

KOTIMAA

Kiusaamista ehkäistään Euroopassa

Kiva koulu -toimintaohjelma vähensi kiusaamista Hollannissa. Ohjelma otetaan syksyllä käyttöön sadoissa eurooppalaiskouluissa.

Toni Lehtinen HS

Turku

SUOMALAINEN koulukiusaamisen vastainen Kiva koulu -toimintaohjelma leviää nopeasti eri puolille Eurooppaa.

Turun yliopistossa kehitetty ohjelmaan koulutettiin viime kuussa 40 koulukuraattoria seitsemästä Euroopan maasta, kuten Belgiasta, Italiasta, Kreikasta ja Luxemburgista. He jatkokouluttavat opettajia, ja ohjelma otetaan syksyllä käyttöön jopa sadoissa kouluissa.

Kiva koulu on ollut käytössä 99 hollantilaiskoulussa toissa vuodesta alkaen.

”Ohjelman teho perustuu siihen, että kaikki ovat vastuussa ryhmän hyvinvoinnista, eli kiusaamisessa ei ole sivullisia. Voimavaroja suunnataan sitouttamiseen, eivätkä kaikki voimat mene uhrien auttamiseen ja kiusaajien kasvattamiseen”, kertoo tutkija Gijs Huising Groningenin yliopistosta.

HOLLANTILAISTUTKIJAT saivat viime vuonna ensimmäiset vaikuttavuustulokset Kivan koulun tehosta. Kiusaajien ja kiusattujen määrä laski ohjelmaa käyttävissä kouluissa seuranta-aikana yli 20 prosenttiyksikköä enemmän kuin kontrollikouluissa.

”Kiusaaminen väheni kaikissa Hollannin kouluissa, myös tutkimuksemme kontrollikouluissa, sillä vuoden aikana tapahtui kolme traagista itsemurhaa. Niiden myötä kiusaaminen nousi puheenaiheeksi”, Huising sanoo.

”Opettajienkin toiminnassa on huomattavissa muutoksia Kivan koulun myötä. Tulosten mukaan opettajat ottavat kiusaamisilmoitukset vakavasti ja heillä on enemmän keinoja puuttua asiaan”, Huising kertoo.

TURUN yliopisto lisensoi Kivaa koulua ulkomaille, ja lisenssimaksuilla tuetaan ohjelman kehittämistä.

Useissa maissa on käytössä kilpailuvia ohjelmia. Kivan koulun vastaavan johtajan, professori Christina Salmivallin mukaan ohjelman etuna on vuosikymmenien tutkimustyö. Kivasta koulusta on enemmän julkaistua tutkimuksia kuin yhdestäkään kiusaamisenvastaisesta ohjelmasta.

”Muiden Hollannissa käytettävien ohjelmien tehosta ei ole mitään tuloksia”, Huising sanoo.

Kivan koulun tehoa on tutkittu vuodesta 2006 lähtien. Kiusattujen ja kiusaajien määrät ovat laskeneet ohjelmaa käyttävissä

Fakta

Ohjelma otettiin käyttöön 2009

- Koulukiusaamisen ehkäisyyn tarkoitettu toiminta-ohjelma kehitettiin Turun yliopiston psykologian oppiaineen ja Oppimistutkimuksen keskuksen yhteistyönä.
- Ohjelma otettiin käyttöön kokeiluvaiheen jälkeen 2009. Se on käytössä lähes jokaisessa Suomen 2 500 peruskoulusta.
- Ohjelman kuuluu opetusaineistoa, verkkoympäristö ja tietokonepelejä.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö omistaa Kiva koulun.
- Turun yliopistolla on oikeus sen kansainväliseen hyödyntämiseen.

kouluissa selvästi. Esimerkiksi kiusaajien määrä on vähentynyt lähes kolmanneksen.

Kivalla koululla kamppaillaan myös nettikiusaamista vastaan. Salmivalli muistuttaa, että netissä kiusattuja kiusataan myös koulussa.

TURKULAINEN Pääskyvuoren koulu oli yksi ensimmäistä Kivoista kouluista. Kuudesluokkalaisten Wilma Nurminen ja Jenni Jasmavaara kertovat, että koulussa on nykyään tosi vähän kiusaamista.

”Oppilaat saavat sovittua suurimman osan riidoistaan ilman opettajan apua. Jos jotakin kiusataan, kerromme nopeasti opettajalle”, Nurminen sanoo.

He keuhavat, että Kivan koulun myötä heidän luokassaan on mahtava yhteishenki.

”Ketään ei jätetä ulkopuolelle”, Jasmavaara kertoo.

”Jos joku on surullinen, muut käyvät heti lohduttamassa häntä”, Nurminen jatkaa.

Luokanopettaja Mirva Soukka on mukana koulun Kiva-tiimissä. Sen tehtävänä on selvittää sellaiset kiusaamistapaukset, joiden selvittämiseen oma opettaja ei riitä.

Tiimi haastattelee ensin kiusatun ja selvittää tapahtuneen. Kiusaajalle pidetään kasvatuskeskustelu, jonka jälkeen tiimi seuraa tilannetta.

”Kiva-tiimi on nimestään huolimatta vakava paikka. En muista, että yksikään kiusaustapausta olisi palannut tiimin uudelleenkäsiteltäväksi”, Soukka sanoo.



Turun Pääskyvuoren koulun kuudesluokkalaiset Jenni Jasmavaara (vas.) ja Wilma Nurminen siirtyvät syksyllä eri yläkouluun. He eivät ole huolissaan uudesta luokasta eivätkä kiusaamisesta.

”Isommat pojat sanoivat lihavaksi

Virolaisen Kiva-koulun lapset osaavat puhua kiusaamisesta

Kaja Kunnas

Jüri

ONKO joskus käynyt niin, että olette riitaantuneet ystäväne kanssa?

Jürin koulun 2 C:n luokanvalvoja Heidy Siirak esitti oppilailleen kysymyksiä riitelystä ja kiusaamisesta viime torstai-aiamuna. Lapset istuivat hiljaa ringissä luokan reunalla. Kätet nousivat pystyyn.

”Ystäväni on joskus suuttanut minua niin, että olen vahin-

gossa lyönyt häntä”, lettäpäinen tyttö kertoi.

Tämä ei ole kiusaamista, vaan riitelyä, opettaja selitti. Mikä ero on riitelyllä ja kiusaamisella?

”Kiusaamista on se, jos joku tahallaan satuttaa toista sanoilalla”, sanoi Kennart Sandor Ra-huoja.

TALLINNAN lähellä sijaitseva Jürin koulu kuuluu niiden 20 virolaiskoulun joukkoon, jotka tuottavat ensimmäistä vuotta Suomessa kehitettyä koulukiusaamisen vastaista Kiva-ohjelmaa.

Torstaina Heidy Siirak opetti 2C:n lapsille kuvien, kertomusten ja keskustelun kautta, mikä ero on kiusaamisella ja riitelyllä.

HS kysyi, kuka lapsista on nähnyt koulukiusaamista. Lähes

koko luokka viittasi.

”Kerran ensimmäisellä luokalla näin isojen puolella, kuinka isot pojat kiusasivat ekaluokkalaista, että tämä on pakso ja rumissa vaatteissa, eikä sinulla ole parempaa päälle pantavaa. Eka-luokkalaisten oli liikkeet housut. Yksi ilkkui ja toinen katsoi vierestä”, kertoi Marit Heinonen.

”Kun olin ensimmäisellä luokalla, toisluokkalaiset sanoivat minua lihavaksi”, sanoi puolestaan Greteliis Graun.

Greteliis ei ole lihava, mutta sai pilkan itse loppumaan. ”Sanoin, että tuo ei ole kauniisti sanottu.”

”Kolmasluokkalaiset alkoivat heitellä minua lumipalloilla.”

suomalaisopein

VESA-MATTI VÄÄRÄ

Kiusatuille kehitteillä jälkihoitomalli

Toni Lehtinen HS

KIUSATTUJEN jälkihoitoon on kehitteillä Keski-Suomen ely-keskuksessa toimintamalli. Vastavia jälkihoitomalleja on käytössä muun muassa erilaisten kriisitilanteiden varalta.

Ohjekirja ja sen työkalut on suunnattu kouluterveystieteiden ja -kuraattoreille sekä kiusattujen läheisille.

”Usein ajatellaan, että kun koulu loppuu, niin kiusaaminen on ohi, ja se on sitten siinä”, sanoo hankkeen vetäjä, erikoissuunnittelija Päivi Hamarus Keski-Suomen ely-keskuksesta.

Hamarus kirjoitti väitöskirjansa koulukiusaamisesta. Häneltä ilmestyi viime vuonna *Haukku haavan tekee* -oppikirja, jossa käsitellään kiusaamisilmiön syntyä ja sen ennaltaehkäisyä.

JÄLKIHOIDON malli on tarpeellinen, sillä koulukiusaamisen koh- teeksi joutuneet voivat kantaa traumoja pitkälle aikuisuuteen. Kiusatut kärsivät muun muassa yksinäisyydestä, eivätkä he luota aikuisenakaan toisiin ihmisiin.

Kiusatut saattavat sairastua masennukseen vuosia kiusaamisen päättymisen jälkeen.

Jälkihoitomallissa on työkaluja kiusatun minäkuvaan parantamiseen ja itsetunto-ongelmiin. Jälkihoitossa pyritään rarsiamaan väärää häpeän tunnetta.

”Kiusaamisen kohteeksi voi joutua kuka tahansa, joka poikkeaa kulttuurisista arvostuksista.

Kiusattu potee väärää häpeää ja syyllisyyttä, kun hän kuvittelee, että kiusaaminen aiheutuu hänestä itsestään.”

siaksi”



Marit Heinonen kertoi kiusaamishavainnoistaan Jürin koulussa Tallinnan lähellä Virossa.

”Kun olin ensimmäisellä luokalla kotimatalla, kaksi kolmasluokkalaista poikaa kiusasi mi-

nuu. Eräs ensimmäisen luokan poika sanoi heille, että katsokaa, tuolla menee lihava sika. Kol-

masluokkalaiset alkoivat heitellä minua lumipalloilla ja huusivat, että odota lihava sika”, Lisbeth Soone kertoi.

Myöskään Lisbeth ei ole lihava. Tyttö kertoi tapauksesta isälleen. Kun sama oli tapahtunut toistamiseen, isä puhui poikien kanssa ja kiusaaminen lopetti.

VIROSSA 22 prosenttia 2.– 6. luokan oppilasta on kokenut kiusaamista vähintään kaksi kertaa kuussa, käy ilmi laajasta kyselystä viime syksyllä.

Jürin koulussa osuus oli suunnilleen sama ennen Kiva-ohjelman käynnistymistä, sanoivat sosiaalipedagogit Annelore Hirschon ja Veronika Koppel.

”Tänä vuonna oppilaat ovat tulleet enemmän puhumaan”, Hirschon sanoi.

KOTIMAA

Voita keski-iässä, muistisairaus vanhana

Väitöstutkimus havaitsi, että keski-ikänsä ruokavalio vaikuttaa dementian vaaraan vanhuudessa

Päivi Repo HS

TERVEELLINEN syöminen keski-iässä suojaa muistisairaudelta vanhuudessa, havaitsi tällä viikolla Itä-Suomen yliopistossa tarkastettava väitös. Ruokavalio katsottiin terveelliseksi, jos siihen kuluu kasviksia, hedelmiä ja marjoja sekä kalaa.

Jos taas syö keski-ikäisenä runsaasti tyydyttyneitä rasvahappoja, muistisairauden vaara kasvaa. Tyydyttyneitä rasvahappoja on etenkin eläinperäisessä rasvassa kuten voissa, kermassa ja läskissä.

TERVEYSTIETEIDEN maisteri Marjo Eskelinen tutki ruokavalion vaikutusta muistisairauden ja sen loppuvaiheen eli dementian vaaraan. Lisäksi hän selvitti erityisesti rasvojen laadun, kahvin ja teen yhteyttä muistisairauksiin.

Aineistona olivat demen-tiaa tutkivan Caide-tutkimuksen osallistujat. Sen 2 000 tutkittavaa poimittiin viisikymppisistä, jotka osallistuvat Pohjois-Karjala -tutkimukseen tai Finmonica-tutkimukseen vuosina 1972, 1977, 1982 ja 1987.

Silloisia syömistä koskevia

tietoja verrattiin tutkimustuloksiin, joita saatiin seuranta-käynneillä 1998. Silloin mukana oli lähes 1 500 ihmistä, joista 82:lla todettiin lievä muistihäiriö ja 61:lla demen-tia.

MUISTIA paransi ja muistisairauden vaaraa pienensi runsas monitydyttyntymättömien rasvojen saanti.

Niitä on etenkin pehmeissä rasvoissa kuten öljyissä ja kalassa sekä pehmeissä leipä-rasvoissa.

Mitä enemmän tällaisia rasvoja oli ruuassa suhteessa tyydyttyneisiin rasvoihin, sitä paremmin tutkitavat selvisivät psyykkisestä nopeutusta ja toiminnanohjauksen mittavista testeistä.

Myös 3–5 kahvikupillisen juomien päivässä suojasi dementialta. Teen juonnilla ei löydetty yhteyttä.

Moni suomalainen kantaa perintötekijää (apolipoproteiini E 4), joka lisää vaaraa sairastua tavallisimpaan muistisairauteen Alzheimerin tautiin. Vaara kasvaa, jos he syövät keski-iässä edes kohtalaisesti tyydyttyneitä rasvoja.

ALZHEIMERIN tautiin johtavat aivotuotokset alkavat kehittyä jopa vuosikymmeniä ennen taudin puhkeamista. Siksi keski-ikänsä ruokatuotuksilla on väliä.

”Tulokset tukevat oletusta, että terveelliset ravintotottumukset ovat hyväksi aivoterveydelle”, Eskelinen kommentoi.

”Niistä voi olla hyötyä ehkäistäessä muistisairauksia.”

Lyhyesti

Talvivaarassa sattui rikkivetyvuoto

SOTKAMO. Talvivaaran kaivoksen alueella Kainuussa sattui myöhään sunnuntai-iltana rikkivetyvuoto.

Ensimmäinen hälytys vuodosta tuli noin kello 22. Oulussa ilmestynyt sanomalehti Kaleva kertoi puolen yön aikaan, että ilmeisesti kukaan ei ollut loukkaantunut onnettomuudessa. Päivystävä palomestari kertoi puoliltaöin HS:lle, että pitoisuudet niin tehdasalueella kuin sen ulkopuolella olivat alhaisia. Palokunta etsi vuodon syytä.

Aluksi paikalle lähti 13 pelastuslaitoksen yksikköä. Osa yksiköistä kääntyi kuitenkin liki heti takaisin.

Rikkivety on myrkyllinen, mädälle kananmunalla haiseva kaasu.

Talvivaarassa sattui 2012 työntekijän kuolemaan johtanut rikkivetyvuoto. HS

Kunnantalo tuhoutui palossa

KANNONKOSKI. Sunnuntain vastaisena yönä syttynyt Kannonkosken kunnantalon tulipalo saatiin sammumaan aamulla, mutta jälkisanmutus- ja raivaustyöt jatkuivat pitkän päivää. Rakennus paloi käyttökelvottomaksi, mutta osa kunnan asiakirja-arkistosta saatiin pelastettua.

Kunnantaloa työskennelleet 14 ihmistä siirtyvät töihin paloaseman kokoushuoneeseen sekä kunnan muihin tiloihin, kuten koulun ja liikehuoneistoihin. STT