

# Sisältö

<b>Alkusanat</b> .....	9
<b>Kiusaamisen myytit</b> .....	13
Selitämmekö kiusaamisen näkymättömiin? .....	14
Miten toimin vanhempana ja opettajana? .....	18
<b>Mitä kiusaamisella tarkoitetaan?</b> .....	21
Toistuvuutta korostava määritelmä toimii tutkimuksessa .....	22
Varhaista puuttumista korostava määritelmä auttaa arjessa .....	23
Miten toimin vanhempana? .....	24
Miten toimin opettajana? .....	25
<b>Kiusaaminen piiloisena ilmiönä</b> .....	27
Miksi kiusaamisesta ei kerrota aikuisille? .....	28
Mistä kiusaamisen voi huomata? .....	30
Miten toimin aikuisena? .....	33
Koulussa tehtävä kiusaamiskysely .....	34
<b>Millaista kiusaaminen on?</b> .....	37
Fyysinen, henkinen ja sosiaalinen kiusaaminen .....	38
Sähköisissä viestimissä tapahtuva kiusaaminen .....	39
Miten toimin vanhempana? .....	41
Miten toimin opettajana? .....	42

<b>Miksi kiusataan?</b> .....	43
Valta-aseman tavoittelu ja kulttuuristen arvostusten vaikutus .....	44
Kyse ei ole kiusatun ominaisuuksista.....	47
Miten toimin aikuisena?.....	51
 <b>Miltä kiusaaminen tuntuu?</b> .....	53
Kiusaaminen nostattaa tunnemyrskyn .....	54
Miten toimin vanhempana? .....	55
Miten toimin koulun henkilökunnan jäsenenä?.....	56
 <b>Kiusaamiseen puuttuminen on kaikkien tehtävä</b> .....	59
Oppilaiden tai opiskelijoiden välinen kiusaaminen .....	60
<i>Koulun menettelytavat kiusaamiseen puuttumiselle</i> .....	60
<i>Puuttumismenettely aikuisen näkökulmasta</i> .....	61
<i>Verkkokiusaamiseen puuttuminen</i> .....	64
<i>Kiusaamisen käsitteleminen vanhempien ja koulun kesken</i> .....	65
<i>Menettelytavat tiivistettynä</i> .....	68
Kiusaaminen aikuisten ja lasten tai nuorten välillä .....	73
<i>Opettaja kiusaa oppilasta tai opiskelijaa</i> .....	73
<i>Oppilas tai opiskelija kiusaa opettajaa</i> .....	76
Kiusaaminen aikuisten välillä.....	78
<i>Vanhemmat kiusaavat opettajaa</i> .....	78
<i>Opettaja kiusaa toista opettajaa</i> .....	80
<i>Esimies kiusaa opettajaa</i> .....	82
<i>Opettaja kiusaa esimiestä</i> .....	83
 <b>Jokaisella on oikeus turvalliseen kasvuun</b> .....	85
Säädökset lapsen turvallisen kehityksen tukemiseksi .....	86
Kiusaaminen rikkoو hyvinvoinnin perusteita.....	88
Oikeus turvalliseen ympäristöön .....	90
Hyvinvointia voidaan rakentaa ennalta .....	91

<b>Kiusaamisesta selviäminen</b> .....	93
Sosiaaliset suhteet ja luottamus.....	94
Kiusaamisen aiheuttamat tunteet ja niiden käsittely .....	95
<i>Viha tai katkeruus</i> .....	96
<i>Inho</i> .....	96
<i>Tunteiden käsittely</i> .....	96
Minäkuvan vahvistaminen .....	98
Toivon näkökulma.....	99
Kiusaamisen ilmiön ymmärrys.....	100
Anteeksiantaminen .....	100
Uusi merkitys syntyä .....	101
Kiusaamisen vaikutukset kiusaajaan .....	101
<b>Loppusanat</b> .....	105
<b>Hyödyllisiä linkkejä</b> .....	107
<b>Kirjallisuutta</b> .....	109
<b>Liitteet</b> .....	113
Liite 1. Kiusaamiseen liittyvien tapahtumien kirjaamislomake.....	114
Liite 2. Kiusaamiskysely .....	116
Liite 3. Esimerkkejä hyvinvoinnin ja kiusaamisen käsittelemisestä vanhempainilloissa.....	118
Liite 4. Vaakamalli® ja yhteisön hyvinvointi .....	122