

# **”Puh pah pelistä pois?” - Kiusaamisilmiö, sen vakavuus ja jälkihoito**

Mari McAlester/Kiusatut/Setlementti Tampere

*"Entten tentten teesika mentten,  
hissun kissun vaapusa vissun,  
eelin keelin plot, viipusa vaapusa vot,  
Eskon saum, piium paum,  
nyt mä lähden tästä pelistä pois.  
Puh pah pelistä pois!"*



# KIUSATUT-tiimi

- vastaava kriisityöntekijä  
Mari Mc Alester
- kriisityöntekijä  
Jenni Heikkilä



# Kiusatut

- Kriisiapua ja jälkihoitoa kiusatuille ja heidän läheisilleen
- Konsultaatiota sekä yhteistyötä
- Yli 15-vuotiaille pirkanmaalaisille
- Palvelut on maksuttomia, lähetettä ei tarvita
- Työmuodot: yksilötyö, ryhmät, puhelinneuvonta, työpajat, chat

# Entten tentten...

- että 8.-9. luokkalaisista kokee kiusaamista viikoittain noin 6 %, lukiolaisista noin 1 % ja ammattikoululaisista noin 4 %  
(Kouluterveyskysely 2019)

9 % suomalaisista palkansaajista on kokenut tulleensa syrjityksi työpaikallaan viimeisen vuoden aikana  
(Työolobarometri 2017)

Yleisimpänä kiusaamisen ilmenemismuotona sanallista/verbaalista kiusaamista kokee yli 90 % peruskoulun oppilaista (esim. nimittely, haukkuminen)  
(Pelastakaa koulukiusattu-tutkimus)

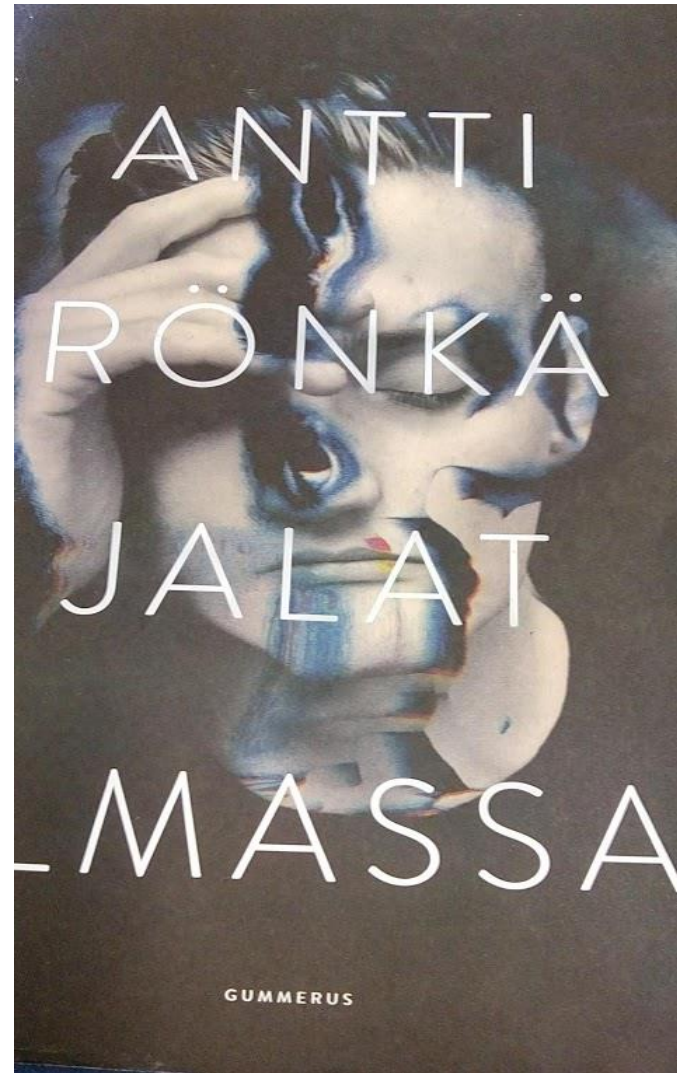
Joka neljäs 13-29-vuotiaista kokee kiusaamista somessa  
(Ebrand Oy 2019)

# Kiusaamisen määritelmä

- ”Yksilöä kiusataan tai hän on kiusaamisen uhri, jos hän on toistuvasti tai pidempään alttiina yhden tai useamman muun henkilön negatiivisille teoille.” (Olweus 1992)
- Eroaa riitelystä siinä, että
  1. tahallista,
  2. toistuvaa ja
  3. kiusattu on kiusaajiinsa nähden jollain tavoin puolustuskyvytön tai heikommassa asemassa (Kivakoulu.fi)
- Kysyessä kiusaamisesta tulee huomioida yksilön kokemus yksittäisestäkin tapahtumasta, joka on synnyttänyt pelon

Lainaus kirjasta:  
sivut: 169-172

Yhtenä perjantaina koululle tuli  
poliisi.....



# Leikittelystä kiusaamiseen

## Leikittely

- molemminpuolista
- tasa-arvoinen suhde

## Ilkeily

- kertaluonteista

## Kiusaaminen

- jatkuvaa
- toinen ei kykene puolustautumaan
- toinen asettuu yläpuolelle, käyttää valtaa.
- ei tasapuolista





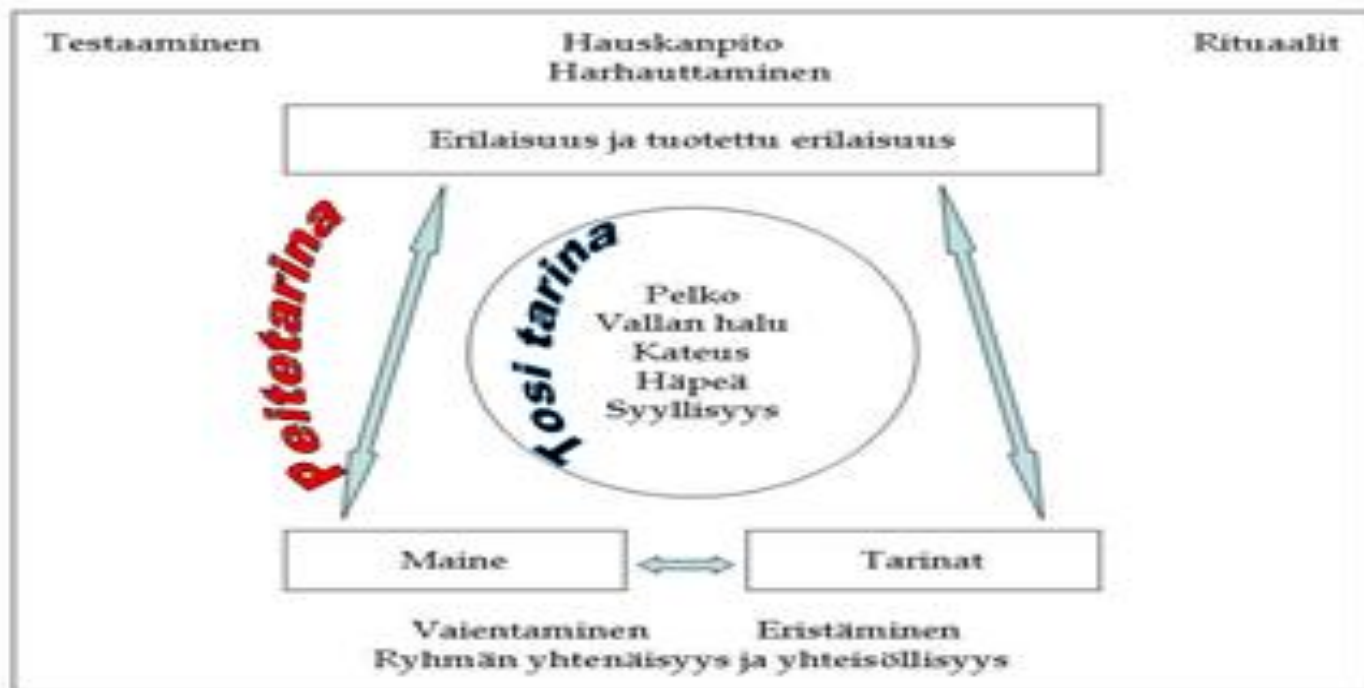
# Kiusaamisilmiö

- Yksi väkivallan ilmentymä: kiusaamisessa on kyse henkisestä ja fyysisestä väkivallasta
- Ryhmässä tapahtuvaa yhteen tai useampaan kohdistuvaa väkivaltaa, missä osapuolet ovat eriarvoisessa asemassa
- Roolit ja ryhmän määrittelemät normit vaikuttavat kiusaamisen syntymiseen

# Kiusaamisilmiö

(Hamarus)

Kiusaaminen on kulttuurinen ilmiö,  
jossa valta on keskiössä




# Kiusaamisessa on kolme tasoa

(Hamarus)

- **Tekojen taso**, missä pintatasolla testataan ja kuvaillaan kiusattua; keinoina on kiusatun vaijantaminen, eristäminen ja rituaalien luominen joilla oikeutetaan kiusaaminen
- **Tarinataso**, missä peitetarinaa kerrotaan jotta kiusatulle voidaan luoda tietty maine; peitetarinaa testataan harhauttamalla ja hauskanpidon varjossa, selitykset tapahtumista
- **Kiusaamisen todellinen syy**; kiusaaja kiusaa saadakseen itselleen asemaa, suosiota sekä taatakseen itselleen statuksen; kiusaamisen ytimessä on usein pelkoa, vallanhalua, kateutta, häpeää ja syyllisyyttä

# Kiusaamisen muotoja:



Fyysinen  
(suora)

Henkinen  
(epäsuora)

Some

# Kiusaaminen täyttää usein rikoksen tunnusmerkit

- Pahoinpitely (RL 21:5 §)
- Lievä pahoinpitely (RL 21:7 §):
- Varkaus (RL 28:1 §)
- Näpistys (RL 28:3 §)
- Vainoaminen (25:7 a §)
- Viestintärauhan rikkominen (24:1 a §)
- Kunnianloukkaus (24:9 §)
- Yksityiselämää koskevan tiedon levittäminen (24:8 §)
- HUOM! Rikosilmoitus ja Is-ilmoitus

# Teelika mentten...

kognitiiviset

työllistyminen

opinnot

psykosomaattiset

vatsakipu

päänsärky

uniongelmat

itkuisuus

painajaiset

sosiaaliset

välttämiskäyttäytyminen

yksinäisyys

eristäytyminen

haasteet  
sosiaalisissa  
suhteissa

puhumattomuus

Opintojen  
keskeyttäminen

psyykkiset

häpeä

syömishäiriöt

viha

masennus

suru

paniikkikohtaukset

ajatusvääristymät

itsetunnon ja –  
luottamuksen  
heikkeneminen

ahdistus

itsetuhoinen  
ajattelu ja teot

katkeruus

kostoajatukset

Setlementti  
Tampere

# Hissun kissun...

## Kiusaaminen näkyy verikokeissa

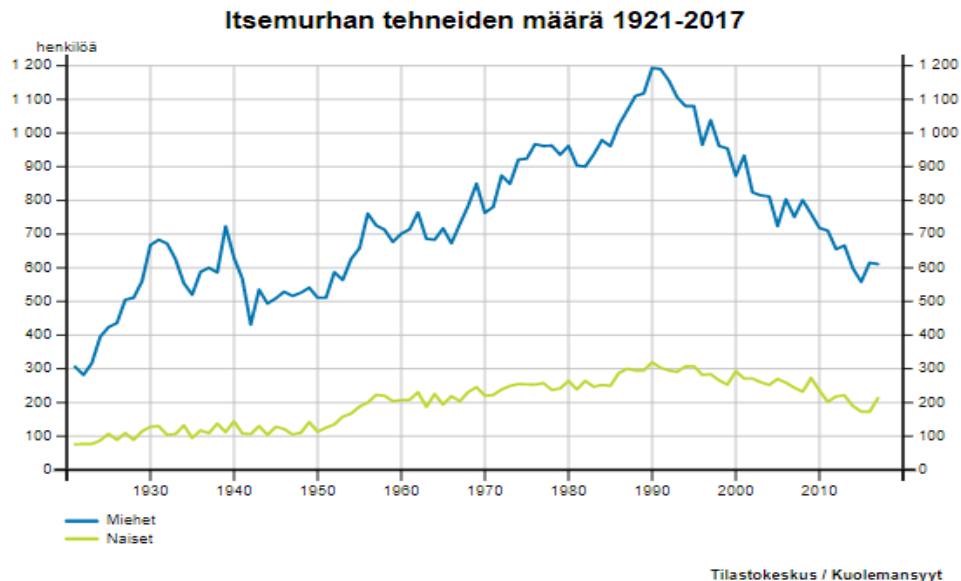
- USA/Iso-Britannia
- Julkaistu 2014
- 1400 nuorta
- Verikokeet otettiin 9-, 16-, 19- ja 21-vuotiaina:
- Kaikkien tutkittavien CRP-arvot nousivat heidän varttuessaan aikuisiksi, mikä on normaalia, mutta kiusatuilla taso oli selvästi muita ryhmiä korkeampi.
- Lapsena ero oli huomattavin. Niillä, jotka sanoivat joutuneensa kiusatuiksi vähintään kolme kertaa edellisen vuoden aikana, CRP-määrä oli kaksinkertainen verrattuna niihin, joita ei ollut kiusattu lainkaan.
- Copelandin mukaan tulokset ovat samanlaisia kuin lapsina ruumiillisesti pahoinpidellyillä tai laiminlyödyillä, vaikka henkistä kiusaamista on tapana pitää fyysiseen väkivaltaan verrattuna vähäisempänä ongelmana.

(Yle/2014) (Yhdysvaltain tiedeakatemian PNAS-lehti)

# Nyt mä lähden...

## Nuorten itsemurhat

- Itsemurhat ovat keskeinen kuolemansyy nuorilla. Nuorten 15–24-vuotiaiden kuolemansyistä itsemurhien osuus oli yli kolmannes. Itsemurhien osuus kuolemansyistä on nuorilla suuri osin siksi, että nuorten muu kuolleisuus on vähäistä.
- Nuorten itsemurhakuolleisuus on Suomessa eurooppalaisittain verrattuna korkeaa. Eurostatin vuoden 2015 tilastojen mukaan nuorten 15–24-vuotiaiden itsemurhakuolleisuus oli Suomea korkeampi vain viidessä maassa EU-maassa.



### Itsemurhat muuttujina Ikä, Vuosi, Tiedot ja Sukupuoli

	2017	
	Itsemurhat	
	Miehet	Naiset
15 - 19	24	8
20 - 24	48	22
25 - 29	62	15



# Koulusurmat Suomessa 2000-luvulla

- 2002 Myyrmanni: 7 kuollutta
- 2007 Jokela: 9 kuollutta
- 2008 Kauhajoki: 11 kuollutta
- 2012 Hyvinkää: 2 kuollutta
- 2019 Kuopio: 1 kuollut

- Mielenterveysongelmat ja koulukiusaamistausta
- Motiivina usein kosto → suunnitelmallisuus
- Kohdistetaan tuttuihin ihmisiin
- Usein julkaistaan manifesti etukäteen
- Radikalisoituminen
- Halu tulla nähdyksi ja kuulluksi ja että tapahtuma muistetaan
- Edellisten kouluampujien ihannointi
- Ihmisviha

# Pysäyttävä koulukiusaaminen järkytti – nyt puhuu opetusministeri: ”Yhden oppilaan siirto ei ole välttämättä ratkaisu”

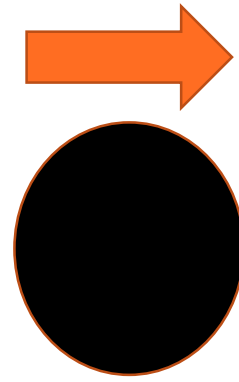
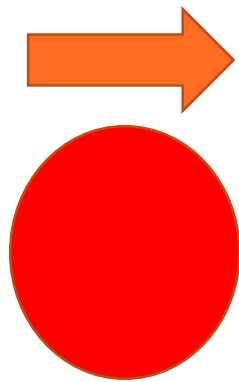
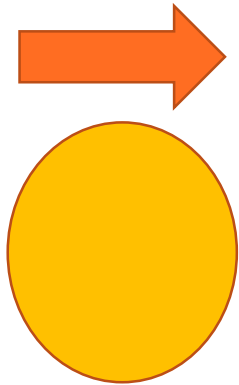


Li Andersson myöntää, että koulukiusaamisasia on hankala ratkaista, mutta yritystä pitäisi tehostaa. Ilta-Sanomat kertoi viikonloppuna tapauksesta, jossa oululaisäiti kertoi tyttärensä saamista viesteistä ja tähän kohdistuvasta kiusaamisesta. (KUVA: RONI REKOMAA / LEHTIKUVA)

Julkaistu: 10.9. 7:01

# Ammattilaisten aikajana

- Ennaltaehkäisevät toimenpiteet
- Kriisitilanteisiin puuttuminen ja selvittely
- Seuranta ja jälkihoito



# ”Kelpaat kelle vaan”

- <https://www.youtube.com/watch?v=0AgcEB1ul3Y>

# Kiusaamisen jälkihoito

- Kiusaaminen voi laukaista voimakkaan stressireaktion, joka hoitamattomana alkaa vaikuttaa elämään rajoittavasti
- Jälkihoito antaa mahdollisuuden työstää kokemusta. Se vähentää häpeän tunnetta, syyllisyyttä ja itsesyytöksiä
- Jälkihoito vapauttaa kokijan tunnetaakasta jolloin hän voi jatkaa elämäänsä eteenpäin

# Skeemat:

- Yksinäisyyden tunne; ”kukaan ei kuule minua”
- Ulkopuolisuuden tunne; ”en kuulu joukkoon”
- Itsensä vähättely; ”olen huono”
- Alistuneisuus; ”ei kukaan välitä minusta”
- Ylivalppaustila; ”kaikki tuijottaa mua”, ”kaikki tietää että olen mitätön”



# Jälkihoidon pääteemat:

- tieto
- turvallisuus
- kokemusten läpikäynti
- seuraukset (tunne, ajatus, toiminta)
- rajat
- voimavarat

# Jälkihoito

- Menneisyys/nykyisyys/tulevaisuus
- Muutosprosessi: uhri/ toimija /vaikuttaja
- Tunteet: suru, viha, katkeruus
- Vääristyneet ajatukset tai uskomukset itsestä tai muista
- Vireystilojen havainnointi
- Omien vahvuuksien tunnistaminen ja vahvistaminen
- Selviytymiskeinojen kartoitus ja opettelu



# Keinoja

## - ensisijaisesti kuuntelua ja kohtaamista

- Hengitysharjoitukset
- Turvapaikkaharjoitus ja mielikuvaharjoitukset
- Ryhmäytymisharjoitukset
- Keholliset vakautusharjoitukset
- Toiminnalliset harjoitteet
- Jana
- Tukiverkoston/ kiusaamisverkoston piirtäminen jne.
- Ei harjoituksia harjoitusten vuoksi, vaan syy ja tavoite

# Tunteiden käsittely ja purkaminen

- Puhuminen
- Tunnistaminen
- Lupa tuntea
- Kirjoittaminen
- Maalaaminen
- Urheilu/liikkuminen
- Muut luovat menetelmät

# Puh pah pelistä pois vai sittenkin...?

*"Tule, tule piiriin seikkimään sinäkin.*

*Valitse itselles ystävä uus.*

*Hans visi visi, hans sai sai.*

*Hans visi visi, hans sai sai.*

*Tottakai minäkin ystävän saan!"*

# Ota yhteyttä

Vastaava kriisityöntekijä Mari Mc Alester p. 0505151489

Kriisityöntekijä Jenni Heikkilä p. 0503550066

etunimi.sukunimi@setlementtitampere.fi

kiusatut@setlementtitampere.fi

# Ota yhteyttä

[www.kiusatut.fi](http://www.kiusatut.fi)

FB: Kiusatut

IG: kiusatut\_setlementti\_tampere

WhatsApp

Setlementti Tampere ry  
Nalkalankatu 12 G  
33200 Tampere