

## Voi taivas - puhetta nuoresta -podcast, osa Kiusaaminen

NH=Nonna Huotarinen

NJ=Niina Junttila

NH - Hei ja tervetuloa kuuntelemaan Puhetta nuoresta -podcastia, jossa keskustellaan alan asiantuntijoiden kanssa nuorten mielenterveyden kysymyksistä ja siitä, kuinka omaa nuorta voisi auttaa. Minun nimeni on **Nonna Huotarinen**. Tänäpä meidän vieraanamme on haastateltavana kasvatuspsykologian professori **Niina Junttila**, Right to belong -konsortion johtaja. Lämpimästi tervetuloa!

NJ - Kiitos!

NH - Kutsuttiin sinut keskustelemaan kiusaamisesta nuorten maailmassa. Lehdissä on viime vuosina ollut hyvin surullisia uutisia koulu- ja muista kiusaamistapauksista. Väkivaltaa on myös videoitu ja jaettu netissä. Ennen kuin jatketaan tätä raskaastakin teemasta, niin pistäydään kuitenkin ensin sinun työtaustassasi. Millä lailla kiusaaminen aiheena on liittynyt työhistoriaasi kasvatuspsykologian professorina ja muutoinkin?

NJ - Kiusaaminen, se tuntuu nousevan esille monessa eri asiassa, että vaikka tutkimukseni ovat keskittyneet yksinäisyyteen ja ulkopuolisuuteen, niin aika usein se kiusaaminen voi tai kiusatuksi tuleminen voi olla syynä sille, että vetäydyt pois muiden seurasta. Tai toisaalta se on ehkä liian usein myös syynä sille, että sinä otat ne omat nyrkit käyttöön tai alat käyttäytymään aggressiivisesti tai väkivaltaisesti muita kohtaan. Että se on kai tosi uhka meidän olemassaolollemme, sellainen kiusatuksi tuleminen tai joutuminen, jotenkin niiden omien ajatusten kanssa taisteleminen, teenkö minä jotain väärin, onko muilla oikeus satuttaa minua tai miten minun pitäisi toimia toisin siinä tilanteessa.

NH - Eli liittyy, niin kuin sinä sanoit vahvasti yksinäisyyteen?

NJ - Se liittyy yksinäisyyteen ja väkivaltaan, ja minusta tuntuu, että se liittyy nuorten elämässä monenlaisiin eri kokemuksiin, ainakin sellainen pohtiminen onko tämä nyt kiusaamista ja miten minä toimin itse, että mahdanko minä kiusata toisia tai välillä se, että läpällä tässä nyt vaan heitellään, ja sitten se ei ole välttämättä läppä niille kaikille muille. Se tuntuu olevan aika monen asian keskiössä.

NH - Mistä sen kiusaamisen tunnistaa? Mitä kaikkea se voi olla?

NJ - Kiusaaminen määritellään usein siten, että se on tahallista ja toistuvaa, ja se kohdistuu henkilöön, joka on heikommassa tilanteessa kuin sinä itse. Minä luulen, että nuoret eivät usein ajattele sitä heikompaa asemaa. Yleensä määritellään, että jos on tasavertaisia jos riitelee tai muuta, se ei ole kiusaamista, mutta sellainen toistuvuus ja tahallisuus, että minä haluan tahallisesti, tarkoituksellisesti satuttaa, jotenkin koen, että minulla on siihen mahdollisuudet, niin se on kiusaamista. Tai usein puhutaan, että joku on liian herkkä sille, että joku ajattelee, että minua kiusataan, vaikka ei sinua oikeasti kiusata, mutta jos se oma tunne tulee siitä, että nuo satuttavat minua, ja varsinkin jos sen sanoo vielä itse ääneen, että tuo tuntuu minusta pahalta, älä tee tuolla tavalla, jotenkin älä kohtele minua noin, minusta se silloin täyttää ihan noita kiusaamisen tunnusmerkkejä siinä, että se on tahallista ja toistuvaa, ja käytetään jotenkin väärin omia vuorovaikutusmahdollisuuksia.

NH - Niinpä. Se on sellaista vallankäyttöä.

NJ - Kyllä.

NH - Entäs sitten tämä somessa kiusaaminen, mikä on nykyisin mahdollista, niin haluatko sanoa jotain siitä? Siinä on ainakin laajempi joukko, jonka edessä voi joutua kiusatuksi. Se nyt on ainakin erityistä, eikö vain?

NJ - Kyllä. Somessa voidaan kokea kiusaamiseksi myös se, että kukaan ei koskaan tykkää sinun päivityksestäsi tai kukaan ei koskaan kommentoi mitään. Se on vähän sellaista ulossuljetuksi tulemista, eristetään siitä muusta porukasta. Sekin voi olla kiusaamista, jos se on tahallista ja toistuvaa. Mutta se voi olla myös sellaista tosi ilkeitten asioiden sanomista. Minä menisin ehkä vähän meihin aikuisiin itseemme siinä, että aika monet X:ssä entisessä Twitterissä, ne ovat aika usein aikuisten sanomia ilkeitä asioita, joita siellä sanotaan, jotenkin näytetään mallia miten toimitaan. Minä luulen, että monikaan meistä ei kehtaisi sanoa kasvokkain niin pahasti, mitä sanotaan siellä somessa. Vaikka sanotaan, että sillä saadaan arvostusta, mitä ilkeämpi olet tai rumemmin sanot, sitä enemmän sinulle tulee seuraajia tai tykkäyksiä.

NH - Ihmiset, aikuiset voivat kyllä olla ihan kammottavia mielipiteissään siellä!

NJ - Kyllä, jotenkin todella julmaa. Joskus tuntuu, että sellainen ihmisyyys, tavallaan joku ruutu tai joku muu asia tulee siihen ihmisyyden väliin, jolloin osataan olla vielä julmempia.

NH - Entäs sitten nämä, kun on ollut väkivaltaa tässä oikeassa reaalielämässä, että sitä on videoitu ja näitä videoita on jaettu netissä, sitä on kamalan vaikea ymmärtää. Mitä ajatuksia se sinussa herättää? Haluatko kommentoida jotenkin?

NJ - Jotenkin se herättää ajatuksen myös siitä, että nuorella, joka sellaista tekee on valtava tarve tulla nähdyksi ja huomatuksi. Jos hän kokisi, että hän on merkityksellinen ja arvokas ihminen sellaisena kuin hän on, niin miksi ihmeessä sinä tekisit jollekin pahaa, ja vielä videoisit ja laittaisit levitykseen, ellei sinulla ole tarvetta täyttää sellaista tyhjiötä, että sinun tekemisilläsi ei ehkä ole väliä tai se on ainoa tapa saada huomiota. Jos ei hyvällä, niin sitten vaikka ikävinkin keinoin. Toisaalta minä mietin usein niitä nuoria, jotka jotenkin suostuvat siihen tilanteeseen, miksi lähteä edelleen sellaisen porukan kanssa, jossa sinua jatkuvasti satutetaan. Mutta ehkä sieltä tulee myös se meidän tarpeemme kuulua yhteen. Joskus valitaan sellainen huonokin porukka kuin ei olisi porukkaa lainkaan.

NH - Joo, kyllä. Mutta että sellainen valtava ja pitkäaikainen pahanolon tunne siellä on takana?

NJ - Siellä on (sellaista) ihan varmasti takana, sekä kiusaajalla itsellään, joka sellaista tekee, mutta siitä tulee paha olo myös sille kiusatulle, että jotenkin kyseenalaistaa sitä omaa toimintaa. Puhutaan fyysisestä kiusaamisesta, että se on tönimistä, potkimista, lyömistä, ehkä kamalampiakin asioita, mutta sitten voi olla sitä psyykkistä, jotenkin sanallista väkivaltaa, että sanotaan jatkuvasti pahasti. Ja sitten on sitä ostrakismiksi kutsuttua ulossulkemisen väkivaltaa, joka on myös sosiaalista väkivaltaa, mutta siinä ei tönitä eikä potkita eikä sanota pahasti vaan siinä ei tehdä yhtään mitään, ja sellainen, että sinua kohtaan ei käyttäydytä yhtään mitenkään, se satuttaa myös kovasti.

NH - Sanoit, että siitä voi seurata yksinäisyyttä, että lähdetään vetäytymään pois, kun tulee kiusatuksi. Mitä taas yksinäisyydestä voi seurata, niin monenlaista muuta negatiivista tunnetta, mielenterveydenhäiriötä ja muuta. Mitä jos tässä kohdassa kysyn näin, että mitä kaikkea siitä kiusaamisesta voi seurata? Sanoitkin, että se on tosi paha juttu, ei vaan se, mitä kiusaaja on kokenut, että mitä siitä seuraa, miksi se on vakavasti otettava asia?

NJ - Joo, ihan vaikeitakin psyykkisiä ongelmia, sitä ahdistusta ja masennusta ja sellaista itsetuhoisuutta ti sitten jotenkin sellaista merkityksettömyyttä, usein ehkä koulupoissaoloja tai kokonaan koulusta poisjäämistä tai harrastusten jättämistä, ja jotenkin sellaista omasta terveydestä ja kaikenlaisesta hyvinvoinnista huolehtimisen unohtamista. Jos tavallaan koko ajan se kokemus, että muilla on oikeus satuttaa minua tai muut jatkuvasti satuttavat minua, niin meidän puolustusmekanismimme ovat tosi

voimakkaita. Jotenkin taistellaan vastaan tai paetaan sitä tilannetta, jolla on myös seurauksia sille, että aloitatko uudessa koulussa tai opiskelupaikassa tai hankitko uuden harrastuksen tai uskallatko puhua kenellekään sinun omista asioistasi.

NH - Eli se todella vaikuttaa siihen, milliseksi tämän kiusatun elämä muodostuu?

NJ - Kyllä, sen jäljet ovat todella pitkät ja se näkyy. Se on ehkä sellainen asia, jota aikuiset ja vanhemmatkin ihmiset muistelevat, että koulussa tuli kiusatuksi tai miten nuoruudessa satutettiin erilaisissa tilanteissa joko fyysisesti tai psyykkisesti tai jollakin lailla. Sellainen kipu on se, joka painuu meidän mieliimme ja joka saa meissä aikaan paljon erilaisia asioita.

NH - Kuinka yleistä se kiusaaminen on nuorten maailmassa ja tiedätkö, onko siinä kulttuurien välisiä eroja?

NJ - Kiusaamisen suhteen on itse asiassa nyt todella ikävä tilanne. Se oli pitkään laskusuunnassa, mutta nyt se on lähtenyt nousuun, erityisesti 8. ja 9. luokkalaisilla nuorilla. Kouluterveys-kyselyn mukaan siellä on pojista 8,6% ja tytöistä 7,5% kokee toistuvaa kiusaamista, ja tyttöjen osalta ne luvut olivat viimeksi noin korkeita -90-luvun puolivälissä ja pojillakin olisiko ollut 2010 eli pitkään se lähti alaspäin. Meillä oli paljon ohjelmia ja kaikkea. Vaikka lukiolaisilla se oli kauan siellä yhden prosentin tasolla, nyt se on lähtenyt uudestaan nousuun. Minä en tiedä mikä tässä vaikuttaa, tässä voi olla monenlaisia kriisejä tai ihan kulttuurinkin muutoksia, sellaista "me vastaan muut"- tai "muut"-asetelmaa, että minkä takia meillä on tarve satuttaa muita ihmisiä tai aikuisena näyttää mallia, että jotkut muut ihmiset ovat vähemmän arvokkaita, ja sitä kautta tavallaan jotenkin antaa mallia siitä, että kiusaaminen tai toisten ulossulkeminen olisi ok.

NH - Siis tuohan on tosi surullista, tosi järkyttävää kuulla, että se (kiusaaminen) on taas lähtenyt kasvuun. Tulee mieleen tämä meidän aikuisten maailma, missä aikuiset ihmiset tappavat tuolla ja näin ja muut ilmastokriisit mitä tehdään luonnolle, mutta nuokin tulokset, siinä täytyy olla jo useampi vuosi takana. Ehkä jo ennen Ukrainan sotaa tuo kehityskulku on alkanut tai...?

NJ - Kyllä. Se oli matalalla vielä, toisin kuin vaikka yksinäisyys, joka nousi korona-aikana ihan hurjasti, niin kiusatuksi tulemisen kokemukset olivat vielä silloin jatkuvasti matalaa tasoa, mutta nyt tämän kevään 2023 Kouluterveys -kyselyssä oli se piikki, oli se piikki kiusaamisen kohdalla. Jotenkin toivotaan, että se laskisi sieltä takaisin alas, mutta eihän se laske, jos me emme tee asialle jotain. Ellei sitä nosteta tietoisuuteen, lähdetä puuttumaan ja oikeasti miettimään, miten kohdellaan muita ihmisiä.

NH - Joo. Palataan tuohon vielä pikkuisen myöhemmin. Kysyn vielä tuosta kiusaamisesta, että mitä kaikkea se on? Sanoitkin, että pahanolon ilmausta. Miten paljon se on ryhmäilmiö, ymmärtämättömyyttä? Tiedämmekö me mikä kaikki johtaa siihen, että sitä syntyy tai...?

NJ - Hmm. Siellä on varmaan paljon asioita taustalla tai on paljon asioita, mutta ehkä sellaiset opitut mallit ovat niitä klassisia, että jos lapsi kasvaa ympäristössä, jossa väkivalta tai toisten alistaminen on arkipäivää tai on asia, johon ei puututa ja joka saa jatkua, niin silloin se jatkuu myös hänen omana toimintonaan. Eli se kasvu ympäristön merkitys on ihan äärettömän suuri. Sitten varmaan somekin vaikuttaa varmaan siihen kasvu ympäristöön, sekin (some) on yksi kasvu ympäristö, mistä sinä näet jotain vaikka raakoja videoita, niin onko se sellainen normaali toimintamalli reagoida muihin ihmisiin. Totta kai siellä voi olla jotain erilaista psyykkistä oireilua tai geneettistä perimää, tapa reagoida tiettyihin tilanteisiin tai ei tunnista sitä, että sinä satutat toista ihmistä, vaikea lukea toisen tunteita tai omia tunteita. Mutta kyllä minä sanoisin, että suurin rooli on sillä mitä me näemme ympärillämme, että me tavallaan omaksumme sellaista roolia miten me käyttäydymme, mikä on sallittua, mikä on ok.

NH - Mitä vanhempi voi tehdä, jos nuorta kiusataan?

NJ - Tärkeintä minusta olisi keskustella siitä tilanteesta, ensin antaa tilaa sille, että nuori kertoo siitä omasta tunteesta. Ja vaikka me virallisesti määrittelemme, että se (kiusaaminen) on tahallista ja toistuvaa, vaikka nuori kokisi hetkellistä tunnetta, mielestäni olisi tärkeää, että hän pystyisi kertomaan vanhemmalle, ja sitten voisi yhdessä miettiä, että mikä se tilanne oikein laajemmin on, mistä se johtuu, mikä on vaikka sellainen paikka välitunnilla, joka mahdollistaa sen kiusatuksi tulemisen tai jatkuuko se luokkatilanteessa tai jossain somessa tai muualla. Ja sitten sen jälkeen (miettiä) ketkä kaikki ihmiset siihen voisivat vaikuttaa, että olisiko ensisijainen se, että puhuttaisiin opettajan kanssa tai opiskeluhuoltohenkilöstön kanssa tai harrastuksessa valmentajan kanssa tai muuta, että kuka olisi sellainen turvallinen aikuinen, joka voisi siihen tilanteeseen sen kodin lisäksi jossain toisessa ympäristössä vaikuttaa.

NH - Entä sitten jos vanhempi tulee epäilleeksi, että oma nuori tulee kiusatuksi, mutta nuori kieltää sen tai ei kerro asiasta, niin miten sitten pitäisi toimia?

NJ - Se voi kyllä olla usein, että nuori kieltää sen, varsinkin jos hän kokee itse tehneensä jotain väärin, vika on hänessä tai hän on erilainen kuin muut ja ansaitsee tulla kiusatuksi, vaikka missään nimessä kukaan ei sitä ansaitse. Mutta se voi olla, että siitä asiasta on vaikea kertoa, se samalla kertoo tavallaan siitä, että sinä olet heikompi kuin se toinen, joka saa tehdä sinulle näin. Mutta minusta siinä toimii juuri se tila, tilaisuudet ja rauha. Siinä tarvitaan sitä luottamusta, että miten nuori luottaa vanhempaansa, ymmärtää ja eikä ehkä lähde itse sinne barrikaadeille ajamaan asiaa isosti. Voi olla, että nuori toivoo, että se selvitetään pienesti tai kahden kesken, pienemmällä porukalla. Tärkeintä minun mielestäni olisi kuunnella myös sen nuoren toiveita. Tietenkin niin, että se tilanne saadaan ratkaistua, mutta niin, että sitä ei ratkaista sellaisilla keinoilla, jotka voivat nuoren mielestä vielä vaikka pahentaa tilannetta entisestään.

NH - Siinähan voi tulla vanhemman omasta tuskasta käsin tarve toimia hyvinkin raivokkaasti tai...?

NJ - Ihan varmasti. Me olemme jotenkin niitä leijonaemoja, jotka haluavat suojella omia pentuja ja pitää huolta, ja jos joku häntä satuttaa, niin ensimmäinen reaktio voi olla sellainen raivokas vastaan taistelu, mutta se ei välttämättä paranna tilannetta. Taistelemisen oman lapsen puolesta on aina hyvä, mutta se tarvitsee valjastaa sopiviin, korrekteihin keinoihin, että miten asiaa lähdetään edistämään.

NH - Voiko siihen luottaa, että kiusattu saa aina apua?

NJ - Minusta olisi ihanaa sanoa, että kyllä, mutta ei välttämättä aina. Minä toivon, että saisi. Minä toivon, että edes joltain taholta. Se voi olla se apu vaikka että löydät omaa luovuutta, säveltää musiikkia, kirjoittaa kirjoja, tehdä jotain sellaista, josta sinä saat sitä hyvää oloa ja se auttaa sen tilanteen kestämiseen. Mutta sinänsä jos me ajattelemme esimerkiksi perusopetuslakia tai lapsen oikeuksia tai mitä tahansa juridistakin asiakirjaa, niin kyllä niissäkin jokaisella on, meillä aikuisilla on velvollisuus puuttua siihen tilanteeseen erinäköisin keinoin. Mutta kyllä meillä vaikka Kouluterveys -kyselyn mukaan liian moni lapsi ja nuori kokee, että hän on tuonut asiaa esille, mutta muutosta ei silti tapahdu.

NH - Mistähän se kertoo?

NJ - Se kertoo osittain ehkä myös meidän aikuisten jotenkin rohkeuden puutteesta, se voi olla resurssien puutetta, se voi olla aikapuutetta, se voi olla sitä, että me sanomme, kyllä sinun nyt pitää kestää, kaikkiaan meitä joskus kiusataan, mutta nyt vaan pure hammasta ja kestä se tai anna vastaan tai tee jotain muuta sellaista, siis keinoja, jotka eivät välttämättä helpota siinä tilanteessa lainkaan. Se voi olla, että siellä on liian pitkät jonot terveydenhoitajalle, kuraattorille, psykologille. Aikansa nuori voi odottaa, mutta sitten kun hän kokee, että sitä apua ei tule, niin hän kokee, että itse pitää selvittää tilanteesta.

NH - Minulle tulee mieleen, kun teen töitä aikuisten kanssa, niin tosi moni kertoo olleensa kiusattu, mutta ei ole vaikka ikinä kertonut siitä kenellekään silloin nuorena, aikuisena kylläkin. Se on sitten taas toinen juttu jos kukaan ei todella tiedä tai ainakaan omat vanhemmat, mutta...

NJ - Kyllä, tuo on tosi tärkeä asia. Se, että asiasta helposti vaietaan silloin se pahenee se tilanne ja ehkä me aikuiset joskus ajattelemme, että nuoret valittaa turhasta tai jotain. Minä en usko, että yksikään nuori sanoo, että häntä kiusataan ilman että se pitää paikkansa. Ainakin se oma tunne on siinä tärkeä, mikä pitäisi ottaa tosissaan.

NH - Entäs jos oma nuori on kiusaaja? Miten vanhemman silloin pitäisi toimia?

NJ - Se on myös todella paha paikka! Satuttaa varmasti vanhempaa tai siis satuttaa varmaan kaikkia jotenkin valtavasti, ja alkaa varmaan ensiksi miettimään syytä sille mitä minä olen tehnyt väärin, miten minä olen kasvattanut lastani väärin tai ehkä hakee selityksiä, että ehkä se ei oikeasti pidä paikkaansa tai mitäköhän siinä on, ehkä joku toinen on tehnyt sitä. Ensimmäinen asia on tiedostaminen ja myöntäminen, että meillä on nyt ongelma, mutta me kyllä ratkaisemme tämän ongelman. Keskustelemalla tai yhteistyössä just vaikka niiden koulun eri tahojen kanssa ja puhumalla sen lapsen kanssa, että miksi sinusta tuntuu, että sinä teet noin. Voi olla, että lapsi tai nuori ei edes tiedosta sitä, että hän satuttaa toisia. Yksi meidän nuori meidän tutkimuksessamme kirjoitti pitkästi siitä, että hän olisi toivonut, että hänelle olisi sanottu kunnolla, että koulussa olisi painotettu sitä, että tuo on väärin, noin ei saa toimia. Että vaikka hän tavallaan tiedosti, että hän toimii väärin, kun hän kiusaa muita, niin se ei silti jotenkin tullut jotenkin niin isona asiana, että hän olisi lopettanut. Myöhemmin häntä kadutti ihan hirveästi, että mitä hän on mennyt tekemään. Hän toivoi, että siihen olisi puututtu kunnolla.

NH - Heillä on vielä kehittyvät aivot ja kaikkea muutakin he vasta opiskelevat elämässä kuin myös kohdellaan muita ihmisiä ja...

NJ - Kyllä.

NH - Että eihän toisaalta heiltä lapsilta tai nuorilta voi odottaakaan vielä, että he ymmärtäisivät ja osaisivat kaiken, kun eivät vielä aikuisetkaan tai...

NJ - Tuo on tosi tärkeä! Nimenomaan, emme me voi olettaa, että kaikki automaattisesti toimisivat loistavasti ja hyvin, sitä varten me oikeastaan olemme me aikuiset, vanhemmat, että meidän tehtävämme on auttaa, ohjata ja neuvoa. Ja jos ei omat tunteet kerro, mikä tässä on pielessä, niin sitten auttaa tunnistamaan näitä tunteita oman toiminnan suhteen.

NH - Tulee vielä mieleen, että jos ja kun tämä kiusaaja saa apua, niin varmasti siinä hyötyy tämä kiusaaja itse tulevan elämänsä kannalta, eikä vain niin, että tämä kiusattu hyötyy?

NJ - Kyllä. Jotenkin sen tunnistaminen, että se mitä minä olen nyt tehnyt satuttaa jotakuta toista, niin voisi ajatella, että vaikka ne kaikki tulevatkin parisuhteet tai muut, niin onhan siitä hyötyä, että sinä tiedät, että tällä tavalla minun ei kannata toimia. Minä haluan niitä ystäviä ja kavereita ja minä haluan, että minulla on hyvä parisuhde ja perhe ja saan työpaikan ja kaikkea muuta, niin jokainen se on oppiminen, jokainen asia varmasti hyödyttää.

NH - Kyllä. Kysytään nyt, tästäkin nyt ollut otsikoita, koulun vaihdosta. Mites sitten, vaihtaako joku koulua tarvittaessa ja kuka vaihtaa? Haluatko kommentoida tätä? Tämä on nyt tällainen pieni yksityiskohta, mutta...

NJ - Valitettavan usein se on niin, että se kiusattu vaihtaa sen jälkeen koulun. Se on minun mielestäni vähän niin kuin tuplarangaistus, että sinua kiusataan, niin sitten seurauksena on, että sinut siirretään, siirretään toiseen ympäristöön. Siinä voi olla mahdollisuuksia, siinä voi yhtäkkiä tulla hyvät

sosiaaliset suhteet ja kaikkea muuta. Mutta jos me ajattelemme sitä ostrakismia eli sellaista eristämistä, joka on kaikkien aikojen käytetyin rangaistusmenetelmä, jopa perusopetuslaissa kurinpitomenetelmissä, siellä käytetään sitä, että sinut eristetään muista tai sinut evätään opetuksesta tai siirretään toiseen tilaan, sitä käytetään tavallaan rangaistuksena.

NH - Niin että sitä saa käyttää? Se on siellä keinovalikoimana?

NJ - Kyllä. Sen takia meillä on vankilat ja eristyssellit tai tuhmat lapset laitettu nurkkaan tai huonosti käyttäytyvät käytävälle. Tavallaan, kun sinut siirretään siitä ympäristöstä toiseen, niin sekä on vähän niin kuin samanlainen rangaistus, ja toisaalta se minun mielestäni alleviivaa sitä, että sosiaalisten suhteiden ongelmat ovat niin hankalia, että me emme pääse niistä, me emme pysty ratkomaan niitä puhumalla. Vaikka avioerot tai muut, jos aina ratkaisu ongelmaan on se, että vaihdetaan paikkaa, siirrytään toiseen ympäristöön, niin meille ei jää tilaa sille, että niitä ongelmia voisi ratkoa puhumalla.

NH - Kyllä, ja selvitä pitäisi siinä uudessakin ympäristössä.

NJ - Kyllä.

NH - Puhelitkin siitä, että on ollut erilaisia menetelmiä vähentää kiusaamista. Tulee mieleen itselle, eikös se ollut **Salmivallin Christina** [hänen kehittämänsä Kiva koulu -malli], nyt mennään jo vuosikymmeniä taaksepäin, mutta sitä käytettiin kouluissa paljon. Tuleeko sinulla mieleen joitain muita, joita on käytetty paljon tai ei käytetä enää, kun luvut nousevat? Jotenkin minä mietin, miten meidän yksilönä ja yhteiskuntana toimia kouluissa, että kiusaamista olisi vähemmän.

NJ - Se on erinomainen kysymys. "Kiva koulu" alkoi 2010 muistaakseni, minäkin olin silloin Oppimistutkimuksenkeskuksella töissä ja siellä siis Christina Salmivalli ja **Elisa Poskiparta**...

NH - Oliko se 2010? Minä olisin ajoittanut aikaisemmin.

NJ - Saattoi olla aikaisemminkin, 2006? Ei se [vuosiluku] kauhean kaukana ole. Ehkä se asia nousi silloin esille ja siitä aloitettiin puhumaan, ja silloin sille asialle saatiin tehtyä paljon ja Kiva koulu -ohjelma oli lähes kaikissa suomalaisissa kouluissa, ja se on edelleen jossain. Ehkä tämäkin kertoo siitä, että kun siitä ongelmasta ei puhuta tai sitä jotenkin unohtuu ajatella, että nyt tämä ongelma on hoidettu, niin sitten siihen asiaan ei keskitytä eikä siihen kiinnitetä huomiota. Mutta kiusaamisen vähentämisen menetelmiä on siis paljon olemassa, ja tällä hetkellä me teemme tuolla Karvissa eli Kansallisessa arviointivirastossa sellaista arviointityötä varhaiskasvatukseen suunnatuista menetelmistä, mutta pari vuotta sitten julkaistiin perusopetukseen liittyvistä. Niitä menetelmiä on tosiaan olemassa, mutta usein ongelma voi olla raadollisesti sanottuna se, että on se mappi tai on se menetelmä siellä kaapissa ja sitä unohdetaan käyttää tai miettiä. Se pitäisi ehkä olla kouluhenkilökunnan tai jokaisen selkärangassa, että jos käy näin, niin silloin se tilanne ratkotaan näin ilman että mietitään, että mikä on kohta a, b tai c tässä tilanteessa.

NH - Että se pitäisi tulla sieltä selkärangasta, siihen pitäisi kouluttaa? Kun miettii itsekkin, jos aina pitäisi käyttää jotakin metodia siihen tarvitsee harjoitusta.

NJ - Kyllä, nimenomaan. Sen takia minäkin puhun joka vuosi suunnilleen kuudelle ja puolellesadalle tulevalle koulu-, aineen- ja varhaiskasvatukseen-, aikuiskoulutuksen-, sivuaineopiskelijoille näistä kiusaamisesta ja yksinäisyydestä ja ahdistuneisuudesta ja masennuksesta. Sinänsä opettajan tehtävä ei ole hoitaa mielenterveyden asioita, mutta opettaja on useimmiten ensimmäinen, joka tunnistaa ne, ja voi ensimmäisenä miettiä sitä, että kehen ottaa yhteyttä ja mitä tässä tilanteessa tekisi.

NH - Mutta, että tulevia opettajia koulutetaan siihen myöskin?

NJ - Se vähän riippuu opettajankoulutuslaitoksesta, periaatteessa kyllä joo, joka paikassa.

NH - Haluaisitko tässä vielä jotain muuta sanoa? Mitä muuta meidän yhteiskuntana pitäisi tehdä tai...? Esitin sinulle melkoisen kysymyksen.

NJ - Ehkä tähän pätee jotenkin minun mielestäni sama kuin siihen yksinäisyyteen ja ulossulkemiseen, että pitäisi nähdä enemmän se, että me olemme pieni porukka täällä, ja me olemme kuitenkin riippuvaisia toinen toisistamme. Jos sinä itse käyttäydyt rumasti muita kohtaan vähättelet tai alistat tai satutat tavalla tai toisella, niin silloin se heikentää myös sitä omaa asemaa. Ihminen, joka voi hyvin, niin ei hänellä ole mitään tarvetta satuttaa muita. Jos taas ihminen voi jotenkin huonosti, silloin se saattaa ilmetä siinä, että siirrät sitä pahaa oloa, haluat ikään kuin kostaa tai siirtää sitä jollekin toiselle.

NH - Eli pitää huolta siitä, että ihmiset voisivat säällisesti? Että lapset ja lapsiperheet voisivat hyvin?

NJ - Joo, käyttäytyä ihmisinä toisia kohtaan. Itse asiassa meidän kokemusasiantuntijanuoret nostivat sitä esille, että ei teidän aikuisten tarvitse tehdä ihmettä, että käyttäytykää ihan niin kuin me nuoret olisimme ihmisiä, niin kyllä se siitä. Näytetään jotenkin mallia, luotetaan ja välitetään, että ajatellaan, että me olemme samalla puolella, samaa porukkaa. Jos meidän täytyy jotain vastaan taistella, niin se on sitten vaikka ilmastokriisi. Mutta se ei ole se, että naapuri on mielestäsi hankala ihminen tai jotain. Sitä vastaan ei pitäisi taistella jotenkin toinen toisiamme.

NH - Kiitos Niina!

NJ - Kiitoksia!

NH - Tosi mielenkiintoista, että tulit juttelemaan ja jakamaan tietoa. Kiitos äänittäjä **Simo Ahtee** ja erityisesti kiitos sinulle rakas kuulija, kun olit seurassamme!