



**erinevus
rikastab**

KIUSAMINE KOOLIS

Uuringu raport



Uuringu läbiviija: Eesti-Roosi Vaimse Tervise ja Suitsidoloogia Instituut (ERSI)

Uurimisgrupp: Lauraliisa Mark, Merike Sisask, Joosep Vaikma, Peeter Värnik, Airi Värnik

Uuringu tellija: Tallinna Tehnikaülikooli Õiguse Instituut

Tallinn 2015

Sisukord

JOONISTE JA TABELITE LOETELU	3
KOKKUVÕTE.....	4
SUMMARY	6
1. Uuringu taust ja eesmärk	8
2. Uuringu metoodika ja valim	9
2.1. Kvantitatiivse uuringu metoodika	9
2.1.1. Ankeetküsimustikus kasutatud tunnused	10
2.2. Kvalitatiivse uuringu metoodika.....	11
2.3. Valim.....	12
2.3.1. Uuringu kvantitatiivse osa valim	12
2.3.2 Uuringu kvalitatiivse osa valim.....	12
3. Uuringu tulemused.....	14
3.1. Mis on kiusamine.....	14
3.2. Kiusamise ohvriks langemine	14
3.3. Kiusaja roll ehk kaasõpilaste kiusamine	16
3.4. Kiusamise kogemused klassi, regiooni ja õppekeele lõikes.....	19
3.5. Kiusamise mitu nägu: mitme kiusamisviisi kogemine, kiusamise kestus ja sagedus	21
3.6. Õpilaste vaimne heaolu ja kiusamise mõju vaimsele heaolule	25
3.7. Perestruktuur ning selle seos kiusamisega.....	28
3.8. Kiusamisest rääkimine	31
3.9. Koolide reaktsioonid kiusamisele ja selle seos õpilaste vaimse heaoluga	32
3.10. Õpilaste hinnangud kaasõpilaste kiusamise põhjustele.....	34
3.11. Võimalused koolikiusamise vastu/vähendamiseks	36
4. Arutelu	39
5. Järeldused.....	43
Viidatud allikad	44

JOONISTE JA TABELITE LOETELU

Tabel 1. Valimi vastavus üldpopulatsiooni struktuurile regiooni lõikes	12
Tabel 2. Valimi vastavus üldpopulatsiooni struktuurile klassi lõikes	12
Tabel 3. Kvalitatiivse uuringu valim	13
Tabel 4. Kogetud kiusamisviisid viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilaste hulgas	15
Tabel 5. Kaasõpilaste kiusamise viisid kiusajate hulgas	17
Tabel 6. Väheste vaimse heaolu kogemise šansid vastavalt kiusamisega seotud rollile	27
Joonis 1. Kiusamisviiside kokkulangevus kiusatud õpilaste ja kiusajate hinnangutes	18
Joonis 2. Kiusamise ohvriks langemine ja teiste kiusamine 5.-9. klassides	19
Joonis 3. Kiusamise ohvriks langemine ja teiste kiusamine regioonide lõikes	20
Joonis 4. Kiusamise ohvriks langemine ja teiste kiusamine regioonide ning õppekeele lõikes	21
Joonis 5. Mitme kiusamisviisi kogemine viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilaste hulgas...	22
Joonis 6. Kiusamise kestus ja sagedus kiusatud õpilaste hinnangul	23
Joonis 7. Kiusamise kestus kiusatud 5.-9. klasside õpilaste hinnangul	23
Joonis 8. Kiusamise sagedus ja kestus kiusajate hinnangutes	24
Joonis 9. Kiusatud ja teisi kiusanud õpilaste hinnangute kokkulangevus kiusamise sageduse ja kestuse osas	24
Joonis 10. Kiusamisega seotud rollide jaotus	25
Joonis 11. WHO-5 keskmine skoor regiooni, kooli tüübi, õppekeele ja klassi järgi	25
Joonis 12. Kiusamisega seotud roll ja alla normi vaimse heaoluga õpilaste osakaal	26
Joonis 13. Väheste vaimse heaoluga õpilaste osakaal kiusatud õpilaste hulgas ja kiusamise hinnanguline kestus	27
Joonis 14. Kiusamisega seotud rollid ja lootusetuse tunne tuleviku suhtes	28
Joonis 15. Keskmine WHO-5 skoor ja perestruktuur, milles õpilane elab	29
Joonis 16. Perestruktuur, milles õpilane elab ning kiusamisega seotud roll	29
Joonis 17. Perestruktuur ja erinevate kiusamisviiside kasutamine keskmiselt	30
Joonis 18. Kiusamisest rääkimine kiusatud õpilaste hulgas	31
Joonis 19. Koolide reageerimine kiusamisjuhtudele ja viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilaste vaimse heaolu (normi piires, alla normi)	32
Joonis 20. Kiusamisjuhtumile reageerimine koolide hulgas kiusatud õpilaste hinnangul	33
Joonis 21. Kiusatava hinnangud sellele, miks kiusaja kiusab	34
Joonis 22. Kiusaja põhjendused sellele, miks ta kiusab/kiusab	34

KOKKUVÕTE

Uurimuse eesmärk oli mõista ja kaardistada kiusamise ulatust ning selle iseloomu Eestis 5.-9. klasside õpilaste hulgas. Just selles vanusevahemikus on Ameerikas läbi viidud SAFE uurimuse kohaselt kõige suurem tõenäosus kiusamisega kokku puutuda (School Bullying Statistics).

Eesmärgi saavutamiseks viidi läbi kvantitatiivne (üle-Eestiline veebipõhine küsimustik) ja kvalitatiivne (fookusgrupi intervjuud) uurimus Eesti maa- ja linnakoolides ning eesti ja vene õppekeelelega koolides.

Kvantitatiivse uuringu lõplik valim moodustus 2057-st 5.-9. klassi õpilasest. Fookusgrupi intervjuud viidi läbi ning 5.-7. klasside (4 fookusgruppi), 8.-9. klasside (4 fookusgruppi) ja õpetajate (1 fookusgrupp) hulgas. Igas fookusgrupis osales 7-10 inimest.

Uuringu tulemusena selgus, et viimase 12 kuu jooksul oli kiusamise ohvriks langenud 19% õpilastest. Seejuures ei ilmnenu statistiliselt olulist erinevust soo, õppekeele ega kooli tüübi (maa- ja linnakool) lõikes. Kiusamise viisidest kogeti kõige sagedamini verbaalset ja kaudset kiusamist (isiku üle naermine / naeruvääristamine, välimuse halvustamine / narrimine, kuulujuttude levitamine, grupist välja jätmine). Kiusamise ohvriks langenutest 45% koges ühte kiusamise viisi, 32% kahte kuni kolme kiusamise viisi, 17% nelja kuni kuut ja 7% seitsset või enam kiusamise viisi. Kiusamise põhjusena nähti kokkuvõtlikult teistest millegi poolest erinevust. Kiusaja tegevuses nägid koolikiusamise ohvrid kõige sagedamini võimalust olla populaarne (65%), võimalust näidata oma ülemvõimu (64%) ja oskamatus oma probleemidega muul viisil toime tulla (38%). Suhteliselt paljud koolikiusamise ohvrid (16%) nägid kiusamise põhjusena iseennast ehk arvasid, et kiusatav on ise süüdi/imelik.

Viimase 12 kuu jooksul oli kaasõpilasi kiusanud 10% 5.-9. klasside õpilastest – poisid (13%) sagedamini kui tüdrukud (6%) ning vene õppekeelelega koolide õpilased (13%) sagedamini kui eesti õppekeelelega koolide õpilased (8%). Maa- ja linnakoolide lõikes statistiliselt olulist erinevust ei ilmnenu. Levinumate kaasõpilaste kiusamise viisidena toodi välja: kaasõpilase üle naermine / tema naeruvääristamine, välimuse halvustamine või narrimine, tõukamine ja narrimine mõnel muul põhjusel. Oma käitumisviisi põhjendasid kiusajad kõige sagedamini kättemaksuga (33%), teiste löbustamise ehk nalja tegemisega (22%), kiusatava ebasümpaatsusega (16%) ja iseenda kiusatavaks sattumise vältimisega (14%).

Regioonide lõikes esines kiusamise ohvriks langemist (24%) ja kaasõpilaste kiusamist (16%) kõige sagedamini Kirde-Eesti vene õppekeelelega koolides. Kõige vähem langeti kiusamise ohvriks Lõuna-Eestis (17%) ning kõige vähem oli kaasõpilaste kiusajaid Lääne-Eestis (9%).

Sageduselt oli kiusatud õpilaste hinnangul kõige levinum lühiajaline kiusamine (67% juhtudest kord-kaks või mõned korrad kuus), kuid 4% kiusatud õpilastest koges kiusamist iga päev. Kiusamine kestis kiusatud õpilaste hinnangul kõige sagedamini mõni nädal (28%), mis oli rohkem levinud nooremate klasside hulgas, ja üle kolme aasta (27%), mis oli rohkem levinud vanemate klasside õpilaste hulgas. Kaasõpilaste kiusajad hindasid kiusamise sagedust vähem intensiivsemaks ja lühiajalisemaks kui kiusatud õpilased.

Neli protsenti õpilastest olid viimase 12 kuu jooksul nii kiusatava kui kiusaja rollis. Kaasõpilasi oli kiusanud 5% õpilastest, ilma et neid ennast oleks kiusatud ning 14% olid kogenu kiusamist, ilma et nad ise oleksid kaasõpilasi kiusanud. Kiusatava rollis (sõltumata

sellest, kas nad ise kiusasid) olnud õpilaste šansid vähese vaimse heaolu kogemiseks olid üle kahe korra kõrgemad kui kiusamisega vahetult mitte kokku puutunud õpilastel. Ka pikaajalise kiusamise ohvrite hulgas oli märkimisväärselt rohkem vähese vaimse heaoluga õpilasi. Võrreldes kiusamisega vahetult mitte kokku puutunutega, esines kiusatud õpilaste hulgas üle kahe korra sagedamini lootusetust tuleviku suhtes ning kiusatavate hulgas, kes kiusasid ka ise, esines lootusetuse tunnet tuleviku suhtes ligi 3 korda sagedamini.

Ilmnes seos perestruktuuri ja kiusamisega seotud rolli vahel – kiusamisega vahetult mitte kokku puutunud õpilasi oli kõige rohkem ema ja isaga peredes elavate õpilaste hulgas. Kiusamise ohvriks langesid kõige sagedamini kasuvanemaga peredes (23%) elavad õpilased ning muudes kooseluvormides¹ (22%) elavad õpilased. Kaasõpilaste kiusajaid oli kõige rohkem muudes kooseluvormides (16%) elavate õpilaste hulgas. Niisamuti kiusati kasuvanemaga peredes elavaid ja muudes kooseluvormides elavaid õpilasi suuremal arvul erinevate kiusamise viisidega ning sedasama tegid nemad kaasõpilastele.

Kiusamisjuhtumist rääkis mõnele teisele isikule 59% õpilastest, kusjuures kõige sagedamini räägiti vanematele (72%) ja sõbrale (49%), seejärel õpetajatele (37%) ja õele-vennale (37%). Viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilastest ütles vaid 20%, et kool on kiusamisele reageerinud. Kõige sagedasemate kooli reageeringutena kiusaja tegevusele toodi välja märkuse tegemine (60%), vanemate kooli kutsumine (22%) ja kiusaja spetsialisti juurde saatmine (19%). Õpilaste hulgas, kes ei tajunud koolipoolset kiusamisjuhtumile reageerimist oli üle kahe korra rohkem vähese vaimse heaoluga noori.

Koolikiusamise vähendamise võimalustena nähti märkamist ja kiusamisele kohest reageerimist, sallivuse ja hoolivuse suurendamist, selgete reeglite ja tagajärgede kehtestamist, huvihariduse kättesaadavaks muutmist (ka vaesemate perede laste jaoks) ja õpetust vaimse vastupanuvõime suurendamiseks.

¹ Käesoleva uuringu raames kuuluvad siia kõik kooseluvormid, kus õpilane märkis end elama kellegi teisega kui ema ja isaga, üksikvanemaga, kasuvanemaga (s.t. õpilane elab koos vanaema ja/või vanaisaga, samasooliste vanematega, õe-venna, kellegi teisega või üksi).

SUMMARY

The aim of the study was to understand and map the extent and nature of bullying among Estonian schoolchildren from 5th to 9th grades. According to the SAFE study carried out in the United States, it is the age range when students are most likely exposed to bullying.

Quantitative (Estonian-wide web-based survey) and qualitative (focus group interviews) study among Estonian rural and urban schools, as well as among the Estonian and Russian language schools were conducted to achieve the study goals.

The final sample of the quantitative study consisted of the data from 2057 students from the 5th to 9th grade. Focus group interviews were conducted among students from the 5th to 7th grade (4 focus groups), from the 8th to 9th grade (4 focus groups), and among teachers (1 focus group). Each focus group had 7-10 participants.

The results of the study revealed that during the last 12 months 19% of students were bullied. Thereat, no statistically significant difference in terms of sex, study language, school type (rural and urban schools) was found. The most frequent means of experienced bullying were verbal and indirect bullying: being laughed at / being a subject to ridicule, disparagement or name-calling of appearance, spreading rumours, being excluded from the peer group. Among the victims of bullying 45% of students experienced bullying by one mean of bullying, 32% of students experienced two to three bullying methods, 17% of students four to six bullying methods, and 7% of students seven or more bullying methods. The reasons of bullying can be summarized by being somehow different from others and the victims of bullying saw the behaviour of the bully most frequently as: the opportunity to be a popular (65%), the opportunity to show superiority (64%), and the inability to cope with his/her problems (38%). Relatively many victims of bullying (16%) saw the cause of bullying lying in them – they regarded themselves being guilty or weird.

During the last 12 months 10% of 5th to 9th grade students bullied others – boys (13%) more frequently than girls (6%), and students from Russian language schools (13%) more often than students from Estonian language schools (8%). Statistically significant difference was not found among rural and urban schools. The most frequent means of bullying were: laughing at victim / making the victim a subject to ridicule, disparagement or name-calling of appearance, pushing, and name-calling for other reasons. The most common explanations for bullying others were: revenge (33%), amusing others or kidding (22%), antipathy of the victim (16%) and prevention of being a subject to be bullied themselves (14%).

When looking at the regions of Estonia, being a victim of bullying (24%) and bullying others (16%) were most common in North-Eastern Russian language schools. Being a victim of bullying were the least reported in South-Estonia (17%) and bullying others in West-Estonia (9%).

Regarding the frequency of bullying, short-term bullying was the most common frequency of bullying were assessed as 'once or twice' and 'few times a month' in 67% of cases. However, 4% of bullied students experienced bullying daily. The duration of bullying was the most frequently assessed as 'couple of weeks' (28%), which was more common among lower grades, and 'more than 3 years' (27%), which was more common among higher grades. The bullies assessed the frequency and duration of bullying being less frequent and more short-termed than the victims of bullying.

Four percent of students bullied others and were bullied (bully-victims) during the last 12 months. Five percent of students bullied others, while they were not victims of bullying (bullies), and 14% of students experienced bullying, while they did not bully others (victims). The victims and bully-victims had more than two times higher odds for poor mental well-being, when compared to students who did not participate in bullying. Among victims who experienced long-term bullying were also considerably more students with poor mental well-being, compared to students with more short-term victim experience. Victims of bullying (more than two times) and bully-victims (nearly three times) had also higher rates of feeling hopelessness to the future, when comparing with students with no participation in bullying.

An association between the role in bullying and the family structure was found. The proportion of students with no participation in bullying was the highest among students living with both mother and father. The rate of being a victim of bullying was the highest among students living in families with step-parent(s) (23%) and among students living in other forms of cohabitation² (22%). The rate of bullies was the highest among students living in other forms of cohabitation (16%). Also, the number of means of bullying experienced was the highest among students in families with step-parent(s) and other forms of cohabitation. The number of means used when bullying others was the highest among students from families with step-parent(s) and other forms of cohabitation as well.

The rate of speaking about being a victim of bullying was 59%. The experience was shared the most likely with parents (72%) and with a friend (49%), which was followed by speaking to a teacher (37%), and to sister or brother (37%). Only 20% of victims reported some kind of reaction to bullying by their school. The most common reactions by the school were writing a notation (60%), inviting parents to school (22%) and referring the bully to a specialist (19%). The rate of students with poor mental well-being was more than two times higher among those who did not perceive a reaction to bullying by the school, compared to those, who perceived a reaction to bullying by the school.

The opportunities to reduce the rate of bullying in schools were pointed out as follows: identification of bullying and impendent reaction to it, increasing tolerance and caring for others, imposing clear rules and consequences for their infringement, making extracurricular activities available for every family (including students from poorer families), and teaching abilities to students to increase their psychological resilience.

² In the present study it indicates to all forms of cohabitation, which are not reported as living with both mother and father, living in a family with step-parent(s) (at least one adult caregiver is step-parent), living in single-parent family (living with one parent, who is not a step-parent).

1. Uuringu taust ja eesmärk

Olweus (1993) defineerib kiusamist kui agressiivset käitumisviisi, mis võib toimuda grupiviisiliselt või isikupõhiselt ning millele on iseloomulik **korduvus** ning **ebavõrdne võimusuhe**. Traditsiooniliselt eristatakse nelja kiusamise põhiliiki: **füüsilist** (nt löömine), **verbaalset** (nt narrimine), **suhetega seotud** kiusamist (nt tegevustest kõrvale jätmine) ning **kaudset** kiusamist (nt kuulujuttude levitamine) (Smith, Mahdavi, Carvalho et al. 2008). Seoses interneti ja mobiiltelefonide laialdase levikuga on lisandunud veel uus kiusamise liik – nn küberkiusamine, millele on iseloomulik kiusamine elektrooniliste seadmete vahendusel (Brunstein Klomek, Sourander, Gould 2010).

Bannink ja kolleegid (2014) viitavad mitmetele longitudinaalsetele ja ristlääbilõikelistele uuringutele, kus on leitud seoseid kiusamise ja erinevate vaimse tervise probleemide (sh suitsidaalsuse) vahel. Seetõttu on oluline tegeleda kiusamisjuhtumitega ning nende ennetamisega. Eestis on koolikiusamist küll suuremate uurimuste raames kaardistatud (näiteks regulaarsed ning rahvusvahelised uuringud ISDR ja HBSC; SEYLE ja WE-STAY³ uurimused), kuid kogu Eestit hõlmavaid ning probleemile kombineeritult lähenevaid (kvantitatiivne ja kvalitatiivne) uurimusi uuringu läbiviijale teadaolevalt Eestis seni tehtud ei ole. Olukorra kaardistamine ja probleemi mõistmine on aga efektiivsete sekkumiste eelduseks.

Käesoleva uurimuse eesmärk on **mõista ja kaardistada kiusamise ulatust ning selle iseloomu Eestis 5.-9. klasside õpilaste hulgas**. Just selles vanusevahemikus on Ameerikas läbi viidud SAFE uurimuse kohaselt kõige suurem tõenäosus kiusamisega kokku puutuda (School Bullying Statistics, 2014). Eesmärgi ning võimalikult täpse olukorrajelduse saavutamise juures oli tähtsal kohal esindusliku valimi komplekteerimine – seda nii suuruse kui üldpopulatsiooni struktuurile vastavuse poolest.

Uurimus koosnes kahest osast: 1) **kvantitatiivne uurimus** - ankeetküsitlus representatiivses valimis kiusamise ja kiusamiskogemuste kaardistamiseks õpilaste hulgas; 2) **kvalitatiivne uurimus** – fookusgrupi intervjuud kiusamise ja kiusamiskogemuste paremaks mõistmiseks õpetajate (1 fookusgrupp) ja õpilaste hulgas (8 fookusgruppi).

³ Andmed kogutud 2011. aastal, kuid praegu veel publitseerimata.

2. Uuringu metoodika ja valim

2.1. Kvantitatiivse uuringu metoodika

Uuringu planeerimisel oli kesksel kohal valimi suuruse ja üldpopulatsiooni struktuurile vastavuse poolest esindusliku valimi komplekteerimine. Vastavalt Statistikaameti (Eesti Statistika, 2014) andmetele õppis Eestis 5.-9. klassides 2013. aastal 59 563 õpilast. Usaldusnivool (*confidence level*) 95%, mis on sotsiaalvaldkonna uurimustes üks enim kasutatavatest usaldusnivoodest, katab valim suurusega 1000 õpilast 95% tõenäosusega hinnatava parameetri (s.t. kiusamise) tegelikku väärtust (Sample Size Calculator, 2014). Seetõttu valiti valim suurusega vähemalt 1000 õpilast eesmärgiks ka käesolevas uuringus.

Arvesse võeti ka õpilaste soolist ja regionaalset jaotumist. Vastavalt Statistikaameti (Eesti Statistika, 2014) andmetele jaotusid 2013. aastal poisid ja tüdrukud klasside lõikes suhteliselt võrdselt. Et aga osade maakondade kaal üldpopulatsioonis ja sellest tulenevalt ka oodatav õpilaste arv valimis oli väga väike, grupeeriti maakonnad **regioonidesse**:

- Põhja-Eesti (Harju maakond; õpilasi populatsioonis 23 819)
- Kirde-Eesti (Ida-Viru maakond; õpilasi populatsioonis 6599)
- Kesk-Eesti (Järva, Lääne-Viru, Rapla, Viljandi, Jõgeva maakond; õpilasi populatsioonis 10 273)
- Lääne-Eesti (Hiiumaa, Saare, Lääne, Pärnu maakond; õpilasi populatsioonis 7151)
- Lõuna-Eesti (Põlva, Tartu, Valga, Võru maakond; õpilasi populatsioonis 11 721)

Regioonide lõikes oli **vene õppekeele**ga õpilaste arv väga erinev. Märkimisväärse kaaluga vene õppekeelega koolide õpilasi oli vaid Põhja-Eestis (Harju maakond) ning Kirde-Eestis (Ida-Viru maakond), mistõttu küsitleti vene õppekeelega koole vaid nimetatud regioonides.

Valimi komplekteerimisel võeti arvesse ka **kooli tüüpi** (maakool, linnakool). Statistikaameti andmetel (Eesti Statistika, 2014) on maakoolide osakaal üldpopulatsioonis 24,3%. Statistikaameti metoodikat, mille kohaselt loetakse maakoolide hulka alevike ja külade koolid, linnakoolide hulka aga linnade, vallasiseste linnade ja alevite koolid, on kasutatud ka käesolevas uuringus.

Õpilaste jaotumine 5.-9. klasside vahel oli suhteliselt ühtlane (Eesti Statistika, 2014): **õpilaste arv igas klassis moodustas keskmiselt 20% õpilaste koguarvust**. Ühtlane oli ka **poiste ja tüdrukute** osakaal üldpopulatsioonis (Eesti Statistika, 2014).

Kõigi tutvustatud parameetritega (õpilaste arv regiooniti ja klasside lõikes, kooli tüüp, õppekeel, sugu, klass) arvestati kvantitatiivse uuringu valimi komplekteerimisel. Valimiüksusena käsitleti klassi ning klassi arvestuslikuks suuruseks loeti 20 õpilast. Klasside selekteerimine toimus vastavalt valimile seatud kriteeriumitele ning **juhuvaliku** põhimõtete kohaselt.

Küsitlus viidi läbi **anonüümsena** ning **veebipõhiselt** (*Limesurvey online* küsitluskeskkonnas) **ajavahemikul 23.03-17.04.2015** koolide poolt määratud kontaktisikute abiga (koolide arvutiklassides). Andmeid analüüsiti andmetöötlusprogrammi SPSS abil.

Kiusamiskogemuste kaardistamiseks kasutati kirjeldavat statistikat. Statistiliselt oluliste erinevuste testimiseks t-testi, dispersioonanalüüsi ja hii-ruut-statistikut. Kiusamiskogemusega noorte šansse vähese vaimse heaolu kogemiseks on prognoositud logistilise regressioonanalüüsi abil.

2.1.1. Ankeetküsimustikus kasutatud tunnused

Lisaks taustaandmetele (regioon, kooli tüüp, õppekeel, klass, õpilase sugu ja vanus), koguti uuringu kvantitatiivse osa raames andmeid ka kiusamise, õpilase vaimse heaolu ja perestruktuuri kohta, milles õpilane leibkonnaliikmena elab.

Kiusamine

Igal õpilasel paluti vastata küsimustele „kas Sind on viimase 12 kuu jooksul kiusatud?“ ning „Kas Sa (üksik või koos teistega) oled viimase 12 kuu jooksul mõnda kaasõpilast kiusanud?“, sest õpilane võib samaaegselt olla nii kiusaja kui kiusatava rollis. Eitava vastuse korral suunati õpilane järgmise küsimuse juurde, jaatava vastuse korral esitati talle täpsustavaid küsimusi:

- mil viisil teda kiusati / mil viisil kaasõpilast kiusas
- kui sageli teda viimase 12 kuu jooksul kiusati / kaasõpilast kiusas
- kui kaua on teda kiusatud / kaasõpilast kiusanud
- kas kool on kiusamisjuhtumile reageerinud; kui jah, siis kuidas
- kas ta on kiusamisjuhtumist kellelegi rääkinud; kui jah, siis kellele
- miks kiusaja kiusatava hinnangul kiusab / kuidas kiusaja kiusamist põhjendab

Vaimne heaolu

Uurimuses kasutati õpilaste vaimse heaolu hindamiseks **WHO-5 heaolu skaalat** (WHO 1998; Henkel, Mergl, Kohnen et al. 2003; Henkel, Mergl, Coyne 2004), mis on laialt levinud **instrument vaimse heaolu ja depressioonile iseloomulike sümptomite hindamiseks**. Skaala eelisteks on selle lühidus (5 küsimust), lihtsus ja positiivne sõnastus. WHO-5 skaala kasutamist peetakse iseäranis sobilikuks skriinimise vahendiks populatsioonis, s.t. väljaspool psühholoogilise/psühhiaatrilise abi süsteemi (Sisask, Värnik, Kõlves et al. 2008).

Skaala väärtus jääb 0 (halvim võimalik elukvaliteet) ja 25 (parim võimalik elukvaliteet) vahele. Väärtust 13 loetakse kriitiliseks piiriks, millest allapoole jäävad väärtused väljendavad heaolu madalat/vähest taset. Tulemustes kajastatakse WHO-5 skaala keskmiseid skooride ja skooride dihhotoomset jaotust: 1) vaimne heaolu normi piires, 2) vaimne heaolu alla normi. WHO-5 skaala sisaldab alljärgnevaid väiteid, mida hinnati 5-punktilisel skaalal (kogu aeg; enamasti; enam kui pool aeg; vähem kui pool aeg; vahetevahel; mitte kunagi):

Viimase kahe nädala jooksul:

- ma tunnen end rõõmsa ja heatujulisena
- ma tunnen end rahuliku ja pingevabana
- ma tunnen end aktiivse ja energilisena
- ma ärkan värskelt ja puhanuna
- mu igapäevaelu on täidetud mind huvitavate asjadega

Varasemad uurimused on näidanud, et lootusetus tuleviku suhtes on tugev indikaator vähese vaimse heaolu ning võimaliku depressiooni ja suitsidaalsuse kohta (Beck, Steer, Beck et al. 1993; Beck, Weishaar 1990; Brezo, Paris, Turecki 2006; Kuo, Gallo, Eaton 2004). Et ühtviisi usaldusväärse tulemuse annavad nii 8 küsimusega Becki lootusetuse skaala kui **lootusetust tuleviku suhtes mõõtev üksiktunnus** (Aish, Wasserman 2001; Sisask, Värnik, Kõlves et al. 2008), on küsimustiku optimaalse pikkuse huvides kasutatud lootusetust mõõtvat üksiktunnust, mida hinnati väite abil (jah-ei): “Minu tulevik tundub mulle tume“.

Perestruktuur

Perestruktuuri ja selle mõju hindamiseks paluti õpilasel vastata küsimusele: „Kellega koos Sa elad?“ Õpilane sai ära märkida kõik leibkonnaliikmed, kes temaga koos elavad (ema, isa, samasoolised vanemad, õed-vennad, vanaema, vanaisa, kasuvanemad, keegi teine, elab üksi). Seejärel moodustati uus nelja kategooriaga tunnus: 1) ema ja isaga pere, 2) üksikvanemaga pere (elab koos ühe vanemaga ning kasuvanem puudub), 3) kasuvanemaga pere (vähemalt üks täiskasvanud hooldajatest on kasuvanem) ja 4) muu kooseluvorm (kõik, mida punktides 1-3 ei kirjeldatud).

2.2. Kvalitatiivse uuringu meetodika

Selleks, et kiusamiskogemusi paremini mõista ning illustreerida kvantitatiivseid andmeid detailsemate näidete abil, viidi uuringu teises etapis läbi fookusgrupi intervjuud: 8 fookusgrupi intervjuud õpilastega ning üks fookusgrupi intervjuu õpetajatega. Fookusgrupi intervjuudes käsitleti nelja suuremat teemade gruppi:

- mis on kiusamine?
- milliseid kogemusi noortel/õpetajatel seoses kiusamisega on?
- miks kiusatakse?
- mida saaks kiusamise puhul ette võtta?

Fookusgrupi intervjuud on kiusamiskogemuse tundma õppimiseks hea meetod, sest fookusgrupi rühma liikmed stimuleerivad ja toetavad teineteist, võimaldades koguda rikkalikumaid andmeid kui individuaalintervjuud seda võimaldavad (Laherand 2008).

Fookusgrupid toimusid oma loomulikus keskkonnas (koolis) ajavahemikul 31.03-10.04.2015. Õpilasi fookusgrupi intervjuudesse kutsudes arvestati, et esindatud oleksid nii maa- ja linnakoolid kui ka eesti- ja vene õppekeele koolid. Õpetajate fookusgrupp viidi läbi eesti õppekeele koolis mugavusvaliku põhimõttel.

Igasse fookusgruppi planeeriti **7-10 osalejat**, mis on Kidroni (Laherand, 2008) käsitluse kohaselt fookusgrupi kõige optimaalsem suurus. Õpilastega läbi viidud fookusgrupi intervjuud toimusid kahes erinevas vanuserühmas: **5.-7. klass** ja **8.-9. klass** ja iga fookusgrupi intervjuu pikkuses arvestati 1 kuni 1,5 tundi.

Kõik fookusgrupi intervjuud **audiosalvestati digitaalselt ja transkribeeriti**. Fookusgrupi intervjuude tulemuste analüüsimisel lähtuti **sisuanalüüsi** (Laherand, 2008) reeglitest.

2.3. Valim

2.3.1. Uuringu kvantitatiivse osa valim

Uuringu puhastatud ehk lõpliku valimi moodustasid 2057 Eesti 5.-9. klasside õpilast: nendest 48,7% (N=1001) oli poisid ja 50,9% (N=1047) tüdrukud. Üheksa õpilast (0,4%) jättis oma soo märkimata. Õpilaste keskmine vanus oli 13,4 eluaastat ($\pm 1,49$).

Vene õppekeelega koolide õpilasi oli valimis 25,4% (N=522), mida on planeeritust (19,7%) mõnevõrra rohkem. Maakoolide õpilased moodustasid lõplikus valimis (15,2%; N=312), mis on planeeritust (24,3%) väiksem osakaal. Maakoolide esindatus oli planeeritust madalam seetõttu, et mitmed valimisse sattunud koolid pidid osalemisest keelduma piiratud kohtade arvu tõttu arvutiklassis (küsitlus oli veebipõhine).

Valimi vastavus üldpopulatsiooni struktuurile on regiooni lõikes toodud tabelis 1 ja klassi lõikes tabelis 2.

Tabel 1: Valimi vastavus üldpopulatsiooni struktuurile regiooni lõikes

	Oodatav osakaal valimis (%)	Tegelik osakaal valimis (%)	Erinevus tegeliku ja oodatava osakaalu vahel	Õpilaste arv valimis (N)
Põhja-Eesti regioon	40,0	42,3	+2,3	870
Kirde-Eesti regioon	11,1	16,5	+5,4	339
Kesk-Eesti regioon	17,2	14,8	-2,4	304
Lääne-Eesti regioon	12,0	8,8	-3,2	181
Lõuna-Eesti regioon	19,7	17,6	-2,1	363
Kokku	100,0	100,0		2057

Tabel 2 . Valimi vastavus üldpopulatsiooni struktuurile klassi lõikes

Klass	5. klass	6. klass	7. klass	8. klass	9. klass	Kokku
Õpilaste arv (N)	443	403	466	418	325	2057
Õpilaste osakaal (%)	21,6	19,6	22,7	20,3	15,8	100
Erinevus populatsioonis ja valimis	+1,1	-0,5	+2,3	+0,5	-3,4	

2.3.2 Uuringu kvalitatiivse osa valim

Õpilastega läbi viidud fookusgruppidest pooled (N=4) toimusid vene õppekeele koolides ning pooled (N=4) eesti õppekeele koolides. Tabelis 3 on toodud uuringu kvalitatiivse osa valim õppekeele ja kooli tüübi (maakool, linnakool) lõikes.

Tabel 3. Kvalitatiivse uuringu valim

	eesti õppekeel	vene õppekeel*	kokku
maakool	2	0	2
linnakool	2	4	6
kokku	4	4	8

*vene õppekeelega koole on maapiirkondades vähe, mistõttu ei õnnestunud fookusgruppe vene õppekeelega maakoolides läbi viia

Fookusgrupid viidi läbi Põhja-Eesti ja Kesk-Eesti koolides (kokku kuues erinevas koolis). Igast fookusgrupi intervjuust võttis osa 7-10 osalejat:

- õpetajate fookusgrupis osales 7 õpetajat
- noorema vanusrühma fookusgruppides osales kokku 38 õpilast (9-10 osalejat fookusgrupi kohta, poiste ja tüdrukute osakaal suhteliselt võrdne)
- vanema vanusrühma fookusgruppides osales kokku 37 õpilast (8-10 osalejat fookusgrupi kohta, poiste ja tüdrukute osakaal suhteliselt võrdne)

Kõige lühema fookusgrupi ajaline kestus oli 1 tund ja 2 minutit ning kõige pikema fookusgrupi ajaline kestus 1 tund ja 14 minutit.

3. Uuringu tulemused

3.1. Mis on kiusamine

Fookusgruppides osalenud õpilased kirjeldasid või iseloomustasid koolikiusamist kaasõpilasele vaimse ja/või füüsilise valu tekitamisena. Välja toodi erinevaid kiusamise väljendusvorme nagu näiteks:

- põlgav suhtumine kaasõpilasse, tema üle naermine
- kaasõpilase ignoreerimine,
- kaasõpilase kohta kuulujuttude levitamine,
- raha / isiklike esemete välja pressimine
- kaasõpilase sõimamine, narrimine inetute sõnadega
- kaasõpilase mõnitamine, alandamine
- kogu klassi ässitamine ühe õpilase vastu
- kaasõpilase löömine, peksmine, tõukamine, asjadega (sh toiduga) loopimine
- kaasõpilase kinni hoidmine
- kaasõpilase lukustamine tema tahte vastaselt mõnda ruumi
- isiklike esemete ära võtmine ja lõhkumine

Koolikiusamist kui nähtust tauniti. Samal ajal pidas osa õpilasi seda paratamatuseks („*kõiki kiusatakse*“) ning mõnel juhul isegi positiivsete tagajärgedega elukogemuseks:

„Tegelt mina olin isegi natuke õnnelik, et mind väiksena kiusati. Sellepärast, et tänu sellele mul ongi nüüd paksem nahk või niimoodi, et mind ei vii asjad nii kergelt välja endast. Sellepärast, et – tegelt ka – ma hakkasin väiksena iga asja peale nutma...kui ma mingi halvema hinde sain, siis ma lihtsalt jooksin nutma ja siis.. tänu sellele, et osad norisid mind – tänu sellele ma ei hakka iga asja peale nüüd enam nutma. Vaid nagu, ma oskan ikka vahet teha mille peale tasuks nutma hakata ja mille peale mitte.“

Ühtlasi rõhutati õpilaste fookusgruppides seda, et igasugune riid ja kaklemine ei ole veel kiusamine – vahel võib tegu olla ka nn. arvete klaarimisega.

„Alati ei ole omavaheline kaklemine kiusamine. Vahel on lihtsalt arvete klaarimine. Keegi ütles kellelegi pahasti ja see klaaritakse omavahel väikese kaklusega või halbade sõnadega selgeks ja peale seda on jälle kõik rahulik ning on sõbrad edasi. Ei, see selline ei ole koolikiusamine. Lihtsalt asjade klaarimine ja kõik.“

3.2. Kiusamise ohvriks langemine

Uuringus osalenud õpilastest oli viimase 12 kuu jooksul kiusamist kogenud 18,8% (N=384). Seejuures ei ilmnunud erinevust poiste (18,8%; N=187) ja tüdrukute (18,8%; N=197) lõikes. Eesti õppekeelega koolides väljendas kiusamise ohvriks langemist 18,0% (N=276) õpilastest ning vene õppekeelega koolides 20,9% (N=109) õpilastest, kuid erinevus ei olnud statistiliselt oluline ($\chi^2 > 0,05$). Ka maa- (17,9%; N=56) ja linnakoolide (18,9%; N=329) lõikes statistiliselt olulist erinevust ei ilmnunud ($\chi^2 > 0,05$).

Tabelis 4 on toodud kogetud kiusamisviiside sagedus nende õpilaste hulgas, keda on viimase 12 kuu jooksul kiusatud. Kõige sagedamini kogeti järgmisi kiusamise viise: isiku üle naerimine / naeruvääristamine, välimuse narrimine või halvustamine, kuulujuttude levitamine ja grupist välja jätmine / grupist tõrjumine.

Tabel 4. Kogetud kiusamisviisid viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilaste hulgas

Kogetud kiusamisviis	Kokku	Poisid	Tüdrukud
minu üle on naerdud / mind on naeruvääristatud	62,3%	65,2%	59,4%
mind on narritud homofoobsete sõnade või liigutustega („homo“, „lesbi“, imiteeritud samasooliste suguühed jms)	21,8%	25,1%	18,3%
mind on narritud või halvustatud minu välimuse tõttu	40,8%	34,8%	46,7%
mind on narritud, kuna mind ei peeta piisavalt mehelikuks/naiselikuks	13,0%	17,1%	9,1%
mind on narritud õppeedukuse või vaimsete võimete tõttu	21,0%	21,4%	20,3%
mind on narritud või halvustatud sotsiaalmajanduslikel põhjustel (rikas, vaene)	9,9%	13,4%	6,6%
mind on narritud või halvustatud päritolupere tõttu (rahvus, vanemate välimus, amet jms)	8,1%	8,6%	7,6%
mind on narritud mõnel muul põhjusel	33,5%	31,6%	35,5%
mind on grupist välja jäetud või grupist tõrjutud	34,8%	36,4%	33,5%
minu kohta on levitatud kuulujutte	40,8%	31,0%	48,7%
mind on löödud	26,0%	38,0%	14,7%
mind on tõugatud	35,3%	50,3%	21,3%
minult on raha või isiklikke esemeid ära võetud	9,4%	9,6%	9,1%
mind on ähvardatud	20,5%	21,9%	19,3%
mind on sunnitud tegema asju, mida ma teha ei tahtnud	9,9%	12,3%	7,6%
mulle on saadetud õelaid, haiget tegevaid sõnumeid või e-kirju	11,7%	9,1%	14,2%
minu kohta on tehtud õelaid, haiget tegevaid sotsiaalmeediapostitusi	5,7%	4,3%	7,1%
mulle on tehtud õelaid, haiget tegevaid telefonikõnesid	5,5%	4,8%	6,1%

* soospetsiifilised erinevused tähistatud sinise (poiste puhul enam levinud) ja punasega (tüdrukute puhul enam levinud)

**kõige sagedamini kogetud kiusamisviiside levimus on märgitud paksus kirjas

Vaadates, missugused kiusamisviisid olid enam levinud poiste ja tüdrukute puhul (tabelis on märgitud populaarsemate kiusamisviiside levimus paksus kirjas), ilmneb et nii poiste kui tüdrukute hulgas oli kõige sagedasem kiusamisviis teise isiku üle naerimine / naeruvääristamine. Poiste puhul järgnesid sellele tõukamine ja löömine. Tüdrukute puhul aga kuulujuttude levitamine ja välimuse halvustamine / narrimine.

Suuremad soospetsiifilised erinevused on tabelis 4 tähistatud vastavalt kas sinise (sagedasem poiste puhul) või punase (sagedasem tüdrukute puhul) värviga.

Fookusgruppides toodi poiste ja tüdrukute vahelise erinevusena välja, et poiste seas on küll rohkem füüsilist vägivalda, kuid tüdrukud kiusavad salakavalamalt ja varjatumalt. Näiteks tüdrukud võivad levitada hulganisti kuulujutte, kuid poisid on otsekohesed – ütlevad otse ja väga solvavalt asju välja. Muuhulgas arvasid õpilased, et poiste konfliktid on pigem lühiajalised, tüdrukutel aga kipuvad konfliktid püsima pikka aega. Alljärgnevalt on toodud väljavõtted fookusgrupi intervjuudes õpilastega:

“Poisid võtavad endast nõrgema noh näiteks pisikese poisi. Võtavad ta vahetunnis kinni ja hakkavad togima. Võtavad talt asju ära, ei lase minna ära, löövad jalaga, võivad isegi teda toiduga loopida.”

„Poisid täna kaklevad, homme juba sõbrad.“

„...Aga kui tüdrukud alustavad, siis võib väga pikale minna ja venib nii kaugemale, kuni kooli lõpetamiseni välja. Poisid aga kuidagi püüavad leida väljapääsu rutem.“

Fookusgrupi intervjuudes oli valdavaks ka arvamus, et sõnadega kiusamine on hullem kui füüsiline vägivald. Seda nii õpetajate (esimene tsitaat) kui õpilaste (teine tsitaat) hinnangutes:

„See võib olla vaimne ja füüsiline. Ja vägivaldne. Vägivaldne – tehakse haiget, tõugatakse, lükatakse, pekstakse. Aga see ka, mis hingele väga palju haiget teeb. See sõnaline. Sõnaline on veel hullem.“

„Sõnadega võib väga haiget teha ja kui see on pidevalt iga päev, siis võib see kiusatava psüühikale halvasti mõjuda, inimene võib haigestuda ja isegi hulluks minna.“

Tabelist 4 on näha, et poisse kiusatakse tüdrukutega võrreldes sagedamini homofoobsete sõnade/liigutustega, narritakse ebapiisava mehelikkuse/naiselikkuse tõttu, sotsiaalmajanduslikel põhjustel ning sunnitakse tegema asju, mida kiusatud õpilane teha ei tahtnud. Tüdrukuid kiusatakse poistega võrreldes aga sagedamini läbi küberruumi.

Fookusgruppide intervjuude käigus õpilastega selgus, et konkreetsed kiusamise viisid ja üldine meelsus kiusamise suhtes on kooliti üsna erinevad. Näiteks oli koole, kus eitati igasugust teiste asjade äravõtmist ja/või tahtlikku rikkumist, kuid oli ka koole, kus seda toodi esile kui ühe peamise kiusamise viisina:

„Palju on asjade ära võtmist ning kiusamist ja ka väljapressimist. Näiteks kui kellelgi on näiteks uus telefon ja tegelikult on ta selline teistsugune laps, näiteks ei ole hea õpilane või näiteks teda muidu kiusatakse ja siis ta saab uue telefoni...Kui ta uue telefoni saab, siis suuremad lapsed, või siis pahad poisid hakkavad teda kiusama ja võtavad telefoni ära. Siis see õpilane on kurb ja ta peab paluma, et ta oma asja tagasi saaks. Ta peab end alandama ning tegema midagi sellist näiteks, mida pahad poisid tahavad. Näiteks kiusama kedagi, laskma end käsutada või midagi sellist.“

3.3. Kiusaja roll ehk kaasõpilaste kiusamine

Kaasõpilaste kiusamist väljendas viimase 12 kuu jooksul 9,5% (N=193) õpilastest. Poisid (13,1%; N=129) väljendasid kaasõpilaste kiusamist sagedamini kui tüdrukud (6,1%; N=64) ning sugude vaheline erinevus oli statistiliselt oluline ($\chi^2 < 0,01$). Eesti õppekeelega koolides kinnitas teiste kiusamist 8,3% (N=125) õpilastest ning vene õppekeelega koolides 13,1% (N=68) õpilastest, mis oli statistiliselt oluline erinevus ($\chi^2 = 0,001$). Kaasõpilaste kiusamine maa- (8,1%; N=25) ja linnakoolide (9,8%; N=168) lõikes statistiliselt olulisel määral ei erinenud ($\chi^2 > 0,05$).

Tabelis 5 on toodud kaasõpilase / kaasõpilaste kiusamise viiside levimus nende õpilaste hulgas, kes on teisi kiusanud. Kõige sagedamini toodi kiusamise viisidena välja teise / teiste üle naermine või naeruvääristamine, välimuse tõttu halvustamine või narrimine, tõukamine ning narrimine mõnel muul põhjusel.

Tabel 5. Kaasõpilaste kiusamise viisid kiusajate hulgas

Teiste õpilaste levinud kiusamisviisid	Kokku	Poisid	Tüdrukud
naersin tema/nende üle või naeruvääristasin teda/neid	52,3%	50,40%	56,30%
narrisin homofoobsete sõnade või liigutustega („homo“, „lesbi“, imiteerisin samasoolist suguühhet jms)	16,6%	16,3%	17,2%
narrisin või halvustasin tema/nende välimust	28,0%	20,9%	42,2%
narrisin, kuna kaasõpilane oli liiga mehelik/naiselik	14,0%	11,6%	18,8%
narrisin õppeedukuse või vaimsete võimete tõttu	23,3%	24,0%	21,9%
narrisin või halvustasin sotsiaalmajanduslikel põhjustel (rikas, vaene)	3,1%	1,6%	6,3%
narrisin või halvustasin päritolupere (rahvus, vanemate välimus, elukutse jms)	8,3%	5,4%	14,1%
narrisin mõnel muul põhjusel	25,9%	25,6%	26,6%
jätsin tema / nad grupist meelega välja või tõrjusin teda/neid	17,1%	16,3%	18,8%
levitasin kuulujutte	11,4%	9,3%	15,6%
lõin teda / neid	15,0%	15,5%	14,1%
tõukasin teda / neid	26,9%	31,8%	17,2%
võtsin temalt / neilt ära raha või isiklikke esemeid	4,7%	3,1%	7,8%
ähvardasin	10,9%	12,4%	7,8%
sundisin tegema asju, mida tema / nad teha ei tahtnud	4,7%	3,1%	7,8%
saatsin õelaid, haiget tegevaid sõnumeid või e-kirju	3,1%	1,6%	6,3%
tegin õelaid, haiget tegevaid sotsiaalmeediapostitusi	2,6%	0,8%	6,3%
tegin õelaid, haiget tegevaid telefonikõnesid	3,1%	1,6%	6,3%

* soospetsiifilised erinevused tähistatud sinise (poiste puhul enam levinud) ja punasega (tüdrukute puhul enam levinud)

**kõige sagedamini kogetud kiusamisviisid on tähistatud paksus kirjas

Suuremad soospetsiifilised erinevused on tabelis 5 tähistatud vastavalt kas sinise (sagedasem poiste puhul) või punase (sagedasem tüdrukute puhul) värviga.

Nii poiste kui tüdrukute puhul on teise õpilase üle naermine / tema naeruvääristamine kõige sagedasem kiusamise viis. Poiste hulgas on sageduselt teine kaasõpilas(t)e kiusamise viis tõukamine ning kolmandale kohale jääb narrimine mõnel muul põhjusel. Tüdrukute hulgas on sageduselt teine kaasõpilas(t)e kiusamise viis välimuse halvustamine / narrimine ning kolmandale kohale jääb narrimine mõnel muul põhjusel. Populaarsemate kiusamisviiside levimus on tabelis 5 märgitud paksus kirjas.

Soospetsiifilisi erinevusi vaadates jääb silma, et tüdrukud narrivad, halvustavad ja levitavad kuulujutte sagedamini kui poisid. Samal ajal võtavad nad poistega võrreldes kaasõpilastelt sagedamini ära raha või isiklikke esemeid ning kasutavad kiusamiseks küberruumi. Poisid kasutavad tüdrukutega võrreldes sagedamini ähvardamist. Kaasõpilaste löömine on poiste ja tüdrukute hulgas sarnasel määral levinud kiusamise viis.

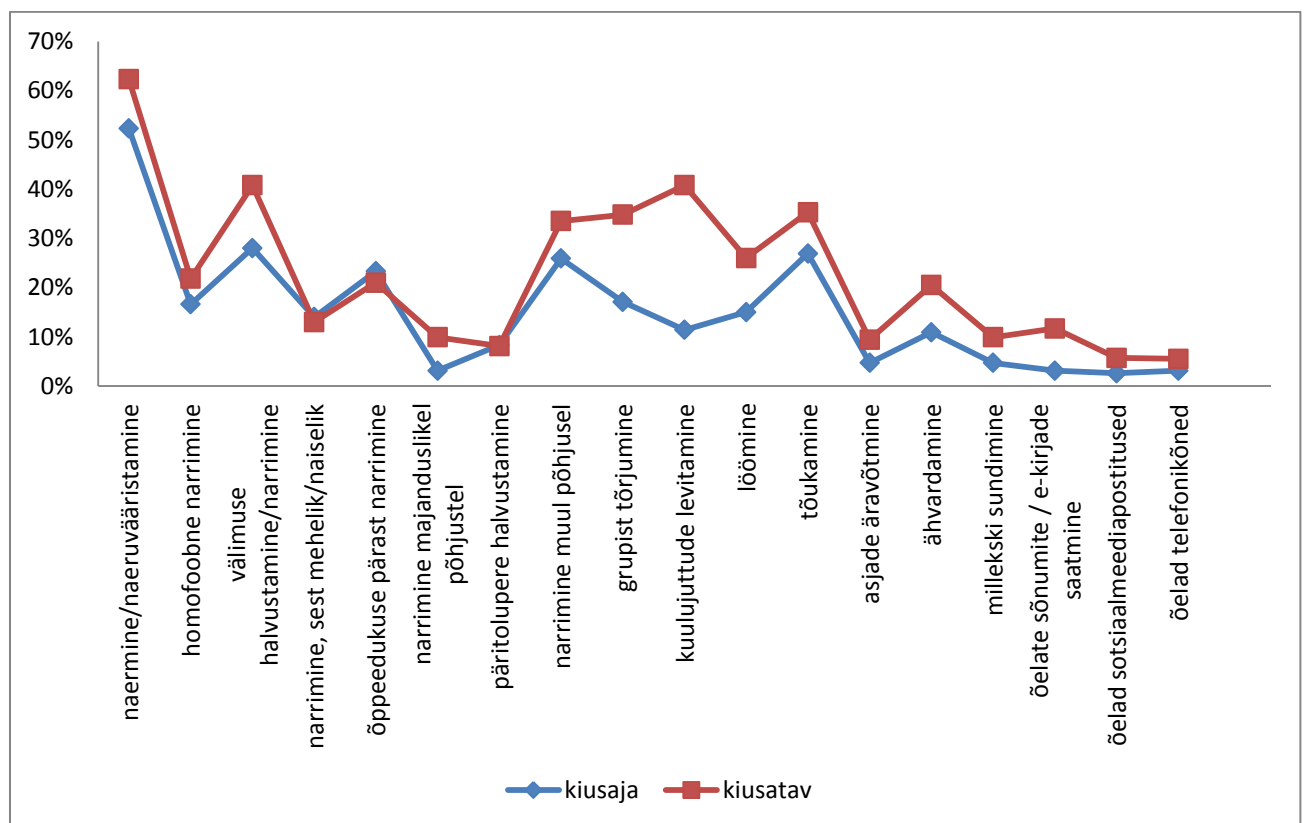
Fookusgrupi intervjuude käigus õpilastega selgus, et kaasõpilaste kiusamise juures on oluline roll kampakel – eriti vene õppekeele koolides. Kuulumine mõnda kampa tähendab, et kampa kuuluvatel õpilastel tuleb kamba või liidri soove / käske täita. Alljärgnevalt on toodud tsitaadid õpilaste fookusgrupi intervjuudest:

„Kui on kampa, siis pead kambavaimust kinni pidama, sa ei saa ennast viletsamana tunda, pead teistega võrdne olema ja ennast ka näitama....“

„...meil on oma noh tiim ja siis see tiim hakkab kedagi vihkama ja siis peavad nad kõik seda ühte vihkama. Ka kui tiimi juht ütleb, siis peavad kõik nii tegema.“

Õpilaste hinnangul on määravaks see, millisesse kampa satutakse. Arvati, et tugeva liidripositsiooniga kampakel tehakse rohkem väärtegusid, kiusatakse teisi. Kampakel, millel puudub tugev liider ning mille liikmeid iseloomustavad eeskätt ühised huvid ja vaated, peeti vähem agressiivseteks ja jõumeetodeid kasutavateks.

Joonisel 1 on kujutatud kiusamisviiside kokkulangevus kiusaja ja kiusatava hinnangutes. Suurt osa kiusamisviisidest toovad kiusamise ohvriks langenud õpilased sagedamini esile kui kiusajad. Mõnevõrra sagedamini tõid kiusajad kiusatud õpilastega võrreldes välja narrimist õppeedukuse või vaimsete võimete tõttu ning põhjusel, et kaasõpilane on liiga mehelik/naiselik.



Joonis 1. Kiusamisviiside kokkulangevus kiusatud õpilaste ja kiusajate hinnangutes

Sellel, miks pea kõiki kiusamise viise toovad sagedamini välja kiusamise ohvriks langenud õpilased, võib olla mitu seletust. Kiusaja rollis olev õpilane võib kiusata mitmeid erinevaid õpilasi. Seda iseloomustab hästi tsitaat õpetajate fookusgrupist:

“... või otsitakse välja nõrk koht ja siis ikkagi nagu materdatakse justnimelt seda ühte nõrka kohta, et kiusajad kipuvad olema ikkagi ühed ja samad aga samas ka ei astuta vahele, klass nagu niimoodi vaikimisi, ei saa öelda, et kiidab heaks, aga samas ei tee ka midagi, et seda...”

Ühtlasi ei pruugita pidada teise õpilase halvustamist või temaga mittesoovitud viisil käitumist kiusamiseks. Näiteks siis, kui kiusatavat õpilast peetakse oma olukorras ise süüdi olevaks – ta on selle justkui „ära teeninud“. Järgnev tsitaat on väljavõtte õpilastega läbi viidud fookusgrupist, milles arutleti parasjagu juhtumi üle, kus kaasõpilane laadis endast veebi üles liiga paljastavaid fotosid ning sellele järgnes intensiivne kiusamine:

„Minu meelest on kiusamine siis, kui inimene pole milleski süüdi ja teda lihtsalt niisama ilma põhjuseta noritakse. Kui inimene on aga ise süüdi, siis minu jaoks pole see kiusamine. See algas ju ikka temast endast.“

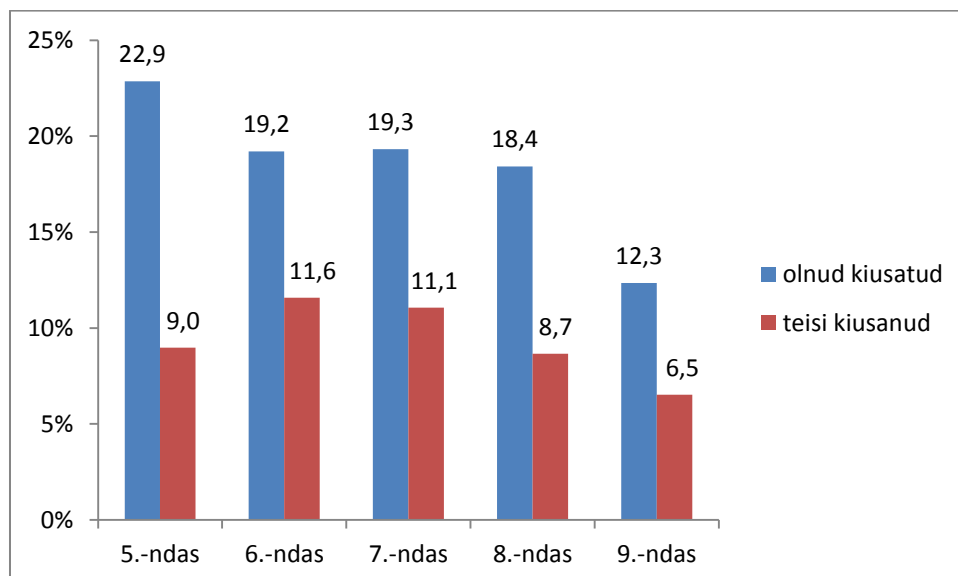
Alati ei pruugi kiusaja ka oma tegevuse mõjust aru saada. Ta võib enda arvates lihtsalt nalja visata, saamata aru, et see teist õpilast solvab, talle haiget teeb:

„Ja kui keegi selle peale ütleb, et oled gey või lesbi, see pole tõsiselt ja on ikka rohkem naljapärasest ja keegi ei solvu.“

„Jaa. See läks nagu rohkem niisama nokkimiseks, see pole mitte enam kiusamine, naljaviskamine üksteise üle.“

3.4. Kiusamise kogemused klassi, regiooni ja õppekeele lõikes

Joonisel 2 on toodud kiusamise kogemused (kiusamise ohver, kiusaja) erinevate klasside lõikes. Jooniselt on näha, et kiusamist esineb nooremates klassides rohkem ($p < 0,01$). Kui 5.-ndates klassides oli viimase 12 kuu jooksul kiusamise ohvriks langenud 22,9% ($N=101$) õpilastest, siis 9.-ndates klassides oli nende osakaal langenud 12,3%-ni ($N=40$).



Joonis 2. Kiusamise ohvriks langemine ja teiste kiusamine 5.-9. klassides

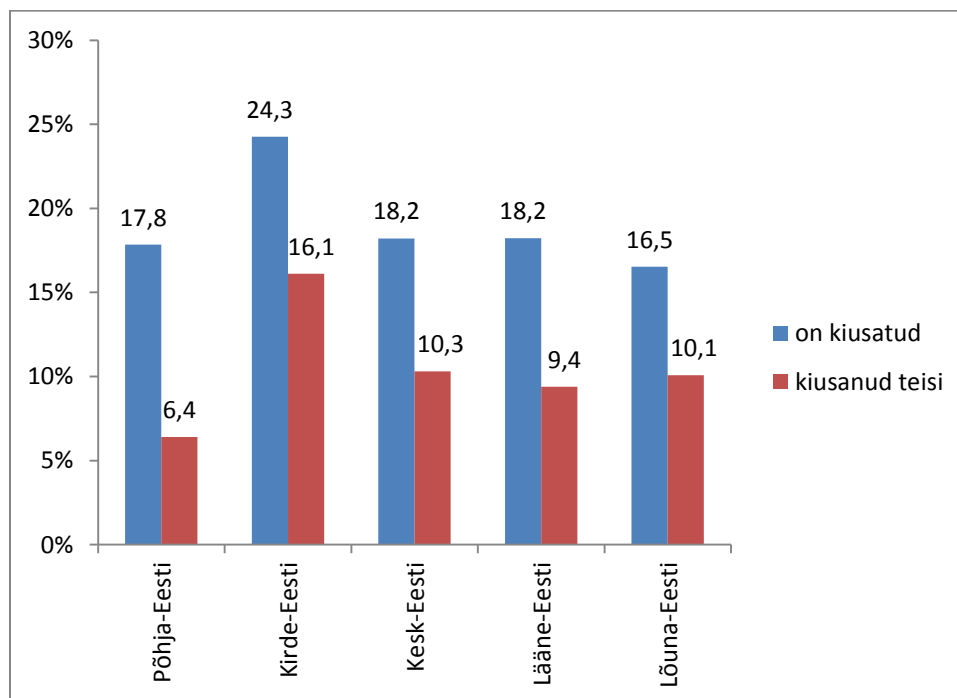
Ka kaasõpilaste kiusamine oli 5.-9. klasside lõikes kõige madalamal tasemel 9.-ndates klassides (6,5%; N=21), kuid klasside vahelised erinevused ei osutunud statistiliselt olulisteks.

Fookusgruppides tõid õpilased välja, et kiusamine algab varakult. Valdav enamus fookusgruppides osalenud õpilastest koguni arvas, et kiusamist esineb kõige sagedamini algklassides ning põhikooliastmes omavaheline läbisaamine paraneb. Alljärgnevalt on toodud väljavõtted kahest erinevast õpilastega läbi viidud fookusgrupist:

„... nooremates klassides kiusasime ja norisime üksteist, kui väikesed olime. Näiteks oli üks klassikaaslane, keda kogu aeg noriti. Aga pärast, hiljem, suuremaks saades see jäi ära, saime paremateks sõpradeks, ja enam seda pole olnud ja klassi üksmeel paranes.“

„... püüame käituda niimoodi, et teisele haiget ei teeks, sest saame aru, et solvumistunne võib hinges kesta väga kaua. Seda saime aru oma nooremates klassides saadud kogemuste põhjal. Nüüd me püüame üksteist sõnadega mitte solvata ja käitume selliselt, et tavaliselt väldime solvanguid.“

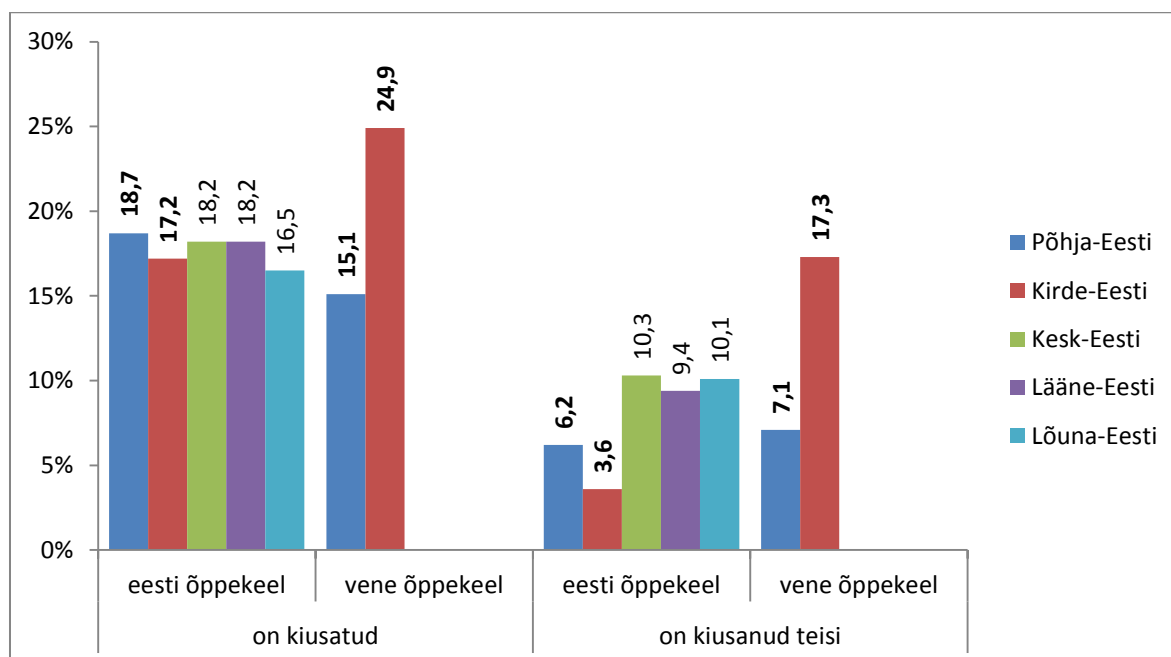
Joonisel 3 on toodud kiusamise kogemused (olnud kiusatud, kiusanud teisi) regioonide lõikes. Jooniselt on näha, et nii kiusamise ohvriks langemist (24,3%; N=82) kui teiste kiusamist (16,1%; N=54) esineb kõige sagedamini Kirde-Eestis. Kiusamise ohvriks langemist esineb kõige vähem Lõuna-Eestis (16,5%; N=60) ja teiste kiusamist Põhja-Eestis (6,4%; N=55). Erinevused olid statistiliselt olulised ($p < 0,001$).



Joonis 3. Kiusamise ohvriks langemine ja teiste kiusamine regioonide lõikes

Et kiusamise kogemusi regioonide lõikes täpsemalt vaadelda, on joonisel 4 toodud kiusamise kogemused (kiusatavaks olemine, teiste kiusamine) regiooni ja õppekeele lõikes. Selgub, et eesti õppekeelega koolide hulgas on kiusamise ohvriks langetud kõige sagedamini Põhja-Eestis (18,7%; N=123) ja kõige harvem Lõuna-Eestis (16,5%; N=60). Teiste kiusamist väljendavad õpilased eesti õppekeelega koolide hulgas kõige sagedamini Kesk-Eestis (10,3%;

N=31) ning kõige harvem Kirde-Eestis (3,6%; N=1⁴). Vene õppekeele koolide puhul esines nii kiusatavaks olemist (24,9%; N=77) kui teiste kiusamist kõige sagedamini Kirde-Eestis (17,3%; N=53).



*Vene õppekeele kooli küsitleti vaid Põhja- ja Kirde-Eestis, sest teistes piirkondades on vene õppekeele koolide osakaal väga väike või need puuduvad sootuks.

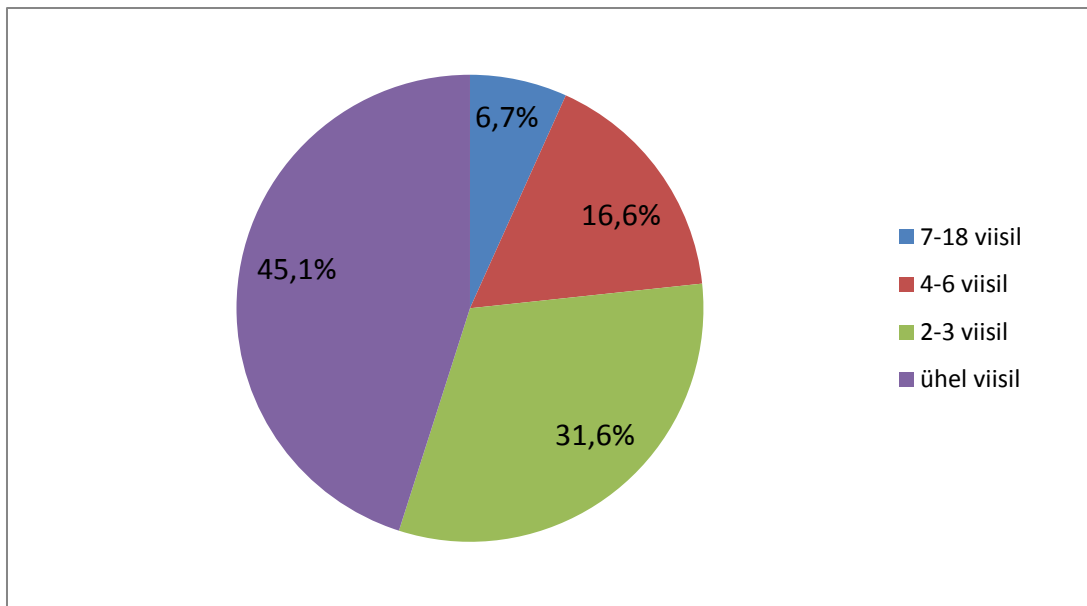
Joonis 4. Kiusamise ohvriks langemine ja teiste kiusamine regioonide ning õppekeele lõikes

Joonisel on paksus kirjas tähistatud protsendid, mis võimaldavad eesti ja vene õppekeele kooli omavahel võrrelda, see tähendab kooli Põhja- ja Kirde-Eestis.

3.5. Kiusamise mitu nägu: mitme kiusamisviisi kogemine, kiusamise kestus ja sagedus

Joonisel 5 toodud (mitmete) erinevate kiusamisviiside kogemine viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilaste hulgas. Jooniselt on näha, et 45,1% (N=87) kiusatud õpilastest koges viimase 12 kuu jooksul ühte kiusamise viisi, 31,6% (N=61) kiusatud õpilastest kahte kuni kolme erinevat kiusamisviisi, 16,6% (N=32) õpilastest nelja kuni kuute erinevat kiusamisviisi ning 6,7% (N=13) õpilastest seitset või enamat kiusamisviisi. Seejuures statistiliselt olulist erinevust poiste ja tüdrukute vahel ei ilmnenud ($\chi^2 > 0,05$).

⁴ Tegemist on küll väga väikse numbriga, kuid arvestades valimi kogumahtu (N=2031) võib eeldada, et üldine suundumus on arvudes kajastunud



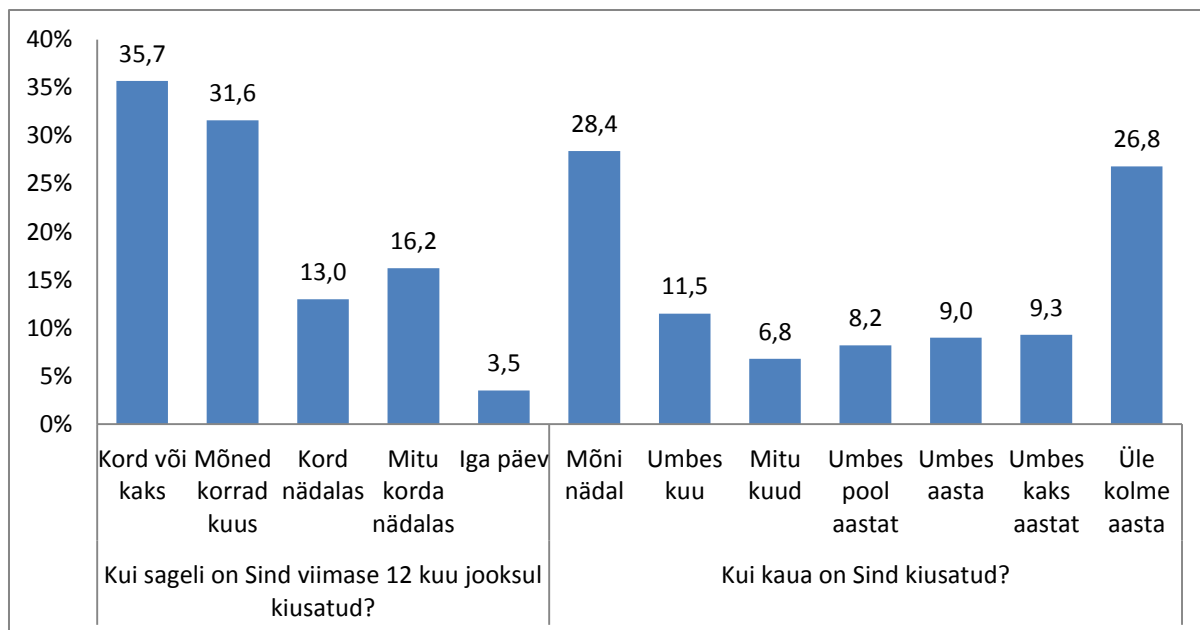
Joonis 5. Mitme kiusamisviisi kogemine viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilaste hulgas.

K fookusgrupi intervjuude käigus räägiti sellest, et teatud osa õpilasi kannatab regulaarse (ja igapäevase) kiusamise all. Alljärgnevalt on toodud väljavõtte õpilastega läbi viidud fookusgrupist, kus õpilane kõneleb sellest, milline üks kiusatava õpilase koolipäev välja võib näha:

„Ja ja, näiteks need kaklused koridoris, need on koledad. Ma olen näinud, et just pekstakse ühte ja sama last igal vahetunnil. Samuti kui mõnelt lapselt hakatakse asju ära võtma, siis võtavad kogu aeg ja peidavad ära. See kõik võib alguses olla naljaga pooleks, et üks võtab ära, kuid paljud saavad sellest julgust ja siis tekib nii-nimetatud hasart. Siis tahavad kõik ühte kiusata.“

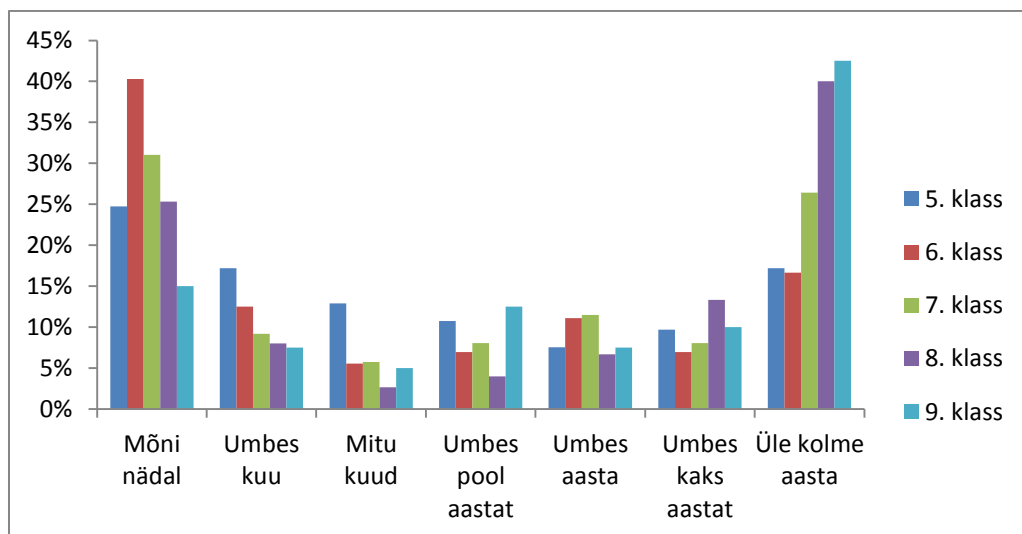
Joonisel 6 on viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilaste hinnangud kiusamise sageduse ja kestuse osas. Jooniselt on näha, et kõige sagedamini on õpilased kiusamist kogenud kord või kaks (35,7%; N=133) ning mõned korrad kuus (31,6%; N=117). Igapäevast kiusamist on kogenud 3,5% (N=13) kiusatud õpilastest.

Ühtlasi on jooniselt 6 on näha, et suure osa kiusamisest moodustab pikaajaline (26,8% juhtudest üle kolme aasta; N=98) ja lühiajaline (28,4% juhtudest mõni nädal; N=104) kiusamine.



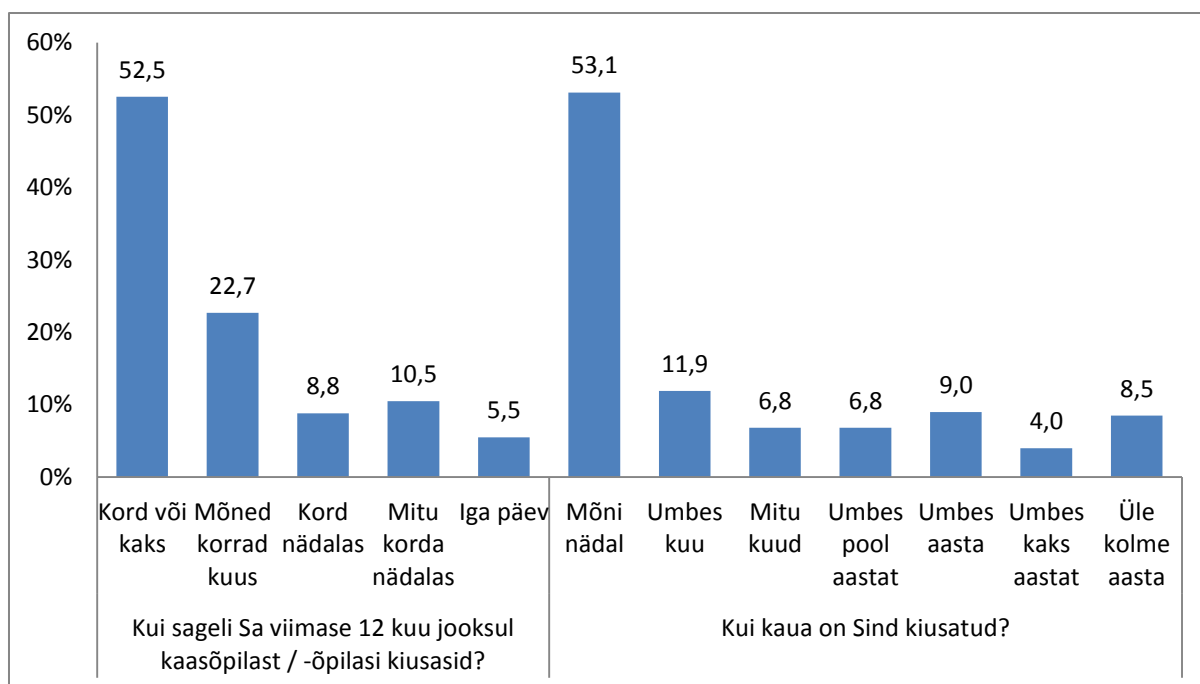
Joonis 6. Kiusamise kestus ja sagedus kiusatud õpilaste hinnangul

Joonisel 7 on toodud viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilaste hinnangud kiusamise kestusele uuringus osalenud klasside lõikes. Jooniselt on näha, et nooremates klassides esineb lühiajalist kiusamist sagedamini kui vanemates klassides. Vanemates klassides seevastu on pikaajaliselt kiusatud õpilasi rohkem kui nooremates klassides.

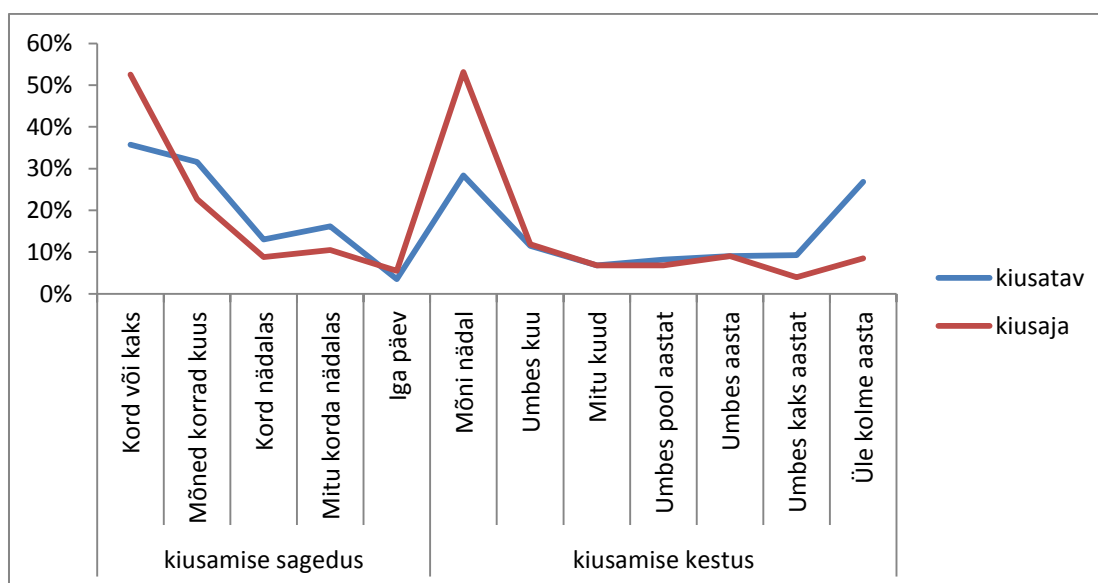


Joonis 7. Kiusamise kestus kiusatud 5.-9. klasside õpilaste hinnangul

Viimase 12 kuu jooksul kaasõpilasi kiusanud õpilaste hinnangud kiusamise sageduse ja kestuse osas on toodud joonisel 8. Jooniselt on näha, et võrreldes kiusatud õpilaste hinnangutega, hindavad teisi kiusanud õpilased kiusamise sagedust ja kestust madalamalt. Üle poole viimase 12 kuu jooksul teisi kiusanud õpilastest (52,5%; N=95) väljendab kaasõpilaste kiusamist kord või kaks. Niisamuti hindab üle poole teisi kiusanud õpilastest (53,1%; N=94) kiusamise kestuseks mõne nädala ning vaid 8,5% (N=15) hindab kiusamist ajaliselt pikemaks kui kolm aastat. See tähendab, et pikaajalise kiusamise osas (üle kolme aasta) on kiusatud ja teisi kiusanud õpilaste hinnangutes kolmekordsed erinevused. Kiusatud ja teisi kiusanud õpilaste hinnangute kokkulangevus kiusamise sageduse ja kestuse osas on toodud joonisel 9.

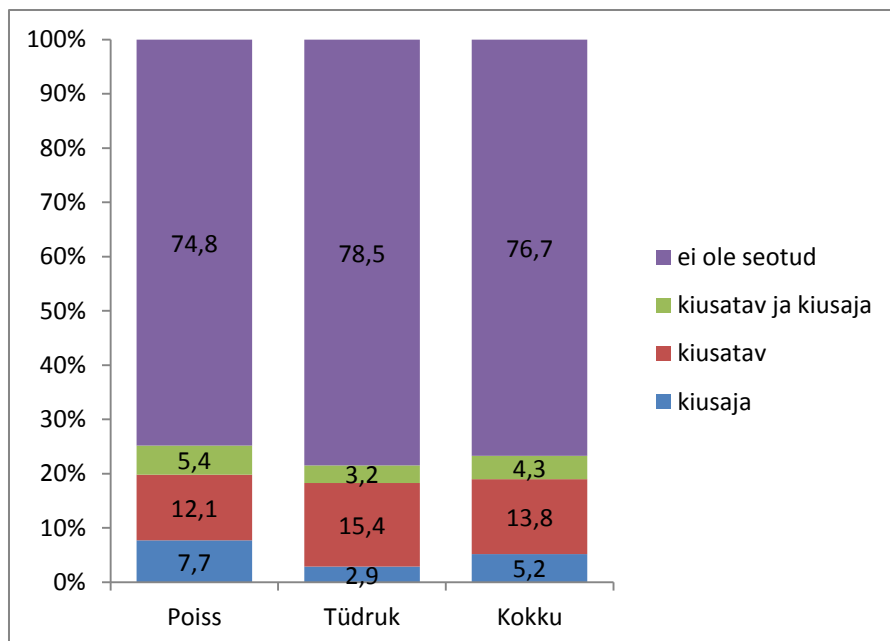


Joonis 8. Kiusamise sagedus ja kestus kiusajate hinnangutes



Joonis 9. Kiusatud ja teisi kiusanud õpilaste hinnangute kokkulangevus kiusamise sageduse ja kestuse osas

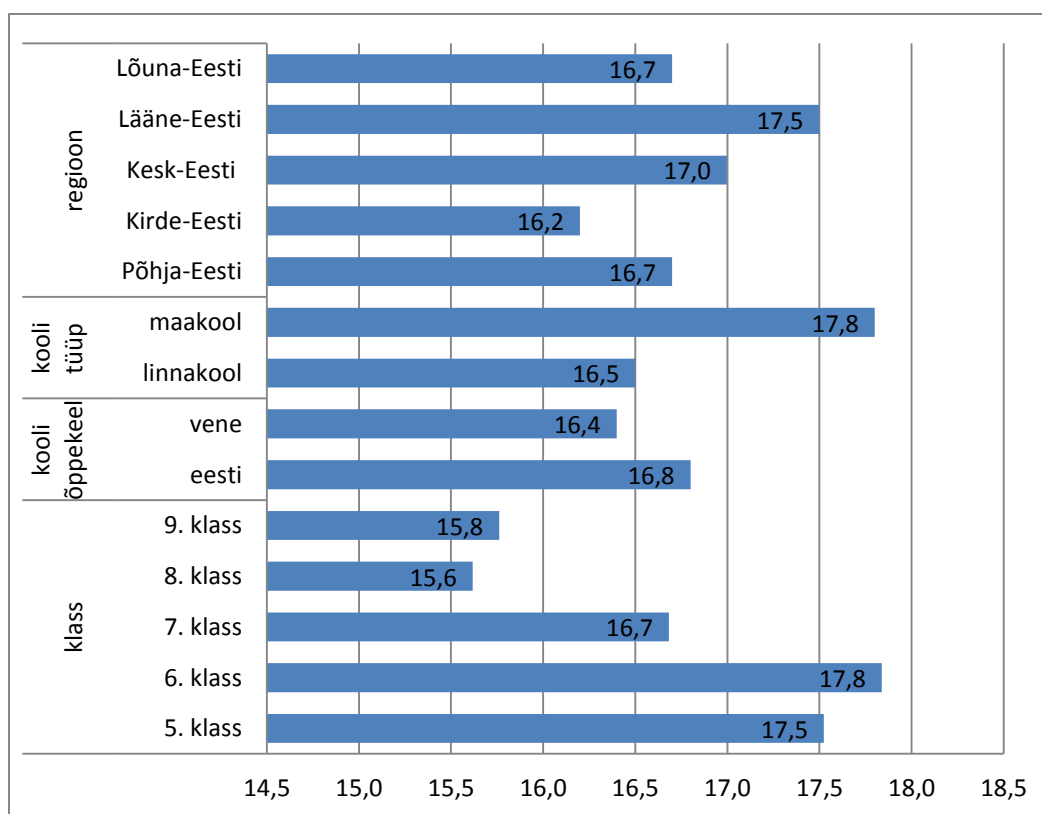
Et üks õpilane võib samaaegselt olla nii kiusatava kui kaasõpilaste kiusaja rollis, on joonisel 10 toodud kiusamisega seotud rollide jaotus. Selgub, et 76,7% (N=1559) õpilastest ei ole kiusamisega vahetult kokku puutunud – ei kiusatava ega kiusajana. 13,8% (N=280) õpilastest on olnud viimase 12 kuu jooksul kiusatud (kuid nad ei ole kiusanud teisi), kusjuures tüdrukute seas kiusatud õpilasi (kes ei ole kiusanud teisi) rohkem kui poiste hulgas. Kaasõpilasi kiusanud õpilasi, keda ennast ei ole viimase 12 kuu jooksul kiusatud, on 5,2% (N=105) – poiste hulgas on kaasõpilaste kiusajaid üle kahe korra rohkem kui tüdrukute hulgas. Õpilasi, kes olid viimase 12 kuu jooksul nii kiusatava kui kiusaja rollis, on 4,3% (N=87), poiste hulgas on selliseid õpilasi mõnevõrra rohkem kui tüdrukute hulgas. Poiste ja tüdrukute vahel on kiusamisega seotud rollide jaotuses statistiliselt olulised erinevused ($\chi^2 < 0,001$).



Joonis 10. Kiusamisega seotud rollide jaotus.

3.6. Õpilaste vaimne heaolu ja kiusamise mõju vaimsele heaolule

Õpilaste WHO-5 skaala keskmine väärtus oli 16,7 ($\pm 4,75$). Tüdrukute keskmine WHO-5 skoor oli statistiliselt oluliselt madalam ($16,4 \pm 4,97$) kui poistel ($17,1 \pm 4,46$) ($t=3,54$; $p<0,001$). Joonisel 11 on toodud WHO-5 skaala keskmised skoorid regiooni, kooli tüübi, õppekeele ja klassi järgi.

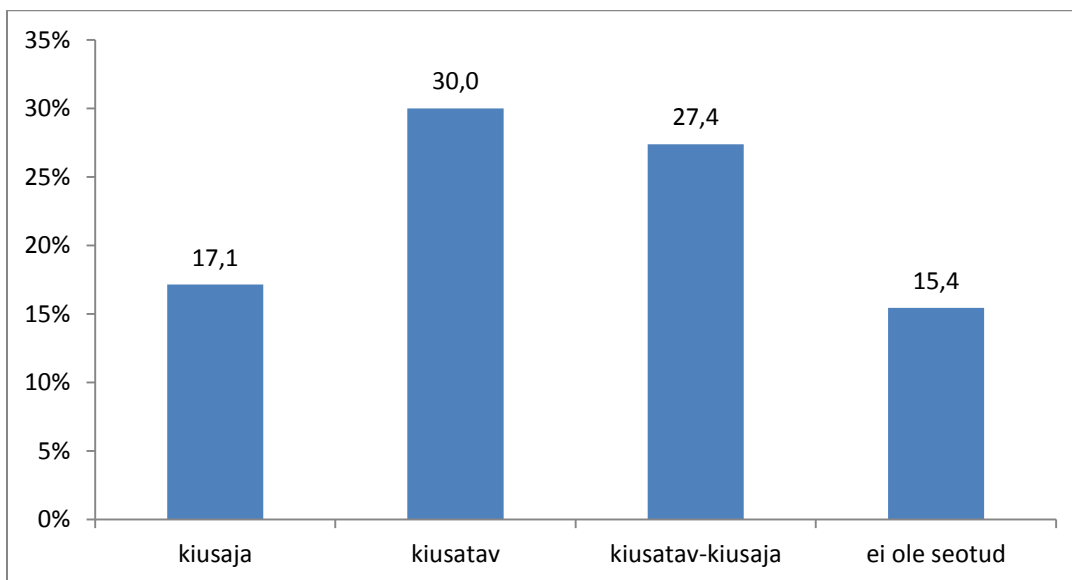


Joonis 11. WHO-5 keskmine skoor regiooni, kooli tüübi, õppekeele ja klassi järgi

Jooniselt on näha, et regioonide lõikes on vaimne heaolu kõige kõrgem Lääne-Eestis ($17,4 \pm 4,50$) ning kõige madalam Kirde-Eestis ($16,2 \pm 4,94$) ($F=2,41$; $p<0,05$). Samuti on vaimne heaolu maakoolides keskmiselt kõrgem ($17,8 \pm 4,67$) kui linnakoolides ($16,5 \pm 4,74$) ($t=4,48$; $p<0,001$). Kõige suuremad erinevused ilmnevad aga klasside lõikes ($F=18,20$; $p<0,001$) – mida vanemas klassis õpilane õpib, seda madalam on tema vaimne heaolu.

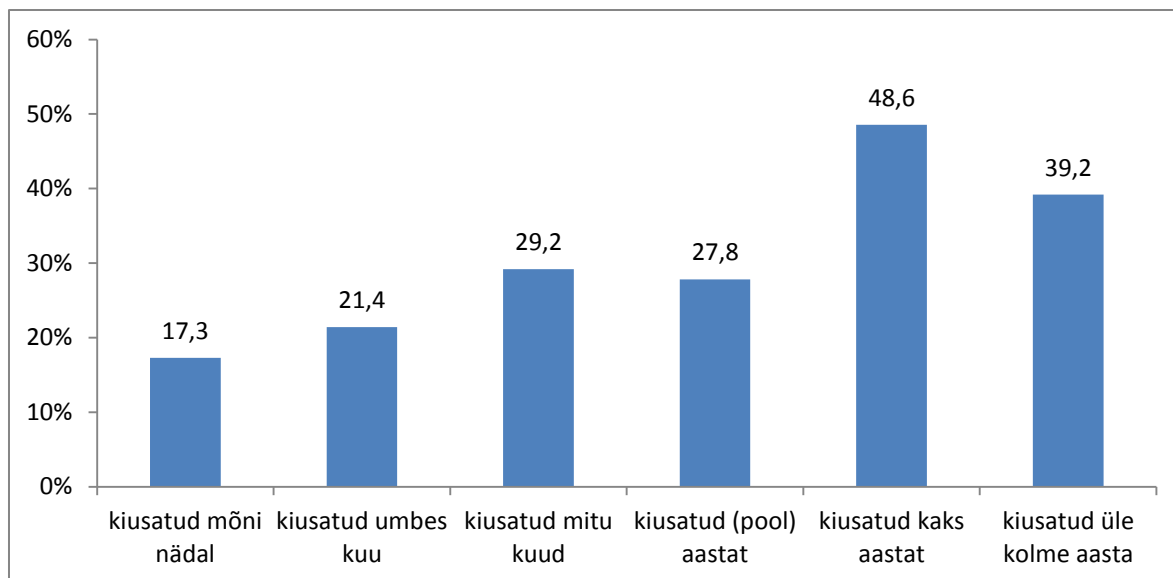
Jagades õpilased WHO-5 skaala väärtuse alusel kahte gruppi: 1) vaimne heaolu normi piires (skaala väärtus 13 ja kõrgem) ja 2) vaimne heaolu alla normi (skaala väärtus alla 13) selgub, et vähesel vaimse heaoluga on 18,0% ($N=364$) uuringus osalenud õpilastest. Joonisel 12 on toodud õpilaste vaimse heaolu seisund (vaimne heaolu normi piires ja vaimne heaolu alla normi) vastavalt kiusamisega seotud rollidele.

Joonisel 12 on näha, et kiusamisega vahetult mitte seotud õpilaste hulgas on alla normi vaimse heaoluga noori kõige vähem. Kaasõpilaste kiusajate hulgas on vähesel vaimse heaoluga õpilasi üldisele keskmisele sarnases suurusjärgus, kuid kiusamise ohvriks langenute ning kiusatavate-kiusajate hulgas on vähesel vaimse heaoluga õpilasi ligi kaks korda rohkem kui kiusamisega mitte seotud õpilaste hulgas. Erinevused õpilaste vaimse heaolu seisundis vastavalt kiusamisega seotud rollile on statistiliselt olulised ($\chi^2<0,01$).



Joonis 12. Kiusamisega seotud roll ja alla normi vaimse heaoluga õpilaste osakaal

Selgub, et nende õpilaste vaimne heaolu, kes on langenud kiusamise ohvriks (sõltumata sellest, kas õpilane kiusas ka ise kaasõpilasi või mitte), on kõige madalam. Seetõttu on joonisel 13 toodud vähesel vaimse heaoluga õpilaste osakaal viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilaste ja kiusamise hinnanguline kestus.



Joonis 13. Vähesse vaimse heaoluga õpilaste osakaal kiusatud õpilaste hulgas ja kiusamise hinnanguline kestus

Jooniselt 13 on näha, et mida pikemat aega kiusamine kestab, seda suuremaks muutub nende õpilaste osakaal, kelle vaimne heaolu jääb alla normi ($\chi^2=0,01$). Mõne nädala pikkune kiusamine näib õpilaste üldist vaimse heaolu seisundit mõjutavat mõõdukalt (kiusamisega vahetult mitte seotud õpilaste hulgas oli 15,4% õpilasi, kelle vaimne heaolu jäi alla normi). Kahe aasta pikkuse kiusamise puhul on aga pooltel (48,6%) kiusatud õpilastel vaimne heaolu allapoole kriitilist piiri. Üle kolme aasta kestnud kiusamise puhul on alla normi vaimse heaoluga õpilaste osakaal kümne protsendipunkti võrra vähenenud. Alljärgnevalt on toodud väljavõtte õpilastega läbi viidud fookusgrupi intervjuust, kus kõneletakse kiusamise mõjust noorele:

„Ja kui see on pidev, saadab sind klassist-klassi, võib saada nii tugeva psüühilise trauma, et isegi haigestud. Laps ei õpi enam, ta ei mängi teiste lastega, ta kardab kooli tulla ning võib isegi endale haiget teha.“

Tabelis 6 on toodud regressioonanalüüsi teel kalkuleeritud šansid vähesse vaimse heaolu kogemiseks vastavalt kiusamisega seotud rollile. Sõltumatuks muutujaks on valitud kiusamisega seotud roll ning sõltuvaks muutujaks vaimne heaolu (alla normi, üle normi).

Tabel 6. Vähesse vaimse heaolu kogemise šansid vastavalt kiusamisega seotud rollile

	OR	95% CI
Kiusaja vs ei ole kiusamisega seotud	1,13	0,67-1,92
Kiusatav vs ei ole kiusamisega seotud	2,35	1,75-3,14
Kiusatav-kiusaja vs ei ole kiusamisega seotud	2,07	1,23-3,40

Selgub, et kaasõpilaste kiusamine (ilma, et kiusajat ennast kiusataks) ei seonu statistiliselt olulisel määral suuremate šanssidega vähesse vaimse heaolu kogemiseks. Küll aga on viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilastel 2,35 korda suuremad šansid vähesse vaimse heaolu

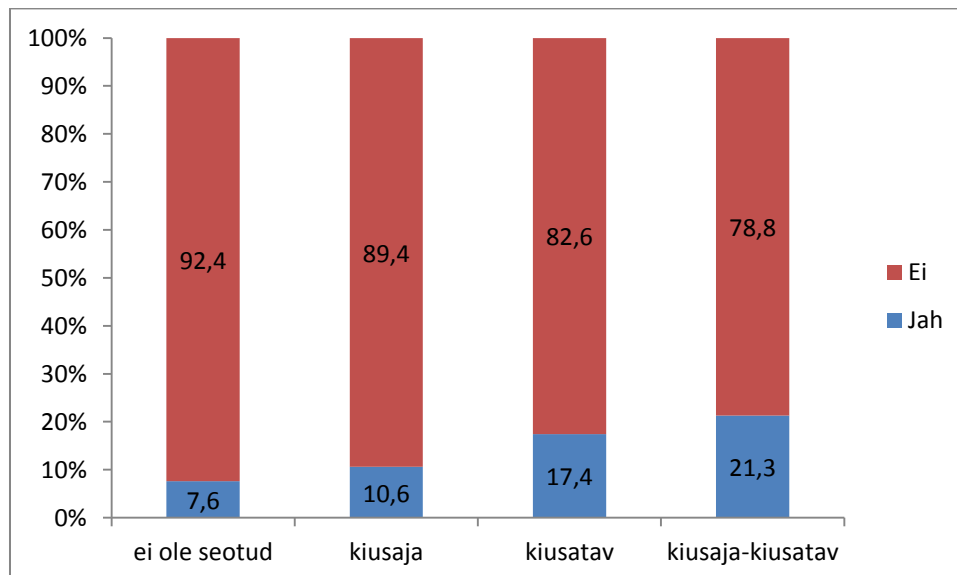
kogemiseks (võrreldes kiusamisega vahetult mitte kokku puutunud õpilastega); kiusatav-kiusajatel vastavalt 2,07 korda suuremad šansid vähese vaimse heaolu kogemiseks (võrreldes kiusamisega vahetult mitte kokku puutunud õpilastega).

Fookusgruppide arutelude käigus väljendasid õpilased samuti mõtet, et kaasõpilaste kiusamine võib olla toimetulekuviis, mille abil õpilane end kaitseb (et ta ise ei langeks kiusamise ohvriks) või enda sees olevat viha, solvumist ja frustratsiooni maandab.

„Kui õpilane on olnud tagakiusatav nooremates klassides, siis suuremaks saades hakkab ise juba teisi alandama ja mõnitama, see käib temaga kaasas.“

„Võib ette tulla ka olukordi, mil laps on väga kaua pidanud alandust taluma ja ühel hetkel ta enam ei suuda kannatada ning teeb siis ise juba teisele füüsiliselt haiget.“

Joonisel 14 on toodud kiusamisega seotud rollid ja lootusetuse tunne tuleviku suhtes. Selgub, et kiusatavad-kiusajad näevad oma tulevikku kõige tumedamates toonides (21,3%), seejärel kiusatavad (17,4%) ning kiusajad (10,6%). Erinevused kiusamise seotud rolli ja lootusetuse tunde vahel on statistiliselt oluline ($\chi^2 < 0,001$).



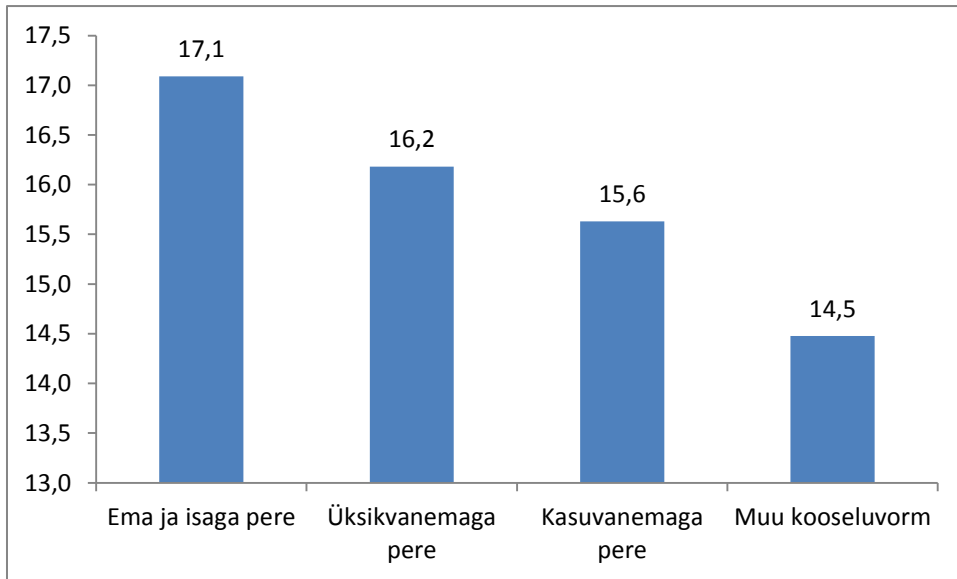
Joonis 14. Kiusamisega seotud rollid ja lootusetuse tunne tuleviku suhtes

3.7. Perestruktuur ning selle seos kiusamisega

Õpilastest 68,8% (N=1414) elas koos ema ja isaga; 22,6% (N=464) üksikvanemaga peres, kus ei olnud kasuvanemat; 5,6% (N=114) kasuvanemaga peres ning 3,0% (N=62) mõne muu kooseluvormiga leibkonnas – koos samasooliste vanematega, vanavanematega või kellegi teisega. Õpilaste keskmine WHO-5 skoor vastavalt peremudelile, milles nad elavad, on toodud joonisel 15.

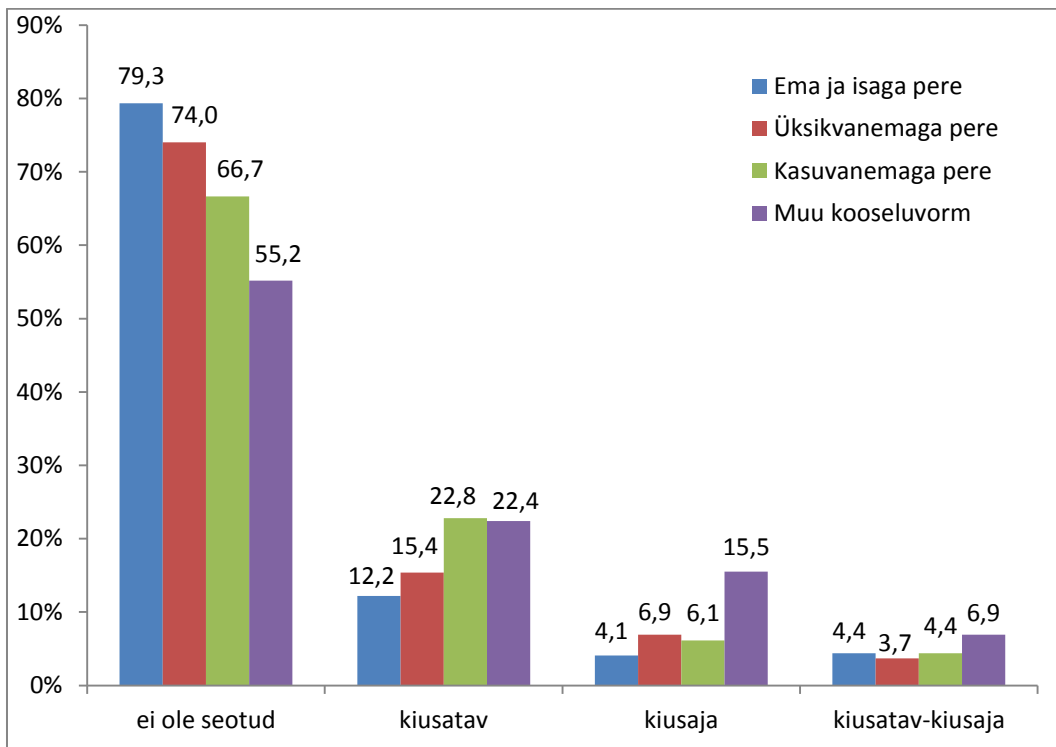
Selgub, et ema ja isaga elavatel õpilastel on kõige kõrgemad vaimse heaolu näitajad. Järgnevad üksikvanemaga perede lapsed, kasuvanemaga perede lapsed ning vaimne heaolu on kõige madalam muudes kooseluvormides elavatel õpilastel. Erinevused õpilaste vaimse heaolu seisundis vastavalt perestruktuurile, milles nad elavad, on statistiliselt olulised

($F=11,50$; $p<0,001$). Seejuures on oluline silmas pidada, et **kategooria „muu kooseluvorm“ on liidetud üksiktunnustega kategooria, mille tulemused ei ole üldistavad kokku liidetud üksiktunnustele** (s.t. vanavanemate, samasooliste vanemate, kellegi teise, õevenna ja üksi elavatele noortele).



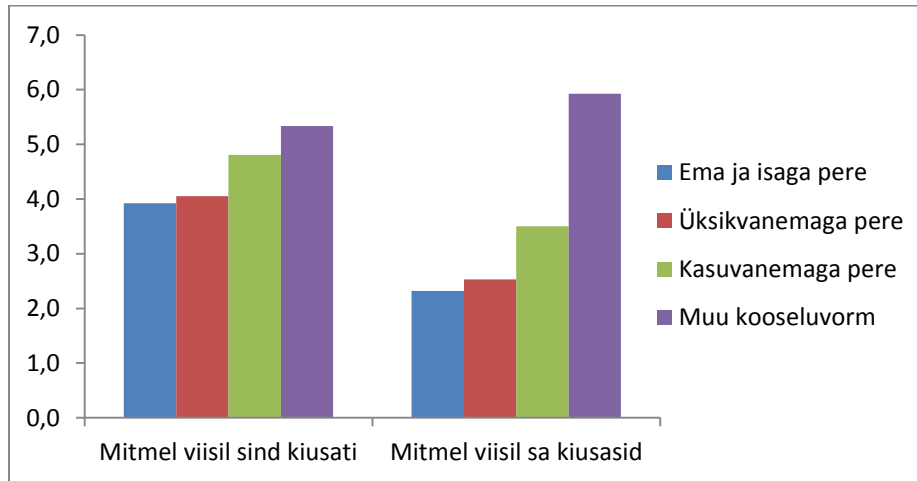
Joonis 15. Keskmine WHO-5 skoor ja perestruktuur, milles õpilane elab

Joonisel 16 on toodud perestruktuur, milles õpilane elab ning kiusamisega seotud roll. Selgub, et viimase 12 kuu jooksul kiusamisega vahetult mitte kokku puutunud õpilaste hulgas on ema ja isaga elavaid õpilasi kõige rohkem. Muudes kooseluvormides elavad õpilased on kõige sagedamini seotud kiusatava, kiusaja või kiusatav-kiusaja rolliga. Erinevused kiusamisega seotud rolli ja peremudeli vahel on statistiliselt olulised ($\chi^2<0,001$).



Joonis 16. Perestruktuur, milles õpilane elab ning kiusamisega seotud roll

Statistiliselt olulised erinevused ilmnevad ka perestruktuuri ja kiusamiseks kasutatud kiusamisviiside arvu vahel ($\chi^2 < 0,01$). Ema ja isaga elavaid õpilasi kiusatakse väiksema arvu erinevate meetoditega kui teistes kooleluvormides elavaid õpilasi (joonis 17). Niisamuti kasutavad ema ja isaga elavad õpilased vähem erinevaid kiusamise viise kaasõpilasi kiusates ($\chi^2 < 0,001$). Muudes kooleluvormides ja kasuvanemaga peredes elavaid õpilasi kiputakse kiusama kõige suurema arvu erinevate meetoditega ning sedasama kipuvad muudes kooleluvormides ja kasuvanemaga peredes elavad õpilased tegema ka kaasõpilastele.



Joonis 17. Perestruktuur ja erinevate kiusamisviiside kasutamine keskmiselt

Fookusgruppides toodi pere ja pere mõju kiusamise seisukohalt välja kui üht olulisimat mõjutegurit. Nii õpilased kui õpetajad väljendasid seisukohta, et kiusamine saab alguse kodust. Määravaks peeti kodust sisekliimat, vanemlikku hoolt, pereliikmete omavahelisi suhteid, vanemlike oskusi, aga ka väärtusi, mida peredes lastele edasi antakse ning lastele piisava tähelepanu pööramist:

„Kui lapsevanemad kodus räägivad, et eestlased vot on niisusugused ja naasugused või eestlased kodudes venelaste kohta sama, siis see kindlasti kandub ka lastele üle, nad ju kuulevad, mida vanemad räägivad. Siis tulevad kooli ja seal tuleb äkki meelde, mis kodus räägiti, et vaat venelased on sellised ja sellised.“

„Kui kodune olukord pole hea, kui vanemad on probleemidega ja ei oska lapsi kasvatada, või peksavad neid. Siis laps on koolis samasugune kaasõpilastega ja käitub toorelt ja vägivaldselt.“

„...kui vanemad ei osuta oma lapsele piisavalt tähelepanu ja aega, siis lapsel võibki tekkida suurem tähelepanuvajadus. Siis ta võibki hakata teisi lööma, sõimlema, norima ja tegema asju, et teda tähele pandaks. Sest ta ei saa piisavalt oma vanematelt tähelepanu.“

„Vanemate kasvatus on väga tähtis lapsele. Kõik algab lapsepõlvest, ka kõik probleemid tulevad lapsepõlvest. Kui vanematel pole laste jaoks aega ja ei tegele nendega, siis lapsest kasvabki vägivaldseja. Suunama õigele teele peab ikka lapseas, hiljem on raske midagi muuta.“

Kuigi lapsevanemate rolli lapse kujunemisel peeti väga oluliseks, oli osa fookusgruppides osalenud õpilastest seisukohal, et vanemate poole nad oma muredega pöörduda ei soovi – seda eriti vanemate klasside õpilaste puhul. Peamised põhjused, miks on muredega vanemate

poole pöörduda ei soovitud olid: kardeti riielda saada; sooviti vanemaid säästa; arvati, et nad ei mõista või seda peeti seda lihtsalt imelikuks. Vanemaid nähti ka nõ viimaste õlekõrtena. Alljärgvalt on toodud mõned väljavõtted õpilastega toimunud fookusgrupi intervjuudest:

„Kui mul oleks valida, kas ma räägiks emaga või õpetajaga, siis ma ei tea...ei oskakski valida. Kõigepealt tuleksid head sõbrad, siis alles kool ja siis alles võib-olla vanemad. Kui asi oleks väga hull, siis ma võib-olla paluks õpetajal ema poole pöörduda või...“

„Mulle ei meeldi oma vanematele väga probleemidest rääkida, sest ma ei taha neid ärritada ja kurvastada, pigem jagan omi ebaõnnestumisi heade sõpradega ja saan neilt ka tuge.“

„Sest nad tunduvad...nendega on imelik rääkida oma probleemidest. Sõpradega nagu, omavanustega on palju parem rääkida.“

„Mõned vanemad ei mõista nagu...nad hakkavad nagu...ütlevad, et ära tee välja või midagi. See on kõige hullem vastus!“

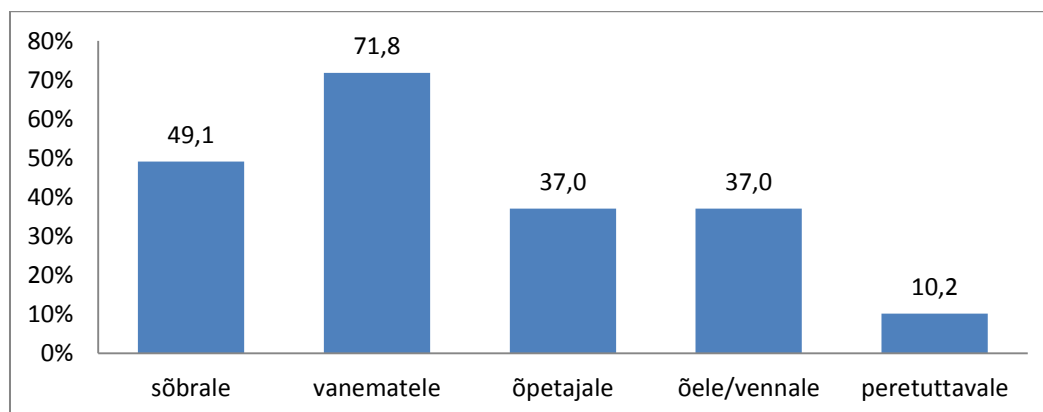
Toodi välja isegi asjaolu, et õpilane võib saada kodus karistada, kui ta oma kiusamisega seotud murega lapsevanema poole pöördub:

„Ega sõimlemine ja väikese müksu saamine pole kõige hullem asi, vastik on siis, kui keegi sulle peale tatistab, sinu riided katki rebib, see on küll väga hull, sest siis näevad ka vanemad, et olen nõrk ja lasen endale liiga teha. Aga on vanemaid, kes karistavad selle eest, et laps ei suuda enda eest seista. Teine vanem aga käsib vastu hakata ja siis võib kogu jama edasi kesta ja veelgi hullemaks minna.“

3.8. Kiusamisest rääkimine

Kiusamise ohvriks langemisest rääkis mõnele teisele isikule 58,9% (N=216) kiusatud õpilastest. Poistest rääkis kiusamise ohvriks sattumisest 55,7% (N=98) ja tüdrukutest 61,6% (N=117), kuid erinevus ei olnud statistiliselt oluline ($\chi^2 > 0,05$).

Joonisel 18 on toodud viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilaste vastused küsimusele: „Kas sa rääkisid kellelegi, et Sind kiusatakse/kiusati?“. Jooniselt on näha, et kõige sagedamini rääkisid õpilased kiusamisjuhtumi(te)st oma vanematele ja mõnele sõbrale.

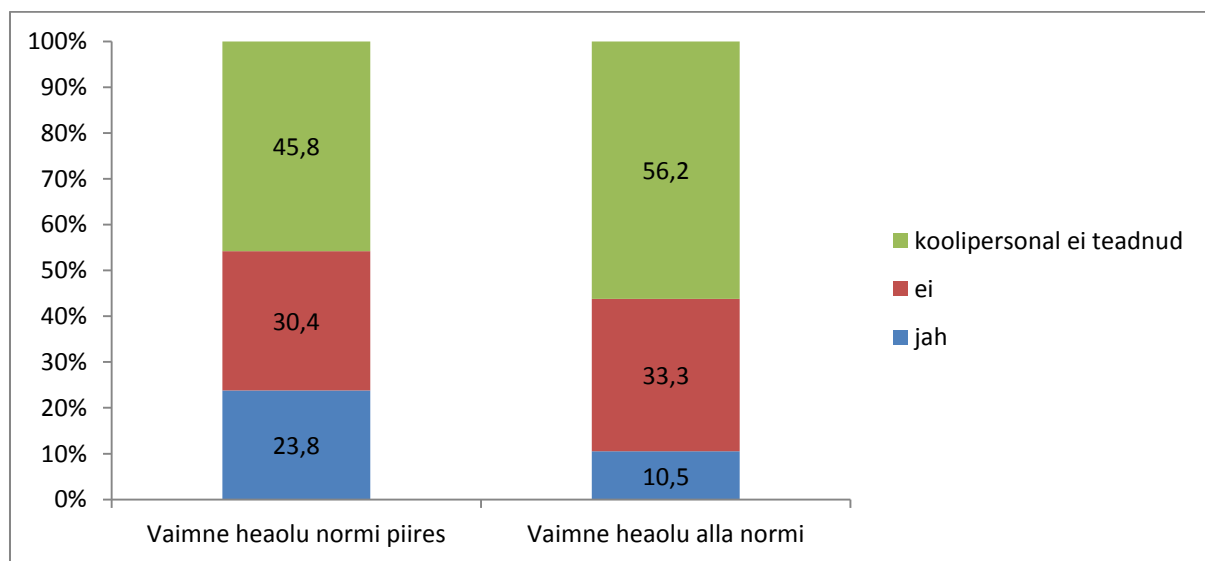


Joonise 18. Kiusamisest rääkimine kiusatud õpilaste hulgas

Seejuures rääkisid need kiusamise ohvriks langenud õpilased, kes kaasõpilasi ei kiusanud (68,8%; N=168), enda kiusamisest sagedamini kui need õpilased, kes lisaks kiusatava rolli sattumisele kiusasid kaasõpilasi ka ise (48,8%; N=42).

3.9. Koolide reaktsioonid kiusamisele ja selle seos õpilaste vaimse heaoluga

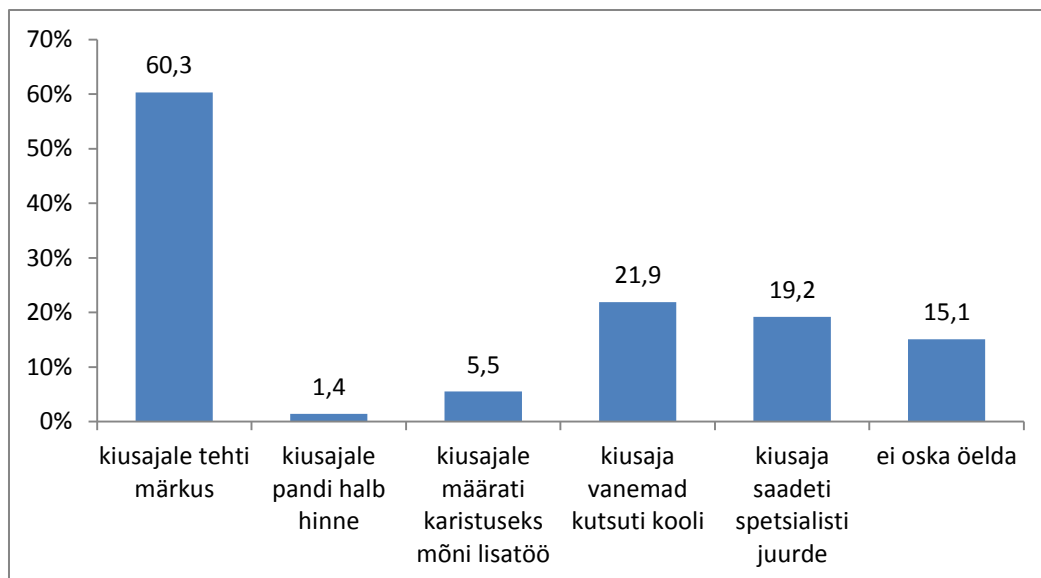
Küsimusele „Kas kool on kiusamisele mingil viisil reageerinud?“ vastas jaatavalt 19,8% (N=73) viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilastest, eitavalt vastas 31,3% (N=115) ning 48,9%-l (N=180) juhtudest öeldi, et koolipersonal ei olnud kiusamisest teadlik. Kaasõpilasi kiusanutest vastas küsimusele „Kas kool on kiusamisele mingil viisil reageerinud?“ jaatavalt 25,3% (N=46) õpilastest, eitavalt 41,2% (N=75) ning 33,5% (N=61) juhtudest öeldi, et koolipersonal ei olnud kiusamisest teadlik.



Joonis 19. Koolide reageerimine kiusamisjuhtudele ja viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilaste vaimne heaolu (normi piires, alla normi)

Jooniselt 19 on näha, et viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilaste hulgas, kelle vaimne heaolu on alla normi, on kaks korda vähem neid õpilasi, kes vastasid küsimusele „Kas kool on kiusamisele mingil viisil reageerinud?“ jaatavalt ($\chi^2=0,01$). Samuti on nende hulgas rohkem neid õpilasi, kes ütlesid, et koolipersonal ei teadnud kiusamisest. Kiusamisjuhtumile reageerimine ei seondunud statistiliselt olulisel määral viimase 12 kuu jooksul kaasõpilasi kiusanud õpilaste vaimse heaoluga ($\chi^2>0,05$).

Joonisel 20 on toodud kiusamisjuhtumile reageerimise viisid koolide hulgas (viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilaste hinnangute põhjal). Selgub, et kõige sagedamini kasutati koolides kaasõpilase kiusajale märkuse tegemist (60,3%; N=44) ja vanemate kooli kutsumist (21,9%; N=16). Kõige vähem kasutati kiusamisjuhtumile reageerimise viisina kiusajale halva hinde panemist (1,4%; N=1).



Joonis 20. Kiusamisjuhtumile reageerimine koolide hulgas kiusatud õpilaste hinnangul.

Õpilastega läbi viidud fookusgrupi intervjuude käigus selgus, et **õpilaste valmisolek õpetajatega rääkimiseks on väga erinev**. Oli koole, kus õpilased õpetajaid kiitsid, neid hindasid ning võimalike abistajatena tajusid. Kuid oli ka neid koole, kus õpetajaid õpilaste suhtes hoolimatuks peeti.

„Võib-olla nad peaksid rohkem tähelepanu pöörama, sest et nii palju on tegelikult, et kui sa ütled õpetajale, et teda kiusatakse, siis õpetaja tegelikult ei panegi tähele. Et nagu teda...ei huvita nagu see. Et on osad õpetajad ainult, keda huvitab.“

„Ma arvan, et ää...siis kui keegi läheb teavitab kasvõi õpetajat ja direktorit, siis nad peaksid nagu rohkem tähelepanu pöörama, mitte ütlema, et kiusaja ja kiusatav...et nemad peaksid omavahel selle ära klaarima... Osad õpetajad on sellised, kes tõesti aitavad ja, aga osadel on...üpris ükskõik et, mis toimub ja kuidas toimub ja...“

„Õpilane kiusab küll õpetajat. Aga selliseid õpetajaid, kes õpilasi kiusaksid, meie koolis küll pole.“

„Kui õpilane tunnis kaasa ei tööta, ise tunnis kaasa ei tee, kodused ülesanded on tegemata ja hakkab teisi segama, siis õpetaja teeb talle märkusi, ega see pole kiusamine.“

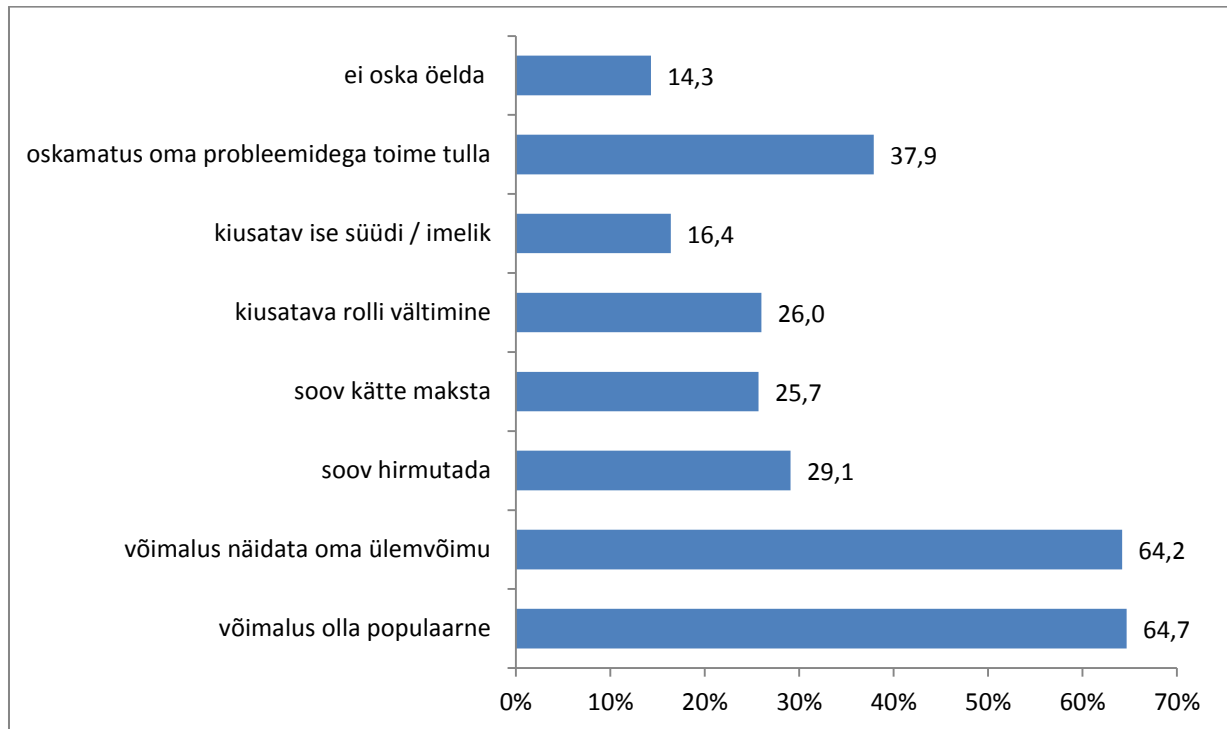
Mitmel korral nähti **õpetajat ennast kiusaja rollis**, seejuures tunnistasid, et vahel on hoopis õpilased need, kes õpetajat kiusavad. Toodi välja, et õpetajad ütlevad õpilasele kogu klassi ees liiga kergekäeliselt halvasti, mis omakorda võib vallandada kiusamise õpilaste endi seas. Mitmel korral räägiti ka sellest, kuidas osad õpetajad kipuvad õpilasi solvama, kui nad „piisavalt kiiresti“ õpetusest aru ei saa.

„...mõned õpetajad ütlevad väga halvasti teiste ees lapsele. Nad võivad öelda, et ta on rumal, ei saa kunagi milleski aru, kuigi muidu on alati olnud kõik korras ja saanud aru, kuid kui ükskord eksib, siis õpetaja kohe hakkab kiusama ja norima ning see võib pikalt toimuda.“

„Üks õpetaja ütles, et me kõik peame erikooli minema...või mis iganes...et me oleme kõik nii lollid ja rumalad, et me ei suuda tavakoolis õppida.“

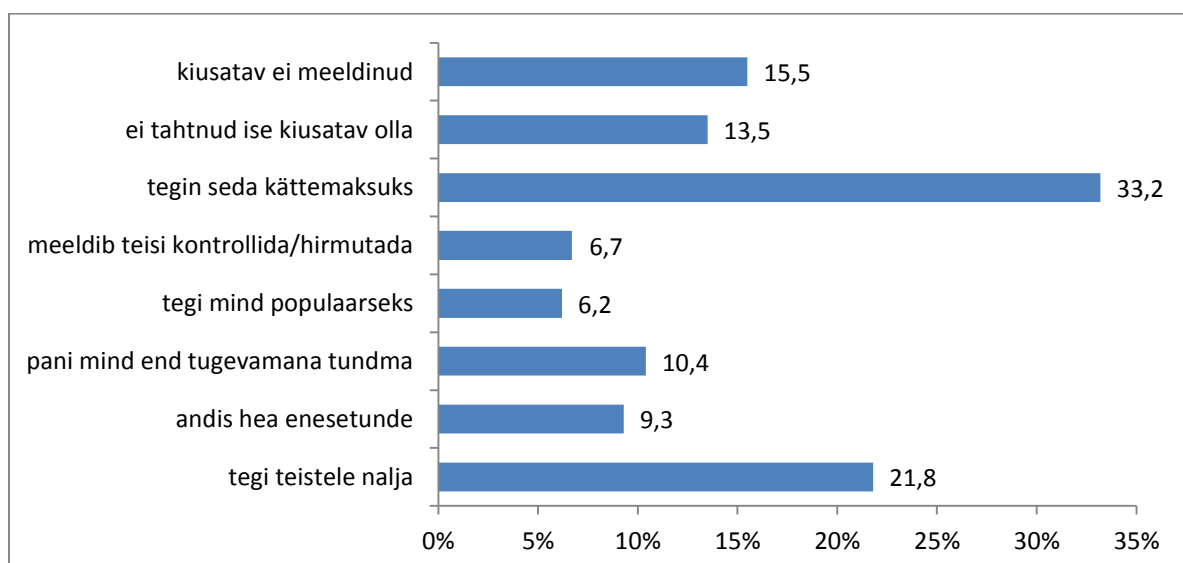
3.10. Õpilaste hinnangud kaasõpilaste kiusamise põhjustele

Nii viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilastelt kui viimase 12 kuu jooksul teisi kiusanud õpilastelt paluti hinnangut selle kohta, miks kiusaja kaasõpilasi kiusab. Kiusatud õpilaste hinnangud on toodud joonisel 21 ning kaasõpilaste kiusajate hinnangud joonisel 22.



Joonis 21. Kiusatava hinnangud sellele, miks kiusaja kiusab

Jooniselt 21 selgub, et viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilaste hulgas on kõige sagedasemad hinnangud kiusamise põhjustele: võimalus olla populaarne (64,7%; N=249), võimalus oma ülemvõimu näidata (64,2%; N=247) ning kiusatava rolli vältimine (37,9%; N=100). Seejuures 16,4% kiusatud õpilastest (N=63) arvas, et kiusatav on ise süüdi / imelik.



Joonis 22. Kiusaja põhjendused sellele, miks ta kiusab/kiusas

Jooniselt 22 on näha, et viimase 12 kuu jooksul kaasõpilasi kiusanud õpilased põhjendasid oma käitumist kõige sagedamini kättemaksuga (33,2%; N=64), teiste löbustamise, nalja tegemisega (21,8%; N=42) ning kiusatud õpilase ebasümpaatsusega („ei meeldinud“ - 15,5%; N=30).

Fookusgruppides toodi kaasõpilaste kiusamise põhjustena välja väga erinevaid tegureid, mida võib kokku võtta sõnadega kiusajale **mitte meeldimine** ja **teistest erinevine**:

„Mina olen juba lasteaiast saati olnud teistest erinev, mulle on meeldinud rohkem poistega mängida ja siia maani olen natuke rohkem poisi moodi ja riietun nagu poiss. Olen selle pärast tundnud ka põlgamist ja mind on tõrjutud nooremates klassides. Mulle on öeldud seda otse näkku....“

Teistele mitte meeldimist võivad põhjustada iseärasused välimuse juures (riided, prillid, kehakaal, pikkus jne), erivajadused või omapärad (lonkamine, kogelemine jms), hügieen (riiete korrashoid, puhtus, lõhn jms), käitumuslikud iseärasused (kergesti nutma hakkamine, kergesti endast välja minemine, omaette hoidmine, vaikne loomus jms), kõnelemise viis (vaikne/vali, ropendav, r-põristamine, kokutamine), tundlikkus („ei suuda enda eest seista“), teiste poolt tajutud liigne pealetükkivus („ta topib oma nina igale poole“), vähene valmisolek teistega oma koduseid töid jagada, sotsiaalmajanduslik taust, teistest erinev õppeedukus / vaimne võimekus / füüsiline tugevus / mõtlemine / huumorimeel, aga ka nimi ja isegi lapse vanemate välimus ja edukus.

Järgnevalt on toodud mõned väljavõtted õpilastega läbi viidud fookusgrupi intervjuudest:

„nad haisevad. Vastik hais riietel. Vahel ka selline vastik suitsuhais õpilasel. Kohe tunda, et kodus toas keegi suitsetab või et laps ise suitsetab mingi odavat suitsu. Ja veel see hais ka, et riideid ei pesta, muidugi ka mustad riided, plekkidega, katkised või midagi sellist näiteks ka jah katkised.“

„Ta on kuidagi noh teistsugune. Ta käib teistsuguste riietega. Ta riided on erinevad. Ta on uimane, ühesõnaga mõttetu õpilane.“

Õpilastega vesteldes selgus, et kiusamine võib alguse saada ka sellest, mida ja kuidas laste kodudes tema klassikaaslaste (või klassikaaslaste perede) kohta räägitakse. See tähendab, et kaasõpilas(t)e kiusamine võib alguse saada sellest, millist sõnumit vanemad koduseinte vahel lastele edasi annavad:

„Kiusaja kodus on öeldud, et see laps või õpilane on nõme või tema vanemad on lollid. Vanemad on vaesed või lollid. Näiteks selle lapse vanemad näiteks on lollid, kuna ema on müüja või isa traktorist või midagi sellist. Ja siis lapsed mõned lapsed mitte kõik hakkavad norima last, vahel ka alandama.“

3.11. Võimalused koolikiusamise vastu/vähendamiseks

Fookusgrupi intervjuudes küsiti õpilastelt ja õpetajatelt ka nende arvamust selle kohta, kuidas koolikiusamist vähendada. Õpetajate hinnangul oluline märkamine, kohene reageerimine ja probleemiga tegelemine. Väga efektiivseks peeti ka seda, kui teised õpilased kiusatava kaitseks välja astuvad. Nende hinnangul peab õpilaste poolne sekkumine olema kollektiivne / rohkearvuline, sest vastasel juhul võib tekkida olukord, kus kiusatava kaitseks välja astunud õpilane satub ise kiusamise ohvriks.

Ka paljud fookusgruppides osalenud noored väljendasid otse või kaudselt (enda vältiva käitumise õigustamine) hirmu koolikiusamisse sekkumise ees, seda eriti 5.-7. klasside õpilaste hulgas (võrreldes 8.-9- klasside õpilastega):

„Samas mina küll ei julge midagi neile öelda, äkki ta ütleb mulle ka. Noh hakkab mind ka kiusama, norima. Mina ei julge.“

„Rääkida õpetajale. Ei, siis võib keegi mind hakata kiusama. Äkki mitte midagi teha. See on nende omavaheline probleem. Las jagavad ise.“

Kuigi konfliktsete olukordade lahendamise juures peeti oluliseks **rääkimist**, rõhutati ka **füüsilise tugevuse** olulisust (eriti nooremate klasside puhul) – seda põhjusel, et sõnadest alati õpilaste hinnangul ei piisa. Üsna levinud strateegia konfliktsete olukordadega toimetulekuks oli **püüd konflikte vältida** (sh enesekaitseks eesmärgil kaasõpilase kiusamise ignoreerimine).

„... Ka sellist konflikti on võimalik lahendada läbirääkimiste teel. Aga kui oled füüsiliselt tugev, suudad teised laiali loopidaPeabki ennast arendama füüsiliselt, moraalselt, õppima hästi, lugema palju ja ennast pidevalt täiendama. Siis saad kõige hästi hakkama.“

„See on väga inetu, ei taha ise olla kummagi asemel. Aga tavaliselt me püüame seda mitte märgata. Samuti mina proovin minna kaugemale ja mitte märgata. Ma arvan, et see on nende vaheline asi ja ma ei saa ei suuda aidata seda, keda kiusatakse. Ma ei oska ja pigem lähen kaugemale. Ma tean, et tegelikult paljud teavad seda, et selline asi toimub (paus), aga kõik teevad näo, et ei näe. Seda teen ka mina.“

„Kui ütled teisele otse näkku, mis temast mõtled, võid selle eest pasunasse saada, sest tõde on valus kuulata. Ma olen kuulnud, et nii on mõnigi poiss peksa saanud, kui näiteks on öelnud, et mingi poiss on nõme, et mõnda tüdrukut kiusab, siis öeldakse, mis see sinu asi on, ära sega vahele ja siis võib see kutt öelda oma sõpradele ja siis võid saada peale kooli näiteks otse rusikaga kümnesse, et vahele segasid.“

Vanemate klasside õpilased (8.-9. klass) väljendasid rohkem julgust kiusamisse sekkuda, kiusatava kaitseks vahele astuda. Seejuures räägiti vajadusest nii kiusaja kui kiusatavaga rääkida, neid omavahel lepitada.

„Meie klassi tuli uus õpilane, ta oli nagu, ta oli hästi arg ja ei julgenud midagi teha ja siis...ää...siis teised klassis nagu norisid teda ja siis...ää...lõpuks oli meid klassis 3 või 4 poissi ja siis mina ja siis olimegi niimoodi, et mõni tund hakkasime temaga suhtlema ja kui keegi midagi ütles halvasti...et äää... siis astusime iga kord kui midagi öeldi tema kaitseks välja...ja siis nüüd ta on, tõenäoliselt temal on hästi läinud, ta on hakanud suhtlema ja ta ei ole enam nii kinnine.“

Fookusgrupi aruteludes osalenud **õpilased** pidasid koolikiusamise vähendamiseks oluliseks selgete **reeglite** olemasolu, mille rikkumine peab kaasa tooma reaalsed **tagajärjed** – et kiusaja oma käitumisviisi muudaks. Osa õpilasi pidas vajalikuks ranget karistamist, kuid enamjaolt eelistati pehmemaid meetodeid (harimine/koolitamine), mis võimaldaksid kiusajal oma tegude tagajärgi paremini mõista ning suunaks iseendaga tööd tegema, end muutma.

„Kui aga kiusamine tuleb sellest, et inimene on psüühiliselt haige ja selle tõttu allumatu ning kiusab teisi, teeb nendele füüsiliselt haiget, siis tuleks ta koolist eemaldada.“

„... nii teha ei tohi. See mõjub talle halvasti, mulle halvasti, politsei võib sekkuda, kooli juhtkond võib sekkuda jne.“

Osa õpilasi nägi koolikiusamist vähendava abivahendina ka **turvakaameraid**. Nenditi, et turvakaamerad küll ei kõrvalda kiusamist, sest õues, tänaval ja turvakaamera vaateväljast väljaspool kiusamine jätkub, kuid teatavat leevendust see õpilaste hinnangul pakub ning mõnel juhul aitab ka segaseid asjaolusid klaarida.

„See eriti ei aita, sest kui te teate, kus need kaamerad on, siis ei lähe kaamera alla tegema. Otsid sellise koha, kus kaameraid ei ole...“

„Aga siis on võimalik täpsed asjaolud kindlaks teha, kes on süüdi. Mõnikord on nii, et see kes kaebab, et teda kiusatakse, on ise tüli algataja ja norib teisega.“

Samuti peeti koolikiusamise vähendamise eesmärgil vajalikuks **huvihariduse** kättesaadavamaks muutmist. Spordiringide kõrgeid tasusid tõid õpilased välja probleemina, sest huvihariduse puudumise korral otsivad noored tegevust mujalt ja võivad end lõbustada „halbade“ asjadega. Ühtlasi nähti spordiringe võimalusena pingete maandamiseks. Arvati, et tasuta spordiringide loomine aitaks ringidesse ka need lapsed, kelle pere eelarve huviringides käimist hetkel ei võimalda. Samuti nähti seda ka sõltuvusprobleeme (mõnuained, arvutid) ennetava vahendina.

„Näiteks tuleb leida mingid treeningud või lasta inimesel poksikotti peksta – ta saab seal ennast välja elada. Või siis näiteks...no oleneb inimesest, et mis huvid tal on. Et tuleb leida siis mingi siuke asi.“

„Kui oleks võimalusi rohkem huvitegevuses osaleda, siis arvutites istutakse ka vähem ja vähem oleks arvutisõltuvust laste hulgas. Nad käiksid näiteks ujulas, spordiringis ja ei rikuks arvutis oma silmi nii palju.“

Olulise ressursina toodi välja ka **psühholoogid**, kes saavad õpilastega vestelda ja loenguid ning seminare korraldada (nii õpilastele kui lapsevanematele). Tunti vajadust sellise õppeaine järgi, mis õpetaks oma vaimset tervist edendama ja hoidma.

„Koolis võiks olla etiketõpetus, ja selline õppeaine, kus õpetatakse ka psüühiliselt tugevad olema.“

„Arvan ka, et kooli psühholoog saab palju aidata, kui teeb grupitöid, selgitab välja kiusamise põhjused ja üldse õpetab lapsi, kuidas käituda erinevates olukordades. Aga mõnest treeningukorrast ei ole alati kasu, see peab olema pidev, kõik õpilased peaksid seda õppima, kuidas ennast vaos hoida.“

Õpilased väljendasid ka vajadust, et **õpetajad** koolis toimuvale **suuremat tähelepanu** pööraks. Kuigi mõned noored rääkisid sellest, kuidas nad õpetajalt abi on saanud, väljendasid mitmed ka õpetajate poolset ükskõiksust, hoolimatust.

„...mul on kogemus, ma rääkisin kehalise kasvatuse õpetajale ja ta aitas selle lahendada. Rääkis mõlema lapsega ja ka meiega, mis võib olla tagajärjeks..“

„Ei, pigem räägiks ikka sõpradele. Siis võib saada head nõu. Õpetajad võivad öelda, et lahendage ise probleem või see ei ole selline probleem, mida õpetaja peab lahendama. Või et ei ole midagi hullu, läheb üle. Samuti kui lähed rääkima, võib juhtuda, et sind hakatakse hoopis sellepärast norima, kiusama.“

Samuti peeti vajalikuks üldise **sallivuse ja hoolivuse suurendamist**, seda nii õpilaste endi kui õpetajate ja õpilaste vahel.

4. Arutelu

Uuringu eesmärgiks oli mõista ja kaardistada kiusamise ulatust ning selle iseloomu Eestis 5.-9. klasside õpilaste hulgas – see on vanuses, mil Ameerikas läbi viidud SAFE uuringu (School Bullying Statistics, 2014) kohaselt on õpilastel kõige suurem tõenäosus kiusamisega kokku puutuda.

Viimase 12 kuu jooksul oli kiusamise ohvriks langenud 19% 5.-9. klasside õpilastest. Seejuures ei ilmnenu statistiliselt olulist erinevust poiste ja tüdrukute, eesti ja vene õppekeelega koolide ega ka maa- ja linnakoolide vahel. Rahvusvahelise Laste hälbiva käitumise uuringu (ISDR-3) kohaselt, mille sihtrühmaks olid 7.-9. klasside õpilased ning mille andmed koguti 2013. aasta detsembris, oli viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilaste osakaal 22% (Markina, Žarkovski 2014) ning eelmise uuringutsükli (ISDR-2) ajal 24%. See võib tähendada, et koolikiusamise levimus on ajapikku tasapisi langema hakanud: viimastel aastatel on kiusamine ja selle mõju noore inimese tervisele ja tulevikuväljavaadetele saanud meediapildis varasemaga võrreldes suuremat kõlapinda. Ühtlasi on Eesti mitmetes koolides rakendatud Soomes juba oma efektiivsust tõestanud KiVa programmi (KiVa, 2015), mille fookus on koolikiusamise vähendamisel.

Kõige sagedamini kogesid õpilased verbaalset ja kaudset kiusamist (isiku üle naermine / naeruvääristamine, välimuse narrimine või halvustamine, kuulujuttude levitamine ja grupist välja jätmine / grupist tõrjumine). Poistega võrreldes esines tüdrukute hulgas märgatavalt sagedamini välimuse tõttu narrimist / halvustamist, kuulujuttude levitamist, õelate sotsiaalmeedia postituste tegemist. Poiste hulgas esines oluliselt sagedamini löömist, tõukamist, homofoobilist narrimist ja narrimist „ebapiisava mehelikkuse“ tõttu ning sotsiaalmajanduslikel põhjustel. Samuti on poisse oluliselt sagedamini sunnitud tegema asju, mida nad teha ei tahtnud. Selgus, et koolikiusamine seondub traditsiooniliste soorollidega, mille kohaselt väärtustatakse naisterahva juures ilu, meesterahva juures aga mehelikkust ning mehe figuuriga seonduvaid rolle. Sõnadega kiusamist, mis on koolides levinuim kiusamise viis, peeti nii õpilaste kui õpetajatega läbi viidud fookusgruppides hullemaks kiusamise viisiks kui kehalist kiusamist.

Viimase 12 kuu jooksul oli teisi kiusanud 10% 5.-9. klasside õpilastest. Poisid (13%) olid kaasõpilasi sagedamini kiusanud kui tüdrukud (6%) ning vene õppekeelega koolides (13%) esines kaasõpilaste kiusamist sagedamini kui eesti õppekeelega koolides (8%). Kaasõpilaste kiusamise määr maa- ja linnakoolide lõikes aga statistiliselt olulisel määral ei erinenud. Võrreldes ISDR-3 uuringu tulemustega (Markina, Žarkovski 2014), mille kohaselt oli 16% õpilasi oma kaasõpilasi kiusanud, on vähenenud ka kaasõpilasi kiusanud õpilaste osakaal. Küll aga tuleb erandina siinkohal esile tõsta Kirde-Eesti (Ida-Virumaa) vene õppekeelega koole, kus esines viimase 12 kuu jooksul kiusamise ohvriks langemist (25%) ning kaasõpilaste kiusamist (17%) oluliselt rohkem kui teistes piirkondades või vene õppekeelega koolides Põhja-Eestis (Harjumaa).

Et vene õppekeelega koolide puhul tuli fookusgruppides selgelt esile noortekampade ja liidripositsiooni tähtsus, on üheks sekkumise võimaluseks KiVa või KiVa tüüpi sekkumised, millel on potentsiaal sallivuse ja hoolivuse suurendamiseks. Seejuures ei tohiks ära unustada ka noore inimese vajadust tunnustuse ja eneseteostuse järele – noore keskkond peab olema toetav ning võimaldama talle eneseteostuse võimalusi ennast ja teisi mitte kahjustavatel viisidel (nt huvitegevus). Kui selliseid võimalusi loodud ei ole, otsib noor võimalusi

eneseostuseks ja tunnustuse saamiseks muudel viisidel, mis ei pruugi tervist ja heaolu toetavad olla.

Kaasõpilas(t)e kiusamise viisidena toodi kõige sagedamini esile verbaalset ja kaudset, aga ka füüsilist kiusamist (isiku üle naermine / naeruvääristamine, välimuse narrimine või halvustamine, narrimine mõnel muul põhjusel ja tõukamine). Poistega võrreldes kiusasid tüdrukud oluliselt sagedamini välimuse, sotsiaalmajandusliku olukorra ja päritolupere tõttu. Samuti levitasid nad poistega võrreldes sagedamini kuulujutte, võtsid ära raha/isiklikke esemeid, kasutasid kiusamiseks tehnilisi vahendeid ning sundisid teisi tegema asju, mida nad teha ei tahtnud. Poisid seevastu kiusasid tüdrukutega võrreldes sagedamini tõukamise ja ähvardamise läbi. Üllatuslikult oli kaasõpilaste löömine tüdrukute ja poiste hulgas sarnasel tasemel. See viitab, et kuigi tüdrukute seas on kaasõpilaste kiusamine vähem levinud kui poiste hulgas, kalduvad tüdrukud kiusama mitmekülgselt ja õelamalt kui poisid.

Pea kõiki kiusamise viise esines kiusatava hinnangutes sagedamini kui kiusajate hinnangutes. See viitab, et paljudel kiusajatel võib olla mitu ohvrit, nad ei pruugi alati oma teguviisi mõjust kaasõpilastele aru saada („nalja tegemine“) ning nad võivad otsida oma teguviisidele põhjendusi, miks on kiusatav(ad) ise süüdi või miks nende käitumine on aktsepteeritav.

Teisi kiusanud õpilased tõid kõige sagedamini kiusamise põhjustena välja kättemaksusoovi (33%), teistele nalja tegemise (22%), kiusatava ebasümpaatsuse („ei meeldinud“, 16%) ja soovi ise mitte kiusatava rolli sattuda (14%). See tähendab, et kaasõpilaste kiusamist nähti sageli isiklikust vastutuselast kaugemal asetseva nähtusena (kättemaks teise käitumise/sõnade pärast, kaasõpilane on „ebameeldiv/tüütu“, teisi on vaja löbustada). Suhteliselt suur osa kiusajatest nägi kaasõpilaste kiusamist ka toimetulekumehhanismina, et ise kiusatava rolli (uuesti) mitte sattuda.

Kiusamise ohvriks langenud õpilased nägid kiusaja tegevust kõige sagedamini võimalusena olla populaarne (65%), võimalusena näidata oma ülemvõimu (64%), oskamatusena oma probleemidega muul viisil toime tulla (38%) ja soovina teisi hirmutada (29%). See tähendab, et kiusatavate jaoks seondub kiusamine ennekõike mõjuvõimuga. Ehmatavalt suur osa (16%) kiusatud õpilastest arvas, et kiusatud õpilane on ise süüdi/imelik. Võib spekuloida, et nende õpilaste puhul on tegemist kiusamise ohvritega, kelle enesehinnang ja –usk on juba sedavõrd madaldunud, et nad ei usugi end vääriivat paremat.

Kiusamise kogemusi klasside lõikes uurides selgus, et nooremates klassides esineb kiusamist rohkem kui vanemates klassides. Kui 5.-ndate klasside õpilastest oli kiusamist kogunud 23%, siis 9.-ndate klasside õpilaste hulgas oli viimase 12 kuu jooksul kiusatud õpilaste osakaal langenud 12%-ni. Ka kaasõpilaste kiusamine oli kõige madalamal tasemel 9.-nda klassi õpilaste hulgas, kuid kaasõpilaste kiusamine klasside lõikes statistiliselt oluliselt erinevaks ei osutunud. Ka fookusgrupi intervjuudes tõid paljud õpilased välja, et kiusamine algab varakult (juba algkoolis) ning põhikooliastmes omavaheline läbisaamine paraneb.

Kui aga vaadata kiusamise ajalist kestust, on 8.-nda (40%) ja 9.-nda (43%) klasside õpilaste hulgas pikajaliselt kiusatud (üle kolme aasta) õpilasi kõige rohkem. See on väga tõsine risk noore heaolule ja tervisele, sest kiusamine mõjutab tugevasti inimese minapilti ja enesehinnangut. On leitud, et kiusamise ohvriks langemine seondub õppeedukuse languse, koolist puudumise, koolist väljalangemise, (vaimse) tervise probleemide, keskendumisraskuste, üksilduse, häirunud söömis- ja magamisharjumuste, rõõmutuse jms-ga (Hea enesetunde heaks, 2015). Seejuures ulatuvad kiusamise mõjud ka täiskasvanuikka –

kooli ajal kiusatud õpilaste hulgas on rohkem neid, kellel on halb tervislik seisund, kes on vähem edukad ning kellel esineb rohkem probleeme sotsiaalsetes suhetes (Wolke, Copeland, Angold, Costello 2013).

Lisaks kiusamise kestusele on määrava tähtsusega ka kiusamise intensiivsus. Uuringust selgus, et 55% kiusamise ohvriks langenud õpilastest koges vähemalt kahte erinevat kiusamise viisi, 23% õpilastest vähemalt nelja ja 7% õpilastest vähemalt seitset erinevat kiusamise viisi. SEYLE uuringus küsiti õpilastelt viimase 12 kuu kiusamiskogemuste kohta ning leiti, et seitsmel või enamal viisil kiusamist kogenud tüdrukute šansid mõõduka kuni raske depressiooni kogemiseks on 73 korda suuremad kui kiusamisega vahetult mitte kokku puutunud tüdrukutel (Mark, 2015). Poiste šansid olid vastavalt 10 korda suuremad (Mark, 2015).

Vaadates õpilaste jaotumist kiusamisega seotud rollidesse selgus, et 4% õpilastest (5% poistest ja 3% tüdrukutest) olid samaaegselt nii kiusaja kui kiusatava rollis. 14% õpilastest (12% poistest ja 15% tüdrukutest) olid langenud kiusamise ohvriks (ilma, et nad ise oleks kiusanud) ning 5% õpilastest (8% poistest ja 3% ja tüdrukutest) olid viimase 12 kuu jooksul kiusanud kaasõpilasi (ilma, et neid ennast oleks kiusatud). Vaadates kiusamisega seotud rolli seost õpilaste vaimse heaoluga selgus, et kiusatud õpilastel (sõltumata sellest, kas ta ise kaasõpilasi kiusas või mitte) on üle kahe korra suuremad suuremad šansid vähese vaimse heaolu kogemiseks kui nendel õpilastel, keda ei ole kiusatud. Arvestades WHO-5 skaala (WHO 1998; Henkel, Mergl, Kohlen, et al. 2003; Henkel, Mergl, Coyne 2004) eesmärki (vaimse heaolu ja depressioonile iseloomulike sümptomite hindamine) on selge, et kiusamise ohvriks langemine on seotud depressioonile iseloomulike sümptomite kogemisega. Ühtlasi esines kiusatud õpilaste hulgas (kiusatav-kiusajatel 21%, kiusatavatel 17%) rohkem lootusetust tuleviku suhtes, mis on samuti vähese vaimse heaolu ning võimaliku depressiooni ja suitsidaalsuse tugev indikaator (Beck, Steer, Beck et al. 1993; Beck, Weishaar 1990; Brezo, Paris, Turecki 2006; Kuo, Gallo, Eaton 2004).

Kaasõpilaste kiusamine (ilma, et kiusajat ennast oleks kiusatud) statistiliselt olulisel määral vähese vaimse heaoluga (WHO-5 skaala järgi) ei seondunud, küll aga esines kiusajate hulgas (11%) rohkem lootusetust tuleviku suhtes kui kiusamisega vahetult mitte kokku puutunud õpilaste (8%) hulgas.

Erinevates uurimustes on leitud, et kõige haavatavamad on need õpilased, kes on üheaegselt nii kiusaja kui kiusatava rollis. Kaasõpilaste kiusamine võib olla nende viis toime tulla nende enda kiusamisega, millega muul viisil toimetulekuks puudub oskus ja/või emotsionaalne toetus (näiteks kiusamist ei märgatud või sellele ei reageeritud). Kiusatavad, kes ka ise kaasõpilasi kiusavad, kogevad kõige suurema tõenäosusega erinevaid terviseprobleeme (rasked haigused, vaimse tervise probleemid) täiskasvanueas, nad on kõige sagedamini igapäevased suitsetajad, ülekaalulised, lahkunud koolist ilma kvalifikatsiooni omandamata, vahetanud tihti töökohti ning omavad vähe sõpru. (Hea enesetunde heaks, 2015)

Ka kaasõpilaste kiusajate seas on leitud edasises elus sagedasemat töökohtade vahetamist, vägivaldsetes suhetes olemist, riskikäitumist, väär- ja kuritegevust, uimastavate ainete tarvitamist ja vägivaldsust (Hea enesetunde heaks, 2015). Küll aga leiti, et peale pere ja lapsega seonduvate riskifaktorite mudelisse lülitamist, ei osutunud kiusaja suurem tõenäosus kogeda täiskasvanueas erinevaid probleeme statistiliselt oluliseks (Wolke, Copeland, Angold, Costello 2013). See tähendab, et kiusaja käitumisviis on tugevasti mõjutatud perekonnaga seonduvatest riskifaktoritest.

Käesolevas uuringus vaadeldi kiusamisega seotud rolli seost perestruktuuriga, kuhu õpilane kuulub. Selgus, et ema ja isaga elavate õpilaste hulgas oli kõige suurem osakaal neid õpilasi (79%), kes kiusamisega vahetult kokku ei olnud puutunud (võrreldes kasuvanemaga ning üksikvanemaga perede ja muude kooseluvormidega leibkondadega). Kiusamise ohvriks langenud õpilasi oli kõige rohkem ühe või mõlema kasuvanemaga elavate õpilaste hulgas (23%) ja nende õpilaste hulgas, kes elasid muudes kooseluvormides (22%) (vanavanematega, samasooliste vanematega, õe-venna, kellegi teisega, üksi). Kaasõpilaste kiusajaid (16%) ja kiusatav-kiusajaid (7%) oli samuti kõige rohkem nende õpilaste hulgas, kes elasid muudes kooseluvormides. Niisamuti langesid kasuvanema(te)ga elavad õpilased ja muudes kooseluvormides elavad õpilased suurema arvu kiusamisviiside ohvriks ning nad kiusasid ka ise kaasõpilasi suuremal arvul erinevatel viisidel. Sügavam sissevaade erinevate perestruktuuride ja kiusamise vahelisse seosesse ei mahu käesoleva uurimuse raamesse, mistõttu see vajab täpsemat uurimist teiste uuringute raames.

Hoolimata sellest, millisel viisil kiusamine aset leiab, teeb kiusamine kiusatavale alati haiget ja paneb teda ennast halvasti tundma. Kiusamise tõttu võib inimene muutuda üksildaseks, õnnetuks, hirmunuks, ärevaks. Samuti võivad kiusamisega kaasneda erinevad tervise ja toimetuleku probleemid. Kiusamise ennetamine ja vähendamine on oluline ressurss noorte heaolu tõstmiseks.

5. Järeldused

Kiusamise ohvriks langemine on tõsine risk noore heaolule, minapildile ja tulevikuväljavaadetele. Noore vaimsele heaolule mõjub iseäranis laastavalt pikaajaline ja erinevaid kiusamise viise sisaldav vorm. Kuid just pikaajalise ja mitmetahulise kiusamise vormi ohvrite osakaal suureneb vastavalt sellele, mida kaugemale õpilane oma haridusteel jõuab. Kiusamise vähendamiseks ja koolinoorte heaolu tõstmiseks tuleb:

- 1) **tõsta õpilaste, lapsevanemate ja koolipersonali teadlikkust** kiusamisest ja selle potentsiaalsetest mõjudest. See hõlmab selgitustööd, mis on kiusamine ja mis seda ei ole; mis probleemid võivad kiusamisega kaasneda; miks tuleb sekkuda ja kuidas on õige viis seda teha.
- 2) **viia läbi koolitusi koolipersonalile (eriti õpetajatele)**. Lisaks kiusamisest ja selle mõjudest rääkimisele, peab see sisaldama juhiseid sekkumiseks, õpilaste kaasamiseks ja lapsevanematega koostöö tegemiseks. Kindlasti peaks koolitus sisaldama näitlikuid harjutusi erinevates olukordades toimetulekuks (nt rollimäng), milles olemist ja selle edukust koolitusel osalejatele ka tagasisidestatakse. Tähtis on mõista sõna jõudu („*kuidas sa küll sellest aru ei saa – olen juba mitu korda rääkinud*“), mis pahaaimamatult kiusamise vallandada võib.
- 3) **kehtestada koolis selge kiusamise vastane hoiak ning väärtused**. See hõlmab ka reeglite ja reeglite eiramise tagajärgede kehtestamist, mis võiks toimuda koostöös õpilastega, arutelu käigus (suurendab õpilaste vastutustunnet ning selgitab reeglite vajalikkust ja tähendusrikkust). Reeglid ja tagajärjed peavad olema kõigile teada ja nähtaval kohal.
- 4) **edendada koostööd kooli ja kodu vahel**. See hõlmab ka infoõhtuid lapsevanematele, mille raames räägitakse kiusamisest ja selle mõjudest, tutvustatakse kooli reegleid ja tagajärgi ning räägitakse sellest, mida lapsevanem ise kiusamise ennetamiseks/vähendamiseks teha saab.
- 5) **tõhustada järelvalvet**. See tähendab suurema tähelepanu pööramist sellele, mida õpilased tundide ja vahetundide ajal teevad (võimalus õpilaste kaasamiseks ning seeläbi nende vastutustunde suurendamiseks).
- 6) **kiusamist märgata ja koheselt sekkuda**. Õpilane peab saama sõnumi, et kiusamine on väär ning sellele läbi sõrmede ei vaadata. Seejuures tuleb suurendada ka õpilaste vastutustunnet kollektiivseks sekkumiseks ja/või koolipersonali poole pöördumiseks.
- 7) **suurendada sallivust ja hoolivust** (grupitööd, programmid, arutelud, vestlused, rollimängud)
- 8) **võimaldada kõigile taskukohane huviharidus**. Kui noor ei saa oma võimeid ja saavutusvajadust realiseerida tervist toetavate tegevuste kaudu, on oht otsida tunnustust ja „õnnestuja“ tunnet enda ja teiste tervist vähem hoidvate meetodite abil.
- 9) **lülitada õppekavasse aine, mis toetab noorte psüühilist vastupanuvõimet**. See peaks muuhulgas edendama õpilaste enesetõhusust, sotsiaalset kompetentsi (suhtlemistreening, enesekehtestamine jm) ning sisaldama ka õpetust kiusamisega toimetulekuks.
- 10) **tagada nõustamisteenuste kerge kättesaadavus** (sh taskukohane hind).

Kiusamise ennetamine, vähendamine ja sekkumine peab olema **järjepidev** ning see peab **hõlmama kogu kooli**.

Viidatud allikad

Aish AM, Wasserman D (2001). Does Beck's Hopelessness Scale really measure several components? *Psychol Med* (31):367-372.

Bannink R, Broeren S, van de Looij-Jansen PM, de Waart FG, Raat H (2014). Cyber and Traditional Bullying Victimization as a Risk Factor for Mental Health Problems and Suicidal Ideation in Adolescents. *PLoS ONE* 9(4): e94026. doi:10.1371/journal.pone.0094026

Beck AT, Steer RA, Beck JS, Newman CF(1993). Hopelessness, depression, suicidal ideation, and clinical diagnosis of depression. *Suicide Life Threat Behav* (23):139-145.

Beck AT, Weishaar ME (1990). Suicide risk assessment and prediction. *Crisis* (11):22-30.

Brezo J, Paris J, Turecki G (2006). Personality traits as correlates of suicidal ideation, suicide attempts, and suicide completions: A systematic review. *Acta Psychiatr Scand* (113): 180-206.

Brunstein Klomek A, Sourander A, Gould M (2010). The association of suicide and bullying in childhood to young adulthood: a review of cross-sectional and longitudinal research findings. *Can J Psychiatry* (55): 282–288.

Eesti Statistika. Kasutamise kuupäev: 01.11.2014, allikas Eesti Statistikaameti andmebaas: www.stat.ee

Hea enesetunde heaks. Kasutamise kuupäev: 02.06.2015, allikas Veebileht Hea enesetunde heaks: www.enesetunne.ee

Henkel V, Mergl R, Kohnen R, Maier W, Möller HJ, Hegerl U(2003). Identifying depression in primary care: A comparison of different methods in a prospective cohort study. *BMJ* (326): 200-201.

Henkel V, Mergl R, Coyne JC, Kohnen R, Möller HJ, Hegerl U (2004). Screening for depression in primary care: Will one or two items suffice? *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci* (254): 215-223.

KiVa. Kasutamise kuupäev: 02.06.2015, allikas SA Kiusamise vastu veebileht: www.kivaprogram.net/estonia/kiva-koolid

Kuo WH, Gallo JJ, Eaton WW (2004). Hopelessness, depression, substance disorder, and suicidality* A 13-year community-based study. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol* (39): 497-501.

Mark L. (2015). Koolinoorte riskikäitumine ja vaimne tervis. Konverents Koolinoorte vaimne tervis. Tallinn, 20.05.2015. Tallinn: Swissôtel.

Markina A, Žarkovski B (2014). Laste hälbiv käitumine Eestis. Justiitsministeerium: Tallinn

Laherand M (2008). Kvalitatiivne uurimisviis. OÜ Infotrükk:Tallinn

Olweus D (1993). Bullying at school: What we know and what we can do. Cambridge, MA: Wiley-Blackwell.

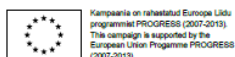
Sample Size Calculator. Kasutamise kuupäev: 11.11.2014, allikas Creative Research Systems: <http://www.surveysystem.com/sscalc.htm>

School Bullying Statistics. Kasutamise kuupäev 14.11.2014, allikas Bullying Statistics <http://www.bullyingstatistics.org/content/school-bullying-statistics.html>

Smith PK, Mahdavi J, Carvalho M, Fisher S, Russell S, et al. (2008). Cyberbullying: its nature and impact in secondary school pupils. J Child Psychol Psychiatry (49): 376–385.

WHO (1998). Info Package: Mastering depression in primary care. Fredriksborg: World Health Organisation, Regional Office for Europe, Psychiatric Research Unit.

Wolke W, Copeland, WE., Angold, A., Costello, EJ. (2013). Impact of Bullying in Childhood on Adult Health, Wealth, Crime, and Social Outcomes. Psychological Science, doi: 10.1177/0956797613481608



Projekti finantseerivad Euroopa Liit, Sotsiaalministeerium ja Tallinna Tehnikaülikooli õiguse instituut.

Seda projekti toetatakse Euroopa Liidu tööhõive ja sotsiaalse solidaarsuse programmi PROGRESS (2007-2013) raames.

Programmi rakendab Euroopa Komisjon. Programm loodi selleks, et toetada rahaliselt Euroopa Liidu eesmärkide rakendamist tööhõive ja sotsiaalse solidaarsuse valdkonnas ning aidata seeläbi kaasa Euroopa 2020 strateegia eesmärkide saavutamisele nendes valdkondades.

Seitsmeaastane programm on suunatud kõikidele huvirühmadele, kes aitavad välja töötada asjakohaseid ja tõhusaid õigusakte ning kujundada tööhõive- ja sotsiaalpoliitikat Euroopa Liidu 27 liikmesriigis, EFTA-EEA riikides ning EL kandidaatriikides ja potentsiaalsetes kandidaatriikides.

Täiendav teave: <http://ec.europa.eu/progress>