

**"Ja en tähän päivään mennessä ymmärrä miks just minä?"**

**- Mitä nuoret kertovat koulukiusaamisesta netin**

**keskustelupalstalla**

Anni Jalkanen & Juulia Salonen

Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma

Kevätlukukausi 2021

Opettajankoulutuslaitos

Jyväskylän yliopisto

## TIIVISTELMÄ

**Jalkanen, Anni. Salonen, Juulia. 2021. "Ja en tähän päivään mennessä ymmärrä miksi just minä?" - Mitä nuoret kertovat koulukiusaamisesta netin keskustelupalstalla. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. 59 sivua.**

Koulukiusaaminen on ajankohtainen ilmiö, joka koskettaa monia. Vaikka koulukiusaamista on tutkittu paljon, on kiusattujen kokemuksia tutkittu verrattain vähän. Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, mitä koulukiusaamista kokeneet nuoret kertovat kokemuksistaan nuorille suunnatulla netin keskustelupalstalla. Tutkimuksessa tarkasteltiin, millaisia kiusaamisen muotoja nuoret olivat kokeneet, mistä syistä nuoret mainitsivat kiusaamisen johtuvan sekä mitä kiusaamisesta oli seurannut.

Tutkimus on laadullinen tutkimus, jonka aineisto kerättiin nuorille suunnatulta internetin keskustelupalstalta kiusaamista käsittelevästä aihepiiristä satunnaisotannalla. Lopullinen aineisto koostui 60 eri kirjoittajan kirjoituksesta. Aineisto analysoitiin laadullisen sisällönanalyysin menetelmin ja siinä hyödynnettiin sekä aineistolähtöistä että teoriaohjaavaa analyysitapaa.

Tutkimuksen tulokset ovat hyvin samansuuntaisia kuin aiemmissakin koulukiusaamista käsittelevissä tutkimuksissa. Kiusattujen kokemukset jakautuivat fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen kiusaamiseen sekä suoraan ja epäsuoraan kiusaamistapaan. Aineiston kirjoituksissa kiusaamisen muodoista eniten korostuivat psyykkisen kiusaamisen suorat ja epäsuorat muodot, kuten haukkuminen ja nimittely. Tutkimustulosten mukaan kiusaamisen syiden nähtiin johtuvan joko kiusatun omista ominaisuuksista, kuten ujoudesta tai kiusaajan ominaisuuksista, kuten sisäisestä pahasta olost. Kiusaamisen seurauksista eniten mainintoja saivat negatiiviset vaikutukset nuoren psykososiaaliseen hyvinvointiin. Tutkimustulokset vahvistavat aiemmin tutkittua sekä nostaa esille kiusattujen kokemuksia.

Asiasanat: koulukiusaaminen, kokemukset, hyvinvointi, keskustelupalsta, nuoret, opettaja

## SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ .....	2
SISÄLTÖ.....	3
<b>1 JOHDANTO.....</b>	<b>5</b>
<b>2 KIUSAAMINEN.....</b>	<b>7</b>
2.1 Kiusaamisen määritelmät .....	7
2.2 Kiusaamisen teorit ja roolit.....	9
2.3 Sosiaalinen media ja kiusaaminen .....	13
2.4 Aiempia tutkimuksia koulukiusaamisesta.....	15
<b>3 KOULUKIUSAAMISEN SEURAUKSET NUOREN HYVINVOINNILLE</b>	<b>17</b>
3.1 Kiusaamisen seuraukset nuoren psykososiaaliselle hyvinvoinnille.....	17
3.2 Kiusaamisen seuraukset nuoren fyysiselle hyvinvoinnille .....	20
3.3 Koulukiusaamisen ennaltaehkäisy .....	22
<b>4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....</b>	<b>26</b>
4.1 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset.....	26
4.2 Tutkimuksen lähestymistapa .....	26
4.3 Tutkimusaineisto ja aineistonkeruu.....	28
4.4 Aineiston analyysi .....	28
4.5 Luotettavuus .....	30
4.6 Eettiset ratkaisut .....	32
<b>5 TULOKSET .....</b>	<b>34</b>
5.1 Fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen kiusaaminen nuorten kokemana.	34
5.2 Kiusaamisen syyt.....	37
5.3 Kiusaamisen seuraukset .....	40
5.4 Henkilöprofiilit.....	43
<b>6 POHDINTA.....</b>	<b>45</b>

<b>LÄHTEET .....</b>	<b>49</b>
<b>LIITTEET.....</b>	<b>57</b>

# 1 JOHDANTO

Koulukiusaaminen on nykyään hyvin tunnettu ilmiö, josta on 30 vuoden kuluessa tehty paljon tutkimusta etenkin Pohjoismaissa. Silti ilmiötä ei ole saatu kitkettä kouluyhteisöistä. On tutkittu, että 5–15 % peruskoululaisista on koulukiusattuja ja joka luokalla on arvioiden mukaan ainakin yksi systemaattisen kiusaamisen kohteena oleva oppilas (Kaltiala-Heino 2000, 660; Salmivalli 2010, 17 & Tilastokeskus 2004). Koulukiusaaminen ei siis ole vain pientä joukkoa koskettava marginaali-ilmiö, vaan välillisesti koulukiusaaminen koskettaa lähes kaikkia peruskoulun oppilaita (Hamarus 2012, 88–90 Saarento 2015, 10–11). Koulukiusaaminen onkin yksi merkittävimmistä lapsen tai nuoren sosioemotionaalista kehitystä sekä psyykkistä hyvinvointia uhkaavista tekijöistä. Pörhölän (2010) mukaan kiusatuksi joutuminen on yhteydessä nuorten aikuisten masentuneisuuteen, ahdistuneisuuteen sekä kielteiseen käsitykseen muista ihmisistä. Kiusaaminen vaikuttaa myös vahvasti kiusatun sosiaaliseen elämään ja ihmisarvon tunteen menettämiseen. Kiusaaminen vaikuttaa vahvasti lasten ja nuorten hyvinvointiin ja siksi se luo yhteiskunnalle uudenlaisia haasteita lapsen ja nuoren kasvun ja kehityksen tukemiseksi (Saarento 2015, 10–11; Hamarus 2012, 88–90).

Perusopetuslaissa (21.8.1998/628) määrätään, että jokaisella lapsella on oikeus turvalliseen oppimisympäristöön. Näin ollen kouluilla on vastuu toteuttaa perusopetuslakia siten, ettei lapsen tai nuoren fyysinen eikä psyykkinen hyvinvointi ole uhattuna. Koulun turvallisuus ja vuorovaikutus koulupäivien aikana ovat keskeisiä nuorten mielenterveyteen vaikuttavia tekijöitä (Välimaa 2004, 38).

Koulukiusaaminen on ajankohtainen aihe edelleen. Vuonna 2020 mediassa oli esillä monta rajua ja paljon julkisuutta saanutta koulukiusaamistapausta. Ylen (2020) artikkelissa uutisoidaan kiusaamisen olevan nyky-yhteiskunnan ”mätäpaise”. Kansanedustajien näkemyksiä tutkineessa artikkelissa miltei kaikki kansanedustajat olivat sitä mieltä, että yksikin kiusaamistapaus on liikaa ja, ettei kiusaamiseen ole puututtu vielä riittävästi.

Yhteiskunnan muutoksen myötä myös koulukiusaaminen saa uusia ulottuvuuksia vanhojen rinnalle. Sosiaalinen media mahdollistaa kiusaamisen jatkumisen myös kouluajan ulkopuolella tehden myös puuttumisen entistä vaikeammaksi (Eriksson 2001, 10 & Räsänen 2005).

Koulukiusaamiseen puuttuminen edellyttää opettajalta tietoutta luokkansa sosiaalisista suhteista, eri oppilaiden sosiaalisista statuksista sekä kiusaamisen monista muodoista. On tutkittu (Hamarus 2018, 50), että opettajan asenteella on valtava merkitys kiusaamisen vähentämisessä. Opettajan on haluttava nähdä, tapahtuuko hänen luokassa kiusaamista vai ei, jotta puuttuminen on mahdollista. Salmivallin (2002, 90) tutkimuksen mukaan jokaisessa luokassa on potentiaalinen koulukiusaaja. Hänen toimintansa tiedostaminen ja käyttäytymisen tukeminen on opettajan työssä erittäin tärkeää. Opettajan merkittävä rooli kiusaamisen ennaltaehkäisijänä on yksi syy siihen, että halusimme tutkia nimenomaan koulukiusaamista. Tulevina opettajina haluamme olla varmistamassa, että koulu olisi oppilaille mahdollisimman turvallinen paikka.

Vaikka kiusaamista on tutkittu paljon monista näkökulmista, on lasten ja nuorten omien kokemusten tutkiminen jäänyt verrattain vähäiseksi (Teräsahjo & Salmivalli 2002, 101). Tämän vuoksi tässä tutkimuksessa keskityimme tarkastelemaan lasten ja nuorten ajatuksia ja kokemuksia koulukiusaamisesta.

## 2 KIUSAAMINEN

### 2.1 Kiusaamisen määritelmät

Kiusaamista on tutkimuksissa määritelty monin eri tavoin (Hamarus 2012; Herkama 2012; Olweus 1992; Pörhölä 2008; Salmivalli 2003). Olweus (1992, 14) on määritellyt kiusaamisen olevan sitä, kun yksilö on toistuvasti alttiina yhden tai useamman muun henkilön negatiivisille teoille. Näillä negatiivisilla teoilla Olweus tarkoittaa tahallista ja tarkoituksellista toimintaa, jonka tavoitteena on tuottaa uhrille mielipahaa fyysisin, psyykkisin tai sosiaalisin keinoin. Olweuksen (1992) määritelmä kiusaamisesta on laajalti hyväksytty tutkijapiireissä, ja yleinen kansainvälinen kiusaamistutkimus pohjautuu tälle määritelmälle (Macklem 2003).

Salmivallin (2003, 11) määritelmän mukaan kiusaaminen on toistuvaa ja pitkäaikaista henkistä, fyysistä tai sosiaalista väkivaltaa. Hamarus (2012, 12–13) muistuttaa, että toistuvuuden ja pitkäaikaisuuden käsitteisiin ei saa kuitenkaan liikaa takertua, sillä jo yksittäinen konfliktitilanne voi aiheuttaa uhrille kiusaamisen kokemuksen ja tunteen uhattuna olemisesta. Salmivallin (2012, 13) määritelmässä myös voimasuhteiden epätasapaino nähdään keskeisenä kiusaamisen kriteerinä. Näitä voimasuhteiden epätasapainoon vaikuttavia tekijöitä voivat olla esimerkiksi ikä, sukupuoli, asema, koko tai taustajoukkojen suuruus. Hamaruksen (2018, 12) tutkimuksen mukaan kiusaamisen määritelmän tärkeitä osatekijöitä ovat tavoitteellisuus, päämäärätietoisuus ja tahallisuus. Kiusaaminen ei tapahdu koskaan vahingossa, vaan on aina tietoista ja suunnitelmallista. Kiusaaja haluaa tarkoituksellisesti tuottaa kiusatulle mielipahaa.

Joissain tilanteissa kiusaajiin lukeutuva porukka voi olla määrällisesti suurempi kuin kiusattuihin lukeutuva porukka, ja joskus kiusaaja voi olla fyysisesti vahvempi kuin kiusattu. Näissä tilanteissa Olweus (1992, 15) määrittelee tilanteen niin, että kiusatun ja kiusaajan välillä vallitsee epätasapainoinen valtasuhde. Epätasaisesti jakautunut valta vaikuttaa siihen, että kiusaajan on vaikea puolustaa itseään ollessaan alistetussa asemassa kiusaajia vastaan (Pörhölä 2008, 95).

Tutkimuksissa kiusaaminen määritellään yleensä myös suoran ja epäsuoran kiusaamisen kautta. Suoralla kiusaamisella tarkoitetaan uhrin fyysistä ja verbalista satuttamista, kuten haukkumista tai pahoinpitelyä, uhkailua, kiristämistä tai nimittelyä. (Olweus 1992, 15; Pörhölä 2008, 95; Salmivalli 1998, 35–36; Sharp & Smith 1994, 1). Suoralla kiusaamisella tarkoitetaan siis avoimia hyökkäyksiä uhria kohtaan (Olweus 1992, 14–15). Epäsuora kiusaaminen voi puolestaan olla uhrista paha puhumista hänen selkensä takana tai perättömien juorujen levittämistä. Tällaisella käyttäytymisellä pyritään vaikuttamaan vertaisryhmän suhtautumiseen uhria kohtaan. Näin ollen epäsuoralla kiusaamisella manipuloidaan ryhmän muut jäsenet kääntämään selkensä kiusatulle. (Herkama 2012, 24.)

Suora psyykkinen kiusaaminen voi ilmetä esimerkiksi haukkumisena, uhkailuna tai kiristämisenä. Epäsuora psyykkinen kiusaaminen voi tarkoittaa esimerkiksi pahan puhumista selän takana, perättömien juorujen levittämistä tai pilkallisia ilmeitä ja eleitä, joita ulkopuolisen on vaikea tunnistaa, mutta uhri tietää niiden olevan hänelle tarkoitettuja. (Hamarus 2012). Ryhmästä eristäminen saa uhrissa usein aikaan tunteen vallan epätasaisesta jakautumisesta, eikä uhri välttämättä edes tiedä kuka kiusaaja on (Olweus 2003, 62–63). Sosiaalinen kiusaaminen on aina epäsuoraa kiusaamista. Sosiaalisessa kiusaamisessa kiusaaja pyrkii vaikuttamaan uhrin sosiaalisiin suhteisiin eristämällä hänet pois ryhmästä, kuten luokasta tai harrastusporukasta. (Hamarus 2012, 38–39.) Useimmissa koulukiusaamistapauksissa esiintyy kuitenkin useita eri kiusaamisen muotoja, joten selvä erottelu voi olla vaikeaa (Hamarus 2008, 56).

Koulukiusaaminen on kiusaamista, joka tapahtuu koulupäivän tai koulumatkan aikana. Se on vuorovaikutuksellinen prosessi, jossa oppilas joutuu yhden oppilaan tai oppilasryhmän vahingoittamisen tai syrjimisen kohteeksi. (Pörhölä 2008, 96.) Tutkimuksissa (Kaltiala-Heino 2000, 660; Salmivalli 2010, 17 & Tilastokeskus 2004) on todettu, että 5–15 % peruskoululaisista joutuu viikoittain kiusaamisen kohteeksi ja kaikissa suomalaisissa alakouluissa on jokaisella luokalla ainakin yksi systemaattisen kiusaamisen kohteena oleva oppilas. Voidaan siis yleistetysti sanoa, että koulukiusaaminen on ongelma, joka koskettaa kaikkia



kouluja ja luokkia, vaikka kiusaamistilanteissa voi olla luokkakohtaisia eroja. Lisäksi omiksi kiusaamisen muodoikseen voidaan erotella myös materiaallinen kiusaaminen ja seksuaalinen häirintä (Kivelä, Mäntylä, Ollila & Perttola, 2013, 23). Tässä tutkimuksessa niitä ei erikseen käsitellä.

## 2.2 Kiusaamisen teoriat ja roolit

Kiusaamista on tutkittu paljon erityisesti 1970-luvulta lähtien, ja ilmiötä on pyritty selittämään erilaisin keinoin. Esimerkiksi Roland (1984), Pikas (1990), Olweus (1992), Aho & Laine (1997) sekä Salmivalli (1998) ovat tulkinneet kiusaamisen syntyä eri mallien avulla. Tässä tutkimuksessa teorian pohjana käytetyt tutkimukset ovat vanhempaa tutkimustietoa, mutta niiden käyttö on perustelua, sillä niillä on vahva perusta kiusaamistutkimuksessa edelleen. Pikasin (1990) mallin mukaan kiusaaminen eli ryhmäväkivalta koostuu kolmesta tekijästä; dissonanssista, viholliskuvasta ja vahvistamisesta. Ensimmäinen kiusaamista selittävä tekijä on *dissonanssi*, jossa kiusaaminen alkaa leikkillisellä kiusoittelulla ja härnäämisellä. Sen pyrkimyksenä on selvittää testaamalla, millainen ihminen oikeasti on. Tarkastelun kohteeksi valitaan ihmisen erilaisuus ja tulosten perusteella henkilöt sijoitetaan taustaoletusten mukaisesti luokkiin. Jos kiusaaja ei pysty määrittelemään jonkinlaista erilaisuutta, hän jatkaa testaamista. (Pikas 1990, 7074.) Testaaminen on siis härnäämistä, jonka avulla jokainen pyritään sijoittamaan omaan rooliinsa. Jos jo luokiteltu ihminen käyttäytyy roolinsa odotusten vastaisesti, häntä testataan uudelleen ja selvitetään, onko käytös pysyvää. Näin ihmiset, jotka yllättäen poikkeavat roolistaan, joutuvat helposti kiusatuksi. (Hamarus 2006, 55.) Testaamisen käsitteen on tutkimuksessaan maininnut myös Schein (1987, 85), jonka mukaan testaamisella pyritään tarkistamaan, kuka antaa ryhmässä valtaa kenelle ja kuinka paljon sekä kuka ottaa vaikutteita keneltäkin.

Toinen Pikasin (1990) teorian mukainen kiusaamista selittävä tekijä on *viholliskuva*. Teorian mukaan viholliskuvia on kaksi; vapaasti liikkuva sekä objektiivinen viholliskuva. Vapaasti liikkuvalla viholliskuvalla tarkoitetaan kiusaajan tai kiusaajaryhmän johtajan mielikuvaa alempiarvoisesta tai uhkaavaksi koke-

mastaan henkilöstä. Esimerkiksi ryhmän uudet jäsenet koetaan uhkaavaksi viholliseksi heti alusta alkaen. Kiusatun käyttäytymisellä ei ole mitään tekemistä vapaasti liikkuvan viholliskuvan kanssa, sillä se syntyy jo ennen kiusaamistilannetta.

Objektiivinen viholliskuva puolestaan syntyy kiusatun käyttäytymisen perusteella, jos kiusattu esimerkiksi kantelee, itkee, provosoi tai hyökkää kiusaajaa vastaan itse. Tällöin kiusaamiseen on selvästi ulkopuolisten havaittavissa. Tämän vuoksi objektiivinen viholliskuva syntyykin, kun kiusattu käyttäytyy normeista poikkeavalla tavalla tai muuten kiusaajan mielestä uhkaavasti. Usein vapaasti liikkuva ja objektiivinen viholliskuva sulautuvat toisiinsa, eikä niitä ole aina helppoa erottaa. (Pikas 1990, 73–74.)

Vaikka dissonanssi sekä viholliskuva toteutuisivatkin ryhmässä, ne eivät Pikasin (1990) teorian mukaan vielä kahdestaan aikaan saa kiusaamista, vaan lisäksi tarvitaan vielä *kolmas* tekijä, vahvistaminen, joka käynnistää varsinaisen kiusaamisen. Vahvistamisella tarkoitetaan sitä, että ryhmän jäsenet hyväksyvät toistensa kielteisen käytöksen ja vahvistavat toistensa kielteistä käsitystä kiusaamisen uhrista. Vahvistamista voi tapahtua ilman, että ryhmän jäsenet itsekään ymmärtävät, mitä on tapahtumassa. Vahvistaminen mahdollistaa myös sen, että joku ryhmän jäsen voi joutua toimimaan kiusaajan tavoin vastoin omaa tahtoaan, pelätessään ryhmäpainetta tai muun ryhmän kostoja. (Pikas 1990, 76–77.)

Pikasin lisäksi myös Olweus (1992) on esittänyt kiusaamista selittävän teorian. Olweuksen teorian mukaan kiusaaminen on seuraamusta yksilön persoonallisuudesta sekä tilannetekijöistä. Kiusaamisen syntyyn vaikuttavat siis yksilön sisäiset ja ulkoiset tekijät sekä kasvuympäristö. Näin ollen kiusaaminen usein juontaa juurensa jo varhaislapsuudesta. (Aho & Laine 1997, 231.)

Toisin kuin Pikas, Olweus (1990) näkee, että kiusaamistilanteen syntyyn tarvitaan yhdestä kahteen tilannetekijää. Kiusaaja on monesti aggressiivinen henkilö, jolla on halu päteä sekä hallita muita. Kiusaaja ei kuitenkaan aina valitse uhrikseen juuri sitä henkilöä, joka hänelle on aiheuttanut pettymyksen, vaan uhriksi saattaa valikoitua hiljainen ja arka henkilö. Tällaisesta henkilöstä kiusaajaa saa helposti syntipukin aggressiolleen.

Aho & Laine (1997) esittävät tutkimuksessaan teorian, jonka mukaan kiusaaminen muodostuu sekä yksilön omista kokemuksista että ryhmädynaamisista tekijöistä. Jokainen kokee kiusaamisen eri tavalla, ja kiusaamisen on todettu olevan pitkälti sidoksissa subjektiivisiin kokemuksiin. Joku kokee jo pienen leikkilisen kiusoittelun kiusaamisena, kun taas toinen saattaa kestää jatkuvaa hännäämistä pitkäänkin. Tämän vuoksi kiusaamista voi olla joskus vaikea määrittellä ja ulkopuolisten voi olla joskus vaikea havaita sitä. Yhtenä lähtökohtana kiusaamisen määrittelyssä voidaankin pitää kiusatun omia kokemuksia. (Aho & Laine 1997, 228.)

Salmivalli (1995a, 38) puolestaan selittää kiusaamisen syntymisen roolien muodostumisen näkökulmasta. Salmivallin mallissa kiusaamista tarkastellaan useiden lasten vuorovaikutuksena eikä vain kiusaajan ja kiusatun välisenä konfliktina. Salmivalli näkee, että kiusaamistilanteissa on erotettavissa useita erilaisia rooleja, kuten kiusaajat, apurit, uhrin, vahvistajat ja puolustajat.

Roland (1984) esittää kiusaamisen johtuvan viitekehyksen vääristelystä. Roland rinnastaa yksilön ja ryhmän yhteen uhriin kohdistaman kiusaamisen. Rolandin määritelmän mukaan kiusaaminen on pitkäaikaista, säännöllistä fyysistä ja psyykkistä väkivaltaa, johon liittyy voimasuhteiden epätasapaino. Kiusaajalla on voimakas tarve välttää paheksuntaa tekemällä kiusaamisesta hyväksyttävää. Tähän kiusaaja käyttää kahta menetelmää; viitekehyksen vääristelyä sekä vähätelyä ja selittelyä. Viitekehyksen vääristelystä on kyse esimerkiksi silloin, kun kiusaaja kuvittelee kiusatun aikeet hyökkääviksi. Näin kiusaaja saa syyn kiusaamiseensa. Kiusaaja saattaa myös pyrkiä ärsyttämään uhriaan saadakseen syyn kiusata. Taulukkoon 1 on koottu tiivistetysti ne pääsyyt, joiden eri tutkijat ovat todenneet vaikuttavan kiusaamisen syntyyn.

Taulukko 1. Kiusaamiseen syntyyn vaikuttavat tekijät eri tutkijoiden mukaan.

Tutkija	Kiusaamisen syntyyn vaikuttava tekijä
Salmivalli (1998, 1995a)	Roolien muodostuminen
Pikas (1990)	1. Dissonanssi 2. Viholliskuva 3. Vahvistaminen
Olweus (1992)	1. Yksilön persoonallisuus 2. Tilannetekijät
Aho & Laine (1997)	1. Yksilön omat kokemukset 2. Tilannetekijät
Roland (1984)	Viitekehysten vääristyminen

Kiusaamisen syntyä voidaan siis selittää useiden eri tekijöitä painottavien mallien kautta. Kuitenkin kaikissa koulukiusaamistilanteissa on mahdollista erottaa erilaisia rooleja, kuten kiusaaja, apuri, uhri, kiusaaja-uhri, vahvistaja, puolustaja sekä ulkopuoliset (Salmivalli 1995b). Kiusaajat saattavat yleensä olla koulun suosituimpia ja keksivät, miten ja missä uhria kiusataan. Yleensä kiusaajilla saattaa olla positiivinen minäkuva huonon itsetunnon sijaan sekä heidän asennoitumisensa koulunkäyntiä kohtaan on usein negatiivinen (Olweus 1992, 56–57; Salmivalli 1995b). Kiusaajat ovat usein aggressiivisiä ikätovereitaan kohtaan, ja heidän toimintansa on usein impulsiivista (Olweus 1978). Kiusaajalla on usein myös tarve tuntea itsensä suureksi, vahvaksi ja hyväksi (Boulton & Underwood 1992; Charcach, Pepler & Ziegler 1995).

Apurit nimensä mukaan auttavat kiusaajaa sekä tekevät sen, mitä kiusaajat käskevät, eli varsinaisen kiusaamisen. Uhrit eli kiusatut ovat yleensä fyysisesti ja itsetunnonaltaan heikoimpia, jolloin he eivät pysty puolustautumaan. Smithin (1991) tutkimuksen mukaan uhrit saattavat usein olla kömpelöitä, ylipainoisia tai vammaisia. Myös poikkeava hiusten tai ihon väri saattavat olla uhrin tunnuspiirteitä. Lisäksi Oliwer, Hoover & Hazel (1994) ovat tutkineet kiusattujen olevan usein ahdistuneempia, epävarmempia itsestään, hiljaisempia sekä herkempiä

kuin muut vertaiset. Kiusaamisen uhrit myös yleensä paheksuvat väkivaltaa eivätkä itse käyttäydy uhkaavasti, jolloin he harvoin ryhtyvät kostamaan kiusaajalle. Näiden edellä mainittujen passiivisten uhrien lisäksi on olemassa provokatiivisia uhreja, jotka omalla aggressiivisella käyttäytymisellään provosoivat kiusaajia. (Olweus 1992.) Kuitenkin viime kädessä kiusatun henkilökohtainen, subjektiivinen kokemus määrittää sen, kokeeko uhri kiusaamisen itseään alistavana tai hyökkäävänä (Harjunkoski & Harjunkoski 1994, 19). Leikittelyn ja aidon kiusaamistilanteen raja on yleensä häilyvä, jota ulkopuolisen on vaikea tunnistaa tai erotella (Pikas 1990, 70–71).

Vahvistajat ovat kiusaajan tukena ja omalla käyttäytymisellä ja olemuksella viestittävät kiusaajalle positiivista palautetta kiusaajan toiminnasta. Puolustajat ovat ainoita, jotka ovat uhrien puolella ja yrittävät mennä kiusaamistilanteessa väliin tai jälkeenpäin lohduttavat uhria. Kiusaamistilanteissa ulkopuoliset käyttäytyvät, kuin eivät huomaisi kiusaamistilannetta tapahtuvan. (Salmivalli 1995b.) Koulussa oppilaalla on kaksi roolikenttää, joissa hän on suhteessa joko oppilastovereihin tai opettajaan. Kun näiden roolien välillä syntyy ristiriitoja ja oppilaan minä sekä rooli ovat epätasapainossa, syntyy oppilaalle kiusaajan sekä uhrin roolit, joissa oppilas saattaa samaan aikaan olla kiusaaja sekä uhri tilanteesta riippuen. (Aho & Laine 1997, 232–233.)

### **2.3 Sosiaalinen media ja kiusaaminen**

Sosiaalinen media ja internet vaikuttaa tapaamme kommunikoida, työskennellä, ymmärtää sekä rakentaa informaatiota. Sen lisäksi se vaikuttaa siihen, kuinka muodostamme ja ylläpidämme sosiaalisia suhteita. (Mäntymäki 2012, 9.) Media-ympäristön muuttumisen myötä myös lapset ja nuoret kuluttavat sosiaalisen median palveluita yhä enemmän ja laajemmin. Median rooli on merkittävä lasten sosiaalisen vuorovaikutuksen, yhteenkuuluvuuden ja identiteetin rakentaja sekä mahdollisesti esittämisen ja kokeilun paikka. Sosiaalisessa mediassa tapahtuva vuorovaikutus on lapsille ja nuorille jopa tärkeämpää kuin kasvokkain tapahtuva vuorovaikutus. Tämän lisäksi nuoret jakavat sisältöä sosiaalisessa mediassa ahkerasti ja avoimesti. (Lehtikangas 2016, 12–13.)

Lasten ja nuorten lisääntynyt internetin ja sosiaalisen median käyttö tuo mukanaan myös haasteita. Sosiaalisessa mediassa on helpompi puhua ja arvostella muita, sillä kirjoittaja ei välttämättä joudu kohtaamaan arvostelun kohdetta kasvokkain. Kasvottomuus ja sosiaalisessa mediassa ilmenevä suorasukaisuus tulevat ilmi erityisesti mielipiteiden ilmaisussa: toisen ihmisen ulkonäön, toimintatapojen ja luonteenpiirteiden arvostelu on helpompaa. (Kaski & Nevalainen 2017, 12; Mustonen 2012, 58–59; Pönkä 2014, 73.) Tämä on osaltaan mahdollistanut uudenlaisen ilmiön ja kiusaamisen muodon synnyn, kiusaamisen sosiaalisessa mediassa ja netissä. Koska nykypäivänä suuri osa oppilaista käyttää internetiä ja sosiaalisen median palveluita, on koulukiusaamista ja nettikiusaamista vaikea eritellä toisistaan; koulukiusaaminen voi näet jatkua netissä tai tapahtua pelkästään siellä.

Van Cleemputin (2008, 501) sekä Ybarran ja Mitchellin (2004, 1308, 1314–1315) mukaan nuoret kiusaavat muita sosiaalisessa mediassa muun muassa kohtaakseen omia ikäviä kokemuksiaan tai kiusatuksi joutumistaan. Tämän lisäksi esimerkiksi koulussa tai vapaa-ajalla alkaneita riitoja saatetaan selvittää sosiaalisessa mediassa. Toisaalta Vandeboschin ja Van Cleemputin (2008, 501) sekä Ybarran ja Mitchellin (2004, 1308–1315) mukaan kiusaamisen syiksi sosiaalisessa mediassa riitti muun muassa pelkästään se, että kiusaajalla ei ollut kiusaamishetkellä muutakaan tekemistä. Kwanin ja Skoricin (2013, 22) mukaan sosiaaliset suhteet sosiaalisen median ulkopuolella vaikuttavat siihen, joutuuko netissä kiusatuksi.

IRO research (2020) teettämän laajan kyselytutkimuksen mukaan lapsista ja nuorista (10–17-vuotiaat) 31 % on kokenut nettikiusaamista. Kahdeksan prosenttia vastanneista on kokenut kiusaamisen niin vakavana, että on ryhtynyt joko yksin, vanhempien tai esimerkiksi koululta saadun avun turvin toimenpiteisiin. Saman tutkimuksen mukaan nettikiusaaminen on yleisintä 18–29-vuotiaiden keskuudessa. Tästä ikäryhmästä yli kolmannes on ollut nettikiusaamisen kohteena.

Mediakasvatusseuran teettämän tutkimuksen mukaan yleisin nettikiusaamisen muoto on ilkeiden kommenttien lähettäminen (Rahja 2013, 15). Ilkeät kommentit kirjoitetaan tyypillisesti esimerkiksi kiusatun kuviin tai julkaisuihin.

Usein nämä kommentit koskevat kiusatun ulkoista olemusta tai henkilön näkemys- ja ajattelua. (Rahja 2013, 20). Kun ilkeä kommentointi kärjistyy, puhutaan ahdistelusta. Ahdistelu on yleinen nettikiusaamisen muoto, jolloin kiusaaja toistuvasti lähettää ilkeitä tai aggressiivisia viestejä uhrille eri palvelimien kautta. (Rogers 2010, 17.) Nettikiusaamista voi esiintyä myös ulkopuoliseksi jättämisenä ja ryhmästä eristämisenä (Kupiainen ym. 2013, 46).

## 2.4 Aiempia tutkimuksia koulukiusaamisesta

Vastoin yleisiä uskomuksia koulukiusaamista tapahtuu eniten koulupäivän aikana oppitunneilla ja välitunneilla eikä koulumatkoilla (Olweus 1992, 25). On tutkittu (Rigby 2008, 42), että eniten kiusaamista tapahtuu taukojen ja välituntien viimeisillä minuuteilla ja siirtymissä, kun oppilaat eivät ole enää keskittyneitä tekemisiinsä. Välitunneilla opettajien voi olla myös vaikeampaa valvoa oppilaiden toimintaa tarkasti, joten kiusaamistilanteiden syntyminen on helpompaa. Toisaalta oppituntien aikana tapahtuva kiusaaminen on usein luonteeltaan hienovaraisempaa, kuten pilkkaamista tai sarkastiseen sävyyn kommentoimista, jota opettajan voi olla vaikeaa tulkita kiusaamiseksi.

Kiusaamisen muodot vaihtelevat myöskin sukupuolten välillä, sillä pojat ja tytöt kiusaavat toisiaan eri tavoin. Poikien kiusaaminen on usein helpommin tunnistettavissa, sillä pojat käyttävät yleensä suoraa ja avointa kiusaamista, joka on äänekkästä ja sisältää jonkin verran fyysisen kiusaamisen muotoja. Poikien kiusaamistapaukset ovat usein julkisia ja tapahtuvat yleisön edessä kiusaavat usein epäsuorasti ilman todistajia ja yleisöä. Poikien on myös raportoitu joutuvan tyttöjä useammin kiusatuiksi sekä osallistuvan tyttöjä useammin kiusaamiseen. (Herkama 2012; Tilastoraportti 33/2019, THL.) Tyttöjen kiusaaminen on usein hiljaista ja epäsuoraa kiusaamista, jossa kiusattu pyritään sulkemaan ryhmän ulkopuolelle. Siksi sitä voi olla myös vaikeampaa huomata. Tytöt löytävät taitavasti myös toistensa heikot kohdat. (Olweus 1992, 23–24; WHO koululaistutkimus 2017.) Tutkimukset antavat viitteitä myös siitä, että pojat voivat kiusata tyttöjä ja poikia, kun taas tytöt tyypillisemmin kiusaavat vain toisia tyttöjä (Fekkes ym. 2005). Tuoreessa kiusaamistutkimuksessa (Tiiri, Lempinen, Chudal, Vuori &

Sourander 2020) on tutkittu syntymäkuukauden vaikutusta siihen, joutuuko lapsi kiusatuksi. Tutkimuksessa todettiin, että loppuvuonna syntyneet lapset joutuivat kiusatuksi alkuvuonna syntyneitä lapsia enemmän.

Aiemmissä tutkimuksissa on selvitetty, että oppilaiden ikä on yhteydessä siihen, millaista kiusaamisen on (Herkama 2012, 29). Kiusaaja on useimmiten kiusatun vertainen, saman ikäinen oppilas, joka viettää paljon aika kiusatun kanssa. Joskus myös ylemmän luokan oppilaat saattavat kiusata nuorempiaan. (Frekkes ym. 2015.) Suomessa yleisintä koulukiusaaminen on 5.-9.-luokilla oppilaiden ollessa 11-15-vuotiaita (Craig & Harel 2004). Vuoden 2019 Suomen kouluterveyskyselyn (Tilastoraportti 33/2019, THL) mukaan kuluneen vuoden aikana koulukiusaamisen ja väkivallan uhkaa oli kokenut 12 % 4.-5.-luokkaa käyvistä oppilaista. 8.-9.-luokan oppilailla fyysisen uhan ja kiusaamisen kokemukset olivat yleisempiä, sillä 17 % tämän ikäisistä oli kokenut fyysistä väkivallan uhkaa. Kouluterveyskysely osoittaa myös, että noin joka 20. lapsi ja nuori kokee koulukiusaamista viikoittain. Perusopetuksen 4.-5.-luokkaa käyvistä oppilaista 2 % ja 8.-9.-luokkaa käyvistä 3 % kertoo itse olleensa mukana koulukiusaamisessa viikoittain. Noin joka 20. lapsi ja nuori oli kokenut kiusaamista koulussa viikoittain. Toisella asteella opiskelevat nuoret kertoivat perusopetuksen oppilaita vähemmän tulleen kiusatuksi. (Tilastoraportti 33/2019, THL.)

Vuoden 2019 Kouluterveyskysely osoittaa, että 4.-5.-luokkalaisten poikien viikoittaiset kiusaamiskokemukset ovat hieman laskeneet vuoden 2017 kouluterveyskyselyn jälkeen. Saman ikäisillä tytöillä vastaavat lukemat ovat puolestaan hieman nousseet. 8.-9.-luokan tyttöjen sekä poikien viikoittaiset kiusaamiskokemukset ovat vähentyneet hieman vuodesta 2017. (Tilastoraportti 33/2019, THL.)

Kouluterveyskyselyn 2019 mukaan suomalaislapsia koulukiusataan yleisimmin nimittelemällä ja naurunalaiseksi tekemällä sekä ryhmästä ulos jättämällä. Fyysinen kiusaaminen, kuten töniminen, lyöminen ja potkiminen, ovat yleisimpiä peruskouluikäisillä pojilla. Toiselle asteelle siirryttäessä fyysiset hyökkäykset vähenevät selvästi. (Tilastoraportti 33/2019, THL.) Espelage & Asidao (2001, 49-55) ovat tutkineet oppilaiden kuvauksia kiusaamistilanteista. Myös näistä kuvauksista ilmeni, että pojat kuvasivat enemmän fyysistä kiusaamista, kun taas tytöt kertoivat sosiaalisiin suhteisiin liittyvästä aggressiosta. Boulton



(1995, 132) havaitsi tutkimuksissaan, että lasten kiusaamistapaukset eivät välttämättä ole kestoiltaan kovin pitkiä, mutta ne toistuvat usein ja aiheuttavat merkittävää vahinkoa kiusatun hyvinvoinnille.

Maailman terveysjärjestön (WHO, 2017) koululaistutkimuksen mukaan kolmenkymmenenkuuden maan vertailussa 1–36 % lapsista ja nuorista on ollut osallisena kiusaamiseen kiusaajana tai kiusattuna vähintään kaksi kertaa viime kuukausien aikana. Suomalaisista 5-luokkalaisista tytöistä kiusatuksi joutui 11 % ja pojista 13 %. Craigin & Harelin (2004) tutkimuksen mukaan kansainvälisesti vertailtuna koulukiusaaminen on Suomessa hieman keskitasoa vähäisempää. Eniten kiusaamista esiintyi Liettuassa ja Virossa. Liettuassa 7.-luokkalaisista kiusatuksi ainakin kerran kuussa joutui n. 70 % oppilaista. Suomessa vastaavat luvut ovat alle 30 %. Ruotsissa kiusatuksi joutuneiden oppilaiden määrä oli tutkimuksen vähäisimpiä. Kiusatuksi ainakin kerran kuussa Ruotsissa joutui noin 18 % 7.-luokan oppilaista.

### **3 KOULUKIUSAAMISEN SEURAUKSET NUOREN HYVINVOINNILLE**

#### **3.1 Kiusaamisen seuraukset nuoren psykososiaaliselle hyvinvoinnille**

Hyvinvointi on moniulotteinen käsite, eikä sitä voida mitata yhdellä mittarilla. Pohjoismaisissa hyvinvointitutkimuksissa sovelletaan usein kolmea ulottuvuutta, jotka ovat elintaso, sosiaaliset suhteet tai psykososiaalinen hyvinvointi sekä itsensä toteuttaminen ja mielekäs tekeminen (Allardt 1993). Nuorten hyvinvointia kuvaamaan on kehitetty kahdeksan eri indikaattoria. Ne ovat elämä ja terveys, itsensä kehittäminen, tulevaisuuden hallinta, turvallisuus, tunteet ja vuorovaikutus, aktiivinen kansalaisuus, yhdenvertaisuus sekä luonto ja kestävä kehitys. Indikaattorit ovat kehitetty käyttämällä tilastoja, rekisterejä sekä tutkimuksia (Nuorten hyvinvointikertomus 2020). Näiden indikaattoreiden lisäksi

nuorten hyvinvointia voidaan tarkastella myös fyysisen, psyykkisen sekä sosiaalisen hyvinvoinnin kautta. Tässä tutkimuksessa fyysisiä seurauksia tarkastellaan omana kategoriana, mutta psyykkiset sekä sosiaaliset seuraukset ovat yhdistetty yhdeksi psykososiaalisen hyvinvoinnin kategoriaksi.

Sosiaalinen ja psyykinen hyvinvointi ovat vahvasti yhteydessä toisiinsa, ja kiusaaminen vaikuttaakin molempiin samanaikaisesti. Kiusatuksi joutuminen on aina uhka terveelle kehitykselle (Salmivalli 2010, 26–27). Pörhölän (2010) mukaan kiusatuksi joutuminen ennustaa nuorten aikuisten masentuneisuutta, ahdistusta sekä kielteistä käsitystä muista ihmisistä. Kiusaamisen seurauksena kiusatun sosiaalinen elämä koulussa kärsii ja hän menettää ihmisarvonsa vertaisensa joukossa. Johdonmukaisen kiusaamisen seurauksena ryhmä näkee kiusatun erilaisena ja alempiarvoisena ihmisenä, joka ansaitsee kiusaamisen. (Salmivalli 2003, 100).

Sosiaaliseen hyvinvointiin lasketaan yksilön kyky olla osa yhteisöä, sekä toimia vuorovaikuttajana ihmisten ja ryhmien kanssa. Pahimmillaan kiusaaminen eristää kiusatun muusta väestöstä ja näin ollen vaikuttaa vahvasti yksilön sosiaaliseen hyvinvointiin. (Hamarus 2012, 89.) Koulun turvallisuus ja vuorovaikutus koulupäivien aikana ovat keskeisiä tekijöitä, jotka vaikuttavat nuoren mielenterveyteen (Välimaa 2004, 38). Hyvinvoinnin kannalta turvallisuus on tärkein emootio (Haapaniemi & Raina 2014, 78).

Koulukiusaamisen seurauksista etenkin seuraukset psyykkiselle hyvinvoinnille ovat merkittävät (Hoover & Hazler 1991). Hawkerin ja Boultonin meta-analyysin (2000) mukaan masentuneisuus ja koulukiusaaminen ovat vahvasti yhteydessä toisiinsa. Masennuksen ja kiusatuksi joutumisen yhteys oli molemmilla sukupuolilla kaikissa tutkimuksissa kiistaton. Nykytiedon valossa vaikuttaa kuitenkin siltä, että psykososiaaliset ongelmat ovat nimenomaan kiusaamisen seurausta (Hawker & Boulton, 2000; Salmivalli 2003, 20–21). GHQ (General Health Questionnaire) testin tuloksista ilmenee myös, että kiusaamisen kohteeksi vähintään viikoittain joutuneet kärsivät myös monista muista psykososiaalisista ongelmista, kuten sosiaalisista toimintahäiriöistä, arvottomuuden tunteesta, masennuksesta, tunteesta, että elämä ei ole elämisen arvoista, sekä itsetuhoisista ajatuksista, joihin sisältyivät halu tappaa itsensä ja toiveet kuolemasta. (Rigby 1997,

54.) Englantilaisessa pitkittäistutkimuksessa (Singham, Viding & Schoeler 2017) havaittiin, että muiden mielenterveys haittojen lisäksi kiusaaminen altisti myös vainoharhaisille tuntemuksille ja psykoottisille oireille.

Kiusaamisen uhrit saattavat usein syyttää itseään, joka aiheuttaa sen, että kiusattu kokee kiusaamisen oikeudenmukaiseksi ja alkaa etsiä itsestään vikoja. Lisäksi kiusatut kokevat, että he ovat alttiimpia erilaisille uhille. Joissain tapauksissa kiusatut saattavat tuntea vihaa ja jopa koston halua kiusaajaa kohtaan. (Roberts 2006, 37–38.)

Joissain tapauksissa kiusatun halu välttää kiusaamistilanteita tai kiusaamistilanteista johtuva stressi saattaa aiheuttaa sen, että kiusattu ei halua mennä kouluun ja keksii tekosyitä poissaololle. Kiusaamisen vaikuttaa myös oppimiseen. (Roberts 2006, 38–39.) Hamaruksen (2006, 214) mukaan kiusaaminen vaikuttaa kiusatun lisäksi koko luokan opiskelumotivaatioon, koska kiusaaminen muovaa oppilaan käsitystä itsestään yksilönä ja yhteisön jäsenenä. Kiusaamisella on vaikutusta myös elinikäiseen oppimiseen, koska se luo helposti kielteisen asenteen koulua ja oppimista kohtaan. Singham ym. (2017) tutkivat, että koulukiusaaminen aiheuttaa myös keskittymisvaikeuksia, levottomuutta ja sitä kautta vaikuttaa myös oppimiseen.

Hamarus (2012, 53–54) mainitsee sosiaalisen eristämisen olevan verrattavissa fyysiseen kipuun. Lisäksi kiusaaminen saattaa aiheuttaa kiusatussa häpeän tunnetta, ahdistusta, syyllisyyttä, itseinhoa, vihaa, yksinäisyyttä, torjutuksi tulemisen sekä luottamuksen menettämisen tunteita. Tutkimukset osoittavat myös, että koulukiusaaminen on vahingollista lapsen ja nuoren itsetunnolle. Mäntylän (2013) tutkimuksen mukaan kiusaamisesta seuraa myöhemmin elämässä itsetunnon heikkouteen liittyviä ongelmia ja itsetunnon puutetta. Rigbyn (1997, 59) tutkimuksen mukaan kiusaamisesta aiheutunut heikko itsetunto vaikuttaa myös kumppanin löytämiseen myöhemmällä iällä heikentävästi.

Kiusatut kokevat usein sosiaalisten tilanteiden pelkoa, esiintymisjännitystä tai toisaalta hylätyksi tai petetyksi tulemisen pelkoa. Kiusatuilla on usein vaikeuksia solmia pysyviä ihmissuhteita tai ylipäättään luottaa toiseen ihmiseen. Hamaruksen (2012, 55) mukaan erilaiset masennus-, paniikki- ja syömishäiriöt

sekä viittaukset mielenterveyden heikkenemiseen ovat tyypillisiä koulukiusaamisen aiheuttamia seurauksia. Nettiriippuvuus kuului myös kouluaikana kiusattujen profiiliin. Kiusaaminen aiheuttaa myös jännittämisen tunteita (Hamarus 2012, 56; Pörhölä 2010; Salmivalli 2005, 54).

Kiusaamisen seuraukset saattavat näkyä heti tai vasta myöhemmässä elämän vaiheessa. (Hamarus 2012, 98; Holmberg-Kalenius 2008, 55–56; Salmivalli 2010, 60–70.) Joissain tapauksissa kiusaaminen saattaa jatkua useita vuosia, jolloin kiusatuksi joutumisen kokemus voi olla traumaattinen. Kiusaaminen saattaa aiheuttaa uhrille syrjäytymisriskin sekä eriytymisen ryhmästä. Näin ollen kiusatut lapset ja nuoret saattavat jäädä vaille myönteistä yhdessäolon kokemuksia. Kiusaamisen vuoksi sosiaaliset taidot saattavat jäädä kunnolla kehittymättä, joka voi osaltaan vaikuttaa koko elämään. (Hamarus 2012, 93–98.) Väkivallan kokemukset, erityisesti ollessaan toistuvia, voivat aiheuttaa lapselle toksisen stressitilan, joka voi vaikuttaa elämän eri osa-alueisiin pidemmän aikaa (Korpilahti 2019). Kiusatulla on usein kielteinen käsitys ikätovereistaan. Tästä seuraa usein sosiaalista vetäytymistä, masentuneisuutta ja yksinäisyyttä.

Myös Pörhölä (2010) toteaa, että kiusaamista kokenut nuori asemoi itsensä vertaisryhmän ulkopuolelle ja kokee suhteensa toisiin nuoriin etäiseksi, vihamieliseksi tai pelottavaksi. Hän näkee vertaissuhteet alisteisina eikä tasavertaisina. Kiusatulla on korostunut puolustautumisen ja suojautumisen tarve, ja hän torjuu herkästi vuorovaikutuksen. Kiusatulla on usein puutteita ystäväystymisen, tutustumisen ja ryhmään liittymisen taidoissa. (Pörhölä 2010.)

Salmivalli (2010) toteaa, että kiusaaminen on kehityksellinen riski myös kiusaajalle. Aggressiivinen käyttäytyminen ja toisia alistava käytös voivat jatkua pitkälle aikuisuuteen, ellei käyttäytymiseen puututa.

### **3.2 Kiusaamisen seuraukset nuoren fyysiselle hyvinvoinnille**

Fyysiseen hyvinvointiin koulukiusaaminen voi vaikuttaa väkivallan tekojen kautta. Uhri voi saada kiusaajan hyökkäyksistä jopa fyysisiä vammoja. Yleisimmät fyysisen kiusaamisen keinot ovat töniminen, lyöminen, potkiminen sekä kuristaminen (Salmivalli 2010). Kiusaamisen aiheuttama ahdistus ja jatkuva stressi

voivat aiheuttaa uhrille myös psykosomaattisia oireita, kuten vatsakipua tai päänsärkyä. Standardoitu GHQ testi (Rigby 1997) osoitti kiusatuiksi joutuneiden nuorten kärsivän useista terveydellisistä haitoista, kuten yleisestä huonosta olostasta ja somaattisista vaivoista, joiksi lueteltiin kylmät tai kuumat aallot, ahdistuneisuus, univaikeudet, ja paniikkikohtaukset ilman syytä (Hamarus 2012, 89; Rigby 1997, 54). Kiusaamisen fyysisiä seurauksia ovat myös muun muassa seuraavat: selkärangan ongelmat, jotka voivat lopulta muuttua krooniseksi, migreeni, painon putoaminen, iho-ongelmat sekä hiustenlähtö. Lisäksi oireisiin luokituvat toistuvat selkäsärky, rintakipu, niskäsärky, jännittyneisyys, ärtyneisyys, lohtusyöminen, huimauksen tunne, ja käsien vapina (Aromaa ym. 1997, 175; Rimpelä ym. 1997; Välimaa 2000a, 151). Kiusaamisen pitkäaikaisia vaikutuksia tarkasteltaessa on havaittu, että väkivallan kokemukset nuorena aiheuttavat lisäksi suurentuneen riskin kansanterveys­sairauksiin, kuten sydän- ja verisuonitauteihin, diabetekseen ja syöpään (Korpilahti 2019). Indikaattoreihin peilattuna nämä kiusaamisen seuraukset vaikuttavat elämän ja terveyden osa-alueeseen heikentävästi.

Singham ym. (2017) tutkimuksen mukaan kiusatuilla on verrokkiryhmää suurempi alttius päihteiden väärinkäytölle, rikollisuudelle sekä väkivaltaiselle käytökselle. Myös Olweuksen (1991) seurantatutkimuksessa todettiin, että moni kouluaikana kiusannut päätyi rikollisuuden maailmaan. Myös muut riippuvuudet, kuten nettiriippuvuus ovat yleisiä kiusatuksi joutuneilla. Takizawa, Maughan & Arseneault (2014) pitkittäistutkimuksessa on tutkittu, että kouluai­koina kiusatuksi joutuneilla 50-vuotiailla oli ikätovereitaan heikompi terveydel­linen tilanne. Heidän koulutuksensa oli alhaisempi, palkkataso huonompi sekä he suoriutuivat testeistä ja kokeista huonommin kuin ei-kiusatut ikätoverinsa.

Quinlanin & Barkerin (2020) tuore tutkimus selvittää, miten kiusaaminen näkyy nuoren aivoissa. Tutkimukseen osallistui alle 20-vuotiaita nuoria Euroopasta. Osa tutkimukseen osallistuneista nuorista oli kärsinyt koulukiusaamisesta useita vuosia. Tutkijat havaitsivat, että kiusaamisen kohteeksi joutuneiden aivoissa oli eroja verrattuna niiden nuorien aivoihin, joita ei ole kiusattu. Kiusaaminen näytti kutistavan sekä muuttavan tiettyjä rakenteita nuorten aivoissa.

Nämä aivojen osat liittyivät muun muassa motivaatioon sekä tunteiden prosessointiin ja säätelyyn. Tutkimuksessa todettiin myös, että pienelläkin aivojen kehitystä häiritsevällä tai rajoittavalla tekijällä voi olla suuria pitkäaikaisia vaikutuksia ihmisen elämään. (Quinlan & Barker 2020.)

### 3.3 Koulukiusaamisen ennaltaehkäisy

Opettajalla on velvollisuus puuttua koulukiusaamiseen. Perusopetuslaki (21.8.1998/628) määrää, että jokaisella oppilaalla on oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön. Oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön, joka käsittää sekä fyysisen että psyykkisen oppimisympäristön. Oppilaalla on oikeus käydä koulua ilman väkivallan uhkaa. Turvallinen oppimisympäristö kattaa myös oppilaan koulumatkat. Kiusaamiseen liittyvien oppilaiden huoltajille tulee ilmoittaa tapahtuneesta ja sopia yhteistapaaminen oppilaiden kesken. Kiusaamisen jatkuessa kutsutaan huoltajat mukaan keskusteluun. Kiusaamiseen osallistuneille voidaan antaa jälki-istuntoa, kirjallinen varoitus tai vakavissa tapauksissa määräaikainen erottaminen koulusta (Perusopetuslaki 21.8.1998/29).

Koulutuksen järjestäjällä on myös velvollisuus laatia suunnitelma oppilaiden suojaamiseksi väkivallalta, kiusaamiselta ja häirinnältä. Suunnitelman toteutumista tulee myös valvoa. Oppilaitoksilla tulisi olla myös omat järjestyssäännöt, joissa käsitellään kouluyhteisön viihtyvyyttä ja turvallisuutta. (Perusopetuslaki 21.8.1998/628.)

Koulukiusaamistapauksiin liittyy läheisesti myös oppilashuolto, jonka tehtävä on edistää oppilaan terveyttä ja sosiaalista hyvinvointia (Valtioneuvoston asetus 1435/2001). Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (2004) oppilashuollon yhdeksi tehtäväksi määritellään ongelma- ja kriisitilanteiden ehkäiseminen.

Keltikangas-Järvisen (2010a, 211–212) mukaan kiusaamistilanteiden hoitaminen ja estäminen ovat kiusaamiseen puuttumisen ensisijainen tavoite. Salmivalli (2010) toteaa, että lähtökohta kiusaamisen vähentämiselle on rehellinen kiusaamisongelman tiedostaminen sekä ongelman olemassaolon myöntäminen.

Nykyajan koulukiusaamiseen puuttuminen on kuitenkin entistäkin hankalampaa, sillä kiusaamisen tapahtuu usein tilanteissa, joissa aikuinen ei ole läsnä. Ammattitaitoisella ja oppilaille läsnäolevalla opettajalla on merkittävä rooli kiusaamiseen puuttumisessa ja kiusaamistilanteissa esiintyvien roolien tunnistamisessa (Salmivalli 2010, 47). Kiusaamiseen puuttuminen on välttämätöntä, sillä lapset eivät lopeta kiusaamista itsestään, edes vanhetessaan. Päinvastoin jos kiusaamiseen ei puututa, lapset saattavat jo ensimmäisten kouluvuosien aikana oppia, että kiusaaminen on hyväksyttävää. Koko kouluyhteisöä ja opettajia haastaa se, mistä tunnistaa aito kiusaamistilanne kaverusten välisestä sanaharkasta. Opettajille tulisi olla saatavilla tietoa ja tietoa puuttua luontevasti ja nopeasti kiusaamistilanteisiin. (Salmivalli 2010; 2016.) Salmivalli (2010, 16) painottaa, että yksittäisiin kiusaamistapauksiin puuttuminen ei ole riittävää puuttumista, vaan on otettava huomioon kiusaamistilanne kokonaisvaltaisesti ja puuttua systemaattisesti sen ongelmiin. Salmivalli (2010) on tutkinut, että opettajan oma luottamus kykyihinsä puuttua kiusaamiseen tukee oppilaiden välisiä myönteisiä vuorovaikutussuhteita ja suhtautumista kiusaamiseen.

Opettaja voi käyttää kiusaamisen puuttumiseen katkaisevia sekä ennaltaehkäiseviä toimintatapoja. Katkaisevilla toimintatavoilla tarkoitetaan jonkin kiusaamisentilanteen konkreettista keskeyttämistä sen tapahtumahetkellä. Katkaisevat toimintatavat kohdistuvat ainoastaan kiusattuun ja kiusajaan. Ennaltaehkäisevillä toimintatavoilla puolestaan pyritään estämään kiusaamisen synty kokonaan. Tutkimuksissa on todettu, että pelkästään katkaisevien toimintatapojen käyttäminen ei ole riittävää, vaan opettajan tulisi käyttää myös ennaltaehkäiseviä toimintatapoja. (Salmivalli 2010, 46.) Kun kiusaamista ei saada loppumaan, yksi keino sen lopettamiseen voi olla kiusaajien siirtäminen erilleen. Mäntylän ym. (2013) mukaan kiusaajien erottaminen, kuten osapuolten siirtäminen eri luokille, saattaa lopettaa kiusaamisen. Kiusaajan siirtäminen toiseen kouluun on myös yksi keino kitkeä kiusaaminen. Kaikkien kiusaamiseen osallistuvien osapuolten oikeusturva tulee kuitenkin toteutua. Mäntylän ym. (2013, 116) mukaan koulut tarvitsevat edelleen lisäkoulutusta kiusaamiseen ja siihen puuttumiseen. Varhaisessa vaiheessa kiusaamiseen puuttuminen on tehokkainta. Hamaruksen (2006, 102) mukaan myös oppilaiden mielestä kiusaamiseen pitäisi puuttua varhain.

Yksi kiusaamista ennaltaehkäisevä toimintatapa, jota opettajan tulisi käyttää, on sosiaalisten suhteiden kehityksen tukeminen. Tämä voi tarkoittaa esimerkiksi sitä, että oppilaat eivät saa valita pareja tai ryhmiä itsenäisesti. Hamarus (2006, 214) on todennut, että jos kiusatulla on yksi ystävä yhteisössä, kiusaaminen vähenee. Tämän takia sosiaalisten suhteiden tukeminen on erityisen tärkeää ja esimerkiksi pitkäkestoiset projektit ja tiimityöt ovat hyviä keinoja siihen. Myös tavoitteiden asettaminen ja niistä keskusteleminen voivat toimia kiusaamista ennaltaehkäisevänä keinona, sillä tavoitteellinen toiminta vähentää oppilaiden turhautumista ja näin ollen myös kiusaamista. Jos opettaja havaitsee luokassa kiusaamista, hän voi pyrkiä purkamaan kiusaajan valtaa laittamalla kiusaajan ryhmään, jossa hän ei saa kiusaamisen tukea. (Hamarus 2006, 214.) Hamarus (2006) havaitsi tutkimuksissaan, että luokkaan nimetty kiusaamista vastustava oppilas, niin sanottu "vartija", oli tehokas keino vastustaa kiusaamista, sillä se loi kiusaamiselle vastavoiman.

Koko koulun yhteisen kiusaamisen vastaisen toimintamallin on todettu vähentävän kiusaamista sekä edistävän kiusaamistapausten systemaattista selvittelyä (Salmivalli 2010, 58–59). Koulukiusaamisen puuttumiseen sekä ennaltaehkäisyyn on kehitetty monia interventioita. Nämä interventiot voidaan jaotella kohdennettuihin sekä yleisiin interventioihin. Kohdennetuilla interventioilla tarkoitetaan sellaisia interventioita, jotka kohdennetaan pelkästään tiettyihin lapsiin, jotka ovat olleet mukana kiusaamistilanteessa. Yleiset interventiot puolestaan ovat tarkoitettu kaikille lapsille riippumatta siitä, onko lapsi ollut mukana kiusaamisessa vai ei. (Salmivalli 2010, 50.)

Yksi tunnetuimmista kiusaamisen vastaisista interventioista on KiVa Koulu- ohjelma, joka on kiusaamisen puuttumiseen Turun yliopistossa vuonna 2006 kehitetty innovaatio. Se on saanut rahoitusta opetus- ja kulttuuriministeriöltä. KiVa Koulu on tutkimusnäyttöön perustuva interventio, jonka tavoitteena on ennaltaehkäistä kiusaamista, sekä antaa keinoja puuttua jo olemassa olevaan kiusaamiseen. Se on siis koko koulun tason yleinen interventio. (Ahtola, Haataja, Kärnä, Poskiparta & Salmivalli 2012.) Hankkeesta on paljon tutkimustietoa, joista esimerkiksi Kärnän, Voeten, Littlen, Poskiparran & Salmivallin (2013 & 2011) tut-



kimukset osoittavat, että interventiolla oli myönteisiä vaikutuksia ja kiusaaminen väheni yhdeksän kuukautta KiVa Koulun- hankkeen aloittamisen jälkeen. Lisäksi Garandeaun, Poskiparran sekä Salmivallin (2014) tutkimuksen tulosten mukaan kiusatut henkilöt olivat ilmoittaneet, että kiusaaminen oli loppunut 78 % tapauksissa. Saarento, Kärnä, Hodges ja Salmivalli (2013) havaitsivat, että luokissa joissa on myönteinen asenne kiusaamista kohtaan, on myös kiusaamisen riski tällöin suurempi. Jos luokassa ajatellaan, että kiusatun puolustaminen aiheuttaa itselle ikäviä seurauksia, on tällaisissa luokissa kiusatun puolustaminen harvinaista, kun taas kiusaajien puolustaminen on sen sijaan yleisempää.

VERSO eli vertaissovittelu on kiusaamiseen puuttumisen kohdennettu interventio, jossa ulkopuolinen oppilas auttaa toisia oppilaita selvittämään ristiriitatilanteen (Liebmann 1996, 124). Vertaissovittelun peruseriaatteita ovat toiminnan vapaaehtoisuus ja puolueettomuus, lupaus vaitiolosta, työskentely syyttämättä ketään, rangaistuksettomuus sekä ratkaisukeskeisyys (Gellin 2011, 56). Gellin (2011) on tutkinut lasten kokemuksia vertaissovittelusta sekä sovittelijana toimimisesta. Tutkimuksen tulosten mukaan yli 80 prosenttia sovitteluun osallistuneista osapuolista koki tullessa kuulluksi sovittelussa. Yli 80 prosenttia sovitteluun osallistuneista oppilaista koki myös, että sovittelu päättyi sovintoon ja sovittelun pelisäännöt toteutuivat hyvin. (Gellin 2011.) Gellinin tutkimuksen mukaan yli puolet oppilaista olivat sitä mieltä, että myös opettajan ja oppilaan välisiä ristiriitoja voisi sovittaa kouluissa ja opettajat voisivat ohjata tapauksia sovitteluun entistä enemmän, jotta kaikki mielipahaa aiheuttaneet tilanteet saataisiin selvitettyä. (Gellin 2011.) Kiilakosken (2009) tutkimuksissa on todettu, että myös koulun henkilökunnan mielestä vertaissovittelu tuottaa hyviä tuloksia ja sen käyttö vähentää myös henkilökunnan stressiä ja kuormitusta. Kiilakoski (2009) sekä Gellin (2011) ovat todenneet oppilaiden sisäistäneen vertaissovittelun osaksi koulun käytänteitä

Kiusaaminen ei välttämättä jätä kaikille kiusaamista kokeneille pitkäaikaisia seurauksia. Kiusatuksi joutumisen pitkäaikaisseuraamukset olivat lievempiä henkilöillä, jotka olivat kokeneet tulevansa kodeissaan hyväksytyiksi. Vanhempien hyväksyntä kompensoi jossain määrin vertaisryhmän ikäviä kokemuksia. Myös muuhun sosiaaliseen ryhmään, kuten harrastusporukkaan, kuuluminen

helpottaa kouluajan kielteisiä kokemuksia. Myös kiusatun läheinen ystäväsuhde suojaa lasta kiusaamisen traumaattisilta vaikutuksilta. (Salmivalli 2010, 29.) Nämä ovat asioita, joihin kiusaamisen vastaisessa työssä tulisi myös kiinnittää huomiota.

## **4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN**

### **4.1 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset**

Tämän tutkimuksen tavoitteena on tutkia nuorten kokemuksia koulukiusaamisen muotojen, syiden ja seurausten ilmenemistä internetin nuorille suunnatulla keskustelupalstalla. Vaikka kiusaamista on tutkittu paljon 1970-luvulta lähtien, kiusattujen omia kokemuksia on nostettu esiin verrattain vähän (Herkama 2012). Tämän tutkimuksen tarkoitus on tuoda esiin kiusattujen nuorten ajatuksia.

Tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

1. Millaisia kokemuksia nuorilla on fyysisestä, psyykkisestä sekä sosiaalisesta kiusaamisesta?
2. Mistä syistä nuoret kokevat koulukiusaamisen johtuvan?
3. Millaisia seurauksia nuoret kokevat koulukiusaamisen aiheuttaneen?

### **4.2 Tutkimuksen lähestymistapa**

Tutkimuksen tarkoituksena on tarkastella yksilön omia kokemuksia, ja siksi tutkimus toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus pyrkii kuvaamaan yksilön todellista elämää sekä yksilön realistisia kokemuksia ja näkemyksiä (Eskola & Suoranta 1998, 17). Kvalitatiivinen tutkimus pyrkii kuvailun, ymmärtämisen ja havainnoinnin kautta käsittelemään tutkittavaa ilmiötä, joka tässä tutkimuksessa on koulukiusaaminen. Lähtökohtana on etenkin todellisen elämän ilmiöiden kuvaaminen mahdollisimman laajasti ja yksityiskohtaisesti. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa kaikki tekijät ja tapahtumat ni-

voutuvat ja vaikuttavat toisiinsa monisuuntaisesti. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tutkijalla ei tarvitse olla lähtöoletuksia tulosten suhteen, vaan mahdolliset teemat saattavat löytyä tutkimusaineistosta. (Eskola & Suoranta 1998, 19.) Pääsyy kvalitatiivisen tutkimusotteen valitsemiseen oli halu tutkia koulukiusaamista ilmiönä aineiston pohjalta mahdollisimman monipuolisesti ja kokonaisvaltaisesti.

Laadulliselle tutkimukselle ei ole mahdollista antaa yhtä selkeää määritelmää, sillä lähestymis- ja analyysitapoja on runsaasti. Laadulliselle tutkimukselle on kuitenkin mahdollista listata tiettyjä ominaispiirteitä. Ominaispiirteitä ovat muun muassa epäily itsestään selvästi tiedettyä kohtaan, kvalitatiivisen aineiston suosiminen, strukturoimattoman ja luonnollisen aineiston suosiminen, keskittyminen toimintaan, sitoutuminen lähelle menevään tarkasteluun, asianomaisten omien merkitysten ja tulkintojen korostaminen, mitä- ja miten-kysymysten painottaminen, analyysivetoisuus ja subjektiivisuuden arvostaminen. (Gubrium & James 1997; Silverman 2000.)

Koska tutkimuksen tavoite on tutkia yksilön kokemuksia, ja saavuttaa mahdollisimman syvällinen ymmärrys aiheesta, tutkimuksen taustalla on fenomenologinen tutkimussuuntaus. Fenomenologiassa tärkeimmät käsitteet ovat kokemus ja merkitys. Tärkeää on tutkia, miten ihmiset ymmärtävät elettyä elämäänsä, ja millaisia kokemuksia he kuvaavat (Gill 2015, 31–32; Pietkiewicz & Smith 2012, 8–9). Fenomenologian mukaan yksilöllä ajatellaan olevan kokemuksellinen suhde omaan elämäntodellisuuteensa, eli siihen maailmaan, jossa hän elää ja toimii. Lopullisen muotonsa kokemus saa, kun ihminen antaa sille merkityksen. (Laine 2001, 27). Fenomenologia voidaan jakaa kuvailevaan sekä tulkinnalliseen. Tulkinnallisen fenomenologian kehittäneen Husserlin (Tuohy ym. 2013) mukaan fenomenologia tutkii elämää niin kuin ihminen sen kokee. Heideggerin (Tuohy ym. 2013) kuvaileva fenomenologia, eli toisin sanoen hermeneutiikka puolestaan kuvailee, ymmärtää ja tulkitsee.

Tässä tutkimuksessa fenomenologisen suuntauksen mukaisesti kiusattujen kokemusten ajatellaan rakentuvan osana ympäröivää elämismailmaa ja sen tilanteita. Kiusattujen kokemukset rakentuvat siis osaltaan niin tilannetekijöiden kuin subjektiivisten kokemusten pohjalta.

### 4.3 Tutkimusaineisto ja aineistonkeruu

Tutkimusaineistona tässä tutkimuksessa on käytetty yhden nuorille suunnatun nettisivuston keskustelupalstan viestejä. Keskustelupalstan viestit valikoitiin satunnaisotannalla ja niitä kerättiin yhteensä 60 kappaletta. Kaikki keskustelupalstan viestit ovat anonyymeja, joten tutkittavien ikää tai sukupuolta ei voida määrittää tarkasti. Sivusto on kuitenkin suunnattu yläasteikäisille nuorille. Keskustelualustat ovat haastavia tutkimuskohteita, sillä niistä ei voida määrittää konkreettista paikkaa tai aikaa eikä henkilöiden persoonaa (Hänninen 2003, 8). Aineistonkeruu aloitettiin huhtikuussa 2020. Kaikkia aineiston tekstejä yhdistää se, että ne löytyivät nuorten keskustelupalstalta hakusanalla *“koulukiusaaminen”*. Kaikki aineiston keskustelut ovat julkaistu vuosien 2017–2020 aikana.

Aineistoksi kerättiin eri nimimerkkien kirjoittamia tekstejä. Keskustelupalstan viestit kopioitiin Word-tekstinkäsittelyohjelmaan, jonka jälkeen nimimerkit poistettiin ja vaihdettiin kuvitteelliset nimimerkit tilalle. Kirjoitusten keskimääräinen pituus oli noin ½ sivua. (Liite 1 Esimerkki keskustelupalstan viestistä). Aineistoa kertyi yhteensä 37 sivua 1,5 rivivälillä. Nimimerkkien vaihdon jälkeen keskustelupalstalta valikoidut kirjoitukset tallennettiin kryptatulle muistitikulle. Keskustelupalstalla viestit ryhmittäytyivät niin, että nuoret keskustelivat toistensa kanssa. Yhden aloitusviestin alle saattaa ilmestyä pitkä viestiketju, jossa nuoret keskustelivat omista kokemuksistaan. Kyseistä keskustelupalstan viestiketjuja seurataan, ja moderaattorit poistavat asiattomat viestit ja keskustelut.

### 4.4 Aineiston analyysi

Aineisto analysoitiin laadullisen sisällönanalyysin avulla käyttämällä teoriaohjaavaa sekä aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Laadullisen sisällönanalyysin tavoitteena on löytää aineiston keskeiset teemat sekä järjestelmällisesti koota ja tiivistää niitä. Laadullista aineiston analyysia voidaan kutsua myös induktiiviseksi analyysitavaksi, jonka avulla pyritään paljastamaan uusia seikkoja. Aineistoa tar-

kasteltiin yksityiskohtaisesti sekä eri näkökulmista. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa aineistoa tutkitaan omina ainutlaatuisina tapauksinaan (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 164).

Aineistoon tutustuminen ja huolellinen läpikäyminen vievät aikaa ja laadullisen tutkimuksen aineiston analyysi onkin prosessi, jolle on annettava aikaa ja se vaatii pitkäjänteistä työskentelyä (Braun & Clarke 2006, 83; Vaismoradi, Jones, Turunen & Snelgrove 2016, 106). Kokonaiskuvan saamiseksi tekstimuotoinen aineisto luettiin läpi useita kertoja. Kun kokonaiskuva aineistosta oli tarkentunut, aloitettiin teemoittelu. Aineistonanalyysi pyrittiin toteuttamaan mahdollisimman objektiivisesti. Teemoitteluvaiheessa on tärkeää kiinnittää huomiota siihen, että aineistosta nostetut teemat ovat aitoja, eikä tutkija tiedostamattaan luo sellaisia teemoja, joita aineistossa ei oikeasti ole (Moilanen & Rähä 2018, 61).

Teemoitteluvaiheessa aineistosta etsitään toistuvia aiheita, joiden pohjalta muodostetaan erilaisia teemoja (Tuomi & Sarajärvi, 2009, 92–93). Aineistoa siis pelkistetään yhdistelemällä yksittäisiä havaintoja kokonaisuuksiksi, jolloin oleellisen tiedon löytäminen ja aineiston tulkinta helpottuvat (Alasuutari 1993). Muodostimme pääteemat tutkimuskysymysten pohjalta, jonka jälkeen tarkastelimme aineistoa, ja pyrimme muodostamaan yläteemoihin kuuluvia alaluokkia. Alaluokat luotiin sekä teoriaohjaavasti tutkimuskysymyksessä 1, että aineistolähtöisesti tutkimuskysymyksissä 2 ja 3.

*Teoriaohjaavaa analyysitapaa* hyödynsimme tutkimuskysymyksessä 1, jossa tutkittiin millaisia kokemuksia nuorilla on fyysisestä, psyykkisestä sekä sosiaalisesta kiusaamisesta. Teoriaohjaavassa analyysitavassa hyödynnetään aiheesta tehtyjä aiempia tutkimuksia (Olweus 1992; Salmivalli 1998; Pörhölä 2008), joista poimitut teoreettiset käsitteet ja uudet näkökulmat tuodaan osaksi uutta tutkimusta. Teoriaohjaavassa analyysitavassa käsitteet ja määritelmät eivät siis nouse aineistosta (Eskola & Suoranta 1998, 137; Tuomi & Sarajärvi 2009, 96–97)

Tutkimuskysymyksissä 2 ja 3, eli koulukiusaamisen syyt ja seuraukset muodostuivat aineistolähtöisesti. Koulukiusaamisen syistä luotiin kaksi alaluokkaa: kiusaajasta johtuvat syyt sekä kiusatusta johtuvat syyt. Koulukiusaamisen seurauksista luotiin kolme alaluokkaa: mielenterveysongelmat, ongelmat sosiaalisissa suhteissa sekä kiusaamisesta voimaantumisen.

*Aineistolähtöisessä analyysissä* aineisto ohjaa analyysin tekoa. Keskeisimmät havainnot nostetaan esiin riippumatta siitä, kuinka ne suhteutuvat aiempaan tutkimustietoon. Tässä menetelmässä aineiston analyysi aloitetaan pilkkomalla aineisto osiin, jonka jälkeen sitä lajitellaan, ryhmitellään ja lopulta järjestellään uudelleen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 104–108.) Tutkija ei määrää sitä, mikä tutkimuksessa on tärkeää, vaan tärkeät asiat kumpuavat itse aineistosta. Tutkijan tehtävänä onkin olla avoin aineistolle ilman, että aiempi teorian tieto vaikuttaa hänen tekemiinsä havaintoihin. Aineistolähtöisessä analyysitavassa keskeistä on, etteivät analyysiyksiköt ole ennalta päätettyjä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 108.) Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä yksittäisestä havainnosta edetään kohti yleisempi väittämiä.

Vaikka tutkimuksen lähestymistapa on laadullinen, tutkimuksessa huomioidaan myös mainintojen määrät aineistossa ja niitä vertaillaan. Määrien huomiointi laadullisesta lähestymistavasta huolimatta on perusteltua, sillä tutkimuksessa halutaan tarkastella myös sitä, kuinka yleisiä jotkin kiusaamiseen liittyvät ilmiöt, esimerkiksi kiusaamisen eri muodot, ovat.

Laadulliselle tutkimukselle on yleistä, että aineistosta pyritään löytämään samankaltaisuuksien lisäksi eroavaisuuksia (Eskola & Suoranta 1998, 136–140). Eroavaisuuksia pyrittiin löytämään tyypittelemällä aineiston pohjalta henkilökuvat, jotka tuovat esiin eroja kiusaamisen vaikutuksista henkilön hyvinvointiin. Henkilökuvissa aineistoa tyypiteltiin sen mukaan, kuinka kiusattu oli kokenut kiusaamisen vaikuttaneen hyvinvointiin. Lopulta henkilökuvia oli kolme: kiusaaminen on vaikuttanut vahvasti hyvinvointiin, kiusaaminen on vaikuttanut neutraalisti hyvinvointiin ja kiusaamisesta voimaantuneet. Jokainen aineiston 60 kirjoituksesta oli mahdollista tyypitellä näiden kategorioiden alle.

## 4.5 Luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arviointi perustuu koko tutkimusprosessin luotettavuuden tarkasteluun. Tutkimusta tehdessä tutkija joutuu tekemään ratkaisuja tekemänsä työn luotettavuudesta. (Eskola & Suoranta 1998, 209.)

Hirsjärven ym. (2005, 217–2018) mukaan keskeistä laadullisen tutkimuksen arvioinnissa on se, miten tieto on koottu ja miten aineisto on raportoitu. Tutkimuksen validiteetin tarkastelulla pyritään vastaamaan kysymykseen, vastaako aineisto tutkimuskysymyksiä.

Validiteetti voidaan Metsämuurosen (2008, 64–66) mukaan jaotella sisäiseen ja ulkoiseen validiteettiin. Sisäinen validiteetti tarkastelee sitä, ovatko tutkimuksen käsitteet teorian mukaisia. Sisäinen validiteetti tarkastelee siis sitä, ovatko tutkimuksen teorian ja käsitteistö linjassa toistensa kanssa. Ulkoinen validiteetti puolestaan tarkastelee sitä, että tutkimuksessa tehdyt valinnat, johtopäätökset sekä tutkimuksen aineisto ovat päteviä. Ahosen (1994, 129–130) mukaan sisäinen ja ulkoisen validiteetin lisäksi voidaan tarkastella myös tutkimuksen reliabiliteettia. Reliabiliteetilla tarkoitetaan aineiston tulkinnan ristiriidattomuutta. Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta arvioidessa aineistosta nouseita johtopäätöksiä tulkitaan teoriaan pohjaten. Tämän jälkeen tarkastellaan sitä, ovatko aineisto ja johtopäätökset linjassa lähteiden tarjoamien merkitysten kanssa.

Laadullisessa tutkimuksessa tutkijan on aina pyrittävä objektiivisuuteen. Täydellisen objektiivisuuden saavuttaminen on kuitenkin lähes mahdotonta, sillä tutkijan aikaisemmat kokemukset ja odotukset vaikuttavat tutkimustyön eri vaiheisiin. Tärkeintä kuitenkin olisi, että tutkija tiedostaa omat ennakko-oletuksensa jo ennen tutkimuksen tekoa sekä tekemisen eri vaiheissa, jotta luotettavuus paranisi. Tämän lisäksi tutkijan tulisi kuvata tutkimusprosessia mahdollisimman tarkasti ja perustella tekemänsä valinnat. (Tuomi & Sarajarvi, 2009, 100–104.)

Tässä tutkimuksessa luotettavuutta on pyritty arvioimaan läpi tutkimusprosessin ja tutkimuksessa käytetyt käsitteet ovat selvästi linjassa teorian käsitteiden kanssa. Tutkimuksen sisäinen validiteetti on siis hyvä. Lopullinen aineisto, 60 keskustelupalstan kirjoitusta, on tähän tutkimukseen riittävän laaja aineisto, mutta yleistettävyyys näin pienen otoksen kohdalla on heikko. Tutkimuksen ulkoinen validiteetti ei siis toteudu. Vaikka otoskoko on pieni, tutkimuksen tulokset ovat linjassa aiheesta aiemmin tehtyjen tutkimusten kanssa. Kuitenkin tutkimuksen pääasiallinen tarkoitus oli kuvailla teemoja, jotka nousivat esille nuorten keskustelupalstan kirjoituksissa, eikä niinkään pyrkiä luomaan uutta

yleistettävää tietoa. Tutkimuksessa saavutettiin saturaatiopiste, jossa samat vastaukset ja teemat alkoivat selvästi toistua.

Koska kiusaaminen on aiheena arkaluontoinen ja saattaa herättää vahvoja tunteita, aiheesta voi olla hankalaa keskustella omalla nimellä. Tämän vuoksi tutkimus lähteeksi valittiin internetin keskustelupalsta, jossa kiusaamista kokeneet nuoret keskustelivat kokemuksistaan anonyymisti. Kuitenkin anonymiteetti vaikuttaa tutkimustulosten luotettavuuteen, sillä internetissä kuka tahansa voi kirjoittaa mitä tahansa (Kuula 2015, 43). Vastaajien henkilöhistoriaa, ikää tai sosioekonomista asemaa ei tässä tutkimuksessa saatu selville, mutta on kuitenkin selvää, että ne vaikuttavat vastauksiin. Kiusatut korostivat kirjoituksissaan eri asioita, kuin kiusaajat.

#### **4.6 Eettiset ratkaisut**

Internetissä kuka tahansa voi laittaa verkkoon lähestulkoon minkälaista materiaalia tahansa, ja siksi internetin käyttämiseen tutkimuslähteenä liittyy monia eettisiä kysymyksiä, jotka tulee ottaa huomioon (Hänninen 2003, 8). Ensimmäinen eettinen kysymys, jota tutkimusta suunniteltaessa tarkasteltiin, oli, onko internetin käyttäminen tutkimusaineistona välttämätöntä tässä tutkimuksessa. Internet valikoitui tämän tutkimuksen tutkimuslähteeksi siksi, koska sen ajateltiin olevan hyvä alusta tavoittaa mahdollisimman paljon nuoria. Kuula (2015) mainitsee, että anonymiteetti saattaa laskea nuorten kynnystä osallistua keskusteluihin. Koulu-kiusaamisesta puhuminen anonyymina voi olla helpompaa ja rehellisempää, kun sen voi tehdä nimettömänä. Toisaalta internetin keskustelupalstoilla epärehellisen tiedon kertominen on helpompaa anonyymin nimimerkin takaa. (Kuula 2015, 83–86.)

Toinen eettinen kysymys, jota pohdittiin tutkimusta tehdessä, oli tutkittavien anonymiteetin suojaaminen. Etenkin nuorille suunnattujen keskustelupalstojen hyödyntämisessä tutkimusaineistona on tutkijoiden oltava tarkkana keskustelijan anonymiteetin suojaamisessa. Tämä on tärkeää, sillä nuoret saattavat esiintyä netissä nimimerkillä, josta heidät tunnistaa tai joka heillä on käytössä



useassa palvelimessa. Myöskään ihmisryhmiä, paikkoja tai paikkakuntia ei saa tunnistaa teksteistä. (Kuula 2015.) Keskustelupalstan viestit on tarkastettu jo keskustelupalstan moderaattorien puolesta siten, että kaikki kirjoittajien henkilökohtaiset tunnistetiedot on poistettu, minkä lisäksi tutkimusta tehdessä kirjoittajien nimimerkit on muutettu.

Kuulan (2015) suosituksia mukaillen tutkimuksen kaikki nimimerkit on vaihdettu keksittyihin nimimerkkeihin niin, että niistä ei voida tunnistaa alkuperäisiä kirjoittajia. Etenkin koulukiusaamista käsittelevällä keskustelupalstalla on otettava huomioon se, että keskustelut ovat arkaluontoisia ja monet kirjoittajat kertovat henkilökohtaisia tunteita herättäviä kokemuksia, joten tutkijan on oltava erityisen tarkka aineiston käsittelyssä.

Myös tutkittavan nettisivun käytänteillä on vaikutuksensa tutkimuksen eettisyyteen sekä luotettavuuteen (Kuula 2015, 84). Tutkittavalle nettisivustolle on kirjauduttava ennen viestien kirjoittamista ja sivustolla on myös omat käyttöohjeet hyvään nettikäyttäytymiseen. Viestit myös moderoidaan ennen niiden julkaisua, ja kaikilla on mahdollisuus ilmiantaa asiattomat viestit moderaattorille.

Tutkimuslupa saatiin nettisivuston toimitusjohtajalta vuoden 2020 huhtikuussa. Tutkimusluvasta riippumatta tutkimukseen osallistujat eivät ole tietoisia siitä, että he ovat mukana tutkimuksessa keskustelupalstan luonteen vuoksi. Pidimme luvan kysymistä kuitenkin tärkeänä, vaikka tutkittavat henkilöt eivät tutkimuksesta tiedä. Myös EU:n direktiivi ja tietosuojalain (1050/2018) suosittavat tutkimusluvun hakemista hyvään tieteelliseen käytäntöön vedoten. Olemme tutkijoina toimineet oikein ja täyttäneet tietosuojalomakkeen tietosuojadirektiivien mukaisesti. EU:n yleisessä tietosuoja-asetuksessa otetaan huomioon henkilötietojen käsittelyyn kulloinkin liittyvät riskit ja tehtävänä on suojata luonnollisten henkilöiden oikeutta henkilötietojen suojaan (EU direktiivi 2016). Myös nämä tekijät ovat huolellisesti huomioitu tässä tutkimuksessa

Laadullista tutkimusta harvoin pyritään täysin yleistämään (Tuomi & Sarajärvi 2018). Tutkimuksen luotettavuutta lisäsi tutkimuksen otanta, joka pyrittiin saamaan suhteellisen isoksi N=60. Lisäksi aineistossa käyvät ilmi ainoastaan kiusattujen kokemukset.

## 5 TULOKSET

### 5.1 Fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen kiusaaminen nuorten kokemana

Pörhölää (2008, 95), Salmivallia (1998, 35–36) ja Olweusta (1992, 15) mukaillen aineista esille nousseet kiusaamisen muodot jaoteltiin fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen kiusaamiseen. Näiden lisäksi aineiston maininnoista eroteltiin suorat ja epäsuorat kiusaamisen keinot. Taulukossa 1 ovat näkyvillä kaikki aineistosta löytyneet maininnat kiusaamisen muodoista ja keinoista, sekä se, kuinka paljon kutakin mainintaa esiintyi.

Taulukko 2. Kiusaaminen muodot Pörhölää (2008, 95), Salmivallia (1998, 35–36) & Olweusta (1992, 15) mukaillen.

Kiusaamisen muodot		Kiusaamisessa käytetyt keinot
Psyykkinen kiusaaminen (N=46)	Suora kiusaaminen	Haukkuminen (17) Naureskelu (8) Nälviminen (1) Vittuilu (2) Matkiminen (1) Tahallaan järjestettyjä tilanteita luokassa (1) Nimittely (2) Vaatteiden arvostelu (4) Arvosteleminen (2) Tuijottaminen (1) Pilkkaaminen (1) Pilalaulujen laulaminen (1) Huutaminen (1) Sanottiin, että tapa ittes (1) Virheistä tehtiin iso asia (1)
Psyykkinen kiusaaminen (N=11)	Epäsuora kiusaaminen	Perättömät juorut (3) Supattelu selän takana (1) Haukkuminen selän takana (5) Vessan seinin kirjottelu (1) Opettaja otti silmätikuksi (1)
Fyysinen kiusaaminen (N=40)	Suora kiusaaminen	Kulkemisen estäminen (1) Tuolin vieminen (1) Lyöminen (7) Tavaroilla heittäminen (5) Töniminen (4) Syljeskely (2) Keskisormen näyttäminen (1) Tavaroiden vieminen (3) Potkiminen (4) Kuristaminen (2) Vaatteiden sotkeminen (2) Tukistaminen (2) Ilmeily (2) Maahan kaataminen (1) Kamppaaminen (1) Hukuttaminen (1) Kimppuun käyminen (1)
Sosiaalinen kiusaaminen (N=24)	Epäsuora kiusaaminen	Eristäminen porukasta (1) Välitteleminen (2) Syrjiminen (20) Ulkopuolelle jättäminen (1)

Taulukossa 2 näkyvät kirjoitusmuodot ovat kirjoittajien käyttämiä sanamuotoja heidän kertoessaan kiusaamisesta. Kaikkein eniten aineistosta löytyi mainintoja psyykkisestä kiusaamisesta N=57, joista suoraa kiusaamista oli 46 mainintaa ja epäsuoraa 11 mainintaa. Psyykkisistä kiusaamista tapahtui aineiston mukaan eniten haukkumalla N=17 ja naureskelemalla N=8, jotka ovat suoraa hyökkäystä uhria kohtaan.

– –Mua on haukuttu läskiks, homoks, idiootiks, urpoks ja millä luovilla nimillä.– –  
(sulka)

- -Kiusaaminen oli omalla osallani lähinnä henkistä: haukkumista.- - (4pe)
- -Haukuttiin mm huoraks läskiks.- - (brokenheartsister)
- -Haukkumista millon miksikin.- - (mikitin)
- -Haukku mut vihaseks häirikkölapseks.- - (kolome)
- -He vain nauroivat.- - (monitoimikone)
- -Oon yrittäny puhuu niille mut ne ei kuuntele vaan nauraa.- - (alakuloinen)
- -Naureskelua viiltelyarvista.- - (Ki5u)
- -He (kiusaajat) saavat siitä edelleen takuuvarmat naurut.- - (kapteeni)

Psyykkisen kiusaamisen epäsuorista muodoista eniten nousi esiin haukkuminen selän takana N=5 sekä perättömien juorujen levittely N=3.

- -Liikkatunnilla puhu selän takana paskaa.- - (mitävaa)
- -Puhu musta paskaa selän takana.- - (Laululintu)
- -Ja sit ne levitteli musta valheellisia juoruja.- - (kiuru)

Vaikka maininnat fyysisestä kiusaamisesta olivat aineistossa määrältään vähäisempiä kuin maininnat psyykkisestä kiusaamisesta, fyysisen kiusaamisen erilaisia keinoja löytyi aineistosta paljon. Fyysinen kiusaaminen käsittää kaikki ne kiusaamisen keinot, jossa kiusaajan ja kiusatun välille syntyy fyysinen kontakti ja kiusattu vahingoittuu (Sharp & Smith 1994, 1). Kaikki aineistomme maininnat fyysisestä kiusaamisesta olivat suoraa kiusaamista, sillä ne ovat suoria hyökkäyksiä uhria kohtaan (Olweus 1992, 15).

- -potkii lyö ja tönii.- - (matkustelija)
- -käytti muhun fyysistä väkivaltaa lyömällä mua ja tukistamalla.- - (derivaatta)
- -löivät mua pari kertaa.- - (123456)
- -välissä potkittiin tai otettiin kurkusta kiinni.- - (ookumuaeioo)
- -Mua on kuristettu, yritetty hukuttaa veteen, lumihankeen yms. mua lyöty potkittu heitetty kumeilla, kynillä lumipalloilla, metallin palasilla.- - (toivoton)
- -He (kiusaajat) kävivät kimppuuni.- - (lallattaja)

Mainintoja sosiaalisesta kiusaamisesta löytyi aineistosta vähiten N=24 (Taulukko 1). Huomionarvoista on kuitenkin se, että sosiaalisen kiusaamisen muoto "syrjiminen" oli koko aineiston eniten mainittu yksittäinen kiusaamisen muoto (20 mainintaa). Joka kolmannessa aineiston tekstissä oli siis maininta syrjimisestä. Herkaman (2013, 33) tutkimuksen mukaan oppilaiden ikä vaikuttaa siihen, millaista koulukiusaaminen on. Varsinkin vanhemmilla oppilailla kiusaaminen muuttuu fyysisen ja psyykkisen kiusaamisen sijaan monitulkintaisemmaksi sosiaalisesti kiusaamiseksi, jolla pyritään vaikuttamaan kiusatun vuorovaikutussuhteisiin ja asemaan ryhmässä.

- –Syrjimistä välitunneilla ja ryhmätöissä.– – (morovaa)
- –Vitosesta ysiin kiusattiin lähinnä syrjimällä.– – (surffaaja)
- –Eristämistä.... ja välttelyä.– – (Metsänhenki)
- –Mut myös jätettiin porukan ulkopuolelle.– – (koiruli)

Useissa aineiston teksteissä oli mainintoja eri kiusaamisen muodoista, ja ne myös limittyivät keskenään. Useampi kiusattu oli myös kokenut kaikkia kiusaamisen muotoja.

- –Tuo kiusaaminen oli haukkumista, kulkemisen estämistä, perättömien juorujen levittämistä ja "välttelemistä".– – (meisinki)
- –Syrjimistä, sanoja, lappuja, yritystä levittää huhuja, tuolin vetämistä alta, lyömistä, tavaroiden heittäilyä, piiloitustakin vähän, nauramista, matkimista, tönimistä, sylkemistä.– – (Aurinkoinen)

Myös Hamarus (2008, 56) toteaa, että useimmissa koulukiusaamistapauksissa esiintyy kuitenkin useita eri kiusaamisen muotoja ja niiden selvä erottelu on välillä vaikeaa.

## 5.2 Kiusaamisen syyt

Olweuksen (1978, 1992 & 1994) tutkimusten mukaan kiusaajat ovat usein aggressiivisia ikätovereitaan sekä muita aikuisia kohtaan ja heillä voi olla vaikeitakin

ongelmia eri elämän osa-alueella. Kiusaajat ovat usein impulsiivisia ja heidän suhtautumisensa väkivaltaan on myönteistä. Myös aineiston viesteissä samankaltaisia mainintoja nousi esiin. Taulukossa 2 esitellään aineistosta nousseita kiusaamisen syitä.

Taulukko 3. Koulukiusaamisen syyt.

Kiusaajasta johtuvat syyt (N=18)	Kiusatusta johtuvat syyt (N=28)
Kiusaaja on epävarma itsestään (3)	Huono suomen kielen taito/ulkomaalaisuus (1)
Kiusaaja ajattelee olevansa muita parempi (1)	Kiusaaminen ulkonäön takia (10)
Kiusaaja pönkittää omaa sosiaalista asemaansa (4)	Kiusaaminen hyvän koulumenestyksen takia (2)
Kiusaaminen johtuu kiusaajan pahasta olost (5)	Kiusattu on ollut heikko, ujo ja helppo uhri (5)
Kiusaaminen on kiusaajasta hauskaa (3)	Kiusattu siksi, kun on uskaltanut olla oma itsensä (2)
Kiusaajan vapaa kasvatus aiheuttaa sen, että hänestä tulee kiusaaja (1)	Kiusattiin perheen takia (1)
Kiusaaja on kateellinen kiusatulle (1)	Kiusattu provosoi liikaa (1)
	Kiusattu oli erityisluokalla (2)
	Kiusattiin masennuksen vuoksi (1)
	Kiusattiin "käsittämättömistä syistä" (3)

Kiusaamisen syyt jakautuivat kiusatusta johtuviin syihin (N=28) sekä kiusaajasta johtuviin syihin (N=18). Kiusatusta itsestään johtuvista syistä eniten mainintoja keräsivät ulkonäkösyöt N=10. Kirjoittajat näkivät, että kiusatun ulkonäössä jokin seikka aiheutti kiusaamisen ja jopa oikeutti siihen. Välimaan (1995, 72) tutkimuksen mukaan ulkonäöltään ja fyysiseltä suorituskyvyltään joukkoon sopimaton henkilö saatetaan eristää ryhmästä ominaisuuden vuoksi. Myös Smithin (1991) tutkimuksessa nousi esiin uhrin tyypillisten piirteiden olevan kömpelyys, liikalihavuus, vamma sekä hiusten tai ihonväri.

– –muistutti jatkuvasti miten ruma ja läski olen.– – (välkky)

– –arvosteltiin pukeutumistyyliäni.– – (Tyylitajuton(ko))

– –mun tyyli oli kadehdittava, koska uskalsin olla oma itseni, ja siksi he kiusasivat minua.– – (Rohkea)

Kiusaamisen uhrien on tutkittu olevan ahdistuneempia, epävarmempia, hiljaisempia ja herkempiä kuin muut oppilaat (Oliver, Hoover & Hazel 1994). Myös aineistosta löytyi mainintoja, joissa kiusaamisen nähtiin johtuvan uhrin omasta luonteesta.

– –Olen niille varmaan tosi helppo uhri koska en sano niille mitään vaan katson pois ja yritän pidättää itkua.– – (Ufo)

– –Mulle sanottiin, et oot tollanen ujo paska, joka ei uskalla ees puhua kellekää!– – (Neptunus)

– –AINA haukuttu itkupilliksi. mä oon vaan yliherkkä.– – (Juoksentelija)

Myös hyvä koulumenestys nähtiin aineistossa yhtenä kiusaamisen aiheuttavan syynä.

– –Oikeasti olin ihan fiksu lapsi, mutta sitten jos sai kokeista parempia numeroita kun muut, kaikki huusi hikeksi, hikariksi jne.– – (Tunnollinen)

– –Joillekin oli ongelma, että olin hyvä koulussa ilman kauheeta pönttämistä.– – (Leipuri)

Osa keskustelijoista oli selkeästi sitä mieltä, että kiusaamisen johtuu aina kiusaajasta ja hänen ongelmistaan.

– –Kyllähän juu varmaan joillain se oma huono elämäntilanne/itsetunto aiheuttaa sen purkamista muihin.– – (Itämaantietäjä)

– –Mutta ehkä, koska koska melko vaikea kuvitella mitään olosuhteita, että kiusaaja kiusaisi, mikäli hänen elämänsä olisi kaikin puolin hyvää ja kaikki asiat okei. – – (kullankaivaja)

– –Kiusaaminen johtuu kiusaajan pahasta olostaan.– – (Pouta sää)

– –Ja jos kiusaa vain siitä syystä, että on mulkku ja kiusaaminen on kivaa, niin silloin on kyllä empatiassa jotain vikaa.– – (moro)

– –Mä olen sitä mieltä, että kiusaajalla on AINA omassa elämässään joku asia huonosti, joka purkeaa kiusaamisena.– – (kissaihminen)

Aineistosta nousi esiin myös mainintoja, joissa kiusaamisen ajateltiin johtuvan kiusaajan tarpeesta pönkittää omaa asemaansa ja että kiusaaminen on kiusaajasta hauskaa hupia. Boulton & Underwood (1992) sekä Charcach, Pepler & Ziegler

(1995) ovat todenneet, että kiusaajalla on tarve tuntea itsensä suureksi, vahvaksi ja hyväksi. Myös Hamarus (2006, 54) on tutkinut kiusaamisen johtuvan tarpeesta nöyryyttää ja alistaa muita sekä siitä, että se on hauskaa.

- –Monet kiusaa vaan sen takia että se on "hauskaa".– – (leppäkerttu)
- –Ja koska ne haluaa koska ne saa siitä jotain, huumoria tai mielihyvää.– – (Kuu-senkäpy)
- –Se oli heistä hauskaa saada johtaa sitä kuka saa olla porukassa ja kuka ei.– – (Seiluri)
- –Ajattelee itte olevansa parempi ja vähän parempi kun talloo muita.– – (nakki)

Smith (1991) on todennut, että koulukiusaamisen syitä tarkastellessa on tärkeää ottaa huomioon kaikki lapseen, perheeseen, kouluun sekä yhteiskuntaan liittyvät syyt.

### 5.3 Kiusaamisen seuraukset

Aineistossa käsiteltiin paljon myös sitä, mitä kiusatut kokivat kiusaamisesta seuranneen. Hamaruksen (2012, 98) mukaan kokonaisvaltainen hyvinvointi on jaoteltu kolmeen osa-alueeseen: fyysiseen, psyykkiseen sekä sosiaaliseen hyvinvointiin. Aineistossa mainitut kiusaamisen seuraukset painottuivat selkeästi psyykkisiin seurauksiin, sillä mainintoja psyykkisistä seurauksista oli yhteensä 59 kappaletta, kun fyysisten ja sosiaalisten mainintojen yhteenlaskettu määrä oli 18 kappaletta. Tutkimuksissa onkin todettu, että koulukiusaaminen aiheuttaa usein vakavia psyykkisiä haittoja, kun taas esimerkiksi sen fyysiset seuraukset ovat huomattavasti vähäisempiä. (Hoover & Hazler 1991.) Taulukossa 4 on havainnollistettu kiusaamisen psyykkisiä seurauksia ja niiden esiintyvyyttä aineistossa.



Taulukko 4. Koulukiusaamisen psyykkiset seuraukset.

Koulukiusaamisen psyykkiset seuraukset	
Mielenterveysongelmat (N=31)	Ahdistus- ja paniikkikohtaukset (N=8) Masennus (N=7) Itsetuhoiset ajatukset (N=2) Heikko itsetunto (N=14)
Ongelmat sosiaalisissa suhteissa (N=23)	Sosiaalisten tilanteiden pelko (N=19) Vaikeus luottaa ihmisiin (N=4)
Voimaantumisen (N=3)	Halu olla vahvempi (N=3)

Aineistosta nousseet maininnat ahdistus- ja paniikkikohtauksista (N=8), masennuksesta (N=7), itsetuhoisista ajatuksista (N=2) sekä heikosta itsetunnosta (N=14) yhdistettiin suuremmaksi teemaksi ”mielenterveysongelmat”. Maininnat tilanteiden pelosta (N=19) sekä vaikeudesta luottaa ihmisiin (N=4) yhdistettiin kategorian ”ongelmat sosiaalisissa suhteissa” alle. Voimaantumisen käsitteen alle luokiteltiin maininnat halusta olla vahvempi (N=3).

- –Sitä niin kauan, kunnes vaihoin koulua.– – (Kaikkeasitä)
- –pääsin eri luokalle.– – (Nallekarhu)
- –Tällä hetkellä en käy edes koulua kokoaikaisesti.– – (Elämän tie)
- –MINÄ jouduin vaihtamaan luokkaa, eikä he jotka kiusasi.– – (Maestro)
- –koulu intonikin lasi sen takia, lähdin toisinaan keskenkaiken koulusta ja monesti harkitsin lopettamistakin.– – (Siili)
- –Mä jopa lintsasin joiltakin oppitunneilta kun ahdisti olla esillä ja pelkäsin nolautani itteni.– – (Massaonvoimaa)
- –Itkenyt ettei halua mennä kouluun sen takia.– – (Doglover)

Kuten GHQ-testin tuloksista ilmenee, että kiusaamisen kohteeksi vähintään viikoittain joutuneet kärsivät myös monista muista ongelmista, kuten sosiaalisista toimintahäiriöistä, arvottomuuden tunteesta, masennuksesta, tunteesta, että

elämä ei ole elämisen arvoista, sekä itsetuhoisista ajatuksista, joihin sisältyivät halu tappaa itsensä ja toiveet kuolemasta. (Rigby 1997, 54.) Aineistosta löytyneet maininnat kiusaamisen psyykkisistä seurauksista ovat hyvin samanlaisia kuin GHQ-testin tulokset. Varsinkin sosiaaliset fobiat, heikko itsetunto ja masennus mainittiin aineistossa useita kertoja (Taulukko 4).

– –Kärsin sosiaalisesta fobiasta, ahdistuksesta, heikosta itsetunnosta ja pelkään ihmisiä.– – (Malla)

– –Masennus, ahdistuneisuushäiriö, paska itsetunto ja mitähän vielä.– – (Aku Anka)

– –Ja en tähän päivään mennessä ymmärrä miksi just minä. Mulla on edelleenkin huono itsetunto ja ajattelen että ihmiset pitää mua vastenmielisen näköisenä. Nään mun ulkonäössä jonkun asian joka pilaa koko kokonaisuuden. Asia joka tekee musta ruman. En osaa sanoa mikä tää asia olis tai niinkuin kun katon peiliin mä "nään" sen asian joka kerta ja ajattelen että haluan sen pois mutta en vaan tajua mikä se on. – – (4pe)

– –Valitettavan tuttu tilanne, ja kamala sellainen. Itekin koko yläasteen jännitin ja pelkäsin jokaista koulupäivää juuri tuon kiusaamisen takia. Ja pahimmassa tapauksessa jos opettaja ei asiaan puutu niin kiusatulle tulee sellanen olo että jotenkin "ansaitsee" tulla kiusatuksi tai että itsessä on joku vikana. Itellä ainakin näin, ja kyllä siitä aika syvät arvet jää. Itsetunto koetuksella vieläkin vaikka lukioaikana en ole kiusaamiseen onneksi törmännytkaan.– – (Vihanneskaappi)

– –Kiusaaminen on todella törkeää. Mua on kiusattu koko mun kouluaika ja mä oon nyt ysillä, mulla ei oo mun luokalla yhtään kaveria ja ne kiusaa mua ihan järjettömistä syistä. Kiusaaminen laskee itsetuntoo todella roimasti ja musta tuntuu että en jaksa enää kauaa.– – (Maikkuli)

– –Mulla pyöri jopa itsemurha-ajatuksiakin päässä silloin kun mua kiusattiin.– – (Lallattaja)

– –Näkyviä jälkiä ei koskaan jäänyt, henkisten vaurioiden vakavuuden olen tajunnut vasta vuosia myöhemmin.– – (Banaani)

Aineistosta löytyi mainintoja siitä, että kiusaamisen uhriksi joutunut henkilö on kokenut kiusaamisen vahvistaneen häntä ja kokee olevansa nyt vahvempi.

– –Olen hieman katkera, mutta toisaalta mulla menee nyt paljon paremmin kuin niillä, plus oon vahva ja mulla on kauheen korkea moraalinen suojella heikompia.– – (Fitnessforever)

– –Mut se jätti halun nousta tavallaan yläpuolelle, ja nykyisin se on kääntynyt niin päin et kiusaajat tulee yleistävällisesti tavatessa moikkaamaan. Mut en mä kannaa kaunaa what doesn't kill you makes you stronger.– – (Röllitin)

Useissa aineiston maininnoissa oli kerrottu, että kiusaaminen vaikuttaa edelleen kiusatun elämään, vaikka kiusaamiskokemuksista on jo aikaa.

– –ja kiusaaminen vaikuttaa elämääni edelleenkin vaikka siitä aikaa jo onkin.– – (Joulukuusi)

– –Yläasteella, vuosituhanteen vaihteessa... Vaikuttaa edelleen jokapäiväiseen elämään. Olen masennuksen takia yhä kuntoutustuella, ihmissuhteisiin on vaikea luottaa ja muuta "pientä". Kiusaatuksi joutuminen oli kamalaa ja henkisesti olin kiusattu vielä aloittaessani psykoterapian -07. Toipuminen jatkuu edelleen, vaikka kelan tukema terapia valitettavasti on jo loppunut. On mun sairauteeni muitakin syitä, mutta kouluaikeiden vaikeudet varmaan on vaikuttaneet eniten. – – (Kaiken kokenut)

Pörhölän (2008, 12) mukaan koulukiusaaminen vaikuttaa kokonaisvaltaisesti kiusatun hyvinvointiin. Siksi kiusaamisen seurauksia voi olla vaikeaa selkeästi erotella kategorioihin.

Aineistossa mainittuja koulukiusaamisen fyysisiä ja sosiaalisia seurauksia olivat koulun keskeyttäminen/koulun tai luokan vaihtaminen (yhteensä 8 mainintaa), lintsaaminen (3 mainintaa), kostonhalu, (2 mainintaa) ja yksinäisyys (2 mainintaa). Kiusaamisen koettiin vaikuttaneen myös koko kiusatun perheeseen (1 maininta), ja se oli aiheuttanut viiltelyä (1 maininta) ja änkytystä (1 maininta).

## 5.4 Henkilöprofiilit

Kiusaamisen voidaan havaita vaikuttaneen kiusattuihin monin eri tavoin. Suuri osa kiusatuksi tulleista kärsi kiusaamisen seurauksista vielä pitkään kiusaamisen loputtua. Kaikki aineiston 60 vastaajaa voidaan tyypitellä kolmeen erilaiseen henkilöprofiiliin sen mukaan, kuinka kiusaaminen on heidän hyvinvointiinsa vaikuttanut.

*Kiusaaminen on vaikuttanut vahvasti hyvinvointiin* Tähän henkilöprofiiliin kuuluu suurin osa aineiston vastaajista (N=44). Näillä henkilöillä kiusaaminen vaikuttaa hyvinvointiin edelleen, vaikka sen loppumisesta olisi jo aikaa. Nämä henkilöt ovat joutuneet kiusatuksi toistuvasti usean vuoden ajan. Syyt, joita nämä henkilöt näkevät kiusaamiselle, ovat ulkonäkösytyt, kuten rumuus, outo

pukeutuminen tai lihavuus sekä kiusatun omista luonteenpiirteistä johtuvat syyt, kuten ujous tai ”nössöys”. Näillä henkilöillä ilmeni heikkoa itsetuntoa, masennusta ja ahdistuneisuutta. Nämä henkilöt kokivat myös koulupelkoa, ja osassa tapauksissa kiusattu on joutunut vaihtamaan koulua tai keskeyttämään sen. Myös myöhemmät opiskelut tai työnteko on tuottanut vaikeuksia. Monet näistä henkilöistä mainitsevat saavansa apua Kelan psykoterapiasta. Näiden henkilöiden vastauksissa ilmeni, että kiusaamiseen ei ollut puututtu tai puuttuminen ei auttanut. Useat pohtivat myös, miksi eivät itse hakeneet apua kiusaamiseen aiemmin. Kiusaaminen on ollut moninaista, ja siinä ovat yhdistyneet fyysisen ja psyykkisen kiusaamisen muodot suoralla sekä epäsuoralla tavalla.

*Kiusaaminen on vaikuttanut neutraalisti hyvinvointiin* Tähän henkilöprofiiliin kuuluu toiseksi eniten aineiston vastaajista (N=13). He eivät erittele vastauksissaan kiusaamisen syitä tai seurauksia, vaan mainitsevat jatkaneensa elämää normaaliin tapaan. Henkilöillä, joilla kiusaaminen on vaikuttanut neutraalisti hyvinvointiin, korostuvat psyykkisen kiusaamisen keinot ja ryhmän ulkopuolelle sulkeminen.

*Kiusaamisesta voimaantuneet* Kiusaamisesta voimaantuneet henkilöt mainitsevat joutuneensa kiusatuksi (N=3). He kertovat, että kiusaaminen on jättänyt heihin halun olla entistä parempi ja ikään kuin ”näyttää kiusaajille”. Heillä on halu nousta kiusaajan yläpuolelle ja toimia itse paremmin. Kiusaamista voimaantuneet henkilöt mainitsivat kiusaamisen johtuneen kiusaajan omasta pahasta olostaan ja epävarmuudesta tai siitä, että kiusaaja haluaa pönkittää omaa sosiaalista asemaansa, eivätkä he näe itsessään syytä kiusatuksi joutumiselle. Voimaantuneet henkilöt ovat kokeneet kaikkia kiusaamisen muotoja, mutta eniten mainintoja oli psyykkisestä kiusaamisesta.

Henkilöprofiilit osoittavat aineiston olevan polarisoitunut. Vaikka suurimpaan osaan aineiston vastaajilla kiusaaminen on vaikuttanut vahvasti hyvinvointiin, joukossa oli myös niitä, jotka eivät kokeneet kiusaamisen vaikuttaneen heihin. Pieni osa vastaajista koki jopa voimaantuneensa kiusaamisesta.

## 6 POHDINTA

*Päättävöitteena* tutkimuksessa oli selvittää nuorten kokemuksiä koulukiusaamisen muodoista, syistä ja seurauksista nuorille suunnatulla internetin keskustelupalstalla. Lisäksi tavoitteena oli nostaa esiin kiusaamista kokeneiden nuorten kertomuksia ja näkökulmia. Tiivistettynä tutkimuksen tulokset osoittivat, että kiusatut kokivat eniten psyykkistä suoraa kiusaamista, jonka nähtiin johtuvan kiusatusta itsestään.

*Yksilön hyvinvointi* Kaikki aineiston kirjoittajat voitiin tyypitellä kolmeen henkilöprofiiliin, joissa vertailtiin kiusaamisen vaikutuksia hyvinvoinnille. Suurin osa aineiston kirjoittajista voitiin tyypitellä ensimmäiseen henkilöprofiiliin, jossa kiusaaminen vaikutti henkilön hyvinvointiin vahvasti. Näillä henkilöillä kiusaaminen vaikuttaa hyvinvointiin edelleen, vaikka kiusaaminen oli jo loppunut. Kiusaamisesta seurasi useita haittoja hyvinvoinnille ja kiusaamisessa korostuivat moninaiset muodot, kuten fyysisen ja psyykkisen kiusaamisen muodot suoralla sekä epäsuoralla tavalla. Kirjoittajat kokivat, että kiusaaminen johtui heistä itsestään.

Huomattavasti pienempi osa aineiston kirjoittajista tyypiteltiin toiseen henkilöprofiiliin, jossa kiusaaminen vaikutti neutraalisti kirjoittajan hyvinvointiin. Tässä henkilöprofiilissa kirjoittajat eivät erittele kiusaamisen syitä tai seurauksia, vaan mainitsevat jatkaneensa elämää normaaliin tapaan. Henkilöillä, joilla kiusaaminen on vaikuttanut neutraalisti hyvinvointiin, korostuvat psyykkisen kiusaamisen keinot ja ryhmän ulkopuolelle sulkeminen.

Viimeiseen henkilöprofiiliin tyypiteltiin kirjoittajat, jotka olivat voimaantuneet kiusaamisesta. Näitä henkilöitä oli aineiston kirjoittajista selvästi pienin joukko. He kertovat, että kiusaaminen on jättänyt heihin halun olla entistä parempi ja ikään kuin "näyttää kiusaajille". Heillä on halu nousta kiusaajan yläpuolelle ja toimia kiusaajaa paremmin. Tähän profiiliin kuuluvat kirjoittajat kokivat, että kiusaamisen johtuu kiusaajaan liittyvistä syistä.

Kiusaaminen vaikuttaa sekä henkilön psykososiaaliseen että fyysiseen hyvinvointiin. Hyvinvoinnin kannalta on tärkeää, että yksilö voi olla osana yhteisöä

sekä toimia vuorovaikuttajana ihmisten ja ryhmien kanssa. Pahimmillaan kiusaaminen eristää kiusatun vertaisryhmästä ja siten vaikuttaa vahvasti yksilön hyvinvointiin. (Hamarus, 2012, 89.) Pohjoismaisissa hyvinvointitutkimuksissa hyvinvointia tarkastellaan kolmen ulottuvuuden kautta, jota ovat elintaso, psykososiaalinen hyvinvointi sekä itsensä toteuttaminen (Allard 1993). Kun tarkastellaan aiempaa kiusaamistutkimusta sekä tämän tutkimuksen tuloksia huomataan, että kiusaaminen muodostaa suuren riskin yksilön hyvinvoinnille vaikuttaen välittömästi psykososiaaliseen hyvinvointiin ja välillisesti elintasoon sekä itsensä toteuttamiseen.

*Yhteiskunnallinen näkökulma* Koulukiusaaminen on merkittävä riskitekijä yksilön hyvinvoinnin kannalta, mutta aiempaan kiusaamistutkimukseen sekä tämän tutkimuksen tuloksiin peilattaessa voidaan todeta sen olevan myös merkittävä yhteiskunnallinen ongelma. Koulukiusaaminen aiheuttaa yksilölle monia ongelmia, joiden hoitamisesta yhteiskunta vastaa. Aiempien tutkimusten sekä tämän tutkimuksen tulosten perusteella tällaisia ongelmia ovat esimerkiksi mielensairaudet, kuten masennus ja ahdistuneisuus, joiden hoito on usein pitkäaikaista ja kallista. Tutkimuksessa on havaittu myös, että väkivallan kokemukset nuorena aiheuttavat lisäksi suurentuneen riskin kansanterveys sairauksiin, kuten sydän- ja verisuonitauteihin, diabetekseen ja syöpään (Korpilahti 2019). Singham ym. (2017) tutkimuksen mukaan kiusatuilla on myös verrokkiryhmää suurempi alttius päihteiden väärinkäytölle, rikollisuudelle sekä väkivaltaiselle käytökselle. Myös nämä ovat yhteiskunnan kannalta erittäin haitallisia ilmiöitä.

Koulukiusaaminen vaikuttaa vahvasti myös kouluviihtyvyyteen. Näin ollen kiusaaminen voi vaikuttaa koulumenestykseen ja jopa jatkokouluttautumismahdollisuuksiin. Maughanin & Arseneaultin (2014) pitkittäistutkimuksessa on tutkittu, että kouluaikoina kiusatuksi joutuneilla 50-vuotiailla oli ikätovereitaan alhaisempi koulutustaso, huonompi palkka sekä he suoriutuivat testeistä ja kokeista huonommin kuin ei-kiusatut ikätoverinsa. Myös Hamaruksen (2006, 216) tutkimuksessa on havaittu, että jos luokassa pilkataan ja naureskellaan hyvästä koulumenestyksestä, vain harva uskaltaa tuoda tietonsa julki ja monet oppilaat voivat jopa joutua peittelemään osaamistaan. Tämän tutkimuksen aineistossa

kirjoittajat mainitsivat joutuneensa olemaan pois koulusta tai lopettaneensa koulun kiusaamisen takia. Myös tästä näkökulmasta katsottuna koulukiusaaminen on siis merkittävä yhteiskunnallinen tekijä.

*Mikä on viialla?* Tätä tutkimusta tehdessä saimme paljon tietoa kiusaamisesta, mutta se jätti myös avoimia kysymyksiä ja huoltakin. Suomalaisessa mediassa on ollut viime aikoina esillä useita yläkoulun tai toisen asteen oppilaitoksissa tapahtuneita kouluväkivaltatapauksia. Nämä tapaukset herättävät huolen siitä, miten kattavasta kiusaamistutkimuksesta huolimatta tällaiset tapaukset ovat mahdollisia. Ovatko opettajat ylikuormittuneita ja resurssit riittämättömät? Pohdimme, onko opettajilla aikaa ja jaksamista perehtyä kiusaamisen vastaisiin interventioihin tarpeeksi, sillä opetussuunnitelma luo tiukat raamit opetuksen etenemiseen. Kuka havainnoi, selvittää ja ottaa vastuun kiusaamistapauksissa yläkouluissa sekä toisen asteen oppilaitoksissa, joissa opettajat kohtaavat oppilaat vain tiettyjen tuntien aikana.

KiVa koulu -intervention käytöstä on saatu lupaavia tutkimustuloksia. Pohdimme kuitenkin, käytetäänkö ohjelmaa kaikilla kouluilla systemaattisesti ja ohjeiden mukaisesti. Interventiossa mukana oleminen ei riitä poistamaan kiusaamista, vaan kiusaamisen vastaisen työn tekevät koulun aikuiset. Onko tähän riittävästi aikaa?

*Mitä kiusaamiselle voitaisiin tehdä?* Kiusaamisen vaikutukset lasten ja nuorten hyvinvoinnille ovat kiistattomat ja aiheuttavat myös kuluja yhteiskunnalle. Kulujen kattamisen sijaan olisiko järkevää käyttää rahat ennaltaehkäisevään työhön ja koulujen olosuhteiden parantamiseen. Esimerkiksi luokkakokojen pienentäminen ja tunnetaitojen sekä ryhmäytymisen lisääminen opetussuunnitelmaan merkittävästi nykyistä enemmän voisivat olla tällaisia mahdollisuuksia.

Kiusaamista tapahtuu paljon välitunneilla. Pohdimme, voisiko välituntialueita muokata entistä enemmän lapsia ja nuoria aktivoiviksi ja motivoiviksi, jotta keskittyminen ohjautuisi muuhun, kuin toisten kiusaamiseen.

*Meille tärkeää* Opettajan rooli kiusaamiseen puuttumisessa on merkittävä. Sen haluamme muistaa tulevina opettajina. Kaiken kiusaamisesta lukemamme jälkeen, meille on vahvistunut käsitys siitä, että koulun on oltava ennen kaikkea

turvallinen paikka. Loppujen lopuksi ei ole väliä, muistaako oppilas pasaatituu-  
lien suuntia tai barokin aikakausia, jos kouluaikoja leimaa pelko ja toiseuden ko-  
kemus. Tämän haluaisimme myös viestittää kaikille kentällä oleville sekä tule-  
ville opettajille.

*Jatkotutkimushaasteet* Tämän tutkimuksen pohjalta nousi useita mielenkiin-  
toisia jatkotutkimusaiheita. Koska tämän tutkimuksen aineisto kerättiin keskus-  
telupalstalta, seuraavaksi olisi mielekästä teettää tutkimus, jossa kiusaamista ko-  
keneita nuoria päästäisiin haastattelemaan. Myös kiusaajien näkökulman tutki-  
minen voisi tarjota merkityksellistä uutta tietoa kiusaamisen synnystä ja siihen  
johtaneista syistä. Mielenkiintoista olisi myös tutkia lisää sitä, miten lapsuudessa  
ja nuoruudessa tapahtunut koulukiusaaminen on vaikuttanut elämään ja ihmis-  
suhteisiin myöhemmin aikuisiällä.



## LÄHTEET

- Aho, S. & Laine, K. 1997. Minä ja muut. Kasvaminen sosiaaliseen vuorovaikutukseen. 1.-3. painos. Helsinki: Otava.
- Ahonen, S. 1994. Fenomenografinen tutkimus. Teoksessa L. Syrjälä, S. Ahonen, E. Syrjänen & S. Saari (toim.) Laadullisen tutkimuksen työtapoja. Helsinki: Kirjayhtymä, 113-160.
- Ahtola, A., Haataja, A., Kärnä, A., Poskiparta, E., & Salmivalli, C. 2012. For children only? Effects of the KiVa antibullying program on teachers. *Teaching and Teacher Education*, 28(6), 851-859.
- Alasuutari, P. 1993. Laadullinen tutkimus. Tampere: Vastapaino.
- Allardt, E. 1993. Having, loving, being: an alternative to the Swedish model of welfare research. Teoksessa N & S (toim.) *The Quality of Life*. Clarendon Press, Oxford.
- Boulton, M. J. & Underwood, K. 1992. Bully/victim problems among middle school children. *British Journal of Educational Psychology* 62, 1, 73-87.
- Boulton, M.J. 1995. Undersanting and preventing bullying in the junior school playground. Teoksessa Peter. K. Smith & Sonia Sharp (toim.) *School bullying: insights and perspectives*. 2. Painos. Lontoo: Routhledge, 132-159.
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.
- Craig, Wendy M. & Harel, Yossi 2004. Bullying, physical fighting and victization. Teoksessa C. Currie jne. *Young people's health in context. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: International report from the 2001/2002 survey Health Policy for Children and Adolescents*, No. 4. Copenhagen: WHO.
- Eriksson, B. 2001. Mobbning: en sociologisk diskussion. *Sociologisk forskning* 2, 8-43.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 2. painos. Jyväskylä: Vastapaino.

- Espelage, D. & Asidao, C. 2001. Conversations with middle school students about bullying and victimization: Should we be concerned? In R. A. Geffner, M. Loring, & C. Young (Eds.), *Bullying behavior: Current issues, research, and interventions* (p. 49–62). Haworth Maltreatment and Trauma Press/The Haworth Press.
- EU-direktiivi. 2016. <https://opitietosuojaa.fi/index.php/fi/56-lainsaadaen-toe/lait/eun-tietosuojasetus/23-tuleva-eu-n-tietosuojasetus>
- Garandeau C. F., Poskiparta E. & Salmivalli C. 2014. Tackling acute cases of school bullying in the KiVa anti-bullying program: A comparison of two approaches. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 42, 981–991.
- Gellin, M. 2011. *Sovittelu koulussa*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- General Health Questionnaire (GHQ)  
<https://www.gi-assessment.co.uk/products/general-health-questionnaire-ghq/>
- Gill, M. 2015. A Phenomenology of feeling: examining the experience of emotion in organization. *New Ways of Studying Emotions in Organizations* 11, 29-50.
- Gubrium, J.F. & James, A. 1997. *The new Language of Qualitative Method*. Oxford: Oxford University Press.
- Haapaniemi, R & Raina, L. 2014. *Rakenna oppiva ryhmä*. Pedagogisen viihtymisen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hamarus, P. 2006. *Koulukiusaaminen ilmiönä: Yläkoulun oppilaiden kokemuksia kiusaamisesta*. Väitöskirja. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Hamarus, P. 2008. *Koulukiusaaminen*. Huomaa, puutu, ehkäise. Helsinki: Kirjapaja.
- Hamarus, P. 2012. *Haukku haavan tekee*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hawker, D. & Boulton, M. (2000). Twenty years' research on peer victimization and psychological maladjustment: A meta-analytic review of cross-sectional studies. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 41, 441–455.
- Herkama, S. 2012 *Koulukiusaaminen: Loukkaavat vuorovaikutusprosessit oppilaiden vertaissuhteissa*. Väitöskirja. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. Sajavaara, P. & Sinivuori, E. 2009. *Tutki ja kirjoita* (15. uud. p.). Helsinki: Tammi.
- Holmberg-Kalenius, T. (2008). *Elämää koulukiusaamisen jälkeen*. Helsinki: Gummerus.

- Hoover, J. H., & Hazler, R. J. 1991. Bullies and victims. *Elementary School Guidance & Counseling*, 25(3), 212-219.
- Hänninen, R. (2003). Elektroniset tutkimusaineistot etnologiatieteissä: Tulevaisuutta vai nykypäivää? Historian ja etnologian laitoksen tutkijat ry, Jyväskylän yliopisto.
- IRO Research 2020. Tutkimus: Nettikiusaaminen Suomessa. Suomalaisista joka viides on tullut loukatuksi somessa tai verkon keskustelupalstoilla. [https://www.mysafety.fi/sites/mysafety.fi/files/Mysafety\\_netikiusaaminen\\_Suomessa\\_tutkimus\\_kesa\\_2020\\_08072020.pdf](https://www.mysafety.fi/sites/mysafety.fi/files/Mysafety_netikiusaaminen_Suomessa_tutkimus_kesa_2020_08072020.pdf). Luettu 20.1.2021.
- Kaltiala-Heino, R. 2000. Mental health correlates of involvement in bullying and truancy. Teoksessa A., Andrae Thelin & H., Williamsson (toim.) Nyaforskningsperspektiv på mobbning. Dokumentation av en forskarkonferens om mobbning 24-25 september 2003 i Stockholm. Kööpenhamina: Pohjoismaiden ministerineuvosto ANP724,113
- Kaski, S. & Nelvalainen, V. 2017. Jo riittää. Irti kiusaamisesta ja kiusaajista. Helsinki: Kirjapaja.
- Keltinkangas-Järvinen, L. 2010a. Hyvä itsetunto (20.p.) Helsinki: WSOY.
- Kiilakoski, T. 2009. "Parempihan se on että sovitellaan ku että ei sovitella." Vertaissovittelu, konfliktit ja koulukulttuuri. [verkkójulkaisu]. Nuorisotutkimusverkosto/nuorisotutkimusseura verkkójulkaisuja 30. Helsinki. [sovitelu.pdf](https://www.nuorisotutkimusseura.fi/sovitelu.pdf)(nuorisotutkimusseura.fi) Luettu 12.8.2020.
- Korpilahti, U. 2019. Väkivallaton lapsuus: Toimenpidesuunnitelma lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisystä 2020-2025. Osa II. Helsinki: Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö.
- Kupiainen, R., Kotilainen, S., Nikunen, K. & Suoninen, A. 2013. Mediakasvatusseura. Lapset netissä -Puheenvuoroja lasten ja nuorten netin käytöstä ja riskeistä. Luettu 11.2.2020. <http://www.mediakasvatus.fi/files/ISBN978-952-67693-3-2.pdf>
- Kuula, A. 2015. Tutkimusetiikka: Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.
- Kärnä, A., Voeten, M., Little, T.D., Alanen, E., Poskiparta, W. & Salmivalli, C.

2011. Going to scale: A nonrandomized nationwide trial of the KiVa anti-bullying program for grades 1-9. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79(6), 796-805.

Kärnä, A., Voeten, M., T.D., Alanen, E., Poskiparta, W. & Salmivalli, C. 2013

Effectives of the KiVa antibullying program: Grades 1-3 and 7-9. *Journal of Educational Psychology*, 105(2), 535-551.

Laine, T. 2001. Miten kokemusta voidaan tutkia?: Fenomenologinen näkö

kulma. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 26-44.

Lehtikangas, A. 2016. Identiteetti, vuorovaikutus ja toimijuus- Kartoitus

nuorten verkkokulttuuria käsittelevästä kotimaisesta tutkimuksesta. Verke. Saatavana: <http://bienestaryproteccioninfantil.es/imagenes/tablaContenidos03SubSec/C V75.pdf> luettu 14.1.2021

Liebmann, M. (1996). *Arts approaches to conflict* ; edited by Marian Liebmann.

London: Jessica Kingsley.

Macklem, G. 2003. *Bullying and teasing. Social power in children's groups*. New

York, NY: Kluwer Academic/Plenum.

Moilanen, P. & Rähkä, P. 2018. Merkitysrakenteiden tulkinta. Ikkunoita tutki

musmetodeihin. 2, Näkökulmia tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin, 51-57.

Mäntylä, N., Kivelä, J., Ollila, S. & Perttola, L. 2013. Pelastakaa koulukiusattu!:

Koulun vastuu, puuttumisen muodot ja ongelmat oikeudellisessa tarkastelussa. Helsinki: KAKS - Kunnallisalan kehittämissäätiö.

Nuorten hyvinvointikertomus 2020

<https://www.nuortenhyvinvointikertomus.fi/indikaattorit/elama-ja-terveys/mielen-hyvinvointi>. Luettu: 12.11.2020.

OAJ, 2018. Opettajan eettiset periaatteet. Viitattu 11.2.2020.

Oliver, R., Hoover, J.H. & Hazler, R. 1994. *The Perceived Roles of Bullying in*

- Small Town Midwestern Schools. *Journal of Counseling & Development* 72, 4, 416–420.
- Olweus, D. 1978. *Aggression in the schools: Bullies and whipping boys*. Washington: Hemisphere Publishing Corporation.
- Olweus, D. 1992. *Kiusaaminen koulussa*. Suom. K. Mäkelä. Helsinki: Otava.
- Olweus, D. 1994. Annotation: Bullying at school: Basic Facts and Effects of a School Based Intervention Program. *Journal of Child Psychology and psychiatry and Allied Disciplines* 35, 7, 1171–1190.
- Perusopetuslaki 21.8.1998/628. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628>
- Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Helsinki: Opetushallitus.
- Pietkiewicz, I. & Smith, J.A. 2012. Praktyczny przewodnik interpretacyjnej analizy fenomenologicznej w badaniach jakościowych w psychologii. (Practical guide to using interpretative phenomenological analysis in qualitative research analysis). *Czasopismo Psychologiczne* 18(2), 361-369.
- Pikas, A. 1990. *Irti kouluväkivallasta*. Suom. Eeva Pilvinen. Helsinki: Weilin+Göös.
- Pönkä, H. 2014. *Sosiaalisen median käsikirja*. Jyväskylä: Docendo Oy.
- Pörhölä, M. 2008. *Koulukiusaaminen nuoren hyvinvointia uhkaavana tekijänä: Miten käy kiusatun ja kiusaajan vertaissuhteille? Polarisoitua nuoruus? Nuorten elinolot -vuosikirja 2008*. Nuorisotutkimusseura/Nuorisotutkimus-verkosto, Nuorisoasian neuvottelukunta & Stakes.
- Quinlan, EB., Barker, ED. 2020. Vertaisarviointi ja sen vaikutus murrosiän aivokehitykseen ja psykopatologiaan. *Mol Psychiatry* 25, 3066–3076. <https://doi.org/10.1038/s41380-018-0297-9>
- Rahja, R. 2013. *Nuorten mediamaailma pähkinänkuoressa*. Mediakasvatusseura Ry. [http://www.mediakasvatus.fi/files/nuorten\\_mediamaailma\\_pahkinankuoressa.pdf](http://www.mediakasvatus.fi/files/nuorten_mediamaailma_pahkinankuoressa.pdf). Luettu 14.1.2021.
- Rimpelä, A. 2005. *Nuorten terveys*. Teoksessa Aromaa, A., Huttunen, J., Koskinen, S., Teperi, J. (toim.) *Suomalaisten terveys*. Kustannus Oy Duodecim, Kansanterveyslaitos ja STAKES. Helsinki.
- Rigby, K. (1997). Attitudes and beliefs about bullying among Australian school

- children. *Irlannin psykologian laitos*, 18, 202–220.
- Rigby, K. 2008. *Children and Bullying. How parents and educators can reduce bullying at school.* Oxford: Blackwell Publishing.
- Roberts, W. B. Jr. 2006. *Bullying from both sides. Strategic Interventions for Working With Bullies & Victims.* California: A Sage Publications Company.
- Rogers, V. 2010. *Cyberbullying* London: J. Kingsley Publishers.
- Roland, E. 1984. *Kiusanteosta toveruuteen. Kouluväkivallan torjuntatapoja.* Keuruu: Otava.
- Räsänen, M. 2005. *Nuorten hyvinvoinnin tuoreet trendit – Kouluerveyskysely 2005 Oulun ja Länsi-Suomen lääneissä ja Ahvenanmaan maakunnassa. X Kouluerveyspäivät 23.-24.2005 Jyväskylän yliopistossa.*
- Saarento, S., Kärnä, A., Hodges, E. V. E. & Salmivalli, C. 2013. Student-, class room-, and school-level risk factors for victimization. *Journal of School psychology*, 51, 421–434.
- Saarento, S. 2015. *Conceptualizing and counteracting the bullying dynamic: Classroom and school contexts matter.* (Turun yliopiston julkaisuja, sarja B osa 403) Turku: Humaniora.
- Salmivalli, C. 1998. *Koulukiusaaminen ryhmäilmionä.* Tampere: Gaudeamus.
- Salmivalli, C. 1995a. *Kiusaajat, uhrit – ja ne muut: kouluväkivalta ryhmäilmionä.* *Psykologia*, 30, 364-372.
- Salmivalli, C. 1995b. *Kouluväkivallan uhrien toiminta kiusaamistilanteissa.* *Kasvatus* 26(4), 350–358.
- Salmivalli, C. 2002. *Koulukiusaaminen.* Teoksessa Terho, P., Ala-Laurila, E-L., Laakso, J., Krogius, H., Pietikäinen, M. (toim.) *Kouluerveydenhuolto. Duodecim.* Jyväskylä: Gummerus, 94-101
- Salmivalli, V. 2003. *Koulukiusaamiseen puuttuminen.* Juva: PS-kustannus.
- Salmivalli, C., Kaukiainen, A., Voeten, M. 2005. *Anti-bullying Intervention: Implementation and outcome.* *British Journal of Educational Psychology*, 75, 465-487.
- Salmivalli, C. 2010. *Koulukiusaamiseen puuttuminen. Kohti tehokkaita toimintamalleja. 2. uudistettu painos.* Helsinki.
- Schein, E. H. 1987. *Organisaatiokulttuuri ja johtaminen.* Suom. R., Liljamo

- & A.,Miettinen. Helsinki: Weilin+Göös.
- Silverman, D. 2000. *Doing Qualitative Research*. Thousand Oaks: SAGE.
- Singham T, Viding E, Schoeler T. 2017. Lapsuuden kiusaamisen altistumisen samanaikainen ja pitkittäinen vaikutus mielenterveyteen: haavoittuvuuden ja sietokyvyn rooli. *JAMA psykiatria*: 74 (11): 1112–1119. doi: 10.1001/jamapsychiatry.2017.2678
- Smith, P. K. 1991. The Silent Nightmare: Bullying and victimization in school peer groups. *The Psychologist* 4, 6, 243–248.
- Smith, P.K. 1994. *School bullying: insights and perspectives*. Routledge.
- Smith, J. A., Flowers, P. & Larkin, M. 2009. *Interpretative phenomenological analysis: theory, method and research*. Los Angeles: Sage.
- Takizawa, R., Maughan, B., & Arseneault, L. 2014. Adult health outcomes of childhood bullying victimization: evidence from a five-decade longitudinal British birth cohort. *American Journal of Psychiatry*, 171(7), 777-784.
- Teräsahjo & Salmivalli. 2002. "Se tavallaan halua olla yksin". Koulukiusaamisen tulkintarepertuaalit ala-asteen oppilaiden puheissa. *Psykologia* 2, 101–114.
- THL: Terveyden ja Hyvinvoinnin laitos. 2019. *Kouluterveyskysely*.  
[http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138562/Tilastoreportti\\_33\\_Kouluterveyskysely.pdf?sequence=2&isAllowed=](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138562/Tilastoreportti_33_Kouluterveyskysely.pdf?sequence=2&isAllowed=) Luettu 4.4.2020
- Tietosuojalaki. 1050/2018. <https://www.finlex.fi/fi/laki/akup/2018/20181050>
- Tiiri, E., Lempinen, L., Chudal, R., Vuori, M. & Sourander, A. 2020. Suhteellinen ikä liittyy kiusaamisen uhriksi joutumiseen ja syyllistymiseen kahdeksan – yhdeksän vuoden ikäisten lasten keskuudessa. Turun yliopisto.
- Tilastokeskus 2004. Erityisopetukseen siirretyt peruskoulun oppilaat. 1995–2004. <http://www.tilastokeskus.fi> Viitattu 11.3.2021
- Tuohy, D., Cooney, A., Dowling, M., Murphy, K. & Sixsmith, J. 2013. An overview of interpretive phenomenology as a research methodology. *Nurse Researcher* 20(6), 17-20.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi* (5. uud. laitos.). Helsinki: Tammi.

- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi (6. uud. laitos. ). Helsinki: Tammi.
- Vaismoradi, M., Jones, J., Turunen, H., & Snelgrove, S. 2016. Theme development in qualitative content analysis and thematic analysis. *Journal of Nursing Education and Practice*, 6(5), 100. DOI: <https://doi.org/10.5430/jnep.v6n5p100>.
- Valtioneuvoston asetus perusopetuslaissa tarkoitetun opetuksen valtakunnallisista tavoitteista ja perusopetuksen tuntijaosta 20.12.2001/1435
- Vandebosch, H. & Van Cleemput, K. 2009. Cyberbullying among youngsters: profiles of bullies and victims. *New media society* 11, 1349–1371.
- Välimaa, R. 2004. Nuorten itsearvioitu terveys ja toistuva oireilu.
- WHO. 2017. Koululaistutkimus.  
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332091/9789289055000-eng.pdf>
- WHO. 2019. Koululaistutkimus  
<file:///C:/Users/Käyttäjä/Downloads/9789289055017-eng.pdf>
- Ybarra, M. L. & Mitchell, K. J. 2004. Online aggressors/target, aggressors, and target: a comparison of associated youth characteristics. *Journal of child psychology and psychiatry* 45, 1308–1316. <http://bienestaryproteccioninfantil.es/imagenes/tablaContenidos03SubSec/C V75.pdf> luettu 14.1.2021
- Yle.fi. 2020. <https://yle.fi/uutiset/3-11580090>. “Kiusaaminen on yhteiskunnan mätäpäise” - näin pääkaupunkiseudun kansanedustajat ratkoisivat kouluväkivaltaa: empatian opettelua ja kovempia rangaistuksia. (Luettu 26.1.2021)



## LIITTEET

### Liite 1. Esimerkki keskustelupalstan viestistä

#### Tää kiusaaminen ei lopu koskaan

Tein joskus viimekuun lopussa sellasen keskustelun jolloin olin vielä lomalla ja kerroin kuinka mua ahdistaa palata taas kouluun. Nyt koulua on vasta käyty vähän päälle viikko ja kiusaaminen on taas vauhdissa. Luulin että se oli jo ohi.

En tiedä mikä mulla on. Miks en vaan kerro siitä opettajalle? (varmaan joku teistäkin niin ajattelee) tiedostan sen itsekin että mun pitää kertoa mutta en pysty. En vaan pysty. Haluaisin vaan et se olis niin helppoa: kertoisin opettajalle ja mua ei enää kiusattaisi. Siinä on liikaa riskejä että tää kiusaaminen vaan pahenee. Entä jos opettaja vaan puhuttelee niitä ja sanoo niille että "KIUSAAMINEN ON VÄÄRIN!!!SOOSOO" ja sitten ne esittää niin 'katuvaisia' ja sen jälkeen se alkaa kahta pahempaa?

Silleenhän se luokanvalvoja teki sille edellisellekin näiden kiusaajien kiusattavalle. 'Puuttui kiusaamiseen' joka tarkoittaa puhuttelua ja sitten nämä ovatkin taas vapaana (kiusaajat siis).

Tähän väliin pahoittelen ihan järkyttävän sekavaa tekstiä mutta nyt tätä juttua vaan tulee ja tulee o\_o

Pahimmat tunnit (missä kiusaamista on eniten) ovat äidinkielen tunnit. Istun juuri sen pahimman kiusaajan vieressä. Olen vähän niikuin 'tulilinjalla': kiusaaja nro1 istuu ikkunan puoleisessa pulpetissa, minä siinä vieressä, sitten yksi tyttö istuu siinä mun ja sen kiusaaja nro2 välissä. Sekä takaviistoon musta istuu kiusaaja nro3 ja mun takana sellanen ns. sivustaseuraaja joka nauraa niille kun ne pojat kiusaa mua.

Siinä ne saa ihan rauhassa pilkata, nauraa, tuijottaa, kuiskia ja ilveillä mulle ku olen siinä heidän lähellä. Eikä opettaja huomaa mitään vaikka istun melkein eturivissä luokkaa? Lisäksi pidän äidinkielestä tosi paljon ja ne tunnit on sellasta shittiä ja mun keskittyminen menee vaan siihen kellon kattomiseen että millon pääsee pois.

Oon huomannu itessäni tosi paljon muutoksia. En enää viittaa paljoa, koska pelkään sanovani jotain väärin ja sitten ne alkaa nauraa/pilkkaamaan mua. Oon tunneilla aivan hiljaa ja puhun vaan kun käsketään.

Ja sen olen kanssa huomannut. Nää pääkiusajia on 3. Eli ne kamalimmat. Meillä on jakotunnit esim. englannissa niin kun 2 niistä kiusaajista on eri ryhmässä kun minä ja yksi samassa mun kanssa, ei se yksi sano mitään! Ei kommentoi mua! Ei naura/pilkkaa! Saan olla ihan rauhassa.

En tiä miten tuun selviämään noi äidinkielen tunnit.

Mua oksettaa noi tyypit ja hirvittää olla luokassa. Aina kun ne on samassa tilassa mun kanssa, yritän vaan olla mahd. huomaamaton. Olen niille varmaan tosi helppo uhri koska en sano niille mitään vaan katson pois ja yritän pidättää itkuä.

Ja ainiin ekan äidinkielen tunnin jälkeen, kun olin päässyt luokasta ulos porskahdin itkuun. Onneksi käytävällä ei ollu enää ketään koska oli vika tunti PAITSI mejän luokan tyttöjä. Niistä yksi yritti tosi kovin kysellä että mikä on mutta vakuutin ettei mitään hätää ole ja lähdin kotiin. Se viel kysys multa illalla viestillä, että mikä on hätänä mutta sanoin että en halua kertoa.

Tänään sama tyttö kysys multa äikäntunnin jälkeen, että miks oot ihan punanen ja mikä mulla on. Se on oikeesti AINUT henkilö joka on huomannu mun käytöksessä jotain epänormaalia. Ei ees kukaan mun perheenjäsenistä oo sanonu mitään. Ilmeisesti osaan peitellä hyvin mun oikeita tunteita :/

Huominen päivä jännittää ihan kamalasti enkä tiä kauanko jaksan enää

Halusin vaan avautua koska tälleen anonyyminä se on paljon helpompaa kuin kasvotusten.