

Kipinä - kiusaamisväkivaltatyö

Maria Antikainen
Yhdenvertaisuustyön johtaja

Pirhan hyvinvointi- ja kokonaisturvallisuusvaliokunta 12.12.2024

**Setlementti
Tampere**

Esityksen sisältö

- Kipinä - kiusaamisväkivaltatyön esittely
- Kiusaamisväkivalta – mitä se on?
- Kiusaamisväkivallan seuraukset
- Jälkituki ja toipuminen
- Auttavat tahot



Kipinä - kiusaamisväkivaltatyö

**Setlementti
Tampere**



Kipinä - kiusaamisväkivaltatyö

Tarjoamme tukea ja neuvontaa kiusaamisasioissa.
Työmme keskittyy kiusaamisväkivallan jälkihoitoon.

Maksuttomat palvelumme on tarkoitettu

- yli 15-vuotiaille pirkanmaalaisille, joilla on kiusaamiskokemuksia sekä heidän läheisilleen
- työntekijöille ja vapaaehtoisille, jotka työssään kohtaavat kiusaamiskysymyksiä.
- palveluissamme ei ole yläikärajaa eikä ole merkitystä, kuinka pitkä aika kiusaamiskokemuksista on kulunut.

Työmuotoina yksilötyö, vertaistukiryhmät, koulutus, konsultaatio, chat ja työpajat.



Yksilötyö

- Lyhytaikaista keskustelutukea, 1-5 tapaamista
- Lähestymistapa on traumatietoinen, toipumismyönteinen ja voimavarakeskeinen
- Asiakkaan omat toiveet aina työskentelyn lähtökohtana
- Kipinään voi hakeutua ilman lähetettä ja asioida voi myös anonyymisti ja tukihenkilön kanssa.
- Tapaamiset paikan päällä Nalkalan setlementtitalossa tai etänä Teamsin/Discordin välityksellä.
- Ajanvaraus onnistuu puhelimitse, sähköpostilla, tekstiviestillä, WhatsAppilla tai nettisivujen yhteydenottolomakkeen kautta.



Vertaistuki

- Ammatillisesti ohjatut vertaistukiryhmät
- Kiusaamisväkivaltaa kokeneille luottamuksellinen tila kiusaamiskokemusten läpikäymiseen muiden kiusaamisväkivaltaa kokeneiden kanssa
- Tavoitteena on saada positiivinen kokemus ryhmään kuulumisesta sekä kuulluksi ja nähdyksi tulemisesta
- Ajankohtaista tietoa tulevista ryhmistä löydät nettisivuiltamme sekä somekanaviltamme.
- Ryhmissä noudatetaan turvallisemman tilan periaatteita.



Työpajat

- Ennaltaehkäisevät työpajat yläkoulujen ja toisen asteen oppilaitosten oppilaille/opiskelijoille
- Työpajoissa jaetaan tietoa kiusaamisilmiöstä, puhutaan kiusaamisesta yleisellä tasolla ja herätellään ajatuksia erilaisten harjoitusten avulla.
- Suunnittelu ja toteutus yhteistyössä koulun/oppilaitoksen/opiskeluhuollon kanssa.



Kipinäpod

- 5 jakson sarja
- Asiantuntijavieraita
- Julkaistaan vuodenvaihteessa 2024 – 2025

**Setlementti
Tampere**

Kipinä PODI

01 JAKSO



ANTTI

Kokemusasiantuntija

Kiusaamista kokeneen tarina

.....

Jaksossa lapsuudessaan ja nuoruudessaan kiusaamista kokenut Antti jakaa oman tarinansa. Käsittelemme mm. kokemuksista selviytymistä, nepsy- ja sateenkaarinäkökulmaa sekä mieheyteen liitettyjä norveja.



**Setlementti
Tampere**

KIPINÄ - KIUSSAMISVÄKIVÄLTÄTYÖ

Kiusaamisväkivalta – mitä se on?

**Setlementti
Tampere**



**”Kiusaaminen on aina väkivaltaa,
vaikka kaikki väkivalta ei ole kiusaamista.”**

Christina Salmivalli

**Setlementti
Tampere**

Kiusaamisväkivallan määrittely

- Tarkoittaa samaa kuin kiusaaminen, mutta korostaa toimintaa väkivaltana
- **Yleensä toistuvaa, tahallista ja pitkäkestoista vallan väärinkäyttöä**, joka vahingoittaa väkivallan kohdetta vs. konflikti
- Kyse ei ole yksilöpsykologisista tekijöistä vaan ryhmäilmiöstä
 - Kuitenkin myös konteksti ja yksilöpsykologiset tekijät vaikuttavat siihen, millaisia merkityksiä kiusaamisväkivalta saa ja miten kiusaaminen koetaan
- **Esiintyy erityisesti yhteisöissä, joihin kuulumista ei voi itse vapaasti valita: koulu, työpaikka, harrastukset, vapaaehtoistyö, armeija ym.**
- Kiusaamisväkivallasta tulee jatkuessaan normaali ja hyväksytty osa yhteisön toimintaa: yhteiskunnan rakenteellisella tasolla voidaan puhua jopa kiusaamisväkivaltakulttuurista

Kiusaamisväkivallan monet muodot

- Kiusaaminen on väkivaltaa, jossa erilaiset väkivallan muodot yhdistyvät: henkinen, fyysinen, digitaalinen, seksuaalisuutta loukkaava ja taloudellinen väkivalta
- Kietoutuu yhteen erilaisten syrjinnän muotojen kanssa:
 - rasismi, sukupuolistunut väkivalta, vammaisiin, sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin, neurovähemmistöihin kohdistuva, luokkaperusteinen ja kehoon kohdistuva syrjintä
 - Vähemmistöön kuuluminen altistaa kiusaamisväkivallalle
 - Kuitenkin: Kiusaamisessa on ensisijaisesti kyse kiusaajan aseman ja vallan hakemisesta kiusaamisen avulla. Erilaisuuden leima voidaan tuottaa periaatteessa kenelle tahansa.
- Teot voivat täyttää rikoksen tunnusmerkit

Kiusaamisväkivallan muotoja

Henkinen väkivalta

- Ulossulkeminen, nimittely, mitätöinti, mustamaalaaminen, nolaaminen jne.
- Vaikeampi tunnistaa, mutta seurauksiltaan yhtä vakavaa kuin fyysinen väkivalta

Fyysinen väkivalta

- Lyöminen, potkiminen, kiinni pitäminen, fyysisellä väkivallalla uhkaaminen jne.

Taloudellinen väkivalta

- Toisen ihmisen kontrollointia, hyväksikäyttöä, alistamista, vallankäyttöä tai kiristämistä rahaa tai muuta omaisuutta vallan välineenä käyttäen.

Digitaalinen väkivalta

- Viestittelyryhmistä eristäminen, loukkaavien tai uhkaavien viestien lähettäminen, kuvien tai muun arkaluontoisen materiaalin levittäminen, puheluilla tai viesteillä pommittaminen, tappeluiden kuvaaminen ja jakaminen jne.
- Mahdollistaa anonyymiyden ja joukkoistumisen sekä materiaalin laajan leviämisen

Seksuaalisuutta loukkaava väkivalta

- Teot, jotka loukkaavat kokijan itsemääräämisoikeutta.
- Fyysisiä tekoja, sanallista tai netissä tapahtuvaa, esim. alastonkuvien luvatonta jakamista

Kiusaamisväkivaltakokemusten yleisyys

- Lähes joka kymmenes (8%) 8.-9.-luokkalaisista, 2 % lukiolaisista ja 4% ammattikoululaisista kokee viikoittain kiusaamista (Kouluterveyskysely 2023)
 - Kiusaaminen viime vuosina lisääntynyt. Mahdollisia syitä:
 - Somessa vastaan tuleva sisältö voi rohkaista koulussa tapahtuvaan kiusaamiseen.
 - Yhteiskunnan polarisoitunut ilmapiiri ja aikuisten vihapuhe muuttaa myös lasten asenteita kovemmiksi.
- 7% korkeakouluopiskelijoista kokee kiusaamista (KOTT-tutkimus, YTHS 2021)
- 9% työkäisistä kokee kiusaamista työyhteisössä (Kunta10, TTL 2022)

Kiusaamisväkivallan seuraukset

**Setlementti
Tampere**



Kiusaamisväkivallan seuraukset

- Kiusaamisväkivallalla on pitkäaikaisia seurauksia yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan tasolla
- Fyysisiä, psyykkisiä, emotionaalisia, sosiaalisia ja taloudellisia seurauksia
 - Inhimillinen kärsimys + yhteiskunnalliset ja kansantaloudelliset menetykset
- Yksilötason seuraukset voivat näkyä kokijan lisäksi myös tekijässä, muissa yhteisön jäsenissä tai osallisten läheisissä
- Kokemukset nousevat usein pintaan elämän muutoskohdissa

Kiusaamisväkivallan seuraukset: psyykkinen taso

- Mielenterveys: masennus, ahdistus, sosiaalisten tilanteiden pelko, syömishäiriöt, itsetuhoisuus, päihderiippuvuudet, traumatisoituminen → juurisyynä kiusaamisväkivalta
- Negatiivinen minäkuva, heikentynyt itsetunto, sisäistetty kokemus "kiusatun leimasta"
- Uskomusjärjestelmä, kielteiset ydinuskomukset ja ajatusvinoumat, esimerkiksi:
 - Muut ihmiset haluavat minulle ja toisilleen paha
 - Maailma on turvaton ja arvaamaton paikka, katastrofiajattelu
 - Mustavalkoisuus
- Muistiongelmät, keskittymisvaikeudet, oppimisvaikeudet
- Vaikeudet tunnistaa ja asettaa rajoja, omien tarpeiden laiminlyönti
- Vaativuus ja armottomuus itseä kohtaan → ylisuorittaminen, uupumus

Kiusaamisväkivallan seuraukset: sosiaalinen taso

- Sosiaalisten tilanteiden välttäminen ja vetäytyminen
- Syrjään jääminen yhteiskunnasta (työelämä, opiskelut)
- Yksinäisyyden kokemus
- Kokemus erilaisuudesta ja erillisyydestä sekä outoudesta ns. tuotettu erilaisuus
- Haasteet ihmissuhteissa ja niiden muodostamisessa
- Hylkäämisen pelko, tarve miellyttää
- Vaille jäämisen kokemukset, esim. nuoruuden merkkipaalut
→ vertaissuhteiden merkitys korvaamaton

Kiusaamisväkivallan seuraukset: fyysinen taso

- Turvattomuuden tunne, stressi, jatkuva valppaana olo → fysiologisia seurauksia
- Pääkipu, vatsakipu, ym. keholliset kivut, joille ei löydy muuta selitystä
- Vireystilan vaihtelut: ylivireys ja lamaantumisen
- Unettomuus, ruokahaluttomuus
- Pitkittynyt stressi, yksinäisyys → yhteydet moniin sairauksiin (esim. fibromyalgia).
- Aivoja kuvantamalla havaittu muutoksia aivoalueissa (oppiminen, tunteiden kokeminen, liikkeen hallinta)

Kiusaamisväkivallan seuraukset: emotionaalinen taso

- Häpeä: olen ihmisenä vääränlainen, arvoton
- Syyllisyys
- Suru
- Viha (voi kohdistua itseensä tai ulospäin)
- Kateus, katkeruus
- Pelko, epävarmuus
- Toivottomuus

Kiusaamisväkivallan seuraukset: taloudellinen ja yhteiskunnallinen taso

- Terveysthuollon kustannukset: lääkärikäynnit, psykoterapia
- Mahdolliset oikeudenkäyntikulut
- Menetetty omaisuus (jos rikottu tai varastettu)
- Menetetyt ansiotulot
- Pitkän aikavälin seuraukset kokijan elämänpolkuun
- Menetetty potentiaali työelämässä ja muilla yhteiskunnan osa-alueilla

Jälkituki ja toipuminen

**Setlementti
Tampere**



Kiusaamisväkivaltaa kokeneen kohtaaminen palvelujärjestelmässä

- Tukea on saatavilla vähän ja se on pirstaleista
- Edellyttää ammattilaiselta oman kiusaamishistorian ja kokemusten käsittelyä: mitä tämä aihe nostaa esiin minussa?
- Auttamisen esteitä:
 - Resurssien puute
 - Tunnistamisen ja puheeksiottamisen puute
 - Pelko siitä, että pahennetaan tilannetta tai loukataan
 - Keinottomuus auttamisessa: Keneen otan yhteyttä? Miten autan?

Mistä Kipinän yksilötyössä ja ryhmissä keskustellaan?

- Kokemuksista, traumareaktioista
- Heikentyneestä itsetunnosta ja minäkuvan haasteista → itsetuntemuksen vahvistaminen
- Vireystilasta, keho-mielisuhteesta → vakauttaminen
- Ahdistuksen ja masennuksen kokemuksista
- Yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden kokemuksista
- Sosiaalisista suhteista ja vuorovaikutustaidoista
- Häpeän ja arvottomuuden tunteista
- Tunteista: tunteiden tunnistaminen ja säätely
- Vihan tunteesta tai sen puutteesta, kostoajatuksista
- Surusta, katkeruudesta, vaille jäämisestä
- Ajatusvinoumista ja keinoista vaikuttaa omiin ajatusmalleihin
- Omista oikeuksista, rajoista ja jämäkkydestä
- Anteeksiannosta ja itsemyötätunnosta
- Voimavaroista, vahvuuksista
- Toivosta, unelmista ja tavoitteista
- Toimijuudesta: oman elämän päähenkilöys

Toipuminen

- Kokemusten hyväksyminen osaksi omaa elämäntarinaa
- Ahdistuksen säätely
- Itsemyötätunnon opettelu
- Itsetuntemus
- Toimijuuden vahvistaminen
- Keho-mieli-työskentely
- Vertaistuki
- Yksilölliset terveet selviytymiskeinot
- Toiveikkuuden lisääntyminen

Jälkihoidollinen tuki: usein kokemusten syvempi käsittely mahdollistuu vasta iän myötä, ajan kuluessa ja etäisyyden tapahtumiin kasvettua.

Auttavia tahoja

**Setlementti
Tampere**

Kipinä - kiusaamisväkivaltatyö

Osoite:

Nalkalankatu 12 G 1 krs, Tampere

Nettisivut:

www.setlementtitampere.fi/kipina

Sähköposti:

kipina@setlementtitampere.fi

Kriisityöntekijä Tiia Hannukainen

p. 050 515 1489

Kriisityöntekijä Tanja Niemelä

p. 050 355 0066



[kipina_kiusaamisvakivaltatyo](https://www.instagram.com/kipina_kiusaamisvakivaltatyo)



[Kipinä – kiusaamisväkivaltatyö – Setlementti Tampere](https://www.facebook.com/kipina-kiusaamisvakivaltatyo)

**Setlementti
Tampere**

KIPINÄ - KIUUSAAMISVÄKIVALTATYÖ

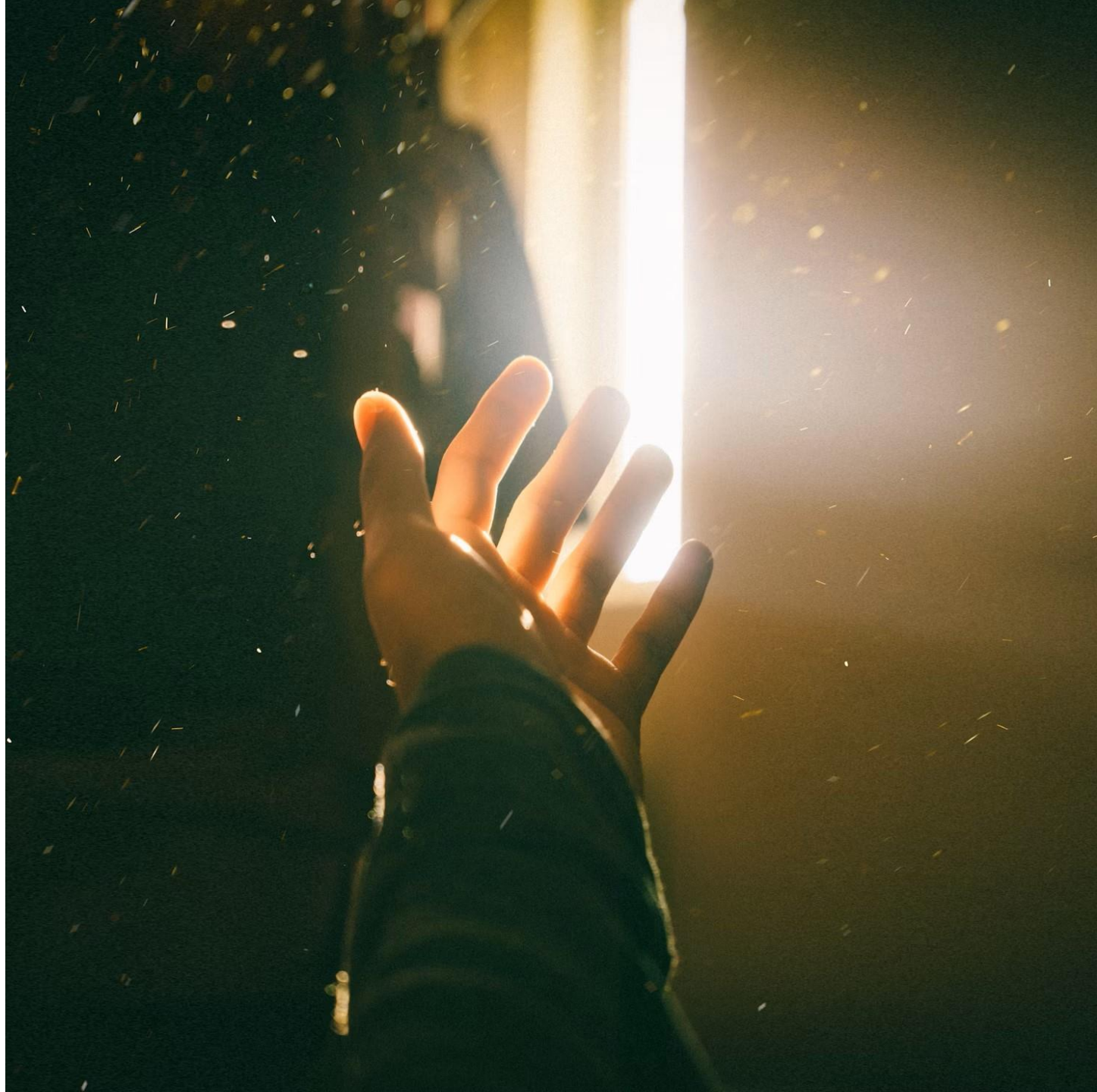


**Setlementti
Tampere**

Muita auttavia tahoja mm.

- Rikosuhripäivystys
- Tukikeskus Valopilkku, Harjulan Setlementti ry
- MLL: Selviydytään kiusaamisesta, Nuorten Netti, Yksinäisyydestä yhteisöllisyyteen
- Vamos Tampere
- Sekasin chat ja Sekasin Gaming -verkkoyhteisö
- Sua varten somessa

**Setlementti
Tampere**



Kirjallisuutta ym.

- Salmivalli (2024): Kiusaamisväkivalta – ymmärrä kiusaamisilmiö ja puutu oikein.
- Hamarus ym. (2015): Opas kiusaamisen jälkihoitoon.
- Väisänen (2023): Tutkimus koulukiusaamista koskevasta asiantuntijapuheesta.
- Kiusaamisväkivalta ja siihen puuttuminen –webinaaritalenne katsottavissa osoitteessa:
www.varhaiskasvatuksentietopalvelu.fi/Christina-Salmivalli/Kiusaamisväkivalta.html

Kiitos!

Maria Antikainen

Yksikön johtaja

Yhdenvertaisuustyö

Setlementti Tampere ry

maria.antikainen@setlementtitampere.fi

p. 050 432 3768



**Setlementti
Tampere**