

Opinnäytetyö (YAMK)

Insinööri (ylempi AMK), terveysteknologia

2024

Laura Ihanamäki, 2203826

Koulukiusaaminen maailman onnellisimmassa maassa

- Tasa-arvoisempaa nuorten hyvinvointia
MARKED ohjelman ja teknologian avulla



Opinnäytetyö (YAMK) | Tiivistelmä

Turun ammattikorkeakoulu

Insinööri (ylempi AMK), terveysteknologia

2024 | 71 sivua

Laura Ihanamäki

Koulukiusaaminen maailman onnellisimmassa maassa

- Tasa-arvoisempaa nuorten hyvinvointia MARKED ohjelman ja teknologian avulla

Tässä opinnäytetyössä käsitellään koulukiusaamista sekä ilmiön juurisyitä. Opinnäytetyöni tavoitteena oli arvioida niin teknologisin kuin kokemuksellisen oppimisen keinoin tarjottujen sosioemotionaalisten taitojen opetuksen sekä psykologisen pääoman vahvistumisen vaikutuksia yläasteikäisten nuorten kokemaan koulukiusaamiseen. Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii MARKED niminen yritys, joka on kehittänyt ohjelman edellä mainittujen taitojen vahvistamiseksi.

Tutkimukseni tarkoituksena on arvioida MARKED ohjelmaa keinona koulukiusaamisen vähentämiseksi sekä luoda työkalu ja mittari, jonka avulla koulukiusaamisen sekä nuorten sosioemotionaalisen taidokkuuden yhteyttä voidaan tulevaisuudessa seurata.

MARKEDin ohjelman ja koulukiusaamisen välistä suhdetta ei ole aiemmin tutkittu, minkä vuoksi opinnäytetyön tulosten myötä MARKED saa ohjelmalleen täysin uutta näkökulmaa koulukiusaamisen suunnasta. Tutkimustulokset voivat tarjota perustan myös uusien koulukiusaamisen ehkäisyohjelmien ja interventioiden kehittämiseksi.

Sosioemotionaalisten taitojen sekä psykologisen pääoman yhteyttä koulukiusaamiseen tutkittiin kirjallisuuskatsauksella. Kyselytyökaluun valittuja kysymyksiä perustelivat kirjallisuuskatsauksen myötä valikoitunut teoria sekä aiemmat tutkimukset aiheen tiimoilta. Itse kyselytyökalun testaus, arviointi sekä lopullinen laadinta toteutui kvalitatiivisena kehittämistutkimuksena. Lopullinen kyselytyökalu pohjautui testikyselyihin, jotka toteutettiin sähköisesti

puolistrukturoituina alku- ja loppukyselyinä MARKED ohjelmaa käyttävän koulun oppilailla. Tutkimustuloksia syvensi opinnäytetyössä vielä toimeksiantajan haastattelu sekä näkemykset aiheesta.

Opinnäytetyöni teoreettinen viitekehys nojaa lakeihin sekä muihin velvoitteisiin, jotka velvoittavat koulut Suomessa toimimaan koulukiusaamista vastaan. Opinnäytetyössä esitellään myös koulukiusaamisen käsitettä ja koulukiusaamisen ilmiöön tuodaan syvyyttä avaamalla sosioemotionaalisten taitojen sekä resilienssin merkitystä. Teknologia ja sen rooli nykyisessä koulumaailmassa omaa myös tärkeän paikan opinnäytetyön teoreettisessa viitekehyksessä.

Tämän opinnäytetyön kirjallisuuskatselmoinnin tuloksena sekä toimeksiantajan näkemysten perusteella voidaan todeta MARKED ohjelman myötä opetettavien sosioemotionaalisten taitojen sekä psykologisen pääoman vahvistamisen hyvin todennäköisesti vaikuttavan koulukiusaamisen vähentymiseen. Sähköisen kyselytyökalun myötä aiheen tutkimus tulee jatkumaan tulevaisuudessa.

Avainsanat: Koulukiusaaminen, Nuorten hyvinvointi, Sosioemotionaaliset taidot, Resilienssi, Teknologia, Nuorisotutkimus

Master's Thesis | Abstract

Turku University of Applied Sciences

Master of Engineering, Health Care Technology

2024 | 71 pages

Laura Ihanamäki

School bullying in the happiest country in the world

- More equal well-being for young people through MARKED programme and technology

This Master's Thesis deals with school bullying and the roots of the phenomenon. The aim of my Master's Thesis was to evaluate the impact of socio-emotional skills education and psychological capital building, both through technology and experiential learning, on the bullying experienced by secondary school youth. The Master's Thesis was commissioned by a company called MARKED, which has developed a programme to strengthen the above mentioned skills.

The purpose of my research is not only to evaluate the MARKED programme as a means to reduce school bullying, but also to create a tool and an indicator to research the link between school bullying and the socio-emotional skills of young people in the future.

The relationship between the MARKED programme and school bullying has not been studied before, which is why the results of the Master's Thesis will give MARKED a completely new perspective on the direction of school bullying. The results of the study may also provide a basis for the development of new school bullying prevention programmes and interventions.

The relationship between socio-emotional skills and psychological capital and school bullying was investigated using a literature review methodology. The selected questions of the questionnaire tool were justified by the theory selected through the literature review and previous studies on the topic. The testing, evaluation and final design of the questionnaire tool itself was carried out as a qualitative development study. The final questionnaire was based on test questionnaires, which were conducted electronically as semi-structured initial and final questionnaires in a school with a MARKED programme. The theory

was further developed in the Master's thesis through interviews with the principal.

The theoretical framework of my thesis is based on laws and other obligations that oblige schools in Finland to act against school bullying. The Master's Thesis also introduces the concept of school bullying and brings depth to the phenomenon of school bullying by opening up the meaning of socio-emotional skills and resilience. Technology and its role in today's school world also has an important place in the theoretical framework of the Master's Thesis.

As a result of the literature review of this Master's Thesis and based on the views of the principal, it can be concluded that the strengthening of socio-emotional skills and psychological capital taught through the MARKED programme is very likely to have an impact on the reduction of school bullying. With the electronic survey tool, research on the topic will continue.

Keywords: School bullying, Youth well-being, Socioemotional skills, Resilience, Technology, Youth research

*”Sillä vaikka emme itse koskaan tekisi ainuttakaan paha tekoa,
on välinpitämätön suhtautuminen pahaan sen puolella olemista”*

J. K. Rowling

Esipuhe

Tämä opinnäytetyö on tulosta vuosien mittaan kerätystä tiedosta, kokemuksista ja huolesta. Koulukiusaamisen yleistyminen on vakava ilmiö, joka vaikuttaa minuun syvästi niin vanhempana kuin aiheen tutkijana.

Turvateknologia on ollut osa elämäni aina, perheenjäsenteni työskennellessä kyseisellä alalla. Luontaisen opin myötä uskon vahvasti, että teknologian avulla voimme tarjota konkreettisia ratkaisuja, jotka vahvistavat lasten ja nuorten henkistä hyvinvointia, turvallisuutta ja täten samalla vähentää myös esimerkiksi koulukiusaamisen määrää. Turvateknologia itsessään ei tietenkään ratkaise juurisyytä, miksi lapset ja nuoret henkisesti kipuilevat, mutta sen avulla voidaan kenties tuottaa tuvan tunnetta sekä tehostaa reagointia ja havainnointia turvallisuuden lisäämiseksi.

Jotta koulukiusaamista itsessään voitaisiin saada vähennettyä, on ratkaistava ja ymmärrettävä ilmiön juurisyytä, eikä vain lievitettävä sen aiheuttamia oireita. Miksi häiriökäyttäytyminen ja koulukiusaaminen ovat yleistyneet? Nuorten väkivalta ja äärimäiset teot nousevat mediassa otsikoihin tasaisin väliajoin. Selityksinä käytökselle nähdään esimerkiksi lasten ja nuorten puutteelliset sosioemotionaaliset taidot, eriarvoisuuden sekä turvattomuuden tunteet. Aihe on vaikea sekä raskas, mutta silti olen äärettömän onnellinen saadessani kirjoittaa opinnäytetyöni juuri koulukiusaamisesta.

Vaikka teknologia onkin monipuolinen työkalu, ymmärrän myös sen rajoitukset ja sen, ettei nuoria pidä yleistää teknologian innokkaana käyttäjäryhmänä. Se ei pysty korvaamaan aitoa ihmisten välistä kanssakäyntiä tai pedagogista ohjausta, eikä siihen tule edes pyrkiä. Sen sijaan voimme teknologian avulla tehostaa turvallisuutta sekä oppimista ja luoda yhteyden lähemmäksi nuoria, tasa-arvoisesti ja esteettömästi.

Opinnäytetyöni myötä koen tekeväni jotain konkreettista turvallisuuden sekä koulukiusaamisen vastaisen työn eteen. Henkilökohtaisesti uskon, että tarvitsemme monialaista osaamista, ennakkoluulottomuutta sekä tiedon

yhdistelyä, jotta voimme saavuttaa turvallisen ja onnellisen tulevaisuuden lapsillemme ja nuorillemme.

Käytän työssäni Pelastakaa Lapset ry:n toteuttamien Lapsen ääni 2023 tutkimuksen sekä ”Se tuntuu hitaalta kuolemalta” – näin nuoret puhuvat kiusaamisesta - selvityksen myötä julkaistuja lainauksia koskien lasten ja nuorten näkemyksiä koulukiusaamisesta sekä eriarvoisuudesta (Pelastakaa Lapset ry., 2023).

Sisällysluettelo

Esipuhe	7
1 Johdanto	1
2 Opinnäytetyön tavoitteet sekä tausta	5
2.1 Opinnäytetyön toteuttamisen tavoitteet	6
2.2 Toimet koulukiusaamista vastaan ovat jokaisen velvollisuus	7
2.2.1 Lasten ja nuorten yhdenvertaiset oikeudet kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin	7
2.3 Lait sekä asetukset kouluturvallisuuden takaajina	8
2.3.1 Perusopetuslaki	8
2.3.2 Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki	8
2.3.3 Terveydenhuoltolaki ja valtion asetus (338/2011)	9
2.3.4 Opiskeluhoolto- sekä turvallisuussuunnitelma	9
2.3.5 Hallitusohjelman 2023 lupaukset tukena lasten ja nuorten hyvinvoinnille	10
3 Nuorten hyvinvointi ja koulukiusaaminen	11
3.1 Mitä koulukiusaamisella tarkoitetaan	12
3.1.1 Fyysinen kiusaaminen	12
3.1.2 Verbaalinen kiusaaminen	13
3.1.3 Sosiaalinen kiusaaminen	13
3.1.4 Nettikiusaaminen	14
3.2 Koulukiusaamisen vaikutukset	14
3.3 Mistä kiusaaminen johtuu	16
3.4 Eriarvoisuus nuorten hyvinvoinnissa	16
3.4.1 Sosioemotionaalisen kompetenssin merkitys hyvinvoinnille	17
3.5 Koulukiusaamisen vaikutus hyvinvointiin	18
3.5.1 Koulukiusatun näkökulma	18
3.5.2 Koulukiusaajan näkökulma	19
3.5.3 Sivullisen näkökulma	19

4 Sosioemotionaalisen kompetenssin tukeminen koulun tehtävänä	20
4.1 Hyvän kouluuyhteisön perustana sosioemotionaalinen turvallisuus	20
4.2 Sosioemotionaalisen kompetenssin vahvistaminen koulujen tehtävänä	20
5 Teknologia työkaluna toimivaan ja tasa-arvoiseen oppimiseen	22
5.1 Teknologia osana oppimisympäristöä ja vapaa-aikaa	23
5.1.1 Yksilöllinen teknologia erilaisten oppijoiden tukena	24
5.1.2 Yhteisöllinen teknologia osana sosiaalista oppimista	25
5.2 Miten teknologialla voidaan tehostaa nuorten hyvinvointia sekä oppimista	25
5.3 Teknologian tuella helpotusta opettajien työhön	26
6 MARKED ohjelmalla vahvuutta nuorten sosioemotionaalisille taidoille	27
6.1 Miten MARKED ohjelma toimii	27
6.2 Teknologia myös MAKRED ohjelman tukena	28
6.3 MARKED ohjelma koulukiusaamisen näkökulmasta	29
6.3.1 MARKEDin näkemyksiä koulukiusaamisen ja MARKED ohjelman välisestä suhteesta	30
7 Opinnäytetyön toteuttaminen	32
7.1 Kyselytyökalun kysymyksiä ohjaavat tutkimusaiheet	32
7.2 Tutkimusmenetelmä ja näkökulma	33
7.3 Tutkimuksen toteutus, kohderyhmä sekä tiedonkeruun menetelmät	34
7.4 Tutkimusmateriaalin kerääminen ja eettisyys	35
8 Kehitystyön tulokset	36
8.1 Tulosten analysointi	36
8.1.1 Osion 1 arviointi; Odotukset MARKED ohjelmalle	37
8.1.2 Osion 2 arviointi; Koulukiusaaminen koulussanne kuluneen lukukauden aikana	38
8.1.3 Osion 3 arviointi; Itsetuntemuksen vaikutukset koulukiusaamiseen	40
8.1.4 Osion 4 arviointi; Kouluympäristön turvallisuus	42
8.1.5 Osion 5 arviointi; Erilaiset oppimiskeinot itsetuntemuksen ja elämäntaitojen opiskelulle	44
8.2 Yhteenveto	47

8.2.1 Huomioita kyselytyökalun testiryhmän vastauksista	47
8.3 Ehdotus kyselytyökalun/mittarin rakenteesta koulukiusaamisen ja MARKED ohjelman välisen vaikutuksen tutkimiselle	48
9 Pohdinta	50
9.1 Kyselytyökalun arviointi	50
9.1.1 Ehdotukset kyselytyökalun hyödyntämiselle tulevaisuudessa	50
9.2 Haasteet opinnäytetyön toteutuksessa	51

Liitteet

Liite 1. Tiedote oppilaiden huoltajille opinnäytetyön kyselytutkimuksesta

Taulukot

Taulukko 1. Osion 1 arviointi; Odotukset MARKED ohjelmalle	37
Taulukko 2. Osion 2 arviointi; Koulukiusaaminen koulussanne kuluneen lukukauden aikana	38
Taulukko 3. Osion 3 arviointi; Itsetunnon vaikutukset koulukiusaamiseen	40
Taulukko 4. Osion 4 arviointi; Kouluympäristön turvallisuus	42
Taulukko 5. Osion 5 arviointi; Erilaiset oppimiskeinot itsetuntemuksen ja elämäntaitojen opiskelulle	44
Taulukko 6. Ehdotus kyselytyökalun/mittarin rakenteesta koulukiusaamisen ja MARKED ohjelman välisen vaikutuksen tutkimiselle	49

1 Johdanto

”Oli vaikeaa mennä kouluun. Vaikeaa liikkua ihmisten ilmoilla. Tuli sellainen ihmispelko ja pelkäsi kaikkia sosiaalisia ihmistilanteita. Halusi aina piiloutua isoihin peittäviin vaatteisiin. Huppu syvällä, ettei kukaan tunnista.”

-Koulukiusaamista kokenut nuori

Koulukiusaaminen ei ole pelkkä järkyttävä, ohimenevä otsikko uutisissa, tilasto tai kaukainen abstrakti ilmiö. Se on todellinen kokemus ja hätätila, joka koskettaa kaiken aikaa monia lapsia sekä nuoria kuin myös heidän perheitään.

Vuoden 2023 kouluterveyskyselyn tulosraportin mukaan koulukiusaamisen määrä niin ala- kuin yläasteiden tutkituilla kouluasteilla on lisääntynyt merkittävästi verrattuna vuoden 2021 kouluterveyskyselyn tuloksiin. Tulosten mukaan Suomessa koulukiusaamisen uhriksi joutuu viikoittain 16 000 lasta tai nuorta ja useimmille kiusaaminen on jokapäiväistä. Vastaajamäärään verraten tämä tarkoittaa, että säännöllisestä kiusaamisesta kärsii kouluissa noin joka kymmenes lapsi tai nuori (THL, 2023).

Koulukiusaaminen lisää merkittävästi nuoren syrjäytymisriskiä. Tähän liittyen Valtiontalouden tarkastusvirasto on arvioinut yhden syrjäytyneen suomalaisen aiheuttaman kustannuksen valtiolle olevan noin miljoona euroa 60 ikävuoteen asti laskettuna (Valtionalouden tarkastusvirasto, 2007). Kouluterveyskyselyn paljastamia trendejä sekä viikoittaisesta kiusaamisesta kärsiviä oppilasmääriä peilattaessa esitettyyn syrjäytyneisyyden kustannusarvioon, on hyvin todennäköistä, että tulevaisuudessa syrjäytyneisyyden kustannukset tulevat valtion osalta vielä moninkertaistumaan.

Suomen mielenterveys ry on puolestaan koostanut laskelman nykyisen mielenterveyshuollon vuosikustannuksista, minkä mukaan suomalaisten mielenterveyden häiriöt maksavat valtiolle 11 miljardia euroa vuodessa (MIELI Suomen Mielenterveys ry, 2024). Nykyisen nuoren ikäluokkamme kipuillaessa muuttuneen maailmamme mukana, voimme vielä hyvin todennäköisesti odottaa myös mielenterveyshuollon kustannusten merkittävää nousua.

Valtion talouden näkökulmasta ennaltaehkäisevä sekä ratkaisukeskeinen toiminta lasten ja nuorten mielenterveyden sekä muun muassa koulukiusaamisen osalta on edellä kuvatun mukaisesti ilmeisen perusteltua. Uskallan väittää voivamme kiistatta puhua koulukiusaamisesta ja sen vaikutuksista valtakunnallisena ongelmana sekä merkittävänä tulevaisuuden haasteena.

Koulukiusaamista ajatellen taloudelliset laskelmat tai uutisointi antavat yleisen käsityksen sekä perustelun ilmiön vastaisille toimille, mutta nämä eivät tarjoa apua eikä lohtua itse koulukiusaamisen uhreille. Toisinaan suurten lukujen varjossa koulukiusaaminen saattaa jopa painautua syvemmälle piiloon jyrkkien tiedotteiden ja kouluhenkilökunnan koulukiusaamisen vastaisten toteamusten vuoksi. Kevään 2023 toteutetun kouluturvallisuusprojektin haastatteluiden perusteella lapset sekä nuoret eivät halua kuormittaa jo valmiiksi kiireisiä opettajia murheillaan (Ihanamäki & Lummejoki, 2023). Näkökantaa tukee myös niin ikään Pelastakaa Lapset ry:n 2023 julkaisema Lapsen ääni -tutkimus.

"Usein tuntuu, että tarvitsee apua, mutta sitä ei uskalla pyytää, koska asia nolottaa ja ahdistaa eikä halua kokea olevansa epäonnistunut tai taakka muille. Usein ajattelen, että haluan mieluummin lopettaa kaiken, kuin pyytää apua."

-Lapsen ääni 2023

Koulukiusaaminen on lapselle ja nuorelle yksilötasolla kriisi, jonka vaikutukset heikentävät merkittävästi henkistä sekä usein myös fyysistä hyvinvointia. Nuoren hyvinvointi sekä turvallisuus ovat avainasemassa heidän kasvussaan ja oppimisessaan. Vaikutukset muun muassa mielenterveydelle ovat yleensä hyvin vakavia sekä kauaskantoisia aina aikuisuuteen asti, niin koulukiusaamisesta kärsineelle, kuin kuitenkin usein myös kiusaajalle itselleen (Hamarus, 2008. 75-80). Äärimmäisissä tapauksissa mielenterveyden horjuminen voi purkautua lopulta jopa silmittöminä väkivallantekoina, kohdistuen joko kouluyhteisön jäseniin tai yksilöön itseensä.

Pelastakaa Lapset ry:n Lapsen ääni 2023 kyselytuloksiin viitaten, lapset sekä nuoret itse kokevat sanan kiusaaminen vähättelevänä terminä, vastausten mukaisesti ilmiötä kuvaisi osuvammin sana väkivalta.

Tässä opinnäytetyössä käsitellään koulukiusaamista ja ilmiön juurisyytä, nuorten henkistä huonovointisuutta sekä puutteellisia sosioemotionaalisia taitoja, joiden nähdään vaikuttavan niin kiusaajan toimintaan kuin myös koulukiusaamisen uhriin. Teknologian potentiaali nuorten hyvinvoinnin vahvistamiseksi on valtava. Digitalisuus sekä teknologia ovat hiipineet osaksi nuorten elämää todennäköisesti pysyvästi. Älylaitteita onkin leikkisästi verrattu nuorten älyllisiin proteeseihin (Kosola ym. 2019. 91-102).

Teknologian kehitys voi olla voimakas sekä monipuolinen työkalu, jonka avulla voitaisiin tasa-arvoisesti tarjota keinoja edistää lasten ja nuorten hyvinvointia, myös koulukiusaamisen näkökulmasta. Esimerkiksi digitaalisten ympäristöjen on nähty madaltavan nuorten kynnyksiä hakea tietoa, vertaistukea ja keskustelua elämän vaikeisiin asioihin. Nykyisin myös terveystalvet, koulutusmateriaalit, neuvonta ja tukipalvelut ovat laajasti saatavilla verkossa. Sosiaalisen median kautta terveys- ja hyvinvointiorganisaatiot tiedottavat ja tarjoavat vertaistukea nuorille, mikä helpottaa ennaltaehkäisevää työtä (Uski 2022, 18-19). Digitaaliset ympäristöt myös kannustavat nuoria hakemaan apua monipuolisista ja joustavista palveluista.

Opinnäytetyöni tavoitteena on arvioida niin teknologisin kuin kokemuksellisen oppimisen keinoin tarjottujen sosioemotionaalisten taitojen opetuksen sekä psykologisen pääoman vahvistumisen vaikutuksia yläasteikäisten nuorten kokemaan koulukiusaamiseen. Olen äärimmäisen kiitollinen saadessani tukeutua opinnäytetyössäni MARKED ohjelmaan, joka luo edellä kuvatun mahdolliseksi.

Tutkimukseni tarkoituksena on paitsi arvioida MARKED ohjelmaa keinona koulukiusaamisen vähentämiseksi, mutta myös luoda työkalu sekä mittari, jonka avulla koulukiusaamisen sekä nuorten sosioemotionaalisen taidokkuuden

yhteyttä voidaan tulevaisuudessa seurata laajamittaisesti yhdessä MARKED ohjelman käyttöä.

Opinnäytetyöni teoreettinen viitekehys nojaa vahvasti lakeihin sekä muihin velvoitteisiin, jotka velvoittavat koulut Suomessa toimimaan koulukiusaamista vastaan. Opinnäytetyössä esitellään myös koulukiusaamisen käsitettä ja koulukiusaamisen ilmiöön tuodaan syvyyttä avaamalla sosioemotionaalisten taitojen sekä resilienssin merkitystä. Teknologia ja sen rooli nykyisessä koulumaailmassa omaa myös tärkeän paikan opinnäytetyön teoreettisessa viitekehyksessä.

2 Opinnäytetyön tavoitteet sekä tausta

Keväällä 2023 toteutettiin tutkimuksellinen kouluturvallisuuden tehostamisen projekti osana Turun ammattikorkeakoulun palvelumuotoilukurssia. Projektin tavoitteena oli löytää keinoja tehostaa lasten ja nuorten kouluturvallisuutta erityisesti teknologiaa hyödyntäen. Tarkoituksena oli löytää ratkaisuita, joilla havaita sekä puuttua tehokkaammin esimerkiksi juuri koulukiusaamiseen, nuorisoväkivaltaan, yleiseen epävarmuuteen sekä turvattomuuden tunteeseen lasten ja nuorten kouluarjessa. Projekti tuotti mahtavia ideoita sekä ratkaisumahdollisuuksia.

Yhtenä vaikuttavana keinona nähtiin puuttuminen negatiivisen häiriökäytöksen juurisyihin. Ratkaisuksi löytyi menetelmä opettaa lapsille ja nuorille erilaisia sosioemotionaalaisia taitoja psykologista pääomaa sekä resilienssiä vahvistaen, minkä myötä oletettavasti voitaisiin vaikuttaa mm. koulukiusaamisen vähenemiseen ja täten myös koettuun kouluturvallisuuteen (Ihanamäki & Lummejoki, 2023).

Menetelmän on kehittänyt ja toteuttanut MARKED niminen yritys. Toiminta sekä opetus käsittää yläasteikäisille kohdennetut valmiin ohjelman sosioemotionaalisten taitojen ja psykologisen pääoman vahvistumisen opiskelulle osana tavallista koulun perusopetusta. Ohjelmaan liittyy myös applikaatio, jonka käyttö yhdistyy opetukseen pelimäisesti edeten. Opetuksen lisäksi applikaatio seuraa oppilaan hyvinvointia erilaisia kysymyksiä esittäen sekä analysoiden ja tarvittaessa oikean turvallisen avun tai chatin pariin ohjaten (MARKED, 2023).

Jatkumona kevään 2023 kouluturvallisuusprojektiin tässä opinnäytetyössä tullaan tutkimaan tarkemmin koulukiusaamista ja sitä, voidaanko käyttöön otetun MARKED ohjelman avulla vaikuttaa nuorten koulukiusaamiseen.

2.1 Opinnäytetyön toteuttamisen tavoitteet

MARKEDin ohjelman ja koulukiusaamisen välistä suhdetta ei ole aiemmin virallisesti tutkittu, minkä vuoksi opinnäytetyön tulosten myötä MARKED saa mahdollisesti ohjelmalleen täysin uutta näkökulmaa koulukiusaamisen suunnasta. Opinnäytetyön yhtenä tarkoituksena on myös luoda MARKEDille toimiva ja edelleen käytettävä työkalu sekä mittari MARKED ohjelman ja koulukiusaamisen välisen yhteyden tutkimiseksi tulevaisuudessa.

Tutkimustulokset voivat tarjota perustan myös uusien koulukiusaamisen ehkäisyohjelmien ja interventioiden kehittämiseksi. Näiden oivallusten avulla voidaan parhaimmassa tapauksessa rakentaa ja tarjota uusia työkaluja kouluympäristöön kiusaamisen vastustamiseksi.

Opinnäytetyön aihealueen ollessa itselleni hyvin merkityksellinen, antaa se ainutlaatuisen tilaisuuden syventää entisestään omaa tietoisuuttani sekä ymmärrystä koulukiusaamisen ilmiöstä ja täten edistää edelleen omaa ajattelua. Moniammatillisen työryhmän kanssa työskentely luo myös ainutkertaisen mahdollisuuden uusien näkökulmien sekä toimintatapojen kohtaamiselle.

2.2 Toimet koulukiusaamista vastaan ovat jokaisen velvollisuus

Koulukiusaamisen vastustaminen on jokaisen aikuisen moraalinen sekä myös lain velvoittama velvollisuus. Vaikka vanhemmilla on ensisijainen vastuu lastensa turvallisesta arjesta, koulujen rooli tässä työssä on yhtä merkittävä. Jokaisella lapsella ja nuorella tulisi olla yhdenmukaiset oikeudet nauttia hyvästä ja turvallisesta arjesta. Siksi on tärkeää, että niin vanhemmat kuin koulut kantavat vastuunsa ja työskentelevät yhdessä luodakseen kouluympäristön, jossa jokainen oppilas voi kasvaa ilman pelkoa ja kiusaamista.

2.2.1 Lasten ja nuorten yhdenvertaiset oikeudet kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos määrittää ihmisen hyvinvointia kokonaisuutena, joka jakautuu kolmeen ulottuvuuteen: terveyteen, materiaaliseen hyvinvointiin ja elämänlaatuun eli koettuun hyvinvointiin. Lisäksi hyvinvointi voidaan jakaa edelleen yhteisön sekä yksilön tasolle. Koettua hyvinvointia voidaan tarkastella elämänlaadullisia seikkoja arvioiden, joihin lukeutuu esimerkiksi henkilön odotukset hyvästä elämästä, ihmissuhteet, omanarvontunto, mielekäs tekeminen, terveys sekä materiaallinen hyvinvointi (THL, 2023).

YK:n Lapsen oikeuksien sopimuksen puolesta taas lapsella on oikeus saada tarvittavaa suojelua ja huolenpitoa, joka edistää hänen hyvinvointiaan. Kyseinen sopimus määrittää kaikkien alle 18-vuotiaiden kuuluvan oikeutetuiksi YK:n lapsen oikeuksiin (Yleissopimus lapsen oikeuksista). Vaikka vanhemmilla on päävastuu lapsensa huolenpidosta, sopimusvaltioiden on varmistettava tämän tavoitteen toteutuminen niiden lainsäädännössä ja hallinnossa.

Kouluyhteisön näkökulmasta opetuksen järjestäjien vastuulla on huolehtia koulujensa toiminnan turvallisuudesta ja lainmukaisuudesta. Heidän on myös taattava oppilaiden yhdenvertaisuus ja kehitettävä yhteisiä toimintamalleja. Koulujen vastuulla on huolehtia paitsi fyysisestä turvallisuudesta myös lapsen ja nuoren psyykkisestä sekä sosiaalisesta turvallisuudesta. Tämä vastuu

edellyttää koulujen toiminnan seuranta, ohjausta, valvontaa ja tarvittaessa epäkohtien korjaamista (Laitinen ym. 2020, 13, 47).

2.3 Lait sekä asetukset kouluturvallisuuden takaajina

Tätä kokonaisuutta, lasten ja nuorten oikeuksia, hyvinvointia sekä turvallisuutta tukevat Suomessa useat eri lait ja asetukset, kuten esimerkiksi:

Perusopetuslaki (628/1998),

Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki (1287/2013)

Terveystieteidenhuoltolaki (1326/2010)

Valtioneuvoston asetus (338/2011)

2.3.1 Perusopetuslaki

Perusopetuslaissa (628/1998) on määritelty useita oppilaiden hyvinvointiin sekä turvallisuuteen liittyviä asioita. Laki velvoittaa koulutuksen järjestäjän laatimaan sekä määrittämään suunnitelmia sekä sääntöjä turvallisen kouluympäristön rakentamiseksi. Suunnitelmassa tulee olla määriteltynä esimerkiksi keinot, joilla oppilasta suojataan kiusaamiselta ja kaikenlaiselta häirinnältä sekä säännöt, jotka takaavat hyvinvointiin merkityksellisesti liittyvät seikat, kuten kouluyhteisön viihtyvyyden, opiskelun esteettömyyden sekä koulun sisäisen järjestyksen (Perusopetuslaki).

2.3.2 Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki

Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki (1287/2013) on säädetty edistämään oppilaiden terveyttä, turvallisuutta, hyvinvointia, osallisuutta sekä taata tuki sitä tarvitsevalle myös ennaltaehkäisevästi. Lain tarkoituksena on edistää myös yhdenvertaista opiskeluhuoltopalveluiden saatavuutta ja laatua sekä koko koulun laajuista hyvinvointia (Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki).

2.3.3 Terveydenhuoltolaki ja valtion asetus (338/2011)

Kouluterveydenhuollosta säädetään Terveydenhuoltolaissa (1326/2010) sekä valtion asetuksella (338/2011). Kouluterveydenhuoltoa ohjaavat monet vaatimukset, kuten koulun ympäristön turvallisuuden sekä terveellisyyden ja kouluyhteisön hyvinvoinnin edistäminen sekä seuranta. Oppilaiden hyvinvoinnin, kasvun, terveyden ja seuraaminen ja edistäminen vuosittain sekä oppilaiden vanhempien tai huoltajien kasvatustyön tukeminen (Terveydenhuoltolaki) & (Valtion asetus 338/2011).

2.3.4 Opiskeluhoolto- sekä turvallisuussuunnitelma

Koulujen tulee laatia perusopetuksen opetusta varten opetussuunnitelma, joka noudattaa Opetushallituksen julkaisemia opetussuunnitelman perusteita. Turvallisuuden edistämiseen liittyvät säädökset ovat yksi osa-alue opetussuunnitelmassa, tarkoituksena taata oikeudet turvalliseen oppimisympäristöön. Turvallisuutta edistettäessä huomioidaan fyysiset, psyykkiset sekä sosiaalisen turvallisuuden ulottuvuudet. Opetusjärjestelyt on järjestettävä siten, että hyvinvoiva ja turvallinen arki toteutuu (Opetushallitus 2023).

Käytännössä koulujen on laadittava asiakirja, jossa määritetään opiskeluhoillon kokonaisuus oppilaitoksessa. Suunnitelmassa kuvataan, miten opiskeluhoillon eri palvelut on järjestetty ja miten ne ovat opiskelijoiden saatavilla. Lisäksi se sisältää turvallisuuden edistämistä, kiusaamisen ja väkivallan ehkäisyä sekä kriisitilanteisiin koskevia määräyksiä (Opetushallitus 2023). Suunnitelma, josta usein puhutaan nimellä turvallisuussuunnitelma, tulee olla koko henkilökunnan saatavilla. Henkilökunnan tulee olla tietoinen koulun turvallisuussuunnitelmasta ja on velvoitettu noudattamaan siinä asetettuja määräyksiä (Laitinen ym 2020, 47–50).

2.3.5 Hallitusohjelman 2023 lupaukset tukena lasten ja nuorten hyvinvoinnille

Nykyinen hallitusohjelmamme on lupautunut myös parantamaan lasten ja nuorten asemaa erityisesti mielenterveyden näkökulmasta, joka voidaan nähdä osa-alueena liittyvän myös koulukiusaamiseen.

Vuoden 2023 hallitusohjelmassa on sovittu myös uusista toimenpiteistä koulukiusaamisen ja väkivallan vähentämiseksi. Koulujen vastuuta kiusaamisen estämisessä ja torjumisessa tullaan lisäämään ja aluehallintovirastoille annetaan valtuudet puuttua koulun toimintaan, mikäli koulun toimet koetaan riittämättöminä. Kiusatun oppilaan oikeusturvaa ja mahdollisuutta pysyä omassa koulussaan myös vahvistetaan. Selkeästi laittomat teot siirretään poliisin tai sosiaaliviranomaisten hoidettaviksi. Koulussa ilmenneet laittomat teot käsitellään rikosilmoituksina, vaikka alle 15-vuotiaiden lasten tapauksissa tekoja ei luokitella rikoksiksi, mutta ne ohjataan keskusteluryhmään, johon osallistuvat tekijät, uhrin vanhemmat ja poliisi (Sarkomaa, S. 2023).

Hallitus lupaa huomioida lapsia ja nuoria myös parantaen mielenterveyspalveluiden saavutettavuutta ja tehokkuutta. Toimia lupausten täyttämiseksi ovat esimerkiksi ”Terapiat etulinjaan” toimintamallin edelleen kehittäminen, lakimuutokset terapiatakuun toteutumiseksi, matalan kynnyksen palveluiden sekä avun saatavuuden tehostus erilaisin walk-in-palveluin sekä chatpalveluin. Lisäksi erilaiset omahoito-ohjelmat, verkkoterapiat sekä avun saatavuuden tehostaminen vakavan päihteidenkäytön, rikosten ja väkivallan kanssa kamppaileville nuorille ovat nykyisen hallituksen ohjelmassa tuettuja toimia (Valtioneuvosto, 2023). Monien positiivisten lupausten ja tukitoimien ohella hallitusohjelman on kritisoitu kuitenkin yhtäaikaaisesti heikentävän etenkin pienituloisten perheiden elämää erilaisin leikkauksin, joiden nähdään vaikuttavan suoraan lasten ja nuorten hyvinvointiin.

”Toivoisin, että vaikutusvaltaiset ihmiset kuuntelisivat nuoria, eivätkä itse päättäisi mikä meille on parasta”

-Lapsen ääni 2023

3 Nuorten hyvinvointi ja koulukiusaaminen

Kiusaaminen on kulkenut osana evoluutiota kiistämättä koko ihmisyyden ajan. Fyysisesti tai henkisesti vahvat sekä suositut henkilöt ovat kiusaamisen avuin muodostaneet yhteisöissä hierarkiaa, jossa heikoimmat tai poikkeavat yhteisön jäsenet on saatettu hierarkian pohjille. Muiden yhteisön jäsenten kiusatuksi tulemisen pelko on ohjannut myötäilemään näitä vahvempia jäseniä, aikaansaaden kiusaajien arvostuksen. Kiusaaminen on ollut tapa pitää yllä valta-asemaa tai mahdollistaa pääsy moniin yhteisön arvostettuihin resursseihin, kuten selviytymisen sekä hengissä pysymisen turvaamiseen, korkeaan statukseen tai lisääntymisen varmistamiseen (Wolke & Lereya, 2015). Täten kiusaamisen voidaan nähdä siis olevan luonnostaan ihmisyyteen kuuluva selviytymismekanismi.

Tarkasteltaessa koulukiusaamista tänä päivänä, voidaan kuitenkin todeta kiusaamisen olevan turhaa ajatellen hengissä säilymistä tai vaikkapa lisääntymisen turvaamista. Voimme edelleen tunnistaa silti ihmisluonteelle vahvan psykologisen tarpeen kokea arvostusta sekä turvaa pysyä osana yhteisöä. Yhteenkuuluvuuden myötä tavoitellaan sekä saavutetaan rakkauden, läheisyyden sekä turvallisuuden tunteita (Wolke & Lereya, 2015).

On väitetty, että hylätyksi tai jätetyksi tuleminen olisi ihmisen luontaisesti suurin pelko (Höistad 2003, 17-18). Hylätyksi joutuminen horjuttaa ihmisen neljää sosiaalista perustarvetta; yhteenkuuluvuutta, itsetuntoa, hallinnan tunnetta sekä kokemusta elämän merkityksellisyydestä. Koulukiusaamisen näkökulmasta hylkäämisiä sekä jätetyksi tuleminen tunteita koetaan päivittäin ja ne kasaantuvat erityisesti tietyille ihmisille, kiusatuille oppilaille (Syrjämäki ym. 2017, 379 & Vaskinen 2019 mukaan).

Tuoreimman kouluterveyskyselyn (2023) tulokset mukaan koulukiusaamisen määrä niin ala- kuin yläasteiden tutkituilla kouluasteilla on lisääntynyt merkittävästi verrattuna aiempiin (2021) kouluterveyskyselyn tuloksiin. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaisemien (2023) tulosten mukaan Suomessa koulukiusaamisen uhriksi joutuu viikoittain 16 000 lasta ja

nuorta, mikä vastaajamäärään verraten tarkoittaa, että säännöllisestä kiusaamisesta kärsii kouluissa joka kymmenes lapsi ja nuori (THL 2023).

3.1 Mitä koulukiusaamisella tarkoitetaan

”Mua on hakattu maata vaste koulus. Haukuttu. Sanottu, et pitäis tappaa itteni. Tönitty. Jätetty ulkopuolelle. Varastettu tavaroit ja rahaa.”

-Koulukiusaamista kokenut nuori

Suomen opetushallituksen mukaan koulukiusaamisella tarkoitetaan tahallista, usein toistuvaa sekä pitkäaikaista toimintaa, jonka on tarkoitus vahingoittaa tai loukata toista henkisesti tai fyysisesti. On tärkeää ymmärtää jo yksittäisen kiusaamistilanteen aiheuttavan uhrille pysyvää pelkoa kiusatuksi tulemiselle (Opetushallitus 2023).

Koulukiusaaminen on nykymaailmassa äärimmäisen monimuotoista ja tämän vuoksi myös haastavaa havaita. Ei ole olemassa yhtä tai oikeaa tapaa määrittellä kiusaamista, mutta yhtenä määritelmän esimerkkinä voidaan ajatella jakoa fyysiseen-, verbaaliseen-, sosiaaliseen- sekä nettikiusaamiseen (National Center Against Bullying 2023). Mannerheimin Lastensuojeluliiton ylläpitämän Nuortennetin mukaan koulukiusaaminen voidaan jakaa melko loogisesti myös suoraan sekä epäsuoraan kiusaamiseen sen toteutumisen mukaan (Nuortennetti, MLL 2024).

3.1.1 Fyysinen kiusaaminen

Fyysinen koulukiusaaminen ilmenee nimensä mukaisesti väkivaltaisena toimintana kiusattua kohtaan, missä tarkoitus on aiheuttaa uhrille fyysistä kipua. Vaikutukset fyysisestä kiusaamisesta vaihtelevat lyhyestä hyvinkin pitkäaikaisiin vaikutuksiin. Fyysinen koulukiusaaminen on kiusaamisen muodoista oletetusti helpoiten havaittavissa olevaa kiusantekoa (National Center Against Bullying, 2023).

3.1.2 Verbaalinen kiusaaminen

Sanallisen koulukiusaamisen voidaan ajatella sisältävän nimittelyä, uhkailua, loukkaamista, negatiivista huomauttelua, naurunalaiseksi tekemistä sekä muuta sanallista väkivaltaa. Sanallista kiusaamista on ulkopuolisten vaikea havaita ja se käännetään usein kiusaajan näkökulmasta vitsailuksi. Sanallinen kiusaaminen ei jätä näkyviä jälkiä uhriinsa, mutta rikkoo kiusatun minäkuva, itsetuntoa sekä horjuttaa luottamusta ihmisiin. Tämän vuoksi vaikutukset voivat olla hyvinkin pitkäkestoisia (Nuorisoportaali Decibel.fi, 2019).

3.1.3 Sosiaalinen kiusaaminen

Sosiaalista kiusaamista voidaan kuvata myös piilokiusaamisena, jossa kiusatun mainetta pyritään vahingoittamaan sekä aiheuttamaan hänelle nöyryytystä. Sosiaalinen kiusaaminen tapahtuu usein niin sanotusti kiusatun selän takana huhuja tai valheita levittämällä, halveksivin katsein tai negatiivisin elein, ilkeän vitsailun tai halventamisen muodossa. Sosiaalisessa kiusaamisessa kiusaaja kannustaa muita yhteisön jäseniä jättämään kiusatun sosiaalisesti ulkopuolelle yhteisöä. Ulkopuoliselle on haastavaa tunnistaa yhteisön sisällä esiintyvää sosiaalista kiusaamista, esimerkiksi kouluhenkilökunnalle oppilaiden välistä sosiaalista kiusaamista (National Center Against Bullying, 2023).

Ostrakismi, eli sosiaalinen hyljeksintä on suuressa roolissa sosiaalisesta kiusaamisesta puhuttaessa. Ostrakismille tyypillistä on esimerkiksi luokkakaverin syrjiminen, uskottomuus tai vaikkapa katseen välttely ja kuuntelemattomuus. Ostrakismissa toiminta nähdään usein harmittomana, mutta sen vaikutukset hyljeksittyyn ovat verrattavissa mihin tahansa muuhun kiusaamiseen (Syrjämäki ym. 2017. 376-378. & Vaskinen 2019 mukaan).

3.1.4 Nettikiusaaminen

Nettikiusaaminen on kiusaamismuotojen uusi muoto, joka aiheutuu tietokoneiden, puhelimien tai muiden elektronisten laitteiden käytöstä, ja se voi olla avointa tai hyvin peiteltyä, julkista tai yksityistä. Verkkokiusaaminen on erityisen raadollista, sillä sitä voi tapahtua milloin tahansa, eikä kiusattu ole tällöin edes kotonaan turvassa kiusaamiselta. Verkkokiusaamiseen saattaa kuulua esimerkiksi loukkaavien tekstien, kuvien tai videoiden julkaisemista, tahallista kiusatun poissulkemista eri kanavista tai ryhmistä, ilkeiden huhujen tai juorujen julkaisemista tai käyttämällä kiusatun henkilöllisyyttä tai kirjautumistietoja luvatta (National Center Against Bullying 2023).

Nettikiusaaminen on nykyisin huomattavan yleinen ilmiö ja esimerkiksi kouluhenkilökunnalle äärimmäisen vaikeaa havaita. Nuorten suosimissa sovelluksissa on tyypillistä räjähdysmäinen näkyvyyden saanti kuin myös jälkien jättämättömyys.

3.2 Koulukiusaamisen vaikutukset

”Tuntuu, että mussa olisi jotain vikana, kun en kelpaa kenellekkään... tai siis pakkohan mussa on olla, kun musta ei pidetä.”

-Kiusaamista kokenut nuori

Koulukiusaamisen nähdään vaikuttavan niin yhteisö- kuin yksilötasolla. On tavallista, että yhteisössä, koulukiusaamisen tapauksessa luokassa pyritään välttelemään piirteitä, jotka saattavat johtaa kiusatuksi tulemiseen. Luokassa vallitseva pelko vaikuttaa pitkittyessään oppilaiden kokemaan turvattomaan oppimisilmapiiriin, joka puolestaan heijastuu kouluviihtyvyyteen ja täten lopulta oppimistuloksiin. Jatkuvan kiusatuksi joutumisen pelko vaikuttaa myös negatiivisesti yhteisön jäsenten luovuuteen sekä avoimeen ilmaisuun (Hamarus 2008, 75-76).

"Koulukiusaaminen rikkoi tehokkaasti minäkuvan"

-Kiusaamista kokenut nuori

On selvää, että koulukiusaamisen vakavin vaikutus kohdistuu koulukiusattuun yksilötasolla. Välittömiä vaikutuksia voivat olla jatkuva epävarmuus, perusturvallisuudentunteen menetys, pelko, fyysisen sekä psyykkisen stressin oireet, itsetunnon ja oman merkityksellisyydentunteen horjuminen sekä monet muut mielenterveydelliset haasteet. Näiden vaikutusten takia koulukiusatulla saattaa esiintyä tyypillisesti usein myös erilaisia somaattisia oireita, uupumusta, ahdistusta, yksinäisyyttä, alentunutta elämönhallintaa, haasteita ja poissaoloja koulusta sekä humalahakuisuutta (THL 2018, 21).

Melko tyypillistä on ajatella kiusaamisen vaikutusten loppuvan samalla, kun kiusaamiskierre saadaan katkaistua ja kiusaamisen teot loppuvat.

Koulukiusatulle traumat saattavat kuitenkin olla pysyviä ja oireilla eri tavoin läpi loppuelämän. Voimme kiistatta puhua koulukiusaamisesta ja sen vaikutuksista valtakunnallisena ongelmana (Hamarus ym. 2015, 49-54). Koulukiusatuksi joutuneiden lasten ja nuorten kokemat pitkäaikaisseuraamukset on nähty vastaavan lapsena hyväksikäytön uhriksi joutuneiden henkilöiden myöhempiä vaikutuksia (Carlisle & Rofes, 2007. 16). Koulukiusatuksi lapsena joutunut aikuinen voi kärsiä myöhemmin monella eri elämän osa-alueella niin fyysisesti, psyykkisesti, sosiaalisesti kuin myös taloudellisesti. Monet tutkimukset myös osoittavat, että itsetuhoiset ajatukset ovat moninkertaisesti yleisempiä aikuisilla, jotka ovat joutuneet aiemmin elämässään koulukiusatuiksi.

Pitkäaikaisseuraamusten voimakkuuden on nähty riippuvan kiusatun iästä, kehitysvaiheesta sekä erityisesti resursseista, joita nuorella on käytettävissä kokiessaan sekä käsitellessään kiusatuksi joutumistaan (Hinduja & Patchin 2017, 53).

3.3 Mistä kiusaaminen johtuu

Syy koulukiusaamiselle juontaa juurensa usein kiusaajan omaan henkilökohtaiseen pelkoon tai epävarmuuteen. Kiusaajat näyttävät usein ulospäin henkisesti sekä fyysisesti vahvoina, suosittuina ja vallanhaluisina viihdyttäjinä. Kuitenkin muun muassa Hamaruksen tutkimusten mukaan kiusaaja itse kokee lähes poikkeuksetta epävarmuutta, syyllisyyttä, tai häpeää omasta erilaisuudestaan, turvallisuudestaan tai eriarvoisuudestaan ja täten ”hyökkäys on paras puolustus” ajatuksen mukaisesti aloittaa kiusaamisen ennen kuin joutuisi itse kiusatuksi. Myös kateus sekä vallanhakuisuus nähdään kiusaajaa tyypillisesti kuvaavina käsitteinä (Hamarus 2006, 133-138).

Syyt kiusaamiselle voidaan siis kauempaa katsoen todeta johtuvan kiusaajan oman heikon itsetunnon, epävarmuuden tai pelon peittelystä. On myös todettu, että kiusaaja valitsee uhrikseen tyypillisesti henkilön, joka omaa samantapaisia erilaisuuksia tai puutteita, joita hän tunnistaa myös itsessään. Uhrin tunnistamassa tämän yhteyden, koulukiusaamisen on nähty helpottaneen tai jopa päättäneen (Hamarus 2007, 133-138).

3.4 Eriarvoisuus nuorten hyvinvoinnissa

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos siis kuvaa ihmisen hyvinvointia kokonaisuutena, joka voidaan jaotella terveyteen, materiaaliseen hyvinvointiin ja elämänlaatuun. Elämänlaatua muovaavat yksilön odotukset hyvästä elämästä, sosiaaliset suhteet, omanarvontunto sekä mielekäs tekeminen. Yksilön tasolla hyvinvointiin nähdään vaikuttavan erityisesti hänen sosiaaliset suhteensa, itsensä toteuttaminen sekä sosiaalinen pääoma (THL, 2023).

Hyvinvointia tai vastakohtaisesti pahoinvointia käsiteltäessä puhutaan usein myös onnesta, mielenterveydestä, turvallisuudesta tai turvattomuudesta, oikeudenmukaisuudesta taikka stressistä. Elämän mielekkyys hallitsee koettua hyvinvointia vahvasti (Suoninen ym. 2014. 291-296).

Yhteenvedona edeltävään voidaan siis ajatella, että koettuun hyvinvointiin vaikuttavat monet erilaiset fyysiset sekä psykologiset tekijät ja henkisten tekijöiden osuus voidaan nähdä merkittävänä. Nämä henkiset tekijät voidaan nähdä määräytyvän erilaisista sosioemotionaalista kyvyistä sekä henkilön psykologisesta pääomasta. Heikkoudet nuoren sosioemotionaalisisissa taidoissa tai puutteet hänen psykologisessa pääomassaan taas aiheuttavat tilanteita, joissa nuori ei yksinkertaisesti kykene tai osaa toimia järkevällä tavalla kohdatessaan elämässään haasteita.

3.4.1 Sosioemotionaalisen kompetenssin merkitys hyvinvoinnille

Jokaisella nuorella on oma tarinansa, joita ei voi keskenään verrata. Muistot sekä elämän aiemmat kokemukset ovat tekijöitä, jotka kulkevat nuorten mukana vaikuttaen tapoihin ennakoita sekä reagoida elämän eri tilanteisiin.

Lapsuusajan kokemukset ovat erityisen merkityksellisiä, sillä ne antavat suunnan ja perustan sille, miten nuori näkee maailmansa (Suoninen ym. 2014. 291-296). Tarinoita sekä kokemuksia on yhtä paljon kuin nuoria, joten on selvää, etteivät nuoret ole tasa-arvoisessa asemassa puhuttaessa mahdollisuuksista omaksua erilaisia sosioemotionaalisia kykyjä tai vahvistaa psykologista pääomaa, jotka voidaan ylemmällä tasolla kuvata yhtenäisesti sosioemotionaaliseksi kompetenssiksi.

Termi kompetenssi suomennetaan usein sanoilla pystyvyys, kyvykkyys tai osaavuus. Sosiaalinen ja emotionaalinen kompetenssi ovat erillisiä, itsenäisiä käsitteitä, mutta ovat vahvassa vuorovaikutuksessa toisiinsa ja kuvataan täten mielellään yhteiseksi yläkäsitteeksi; sosioemotionaaliseksi kompetenssiksi (Junttila, 2015). Sosioemotionaalinen kompetenssi käsitteenä kuvaa kykyä ymmärtää, hallita ja soveltaa taitavasti erilaisia sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja vaihtuvissa elämän tilanteissa. Siihen sisältyy taitoja, kuten esimerkiksi empatia, vuorovaikutustaidot, konfliktinhallinta, päätöksenteko, tunneäly ja itsesäätely. Sosioemotionaalinen kompetenssi vaikuttaa positiivisesti myös vuorovaikutukseen muiden kanssa, ongelmanratkaisuun sekä stressinhallintaan (Denham ym. 2003. 238-256).

Nuoren heikon sosioemotionaalisen kompetenssin voidaan nähdä aiheuttavan oppimisen ja koulunkäynnin vaikeuksien muodostumista, erilaisia itsetunto-ongelmia, vaikeuksia sisäistää toiminnanohjausta, tunne-elämän hankaluuksia sekä erilaisia käyttäytymishäiriöitä, kuten esimerkiksi koulukiusaamista. Toiselta puolelta katsottuna, vahvan sosioemotionaalisen kompetenssin voidaan nähdä nuorta suojaavana tekijänä (Denham ym. 2003. 238-256).

3.5 Koulukiusaamisen vaikutus hyvinvointiin

Hindujan ja Patchin tutkimuksen (2017, 53) mukaisesti nuoren itsetunto, itseluottamus, sosiaaliset sekä emotionaaliset taidot ja näiden pääoma vaikuttavat suuresti kiusaamisesta johtuviin koettuihin seurauksiin, niistä selviytymiseen kuin myös tarpeeseen aiheuttaa kiusaamista sekä puuttua siihen. Voidaan puhua resilienssistä, eli kyvystä selviytyä sekä sopeutua haastavissa ja ennalta arvaamattomissa elämäntilanteissa.

Yleisesti edellä kuvatun perusteella voidaan todeta nuorten sosioemotionaalisten taitojen sekä psykologisen pääoman vaikuttavan siihen, miten käyttäydymme ja reagoimme erilaisiin tunteisiin tai tapahtumiin arjessa. Nämä tekijät määrittävät tason resilienssille.

3.5.1 Koulukiusatun näkökulma

Vahvan resilienssin omaavien nuorten on nähty harvoin valikoituvan koulukiusaamisen uhreiksi, sillä he eivät reagoi kiusaamiseen kiusaajien toivoman odotuksen mukaisesti. Toisaalta myös vankan itsetunnon ja sosiaalisen tuen takia he pystyvät sivuuttamaan tai käsittelemään koettua kiusaamista (Hinduja & Patchin 2017, 53).

3.5.2 Koulukiusaajan näkökulma

Hamaruksen tutkimuksen (2006) mukaisesti koulukiusaaja pyrkii suojelemaan itseään kiusatuksi joutumiselta aloittamalla kiusaamisen ensin itse.

Suojautuminen viestii eriarvoisuuden tunteesta, häpeästä, epävarmuudesta, kateudesta tai pelosta, mitkä taas viestivät nuoren alhaisesta sosioemotionaalisisesta kompetenssista. Yleisesti katsottuna voidaan myös ajatella koulukiusaajan resilienssin olevan heikko. (Hamarus 2006, 133-138)

3.5.3 Sivullisen näkökulma

Koulukiusaamisen todettiin aiemmin koskettavan yksilötason lisäksi koko kouluyhteisöä. Yhteisössä, jossa kiusaamista tapahtuu, vallitsee jatkuva kiusatuksi joutumisen pelko myös sivullisten oppilaiden keskuudessa (Hamarus 2008, 75-76).

Koulukiusaamistilanteeseen puuttuminen vaatii rohkeutta ja viestii reagoivan henkilön vahvasta itsetunnosta, empatiakyvystä sekä tasa-arvoisuuden ja oikeudenmukaisuuden arvostuksesta. Kiusatun puolelle asettuvat oppilaat ovat tutkimusten mukaan yleisesti yhteisön suosituimpia ja heikomman puolelle kiusaamistilanteessa asettumista ihailtaan sekä arvostetaan muiden oppilaiden osalta (Nuortennetti, MLL 2023). Vahvan resilienssin voidaan siis nähdä tukevan myös muiden oppilaiden kynnystä ilmoittaa tai puuttua havaitsemaansa koulukiusaamiseen.

4 Sosioemotionaalisen kompetenssin tukeminen koulun tehtävänä

Suomen Opetushallituksen mukaan koulun lainsäädännön mukainen velvollisuus on huolehtia oppilaiden sekä koko yhteisön fyysisestä, psyykkisestä sekä sosiaalisesta turvallisuudesta. Jatkuva kehittäminen on oleellista suunniteltaessa koulu yhteisöjen johtamista, toimintakulttuuria sekä yhteisöllisyyttä (Opetushallitus, 2023). Aikuisten jatkuva kiinnostus sekä toiminta kokonaisvaltaisesti turvallisen koulu yhteisön mahdollistamiseksi torjuu oppilaiden eriarvoisuutta sekä sen muodostumista.

4.1 Hyvän koulu yhteisön perustana sosioemotionaalinen turvallisuus

Pohja toimivalle sekä viihtyisälle koulu ympäristölle on sosioemotionaalisesti turvallinen ilmapiiri, joka syntyy, kun oppilaalla on tunne siitä, että hän voi turvallisesti kertoa ajatuksiaan sekä ilmaista tunteitaan koulu yhteisössä ja kokee tulleensa osalliseksi, kuulluksi sekä arvostetuksi. Turvallisuus koulu ympäristössä liittyy siis opettajien ja muiden koulu yhteisön aikuisten kykyyn luoda turvallinen ja tukeva ilmapiiri oppilaille, mikä liittyy myös taitoon ymmärtää ja jakaa toisten tunteita (Opetushallitus, 2024).

4.2 Sosioemotionaalisen kompetenssin vahvistaminen koulujen tehtävänä

Sen lisäksi, että kouluilla on lain määräämä velvollisuus huolehtia oppilaiden hyvinvoinnista niin fyysisellä kuin psyykkisellä tasolla, ohjaa koulujen toimintaa sekä opetusta muun muassa Opetushallituksen laatima perusopetuksen opetussuunnitelma 2014.

Perusopetuksen opetussuunnitelman 2014 myötä velvoitetaan, että oppilaille tarjotaan perusopetuksen aikana mahdollisuus saada ja hankkia tietoa hyvinvoinnin ja terveyden edistävistä ja haittaavista tekijöistä sekä turvallisuuden merkityksestä. Oppilaita tulee ohjata ottamaan vastuuta omasta

ja yhteisestä työskentelystä ja oppilaita tuetaan tunnetaitojen sekä sosiaalisten taitojen kehittämisessä. Koulun velvollisuus on ohjata oppilasta harjoittelemaan erilaisia sosiaalisia- sekä vuorovaikutustaitoja. Opetussuunnitelmassa veloitetaan koulut opettamaan myös tunnetaitoja sekä muita sosioemotionaalaisia taitoja, jotka tukevat oppilaan itsetuntemuksen, itsearvostuksen sekä empatian vahvistumista. Lisäksi koulujen tehtävä on antaa oppilaille tukea ristiriitojen, ongelmatilanteiden, stressin sekä kriisien rakentavaan käsittelyyn (POPS, 2014).

Opetushallituksen mukaan koulun toimintakulttuuria ja johtamista on pyrittävä kehittämään jatkuvasti siten, että ne tukevat oppivan yhteisön rakentumista, hyvinvointia ja turvallisuutta sekä edistävät vuorovaikutusta ja osallisuutta. Oppilaille opetetaan itsetuntemusta, toisten kunnioittamista, tunne- ja vuorovaikutustaitoja, sosiaalisia taitoja ryhmässä toimimiseen sekä kiusaamisen ehkäisyä ja turvallisuuteen liittyviä taitoja jo ensimmäisestä vuosiluokasta alkaen (Opetushallitus 2023).

5 Teknologia työkaluna toimivaan ja tasa-arvoiseen oppimiseen

Suomessa lapset ja nuoret ovat siis monin tavoin oikeutettuja oppimaan asioita, jotka parantavat heidän hyvinvointiaan. Kuitenkin myös nykyisin hyvin pinnalla olevaan kestävään kehitykseen peilaten, velvollisuutemme on saattaa toteen myös globaalit tavoitteet lasten ja nuorten tasa-arvoisen hyvinvoinnin ja oppimisen hyväksi. Yhteiset globaalit tavoitteemme ajavat muun muassa lapsille ja nuorille tasa-arvoista turvaa, terveyttä sekä hyvän elämän kannalta merkityksellisiä oppeja ja koulutusta (Agenda2030-toimintaohjelma, 2024). Tasa-arvoisen opetuksen ja hyvinvoinnin mahdollistaminen niin valtion sisäisesti kuin globaalisti vaatii ketteryyttä sekä innovatiivisuutta. Teknologia tulee näyttelemään epäilemättä entistäkin suurempaa roolia näitä tavoitteita ratkoessamme.

Saatavuuden näkökulmasta teknologia voi mahdollistaa koulutuksen tarjoamisen myös alueille, joilla perinteiset opetusresurssit eivät ole helposti saatavilla. Digitaalisten oppimisalustojen ja ohjelmistojen avuin pystytään tarjoamaan opiskeluun joustavuutta sekä räätälöityjä opetusmateriaaleja. Digitaalisuus ja tekoäly tarjoavat mahdollisuuksia parempaan oppimisen seurantaan, ongelmien tunnistamiseen ja yhteisöllisen oppimisen kehittämiseen. Lisäksi ne mahdollistavat joustavan opiskelun, riippumatta ajasta tai paikasta (Opetushallitus, 2022).

Oppilaat voivat hyötyä teknologiasta esimerkiksi saamalla reaaliaikaista palautetta vertaisiltaan. Digitaaliset ratkaisut tekevät koulutukseen osallistumisen vaivattommaksi ja lisäävät sen vuorovaikutteisuutta. Lisäksi oppijat voivat saada entistä monipuolisempaa ohjausta ja tukea oppimiseensa ja koulunkäyntiin (Opetushallitus, 2022).

Myös oppimateriaalien kustannustehokkuuteen sekä laadukkuuteen voidaan teknologian avuin vaikuttaa jakamalla avoimen lähdekoodin oppimateriaalia. Teknologialla voidaan lisäksi mahdollistaa oppimateriaalien sekä sovellusten

monikielisyys, jolloin laadukasta opetusta voidaan tarjota ymmärrettävässä muodossa tasa-arvoisesti myös globaalilla tasolla. Mahdollisuuksia on monia ja niiden hyödyntämisen arviointi on suotavaa (Jacob ym. 2016. 242-271).

5.1 Teknologia osana oppimisympäristöä ja vapaa-aikaa

Meillä Suomessa teknologia on jo vähitellen vallannut luokkahuoneet. Tämä heijastuu luokkahuoneiden vuorovaikutteisista kosketustauluista, projekteista, simulaattoreista aina etä- tai virtuaaliluentoihin, tekoälypohjaisiin keskustelubotteihin sekä erilaisiin moniaistiteknologisiin ratkaisuihin asti. Älykkäät laitteet ovat nykyisin hyvin pieniä ja kulkevat kätevästi nuorten mukana, mahdollistaen muun muassa virtuaalisen tutortoiminnan, tiedon ja ajatusten reflektoinnin tuen sekä vuorovaikutuksen (Kujala ym. 2006. 91-106).

Teknologian voidaan nähdä tarjoavan suunnan kohti opetuksen tehokkaampaa saatavuutta ja tasa-arvoisempaa oppimista, jonka avulla oppimateriaalit ja oppimisen resurssit ovat nykyisin käytettävissä laajemmin kuin koskaan ennen. Verkkopohjaiset oppimisalustat, selkokieliset digitaaliset kirjat ja avoimen lähdekoodin ohjelmistot mahdollistavat opiskelun, milloin ja missä tahansa (Jacob ym. 2016. 242-271).

Lasten ja nuorten maailmaa hallitsee nykyisin enenevässä määrin kaikkialla läsnä oleva teknologia, jota käytetään silloin kun sitä tarvitaan. Vapaa-ajalla esimerkiksi älylaitteet nähdään lähinnä viihdyttävänä teknologiana. Oma älylaite saattaa tulla kuitenkin avuksi myös koulumaailmassa, kun ilmenee tarve hankkia, analysoida tai varastoida tietoa, löytää kommunikointikanavia, jakaa tai rakentaa tietoa. Älylaitteita kaikkine mahdollisuuksineen onkin verrattu nykyisin nuorten älyllisiin proteeseihin (Kosola ym. 2019. 91-102). Teknologiaa voidaan soveltaa jo lähes kaikkien oppiaineiden opetuksen tukena, mutta on opettajan osalta tärkeä kyetä pedagogisesti perustelemaan juuri oikea teknologinen keino, jotta oppimisen tehostuu eikä päinvastaisesti häiriinny.

Voidaan olettaa, että teknologian ja digitalisaation kehitys on jo tähän mennessä lisännyt yhteiskunnassa nuorten hyvinvointia. On kuitenkin tärkeää

ottaa huomioon, etteivät kaikki nuoret ole yhtä mieltä teknologian hyödyntämisestä. Huoli inhimillisen vuorovaikutuksen vähenemisestä sekä yksityisyyden horjumisesta ovat aiheellisia pohdinnan aiheita teknologian kehityksen matkassa (Verke 2019, 23). Myös nuorten digitaalinen jakautuminen, tietoturvariskit sekä muut eettiset näkökulmat on syytä ottaa tosissaan.

5.1.1 Yksilöllinen teknologia erilaisten oppijoiden tukena

Teknologian avulla voidaan kouluissa myös yksilöllistää opetusta, tarjota räätälöityjä oppimispolkuja ja tukea erilaisia oppimistyyliä. Älykkäät oppimisalgoritmit voivat havaita oppijoiden vahvuudet ja heikkoudet, tarjoten personoidumpaa opetusta. Täten voidaan mahdollistaa, että jokainen oppilas saa tarvitsemaansa tukea.

Yksilöllinen teknologia koulussa viittaa käytäntöihin ja ratkaisuihin, joilla vastataan yksittäisten oppilaiden oppimistarpeisiin ja -tyyleihin. Tämä voi käsittää erilaisia teknologiapohjaisia sovelluksia ja välineitä, jotka tukevat opiskelijoiden yksilöllisiä haasteita ja vahvuuksia. Nämä teknologiset apuvälineet ovat osa yhdenvertaista, esteetöntä sekä oikeudenmukaista opiskelua, johon koulut ovat lain nojalla velvoitettuja (Erialaisten oppijoiden liitto ry, 2010. 9-15). Näkövammaisella oppilaalla on esimerkiksi oikeus työkaluihin, joiden avulla hän kykenee oppimaan siinä missä muut ikätoverinsa, muun muassa ääniohjautuvaa teknologiaa hyödyntäen. Luku- tai kirjoitusvaikeuksista kärsivän oppilaan työntekoa saattaa helpottaa ääniohjautuvan teknologian ohella erilaiset puheen skannerit sekä -synteetit, lukemista ja kirjoittamista tukevat ohjelmat, vaihtoehtoiset muistiinpanovälineet tai muistiinpanojen tallennuskeinot, kuvaaminen, videointi tai äänitallennus (Opetushallitus, 2024).

Yksilöllistä oppimista tukevat keinot edesauttavat kiistämättä oppilaiden osallisuutta kouluyhteisössä ja toisin sanoen torjuvat nuorten yksinäisyyttä sekä syrjäytyneisyyttä. Yhteiskunnan näkökulmasta apuvälineiden ja -teknologian hankinnan sekä käytön kustannukset tulevat huomattavasti halvemmaksi kuin

esimerkiksi syrjäytymisestä aiheutuvat kulut (Erialisten oppijoiden ry, 2010. 10-11).

5.1.2 Yhteisöllinen teknologia osana sosiaalista oppimista

Erilaiset tietoverkot, älylaitteet, yhteisölliset pelit sekä sosiaalinen media muodostavat uudenlaisia ryhmä- ja yhteistoiminnan malleja. Voidaan puhua yhteisöllisestä teknologiasta, joka mahdollistaa parhaimmillaan työkalut vaihtoehtoisten ratkaisujen tutkimiseen sekä kokeiluun, kysymiseen, perustelemiseen, itse- sekä vertaisarviointiin tai kommunikointiin asiantuntijoiden kanssa. Teknologian avulla voidaan myös saavuttaa älykkäämpiä tapoja tiedon esittämiseen tai mallintamiseen sekä saavuttaa tuki hankalan oppimisprosessin selkeyttämiseksi. Parhaimmillaan teknologiaa hyödyntämällä voidaan siis tukea opiskelijoiden yhteisöllistä toimintaa ja ongelmanratkaisua sekä korkeatasoisen ymmärryksen rakentamista tarjoamalla oppilaille vaihtoehtoisia sekä sopivia työkaluja oppimisen tueksi (Kosola ym. 2019. 91-102). Esimerkiksi 360-videot sekä -kuvat voisi nähdä hyödyllisenä keinona käsitellä maantiedon tai biologian oppiaineita tai virtuaalitodellisuudet liikunnan sekä musiikin tuntien lisämausteena (Hemminki-Reijonen, 2021. 9-16).

5.2 Miten teknologialla voidaan tehostaa nuorten hyvinvointia sekä oppimista

Siinä missä Kosola (2019) vertasi älylaitteita nykynuorten älyllisiin proteeseihin, voidaan ymmärtää, että heillä on jatkuva pääsy teknologisesti tuotettujen hyvinvoinnin oppien sekä avun pariin. Digitaalisten ympäristöjen on nähty madaltavan vaikuttavasti nuorten kynnystä hakea itselleen tietoa, vertaistukea sekä keskusteluyhteyttä elämän vaikeisiin asioihin liittyen (Uski 2022, 18-19). Esimerkiksi terveystalvuita, koulutusmateriaaleja, neuvontaa ja tukipalveluita on laajalti saatavilla verkossa. Lisäksi monet terveys- ja hyvinvointiorganisaatiot käyttävät sosiaalista mediaa tiedottamiseen ja nuorten tavoittamiseen, tarjoten keskustelu- sekä vertaistukea. Uskin (2022) kuvauksen mukaisesti, tämä ilmiö

johtaa myös ennaltaehkäisevän työn helpottumiseen, kun vaikeat asiat voidaan tunnistaa sekä selvittää ennen kuin ne muuttuvat kroonisiksi. Verkkoympäristöt pystyvät myös osaltaan kannustamaan nuoria hakemaan apua eri palveluista, joita digitalisaation vuoksi on jo hyvin monipuolisesti sekä joustavasti saatavilla.

5.3 Teknologian tuella helpotusta opettajien työhön

Opettajien työhyvinvointi sekä jaksaminen on herättänyt huolta lähiaikoina. Opetusalan työolobarometrin (2021) mukaan opettajat kokevat työhyvinvoinnin jatkavan heikkenemistään, sillä kuormitustekijöitä on yksinkertaisesti liikaa. Opettajien työaika ei riitä kaikkien tehtävien suorittamiseen, mihin suurimmaksi syyksi nostetaan resurssien puute. Myös jatkuva muutostilanne, epäasiallinen kohtelu, väkivaltatapaukset, työolojen puutteet ja terveysriskit vaikuttavat kielteisesti opettajien hyvinvointiin ja työkykyyn. Lisäksi monet opettajat kokevat, että työtaakka ei jakaudu tasapuolisesti tai oikeudenmukaisesti (Golnick & Ilves 2022). Oikeanlaisella teknologialla voidaan helpottaa opettajien työtä vähäisten resurssien tilanteessa tarjoamalla digitaalisia oppimateriaaleja, automatisoituja arviointi- ja suunnittelutyökaluja ja virtuaalisia oppimisympäristöjä, jotka mahdollisesti tehostavat opetusta ja vähentävät opettajien työtaakkaa.

6 MARKED ohjelmalla vahvuutta nuorten sosioemotionaalisille taidoille

Seuraava esittely MARKED ohjelmasta sekä sen taustasta pohjautuu MARKEDin toimitusjohtajan Ida Nevalaisen kanssa käytyihin keskusteluihin, haastatteluun sekä MARKEDin kotisivuihin.

”Jotta jokaisella olisi tasavertaiset mahdollisuudet saada oppia sosioemotionaalisista taidoista sekä vahvistaa oman elämän tarkoituksen kokemusta ja tarjota mahdollisuus aktiiviselle toimijuudelle.” (MARKED 2023)

Opettajana sekä psyykkisten ongelmien terapeuttisena ohjaajana toiminut Nevalainen havaitsi työssään nuorten kärsivän usein väsymyksestä, itsekritiikistä, uupumuksesta sekä tulevaisuususkon puutteesta. Nevalainen tunnisti nuorten tarpeen ja ryhtyi opettamaan opiskelijoilleen erilaisia oppeja elämätaidoista sekä itsetuntemuksesta, vaikutukset näkyivät positiivisesti opiskelijoiden aktiivisuudessa sekä hyvinvoinnissa. Selvät positiiviset vaikutukset vakuuttivat Nevalaisen siitä, että nämä taidot täytyisi tuoda jokaisen nuoren saataville, tämän oivalluksen seurauksena MARKED sai alkunsa.

Nykyisin MARKED on kansainvälinen kokemukselliseen oppimiseen sekä itsereflektioon perustava toimija nuorten sosioemotionaalisten taitojen tasa-arvoisessa opetuksessa.

6.1 Miten MARKED ohjelma toimii

MARKED ohjelma on suunnattu nuorille aina yläkoulusta korkeakouluun asti. Ohjelman perusajatuksena toimii teoria siitä, että nuorten hyvinvointi ja aktiivinen toimijuus ovat seurausta myönteisestä ja vahvistuneesta minäkäsityksestä, kyvyistä ymmärtää omien tunteiden sekä mielen toimintaa, kuin myös oman merkityksellisyyden ja tarkoituksen kokemuksesta, joka saavutetaan yhteisön vuorovaikutuksesta.

MARKED ohjelma toteutetaan koulussa osana perusopetusta. Ohjelma pitää sisällään 12 erilaista askelta, eli opetushetkeä, jotka ovat MARKEDin toimesta valmiiksi suunniteltuja kokonaisuuksia. Jokaista opetushetkeä varten on tuotettu videoitu esitys, joka johdattaa oppilaat käsiteltävän aihealueeseen. Tämän jälkeen toteutuu ohjattu ja suunniteltu kokemuksellinen toiminta aiheen parissa. MARKED ohjelman toteuttaminen nuorille kestää keskimääräisesti kolme kuukautta.

Opetushetket muodostuvat kolmiosaisen metodin myötä sosioemotionaalisten taitojen vahvistamiseksi niin ympäristön, kokemuksellisuuden kuin itsereflektion näkökulmista. Teemoja opetushetkissä ohjaavat aiheet suhtautumisesta omaan itseensä, ihmisyyden eri taidoista sekä kokemus merkityksellisyydestä ja tarkoituksesta.

6.2 Teknologia myös MAKRED ohjelman tukena

Koulussa toteutuvan opetuksen lisäksi MARKED on kehittänyt sovelluksen, joka mahdollistaa oppilaille keinon tehostaa sosioemotionaalisten taitojen sekä psykologisen pääoman vahvistamista myös vapaa-ajalla.

Sovelluksen käyttö on rakennettu pelilliseen muotoon, jossa nuori etenee yhdessä luokkatovereidensa kanssa. Yhteisöllisen toiminnan toivotaan heijastavan nuorten merkityksen sekä yhteenkuuluvuuden tunnetta. Pelin edetessä nuori saa vahvistusta omaan psykologiseen pääomaansa sekä sosioemotionaaliseen osaamiseensa, mutta kerää samalla myös pisteitä, joita kaupunkikohtaisesti voi muuttaa myöhemmin esimerkiksi kulttuuri- tai liikuntapalvelulippuihin.

MARKED sovellus sisältää myös koneoppimisen avulla tuotetun nuoren hyvinvoinnin seurannan sekä mahdollisuuden löytää seurannan ansiosta oikeanlainen ja turvallinen apu matalalla kynnyksellä. MARKED sovellus esittää käyttäjälleen päivittäin kysymyksiä liittyen nuoren hyvinvointiin sekä jaksamiseen. Vastauksia analysoiden, sovellus ilmoittaa tarpeen tullen käyttäjälle esimerkiksi mahdollisesti hyödyllisestä keskusteluavusta, ehdottaen

tilanteeseen soveltuvia palveluita. MARKED sovelluksen chatti toimii yhteistyössä monien jo olemassa olevien tukichattien kanssa, joten sovelluksen ehdottamat palvelut ovat nuorelle turvallisia.

6.3 MARKED ohjelma koulukiusaamisen näkökulmasta

MARKED ohjelman tarkoitus sekä tavoite on siis yksinkertaistettuna tuottaa tasa-arvoisesti opetusta nuorten sosioemotionaalisten taitojen sekä psykologisen pääoman vahvistamiseksi, minkä myötä pyritään parantamaan nuorten kokemaa hyvinvointia ja aktiivista toimijuutta.

Nojaten jo aiemmin esitettyyn Denhamin sekä kumppaneiden (2003. 238-256) tutkimukseen, jonka mukaan nuoren heikon sosioemotionaalisen kompetenssin nähdään oireilevan erilaisina itsetunto-ongelmina, tunne-elämän hankaluuksina sekä moninaisena häiriökäyttäytymisenä, esimerkiksi juuri kiusaamisena. Sosioemotionaalinen kompetenssi kuvattiin edellä käsittävän monia taitoja, kuten esimerkiksi empatiaa, vuorovaikutustaitoja, konfliktinhallintaa, päätöksentekoa, tunneälyä sekä itsesäätelyä. Sosioemotionaalinen kompetenssi kuvattiin sisältävän myös vuorovaikutustaitoja, ongelmanratkaisua sekä stressinhallintakykyä. Kaiken kaikkiaan taitoja, joita MARKED ohjelman myötä nuorille juurikin opetetaan.

Edelleen Denhamin ja kumppaneiden (2003. 238-256) mukaisesti vahva sosioemotionaalinen kompetenssi voitiin nähdä nuorta vahvasti suojaavana tekijänä, sillä kompetenssin kuvattiin määrittävän tasoa myös nuorten resiliensille eli kyvylle selviytyä ja sopeutua elämän haastavissa sekä yllättävissä tilanteissa.

Hindujan ja Patchin tutkimuksen (2017, 53) puolesta vahvan resilienssin tason omaavien nuorten nähtiin harvoin valikoituvan koulukiusaamisen uhreiksi tai joutuessaan kiusatuiksi he pystyivät sivuuttamaan tai käsittelemään koetun kiusaamiskokemuksen. Toisaalta Hamaruksen sekä kumppaneiden (2015. 37-39) näkemyksen mukaisesti kiusaajan heikon sosioemotionaalisen kompetenssin ja täten resilienssin vuoksi kiusaaminen oli keino suojautua, jottei

päädy itse koulukiusaamisen uhriksi. Myös sivullisen kannalta vahvan resilienssin taso vaikuttaa rohkeuteen ja kykyyn reagoida havaittuun koulukiusaamiseen (Nuortennetti, MLL. 2023).

Teoriaan tukeutuen voidaan siis olettaa, että MARKED ohjelman myötä opetettavat taidot sekä opit vahvistavat nuorten sosioemotionaalista kompetenssia ja täten edelleen vaikuttavan positiivisesti nuorten resilienssin tasoon. Korkea resilienssin taso kuvattiin nuoria monin tavoin suojaavana tekijänä ja tähän peilaten MARKED ohjelma voidaan nähdä tehokkaana työkaluna koulukiusaamisen vähentämisessä hyvin monesta näkökulmasta.

6.3.1 MARKEDin näkemyksiä koulukiusaamisen ja MARKED ohjelman välisestä suhteesta

Ida Nevalaisen haastatteluun pohjautuen, MARKED ohjelman vaikutuksia koulukiusaamisen vähentymiseen pidetään hyvin todennäköisenä. MARKED ohjelman ytimessä on luokan psykologisen turvallisuuden vahvistaminen erilaisten yhteisten ja yksilöllisten harjoitusten kautta. Kiusaamisen näkökulmasta tämä on ensisijaisen tärkeää kiusaamisen ollessa usein oire psykologisesti turvattomuudesta ja oman aseman hakemisesta. Ohjelman aikana tutustutaan myös tunteisiin ja ihmissuhdetaitoihin ja vahvistuneet sosiaaliset taidot ovat iso osa kiusaamisen ennaltaehkäisyssä (Nevalainen, I., haastattelu 15.4.2024).

Yhtä ja ainoaa aihealuetta Nevalainen ei pysty nimeämään, arvioidessaan MARKED ohjelman aiheita, joilla tehokkaimmin voitaisiin vaikuttaa koulukiusaamiseen.

”Ajattelen, että ohjelman kaikki teemat ovat yhtä tärkeitä, jotta voidaan vaikuttaa koulukiusaamiseen. Tunteet, minäkäsitys, mielen toiminta, ihmissuhdetaidot, kaikki nämä tukevat yksilön hyvinvointia ja sitä kautta heijastuu myös yhteisöön. Ohjelman tuntirungot tukevat aiheita ja siinä on otettu huomioon niin yhdessä tekeminen ja ryhmäharjoitukset, kuin myös yksilöharjoitukset. Kaikista tärkeimpänä jopa näiden aiheiden yli näen ryhmänohjaajan taidon lukea

luokkaa ja siellä vallitsevaa ilmapiiriä. Psykologinen turvallisuus ja sen vahvistaminen mahdollistaa sen, että ryhmä on vastaanottavainen käsiteltäville aiheille.” Nevalainen kertoo.

MARKED ohjelman voidaan ajatella myös vaikuttavan kouluilmapiirin turvallisuuteen, sillä mitä vahvemaksi luokan yhteinen dynamiikka saadaan, heijastuu tämä suoraan myös kouluilmapiirin turvallisuuteen. On tärkeää vahvistaa sitä, että jokainen oppilas kokee olevansa tärkeä osa yhteisöä.

” Mielestäni nykypäivänä kaiken kiireen keskellä tämä tarvitsisi erityistä huomiota. Turvallisuuden tunteella on hyvinvoinnin vahvistumisen lisäksi vaikutuksia myös oppimiseen. On tutkittu, että mikäli oppilas ei koe oloaan turvalliseksi, on oppiminen lähes mahdotonta.” toteaa Nevalainen.

7 Opinnäytetyön toteuttaminen

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia siis MARKED ohjelman vaikutusta nuorten kokemaan koulukiusaamiseen. Työn tavoitteena oli paitsi arvioida aihetta teorian sekä aiempien tutkimusten näkökulmasta, mutta myös luoda toimiva ja uudelleen käytettävä työkalu, jonka avulla MARKED pystyy tulevaisuudessa tutkimaan koulukiusaamista MARKED ohjelmien toteutusten ohella.

Syvyyttä koulukiusaamisen, MARKED ohjelman sekä teknologian väliselle yhteydelle saatiin kerättyä myös mukaan opinnäytetyöhön MARKED yrityksen näkökulmasta erillisten haastatteluiden sekä keskusteluiden myötä.

Opinnäytetyön rajautuessa kyselytyökalun sekä mittarin luomiseen sekä sen testaukseen, sovittiin toimeksiantajan kanssa mahdollisuudesta osallistua kyselytyökalun käytön sekä virallisten tutkimustulosten laajemman käytön arviointiin myös vielä myöhemmässä vaiheessa.

7.1 Kyselytyökalun kysymyksiä ohjaavat tutkimusaiheet

Kyselytyökalulla pyritään löytämään vastauksia seuraaviin aiheisiin:

1. Voidaanko MARKED ohjelman avuin vaikuttaa koulukiusaamisen vähenemiseen?

Onko MARKED ohjelman myötä opittujen sosioemotionaalisten taitojen sekä psykologisen pääoman kasvun koettu vähentävän/helpottavan koulukiusaamista.

2. Vaikuttavatko sosioemotionaaliset taidot kouluympäristön ilmapiiriin ja oppilaiden välisten suhteiden laatuun?

Miten sosioemotionaaliset taidot, kuten empatia, itsetuntemus ja sosiaaliset taidot, voivat luoda positiivisen ilmapiirin koulussa ja vaikuttaa oppilaiden väliseen vuorovaikutukseen sekä koettuun koulukiusaamiseen.

3. Miten vanhempien/koulun osallistuminen sosioemotionaalisten taitojen kehittämiseen liittyy kiusaamisen vähenemiseen?

Miten vanhempien/koulun osallistuminen ja tuki voivat vaikuttaa sosioemotionaalisten taitojen kehittämiseen ja sitä kautta koulukiusaamisen ehkäisyyn. Tämä tutkimusaihe huomioitiin toimeksiantajan toiveesta mukaan aineiston keruuseen, mutta opinnäytetyössä aihetta ei käsitellä.

4. Miten nuoret kokevat teknologisten keinojen käytön oppimisen välineenä?

Kokevatko nuoret esimerkiksi applikaation käytön luontevana keinona oppia uusia asioita ja miten he suhtautuvat chat-palveluihin tuen saamiseksi? Lisäksi on mielenkiintoista selvittää nuorten näkökulmasta uusia teknologisia keinoja oppimisen tueksi.

7.2 Tutkimusmenetelmä ja näkökulma

Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisena kehittämistutkimuksena, kehitystyön lopputuloksena syntyi uusi sähköinen kyselytyökalu sekä mittari toimeksiantajan käyttöön. Kvalitatiivinen tutkimustapa oli työlle luonteva, sillä tarkoituksena ei ollut todentaa aikaisempia todeksi esitettyjä väitteitä, vaan pyrkimyksenä oli löytää tai paljastaa uusia edelleen oivallettavia tosiasioita (Hirsijärvi ym. 2009) sekä ymmärtää ja kyetä tulkitsemaan koettua yhteyttä MARKED ohjelman sekä koulukiusaamisen välillä.

Kyselytyökaluun valittuja kysymyksiä ohjasi vahvasti aiemmin esitetty kirjallisuus ja teoria sekä aiemmat tutkimukset aiheen tiimoilta. Tämän vuoksi tutkimusmenetelmään yhdistyi oleellisesti menetelmänä myös kirjallisuuskatselmoinnin metodi.

Kyselytyökalun toimivuutta testattiin yhdellätoista yläasteikäisellä nuorella, jotka suorittivat MARKED ohjelman kevätlukukauden 2024 aikana. Pieni testiryhmän koko vahvisti myös kvalitatiivisen tutkimusmenetelmän sopivuutta.

Testikyselyiden vastauksia analysoitiin vertailumatriiseja hyödyntäen, jotta

kysymysten toimivuus sekä ymmärrettävyys pystyttiin hahmottamaan. Kyselytyökalun testaaminen nähtiin hienona mahdollisuutena parannella kysymyksiä jatkokäyttöä ajatellen.

7.3 Tutkimuksen toteutus, kohderyhmä sekä tiedonkeruun menetelmät

Kyselytyökalun kysymysten perustelua varten suoritettiin kirjallisuuskatselmointia vuoden 2023 aikana. Koulukiusaamista on tutkittu melko runsaasti, kuin myös tekijöitä, jotka ovat ilmiön taustalla. Kirjallisuutta sekä tutkimuksia löytyi hyvin myös teknologian hyödyntämisestä hyvinvoinnin edistämiseksi.

Ensimmäinen testikelpoinen kyselylomake valmistui kirjallisuuteen sekä aiempiin tutkimuksiin nojaten vuoden 2023 alussa. Opinnäytetyön kehitystyön osuus toteutui MARKED ohjelman ohella kevään 2024 aikana. Välimatkojen vuoksi päädyttiin tutkimus toteuttamaan sähköisin kyselylomakkein, jotka kehityskelpoisten tulosten toiveessa toteutettiin MARKED ohjelman alkaessa sekä ohjelman loppupuolella. Kyselylomakkeet toteutettiin Googlen Forms työkalulla, jota myös MARKED käyttää omien alku- sekä loppukyselyidensä tuottamiseen.

Kyselylomakkeet toteutettiin puolistrukturoituina, jolloin osa kysymyksistä oli pakollisia valintakysymyksiä, mutta osa kysymyksistä jätti mahdollisuuden avoimeen vastaukseen kysymysaihetta koskien.

Kyselytyökalun kehittämisen kohderyhmänä toimivat yläasteikäiset nuoret, jotka ovat mukana koulunsa puolesta MARKED ohjelmassa. Testiryhmän suuruus oli kytköksissä MARKED ohjelman käyttöönottaviin kouluihin. Alkuperäisenä tavoitteena oli toteuttaa testikyselyt kahdelle yläkoululle, jotka oppilasmäärällisesti käsittivät noin 100 ja 11 oppilasta. Ulkopuolisten muuttujien vuoksi testaukset pystyttiin lopulta toteuttamaan vain toiselle yläkoululle, jolloin kyselyyn vastaajien määrä kutistui 11 oppilaaseen.

7.4 Tutkimusmateriaalin kerääminen ja eettisyys

Oppilaille tiedotettiin opinnäytetyöstä ja sen tarkoituksesta sekä tavoitteesta MARKED ohjelman aloituksen yhteydessä, jolloin oppilaat saivat myös linkin, jonka avulla he pääsivät vastaamaan alkukyselyyn. Loppukyselyn vastauslinkki toimitettiin opiskelijoille niin ikään MARKEDin toimesta, ohjelman lähestyessä loppua.

Tutkimuksen kohderyhmän ollessa nuoria, alaikäisiä henkilöitä, tiedotettiin oppilaiden huoltajia opinnäytetyöstä sekä siihen liittyvistä alku- ja loppukyselyistä. Tiedotteessa painotettiin kyselyn anonymisyydestä sekä vapaaehtoisuudesta. Tiedote opinnäytetyöstä liitettiin osaksi MARKED ohjelman tiedotetta, joka toimitettiin oppilaiden huoltajille koulun puolesta.

Kyselylomakkeet toteutettiin hienovaraisesti ja anonymisti siten, ettei vastauksia voitu missään vaiheessa yhdistää vastaajien henkilöllisyyteen. Kyselyyn vastaaminen oli oppilaille täysin vapaaehtoista. Kyselyn luonteen vuoksi erillistä tutkimuslupaa ei toteuttamiselle nähty tarpeelliseksi anoa vaan huoltajien tiedotus, anonymisyys ja vastaamisen vapaaehtoisuus nähtiin riittävinä toimina toteuttaa tutkimus eettisten arvojen mukaan.

8 Kehitystyön tulokset

Ensimmäinen testikysely toteutettiin 11 oppilaan luokalle, joka otti MARKED ohjelman käyttöön keväällä 2024. 11 oppilaasta kyselyyn vastasi 8 oppilasta, joten pienestä vastaajamäärästä välittämättä vastaajien osuus oppilaista oli hyvä. Kysymysten toimivuuden arviointia ajatellen pienikin testiryhmä oli kaikesta huolimatta erittäin hyödyllinen.

Toinen testikyselykierros toteutettiin samalle MARKED ohjelmaa läpikäyväälle luokalle kevätlukukauden loppupuolella 2024. Toiseen testikyselypohjaan tehtiin pieniä päivityksiä ensimmäisen testikyselyn toimivuuteen peilaten. Lisäksi toiseen kyselyyn lisättiin muutamia avoimia kysymyksiä lisätiedon saavuttamiseksi. 11 oppilaasta toiseen kyselyyn vastasi niin ikään 8 oppilasta, mikä mahdollisti kysymysten ja vastausten vertailun.

Kyselytyökalu on tarkoitettu käytettäväksi MARKED ohjelman alkuvaiheessa sekä toistamiseen ohjelman loppuvaiheessa, jotta mahdollista vaikutusta sekä muutosta koulukiusaamisessa voidaan havaita ja tutkia. Myös testiryhmän osalta kyselytyökalua testattiin täten kahteen otteeseen.

Kysymykset muodostuivat opinnäytetyön teoriaan nojautuen, mutta myös MARKEDin näkemyksiä peilaten. Ensimmäisen testikyselyn vastausten perusteella vapaaehtoiset kysymykset päädyttiin päivittämään pakollisiksi toista testikyselyä varten.

8.1 Tulosten analysointi

Opinnäytetyön tavoitteen mukaisesti testiryhmän vastauksia ei käsitellä sisällöllisesti eikä vastauksia esitetä opinnäytetyössä vaan testiryhmän vastauksia analysoidaan kysymysten toimivuuden näkökulmasta.

Kyselyssä arvioitiin aihetta jaoteltuna kuuteen osioon, jotka jaoteltiin edelleen erillisille vertailumatriiseilleen.

8.1.1 Osion 1 arviointi; Odotukset MARKED ohjelmalle

Osion yksi tarkoituksena oli herättää nuorten ajatuksia tulevasta sekä toteutuneesta MARKED ohjelmasta. Omien odotusten, toiveiden ja oppien reflektoinnin näkökulmasta.

Osion kysymys	Perusteet	Vastausten analyysi	Kysymyksen validiteetti	Kysymyksen päivitystarpeet / Muut huomiot
<p>Kysely 1: Mitä asioita toivoisit oppivasi?</p> <p>Kysely 2: Mitä asioita opit MARKED ohjelman myötä?</p>	<p>-Nuorelle omien ajatusten reflektointi saattaa edistää myönteisesti mm. itsetuntemuksen ja omien vahvuuksien ymmärrystä</p> <p>-Ohjelman näkökulmasta tarpeiden, toiveiden ja oppien kartoitus kenties hyödyllistä tulevia MARKED toteutuksia ajatellen</p>	<p>-Kysymys keräsi vain vähän kelvollisia vastauksia</p> <p>-Vastausten vähydestä välittämättä nuorten ajatukset tulevasta ja toteutuneesta ohjelmasta arvokkaita</p>	<p>Hyödyllinen, muttei kenties toimi lopullisessa kyselytyökalussa</p>	<p>Kysymys saattaisi toimia paremmin MARKEDIN oma alkukyselyn puolella</p>

Taulukko 1. Osion 1 arviointi; Odotukset MARKED ohjelmalle

8.1.2 Osion 2 arviointi; Koulukiusaaminen koulussanne kuluneen lukukauden aikana

Osion 2 kysymykset pyrkivät selvittämään opinnäytetyön ensimmäistä tutkimusaihetta ”Voidaanko MARKED ohjelman avuin vaikuttaa koulukiusaamisen vähenemiseen?” Kysymykset laadittiin tämän opinnäytetyön luvun kolme mukaan esitettyyn teoriaan nojaten, tarkoituksena kartoittaa koulukiusaamisen tilannetta sekä muotoa kaikista luvussa kolme esitetyistä näkökulmista ajateltuna. Alku- sekä loppukyselyiden välisiä vastauksia verraten oletettavasti voidaan tulevaisuudessa arvioida onnistuneesti MARKED ohjelman vaikutuksia koulukiusaamiseen. Vastausten odotetaan hyödyttävän myös tutkittavan koulun henkilökuntaa tunnistamaan ja täten puuttumaan koulu yhteisössä mahdollisesti vallitseviin koulukiusaamistapauksiin.

Osion kysymys	Perusteet	Vastausten analyysi	Kysymyksen validiteetti	Kysymyksen päivitystarpeet / Muut huomiot
Kysely 1 ja 2: Olen havainnut koulussani kiusaamista kuluneen lukuvuoden aikana:	-Oleellinen kysymys koulukiusaamistilanteen ymmärtämiseksi ohjelmaa suorittavan yhteisön keskuudessa	-Kysymys oli vastaajille ilmeisen ymmärrettävä -Kysymys keräsi selkeitä vastauksia, jotka ovat analysoitavissa	Hyödyllinen	
Kysely 1 ja 2: Jos olet samaa mieltä, millaista kiusaamista olet havainnut?	-Liittyy edeltävään kysymykseen -Mahdollistaa syvemmän ymmärryksen koulukiusaamisen toteutustavasta -Antaa informaatiota kiusaamisen muodoista	-Kysymys oli vastaajille ilmeisen ymmärrettävä -Kysymys keräsi vain vähän kelvollisia vastauksia -Vastausten vähyydestä huolimatta saatu informaatio on arvokasta	Hyödyllinen	-Pystyttävä tiivistämään edelliseen kysymykseen tai jättämään pois lopullisesta kyselytyökalusta / mittarista
Kysely 1 ja 2: Minua on kiusattu kuluneen lukuvuoden aikana:	-Oleellinen kysymys koulukiusaamistilanteen ymmärtämiseksi ohjelmaa suorittavan yhteisön keskuudessa	-Kysymys oli vastaajille ilmeisen ymmärrettävä -Kysymys keräsi selkeitä vastauksia, jotka ovat analysoitavissa	Hyödyllinen	

Kysely 1 ja 2: Jos olet samaa mieltä, millaista kiusaamista olet kokenut?	-Liittyy edeltävään kysymykseen -Mahdollistaa syvemmän ymmärryksen kouluyhteisössä tapahtuvasta koulukiusaamisesta ja sen muodoista -Antaa informaatiota kiusaamisen muodoista	-Kysymys oli vastaajille ilmeisen ymmärrettävä -Kysymys keräsi vain vähän kelvollisia vastauksia -Vastausten vähyydestä huolimatta saatu informaatio on arvokasta	Hyödyllinen	-Pystyttävä tiivistämään edelliseen kysymykseen tai jättämään pois lopullisesta kyselytyökalusta / mittarista
Kysely 1 ja 2: Olen kiusannut tai kannustanut muita kiusaamiseen kuluneen lukuvuoden aikana:	-Oleellinen kysymys koulukiusaamistilanteen ymmärtämiseksi ohjelmaa suorittavan yhteisön keskuudessa	-Kysymys oli vastaajille ilmeisen ymmärrettävä -Kysymys keräsi selkeitä vastauksia, jotka ovat analysoitavissa	Hyödyllinen	
Kysely 1 ja 2: Jos olet samaa mieltä, millä tavoin kiusaaminen on ilmennyt?	-Liittyy edeltävään kysymykseen -Mahdollistaa syvemmän ymmärryksen koulukiusaamisen toteutustavasta -Antaa informaatiota mahdollisesti uusista kiusaamisen muodoista	-Kysymys oli vastaajille ilmeisen ymmärrettävä -Kysymys keräsi vain vähän kelvollisia vastauksia -Vastausten vähyydestä huolimatta saatu informaatio on arvokasta	Hyödyllinen	-Pystyttävä tiivistämään edelliseen kysymykseen tai jättämään pois lopullisesta kyselytyökalusta / mittarista
Kysely 2: Onko tilanne koulukiusaamisen osalta mielestäsi muuttunut jollain tapaa MARKED ohjelman toteutumisen myötä?	-Kysymys antaa informaatiota tutkimuskysymykseen: Voidaanko MARKED ohjelman avuin vaikuttaa koulukiusaamisen vähenemiseen?	-Kysymys oli vastaajille ilmeisen ymmärrettävä -Kysymys keräsi selkeitä vastauksia, jotka ovat analysoitavissa	Hyödyllinen	
Kysely 2: Jos kyllä, millä tavoin tilanne on muuttunut?	-Liittyy edeltävään kysymykseen -Antaa informaatiota ilmiöistä, joihin MARKED ohjelmalla on kenties pystytty vaikuttamaan	-Kysymys keräsi todella vähän vastauksia, mutta vastaukset olisivat ilmiön ymmärryksen kannalta kallisarvoisia	Hyödytön/ Hyödyllinen	-Pystyttävä tiivistämään edelliseen kysymykseen tai jättämään pois lopullisesta kyselytyökalusta / mittarista

Taulukko 2. Osion 2 arviointi; Koulukiusaaminen koulussanne kuluneen lukukauden aikana

8.1.3 Osion 3 arviointi; Itsetuntemuksen vaikutukset koulukiusaamiseen

Osion kolme kysymysten avulla pyrittiin täydentämään ensimmäisen tutkimusaiheen ymmärrystä, mutta selvittämään myös jo opinnäytetyön toista tutkimusaihetta ” Kuinka sosioemotionaaliset taidot vaikuttavat kouluympäristön ilmapiiriin ja oppilaiden välisten suhteiden laatuun?”. Osion kolme kysymykset perustuvat luvussa kolme esitettyihin aiempiin tutkimuksiin siitä, mitkä tekijät vaikuttavat koulukiusaamiseen niin uhrin, tekijän kuin sivullisen rooleista katsoen. Muun muassa Denhamin ja kumppaneiden (2003. 238-256), Hindujan ja Patchin (2017, 53) sekä Hamaruksen sekä kumppaneiden (2015. 37-39) tutkimuksiin nojautuen.

Osion kysymys	Perusteet	Vastausten analyysi	Kysymyksen validiteetti	Kysymyksen päivitystarpeet / Muut huomiot
Kysely 1 ja 2: Tunnen olevani itsevarma	-Kysymys perustuu Denhamin ym. näkemykseen itsetunnon merkityksestä mm. nuorta suojaavana tekijänä	-Kysymys oli kenties hankalasti ymmärrettävä -Kysymys keräsi toisistaan poikkeavia vastauksia	Hyödytön/ Hyödyllinen	-Kysymys on tavallaan toistoa MARKEDin omassa alkukyselyssä esiintyvään kysymykseen -Termiä ”Itsevarma” voisi yksinkertaistaa.
Kysely 1 ja 2: Mikä asiat tähän vaikuttavat?	-Liittyy edeltävään kysymykseen -Mahdollistaa syvemmän ymmärryksen nuorten henkisistä tarpeista	-Kysymys keräsi hyvin vähän vastauksia -Vastausten vähyydestä huolimatta saatu informaatio on arvokasta	Hyödyllinen	-Pystyttävä tiivistämään edelliseen kysymykseen tai jättämään pois lopullisesta kyselytyökälistä / mittarista
Kysely 1 ja 2: Uskallan reagoida, puolustaa, pyytää apua, mikäli näen koulukiusaamista:	-Kysymys perustuu MLL:n Nuortennetin näkemykseen resilienssin tason vaikutuksesta sivullisten uskallukseen reagoida havaittuun koulukiusaamiseen.	-Kysymys oli ilmeisen ymmärrettävä -Kysymys keräsi selkeitä vastauksia, jotka ovat analysoitavissa	Hyödyllinen	

Kysely 1 ja 2: Mikä asiat tähän vaikuttavat?	-Liittyy edeltävään kysymykseen -Mahdollistaa syvemmän ymmärryksen nuorten henkisistä tarpeista	-Kysymys keräsi todella vähän vastauksia, mutta vastaukset olisivat ilmiön ymmärryksen kannalta kallisarvoisia	Hyödyllinen	-Pystyttävä tiivistämään edelliseen kysymykseen tai jättämään pois lopullisesta kyselytyökalusta / mittarista
Kysely 1 ja 2: Pystyn hakemaan apua, mikäli joudun itse koulukiusatuksi	-Kysymys perustuu Hinduja ym. näkemykseen resilienssin tason vaikutuksesta selviytyä sekä käsitellä koettua koulukiusaamista	-Kysymys oli kenties hankalasti ymmärrettävä	Hyödyllinen	Kysymystä voisi pyrkiä selkeyttämään
Kysymys 1 ja 2: Mikä asiat tähän vaikuttavat?	-Liittyy edeltävään kysymykseen -Mahdollistaa syvemmän ymmärryksen nuorten henkisistä tarpeista	-Kysymys keräsi todella vähän vastauksia, mutta vastaukset olisivat ilmiön ymmärryksen kannalta kallisarvoisia	Hyödyllinen	-Pystyttävä tiivistämään edelliseen kysymykseen tai jättämään pois lopullisesta kyselytyökalusta / mittarista
Kysely 1 ja 2: Ajattelen, että tunne- ja vuorovaikutustaitojen opetuksen kautta voidaan vaikuttaa kiusaamisen vähenemiseen	-Kysymys nitoo yhteen opinnäytetyön jokaisen tutkimuskysymyksen -Kysymys vastaa nuorten näkemyksellä tutkittavaan olettamukseen	-Kysymys oli ilmeisen ymmärrettävä -Kysymys keräsi selkeitä vastauksia, jotka ovat analysoitavissa	Hyödyllinen	
Kysely 2: Onko MARKED ohjelma vaikuttanut siihen, miten nyt suhtaudut koulukiusaamiseen?	-Antaa informaatiota tutkimuskysymykseen: Kuinka sosioemotionaaliset taidot vaikuttavat kouluympäristön ilmapiiriin ja oppilaiden välisten suhteiden laatuun?	-Kysymys oli vastaajille ilmeisen ymmärrettävä -Kysymys keräsi selkeitä vastauksia, jotka ovat analysoitavissa	Hyödyllinen	
Kysely 2: Jos kyllä, millä tavoin ohjelma on vaikuttanut?	-Liittyy edeltävään kysymykseen -Antaa informaatiota ilmiöistä, joihin MARKED ohjelmalla on kenties pystytty vaikuttamaan	-Kysymys keräsi todella vähän vastauksia, mutta vastaukset olisivat ilmiön ymmärryksen kannalta kallisarvoisia	Hyödytön / Hyödyllinen	-Pystyttävä tiivistämään edelliseen kysymykseen tai jättämään pois lopullisesta kyselytyökalusta / mittarista

Taulukko 3. Osion 3 arviointi; Itsetunnon vaikutukset koulukiusaamiseen

8.1.4 Osion 4 arviointi; Kouluympäristön turvallisuus

Osion neljä kysymykset pyrkivät edelleen selvittämään opinnäytetyön toista tutkimuskysymystä ” Kuinka sosioemotionaaliset taidot vaikuttavat kouluympäristön ilmapiiriin ja oppilaiden välisten suhteiden laatuun?”. Osion neljä kysymykset perustuvat luvussa kaksi sekä neljä esitettyihin lakeihin sekä asetuksiin, kuin myös koulujen velvollisuuksiin varmistaa lasten sekä nuorten turvallinen ja hyvinvoiva oppimisympäristö. Myös lukuun kolme nojaten voidaan ajatella esimerkiksi juuri koulukiusaamisen vaikuttavan laaja-alaisesti koko kouluyhteisön sosiaaliseen sekä fyysiseen turvallisuuteen.

Osion kysymys	Perusteet	Vastausten analyysi	Kysymyksen validiteetti	Kysymyksen päivitystarpeet / Muut huomiot
Kysely 1 ja 2: Minusta kouluympäristöni on turvallinen	-Kysymys perustuu nuorten oikeuteen saada opiskella niin henkisesti kuin fyysisesti turvallisessa kouluympäristössä -Kysymys on oleellinen keräämään tietoa nuorten näkemyksistä omasta kouluyhteisöstään	-Kysymys oli ilmeisen ymmärretty -Kysymys keräsi selkeitä vastauksia, jotka ovat analysoitavissa	Hyödyllinen	
Kysely 1 ja 2: Mitkä asiat siihen vaikuttavat?	-Liittyy edeltävään kysymykseen -Mahdollistaa syvemmän ymmärryksen nuorten kokemuksista kouluympäristönsä turvallisuudesta	-Kysymys oli ilmeisen ymmärretty -Kysymys keräsi selkeitä vastauksia, jotka ovat analysoitavissa	Hyödyllinen	-Pystyttävä tiivistämään edelliseen kysymykseen tai jättämään pois lopullisesta kyselytyökalusta / mittarista
Kysely 1 ja 2: Tiedän, miten voin toimia vahvistaakseni turvallista ilmapiiriä koulussa?	-Kysymys perustuu Hinduja ym. sekä Denhamin ym. näkemykseen resilienssin tason vaikutuksesta kyvykkyyteen reagoida elämän yllättävissä tilanteissa	-Kysymys oli ilmeisen ymmärretty -Kysymys keräsi selkeitä vastauksia, jotka ovat analysoitavissa	Hyödyllinen / Hyödytön	-Vastaukset eivät välttämättä kuvanneet asiaa, jota kysyttiin -Kysymystä on pystyttävä joko selventämään tai se tulee jättää pois lopullisesta kyselytyökalusta / mittarista

<p>Kysely 1 ja 2: Millaisin eri tavoin voit toimia, jotta turvallisuus kouluympäristössäsi vahvistuisi?</p>	<p>-Oleellinen kysymys, joka mahdollistaa syvemmän ymmärryksen kouluympäristön turvallisuusvaikuteista</p>	<p>-Kysymys keräsi todella vähän vastauksia, mutta vastaukset olisivat ilmiön ymmärryksen kannalta kallisarvoisia</p>	<p>Hyödyllinen</p>	<p>-Pystyttävä tiivistämään edelliseen kysymykseen tai jättämään pois lopullisesta kyselytyökalusta / mittarista</p>
<p>Kysely 2: Koetko MARKED ohjelman vaikuttaneen tapaasi toimia vaikeissa tilanteissa, millä tavoin?</p>	<p>-Antaa informaatiota tutkimuskysymykseen: Kuinka sosioemotionaaliset taidot vaikuttavat kouluympäristön ilmapiiriin ja oppilaiden välisten suhteiden laatuun?</p>	<p>-Kysymys oli ilmeisen ymmärretty -Kysymys keräsi todella vähän vastauksia, mutta vastaukset olivat selkeitä ja analysoitavissa</p>	<p>Hyödyllinen</p>	

Taulukko 4. Osion 4 arviointi; Kouluympäristön turvallisuus

8.1.5 Osion 5 arviointi; Erilaiset oppimiskeinot itsetuntemuksen ja elämäntaitojen opiskelulle

Osion viisi kysymykset pyrkivät selvittämään vastausta opinnäytetyön neljänteen tutkimuskysymykseen ”Miten nuoret kokevat teknologisten keinojen käytön oppimisen välineenä?”. Kysymykset perustuvat luvussa viisi esitettyyn teoriaan ja näkemyksiin teknologian mahdollisuuksista luoda esimerkiksi opinnäytetyön näkökulmasta sosioemotionaalisten taitojen oppimiselle tasa-arvoisuutta, saatavuutta sekä nykyaikaista ja innostavaa tukea opiskeluun.

Osion kysymys	Perusteet	Vastausten analyysi	Kysymyksen validiteetti	Kysymyksen päivitystarpeet / Muut huomiot
Kysely 2: Mitä mieltä olit MARKED opetushetkestä?	-Nuorelle omien ajatusten reflektointi saattaa edistää myönteisesti mm. itsetuntemuksen ja omien vahvuuksien ymmärrystä -Ohjelman näkökulmasta, tarpeiden, toiveiden ja oppien kartoitus kenties hyödyllistä tulevia MARKED toteutuksia ajatellen	-Kysymys oli ilmeisen ymmärretty -Kysymys keräsi selkeitä vastauksia, jotka ovat analysoitavissa	Hyödyllinen, muttei toimi lopullisessa kyselytyökalussa	Kysymys saattaisi toimia paremmin MARKEDIN oma alkukyselyn puolella
Kysely 1 ja 2: Virtuaaliset opetushetket koulussa ovat hyvä keino oppia uusia asioita: (esimerkiksi videoidut opetushetket, oppimispelit, virtuaalitodellisuudet, simulaatiot, online-yhteistyövälineet...)	-Oleellinen kysymys tutkittaessa nuorten asenteita teknologisia oppimiskeinoja kohtaan	-Kysymys oli ilmeisen ymmärretty -Kysymys keräsi selkeitä vastauksia, jotka ovat analysoitavissa	Hyödyllinen	-Kysymys on opinnäytetyön näkökulmasta tärkeä, muttei kenties tuo samaa arvoa toimeksiantajalle lopullisessa kyselytyökalussa / mittarissa
Kysely 2: Käytitkö MARKED sovellusta?	-Oleellinen kysymys tutkittaessa nuorten asenteita teknologisia oppimiskeinoja kohtaan -Ohjelman näkökulmasta, antaa kenties hyödyllistä tietoa tulevia MARKED toteutuksia ajatellen	-Kysymys oli ilmeisen ymmärretty -Kysymys keräsi selkeitä vastauksia, jotka ovat analysoitavissa	Hyödyllinen	-Testiryhmä ei ottanut sovellusta ohjatusti käyttöön, mikä heijastui myös vastausten laadussa

<p>Kysely 2: Mikäli vastasit kyllä, mitä mieltä olit sovelluksesta?</p>	<p>-Ohjelman näkökulmasta, antaa kenties hyödyllistä tietoa tulevia MARKED toteutuksia ajatellen</p>	<p>-Kysymys keräsi todella vähän vastauksia, mutta vastaukset olisivat sovelluksen käytettävyyden ja käytön määrän kannalta kallisarvoisia</p>	<p>Hyödyllinen</p>	<p>-Pystyttävä tiivistämään edelliseen kysymykseen tai jättämään pois lopullisesta kyselytyökalusta / mittarista</p>
<p>Kysely 1: Olen käyttänyt aiemmin sovelluksia tai sivustoja esimerkiksi keskusteluavun löytämiseen, hyvinvoinnin tukemiseen tms.: Kysely 2: Saitko MARKED sovelluksen avulla tavoitettua / aloitettua chat-keskustelun?</p>	<p>-Oleellinen kysymys tutkittaessa nuorten asenteita teknologisia oppimiskeinoja kohtaan</p>	<p>-Kysymys oli ilmeisen ymmärretty -Kysymys keräsi selkeitä vastauksia, jotka ovat analysoitavissa</p>	<p>Hyödyllinen</p>	<p>-Kysymysmuotoa tulee päivittää, jotta sama kysymys sopii niin alku- kuin loppukyselyyn -Kysymys on opinnäytetyön näkökulmasta tärkeä, muttei kenties tuo samaa arvoa toimeksiantajalle lopullisessa kyselytyökalussa / mittarissa</p>
<p>Kysely 1 ja 2: Koen tärkeäksi, että olisi saatavilla erilaisia Chat-palveluja, joissa keskustella nimettömästi luotettavan henkilön kanssa:</p>	<p>-Oleellinen kysymys tutkittaessa nuorten asenteita teknologisia neuvonta- ja apukeinoja kohtaan</p>	<p>-Kysymys oli kenties hankalasti ymmärrettävä</p>	<p>Hyödyllinen / Tarpeeton</p>	<p>- Kysymyksen voisi päivittää selkeämmäksi tai jättää pois -Kysymys on opinnäytetyön näkökulmasta tärkeä, muttei kenties tuo samaa arvoa toimeksiantajalle lopullisessa kyselytyökalussa / mittarissa</p>
<p>Kysely 2: Muuttiko MARKED ohjelma tapaasi suhtautua opetussovelluksiin tai chat-palveluiden hyödyntämiseen?</p>	<p>-Vastaa tutkimusaiheeseen: Miten nuoret kokevat teknologisten keinojen käytön oppimisen välineenä? -Antaa informaatiota ilmiöistä, joihin MARKED ohjelmalla on kenties pystytty vaikuttamaan</p>	<p>-Kysymys oli ilmeisen ymmärretty -Kysymys keräsi selkeitä vastauksia, jotka ovat analysoitavissa</p>	<p>Hyödyllinen</p>	

<p>Kysely 1: Millaisia muita uusia oppimiskeinoja itsetuntemuksen, hyvinvoinnin ja elämän taitojen opiskeluun toivoisit?</p> <p>Kysely 2: Millaisia uusia keinoja oppimiselle voisi tulevaisuudessa olla?</p>	<p>-Tärkeä kysymys innovatiivisten ja tasa-arvoisten oppimiskeinojen tunnistamiseksi</p>	<p>-Kysymys oli kenties hankalasti ymmärrettävä -Kysymys ei kerännyt juurikaan vastauksia</p>	<p>Hyödyllinen</p>	<p>-Kysymystä yksinkertaistettiin kyselyä 2 varten</p> <p>- Kysymyksen voisi päivittää selkeämmäksi</p>
---	--	---	--------------------	---

Taulukko 5. Osion 5 arviointi; Erilaiset oppimiskeinot itsetuntemuksen ja elämäntaitojen opiskelulle

8.2 Yhteenveto

Ensimmäisen kyselytyökalun testauksen jälkeen vastauksista pystyttiin päättämään joitain puutteita osassa kysymyksiä. Puutteet koostuivat todennäköisimmin kysymysten epäloogisesta kuvauksesta ja ilmenivät esimerkiksi monivalintakysymysten osalta vastausten painottuessa vastausvaihtoehtoihin ”En halua vastata, ”Osittain erimieltä” tai ”Osittain samaa mieltä”. Loppukyselyä varten suunniteltiin näiden osalta parannusehdotukset.

Valtaosa kysymyksistä osoittautui kuitenkin jo ensimmäisessä testauksessa onnistuneiksi ja tuottivat jo pienellä testijoukolla suuntaa antavaa dataa aiheesta.

Testikyselyissä kysymysten määrä oli melko suuri, mikä osaltaan saattoi vaikuttaa vastausten laatuun. Yhtenä palautteena olikin nuoren toteamus pitkästä kyselystä, mikä ohjaa edelleen tiivistämään lopullista kyselytyökalua / mittaria huomattavasti.

8.2.1 Huomioita kyselytyökalun testiryhmän vastauksista

Kyselytyökalun testiryhmän käsittäessä vain kahdeksan vastaajaa, ei testiryhmän vastauksia voida pitää järin luotettavina eikä niiden perusteella voida tehdä minkäänlaisia johtopäätöksiä.

Kyselyn tietyt osiot nousivat silti mielenkiintoisina esiin. Puolet vastaajista oli havainnut kouluyhteisössään koulukiusaamista kuluneen lukuvuoden aikana, yleisimmäksi kiusaamisen muodoksi kerrottiin ulkopuolelle jättämisen. Yksi vastaaja oli joutunut itse koulukiusaamisen uhriksi.

Itsevarmuuden tason nähtiin vaihtelevana, tähän mainittiin vaikuttavan muun muassa muut ihmiset sekä uskonnon merkitys.

Henkilökohtaisesti vastausten merkittävin havainto oli nuorten melko yhtenäinen näkemys siitä, että tunne- ja vuorovaikutustaitojen opetuksen kautta voidaan vaikuttaa kiusaamisen vähenemiseen. Vaikka vastaajajoukko oli hyvin pieni, oli tulos silti erittäin toivottu ja kannustaa jatkamaan työtä koulukiusaamisen vastaisen työn parissa.

Kouluympäristön turvallisuudesta kysyttäessä vastaukset olivat lähes yksimielisesti positiivisia, yhtenä turvallisuutta lisäävänä tekijänä mainittiin koulun yhteiset säännöt ja niiden tarpeellisuus.

Erilaisten teknologiaratkaisuiden hyödyntäminen oppimiskeinona sekä keskusteluavun tai vertaistuen näkökulmasta tuotti testiryhmän osalta hajanaisia vastauksia. Nuorten myötämielisyys välittyi vastauksista, mutta teknologian hyödyntäminen opetuskäytössä saattanee vaihdella myös koulujen sekä opettajien resurssien mukaisesti. Tämä saattaa vaikuttaa myös nuorten asenteisiin hyödyntää esimerkiksi chat-palveluita vapaa-ajalla. Vastapainona uusille teknologille oppimiskeinoille mainittiin vastauksissa toive luovan työskentelyn lisäämiselle.

8.3 Ehdotus kyselytyökalun/mittarin rakenteesta koulukiusaamisen ja MARKED ohjelman välisen vaikutuksen tutkimiselle

MARKED toteuttaa ohjelmien toteutumisen ohella jatkuvaa kehitys- sekä seurantatyötä omien alku- ja loppukyselyiden avulla. Kyselyt toteutetaan niin ikään MARKED ohjelmaa toteuttavien oppilaiden aloittaessa MARKED ohjelman sekä sen loputtua. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli testikyselyiden avulla sekä teoriaan perustuen muodostaa yhden kyselyosion mittainen, selkeä kyselytyökalu / mittari, joka ottaa koulukiusaamisen huomioon tulevaisuudessa osana MARKEDin alku- ja loppukyselyitä.

Testikyselyt toteutettiin Googlen Formsia hyödyntäen, joka on sama formaatti, jolla MARKED toteuttaa alku- sekä loppukyselyitään. Testikyselyiden monivalintakysymykset muodostivat vastausten raportoinnin piirakkamallisina

kuvaajina, kun taas MARKEDin omat kyselyt raportoivat monivalintaruudukkojen tuloksia pylväsdiagrammein. Yhdenmukaisuuden saavuttamiseksi koulukiusaamisen osuus oli syytä muuttaa rakenteeltaan samanlaiseksi kuin MARKEDin kyselyiden osuudet.

Toimeksiantajan tarpeiden, testikyselyiden sekä teoriaperustan pohjalta muodostettiin koulukiusaamisen ja MARKED ohjelman välisen vaikutuksen tutkimiselle seuraavanlainen rakenne Googlen Forms kyselyohjelmalla, monivalintaruudukon muodossa:

Miten turvallisena koet elämäsi?

Kuinka samaa tai eri mieltä olet seuraavien väittämien kanssa.

Vastausvaihtoehdot:

Täysin eri mieltä / Osittain eri mieltä / Osittain samaa mieltä /

Täysin samaa mieltä / En halua vastata

Jos et halua vastata tai et tiedä vastausta, valitse "En tiedä/en halua vastata"

Olen nähnyt kiusaamista tai joutunut itse kiusatuksi kuluneen lukukauden aikana.

Pystyn reagoimaan, puolustautumaan tai hankkimaan apua, mikäli näen tai koen kiusaamista.

Olen kiusannut tai ollut mukana kiusaamistilanteessa kuluneen lukukauden aikana.

Koen olevani eriarvoinen kuin muut.

Minusta koulussa on turvallista olla.

Pystyn olemaan koulussa täysin oma itseni.

Osaan säädellä tunteitani vaikeissa tilanteissa

Taulukko 6. Ehdotus kyselytyökalun/mittarin rakenteesta koulukiusaamisen ja MARKED ohjelman välisen vaikutuksen tutkimiselle

9 Pohdinta

9.1 Kyselytyökalun arviointi

Lopullisen kyselytyökalun kysymykset perustuvat aiemmin toteutuneisiin testikyselyihin. Edotettua lopullista kyselytyökalua pystyttiin onnekaasti myös testaamaan osana MARKEDin omaa loppukyselyä, ennen kyselytyökalun virallista käyttöönottoa syksyllä 2024. Kyselytyökalu toteutettiin yhdenmukaiseksi MARKEDin oman alku- sekä loppukyselyiden kanssa, jolloin kyselyillä saatava tutkimusdata on linjassa keskenään sekä selkeästi tulkittavaa.

Kyselyyn vastaamisen mielekkyyden takia oli tärkeää tiivistää testin alku- sekä loppukyselyitä huomattavasti, jottei liian pitkä kysely aiheuta vastausten laadun heikkenemistä. Testikyselyiden osalta havaittiin, että avoimet kysymykset harvoin tuottivat merkityksellistä tutkimustietoa, joten lopullisen kyselytyökalun kysymykset rakennettiin monivalintaruudukkoon, jolloin vastaaminen on hyvin yksinkertaista ja nopeaa.

9.1.1 Ehdotukset kyselytyökalun hyödyntämiselle tulevaisuudessa

Koulukiusaamisen ja MARKED ohjelman välistä vaikutusta aletaan virallisesti seurata syksyn 2024 aikana, osana MARKEDin omia alku- sekä loppukyselyitä. Aiheen ollessa henkilökohtaisesti hyvin tärkeä, olen äärettömän kiitollinen saadessani jatkaa koulukiusaamisen sekä MARKED ohjelman välisen suhteen tutkimista ja seurantaa syksyllä 2024 toteutuvien kyselyiden dataa tarkastellen.

Syksyn 2024 toteutuvien MARKED ohjelmien ohella opinnäytetyön lopputuloksena syntynyttä kyselytyökalua päästään arvioimaan suurella vastaajajoukolla, jolloin on hyvin mielenkiintoista myös seurata tutkimusdatan onnistuneisuutta. Aihe sekä ilmiö elää jatkuvasti ja koulumaailmassa esiintyvät tapahtumat vaikuttavat lapsiin ja nuoriin äkillisesti sekä ennalta arvaamattomilla

tavoilla (Pelastakaa Lapset ry, 2024). Jotta voimme ymmärtää tilanteita ja ilmiöitä ajankohtaisesti on säännöllinen kyselytyökalun arviointi hyvin tärkeää.

9.2 Haasteet opinnäytetyön toteutuksessa

Suunnitelmamuutokset opinnäytetyön toteutumisessa ovat muuttuvassa maailmassa hyvin inhimillistä. Yllättävien muutosten myötä vaaditaan ongelmanratkaisu- sekä sopeutumiskykyä uuteen tilanteeseen. Tämän työn näkökulmasta muuttujaksi nousi tutkimuksen kyselytyökalun testaajaryhmän kutistuminen äkillisesti ja radikaalisti. Tämä muutos muutti opinnäytetyön henkeä, mutta kehitystyö pystyttiin silti toteuttamaan ja lisäsyvyyttä opinnäytetyöhön päädyttiin tavoittelemaan toimeksiantajan haastatteluiden avuin.

Teoriaosuuden alussa ilmeni positiivisena ilmiönä aiempien tutkimusten sekä kirjallisuuden runsaus. Kuitenkin opinnäytetyöni käsitellessä teknologiaa, koulukiusaamista, lasten ja nuorten hyvinvointia sekä erilaisia sosioemotionaalisia taitoja oli näiden aihealueiden yhdistely toisinaan haastavaa loogisen lopputuloksen saavuttamiseksi.

Haasteena näyttäytyi myös nuorten vastaajien motivaatio osallistua kyselytutkimukseen. Välimatkojen pituuden vuoksi päädyttiin toteuttamaan testikyselyt sähköisesti ja myös tiedotus opinnäytetyöstä sekä kyselyiden tarkoituksesta tapahtui sähköisesti tai osana MARKED oppituntia. Nuorten innostaminen kyselyyn vastaamiseen vaatii erityistä motivointia sekä palkitsemista. Palkitseminen voi olla konkreettista esimerkiksi arvontaan tai elokuvalippuun mahdollistavaa tai vastavuoroisesti merkityksellisyydellään tai voimaannuttavuudellaan palkitsevaa. Nuorta saattaa motivoida tutkimuksen tärkeyden ymmärtäminen sekä sen pohjimmainen tarkoitus (Kallinen & Pirskanen, 2022, 63-66). Opinnäytetyöhön liittyviä testikyselyitä ajatellen olisi saattanut olla hyödyllistä järjestää kyselyyn osallistuneiden oppilaiden kanssa live-tilaisuus, jossa esitellä työtä sekä perustella kyselyn tärkeyttä. Teknologian

haittapuolena ilmenevä tunnevajaus saattaa helpolla vaikuttaa nuoren motivaatioon vastata kyselyyn, kun taas läsnäololla saavutettu todellinen kokemus ja yhteys saattavat nostaa nuoren halua vastaamiseen.

Lähteet

Bogart, L. 2014. Peer Victimization in Fifth Grade and Health in Tenth Grade. American Academy of Pediatrics, Dedicated to the health of all children. Volume 133 Issue 13, 440–447. Viitattu 28.9.2023.

<https://doi.org/10.1542/peds.2013-3510>

Carlisle, Nicholas & Eric Rofes. 2007. "School Bullying: Do Adult Survivors Perceive Long-Term Effects?". Traumatology 13:1, 16–26.

Denham, S. A., Blair, K. A., DeMulder, E., Levitas, J., Sawyer, K., Auerbach-Major, S. & Queenan, P. 2003. Preschool emotional competence: Pathway to social competence? Child Development 74 (1), 238-256.

Erilaisten oppijoiden liitto ry. 2010. Apuvälineitä erilaisen oppijan arkeen. Äänikirjasta älykynään, läppäristä lankakerään, nauhurista navigaattoriin. WS Bookwell Oy, Porvoo. 9-15.

Eisenberg, N., Fabes, R. A., Guthrie, I. G. & Reiser, M. 2002. The role of emotionality and regulation in children's social competence and adjustment. Teoksessa L. Pulkkinen & A. Caspi (toim.) Paths to successful development. Personality in the life Course. Cambridge University Press, 46-70

Golnick, T ja Ilves, V. 2021. OPETUSALAN TYÖOLOBAROMETRI 2021. Viitattu 1.5.2024.

https://www.oaj.fi/contentassets/14b569b3740b404f99026bc901ec75c7/oaj_opetusalan_tyoolobarometri_2021.pdf

Hamarus, Päivi. 2006. Kiusaaminen ilmiönä, Yläkoulun oppilaiden kokemuksia kiusaamisesta. Jyväskylä studies in education, Psychology and social research 288. Jyväskylän yliopisto.

<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/13307/9513926966.pdf>

Hamarus, Päivi, Tina Holmberg-Kalenius & Saija Salmi. 2015. Opas kiusaamisen jälkihoitoon. Juva: PS-kustannus. 37- 39, 49-54.

Hamarus, Päivi. 2008. Koulukiusaaminen. Huomaa, puutu, ehkäise. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy. 75-80

Hemminki-Reijonen, Ulla. 2021. Virtuaalitodellisuus oppimisessa, Opas opettajille. Opetushallitus. Viitattu 25.1.2024. 9-16.

https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Virtuaalitodellisuus_oppimisessa.pdf

Hinduja, Sameer & Justin W. Patchin. 2017. "Cultivating Youth Resilience to Prevent Bullying and Cyberbullying Victimization". Child Abuse & Neglect 73, 51–62

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0145213417303411?via%3Dihub>

Hirsijärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. painos. Helsinki: Tammi.

Höistad, Gunnar. 2003. Irti kiusaamisen kierteestä. Suomentanut Salla Korpela. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Ihanamäki, L. & Lummejoki, E. 2023. Projektiportfolio, Kouluturvallisuuden tehostaminen. Palvelumuotoiluajattelu, -työkalut ja -menetelmät, Turun ammattikorkeakoulu.

Jacob, B., Berger, D., Hart, C. & Loeb, S. 2016. Can Technology Help Promote Equality of Educational Opportunities? RSF: The Russell Sage Foundation Journal of the Social Sciences, 2 (5) 242-271

<https://www.rsfjournal.org/content/rsfjss/2/5/242.full.pdf>

Junttila, Niina. (2015). Kavereita nolla. Tammi

Kallinen, K. & Pirskanen, H. 2022. Lasten ja nuorten tutkimushaastattelu. Gaudeamus Oy. 63-66

Kosola, S., Moisala, M. & Ruokoniemi, P. 2019. Lapset, nuoret ja älylaitteet, Taiten tasapainoon. Älylaitteet oppimisen välineinä. Kustannus Oy Duodecim. 91-102.

Kujala, K., Huunonen, K., Saarinen, J., Vainio, L. & Väliharju, T. 2006. Oppimisteknologian tulevaisuuden skenaariot. Hämeenlinnan ammattikorkeakoulu. 91-106

Laitinen, K., Haanpää, S., Francke, L. & Lahtinen, M. 2020. Kiusaamisen vastainen työ kouluissa ja oppilaitoksissa. Opetushallituksen oppaat ja käsikirjat 2020:3a. Viitattu 22.10.2023.

https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/kiusaamisen_vastainen_työ_kouluissa_ja_oppilaitoksissa.pdf

MARKED 2023. Meistä. Viitattu 13.10.2023.

<https://www.markedsuomi.fi/meista>

National Center Against Bullying 2023. Types of bullying. Viitattu 28.9.2023.

<https://www.ncab.org.au/bullying-advice/bullying-for-parents/types-of-bullying/>

Nevalainen, I. 2024. Haastattelu. MARKED yrityksen toimitusjohtajaa Ida Nevalaista haastatteli 15.4.2024 Laura Ihanamäki.

Nuorisoportaalit Decibel.fi. 2019. Kiusaamisen eri muodot. Viitattu 17.11.2023.

<https://www.decibel.fi/tietoa/koulukiusaaminen/kiusaamisen-eri-muodot>

Nuortennetti, Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2023. Mitä tehdä, jos huomaa kiusaamista? Viitattu 2.11.2023. <https://www.nuortennetti.fi/kiusaaminen/mita-tehda-jos-huomaa-kiusaamista/>

Nuortennetti, Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2024. Suora ja epäsuora kiusaaminen. Viitattu 25.3.2024.

<https://www.nuortennetti.fi/kiusaaminen/loukkaava-kohtelu-ja-kiusaaminen-satuttaa/suora-ja-epasuora-kiusaaminen/>

Opetushallitus 2022. Teknologian kehittyminen avaa uusia ovia oppimisen tukemiseen ja yhteisöllisten toimintatapojen muodostumiseen tulevaisuuden kouluissa. Viitattu 20.4.2024. <https://www.oph.fi/fi/uutiset/2022/teknologian-kehittyminen-avaa-uusia-ovia-oppimisen-tukemiseen-ja-yhteisollisten>

Opetushallitus 2023. Kiusaamisen määrittely ja lainsäädäntö. Viitattu 2.11.2023. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/kiusaamisen-maarittely-ja-lainsaadanto>

Opetushallitus 2024. Lukivaikeudet, esteettömyys ja osallisuus. Viitattu 25.1.2024. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/lukivaikeudet-esteettomyys-ja-osallisuus>

Opetushallitus 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Viitattu 22.1.2024. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf

Opetushallitus 2024. Sosiaalinen turvallisuus. Viitattu 19.1.2024. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/sosiaalinen-turvallisuus>

Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki 1287/2013. Finlex. Viitattu 22.10.2023. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2013/20131287>

Pelastakaa Lapset ry. 2023. Lapsen ääni kysely 2023, lasten kokemuksia pienituloisuudesta. Viitattu 4.4.2024. <https://www.pelastakaalapset.fi/wp-content/uploads/2023/10/lapsen-aani-2023.pdf>

Pelastakaa Lapset ry. 2024. Kriisitilanteen kohtaaminen – selkokieline sivu. Viitattu 17.5.2024. <https://www.pelastakaalapset.fi/tyomme/mita-teemme/lapset-kriiseissa/kotimaan-valmiustoiminta/lapsen-tukeminen-kriisitilanteessa/kriisitilanteen-kohtaaminen-selkokieline-sivu/>

Pelastakaa Lapset ry. 2024. ”Se tuntuu hitaalta kuolemalta” – näin nuoret puhuvat kiusaamisesta. Viitattu 15.4.2024.

<https://www.pelastakaaalapset.fi/ajankohtaista/se-tuntuu-hitaalta-kuolemalta-nain-nuoret-puhuvat-kiusaamisesta/>

Perusopetuslaki 628/1998. Finlex. Viitattu 22.10.2023.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628>

Mieli, Suomen Mielenterveys ry. 2024. Tilastotietoa mielenterveydestä. Viitattu 25.3.2024. <https://mieli.fi/yhteiskunta/mielenterveys-suomessa/tilastotietoa-mielenterveydesta/>

Sarkomaa, S. 2023. Blogi, Kiusatun lapsen ääni on kuultava. Verkko uutiset. Viitattu 4.4.2024.

<https://www.verkkouutiset.fi/a/kiusatun-lapsen-aani-on-kuultava/#a0de5b1a>

Suoninen, E., Pirttilä-Backman, A-M., Lahikainen, A. & Ahokas, M. (2014). Arjen sosiaalipsykologia. Sanoma Pro Oy. 291-296.

Syrjämäki, Aleks H., Pessi Lyyra & Jari K. Hietanen. 2017. ”Yksin jääminen satuttaa – katsaus kokeelliseen ostrakismitutkimukseen”. Psykologia 52:5, 376–389.

Terveystieteiden laitos. 2010. Finlex. Viitattu 22.10.2023.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326>

Terveystieteiden laitos. 2018. Lasten ja nuorten hyvinvointi – Kouluterveyskyselyn tuloksia. Toim. Nina Halme, Lilli Hedman, Riikka Ikonen & Rika Rajala. Viitattu 18.12.2023.

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136748/URN_ISBN_978-952-343-115-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y

THL 2023. Hyvinvointi- ja terveyserot, eriarvoisuus, hyvinvointi. Viitattu 22.10.2023.

<https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi>

THL 2023. Lasten ja nuorten hyvinvointi, Kouluterveyskysely 2023. Tilastoraportti 48_2023. Viitattu 26.9.2023.
<https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe20230913124224>

Turkka, H & Saarholm, J. 2021. Lasten ja nuorten konfliktit. Jyväskylä: PS-kustannus.

Uski, J. 2022. Sosiaalityö muutoksessa. Digitalisaation muutokset sosiaalityöhön. Kandidaatintutkielma. Humanistis-yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Jyväskylän avoin yliopisto. 18—19.

Valtiotalouden tarkastusviraston toiminnantarkastuskertomus 146/2007. Nuorten syrjäytymisen ehkäisy. Viitattu 28.12.2023.
<https://www.vtv.fi/app/uploads/2018/07/03142740/nuorten-syrjaytymisen-ehkaisy-146-2007.pdf>

Valtioneuvosto 2023. Vahva ja välittävä Suomi : Pääministeri Petteri Orpon hallituksen ohjelma 20.6.2023. Valtioneuvoston julkaisuja 2023:58. Viitattu 24.11.2023. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-763-8>

Valtioneuvoston asetus 338/2011. Finlex. Viitattu 22.10.2023.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2011/20110338>

Valtioneuvoston kanslia. Kestävän kehityksen globaali toimintaohjelma, Agenda2030. Viitattu 23.1.2024. <https://kestavakehitys.fi/agenda-2030>

Verke. 2019. Mitä nuorisotyön tulisi tietää? Havaintoja teknologisoituvasta maailmasta. Helsinki: Grano. 23.

Wolke, Dieter & Suzet Tanya Lereya. 2015. "Long-term Effects of Bullying". Archives of Disease in Childhood. Viitattu 17.11.2023.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4552909/>

YLEISSOPIMUS lapsen oikeuksista 60/1991. Finlex. Viitattu 22.10.2023.
https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/1991/19910060/19910060_2

Tiedote oppilaiden huoltajille opinnäytetyön kyselytutkimuksesta

Hei,

Keväällä 2024 suoritetaan tutkimus, jossa selvitetään, vaikuttavatko erilaisten tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen sekä itsetuntemuksen ja minäkuvan vahvistaminen kiusaamiseen kouluuyhteisössä.

Tutkimus tukeutuu MARKED ohjelman toteutumiseen lapsenne yläasteella.

Tutkimusmateriaalia tullaan keräämään sähköisin kyselylomakkein MARKED ohjelman aloituksen yhteydessä sekä toistamiseen ennen kevätlukukauden päättymistä.

Kyselyyn vastaaminen on oppilaille vapaaehtoista ja vastaaminen tapahtuu täysin anonymisti. Yksittäisiä vastauksia ei välitetä eteenpäin kolmansille osapuolille.

Tutkimus toteutuu osana Turun AMK:n Master Schoolin Terveysteknologiaopintojen lopputyötä, jonka tarkoitus on valmistua kevään 2024 lopulla.

Keskustelen sekä vastaan mielelläni kysymyksiin tulevaan tutkimukseen sekä lopputyöhöni liittyen.

Ystävällisin terveisin,

Laura Ihanamäki

laura.ihanamaki@edu.turkuamk.fi