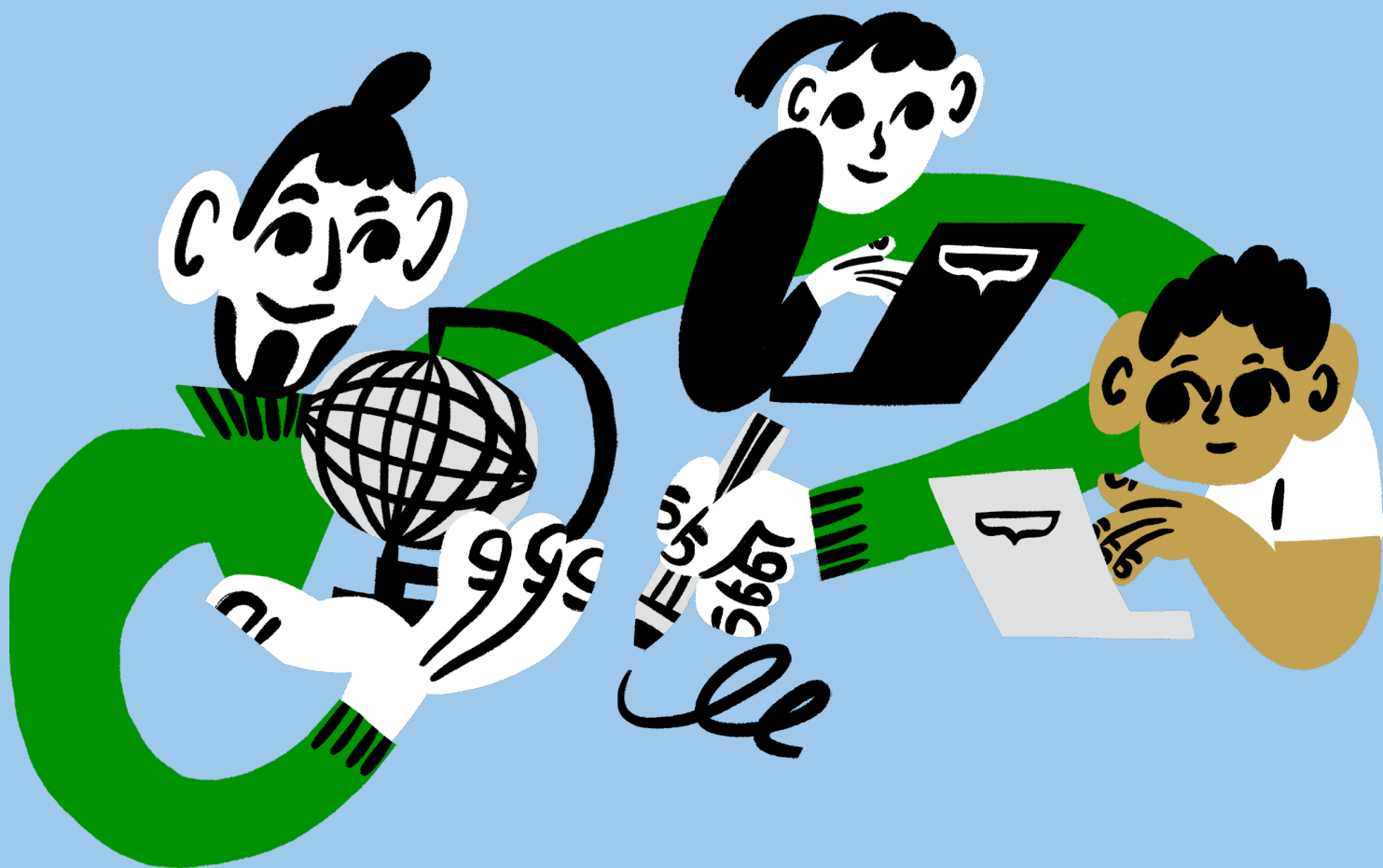


# HAAVA

tietoa kiusaamisväkivallasta



## Sisällys

Mitä kiusaamisväkivalta on? .....	3
Kiusaamista vai kiusaamisväkivaltaa? .....	4
Klikkiytyminen ja ryhmäpaine .....	5
Leimaaminen .....	7
Identiteettiin ja taustaan perustuva kiusaamisväkivalta .....	8
Digitaalinen kiusaamisväkivalta .....	9
Roolit kiusaamisväkivaltilanteissa .....	10
Rikoksen tunnusmerkistön täyttävä kiusaamisväkivalta .....	11
Kiusaamisväkivallan seuraukset .....	12
Kiusaamisväkivallan kokijan tukeminen .....	14
Kiusaamisväkivallan tekijän tukeminen .....	15
Lisätietoa ja ohjeita .....	17



# Mitä kiusaamisväkivalta on?

Kiusaamisväkivallalla tarkoitetaan tilannetta, jossa yksi tai useampi henkilö kohtelee toista toistuvasti ja tahallisesti loukkaavalla, syrjivällä tai vahingoittavalla tavalla.

## Kiusaamisväkivalta voi olla esimerkiksi:

**Fyysisen koskemattomuuden loukkaamista:** tönimistä, lyömistä, läpsimistä, kamppaamista, liikkumisen estämistä tai luvaton koskettamista.

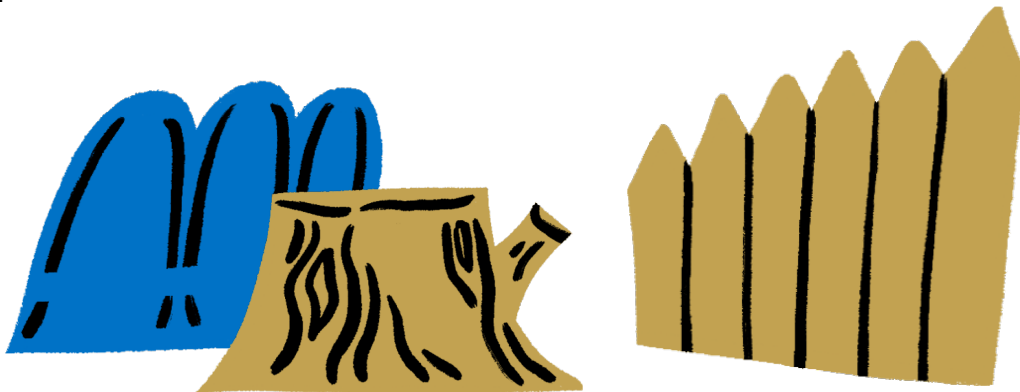
**Sanallista:** haukkumista, pilkkaamista, nimittelyä tai erilaisten leimojen keksimistä.

**Sosiaalista:** yksin jättämistä, näkymättömäksi tekemistä ryhmätilanteissa, valheiden ja ilkeiden puheiden levittämistä tai eristämistä esimerkiksi luokan, harrastus- tai virtuaaliryhmän sosiaalisesta kanssakäymisestä.

Kiusaamisväkivaltaan liittyy vallankäyttöä, joka voi olla fyysistä, henkistä, sosiaalista tai yhdistelmä näitä. Puolustautuminen väkivaltatilanteessa on vaikeaa, koska väkivallan kokija on usein yksin ja väkivallan tekijät toimivat ryhmässä. Kokija voi myös pelätä, että kiusaaminen pahenee tai raaistuu, jos hän ryhtyy puolustamaan itseään. Pitkäkestoinen kiusaamisväkivalta vaikuttaa itsetuntoon ja omanarvontuntoon, jolloin puolustautuminen on entistä vaikeampaa.

Kiusaamisväkivalta ja epäasiallinen käytös eivät rajoitu lasten tai nuorten väliseen vuorovaikutukseen, vaan väkivallan tekijät voivat olla myös aikuisia. Valmentajien, opettajien, ohjaajien tai vanhempien väkivaltainen käytös vaikuttaa lasten ja nuorten turvallisuuden tunteeseen ja hyvinvointiin. Toimintaympäristöissä hyväksytyt tai odotetut toimintatavat kuten rajua fyysistä kontaktia, seksistinen puhekuiltuuri tai syrjinnän hyväksyminen voivat johtaa yksilöiden kiusaamiseen.

Kiusaamisväkivalta ei ole vain hetkellinen tapahtuma, vaan se jättää syviä haavoja, jotka eivät aina näy päällepäin. Nämä haavat vaikuttavat pitkäkestoisesti kiusaamisväkivallan kokijan itsetuntoon, turvallisuuden tunteeseen ja mielen hyvinvointiin. On tärkeää ymmärtää näitä vaikutuksia, jotta voimme tarjota oikeanlaista tukea ja pysäyttää väkivallan kierteen.



# Kiusaamista vai kiusaamisväkivaltaa?

Sanavalinnat muokkaavat asenteita ja toimintatapoja. Kiusaaminen on usein liian pehmeä ilmaisu teoille, jotka täyttävät väkivallan tunnusmerkit.

**Kiusaamisväkivalta -sanon käyttäminen on tärkeää muun muassa seuraavista syistä:**

- Kiusaaminen tuo mieleen monille melko harmittoman naljailun, lasten tai nuorten väliset erimielisyydet ja ristiriitatilanteet. Puhuttaessa väkivallasta ymmärretään, että kyse on vakavasta ja vahingoittavasta toiminnasta, joka on tahallista, usein toistuvaa ja uhka turvallisuudelle.
- Monet teot, joita kouluissa tai harrastuksissa kutsutaan kiusaamiseksi, ovat Suomen lain mukaan rikoksia. Esimerkiksi töniminen on pahoinpitelyä, haukkuminen voi olla kunnianloukkaus ja uhkailu on laiton uhkaus. Kiusaamisväkivalta-sanan käyttäminen muistuttaa, että mikään ympäristö, kuten koulu tai vapaa-ajanviettopaikka, ei ole lakivapaa vyöhyke.
- Kiusatuksi joutuminen jättää usein syvät traumaattiset jäljet. Kun ilmiöstä puhutaan väkivaltana, uhrin kokemus otetaan vakavammin. Se poistaa häpeää ja alleviivaa sitä, että uhri ei ole osasyllinen tilanteeseen, vaan väkivallan kohde.
- Väkivaltaan puuttuminen on aina aikuisten velvollisuus. Niin kauan kuin puhutaan vain kiusaamisesta, tilanne saatetaan nähdä lasten tai nuorten välisenä vuorovaikutusongelmana. Ei ole heidän vastuullaan selvittää ongelmaa keskenään, vaan tarvitaan aikuisten jämää puuttumista ja selkeiden rajojen asettamista.



# Klikkiytyminen ja ryhmäpaine

Ihmisellä on luontainen tarve kuulua ryhmään ja olla merkityksellinen osa yhteisöä. Klikkiytyminen vastaa tähän perustarpeeseen ja vahvistaa turvallisuuden tunnetta.

Kun esimerkiksi koululuokan tai muun suuremman ryhmän sisälle muodostuu pienempiä, suljettuja ryhmittymiä, niihin on muiden vaikeaa tai mahdotonta päästä mukaan. Tällainen klikkiytyminen ei välttämättä johda kiusaamisväkivaltaan, mutta se voi johtaa siihen, että ryhmittymän ulkopuoliset henkilöt tai muut ryhmittymät koetaan uhkina tai vastustajina.

Klikin sisällä vallitsee usein voimakas me-henki ja yhdenmukaisuuden paine. Tämä voi aiheuttaa sen, että klikin ulkopuolella olevat nähdään huonompina, vähempiarvoisina tai vääränlaisina. Voimakas klikkiytyminen voi johtaa joidenkin ryhmän jäsenten ulossulkemiseen.

Ryhmäpaine ohjaa ihmisten sosiaalista toimintaa pääosin tiedostamattomalla tasolla. Etenkin nuoruudessa on tyypillistä, että halutaan miellyttää omaa vertaisryhmää. Toisaalta halutaan välttää tilanteita, joissa on mahdollista joutua vertaistensa halveksunnan kohteeksi. Ryhmäpaine myös lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta. Sitä ilmaistaan esimerkiksi yhtenäisellä pukeutumisella, musiikkimaulla, mielipiteillä ja arvoilla.

On tärkeää, että lapset ja nuoret oppivat tiedostamaan ryhmäpaineen olemassaolon ja sen vaikutukset omaan sekä muiden käyttäytymiseen. Asian ymmärtäminen edesauttaa hyvän ryhmähengen syntymiseen ja kannustaa kiusaamisväkivaltaan puuttumiseen.

Ryhmässä toimivat aikuiset voivat vaikuttaa ryhmässä vallitseviin arvoihin, käytösmalleihin ja itseilmaisuun. Esikuvana tai jopa roolimallina toimiva aikuinen asettaa omalla käytöksellään esimerkin sallitusta ja ei-toivotusta käytöksestä ja arvoista. Kannustava, arvostava, hyväksyvä ja mukaan ottava aikuinen luo hyvin erilaista ryhmäkulttuuria kuin tiuskiva, vähättelevä ja aggressiivinen aikuinen.



Ryhmäpaine voi toimia positiivisesti esimerkiksi silloin, kun ryhmä kannustaa ja rohkaisee jäseniään hyviin suorituksiin. Positiivinen ryhmäpaine ennaltaehkäisee kiusaamisväkivaltaa tilanteessa, jossa ryhmän sisäinen normisto ei hyväksy keneenkään sen jäsenen kohdistuvaa loukkaavaa käytöstä tai ulossulkemista. Tällöin väkivalta ei ole ryhmän silmissä hyväksyttävää, ja ryhmän jäsenet pyrkivät toimimaan sen ehkäisemiseksi.

Negatiivinen ryhmäpaine houkuttelee tai painostaa ryhmän jäseniä tekemään asioita, joita he eivät välttämättä muuten tekisi, ja jotka vaikuttavat ryhmän jäsenten hyvinvointiin haitallisesti. Ryhmäpaine voi saada ihmisen muuttamaan käytöstään, arvojaan tai asenteitaan sekä toimimaan tavalla, jonka tietää olevan väärin tai vastoin omia periaatteita. Se voi saada esimerkiksi kiusaamaan muita tai osallistumaan kiusaamisväkivaltatilanteisiin joko aktiivisesti tai passiivisena sivustaseuraajana. Ryhmäpainetta voi olla vaikea vastustaa, koska vaarana on joutua itse ryhmän ulkopuolelle tai kiusaamisväkivallan kohteeksi.

Ryhmäpainetta ylläpidetään myös sanattoman viestinnän avulla. Eleet, ilmeet ja kehonkieli kertovat ryhmän jäsenten välisistä suhteista ja asenteista muita ihmisiä kohtaan. Hiljainen kiusaamisväkivalta tapahtuukin yleensä muilta piilossa erilaisten eleiden ja ilmeiden kautta. Esimerkiksi nauraminen, hymyily, äänensävy, matkiminen, silmien pyörittely, huokailu, selän kääntäminen ja huomiotta jättäminen ovat hiljaisen kiusaamisen muotoja, joiden huomaaminen arjessa voi olla haastavaa.

## Kiusaamisväkivalta jää usein piiloon

### Häirintä yrittää piiloutua/oikeuttaa itseään

"Se oli vain vitsi!"

"Tässä on nyt käynyt joku väärinkäsitys."

"Mutta sinä itsehän flirttailit minulle!"

"Ei meidän seurassa ole sääntöjä, ei tällaista ole mitenkään kielletty."

"Tämä nyt vain kuuluu urheiluun, sinun tulee opetella sietämään sitä!"

"Menestyksen eteen pitää olla valmis tekemään mitä tahansa."

"Ei tuo asia kuulu meille, se on niiden välinen juttu."

"Jos sanon jotain, joudun itse ongelmiin."

# Leimaaminen

Kiusaamisväkivallan kohteeksi joutuneen leimaaminen tai jopa mustamaalaaminen on tapa saada väkivallan kohde erottumaan ryhmästä kielteisellä tavalla ja siten oikeuttaa väkivalta.

Näistä leimoista tulee helposti ainoa totuus väkivallan kohteesta, eikä niiden todenperäisyyttä kyseenalaisteta. Jopa aikuiset voivat tietämättään tai ymmärtämättään osallistua leimaamiseen ottamalla puheeksi piirteitä, jotka liittyvät näihin leimoihin.

Leiman antaminen luokittelee ja alistaa ihmisen tiettyyn asemaan ja saa hänet pysymään siinä. Leima on ulkopuolelta tuotettu oletus siitä, kuka tai mikä leiman kohde on, ja mihin hän kelpaa. Tarkoituksena on oikeuttaa toista alistava käytös ilman, että se nähdään vääränä tai tuomittavana. Ei ole kuitenkaan ole millään lailla oikeutettua antaa kiusaamisväkivallan kokijalle leimoja tai toimia epäkunnioittavasti häntä kohtaan.

Leimat ovat yleensä hyvin pysyviä. Niitä on vaikeaa, tai jopa mahdotonta, kenenkään yksin muuttaa. Moni kiusaamisväkivaltaa kokenut kertoo, että leima on pysynyt, vaikka hän on vaihtanut ryhmää tai koulua.

Kiusaamisväkivallan jatkuessa leima alkaa vaikuttaa kielteisesti lapsen tai nuoren identiteettiin, minäkuvaan ja itsetuntoon. Kiusaamisväkivallan kokija alkaa lopulta uskoa, että se, mitä hänestä sanotaan, on totta, ja identiteetti alkaa muodostua huonommuuden ja kelpaamattomuuden ympärille. Jos ympäröivät aikuiset tai kaverit lisäksi vähättelevät lapsen tai nuoren kokemusta, hän usein hiljenee tai sulkeutuu. Hän yrittää vain sinnitellä ja pitää kokemansa väkivallan sisällään.

Myös kiusaamisväkivallan tekijäksi voi leimautua, mikä voi vaikuttaa tekijän hyvinvointiin ja kykyyn oppia uusia toimintatapoja. Pahaksi, rikkonaiseksi tai kelpaamattomaksi itsensä kokeva väkivallan tekijä saattaa hyväksyä saamansa leiman, eikä koe tarvetta muuttaa käytöstään.



# Identiteettiin ja taustaan perustuva kiusaamisväkivalta

Kiusaamisväkivalta kohdistuu usein asioihin, jotka tekevät ihmisestä "erilaisen" valtaväestöön nähden. Kun väkivalta liittyy ihmisen identiteettiin tai taustaan, se on lain näkökulmasta syrjintää.

## Erityiset haavoittuvuustekijät:

- **Etninen tausta ja kieli:** Racistista kiusaamisväkivaltaa tai syrjintää esimerkiksi ulkonäön tai äidinkielen perusteella.
- **Sateenkaarilapset ja -nuoret:** Sukupuoli-identiteettiin tai seksuaaliseen suuntautumiseen kohdistuva häirintää.
- **Vammaisuus ja neurokirjo:** Kiusaamisväkivaltaa, joka kumpuaa ymmärtämättömyydestä apuvälineitä tai motoristen ja sosiaalisten taitojen erilaisuutta kohtaan.
- **Uskonto ja vakaumus:** Syrjintää perheen tapojen, pukeutumisen tai uskonnon perusteella.
- **Perhemuodot ja sosioekonominen asema:** Kiusaamisväkivaltaa esimerkiksi pienituloisuuden tai sateenkaariperheaseman perusteella.

Kaikenlaiseen syrjintään on puututtava erityisellä painolla. Vähemmistöön kuuluva ihminen voi kokea, ettei kiusaamisväkivalta kohdistu vain hänen toimintaansa, vaan hänen koko ihmisarvoonsa ja identiteettiinsä. Tämä lisää huomattavasti riskiä syrjäytymiseen ja vakaviin mielenterveyden haasteisiin.

## Koulut ja vapaa-ajan toimintaa järjestävät yhteisöt ovat keskeisessä roolissa syrjinnän ehkäisyssä. Keinoja ehkäistä vähemmistöasemaan perustuvaa kiusaamisväkivaltaa ovat:

- **Varhainen ja määrätietoinen puuttuminen:** Aikuisten on tehtävä selväksi, että kenenkään identiteettiä ei saa pilkata.
- **Representaation vahvistaminen:** Huolehditään, että moninaisuus näkyy positiivisessa valossa toimipaikkojen arjessa.
- **Turvallisen tilan luominen:** Luodaan ilmapiiri, jossa jokainen saa olla oma itsensä ilman pelkoa leimatuksi joutumisesta. Luodaan yhdessä konkreettiset turvallisemman tilan periaatteet.

# Digitaalinen kiusaamisväkivalta

Verkossa tapahtuva digitaalinen kiusaamisväkivalta on usein yhteydessä muuhun kiusaamiseen.

Se voi olla esimerkiksi haukkumista, nöyryyttämistä, uhkailua, pelottelua tai kiristämistä, Digitaalista väkivaltaa on myös asiattoman sisällön tai seksuaalisten viestien lähettäminen, valeprofiilin tekeminen sekä tietojen, valokuvien, videoiden tai perättömien valheiden levittäminen. Väkivalta voi alkaa verkossa ja siirtyä siitä reaali maailmaan tai toisinpäin.

Kynnys osallistua kiusaamisväkivaltaan verkossa on matala. Väkivaltaan on helppo mennä mukaan esimerkiksi tykkäyksiä ja emojeita käyttämällä. Kun toisen pahaa mieltä ei näe, myötätuntoa ei synny samalla tavalla kuin kasvokkain. Koetaan, että digitaalisessa maailmassa pätevät eri käyttäytymissäännöt. Asiattoman toiminnan kautta saatu huomio, hyväksyntä tai jopa raha motivoivat jatkamaan väkivaltaa.

Verkossa tapahtuvaan kiusaamisväkivaltaan voi osallistua laajakin joukko ihmisiä, jotka eivät edes tunne kohdetta. Digitaalista väkivaltaa käyttävä saattaa luulla, että verkossa voi kirjoittaa toisesta mitä tahansa joutumatta vastuuseen.

Verkossa levitetty materiaali voi kopioitua useisiin verkkopalveluihin ja lukuisten käyttäjien laitteille. Sieltä voi olla hankala saada pois sinne kerran ladattua materiaalia. Asiattomaan käyttäytymiseen liittyvien viestien ja kuvien tallentaminen todisteeksi digitaalisesta väkivallasta auttaa viemään asiaa eteenpäin ja lopettamaan materiaalien leviämisen.

Digitaalinen kiusaamisväkivalta on vähintään yhtä haitallista ja vakavaa kuin muukin kiusaamisväkivalta. Internet on läsnä lähes jokaisen nuoren ja monen lapsenkin elämässä. Verkon välityksellä lasta tai nuorta voi lähestyä vuorokauden ympäri ja kiusaamisväkivallalta ei pääse karkuun edes kotona.

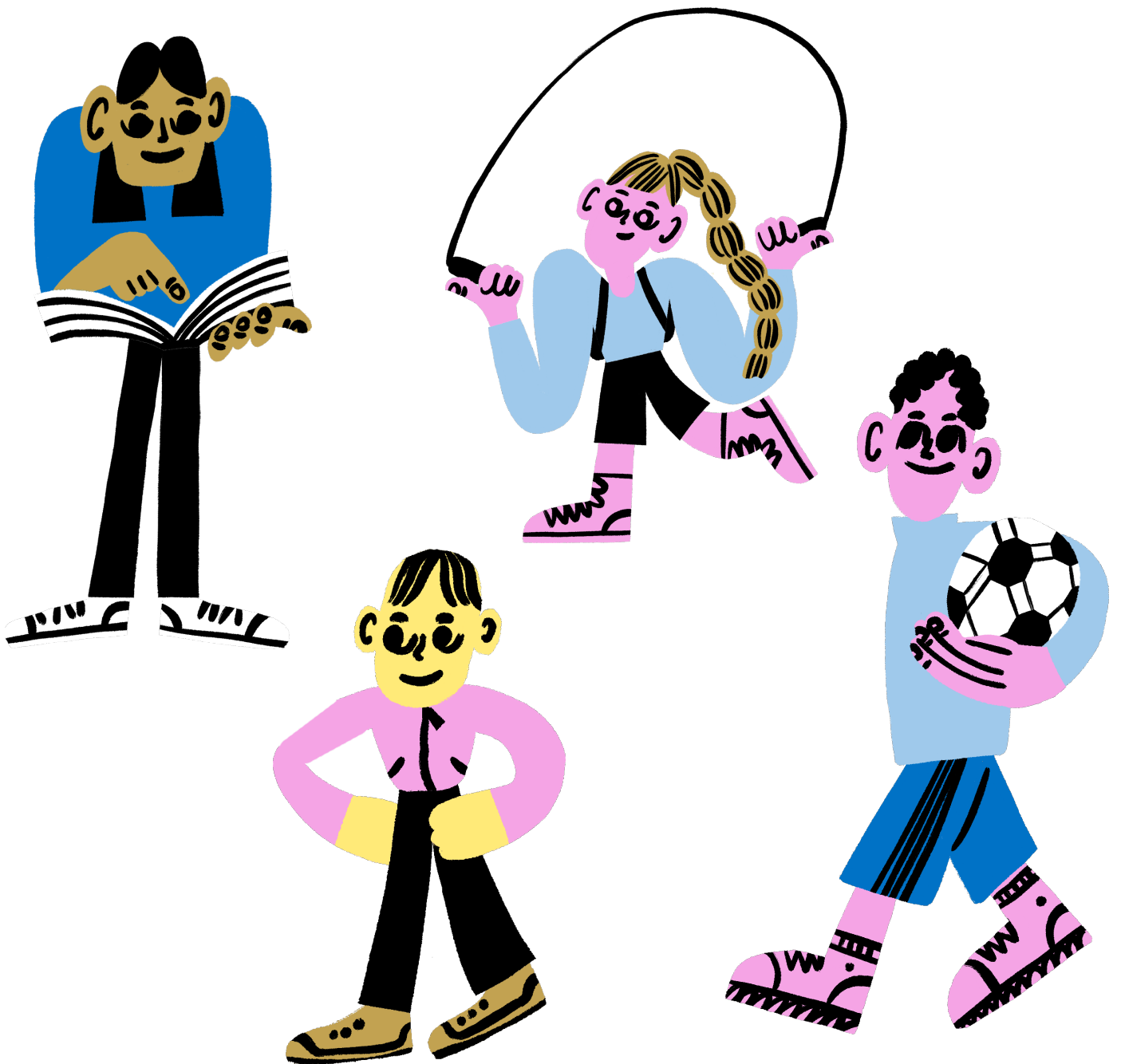
Sosiaalisen median ryhmissä kiusaamisväkivalta voi ilmetä esimerkiksi ryhmästä eristämisenä tai poistamisena. Kiusaamisväkivaltaa voi tapahtua myös ryhmässä, jossa lapsi tai nuori ei ole itse mukana, jolloin hänellä ei ole mitään mahdollisuutta puolustautua.



# Roolit kiusaamisväkivaltilanteissa

Roolin ottaminen on sosiaalisten taitojen oppimiseen ja identiteetin kehitykseen kuuluva tärkeä prosessi.

Erialaisten roolien ottamisen taito auttaa ihmistä liittymään sosiaalisesti muihin. Roolit ovat välttämättömiä hyvin toimivassa ryhmässä. Oman roolin tiedostaminen ryhmässä tuo turvaa ja jatkuvuuden tunnetta. Ryhmän roolit syntyvät keskinäisessä vuorovaikutuksessa, jossa jokaiselle ryhmän jäsenelle kehittyy rooli tai useampia rooleja. Roolit voivat olla vakiintuneita tai vaihdella tilanteesta toiseen.



**Kiusaamisväkivaltilanteissa muodostuu useita erilaisia rooleja. Roolit voidaan jaotella esimerkiksi alla olevalla tavalla (mukailen Salmivalli, 1998: Koulukiusaaminen ryhmäilmionä):**

- **Kiusaaja (kiusaamisväkivallan tekijä)** aloittaa kiusaamisväkivallan ja saattaa yllyttää tai painostaa muita mukaan epäasialliseen käytökseen.
- **Kiusatuksi (kiusaamisväkivallan kokijaksi)** voi joutua kuka tahansa. Erityisen herkästi kiusaamisväkivallan kohteeksi joutuu lapsi tai nuori, joka on epävarma, arka, ujo tai hiljainen. Hän voi olla muulla tavalla jo valmiiksi haavoittuvassa asemassa, esimerkiksi uusi oppilas luokassa, maahanmuuttajataustainen tai erityispiirteinen lapsi tai nuori.
- **Kiusaajan apuri** on mukana tilanteessa avustajana. Joskus apuri hoitaa ”likaisen työn” eli väkivaltaisen käytöksen ja toiminnan ja varsinainen kiusaaja pysyttelee taustalla.
- **Puolustaja** asettuu kiusatun puolelle tai tueksi ja saattaa yrittää saada muut lopettamaan vääräksi koetun toiminnan. Puolustajan rooli vaatii rohkeutta, sillä siinä on riski joutua myös itse kiusatuksi tai ulkopuolelle jätetyksi.
- **Vahvistaja** antaa myönteistä palautetta kiusaamisväkivaltaa käyttävälle esimerkiksi nauramalla, kannustamalla tai katsomalla tilannetta läheltä.
- **Sivustaseuraaja eli hiljainen todistaja** näkee tai kuulee kiusaamisväkivallan, mutta ei puutu siihen. Toiminnallaan tai toimimattomuudellaan hän tukee väkivaltaa, vaikka hän ei hyväksyisi käytöstä. Hiljaisuus voi johtua pelosta, tilanteen ahdistavuudesta, omasta aiemmasta kiusaamiskokemuksesta tai epätietoisuudesta siitä, mitä tilanteessa pitäisi tehdä.
- **Ulkopuolinen** pysyy sivummalla. Hän ei näe tai kiinnitä huomiota kiusaamisväkivaltilanteeseen.

Vahvistajien, sivustaseuraajien ja ulkopuolisten rooleja ei usein huomioida, vaikka heidän toimintansa mahdollistaa ja ylläpitää kiusaamisväkivaltaa. Luokassa tai harrastusryhmässä vallitsevat ääneen lausumattomat säännöt eli sisäiset normit voivat vaikuttaa näissä muissa rooleissa oleviin ja tukea kiusaamisväkivaltaa.



# Rikoksen tunnusmerkistön täyttävä kiusaamisväkivalta

Rikokseksi luokiteltavaa kiusaamisväkivaltaa voi olla muun muassa lievä pahoinpitely tai pahoinpitely, kiristys, vahingonteko, näpistys, varkaus, uhkailu, kunnianloukkaus tai vapauden riisto. Myös vainoaminen, viestintärauhan rikkominen ja yksityiselämää koskevan tiedon levittäminen voivat olla rangaistavia tekoja.

15-vuotiaat ja sitä vanhemmat ovat rikosoikeudellisessa vastuussa rikoksen tunnusmerkistön täyttävästä kiusaamisväkivallasta. Alle 15-vuotiaan tekemästä rikollisesta teosta poliisi tekee lastensuojeluilmoituksen ja ilmoittaa tapahtuneesta huoltajille.

Poliisilta voi pyytää matalalla kynnyksellä konsultaatiota ja tukea kiusaamisväkivaltaan liittyvissä tilanteissa. Tukea tarvitsevan ei tarvitse tietää, täyttyykö rikoksen tunnusmerkistö.

Kiusaamisväkivallan vakavuuden mittarina ei tule pitää rikoksen tunnusmerkistön täyttymistä. Kiusaamisväkivalta asettaa aina väkivallan kohteen haavoittuvaan asemaan ja kokemukset voivat olla syvästi traumatisoivia.

## Kiusaamisväkivallan seuraukset

Kiusaamisväkivallalla voi olla pitkäkestoiset seuraukset sekä väkivallan kokijalle että tekijälle.

### Kokijalle tyypillisiä seurauksia ovat:

- sosiaalisten tilanteiden pelko
- heikko itsetunto
- huonommuuden ja kelpaamattomuuden kokemus
- kielteiset ajatukset itsestä ja omasta identiteetistä
- fyysiset oireet, kuten kivun ja epämukavuuden tuntemukset

Kiusaamisväkivalta voi pitkittyessään johtaa mielenterveyshaasteisiin, kuten ahdistukseen, itsetuhoisuuteen tai paniikkioireiluun.

Näitä seurauksia hoidetaan yleensä oireiden mukaisesti, vaikka itse kiusaamisväkivaltakokemusta ei olisi käsitelty. Kokemuksen käsittely on kokijan tulevaisuutta ajatellen kuitenkin tärkeää, jotta se ei jää häiritsemään elämää tai estämään siinä etenemistä. Esimerkiksi moni kiusaamisväkivaltaa kokenut ahdistuu ryhmätilanteista ja voi alkaa vältellä niitä.

# Kiusaamisväkivallan vaikutukset

Kiusaamisväkivallan tekijä on mahdollisesti itsekin kokenut väkivaltaa jossakin elämänsä vaiheessa.

Tekijä voi olla oppinut saavansa haluamansa väkivaltaa käyttämällä. Hän on voinut omaksua tavan manipuloida toisia valta-aseman saamiseksi. Tällaisen käyttäytymisen jatkuminen voi johtaa väheksyvään, leimaavaan, alistavaan ja väkivaltaiseen käytökseen ihmissuhteissa. Väkivalta voi muuttua normaaliksi ja odotetuksi tavaksi toimia toisten ihmisten kanssa, mikäli sen olemassaoloa ei tunnisteta.

Kotona, vapaa-ajalla, koulussa tai muissa ympäristöissä käytetty tai hyväksytty väkivaltainen käytös tukee väkivallan käyttämistä myös muissa, väkivallattomissa ympäristöissä ja suhteissa. Tekijä tunnistaa harvoin itsessään oman käytöksensä riskit tai muutoksen tarpeen, koska hän kokee hyötyvänsä saamastaan vallasta ja tulkitsee muiden hiljaisuuden hyväksynnäksi.

Tutkimukset osoittavat, että kouluaikana jatkuvasti kiusaamisväkivaltaa käyttäneet toimivat myös aikuisiän ihmissuhteissa väkivaltaisesti. Päihteiden käyttö ja yksinäisyyden, ulkopuolisuuden ja kelpaamattomuuden kokemus on heillä yleistä, samoin kuin väkivallan kohteeksi joutuneilla. Kiusaamisväkivalta on opittu toimintatapa, joka on muutettavissa. Mitä aikaisemmin tekijä oppii terveitä toimintatapoja ihmissuhteissaan, sen helpompi on muuttaa ihmissuhteita tuhoavia käyttäytymismalleja.

Kiusaamisväkivallalla on seurauksia myös sivusta seuraaville sekä yhteisölle, jossa sitä esiintyy. Väkivalta luo epävarmuutta ja herättää pelkoa. Yhteisöissä, joissa esiintyy väkivaltaa, ei voi koskaan tietää, onko turvassa, pääseekö mukaan ryhmään ja keneen voi luottaa. Epävarmuus luo ilmapiirin, jossa kaikki yhteisön jäsenet ovat varuillaan ja yrittävät turvata oman selustansa. Kun toisista välittäminen, empatia ja kannustaminen puuttuu, silloin puuttuu myös alusta yhteisöllisyyden ja tasa-arvon kasvamiselle.

## Miten häirintä ja väkivalta vaikuttavat?



## Kiusaamisväkivallan kokijan tukeminen

Kiusaamisväkivalta loppuisi, jos suuri enemmistö vastustaisi sitä näkyvästi ja äänekkäästi. Tällaista asennetta tulisi opettaa, sillä se olisi paras keino lopettaa kiusaamisväkivalta heti alkuunsa.

Myös väkivallalta puolustautumista tulisi opettaa. Sekä väkivallan vastustamisesta että siltä puolustautumisesta tulisi puhua avoimesti ja tuoda niitä esille toivottavana tapana toimia. Lisäksi aikuisten tulisi näyttää esimerkkiä puheeksi otosta sekä selvittää kaikki epäilyt kiusaamisväkivallan ilmenemisestä.

Ryhmäpaine voi toimia väkivaltaa käyttävien hyväksi. Kun väkivallan tekijöitä pelätään ja väkivallasta ja epäasiallisesta käytöksestä ei puhuta, tilanne usein pahenee hiljaisuuden varjossa ja kiusaamisväkivalta jatkuu.

Kiusaamisväkivallan kokijaa voi tukea ottamalla hänet huomioon, puhumalla hänelle sekä olemalla hänelle kaveri sellaisissa tilanteissa, joissa se tuntuu turvalliselta. Esimerkiksi sillä, että lähettää viestin ja kertoo, ettei hyväksy tapahtunutta, voi olla valtavan suuri vaikutus väkivallan kohteeksi joutuneelle.



# Kiusaamisväkivallan tekijän tukeminen

Kiusaamisväkivaltaan puuttuminen on sekä yksilön että yhteisön etu. Aggressiivinen käytös on usein oire, johon vastaamalla voidaan katkaista väkivallan kierre.

## Vastuunottaminen ja seurausten kantaminen

- **Selkeät rajat:** Viesti tekijälle on oltava selkeä. Kiusaamisväkivallan on loputtava välittömästi. Tekijän on ymmärrettävä, että teoilla on aina seuraukset (esim. kurinpitotoimet, korvausvelvollisuus).
- **Hyvittäminen:** Tekijän tulee tehdä jotain konkreettista yhteisön turvallisuuden palauttamiseksi. Pelkkä anteeksipyyntö ei riitä. Jos tekijälle tarjotaan mahdollisuus jatkaa yhteisön toiminnassa ja tehdä tekoja yhteisön hyväksi, toiminnalla saavutetut positiiviset vaikutukset voivat tukea muutosta käyttäytymisessä ja vahvistaa yhteisön yhteenkuuluvuutta.

## Käyttäytymisen taustojen ymmärtäminen

- **Oireilu:** Keskustelu tekijän kanssa voi auttaa tunnistamaan, onko väkivaltaisen toiminnan taustalla mahdollisesti pahaa oloa, stressiä tai diagnosoimattomia erityistarpeita (esim. neurokirjon piirteet).
- **Roolit:** Tekijän kanssa voi yhdessä pohtia, onko kiusaamisväkivalta ehkä tapa hakea hyväksyntää tai valtaa ryhmässä, ja miten tekijä voisi toimia jatkossa ryhmän jäsenenä.



## Uusien taitojen oppiminen

- **Empatiaharjoittelu:** Tekijän kanssa voi yhdessä pohtia, miltä väkivalta tuntuu kokijan näkökulmasta ja auttaa häntä asettumaan toisen ihmisen asemaan.
- **Tunnetaidot:** Tekijää voi auttaa löytämään toisenlaisia toimintatapoja suuttumuksen ja turhautumisen hetkellä.
- **Positiivinen huomio:** Autetaan tekijää löytämään rakentava rooli ryhmässä, jotta hän saa kaipaamaansa huomiota positiivisella tavalla.

## Aikuisten tuki ja yhteistyö

- **Koti ja koulu:** On tärkeää, että huoltajat ja koulu tekevät yhteistyötä ja ovat ”samalla puolella”, kun koulussa esiintyy kiusaamisväkivaltaa. Huoltajien tuki on avainasemassa uusien käyttäytymismallien vahvistamisessa.
- **Moniammatillinen tuki:** Kiusaaminen ja epäasiallinen käytös voivat vaikuttaa useassa eri ympäristössä. Koulussa alkanut kiusaaminen voi jatkua vapaa-ajan viettopaikoissa ja verkossa. Lasta tai nuorta tukemaan olisi hyvä löytää myös muita hänen elämässään olevia aikuisia. Tukea voi hakea esimerkiksi nuorisotyöntekijöiltä, opiskelijahuollosta, lastensuojelusta tai poliisin Ankkuri-toiminnasta.
- **Matalan kynnyksen palvelut:** Oman kotikunnan palveluiden lisäksi tukea on saatavilla myös useilta eri järjestöiltä. Maksuttomat, anonyymit ja valtakunnalliset palvelut tarjoavat tukea käyttäytymisen muuttamiseen sekä tekijöille että heidän lähellä oleville aikuisille.
- **Aktiivinen seuranta:** Käyttäytymisen ja toimintatapojen muuttaminen vie aikaa. Aikuisten on valvottava tilannetta tiiviisti ja annettava positiivista palautetta aina kun mahdollista.



## Lisätietoa ja ohjeita

Toivomme, että tämä tietopaketti on antanut sinulle tietoa kiusaamisväkivallasta ja rohkaisee ehkäisemään sitä. Tukea kiusaamisväkivaltaan puuttumiseen on tarjolla:

### **Kiusaamisasioiden tuki- ja neuvontakeskus Valopilkku**

Valopilkkun nettisivuilta löydät tietoa kiusaamisväkivallasta ja koulutuksista sekä materiaaleja ja ohjeita kiusaamisväkivaltatilanteisiin. Valopilkku järjestää vertaistukiryhmiä sekä kiusaamisväkivaltaa kokeneille lapsille ja nuorille sekä heidän läheisilleen.

Yhteystiedot ja ohjeita: [www.valopilkkuja.fi](http://www.valopilkkuja.fi)

### **Et ole yksin**

Väestöliiton Et ole yksin -palvelu auttaa ja neuvoo harrastavia lapsia, nuoria ja heidän huoltajiansa sekä myös ohjaajia, valmentajia ja muita harrastuksissa työskenteleviä aikuisia, jos he ovat kokeneet, kuulleet tai havainneet epäasiallista käytöstä harrastustoiminnassa.

Yhteystiedot ja ohjeita: [www.etoleyksin.fi](http://www.etoleyksin.fi)

## **Kiusaamisväkivalta satuttaa – siitä puhuminen ja siihen puuttuminen ei. Kannustamme sinua puhumaan ja puuttumaan.**

Ystävällisin terveisin,  
HAAVA Työryhmä 2026

### **Helsingin kaupunki, hyvinvoinnin edistämisen palvelut**

Elisa Prepula, Teija Tarkkinen ja Aino Poroila

### **Kiusaamisasioiden tuki- ja neuvontakeskus Valopilkku, Harjulan Setlementti ry**

Tina Holmberg-Kalenius ja Taru Jantunen

### **Et ole yksin!, Väestöliitto**

Mikko Kuronen

### **Espoon sirkus- ja teatterikoulu Esko**

Terhi Perälä

### **Oppaan taitto – Helsingin kaupunki, Hyvinvoinnin edistämisen palvelut**

Eeri Vähälä

### **Oppaan kuvitukset – Helsingin kaupungin aineistopankki**

Lille Santanen

**Harjulan  
setlementti**

Kiusaamisasioiden  
tuki- ja neuvontakeskus

**VALOPILKKU**  
[valopilkkuja.fi](http://valopilkkuja.fi)



**ESKO**  
ESPOON SIRKUS- JA TEATTERIKOULU

**Helsinki**