

Kuvauksia kiusaamisesta

Analyysi nuorten kokemasta kiusaamisesta ja sen seurauksista

Iina Ruohonen, Y24646009

Pro gradu -tutkielma

Sosiaalityö

Lapin Yliopisto

Syksy 2024

Lapin yliopisto

Tiedekunta: Yhteiskuntatieteiden tiedekunta

Työn nimi: Kuvauksia kiusaamisesta – analyysi nuorten kokemasta kiusaamisesta ja sen seurauksista

Tekijä: Iina Ruohonen

Koulutusohjelma/oppiaine: Sosiaalityö

Työn laji: Pro gradu -tutkielma x Lisensiaatintutkimus__

Sivumäärä: 62

Vuosi: Syksy 2024

Tiivistelmä:

Koulukiusaaminen on yhteiskunnallisesti merkittävä ongelma ja vakava uhka yksilön hyvinvoinnille. Kiusatuksi joutuneille on tyypillistä erilainen psyykinen ja somaattinen oireilu. Erityisesti selvittämätön ja pitkittynyt koulukiusaaminen voi vaikuttaa suuresti kiusatun elämäntilanteeseen ja sen tiedetään olevan yksi yhteiskunnasta syrjäytymisen riskitekijöistä. Pro gradu -tutkielmani tarkasteli nuorten kokemuksia kohtaamastaan kiusaamisesta. Tutkielmani aineisto koostui yhdestätoista valmiista lyhytdokumentista ja haastatteluvideoista sekä yhdestä lyhytelokuvasta, joissa kiusatuksi joutuneet nuoret kertovat kokemuksistaan. Tutkielmani tarkoituksena oli selvittää miten nuoret itse kuvaavat kiusaamista ja sen syitä, millaisia seurauksia kiusaamisella on heidän elämässään ollut sekä millaisia kokemuksia heillä on kiusaamiseen puuttumisesta ja siitä toipumisesta. Aineiston analyysimenetelmänä tutkielmassa on käytetty aineistolähtöistä sisällönanalyysia.

Tutkimusaineisto teki näkyväksi, miten erilaisuus on ryhmässä tuotettua ja syy kiusata voidaan löytää mistä tahansa ryhmän normeista poikkeavasta tekijästä. Aineisto osoitti myös, että kiusaamista harjoitetaan monissa muodoissa, usein yhtäaikaaisesti. Sen ilmenemismuodot voivat olla henkistä tai fyysistä väkivaltaa. Tutkimusaineiston perusteella on nähtävissä, että kiusaaminen aiheutti nuorille monenlaisia mielenterveydenhaasteita ja pahimmillaan ajoi yrittämään itsemurhaa. Kiusatuilla oli myös hyvin vaihtelevia kokemuksia kiusaamiseen puuttumisesta. Toipumista edistävinä tekijöinä he kuvasivat perheeltä ja ystäviltä saadun tuen sekä esimerkiksi musiikkiharrastuksen.

Tutkielmani tulokset vahvistavat käsitystä kiusaamisesta vallan käyttönä ja väkivaltana. Kiusaamisessa kiusatulle tuotetaan tietynlainen, häntä vahingoittava leima tai maine, joka eristää hänet yhteisöstä. Kiusaaja pyrkii määrittelemään kiusatun sosiaalisen paikan yhteisössä. Vuosia kestäneen henkisen alistamisen ja ulossulkemisen seuraukset ovat yhtä vakavia, kuin fyysisen väkivallan jäljet.

Avainsanat: Kiusaaminen, koulukiusaaminen, väkivalta, seuraukset

Suostun tutkielman luovuttamiseen kirjastossa käytettäväksi x Suostun tutkielman luovuttamiseen Lapin maakuntakirjastossa käytettäväksi x Tutkielma ei sisällä muita kuin tekijän henkilötietoja

Sisällys

1 Johdanto	1
2 Tutkittavan ilmiön käsitteellinen taustoitus.....	5
2.1 Koulukiusaaminen ilmiönä	5
2.2 Kiusaamisen muodot	9
2.3 Koulukiusaamisen seuraukset	13
2.4 Puuttumisen kipukohdat.....	16
3. Tutkimuksen metodologiset lähtökohdat	20
3.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset	20
3.2 Tutkimusmenetelmä ja aineiston analyysi.....	22
3.3 Tutkimuseettiset kysymykset	25
4 Kuvauksia kiusaamisesta.....	28
4.1 Tuotettu erilaisuus	28
4.2 Haavoittava ulkopuolisuus	31
4.3 Koventuva kiusaaminen	33
5 Kiusaamisen seuraukset	37
5.1 Psykkinen sairastuminen	37
5.2 Arvottomuuden ja häpeän kokemukset	39
5.3 Kiusaamisen synnyttämä aggressio ja vaikutukset koulupoissaoloihin	41
5.3 Vuosien arvet.....	44
6. Puuttumisesta ja selviytymisen tavoista	46
6.1 Puuttumisen tavoista ja toipumisesta	46
6.2 Mitä pitäisi tehdä?	49
6.3 Toipumista edistäviä tekijöitä.....	52
6.4 Muille kiusatuille	54
7. Johtopäätökset ja pohdinta	56

1 Johdanto

Koulukiusaaminen on yhteiskunnallisesti merkittävä ongelma, jonka seuraukset voivat pahimmillaan olla äärimmäisen vakavia, jopa kuolettavia. Se on ilmiönä kompleksinen ja selkein yksittäinen nuorten psykososiaalista hyvinvointia heikentävä tekijä. Oheinen lainaus kuvaa aineistossa esiintyvän nuoren kokemusta kiusaamisen syvästi haavoittavista ulottuvuuksista.

H2: ”Tää kuulostaa hyvin absurdille ja brutaalille sanoo, mutta koulukiusaaminen voi oikeesti tappaa. Et se ei välttämättä aina oo se ajatuskuva siitä, että joku tekee itelleen jotakin, mutta kun sä fyysisesti tai henkisesti pahoinpitelet jotakin toista niin se ihminen kuolee sisältäpäin. Ja sä luot sille niinku henkilökohtaisen helvetin. Ja se syö ihmistä sisältä. Sä tapat sitä ihmistä hiljalleen sisältä.”

Kiusaamista kokeville on tyypillistä erilainen psyykinen ja somaattinen oireilu, itsetuhoisuus sekä kelpaamattomuuden tunteet. Pahimmillaan lapsi esimerkiksi kieltäytyy kokonaan menemästä kouluun, yrittää itsemurhaa tai vahingoittaa toisia. Erityisesti selvittämättömän ja pitkittyneen koulukiusaamisen vaikutukset elämänselkään voivat olla suuret ja se nousseekin yhdeksi merkittäväksi tekijäksi yhteiskunnan ulkopuolelle ajautumisessa. (Turkka & Saarholm 2021, 72–73; Vähäkylä 2021, 11; Pörhölä 2008, 94.) Koulutuksen ja työelämän ulkopuolelle pudonneiden nuorten elämää käsittelevissä tutkimuksissa on huomattu, että lähes kaikki kokivat kiusaamisen vaikuttaneen merkittävästi hyvinvointiaan heikentäen ja monilla oli kokemus siitä, etteivät aikuiset olleet puuttuneet kiusaamiseen riittävästi. Kiusaaminen vaikutti nuorten psyykkiseen hyvinvointiin, vaikeutti sosiaalisten suhteiden luomista, tuotti yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden kokemuksia ja vaikeutti koulussa käyntiä. (Simonen 2019, 22–27.)

Sen lisäksi, että kiusaamisen seuraukset voivat olla tuhoisia, on myös sen ilmenemismuodot hyvin vakavia. Kiusaamista on epäsuoraa, kuten ulossulkeminen ja haukkuminen, tai suoraa kuten fyysinen väkivalta. Uutiset täyttyvät toinen toistaan rajummista nuorten välisistä väkivaltatilanteista. Nuorten konflikteihin näyttää yhä useammin liittyvän hyvin huolestuttavia piirteitä, kuten esimerkiksi nöyryyttämistä tai eriasteista väkivaltaa. Pahoinpitelyn yhteydessä saatetaan viedä omaisuutta, kuten kuulokkeet, rahaa, kengät tai vaatteita ja uhrit uhkaillaan hiljaiseksi. Some liittyy nuorten rikoksiin yhä tiiviimmin, sillä uhreja nöyryytetään ja tekoja kuvataan, jonka jälkeen videoita käytetään kiristämiseen. Ylen uutisen mukaan Alle 15-vuotiaiden väkivallan motiivina on tavallisesti sanaharkka tai loukattu kunnia. (YLE 2022.)

Äärimmäisiä esimerkkejä koulukiusaamisen tuhoisista seurauksista ovat koulusurmat, henkirikokset sekä itsemurhat. Esimerkiksi Kuopiossa vuonna 2019 tapahtuneen kouluhyökkäyksen motiivin tiedetään liittyvän vuosia kestäneeseen koulukiusaamiseen. Myös vuonna 2020 tapahtuneen Koskelan teinisurmaksi nimetyn raa'an henkirikoksen taustalla oli vakavaa ja pitkäkestoista kiusaamista. Näiden lisäksi saamme liian usein lukea uutisista nuoren tekemästä itsemurhasta, jonka taustalla tiedetään olleen kiusaamista. Nämä julkisuuteen päätyneet tapaukset ovat kuitenkin vain niin sanotusti jäävuoren huippu. Suuri osa erilaisista inhimillisistä tragediaista jää uutisten ja tilastojen ulkopuolelle. Nuorten itsemurhat ovat monitasoinen ilmiö, eivätkä itsemurhaan johtaneet syyt ole yksiselitteisiä. Tutkimusten perusteella tiedetään kuitenkin, että kaikenlainen kiusaaminen lisää niin itsetuhoajatusten, ja -suunnitelmien kuin itsemurhayritysten riskiä. Kiusaaminen näyttäytyy itsetuhoisuuden taustalla pitkään jatkuneena stressitekijänä. (Miettinen 2022; Heikkilä, Hanna-Kaisa & Väänänen, Juha & Helminen, Mika & Fröjd, Sari & Marttunen, Mauri & Kaltiala-Heino, Riitta-kerttu 2012; Hinduja & Patchin 2010, 5–13.)

Yksi ihmisen perustarpeista on kokea kuuluvansa ryhmään ja tulla hyväksytyksi omana itsenään. Koulukiusaamisessa ryhmään kuuluminen otetaan toistuvasti pois ilmaisemalla, että on vääränlainen. Kiusatuksi joutuminen ja ulkopuolisuuden tunne satuttavat syvältä. (Pöyhönen 2021, 52.) Kokemus kiusatuksi tulemisesta on aina subjektiivinen, mikä lisää ilmiön kompleksisuutta. Emme voi koskaan tietää, miten joku toinen kokee tilanteen tai sanomisen. Äärimmäinen esimerkki tästä nähtiin keväällä 2024 Vantaan Viertolassa, kun 12-vuotias lapsi ampui kolmea oppilasta, joista yksi menehtyi. Poliisin mukaan tekijä kertoi motiivikseen kiusaamisen. Hän kertoi kokeneensa, että häntä oli nimitelty, syrjitty ja jätetty ulkopuolelle. Ylen uutisten mukaan tutkinnanjohtaja Marko Särkkä kertoo, ettei esitutkinnassa ei tullut ilmi seikkoja, jotka tukisivat tekijän kertomaa kiusaamista. Särkän mukaan ”saadun materiaalin perusteella vuosia aiemmin on ollut muutamia yksittäisiä konfliktitilanteita, jotka on selvitetty. Epäillyn oma subjektiivinen kokemus kiusaamisesta ei välttämättä ole näkynyt ulospäin.” (YLE 2024.) Tämän herättää kysymyksen siitä, miten kiusaaminen määritellään ja kuka sen määrittelee. Koulukiusaaminen koskettaa erityisesti nuorten ja lasten elämää, mutta sitä koskeva asiantuntijakeskustelu käydään usein aikuisten kesken. (Väisänen & Lanas 2023, 4.)

Koulukiusaaminen ja siihen puuttuminen nousevat julkiseen keskusteluun erityisesti silloin, kun tapahtuu jotain traagista, kuten väkivallanteko tai kiusaamisen uhriksi joutuneen nuoren itsemurha. Utisoinnissa nostetaan esiin nuorten kasvava pahoinvointi, psyykkiset häiriöt ja lisääntynyt aggressiivisuus. Julkisessa keskustelussa puidaan usein myös kysymyksiä siitä, kuka on vastuussa tapahtuneesta ja mitä eri tahot, kuten koulu tai lastensuojelu, olisivat voineet tehdä toisin välttääkseen tällaisia tragedioita. (Salmivalli 2010, 14; YLE 2023.) Puuttumisen teema nousee esiin myös tutkielmani aineostona toimivassa haastatteluissa sekä muussa tutkimuskirjallisuudessa. Kokemukset puuttumisesta tai joissakin tapauksissa puuttumattomuudesta, ovat varsin vaihtelevia. Keskustelua käydään myös siitä, onko koulukiusaaminen käsitteenä riittävä kuvaamaan rajuja ja seurauksiltaan vakavia tilanteita. Yleinen konsensus tuntuu olevan, että kiusaaminen on liian lievä käsite monissa tilanteissa, ja vähättelee uhrin kokemuksia ja tekijän vastuuta. Kuitenkin väkivallan käsite nousee esiin yleensä vain fyysistä väkivaltaa sisältäneissä tilanteissa.

Viimeisimpien kouluterveyskyselyjen tulosten mukaan suurin osa lapsista ja nuorista voi hyvin, ja he ovat tyytyväisiä elämäänsä. Samanaikaisesti kouluissa on joukko lapsia ja nuoria, joiden hyvinvointia vaarantavat muun muassa lisääntyneet poissaolot tai kiusaaminen. Pitkään jatkuneen myönteisen kehityksen jälkeen vähintään kerran viikossa kiusaamista kokeneiden määrä on alkanut kasvaa. Vuoden 2023 kouluterveyskyselyn mukaan hieman alle joka kymmenes peruskouluikäinen oppilas koki kiusaamista viikoittain. (THL 2023.) Kiusaaminen on verrattain yleistä ja jokainen meistä tulkitsee kiusaamista omien kokemusten ja näkemysten kautta. On kuitenkin tärkeää, että meillä on yhteinen ajatus ja ymmärrys siitä, mitä kiusaaminen on ja millä kaikilla tavoilla se voi ilmetä. Mikäli todella haluamme ymmärtää kiusaamista, meidän on otettava yksilön lisäksi tarkasteluun mukaan myös esimerkiksi luokka, koulu sekä laajemmin yhteiskunnallinen taso. Jos keskitymme ainoastaan yksilön ominaisuuksiin, emme voi saada kiinni siitä, miksi kiusaamista tapahtuu tai miten siihen voidaan puuttua ja millaisia seurauksia sillä on. (Pöyhönen 2021, 43–44.) Tämän vuoksi tarvitaan tutkimusta aiheesta.

Pro Gradu -tutkielmassani tarkastelen koulukiusaamista sitä kokeneiden nuorten näkökulmasta. Tutkielmani aineisto koostu kuudesta YLE Arenassa esitetyn Sami Kieksin *Some Deep Story* -dokumenttisarjan jaksosta, neljästä MTV uutisten *Save our Sote* -uutissarjan haastattelusta sekä Esa Orren *Kuka pelastaisi minut* -lyhytdokumentista. Olen kiinnostunut muun muassa siitä, miten haastatellut nuoret kuvaavat kokemaansa kiusaamisesta ja millä

tavoin he itse selittävät kiusatuksi joutumisen syitä. Tutkielmassani tarkastelen lisäksi sitä, millaisia seurauksia kiusaamisella on heidän elämässään ollut ja miten he ajattelevat, että kiusaamiseen tulisi puuttua. Kiinnostukseni aiheeseen kumpuaa sen ajankohtaisuudesta ja yhteiskunnallisesta merkittävydestä. Viime vuosina tapahtuneet nuorten vakavat väkivalta-tapaukset ovat puhuttaneet julkisesti ja herättäneet huolta. Tutkielmani avulla haluan lisätä tietoisuutta kiusaamisen pitkäkestoisista ja vakavista seurauksista sekä herättää keskustelua kiusaamiseen puuttumisen tärkeydestä ja tavoista. Lisäksi haluan tehdä näkyväksi kiusaamisesta ja väkivallasta käytettävää käsitteistöä ja sen merkitystä ilmiön tarkastelussa. Tutkielmani antaa äänen nuorille itselleen ja heijastelee heidän ajatuksiaan ilmiöstä.

Pro Gradu -tutkielmani teoreettinen viitekehys koostuu sekä suomalaisesta että kansainvälisestä kiusaamista käsittelevästä tutkimuskirjallisuudesta ja käyttämästäni käsitteistä. Tutkimuksen pääpaino on kuitenkin suomalaista yhteiskuntaa ja koulua koskevassa tutkimuksessa. Tutkielmani aluksi tarkastelen kiusaamista ilmiönä, sen erilaisia muotoja sekä seurauksia. Käytän koulukiusaamisen ja kiusaamisen käsitteitä rinnakkain, sillä miellän niiden tässä yhteydessä tarkoittavan samaa asiaa. Kiusaaminen ulottuu usein myös koulun rajojen ulkopuolelle, mutta saattaa saada alkunsa koulussa. Tutkielman pääpaino on nuorissa, noin 13-18 vuotiaissa, mutta koulukiusaaminen koskettaa myös nuorempia lapsia, joten viittaan paikoitellen myös lasten kokemuksiin. Teoreettisen viitekehysten jälkeen avaan tutkielmani metodologisia lähtökohtia. Esittelen valitsemani tutkimusaineiston sekä valitsemani näkökulmat aiheeseen. Tämän jälkeen käyn läpi aineiston analyysiä. Analyysimenetelmänä käytin aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Analyysin jälkeen avaan tutkielmani tuloksia tutkimuskysymyksiini peilaten. Tulosluvuissa tarkastelenkin nuorten kuvauksia kiusaamisesta, kiusaamisen seurauksia sekä puuttumisen ja selviytymisen tapoja. Lopuksi esittelen tutkielmani olennaisimmat johtopäätökset sekä reflektoin tulosten herättämiä ajatuksia.

2 Tutkittavan ilmiön käsitteellinen taustoitus

2.1 Koulukiusaaminen ilmiönä

Lapset ja nuoret viettävät suuren osan ajastaan koulussa ja solmivat siellä ystävyys-suhteita, sekä opettelevat toimimaan erilaisissa ryhmissä. Erityisesti oman luokan oppilaat muodostavat lapsille ja nuorille lähimmän sidosryhmän, johon suurin osa heidän vertaissuhteistaan keskittyy pitkän aikaa. Oppilaat ohjataan koulussa vertaissuhteisiinsa ulkoapäin, eivätkä he pääse itse valitsemaan vuorovaikutuskumppaneitaan. Tällöin hyvinkin erilaiset yksilöt päätyvät yhteen useiksi vuosiksi. On varsin luonnollista, että näissä olosuhteissa syntyy myös konflikteja. (Pörhölä 2008, 94; Turkka & Saarholm 2021, 62.) Kiusaaminen tulee kuitenkin erottaa lasten ja nuorten kesken esiintyvistä tavanomaisista konflikteista ja erimielisyyksistä. (Salmivalli 2010, 12–13; Pöyhönen 2021, 18). Kiusaaminen käsitteenä on haastava ja julkisten keskusteluiden sekä tutkimusten perusteella, osa onkin sitä mieltä, että kiusaamisen sijaan tulisi puhua kouluväkivallasta. (Kiilakoski 2009; Turkka & Saarholm 2021.) Kiusaamisesta puhuminen voi tuntua vähättelyltä, jos lapsi tai nuori on joutunut monenlaisten rikoksen tunnusmerkit täyttävien tekojen uhriksi. On myös kiusaamista, joka ei täytä väkivallan tunnusmerkkejä, mutta on erittäin haitallista ja haavoittavaa kiusatuksi tulleelle. (Turkka & Saarholm 2021, 63.) Tässä kappaleessa tarkastelen kiusaamista ilmiönä, siihen liittyviä määritelmiä sekä sen kompleksista luonnetta.

Kiusaamiselle pidetään tyypillisenä systemaattisuutta ja tarkoituksellisuutta. Dan Olweuksen (1992) tunnetun määritelmän mukaan kyse on koulukiusaamisesta silloin, kun sama yksilö altistuu toistuvasti tai pitkäaikaisesti yhden tai useamman henkilön kielteisille teoille, kuten fyysiselle väkivallalle, ilkeille sanoille tai poissulkemiselle. (Olweus 1992, 14; Volk ym. 2014, 328.) Lisäksi kiusaajan ja kiusatun välillä vallitsee voimasuhteiden epätasapaino siten, että kiusattu on altavastaaaja kiusaajaan nähden. Epätasapaino voi olla ruumiillista, henkistä tai sosiaalista. Kiusaaja voi olla esimerkiksi iän, fyysisen voiman ja koon, tukijoukkojen tai sosiaalisen statuksen vuoksi kiusattua vahvempi. (Hamarus 2008, 12; Salmivalli 2010, 12–13.) Koulukiusaamisessa on kyse suhteellisen pysyvästä alistussuhteesta, joka on usein näkyvää koko luokkaryhmälle. (Pöyhönen 2021, 18).

Kiusaamista kuvataan usein ryhmäilmiöksi. Tyypillisesti kiusaaminen tapahtuu ryhmässä ja perustuu ryhmän jäsenten välisiin sosiaalisiin suhteisiin sekä vuorovaikutukseen. Myös

kiusaamista aiheuttavia tekijöitä ylläpidetään ryhmässä. Kiusaaja saattaa hakea kiusaamisen kautta valtaa, suosiota ja oman aseman pönkittämistä, johon hän jostain syystä kokee tarvetta. (Salmivalli 1998; Hamarus 2008; Pöyhönen 2021, 44.) Tämä yksilöllistävänä pidetty lähestymistapa on herättänyt lisääntyvää kritiikkiä kansainvälisesti. Määritelmää pidetään teoreettisesti liian ohuena kuvaamaan moninaisia vertaissuhteiden ongelmia, kuten väkivaltaa ja valtavinoumia. Lisäksi lähestymistapaa on kritisoitu siitä, että se keskittyy liikaa kuvaamaan kiusaamistilanteisiin liittyviä yksilöitä. Sen sijaan, että keskitytään tutkimaan kiusaamistapauksiin osallistuvien oppilaiden erityispiirteitä, huomio tulisi kiinnittää laajemmin sosiaalisiin, institutionaalisiin ja yhteiskunnallisiin konteksteihin. Vaikka kiusaamista tarkastellaan Suomessa usein ryhmäilmionä, nähdään se silloinkin tyypillisesti ryhmään kuuluvien yksittäisten lasten ominaisuuksien tai kotikasvatuksen tuloksena. Nuorten kannalta ongelman paikantaminen yksilöön on ongelmallista erityisesti siksi, ettei se huomioi riittävästi ympäristöstä nousevia haasteita, kuten epätasa-arvoisia resursseja, heteronormatiivisuutta tai rasismia. (Väisänen & Lanas 2023, 4–5.; Suhonen 2023, 2.) Yksilökeskeisyyteen kiinnittyvät käytännöt eivät ratkaise yhteiskunnallisia haasteita vaan saattavat jopa syventää niitä. (Ruutu & Jahnukainen 2024, 6.)

Kaverit ovat nuoruudessa merkittävä sosiaalinen pääoma ja ryhmään kuuluminen on perustarve. Toisilta nuorilta saatu emotionaalinen tuki on tärkein sosiaalinen tuki perheen jälkeen. Nuorten ryhmissä sattuvia konflikteja selittää yksilöiden ominaisuuksien ja intressien lisäksi ryhmäkäyttäytyminen. Nuorena helposti muokataan pukeutumista ja ulkonäköä vastaamaan paremmin oman ryhmän ulkonäköä tai hakeudutaan samantyylisten joukkoon. Jos joku on ulkonäöltään tai ajatuksiltaan muista poikkeava, voi ryhmä alkaa syrjiä tätä. Kiusaamisen syy ei siis ole kiusatussa itsessään, vaan syy tuotetaan ryhmässä ja siihen kelpaa oikeastaan mikä vaan ulkonäöstä maailmankatsomukseen. Toiseutta tai erilaisuutta voidaan tuottaa luomalla kiusatulle tietynlainen leima ja ulkoapäin määritelty maine, jota levitetään eri tavoin. Ryhmään kuulumattomat hahmotetaan toisiksi ja heihin liitetään erilaisuuden lisäksi toisarvoisuuden piirteitä. Kun lyömme leiman, myös ymmärtäminen lakkaa. (Hamarus 2008; Hamarus 2015; Turkka & Saarholm 2021.)

Ilmiönä koulukiusaaminen on hyvin monimuotoinen ja subjektiivinen. Hästbackan (2018) mukaan kiusaamisessa on pohjimmiltaan kyse osapuolten subjektiivisesta kokemuksesta ja vain uhri tietää, miltä hänestä tuntuu, ja onko toisten toiminta ollut häntä vahingoittavaa. Kukaan ulkopuolinen ei voi yksin arvioida, mistä tilanteesta on kyse ja mikä sen

vakavuusaste on. (Hästbacka 2018, 42.) Myös Päivi Hamarus (2008) pohtii tutkimuksessaan kiusaamisen määrittelyyn liittyvää ongelmallisuutta. Usein kiusaaminen määritellään toistuvaksi tai pitkäkestoiseksi, mutta kuinka pitkään kiusaamisen pitäisi kestää, jotta se voidaan katsoa toistuvaksi tai pitkäkestoiseksi. Määritelmät ovat ymmärrettäviä ja tarpeellisia tutkimuksen vertailtavuuden näkökulmasta, mutta tarkasteltaessa kiusaamista puuttumisen näkökulmasta, tulee se ymmärtää laajemmin. Tärkeämpää olisikin tarkastella kiusaamista kiusatun kokemuksen näkökulmasta, sillä jo kokemuksen tulee olla riittävä syy puuttumiseen. (Hamarus 2008, 12–14.) Virpi Pöyhönen (2021) toteaa, että meillä kaikilla on kokemuksia koulukiusaamisesta ja sen kautta myös on määritelmämme sille. Kiusaamisen tunnistamista ja määrittelemistä pidetään tärkeänä siksi, että siihen puuttumisessa ja kiusatun tukemisessa voidaan tarvita erilaisia keinoja tekojen jatkuvuuden ja systemaattisen luonteen vuoksi, kuin yksittäisen konfliktin kohdalla. Määritelmän nähdään mahdollistavan myös kiusaamisen ennaltaehkäisyyn sekä laajemman yhteiskunnallisen keskustelun sekä tutkimuksen. (Pöyhönen 2021, 17–18; Haanpää & Lahtinen 2021, 123.)

Kiusaamisen määrittelyyn ja käytettäviin käsitteisiin liittyvä keskustelu on mielenkiintoista ja pakoin ristiriitaista. Yhtä mieltä ollaan siitä, että käsitteenä kiusaaminen on monissa tilanteissa vähättelevä, eikä se tunnu riittävältä kuvaamaan kiusaamisen vakavimpia muotoja. Kiusaamisen rinnalle tai jopa mahdolliseksi korvaajaksi on jo pitkään soviteltu kouluväkivallan käsitettä. Tomi Kiilakosken (2009) mukaan kouluväkivalta on sosiaalinen ongelma, joka tunnistetaan melko huonosti. Kiilakosken mukaan kouluväkivallan käsitettä tarvitaan, jotta saadaan esiin ne ongelmat koulujen toiminnassa ja nuorisokulttuurisessa kehityksessä, joita ei ole järkevää kuvata muulla kuin väkivallan käsitteellä. Toisin sanoen, väkivalta on väkivaltaa, ei kiusaamista. (Kiilakoski 2009, 34.) Kouluväkivallalla viitataan pääasiassa koulussa tapahtuviin fyysisten vammojen aiheuttamiseen toisille ja vain harvoin väkivalta liitetään henkiseen, sanalliseen tai rakenteelliseen vahingoittamiseen. Vielä harvemmin siihen liitetään arkipäiväinen, piiloinen toiminta. (Huuki 2010, 29.) Muun muassa Virpi Pöyhönen (2021) onkin esittänyt huolensa siitä, supistaako kouluväkivalta käsitteen käyttö ymmärryksemme koskemaan ainoastaan niitä tilanteita, joissa on mukana fyysistä väkivaltaa. (Pöyhönen 2021.)

Tina Holmberg-Kalenius & Nina Kaituri & Merja Rastas (2024) korostavat, että sanat, joita ilmiöstä käytetään, kertovat asenteistamme ja tavastamme suhtautua ilmiöön. Myös heidän mukaansa kouluväkivalta-sanalla tarkoitetaan arkikielessä yleensä koulussa tapahtuvaa

fyysistä väkivaltaa, kun taas kiusaamista käytetään kuvaamaan koulukiusaamisen eri muotoja. Kiusaaminen sanana on heidän mielestään eittämättä vähättelevä ja johtaa sen sisältämän väkivallan vähättelyyn. Kirjoittajat tuovatkin esiin kiusaamisväkivalta termin, joka heidän mukaansa sisältää kaikkien ymmärtämän kiusaamisen, mutta tuo samalla julki myös sen henkisen ja fyysisen väkivallan luonteen. (Holmberg-Kalenius ym. 2024, 17.) Itselleni kiusaamisväkivalta oli käsitteenä verrattain uusi, mutta kirjallisuutta lukiessani, huomasin sen olevan enenevässä määrin käytössä. Esimerkiksi kiusaamista paljon Suomessa tutkineelta ja Kiva Koulu-ohjelman kehittäjänäkin tunnetulta Christina Salmivallilta on syksyllä 2024 ilmestymässä uusi kiusaamisväkivaltaa käsittelevä teos. Ajattelen tämän indikoivan kiusaamisväkivalta käsitteen vakiintumista ilmiöstä käytettävänä käsitteenä.

Kiusaaminen saattaa alkaa hyvin salakavalasti ja se voi olla niin piiloista ja hienosyistä, ettei ulkopuolinen edes huomaa sitä (Hietala ym. 2010; Hamarus 2012; 2015). Siihen liittyy myös paljon häpeää ja syyllisyyttä, minkä vuoksi siitä voi olla vaikea puhua tai hakea apua (Hietala ym. 2010; Hamarus 2015). Koulukiusaamisen nimeäminen on tärkeää, jotta se voidaan havaita ja tunnistaa, samalla kuitenkin käsitteet ryhtyvät elämään omaa elämäänsä ja muuttuvat asioiden kuvaajista asiantuntijatiedoksi. Mikäli vain aikuiset määrittelevät kiusaamisen tietynlaiseksi, ei se vähennä kiusaamisen esiintymistä muissa muodoissa, ainoastaan vaikeuttaa puuttumista niihin, jotka eivät mahdu määritelmään. Väisänen & Lanås (2023) tuovat tutkimuksessaan esiin, että kiusaamisen ja sitä koskevien toimenpiteiden tiukka ylhäältä määrittely voi johtaa siihen, että saadaksean vertaissuhdeongelmansa tunnustetuksi nuoren on osattava perustella se kiusaamisena. Se, miten nuoret ymmärtävät kiusaamisen, on erityisen merkittävää, sillä he tuottavat kiusaamista omista ryhmissään. (Hamarus 2008, 16.; Väisänen & Lanås 2023, 15.)

Kiusaamisen tunnistaminen ja siihen puuttuminen on vaikeaa monestakin syystä. Uhrit eivät välttämättä uskalla kertoa kokemastaan kiusaamisesta koston pelossa, voi myös olla, että nuori ei välttämättä luota aikuisten tapaan hoitaa asiaa, etenkin, jos aiemmat kertomiset, eivät ole johtaneet kiusaamisen loppumiseen. Nuoret eivät välttämättä tunnista tekojensa vaikutuksia, jolloin kiusaaminen saattaa muuttua väkivallaksi. Yksittäiset väkivallanteot saattavat joskus olla uhrin vastaus pitkään jatkuneeseen kiusaamiseen. Joskus uhrin ja tekijän roolit myös vaihtuvat niin tiuhaan ryhmässä, että aikuisten on vaikea pysyä perässä niissä. Kiusaamista ja lasten ja nuorten välistä väkivaltaa on selkeästi helpompi vähätellä, kuin jos sama asia tapahtuisi aikuisten välillä. (Holmberg-Kalenius 2024, 19.) Kiusaamista

pidetään usein normaalina kehitysvaiheena. (Wolke & Lereya 2015, 1.) Myös aikuisten kei-
nottomuus nousee esiin pitkittyneiden kiusaamistapausten selvittelyissä. Aikuiset saattavat
olettaa, että tilanne on selvinnyt esimerkiksi jälki-istunnolla tai puhutuksella eikä huoltajia
välttämättä osallisteta tilanteiden selvittämiseen. Tunnistamattomuuden ja puuttumattomuus-
den taustalla onkin monia syitä lakiperusteisesta yksityisyyden suojasta, ajan puutteeseen
sekä aikuisten ymmärtämättömyyteen. (Turkka & Saarholm 2021, 66.)

Ylipäätään koulun kohtaamiskulttuurilla on suuri vaikutus yhteisöllisyyden syntymiseen, ja
yhteisöllisyys jo itsessään ennaltaehkäisee kiusaamista. Kohtaamiskulttuuri ei synny itses-
tään, vaan sitä on tietoisesti rakennettava ja esimerkiksi rehtori on koulun johtajana tässä
merkittävässä roolissa. Arvostava kohtaaminen ja inhimillisyys eivät maksa mitään, eivätkä
vie ylimääräistä työaikaa. Yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden tunteen puute lisää turvat-
tomuutta ja pelkoa. Se voi saada yksilöt joko vetäytymään tai käyttäytymään aggressiivisesti.
Kiire aiheuttaa usein toisen tunteiden ja tarpeiden ohittamista, ja kohtaamiset jäävät pinta-
puoleisiksi. Tällaisessa koulukulttuurissa kiusattu ei halua tai ei uskalla kertoa kokemuksis-
taan aikuiselle. Kunnioittava ja lämmin kohtaamiskulttuuri sen sijaan edesauttaa sitä, että
kiusaaminen havaitaan helpommin ja kiusatut uskaltavat kertoa kiusaamisesta. (Holmberg-
Kalenius 2024, 29–30.)

Kiusaaminen ei poikkea lähtökohdiltaan juurikaan esimerkiksi lähisuhdeväkivallasta tai
eron jälkeisestä vainoamisesta. Yhtä vähän se poikkeaa työyhteisössä tapahtuvasta kiusaa-
misesta ja eristämisestä. Yhtenä keskeisenä tekijänä on valta, vallantunne ja oman aseman
vahvistaminen. (Nyström 2018, 10.) Kiusaaminen ei milloinkaan tai missään yhteydessä ja
muodossa kuulu normaaliin elämään, vaan se on vallan väärinkäyttöä. Se on tahallista, tar-
koituksellista ja toistuvaa toimintaa, jonka tarkoituksena on satuttaa, loukata, vahingoittaa
tai uhata toista. (Holmberg-Kalenius 2024, 26.)

2.2 Kiusaamisen muodot

Kiusaamisen eri muodoista on tärkeää olla tietoinen. Kiusaaminen ei ole pelkästään kiusaa-
jan ja kiusatun välinen konflikti, vaan siihen liittyy erilaisia ryhmäprosesseja, jotka voivat
vahvistaa ja pitkittää kiusaamistilanteita. (Suhonen 2023, 2.) On tärkeää ymmärtää esimer-
kiksi sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista ja sen erityispiirteitä sekä epäsuoran

kiusaamisen tunnistamiseen ja puuttumiseen liittyviä haasteita. Lopulta keskeistä ei kuitenkaan ole tekojen muoto, vaan niiden systemaattisuus ja tahallisuus. Kiusattu lapsi tai nuori kokee yleensä kiusaamista monessa eri muodossa, ja se tekee heistä erityisen haavoittuvassa asemassa olevia. Nämä lapset ja nuoret ovat suurimassa riskissä esimerkiksi masennusoireiden, heikon itsetunnon ja muiden tunne-elämän haasteiden suhteen. (Pöyhönen 2021, 29.)

Kiusaamista on pyritty vuosikymmenten ajan jaottelemaan monin tavoin. Yksi käytetyimmistä on jako epäsuoraan ja suoraan kiusaamiseen (Hamarus 2008, 45; Salmivalli 1998; 35, Olweus 1992). Epäsuora kiusaaminen on usein vaikeasti havaittavaa ja se voi ilmetä esimerkiksi vahingoittavien juorujen tai valheiden levittämisenä tai ryhmän ulkopuolelle sulkemisenä. Se voi myös olla ulkopuolelta hyvin hankalasti havaittavaa ilmeilyä, eleitä, katseita, pilkallisia äänensävyjä ja monitulkintaisia viestejä, joiden todellisen merkityksen ymmärtää vain tietty oppilasryhmä. Suoralla kiusaamisella taas viitataan yleensä uhrin fyysiseen satuttamiseen, kuten lyömiseen, potkimiseen tai tönimiseen, mutta omaisuuden rikkomiseen. Se voi ilmetä myös kasvokkain tapahtuvana sanallisena toimintana kuten haukkumisena, loukkaavina kommentteina tai syrjivänä puheena. (Olweus 1992; Hamarus 2008; Pörhölä 2008; Pöyhönen 2021.) Kaikissa muodoissa kiusattu joutuu tahtomattaan negatiivisen, nöyryyttävän ja häpeäntunteita herättävän huomion kohteeksi. (Tarja Hietala, Tiina Kaltiainen, Ulla Metsärinne sekä Erja Vanhala 2010, 48; Pörhölä 2008, 95.) Sanallinen kiusaaminen sekä epäsuora kiusaaminen ovat yleisimmät kiusaamisen muodot lasten ja nuorten keskuudessa. Tyypillisesti on ajateltu, että tytöt kokevat poikia enemmän epäsuoraa kiusaamista, mutta sen leimaaminen pelkästään tyttöjen kokemaksi tai tekemäksi on harhaanjohtavaa, ja voi johtaa pahimmillaan siihen, ettei poikien kokemaa epäsuoraa kiusaamista tunnisteta. (Pöyhönen 2021, 20–21; Mäntylä 2013, 31.)

Pöyhönen kuvaa epäsuoran kiusaamisen perustuvan usein ryhmän jäsenten jakamille merkityksille, joita ulkopuolisen on vaikea havaita. Miten puuttua tilanteeseen, jossa yksi jätetään toistuvasti ulkopuolelle ja lähes koko muu ryhmä ajattelee, ettei häntä kuulukaan ottaa mukaan? Tai jos kiusattu oppilas kierretään aina metrien päästä ja pyritään luomaan kuva, että kiusattu olisi esimerkiksi likainen tai haiseva, vaikka näin ei olisi. Kiusatun on erityisen vaikea puolustautua epäsuoralta kiusaamiselta. Myös koulun henkilökunta on taipuvainen pitämään fyysistä ja kielellistä kiusaamista vakavampana kuin epäsuoraa kiusaamista, ja he puuttuvat näihin muotoihin todennäköisemmin. Epäsuoran kiusaamisen satuttavuus on vaikeampi havaita kuin suoran. (Pöyhönen 2021, 22–23.) Kiusaamista tapahtuu tyypillisesti

koulumatkoilla, välitunneilla ja tunneilla tilanteissa, joissa opettaja tai muu aikuinen ei ole läsnä. Kiusaamisen jatkuessa pitkään, siirrytään rohkeammin kokeilemaan kiusaamista myös aikuisen läsnä ollessa. Tämä luo hauskuutta ja jännitystä kiusaajille ja saa kiusaamisen ulottumaan näin viralliseen kontekstiin kenenkään siihen puuttumatta. Hauskanpito ylipääntään liittyy oppilaskulttuurisiin seikkoihin, mutta sillä voidaan myös vahvistaa kiusaamisessa mukana olevien yhteisöllisyyttä. Joskus kiusaaminen alkaa leikin varjolla ja liukuu myöhemmin kiusaamiseen. Kiusaamisen hauskuus syntyy usein siitä, että kiusattu saatetaan noloon ja naurettavaan asemaan. Huumoriin ja leikkiin puettu kiusaaminen estää tehokkaan puuttumisen, sillä huumoriin puuttuminen koetaan nolona, ja niin oppilas kuin opettajakin saa siitä helposti tosikon maineen. (Hamarus 2015, 25–26, 31.)

Kiusaamista ei tapahdu ainoastaan kouluympäristössä, vaan se on läsnä myös vapaa-ajalla ja nykyisin entistä enemmän sosiaalisessa mediassa. (Suhonen 2023, 2.) Sosiaalinen media on osa lasten ja nuorten elämää jatkuvasti ja aikuisten voi olla vaikea ymmärtää, että siellä kommunikointi on heille aivan samalla tavalla oikeaa elämää, kuin kohtaaminen kasvokkain. Sosiaalisen median käyttö on nuorille sosiaalista toimintaa, joka vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta ja luo onnistumisen tunteita. Nuoret kertovat saaneensa sitä kautta apua monenlaisiin ongelmiin. Samaan aikaan, se on tuottanut osalle myös surua. Netissä ja sosiaalisessa mediassa tapahtuvaan kommunikaatioon liittyy omanlaisiaan haasteita. Nettikiusaaminen on yksi kiusaamisen muoto, eikä sitä voida tarkastella täysin irrallaan muusta koulukiusaamisesta. Netissä kiusattuja oppilaita kiusataan lähes poikkeuksetta myös ”perinteisin” kiusaamisen muodoin ja päinvastoin. (Pöyhönen 2021, 26–27.)

Nettikiusaaminen voidaan määritellä muun muassa aggressiiviseksi, tahalliseksi ja toistuvaksi teoksi, joka aiheutuu tietokoneiden, matkapuhelimien ja muiden elektronisten laitteiden välityksellä. (Baier & Sung Hong & Kliem & Bergmann 2018, 2.) Nettikiusaamisen muotoja on perinteisen kiusaamisen tavoin muun muassa huomiotta jättäminen ja epäkunnioittava käytös. Sen haavoittavimpiin ominaisuuksiin kuuluu lisäksi huhujen levittäminen, vainoaminen, sekä uhkailu. Nettikiusaamisen haavoittavuudesta on tunnistettu viisi tekijää. Ensimmäinen on satuttavien sanojen ja tekojen pysyvä luonne. Netissä tehtyjä tai sanottuja asioita on vaikea saada poistettua kokonaan. Toiseksi nettikiusaamiseen liittyy helppous sanoa jotain loukkaavaa. Netissä on helppo toimia anonyyminä tai luoda valeprofiileja, joiden piiloista on helppo huudella loukkauksia. Myös sen antama etäisyys uhriin madaltaa

kynnystä loukata. Nettikiusaamisen haavoittuvuuksiin lukeutuu myös vaikeus tunnistaa ja todentaa kiusaamista, lisäksi se on ajasta ja paikasta riippumatonta, ja mahdollistaa näin ollen kiusaamisen jatkuvan läsnäolon. Viimeisenä tekijänä nähdään kiusaajien suuri määrä. Netissä kiusaaminen leviää nopeasti ja siihen on mahdollista liittyä isolla joukolla. (Hinduja & Patchin 2010, 5–13.)

Pitkittyneessä koulukiusaamisessa sosiaalinen media on vaarallinen kompleksisuutta lisäävä tekijä. Se aiheuttaa sen, etteivät uhrit välttämättä pääse kiusaamiselta suojaan edes vapaa-ajalla kodissaan. Nuorten suosimat Snapchat, Instagram ja Whatsapp ovat tyypillisiä alustoja häiriköinnille ja ne mahdollistavat konfliktien leviämisen laajalle hyvinkin nopeasti. Sosiaalisen median tai muiden nuorisokulttuuriin liittyvien asioiden kieltäminen ei kuitenkaan ratkaise tilanteita ja aikuisten tulisikin pystyä tarkastelemaan sosiaalista mediaa niin kielteisine kuin myönteisine vaikutuksineen. Samaan aikaan on kuitenkin ymmärrettävä, että erityisesti arkaluontoisen materiaalin leviäminen saattaa herättää nuorella niin suurta häpeää, että siitä puhuminen on hyvin vaikeaa. Pahimmassa tapauksessa häpeää aiheuttava somekiusaaminen on nuorelle niin musertava, maailmanloppua lähentelevä tunne, että ulospääsyyn ei nähdä ratkaisua ja alkaa sisäinen murentuminen. (Turkka & Saarholm 2021, 46, 49.)

Turkka ja Saariholma (2021) esittävät teoksessaan kiusaamisen rinnastuvan heidän mielestään lähisuhdeväkivaltaan. He kuvaavat nuoren joutuvan jatkuvasti paikkaan, jossa hänelle tutut, jopa läheiset ihmiset kohtelevat häntä kaltoin. Heidän mukaansa pitkittyneessä kiusaamisessa voi olla kyse jopa vainoamisesta, jossa uhria toistuvasti uhkaillaan ja seurataan aiheuttaen pelkoa. Yksittäiset teot puolestaan saattavat täyttää pahoinpitelyn, kunnianloukkauksen tai laittoman uhkauksen tunnusmerkit. On myös ymmärrettävä, että ollakseen haavoittavaan, kiusaamisen ei tarvitse täyttää rikoksen tunnusmerkkejä, kuten esimerkiksi ryhmästä ulossulkeminen. (Turkka & Saarholm 2021, 63; Forss 2019.) Väkivalta voi olla viiltäviä tai uhkaavia sanoja tai satuttavia iskuja. Teko voi olla rikosnimikkeinä esimerkiksi laiton uhkaus, kunnianloukkaus, pahoinpitely tai ryöstö. Lisäksi nuorisoriikollisuuden kontekstissa on huomioitava, että uhrin ja tekijän välinen ero on häilyvä. Usein nuorella on kokemuksia molemmista rooleista. (Turkka & Saarholm 2023, 31.)

2.3 Koulukiusaamisen seuraukset

Koulukiusaaminen on vakava kehityksellinen riskitekijä kiusatuille, mutta myös kiusaaville lapsille ja nuorille. Tutkimustulokset osoittavat selkeästi, että väkivallan ja kiusaamisen kokeminen, jatkuva pelko ja epävarmuus sekä stressi vaikuttavat kielteisesti ja lamaannuttavasti niin psyyken tasolla, kuin fyysisesti. On ymmärrettävä, että kiusaamisella on kauaskantoisia vaikutuksia yksilön henkiseen, fyysiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin ja sen myötä myös pitkälle koko hänen elinkaarensa. (Mäntylä ym. 2013, 29; Pörhölä 2008.)

Kiusatut näyttävät kärsivän voimakkaista psyykkisistä ja henkiseen hyvinvointiin liittyvistä ongelmista, kuten itsetunnon ja itsearvostuksen aleneminen, masentuneisuus, itsetuhoiset ajatukset tai teot sekä ahdistuneisuus. Kiusaamisen on todettu heijastuvan myös fyysiseen terveyteen muun muassa psykosomaattisina stressioireina, kuten kiputiloina ja yleisenä sairasteluna, nukkumisvaikeuksina ja yökasteluna sekä syömishäiriöinä. Lisäksi kiusatuille on ominaista koulumotivaation menettäminen ja kouluun menon välttely. (Pörhölä 2008, 96.) Tästä huolimatta kiusaamiskokemuksia ja kiusaamista väkivaltana vähätellään yhä silloin, kun sen kokijoina ovat lapset ja nuoret. Kiusaamisessa ei kuitenkaan ole kyse lasten välisestä nahistelusta, vaan vakavasta, systemaattisesta toiminnasta. Ammattilaisetkaan eivät aina erota yksittäistä konfliktia ja kiusaamisväkivaltaa toisistaan. Tämä taas edesauttaa väkivallan juurtumista yhteisöön. Holmberg-Kalenius ym. (2024, 14.) kysyvätkin perustellusti, mistä syystä teko olisi yhtään vähäisempi, jos kokijana tai tekijänä on alaikäinen? Tuskin aikuinenkaan menisi turvallisiin mielin töihin päivittäin, jos joutuisi pelkäämään haukutuksi, hakatuksi tai eristetyksi tuleamista.

Kiusaaminen vaikuttaa myös lapsen ja nuoren sosiaalisten taitojen kehitykseen. Ystävöverkon ollessa suppea tai puuttuessa kokonaan, nuori jää vaille vertaisryhmänsä tukea sekä uusien ihmissuhteiden solmimiseen tarvittavaa rohkeutta ja taitoja. Tämän vuoksi uuteen opiskelu- tai työpaikkaan siirtyminen tai vaikkapa harrastuksen aloittaminen vaativat häneltä huomattavasti enemmän voimavaroja, kuin nuorelta, jolla on tukevat ystävöverkostot. (Pörhölä 2008, 101.) Kiusaaminen voi myös perustavalla tavalla haavoittaa kiusatun luottamusta toisiin ihmisiin ja vaikeuttaa sosiaalisten suhteiden rakentamista. Pahimmillaan hän eristyy ja syrjäytyy. Kun kiusattu on toistuvasti tullut torjutuksi, hän ei lopulta itsekään usko kenenkään haluavan olla hänen kanssaan. Torjuminen johtaa usein tilanteiden ja paikkojen välttelyyn. (Hamarus 2015, 69.)

Fyysinen ja henkinen väkivalta sekä niihin sisältyvät kiusaaminen, häirintä ja syrjintä sekä hoidon laiminlyönti voivat aiheuttaa lapselle ja nuorelle vakavia ruumiillisia ja henkisiä vammoja. Pahimmillaan väkivalta voi johtaa jopa kuolemaan. Väkivalta häiritsee ja vaurioittaa lapsen psyykkistä, sosiaalista ja kognitiivista kehitystä sekä aikaansaa pelkoa, vihaa ja epäluottamusta toisiin ihmisiin ja myös yhteiskuntaan. Väkivallan seuraamukset aiheuttavat inhimillisen kärsimyksen lisäksi taloudellisia kustannuksia esimerkiksi suurentuneena kansanterveys sairauksien (kuten sydän- ja verisuonitaudit, diabetes ja syöpä) sairastavuutena sekä lisäävät riskiä erilaisiin mielenterveyden häiriöihin, riskikäyttäytymiseen ja syrjäytymiseen. Tutkimusten mukaan lapsuuden aikaisella väkivallalle altistumisella on selkeä yhteys jo esimerkiksi nuoruudessa alkavaan terveystriskikäyttäytymiseen kuten päihteiden riskikäyttöön ja itsetuhoisuuteen sekä aikuisuudessa ilmeneviin pitkäaikaissairauksiin. (Korpilahti & Hakulinen & Tupola & Kettunen & Lillsunde & Aronen 2019, 37.)

Inhimillisen kärsimyksen lisäksi kiusaamisella on siis myös taloudellisia kustannuksia. Suorien kustannuslaskelmien tekeminen on haastavaa, sillä kustannukset ovat usein välillisiä ja koostuvat esimerkiksi poissaoloista, koulupudokkuudesta ja mielenterveyspalveluiden käytöstä. (Turkka & Saarholm 2021, 74.) Sosiaalinen tai emotionaalinen kipu tarkoittaa tunteita, joita aiheutuu torjutuksi tulemisesta, ja ulkopuolisuudesta. Ne ovat myös tunteita, joita seuraa kiusatuksi joutumisesta. Niitä on usein vaikea unohtaa tai käsitellä siten, etteivät ne enää myöhemmin vaikuttaisi elämään. Pidämme usein sosiaalista kipua toisarvoisena verrattuna fyysiseen kipuun. Viime vuosina tehdyt neurotutkimus on kuitenkin osoittanut, että aivojen näkökulmasta koemme fyysisen ja sosiaalisen kivun samankaltaisesti. (Pöyhönen 2021, 53–54.) Lisäksi tutkimuksissa on selvinnyt, että kiusatuksi joutuminen näkyy verikokeissa tulehduksesta kertovina merkkeinä. Kiusaamista pitkään kokeneilla veren tulehdusarvo on lähtökohtaisesti korkeampi johtuen kroonisesta stressitilasta. (Holmberg-Kalenius 2024, 13.)

Ulkopuolisuuden kokemukseen vaikuttaa, onko vertaisryhmän tai -yhteisön ulkopuolella oleminen itse itselle määritelty olotila vai onko ulkopuolisen positio ensisijaisesti muiden nuorten sanelema. (Korkiamäki 2013, 3–4.) Turkkan & Saarholman (2021) mukaan ryhmäilmioistä puhuttaessa on tunnistettava erilaiset vallankäytön mekanismit, kuten ostrakismi. Paikassa, jossa ihmisiä on enemmän kuin yksi, on mahdollisuus joutua torjunnan ja ulossulkemisen eli ostrakismin kohteeksi. Ryhmän ulkopuolelle suljettu tuntee olevansa

kuulumaton, näkymätön, huomaamaton, sosiaalisesti kelpaamaton ja ulkopuolinen. Ostrakismi aiheuttaa sosiaalista kipua, joka on verrattavissa väkivaltaan. (Turkka & Saarholm 2021, 44.)

Tiedetään, että kiusatuksi joutuminen liittyy useisiin sosiaalisiin, psykologisiin ja biologisiin tekijöihin. On olemassa tekijöitä, jotka ovat seurausta kiusaamisesta, mutta on myös olemassa tekijöitä, jotka alistavat kiusatuksi joutumiselle. Kaikilla lapsilla ja nuorilla ei siis ole yhtä suurta riskiä joutua kiusatuksi, vaikka lopulta kuka tahansa voi päätyä kiusatuksi. Alistavia tekijöitä voivat olla sosiaalinen ahdistuneisuus, masennus, matala itsetunto ja heikko asema ryhmässä. Ne lapset, jotka ovat siis tavalla tai toisella haavoittuvia, ovat myös suurimmassa riskissä joutua kiusatuksi. Kiusatuksi joutuminen itsessään madaltaa itsetuntoa ja lisää ahdistuneisuutta ja masennusta sekä torjutuksi tulemisen tunnetta, joka puolestaan lisää entisestään riskiä joutua kiusatuksi. Samat asiat siis mitkä aiheutuvat kiusaamisesta, voivat aiheuttaa sitä lisää. (Pöyhönen 2021, 57–58.)

Se, että osalla lapsista ja nuorista on suurempi riski joutua kiusatuksi ei tarkoita sitä, että ratkaisu olisi muuttaa heitä toisenlaisiksi. Yksilön haavoittuvuus ei oikeuta kiusaamiseen ja sen sijaan olisikin tärkeää kasvattaa lapset hyväksymään erilaisuutta. Kiusaaminen ei koskaan tapahdu vain kiusaajan ja kiusatun välillä, vaan kiusaamisen kontekstissa on aina puuttava myös ryhmästä. Pöyhönen (2021) kuvaa sitä, miten koululuokan normit muodostuvat osin sen kautta, minkälainen käyttäytyminen on yleistä. Jos esimerkiksi kiusaavan oppilaan kannustaminen on yleistä, siitä muodostuu ryhmän yleinen tapa toimia. Jos taas kiusatun oppilaan tukeminen on yleistä, on tilanne päinvastainen. Ryhmän normit voivat siis parhaassa tapauksessa suojata haavoittuvassa asemassa olevia oppilaita. Erilaisuuden kunnioittamista, minimissään sen sietämistä voidaankin ajatella ryhmän ominaisuutena. Ryhmässä, jossa sallitaan erilaisuus, on kaikilla sen jäsenillä helpompi olla. (Pöyhönen 2021, 60–61, 105.)

2.4 Puuttumisen kipukohdat

Valitettavasti vain pieni osa kiusaamisesta tulee aikuisten tietoon, sillä siitä ei kerrota. Nuori saattaa ajatella, etteivät aikuiset kuitenkaan halua tai pysty puuttumaan siihen tai kertomisen pelätään pahentavan tilannetta. (Hamarus 2008; 2015.) Kertomatta jättämisessä on Kiilakosken (2012) mukaan kyse muustakin kuin epäluottamuksesta aikuisia kohtaan. Nuorten maailmassa on lukuisia kirjoittamattomia, ehkä tiedostamattomiakin sääntöjä, jotka määrittävät sitä, mistä asioista on sallittua puhua aikuisille. Nuorten keskinäinen solidaarisuus varmistaa sen, ettei tiettyjä asioita viedä aikuisten tietoon, vaikka toiminta tuntuisikin itsestä väärältä. Tämä alleviivaa sitä, miten tärkeää nuorille on kuulua porukkaan ja ylläpitää jäsenyyttään ryhmissä. Lisäksi kiusaamiseen puuttuminen on oppilaille sosiaalinen riski, sillä puuttuminen voi johtaa siihen, että joutuu itse kiusatuksi. (Kiilakoski 2012, 43–46.) Huomionarvoista on myös se, että nuoret puuttuvat kiusaamiseen lähinnä silloin, kun heillä on läheinen suhde kiusattuun. Muutoin he pysyntyvät passiivisina, ellei sitten korkean statuksen tyyppi puutu asetelmiin, jolloin muutkin uskaltavat puuttua. Näin asiat usein menevät aikuistenkin keskuudessa. (Hoikkala & Paju 2013, 153.)

Nuorten konfliktit eivät useinkaan ole suunnitelmallisia ja omien rajojen tunnistaminen ja opettelu kuuluu kehitykseen. Yleensäkin nuoruus ja nuori aikuisikä ovat elämänvaiheita, jolloin väkivaltaisuus, kuten muutkin käyttäytymispiirteet ilmenevät monesti kärjistyneimmillään. Tietyt tilannesidonnaiset tekijät, kuten alkoholi tai muiden ihmisten läsnäolo, voivat olla merkittäviä väkivaltaisen käyttäytymisen aiheuttajia. Yhteisöt, joissa nuoret elävät, vaikuttavat hyvin suuresti heidän elämäänsä ja siihen, miten he altistuvat väkivaltaan johtaville tilanteille. (WHO 2002, 51–58.) Kiusaamisessa ei kuitenkaan ole kyse konfliktista, eikä konflikti ole sama asia kuin kiusaamisväkivalta. Puuttumisen kannalta niissä on eroa, vaikka puuttumisen keinot voivatkin olla samankaltaisia. Konfliktit ovat satunnaisia erimielisyyksiä, jotka kuuluvat normaaliin elämään, kun taas kiusaamisväkivalta on tahallista yhteen ja samaan henkilöön tai henkilöihin kohdistuvaa vallankäyttöä. (Holmberg-Kalenius 2024, 26.)

Yhteistä sekä konfliktille että kiusaamisväkivallalla on se, että molempiin on puuttuttava. Huoltajat, varhaiskasvatuksen ja koulun ammattilaiset sekä harrastus- ja nuoriso-ohjaajat opastavat näissä tilanteissa. Tekojen kärjistymistä voidaan parhaiten ehkäistä pysähtymällä nuorten ajatusten äärelle, kuunnella ja kannustaa heitä selvittämään asiat. Aikuisten tulee ottaa vakavasti nuorten heille kertomat asiat ja tukea asioiden selvittelyssä. Turcka ja

Saarholm (2023) kertovat kuulevansa nuorten sovitteluissa liian usein, että asioista on yritetty kertoa, mutta aikuiset eivät ole kuunnelleet tai nuoren kokemusta on vähätelty. (Turkka & Saarholm 2023, 34.)

Kiusaaminen on ilmiö, joka koskettaa kiusatun yksilön lisäksi koko yhteisöä. Se myrkyttää ilmapiiriä, tekemällä siitä turvattoman ja luomalla epäterveitä valtasuhteita. Se vaikuttaa yleensä myös luokan työrauhaan ja kuormittaa henkilökunnan työtä. Ennen kaikkea se kuitenkin rikkoo kiusatuksi joutuneita henkilöitä. (Holmberg-Kalenius 2024, 46.) Pitkittyessään ristiriitatilanteet muuttuvat entistä kompleksisemmiksi ja musertavat ilmapiiriä, jolloin koulun toimintakulttuuri muuttuu epävarmaksi ja välinpitämättömäksi. (Korpela-Liimatainen & Tauriainen 2023, 221). Selvittämättömät konfliktit painavat niin koulun henkilökuntaa, nuoria kuin heidän vanhempiaan. Vanhemmat kokevat voimattomuutta, sillä heidän vaikutusmahdollisuutensa kouluympäristön tapahtumiin on hyvin rajalliset. Joskus vanhemman huoli voi purkautua rajustikin esimerkiksi syyllistäen, yhteistyöstä vetäytyen tai oikeustoimilla uhaten. On kuitenkin ymmärrettävää, että pitkään jatkuneet, ja vakavatkin, usein väkivaltaa sisältäneet konfliktit ovat aiheuttaneet perheessä kriisin ja näin myös sen mukaisen käyttäytymisen. Koulun henkilökunta puolestaan voi kokea yrittäneensä kaikkensa ja huoltajien painostus saattaa saada heidät näyttämään haastavilta yhteistyökumppaneilta. Vaitiolovelvollisuuden vuoksi viranomaiset eivät voi kertoa huoltajille toisiin nuoriin liittyviä asioita. Tämä osoittaa osaltaan, että konfliktien ratkaisemisen keinovalikoima on liian yksilökeskeinen. (Turkka & Saariholma 2021, 68.)

Eri tutkimusten keskisimpiä havaintoja näyttää olevan, että kiusaamisen tunnistaminen on haastavaa eikä ammattilaisten välinen yhteistyö toimi saumattomasti. Kiusaamistilanteiden hoitamista vaikeuttaa kokonaisuuden hallinnan ja vastuunkannon pirstoutuminen eri toimijoille. Tilanteiden ratkaisu saattaa vaatia toimenpiteitä monelta taholta, eikä lainsäädännössä ole selkeästi määritelty, miten puututaan ja kenen vastuulle puuttuminen jää. (Hästbacka 2018, 55.) Jos kenelläkään aikuisella ei ole kokonaiskuvaa tapahtumista tai he eivät tunne oppilaita hyvin, kiusaamista on vaikeampi huomata ja puuttumisen tulokset ovat heikompia. (Holmberg-Kalenius 2024, 64.) Suurimmat kompastuskivet sijoittuvat aina organisaatioiden välisille rajapinnoille ja alueille, joissa vastuu ei oikeastaan kuulu kenellekään. (Turkka & Saarholm 2021, 213.) Myös Nuorisoryhmän rikoskomisario Marko Forss peräänkuuluttaa työnjakoa ja vuosia jatkunutta asioiden pallottelun ratkaisemista. ”Se, että ei ole velvollisuutta puuttua, ei tarkoita, että ei saisi puuttua. Ilmoitusvelvollisuus on aina.” (Forss 2019.)

Perusopetuslaissa ei ole suoraa säännöstä, jolla velvoitettaisiin opetushenkilökunta puuttumaan koulukiusaamiseen. Tämä poikkeaa esimerkiksi työpaikkakiusaamistilanteista, joihin työturvallisuuslaki kohdistaa puuttumisveloitteen työnantajalle niissäkin tilanteissa, joissa on kyse työntekijöiden välisestä epäasiallisesta kohtelusta. Lainsäädännössämme on kuitenkin muuta sääntelyä, johon opetushenkilökunnan ja opetuksen järjestäjän vastuu- ja toisaalta oppilaan oikeusturvallisesta opiskeluympäristöstä perustuu. (Mäntylä ym. 2013, 36.) Kiusaamista ei ole Suomessa kriminalisoitu omana tekonaan, mutta kiusaaminen voi täyttää vakavimmillaan rikoksen tunnusmerkistön. Jos koulun tietoon tulee alaikäiseen oppilaaseen kohdistuva kiusaaminen, joka saattaisi täyttää rikoksen tunnusmerkistön, koulun kannattaa ensin olla yhteydessä oppilaan huoltajaan ja tarvittaessa konsultoida poliisia. Vakavissa, väkivaltaa sisältävissä tilanteissa tulee välittömästi olla yhteydessä poliisiin. (Laitinen, Kristiina & Haanpää, Sanna & Francke, Laura & Lahtinen, Matti 2020, 20.)

Rikoskomisario Marko Forssin (2019) mukaan kiusaaminen täyttää hyvin usein jonkin rikoslain pykälän mukaiset rikoksen tunnusmerkit, esimerkiksi laitton uhkaus, kunnianloukkaus tai pahoinpitely. Moni psyykkiseksi tai fyysiseksi katsottu kiusaamisen muoto täyttää siis jonkun rikosnimikkeen. Sen sijaan sosiaalinen kiusaaminen, kuten ryhmän ulkopuolelle jättäminen ei välttämättä täytä rikoksen tunnusmerkkejä, mutta voi silti seurauksiltaan olla pitkään jatkuessaan seurauksiltaan haavoittavampaa. Forss kuvaa, että pitkään jatkuessaan kiusaamisessa voi olla kyse jopa vainoamisesta, vaikka kiusaamisessa suoranaisesti ei olisi mukana yksittäisissä vakavampia tekoja. Rikoslainpykälät eivät siis tavoita kaikkea kiusaamista ja rajanveto poliisille ilmoitettavista teoista ei ole helppo. (Forss 2019.) Vaikka alle 15-vuotiaat eivät ole rikosoikeudellisessa vastuussa, heillä on silti vastuu korvata rikoksella aiheuttamansa vahinko. Alle 15-vuotiaiden tekemät rikokset käsitellään pääasiassa lastensuojelun avulla ja myös he ovat vahingonkorvausvastuullisia. (Laitinen ym. 2020, 21.)

Koulujen selvittelyvelvoite on kirjattu lakiin, mutta veloitteen toteutumisen suhteen kouluilla on hyvin kirjavia käytäntöjä. Opettajien kiire ja kuormittuneisuus voivat vaikuttaa kiusaamisen selvittelyyn. Vaihtelevat puuttumiskeinot ovat johtaneet hyvin epäoikeudenmukaiseen tilanteeseen. Joissakin kouluissa kiusaamiseen suhtaudutaan tiukasti ja saatetaan olla matalalla kynnyksellä yhteydessä poliisiin ja lastensuojeluun. Lisäksi kiusaavat oppilaat saatetaan erottaa määrääjäksi, mikäli he eivät lopeta kiusaamista. Toisissa kouluissa kiusaava oppilas saa Wilma-merkinnän kiusaamisesta ja joissakin kouluissa kasvatustilanteet ja

puhuttelu voivat olla ainoita keinoja puuttua kiusaamiseen, silloinkin, kun se on ollut pitkäkestoista ja vakavasta väkivallasta. (Holmberg-Kalenius 2024, 64–67.)

Myös sosiaalityöllä on merkittävä roolinsa vakavien kiusaamistilanteiden selvittämisessä. Sosiaalihuoltolain (1301/2014) 9§ velvoittaa viranomaisia tekemään yhteistyötä lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi sekä epäkohtien poistamiseksi ja ehkäisemiseksi. (SHL.) Sosiaalityöntekijöillä on siis velvollisuus yhteistyössä muiden tahojen kanssa edistää kiusaamisen vastaista toimintaa, jotta voidaan ehkäistä koulukiusaamisen ja nettikiusaamisen vakavia seurauksia nuorten hyvinvoinnille. Koulukiusaaminen näyttäytyy varmasti kaikille lasten ja nuorten parissa työskenteleville sosiaalityöntekijöille organisaatiosta tai tarkemmasta työtehtävästä riippumatta. Erityisessä roolissa ovat kuitenkin koulukuraattorit. Koulusosiaalityö onkin joiltain osin hyödyntämätön yhteiskunnan voimavara. Se ei vastaa kaikkiin turvallisuuden ja hyvinvoinnin haasteisiin, mutta se voi koordinoida sekä yksilön että yhteisön piileviä voimavaroja. Lapset ja nuoret tarvitsevat ympärilleen läsnä olevia sekä ammattitaitoista tukea ja ohjausta antavia aikuisia. Huolen havaitseminen, puheeksi ottaminen sekä varhainen, kohdennettu tuki vaativat osaajia ja osaamista. Koulusosiaalityö on tästä näkökulmasta merkittävä toimija ja yhteiskunta menettää mahdollisuuden, jos se ei riittävästi hyödynnä ja integroi koulun ja lastensuojelun osaamista lasten ja nuoren hyvinvoinnin edistämiseksi. (Wallin 2011, 29.)

Huomion pääpainon tulee olla koulukiusaamisen ennaltaehkäisyssä, siihen puuttumisessa ja oppilaiden ryhmäytymisen tukemisessa. On kuitenkin muistettava, että kiusaamisessa osallisena olleet oppilaat tarvitsevat erityistukea vielä senkin jälkeen, kun kiusaaminen on saatu loppumaan. Koulun kiireisessä arjessa tähän harvemmin ehditään paneutua ja moni kiusattu kertoo, ettei asiasta enää koskaan puhuttu kiusaamisen loputtua, eikä minkäänlaista jälkikäsittelyä ollut. Ikään kuin mitään ei koskaan olisi tapahtunutkaan. Vaikeneminen lisää kiusatun häpeää ja tunnetta siitä, ettei ole tärkeä. Usein oletetaan, että kiusattu muuttamalla jatkkaa turvattomaksi kokemassaan paikassa koulunkäyntiä. Kouluun pakottaminen, erityisesti silloin, kun oppilaan turvallisuutta ei voida taata, moninkertaistaa kiusaamista kokeneen trauman. Sitä ei oppivelvollisuuden tai minkään muunkaan nimissä voi hyväksyä. Kiusatut tarvitsevat tukea itsetuntonsa kohottamiseen, psykofyysisten ongelmien hoitamiseen, mutta myös vertaissuhteidensa korjaamiseen ja jäsenyytensä vahvistamiseen yhteisössä. Ilman näitä, henkilö saattaa syrjäytyä pitkäkestoisesti vertaisryhmästään, vaikka kiusaaminen olisikin loppunut. (Pörhölä 2008, 101; Holmberg-Kalenius 2024, 44, 75–76.)

Koulukiusaaminen- ja väkivalta on tutkitusti yksi syrjäytymisen riskitekijöistä ja se on yhteydessä paitsi koulutuksen ja työelämän ulkopuolelle jäämiseen, myös väkivaltaiseen tulevaisuuteen. Näistä syistä kouluväkivaltaan puuttuminen on tehokas keino ehkäistä myös nuorisorikollisuutta. Kun kiusaamiseen puututaan ja tilanteet selvitetään perusteellisesti, havaitaan myös ketkä nuorista saattavat tarvita tehostettua tukea ja rinnalla kulkevaa aikuista. Turkka & Saarholm (2023) painottavat, että tuen ei aina tarvitse olla diagnooseihin tai ongelmiin keskittynyttä, joskus riittää, että lisätään nuorisotyön osaamista nuorten arkeen. (Turkka & Saarholm 2023, 40.) Yksilökeskeistä näkökulmaa mielenterveyteen, oireiluun, diagnosointiin, kuntoutukseen ja toipumiseen korostava keskustelu tarvitsee rinnalleen kriittistä tarkastelua ja huomion suuntaamista yhteiskunnan rakenteisiin, yhteisöihin ja instituutioihin sekä sosiaaliseen ja taloudelliseen eriarvoistumiskehitykseen. Lapset ja nuoret oppivat niin hyvinvointia, kuin pahoinvointia kasvuyhteisöjensä vuorovaikutuksessa. (Ruutu & Jahnukainen 2024, 6.)

3. Tutkimuksen metodologiset lähtökohdat

3.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Pro gradu -tutkielmani tarkastelee koulukiusaamisen ilmiötä, sen muotoja, seurauksia sekä puuttumisen ja toipumisen teemoja kiusattujen nuorten näkökulmasta. Kiusaamisen tapoja on niin paljon kuin on kiusaajia ja kiusattuja. Osa kiusaamisesta voi olla hyvin huomaamattontaa ja piiloista, osa taas varsin näkyvää ja väkivaltaista. Olipa kyse millaisesta kiusaamisesta vaan, kiusaaminen on aina vahingoittavaa sen kohteeksi joutuneelle henkilölle ja ylipäätään kokemus kiusatuksi joutumisesta on hyvin subjektiivinen. Juuri tähän subjektiivisuuden pureudun tutkielmassani ja olen kiinnostunut siitä, millä tavoin kiusatut kuvaavat kokemaansa kiusaamista ja sen syitä, sen seurauksia ja heidän kokemuksiaan puuttumisesta ja saamastaan tuesta. Lisäksi olen kiinnostunut kiusaamiseen liittyvästä käsitteistöä ja niiden vaikutuksesta ilmiön ymmärtämiseen. Tässä luvussa avaan tutkimukseni toteuttamista käytännössä. Aluksi esittelen tutkimukseni tavoitteen ja tutkimuskysymykset, joihin pyrin analyysini avulla vastaamaan. Tämän jälkeen kuvaan aineiston keräämistä sekä käyttämäni analyysimenetelmää eli aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Lopuksi paneudun tutkimukseni eettisyyteen ja luotettavuuteen liittyviin kysymyksiin.

Koulukiusaaminen on paljon tutkittu aihe, mutta sen yleisyyden ja yhteiskunnallisen vaikutavuuden takia, koen sen olevan aihe, joka on aina ajankohtainen ja josta löytyy aina jotakin uutta sanottavaa. Haluankin omalla panoksellani olla tuomassa kiusattujen ääntä kuuluviin ja tehdä näkyväksi koulukiusaamisen haavoittavia seurauksia, jotka pahimmillaan näkyvät kiusatun ja hänen lähipiirinsä elämässä läpi elämän. Koen, että jokaisen tulee saada kertoa tarinansa sellaisena, kuin on sen itse kokenut. Myös kandidaatin tutkielmani käsitteli kiusaamista ja väkivaltaa ilmiönä, ja tämä ohjasi osaltaan pro gradu tutkielmani aiheen valintaa. Sen lisäksi, että pidän itse aiheita tärkeinä, kumpuaa kiinnostukseni myös perhesosiaalityössä sosiaalityöntekijänä eteeni tulleista tilanteissa, joissa koulukiusaaminen nousi esiin. Puuttuminen tuntui haastavalta etäisen roolini vuoksi ja kuitenkin sosiaalityöntekijänä minun oletettiin tekevän erinäisiä linjauksia tilanteisiin. Vastuuta pallolettiin viranomaisten välillä, eikä kenelläkään tuntunut olevan tilanteesta kokonaiskuvaa. Koen, että kaikki kiusaamiseen liittyvät osapuolet olivat omalla tavallaan väliinputoajia. Riittävää apua ei saanut kiusattu eikä kiusaaja perheineen. Tämän vuoksi haluan osaltani pyrkiä lisäämään ymmärrystä kiusaamisesta ilmiönä. Tutkimuskysymyksiäni ovat:

Millä tavoin nuoret kuvaavat kokemaansa koulukiusaamista ja sen syitä? Millaisia seurauksia kiusaamisella on ollut nuorten elämänkulussa? Millaisia kokemuksia nuorilla on kiusaamiseen puuttumisesta sekä siitä toipumisesta?

Minulle oli selvää, että haluan tarkastella kiusattujen kokemuksia, mutta tutkimuskysymykseni tarkentuivat aineiston analyysin edetessä ja pohjautuvat sieltä esiin nousseisiin teemoihin. Ensimmäisen tutkimuskysymyksen perusteella tarkastelen sitä, millaista kiusaamista nuoret ovat kohdanneet ja mistä he itse kokevat kiusaamisen johtuneen. Toinen tutkimuskysymykseni pureutuu kiusaamisen seurauksiin. Tuon esiin kiusaamisen akuutteja sekä pitkäaikaisia vaikutuksia nuorten elämässä. Viimeinen tutkimuskysymykseni käsittelee kiusaamiseen puuttumisen ja tuen tematiikkaa. Teen näkyväksi millaisia kokemuksia nuorilla on puuttumisesta, mitä he ajattelevat aiheesta ja mitkä tekijät ovat tukeneet heitä kiusaamisen arvista toipumisessa.

3.2 Tutkimusmenetelmä ja aineiston analyysi

Tutkielmani on laadullinen tutkimus, joka on toteutettu valmiita media-aineistoja analysoimalla. Laadullisella tutkimuksella ei pyritä niinkään tilastollisiin yleistyksiin, vaan tarkoitus on kuvata jotakin tiettyä ilmiötä, ymmärtää tiettyä toimintaa tai antaa teoreettisesti mielekäs tulkinta jollekin ilmiölle. Tämän takia tutkimuksen tiedonantajiksi valitaan harkinnanvaraisesti pieni määrä tapauksia. Tarkoituksenmukaisuusperiaatteella tarkoitetaan sitä, että tutkimukseen valitaan henkilöitä, jotka tietävät tutkittavasta ilmiöstä mahdollisimman paljon, joilla on kokemusta tutkittavasta ilmiöstä tai jotka edustavat tutkimuksen kannalta relevanttia ryhmää. Tutkittavien määrä riippuu aina tutkimuksen tarkoituksesta ja tavoitteista, eikä määrä ole ratkaiseva asia laadullisen tutkimuksen onnistumisen kannalta. Tieteellisyyden kriteeri ei ole määrä, vaan laatu. (Puusa & Juuti 2020, 84-85; Tuomi & Sarajärvi 2018, 96-98.) Koska halusin tarkastella nimenomaan kokemuksia kiusaamisesta, olennaista oli löytää tutkittaviksi henkilöitä, joilla oli omakohtaista kokemusta kiusatuksi joutumisesta.

Sopivan ja itseäni kiinnostavan aineiston löytyminen muodostui yhdeksi tutkielmani kompastuskiveksi, ja minulla kesti pitkään löytää sopiva aineisto. Omien aikataulujeni takia koin helpommaksi käyttää valmista aineistoa, kuin lähteä itse rakentamaan esimerkiksi haastatteluaineistoa. Koen kuitenkin, että valmiiden haastattelujen litteroinnin avulla pääsin lähimmäs kokemusta oman haastatteluaineiston keräämisestä ja sain parhaiten vastauksia tutkimuskysymyksiini. Tutkielmani aineisto muodostuu yhdeksästä dokumentti- ja haastatteluvideosta, joissa henkilöt kertovat kokemastaan koulukiusaamisesta ja sen vaikutuksista elämäänsä. Aineistoksi valikoitui kuusi Yle Folkin ja dokumenttituottaja Sami Kieksin Some Deep Story -dokumenttisarjaan kuuluvaa lyhyttä dokumenttia, jotka ovat katsottavissa Yle Arenassa. Neljä MTV uutisten Save Our Sote -juttusarjaan kuuluvaa henkilöhaastattelua sekä Kangasniemen kunnan ja elokuvantekijä Esa Orren tuottaman lyhyt dokumenttielokuva Kuka suojelee minua.

Käyttämäni aineiston löysin aiheesta tekemieni google-hakujen perusteella ja kaikki haastattelut ovat julkisesti saatavilla. Hakusanoina käytin ”koulukiusaaminen”, ”kouluväki-valta”, ”seuraukset”, ”kokemukset”. YLE Arenasta löytyvään Sami Kieksin Some deep Story -dokumenttisarjaan kuuluu kokonaisuudessaan 26 lyhyttä dokumenttia erilaisista aiheista, kuten kiusaaminen, köyhyys, mielenterveyden haasteet, päihderiippuvuus sekä ulkonäköpaineet. Kiusaamista koskevia dokumentteja on sarjassa yhdeksän vuosilta 2016–2018,

ja lisäksi aihetta sivutaan myös muissa jaksossa. Rajasin kuitenkin aineistoni ulkopuolelle dokumentit, jotka käsittelivät kiusaamista vain yksittäisen tilanteen pohjalta, joissa aihetta vain sivuttiin haastattelussa tai haastateltava kuvasi toiseen ihmiseen kohdistunutta kiusaamista. Valitsemani dokumentit ovat kestoltaan hieman alle kymmenen minuuttia.

MTV uutisten Save Our Sote -juttusarjaan kuuluu paljon erilaisia uutisia, haastatteluja ja artikkeleja liittyen kiusaamiseen, mutta myös muihin sosiaali- ja terveydenhuoltoa koskevia aiheita. Valitsin aineistooni kaikki löytämäni haastatteluvideot, joissa kiusaamista kokenut henkilö kertoi kokemuksistaan ja jätin esimerkiksi asiantuntijahaastattelut pois. Haastattelut ovat vuosilta 2022–2023. Kokonaisuudessaan niitä on siis neljä ja ne ovat kestoltaan myös hieman alle kymmenen minuuttia. Viimeisimpänä valitsin aineistoon mukaan vielä Kangasniemeläisen Esa Orren lyhytdokumenttielokuvan vuodelta 2022, joka kertoo pitkäaikaista kiusaamista kokeneen nuoren aikuisen tarinan. Käytin elokuvasta vain osuuden, jossa kiusattu kertoo omista kokemuksistaan eli noin 20 minuutin pätkän. Elokuvan kokonaiskesto on noin 36 minuuttia, ja se sisältää myös vanhempien sekä eri asiantuntijoiden haastatteluja. Lyhytelokuva on katsottavissa ainakin Youtubessa.

Löydettyäni riittävän määrän tutkielmani aiheeseen sopivia valmiita haastatteluja, aloin litteroida niitä. Litteroinnilla tarkoitetaan puheen ja toiminnan purkamista kirjoitettuun muotoon, ja se on keskeinen osa laadullisen aineiston haltuunottoa ja analyysiprosessia. Se on tyypillisesti analyysin ensimmäinen vaihe, ja jonka avulla tutkija pääsee tutustumaan aineistonsa sekä tekemään havaintoja ja tulkintoja kerätystä aineistosta. (Kallio 2021.) Itse nimesin aineiston ja kunkin haastattelun H1., H2. jne. periaatteella. Kirjasin tiedoston alkuun erikseen jokaisen numeron perään dokumentin tai haastattelun otsikon, jotta pysyn perässä, mikä haastattelu on mikäkin.

Itselleni oli alusta asti selvää, että olen kiinnostunut nuorten kokemuksista ja siitä, miten he itse kuvaavat ja sanoittavat kokemuksiaan, niiden syitä ja seurauksia. Litterointi osoittautui jokseenkin haastavaksi, sillä jokaisella haastattelulla on omanlaisensa tyyli puhua ja kuvata asioita ja paikoin puhe oli vaikeasti tulkittavaa tai epäselvää. Litteraatio on kuvaus tilanteesta tai tapahtumista ja se voidaan tehdä eri tarkkuudella. Summittaisenkin litteraation tulee vastata kysymykseen "mitä sanotaan?". Esimerkiksi haastatteluaineistoja kerätään usein, jotta saataisiin tietoa haastateltavien näkökulmista, mielipiteistä ja ymmärryksestä tietystä ilmiöstä. Tällöin ollaan kiinnostuneita puheen sisällöstä ja litteraatiotarkkuudeksi riittää, että asia

tulee ymmärretyksi. (Kallio 2021.) Omassa litteroinnissani päädyin käyttämään summittaista litterointia.

Analyysimenetelmäksi valitsin aineistolähtöisen sisällönanalyysin, sillä ajattelin sen avulla pääseväni parhaiten kiinni nuorten kokemuksiin. Sisällönanalyysi on perusanalyysimenetelmä. Se voidaan ajatella paitsi yksittäisenä metodina, myös väljänä teoreettisena kehyksenä. Se ei siis pohjaa millekään erityiselle teoreettismetodologiselle ajattelulle, joten analyysille ei löydy yhteisiä sääntöjä, eivätkä analyysia ohjaa myöskään erityiset menetelmälliset käsitteet. Sisällönanalyysi on tekstianalyysi, jonka avulla tekstiä voidaan analysoida systemaattisesti ja objektiivisesti ja siinä keskitytään siihen, mistä asioista, aiheista ja teemoista aineisto kertoo. Analysoitavana dokumenttina voi toimia lähes mikä tahansa kirjallisessa muodossa oleva dokumentti, kuten kirjat, artikkelit, kirjeet ja haastattelut. Sisällönanalyysin avulla tutkittavasta ilmiöstä pyritään saamaan tiivistetty ja yleinen kuvaus. Sisällönanalyysin avulla tuotettuja tutkimuksia on kritisoitu siitä, että sen avulla tutkija usein esittelee tuloksina pääosin vain järjestetyn aineiston, ei niinkään tee johtopäätöksiä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 117; Vuori 2021.)

Aineiston analyysivaihe oli samaan aikaan haastavaa, mutta myös mielenkiintoista. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin toteuttamiseen ei ole olemassa tiettyä, ennalta määritettyä tapaa, joten oman analyysitavan luominen oli paikoin turhauttavaa epävarmuuden vuoksi. Aluksi aloin karkeasti jaotella litteroimaani aineistoa erilaisten aiheiden mukaan, kuten ”kiusaamisen syitä ja tapoja”, ”seurauksia”, ”selviytymisen tapoja” ja ”puuttuminen”. Tämän jälkeen lähdin etsimään tekstistä nuorten kuvauksia kiusaamisesta ja sen syistä ja näin etenin aihe kerrallaan. Samalla pyrin pelkistämään ja karsimaan tutkimustehtäväni kannalta epäolennaisen tiedon pois. Kutsun tätä vaihetta aineistoni koodausvaiheeksi. Laadullisen sisällönanalyysin nähdäänkin perustuvan tutkijan tekemälle koodaukselle, jossa tutkija tunnistaa ja nimeää aineistostaan löytämiä sisällöllisiä elementtejä. Koodaus voi olla aineistolähtöistä, jolloin tutkija lähtee etsimään sellaisia kohtia aineistosta, jotka kertovat tutkittavasta asiasta jotakin tutkijaa kiinnostavaa. (Vuori 2021.)

Seuraavaksi aloin ryhmitellä koodausvaiheessa löytämiäni kuvauksia ja etsin niistä samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia. Samaa ilmiötä kuvaavat käsitteet ryhmitellään ja yhdistetään eri luokiksi, joista muodostuu alaluokat. Nämä puolestaan nimetään sisältöä kuvaavalla käsitteellä. Ryhmittelyssä luodaan pohja tutkimuksen perusrakenteelle ja alustavia kuvauksia

tutkittavasta ilmiöstä. Ryhmittelyn jälkeen siirrytään käsitteellistämiseen, jossa erotetaan tutkimuksen kannalta oleellinen tieto ja valikoidun tiedon perusteella muodostetaan teoreettisia käsitteitä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 114, 123–125.) Itse yhdistin ryhmittelyn ja käsitteellistämisen ja pyrin ryhmittelemään kuvaukset suoraan niiden käsitteiden mukaan, jotka mielestäni parhaiten kuvaavat sisältöä. Tutkimusaineistostani muodostui lopulta yhteensä yksitoista luokkaa. Kiusaamisen kuvaukset jakautuivat kolmeen luokkaan: tuotettu erilaisuus, haavoittava ulkopuolisuus ja koventuva kiusaaminen. Kiusaamisen seuraukset puolestaan jakautuivat neljään luokkaan: Psykkinen sairastuminen, arvottomuuden ja häpeän kokemukset, kiusaamisen synnyttämä aggressio ja vaikutukset koulupoissaoloihin sekä vuosien arvet. Puuttumisen ja toipumisen tavat jakautuivat myös neljään luokkaan: Epätasalaatuinen puuttuminen, mitä pitäisi tehdä, toipumista edistäviä tekijöitä sekä muille kiusatuille.

Aineistolähtöinen sisällönanalyysi perustuu tulkintaan ja päättelyyn, jossa edetään empiirisestä aineistosta kohti käsitteellisempää näkemystä tutkittavasta ilmiöstä. Teoriaa ja johtopäätöksiä verrataan alkuperäisaineistoon koko ajan uutta teoriaa muodostaen. Johtopäätöksissä tutkija pyrkii ymmärtämään tutkittavia heidän omasta näkökulmastaan sekä sitä, mitä asiat tutkittaville merkitsevät. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 114, 123–125.) Lopulliset tulokset muodostin siis peilaamalla saamiani tuloksia aiempaan tutkimukseen aiheesta.

3.3 Tutkimuseettiset kysymykset

Tutkimusetiikka on osa hyvää tieteellistä käytäntöä, johon suomalainen tiedeyhteisö on sitoutunut. Hyvä tieteellinen käytäntö tarkoittaa rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta tutkimuksen kaikissa vaiheissa. Laadullisessa tutkimuksessa tutkija reflektoi tekemiään eettisiä valintoja tutkimusta raportoidessaan. Tutkijalla, tutkimusryhmällä tai opinnäytteiden kohdalla ohjaavalla opettajalla on vastuu hyvän tieteellisen käytännön noudattamisesta. Tutkijan tulee lisäksi kertoa avoimesti ratkaisuksistaan, perustella ne ja arvioida, niiden merkitystä lopputulokselle. Myös vaikeista ratkaisuksista ja virheistä tulee kertoa avoimesti. Tutkijan kriittisyys omaa työtään kohtaan ei vähennä tutkimuksen arvoa vaan päinvastoin. Laadullisessa tutkimuksessa eettiset kysymykset nivoutuvat tutkimuksen jokaiseen vaiheeseen aina aiheen valinnasta tutkimustulosten julkaisuun ja aineistojen arkistointiin. Ihmiseen kohdistuvassa tutkimuksessa eettisyys on loppujen lopuksi hyvinkin konkreettista. Käytännössä se punnitaan tilanteissa, joissa tutkittavat kohdataan, ja lopulta kirjoitettaessa heitä koskevia tutkimustuloksia. Tutkimuskohteen määrittely itsessään on tieteenalaan liittyvä laajempi

kysymys, sillä kaikilla tieteenaloilla on omat ihmiskäsityksensä ja arvolähtökohtansa, eikä mikään tutkimuskohde siis ole tunnistettavissa täysin objektiivisesti. (Vuori 2021; Tuomi & Sarajärvi 2018.)

Oleellinen osa tutkimusetiikkaa on myös tutkijan oman position tarkastelu. On esimerkiksi tarpeen erottaa havaintojen luotettavuus ja niiden puolueettomuus. Näitä pohdittaessa nousee esiin kysymykset muun muassa siitä, ymmärtääkö ja kuunteleeko tutkija tutkittavia itseään vai suodattuuko heidän kertomuksensa tutkijan oman kehyksen läpi. Toisin sanoen, vaikuttavatko esimerkiksi tutkijan ikä, sukupuoli, uskonto, poliittinen asenne tai virka-asema siihen mitä hän kuulee ja havainnoi. Laadullisessa tutkimuksessa tältä ei voida täysin vältyä, sillä tutkija on itse sekä tutkimusasetelman luoja että tulkitsija. Tutkimuksen luotettavuutta tarkasteltaessa on kiinnitettävä huomiota myös tutkijan puolueettomuusnäkökulmaan. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 166.) Tutkielmaa tehdessäni olen pyrkinyt aineistolähtöisen sisälönanalyysin toimintaperiaatteiden mukaisesti kiinnittämään huomiota omiin mahdollisiin ennakkokäsityksiini aiheesta ja tunnistamaan ne aineistoa analysoitaessa. Olen siis pyrkinyt tarkastelemaan aineistoa mahdollisimman objektiivisesti, siinä määrin kuin se on mahdollista ja suhtautumaan kriittisesti omiin valintoihini.

Joskus tutkimuksessa käytetään myös valmiita, muista syistä tehtyjä nauhoituksia. Tällaisia voivat olla esimerkiksi videotallennetut televisio-ohjelmat tai internetissä erilaisilla alustoilla (esim. YouTube ja TikTok) jaetut videot. Nämä aineistot voivat kuitenkin olla tutkimuksen kannalta rajoittuneita, koska ne on alun perin tehty muusta näkökulmasta ja muuhun tarkoitukseen. Niitä on esimerkiksi voitu rajata ja editoida. Lisäksi haastatteluaineistoissa ihmiset tyypillisesti muistelevat ja kuvailevat tapahtumia jälkikäteen. Tämä ei välttämättä anna todellista tai kovin yksityiskohtaista kuvaa tapahtuneesta, sillä ihmisen muisti ja havainnointikyky ovat rajallisia. (Vatanen 2021.) Oman aineistoni kipukohta liittyykin siihen, että käytän muuhun tarkoitukseen kuvattuja haastatteluja, jolloin en voi tietää mitä haastateltavilta on kysytty, mitä kaikkea on jäänyt pois ja tulkitsenko heidän vastauksiaan oikein. Minulla ei myöskään ole mahdollisuutta esittää lisä- tai jatkokysymyksiä, jolloin tarinaan on mahdollista jäädä aukkoja. Tiedostan tämän vaikuttavan väistämättä tutkielmani luotettavuuteen

Ääni- ja videoaineiston keruussa on huomioitava myös erilaiset henkilörekisterisäädökset ja eettiset kysymykset laajemminkin, koska ääni ja kuva ovat niin sanottua tunnisteellista tietoa. (Vatanen 2021.) Valitessani aineistoksi valmiita dokumentteja ja haastatteluja, pohdin

aluksi niiden tekijänoikeuksiin sekä käyttöön liittyviä kysymyksiä. Asiaa selvitettyäni ja keskusteltuani lyhyesti ohjaajani kanssa, päädyin siihen, että julkisesti saatavilla olevien dokumentti käyttämässäni tarkoituksessa on mahdollista, eikä vaadi erillisten lupien hankkimista. Osa haastatelluista esiintyy haastatteluissa omalla nimellään, ja jokainen heistä omilla kasvoillaan. Näin ollen he ovat haastatteluihin osallistuessaan vapaaehtoisesti tehneet valinnan osallistua siihen julkisesti, jolloin mahdollisuus tunnistamiseen on olemassa. Omassa työssäni olen pyrkinyt julkisesta aineistosta huolimatta poistamaan sitaateista tunnistetiedot, kuten ihmisten tai paikkojen nimet. Lisäksi litterointivaiheessa anonymisoin haastattelut nimeämällä ne H1, H2 jne. Todennäköisesti kuitenkin ainakin osa aineistosta on mahdollista paikantaa ja tunnistaa niin halutessaan etsimällä käyttämiäni dokumentteja ja haastatteluja.

4 Kuvauksia kiusaamisesta

Tässä luvussa vastaan ensimmäiseen tutkimuskysymykseeni eli tarkastelen sitä, millä tavoin nuoret kuvasivat kiusaamiseen johtaneita syitä sekä millaista kiusaamista he olivat kokeneet. Aineistosta nousi selvästi esiin, että kiusatut kokivat kiusaamisen johtuvan omasta erilaisuudesta tai jostakin normeista poikkeavasta ominaisuudesta. Kuvauksissa korostui myös, miten haavoittava kokemus ulkopuoliseksi jääminen nuorille oli. Osa kokemuksista teki näkyväksi, miten kiusaaminen muuttuu kovemmaksi iän tai pitkittymisen myötä.

4.1 Tuotettu erilaisuus

Tutkimusten perusteella tiedetään, että kiusaamisen muodot ja tekotavat on hyvin moninaiset ja kiusaamisen kohteeksi voi joutua varsin pieneltäkin näyttäytyvän syyn vuoksi. Kiusaaminen tarvitsee aina tapahtuakseen alustan, yhteisön. Sen lähtökohtana on toiseuden luominen, erilaiseksi nimittäminen ja näiden perusteella ryhmän ulkopuolelle sulkeminen. Se tuotetaan aina yhteisössä ja vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Koska kiusaamisen lähtökohtana on tuotettu toiseus, kiusattu ei pysty itse juurikaan vaikuttamaan kiusaamisen jatkumiseen tai lopettamiseen. Kun kiusaamisen syyksi tulkitaan erilaisuus, syy on helppo vierittää kiusatulle, joka puolestaan kantaa tätä nimettyä, hänelle tuotettua erilaisuutta itsessään. Erilaisuus on kuitenkin erilaisuutta, vain koska ryhmässä on päätetty niin. (Hamarus & Holmberg-Kalenius & Salmi 2015, 20.) Tutkimusaineistossa toistuu kiusattujen kokemukset erilaisuudesta, ulkopuolisuudesta ja toiseudesta. Erilaisuutta nähtiin aiheuttavan esimerkiksi normeista poikkeavat ominaisuudet tai fyysiset tekijät kuten lyhyys, änkytys, ihottuma tai hampaat, erilaiset kiinnostuksen kohteet kuten erilainen musiikkimaku tai taiteellisuus, persoonaan liittyvät tekijät kuten herkkyys sekä myös perheeseen liittyvät tekijät kuten isättömyys.

H2." *Ihan ensimmäisistä viikoista lähtien mut merkittiin aika voimakkaasti tiettyjen vanhempien ihmisten niinku oppilaiden toimesta, et mä oon erilainen, koska mä änkytin. Se oli se änkyttäminen mikä otettiin heti silmätikuks. Sä puhut eritavalla kun me, sä oot levottomampi ku me.*

H3: " Mun biologinen isä, mä en oo ikinä nähny sitä, ikinä tuntenu sitä ja se siis lähti silloin ku se sai tietää että äiti on raskaana. Se oli mulle tosi raskasta ja mua kiusattiin siitänki et niinku ha haa, sulla on vaan äiti."

Nuoret ovat laumasieluja ja paine samankaltaisuudelle on suuri. Kouluissa on satoja oppilaita, eikä heitä kaikkia voi tuntea hyvin, tekevät tyypittelyt ja kategorisointi joukosta hieman

hallittavamman. Perinteisiä kategorioita ovat muun muassa ”hikarit”, ”kovikset” ja ”suositut”. Nämä stereotyyppiset kategoriat ja niihin samaistuminen palvelevat murrosiän kehitysvaiheessa erityisiä tarpeita ja ovat luonnollisesti silloin voimakkaita. Samalla vedetään rajoja samanlaisen ja erilaisen, normaalin ja poikkeavan, sisä- ja ulkopuolisuuden välille. Tutkimuksissa puhutaankin paljon nuorten statuskampailusta ja hierarkiasta ja siitä, miten luokahuoneissa käydään tietynlaista, välillä julmaakin sosiaalista peliä. Hierarkiat muodostuvat nopeasti ja spontaanisti ja niiden muodostumiseen vaikuttavat se, mitä luokassa arvostetaan, eli mikä on cool. Nuoret pyrkivät omaksumaan ryhmän käyttäytymistapoja, kielen, pukeutumisen, asenteet ja jopa kokonaisen kulttuurin, jotta tulisivat hyväksytyksi ryhmään. (Hoikkala & Paju 2013, 141,150–151; Pöyhönen 2021, 118–119; Korkiamäki 2013, 3.) Jos joku sitten poikkeaa näistä ryhmässä vallalla olevista käytös- tai pukeutumismalleista, on erillaisuus helppo nostaa tikun nokkaan.

H3: ”Kaikki alko siitä, kun mä olin ala-asteella ja mua niinku kiusattiin. Mä olin se erilainen tyttö, joka aina leikki poikien kanssa ja pukeutu erilailla, kuunteli erilaista musiikkia ja mä en yksinkertaisesti sopinut siihen muottiin, minkä meidän luokkalaiset tytöt asetti.”

Vaikka nuorilla on jokaisella vuosikymmenellä ollut erilaiset, ajalleen tyypilliset trendit, joita ihannoidaan, jopa palvotaan, ei nuorisokulttuuri kuitenkaan ole irrallaan muusta yhteiskunnasta, vaan se heijastelee laajemminkin vallalla olevia arvoja ja ihmiskäsityksiä. Nykyisin some mahdollistaa trendien ja asenteiden leviämisen entistä nopeammin ja laajemmalle. Esimerkiksi vuoden 2023 kouluterveyskyselyjen mukaan kiusaamisen kohteeksi joutuu muita useammin lapsi tai nuori, joka kuuluu sukupuoli- ja/tai seksuaalivähemmistöön tai on ulkomaalaistaustainen. (THL 2023.) Myös ulkonäkö, paino ja perhetausta ovat yleisiä syitä kiusata. Raamit, joihin nuorten tulisi mahtua, ovat välillä kapeaakin kapeammat. Vertaissuhteiden kentällä nuoret ovat itse sekä ulkopuolisuuden tuottajia että sen omakohtaisia koki-joita. Nuoret jakautuvat ja tulevat jaetuiksi ryhmiin, joiden vuorovaikutusta sääntelevät sisäänkäynnin ja ulossulkemisen kulttuurit ja käytännöt. (Korkiamäki 2013, 3.)

H10: ”No just ne lähti kiusaamaan haukkumalla ja syrjimällä, välitunneilla jäin yksin. No ku oli vähän pyöreempikin ku muut silloin ykkösellä niin sit just haukuttiin läskiks ja vajaaks.”

H8: ”Se on ollu ihan sellasta, et mua on uhattu hakata ja tappaa, se on ollu homottelua, se on ollu nälvimistä, tahallaan ärsyttämistä, se on ollu sellasta, et mua lyödään ihan ilman minkäänlaista syytä tarjottimella ruokajonossa päähän.”

Lapset ja nuoret viettävät yhä enemmän aikaa sosiaalisen median ja sähköisten viestimien parissa, jolloin niistä on muodostunut olennainen osa heidän arkista toimintaympäristöään. Sosiaaliset kontaktit ja kohtaamiset tapahtuvat enemmän tai vähemmän jonkin välineen avulla ja nuorten todellisuus onkin näin melko toisenlainen kuin aiempien sukupolvien. (Hietala ym. 2010, 24.) Somekiusaamista ei ajatella täysin muista kiusaamisen muodoista irrallisena, sillä usein lapset ja nuoret kokevat kiusaamista monissa muodoissa, mikä tekee kiusaamisesta entistä vahingoittavampaa. Somessa on helppo kopioida ja välittää viestejä, kuvia, videoita, ja keskusteluita eteenpäin hyvinkin laajasti. Niitä on myös hyvin vaikea poistaa sen jälkeen, kun ne ovat alkaneet levitä. Somessa kommunikointiin liittyy ainakin kuvitelma anonymitteetistä ja kasvottomuus tuo mukanaan vääristymää, jonka vuoksi ihmisten on helpompi sanoa asiat kärkkäämmin ja loukkaavammin. (Pöyhönen 2021, 24.) Ohimennen tai trollausmielessä, omaksi huviksi heitetyt ilkeät kommentit vaikuttavat väistämättä lapsen ja nuoren käsitykseen itsestään. Sanat satuttavat ja jäävät pitkäksi aikaa mieleen.

H11: ”Joskus kun mä avasin facebookin niin oli heti etusivulla seitsemän julkaisua missä kaikissa haukuttiin mua et mä on majava tai hiiri, vitun idiootti, vitun vamma-nen tai vitun ruma ja et mun pitäisi tappaa itteni. Kun näkee niitä kommentteja et ihmiset halua et mä teen itsemurhan vaan mun naaman takia, niin se tuntuu oikeesti aika kamalalta.”

Aineiston kuvaukset tekevät näkyväksi sen, että kiusaamisen syyksi riittää mikä tahansa, mikä mielletään ryhmän normeista poikkeavaksi. Vaikka erilaisuuden leima voidaan tuottaa lähes kenelle tahansa, siinä on tiettyjä lainalaisuuksia. Erilaisuus liittyy yhteisön kulttuurisista arvostuksista poikkeamiseen. Lisäksi kiusaamisen syyn on oltava kaikkien havaitsema ominaisuus, jolloin syy on niin sanotusti ”uskottava”. Syy taas voi olla lähes mikä vaan, mutta se liittyy usein oppilaskulttuurin arvottamiin seikkoihin kuten ulkonäköön, vaatteisiin, varallisuuteen, käyttäytymiseen, etnisyyteen, harrastuksiin tai koulumenestykseen. Samalla kiusaaminen myös määrittää, mitä asioita oppilaat arvostavat. Jos esimerkiksi luokassa kiusataan hyvästä koulumenestyksestä, saattaa tämä ajaa siihen, etteivät oppilaat halua näyttää osaamistaan kiusaamisen pelossa. Kun käsitämme kiusaamisen dynamiikan ilmiönä, joka syntyy kulttuuristen arvostusten pohjalta, ymmärrämme, että esimerkiksi maahanmuuttajataustaiset lapset ja nuoret on helppo nimetä suomalaisessa kouluyhteisössä kulttuurisesti poikkeaviksi, toisiksi. Rasismi on dynamiikaltaan samanlainen ilmiö kuin kiusaaminen. (Hamarus ym. 2015, 36.)

Pöyhönen (2021) puhuu teoksessaan kiusaamisen noidankehästä. Hänen mukaansa lapsi, joka ahdistuu sosiaalisista tilanteista tai on esimerkiksi sosiaalisilta taidoiltaan heikompi, joutuu helpommin muiden lasten kiusaamaksi. Jatkuva kokemus siitä, ettei ole riittävä tai oikeanlainen kuuluakseen ryhmään, lisää entisestään ahdistuneisuuden tunteita ja kielteisiä ajatusmalleja. Kaverittomuus puolestaan estää sosiaalisten taitojen harjoitteluja. On myös vaikea arvostaa itseään, jos jatkuvasti kokee, etteivät muutkaan arvosta. Tai on vaikea luottaa toisiin, jos aina uudelleen kokee, etteivät muut ole luotettavia. (Pöyhönen 2021, 58.)

4.2 Haavoittava ulkopuolisuus

Yhteenkuuluvuus on yksi ihmisen perustarpeista, mutta erityisesti lapsille ja nuorille vertais-suhteet ovat merkityksellisiä. Heille on tärkeää tuntea kuuluvansa joukkoon ja tulla hyväksytyksi omana itsenään. Koulussa sosiaalisista taidoista ja sosiaalisen paikan vahvistumisesta tulee entistä tärkeämpää. Koulukiusaaminen puolestaan on sitä, että tämä ryhmään kuuluminen otetaan toistuvasti pois ja ilmaistaan, ettei ole riittävä tai kelpaa joukkoon, eikä ansaitse yhteenkuuluvuutta ja sen mukanaan tuomaa turvaa. Kiusaaminen vahingoittaa turvallisuuden tunnetta ja on monesti myös todellinen uhka turvallisuudelle. Kiusatuksi joutuminen ja siitä seuraava ulkopuolisuuden tunne satuttavat syvästi. (Pöyhönen 2021, 70.) Kiusattujen nuorten kokemuksissa toistuukin kuvaus yksin ja ulkopuolelle jäämisen haavoittavuudesta. Lähes jokainen kertoi olleensa jollain tavalla ulkopuolinen.

H4: ”Annettiin niinku ymmärtää, että sä et oo niinku osa tätä porukkaa. Vaikka sä haluaisit, niin et sä oo ja se taas tuntu musta kaikista pahimmalta.”

Kiusaaminen on vallankäyttöä. Ryhmästä eristäminen on keino purkaa kiusatulta sosiaalista valtaa. Kiusatulle luodaan eristävä erilaisuuden maine, ja käytetään näin valtaa, jolla kiusaaja määrittelee kiusatulle sallitut sosiaaliset suhteet. Usein eristäminen myös johtaa siihen, että kiusattu haluaa itse eristäytyä yhteisöstä. (Hamarus ym. 2015, 27.) Heikki Turkka ja Julia Saarholm (2021) puhuvat teoksessaan ostrakismista eli ulos sulkemisesta ja näkymättömäksi tekemisestä vallankäytön muotona. Heidän mukaansa ryhmän ulkopuolelle suljettu tuntee olevansa kuulumaton, näkymätön, huomaamaton, sosiaalisesti kelpaamaton ja ulkopuolinen. Ostrakismi aiheuttaa sosiaalista kipua, joka on verrattavissa väkivaltaan ja fyysiseen kipuun. (Turkka & Saarholm 2021, 44.) Nuoret kuvasivat yksin jäämisen olleen totaalista ja täysin selittämätöntä. Jokainen voi pohtia omalle kohdalleen, miltä tuntuisi, kun

sinuun ei katsottaisi ja kysymyksesi ei vastattaisi, aivan kuin sinua ei olisi olemassakaan. Se, että ulossulkeminen tapahtuu tuttuun luokkakavereiden toimesta päivittäin, on omiaan lisäämään koettua tuskaa.

H5: ”Mutta sitten ihan kuudennen luokan alussa, jostain syystä mitä mä en koskaan saanu tietää mut suljettiin kokonaan ulos luokasta ja kaveriporukasta. Ja se tapahtu sillä tavalla et mulle ei enää puhuttu. Et jos mä yritin ottaa kontaktia johonkin, niin mulle ei vastattu, tai muhun ei katsottu tai mun pari ei suostuttu olemaan ollenkaan tunneilla, vaikka niinku opettaja olis laittanut jonkun mun pariks.”

H9: ”Pahinta oli se yksin jättäminen, että suljettiin ulos joka paikasta. Ei ollut niinku mitään, eikä ketään. Elämästä tulee niinku selviytymistä, kaikki muu jää pois. Koulusta tulit kotiin yksin, olit ollu koulussa koko päivän yksin. Mulla oikeestaan alko siitä jo se linnoittautuminen, että olin vaan omassa huoneessa ja päivä kerrallaan yrittää selviytyä.”

Kiusattu imee jatkuvasti itseensä häpeää saamastaan sosiaalisesta palautteesta; olet ällöttävä, eikä kanssasi haluta olla. Kiusatulle voikin rakentua vääränlainen häpeä identiteetti, jos hän omaksuu ajatuksen, että kiusaaminen on hänen syytään ja usko, että hänessä täytyy olla jotakin vikaa, kun kiusaaminen on jatkunut pitkään. Jos kiusattu ajattelee olevansa syyllinen kiusaamiseen, eikä käsitä tulleen väärinkohdeksi, hän voi oireilla vetäytymällä, lukkiutumalla, puhumattomuudella, huonolla itsetunnolla ja itsensä vähättelyllä. Puhumattomuus ja lukkiutuminen voivat myös kieliä siitä, ettei kiusattu usko kenenkään voivan auttaa. (Hamarus ym. 2015, 56–58.) Normaaliin nuoruusikään kuuluu ajoittainen surumielisyys ja yksinolo. On tavallista, että nuori haluaa olla omassa huoneessa, eikä kerro kaikista asioistaan vanhemmilleen. Vanhemmat voivat joskus kokea jäävänsä syrjään nuoren elämässä ja puuttuminen puolestaan aiheuttaa konfliktin. Riitelynkään pelossa nuorta ei kuitenkaan saa jättää yksin murheidensa kanssa. (Hietala ym. 2010, 60.) Vaatii valppautta aikuisilta kiinnittää huomiota nuoren muuttuneeseen käytökseen ja on tärkeää pyrkiä selvittämään, mistä on kyse.

Vertaisryhmän ulkopuolisuus voi aiheuttaa musertavia yksinäisyyden ja sivullisuuden kokemuksia. (Korkiamäki 2013, 2.) Ulossulkemiseen liittyvää raadollisuutta kuvaa myös nuorten kertomukset siitä, miten ystävät yhtäkkiä kääntävät selän ja alkavat kiusaamaan syystä tai toisesta. Tiedetään, että sukupuolten välillä on eroa kiusaamisen tavoissa. Ryhmästä pois sulkemista ja syrjimistä kohdistuu kaikkiin sukupuoliin, mutta poikia useammin tyttöjen kiusaamiseen liittyy myös juoruilua, luottamuksen pettämistä sekä kavereiden käännättämistä kiusattua vastaan. (Mäntylä 2013, 25.)

”H9: Yläasteella räjähti käsiin. Paras ystävä käänsi takkinsa, rupes käännättämään ihmisiä mua vastaan. Kukaan ei puhunut mulle enää mitään.”

H3:” Ja se, että niinku ihmiset joiden kans mä aattelin, et mä oon koko lopun elämäni kaveria, ystäviä, kääntää mulle selän sellasen asian takia, mille mä en voi mitään.”

Jokainen tarvitsee paikan, josta käsin tarkkailla muita sekä itseään muiden puheissa ja katseissa. Paikattoman osa on huono. Yksinäisyys, ja erityisesti vastentahtoinen yksinäisyys on painostavan läsnä koulussa. Se ei lue otsassa, mutta ei ole myöskään salaisuus. Koulukiusaaminen ei aina ole ruumiillista tai sanallista väkivaltaa, se voi myös olla eristyksiin jättämistä. Sosiaalinen ja fyysinen paikka kulkevat yhdessä, sillä sosiaalinen paikka heijastuu fyysisiin paikkoihin käytävillä, luokissa ja ruokalassa. Mikäli koulu on kokemuksellisesti vihamielinen paikka, se on sellainen varsin voimakkaasti. On liikaa vaadittu nuorelta, että hän keskittyisi vain omaan tekemiseensä ja jättäisi muut asiat huomiotta. Koulukiusaamisesta erityistä tekee vielä se, että kun virallinen kehä ohjaa paikkaan, jossa epävirallinen kehä hylkii eli siis oppivelvollisuus ohjaa kouluun, jossa muut hylkivät. Sellaisen kestämisessä on aikuisellekin tekemistä. (Hoikkala & Paju 2013, 148.)

4.3 Koventuva kiusaaminen

Lähes poikkeuksetta kaikki haastatellut nuoret olivat kokeneet hyvin monentyyppistä ja pitkäkestoista kiusaamista peruskoulussa, osa vielä myöhemmin toisella asteellakin. Kaikissa tapauksissa kiusaaminen oli ollut vakavaa ja vahingoittavaa toimintaa, joka usein jatkui myös kouluajan ulkopuolelle. Kiusaamisen tapoja oli lukemattomia kuten esimerkiksi haukkumista, syrjimistä, naureskelua, juorujen levittämistä, omaisuuden rikkomista, tönimistä sekä lyömistä.

H3: ” Lähinnä se oli aluks niinku luokassa syrjimistä, mut sit se on eskaloitunu fyysiseks kiusaamiseks. Mua on mm tönitty ja sit koulumatkoilla mua on saatettu seurata kotiin asti ja huudella se matka tai heitellä jollain kivillä. Sitten vanhempana on ollu mm, sosiaalisessa mediassa kiusaamista ja ala-asteella on tullu kaikkia ilkeitä viestejä ja soittoja ja tommosia. Silloin kultaisina aikoina kun oli vielä irc-galleria, niin niinku kuviin käytiin kommentoimassa, että ruma lehmä että minkä takia sä laitat tällasia kuvia ja niinku kaikkee ihan älytöntä. Ja sit on joskus facebookin yksityisviesteillä tullut että tee muille palvelus ja tapa ittes.”

Joidenkin tutkimusten mukaan näyttäisi siltä, että kiusaaminen vähenee iän myötä. Pöyhönen (2021) kuvaa teoksessaan, miten kiusatuksi joutuminen vähenee tasaisesti yläkoulun loppuun saakka. Toisten kiusaaminen puolestaan vähenee alakoulussa viidenteen luokkaan asti, mutta kääntyy jälleen kasvuun kuudennen luokalla. Tarkastelemalla, miten ikä vaikuttaa kiusatuksi joutumiseen ja miten puolestaan toisten kiusaamiseen, saadaan erilainen käsitys asiasta. (Pöyhönen 2021, 36.) Hamarus ym. (2015) taas kuvaavat kiusaamisen usein kovenevan muodoiltaan, kun se on jatkunut pitkään. Tämä puolestaan johtaa siihen, ettei kiusattua arvioida enää ihmisarvon mukaan. Hänen ajatellaan ikään kuin ”ansaitsevan” kiusaamisen, ja koska hänellä ei ole ihmisarvoa, hänelle voidaan lopulta tehdä melkein mitä vain. (Hamarus ym. 2015, 21.)

Nuoruus on vahvasti itsen etsimisen ja identiteetin kehittymisen aikaa. Samanaikaisesti yhtä kiusattua kohti alkaa olla useampi kiusaava oppilas. Niiden nuorten, joita edelleen kiusataan yläkoulussa, tilanne on kestänyt jo vuosia, eikä puuttuminen ole tuottanut tulosta. Tästä näkökulmasta tarkasteltuna, yläkoulussakin kiusatuksi joutuvat nuoret ovat yhä hankalamassa tilanteessa. Tämä myös vaikuttaa yhä vahvemmin siihen, mitä nämä nuoret ajattelevat itsestään ja muista ihmisistä aikuisuutta kohti kasvaessaan. (Pöyhönen 2021, 36.) Pahimmillaan osa haastatelluista nuorista oli joutunut kiusatuksi koko koulupolkinsa ajan. Se on valtava pitkä aika nuoren ihmisen elämässä, ja joka ilman kiusaamistakin on varsin myrskyisää aikaa kenelle tahansa. Tällaisten kokemusten vaikutukset identiteetille ja nuoren minäkuvalle ovat merkittävät.

H2: ”Ammattikouluun mentäessä sellanen tietynlainen koulukiusaaminen alko uudestaan. Sanotaan et se tuntu paljon voimakkaammalta niinku shokilta, kun meet ihmisten joukkoon, joita oot ennen kattonu niinku ylöspäin iän suhteen, niin se tuli niinku shokkina et 16-18 vuotiaat voi olla yhtä brutaaleja kun niinku seitsemän vuotiaat.”

Kun kiusaaminen jatkuu, se tarttuu ja pinttyy. Kiusatusta keksitään uusia väheksyttäviä piireitä, nimitykset kovenevat ja usein myös leviävät kouluyhteisön ulkopuolelle. Kiusaamisen jatkuessa kiusatulle tuotetuista ominaisuuksista tulee yhteisön tapa tarkastella kyseistä oppilasta. (Hamarus ym. 2015, 36.) Mielestäni haastattelujen nuorten kokemuksista oli paikannettavissa myös se, miten iän myötä kiusaamisen muodot ottivat lisää kierroksia ja mukaan tuli yhä kovempia ja uudenlaisia tapoja kiusata. Esimerkiksi väkivalta vaikutti raaistuvan ja myös some tuli näkyvämpään osaan yläkoulussa ja toiselle asteelle siirryttäessä. Kiusatuista keksittiin juoruja ja valheita, joita levitettiin niin somessa kuin muutenkin. Huhut

liittyivät esimerkiksi raiskauksen uhriksi joutumiseen, nuorempien lasten ahdisteluun somessa ja päätyipä yksi kiusatuista jopa hetkellisesti psykiatriseen sairaalaan tutkittavaksi, kun hänen väitettiin suunnittelevan kouluampumista. Kaikki nämä täysin perättömiä, mutta vakavia aiheita.

H4: ” Omalta osalta koulukiusaaminen alko vasta yläasteella. Nimittelyä ja semmosta fyysistä, mulla niinku muutaman kerran niinku ranne murrettiin väkisin, ja noh lyömistä muutaman kerran ja radikaalein oli se, että multa pistettiin hiukset palamaan koulussa. ”

H9:”Sit lähti kiertään huhuja, että mut on raiskattu ja siihen yhdistettiin yks mun kaveri, jonka tunsin isoveljen kautta. Ja sitten tuli tämmönen, että minä olen keksinyt päästäni tämän, että hän on minut raiskannut.

H10:” Leviteltiin kaikkia juoruja, että oon vikitelly jotain pikkutyttöjä somessa, just jotain alakouluikäisiä.”

H4”Ja sittenhän siinä selvis, että joku oli soittanut hätäkeskukseen, että mä piiritän aseensa kanssa koulua. Poliisi otti meikäläisen kotoa kiinni, sitten paikallisen terveyskeskuksen kautta, missä lääkärin kanssa sitten asioita setvittiin ja missä lääkäri kans kyseli ja teki omat päätöksensä ja laitto mut sitten M1-lähetteellä xx mielisairaalaan, että mä oon niinku vaaraks toisille.”

Sosiaalisen median rooli nuorten elämässä, mutta myös kiusaamisen välineenä on kasvanut entisestään. Oikeastaan siitä on tullut yksi tuhoavimmista kiusaamisen muodoista, koska se on läsnä kiusatun elämässä kaikkialla vuorokauden ympäri. Sen myötä kiusaaminen ei siis rajoitu enää kouluuikaan tai koulumatkalle. Lisäksi se on kasvattanut kiusaamisen areenaa siten, että yhä useammat silmäparit voivat nähdä ja osallistua kiusaamiseen, mikä on omiaan lisäämään kiusaamiseen liittyvää nöyryytystä ja tuskaa. Pienistä huhuista lähtee herkästi kuvakaappauksia ja -muokkauksia eteenpäin sekä sovitaan tapaamisia ja tappeluitakin. Kun aikuisia ei ole läsnä, leimahtaa liekki helposti. Se, että ei mene somealustalle, ei ratkaise asiaa, sillä somessa voi tulla kiusatuksi, vaikka ei itse olisi siellä. Lisäksi somen sosiaalinen status vaikuttaa vahvasti myös reaali maailman statukseen nuorten keskuudessa. (Turkka & Saarholm 2023, 38; Holmberg-Kalenius 2024, 180.)

H10:” Kiusaaminen netissä oli päivittäistä. Arjessa viestejä tuli ehkä iltasin ja sit viikonloppusin taas ihan ympäri päivää.”

H11: ” Mulla oli pahimmillaan tuhansia kiusaajia netissä. Musta oli kokoajan julkaisuja ja näissä oli aina monta sataa viestiä, jossa ihmiset haukkuu mua ja yllyttää itsemurhaan. Se oli ihan kauheeta kun kiusaajia ei päässyt mihinkään karkuun, ne hyökäs mun kimppuun whatappissa, facebookissa, ja joka ikisessä somekanavassa.”

Nettikiusaaminen on merkittävä mielenterveyteen vaikuttava tekijä nuorten kohdalla. Tämä ei ole yllättävää, kun peilataan siihen, miten paljon nuoret viettävät aikaa sosiaalisessa mediassa. Se enemmin voi vahvistaa psykososiaalisia seurauksia, kuten masennusta ja ahdistuneisuutta. (Baier ym. 2018, 8.) Netissä tapahtuva kiusaaminen voi vaikuttaa harmittoimalta, eivätkä nuoret usein ymmärrä, että heidän toimintansa voi ylittää jopa rikoksen tunnusmerkistön ja he voivat joutua siitä vastuuseen. Yleensä tämä ilmenee kuvien tai perättömien huhujen levittämistä. Kiusaaminen voi alkaa kiusoittelumielessä, mutta riistäytyykin käsistä ja päädytään levittämään arkaluontoisia tietoja tai kuvia kiusatusta. Esimerkiksi arkaluontoisen kuvan lähettäminen voi olla yksityiselämää koskevan tiedon levittämistä ja herjaavat sanat puolestaan kunnianloukkauksia. Nuorten kehittymätön syy- ja seuraussuhteiden ymmärrys ja impulsiivisuus voivat ajaa nuoren turvautumaan laittomiin keinoihin konfliktitilanteessa. (Holmberg & Kalenius 2024, 62–63; Turkka & Saarholm 2023, 39.)

5 Kiusaamisen seuraukset

Kiusaamisella on vakavia terveysvaikutuksia, ja siitä aiheutuu huomattavia kustannuksia yksilöille, heidän perheilleen ja yhteiskunnalle kokonaisuudessaan. (Wolke & Lereya 2015, 6.) Pitkittyneillä koulukiusaamiskokemuksilla on todettu olevan yhteyttä työttömyyteen ja matalaan koulutustasoon, mielenterveyden ongelmiin, heikkoon sosioekonomiseen asemaan, rikoskäyttäytymiseen sekä päihteiden käyttöön. Eniten ongelmia on henkilöillä, jotka ovat sekä kiusanneet muita, että joutuneet kiusatuiksi. (Suomalainen tiedeakatemia 8.) Aineiston perusteella seurauksista on tunnistettavissa sairastuminen psyykkisesti, arvottomuuden ja häpeän tunteet, aggressiivisuuden ja koulupoissaolojen lisääntyminen sekä ylipäättään vuosia kestävä arvet. Kiusaaminen on lisäksi vaikuttanut kiusattujen luottamukseen toisia ihmisiä kohtaan ja vaikeuttanut uusien ihmissuhteiden luomista. Osa kuitenkin tunsi myös kasvaneensa vahvemmaksi ja sisukkaaksi kiusaamisesta selviytymisen ansiosta. Seuraavaksi tarkastelen kiusaamisen vaikutuksia ja vastaan samalla toiseen tutkimuskysymykseeni.

5.1 Psyykinen sairastuminen

Monet psyykkiset ongelmat alkavat nuoruusiässä ja osassa kyse voi olla ohimenevästä kehityksellisestä häiriintymisestä, jota voidaan kuitenkin pitää normaaliin kehitykseen kuuluvana. Joskus kyse on vakavasta psyykkisestä oireilusta, joka tulisi erottaa kriisikehityksestä. (Hietala & Kaltiainen & Metsärinne & Vanhala 2013, 58–60.) Koulukiusaaminen ja väkivalta aiheuttaa kokijoilleen monenlaista kärsimystä. Vakavia, ja usein pitkäaikaisia seurauksia on tutkittu kansainvälisestikin paljon ja on todettu muun muassa, että voimakas sosiaalinen ahdistus jättää aivoihin yhtä pysyvän jäljen kuin kiduttaminen ja fyysinen kipu. (Holmberg-Kalenius 2024, 13.) Kun kiusaaminen erilaisine muotoineen aiheuttaa kiusatussa monenlaisia oireita, ja kiusattu mielletään helposti psyykkisesti sairaaksi. Usein myös oletetaan, että perussyy kiusatun ongelmiin on hänen perhetaustassaan tai henkilökohtaisissa ominaisuuksissaan. (Hamarus ym. 2015, 21.)

Kiusaamisen vaikutukset voidaan jakaa kahteen ryhmään. Ensimmäiseen lukeutuvat akuutit reaktiot vallitsevaan kiusaamiseen ja näitä voivat olla psykosomaattiset oireet kuten vatsatai pääkipu, unettomuus, painajaiset, uupumus, itkuisuus, keskittymishäiriöt, ärtyneisyys, aggressiivisuus, ahdistuneisuus, masennus, pelokkuus ja arkuus. Kiusaaminen aiheuttaa

voimakasta turvattomuuden tunnetta, kun kiusatun on oltava jatkuvasti varuillaan, ja pelättävä, mitä seuraavaksi tapahtuu. (Hamarus ym. 2015, 53.)

H5:” Olin tosi alakuloinen ja jopa itsetuhoisen ajatuksen tasolla. Oli tosi vaikeeta nousta sängystä ylös, kun ei mua ollut olemassa sielä koulussa ja koulussa oleminen oli ihan kamalaa, että mä itkin usein välitunnilla vessassa ja mietin, että mikä mussa on vialla.”

H6: ”Tää kuulostaa tosi surulliselta, mutta mä vaan itkin. Ei mulla ollu oikein muuta tekemistä, mä vaan itkin kaiket päivät ja makoilin sohvalla masentuneena.”

H10: ”Tuli lievää masennusta siinä sit ja vanhemmille sanoin, et en mä haluu enää mennä kouluun ja haluan vaihtaa kouluu. Kyllä siinä ehkä sellasta vihaakin tuli niitä kiusaajia kohtaan.”

Akuuttien reaktioiden lisäksi kiusaamisen, kuten muutkin väkivaltakokemukset voivat aiheuttaa hyvin pitkäkestoisia ja laaja-alaisia sekä vakavia traumoja, joilla on koko elämän mittaisia vaikutuksia. Vaikutukset voivat kohdistua kiusatun itsetuntoon ja minäkuvaan, tai niitä voivat olla sosiaalisten tilanteiden pelko, paniikki- ja syömishäiriöt, eristäytyminen, itsetuhoiset ajatukset, itsemurhayritykset sekä erilaiset viittaukset mielenterveyden heikkenemiseen. Osa seurauksista, esimerkiksi viiltely tai syömishäiriö, voivat olla pyrkimyksiä lievittää pahaa oloa, mutta todellisuudessa ne eivät helpota oloa, vaan ovat päinvastoin vahingollisia. (Hamarus ym. 2015, 53; Mäntylä 2013, 31.) Aineiston nuorista yksi kertoi sairastuneensa syömishäiriöön todennäköisesti kiusaamisen aiheuttamana, kolme kuvasi oireilleensa itsetuhoisella käytöksellä ja kaikki kertoivat kärsineensä jonkinlaisista mielenterveyden tai itsetunnon haasteista.

H1. ”Ja mulla tuli kolmannella luokalla anoreksia, painoin pahimmillaan 19 kiloo. Anoreksian laukas todennäköisesti kiusaaminen. Et mä masennuin siitä niin paljon ala-asteella.”

H3: ” Sillojn mä rupesin niinku viilteleen ja olin niinku et no jos mä oon muutenkin niin ruma niin ei arvet ny enää yhtään rumempaa musta voi tehdä. Oikeestan ehkä silloin oli päällimmäisenä ajatuksena, että kun mua sattuu henkisesti niin paljon, niin mä otan sen mielummin fyysisenä.”

H9:” Se (viiltely) oli mulle jotenkin sellanen pakokeino, ainoa hetki, kun se henkinen kipu loppu, mikä on paljon suurempi ja pahempi kun se fyysinen kipu. Ja mä tavallaan pystyin siinä hetkessä siirtään sen henkisen kivun fyysiseen kipuun.”

5.2 Arvottomuuden ja häpeän kokemukset

Häpeä ja häväistyksi tulemisen kokemus on yksi olennainen piirre kiusaamisessa. Häpeä syntyy ryhmän tai yhteisön sosiaalisissa tilanteissa eli julkisesti, mutta se kärjistään yksin. Häpeä luokki usein kantajalleen syvää yksinäisyyden kokemusta. (Holmberg-Kalenius 2024, 34.) Aineiston perusteella häpeä ja arvottomuuden kokemukset ovat seuranneet kiusatuksi tulleita nuoria pitkälle aikuisikään ja vaikuttaneet heidän elämänsä kulkuunsa. Tuloksista ilmenee myös, että nuoret oireilivat ja voivat todella huonosti kiusaamisen aikaan. Useimmat kuvasivat kärsineensä masentuneisuudesta, ahdistuneisuudesta, muutama myös itsetuhoisuudesta. Arvottomuuden tunne kuvautui kuitenkin varsin armottomana ja syvänä tunteena.

H2:” Sanotaan et se herätti sellasen tunteen, tai hyvin pienestä pitäen et mä en oo minkään arvonen. Se tunne tuli hyvin nuorena hyvin voimakkaana, et nää ihmiset vihaa mua, mä en oo samanlainen kun muut, mä oon epänormaali, mä en oo ees ihminen.”

Kiusaamista kokeneet nuoret kuvasivat lähes poikkeuksetta syyllistäneensä itseään kiusaamisesta ja pohtineensa, mikä heissä on vikana sekä kokeneensa itsensä täysin arvottomaksi. Itsetuntoon vaikuttaa sosiaalinen vertailu ja määrittelemme itsemme hyvin pitkälti ryhmässä saamamme arvon kautta sekä sen perusteella hyväksytäänkö meidät vai ei. Joskus tämä vertailu auttaa omien taitojen ja ominaisuuksien arvioinnissa. Kiusaamisessa ei kuitenkaan ole kyse totuudenmukaisesta arvioinnista, vaan sen tarkoitus on satuttaa. Se vaikuttaa kiusatun itsetuntoon virheellisin perustein, ja muokkaa sitä niin alas kuin mahdollista. (Hamarus ym. 2015, 63–64.) Tavallisimmin vääristyneitä ajatuksia ovat juuri se, ettei kelpaa tai on vääränlainen. Kiusaajien sanomisesta tulee kiusatulle totuus ja pian ei tarvita kuin puolikas sana tai sopivaan hetkeen ajoittunut nauru, niin kiusattu uskoo, että hänestä ajatellaan taas pahaa. Moni kiusattu kysyy itseltään ”miksi juuri minä” ja tätä pohtiessaan, hyvin nopeasti mieleen tulevat kaikki kiusaajien lausumat sanat ja syy tuntuu löytyvän itsestä. (Holmberg-Kalenius 2024, 176–177.)

Henkiseen väkivaltaan kuuluva vähättely, nimittely, haukkuminen, uhkailu ja pelottelu heikentävät kohteeksi joutuneen itsetuntoa ja saavat hänet tuntemaan arvottomuutta. Alentunut itsetunto voi jättää ihmiselle pysyvän tunteen tappiolla olemisesta ja kokemuksen, että muut juonivat hänen selkensä takana. Alistettu löytää aina vian itsestään. Ihminen, joka kuulee jatkuvasti olevansa huono, alkaa lopulta uskoa siihen itsekin. (Hamarus ym. 2015, 63–64.)

Vakavimmillaan kiusaaminen saa nuoren yrittämään itsemurhaa. Alistuneisuuden ja huonon kokemuksen kokemukset välittyivät aineistossa esiintyneiden nuorten kertomuksista. Samoin myös ajatus siitä, että kiusaaminen on kiusatun omaa syytä tai johtuu jostakin, mitä hän on tehnyt tai sanonut. Kiusaamisen jatkuttua pitkään, totaalinen arvottomuuden kokemus oli omaksuttu osaksi identiteettiä, eikä tilanteesta nähty muuta ulospääsyä, kuin itsemurha.

H9: ” Sitä miettii kaikki, että mitä on sanonut, mitä on tehnyt, millanen ollut, että sitä niinku aattelee et vika on itsessä. Ei osaa yhtään kyseenalaistaa, että voisko se vika olla jossain muualla, et sit se etti siitä omasta käyttäytymisestä, tai mitä on sanonut tai puhunut tai millanen ollu.”

H3: ”Sit mä tulin siihen pisteeseen, et mä en jaksa enää. Mä pidin itseäni arvottomana ihmissyöpänä. Mä olin vaan sillain, et mitä mä tuun saamaan elämälläni aikaan, en yhtään mitään. Kaikki muut näkee mut arvottomana niin miks mä en näkisi ite itteeni. Ja sit mä yritin siinä kohtaa tappaa itteni.”

Kiusaamisen vääristämät ajatuksesta niin itsestä kuin muista voivat seurata kiusattua pitkälle aikuisikään asti. Ajatuksille on tyypillistä, että ne sisältävät rajoittavia sanoja, kuten ”ei koskaan”, ”aina”, ”kaikki” tai ”ei kukaan”. Ajatusvääristymät vahvistavat yksinäisyyden- ja ulkopuolisuuden tunnetta. (Holmberg-Kalenius 2024, 178.) Ne saattavat myös värittää kiusatun ajatuksia kiusaamisen lopullisuudesta ja saada tilanteen näin tuntumaan toivottomalta. Itsetuhoisille ajatuksille altistavien tekijöiden, kuten kiusaamisen, ja siihen puuttuminen voivat ehkäistä itsetuhoisia ajatuksia, ja itsetuhoista käyttäytymistä sillä itsetuhoisten ajatusten on todettu ennakoivan itsemurhayrityksiä ja itsemurhia (Heikkilä ym. 2012, 100).

5.3 Kiusaamisen synnyttämä aggressio ja vaikutukset koulupoissaoloihin

Kiusaamisen taustalla vaikuttavat monet sosiaalisen vuorovaikutuksen mekanismit ja kiusaamisessa ne toteutuvat miellyttämällä, samaistumalla muihin ja toteuttamalla kiusaajan käskyjä pelon vuoksi. Kiusattu tarkkailee alati kiusaajan mielipidettä ja muuttaa itseään tämän mukaan jatkuvasti. Kiusattu voikin alkaa esittää täysin erilaista roolia tai luoda itselleen identiteetin, joka poikkeaa täysin siitä, millainen hän oikeasti on. Tämä kuitenkin harvoin auttaa, sillä mikään tietty piirre tai ominaisuus ei ole kiusaamisen todellinen syy. Kiusaamiselle voidaan aina keksiä uusi peruste. Osa kiusatuista voi muuttua niin, että alkavat itse kiusata toisia. Tästä aiheutuu usein syyllisyyttä, kun tietää aiheuttavansa pahaa oloa muille. (Hamarus ym. 2015, 58.) Aineistosta käy ilmi, että osa nuorista pyrki hakemaan arvostusta ja muuttamaan käytöstään kovemmaksi olemalla itse aggressiivisempi. Tämä näkyi toisten kiusaamisena tai aggressiivisena käytöksenä, kuten tuolien heittelynä luokassa. Pahaa oloa saatettiin purkaa myös päihteidenkäyttöön sekä varasteluun.

H3: ”Päätin että kun meen yläasteelle niin asiat tulee muuttuun ja mä näytän vielä. Se eskaloitu siitä, et eka mä näytin etten välitä siitä kiusaamisesta, siihen, et mä rupesin itte kiusaan. Silloin tuli kerrankin vahva olo, että en anna kiusaajille valtaa ja sit mä otin itte sen vallan periaatteessa, mutta tosi väärin. Mä en voi kieltää, se tuntu siinä kohtaa hyvältä ja oli että jes mä en tullut enää ite kotiin mustelmilla ja ruhjeilla. Mutta silti henkisesti mulla oli tosi tyhjä olo. Et just se kun itte alentu sille tasolle, mä halveksin tosi paljon niitä mun kiusaajia.”

H1. ”No kasiluokan alotin, ja mä en tiä oikein minkä takia mua siellä nimiteltiin. En mä sillain oikein tavallaan reagoinu siihen mitenkään. No ei se kovin hyvälekkään tuntunut, mut emmä vaikuttiko se sitten siihen, että mä aloin niitä koepapereita pistämään tuleen ja viskelemään tuoleja ja muutuin ihan kokonaan. Kun en mä tiedä halusinko olla kovempi. Ja että en oo enää se herkkä. Se muutos tapahtu oikeestaan, kun olin kyllästynyt aina olemaan se ketä ei arvosteta.”

Epäoikeudenmukaisuuden ja vääryyden kokemukset herättävät vihaa. Samoin uhka, pelko ja stressaavat tilanteet. Ei siis ole lainkaan yllättävää, että viha on tyypillinen reaktio. Se ei ole pelkästään kielteinen asia, sillä vihan tunne voi suojella kiusattua loukkauksilta ja vääryydeltä sekä antaa voimaa ja rohkeutta toimia, silloin kun pitää toimia. (Pöyhönen 2021, 64–65; Hamarus 2015, 75.) Katkeruus puolestaan syntyy alistumisen ja avuttomuuden kokemuksista, ja kiusattu voi kokea, ettei voi vaikuttaa omaan elämäänsä eikä hallitse sitä. Kostonhalu kumpuaakin tarpeesta kokea oikeudenmukaisuutta. (Hamarus 2015, 77–79.)

Myös osa kiusatuista kuvasi kokeneensa halua ”antaa takaisin” tai kostaa tavalla tai toisella kiusaajille. Radikaaleimpia ajatuksia olivat kouluampumiseen liittyvät ajatukset, joita yksi nuorista kertoi kokeneensa. Useimmiten kiusatuksi joutuminen johtaa vetäytymiseen ja yhä vähäisempään aggressiivisuuteen. Kiusatuksi joutuneen henkilön myöhempää aggressiivisuutta enteilee kuitenkin se, jos tapahtumia ei käsitellä ja kiusattu jää yksin niihin liittyvien negatiivisten tunteiden kanssa. Nuorisopsykiatrisen erikoissairaanhoidon arvioon lähetetyistä, koulusurmalla uhkailleista henkilöistä 44 % ilmoitti motiivikseen koston ja kosto liittyi kokemukseen kiusatuksi tulemisesta. Heistä 31 % halusi itsekkin kuolla ja 4 % ilmoitti, että kyseessä oli vitsi. (Suomalainen tiedeakatemia 2024, 4–5.)

H2: ”Tietys vaiheessa, just niinku yläasteelle mennessä tuli sellanen asenne, et se koko ympärillä oleva paikka muodostu sellaseks vankilaks, niinku keskitysleirimäiseks paikaks et siellä pääsi näkemään sen pahuuden ruumiillistuman. Et alko vihaamaan kanssa olevia ihmisiä. Se toi sen ajatuksen, et entä jos mä en jaksa kääntää sitä toista poskee, et mä en halua tehdä sitä. Et mä en halua olla vieras sika jota lyödään et mun on pakko antaa takas.”

H2: ”Et mä pystyin näkeen itteni niinku toisen persoonan kautta, et mä yhtäkkiä vaan nousisin siitä pulpetista ja ottaisin asean ja kävisin yks kerrallaan vaan ampumaan niitä ihmisiä.”

Kouluampumisten ja muiden ääritekojen taustalla on lähes aina pitkään jatkunut kiusatuksi joutuminen. Koulukiusatuksi tuleminen ei kuitenkaan ole henkirikokseen ryhtymisen yksiselitteinen syy, vaan nuorten väkivallan taustalla on sekä yksilö- että ympäristötekijöitä. Tekijöillä on todettu olevan mielenterveydenhäiriöitä sekä esimerkiksi olevan puutteellinen impulssikontrolli sekä haasteita sanallisessa suoriutumisessa sekä tunteiden käsittelyssä. Suomalaisten koulusurmilla uhkailleiden nuorten tutkimuksessa vain 8 % oli psyykkisesti terveitä. Yleisimmin taustalla oli masennus, käytöshäiriö ja erilaiset kehitykselliset häiriöt sekä autismikirjon häiriö. Yli puolella sen sijaan voitiin todeta puolen vuoden sisällä uhkauksen tekemisestä stressaava elämäntilanne, esimerkiksi vanhempien mielenterveys- ja päihdeongelma. (THL 2024; Suomalainen tiedeakatemia 2024, 4–5, 7.) Aggression tunne ei kuitenkaan ole sama kuin aggressiivinen teko, ja aggression tunteminen kiusaamisen seurauksena on täysin inhimillistä.

Kiusaamisen kielteiset vaikutukset voivat näkyä myös poissaoloina tai jopa kokonaan koulusta pois jäämisinä. Suurin riski koulun keskeyttämiseen on niillä lapsilla ja nuorilla, joilla ei ole saatavilla riittävästi kodin ja lähipiirin tukea opintoihin. Myös koulussa koetut vaikeat

tilanteet ja ihmissuhteet aiheuttavat pahoinvointia, mikä puolestaan lisää koulukäymättömyyden riskiä lähipiiriin tuesta huolimatta. Psykkistä oireilua lapsille ja nuorille aiheuttavat muun muassa koulussa koettu yksinäisyys ja ulkopuolisuus, kuormitus ja stressi, vaikeat ihmissuhteet sekä konfliktit, kiusaaminen ja kouluväkivalta. Tällaiset kokemukset aiheuttavat vakavimmillaan arvottomuuden tunteita ja elämänhalun menettämistä. (Äärelä & Ruutu 2023, 89.)

H1: ”Sen jälkeen jäin vaan kotiin, enkä halunnut enää koskaan mennä kouluun. Mulle tuli paljon poissaoloja ja sen jälkeen muut oppilaat rupes mietiskelemään minkä takia oon pois.”

H6: ”Aloin lintsaille sen jälkeen ja siihen asti ekat luokat en ollut lähes ollenkaan pois. Vitosluokan jälkeen en ollut melkein ollenkaan koulussa. Ei kyselty perään, ei kerrottu luokkaretkistä, kevätjuhlista tai mistään. Lukkiuduin kotiin.”

On luonnollista vältellä paikkaa, jossa on joutunut kokemaan väkivaltaa ja jossa on suojattomassa asemassa. Kouluun menemisestä kieltäytyminen on siis ymmärrettävä reaktio ja ratkaisuyritys ahdistavaan tilanteeseen. (Holmberg-Kalenius 2024, 157.) Ruutu & Jahnukainen (2023) kertovat huomiostaan, jonka mukaan koulun ammattilaiset arvioivat poissaolojen keskeisimmiksi syiksi oppilaaseen liittyvät tekijät, esimerkiksi psyykkisen oireilun tai epämääräiset fyysiset oireet, kun taas nuoren tai vanhemman näkökulmasta psyykinen ja fyysinen oireilu oli enemmänkin seurausta koulun maailman paineista ja ongelmista kuin syy kouluikämyttömyyteen. (Ruutu & Jahnukainen 2023, 3.) Kiusaamisesta aiheutuva pelko voi myös johtaa inhoon koulua kohtaan, eikä kiusattu esimerkiksi hakeudu samaan jatko-opintopaikkaan kiusaajan kanssa tai jättää opinnot sikseen. Kiusaaminen vaikuttaa näin myös opintoihin ja ammatinvalintaan. (Hamarus ym. 2015, 53.)

H4: ” Sehän ohjas mut sitten niinku vähän sivuraiteille ja työllistyin, että mä niinku perustin oman kuljetusliikkeen jota pyöritin melkein 5 vuotta. Nyt sit tänä keväänä ajoisin sen homman alas ja myin sen pois ja nyt lähin taas opiskeleen kun alko vasta tuntuun, että nyt tietää niinku mitä oikeesti elämältä haluaa ja uskaltaa tehdä sen.”

Poissaoloihin puuttuminen ja ennakoivat toimenpiteet auttavat nuorta useimmiten selviytymään koulunkäynnistä. Mitä varhaisemmassa vaiheessa tilanteeseen puututaan, sitä helpompi nuoren on jatkaa koulussa käyntiä ja pysyä muiden tahdissa. Poissaoloista seuraa usein kierre, sillä kun opinnoissa tulee vaikeuksia ja nuorelle kasaantuu tekemättömiä tehtäviä, jolloin seuraa lisää poissaoloja. Koulupoissaolot eivät aina merkitse lintsamista tai

laiskuutta, vaan ne voivat kertoa nuoren huonosta psyykkisestä voinnista. Aikuisten tulisikin herätä nopeasti, mikäli nuoren poissaolot lisääntyvät. (Hietala ym. 2010, 66–67.)

5.3 Vuosien arvet

Kiusatut kuvasivat kiusaamisen jättäneet arvet, jotka vaikuttivat vielä vuosienkin päästä heidän elämäänsä. Haastatellut nuoret kuvasivat kiusaamisen näkyvän vaikeutena luottaa toisiin ihmisiin, hylätyksi tulemisen pelkona sekä itsetunnon haasteina. On myös olennaista ymmärtää, etteivät kiusaamisen vaikutukset lopu kiusaamisen loppumiseen, usein oireilu itseasiassa alkaakin vasta myöhemmin. Toistuvasti hylätyksi tulemisen stressivaikutukset keskushermostoon ja sitä kautta persoonallisuuden kehittymiseen ovat suuret. Kiusatuilla saattaa ilmetä akuutin stressireaktion oireita, kuten korostunutta valppaustilaa, pelko- ja puolustusreaktioita, ahdistusta, lamaantumista, vetäytymistä sekä psykosomaattista oireilua kun ti-coireilua. Oireilulle tulisikin antaa tilaa ja ymmärtää, mistä se johtuu. (Holmberg-Kalenius 2024, 180–187; Hamarus ym. 2015, 69.)

H5: ”Kyllä se on ihan trauma, jota on pitänyt terapiassa käsitellä. Et se on vakava trauma, jolla on kauaskantoiset vaikutukset ja edelleen kärsin päivittäin joistain siihen liittyvistä asioista, vaikka helpottaa tietysti päivä päivältä.”

Kiusaaminen tekee kiusatusta epävarman sekä itsestään, että muista ja kiusatut kärsivätkin usein itsetuntoon liittyvistä ongelmista. Kiusattu on herkistynyt vuosia kestäneelle jatkuvalla tarkkailulle ja arvostelulle, joten pienikin viittaus ominaisuuteen, josta häntä on aiemmin kiusattu voi aiheuttaa ahdistusta. Keskeisiä ovat myös sosiaalisten tilanteiden pelot ja toisaalta yksin jäämisen pelko, jota ilmentävät tunteet hylätyksi tai petetyksi tulemisesta tai vaikeudesta solmia pysyviä ihmissuhteita sekä luottaa toiseen ihmiseen. Kiusattu voi pelätä, että hänessä havaitaan jälleen, jotakin, mikä estää ystävyuden ja ryhmään pääsyn. (Hamarus ym. 2015, 68; Mäntylä 2013, 31.) Ihmissuhteisiin liittyvä epävarmuus ja luottamusvaikeudet näyttäytyivät aineiston perusteella vahvimmin kiusattujen elämässä pysyviltä seurauksilta. Muunlainen oireilu oli saattanut vähentyä tai jopa hävitä, mutta epävarmuus itsestä vaikutti vielä varhaisaikuisuudessakin.

H9: ”Se vaikuttaa edelleen siten, et mulla on vieläkin tosi helposti sitä pelkoa, että joku ajattelee jotain pahaan tai muuta, ihan vaikka mun perheenjäsen tai ystävä, jos se

on vaikka yhden päivän vähän erilainen. Et sit mulla saattaa tulla niin, et mä vaan jotenkin romahdan ja ajattelen, et se kaikki alkaa uudestaan.”

H7: ”Sillä tavalla ehdottomasti, että ihmissuhteiden luominen on paljon vaikeempaa. Elikkä se, että päästää ihmisiä, siis mähän oon hirvittävän sosiaalinen ulospäin, mutta justiinsa se, että jos joku haluaa päästä vielä pikkusen lähemmäks elikkä tutustumaan siihen, että kuka minä oikeasti olen ihmisenä, niin sinne ei pääse juuri oikein kukaan.”

Nuoruuden kehitysvaiheessa ollaan erityisen herkkiä sosiaaliselle paineelle ja vaikea sosiaalisiin tilanteisiin liittyvä ahdistus voi haitata koulutyötä monin tavoin. Esimerkiksi ruokailutilanteet, ryhmätyöt tai esitelmien pitäminen voivat olla pelottavia kokemuksia. Aineiston nuoret kuvasivat sitä, miten kiusaaminen alkoi vaikuttaa vapaa-ajan viettoon ja tietyt paikat tai tilanteet saattoivat aiheuttaa paniikkioireilua ja tilanteiden välttelyä. Välttelykäyttäytymisen on yksi traumakokemusten aiheuttamista reaktioista ja voi ilmetä esimerkiksi tiettyjen tilanteiden, paikkojen tai ihmisten välttelynä. Pelottavien ja epävarmuutta aiheuttavien tilanteiden välttäminen on toisaalta myös selviytymiskeino, joka vähentää stressiä. Pitkällä tähtäimellä, siitä saattaa kuitenkin tulla automaattinen tapa, jolloin se voi muuttua toimintakykyä estäväksi ja elämänpiiriä kaventavaksi. Tilanteiden muuttaminen nuoren kannalta helpommaksi sekä onnistumisen kokemusten mahdollistaminen auttavat pitkällä tähtäimellä paremmin. (Holmberg-Kalenius 2024, 184.; Hietala ym. 2010, 77.) Muutamat nuorista kuvasivat kärsineensä erilaisista peloista ja paniikkioireilusta, jotka laajenivat koulun ulkopuoliseen elämään.

H6: ”Ulos meneminen oli pelottavaa. Kouluaikana mä en pystynyt meneen ulos, koska vapaa-ajalle ne koulukiusaajat hengailivat just siellä alueella, niin mulle oli jäänyt traumat, siitä et mä en pystynyt menee ulos kun mua pelotti et mä nään ne kiusaajat.”

H7: ”Se on yllättävän siis rankkaa ja pelottavaa, kun alkaa ne ensimmäiset kohtaukset tulemaan, että ei ymmärrä niinkun mitä siinä omassa kehossa ja mielessä tapahtuu sillä hetkellä. Ja sitä rupee niinkun pelkäämään. Ja tavallan kun sitä, rupee pikkuhiljaa yhdistämään, että minkälaisissa tilanteissa niitä tulee, niin rupee niitä välttelemään ja sitten siltikin tulee niitä kohtauksia ja tulee sellanen entistä arempi. Että, ei oo enää pelkästään ne ihmiset ympärillä ketä pelkää, vaan sitä pelkää vähän niinkun itseensä.”

Kiusaamisesta aiheutuvaan oireiluun, kuten välttelykäyttäytymiseen ja vetäytymiseen voi olla haasteellista puuttua. Usein vertaistuki ja oivallus siitä, ettei ole ainoa, joka kamppailee vastaavien kokemusten kanssa auttavat. Lisäksi pelkojen ja esteiden juurisytyt tulee selvittää sekä työstää vääristyneet ajatukset ja käsitykset itsestä. Aito kohtaaminen luo kiusatulle

luottamusta, jonka avulla voidaan vähitellen lähteä altistamaan turvallisella tavalla erilaisille haastavilta tuntuville tilanteille. (Holmberg-Kalenius 2024, 186–187.) Jälkityön merkitys esimerkiksi yhteiskunnasta syrjäytymisen ehkäisemiseksi onkin usein tarpeen pitkittyneistä kiusaamistilanteista selviytymiseksi. (Hamarus 2015, 81.)

6. Puuttumisesta ja selviytymisen tavoista

Kiusaamiseen puuttuminen ja sen vaikeus nousevat aina esiin kiusaamisesta puhuttaessa, ja myös aineistosta kävi ilmi, että nuorilla oli hyvin erilaisia kokemuksia puuttumiseen liittyen. Osa oli kokenut saavansa apua ja tukea koulun henkilökunnalta, kun taas joidenkin kokemuksissa koulun aikuiset olivat enemmänkin lähteneet kiusaamiseen mukaan.

Yleinen kiusaamiseen liittyvä negatiivinen muisto onkin se, ettei kukaan välittänyt. (Pöyhönen 2021, 52.) Kiusaamisen vähättelystä ja ohittamisesta maksavat kovaa hintaa paitsi kiusatut, myös toisia kiusaavat lapset, joiden avun tarve myös ohitetaan. (Holmberg-Kalenius 2024, 10.) Monet kiusatuista kuitenkin kuvasivat voivansa nykyään hyvin ja pitivät tärkeänä luoda uskoa kiusaamista kokeville nuorille; tilanne ei ole pysyvä ja ikuinen.

6.1 Puuttumisen tavoista ja toipumisesta

Nuorten konfliktit saattavat pysyä pitkäänkin piilossa aikuisilta, mutta mikäli ne tulevat ilmi, tulee niihin suhtautua vakavasti. Konfliktien syyt voivat olla aikuisen näkökulmasta vaikeasti ymmärrettäviä, esimerkiksi, että joku on katsonut toista ilkeästi. Kiusaaminen ei koskaan näyttäydy koko muodossaan aikuisille. Tämä ei kuitenkaan anna aikuiselle oikeutta sivuuttaa lapsen tai nuoren kokemusta kiusatuksi joutumisesta. Epäkohtana voidaankin pitää sitä, jos lapsen subjektiivinen kokemus ei riitä kiusaamisen toteamiseksi. Kun kiusattu rohkaistuu kertomaan kiusaamisesta, on tärkeää, että aikuinen suhtautuu asiaan vakavasti. Jos lapsi kertomisesta huolimatta torjutaan, hän ei todennäköisesti enää uudelleen kerro aikuiselle kokemuksistaan. Aikuisen uskottavuus lapsen silmissä kärsii, ja lapsen käsitys oikeudenmukaisuudesta ja luottamuksesta horjuu. (Mäntylä ym. 2013, 19; Turkka & Saarholm 2023, 39.)

H6:” Se mullisti mun maailman, koska oli aina pienenä opetettu, että aikuiset auttaa jos on hätä. Mut sit kun tapahtu tällänen tilanne, et mä tarvin tukea ja sit kun mä en saanut sitä, niin se mullisti pienen lapsen maailman.”

Koulun henkilökunnan, erityisesti opettajien asenteet ja käyttäytyminen ovat ratkaisevia kiusaamisen estämisessä ja kontrolloinnissa. Tiedetään, että nuorilla on kynnys kertoa kokeestaan kiusaamisesta ja yksi puuttumisen haasteista onkin, etteivät kiusaamistapaukset tule koulun aikuisten tietoon. Opettajat ovat asemansa vuoksi ainutlaatuisessa asemassa, josta käsin voidaan ymmärtää oppilaiden keskinäistä dynamiikkaa sekä vaikuttaa luokan normeihin. Opettajalla on mahdollisuus luoda myönteistä ja kiusaamisen vastaista ilmapiiriä, puuttua kiusaamiseen sekä osoittaa tukensa kiusatulle. Esimerkin voima on valtava. Oppilaat, jotka kokevat opettajansa olevan selkeästi kiusaamista vastaan, kertovat kiusatuksi joutumisesta aikuiselle useammin, kuin oppilaat, jotka kokevat opettajan asenteet epäselvemmiksi tai jopa kiusaamisen hyväksyviksi. Opettajan toiminta ikään kuin ohjaa sitä, miten luotettavina aikuiset nähdään. (Pöyhönen 2021, 145.) Myös osassa aineiston nuorten kokemuksissa kuului puuttumattomuus ja kiusatun kokemusten mitätöinti. Kertomuksissa kuvattiin, että opettaja ei selkeästi ole puuttunut luokassa syntyneisiin tilanteisiin tai on omalla toiminnallaan saattanut saada nuorelle tunteen, että on lähtenyt kiusaamiseen mukaan.

H7: ”opettajat on niinku mahdollistanu sen kiusaamisen elikkä siihen ei oo puututtu ja sitten se, että on saatettu jopa lähtee siihen mukaan. Että, jos ei oo esimerkiksi yhtäkkiä johonkin kysymykseen antaakaan sitä vastausta, niin sit aletaan painostaa ja muut luokasta alkaa huutaa siihen perään.”

H5: ” Mun mielestä jos joku kokee, että häntä kiusataan niin se pitäis ottaa totena se kokemus ja mun kokemus vaan mitätöitiin. Eikä haluttu nähdä sitä, että mun kaverit on ollu mun kavereita viis vuotta, mutta yhtäkkiä mua syrjitään. Että, ei jotenkin haluttu nähdä sitä, että ei ollu kyse siitä, etteikö mulla olis kavereita, vaan siitä, että mun kaverit alko kiusaamaan mua, eikä kukaan halunnu lähtee selvittää sitä. Että, ehkä olis vaan voinut lähtee siitä, että olis kuunneltu mua ja lähtenyt selvittää sitä asiaa.”

Kiusatun kokemusten vähättely on valitettavan usein läsnä, mikä puolestaan saa kiusatun epäilemään omien kokemustensa oikeellisuutta ja vaikuttaa häpeän syntymiseen, jolloin hän herkästi sulkeutuu. (Holmberg-Kalenius 2024, 36.) On monia syitä siihen, miksei koulun henkilökunta puutu kiusaamiseen. Opettajien näkökulmasta kiusaamista voi olla vaikea huomata tai heitä harhautetaan, jolloin opettaja ei näe kiusaamistilanteita, vaikka ne tapahtuvat hänen silmiensä edessä. Opettaja saattaa myös unohtaa kiusaamistilanteet arjen kiireiden keskellä tai hänestä saattaa tuntua, ettei hänellä ole työkaluja puuttumiseen. Lisäksi aikuisten on helppo vähätellä kiusaamista ja lasten välistä väkivaltaa, suhtautumalla tilanteisiin ”älä välitä niin ne lopettavat” tai ”rakkaudesta se hevonenkin potkii” -tyyppisesti. Kiusatun

näkökulmasta on ongelmallista, että kiusaamiseen puuttuminen voi olla kiinni henkilöstä. (Mäntylä 2013, 104-105; Holmberg-Kalenius 2024, 19.)

H5: ”Ulossulkemista kesti koko kuudennen luokan ajan, enkä saanut vaihtaa luokkaa, vaikka yritin. Koulukuraattori piti sellaisen tilaisuuden, jossa se laittoi kaikki kiusaajat pöydän ympärille ja ne niinku lyöttäyty yhteen ja tuntu, että se kuraattori meni siihen mukaan ja mun kokemus mitätöitiin täysin. Ja sitten se kuraattori laittoi kaikkien osallistujien vanhemmille julkisen Wilmaviestin, että hänen mielestään xx ei kiusata.”

Myös ympäristöllä on merkitystä kiusaamiseen puuttumisessa. Erityisesti some ja internet on haastava ympäristö puuttumisen näkökulmasta. Opetushallituksen (2020) mukaan opettajien tulee puuttua myös verkossa tapahtuvaan kiusaamiseen silloin, kun se tapahtuu kouluajalla, kouluun liittyvässä toiminnassa ja kun osallisena on koulun oppilaita. (Laitinen ym. 2020, 21.) Todellisuudessa koulujen mahdollisuudet puuttua nettikiusaamiseen ovat melko vähäiset. Koulu voi kuitenkin ohjata nuorta tekemään rikosilmoituksen poliisille.

H11: ”Koska osa mun nettikiusaajista on mun kans samassa lukiossa niin mä kysyin mun koululta viime vuonna et pystyiskö he auttaan mua jotenkin. Ni koulu sit vaan pahotteli, et he ei pysty tekemään mitään koska kiusaaminen tapahtuu vapaa-ajalla ja netissä. He suositteli et mä tekisin rikosilmoituksen näistä.”

Onneksi on myös paljon tilanteita, joissa kiusaaminen on otettu tosissaan ja saatu loppumaan. Myös aineiston nuorilla oli hyviä kokemuksia puuttumisesta. Kiusaamistilanteiden ratkaisuissa keskeisintä on vastuullisen aikuisen toiminta kiusatun tukena ja avainhenkilönä. (Nyström 2018, 24.) Tärkeintä on, että se henkilö, kenelle lapsi tai nuori kertoo tullessaan kiusatuksi, on läsnä ja kuuntelee, suhtautuu tilanteeseen vakavasti ja puuttuu siihen asian vaatimalla tavalla sekä koulussa päätetyn linjan mukaisesti. (Haanpää & Lahtinen, 2021, 123.)

H5: ”yläkoulussa sitten mun uus ryhmänojaaja, kun vaihdoin luokkaa ja yläkoulun kuraattori teki siitä kiusaamisesta sitten lopun.”

Kiusaaminen ei tapahdu sosiaalisessa tyhjiössä, vaan se kietoutuu sosiaalisiin verkostoihin. Kiusaamista on todettu ehkäisevän esimerkiksi sellainen positiivinen koulun ilmapiiri, jossa säännöt ovat opiskelijoiden mielestä johdonmukaisia ja opettajat puuttuvat sääntörikkomuksiin. (Heiskanen ym. 2021, 52.) Kiusaamiseen on ehdottomasti tärkeää puuttua välittömästi,

kun ensimmäiset pienetkin merkit on nähtävissä. Yhtäkään ilkeää lausetta tai ikävää tilannetta ei saa jättää selvittämättä, sillä selvittämättä jättäminen antaa viestin, että kyseinen toiminta hyväksytään. Koskaan ei kuitenkaan ole myöhäistä puuttua ja tärkeintä on, että siihen puututaan, eikä anneta periksi, ennen kuin se loppuu. Puuttumisen on oltava voimakasta ja intensiivistä. Yhdellekään oppilaalle ei ole epäselvää, mitä seuraa, jos kohtelee toisia huonosti. Lasten ja nuorten on ymmärrettävä seuraukset laajemmin, kuin vain kurinpidollisesta näkökulmasta. Puuttuminen voi tarkoittaa muun muassa ryhmäkeskusteluja, yksilökeskusteluja, jälki-istuntoja, vanhempien tapaamisia sekä moniammatillista yhteistyötä eri tahojen kanssa. Joissakin tilanteissa selvittämiseen osallistuvat myös poliisi ja lastensuojelu. (Holmberg-Kalenius 2024, 47.)

6.2 Mitä pitäisi tehdä?

Haastatellut nuoret nostavat esiin kokemusten todeksi ottamisen tärkeyden sekä tiedon lisäämisen. Samaa toistavat myös asiantuntijat ja aiemmat tutkimukset aiheesta. Kiusaaminen on aina subjektiivinen kokemus ja jokaisen oppilaan tulisi saada kertoa itse oma tarinansa. (Haanpää & Lahtinen 2021, 123.) Kiusaamisen havaitseminen ei ole aina helppoa, mutta ei ole siitä kertominenkaan kiusaamista kokeneelle. Tilanteisiin ei myöskään välttämättä löydy yhtä ja oikeaa vastausta tai ratkaisua välittömästi. Tietoa tulee tiipoittain ja sen vuoksi selvittelyn tuleekin olla systemaattista ja jatkuvaa. (Nyström 2018, 11, 21.) Oleellista on, että kiusatun ihmisarvoa kunnioitetaan ja hänen kokemuksensa otetaan todesta. Hänen kokemustaan on kuunneltava sellaisena, kuin hän haluaa sen kertoa, koska juuri sellaisena se on totta hänelle. (Hamarus 2015, 92.)

H5: ” pitää ottaa aina todesta, jos joku kokee, kokemus on aito, kuunnella ja tukea sitä ihmistä.”

H9: ”Kyllä me perheen kanssa pohdittiin, että totta kai sitä olettais, että koulu puuttuisi siihen kiusaamiseen niin, että kiusaajat otettais puhutteluun. Ja jos ne ei rupeis siitä ratkeemaan, että asiaa käsiteltäis niin pitkään, että se on hoidettu. ”

Ajattelen, että parasta ennaltaehkäisyä on keskusteleminen ja tiedon jakaminen. Tällä tarkoitan avointa keskustelua oppilaiden kanssa kiusaamisen syistä ja seurauksista, jo siinä vaiheessa, kun ongelmia ei vielä ole. Kun kiusaamisen dynamiikkaa avataan oppilaille, heidät voidaan saada näkemään ja ymmärtämään ilmiön ydin. Kiusaaminen on kipu yhteisössä, eikä se saa alkuaan kiusatun ominaisuuksista. Ilmiön avaaminen tuo kiusaajan

tarkoituserän auki ja avoimuus vie valtaa piiloiselta vallankäytöltä. Lisäksi ilmiön ymmärtäminen suojaa kiusattua. Kun tieto kiusaamisesta lisääntyy, se auttaa kiusattua suhteuttamaan kokemansa laajempaan perspektiiviin ja vahvistuu siten käsitys siitä, ettei hänessä ole mitään vikaa. (Hamarus ym 2015, 39, 99.)

H9: ” ”Meidän pitää alkaa koko ajan vaan nuoremmille ja nuoremmille puhumaan siitä, että se on väkivaltaa, ja se ei oo ok. Asioista pitää viimeistään nyt alkaa puhumaan jo suoraan ja niinku valistaa ja kertoa aina vaan nuoremmille ja nuoremmille, koska sitä rupeaa tapahtumaan, sitä raakaa kiusaamista jo tosi nuorena.”

H11: ”Mun mielestä nettikiusaaminen on pahempaa kun reaali maailmassa tapahtuva, koska monet tuhannet näkee sen ja kiusaajia tulee kokoajan lisää, eikä kukaan voi auttaa sua. Nettikiusaamisesta pitäisi puhua huomattavasti enemmän et vanhemmatkin ihmiset ymmärtää, mitä netissä tapahtuu. Ja mun mielestä täytyy tehdä joku muutos tähän, et koulut ei pysy yhtään tän somen kehityksen mukana ja mä luulen et tulevaisuudessa koulukiusaaminen tulee tapahtuun pääasiassa pelkästään netissä.”

Koulun johtamisen tärkein tehtävä on huolehtia koko koulun toimintakulttuurista, joka perustuu lasten oikeuksiin ja tasavertaisuuteen. Arvostavalla johtamisella voidaan vaikuttaa asenteisiin ja käytänteisiin, joilla on suora vaikutus oppilaisiin. Tehtävä on paitsi rehtorilla, myös opettajalla omassa luokkayhteisössään ja kaikilla kouluyhteisön jäsenillä. Aikuisilla tulee olla rohkeutta puuttua tilanteisiin välittömästi, jos he huomaavat epäkunnioittavaa puhetta ja toimintaa. (Korpela-Liimatainen & Tauriainen 2023, 221.) Koulun ilmapiiri vaikuttaa paljon siihen, miten oppilaat osaavat pyytää apua tai myös antaa sitä toisilleen. Onkin tarpeen tarkastella, millainen kommunikaatio- ja puhekulttuuri kouluun on muodostunut. Kenet se ottaa huomioon, kenet jättää ulkopuolelle. Kuinka paljon koulussa pilkataan, haistatellaan ja vähätellään tai kuinka paljon keuhataan, kannustetaan ja tuetaan. Se, kenelle aikaa annetaan ja huomioidaan, ja keneltä se kielletään, luo oppilaille käsitystä heidän asemastaan tai arvostaan oppijoina ja yhteisön jäseninä. Pienillä asioilla saadaan aikaan suuria vaikutuksia, kun ne jatkuvat päivästä toiseen. (Niemi 2007, 118.) Äärelä ja Ruutu (2023, 107) korostavat, että lopulta varsin pienillä teoilla, hyväksyvin elein ja ilmein kohtaamalla voidaan luoda merkityksellisiä, kannattelevia kokemuksia lapsille ja nuorille, joilla on ollut elämässä vastoinkäymisiä: samassa ajassa, kun kohtaa kielteisesti, ehtisi kohdata myönteisesti. Tämä on mielestäni varsin osuvasti sanottu ja sama huomio nousee esiin myös aineistosta.

H9: ”Sen koko koulumaailman pitäis olla mukana siinä ja tukee myös opettajia siinä, että niillä on voimavaroja ja mahdollisuuksia, ja tietyllä tavalla osaamista puuttua. Myös pienimmillä teoilla on vaikutusta. Ihan vaikka se, jos muuten tuntis olevansa

kädetön, niin ihan vaikka, et kysyy ”miten sä voit?”. Se saattaa joskus nuorelle olla tosi tärkeätä, että saa edes sen verran huomiota ja että joku välittää.”

Vastuuhenkilöt nuorten tilanteiden hoitamisessa nousevat esiin usein kiusaamista käsiteltäessä. Jotta nuori ja perhe eivät joudu sinkoilemaan pirstoutuneiden palveluiden välillä, tarvitaan vastuuta ottavia ammattilaisia, jotka tekevät proaktiivista verkostoyhteistyötä. Esimerkiksi tilanteissa, joissa perheen palvelun tarpeet kasautuvat, ajatellaan usein, että lastensuojelun tulee olla työtä koordinoiva ja myös koulussa tulee olla henkilö, johon nuori ja perhe tietävät olla tarvittaessa yhteydessä ja joka on myös yhteydessä koulun ulkopuoliseen verkostoon. (Turkka & Saarholm 2023, 386.) Samaa peräänkuulutti myös aineistossa esiintyvä nuori. Hän myös tuo esiin yhden puuttumiseen liittyvän kipukohdan, nimittäin avun hakemiseen liittyvän häpeän.

H9: ”Meillä pitäis olla kouluissa sellaset henkilöt joiden pitää puuttua ja jotka saa puuttua. Ei kukaan nuori mee koputtaa ovelle sillain et mulla on sulle asiaa. Sen pitäis olla niin, että kaikki siellä (kuraattorilla) käy, niin ketään ei voitais nostaa tapetille siellä käymisestä.”

Kouluilla tulee olla kirjallinen suunnitelma ja menettelysäännöt kiusaamiseen puuttumiseksi ja tilanteiden selvittämiseksi. Tämän vuoksi tulee opetuksen järjestäjän määrittellä, mitä kiusaamisella tarkoitetaan koulussa, jotta kaikki osapuolet tietävät, milloin tällainen menettely käynnistyy. Keskustelu tulee käydä myös oppilaiden ja heidän huoltajiensa kanssa. Kuitenkin, kun oppilas kertoo tullessaan kiusatuksi, ei siinä vaiheessa ole oleellista lähteä analysoimaan kiusatulle sitä, täyttääkö hänen kertomansa asiat kiusaamisen määritelmää. Olennaista on teon loukkaavuus sekä teon oppilasturvallisuutta vaarantava luonne. (Haanpää & Lahtinen 2021, 122–123.)

Nuoren kertoessa kokemuksestaan tulisikin välttää kyseenalaistamista siitä, onko tilanne todella ollut kiusaamista ja keskittyä kuuntelemaan, miltä nuoresta tuntuu ja mitä hän toivoo tilanteessa tehtävän. Näin aikuiset eivät määritä ongelmaa ja ratkaisua suppeasti valmiiksi ylhäältä päin, vaan voi avautua todellinen mahdollisuus löytää uusia toimivia ratkaisuja nuorten vertaissuhteiden haasteisiin yhdessä nuorten kanssa. (Väisänen & Lanas 2023, 14.) Huomion arvoista on myös, että oppilashuoltopalvelut painottuvat vahvasti yksilölliseen oppilashuoltoon yhteisöllisen sijaan. Koulukiusaamista pidetään ryhmäperustaisena ilmiönä,

joten toimivimpia tapoja ennaltaehkäistä ja puuttua kiusaamiseen ovat ryhmäperustaiset menetelmät. (Suomalainen tiedeakatemia 2024, 9.)

6.3 Toipumista edistäviä tekijöitä

On myös erilaisia tekijöitä, jotka suojaavat ihmistä kiusatuksi joutumisen seurauksilta. Suojaavilla tekijöillä tarkoitetaan asioita, joiden avulla ihminen voi riskitekijöistä ja haasteista huolimatta kehittyä suotuisaan suuntaan. Suojaavat tekijät eivät suoja kaikelta, mutta niiden merkitys on valtava lapsen ja nuoren kehitysvaiheissa. (Saarholm & Turkka 2023, 118.) Suojaavia tekijöitä voivat olla sosiaaliset tekijät kuten vanhempien tuki, ystävyysuhteet, opettajan tuki, kognitiiviset tekijät kuten itsemyötätunto tai hyvään itsetuntoon liittyvä sisäinen puhe tai biologiset tekijät kuten geneettinen perusta, joka voi vaikuttaa siihen, missä määrin kiusaaminen laukaisee esimerkiksi masennusoireita. (Pöyhönen 2021, 70.) Kertomukset ja tarinat voivat auttaa lasta tai nuorta jäsentämään kokemaansa ja löytämään itselleen merkityksellisiä kokemuksia. Luovia selviytymiskeinoja ovat taiteelliset harrastukset ja mielikuvitus. Taiteelliset keinot auttavat kuvittamaan tunteita ja siten käymään koettua läpi. Vastaa- vasti musiikin avulla voi kokea tunteita ja purkaa niitä. Kriisin minuutta uhkaava vaikutus pienenee, kun asiat näkee paperilla tai käsittelee niitä toiminnan avulla. Fyysiset harrastukset, kuten liikunta, voivat myös auttaa käsittelemään esimerkiksi aggressiivisia tunteita. (Hamarus 2015, 96.) Nuorten kuvauksissa selviytymistä tukeviksi tekijöiksi nousi muun muassa musiikki sekä läheiset välit vanhempiin ja perheeseen sekä ystävät. Myös terveydenhuol- losta ja oppilashuollosta saatua tukea pidettiin tärkeänä, ja monet nuorista olivatkin etenkin myöhemmällä iällä hyötyneet esimerkiksi psykoterapiasta.

H2: ”Mulle yhtenä niinku sellasena pelastavana asiana on ollu, mikä myös osittain autto siirtämään sitä vihaa ja varsinkin semmosta aggressionhalua ja semmosen väkivaltaisen lopputuloksen hakemista, oli lukeminen ja musiikin kuuntelu. Et kun kuuli toisen suusta sen aggression, ni pysty jotenkin samaistumaan siihen ja sai siitä sen rauhan.”

H5: ”Harrastin musiikkiopistolla huilun soittoa niin se oli tosi iso voimavara.”

Lapsen ja nuoren elinpiiri koostuu pääsääntöisesti koulusta ja kodista, joten on helppo nähdä perheen merkitys suojaavien tekijöiden tuottajana. (Saari & Turkka 2023, 119.) Lisäksi tiedetään, että jo yksi ystävyysuhde suojaa kiusattuja masennusoireilta. Tietystä ryhmästä

syryään jääminen ei myöskään aina merkitse kaverisuhteiden puuttumista kokonaan. Koulun vertaissuhteissa koettua ulkopuolisuutta voidaan paikata esimerkiksi läheisistä perhesuh-teista saatavalla tuella ja ymmärryksellä. Sisarukset, serkut ja perhetuttujen lapset voivat olla tärkeitä nuorille, ja ystävyys-suhde voi olla koulun ulkopuolinen, esimerkiksi naapurustosta tai harrastuksen kautta. Lisäksi kiusatut, joilla on edes yksi puolustaja omassa luokassa, joka ilmaisee tukensa ja hyväksyntänsä kiusatulle, voivat paremmin, kuin ne, joita ei puolusta kukaan. (Pöyhönen 2021, 70; Korkiamäki 2013, 7.)

H7: ”Vanhemmat ihan ehdottomasti on ollut siinä se pääpiirteinen tuki elikkä justiinsa se, että kotona on puhuttu avoimesti siitä kiusaamisesta ja on siihen niinkun haluttu ja on puututtu.”

H8: ”Että ne huonot asiat vaan voi jättää omaan arvoonsa, et sit koska mulla on just niinku rakastava perhe ja lähipiiri, mulla on kavereita, jotka hyväksyy mut.”

H7: ”Mulla on sitten ollut tällänen hyvä lapsuudenystävä heti sieltä niinkun esikou-lusta lähtien, joka on nyt näihinkin päiviin yks tärkeimmistä tukipilareista ja ihmisistä siinä ympärillä.”

Kouluilla on lakiin perustuva velvollisuus järjestää oppilashuoltoa. Oppilashuollon tiimiin kuuluvat esimerkiksi terveydenhoitaja ja koulukuraattori, jotka ovat useimmiten helposti lä-hestyttäviä ja turvallisia aikuisia kiusatulle. Viime vuosina kouluilla ovat yleistyneet myös kouluvalmentajat ja psykologit, jotka voivat tarjota nopealla aikataululla tukea. Lisäksi lap-sille tai nuorille voi tilanteesta riippuen hakea apua myös erilaisista vertaistukiryhmät. Am-matillista keskusteluapua on oppilashuollon lisäksi saatavilla esimerkiksi perheneuvolan, nuorisoklinikoiden sekä lasten- tai nuorisopsykiatrian kautta. (Holmberg-Kalenius 2024, 154–155.)

H7 ”Ylä-asteella sitten oli tämmönen koulupsykologi eli kävi vähän niinku koulupsy-kologista, niin kävi siellä sitten juttelemassa ja oli kuraattorit, ja terveydenhoitajat ehkä paremmin saatavilla. Ja samaten sitten lukiossa oli koulupsykologi, että ne on niinku kaikki auttanut.

H2: ”Mä tiedän nykyään sen, et heti kun mua ahdistaa mun on mahdollisuus kävellä sinne psykiatrian avovastaanottoon.”

Kiusatuksi joutumisen seurauksilta suojaavat monet tekijät ja ne ovat erilaisia eri elämän-vaiheissa. Niitä saattaa löytyä myös silloin, kuin kiusatuksi joutumisesta on jo aikaa. Mikäli kiusatuksi joutumisen kokemukset vaikuttavat syvästi elämään vielä aikuisenakin, tarvitaan

usein ulkopuolista ammattilaisen kuten psykologin tai psykoterapeutin tukea asian käsitte-
lyyn. (Pöyhönen 2021, 185.)

6.4 Muille kiusatuille

Selviytyäkseen kokemuksistaan kiusattu tarvitsee tunteen siitä, että hänen kokemuksensa otetaan vastaan, kuullaan ja hyväksytään. Tällöin ne tulevat uudella tavalla näkyväksi myös hänelle itselleen. Selviytymiseen liittyy paljon sitkeyttä ja toivoa siitä, että asiat muuttuvat parempaan. Tämän hetken tuskaa voi lievittää se, että tilanne nähdään väliaikaisena. Anteeksi-
sianto on paras väylä vapautua kiusaamisen kahleista ja katkeruudesta. (Hamarus 2015, 99, 139.) Toivon ja anteeksiantamisen teemat nousivat esiin myös aineistosta. Moni nuorista kertoi voivansa nykyään paremmin ja elämän olevan hyvää. He kuitenkin korostivat jonkin-
laisen anteeksiannon tai sovinnon merkitystä eteenpäin pääsemiseksi. Anteeksiannon nähtiin olevan tärkeää nimenomaan kiusatun itsensä kannalta.

H1: ”Mä haluisin sanoa, että vaikka on masentunut ja asioita on tapahtunut elämässä niin niistä voi selvitä. Et se ei oo lopullista. En syö tällä hetkellä mitään lääkkeitä, enkä oo masentunut. Mä oon tosi tyytyäinen tähän elämäntilanteeseen. Mä oon oikeestan onnellisempi kuin mitä mä oon koskaan ikinä ollut.”

H9: ”mä oon sitä mieltä, että anteeksi antaminen on välttämätöntä. Ja se ei oo sitä niiden kiusaajien takia, vaan se on välttämätöntä kiusatun takia. Niitä asioita ei ikinä tarvi hyväksyä, että se on ok, että mulle on tehty näin. Se ei todellakaan oo ok, eikä sen tarvikaan olla. Mut kyl se on niinkun välttämätöntä sen oman jaksamisen kan-
nalta.”

Lisäksi nuoret kuvasivat avun hakemisen ja kertomisen tärkeyttä. Kertomisen ja ajatuksis-
taan puhumisen koettiin helpottavan oloa. Kertominen vaatii rohkeutta, eikä kiusatun nuo-
ren on helppo avautua kokemuksistaan. Vaikeneminen ei kuitenkaan auta asian ratkaisemista tai sitä, että siihen saa tukea. Aikuisten onkin tärkeää kannustaa oppilaita kertomaan kiusa-
tuksi joutumisesta jo mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. (Pöyhönen 2021, 159.) Nuo-
rille on tärkeä aika ajoin muistuttaa esimerkiksi oppilashuollon olemassaolosta ja mahdolli-
suuksien mukaan madaltaa heidän kynnystään hyödyntää tarjolla olevaa apua. Aineistoviit-
tauksessa nuori mainitsee tukihenkilön ja mielestäni tämä on loistava nosto. Meillä on paljon
osaavia nuorisotyön ammattilaisia ja muutoinkin turvallisia, koulutettuja aikuisia, joiden
puoleen lapsia ja nuoria voidaan ohjata.

H3:” Kun on vastaavassa tilanteessa olevia nuoria, niin oikeesti hakee sitä apua, puhuu ja se ettei pidä asioita itellensä. Koska se taakka siinä vaiheessa mikä on harteilla kun ei puhu kellekkään on ihan järkyttävä. Se painaa sua vaan alaspäin entistä enemmän. Hommaa vähintään yhden sellasen tukihenkilön, jonka kanssa voi puhua mistä vaan niinku maan ja taivaan välillä. Että voi puhua raskaista asioista, voi puhua siitä et tekis mieli jäätelöä. Mut et voi oikeesti puhua niistä synkistä asioista. Kuinka paljon olis helpottanut jos olisin puhunu.”

Kiusaamisesta ei aina selviä niin, että se jalostaisi ihmistä. Joskus seurauksena voi olla masennusta ja sosiaalista eristäytymistä. Toipuminen ja uudelleen suuntautuminen on kuitenkin mahdollista, kunhan ihminen myös itse uskoo siihen. Vertaistuki ja kannustava ilmapiiri luovat halua toipua. Kiusaamisesta selviytyneet kokeva usein kiusaamisen vaikuttaneen jollain tavalla positiivisesti heidän luonteeseensa tai elämän kulkuun. Osa kokee, että kiusaaminen on tehnyt heistä vahvempia ja he saavat voimaa kiusaamistarinaan. Kun he ovat selvinneet niin rankasta kokemuksesta, he kokevat selviävänsä muistakin haasteista. (Hamarus 2015, 133.) Nuorten kuvauksista välittyikin kaikesta huolimatta toivo paremmasta, ja siitä ettei tilanne ole pysyvä, vaikka sitä saattaakin myrskyn silmässä olla vaikea uskoa.

H9: ”Se on jostain vaan etittävä edes se yks asia, mikä auttaa edes huomiseen. Ja sit seuraavana päivänä taas etsiä joku asia mikä auttaa huomiseen. Kyl se valo sieltä aina tulee.”

7. Johtopäätökset ja pohdinta

Tutkielmani käsitteli nuorten kokemaa kiusaamista ja sen vaikutuksia. Tarkastelin yhden-toista valmiin dokumenttihaastattelun avulla sitä, miten nuoret kuvaavat kokemaansa kiusaamista ja sen syitä, millaisia seurauksia kiusaamisella on heidän elämässään ollut ja millaisia kokemuksia heillä on kiusaamiseen puuttumiseen sekä siitä toipumiseen liittyen antamalla. Tutkielmani tavoitteena oli lisätä ymmärrystä kiusaamisesta ilmiönä antamalla ääni kiusatuksi joutuneille nuorille itselleen. Pyrin myös tekemään näkyväksi kiusaamiseen liittyvää käsitteistöä ja sen merkitystä ilmiön tarkastelussa ja siihen puuttumisessa.

Tutkimuksissa kiusaaminen mielletään yhtä perustavalla tavalla vääräksi ja hyvinvointia uhkaavaksi asiaksi kuin esimerkiksi lähisuhdeväkivalta. Se on myös toimintalogiikaltaan samankaltainen ilmiö kuin rasismi, jossa uhripositiossa oleva henkilö mielletään toiseksi ja erilaisuus liitetään ominaisuuksiin, joihin henkilö ei voi itse vaikuttaa, kuten ihonväri tai etnisuus. Kaikkia kolmea yhdistää niiden kompleksisuus niin määrittelyn, kuin puuttumisenkin näkökulmasta. Koulukiusaamisen erityispiirteenä voidaan kuitenkin nähdä se, että se kohdistuu nimensä mukaisesti kouluikäisiin eli yksinomaan haavoittuvassa kehitysvaiheessa oleviin lapsiin ja nuoriin. Lisäksi se painottuu ja sen toimintaympäristönä on isolta osin paikka, johon lapset ja nuoret ovat velvoitettuja menemään päivittäin, vaikka he voisivat siellä pahoin. Lisäelementtinä, joskaan ei vaikutuksia vähentävänä tekijänä, kiusaamista esiintyy nykyään yhä useammin myös vapaa-ajalla. Sosiaalisen median ja digitalisaation myötä kiusaaminen saattaa jatkua ympäri vuorokauden ja tunkeutua myös kodin seinien sisäpuolelle, ollen kuitenkin varsin näkymätöntä ja aikuisilta piiloista.

Koulu itsesään on myös kompleksinen toimintaympäristö. Se on paikka, joka tavoittaa kaikki ikäluokan lapset ja nuoret sekä instituutio, jolla on vahva, omanlainen kulttuurinsa, jossa yksilöt eivät toimi vain yksilöinä, vaan osana kulttuurisia rakenteita. Se voi olla nuorelle turvapaikka murheiden täyttämästä kodista, jossa parhaimmillaan voi kohdata turvallisia aikuisia ja kavereita sekä saada onnistumisenkokemuksia. Koulua voidaankin pitää kasvuyhteisönä, jolla on suuri merkitys oppilaidensa kasvussa ja kehityksessä. (Korpela-Liimatainen & Tauriainen 2023, 218; Turkka & Saarholm 2023, 39; Hoikkala & Paju 2013, 146–147.) Samalla se on kuitenkin paikka, joka voi toiminnallaan tuottaa eriarvoisuutta ja muodostua hyvinvointia heikentäväksi tilaksi.

Tutkielmani tulokset vahvistavat käsitystä siitä, että kiusaamiseen liittyy vahvasti valta ja vallankäyttö. Vallankäyttö ilmenee koulussa monin tavoin ja esimerkiksi jo pelkästään tila merkitsee valtaa ja se voi jakaa oppilaat hyvin eriarvoiseen asemaan sen mukaan, kenellä on oikeus yhteiseen tilaan tai sen osaan. Tilan käyttöä koskevat normit tekevät näkyväksi yhteisöissä eläviä hierarkioita. Koulussa saattaa olla paikkoja, jotka ovat vain tietyn oppilasryhmän hallinnassa, ja joihin muut eivät uskalla mennä. Muut alistuvat ja oppivat sopeutumaan siihen, että tietyillä penkeillä ei saa istua kuin tietyn ryhmän jäsenet. Luokissa on aina oppilaita, jotka määrittelevät tilan ja äänen käytön. Joidenkin oppilaiden yksityistä tilaa loukataan jatkuvasti, heidän tavaroitaan rikotaan ja fyysistä tilaa koskemattomuutta loukataan ja tämä saatetaan vähitellen hyväksyä luonnollisena osana koulun toimintatapoja. (Niemi 2007, 112–114; Korkiamäki 2013, 3.) Myös kommunikaatorakenteet kuvastavat vallankäyttöä. Kuka on äänessä ja kuka hallitsee tilaa puheellaan? Hän on usein myös tilanteen käsi- kirjoittaja, ja hiljaiset ryhmät ovat osa näytelmää. On syytä arvioida miksi he ovat hiljaa, omasta tahdostaan vai pakotettuina. Lisäksi tulee tarkastella mitkä ryhmät ovat poissuljettuja. Etniseltä taustaltaan, seksuaaliselta orientaatioltaan tai muutoin erilaisten oppilaiden osana saattaa joissain luokissa tai oppilaitoksissa olla pakotettu poissulkeminen. (Niemi 2007, 117–118.)

Kiusaaminen syntyykin näissä koulun kulttuurisissa rakenteissa ja valtasuhteissa. Koulun kulttuurisessa käsikirjoituksessa on tyypillisesti hiljaisia ja menestyjiä sekä äänekkäitä ja kapinoivia nuoria. Koululuokka itsessään on sellainen avokonttori, jossa pelkkä esillä olo on omiaan lisäämään stressiä. Tämä koskee niin opettajia kuin oppilaita. Opettajilla on kuitenkin kokemuksen tuomaa varmuutta. Nuoret sen sijaan ovat herkässä kehitysvaiheessa ja tarkkailevat koko ajan itseään sekä toisiaan, keräävät tietoa, luuloja ja mielipiteitä itsestään. He reagoivat kaikkiin luonnehdintoihin ja ne saattavat jäädä mieleen pitkäksikin aikaa. Tämä koskee myös ohimennen ja ajattelematta sanottuja asioita. (Hoikkala & Paju 2013, 146–147, 138–139.) Kiusaamisessa ei kuitenkaan ole kyse ohimennen sanotusta yksittäisestä ikävästä kommentista. Se on tahallista ja tietoista toimintaa, jonka tarkoituksen on loukata ja satuttaa. Nuorten kuvauksissa kiusaamisen syinä nähtiin hyvin monen tyyppisiä ryhmän normeista poikkeavia tekijöitä, muun muassa änkytys, erilainen musiikkimaku tai pukeutumistyyli ja esimerkiksi isättömyys. Nämä kaikki heijastelevat ryhmän arvostuksia, mutta niiden voidaan nähdä peilautuvan myös laajemmin yhteiskunnassa ja globaalistikin vallalla oleviin arvoihin ja normeihin. Nuoruuden kontekstissa laumasieluisuus ja pyrkimys sopeutua ryhmään ovat

osa tavanomaista kehityskaarta ja selittyy osin ikään kuuluvana vaiheena. Ryhmän normeista poikkeaminen, ei kuitenkaan oikeuta ulkossulkemista tai kiusaamista. Olennaista on ymmärtää, että erot ovat aina eroja, vain koska ryhmässä on päätetty niin. Toisin sanoen, ne ovat tuotettuja eroja.

Tutkielmani tulokset vahvistavat myös käsitystä kiusaamisesta väkivallan muotona. Nuorten kuvauksissa esiintyi lähes poikkeuksetta fyysistä väkivaltaa, mikä on jo itsessään hälyttävää, mutta myös henkinen väkivalta oli jokaisen kohdalla ollut rajua, pitkäkestoista ja hyvin vahingoittavaa. Kiusatuista oli keksitty erilaisia valheellisia huhuja ja juoruja, jotka olivat omiaan leimaamaan heitä ja vaikuttamaan heidän elämäänsä. Tuloksista on nähtävissä, miten monenlaisia vaikutuksia kiusaamisella oli nuorten elämään ollut. Kaikki nuoret kuvasivat kärsineensä eriasteisista masennuksen, ahdistuneisuuden tai itsetunnon haasteista kiusaamisen aikaan. Osalla kiusaaminen aiheutti jatkuessaan hyvin vaikeitakin mielenterveyden haasteita, mukaan lukien itsetuhoisuutta. Vaikka nuoret voivat sittemmin hyvin, kuvasi moni heistä kiusaamisen jättäneen pysyviä jälkiä heidän elämäänsä esimerkiksi sosiaalisten tilanteiden pelkona tai luottamuspulana toisia kohtaan. Apua ja tukea he olivat saaneet eri tavoin, mutta moni nimesi tärkeimpinä toipumistaan edistävinä tekijöinä perheen ja ystävät. Myös esimerkiksi musiikin oli koettu auttaneen aggression purkamisessa. Osa kiusatuista kertoi saaneensa apua oppilashuollon tai terveydenhuollon kautta. Yhtenä omasta mielestäni tärkeimmistä tutkielmani tuloksista oli nuorten terveiset muille kiusatuille. Niistä välittyi vahvasti toivo paremmasta. Vaikka kiusaamisen hetkellä elämä voi näyttää synkältä ja toivotonmalta, se ei jatku ikuisesti.

Tutkielmani tulokset osoittavat mielestäni, että kiusaamisen syyt ja seuraukset ovat ainakin ilmiötasolla hyvin tunnettuja. Tiedetään, että koulu toimintaympäristönä vaikuttaa merkittävästi kiusaamisen syntyyn ja toimii sen mahdollistajana, mikäli ympäristö on turvaton, eivätkä aikuiset puutu siihen riittävän voimakkaasti. Lisäksi nykyisin yhä enenevässä määrin tunnustetaan, että kiusaaminen on yksi väkivallan muoto, silloinkin, kun siihen ei liity fyysistä väkivaltaa. Käytetystä käsitteestä tosin ei olla yksimielisiä. Kiusaamisen muodosta riippumatta seuraukset kiusatuksi joutuneelle henkilölle voivat olla syvästi vahingoittavia, etenkin, jos kiusattu jää yksin, eikä tule kuulluksi kokemustensa kanssa. Oma näkemykseni on, että tiedosta ja taidosta riippumatta, aikuiset, myös koulun ulkopuoliset, eivät ole valmiita näkemään oman toimintansa merkitystä kiusaamista luovien asenteiden ja rakenteiden ylläpitämisessä. Aikuisten käytös esimerkiksi sosiaalisessa mediassa on monin paikoin ala-

arvoista, jopa rikoksen tunnusmerkit täyttävää painokelvotonta vihapuhetta. Ihmiset arvoitelevat jatkuvasti toisten ulkonäköä ja ulkomuotoa, tyyliä, elämäntapoja, tekemisiä, sanomisia ja aivan koko olemassaoloa. Ja kaiken tämän lapset ja nuoret näkevät vierestä ja imevät itseensä vaikutteita. Aikuisten käytöksen taustalla on aivan samoja tekijöitä, mitä on tunnistettavissa nuorten kiusaamisen taustalla eli pelkoa, epävarmuutta, kateutta sekä erinäisiä omaan pahaan oloon liittyviä tekijöitä. Alati kovenevassa asenneilmapiirissä tuntuu siltä, että ajaudumme yhä kauemmaksi toisistamme ja kaikki pienetkin eroavaisuudet käännetään toista vastaan ja mielletään uhaksi.

Kuten tutkimuksissa laajasti on todettu, kiusaamisen ehkäisyssä ja puuttumisessa on perustavalla tavalla kyse koko yhteiskunnasta ja sen eriarvoistavista rakenteista sekä asenneilmapiiristä. Niihin vaikuttaminen on meidän kaikkien tehtävä ja se vaatii toimia myös päättäjiltä. Se, miten näihin vaikuttaminen tapahtuu, vaatinee oman tutkimuksensa. Itse ajattelen kuitenkin, että jonkinlaisia ratkaisuja on olemassa ja niitä varmasti jo hyödynnetäänkin. Yksi todennäköisesti vaikuttavimmista tavoista on opettaa lapsille ja nuorille empatiaa sekä tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Opettaa hyväksymään ja ainakin sietämään erilaisuutta toisissa. Myös kiusaamistapauksia voitaisiin käsitellä oppimiskokemuksina. Tyypillisesti kiusaamistilanteet irrotetaan erilleen koulun kasvatustehtävästä ja oppimistilanteista. Niitä ei käsitellä tilanteina, joissa erilaisia sosiaalisia taitoja tai tunnetaitoja voisi harjoitella tai joissa olisi tilaa erehtymiselle ja oppimiselle, vaan tilanteisiin joutumisesta seuraa toimenpiteitä ja toimenpiteiden epäonnistumisesta rangaistus nuorille. (Väisänen & Lanas 2023, 4.) Tämä huomio ei mielestäni poissulje sitä tosiasiaa, että kiusaamisesta tulee olla seurauksia kiusaajalle ja rangaistuksen tulee olla linjassa teon vakavuuden kanssa. Nuorilla kuitenkin täytyy olla mahdollisuus oppia virheistään ja samalla myös oppia kantamaan vastuu teoistaan. Heillä täytyy myös olla mahdollisuus muuttua ja päästä eroon tekojen myötä saadusta leimasta. Sama koskee myös kiusattuja. Heillä täytyy olla mahdollisuus päästä eroon uhrin roolista ja saada luoda nahkansa uudelleen, kunhan ympäristöstä on tehty heille siihen turvallinen.

Jokainen kiusaamistilanne tulisikin käsitellä omana tapauksenaan, eikä kiusattuihin tai kiusaajiin tule suhtautua yhtenäisenä ryhmänä. Vaikka kiusaaminen on ilmiö, jossa on tunnistettavissa tiettyjä lainalaisuuksia, on jokainen tilanne erilainen jo pelkästään, koska siihen osallisena olevat nuoret ovat yksilöitä ja omanlaisiaan persoonia. Kouluilla tulee olla valmiit ohjeistukset ja toimintamallit kiusaamistilanteiden varalle. Ohjeistukset ovat äärimmäisen

tärkeitä, jotta puuttuminen olisi mahdollisimman vaikuttavaa ja yhdenmukaista. Valmiit toimintamallit eivät silti tarkoita, että aikuisen, joka kiusaamista selvittelee, ei tarvitse paneutua jokaiseen tilanteeseen perin pohjin. Kiusaamisen lopettaminen ja nuorten sopuun pääseminen mahdollisimman nopeasti, ei saa olla selvittelyn itseisarvo. Nopea ratkaisu on totta kai tavoite ja etenkin kiusatun kannalta tärkeä asia. Olennaista on kuitenkin selvittää mistä kiusaamisesta todella on kyse ja millaista tukea nuoret tarvitsisivat voidakseen paremmin. Tutkielmani osoittaa, että tilanteiden selvittelyssä ja puuttumisessa on vielä paljon parannettavaa. Enimmäkseen se näytti liittyvän aikuisten asenteisiin ja mitätöivään suhtautumiseen. Osa nuorista kuvasi kokeneensa opettajien lähteneen kiusaamiseen mukaan tai muulla tavoin mitätöineen heidän kokemuksensa.

Tämä linkittyy osaltaan myös kiusaamisen määrittelyä koskevaan keskusteluun. Se, miten kiusaaminen määritellään koulussa vaikuttaa myös siihen, miten tilanteisiin puututaan. Väisänen & Lanas (2023) huomauttavatkin liian tiukkojen määritelmien vaikuttavan puuttumiseen. Heidän mukaansa tiukasta yksilöllistävästä määritelmästä poikkeavat tilanteet määritellään ei-kiusaamiseksi, jolloin niihin puuttumiseen ei tarjota keinoja eikä aikuisella ole hallinnollisten dokumenttien näkökulmasta myöskään vastuuta puuttua niihin. Lisäksi he kertovat tutkimuksensa osoittavan, että nuoret asemoidaan useimmiten koulukiusaamista koskevan tiedon ja työn kohteeksi, ei tietäjiksi ja toimijoiksi. Vaikka ratkaisijoiksi asemoidaan tyypillisesti aikuiset, lopullinen vastuu tunnutaan asetettavan nuorille, jos koulukiusaamisen vastainen työ epäonnistuu. Ylipäättään koulukiusaamisen monimutkaisuus piiloutuu yksinkertaistavien luokittelujen taakse ja syrjintä ja sen taustalla olevat laajemmat epätasaarvoiset normit jäävät huomiotta. Monesti myös nuorilla ja heidän vanhemmillaan oleva kontekstuaalinen asiantuntijuus jäi hyödyntämättä. (Väisänen & Lanas 2023, 1–3, 13.) Ääni tulisikin uskaltaa antaa enemmän kiusaamista kokeneille ja tilanteessa osallisena oleville nuorille ja aikuisen siirtyä tietäjän roolista kuuntelijaksi ja auttajaksi. Ymmärrettävästi opettajien kädet ovat täynnä töitä jo muutoinkin, ja kiireen keskellä on helppo sivuuttaa tilanteet nuorten vaarattomina konflikteina tai mennä määritelmien taakse suojaan. Koulut ja erityisesti kiusatut nuoret ansaisisivatkin riittävät resurssit kiusaamistilanteisiin puuttumiseksi.

Uskon, että kiusaamista voidaan ehkäistä myös lisäämällä aikuisten tietoisuutta kiusaamisesta ilmiönä. Oman kokemukseni perusteella konkreettinen ja tosielämään pohjautuva tieto on vaikuttavinta, joten kiusaamisesta keskusteleminen ja esimerkiksi kokemusasiantuntijoiden hyödyntäminen vanhempainilloissa, voisi olla yksi keino lisätä huoltajien ymmärrystä

aiheesta. Todellista ennaltaehkäisyä on, kun tietoa annetaan jo ennen kuin mitään on edes tapahtunut. Lisäksi mieleeni juolahti ajatus vuosittaisista, ”pakollisista” verkkokursseista huoltajille ja koulun henkilökunnalle. Työelämässäkin on usein alasta riippumatta vuosittain uusittavia koulutuksia ja kursseja, joten huoltajat ja koulun aikuiset, miksei oppilaatkin ikätason mukaisesti, voitaisiin velvoittaa käymään tietyt kiusaamiseen liittyvät kurssit. Näiden lisäksi huoltajia tulisi osallistaa entistä enemmän kiusaamistilanteiden ratkaisemiseen. Tiedän, että tähän pyritäänkin ja aina huoltajat eivät ole halukkaita osallistumaan tai eivät muutoin tee yhteistyötä. Tällöin saattaa olla paikallaan ottaa mukaan sosiaalihuollon toimijoita. Tärkeä kiusaamisen vastainen toimi on myös koko koulun henkilökunnan tiedon lisääminen ja koulutus sekä sitouttaminen erilaisiin kiusaamisen vastaisiin ohjelmiin. Kiusaamisen ehkäisemiseksi ja siihen puuttumiseksi on olemassa paljon erilaisia, toimivia ohjelmia ja menetelmiä. Sinänsä tiedon puutteesta ei varmaankaan ole kyse, enemmänkin niihin sitoutumisesta sekä suhtautumisesta. Esimerkkejä kiusaamisen vakavuudesta on kuitenkin enemmän kuin riittävästi, joten nyt kaivataankin sitä kadonnutta talkoohenkeä ja yhteen hiileen puhaltamista taistelussa kiusaamista vastaan.

Usein kuulee sanottavan, että nuorissa on tulevaisuus, ja niin lienee tässäkin tapauksessa. Nuoret pääsääntöisesti suhtautuvat kiusaamiseen kielteisesti, eivätkä hyväksy sitä. Kuitenkin ryhmässä usein toimitaan tavalla, joka ylläpitää kiusaamista. Nuorten toimintaa ohjaavat kirjoittamattomat säännöt ja kiusaavia oppilaita saatetaan pitää suosittuina, jonka vuoksi he voivat määritellä miten ryhmässä toimitaan. Kiusaamisen taustalla vaikuttaa se, miten erilaisuuteen suhtaudutaan, mitä arvostetaan ja pidetään ryhmässä sallittuna. Kiusaamisen noidankehää ei siis katkaista ainoastaan sillä, että yksilöt muuttuvat, myös ryhmien on muututtava. Aikuisilla on mahdollisuus vaikuttaa siihen tekemällä kiusaamisen vastaisia asenteita näkyviksi. Tuhannen taalan kysymys onkin, onko meillä aikuisilla kykyä tarkastella ensin omia asenteitamme, jonka jälkeen voimme toimia esimerkkinä lapsille ja nuorille. Mikäli haluamme katkaista koulukiusaamisen kierteen, meidän on pysähdyttävä pohtimaan, millaista kuvaa maailmasta välitämme lapsille ja nuorille. Näytämmekö mallia, jossa lytätään toisia ja viljellään vihapuhetta vai mallia, jossa monenlaisten ihmisten kanssa voidaan tulla toimeen ja arvostetaan heitä. (Pöyhönen 2021, 186–187.)

Tutkielmani toimii pääasiassa olemassa olevaa tutkimustietoa vahvistavana. Käyttämäni aineisto piirtää kuvaa kiusaamisesta vakavana, moninaisena ja monin paikoin väkivaltaisena ilmiönä. Se tekee näkyväksi kiusaamisen laaja-alaiset ja monessa tapauksessa pitkäaikaiset

vaikutukset kiusaamisen kohteeksi joutuneen elämänkulussa. Lisäksi se tuo esiin puuttumiseen liittyviä epäkohtia ja toisaalta taas todentaa kiusaamisesta toipumista edistävien tekijöiden olemassaoloa. Valmiin aineiston käyttäminen kuitenkin toi myös haasteensa analyysin tekemiselle. Koska käyttämäni haastattelut on alun perin tehty muuhun käyttötarkoitukseen, ei minulla ole tiedossa haastattelukysymyksiä, enkä myöskään tiedä, mitä kaikkea haastatteluista on leikattu pois. Minulla ei ollut mahdollisuutta esittää lisäkysymyksiä, jolloin nuorten kertomuksiin jää väistämättä aukkoja, eikä tilanteista saanut muodostettua kattavaa kokonaiskuvaa. En esimerkiksi tiedä heidän elämäntilanteistaan tai muista mahdollisista vaikuttavista tekijöistä kiusaamisen aikana, tai sen jälkeen. Muutoinkin tilannekuvaukset olivat joiltain osin vajaita. Tämä vaikuttaa väistämättä tulosten luotettavuuteen. Olen kuitenkin pyrkinyt analysoimaan nuorten kertomuksia sellaisina kuin he ne kertovat, ja välttämään omien oletusten lisäämistä tarinoihin mukaan. Riski omien tulkintojen tekemiseen huomaamatta, on kuitenkin olemassa.

Mielestäni tutkielmani vastaa sille asettamaani tavoitteeseen ja tarkoitukseen. Se antaa tietoa kiusaamisesta ilmiönä, ja antaa äänen kiusatuksi joutuneiden nuorten kokemuksille. Lisäksi tutkielma tarkastelee kiusaamisen määrittelyyn liittyviä haasteita ja epäselvyyksiä. Vaikka kiusaamista on tutkittu paljon, ei sitä ole onnistuttu kitkemään, eikä todennäköisesti koskaan täysin saadakaan kitkettyä. Vähentämään voidaan aina pyrkiä ja ainakin vaikuttaa sen seurausten vahingollisuuteen. Jatkotutkimuksen aiheita varmasti riittää ja ajattelenkin, että voisi olla esimerkiksi tarpeen tarkastella lisää koulun aikuisten asenteita ja suhtautumista nuorten kokemaan kiusaamiseen tai laajemminkin nuorten kokemiin sosiaalisiin ongelmiin. Nyt näyttäisi siltä, että aikuiset päätyvät määrittelemään nuorten puolesta heidän kokemuksensa ja ylipäättään suhtautuminen nuorten kertomaan on hyvin henkilöriippuvaista ja vaihtelevaa. Lisäksi olisi tarpeen tutkia vastuun jakautumista ja yhteistyön toimimista kiusaamistilanteiden selvittelyssä.

Lähteet

- Baier, D., Hong, J. S., Kliem, S., & Bergmann, M. C. (2019). Consequences of Bullying on Adolescents' Mental Health in Germany: Comparing Face-to-Face Bullying and Cyberbullying. *Journal of child and family studies*, 28(9), 2347-2357. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1181-6>
- Haanpää, Sanna & Lahtinen, Niina 2021. 140 kysymystä perusopetuksesta. Otava.
- Haikola, Lotta & Hästbacka, Noora & Pekkarinen, Elina 2019. Kuka vastaa nuorten rikoksiin? Ammattilaisten, nuorten ja kustannusten näkökulmia rikoksiin. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 2019:34. Valtioneuvoston kanslia. Helsinki. Saatavissa [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161548/34_Kuka%20vas-
taa%20nuorten%20rikoksiin.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161548/34_Kuka%20vas-
taa%20nuorten%20rikoksiin.pdf?sequence=4&isAllowed=y) (Viitattu 02.10.2023.)
- Hamarus, Päivi 2008: Koulukiusaaminen. Huomaa, puutu, ehkäise. Kirjapaja, Helsinki.
- Hamarus, Päivi & Holmberg-Kalenius, Tina & Salmi, Saija 2015. Opas kiusaamisen jälkihoitoon. Ps-kustannus.
- Heikkilä, Hanna-Kaisa & Väänänen, Juha & Helminen, Mika & Fröjd, Sari & Marttunen, Mauri & Kaltiala-Heino, Riittakerttu (2012) Involvement in bullying and suicidal ideation in middle adolescence: a 2-year follow-up study. *European Child & Adolescent Psychiatry* 22(2), 95–102
- Heiskanen, Johanna & Kattilakoski, Mira & Joronen, Katja 2021. Kouluympäristön merkitys kiusaamisessa – kirjallisuuskatsaus kiusaajan näkökulmasta. Nuorisotutkimus Vol 39 Nro 4 (2021). Saatavissa <https://journal.fi/nuorisotutkimus/issue/view/8459>
- Hietala, Tarja & Kaltiainen, Tiina & Metsärinne, Ulla & Vanhala, Erja 2010. Nuori ja mieli. Koulu mielenterveyden tukena. Tammi.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2010). Bullying, Cyberbullying, and Suicide. *Archives of suicide research*, 14(3), 206-221. <https://doi.org/10.1080/13811118.2010.494133>
- Hoikkala, Tommi & Paju, Petri 2013. Apina pulpetissa. Ysiluokan yhteisöllisyys. Nuorisotutkimusverkosto / Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 139. Gaudeamus.
- Horppu, Anna & Hirvonen, Saara 8.05.2024. YLE uutiset. Viertolan kouluampumisesta epäilty suunnitteli ampuvansa useita ihmisiä – näin tapahtumat etenivät. <https://yle.fi/a/74-20087398>
- Viitattu 10.08.2024.
- Huuki, Tuija 2010: Koulupoikien statustyö väkivallan ja välittämisen valokiilassa. Acta universitatis Ouluensis. <http://jultika.oulu.fi/files/isbn9789514263613.pdf>
- Hästbacka, Noora 2018. Monialainen verkostotyö ja koulukiusaaminen. Tapaustutkimus Aseman Lapset ry:n K-0 -hankkeesta. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Verkkojulkaisuja 130. https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/2018_hastbacka_monialainen_verkostotyö_pdf.pdf
- Juhila, Kirsi. Laadullisen tutkimuksen ominaispiirteet. Toim. Kallinen, Timo & Kinnunen, Taina. Etnografia. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*.

Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. <<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/>>. Viitattu 27.11.2023.

Kallio, Aku 2021. Litterointi. Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tietoaarkisto. Saatavissa <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/> Saatavissa 20.01.2024.

Kauta, Jasmin 10.9.2023. YLE uutiset. Hän ei ole turvassa. Viitattu 17.9.2023. Saatavissa <https://yle.fi/a/74-20048619>

Kiilakoski, Tomi 2012: Koulu nuorten näkemänä ja kokemana. Tilannekatsaus marraskuu 2012. Opetushallitus.

Kiilakoski, Tomi 2009: Viiltoja. Analyysi kouluväkivallasta Jokelassa. Nuorisotutkimusverkosto & nuorisotutkimusseura.

Koskela, Miika 28.11.2022. YLE uutiset. Voiko lapsen väkivaltaa pysäyttää? Viitattu 17.9.2023. Saatavissa <https://yle.fi/a/74-20004245>

Korkiamäki Riikka (2014) 'Jos mä nyt voisın saada ystäviä' - Ulkopuolisuus vertaissuhteissa nuorten kokemana. Teoksessa Mika Gissler & Marjatta Kekkonen & Päivi Känkänen & Päivi Muranen & Matilda Wrede-Jänt (toim.) Nuoruus toisin sanoen: Nuorten elinolot vuosikirja 2014. Helsinki: Nuorisotutkimusseura & THL, 38–50.

Korpela-Liimatainen, Tiina & Tauriainen, Maria 2023. Oppilaan oppimisen tuella ja kouluyhteisöön kuulumisella on merkitys. Teoksessa Turkka, Heikki & Saarholm, Julia (Toim.) Lasten ja nuorten rikokset. Opas ennaltaehkäisyyn ja rikoskierteiden katkaisuun.

Korpilahti, Ulla & Hakulinen, Tuovi & Tupola, Sarimari & Kettunen, Hanna & Lillsunde, Pirjo & Aronen, Eeva 2019. Lapsiin kohdistuva väkivalta – suojaavat tekijät, riskitekijät ja seuraukset. Toim. Väkivallaton lapsuus. Toimenpidesuunnitelma lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisyssä 2020–2025. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2019:27.

Laitinen, Kristiina & Haanpää, Sanna & Francke, Laura & Lahtinen, Matti 2020. Kiusaamisen vastainen työ kouluissa ja oppilaitoksissa. Opetushallitus. Oppaat ja käsikirjat 2020:3a. Saatavissa www.oph.fi/sites/default/files/documents/kiusaamisen_vastainen_työ_kouluissa_ja_oppilaitoksissa.pdf (Viitattu 09.09.24)

Lapsiasiainvaltuutettu 2020. Lasten ja nuorten välistä väkivaltaa ei tunnisteta – torjuminen edellyttää toimia koko yhteiskunnalta. Saatavissa <https://lapsiasia.fi/-/kannanotto-vertaisvakivalta>

Maailman terveysjärjestö, WHO 2002: Väkivalta maailmassa. Toimittanut Etienne G. Krug & Linda D. Dahlberg & James A. Mercy & Anthony B. Zwi & Rafael Lozano. Suom. Eila Salomaa. https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/full_fi.pdf

Miettinen, Tiina 2022. Nuorten itsetuhoisuus ja siihen liittyvä apu. Tampereen yliopisto Saatavissa <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/141393/978-952-03-2493-3.pdf?sequence=2&isAllowed=y> (viitattu 25.08.24)

Mäntylä, Niina & Kivelä, Jonna & Ollila, Seija & Perttola, Laura 2013. Pelastakaa koulukiusattu! Koulun vastuu, puuttumisen muodot ja ongelmat oikeudellisessa tarkastelussa. Kunnallisuuden kehittämässätiö. Tutkimusjulkaisu-sarjan julkaisu nro 70. Saatavissa https://kaks.fi/wp-content/uploads/2015/12/Pelastakaa_Koulukiusattu.pdf (Viitattu 24.08.24)

- Niemi, Hannele 2007. Kenet koulu tekee vahvaksi ja kenet heikoksi? Näkymättömän käsikirjoituksen voima. Teoksessa Niemi, Hannele & Sarras, Riitta 2007. Erilaisuuden valot ja varjot. Eettinen kasvatus koulussa. Opetusalan ammattiliitto OAJ ja kustannusyhtiö Otava.
- Nyström, Tommi 2018. Käsikirja: Stoppi koulukiusaamiselle. Havaitsemisesta tulokselliseen toimintaan.
- Olweus, Dan 1999: Sweden. Teoksessa Smith, Peter K, Morita, Yohji, Junger-Tas, Josine, Olweus, Dan & Catalano, Richard. The nature of school bullying: A crossnational perspective. Routledge, London 7-25.
- Olweus, Dan 1992: Kiusaaminen koulussa. Otava, Helsinki
- Opetushallitus 2024. Kiusaamisen yleisyys lasten ja nuorten kokemana. Saatavissa <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/kiusaamisen-yleisyys-lasten-ja-nuorten-kokemana> (viitattu 24.08.24)
- Ruutu, Piia, & Jahnukainen, Markku. (2024). Koulussa koetut paineet ja koulunkäynnin keskeytyminen – nuorten monien maailmojen näkökulma. *Nuorisotutkimus*, 42(1), 5–22. <https://doi.org/10.57049/nuorisotutkimus.9145121>
- Pörhölä, Maili 2008. Koulukiusaaminen nuoren hyvinvointia uhkaavana tekijänä. Miten käy kiusatun ja kiusaajan vertaissuhteille. Toim. Autio, Minna & Eräranta, Kirsi & Myllyniemi, Sami 2008. Polarisoituva nuoruus. Nuorten elinolot -vuosikirja 2008. Hakapaino oy, Helsinki.
- Saari, Pietro & Turkka, Heikki 2023. Syrjäyttävä koulu. Teoksessa Turkka, Heikki & Saarholm, Julia (Toim.) Lasten ja nuorten rikokset. Opas ennaltaehkäisyyn ja rikoskierteiden katkaisuun.
- Salmivalli, Christina 2003: Koulukiusaamiseen puuttuminen. PS-kustannus, Jyväskylä.
- Simonen, Jenni 2019. Mä koitan itse selviytyä. https://www.e2.fi/media/julkaisut-ja-alustukset/ma-koitan-itse-selviytya/selviytyja_neet.pdf
- Sosiaalihuoltolaki (1301/2014). <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301>
- Suhonen, Eira 2023. K-0-toiminnan osallisuus pitkittyneiden kiusaamistilanteiden ratkaisemisessa. *Nuorisotutkimus* Vol 41 Nro 1 (2023). Saatavissa <https://journal.fi/nuorisotutkimus/issue/view/9089> (Viitattu 10.09.24)
- Suomalainen tiedeakatemia 2024. Ilmiökartta: Lasten ja nuorten (alle 23-vuotiaiden) kiusaaminen ja väkivalta. Tilannekuva, taustatekijät, vaikutukset ja erityispiirteet Suomessa. Saatavissa <https://acadsci.fi/tiedeakatemia-julkaisut/tietokoosteet/lasten-ja-nuorten-kiusaaminen-ja-vakivalta/>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) 2024. Kouluterveyskysely 2023. <https://thl.fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely/kouluterveyskyselyn-tulokset>
- Terveyden ja hyvinvoinninlaitos (THL) 2024. Nuorten välinen väkivalta. Saatavissa <https://thl.fi/aiheet/vakivalta/eri-ryhmat-ja-vakivalta/nuorten-valinen-vakivalta>
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Tammi. Helsinki.

- Turkka, Heikki & Saarholm Julia 2023. Rikollinen nuoruus: Näkökulmia rakenteiden välistä. Teoksessa Turkka, Heikki & Saarholm, Julia (Toim.) Lasten ja nuorten rikokset. Opas ennaltaehkäisyyn ja rikoskierteiden katkaisuun.
- Turkka & Saarholm 2023. Monialainen linssi nuorisoriikollisuuteen. Teoksessa Turkka, Heikki & Saarholm, Julia (Toim.) Lasten ja nuorten rikokset. Opas ennaltaehkäisyyn ja rikoskierteiden katkaisuun.
- Turun yliopisto: Nuorisoryhmän rikoskomisario Marko Forssin haastattelu 21.03.2019. Kiusaaminen rikoksena. Katsottavissa: <https://echo360.org.uk/media/6d05d25d-1d18-4f8e-a348-4f1e882a80d9/public>. Katsottu 27.9.2023.
- Vatanen, Anna 2021. Vuorovaikutusaineisto. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Saatavissa <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/laadullisen-tutkimuksen-aineistot/vuorovaikutusaineistot/> 20.01.2024
- Vuori, Jaana 2021. Mediatekstit. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Saatavissa <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/laadullisen-tutkimuksen-aineistot/vuorovaikutusaineistot/> 20.01.2024
- Väisänen, A.-M., & Lanås, M. (2023). Nuoret yksilöllistävän koulukiusaamispuheen kohteena kiusaamista koskevissa asiakirjoissa. *Nuorisotutkimus*, 41(2), 3–19. Väisänen, A.-M. (2023). Tutkimus koulukiusaamista koskevasta asiantuntijapuheesta. Oulu : Oulun yliopisto.
- Vähäkylä, Leena 2021. Sairastunut mieli. Kuinka sen kanssa voi elää ja selviytyä. Gaudeamus.
- Wallin, Aila 2011. Sosiaalityö koulussa. Avaimia hyvinvointiin. Tietosanoma Oy, Helsinki.
- Wolke, D., & Lereya, S. T. (2015). Long-term effects of bullying. *Archives of Disease in Childhood*, 100(9), 879-885. <https://doi.org/10.1136/archdischild-2014-306667>
- Äärelä, Tanja & Ruutu, Piia 2023. Peruskoulun kauaskantoinen merkitys elämäkuluksissa. Teoksessa Turkka, Heikki & Saarholm, Julia (Toim.) Lasten ja nuorten rikokset. Opas ennaltaehkäisyyn ja rikoskierteiden katkaisuun.