



Lasten ja nuorten väliseen kiusaamiseen puuttuminen urheiluharrastuksessa

Ohje valmentajalle

1. Puutu

Jos todistat lasten tai nuorten välistä konfliktia tai kiusaamistilannetta...

- a) Puutu välittömästi. Kerro, ettei harrastuksessa hyväksytä kiusaamista.
- b) Erotta lapset tai nuoret toisistaan, ja varmista, että kaikki ovat kunnossa.
- c) Pysy rauhallisena. Kerro lapsille tai nuorille, että asia selvitetään ja kaikki saavat kertoa tapahtuneesta yksitellen.
- d) Kannusta lapsia anteeksipyyntöön vasta sitten, kun olet selvittänyt tilanteen kokonaisuudessaan.

2. Kuuntele ja selvitä

Jos lapsi tai nuori kertoo sinulle kiusaamisesta, tai selvität juuri näkemääsi mahdollista kiusaamistilannetta...

- a) Usko kiusaamisesta kertovaa, ja ota asia vakavasti. Älä koskaan vähättele lapsen kokemusta kiusaamisesta.
- b) Pysy rauhallisena. Puhu kaikille mukana olleille lapsille tai nuorille yksityisesti, ja ilman syyttelyä. Pyri selvittämään mahdollisimman tarkasti mitä on tapahtunut. Jos mahdollista, pyydä toista valmentajaa pitämään harjoitukset, jotta voit jutella asianosaisten kanssa rauhassa.



- c) Kerro kiusaamisesta asianosaisten lasten tai nuorten vanhemmille. Selvitä, onko lapsi tai nuori puhunut asiasta kotona tai esimerkiksi ollut haluton lähtemään harjoituksiin.
- d) Puhu myös muille ryhmän tai joukkueen jäsenille yksitellen saadaksesi selville, ovatko he todistaneet kiusaamista.
- e) Kerro tilanteesta seuran johdolle, ja keskustele kurinpidollisista toimenpiteistä.
- f) Kirjaa ylös mitä on keskusteltu asianosaisten kanssa ja mihin toimenpiteisiin on päädytty.

3. Tue muutosta

Kun olet selvittänyt mitä on tapahtunut, voit puuttua kiusaamiseen ja pyrkiä lopettamaan sen. Kiitä henkilöitä, jotka toivat kiusaamisen esiin.

- a) Tue kiusaamisen kohdetta
 - Kuuntele kiusaamisen kohdetta ja vakuuta hänelle, että teet kaikkiesi auttaaksesi häntä.
 - Kerro kiusaamisen kohteelle, ettei kiusaaminen ole hänen syytään. Kukaan ei ansaitse tulla kiusatuksi.
 - Miettikää yhdessä, miten hän voisi toimia, jos kiusaamista tapahtuu uudestaan. Pohtikaa, voisiko hän esimerkiksi käskeä kiusaajia lopettamaan, yrittää poistua paikalta, tai kertoa valmentajalle.
 - Mieti yhdessä kiusaamisen kohteen ja hänen vanhempiansa/huoltajiensa kanssa, miten kiusaamisen saa loppumaan.
 - Kysy lapselta tai nuorelta, mitä voit tehdä, jotta hän tuntisi olonsa turvalliseksi. Huomioi, että muutokset kiusatun lapsen tai nuoren rutiiniin tulisivat olla mahdollisimman pienet.



b) Puhu kiusanneen/kiusanneiden kanssa

- Pysy rauhallisena, äläkä korota ääntäsi.
- Jos kiusaajat ovat ryhmä lapsia tai nuoria, puhuttele heitä erikseen. Keskustele jokaisen vastuusta omaan käytökseen.
- Selitä, miksi kiusaajan käytös on kiusaamista, ja miksi kiusaaminen on vahingollista kiusaamisen kohteelle sekä koko joukkueelle tai harrastusryhmälle. Muistuta, ettei kiusaaminen ole hyväksyttävää.
- Käytä minämuotoisia viestejä. "Minä en salli sitä, että joukkuekavereita kohdellaan tuolla tavalla." "Minun mielestäni se, mitä olet sanonut, ei ollut hauskaa. Olen yllättynyt, että sanoit niin." "Ymmärrän, että olet vihainen/turhautunut/väsynyt, mutta ei silti ole ok tönä/haukkua/levittää juoruja."
- Keskustele kiusanneen kanssa siitä, miksi hän on kiusannut. Yritä ymmärtää syitä kiusaamiseen. Kyse voi olla esimerkiksi ongelmista kotona. Jos tilanne kotona huolestuttaa sinua, voit ottaa yhteyttä oman alueen päivystävään lastensuojelun sosiaalityöntekijään ja kysyä neuvoa.
- Muita syitä kiusaamiseen voi olla halu kuulua porukkaan, kavereiden käytöksen kopioiminen tai paremmuuden tunteminen kohteeseen nähden. Kiusaajalla voi olla myös itsellään taustalla kiusaamiskokemuksia.
- Sovi, miten hän tai he muuttavat käyttäytymistään jatkossa.
- Älä leimaa lasta tai nuorta kiusaajaksi. Kaikenlaiset leimat voivat vaikeuttaa nuoren tai lapsen kasvamista ja käytöksen korjaamista.
- Pyri saamaan kiusannut mukaan korjaamaan tilannetta. Häntä voi pyytää kirjoittamaan anteeksipyyntökirjeen kiusatulle tai tekemään jonkin hyvän teon



joukkueelle. Häntä voi velvoittaa siivoamaan tai korjaamaan omaisuutta, jonka on tuhonnut.

- Kerro, että tilannetta seurataan, ja että hänellä on nyt mahdollisuus muuttaa käyttäytymistään.

4. Tarkista ja hae tukea

Tarkista muutaman viikon päästä kiusatulta, onko tilanne muuttunut. Jos tarvitset lisätukea, ota yhteys koulupsykologiin, koulukuraattoriin tai muihin ammattilaisiin, joilla on enemmän asiantuntemusta kiusaamisesta. Voit olla myös yhteydessä [Et ole yksin-palveluun](#).

5. Ennaltaehkäise uusiutumista

Käy läpi kiusaamisen ennaltaehkäisyn askeleet ryhmäsi kanssa. Käytä apuna valmentajan ohjetta kiusaamisen ennaltaehkäisyyn.

Lähteet:

Kivakoulu.fi (www.kivakoulu.fi)

Mannerheimin lastensuojeluliitto (<https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriiseihin/kiusaaminen/>)

Mannerheimin lastensuojeluliitto (<https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-ja-media/nettikiusaaminen/>)

Us Centre for safe sport. 2016. Preventing Bullying: What Great Coaches Need to Know.

www.playbytherules.net.au

www.terveurheilija.fi