



Kiusaamisen ehkäiseminen

Tukioppilastoiminnan koulutusmateriaalit



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO

Lapset ensin.

Julkaisija

Mannerheimin Lastensuojeluliitto
Toinen linja 17
00530 Helsinki

Käsikirjoitus

Eeva-Liisa Markkanen, nuorisotyön suunnittelija, MLL

Työryhmä

Kirsi Pihlaja
Terhi Rapeli
Juuso Repo

Ulkoasu

Hahmo

Taitto

Virma

Kuvat

Jarkko Mikkonen
Matti Matikainen
Keksi/Eva Persson

Paino

Hämeen Kirjapaino Oy, 2016



Julkaisua on rahoitettu Euroopan komission Daphne-ohjelman tuella. Komissio ei vastaa julkaisun sisällöstä.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto on avoin kansalaisjärjestö, joka edistää lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointia. MLL:n tavoitteena on lapsiystävällinen Suomi.

MLL tuntee perheiden arjen ja tarjoaa eri elämäntilanteissa vertaistukea, monipuolista vapaaehtoistoimintaa sekä osallistumisen ja vaikuttamisen mahdollisuuksia. Suomen suurimpaan lastensuojelujärjestöön kuuluu 87 000 jäsentä, 556 paikallisyhdistystä, 10 piirijärjestöä ja keskusjärjestö.

Vuosittain

- Lasten ja nuorten puhelin ja Nuortennetin kirjepalvelu vastaa noin 30 000 yhteydenottoon.
- Vanhempainpuhelin ja Vanhempainnetin kirjepalvelu vastaa noin 1 100 yhteydenottoon.
- Yläkouluissa toimii noin 12 000 MLL:n tukio-pilasta, internetissä nuoria tukee noin 20 verkkotukaria eli verkk@ria.
- Lähes 1 100 MLL:n kouluttamaa lastenhoitajaa työskentelee noin 5 000 perheessä.
- Yli 600 MLL:n kouluttamaa tukihenkilöä tekee työtä perheiden ja nuorten parissa.
- MLL ylläpitää yli 550 perhekahvilaa, joissa kokoonnutaan noin 15 500 kertaa.
- MLL:ssa toimii lähes 300 vertaisryhmää ja muuta aikuisten ryhmää.
- MLL:n kerhoissa käydään noin 511 000 kertaa.
- MLL järjestää koulujen alkaessa Hyvä alku koulutielle- ja Hyvä alku yläkouluun -kampanjat, joilla tavoitetaan yli 55 000 ekaluokkaisen ja noin 50 000 seitsemäsluokkaisen vanhemmat.

MLL tarjoaa kaikenikäisille mahdollisuuden osallistua työhön lasten hyväksi. MLL:n toiminnan perusta on paikallinen vapaaehtoistoiminta.

www.mll.fi

Sisältö

Tukioppilastoiminnan koulutusmateriaalit | s. 4

Tukioppilaat luovat hyvää henkeä | s. 6

Tavoitteet | s. 7

Myönteisten tavoitteiden edistäminen | s. 8

Ystävällisiä eleitä ja yhteisöllisyyttä | s. 9

Materiaalin sisältö | s. 10

Osio 1. Ryhmässä viihtyminen | s. 10

Osio 2. Yhteinen vastuu | s. 11

Osio 3. Pieniä suuria tekoja | s. 12

Osio 4. Me toimimme! | s. 13

Oman koulutuskokonaisuuden koostaminen | s. 14

Lähteitä | s. 14

Tukioppilastoiminnan koulutusmateriaalit

TUKIOPPILAIDEN KOULUTUS

- Koulutus tukee tukioppilaa valmiuksia toimia tehtävässään ja antaa välineitä toiminnan kehittämiseen.
- Toiminnallisen työskentelyn avulla tukioppilaa tarvitsemia taitoja voidaan harjoitella turvallisesti ja tavoitteellisesti.
- Koulutus ohjaa myös toiminnan yhteiseen suunnitteluun, arvioimiseen ja kehittämiseen.

Jokaiseen koulusmateriaaliin kuuluu

- Opasvihkonen
- Tehtäväkortit

Tulostettavat tehtäväkortit löytyvät verkosta:
mll.fi/tukioppilastoiminta.

Koulutusmateriaalin käyttö

Opasvihkossa on kunkin koulutusmateriaalin tavoitteet, asiiasältöön liittyvät taustatiedot ja ehdotukset työskentelytavoista. Aiheeseen liittyvät tehtäväkortit löytyvät netistä ja ne voi tulostaa käyttöönsä.

Jokainen koulutusmateriaali on laadittu kuuden oppitunnin mittaiseksi. Koulutusmateriaali on jaettu aiheittain pienemmiksi kokonaisuuksiksi, jotta koulutuksen voi jakaa useammalle eri kerralle. Tämä on tarpeen muun muassa silloin, kun tukioppilastoiminta on koulussa valinnaisaineena.

Koulutusmateriaaleista voi rakentaa oman koulutuskokonaisuuden yhdistämällä osia ja harjoituksia eri materiaaleista (I Tunne- ja vuorovaikutustaidot, II Ryhmän toiminta, III Kiusaamisen ehkäiseminen ja IV Mediakasvatus).

Jokaisessa tehtäväkortissa on toiminnallinen harjoitus ja sitä taustoittava teoriaosuus. Tehtäväkortit tukevat myös ohjaajaa rakentamaan juuri omalle ryhmälle ja omiin tavoitteisiin sopivan koulutuksen, sillä eri osioiden tehtäviä on helppo yhdistellä. Jokaiseen aiheeseen on useampi harjoitus, mikä lisää ohjaajan valinnanvapautta, ja omat painotukset on entistä helpompi huomioida.



KOULUTUSMATERIAALIEN AIHEET

Kiusaamisen ehkäiseminen

- Kiusaaminen ilmiönä
- Yhteinen vastuu
- Pieniä suuria tekoja
- Me toimimme!

Mediakasvatus

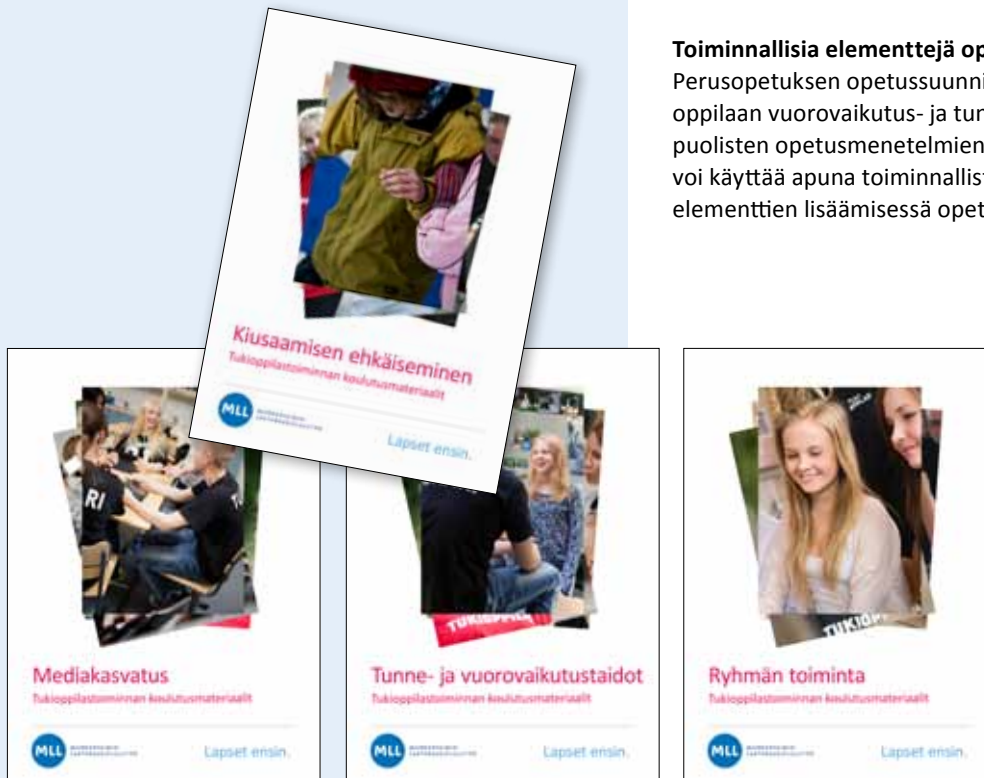
- Myönteinen netinkäyttö – parempi internet
- Vastuullinen, osallistuva ja vaikuttava nuori
- Yhteisöllisyys digiajan koulussa
- Eettisesti digikulttuurissa

Tunne- ja vuorovaikutustaidot

- Tunteiden nimeäminen, tunnistaminen ja ilmaiseminen
- Minäkäsitys ja itsetunto
- Empatiataidot
- Kunnioittava vuorovaikutus

Ryhmän toiminta

- Millainen on hyvä ryhmä?
- Ryhmän kehitysvaiheet ja ilmiöt
- Taitavaksi ryhmän ohjaajaksi
- Miten ryhmään voi vaikuttaa?



Materiaalien soveltaminen

Kummitunnit:

Monet tehtäväkorttien harjoituksista sopivat myös tukioppilaiden itsensä vetäminä kummitunneille. Kun tukioppilas valmistautuu kummitunnin pitämiseen, on tärkeää, että tukioppilas käy etukäteen tehtävän ohjaamiseen liittyvät kysymykset läpi. Esimerkiksi: ”Mitä minun tulee huomioida, kun ohjaan harjoitusta nuoremmille oppilaille?” ”Millaisia haastavia tilanteita harjoituksen yhteydessä voi nousta esiin?”

Tietoiskut:

Harjoituksista voi rakentaa lyhyen toiminnallisen tietoiskun tukioppilaskokoukseen tai -tapaamiseen.

Valinnanvapaus:

Materiaalista voi avainsanoja hyödyntämällä helposti poimia yksittäisiä harjoituksia täydentämään muita koulutuskokonaisuuksia.

KiVa-teemat:

Koulutusmateriaalin sisällöissä on paljon KiVa-koulun yläkoulu-materiaalin teemojen aiheita. Materiaalia voi hyödyntää KiVa-teemojen käsittelyssä ja tukioppilaita voi ottaa mukaan teemojen suunnitteluun ja toteutukseen.

Monikäyttöisyys:

Harjoitukset soveltuvat käytettäväksi eri oppiaineiden opetuksessa tai luokanohjaajan tunneilla sekä nuorisotyössä.

Toiminnallisia elementtejä opetukseen:

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa korostetaan oppilaan vuorovaikutus- ja tunnetaitojen tukemista sekä monipuolisten opetusmenetelmien käyttöä. Koulutuksen harjoituksia voi käyttää apuna toiminnallisten ja vuorovaikutuksellisten elementtien lisäämisessä opetukseen.

Tukioppilaat luovat hyvää henkeä

Tukioppilaiden toiminta kiusaamisen torjumiseksi perustuu ennaltaehkäisyyn, jossa keskitytään vahvistamaan koko yhteisön hyvinvointia. Myönteisille tavoitteille rakentuvan ennaltaehkäisevän työn lähtökohtana on luoda kouluun ilmapiiri ja toimintakulttuuri, jossa minkäänlainen toista loukkaava kohtelu ei ole sosiaalisten normien mukaan hyväksyttyä. Kiusaamista koskevien seurausten, sääntöjen ja rangaistusten sijaan huomio kiinnittyy vuorovaikutussuhteiden tukemiseen sekä oppilaiden oman toiminnan tukemiseen ja mahdollistamiseen niin, että jokainen oppilas voi tuntea itsensä tärkeäksi kouluyhteisön jäseneksi.

Kiusaamisen ehkäiseminen on yksi keskeisimpiä tukioppilastoiminnan tavoitteita. Kiusaaminen on ilmiö, jossa ryhmän jäsenillä on ratkaiseva rooli siinä, pääseekö kiusaaminen jatkumaan vai ei. Uhrin puolustaminen vähentää kiusaajan saamaa valtasemaa ryhmässä. Tukioppilaat voivat vaikuttaa ryhmädynamiikkaan huomioimalla kaikki oppilaat ja osoittamalla, etteivät hyväksy kiusaamista. Kiusaamisen kohteeksi joutuneen auttaminen voi olla pieniä eleitä ja tekoja: tervehtimistä käytävällä, rohkaiseva hymy ja kutsu osallistumaan yhteiseen tekemiseen tukaritunnilla, kuulumisten kysymistä ruokalassa. Samalla tukioppilaat voivat toimia esimerkkinä muille, jolloin koko ryhmään ja kouluyhteisöön voi levitä kiusaamista vähentävä ilmapiiri.

Kiusaamisilmiön haasteellisuutta lisää myös se, että netissä tapahtuva kiusaaminen kytkeytyy osaksi koulukiusaamista. On todettu, että oppilaat eivät aina uskalla kertoa aikuisille nettikiusaamiskokemuksistaan, koska eivät usko aikuisilla olevan kykyä ymmärtää heitä tai puuttua kiusaamiseen. Nuorten mediamaailma on suureksi osaksi aikuisten ulottumattomissa. Kiusaamisen vastaista työtä onkin tehtävä yhä tiiviimmin yhteistyössä oppilaiden kanssa. Tukioppilailta voi olla merkittävä rooli toisaalta kiusaamisilmiön tunnistajina ja toisaalta vertaisina antamassa esimerkkiä toista kunnioittavasta käytöksestä niin koulu- kuin mediaympäristöissäänkin. Tukioppilaat voivat myös toimia siltoina oppilaiden ja aikuisten välillä tuoden nuorten näkökulmaa esiin koulun kiusaamisen vastaisessa työssä.

Tukioppilaat ovat motivoituneita toimimaan kiusaamisen vastaisesti. He ovat usein lähteneet toimintaan mukaan voidakseen auttaa muita. MLL:n Tukioppilastoiminnan arviointitutkimuksen (2012) mukaan tukioppilaisiin kohdistuu kovia odotuksia kiusaamisen vastaisessa työssä. Tukioppilaiden vastauksista nousi esiin huoli ja riittämättömyyden tunteet siitä, etteivät he pysty tarpeeksi auttamaan kiusattuja ja yksinäisiä oppilaita.

On tärkeää, että tukioppilaiden kanssa keskustellaan heidän roolistaan kiusaamisen vastaisessa työssä ja tehdään näkyväksi se, miten heidän toimintansa luo kouluun positiivista henkeä. Myös se on tärkeää, miten laajaa tukioppilastoiminta koulussa on ja miten tukioppilaat ovat toisille oppilaille läsnä.

Arvioinnin mukaan niissä kouluissa, joissa 8.-luokkalaisten koki, että tukioppilaille on helppo mennä juttelemaan, tukioppilastoiminnan koettiin myös vähentävän kiusaamista paremmin. Vaikka tukioppilaiden rooli kiusaamisen vastaisessa työssä voi olla merkittävä, on tärkeää ymmärtää, että jo syntyneiden kiusaamistilanteiden selvittely on vaativaa ja aina aikuisen vastuulla.

i Lukuvuoden aloittava koulurauhan julistus

on hyvä tapa muistuttaa siitä, että kaikilla on oikeus viihtyä ja turvalliseen kouluympäristöön. Useissa kouluissa juuri tukioppilaat julistavat koulurauhan vuosittain koulujen alkaessa. Samalla tukioppilaat tekevät uusille 7.-luokkalaisten näkyväksi rooliaan kiusaamista ennaltaehkäisevässä työssä. Katso vinkejä koulurauhan julistamiseksi www.koulurauha.fi.



Tavoitteet

Tavoitteena on syventää tukioppilaiden ymmärrystä siitä, miten tukioppilaat voivat toimia loukkaavan kohtelun ja kiusaamisen vastavoimina, luoda kouluun hyvää ilmapiiriä, jossa kaikki tulevat huomioituiksi.

Tarkoituksena on vahvistaa tukioppilaiden roolia oman koulun kiusaamisen vastaisessa työssä ja kiusaamisen vastaisten normien luojina sekä kouluympäristössä että verkossa. Koulutusmateriaali tukee tukioppilaiden käsitystä siitä, että heidän omalla toiminnallaan on merkitystä koulun kiusaamisen vastaisessa työssä.

Kiusaamisen lisäksi koulussa esiintyy paljon muitakin loukkaavaa kohtelua, joka vaikuttaa kiusaamisen lailla oppilaiden viihtymiseen ja hyvinvointiin. Tällaisia ovat ikävät yksittäiset teot tai kouluun muodostuneet epäviralliset normit, jotka rajoittavat oppilaiden toimintamahdollisuuksia. Jos loukkaavaan kohteluun ei puututa eikä siitä puhuta koulussa, kehittyy siitä ennen pitkään kiusaamista. Myönteisiin tavoitteisiin – hyvinvoinnin tukemiseen ja jokaisen vastuuta korostavaan ilmapiiriin – keskittymällä voidaan ehkäistä myös muita kiusaamiseen liittyviä ilmiöitä, kuten syrjintää, häirintää ja vihapuhetta.

Materiaali antaa oppilaille konkreettisia välineitä siihen, miten voi tunnistaa ja vaikuttaa ryhmään syntyneisiin vuorovaikutusnormeihin ja pienten tekojen avulla osoittaa olevansa loukkaavaa kohtelua kokeneen tai kiusatun puolella. Koulutusmateriaali kannustaa myös pohtimaan, miten oppilaiden ääni tulee esiin koulun kiusaamisen vastaisessa työssä ja koulun suunnitelmassa kiusaamisen ehkäisemiseksi ja siihen puuttumiseksi.

Koulutus antaa tukioppilaalle valmiudet

- tunnistaa tekijöitä, jotka vaikuttavat oppilaiden hyvinvointiin, viihtymiseen ryhmässä ja siihen, miten jokainen voi omalla toiminnallaan vaikuttaa ryhmän ilmapiiriin,
- ymmärtää kiusaamista ilmiönä ja ryhmän osallisuutta siihen sekä ymmärtää, miten nettikiusaaminen on yhteydessä koulussa tapahtuvaan kiusaamiseen,
- pohtia ja harjoitella turvallisia keinoja tukea ja auttaa kiusaamista ja huonoa kohtelua kokenutta oppilasta,
- suunnitella tukioppilaiden toimintaa niin, että se lisää tukioppilaiden mahdollisuutta toimia kiusaamisen vastavoimina, luoden positiivista ilmapiiriä koulu yhteisöön ja
- tuoda tukioppilaiden kautta oppilaiden ääni kuuluviin koulun kiusaamisen vastaisessa työssä.

i Perusopetuslaki sekä Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki velvoittavat laatimaan suunnitelman oppilaiden suojaamiseksi väkivallalta, kiusaamiselta ja häirinnältä (Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki 13 § 2. mom. 4-kohta ja perusopetuslaki 29 § 3 mom. (1267/2013)). Opetussuunnitelman perusteiden (2014) mukaan suunnitelmassa on otettava huomioon sekä oppilaiden keskinäiset että oppilaiden ja aikuisten väliset vuorovaikutussuhteet koulussa. Miten tukioppilaiden toteuttama hyvää yhteishenkeä tukeva toiminta näkyy oman koulunne suunnitelmissa?



MUISTILISTA TUKIOPPILASOHJAAJALLE

- Kiusaamisen vastainen työ kouluissa on yhä systemaattisempaa, ja yläkouluun tultaessa oppilailla on usein jo paljon olemassa olevaa tietoa kiusaamisesta ilmiönä. Hyödynnä oppilaiden tietopohjaa ja kannusta heitä omien kokemusten sekä ratkaisuvaihtoehtojen pohtimiseen.
- Kiusaaminen on ryhmäilmiö. Huolimatta oppilailla usein olevista kiusaamisen vastaisista asenteista voi ryhmän epävirallisten kiusaamista ylläpitävien normien vastustaminen olla haasteellista. Tarjoa mahdollisuuksia harjoitella, miten erilaisissa tilanteissa voi käytännössä osoittaa tukevansa kiusattua.
- Tukioppilaat ovat usein lähteneet toimintaan mukaan juuri siksi, että he haluavat auttaa ja tukea muita oppilaita. Vahvista sitä, että oppilaat uskovat omiin kykyihinsä puolustaa toista. Kannusta ja korosta tukioppilaiden järjestämän toiminnan ja tempausten tavoitteita ja merkitystä siitä näkökulmasta, miten tärkeää se on kaikkien oppilaiden hyvinvoinnille.
- Kannustus ja rakentava palaute motivoivat tukioppilaita ja auttavat kehittämään omaa toimintaansa. Ohjaa oppilaita harjoitusten pohdintaan sekä opitun ja kokemusten arviointiin. Kannusta tukioppilaita arvioimaan toimintaansa ja huomioi onnistumisia.

Myönteisten tavoitteiden edistäminen

Nykytiedon mukaan kiusaaminen käsitetään ryhmäilmiöksi, jossa kiusaamista sivusta seuraavilla oppilailla on merkittävä rooli kiusaamisen mahdollistajina ja ylläpitäjinä. Ryhmän jäsenillä on erilaisia rooleja kiusaamisprosessissa. Rooleja ylläpitävät oppilaiden erilaiset asenteet, motivaatiot sekä ryhmän vuorovaikutussuhteet. Luokan ja kouluyhteisön asenneilmapiiri vaikuttaa merkittävästi kiusaamisen esiintymiseen. Tuloksellisinta kiusaamisen vastainen työ onkin silloin, kun siinä huomioidaan koko yhteisö ja tuetaan koulussa vallitsevien kiusaamisen vastaisten normien syntymistä. Kun kiusaamisesta saatava myönteinen palaute heikenee, vähenee myös kiusaajan motivaatio kiusata.

Alakoulusta yläkouluun siirtyminen on nuorelle suuri muutos niin sosiaalisen ympäristön kuin oman kehityksen näkökulmasta. Koulussa ei olekaan enää omaa tuttua luokanopettajaa, johon oppilaalla olisi säännöllinen kontakti, vaan opettaja vaihtuu oppitunnista toiseen. Nuoruusiän itsenäistymisvaiheessa ikätoverit tulevat erityisen tärkeiksi ja vertaisryhmään kuulumisen



i Oppilaiden osallisuus ja kiusaamisen ehkäisy

Tutustu koulun aikuisten kiusaamisen vastaisen työn sekä oppilaiden oman toiminnan yhdistämiseen MLL:n julkaisussa *Oppilaiden osallisuus ja kiusaamisen ehkäisy*. Opas sisältää työpajamallin, miten koulun omia hyvinvointikyselyn tuloksia voi käsitellä oppilaiden kanssa.

merkitys korostuu entisestään. Kavereiden kanssa harjoitellaan toisten huomioimista, empatiakykyä ja luottamusta toisiin ihmisiin. Samalla opitaan myös itsetuntemusta peilaamalla itseään kavereihin ja aikuisiin.

Kiusaaminen voi jäädä koulun henkilökunnalta huomaamatta. Yläkouluikäisillä kynnys kiusaamisesta kertomiseen on korkea. Kiusaaminen voi tuntua oppilaalta häpeälliseltä, sillä kaveriporukassa pärjääminen on tärkeää. Kiusaamisen salaaminen voi kertoa myös luottamuspulasta nuorten ja aikuisten välillä. Kiusaamisesta ei kerrota, koska ajatellaan, että aikuiset eivät kuitenkaan halua tai voi puuttua siihen. Myös pelko kiusaamisen pahentumisesta voi estää nuorta kertomasta kokemustaan kiusaamisesta.

Kiusaamisen tavat jaetaan usein suoraan kiusaamiseen, jolla tarkoitetaan suoraa psyykkistä tai fyysistä uhrin vahingoittamista, ja epäsuoraan kiusaamiseen, jolloin kiusaamisessa käytetään hienovaraisempia menetelmiä, kuten porukasta poissulkemista. Useissa tutkimuksissa on osoitettu, että suorasta kiusaamisesta on helpompi kertoa koulun aikuisille kuin epäsuorasta. Opettajat myös puuttuvat suoraan kiusaamisen herkemmin kuin epäsuoraan. Epäsuorasta kiusaamisesta voi olla vaikea kertoa aikuiselle, koska se ei jätä jälkeensä fyysisiä todisteita, kuten mustelmia tai rikkoutuneita tavaroita. Lisäksi oppilaan voi olla vaikea kuvata sitä, mitä oikeastaan on tapahtunut, kun kyse on pienistä hienovaraisista eleistä tai vuorovaikutusnormien rikkomisesta, kuten tervehtimättä jättämisestä. Kiusattu oppilas usein havaitsee epäsuoran kiusaamisen vaikutukset eli esimerkiksi sen, että kukaan ei halua olla hänen kanssaan, mutta ei välttämättä osaa kuvata, mikä sai hänet tuntemaan olonsa loukatuksi.

Oppilaiden keskuudessa vallitsee paljon kirjoittamattomia sääntöjä ja epävirallisia normeja, joista koulun aikuiset eivät välttämättä ole tietoisia. Nuoret näkevät toisten nuorten toimintaa eri tavoin kuin aikuiset, eivätkä tiedot siirry aikuisille itsestään. Nuorten ja aikuisten lähentyminen edellyttää toimivaa vuorovaikutusta oppilaiden ja opettajien välillä.

On olemassa sosiaalinen normi, jonka nuoret tuntevat sitovan heitä ja vaikuttavan heihin, vaikka he eivät välttämättä osaa kuvata, mikä on säännön alkuperä tai mistä asenne kumpuaa. Tukioppilaat voivat toimia siltana oppilaiden ja koulun aikuisten välillä. Ohjaajan tehtävänä on ohjata tukioppilaita keskustelemaan koulussa viihtymiseen vaikuttavista asioista ja miettimään yhdessä, miten vuorovaikutuskulttuuriin vaikuttavia asioita otetaan puheeksi oppilaiden ja aikuisten kesken.

Ystävällisiä eleitä ja yhteisöllisyyttä

Tutkimusten mukaan kiusattua nuorta auttavat ensisijaisesti sellaiset kiusaamisen puuttumisen tavat, jotka tarjoavat hänelle tukea ja rohkaisua. Erityisesti vertaisten tuki on yläkouluikäiselle nuorelle merkittävää, sillä juuri tässä ikävaiheessa vertaiset ovat se peili, jonka kautta saatavalla hyväksynnällä nuori piirtää kuvaa itsestään.

MLL:n tekemän kyselyn mukaan kiusattuja oppilaita auttoi ensisijaisesti hienovarainen muiden oppilaiden tarjoama sosiaalinen tuki; se, että joku istui viereen, moikkasi tai kysyi kuulumisia. Myös rohkaisevien viestien saaminen koettiin hyödylliseksi.

Taulukko 1.

Kiusaamista ja loukkaavaa kohtelua kokeneiden oppilaiden kokemukset muilta oppilailta saadusta tuesta.

Aineisto on kerätty MLL:n koordinoimassa Youth Participation in Bullying Prevention -hankkeessa, joka toteutettiin vuosina 2015–16. Vuorovaikutussuhteita, kiusaamista ja loukkaavaa kohtelua sekä aikuisten ja oppilaiden toimintaa kiusaamistilanteissa kartoittanut kysely toteutettiin neljässä koulussa eri puolella Suomea. Kyselyyn vastasi yhteensä 998 oppilasta.

Mitä muut oppilaat ovat tehneet, kun sinua on kiusattu tai kohdeltu loukkaavasti? (N=177)		
Toinen oppilas...		Siitä oli apua
jutteli, istui viereeni tai vietti aikaa kanssani.	57 %	70 %
lähetti minulle rohkaisevia viestejä.	53 %	65 %
antoi neuvoja, miten minun kannattaisi toimia.	55 %	58 %
auttoi pääsemään pois tilanteesta.	51 %	67 %
pyysi henkilöä/henkilöitä lopettamaan.	50 %	56 %
auttoi kertomaan aikuiselle.	41 %	47 %
kertoi aikuiselle.	41 %	39 %
teki jotain muuta.	12 %	
ei tehnyt mitään.	31 %	

Oppilaiden valmiuksia tukea toisiaan voidaan harjoitella. Kiusaamista sivustaseuraavien käyttäytymistä väitöskirjassaan tutkinut Virpi Pöyhönen on todennut, että kiusatun oppilaan puolustamiseen vaikuttavat useat yksilön sisäiset tekijät (empathiakyky, sosiaaliset kognitiot) ja yksilöiden väliset tekijät (oppilaan asema ryhmässä).

Myös luokkaympäristö vaikuttaa siihen, puolustavatko oppilaat kiusattua luokkatoveriaan. Pöyhösen tutkimuksen mukaan kiusattua oppilasta ryhtyy todennäköisimmin puolustamaan empatiakykyinen, herkästi toisen tunteita kokeva oppilas, jolla on hyvä itsetunto. Lisäksi pystyvyydellä, eli sillä, että kiusattua puolustava oppilas uskoo omaan kykyihinsä puolustaa toista, on iso merkitys. Kuitenkaan oppilaan omat ominaisuudet eivät yksin vaikuta. Ryhmän ominaisuuksilla on huomattava merkitys, miten oppilaat käyttäytyvät kiusaamista nähdessään.

Tukioppilaiden kanssa on tärkeä pohtia, miten monin tavoin kiusattua oppilasta voi tukea. Kaikki oppilaat eivät ole sellaisia, että he voisivat mennä kiusaamistilanteessa suoraan väliin selvittämään tilannetta. Eikä näin tarvitse ollakaan. Menemällä väliin oppilas asettaa myös itsensä alttiiksi kiusaamiselle. Suora puuttuminen voi joskus olla vaarallistakin. Tilanteiden jälkeen kiusattua voi tukea ystävällisellä käytöksellä, huomioimalla pienin teoin, vaikkapa kysymällä kuulumisia käytävällä.

Tukioppilaiden yhteisöllisyyttä edistävä toiminta tiivistää parhaimmillaan yhteisöä niin, että ryhmän ulkopuolelle jäänyt tai kiusaamista kokenut oppilas voi tuntea kuuluvansa porukkaan. Kiusaamisen vastaisessa työssä oppilaiden omaehtoisen hyvää yhteishenkeä edistävän toiminnan arvo on nimenomaan siinä, että se tarjoaa mahdollisuus kohtaamisiin ja oppilaiden välisen positiivisen vuorovaikutuksen vahvistamiseen. Tukioppilaita tuleekin haastaa pohtimaan, miten heidän toiminnastaan luotaisiin sellaista, että kaikki voisivat osallistua ja tuntea kuuluvansa porukkaan.

Materiaalin sisältö

1. Osio Ryhmässä viihtyminen

Tukioppilaiden koulutusmallin ensimmäinen osio koostuu koulussa viihtymistä ja ryhmän vuorovaikutuskulttuuria tarkastelevista harjoituksista. Tukioppilaiden on tärkeää tunnistaa koulussa viihtymiseen ja ryhmän toimintaan vaikuttavia tekijöitä ja tarkastella näitä eri näkökulmista.

Yleisesti hyväksytyyn kiusaamisen määritelmän mukaan kiusaaminen on tahallista ja toistuvaa toiseen henkilöön kohdistuvaa kielteistä käyttäytymistä ja vallan ja voimasuhteiden väärinkäyttöä. Keskustelua määritelmästä tarvitaan, jotta voidaan luoda yhteistä näkemystä siitä, millaisia toimia kiusaamisen ehkäisemiseksi tarvitaan. Kuitenkin tiukka kiusaamisen määritelmä saattaa rajata ilmiön joitakin puolia pois. Kiusaamisesta keskusteltaessa on huomioitava yksilölliset kokemukset, vaikutukset ja seuraukset.

Sen sijaan, että pohdittaisiin mikä on kiusaamista ja mikä ei, on tärkeä suunnata keskustelua siihen, millaiset tilanteet ja teot voivat tuntua koulussa loukkaavalta kohtelulta ja mikä ryhmän toimintaan vaikuttaa. Miksi jossakin ryhmässä on mukava ilmapiiri, toisessa taas paljon muiden arvostelua? Mistä syntyvät ryhmän kirjoittamattomat säännöt, epäviralliset normit ja miten niihin voi vaikuttaa?

Vaikka koulutuksen tavoitteena on kiusaamisen mekanismien ymmärtäminen, kannattaa tukioppilaista ohjata pohtimaan aihetta myönteisten tavoitteiden kautta. Keskittyminen pelkästään kiusaamisen käsittelyyn supistaa näkökulmaa ja vie ajatukset ennaltaehkäisevästä hyvästä ilmapiiristä edistävästä toiminnasta kiusaamisen seurausten pohdintaan.

Hyvää ilmapiiriä ja vuorovaikutuskulttuuria tarkastellessa jokaisella on mahdollista käsitellä aihetta omista kokemuksistaan. Jokainen oppilas tunnistaa varmasti ryhmän toiminnassa tilanteita, jotka vaikuttavat hyvinvointiin ja viihtymiseen. Omiensa kokemusten pohdinta toimii tukena, kun pyritään ymmärtämään kiusaamista, loukkaavaa kohtelua tai yksinäisyyttä tuntevaa oppilasta.

Ensimmäisen osion harjoituksissa mietitään aluksi omia vahvuuksia tukioppilaana. Seuraavaksi pohditaan, millaiset asiat ovat mieluisia omassa koulussa ja tekevät koulusta itselle viihtyisän paikan. Tämän jälkeen käydään läpi oman koulun vuorovaikutuskulttuuriin ja ryhmän toimintaan liittyviä asenteita ja kiusaamisilmiötä sekä luodaan yhteistä käsitystä siitä, mitä kiusaaminen oikeastaan on ja minkälaisia mekanismeja ilmiön taustalla vaikuttaa. Lopuksi käsitellään vuorovaikutusta media-ympäristöissä ja pohditaan netissä tapahtuvaa kiusaamista ja loukkaavaa kohtelua.

Osioon kuuluvat harjoitukset ja avainsanat:

Harjoitukset

- 317. TUKIOPPILAAN KÄYNTIKORTTI
- 301. MINÄ MEIDÄN KOULUSSA
- 302. ASENNETESTI TAI
- 303. NELJÄ NURKkaa
- 304. SEURATAAN LIKETTÄ TAI
- 305. PIIRISTÄ POIS
- 318. YHTEISTYÖHAASTE: KALTEVA TORNI
- 306. VAKAVUUSMITTARI

Avainsanat

- Koulussa viihtyminen
- Kiusaamisen määritelmä
- Kiusaamisen vastaiset asenteet



2. Osio Yhteinen vastuu

Oppilaat ilmoittavat usein, että he eivät hyväksy kiusaamista, mutta ryhmässä tulee helposti toimittua toisin ja tavalla, jota ei itse hyväksy. Ryhmä vaikuttaa voimakkaasti yksilön käyttäytymiseen. Huolimatta oppilaiden kiusaamisen vastaisista asenteista voi ryhmän epävirallisten kiusaamista ylläpitävien normien vastustaminen olla haasteellista.

Ilmiön taustalla on sosiaalipsykologiassa joukkoharhaksi (pluralistic ignorance) kutsuttu ilmiö: vaikka oppilaat eivät itse hyväksyisi kiusaamista, he kuvittelevat kaikkien muiden hyväksyvän ja jopa pitävän käyttäytymistä hauskana, mistä syystä eivät itsekään toimi nähdessään loukkaavaa kohtelua. Joukkoharhaa puretaan parhaiten tuomalla esiin oppilaiden kiusaamisen vastaisia asenteita. Tukioppilaat voivat kummitunneilla, teemapäivillä ja muissa tapahtumissa olla esimerkkinä muille ja levittää oikeaa asennetta.

Kiusaamisesta vain pieni osa tulee koulun aikuisten tietoon. Kiusaaminen voi tuntua oppilaasta häpeälliseltä, sillä kaverialueporukassa pärjääminen on tärkeää. Myös pelko kiusaamisen pahentumisesta voi estää nuorta kertomasta kiusaamisesta. Kiusaamisen salaaminen voi kertoa myös nuorten ja aikuisten välisestä luottamuspulasta. Kiusaamisesta ei kerrota, koska ajatellaan, että aikuiset eivät kuitenkaan halua tai voi puuttua siihen. Oppilaat eivät välttämättä koe aikuisten puuttuvan kiusaamiseen tehokkaasti.

Koulun johdonmukaiset toimintatavat vaikuttavat merkittävästi kiusaamisen ehkäisyyn. Tukioppilaiden koulutuksessa on hyvä käydä läpi oman koulun toimintamalli kiusaamisen ehkäisemiseksi ja siihen puuttumiseksi sekä pohtia yhdessä, miten tukioppilaat voisivat viestiä toimintamallistaan muille koulun oppilaille.

Kiusatun puolustamisen ei tarvitse olla suoraa kiusaamislanteeseen väliinmenoa, vaan usein nimenomaan pienet ystävälliset teot ja huomiointi on tehokkainta. Ystävällinen käytös luo koko kouluyhteisöön hyvää mieltä.

Toisen koulutusosion ensimmäisissä harjoituksissa tarkastellaan omaa toimintaa ryhmässä. Harjoituksissa keskitytään koko ryhmän yhteistyötä vaativaan toimintaan. Seuraavissa harjoituksissa ideoidaan ja kokeillaan konkreettisia keinoja, miten puolustaa kiusaamista tai loukkaavaa kohtelua kokenutta oppilasta erilaisissa tilanteissa. Videon avulla kerrataan pienten eleiden tärkeyttä. Lopuksi käydään läpi oman koulun suunnitelmaa kiusaamisen ehkäisemiseksi ja siihen puuttumiseksi, mitä tehdään ymmärrettäväksi erilaisilla visuaalisilla menetelmillä.



Osioon kuuluvat harjoitukset ja avainsanat:

Harjoitukset

- 319. SPAGETTITALO
- 307. KURJIA TILANTEITA KOULUSSA
- 308. HAAKSIRIKKO
- 309. VIDEO: SINÄ VOIT AUTTAA
- 320. MITEN MEIDÄN KOULUSSA TOIMITAAN?

Avainsanat

- Kiusatun puolustaminen
- Yhteishenki
- Empatian osoittaminen

Materiaalin sisältö

3. Osio Pieniä suuria tekoja

Pienillä teoilla on ryhmän ilmapiirille ja toiminnalle valtavan suuri merkitys. Pienillä merkitseville katseilla, kommentteilla ja eleillä voi vaikuttaa ryhmän toimintaan joko myönteisesti tai kielteisesti. Tukioppilaat voivat luoda yhteisöön hyvää henkeä ja positiivisia vuorovaikutusnormeja osoittamalla pienin teoin tukeaan.

Omien tunteiden nimeäminen ja tunnistaminen on tärkeä empatiataitojen harjoittelun edellytys. Empatia on sitä, että osaa ja haluaa asettua toisen rooliin, tunnistaa toisen tunteet ja osaa vastata toisen tunteisiin. Empatia on lohduttamista, piristämistä, kannustamista ja tukemista. Empatiaa on myös ymmärtää sanojen kanssa ristiriitaisten eleiden ja ilmeiden viestejä. Aina empatian osoittamiseen ei tarvita sanoja, pelkkä lähellä oleminen riittää. Empatia rakentuu itsetuntemukselle. Mitä paremmin ihminen ymmärtää omia tunteitaan, sitä taitavampi hän on lukemaan muiden mielialoja. Empatiataidolla on olennainen merkitys sosiaalisten tilanteiden sujuvuudelle.

Kolmannen osion harjoituksissa tehdään näkyväksi yhteistä vastuuta yhteisön hyvinvoinnista sekä harjoitellaan vuorovaikutusta ja sanatonta viestintää. Empatiataitoja pohjustetaan omien tunteiden tunnistamiseen ja kuvaamiseen liittyvällä pienryhmätehtävällä. Harjoitukset ohjaavat myös miettimään sitä, minkälaista kohtaamista ja tukea on helpoin

Osioon kuuluvat harjoitukset ja avainsanat:

Harjoitukset

- 310. UNISSAKÄVELIJÄT JA YÖVAHTI TAI
- 311. KIIREKÄVELY
- 312. SYLISTÄ SYLIIN
- 321. OMIEN TUNTEIDEN ALIAS
- 322. MIKÄ MINUA LOHDUTTAA?
- 313. MIELIKUVATARINA: TÄNÄÄN RUOKALASSA
- 323. ROHKASEVIA VIESTEJÄ

Avainsanat

- Vastuunotto
- Toiset huomioiva käytös
- Katsekontakti
- Empatia

vastaanottaa. Eläytymistarina kannustaa pohtimaan, miksi tukea on joskus vaikea osoittaa toiselle. Lopuksi ideoidaan erilaisia tapoja toimia silloin, kun loukkaavaa kohtelua tapahtuu mediaympäristöissä.





4. Osio Me toimimme!

Tukioppilaat järjestävät koulussa monenlaisia tapahtumia, joiden tavoitteena on hyvän yhteishengen edistäminen ja kiusaamisen ehkäisy. Tapahtumien tavoitteita ja tukioppilaiden toimintatapoja on hyvä ajoin pysähtyä tarkastelemaan, jotta ne toimivat niille asetettujen tavoitteiden suuntaisesti.

Neljännän osion harjoituksissa arvioidaan nykyistä toimintaa ja ideoidaan uusia keinoja, joilla tukioppilaat voivat edistää koulun yhteishenkeä. Harjoituksissa suunnitellaan teemaan liittyvä kummitunti nuoremmille oppilaille. Kummitunnin suunnittelua ohjaa kysymys siitä, voisiko oppilaiden oma aktiivinen toiminta koulussa kiusaamisen ehkäisemiseksi olla tehokasta pelkästään myönteisistä tavoitteista käsin. Voisiko kiusaamista ehkäiseviä oppitunteja nuoremmille oppilaille pitää ilman, että niitä erikseen nimetään kiusaamista ehkäiseviksi?

Tuloksellisen kiusaamista ennaltaehkäisevän työn tulee olla tietoista ja suunnitelmallista. Toimintaa ohjaavien aikuisten on tärkeä tietää, millaista tietoa oppilaat tarvitsevat ilmiön ymmärtämiseen ja oman toiminnan pohtimiseen. Tukioppilasohjaajan tulee kannustaa oppilaita miettimään, miten oppitunneilla voidaan hyvää yhteishenkeä edistävien tehtävien avulla käsitellä ryhmän toimintaan liittyviä lainalaisuuksia, ryhmään syntyneitä normeja, jokaisen oman toiminnan ja käyttäytymisen vaikutusta ilmapiiiriin ja mitä jokainen voi tehdä, jotta kaikilla ryhmän jäsenillä olisi mukava olla. Jokaisen vastuuta ja muiden kunnioittamista korostava oppitunti voi olla tavoitteiltaan kiusaamista ennaltaehkäisevä, vaikka asioita ei käsiteltäisi ensisijaisesti kiusaamisen ehkäisy

Osioon kuuluvat harjoitukset ja avainsanat:

Harjoitukset

- 324. KUNNIOITTAVA KOHTAAMINEN – KUMMITUNNIN SUUNNITTELU
- 314. ARVIOIDAAN TUKIOPPILASTOIMINTAA
- 315. TUKIOPPILAIEN TOIMINNAN SUUNNITTELU
- 316. KIRJE OPPILASHUOLTORYHMÄLLE

Avainsanat

- Toiminnan arviointi
- Oppilaiden osallisuus
- Ideointimenetelmät

edellä. Laajempi kunnioittavan kohtaamisen käsittely ei myöskään sulje ketään pois tai leimaa kiusattua.

Lopuksi kirjoitetaan viestejä tukioppilailta koulun aikuisille ja pohditaan, millaisia asioita koulun vuorovaikutussuhteista olisi hyvä tuoda koulun aikuisten tietoon. Nuorten ääntä tarvitaan kiusaamisen vastaisessa työssä.

Oman koulutuskokonaisuuden koostaminen

Tukioppilastoiminnan koulutusmateriaaleihin kuuluvat toiminnalliset harjoitukset löytyvät tehtäväkortteina tukioppilastoiminnan verkkosivuilta osoitteesta www.mll.fi/tukioppilastoiminta.

Tehtäväkorteissa on neljä eri teemaa:

- Tunne- ja vuorovaikutustaidot
- Ryhmän toiminta
- Kiusaamisen ehkäiseminen
- Mediakasvatus

Jokaisen teeman alla tehtäväkortit on jaettu aiheittain pienemmiksi kokonaisuuksiksi, niin että niitä yhdistelemällä on mahdollista koota juuri oman ryhmän tarpeisiin sopiva koulutus.

Kaikissa teemoissa ensimmäiset kaksi ensimmäistä osiota keskittyvät ensisijaisesti tukioppilastaan omien taitojen ja tietojen tunnistamiseen ja vahvistamiseen. Kaksi jälkimmäistä teemaa puolestaan ohjaavat tukioppilasryhmän toiminnan kehittämiseen.

Kokonaisuudessaan jokaiseen kokonaisuuteen kuuluvista harjoituksista muodostuu noin kuuden tunnin mittainen koulutuskokonaisuus. Harjoituksia voi käyttää myös yksittäin, esimerkiksi tukioppilaskokouksen aluksi teemaan virittämässä sekä luokanvalvojan tunneilla toiminnallisina elementteinä tai keskustelun herättäjänä.

Ylätunniste kertoo harjoituksen **TEEMAN**

Otsikko kertoo osion **HARJOITUKSEN**

Alaotsikko kertoo, mihin **OSIOON** harjoitus kuuluu.

Tietolaatikko kertoo perustiedot harjoituksen tavoitteesta ja tarvittavista välineistä.

Kääntöpuolen taustatesti auttaa harjoituksen vetäjää yhdistämään harjoituksen koulutuksen tavoitteisiin ja antaa taustatietoa harjoituksen taustalla olevasta teoriasta.

Lähteitä:

- Davis S. & Nixon Charisse L. 2014. Youth Voice Project. Students Insight into Bullying and peer mistreatment. Research Press Publishers.
- Herkama S. 2012. Koulukiusaaminen. Loukkaavat vuorovaikutusprosessit oppilaiden vertaissuhteissa. Jyväskylä Studies in Humanities.
- Kärnä, A., Voeten, M., Poskiparta, E., & Salmivalli C. 2010. Vulnerable children in varying classroom contexts:

Bystanders' behaviors moderate the effects of risk factors on victimization. Merrill-Palmer Quarterly 56, 261–282.

- Pöyhönen V. 2013. Defending behavior in bullying situations. Tutun yliopiston julkaisuja 367.
- Smith P. K. 2012. Cyberbullying: Challenges and opportunities for a research program – A response to Olweus 2012. European journal of Developmental Psychology.



Koulutusaineisto sisältää tietoa ja harjoituksia kiusaamisen ehkäisystä sekä oppilaiden osallisuudesta kiusaamisen vastaiseen työhön. Koulutuksessa käsitellään tukioppilaan roolia kiusaamisen vastaisessa työssä sekä keinoja osoittaa tukea ja luoda positiivista ilmapiiriä kouluun. Aineistoon liittyy tehtäväkortteja, jotka voi ladata osoitteesta www.mll.fi/tukioppilastoiminta. Tukioppilastoiminnan lisäksi tehtäväkortteja voi hyödyntää perusopetuksessa ja nuorisotyössä.



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO

