia. Nämä valinnat kertovat, että verkkovertaistuki on tarpeellinen vertaistuenmuoto, mutta se ei saa korvata kasvotusten tapahtuvia vertaistuenmuotoja. Kasvokkain tapahtuvan vertaistuen valintaa perustellaan liiallisella digitaaliudella ja aitojen reaktioiden näkemisellä, verkossa tapahtuvalle vertaistuelle valinnat annettiin helppouden, aikataulujen sekä sen takia, ettei toisia tarvitse nähdä puhuakseen heille. Anonymisti tapahtuva vertaistuki antaa koulukiusaamista kokeneelle mahdollisuuden puhua tilanteestaan kertomatta kuka on, häpeä ja pelko kiinni jäämisestä pienenee ja olonsa voi tuntea avoimemmaksi. Vastausten joukossa löytyi myös kommentti, joka tiivistää koko vertaistuen tärkeyden:

”Ihan sama mistä ja miten apua saa, kunhan saa. Asioista puhuminen toiselle, joka ei väsy kuuntelemaan tai arvostele.” (Anonyymi kyselytutkimus 2024).

Vertaistuen tarve vastausten pohjalta

Saatujen vastausten pohjalta voimme todeta vertaistuen olevan tärkeä tapa käsitellä koulukiusaamista niin koulukiusaamista kokeneelle kuin myös hänen läheiselleen. Vaikka koulukiusatut kokevatkin aiheen arkuuden ja mahdollisen häpeän takia, etteivät asiaansa välttämättä halua jakaa, on anonymisti tapahtuva vertaistuki oiva tapa saada tukea ja tarvittaessa myös antaa sitä. Kyselyt kertovat myös, että vertaistuki itsessään on tiedossa oleva käsite, mutta monelle on edelleen hieman epäselvää, kuinka se toimii käytännössä ja miten sitä voidaan käyttää apuna koulukiusaamisen vastaisessa työssä. Koulukiusaamista kokeneiden tunne siitä, etteivät he halua jakaa kokemuksiansa vertaistuen avulla voi olla jatkumoa epätietoisuudesta ja sen toimivuudesta ja sopivuudesta koulukiusaamisen työvälineenä. Erityisesti anonyymi verkkovertaistuki on käsitteenä vielä aika tuntematon, jonka takia kyselyymme vastanneet eivät ehkä sen takia ajatelleet sitä tilanteensa apuvälineeksi tässä kohtaa.

Jos kyselyiden vastaajamäärä olisi ollut suurempi ja kyselyihin vastanneiden ikäjakauma laajempi, olisimme saaneet monipuolisemman kuvan vertaistuen merkityksestä koulukiusaamisen työvälineenä, sekä syvällisempää tietoa koulukiusaamista tällä hetkellä kokevien ajatuksista. Tällöin myös nykynuorison ajatukset tämänhetkisistä keinoista esimerkiksi anonymistä verkkovertaistuesta olisi saatu paremmin tietoon.

11 POHDINTA

Tekemämme laadullisten kyselytutkimusten, aiheesta kootun teorian ja kiusaaminen.fi-keskustelufoorumilla tekemiemme havaintojemme pohjalta olemme havainnoineet vertaistuen ja verkkovertaistuen tarpeen olevan tärkeää sekä merkityksellinen kokijalleen. Kyselytutkimus antoi syvempää ymmärrystä koulukiusaamista kokeneiden sekä heidän läheistensä ajatuksista liittyen vertaistuen merkitykseen koulukiusaamisen vastaisessa työssä.

Sosiaalinen media sekä digitaalinen kiusaaminen ovat nykypäivän ilmiöitä, joista voi koitua erityisesti nuorille vakaviakin seurauksia. Tämän takia on tärkeää tarjota monipuolista ja ajantasaista tukea myös verkossa. Verkkovertaistuki onkin noussut merkittäväksi ja tärkeäksi työkaluksi koulukiusaamisen vastaisessa työssä. On tärkeää muistaa, että vertaistuki perustuu kokemukseen, jonka takia erityisesti keskustelufoorumeilla verkkovertaistuen avulla voidaan tarjota ja saada ainulaatuista ymmärtävää emotionaalista tukea. Tämä vertaistuen muoto mahdollistaa tuen saamisen ilman fyysistä kohtaamista, joka voi olla erityisen tärkeää nuorille, jotka voivat kokea avoimesti puhumisen vaikeaksi tai häpeälliseksi. Vaikka vertaistuki onkin kokemukseen perustuvaa tukea, on tärkeää huomioida, että verkkovertaistukea tarjoavilla paikoilla tulee olla jollain tapaa myös asiantuntija tai ammattilainen paikalla vahtimassa keskusteluita. Näin taataan turvallinen ja ystävällinen ympäristö verkkovertaistuelle. Kiusaaminen.fi-keskustelufoorumilla käydyt keskustelut ja keskustelunaloitukset jäivät vähäisemmäksi mitä olimme odottaneet ja tämän takia sivustoa ei käytetty varsinaisessa tulosten tulokinnassa. Kuitenkin omien havaintojemme pohjalta voimme todeta sille löytyvän oman käyttäjäkuntansa, kunhan palvelu vain vakiinnuttaa paikkansa yhtenä sosiaalisen median avuntarjoajista koulukiusaamiseen liittyvissä tilanteissa.

Yhteenvetona voitaneen siis todeta, että sekä vertaistuki, että verkkovertaistuki on arvokas ja tehokas työkalu koulukiusaamisen vastaisessa työssä. Kyselytutkimuksen avulla ymmärrys sen merkityksestä ja vaikutuksista ihmisten hyvinvointiin vahvistui.

Kuten moni muu asia, on myös koulukiusaaminen laajentunut verkossa tapahtuvaksi ilmiöksi. Tästä syystä olisi erittäin tärkeää laajentaa myös koulukiusaamisen vastaista työtä entistä enemmän erilaisiin sosiaalisen median alustoihin sekä eri tavoin järjestettäväksi verkossa tapahtuviksi tuen muodoiksi. Tästä syystä verkkovertaistuki onkin tärkeä ja toimiva tukikeino nykynuorisolle, jonka elämässä varsinkin puhelin on yksi suurinta virkaa pitävä päivittäinen asia.

Verkkovertaistuen merkitys tulevaisuudessa tulee varmasti laajenemaan sekä olemaan vieläkin tärkeämpi kuin tällä hetkellä.

Koulukiusaamisen vastaiseen työhön on panostettava vieläkin enemmän ja erilaisia keinoja sen estämiseen sekä katkaisemiseen tulee löytää, jottei esimerkiksi Vantaalla huhtikuussa 2024 pitkään jatkuneen koulukiusaamisen takia tapahtunut ampumatragedia tapahtuisi muualla. Tämän tapauksen myötä opinnäyteytemme aihe onkin erittäin ajankohtainen ja tärkeä. Verkossa tapahtuvan vertaistuen avulla nuoriso voi löytää kanavan saada tilanteeseensa apua tavalla, joka on heille sopivaa, ennen kuin tilanne etenee hallitsemattoman pitkälle. Jotta nuorisolle pystyttäisiin tarjota apua ja tukea myös verkossa, tulisi rahoitusten jakaminen tällaista tarjoaville tahoille vakauttaa sekä panostaa ennaltaehkäisevään työhön kaikilla osa-alueilla.

Valitettava asia tämän hetken Suomessa ovat suuret leikkaukset sosiaali- ja terveystaloukselta. Nämä leikkaukset osuvat pahiten juuri nuorisoon niin koulutuksen, kuin myös yleisten mielen-terveyspalveluiden osalta. Leikkaukset aiheuttavat resurssipulaa, jonka takia esimerkiksi monella pienemmällä avustusten avulla toimivalla järjestöllä ei ole enää mahdollisuutta pitää toimintaansa tarpeidensa mukaisena.

Itsearviointi

Onnistuimme tuomaan työhömmme vahvaa teoriapohjaa, joka tuo esiin koulukiusaamisen vaikutuksia laajemmin ja samalla tarkastelee vertaistuen tarpeellisuutta yhtenä tukimuotona. Lisäksi onnistuimme tavoittamaan ihmisiä, keitä aihe koskettaa tai on koskettanut, joko kiusaamista kokeneen tai heidän läheistensä roolissa.

Opinnäytetyötä tehdessä yhteistyömme sujui hyvin. Osuuksia suunnitellessa hyödynsimme molempien vahvuuksia ja jaoin aiheet ja tehtävät näiden vahvuuksien mukaan. Aiheet jaettiin myös määrällisesti, jotta molemmat panostaisivat yhtä paljon laajan ja toimivan opinnäytetyön kokoon saamiseksi.

11.1 Tilaajan kommentit

Tilaajan edustajan Tina Holmberg- Kaleniuksen mukaan työ oli kattava ja työn tekijät olivat poimineet esiin juuri oikeita ja merkityksellisiä asioita. Valitsemamme näkökulma vertaistuen merkityksestä verkkoympäristössä on mielenkiintoinen ja siitä on kerätty laaja ja kattava tietous. Myös kyselyistä saadut vastaukset on analysoitu taitavasti ja yksityiskohtaisesti. Vaikka

vastauksia ei tullut suurta määrää eikä kattavaa kuvaa vastaajien vertaistuen kokemasta hyödyistä välttämättä saa, antaa se kuitenkin viitteitä siitä, että vertaisuus on selkeästi kokijoillensa merkityksellistä. Tässä opinnäytetyössä tehty tutkimustyö on tärkeä lisä jo olemassa olevaan vertaistukeen liittyvään tutkimukseen ja tietämykseen, jota tänä päivänä on onneksi jo runsaammin. Erityisen hyvänä Tina Holmberg-Kalenius piti sitä, että työssä on tilastoitu myös ne henkilöt, jotka ovat aloittaneet tehtäviin vastaamisen mutta eivät ole vieneet sitä loppuun. Tämä voi kertoa vastaajan suhteesta omaan kokemukseensa. Kysymykset ovat saattaneet herättää kokemuksen uudelleen eloon, jonka takia vastaamisen jatkaminen on voinut tuntua ylitsepäsemmättömältä, etenkin jos kokemus on tuore. Opinnäytetyössä käytetty lähestymistapa on selkeä ja työn rakenne helposti hahmotettava. (Tina Holmberg-Kalenius 2024.)

LÄHTEET

- A-klinikkasäätiö 2021. Vertaistuki verkossa lisääntyi korona-aikana päihde- ja mielenterveysjärjestöissä. Viitattu 8.3.2024. <https://a-klinikkasaaatio.fi/ajankohtaista/vertaistuki-verkossalisaantyi-korona-aikana-paihde-ja-mielenterveysjarjestoissa/>
- Aaltonen, Taina 2014. Mitä on vertaistuki. Viitattu 20.2.2024. https://bin.yhdistysavain.fi/1589633/84X31VSiDJroMQfUtxjY0QqMR0/Mit%C3%A4_vertaistuki_on.pdf
- Anonyymi kyselytutkimus 2024. Suora lainaus kyselyvastauksesta.
- Erytisvoimia 2024. Vertaistuesta voimaa, kirjoittanut Backström, Arto. Viitattu 20.2.2024. <https://erityisvoimia.fi/vertaistuesta-voimaa/>
- Falk, Hanna & Kurki, Marjo & Rissanen Päivi & Kankaanpää Sini & Sinkkonen, Niina 2013. Kuntoutujasta toimijaksi – kokemus asiantuntijuudeksi. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Työpaperi 39/2013. Verkkojulkaisu. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-028-3>
- FinFami 2022. Mielenterveysomaisten näkemyksiä sosiaalisen tuen tarvevastaavuudesta. Viitattu 13.1.2024. <https://finfami.fi/ajankohtaista/mielenterveysomaisten-nakemyksia-sosiaalisen-tuen-tarvevastaavuudesta/>
- FinFami 2024. Huolenkantajat. Viitattu 8.3.2024. <https://finfami.fi/huolenkantajat/>
- Finlex 2013. Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki 30.12.2013. Viitattu 25.1.2024. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2013/20131287>
- Finlex 2015. Sosiaalihuoltolaki 30.12.2014/1301. 41 § Monialainen yhteistyö. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=monialainen%20yhteisty%C3%B6>
- Finlex 2017. Nuorisolaki 21.12.2016/1285. 9 § Monialainen yhteistyö. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2016/20161285?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=monialainen%20yhteisty%C3%B6#L3P9>
- Finlex 2018. Varhaiskasvatuslaki 13.7.2018/540. 7 § Monialainen yhteistyö ja kehittäminen. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2018/20180540?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=monialainen%20yhteisty%C3%B6>
- Hamarus, Päivi 2012. Haukku Haavan tekee. Jyväskylä: Ps- kustannus.
- Hamarus, Päivi & Holmberg-Kalenius, Tina & Salmi, Saija 2015. Opas kiusaamisen jälkihoitoon. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Honkanen, Eija 2009. Oppilashuollon käsikirja. Kustannusosakeyhtiö Tammi
- Holmberg-Kalenius, Tina 2024. Sähköpostilla annettu palaute opinnäytetyöstä 15.4.2024. Viitattu 20.4.2024
- Holmberg-Kalenius, Tina 2008. Elämää koulukiusaamisen jälkeen. Jyväskylä: Gummerus kustannus oy.

- Humanistinen ammattikorkeakoulu 2022. Koulutuskohtaiset kompetenssit. Yhteisöpedagogi (AMK). Viitattu 19.12.2023. https://opiskelijanopas.humak.fi/?page_id=920#Koulutuskohtaiset_kompetenssit
- Hyvän Mielen Talo 2022. Vertaistukihenkilöiden peruskoulutus. Viitattu 8.3.2024. <https://www.hyvanmielentalo.fi/toiminta/vertaistukihenkiloiden-peruskoulutus.html>
- Hästbacka, Noora 2018. Monialainen verkostotyö ja koulukiusaaminen. Nuorisotutkimusveikoston julkaisut. Helsinki: Hermannin Yli- Tepsa
- Höistad, Gunnar 2003. Irti kiusaamisen kierteestä: opas kouluille. Helsinki: kirjapaja oy
- Kiusaaminen.fi 2024. Viitattu 2.5.2024. <https://kiusaaminen.fi/>
- Koppa 2021. Laadullinen tutkimus. Viitattu 2.5.2024. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/laadullinen-tutkimus>
- Koppa 2015a. Määrällinen tutkimus. Viitattu 2.5.2024. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/maarallinen-tutkimus>
- Koppa 2015b. Fenomenografinen analyysi. Viitattu 2.5.2024. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineiston-analyysimenetelmat/fenomenografinen-analyysi>
- Koulukiusaaminen.fi 2024. Mitä on koulukiusaaminen? Viitattu 10.1.2024. <https://koulukiusaaminen.fi/mit%C3%A4-on-koulukiusaaminen>
- Käytännön terveystieteologiaa 2018. Sosiaalinen tuki ja terveystietäytyminen: kuinka muuttaa hyvää tarkoitettava tuki taitavaksi tueksi? Viitattu 12.4.2024. <https://practicalhealthpsychology.com/fi/2018/01/social-support-and-health-behavior-how-to-move-from-well-intentioned-to-skilled-support/>
- Lukiolaki (714/2018). Finlex. Viitattu 23.12.2023. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2018/20180714#L7P40>
- Mielenterveyden keskusliitto 2024. Mistä apua? Löydä itsellesi sopiva vertaistuen muoto. Viitattu 8.3.2024. <https://www.mtkl.fi/mista-apua/vertaistukeaverkossa/vertaistuenmuodot/>
- Mikkonen, Irja & Saarinen, Anja 2018. Vertaistuki sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tietosanom Oy.
- MLL 2021. Kiusaamisen seuraukset. Verkkosivu. Päivitetty 17.3.2021. Viitattu 30.12.2023. <https://www.mll.fi/ammattilaisille/kouluille-ja-oppilaitoksille/kiusaamisen-ehkaisemisen/kiusaamisen-seuraukset/>
- MLL 2023. Kiusaamisen ehkäiseminen. Verkkosivu. Päivitetty 4.8.2023. Viitattu 24.2.2024. <https://www.mll.fi/ammattilaisille/kouluille-ja-oppilaitoksille/kiusaamisen-ehkaiseminen/>
- MLL 2024a. Vertaisryhmät. Viitattu 5.4.2024. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriiseihin/kiusaaminen/vertaistukea-verkossa-kiusaamista-kokeneiden-lasten-vanhemmille/>
- MLL 2024b. Vertaistukea kiusaamista kokeneiden lasten vanhemmille. Päivitetty 17.1.2024. Viitattu 8.3.2024. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriiseihin/kiusaaminen/vertaistukea-verkossa-kiusaamista-kokeneiden-lasten-vanhemmille/>

- MLL 2024c. Mitä kiusaaminen on? Verkkosivu. Päivitetty 4.4.2024. Viitattu 3.5.2024. <https://www.mll.fi/ammattilaisille/kouluille-ja-oppilaitoksille/kiusaamisen-ehkaiseminen/mita-kiusaaminen-on/>
- Mäntylä, Niina & Kivelä, Jonna & Ollila, Seija & Perttola, Laura 2013. Pelastakaa koulukiusattu! Kunnallisan alan kehittämissäätiön Tutkimusjulkaisu-sarjan julkaisu nro 70.
- Niemelä, Hanna 2024. Osallistaminen for dummies – mitä jokaisen tulisi tietää. Viitattu 10.1.2024. <https://www.fountainpark.fi/blogi/osallistaminen-for-dummies/>
- Nieminen, Pinja & Lahikainen, Eve (toim.) 2021. Vertaistuen moninaisuus. Kansalaisareenan julkaisuja 1/2021. Kansalaisareena ry. Viitattu 1.11.2023. https://kansalaisareena.fi/wp-content/uploads/2021/01/Vertaistuen_moninaisuus_WEB1494.pdf
- Nuoret ja Osallisuus 2024. Digitaalinen osallisuus ja vaikuttaminen. Viitattu 10.1.2024. <https://nuoretjaosallisuus.fi/digitaalinen-osallisuus-ja-vaikuttaminen/>
- Nuortennetti 2024a. Tietoa nuortennetistä. Päivitetty 5.1.2024. Viitattu 8.3.2024. <https://www.nuortennetti.fi/tietoa-nuortennetista/>
- Nuortennetti 2024b. Kiusaaminen. Viitattu 8.3.2024. <https://www.nuortennetti.fi/kiusaaminen/>
- Nuortennetti 2024c. Keskustelualueet, kiusaaminen. Viitattu 18.3.2024 <https://www.nuortennetti.fi/foorumi/kiusaaminen/>
- Opetushallitus 2023a. Kiusaamisen määrittely ja lainsäädäntö. Verkkosivu. Viitattu 23.12.2023. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/kiusaamisen-maarittely-ja-lainsaadanto>
- Opetushallitus 2023b. Tunnista lapsen ja nuoreen kohdistuva kiusaaminen. Verkkosivu. viitattu 24.1.2024. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/kiusaamisen-tunnistaminen-ja-puuttumisen-keinot>
- Perusopetuslaki (628/1998). Finlex. Viitattu 23.12.2023. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628#L7P35>
- Pojjula, Soili 2021. Kiusaamisen uhreilta puuttuu hoito. Lääkärilehti. Näkökulma. Viitattu 30.12.2023. <https://www.laakarilehti.fi/ajassa/nakokulmat/kiusaamisen-uhreilta-puuttuu-hoito/?public=d1ad738ab9527e77e47bc64dfc7017e3>
- Poliisi.fi 2024. Koulukiusaaminen voi olla rikos. Verkkosivu. Viitattu 24.1.2024. <https://poliisi.fi/koulukiusaaminen-voi-olla-rikos>
- Rikosuhripäivystys 2023. Kiusaaminen. Verkkosivu. Viitattu 23.12.2023. <https://www.riku.fi/rikoksen-uhrina/lapsi-ja-nuori-rikoksen-uhrina/kiusaaminen/>
- Rikosuhripäivystys 2024. Koulukiusaaminen satuttaa ja voi vaikeuttaa elämää vielä aikuisena. Viitattu 10.1.2024. <https://www.riku.fi/erilaisia-rikoksia/koulukiusaaminen/>
- Soste 2018. Osallisuus on tunne siitä, että kuuluu johonkin. Viitattu 10.1.2024. <https://www.soste.fi/osallisuus-on-tunne-siita-etta-kuuluu-johonkin/>

- SotePeda 24/7 2019. Sanoitetaan monitoimijuutta – moniammatillisuus, monialaisuus ja monitoimijuus toimialojen diskurssien pyörteessä. Viitattu 16.1.2024. <https://sote-peda247.fi/2019/04/17/sanoitetaan-monitoimijuutta-moniammatillisuus-monialaisuus-ja-monitoimijuus-toimialojen-diskurssien-pyorteessa/>
- Suomi24 2024. Suomi24 Keskustelun ohjeet. Viitattu 16.3.2024. <https://www.suomi24.fi/opastus/keskustelu>
- Terveyskylä 2023. Mitä on vertaistuki? Viitattu 17.12.2023. <https://www.terveyskyla.fi/vertaistalo/tietoa-vertaistuesta/mit%C3%A4-on-vertaistuki>
- Terveyskylä 2023b. Vertaistuen muodot. Viitattu 16.12.2023. <https://www.terveyskyla.fi/vertaistalo/tietoa-vertaistuesta/vertaistuen-muodot>
- THL 2023a. Tilastoraportti 48/2023. Lasten ja nuorten hyvinvointi – kouluterveyskysely 2023. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe20230913124224>
- THL 2023b. Vertaisryhmätoiminta. Viitattu 17.12.2023. <https://thl.fi/aiheet/lapset-nuoret-ja-perheet/sote-palvelut/sosiaalipalvelut/vertaisryhmatoiminta>
- Tiellä sananvapauteen 2024. Anonymiteetti – suojaa vai tunnistusta. Viitattu 16.3.2024 <https://sananvapauteen.fi/artikkeli/2715>
- Tilus, Tiia 2016. Koulukiusattujen keskinäinen vertaistuki internetin keskustelupalstoilla. Pro gradu- tutkielma. Viitattu 18.1.2024. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:hulib-201703273479>
<http://hdl.handle.net/10138/163867>
- Valopilkkuja.fi 2023. Hanke ja tavoitteet. Verkkosivu. Viitattu 16.12.2023. https://www.valopilkkuja.fi/mika-on-valopilkku/hanke_ja_tavoitteet/
- Varsinais-Suomen FinFami 2024. Vertaistuki verkossa-hanke. Viitattu 8.3.2024. <https://www.vsfinfami.fi/vertaistuki-verkossa/>
- Välimäki, Elina 2023. Kiusatut: kertomuksia kouluista. Into Kustannus.
- Vapalahti, Kati & Rapo Johanna 2021. Kiusaamista voidaan ehkäistä monialaisella työllä. Viitattu 4.1.2023. <https://read.xamk.fi/2021/koulutus/kiusaamista-voidaan-ehkaista-monialaisella-tyolla/>

LIITTEET

Liite 1 Kyselyiden jakoilmoitus sisältäen informoinnin kyselyistä sekä kyselyvastausten käytöstä.

Moikka kaikille!

Me tehdään kurssikaverin kanssa opinnäytetyötä liittyen koulukiusaamisen vastaisessa työssä käytettävään vertaistuelliseen toimintaan.

Perustettiin kehittävässä harjoittelussa Kiusaaminen.fi niminen koulukiusaamista käsittelevä keskustelufoorumi, jossa on mahdollisuus keskustella muiden koulukiusattujen, entisten koulukiusattujen sekä koulukiusattujen läheisten kanssa vertaistuellisesti. Opinnäytetyö siis aikalaillla pyörii tän meidän sivuston ympärillä vertaistuen näkökulmassa.

Ollaan tehty nyt kaksi kyselyä liittyen vertaistukeen koulukiusaamisen vastaisessa työssä, toinen on koulukiusatuille ja toinen koulukiusattujen läheisille. Kyselyiden vastauksista tullutta dataa käytetään siis opinnäytetyössä ja niistä tulleita vastauksia tutkitaan ja analysoidaan kokonaisuutena. Kyselyt ovat anonyymejä eikä minkäänlaisia henkilötietoja jaeta tai käytetä opinnäytetyössä.

Oltaisiin tosi otettuja jos mahdollisimman moni koulukiusattu, entinen koulukiusattu ja koulukiusatun läheinen kävisi vastailemassa kyselyihin, jotta niiden avulla saataisiin mahdollisimman paljon dataa meidän opinnäytetyöhön. 😊

Eli jos olet koulukiusattu tai entinen koulukiusattu vastaa tähän kyselyyn <https://link.webpolsurveys.com/S/834EC89FD3CB4B3E>.

Ja jos taas koulukiusatun läheinen niin vastaa tähän kyselyyn <https://link.webpolsurveys.com/S/622279B032C4714F>.

Jos tunnet jonkun joka on koulukiusattu tai koulukiusatun läheinen ja tiedät että hän vastailisi kyselyyn voi linkkejä jakaa eteenpäin!

Kyselyt ovat auki 4. helmikuuta asti, joten vastausaikaa on reilusti!

Kiitos ja kumarrus kaikille vastanneille ja jakaneille jo etukäteen! ❤️

Liite 2 Vertaistuki koulukiusaamisen apuvälineenä läheisten näkökulmasta kyselykysymykset.

1. Onko läheisesi kokenut tai kokeeko hän tällä hetkellä koulukiusaamista?
 - Läheiseni on kokenut koulukiusaamista.
 - Läheiseni kokee tällä hetkellä koulukiusaamista.
 - Läheiseni on sekä kokenut koulukiusaamista ettkä kokee tällä hetkellä koulukiusaamista.
2. Koulukiusaamistilanteet herättävät erilaisia tunteita myös koulukiusaamista kokevan läheiselle, minkä tavan sinä läheisenä kokisit parhaaksi näiden tunteiden avaamiseen?
 - Vapaa vastausalue.
3. Tiedätkö mitä on vertaistuki?
 - Kyllä.
 - En.

Vastattaessa en: Vertaistuki tarkoittaa kokemusten jakamista toisten samanlaista kokeneiden kanssa, tässä tilanteessa siis muiden kiusaamista kokeneiden kanssa. Koska kokemukset ovat samankaltaisia on toista helppo ymmärtää ja näin ollen tukea, opastaa ja neuvoa. Vertaistuen avulla voidaan huomata, että on muitakin jotka kokevat ja tuntevat samoin, ettei tilanteen kanssa olekaan yksin.

4. Miten vertaistuki voisi mielestäsi auttaa koulukiusaamiseen liittyen?
 - Vapaa vastausalue.
5. Onko vertaistuki mielestäsi tärkeää koulukiusaamiseen liittyvien kokemusten avaamisessa sekä jakamisessa läheisenä ollessa?
 - Kyllä.
 - Ei.

Vastattaessa ei: Miksi ei?

6. Oletko saanut mahdollisuutta keskustella läheisesi koulukiusaamisesta muiden samankaltaisissa tilanteissa olevien kanssa?

- Kyllä.
- En.

Vastattaessa kyllä: Mitä kautta tämä mahdollisuus on sinulle tullut? Koetko että siitä oli sinulle apua?

Vastattaessa en: Haluaisitko jakaa kokemuksiasi muiden kanssa? Koetko että siitä voisi olla sinulle apua?

7. Vertaistuelle on monia erilaisia toteutumiskeinoja, se voi tapahtua esimerkiksi kasvokkain joko yksilöllisesti tai ryhmissä tai vaihtoehtoisesti verkossa nimettömästi. Mikä olisi sinulle mieluisin tapa?

- Vertaistukiryhmät kasvokkain
- Vertaistukiryhmät verkossa
- Yksilöllinen vertaistuki kasvokkain
- Yksilöllinen vertaistuki verkossa
- Anonyymisti tapahtuva vertaistuki verkossa
- Muu tapa

Vastattaessa muu tapa: Mikä muu tapa olisi mieluisin?

Muiden vastausten kohdalla: Miksi juuri tämä tai nämä tavat olisivat sinulle mieluisimpia?

8. Tiedätkö mitä kautta voit löytää vertaistukea koulukiusaamiskokemuksiin koulukiusatun läheisenä?

- Kyllä.
- En, mutta haluaisin tietää.

Vastattaessa kyllä: Hienoa että olet löytänyt tiesi vertaistukea tarjoavan tahon luokse! Jos et jo tiennyt löydät myös Kiusaaminen.fi sivustolta anonyymisti toimivan vertaistukeen perustuvan keskustelufoorumia, sivustolla on myös mahdollisuus yksilölliseen chat-keskusteluun päivystäjien kanssa :)

Vastattaessa en, mutta haluaisin tietää: Ei hätää, löydät esimerkiksi Kiusaaminen.fi sivustolta anonyymisti toimivan vertaistukeen perustuvan keskustelufoorumia, sivustolla on myös mahdollisuus yksilölliseen chat-keskusteluun päivystäjien kanssa :)

9. Lopuksi voit halutessasi kertoa ikäsi. Tietoja käytetään vastausten analysoinnissa sekä tilastoinnissa avuksi.
- Alle 15-vuotias
 - 15–20- vuotias
 - 20–30-vuotias
 - 30–40-vuotias
 - Yli 40-vuotias

Liite 3 Vertaistuki koulukiusaamisen apuvälineenä koulukiusattujen näkökulmasta kyselykysymykset

1. Oletko kokenut tai koetko tällä hetkellä koulukiusaamista?
 - Olen kokenut koulukiusaamista.
 - Koen tällä hetkellä koulukiusaamista.
 - Olen sekä kokenut koulukiusaamista että koen tällä hetkellä koulukiusaamista.
2. Koulukiusaamistilanteet herättävät erilaisia tunteita, minkä tavan sinä kokisit parhaaksi näiden tunteiden avaamiseen?

Vapaa vastausalue

3. Tiedätkö mitä on vertaistuki?

- Kyllä.
- En.

Vastattaessa en: Vertaistuki tarkoittaa kokemuksen jakamista toisten samanlaista kokeneiden kanssa, tässä tilanteessa siis muiden koulukiusaamista kokeneiden kanssa. Koska kokemukset ovat samankaltaisia on toista helppo ymmärtää ja näin ollen tukea, opastaa ja neuvoa. Vertaistuen avulla voidaan huomata että on muitakin, jotka kokevat ja tuntevat samoin, ettei tilanteen kanssa olekaan yksin.

4. Miten vertaistuki voisi mielestäsi auttaa koulukiusaamiseen liittyen?

- Vapaa vastausalue

5. Onko vertaistuki mielestäsi tärkeää koulukiusaamiseen liittyvien kokemusten avaamisessa sekä jakamisessa?

- Kyllä.
- Ei.

Vastattaessa ei: Miksi ei?

6. Oletko saanut mahdollisuutta keskustella koulukiusaamiskokemuksistasi muiden samankaltaisissa tilanteissa olevien kanssa?

- Kyllä.
- En.

Vastattaessa kyllä: Mitä kautta tämä mahdollisuus on tullut? Koetko että siitä oli sinulle apua?

Vastattaessa en: Haluaisitko jakaa kokemuksiasi muiden kanssa? Koetko että siitä voisi olla sinulle apua?

7. Vertaistuelle on monia erilaisia toteutumiskeinoja, se voi tapahtua esimerkiksi kasvokkain joko yksilöllisesti tai ryhmissä tai vaihtoehtoisesti verkossa nimettömästi. Mikä olisi sinulle mieluisin tapa?

- Vertaistukiryhmät kasvokkain
- Vertaistukiryhmät verkossa
- Yksilöllinen vertaistuki kasvokkain
- Yksilöllinen vertaistuki verkossa
- Anonyymisti tapahtuva vertaistuki verkossa
- Muu tapa

Vastattaessa muu tapa: Mikä muu tapa olisi mieluisin?

Muiden vastauksia kohdalla: Miksi juuri tämä tai nämä tavat olisivat sinulle mieluisimpia?

8. Tiedätkö mitä kautta voit löytää vertaistukea koulukiusaamiskokemuksiisi?

- Kyllä.
- En, mutta haluaisin tietää.

Vastattaessa kyllä: Hienoa, että olet löytänyt tiesi vertaistukea tarjoavan tahon luokse! Jos et jo tiennyt löydät myös kiusaaminen.fi sivustolta anonyymisti toimivan vertaistukeen perustuvan keskustelufoorumin, sivustolla on myös mahdollisuus yksilölliseen chat-keskusteluun päivystäjien kanssa :)

Vastattaessa en, mutta haluaisin tietää: Ei hätää, löydät esimerkiksi kiusaaminen.fi sivustolta anonyymisti toimivan vertaistukeen perustuvan keskustelufoorumin, sivustolla on myös mahdollisuus yksilölliseen chat-keskusteluun päivystäjien kanssa :)

9. Lopuksi voit halutessasi kertoa ikäsi. Tietoja käytetään vastausten analysoinnissa sekä tilastoinnissa avuksi.

- Alle 15- vuotias
- 15–20- vuotias
- 20–25- vuotias
- 25–30- vuotias
- Yli 30- vuotias

