

Vahvuudet esiin! – kiusaamisen jälkihoitomalli®

Tutkittuun ja empiiriseen tietoon
pohjautuvaa tukea kiusaamisväkivallan
kokijoille



VAHVUUDET ESIIN! –
Menetelmäopas kiusaamisväkivallan
vahvuusperustaiseen jälkihoitoon®

TINA HOLMBERG-KALENIUS
TARU JANTUNEN

Julkaisija: Kiusaamisasioiden tuki- ja neuvontakeskus Valopilkku

2026

VALOPILKKU
valopilkkuja.fi

21.4.2026

Opetushallitus Webinaari

FM Tina Holmberg-Kalenius

Taru Jantunen, YAMK, Amo

VALOPILKKU
valopilkkuja.fi

**Harjulan
setlementti**

Kiusaamisasioiden tuki- ja neuvontakeskus



- ♦ Vertaistukeen perustuvaa ja ammatillisesti ohjattua kiusaamisväkivallan jälkihoitoa
- ♦ Maksuttomat palvelut, ei vaadita lähetettä
- ♦ Yksilötapaamiset, tukiryhmät, puhelin- ja nettituki
- ♦ Entisille kiusatuille, parhaillaan kiusaamista kokeville ja heidän läheisilleen
- ♦ Toipuminen alkaa aidoista kohtaamisista. Vertaistuki ja keskustelu avaavat uusia näkökulmia ja auttavat näkemään asiat toisin.

Toiminta perustuu Vahvuudet Esiin!
- kiusaamisen jälkihoitomalliin[®],
joka on ollut käytössä vuodesta
2008 lähtien

Ammattilaisille tarjolla:

- ♦ Koulutukset (tilaus / kaikille avoimet)
- ♦ Ohjaus – ennaltaehkäisy, puuttuminen ja jälkihoito
- ♦ Puhelin- tai verkkotuki
- ♦ Podcast-jaksot
- ♦ Videot työskentelyn tueksi:
 - Jälki-materiaali
 - Haava (uusi 2026)

VAHVUUDET ESIIN!® -mallin ydin

Ratkaisukeskeinen, tutkittuun ja empiiriseen tietoon perustuva kiusaamisen jälkihoidon työkalu, joka perustuu vahvuusperustaiseen tukeen.

Vertaistuki: Samaa kokeneiden ajatukset ja kokemukset ovat keskiössä, jolloin kukaan ei jää yksin kokemustensa kanssa, antaen kokijalle merkityksellistä tukea toipumisen polulla.

Psykoedukaatio: oikea tieto kiusaamisilmiöstä toimii vastalääkkeenä häpeälle. Kun uhri ymmärtää väkivallan mekanismit, hän lakkaa syyttämästä itseään.

Toipumisen itsemääräämisoikeus: toipumisen aikataulua ei voi antaa ulkopuolelta: emme voi sanoa "*nyt se on ohi, jatka eteenpäin*" tai "*miksi vielä puhut siitä, sehän on mennyttä.*"

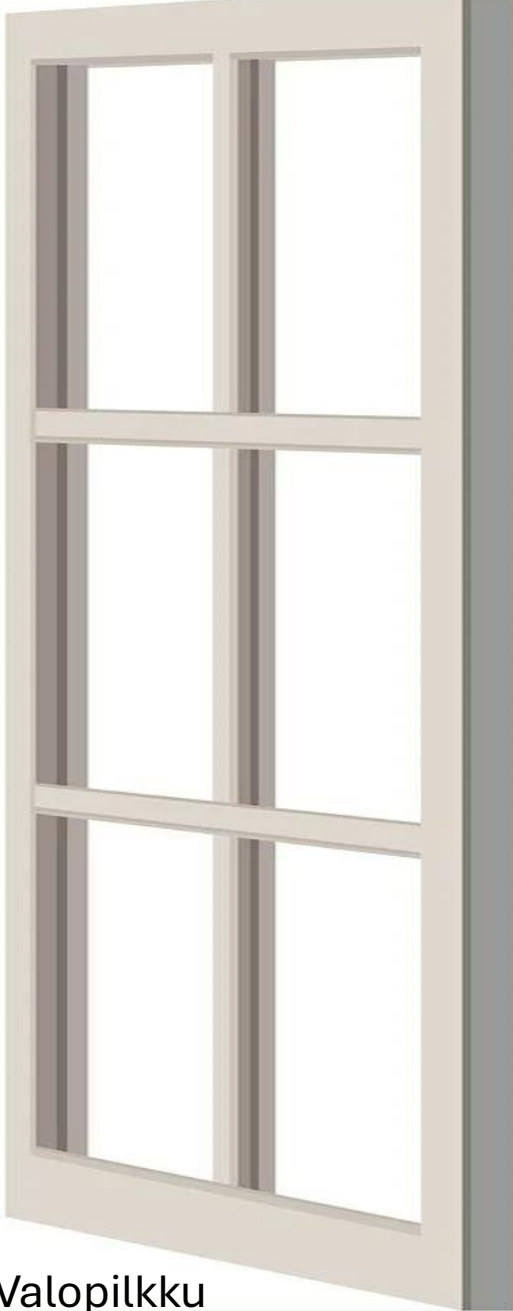


Perinteinen kriisityö keskittyy usein siihen, mikä on "rikki".

Vahvuusperustaisessa otteessa kysytään sen sijaan: *"Miten olet selvinnyt tähän asti ja mitkä ominaisuutesi auttavat sinua eteenpäin?"*

VALOPILKKU
valopilkkuja.fi

© Tukikeskus Valopilkku



Miksi kiusaamisväkivalta vaatii jälkihoitoa?

1. Avun saamisen esteet ja vähättely

- Kokijaa ei aina uskota tai kohdata oikein ⇒ johtaa välttelevään käyttäytymiseen ja avun ulkopuolelle jäämiseen.

2. Palvelujärjestelmän katvealueet

- Trauman tunnistamisen puute johtaa "pallotteluun" eri tahojen välillä. Jälkihoidolle ei ole valmiita rakenteita.

3. Sosiaalinen eristyneisyys ja häpeä

- Pelko ja häpeä kouluyhteisössä kasvattavat taakkaa.
- Riski **ostrakismiin** (sosiaaliseen hylkäämiseen) ja pitkäaikaiseen yksinäisyyteen.

4. Kauaskantoiset seuraukset

- Vaikutukset heijastuvat suoraan oppimiseen, jatko-opintoihin ja lopulta työkykyyn.

Vahvuudet esiin! – Kiusaamisen jälkihoitomalli®

Katse menneestä kohti tulevaa

- **Vahvuusperustainen työskentely:** Keskitytään yksilön olemassa olevaan resilienssiin, voimavaroihin ja selviytymiskeinoihin – ei pelkästään haasteisiin.
- **Terveen minäkuvan ja identiteetin tukeminen:** Kiusaamisväkivalta leimaa kohteensa usein negatiivisesti. Jälkihoidossa pyritään löytämään ne piirteet, joita kiusaaminen ei ole pystynyt tuhoamaan.

Toipumisen kulmakivet

- **Voimavarat ja vahvuudet käyttöön:** Nostetaan harrastukset, luovuus ja empaattisuus toipumisen keskiöön.
- **Tunteiden käsittely:** Annetaan tilaa kokemuksen läpikäymiselle, mutta ohjataan huomio kohti pieniä, saavutettavia tavoitteita.
- **Vaikuttavuus:** Malli on ollut käytössä vuodesta 2008 lähtien ja se auttaa löytämään jopa piilossa olleita vahvuuksia toipumisen tueksi.

**Tukiryhmässä moni saa
kokea tulevansa
hyväksytyksi säröineen
päivineen. Vaikka
kokemuksen saumat jäävät
näkyviin, varovainen ja
arvostava käsittely
mahdollistaa uudenlaisen
näkökulman omiin
voimavaroihin.**



Kiusaamisväkivallan jälkihoito on koko yhteisön asia

Miksi myös tekijä / kiusaaja tarvitsee tukea?

Kiusaaminen on usein oire, ei pelkkä valinta. Jotta kierre katkeaa, tuki on ulotettava myös teon tekijään.

- **Käytöksen taustalla olevat tarpeet:** Kiusaamisväkivalta voi olla kanava hakea huomiota, valtaa tai purkaa omaa pahaa oloa. Tuki auttaa löytämään rakentavampia tapoja tulla nähdyksi.
- **Syyllisyyden ja häpeän käsittely:** Jälkihoito auttaa tekijää / kiusaajaa sanoittamaan tekojaan ja kantamaan vastuun ilman, että hänet leimataan pysyvästi "pahaksi".
- **Syrjäytymisen ehkäisy:** Varhainen tuki katkaisee polun, joka saattaa johtaa myöhempään antisosiaaliseen käyttäytymiseen.

"Tavoitteena ei ole vain kiusaamisen loppuminen, vaan se, ettei kenenkään tarvitse rakentaa identiteettiään muiden polkemisen varaan."

Vahvuudet esiin! -näkökulma tekijän tukena - Vahvuusperustainen tuki kiusaajalle

Miten voimme soveltaa mallin oppeja kiusaajan kohtaamisessa?

Vääristyneestä vahvuudesta aitoon vahvuuteen:

- Tekijällä on usein sosiaalista älykkyyttä ja johtajuutta, mutta niitä käytetään väärin.
- **Tuki:** Autetaan tekijää tunnistamaan nämä ominaisuudet ja kääntämään ne muiden tukemiseen / auttamiseen.

Empatiataitojen vahvistaminen:

- Hyödynnetään mallin työkaluja tunteiden tunnistamiseen. Kun tekijä oppii tunnistamaan omia vahvuuksiaan ja tunteitaan, hänen on helpompi ymmärtää myös uhrin kokemus.

Uusi rooli yhteisössä:

- Jälkihoidossa tekijälle tarjotaan mahdollisuus "korjata" tilanne ja löytää paikkansa ryhmässä positiivisten tekojen kautta.

Vahvuudet esiin!- kiusaamisen jälkihoitomallin[®] -koulutukset

- Maksuttomia koulutuksia eri alojen ammattilaisille
- Tilauskoulutuksina 2 x 3h
- Koulutuksessa saa koulutusmateriaalin sekä Vahvuudet esiin! – kiusaamisen jälkihoidon menetelmäoppaan
- Koulutuksesta on hyötyä kaikille, jotka työssään kohtaavat kiusaamista kokeneita tai heidän läheisiään
- Koulutukseen osallistuminen ei velvoita mihinkään



"Vahvuusperustaisuus ei ole ongelmien kieltämistä, vaan niiden kohtaamista niillä työkaluilla, joita yksilöllä jo on tai joita hän voi kehittää."

KIITOS

Kiusaamisasioiden tuki- ja
neuvontakeskus

VALOPILKKU
valopilkkuja.fi

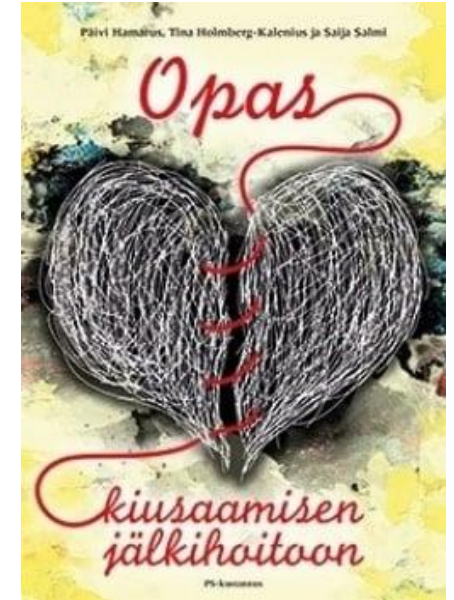
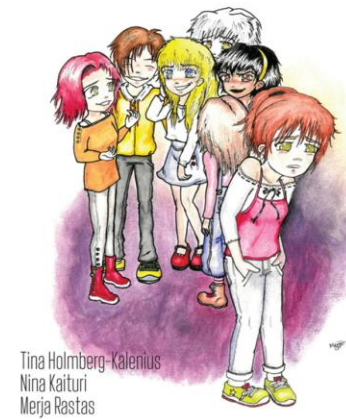


Kiusaamisasioiden tuki- ja neuvontakeskus Valopilkku



tukikeskusvalopilkku

“VAHINGOSSA HUITAISIN,
LÄPÄLLÄ HEITIN”
Vastuut, oikeudet ja ratkaisut
koulukiusaamistilanteissa



Harjulan
setlementti