



Mattila Maija

Tunnetaitojen merkitys koulukiusaamisen ehkäisyssä

Kandidaatintutkielma
KASVATUSTIETEIDEN TIEDEKUNTA
Luokanopettaja
2021

Tässä narratiivisessa kirjallisuuskatsauksessa tarkastellaan tunnetaitojen merkitystä koulukiusaamisen ehkäisyssä. Tutkielman tavoitteena on saada tietoa ovatko tunnetaidot merkityksellisiä, tarpeellisia ja hyödynnettäviä niitä ja niiden opetusta koulukiusaamisen ehkäisyssä. Hyödynnän tutkielmassani esi- ja alkuopetuksessa paljon käytettyjä koulukiusaamisen ehkäisy menetelmiä, Pikiä ja KiVa-koulu ohjelmaa.

Hyvien ihmissuhdetaitojen yksi tärkeimmistä kokonaisuuksista on vuorovaikutustaidot. Hyvät vuorovaikutus taidot auttavat monissa tilanteissa. Niiden avulla voidaan solmia ystävyys-suhteita, saadaan myönteistä huomiota, pärjätään sekä menestyään ryhmätyötilanteissa sekä ylipäätään päästään elämässä eteenpäin. Vuorovaikutuksessa toisten lasten kanssa lapsi oppii neuvottelemaan leikin säännöistä, odottamaan omaa vuoroaan ja ottamaan uusia kavereita mukaan leikkiin. Monet myöhemmin elämässä tarvittavat vuorovaikutustaidot ovat läsnä myös alle kouluikäisten lasten vertaissuhteissa.

Tunnetaidot ovat taitoa tiedostaa, tunnistaa ja elää tunteiden kanssa tasapainossa, taitoa huomata, vaalia ja vahvistaa myönteisiä tunteita, taitoa kohdata, hyväksyä, ymmärtää ja ratkaista vaikeita tunteita sekä taitoa ymmärtää ja eläytyä toisten tunteisiin, eli kokea myötätuntoa sekä empatiaa. Kyky empatiaan ja myötätuntoon on merkittävä tunnetaito, joka lisää yhteyttä toisiin ja luo turvallisuuden tunnetta niin itselle kuin muille. Lasten tunnetaidoilla tarkoitetaan sitä, kuinka lapsi oppii ilmaisemaan, ymmärtämään, havaitsemaan ja säätelämään tunteita. Tunnetaitoja voi opettaa ja oppia.

Koulukiusaamisen määritelmä on: ”yksilöä kiusataan tai hän on kiusaamisen uhri, jos hän on toistuvasti tai pidempään alttiina yhden tai useamman muun henkilön negatiivisille teoille”. Koulukiusaaminen on ryhmäilmiö, jossa osallisena on muitakin kiusaaja ja kiusattu.

Jos lapsi ei opi säätelämään tunteitaan, voi lapsella esiintyä vaikeuksia sosiaalisissa suhteissaan, joista taas voi syntyä lapselle ongelmia toimia vertaistensa kanssa. Tutkimukset osoittavat, että vahvaan tunteiden hallintaa ilmentävät käyttäytymismallit ja strategiat lapsena, ennakoivat suostuisaa kehitystä aikuisena. Sama pätee toisinpäin: heikko tunteiden hallinta ja sen mukaiset käyttäytymisstrategiat ennakoivat jossain määrin elämänkulun hankaluuksia.

Avainsanoina tutkielmaa tehdessäni käytin: tunnetaidot, tunnetaidot peruskoulussa, vuorovaikutustaidot, koulukiusaaminen, koulukiusaamisen ehkäisy, bullying, emotional skills, interaction skills, emotional skills in elementary school.

Sisältö

Johdanto	5
1. Työn tavoite ja tutkimuskysymys	7
1.1. Tutkimuskysymys	7
1.2. Menetelmät ja aineisto.....	7
1.3. Aineisto analyysi	8
1.4. Luotettavuus ja eettisyystarkastelu.....	8
2. Vuorovaikutustaidot.....	10
2.1. Vertaissuhdetaidot	11
2.2. Tunnetaidot.....	12
2.3. Myötätuntotaidot	13
3. Tunnetaidot ja kiusaaminen	15
3.1. Kiusaaminen tapahtuu ryhmässä.....	17
4. Malleja koulukiusaamisen ehkäisyyn	20
4.1. Kiva-koulu	20
4.2. Pikitoimintamalli	22
5. Pohdinta.....	24
Lähteet.....	26

Johdanto

Valitsin tutkimukseni aiheeksi tunnetaitojen merkityksen koulukiusaamisen ehkäisyssä. Koulukiusaaminen on ajankohtainen aihe, sitä se on valitettavasti ollut jo vuosia, jos ei vuosikymmeniä. Tunnettuna esimerkkinä Helsingin Koskelassa tapahtunut koulukiusaaminen, joka johti yhden nuoren kuolemaan ja epäilemättä useamman nuoren loppuelämän tuhoutumiseen. On vaikea ymmärtää, miten nuoret ja lapset voivat hakata toisensa hengiltä tai satuttaa peruuttamattomasti sanallisesti, vuodesta toiseen, eivätkä aikuiset, koulut tai vanhemmat onnistu estämään näitä tapahtumia. Ilmiö ei ole uusi. Olwaus (1992, 1) mainitsee, että sitä on ollut varmasti aina. Jokaisesta ikäluokasta 10 % kokee kiusaamista koulussa (Hamarus, Holmberg-Kalenius, Salmi, 2015). Kiusaaminen vaikuttaa aina niin kiusaajan, kuin kiusatun kasvuun ja kehitykseen kokonaisvaltaisesti sekä psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin. Kiusaaminen vaikuttaa myös aina koko lapsiryhmään negatiivisesti. Kiusaamisella voi olla pitkät vaikutukset lapsen elämään. (Kirves –Stoor-Grenner 2010: 1.)

Koulukiusaamista itsessään on tutkittu paljon. Tämän vuoksi rajasin näkökulmaan nimenomaan tunnetaitoihin, mikä on niiden merkitys, kun koulukiusaamista ehkäistään ja siihen puututaan. Jo alle kouluikäiset lapset kiusaavat ja torjuvat toisia lapsia. Tällä tarkoitetaan haitallista ja epätasapainoista vuorovaikutusprosessia, jossa lapsi on toistuvasti yhden tai useamman vertaisen loukkaamisen, satuttamisen tai torjumisen kohteena pystymättä puolustautumaan tai vaikuttamaan saamaansa kohteluun (Laaksonen, 2014.) Vertaisista tai vertaisuhteista puhuttaessa tarkoitetaan lapsen kanssa samanikäisten tai kehitykseltään samalla tasolla olevien lasten ryhmää (Repo, 2016).

Jokaisella ihmisellä on tunteita ja ne näyttäytyvät eri tilanteissa eri tavalla. Tunne on minussa, mutta tunne en ole minä itse. Tunteiden lisäksi toimintaan vaikuttavat oma tahto ja järki. Jokaisen tulisi kyetä ottamaan vastuu omista teoistaan, vaikka minkälainen tunnetila olisi päällä. Omia tunteita voi oppia hallitsemaan. (Cacciatore 2007: 168.) Myönteiset tunteet saavat lapset käyttäytymään ystävällisesti muita kohtaan ja samoin negatiiviset tunteet saavat lapset käyttäytymään ei-toivotulla tavalla. Kuitenkin negatiiviset tunteet saavat lapset yrittämään entistä enemmän ja opettavat lapsille kuinka jatkossa tulisi käyttäytyä tietyn tunteen tullessa pinnalle. (Kokkonen 2017, 13.) Tunne, spontaani reaktio johonkin, syntyy ajattele-

malla tai kohtaamalla jokin tietty asia, henkilö tai paikka. Tunteiden tehtävä on viestittää jotakin. (Nurmi, 2013, s. 16.)

Koulukiusaamista kitketään uusin keinoin – tutkimuksessa lapsille näytetään kuvitteellisia puhutteluvideoita ja etsitään tunnekyelmiä piirteitä (Yle, <https://yle.fi/uutiset/3-11875010>). On kuitenkin olemassa jo tunnettuja toimintamalleja, joita hyödynnetään paljon kouluissa ja varhaiskasvatuksessa. Näistä esimerkkeinä ovat muun muassa PIKI-toimintamalla ja Kiiva-koulu. PIKI-toimintamalli perustuu ajatukseen siitä, että pienten lasten kiusaamisessa on kyse puutteista vuorovaikutus- ja itsesääätelytaidoissa (<http://www.pikitoimintamalli.fi/>).

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (POPS 2014) sanotaan, mitkä ovat peruskoulussa opettavien tehtävät, tavoitteet ja tarkat sisällöt. Tunteiden sääntelyn taitojen opettaminen on kirjattu opetuksen tavoitteiksi liikunnan ja terveystiedon oppiaineisiin. Alakoulussa terveystieto on yhdistetty ympäristöoppiin. (Kokkonen, 2017; POPS 2014.) Laura Repo huomauttaa teoksessaan *Pienet lapset ja kiusaaminen* (2015), että perusopetuslaissa edellytetään, että opetuksen järjestäjän on suojattava oppilaat väkivallalta, kiusamiselta ja häirinnältä. (2013/1267, 29§.) Perusopetuslaissa ei kuitenkaan ole määritelty koulukiusaamista, vaan se määrittyy turvallisen oppimisympäristön kautta. (Repo, 2015.)

1. Työn tavoite ja tutkimuskysymys

Toteutan kandidaatintutkielmani kirjallisuuskatsauksena, jonka avulla pyrin löytämään vastaukset asettamiini tutkimuskysymykseeni. Lisäksi käyn läpi mitä tunnetaidoilla, vuorovaikutustaidoilla sekä koulukiusaamisella tarkoitetaan.

1.1. Tutkimuskysymys

Valitsin tutkimuskysymykseksi Miten koulukiusaamista voidaan ehkäistä tunnetaitoja parantamalla? Menetelmissä tarkastelen KiVa-Koulumenetelmää ja Pikitoimintamallia. Valitsin nämä toimintamallit erityisesti siitä syystä, että ne niitä hyödynnetään paljon suomalaisessa peruskoulussa ja ne ovat molemmat käytössä erityisesti esi- ja alkuopetuksessa. Olen valinnut painopisteeksi juuri alkuopetuksen, sillä tunnetaitoja suositellaan kansainvälisesti opetettavan jo päiväkodissa (Zins, Bloodworth, Weissberg & Wahlberg 2004), ja taitoja kannattaa tukea edelleen esikoulussa ja ensimmäisinä kouluvuosina (Webster-Stratton & Reid 2004).

1.2 Menetelmät ja aineisto

Tämän kandidaatintutkielma on toteutettu laadullisena kirjallisuuskatsauksena. Tutkielman tutkimusmenetelmänä toimii narratiivinen kirjallisuuskatsaus. Salmisen (2011) mukaan kuvaileva kirjallisuuskatsaus voidaan toteuttaa narratiivisesti tai integroivasti. Kirjallisuuskatsaukseen on valittu narratiivinen kirjallisuuskatsaus, koska tavoitteena on vastata tutkittavaan aiheeseen laajasti, sekä tehdä tutkielmasta mahdollisimman helppolukuinen. Salmisen mukaan narratiivisen kirjallisuuskatsauksen avulla pystytään antamaan tutkittavasta aiheesta laaja kuva. Narratiivinen kirjallisuuskatsaus pyrkii vastaamaan tutkimuskysymyksiin ajantasaisen tutkimustiedon välityksellä ja se pyrkii helppolukuiseen, selkeään lopputulokseen (Salminen, 2011).

Salmisen (2011) mukaan kirjallisuuskatsauksen lähteinä toimivat muun muassa tieteelliset artikkelit, alan lehdet sekä muu relevantti kirjallisuus. Tutkielman lähteet on valittu huolellisesti. Lähteitä on arvioitu monipuolisesti sekä kriittisesti. Tutkielman aineistona toimii huolella valittuja kirjallisia teoksia, kokoomateoksen artikkeleita sekä tutkimusartikkeleita. Hirsjärven, Remeksen ja Sajavaaran (2013) mukaan aineistoa valitessa tulee huomioida muun muassa lähteen ikä, kirjoittajan tunnettavuus sekä arvostus. Heidän mukaansa lähteitä tulee tarkastella

myös kriittisesti (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2013). Tutkielmaan on valittu niin kansainvälisiä, kuin myös suomalaisia tutkimusartikkeleita ja kirjallisuutta sekä muuta teemaan liittyvää ja relevanttia kirjallisuutta.

Tutkielman aineistoa on kerätty hakemalla eri tietokannoista tutkielman keskeisiä käsitteitä suomeksi ja englanniksi. Keskeiset käsitteet löytyvät tutkielman tiivistelmästä. Aineistoa on kerätty kansainvälisten tietokantojen lisäksi myös kotimaisista tietokannoista. Tietokantoina toimivat Oula-Finna-tietokanta, Arto-tietokanta, Proquest-tietokanta sekä EbscoHost-tietokanta. Avainsanoina käytin: tunnetaidot, tunnetaidot peruskoulussa, vuorovaikutustaidot, koulukiusaaminen, koulukiusaamisen ehkäisy, bullying, emotional skills, interaction skills, emotional skills in elementary school

1.3 Aineisto analyysi

Evansin (2008, s. 144) mukaan narratiivisessa yleiskatsauksessa analyysin muoto on kuvaileva synteesi, joka tarjoaa ytimekkään yhteenvedon kootusta aineistosta. Narratiivisella tutkimustekniikalla voidaan ajantasaistaa tutkimustietoa, mutta varsinaista analyttisintä tulosta se ei kuitenkaan tarjoa. Katsauksessa on kuitenkin mahdollista päätyä johtopäätöksiin, joiden luonne mukailee kirjallisuuskatsausten mukaista synteesiä. (Salminen, 2011, s. 7.) Synteessin tarkoitus on tarjota yhteenvedo jostain tietystä aihepiiristä (Kallio, 2006, s. 19).

Aineistoa on poimittu tutkimusongelman kannalta olennaisimmat aiheet eli teemat (Eskola & Suoranta, 2008, s. 174–180). Toisin sanoin teemoittelussa aineistosta nostetaan esiin tutkimustehtävän kannalta keskeisiä asiakokonaisuuksia ja usein esiintyviä tyypillisiä piirteitä (Kallinen & Kinnunen, Analyysitavan valinta ja yleiset analyysitavat). Kandidaatin tutkielmassa aineistoa on koodattu lävitse etsien yhdistäviä seikkoja suhteessa tutkimusongelmaan, eli tunnetaitojen merkitykseen koulukiusaamisen ehkäisyssä.

1.4 Luotettavuus ja eettisyystarkastelu

Tilastollisessa tutkimuksessa on kehitetty monenlaisia keinoja luotettavuuden arvioimiseksi, kuten validiteetti ja reliabiliteetti. Laadullinen tutkimusprosessi sen sijaan perustuu pitkälti tutkijan omaan intuitioon, järkeilyyn, tulkintaan sekä yhdistämis- ja luokittelemisvalmiuksiin (Metsämuuronen, 2011, s. 212), jonka vuoksi sen luotettavuustarkastelu ei ole yhtä yksiselitteistä. Tuomi ja Sarajärvi (2011, s. 138–139) nostavat esiin käsitteitä, kuten siirrettävyys, riippuvuus ja vahvistettavuus, joiden avulla voidaan pohtia ja arvioida laadullisen tutkimuksen

luotettavuutta. Tutkimuksen siirrettävyydellä tarkoitetaan sitä, että tutkimuksen tulokset ovat ainakin jossain määrin samanlaisia kuin aiemmissa aiheesta tehdyissä tutkimuksissa (Eriksson & Kovalainen, 2008, s. 294).

Hyödyntämäni lähteet ovat relevantteja ja olen pyrkinyt keskittymään tarkasti tutkielman kannalta olennaisiin tietoihin, vaikka esimerkiksi juuri kiusaamisesta on kirjallisuutta ja tutkimusta paljon. Olen myös hyödyntänyt uutta ja vanhempaakin tietoa, eikä ole ollut havaittavissa ristiriitoja.

2. Vuorovaikutustaidot

Vuorovaikutustaidot ovat 1.) taitoa olla rakentavassa vuorovaikutuksessa toisten kanssa, 2.) taitoa hallita hyvät vuorovaikutustaidot ja käyttää niitä tietoisesti, 3.) taitoa olla aktiivisena ja myönteisenä vuorovaikuttajana ihmissuhteissa ja 4.) taitoa rakentaa ryhmiä sekä yhteisöjä myönteisellä vuorovaikutuksella. Hyvien ihmissuhdetaitojen yksi tärkeimmistä kokonaisuuksista on vuorovaikutustaidot. Hyvät vuorovaikutustaidot auttavat monissa tilanteissa. Niiden avulla voidaan solmia ystävyys-suhteita, saada myönteistä huomiota, pärjätään sekä menestyttään ryhmätyötilanteissa sekä ylipäättään päästään elämässä eteenpäin. Hyvät vuorovaikutustaidot auttavat niin opiskelussa, kuin ihmissuhteissa (Avola, Pentikäinen, 2019.)

Lapsi oppii vuorovaikutuksessa toisten lasten kanssa neuvottelemaan leikin säännöistä, odottamaan omaa vuoroaan ja ottamaan uusia kavereita mukaan leikkiin. Näin voidaan nähdä, että monet myöhemmin elämässä tarvittavat vuorovaikutustaidot ovat läsnä myös alle kouluikäisten lasten vertaissuhteissa. Lapset oppivat ja harjoittelevat näitä taitoja tasapainoisissa vertaissuhteissa. Parhaimmillaan vertaisten parissa toimiminen tukee lapsen sosioemotionaalista kehitystä ja tarjoaa valmiuksia solmia uusia kaverei-suhteita (Laaksonen, 2014.)

Kiusaajan ja kiusatun välinen vuorovaikutussuhde on epätasapainossa. Alistettu osapuoli on vuorovaikutussuhteessa vasten tahtoaan pystymättä lopettamaan suhdetta. Kiusattu on tahdomattaan ajautunut vuorovaikutussuhteeseen, jossa hän on pelkästään antajan roolissa saamatta itse suhteesta mitään etua. Kiusattu joutuu sijoittamaan vuorovaikutussuhteeseen huomattavan paljon, mutta silti suhde tuo hänelle pelkästään vahinkoa. Hänellä ei ole kuitenkaan mahdollisuutta poistua tuhoisasta vuorovaikutussuhteesta ja lakata maksamasta sen edellyttämää hintaa. Kiusaajalla puolestaan ei ole mitään tarvetta lopettaa vuorovaikutussuhdetta, josta hän saa huomattavasti enemmän etua kuin mitä joutuu siihen sijoittamaan (Opetushallitus.) Kiusaaja saattaa valikoida hyökkäystensä kohteen ja olla muita kohtaan hyvinkin ystävällinen, tai hän saattaa käyttää kiusaamisen keinona uhrin vuorovaikutussuhteiden manipuloimista, mikä ei välttämättä näy ulospäin minkäänlaisena hyökkäävänä käyttäytymisenä. Tällöin edes uhri ei aina tiedä, kuka hänen vaikutusvaltaisim kiusaajansa on (Olweus, 1992.)

2.1 Vertaissuhdetaidot

Lasten vertaissuhdetaidot ja niiden merkitys esikouluikäisten kiusaamisprosesseissa ovat Vilja Laaksosen väitöskirjatutkimuksen keskiössä. Siinä keskeisenä näkökulmana on ollut, että vertaissuhdetaitojen yksilöllinen ja systemaattinen kehittäminen voisi ehkäistä kiusaamista. Näin mahdollisen kiusaamis- ja syrjäytymiskierteen syntyminen voitaisiin katkaista jo varhaisessa vaiheessa. Kun vertaisryhmän hyväksymä lapsi pääsee yhä useammin harjoittelemaan vuorovaikutustaitoja leikeissä kavereiden kanssa, jää vertaisryhmän torjuma lapsi vaille näitä kokemuksia. Näin vertaisryhmän torjunta voi vaarantaa vuorovaikutustaitojen kehittymisen ja näin heikentää lapsen mahdollisuuksia aktiiviseen toimijuuteen omassa vertaisryhmässään. (Laaksonen, 2014.) Tätä ajatusta tukee muun muassa Lämsän (2009) näkemys siitä, millainen lapsi voi helpommin ajautua esimerkiksi kiusaajaksi. Kiusaajaksi voi ajautua muita herkemmin lapsi, jota itseään on aikaisemmin kiusattu. Näin voi käydä, jos lapsi ei osaa puolustaa itseään muilla keinoilla kuin kiusaamalla tai lapsi ei osaa suojautua kiusaamiselta. Tällöin lapsi mieluummin kiusaa muita kuin tulee itse kiusatuksi.

Yritys saada kiusaaja tuntemaan empatiaa uhriaan kohtaan sekä tuomita kiusaajan käytös lisäsivät kiusaajan aikomusta lopettaa kiusaaminen. Kiusaajan syyllistämällä ei kuitenkaan nähty tutkimuksessa olevan merkittävää vaikutusta (Garandea, Vartio, Poskiparta, Salmivalli, 2016.)

Kiusaaminen voi vahingoittaa lapsen tervettä ja turvallista kasvua ja kehitystä. Siksi on välttämätöntä, että sen ehkäiseminen aloitetaan riittävän varhain, jo pienten lasten parissa. Siitä huolimatta, että ihminen on lähtökohtaisesti sosiaalinen ja hyväntahtoinen muita kohtaan, toisten kanssa toimiminen voi joskus olla vaikeaa. Se on kuitenkin taito, jonka voi oppia ja jota voi harjoitella. Jokaisella lapsella on oikeus suojaan kiusaamiselta, mutta myös muita kiusaavalla lapsella on oikeus oppia olemaan kiusaamatta. (<http://www.pikitoimintamalli.fi/>)

Kiusaaminen voi vaikuttaa ystävyys-suhteisiin vielä aikuisenakin ja kiusatun voi olla vaikea rakentaa sosiaalisia suhteita, hän eristäytyy ja syrjäytyy. Kun kiusattu on toistuvasti, usein vuosien ajan eristetty ja hänen on annettu ymmärtää, että hänen kanssaan ei haluta olla, hän ei lopulta usko itsekään kenenkään haluavan olla hänen kanssaan. (Hamarus, Holmberg-Kalenius, Salmi, 2015)

2.2 Tunnetaidot

Tunnetaidot ovat 1.) taitoa tiedostaa, tunnistaa ja elää tunteiden kanssa tasapainossa, 2.) taitoa huomata, vaalia ja vahvistaa myönteisiä tunteita, 3.) taitoa kohdata, hyväksyä, ymmärtää ja ratkaista vaikeita tunteita sekä 4.) taitoa ymmärtää ja eläytyä toisten tunteisiin, eli kokea myötätuntoa sekä empatiaa. Kyky empatiaan ja myötätuntoon on merkittävä tunnetaito, joka lisää yhteyttä toisiin ja luo turvallisuuden tunnetta niin itselle kuin muille (Avola, Pentikäinen, 2019.) Anuliisa Lahtinen ja Jarkko Rantanen kuvaavat tunnetaitoja seuraavasti: tunnetaidot tarkoittavat kaikki niitä keinoja, joita käytetään kun yritetään vaikuttaa siihen, miltä itsestä tai toisesta tuntuu. Tunnetaidot ovat tunteiden sääntelyn keinoja (Lahtinen, Rantanen, 2019.) Kokkonen (2005) toteaa että, tunnetaidot ovat sellaisia opittavissa ja opetettavissa olevia taitoja, joita ihmiset tarvitsevat ennen kaikkea tasapainoiseen ja tarkoituksenmukaisesti toimivaan tunne-elämään. Tunteiden säätely tarkoittaa kykyämme vaikuttaa siihen, mitä, kuinka kauan ja kuinka voimakkaasti tunnemme (Eisenberg, Fabes, Guthrie & Reiser 2000).

Tunnetaitoihin liittyy myös erilaisia virheellisiä uskomuksia, kuten että tunnetaidot tarkoittavat aina tunteista puhumista ja että kaikki tunteet on ilmaistava tai niistä on kaikista tunteista tulee aina puhua. Lahtinen ja Rantala (2019) painottavat, että vaikka erilaisia uskomuksia riittää, tunnetaitojen opiskelu on erittäin tärkeää, sillä ne ovat kaiken vuorovaikutuksen ytimessä. Tunnetaitojen käyttäminen ei suinkaan tarkoita vain tunteista puhumista, vaan sillä viitataan ennenmuuta kykyyn tunnistaa erilaisissa tilanteissa tunteet ja sovittaa toiminta niiden tunteiden mukaisesti. Tunnetaitojen tarpeellisuutta perustellaan muun muassa jokaisen oppilaan oikeudella kokea olonsa turvalliseksi luokassa. Lahtisen ja Rantasen mukaan vain tunneilmapiiriltään turvallisessa luokassa voivat olla avoimia, luovia sekä oppia yhdessä toisten kanssa. Turvallisuutta lisääviä signaaleja ovat muun muassa ystävälliset katseet sekä kannustavat ja kosketukset. Kun jokaisen oppilaan tunnetaidot kehittyvät, alkaa luokan turvallinen ilmapiiri toteutua (Lahtinen, Rantala, 2019.)

Lasten tunnetaidoilla tarkoitetaan sitä, kuinka lapsi oppii ilmaisemaan, ymmärtämään, havaitsemaan ja säätelemään tunteita. (Korhonen ym. 2010: 226–227). Lisäksi tunnetaidoilla tarkoitetaan myös sitä, kuinka hyvin lapsi oppii käyttämään tunteita ajattelunsa apuna. (Kokkonen 2017: 43–45). Tunnetaidoissa ei siis ole kysymys siitä, miten vanhemmat ovat kasvattaneet lapsensa tai siitä, kuinka hyvin lapsi käyttäytyy tai tottelee aikuista (Nurmi, 2013). Tutkimukset ovat osoittaneet, että mitä paremmiksi murrosikäiset nuoret kokevat tun-

teiden säätelykykynsä, sitä parempi itsetunto heillä on, sitä tyytyväisempiä he ovat elämäänsä ja sitä vähemmän he tunsivat itsensä ahdistuneiksi. (Kokkonen, 2017.) 3.1

Tunnetaidot eivät ole mitenkään uusi asia. Salmivalli (1998) kirjoittaa, että sosiaalinen kompetenssi eli kyvykkyyden yhteydessä puhutaan sosiaalisista ja sosiokognitiivisista taidoista. Sosiaalisilla taidoilla viitataan toimintaan, joka johtaa myönteiseen vuorovaikutukseen, esimerkiksi peliin taikka leikkiin mukaan pääsemiseen. Näitä taitoja ovat esimerkiksi taito kommunikoida selkeästi, empaattisuus ja kyky asettua toisen asemaan. Kysymys on siis positiivisista vuorovaikutusta edistävästä käyttäytymisestä, joka yleensä johtaa hyväksytyksi tulemiseen omassa vertaisryhmässään. Sosiokognitiivisilla taidoilla tarkoitetaan kykyä tehdä oikeita havaintoja, päätelmiä ja tulkintoja sosiaalisista tilanteista. Toiset lapset tulkitsevat paremmin toisten tunteita, ajatuksia ja aikomuksia. He myös osaavat ennakoida oikein toimintansa seurauksia (Salmivalli, 1998.)

Lapsen tunnetaitojen kehityksen kannalta on tärkeää, miten aikuinen reagoi hänen tunteisiinsa. Lapsella on oikeus tunteisiinsa, mutta vihaa on opittava ilmaisemaan rakentavalla tavalla. Vaikka meillä Suomessa on usein ainakin monien uskomuksien mukaan vältetty tunteista puhumista, on hyvä huomata että puhuminen auttaa lasta ottamaan vastuuta omista tunteistaan. On olennaista huomata, että lapset puhuvat tunteista mielellään. Kyky käsitellä ristiriitaisiakin tunteita kuuluu tärkeänä osana mielenterveyteen ja henkiseen tasapainoon. Toisen ihmisen ymmärtäminen, sääli, myötätunto ja suvaitsevaisuus rikastuttavat kokemuksiamme maailmasta ja saavat meidät tuntemaan itsemme vähemmän yksinäisiksi. (Nurmi, 2013, 133 - 134.)

2.3. Myötätunnetaidot

Myötätunnetaidot ovat 1.) taitoa olla aktiivisen ystävällinen itseä ja muita ihmisiä kohtaan, 2.) taitoa tehdä hyvää ja auttaa muita, 3.) taitoa myötäiloita ja myötäelää toisten ihmisten kanssa sekä 4.) taitoa toimia myötätuntoisesti ryhmä ja yhteisön jäsenenä. Myötätuntoisuuden yksi piirre on ystävällisyys, niin itseä kuin muitakin kohtaan. Kun koulussa opetetaan ystävällisyyttä taitona ja asenteena, on sillä usein välitöntä vaikutusta yhteisön hyvinvointiin. (Avola, Pentikäinen, 2021.)

Empaattisuus, myötätunnon kokeminen, hienotunteisuus sekä sosiaalinen herkkyyks ovat myös sosiaalisia taitoja. Rakentava sosiaalinen kanssakäyminen toisten kanssa edellyttää tervettä it-seluottamusta, tasapainoista tunne-elämää, empatiaa, kykyä kontrolloida, harkintaa sekä

kykyä arvioida omaa käytöstä. Sosiaalisesti kyvykkäällä lapsella on vahvat yhteistyötaidot ja empatiakykyä. Hän ei ole impulsiivinen eikä hän käyttäydy häiritsevästi. Riittävän hyvän sosiaalisen kyvyn saavuttaminen on yksi keskeinen kehitystehtävä lapsuudessa ja nuoruudessa. Tämä kyky mahdollistaa meidän kiinnittymisen yhteiskuntaan ja turvaa psyykkisen hyvinvointimme. (Junttila 2010, 37)

3. Tunnetaidot ja kiusaaminen

Koulukiusaamisesta on tehty useita tutkimuksia ja ensimmäiset tutkimukset tehtiin jo 1960-luvun lopulla. Suomessa alettiin kiusaamista selvittämään tarkemmin 1970-luvun alussa. (Kirves – Stoor-Grenner 2010: 4.)

Suomessa koulukiusaamisesta käytetään useita termejä, kuten kiusaaminen, ryhmäväkivalta, kouluväkivalta, mobbaus, ja aggressiivinen käyttäytyminen (Hamarus 2006, Hamarus & Kaikkonen 2011). Koulukiusaamisen käsitteen määrittelyssä tarkastelen koulukiusaamisen tutkimuksen alulle panijan Dan Olweuksen koulukiusaamisen määritelmää, joka on luonut pohjaa myös muille määrittelyille ja jota käytetään usein kansainvälisissä tutkimuksissa (Hamarus & Kaikkonen 2011, 58–59). Koulukiusaamisen määritelmällä merkitys ja vaikutus avautuvat paremmin. Määritelmä on seuraava: ”yksilöä kiusataan tai hän on kiusaamisen uhri, jos hän on toistuvasti tai pidempään alttiina yhden tai useamman muun henkilön negatiivisille teoille”. (Olweus 1992, 4.) Kiusaamiseksi ei siis katsota sitä, kun kaksi keskenään tasaväkiä lasta selvittelee välejänsä tai riitelee, vaan kiusaajan ja kiusatun välillä vallitsee voimasuhteiden epätasapaino, niin että kiusattu ei voi puolustautua hyökkääjäänsä nähden. (Salmivalli, 1998.)

Tutkielmassani käytän termiä koulukiusaaminen, koska kyseistä termiä on käytetty myös esimerkiksi Kouluterveyskyselyssä. Koulukiusaamisen määritelmään liitetyt negatiiviset teot ovat saaneet kuitenkin myös kritiikkiä. Esimerkiksi Tomi Kiilakosken (2009, 34–35) tekstissä ilmenee, että koulukiusaaminen on laaja käsite, joka näyttää helposti kattavan myös väkivallan teot. Hän kirjoittaa, että jos koulussa kaikki negatiiviset teot tulkitaan kiusaamiseksi, jäävätkö varjoon vakavammat väkivaltaiset teot, joilla on vakavammat seuraukset. Kiilakoski huomauttaa, että koulussa ilmenevä väkivalta on tärkeää nostaa esille selkeästi ja sitä on kutsuttava väkivallaksi.

Reaktiivinen väkivalta tapahtuu reaktionä todelliseen uhkaan tai virheellisesti uhkaavaksi koettuun tilanteeseen. Lapsi tai nuori reagoi koettuun uhkaan tai loukkaukseen suhteettoman voimakkaasti. Tällöin väkivallanteko tapahtuu tunnetilan purkamiseksi. Reaktiiviseen väkivaltaan turvautuva lapsi tai nuori menettää malttinsa sietämättömäksi kokemassaan tilanteessa. Hänellä ei ole parempia keinoja haastavien tilanteiden ratkaisemiseen ja tilanne purkautuu väkivallana, ennen kuin nuori on kysynyt itseltään onko tilanne todella näin paha taikka vakava, voisiko tilanteesta tai tunteesta päästä eroon muilla tavoilla. Reaktiivista väki-

valtaa käyttävältä lapselta ja nuorelta puuttuvat keinot: sosiaaliset taidot ja itsehillintä (Nurmi, 2013.)

Hamarus (2008) kirjoittaa, että kiusaamisella tuotetaan toiseutta tai erilaisuutta. Sitä voidaan tuottaa luomalla kiusatulle tietynlainen maine. Toiseudella tarkoitetaan tässä enemmän kuin pelkkää erilaisuutta; toiseus on tapa hahmottaa ryhmään kuulumattomat toisiksi, erilaisiksi ja ulkopuolisiksi sekä liittyy heihin toisarvoisuuden piirteitä. Arkikielessä erilaisuus on vakiintunut termi kiusaamisen yhteydessä. Kiusaamisessa tuotettu toiseus ei kuitenkaan ole oikeaa erilaisuutta, sillä tämä erilaisuus on tuotettu.

Kiusaavilla lapsilla on usein vaikeuksia tunnetaidoissaan. Heidän on vaikeaa pidätellä joko omia vihantunteitaan tai vaikeuksia ottaa toisten tunteita vastaan. Taitojen puuttuminen on usein syynä toisten kiusaamiselle. Kiusaavan lapsen sisällä voi pyöriä monia eri tunteita. Lapsi voi kokea esimerkiksi surua, vihaa, taikka mustasukkaisuutta. (Haapsalo ym. 2016.) Jos lapsi ei pysty kotonaan ilmaisemaan vaikeita tunteitaan, lapsi saattaa protestoida siitä esimerkiksi kiusaamalla muita. (Nurmi, 2013). Pienten lasten kiusaamisessa on usein kyse kypsymättömyydestä ja puutteellisista vuorovaikutus- ja itsesäätytelytaidoista. (Repo, 2016, s. 11). Jos lapsi kokee usein voimakkaita vaikeita tunteita, on lapsella riski alkaa käyttäytymään impulsiivisesti, jolloin lapsella saattaa alkaa olemaan erimielisyyksiä muiden lasten kanssa, mikä taas voi johtaa ryhmästä torjumiseen ja kiusaamiseen (Repo, 2015.)

Tunnetaitojen opettaminen varhais- ja keskilapsuudessa on tärkeää, koska nämä taidot liittyvät olennaisesti psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin (Davis & Humphrey 2012; Schutte ym. 2007), jonka kokonaisvaltainen tukeminen on alkuopetuksessa olevien lasten opettajien tavoitteena. Lisäksi tunnetaidot ovat tarpeen myös lasten sosiaalisten taitojen kehittymiselle. Kolme-nelivuotiaiden päiväkotilasten leikki-tilanteissa osoittamien tunteiden tunnistamisen, ilmaisemisen ja säätelemisen taitojen on havaittu ennustavan heidän muutamaa vuotta myöhempää myönteistä sosiaalista käyttäytymistään, kuten toisten lasten näkökannan huomioon ottamista, yhteistyökykyisyyttä ja toverisuosiotaan (Denham ym. 2003).

Koulukiusaamista voi ilmetä eri tavoin (Hamarus & Kaikkonen 2011, 60). Kiusaaminen toteutetaan luomalla erilaisuutta ja toiseutta. Hamaruksen (2008, 29) kirjoittaa, että toiseus ei ole oikeaa erilaisuutta vaan toiseus tuotetaan. Sen tarkoituksena on erottaa ryhmästä kiusattu ja leimata hänet toisarvoiseksi. Taustalla voi olla esimerkiksi kateutta, itsetunnon heikkous ja sosiaalisten taitojen puute.

Kiusaaminen voidaan jakaa epäsuoraan ja suoraan kiusaamiseen. Epäsuora kiusaaminen usein piiloista ja ilmenee esimerkiksi selän takana pahan puhumisena, juorujen levittämisenä tai eristämisenä muusta ryhmästä. Suorassa kiusaamisessa kiusaaja osoittaa negatiiviset teknsa suorana kiusatulle esimekiksi lyömällä, potkimalla tai vaikka haukkumalla. Kiusaamista on jaoteltu myös fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen kiusaamiseen. Yksi jaottelu on sanallainen kiusaaminen, eristäminen ja syrjiminen, äkillinen fyysinen päällekkäyminen, prosessikiusaaminen ja suhdekriisi. (Hamarus, 2008, 45 – 65.) Riittakerttu Kaltiala-Heino kirjoittaa (2013) väkivallasta Päivi Nurmen toimittamassa teoksessa Lapsen ja Nuoren viha seuraavasti: aggressiivinen käyttäytyminen tarkoittaa kaikkea käyttäytymistä, jonka tavoitteena on vahingoittaa. Kaikki aggressiivinen käyttäytyminen ei ole väkivaltaista. Aggressiivinen käyttäytyminen voidaan jakaa suoraan ja epäsuoraan. Suora aggressiivinen käyttäytyminen voi olla fyysistä, mutta myös verbaalista kuten haukkuminen ja uhkaileminen. Epäsuoraa aggressiivista käyttäytymistä on esimerkiksi juorujen levittäminen tai ryhmän ulkopuolelle jättäminen. (Nurmi, 2013, 72.)

3.1 Kiusaaminen tapahtuu ryhmässä

Kiusaaminen tapahtuu aina jossain yhteisössä tai ryhmässä. Kiusaaminen tarvitsee alustan, yhteisön. Kiusaamisen lähtökohta - toiseuden luominen, tuotetaan yhteisössä ja vuorovaikutuksessa muiden kanssa (Hamarus, Holmberg-Kalenius, Salmi, 2015, s. 20) Nykyään ymmärretään, että kiusaaminen on opittu ja monimutkainen ryhmäilmiö, joka sitoutuu kulloiseenkin kulttuurin ja kontekstiin (Repo, 2016, s. 11). Kiusaaminen on vallankäyttöä. Kiusaamistilanteessa kiusatulta pyritään ottamaan valta pois vaientamalla hänet. Kiusatun annetaan ymmärtää sekä sanotaan myös usein suoraan, ettei hänellä ole lupa puhua. Kiusaamalla puretaan myös sosiaalista valtaa sulkemalla hänet pois yhteisöstä. Joskus kiusattu ei hyväksy hänelle määriteltyä kiusatun asemaa, vaan pyrkii toistuvasti mukaan ryhmään. Tällöin hänet voidaan kokea ärsyttävänä, mikä taas voidaan nimetä syyksi kiusata (Hamarus, Holmberg-Kalenius, Salmi, 2015.)

Kiusaamisen yhteydessä puhutaan paljon ryhmäilmiöstä. Tällä tarkoitetaan sitä, että ryhmässä tapahtuva kiusaaminen kiinnostaa ja koskettaa myös muita lapsia, kuin vain kiusaajaa ja kiusattua. Kiusaamiseen saattaa osallistua useampi lapsi tai useampi lapsi voi jäädä katsomaan kiusaamistilannetta sivusta, ilman että puuttuisi siihen. Kiusaaja usein hakee kiusaamisella itselleen suosiota ja huomiota ryhmässä. Muut lapset hyväksyvät kiusaamisen lähtemällä mukaan kiusaamiseen tai sivusta nauramalla tai muilla tavoilla. Kiusaaja saa muil-

ta lapsilta itselleen positiivista palautetta, mikä tekee kiusaamisesta hyväksyttävän tavan toimia. Myös ne lapset, jotka eivät puutu kiusaamiseen, antavat vähintään hiljaisen hyväksynnän kiusaamiselle, jos jättävät puuttumatta siihen (Repo 2015: 46–47.) Kiusaamiseen vaikuttaa ryhmän kulttuuri ja se määrittelee sallitaanko kiusaamista ryhmässä. Jos kiusaaja saa ryhmässä muilta lapsilta positiivista palautetta toiminnastaan, se antaa kiusaajalle luvan jatkaa kiusaamistaan. Näin kiusaaja kokee saavansa arvostusta ja hyväksyntää muilta lapsilta ja se tekee kiusaamisesta hyväksytyn tavan toimia sekä sen avulla kiusaaja saa itselleen sosiaalisesti hyväksytyn roolin. (Haapsalo, Kirkkopelto, Repo, 2016: 76.)

Lapsi, jonka on hankala liittyä vertaisryhmään, saattaa keksiä erilaisia kiusaamisentapoja päästäkseen mukaan leikkiin. Lapsi saattaa ajautua kiusaamaan muita, jos lapsella on itsellään pelko jäädä ryhmän ulkopuolelle. (Repo 2015: 29–30.) Lapset eivät usein itse ymmärrä, että he omalla käytöksellään saattavat loukata tai kiusata toisia lapsia. Tämä johtuu siitä, että lapsen taidot ovat vielä kehittymättömät. (Haapsalo ym. 2016: 11.)

Myös opettajien ammattiyhdistys (OAJ) ja koulumaailma kokonaisuutena on alkanut painottaa tunne- ja vuorovaikutustaitojen merkittävyyttä oppilaiden hyvinvoinnin ja kiusaamisen vähentämisessä ja ennaltaehkäisyssä. Opettaja-lehdessä julkaistussa kirjoituksessa painotetaan, että koulu voi ehkäistä väkivaltaista käyttäytymistä opettamalla tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Opettajan työhön kuuluu vaikeuksien varhainen tunnistaminen ja oppilaan tukeminen. Aggressiivisen ja väkivaltaisen käytöksen takana voi olla ahdistusta ja masennusta, jotka vaativat hoitoa. Myös jotkut neuropsykiatriset häiriöt ja tarkkaavaisuuden ongelmat vaikeuttavat lapsen kykyä hallita tunteitaan. Jos oppilas ei saa apua, tilanteet saattavat lähteä yhä hurjemmille, kielteisille kierteille. Psykoterapeutti Antto Luhtavaaran mielestä toisia nöyryyttävä ja pahoinpitelevä nuori ei ole tunteeton, mutta tunteet ovat kätkeytyneet kuoren alle. Esimerkiksi pettymys ja kiukku saattavat kasvaa nuoren mielessä sietämättömän suuriksi, jolloin väkivalta tuntuu ainoalta keinolta pahan olon purkamiseen. Kun oppilaan itsetuntemus on huono tai heikko, syy pahaan oloon nähdään toisissa ihmisissä. Väkivaltaan liittyy usein kiusaaminen. Kiusaamalla nuori puolustautuu: hän kiusaa, ennen kuin ehtii tulla itse kiusatuksi. Tällaiset tilanteet ja tapaukset vaativat kodin ja koulun välistä yhteistyötä. Tilanne on hankala usein myös kotona, ja on tärkeää että opettaja painottaa että oppilaalle halutaan hyvää ja hänen vuorovaikutustaitojaan halutana kehittää. Kouluissa on lyönyt läpi ajatus siitä, että tunne- ja vuorovaikutustaitoja voidaan ja kannattaa opettaa. Myös OAJ toivoo perusopetukseen oman luokan tunteja, joissa harjoiteltaisiin suunnitelmallisesti vuorovaikutusta ja ryhmäytymistä. Tällainen kokeilu on tehty muun muassa Helsingin Laaka-vuoren ala-asteella, jossa tunne- ja

vuorovaikutustaitoja on opetettu kaikille 1.-6.-luokkalaisille vuodesta 2019 lähtien. Pilotin vaikutuksia on arvioitu keväällä 2021. Kokemukset 250 oppilaan koulussa olivat erinomaisia. Lasten keskittyminen, yhdessä viihtyminen paranivat vuoden aikana merkittävästi. Myös rasismi, kiusaaminen ja kiukkupuuskat vähenivät. Tunne- ja vuorovaikutus —tuntien vaikutusta luokkayhteisöjen sosiaalisiin suhteisiin, oppilaiden vahvuuksien ja voimavarojen tunnistamiseen mitattiin sekä oppilaille että koulun henkilökunnalle tehdyillä kyselyillä syksyllä 2019 ja syksyllä 2020. Lähtötilannetta kartoitettiin lisäksi kyselyllä lasten vanhemmille (OAJ, 2021; Helsingin kaupunki, 2021.)

Tunteiden käsittelyn ja tunnetaitojen tarpeellisuutta on perusteltu muutoinkin. Päivittäisten myönteisten tunnekokemusten on tutkittu laajentavan ajattelua ja toimintamahdollisuuksia sekä antavan pitkällä aikavälillä voimavaroja. Usein hyvät tunnetaidot omaava lapsi on suosittu leikkikaveri ja omaa hyvät sosiaaliset taidot. Lapsi, joka omaa hyvät tunnetaidot on vähemmän aggressiivinen, kuin ne lapset, jotka vielä harjoittelevat tunnetaitojaan. (Nurmi 2013.) Tunteiden säätely vaikuttaa lapsen ihmissuhteisiin ja siihen miten lapsi kykenee välttelemään riitoja. Tunteiden säätelyn avulla lapsi kykenee luomaan, vahvistamaan ja säilyttämään tärkeitä ihmissuhteita. Tunteiden säätelyn oppiminen vaikuttaa myös lapsen sosiaaliseen statukseen ja empatian kyvyn oppimiseen. (Kokkonen, 2017.)

Ystävyysuhteet suojaavat lasta negatiivisilta emotionaalisilta kokemuksilta, torjutuksi tulemiselta ja kiusatuksi joutumiselta. Kiusaamistutkimuksissa on todettu, että yksikin vastavuoroinen ystävyysuhte suojaa lasta kiusaamisen vakavilta seurauksilta myöhemmin, vaikkei se itse kiusaamista poistaisikaan. (Repo, 2016, s. 10.)

4. Malleja koulukiusaamisen ehkäisyyn

Koulukiusaamisen ennaltaehkäisyssä ja kiusaamiseen puuttumisessa on pitkälti kysymys koulun toimintakulttuurin luomisesta. Mitä koulussa pidetään arvokkaana ja mihin siellä reagoidaan? Mitkä ovat arjen suhtautumis- ja toimintatavat kiusaamistilanteissa? (Hamarus, 2008.)

Kiusaamistilanteiden käsittely on omanlainen joukkuepeli. Jokaisen tulee tietää mitä ja miten tehdään, roolien tulee olla selkeät ja jokaisella on oltavat oma paikansa ja omat tehtävänsä. Kiusaamisen ennaltaehkäisemisessä ja siihen puuttumisessa on muutamia avaintekijöitä. Yksi sellainen on tietoinen, tavoitteellinen ja suunnitelmallinen ennaltaehkäisevä arjen työ, seuraava on kiusaamisen tunnustaminen, sen vakavuuden ymmärtäminen sekä piiloisen ilmiön havaitseminen arjessa. Edelleen kiusaamisilmiön dynamiikan ymmärtäminen sekä taitava puuttuminen, joka lopettaa kiusaamisen ja samalla luo uskalluksen kulttuuria tuoda esiin alkaneet kiusaamistapaukset, ovat kouluarjen olennaisia kysymyksiä. Lisäksi yksi tärkeä tekijä kiusaamista estävässä toiminnassa on riittävän pitkäjäntäinen seuranta (Hamarus 2008.)

4.1 Kiva-koulu

KiVa Koulu® on Turun yliopistossa kehitetty näyttöön perustuva kiusaamisen vastainen toimenpideohjelma. KiVassa pyritään ehkäisemään kiusaamista ennalta. Pitkin vuotta systemaattisesti ja suunnitellusti pidettävillä KiVa-oppitunneilla voidaan vaikuttaa oppilasryhmien normeihin ja siihen, miten lapset ja nuoret toimivat kiusaamista havaitessaan. Onnistuminen edellyttää myös kaikilta yhteisön aikuisilta selkeää viestiä siitä, että kiusaamista ei hyväksytä. Toinen tavoite on tehokas puuttuminen esille tuleviin kiusaamistapauksiin. KiVa tarjoaa tähän tarjoaa selkeät ohjeet, joiden takana on vahva tutkimusnäyttö. Kolmanneksi, KiVa tarjoaa työkalut jatkuvaan oman koulun tilanteen seurantaan jokavuotisten online-kyseilyiden ja niistä saatavan palautteen muodossa (Kivakoulu.fi, 2021.) KiVa Koulun mukaan on tärkeää vahvistaa oppilaiden hyvinvoinnin sekä tunne- ja ihmissuhdetaitojen merkitystä suomalaisessa koulussa (Ahtola, 2012.)

Suomessa KiVa Koulu -ohjelmassa on mukana yli 900 koulua ja ohjelma on käytössä yli 20 muussa maassa. KiVa Koulu -ohjelma sisältää tutkimusnäyttöön perustuvan paketin materiaaleja ja tuntisuunnitelmia opettajille. Ohjelman ytimessä on kiusaamisen ehkäiseminen, jota

toteutetaan koulussa lukuvuoden aikana pidettävien KiVa-oppituntien ja -teemojen kautta. Oppitunnit sisältävät mm. keskusteluja, ryhmätöitä, lyhytfilmejä kiusaamisesta ja rooliharjoituksia. Niiden sisältö etenee yleisistä aiheista, kuten kunnioituksen merkityksestä ihmissuhteissa kiusaamisen mekanismeihin ja seurauksiin. Monilla oppitunneilla keskitytään siihen, millainen rooli ryhmällä on kiusaamisen ylläpitäjänä tai lopettajana. Oppitunteja ja teemoja täydentävät kiusaamisen vastaiset pelit (KiVa-Koulu, 2021.)

Mikäli koulussa ilmenee oppilaiden kesken kiusaamista, on ohjelmassa selkeät ohjeet kiusaamistapausten käsittelyyn. Opettajille on olemassa opettejan opas, jossa on ohjelmaan sisältyviä kohdennettuja toimenpiteitä koulussa toimivalle KiVa-tiimille. Niiden avulla KiVa-tiimi ohjataan puuttumaan kiusaamiseen ja huomioimaan muu mahdollinen tarve, joka tulee ottaa huomioon. KiVa-tiimille on tarjolla materiaalia kiusaamistapauksiin puuttumiseen ja niiden käsittelyyn kiusaamisen lopettamiseksi (KiVa-koulu, 2021.)

KiVa Koulu -ohjelmassa opettajalle on valmistettu oma opettajan opas. Siinä on valmiiksi suunniteltu tuntirunko, jota opettaja soveltaa. 2. Oppitunnin aiheena on tunteet: mitä ne ovat, mistä ne johtuvat, mistä tietää miltä toisesta tuntuu jne. (Salmivalli, Poskiparta, Tikka, Pöyhönen, 2018) Tunteet ja tunnetaidot ovat siis olennainen osa KiVa koulu -ohjelmaa.

KiVa Koulu -ohjelmaa toteuttavat koulut ovat vuosien ajan käyttäneet kahta erilaista kiusaamiseen puuttumiseen mallia: ojentamismalli ja yhteisen huolen malli. Mallit ovat monessa suhteessa hyvinkin samanlaiset. Ero löytyy kiusaamiseen osallistuneiden lasten tai nuorten kanssa käytävien keskustelujen sävyssä: siinä, tuomitaanko tapahtunut kiusaaminen yksiselitteisesti (ojentamismalli) vai pyritäänkö ennemmin herättämään empatiaa kiusattua kohtaan ja miettimään yhdessä miten voitaisiin jatkossa toimia tilanteen muuttamiseksi. Ero ei ole suuri, mutta ojentamismalli näyttäisi olevan hieman tehokkaampi. Joidenkin tapausten käsittelyyn Yhteisen Huolen malli kuitenkin soveltuu paremmin, näin esimerkiksi silloin kun muuta näyttöä kiusaamisesta ei vielä kuin kuin kiusatun kertoma. (Salmivalli, ym., 2018.)

Todisteet viittaavat siihen, että KiVa-kiusaamisen vastainen ohjelma voi osaltaan vähentää kiusaamista ja uhriksi joutumista erityisesti peruskoulussa. Lisäksi toteutustaso vaikuttaa vaikutuksiin: mitä enemmän ohjelmaa toteutettiin, sitä enemmän kiusaamista vähennettiin (Ahtola, Haataja, Kärnä, Poskiparta, Salmivalli, 2013.) KiVa -opetussuunnitelman mukaisten oppituntien noudattaminen sekä oppituntien valmistelu-aika, mutta ei niinkään oppituntien kesto, liittyivät kiusaamisen uhriksi joutumisen vähenemiseen luokkahuoneessa. (Haataja, Voeten, Boulton, Ahtola, Poskiparta, Salmivalli, 2014.)

KiVa Koulu -ohjelma lähtee siitä, että kiusaamisen vähentämisessä ja ennalta ehkäisemisessä korostetaan jokaisen oppilaan vastuuta yhteisestä hyvinvoinnista. Kiusaamista sivusta seuraaville oppilaille tarjotaan esimerkiksi keinoja tukea kiusattua, ja osoittaa että kiusaamista ei hyväksytä. (Salmivalli, ym., 2018.) Tämä loogista, sillä kiusaaminen tapahtuu aina jossain ryhmässä taikka yhteisössä (Hamarus, ym., 2015). Jokaisen hyvinvointiin liittyy puolestaan osaltaan myös hyvät tunnetaidot.

4.2 Pikitoimintamalli

PIKI-toimintamallin avulla tunnistetaan ja ehkäistään kiusaamista kotona ja varhaiskasvatuksen ryhmissä. Tavoitteena on vahvistaa erityisesti lasten vuorovaikutus- ja tunnetaitoja. Kiusaaminen voi vahingoittaa lapsen tervettä ja turvallista kasvua ja kehitystä. Siksi on välttämätöntä, että sen ehkäiseminen aloitetaan riittävän varhain, jo pienten lasten parissa. Siitä huolimatta, että ihminen on lähtökohtaisesti sosiaalinen ja hyväntahtoinen muita kohtaan, toisten kanssa toimiminen voi joskus olla vaikeaa. Se on kuitenkin taito, jonka voi oppia ja jota voi harjoitella (Pikitoimintamalli, 2021.)

Pikitoimintamalli edellyttää ryhmän aikuista tuntemaan lapset. Havainnointi lapsiryhmästä ja siellä vallitsevista suhteista on onnistuneen työn pohja. Havainnilla ei tarkoiteta vain ongelmakohtien keräämistä, vaan tarkoitus on luoda kokonaiskuva siitä, mitä ryhmässä tapahtuu. Aikuinen oppii tuntemaan lapsiryhmän keskinäistä vuorovaikutusta ja ymmärtämään heidän käyttäytymistään, näin hänellä on mahdollisuus myös lähteä rakentamaan muutosta, mikäli siihen on tarvetta. (Pikitoimintamalli, 2021.)

Kuten aikaisemmin todettiin, kiusaaminen on ryhmäilmiö, joka tarvitsee ympärilleen yleisön. Tässä tapauksessa muut lapset tai nuoret. Heidän reaktiot riippuvat siitä, millaiset ryhmän käyttäytymisnormit sekä sosiaaliset koodit säätelevät lasten toimintaa. Ryhmän käyttäytymisnormeihin vaikuttavat monet tekijät kuten, alueelliset sosioekonomiset tekijät, yhteiskunnan arvot, perhetaustat, ryhmässä vallitseva kulttuuri ja niin edelleen. Ryhmä määrittelee jäsentensä roolit eri tilanteissa, eikä lapsi siis välttämättä itse valitse omaa rooliaan suhteessa kiusaamiseen. On huomatta, että normin vastaisesti toimiminen voi olla yksilölle vaikeaa. Jokainen ryhmä, mukaan lukien ryhmän aikuiset, määrittelee millainen käytös ja vuorovaikutus tässä ryhmässä on sallittua ja hyväksyttyä. (Repo, 2016, s.11.)

Tutkimukset ovat osoittaneet, että kiusaamisroolit ovat suhteellisen pysyviä jo alakoulusta yläkouluun siirryttäessä. Riskinä on, että päiväkodissa opitut roolit, haitalliset käyttäytymismallit ja huono itse-tunto seuraavat lasta koulutaipaleelle (Laaksonen, 2014.) Näin ollen, jo erittäin varhaisessa vaiheessa aloitettu systemaattinen tunnetaitojen opettelu on tarpeen.

5. Pohdinta

Jos lapsi ei opi säätelemään tunteitaan, voi lapsella esiintyä vaikeuksia sosiaalisissa suhteissaan, joista taas voi syntyä lapselle ongelmia toimia vertaistensa kanssa. (Repo, 2015). Lapsella saattaa esiintyä aggressiivisuutta, äkkipikaisuutta tai impulsiivisuutta, jos lapsi ei opi säätelemään tunteitaan. Jos lapsi ei opi säätelemään tunteitaan, saattaa se näyttäytyä myös muiden kiusaamisena, lapsi saattaa jättää muita lapsia ryhmän ulkopuolelle, levittää huhuja toisista, kostaa jonkun teon tai muuten vahingoittaa toista lasta. Jos lapsi ei opi säätelemään tunteitaan, voi se aiheuttaa lapselle psyykkistä pahoinvointia ja jopa väkivaltaisuutta. (Kokkonen, 2017)

Tutkimukset osoittavat, että vahvaan tunteiden hallintaa ilmentävät käyttäytymismallit ja strategiat lapsena, ennakoivat suostuisaa kehitystä aikuisena. Sama pätee toisinpäin: heikko tunteiden hallinta ja sen mukaiset käyttäytymisstrategiat ennakoivat jossain määrin elämänkulun hankaluuksia. Aggressiivisia lapsia usein syrjitään ryhmissä. (Cacciatore, 2007.) Jotta kiusaamisen vastainen työ on tehokasta, sen tulee olla johdonmukaista ja systemaattista (Repo, 2015). Tutkimukset ovat osoittaneet, että kiusaamisroolit ovat suhteellisen pysyviä jo alakoulusta yläkouluun siirryttäessä. Riskinä on, että päiväkodissa opitut roolit, haitalliset käyttäytymismallit ja huono itsetunto seuraavat lasta koulutaipaleelle (Laaksonen, 2014.) Näin ollen, tunnetaitojen merkitys juuri esi- ja alkuopetuksessa on suuri.

Kiusaaminen voi vahingoittaa lapsen tervettä ja turvallista kasvua ja kehitystä. Siksi on välttämätöntä, että sen ehkäiseminen aloitetaan riittävän varhain, jo pienten lasten parissa. Siitä huolimatta, että ihminen on lähtökohtaisesti sosiaalinen ja hyväntahtoinen muita kohtaan, toisten kanssa toimiminen voi joskus olla vaikeaa. Se on kuitenkin taito, jonka voi oppia ja jota voi harjoitella. Jokaisella lapsella on oikeus suojaan kiusaamiselta, mutta myös muita kiusaavalla lapsella on oikeus oppia olemaan kiusaamatta. (<http://www.pikitoimintamalli.fi/>.)

Valitsemisani malleissa, KiVa koulu ja pikitoimintamalli, koulukiusaamisen ehkäisyyn hyödyntävät lasten tunnekasvatusta. Toimintamallien mukaisten harjoitusten ja oppituntien aikana pyritään harjoittelemaan tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Koululuokissa ja välitunneilla tapahtuu päivittäin monenlaisia aggressiivisia yhteenottoja. Tämä kaikki ei kuitenkaan ole koulukiusaamista. Sen sijaa kiusaaminen on kylläkin aina aggressiota: se on aggressiivisen käyttymisen muoto, jolla on tietyt sille tyypilliset ominaispiirteensä. Kiusaaja ei kuitenkaan aina välttämättä ole aggressiotilassa kiusaamistilanteessa. (Salmivalli, 1998, 29.) Kiusaamista

ei ole se, että kaksi suunnilleen saman vahvuista koululaista riitelee tai tappelee keskenään. Kiusaamista ei myöskään ole se, että oppilasta kiusoitellaan leikkimielisesti.” (Kämppe ym., 2010, 87.) Tunnetaitojen ja kaveritaitojen merkitys juuri koulukiusaamisen ehkäisyssä onkin suuri. Hyvät kaveritaidot edesauttavat ylläpitämään ja synnyttämään kaverisuhteita, näin olleen yhteenkuuluvuus ja luokan hyvinvointi kasvavat, mikä taas vähentää yksinäisyyttä ja kiusaamista.

Lähteet

- Ahtola, A., & Ahtola, A. (2012). Proactive and preventive student welfare activities in Finnish preschool and elementary school: Handling of transition to formal schooling and a national anti-bullying program as examples Turun yliopisto; University of Turku. Retrieved from <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-29-5157-4>
- Ahtola, A., Haataja, A., Kärnä, A., Poskiparta, E., & Salmivalli, C. (2013). Implementation of anti-bullying lessons in primary classrooms: How important is head teacher support? *Null*, 55(4), 376-392. doi:10.1080/00131881.2013.844941
- Avola, P., Pentikäinen, V., & Kuusniemi, E. (2019). Kukoistava kasvatust : Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja. Espoo: BEEhappy Publishing. Retrieved from <https://oula.finna.fi/Record/oy.9917485243906252>
- Cacciatore, R., & Opetushallitus. (2007). Aggression portaat : Opetusmateriaali kouluille. Helsinki : Opetushallitus . Retrieved from <https://oula.finna.fi/Record/oy.9910012293906252>
- Davis, S. K. (2012). The influence of emotional intelligence (EI) on coping and mental health in adolescence: Divergent roles for trait and ability EI. *Journal of Adolescence* (London, England.), 35(5), 1369-1379. doi:10.1016/j.adolescence.2012.05.007
- Denham, S. A. (2003). Preschool emotional competence: Pathway to social competence? *Child Development*, 74(1), 238-256. doi:10.1111/1467-8624.00533
- Eisenberg, N. (2000). Dispositional emotionality and regulation: Their role in predicting quality of social functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(1), 136-157. doi:10.1037/0022-3514.78.1.136
- Eriksson, P., & Kovalainen, A. (2008). Qualitative research in business studies. London: Sage Publications.
- Eskola, J., & Suoranta, J. (1998). Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino. Retrieved from <https://finna.fi/Record/aalto.992310044406526>
- Evans, D. (2008). Teoksessa C. webb & B.ross reviewing research evidence for nursing practice: Systematic reviews Blackwell Publishing. Retrieved from <https://research.edgehill.ac.uk/en/publications/eba40065-c7eb-438a-bdd3-05179437bc87>

- Garandeau, C. F., Vartio, A., Poskiparta, E., & Salmivalli, C. (2016). School bullies' intention to change behavior following teacher interventions: Effects of empathy arousal, condemning of bullying, and blaming of the perpetrator. *Prevention Science*, 17(8), 1034-1043. doi:10.1007/s11121-016-0712-x
- Haapsalo, T., Kirkkopelto, K., & Repo, L. (2016a). *Mun ja sun juttu! : Lasten sosiaalisten taitojen vahvistaminen kiusaamisen ehkäisyssä*. Helsinki: Lasten Keskus. Retrieved from <https://oula.finna.fi/Record/oy.9915540353906252>
- Haapsalo, T., Kirkkopelto, K., & Repo, L. (2016b). *Mun ja sun juttu! : Lasten sosiaalisten taitojen vahvistaminen kiusaamisen ehkäisyssä*. Helsinki: Lasten Keskus. Retrieved from <https://oula.finna.fi/Record/oy.9915540353906252>
- Haataja, A., Voeten, M., Boulton, A. J., Ahtola, A., Poskiparta, E., & Salmivalli, C. (2014). The KiVa antibullying curriculum and outcome: Does fidelity matter? *Journal of School Psychology*, 52(5), 479-493. doi:<https://doi.org/10.1016/j.jsp.2014.07.001>
- Hamarus, P., Holmberg-Kalenius, T., & Salmi, S. (2015). *Opas kiusaamisen jälkihoitoon*. Jyväskylä: PS-kustannus. Retrieved from <https://finna.fi/Record/3amk.140802>
- Hirsjärvi, S., Remes, P., & Sajavaara, P. (2004). *Tutki ja kirjoita (10., osin uud. laitos ed.)*. Helsinki: Tammi. Retrieved from <https://finna.fi/Record/aalto.993027474406526>
- Hirsjärvi, S., Remes, P., & Sajavaara, P. (2009). *Tutki ja kirjoita (15. uud. p. ed.)*. Helsinki: Tammi. Retrieved from <https://oula.finna.fi/Record/oy.9910419863906252>
- Junttila, N., Kasvatustieteiden tiedekunta, Faculty of Education, Opettajankoulutuslaitos, & Department of Teacher Education. (2010). *Social competence and loneliness during the school years - issues in assessment, interrelations and intergenerational transmission*. Turun yliopisto). Retrieved from https://finna.fi/Record/utupub_diss.10024_59283
- Kallinen, T. & Kinnunen, T. *Etnografia*. Teoksessa J. Vuori (toim.) *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Haettu 25.6.2021 osoitteesta: <https://www.fsd.tuni.fi/palvelut/menetelmaopetus/>.

- Kallio, T. J. (2006). Laadullinen review -tutkimus metodina ja yhteiskuntatieteellisenä lähestymistapana Tampere : Hallinnon tutkimuksen seura. Retrieved from https://finna.fi/Record/doria.10024_36897
- Kirves, L., & Stoor-Grenner, M. (2010). Kiusaavatko pienetkin lapset?. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto ; Folkhälsan. Retrieved from <https://oula.finna.fi/Record/oy.9910896503906252>
- Kokkonen, M. (2017). Ihastuttavat, vihasuttavat tunteet : Opi tunteiden säätelyn taito (3., uudistettu painos ed.). Jyväskylä: PS-kustannus. Retrieved from https://oula.finna.fi/Record/oy_electronic_oy.9915682323906252
- Kokkonen, M. (2005). Sosioemotionaaliset taidot opettajan pääomana. Teoksessa L. Kannas & H. Tyrväinen (toim.) Virikkeitä terveystiedon opetukseen. Jyväskylän yliopisto, Terveyden edistämisen tutkimuskeskuksen julkaisuja 3, 67–77.
- Korhonen, R., Rönkkö, M., Aerila, J., & Rauman opettajankoulutuslaitos. (2010). Pienet oppimassa : Kasvatuksellisia näkökulmia varhaiskasvatukseen ja esiopetukseen. Rauma: Turun yliopiston opettajankoulutuslaitos, Rauman yksikkö. Retrieved from <https://oula.finna.fi/Record/oy.9911249743906252>
- Laaksonen, V. (2014). Lasten vertaissuhdetaitojen kehittäminen - näkökulmia kiusaamisen ehkäisemiseen. Prologi : Puheviestinnän Vuosikirja, , 59-64. Retrieved from <https://oula.finna.fi/Record/arto.017581784>
- Lahtinen, A., & Rantanen, J. (2019). Tunnetaidot opetustyössä : Opas haastaviin tilanteisiin. J y v ä s k y l ä : P S - k u s t a n n u s . Retrieved from https://oula.finna.fi/Record/oy_electronic_oy.9916622693906252
- Lämsä, A. (2009). Mun on paha olla : Näkökulmia lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin. J y v ä s k y l ä : P S - K u s t a n n u s . Retrieved from <https://oula.finna.fi/Record/oy.9910393863906252>
- Metsämuuronen, J. (2011). Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Helsinki: International Methelp Oy.
- Nurmi, P., Schulman, M., Kaltiala-Heino, R., Marttunen, M., Röning, T., Kivikkokangas, S., et al. (2013). Lapsen ja nuoren viha. Jyväskylä: PS-kustannus. Retrieved from <https://oula.finna.fi/Record/oy.9912198513906252>

- Olweus, D., & Mäkelä, M. (1992). Kiusaaminen koulussa. Helsingissä: Otava. Retrieved from <https://oula.finna.fi/Record/oy.992388153906252>
- Repo, L. (2015). Pienet lapset ja kiusaamisen ehkäisy (2., uudistettu painos ed.). Jyväskylä: P S - k u s t a n n u s . Retrieved from https://oula.finna.fi/Record/oy_electronic_oy.9916467193906252
- Salmivalli, C. (1998). Koulukiusaaminen ryhmäilmionä. Helsinki: Gaudeamus. Retrieved from <https://finna.fi/Record/oy.995616393906252>
- Tuomi, J., & Sarajärvi, A. (2009). Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi (6. uud. laitos ed.). Helsinki: Tammi. Retrieved from <https://finna.fi/Record/aalto.995739304406526>
- Zins, J. E., Bloodworth, M. R., Weissberg, R. P. & Wahlberg, H. (2004). The Scientific Base Linking Social and Emotional Learning to School Success. Teoksessa J. E. Zins, M. R. Bloodworth, R. P. Weissberg, M. Wang & H. J. Wahlberg (toim.), Building Academic Success on Social and Emotional Learning. What the Researcher Says. New York: Teachers College Press, 3-22
- Helsingin kaupunki, <http://www.kaskonuutiskirje.fi/etusivu/tunne-ja-vuorovaikutustaitojen-opettaminen-vahvisti-selvasti-oppilaiden-sosiaalisia-taitoja-ja-paransi-luokkien-ilmapiiria.html> Hakupäivä 22.8.2021
- Opettaja-lehti <https://www.opettaja.fi/tyossa/kun-hyva-on-mennyt-piiloon-oppilaan-vakivaltaisen-kaytoksen-takana-on-pulmia-tunteiden-saatelyssa/> Hakupäivä 22.8.2021 (OAJ)
- Opetussuunnitelman perusteet
https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf
- Yle <https://yle.fi/uutiset/3-11875010>
- Yle <https://yle.fi/uutiset/3-11837166>

