

Tartu Ülikool
Sotsiaalteaduste valdkond
Psühholoogia instituut

Merilin Jürjo

**KOOLIKIUSAMISKOGEMUSE SEOSSED SITUATSIOONIPÕHISTE HINNANGUTE
JA TOIMETULEKUSTRATEEGIATEGA**

Magistritöö

Juhendaja Astra Schults, PhD

Läbiv pealkiri: Koolikiusamise hinnangud ja toimetulekustrateegiad

Tartu 2020

**Koolikiusamiskogemuse seosed situatsioonipõhiste hinnangute ja
toimetulekstrateegiatega**

Kokkuvõte

Kiusamine on probleem, mis vaevab suurt osa kooliõpilastest, kuid millele pole jätkuvalt head lahendust leitud. Käesolevas magistritöös uuriti kiusamise seoseid kiusamisolukorra düsfunktsionaalsete hinnangute ning toimetulekstrateegiatega, lähtudes nii kiusaja kui ohvri vaatepunktist eraldi. Uuringus osalejad (N=60) hindasid kiusamisolukordi vinjettide alusel, lisaks hindasid nad etteantud toimetulekstrateegiade kasulikkus ning kas nad on neid enne kuulnud ja/või kasutanud. Ohvri ja kiusaja roll määrati Olweuse ohver-kiusaja küsimustiku alusel. Tulemustest selgus, et ohvrid hindavad kiusamisolukordi vähem negatiivseks kui mittekiusajad. Toimetulekstrateegiade kasutamises gruppidevahelisi erinevusi ei ilmnenud, küll aga teadsid kiusajad mitteadaptiivseid strateegiaid rohkem kui mittekiusajad. Viimaseks leiti, et düsfunktsionaalsed hinnangud kiusamisolukordadele toimetulekstrateegiade kasutamist ei mõjutanud, küll aga olid omavahel positiivselt seotud düsfunktsionaalne hinnang ning uskumine mitteadaptiivsete strateegiade kasulikkusesse. Magistritöö järeldeb, et kiusamise oluline mõjutegur võib olla pigem kognitiivne ning seotud ohvri uskumustega.

Märksõnad: koolikiusamine, düsfunktsionaalsed hinnangud, toimetulekstrateegiad

Associations of situation-based evaluations and coping strategies with school bullying experiences

Abstract

Bullying is a problem which is part of many schoolchildren's lives, but it still does not have a final solution. In this paper, associations between dysfunctional evaluations of bullying situations and coping strategies were researched. Participants (N=60) had to evaluate different bullying situations described by vignettes and also evaluate the given coping strategies by deciding how useful these are, have they heard about these, or ever used these. The role of victim or bully was determined by Olweus Bully/Victim Questionnaire. Results suggest that victims evaluate bullying situations less negatively than non-victims. Usage of coping strategies did not differ between groups, but bullies proved to know more maladaptive strategies than non-bullies. Finally, dysfunctional evaluations did not affect the usage of coping strategies. Positive relation was found between dysfunctional evaluations and beliefs about the usefulness of maladaptive strategies. This master thesis suggests that a significant factor of bullying might be cognitive and related to the beliefs of a victim.

Keywords: school bullying, dysfunctional evaluations, coping strategies

Sissejuhatus

Kiusamine on kahtlemata üks negatiivsemaid kogemusi, mis lastega koolis juhtuda saab. Olweus (1993) on defineerinud kiusamist kui agressiivse käitumise üht alaliiki, kus isiku või grupi osas, kes ei suuda ennast kaitsta, sooritatakse korduvat tahtlikku agressiivset käitumist. Seega on kiusamine korduv tahtlik tegevus, mis kahjustab ohvrit füüsiliselt ja/või vaimselt. Volk, Dane ja Marini (2014) defineerivad kiusamist samuti kui agressiivset eesmärgipärast käitumist, mis kahjustab teist indiviidi võimu tasakaalutuse kontekstis. Siinkohal on olulised just eesmärgipärasus, võimu ebavõrdsus ja kahju. Kahe erineva definitsiooni ühisnimetajad on agressiivsus ja tahtlik kahju, mis rõhutavad antud käitumise peamisi negatiivseid külgi. Kuigi kiusamine on muutunud järjest olulisemaks küsimuseks, millega tegeletakse ning mille vastu rakendatakse erinevaid sekkumisprogramme (nt KiVa programm vt Kiusamisvaba kooli kodulehekülg, 2020), on probleem jätkuvalt aktuaalne. Näiteks 2018. aasta PISA uuring toob välja, et kiusamist on kogunud 25% õpilastest (Haridus ja teadusministeerium, 2019). Seega annab iga neljas õpilane põhjust jätkuvalt kiusamisest rääkida ning otsida uusi võimalusi selle probleemi vähendamiseks.

Kiusamist on liigitatud erinevalt. Olweus (1993) jagas kiusamise kaheks: otsene kiusamine (nt ohvri ründamine) ja kaudne kiusamine (nt sotsiaalne isolatsioon). Lisaks traditsioonilisele lähenemisele on mitmed uurijad lähenenud küsimusele ka kolmese jaotisega: füüsiline (nt löömine ja tõukamine), verbaalne (nt ähvardamine, mõnitamine ja solvamine) ja psühholoogiline kiusamine (nt sotsiaalne isolatsioon) (vt nt Orpinas ja Horne, 2006). Samuti tuuakse eraldi välja küberkiusamist ja seksuaalset kiusamist (Sittichai ja Smith, 2018; Smith, 2016). Millist tüüpi kiusamist kasutatakse, sõltub mitmetest teguritest, millest enim esinevad on sugu ja vanus. Uuringute järgi on poiste hulgas rohkem füüsilist, tüdrukute puhul aga kaudset kiusamist (nt Demirbağ jt, 2017). Vanuseliselt on leitud, et füüsilist kiusamist kasutavad pigem nooremad, vanemate laste kiusamiskäitumine on kaudne (Smith, 2016).

Kiusamises osalejatena saame vaadata kiusajat, ohvrit ja ohver-kiusajat¹ (lisaks ka pealtvaataja, kes aga protsessi ise ei sekku). Kiusajat iseloomustab tavaliselt agressiivsus ning nauding teiste üle domineerimisest (Carney ja Merrell, 2001), soov ja vajadus olla populaarne (Sijtsema, Veenstra, Lindenberg ja Salmivalli, 2009) ning lisaks võivad nad olla impulsiivsed, temperamentsed ja madala frustratsioonitaluvusega (Olweus, 1993). Kiusajad tulevad tihti konfliktsemast kodusest keskkonnast (Cook jt, 2010) ning nende tutvusringkond on oma

¹ Käesolevas uuringus ohver-kiusaja rolli ei käsitleta, mistõttu ei kirjeldata teda ka täpsemalt.

käitumiselt düsfunktsionaalsem (agressiivsem, illegaalseid tegevusi kaasav) (Keelan, Schenk, McNally ja Fremouw, 2014). Ohvrid on tihti passiivsed ja alluvad, vaid väikesel osal esineb agressiivset käitumist (Brockenbrough jt, 2002). Olweus (1993) toob välja, et ohvri puhul on füüsiline pool eriti oluline, seda nii välimuselt kui ka spordi või muu füüsilist aktiivsust nõudva tegevuse juures – ohvrid näevad füüsiliselt välja nõrgemad ja vähem atleetlikumad. Lisaks on ohvrid vaiksemad, ebakindlamad ja ärevamad ning nad on tihti hüljatud, s.t neil on väiksem sotsiaalne toetus, vähem sõpru, ja nad on rohkem üksi (Olweus, 1993; Kilpatrick Demaray ja Kerres Malecki, 2003). Seda kinnitavad ka Fox ja Boulton (2006), kes on leidnud, et kaitsefaktor kiusamise vastu on kvaliteetsed sõprussuhted. Lisaks on Poon (2016) leidnud oma uuringus, et ohver on seotud ka impulsiivsete otsustega ning võib panna ennast riskantsetesse situatsioonidesse, kuna alahindab nende riski ja ülehindab nendest saadavat võimalikku kasu.

Peale selle, et koolikiusamine mõjutab koolikeskkonda, laste omavahelisi suhteid ning heaolu, on see seotud mitmete teiste kaugele ulatuvate negatiivsete tagajärgedega. Näiteks on mitmed autorid välja toonud seoseid meeleoluhäirete, suurenenud suitsiidiriski ja madala enesehinnanguga (Cénat, jt, 2014; Rigby, 2003; Hesapçioğlu, Meraler, Ercan, 2018). Minkkinen (2014) toob välja, et koolikiusamine on seotud depressioonisümptomitega, rõhutades sellega kooli erinevate aspektide (s.t keskkond, koolis valitsevad suhted jne) olulisust lapse vaimsele tervisele. Obrdalj jt (2013) leidsid oma uuringus, et kiusamise osalistel on oluliselt rohkem traumasümptomeid kui pealtvaatajatel. See tähendab, et neil õpilastel on sagedamini ärevust, viha, posttraumaatilist stressi ja dissotsiatsiooni; samuti leiti seoseid depressioonisümptomitega. Seega ei jää kiusamine mitte ainult kooliseinte vahele, vaid mõjutab sellesse kaasatud erinevate tegurite kaudu muudiski elu valdkondades.

Konfliktide ja kiusamisolukordade hinnangud

Kiusamist võivad esile kutsuda väga mitmed tegurid. Näiteks Brewer, Meckley-Brewer ja Stinson (2017) leidsid, et olulised mõjutajad on hirm ründamise ees ja häiritus teiste õpilaste poolt. Olafsen ja Viemerö (2000) aga tõid välja toimetulekustrateegiate puudumise, mistõttu kasutatakse ebameeldivate olukordade lahendamiseks agressiooni ja enesehävituslikke käitumisviise. See tähendab, et esimese puhul võib kiusamisolukorda mõjutada laste tajus, kas olukord on ohtlik või mitte, teise puhul aga ei osata probleemseid olukordi lahendada funktsionaalsel viisil. Mõlemad on aga kiusamise kujunemisel ja püsimisel olulise mõjuga.

Vaatame esmalt (kiusamis)olukordadele antavaid hinnanguid ja nende mõju käitumisele. Laste hinnangute kujunemise puhul mängib olulist rolli täiskasvanute hinnang, olgu see siis õpetaja,

ema või isa (Mishna, Pepler ja Wiener, 2006; Bouchard ja Smith, 2017; Harger, 2019). Näiteks on leitud, et lastel on tihti keeruline kiusamist kirjeldada, samal ajal on aga laste ja vanemate vaated kiusamisele sageli üksteisest erinevad. See omakorda mõjutab, kuidas erinevaid olukordi tõlgendatakse ning mida edasi tehakse. Vanemate ja laste erineva hinnangu puhul muutub oluliseks, kuidas vanem lapse murele reageerib, samuti on sellel otsene mõju lapse probleemilahenduskäitumisele, näiteks, kas laps läheb abi küsima/otsima (Mishna, Pepler ja Wiener, 2006). Kiusamisolukordade märkamise ja tõlgendamise olulisust on välja toonud teisedki autorid. Näiteks võivad lapsed konflikte valesti hinnata, see tähendab, et usuvad ise, et neid kiusatakse, kuigi kõrvaltvaatajate või kaaslaste poolt selline arvamus puudub. See omakorda suurendab negatiivset (näiteks agressiivset) käitumist teiste ning negatiivseid tundeid (näiteks ärevus ja depressiivsus) iseenda osas (Hwand jt, 2017). Jack ja Egan (2017) on uurinud noorte mõttemustreid ning leidnud, et kiusamine ja paranoidne mõtlemine on omavahel seotud. Täpsemalt: paranoidse mõttemustriga õpilased võivad hinnata neutraalseid stiimuleid ohtlikuks ehk ülehindavad ohtu.

Ohvrite endi arvamused, miks kiusamisolukorrad ei lahene, viitavad samuti olukorraspetsiifilistele hinnangutele. Õpilaste sõnul on nende jaoks kiusamine piinlik, nad tunnevad häbi ja süüdistavad ennast; samuti toovad noored välja hirmutunde, et olukord läheb hullemaks, ja usaldamatuse, mis on seotud veendumusega, et keegi ei aita neid (Kanetsuna, Smith, Morita, 2006). Lisaks reflekteeritakse kiusamisolukordade puhul tihti üksildustunnet, võimutunde puudumist ning üle jõu käivaid kiusamisolukordi (Skrzypiec, Slee, Murray-Harvey, Pereira, 2011). Mitmed uuringud on leidnud, et ohver usub, et tema enda käitumine on häiriv või ärritav, mis kutsubki kiusajas esile kiusamisreaktsiooni (Smith jt, 2004).

Side'i ja Johnsoni (2014) uuringust selgub, et kiusamine mõjutab noorte subjektiivsust; antud juhul millisena noor ise tajub oma (sotsiaalset) positsiooni ning millises positsioonis omakorda tema kaaslased usuvad teda olevat. Kiusamise tõttu muutub noorte vaade iseendale ja teistele – gruppi kuulumise normist lähtuvalt tajutakse iseennast teistest eakaaslastest erinevana ning sellest tulenevalt ka gruppi mittekuuluvana. Ohvrile tundub, et mitte kiusamine pole väär, vaid hoopiski tema enda identiteet pole aktsepteeritav. Sellega põhjendab ohver enda jaoks kiusamise ära ning kuna ta ei pea selle tulemusel iseenda olemust piisavalt heaks, ei saa ta enam vabalt olla „tema ise“. Seega, õpilased annavad üksteisele hinnanguid, mis muudavad taju endast, teistest ja kiusamisest kallutataks. Kallutatatus tuleb esile ka Novin jt (2016) uuringust, kes uurisid sidususe tunnet (*sense of coherence*) ehk indiviidi võimet sobivalt ja adaptiivselt reageerida keerulistele väljakutset nõudvatele situatsioonidele. Antud uuringus vaadati

sidususe tunde seost ärrituvuse ja ebameeldivustundega ning uuringu autorid järeldasid, et kui noortel on veendumus, et nad tulevad toime stressirohkete olukordadega ega tõlgenda neid kui ohtlikke, siis käituvad nad vähem agressiivsete ja vaenulikena. Sellest võime omakorda järeldada, et noored, kellel puudub veendumus enda toimetuleku osas, on rohkem kallutatud reageerima (ehk tõlgendama olukordi) negatiivselt ja ärritatult.

On leitud, et otsesele ja kaudsele kiusamisele antakse erinevaid hinnanguid. Täpsemalt, kaudset kiusamist ei tõlgendata tihti nii tõsise või olulisena (Mishna, Pepler, Wiener, 2006), mis tähendab, et näiteks ignoreerimist või indiviidi teadlikku kõrvale jätmist ei peeta alati kiusamiseks. Seetõttu ei märgata ka selle võimalikku kahju. Lisaks olukordade ebakorrektsesse tõlgendusele hinnatakse valesti erinevaid toimetulekustrateegiaid. Mishna, Pepler ja Wiener (2006) toovad oma töös välja, et tihti antakse sellistele strateegiatele nagu „abi küsimine“ negatiivne hinnang, kuna ei usuta nende tõhusust. Samuti hinnatakse tüdrukute kaudset kiusamist uuringus osalejate poolt pigem kiusaja isiksusest tulenevaks eripäraks kui ebasobivaks käitumiseks. See hinnang omakorda mõjutab aga nii strateegiate valikut olukorraga toimetulekul kui ka üleüldist suhtumist teema tõsidusse, jättes abivajajad üksi või pisendades nende muret.

Kiusamisolukorraga mittetegelemine või kiusamismure pisendamine võib viia nii abituse ja ükskõiksuseni (Hunter ja Borg, 2006) kui ka kohanemiseni (*familiarization*), mis tähendab, et laps lepih nii kiusamisega kui sellega, et see tema elu iseloomustab (Thornberg, 2010). Kohanemise tulemusena loobuvad lapsed tihti abi otsimast (Thornberg, 2010), mis on sarnane „õpitud abituse“ kontseptsioonile (Seligman, 1975): laps on veendunud, et miski ei päästa teda ning ta ei saa kuidagi oma olukorda muuta. Selle tulemusel jääb ta ohvriks ka hetkel, kui tegelikult oleks võimalik kiusamisolukord lõpetada. Selline passiivne kiusamise all kannatamine toob aga pikemas perspektiivis kaasa mitmeid enesetõhususe (Kokkinos, Panagopoulou, Tsolakidou, Tzeliou, 2015) ning vaimse tervise (Mills, Guerin, Lynch, Daly, 2004) probleeme.

Mõned uuringud toovad välja ka funktsionaalsete hinnangute mõju ja olulisuse. Hunter ja Boyle (2002) on leidnud, et õpilased, keda kiusatakse lühemat aega, raporteerivad oluliselt suuremat kontrollitunnet kui need, kes on pikka aega kiusamise all kannatanud. O'Moore ja Kirkham (2001) rõhutavad enesehinnangu mõju ja toovad esile, et õpilased, kes hindavad ennast väärtuslikuks, on vähem kaasatud kiusamiskäitumisse. Seega võib positiivne ja ennast toetav hinnang (s.h enesekindlus) olla heaks aluseks adaptiivsete strateegiate kasutamiseks, nagu väidavad ka Parris jt (2019).

Toimetulekustrateegiad kiusamisega toimetulekuks

Selleks, et erinevaid elusituatsioone lahendada, kasutame tihti väljakujunenud toimetulekustrateegiaid. Lazarus (2006) defineerib toimetulekut kui indiviidi suutlikkust tulla toime keskkondliku stressiga ja sellest tulenevate emotsioonidega. Stressoritega toimetulek on omakorda seotud psühholoogilise ja emotsionaalse heaoluga ning on võtmeteguriks emotsioonide töötlemisel (Lazarus, 2006). Kõige sagedamini jagatakse toimetuleku jaoks kasutatavaid strateegiaid kaheks: emotsioonikeskseks (*emotion-focused*) ja probleemikeskseks (*problem-focused*). Emotsioonikesksed strateegiad on need, millega soovitakse reguleerida stressiga seotud emotsionaalset tulemit, näiteks muusika kuulamine, nutmine, rahustav hingamine. Probleemikesksed on need strateegiad, mis hõlmavad probleemist mõtlemist, analüüsimist, võimalike lahenduste leidmist ja võimalusel nende rakendamist. Sellised strateegiad võivad olla näiteks õpetaja teavitamine, kiusajaga vestlemine, järgmise tegevuse välja mõtlemine (Tenenbaum jt, 2011). Lisaks on probleemikesksete strateegiatena välja toodud kiusajas empaatia äratamine ja enesekaitse, aga ka enese eest (pidevalt) seismine. Kõige enamkasutatavamateks strateegiateks on peetud abi otsimist ja verbaalselt või füüsiliselt kiusajale vastu hakkamist (Evans, Smokowski ja Cotter, 2017).

Hunter ja Boyle (2004) toovad oma uuringus välja, et toimetuleku võiks tavapärase kahese jaotuse asemel jagada hoopiski neljaks. Need neli kategooriat oleksid probleemikeskne, sotsiaalse toetuse otsimine (*seeks social support*), soovmõtlemine (*wishful thinking*) ja vältimine (*avoidance*). Nende uuring põhineb Halstead jt (1993) mudelil ning nende sõnul võiks tegemist olla toimetulekustrateegiate põhimudeliga. Probleemikeskset lähenemist iseloomustavad näiteks kogemusest positiivse õppimine, samm-sammult probleemilahenduse poole liikumine, probleemile erinevate lahenduste leidmine jne; sotsiaalse toetuse otsimine sisaldab näiteks oma tunnetest kellelegi rääkimist, eeskujuks olevalt inimeselt nõuannete küsimist ja nende järgimist jne; soovmõtlemine hõlmab imede ootamist, oma enesetunde muutmise võimalust jne. Vältimine aga tähendab soovi kõiki oma tundeid endale hoida ja teesklemist, et midagi ei ole juhtunud.

Strateegiakesksele lähenemisele lisaks on võimalik vaadata toimetulekustrateegiaid ka kui adaptiivseid ja mitteadaptiivseid ehk kas toimetulekustrateegia aitab probleemiga toime tulla või pigem pärsib seda (Paul, Smith ja Blumberg, 2012). Näiteks vältimistehnika alla kuuluv koolist puudumine võib aidata hetkeks leevendada kiusamist, kuid ei lahenda pikas perspektiivis probleemi ning kaasab endaga veel teisi muresid nagu lüngad õpitöös ja konfliktid vanematega/õpetajatega. Kättemaksu otsimine võib olla viis, kuidas viha väljendada, kuid selle

tulemusena tihti kiusamine suureneb (Kochenderfer-Ladd, 2004). Seega pole kõik kasutatavad strateegiad ühtmoodi kasulikud ja toetavad, vaid võivad hoopiski probleemi süvendada. Kõige vähemkasulikuks strateegiaks on nimetatud probleemide internaliseerimist, kus negatiivsed emotsioonid suunatakse iseendale, samas kõige kasulikumaks strateegiaks on peetud perelt ja õpetajatelt abi otsimist (Paul, Smith ja Blumberg, 2012).

Adaptiivsete strateegiate kasulikkust toovad esile mitmed uuringud. Smith ja Shu (2000) leiavad oma uuringus, et abi otsimine ja õpetajatele rääkimine parandab ohvrite olukorda ning suurendab toimetulekut. Garnefski ja Kraaij (2014) toovad esile kognitiivse lähenemise, täpsemalt strateegiad positiivsele keskendumine ja positiivne ümberhindamine, mis vähendavad nii ärevust kui kiusamist. Seega võime eeldada, et mitteadaptiivse strateegia muutmisega adaptiivseks muutub ka kiusamisolukord ning noore toimetulek.

Lisaks eelnimetatutele on uuringud kaardistanud veel mitmeid strateegiaid, mida lapsed kasutavad. Näiteks Watson, Rapee ja Todorov (2017) toovad välja andestamise, mis vähendab viha võrreldes sellega, kui kasutatakse strateegiaid kiusajat vältida või kättemaksu planeerida. Zimmer-Gembeck, Lees ja Skinner (2011) toovad edukate strateegiatena välja probleemilahendusoskuse ja abi otsimise. Tenenbaum jt (2011) on leidnud samuti, et kõige enam kasutatav strateegiakategooria on probleemilahendusoskused, nendest täpsemalt eksternaliseerimine ehk oma emotsioonide välja elamine kellegi või millegi muu peal ja sotsiaalse toetuse otsimine. Lisaks on leitud, et lapsed kasutavad ignoreerimist, füüsilist või verbaalset kättemaksu, sotsiaalse olukorraga manipuleerimist (s.t teiste õpilaste lähedal olemine, kooli vältimine) (Naylor, Cowie ja del Rey, 2001), lõpetamise palumist, kiusamisjuhtude salvestamist või üleskirjutamist ning uute sõprade leidmist (Sittichai ja Smith, 2018). Mitmeid strateegiaid saab vaadata lisaks kas passiivse või aktiivsena: esimene tähendab, et me üritame olukorraga toime tulla sellesse sekkumata, teine aga, et muudetakse midagi oma käitumises.

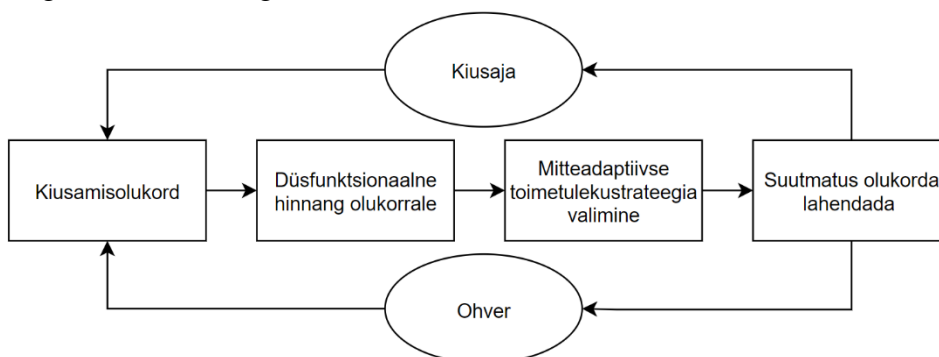
Toimetulekustrateegiate vahel valimine ning nende kasutamine sõltub mitmetest erinevatest teguritest. Esiteks on leitud, et erinevas vanuses lapsed kasutavad erinevaid strateegiaid, mis näitab, et mõningad oskused on välja kujunenud juba suhteliselt noortel inimestel, kes siis vastavalt oma suutlikkusele neid ka kasutavad. Näiteks nooremate kui 10-aastaste laste peamised kasutatavad strateegiad on nutmine või ära jooksmine; vanemad kui 10-aastased aga kasutavad strateegiaid nagu ignoreerimine, lõpetada palumine, täiskasvanult abi otsimine ja vastu hakkamine (Smith, Shu ja Madsen, 2001). Sellele lisaks mõjutab valikut ka sugu. Kristensen ja Smith (2003) toovad välja, et tüdrukud kasutavad pigem sotsiaalse toetuse

otsimist ja internaliseerimist, poisid aga eksternaliseerimist. Naylor, Cowie ja del Rey (2001) toovad oma uuringus olulise mõjutegurina lisaks välja koolikeskkonna ja sotsiaalse toetuse. Täpsemalt, sotsiaalse suhtlusringkonna olemasolu soodustab seda, et laps räägib kellegagi oma kiusamiskogemusest; koolikeskkond mõjutab aga sellega, milline mentaliteet koolis valitseb probleemidest (k.a kiusamisest) rääkimise osas. Seega esineb nii personaalseid kui ka keskkondlikke tegureid, mis lõpuks suunavad last keerulistes olukordades enda toimetuleku osas otsuseid langetama.

Kõigest hoolimata leidub mitmeid lapsi, kes n-ö ei vali üldse strateegiat ning lasevad probleemil sekkumata püsida. Näiteks Fekkes, Pijpers, Verloove-Vanhorick (2005) toovad oma uuringus esile, et ligi pooled ohvritest ei räägi oma probleemist täiskasvanule ja seega ei küsi ka abi. Seega leidub mitmeid lapsi, kes justkui jäävad (adaptiivsete) strateegiate valimise või kasutamisega mingil põhjusel hätta, suutmata tänu sellele ka kiusamisolukorrast väljuda. Tõstatub küsimus, millised tegurid veel sellist destruktiiivset käitumist üleval hoiavad.

Uurimuse eesmärk ja hüpoteesid

Käesolevas töös uuritakse, kuidas on omavahel seotud koolikiusamine (nii füüsiline kui verbaalne), kiusamisolukordadele antavad hinnangud ning toimetulekustrateegiad. Täpsemalt, milliseid hinnanguid annavad kiusajad ja ohvrid kiusamisolukordadele ning kas kiusajaks või ohvriks olemist saab ennustada adaptiivsete ja mitteadaptiivsete toimetulekustrateegiate teadmise ja/või kasutamise abil. Töös lähtutakse eeldusest, et kiusajad ja ohvrid annavad olukordadele düsfunktsionaalseid hinnanguid, mis pole kooskõlas reaalse situatsiooniga. Näiteks tõlgendavad nad olukordi ohtlikuks, ennast abituks jne ning sellest lähtuvalt valivad ka toimetulekustrateegiaid, mis pole antud olukorras toetavad. Võimalikke seoseid eelnevalt nimetatud tegurite vahel ning sellest tulenevat kiusamist alal hoidvat n-ö „nõiaringi“ on



Joonis 1. Kiusamist mõjutavate tegurite omavahelised seosed.

kujutatud joonisel 1.

Magistritöö tulemusena saame rohkem teada, kas ja kui palju on kiusamine seotud kiusamisolukordadele antavate hinnangutega, kui palju mõjutavad toimetulekustrateegiad kiusamiskäitumist ning kas me peaks kiusamisprobleemi lahenduse leidmiseks neile rohkem tähelepanu suunama.

Töös on püstitatud järgnevad hüpoteesid

- Ohvrid ja kiusajad annavad olukordadele rohkem düsfunktsionaalseid hinnanguid võrreldes mitteohvrite ja mittekiusajatega.
- Ohvrid ja kiusajad teavad ja kasutavad võrreldes mitteohvrite ja mittekiusajatega rohkem mitteadaptiivseid toimetulekustrateegiaid.
- Ohvrid ja kiusajad teavad ja kasutavad võrreldes mitteohvrite ja mittekiusajatega vähem adaptiivseid toimetulekustrateegiaid.
- Olukordadele antavad düsfunktsionaalsed hinnangud on positiivselt seotud mitteadaptiivsete toimetulekustrateegiatega.

Meetod

Valim

Uuringus osalesid Eesti üldhariduskoolide 7.-9. klassi õpilased vanuses 13-16 aastat ($m = 14$). Valimi suurus oli 60 õpilast, neist poisse oli 27 (45%) ja tüdrukuid 33 (55%). Valimi väiksus tuleneb uuringu läbiviimise ajal COVID-19 viiruse tõttu kehtestatud eriolukorrast, kus küsimustikega andmete kogumine peatati koolide sulgemise tõttu. Küsimustikud lisati TÜPH uuringute keskkonda KAEMUS ning loodi võimalus neid täita kodustes tingimustes. Sellest tulenevalt võeti ühendust üle saja kooliga üle Eesti, millest uuringus osalema nõustus viis. Peamised põhjused, miks uuringust loobuti oli eriolukorrast tulenev koormuse suurenemine ning õppetöö üleviimine digitaalsele kujule, millest tulenevalt ei soovinud koolid anda õpilastele lisategevusi.

Koolide valikul välistati erakoolid, erikoolid, võõrkeelsed koolid, usuliste kallakutega koolid, koolivormidega koolid ning koolid, mis on sidunud end KiVa projektiga. Era- ja erikoolid välistati, kuna nendes koolidesse õppima pääsemine on piiratud ning seega pole sealne valim enam täiesti juhuslik; sarnasel põhjusel – õppima pääsemise kriteeriumite kitsendus – laieneb ka võõrkeelsete ja usuliste kallakutega koolidele, kus esimese puhul on üldvalimist eristavaks tunnuseks keel (mis võib tähendada teistsugust kultuurilist tausta), teisel aga usk (mis võib viidata teistsugusele väärtussüsteemile). Koolivormiga koolid välistati, kuna ühtne koolivorm ühtlustab õpilasi ja toob vähem esile õpilaste perede sotsiaalmajandusliku tausta erinevusi. Sotsiaalmajandusliku tausta erinevus, mis väljenduvad ka õpilaste riietuses, võib olla kiusamise üks mõjutegureid. KiVa projektiga liitunud koolid välistati ennetamaks olukorda, kus võrreldakse omavahel koole, mis on seotud ülekoolilise kiusamisvastase programmiga ning koole, milles pole otseselt kasutusel ühtki kogu kooli hõlmavat programmi.

Mõõtevahendid ja protseduur

Luba uuringu läbiviimiseks saadi Tartu Ülikooli inimuuringu eetikakomiteelt (loa nr 299/T-12). Kõiki uuritavaid informeeriti eelnevalt uuringu eesmärkidest ning nii lapsevanemad kui ka uuringus osalejad andsid oma nõusoleku informeeritud nõusolekuvormi kaudu. Uuringus osalemine oli vabatahtlik ja kõik osalised said soovi korral igal ajal uurimusest loobuda. Uuringu lõpus sai iga õpilane endale lühikese toimetulekustrateegiate nimekirja, et suurendada õpilaste teadlikkust ning tõsta uuringust saadavat kasutegurit õpilastele.

Käesoleva magistritöö andmed koguti koos Riin Leasega ning andmeid kasutati ka tema magistritöös.

Olweuse kiusaja-ohvri küsimustik

Kiusaja-ohvri kogemuse määramiseks kasutati Olweuse kiusaja-ohvri küsimustiku (Solberg & Olweus, 2003) eestikeelset adaptiooni (Treial, 2016). Tegemist on enesekohase ankeediga, mida täidetakse anonüümselt. Küsimustik koosneb kahest osast: esimese osa väited on teiste kiusamise kohta, teises osas on väited kiusamise all kannatamise kohta. Nii õpilase enda kiusamiskäitumise kui ka ohvriks olemise kohta on 9 väidet (kokku 18). Kõigile küsimustele on viis vastusevarianti: „Seda ei ole üldse juhtunud“; „Ainult üks või kaks korda“; „2-3 korda kuus“; „Umbes korra nädalas“; „Mitu korda nädalas“. Vastused kodeeritakse viiepunktilisele skaalale vahemikus 1-5. Küsimustiku algusesse on lisatud kirjeldus, mis on kiusamine ja kuidas selle ära tunneb, mis aitab kaasa sellele, et kõik täitjad lähtuvad samast definitsioonist. Kiusajaks või ohvriks saab nimetada õpilast, kes antud küsimustiku järgi on teist õpilast kiusanud või keda on kiusatud vähemalt „2-3 korda kuus“ (äralõikepunkt) (Solberg ja Olweus, 2003).

Vinjetid

Õpilastele esitati 8 vinjetti ehk kiusamist kirjeldavat olukorra lühikirjeldust, mille puhul pidid lapsed hindama pidevskaalal „üldse mitte — väga palju“, kuidas antud vinjeti tegelane kirjeldatud olukorda hindab (nt „Kui ohtlik see olukord Einarile tundub?“). Esitatud skaalasisid oli 7, sellele lisaks oli iga vinjeti lõpus esitatud kaks lisaküsimust: 1) kui hästi Sina antud olukorraga toime tuleksid?, b) mida (antud tegelase nimi) selles olukorras teha võiks? Vinjettide koostamisel on lähtutud Olweuse küsimustikust (Solberg & Olweus, 2003).

Vinjetid esitasid identseid olukordi nii kiusaja kui ka ohvri vaatepunktist. See tähendab, et olukordade kirjeldustes oli muudetud ainult isikut (nime või asesõna) ja vaatenurga muutusest tulenevalt minimaalselt sõnastust. Näiteks:

Einar

Einari klassikaaslased mängivad vahetundide ajal koolimaja taga jalkat. Viimasel ajal on hakatud Einarit mängudest välja jätma ja ignoreerima. Alguses ei söötnud keegi talle palli, nüüd aga ei kutsuta teda mängima. Kui Einar ise avaldab soovi teistega mängida, ei tehta temast välja. Meeskonnad moodustatakse nii, et kapten lihtsalt ei vali teda ning Einar jäetakse mängu pealt vaatama.

Kalle

Kalle mängib koos klassikaaslastega vahetundide ajal koolimaja taga jalkat. Viimasel ajal on ta hakanud ühte oma klassivenda mängudest välja jätma ja ignoreerima. Alguses ei söötnud ta talle palli, nüüd aga ei kutsu ta teda isegi mängima. Kui see klassivend ise avaldab soovi teistega mängida, siis ei tee Kalle temast välja. Meeskonnad moodustatakse nii, et kapten Kalle lihtsalt ei vali teda ning see klassivend jäetakse mängu pealt vaatama.

Toimetulekustrateegiate nimekiri

Uuringu lõpus esitati õpilastele nimekiri 22 kõige levinuma toimetulekustrateegiaga, mille puhul paluti õpilastel märkida, milliseid neist on nad ise kasutanud või millest on ta varem kuulnud. Lisaks paluti hinnata skaalal 0-3 kui kasulikuks õpilane iga strateegiat peab. Toimetulekustrateegiate puhul oli võrdselt esitatud nii adaptiivsed kui ka mitteadaptiivsed strateegiaid, et tuvastada õpilaste võimalikku kallutatust.

Toimetulekustrateegiate nimekirja koostas magistritöö autor konkreetselt antud uuringu jaoks, põhinedes erialasel kirjandusel ja varasematel uuringutel. Nimekirja valiti toimetulekustrateegiad kirjanduse ülevaates välja toodud kategooriatest: probleemikesksed, sotsiaalsele toetusele tuginevad, emotsioonikesksed ja vältivad toimetulekustrateegiad. Probleemi- ja emotsioonikesksed toimetulekustrateegiad on jaotatud omakorda kaheks alamkategooriaks, et neisse kuuluvaid strateegiaid selgemini eristada. Kõigi töös kasutatud strateegiate nimekiri on lisas 1.

Andmeanalüüs

Andmete töötlemiseks kasutati vabavaralist statistilise analüüsi programmi RStudio (versioon 4.0.0, RStudio Team, 2020). Kasutatud on t-testi, lineaarset regressioonanalüüsi ja binaarset logistilist regressioonanalüüsi. T-testide puhul kontrolliti andmete vastavust normaaljaotusele Shapiro-Wilki testi ning asümmeetriakordaja ja järsakusastme abil. Vastavalt andmete jaotusele valiti kas Welch Two Sample T-Test või Mann-Whitney test. Binaarse logistilise regressioonanalüüsi puhul kasutati *Enter* meetodit ning analüüsimudelite koostamisele eelnevalt tehti korrelatsioonanalüüs multikollineaarsuse välja selgitamiseks ning sellest tulenevalt jäeti vajadusel tugevalt (s.t absoluutväärtusega $> 0,8$) korreleerunud tunnustepaarist üks tunnus välja. Korrelatsioonanalüüsides kasutati nii Pearsoni r (lineaarse regressioonanalüüsi eel) kui ka Spearmani ρ analüüsi (binaarse logistilise regressioonanalüüsi eel).

Tulemused

Rollijaotus, hinnangud kiusamisolukordadele ja toimetulekustrateegiatele

Käesolevas uurimistöös kvalifitseerus Olweuse ohver-kiusaja küsimustiku järgi ohvriks 23 õpilast (38%) ja kiusajaks 12 õpilast (20%); vastavalt sellele oli mitteohvreid 37 (62%) ja mittekiusajaid 48 (80%). Küsimustike tulemusi analüüsiti ohver-mitteohver ja kiusaja-mittekiusaja rollist eraldi. Selleks jaotati valim esmalt küsimustiku äralõikepunkti alusel kaheks: ohvrid (ületasid äralõikepunkti) ja mitteohvrid (jäid äralõikepunktist madalamale) ning viidi läbi vajaminevad statistilised analüüsid, saamaks teada ohvrite ja mitteohvrite gruppide vahelised seosed ja erinevused. Seejärel jagati valim taaskord küsimustiku äralõikepunkti alusel kaheks, seekord kiusajad (ületasid äralõikepunkti) ja mittekiusajad (jäid äralõikepunktist madalamale) ning korraldati analüüsi, mis viidi läbi ka ohver-mitteohver rühmadega. Kõigi rühmadega vaadati analüüsitavaid olukordi nii kiusaja kui ka ohvri perspektiivist. Töös pole käsitletud topeltrolli kiusaja/ohver.

Kiusaja ja ohvri poolt erinevatele kiusamisolukordadele antud hinnangute kirjeldav statistika on koondatud tabelitesse 1. Tabelis esitatud skoorid on kujunenud kiusamisolukordi kirjeldavate vinjettide hindamisest, kus neli vinjetti kirjeldasid kiusaja ja neli vinjetti ohvri vaatenurka. Iga kirjeldatud olukorda sai hinnata kõigil esitatud skaaladel 0-100. Hiljem koondati vastavalt ohvri ja kiusaja vaatepunktide vinjetid ning summeeriti kõik samasisuliste (nt kõik „alandava“, „kontrollitava“ jne) hinnangute skoorid. Selle tulemusena on võimalik näha, milliseid hinnanguid osalised kiusamisele üldiselt annavad ning vähendab juhuslikkust. Summeeritud skooride järgi on võimalik minimaalne skoor 0 ehk kõigi kirjeldatud olukordade puhul anti väärtus „üldse mitte“, mis tähendab, et skaalal esitatud hinnang ei kehti üldse kirjeldatud kiusamisolukorra kohta. Maksimaalne võimalik skoor on 400 ehk kõigi kirjeldatud olukordade puhul anti väärtus „väga palju“, mis tähendab, et skaalal esitatud hinnang kehtib väga palju kirjeldatud kiusamisolukorra kohta. Keskmise summaarne väärtus antud hinnangutel on 200.

Lisaks erialdiseisvatele hinnangutele on kasutatud ka kahte üldskoori: düsfunktsionaalsete ja funktsionaalsete hinnangute skooride summa. Düsfunktsionaalsete hinnangute kumulatiivne summa (edaspidi DHÜ) moodustub hinnangute „üle jõu käiv“, „ohtlik“, „vaenulik“, „alandav“, ja „ärritav“ eelnevalt summeeritud skooridest, funktsionaalsete hinnangute kumulatiivne summa (edaspidi FHÜ) moodustub hinnangute „kontrollitav“ ja „õiglane“ skooridest. DHÜ

Tabel 1

Kirjeldav statistika ohvri/mitteohvri ja kiusaja/mittekiusaja poolt kiusamisolukordadele antavate hinnangute osas nii kiusaja kui ka ohvri vaatenurgast lähtudes.

Hinnang kiusamisolukorrale	Ohver		Mitteohver		Kiusaja		Mittekiusaja	
	M (SD)	Vahemik	M (SD)	Vahemik	M (SD)	Vahemik	M (SD)	Vahemik
Kiusaja vaatenurk								
Üle jõu käiv	105 (79)	0-336	92 (91)	0-389	100 (102)	0-280	96 (84)	0-389
Kontrollitav	268 (92)	0-400	272 (109)	0-400	293 (100)	130-400	265 (103)	0-400
Ohtlik	104 (75)	11-331	76 (73)	0-310	100 (107)	0-331	83 (65)	0-310
Vaenulik	135 (69)	0-237	149 (111)	0-400	146 (112)	0-400	143 (94)	0-400
Õiglane	252 (85)	0-367	266 (108)	0-400	273 (109)	60-400	258 (98)	0-400
Ärritav	140 (76)	0-283	116 (89)	0-387	111 (97)	0-303	129 (83)	0-387
Alandav	126 (78)	0-254	106 (100)	0-387	94 (83)	0-265	119 (94)	0-387
Hakkama saamine	211 (83)	67-400	219 (121)	0-400	273 (86)	99-400	202 (108)	0-400
DHÜ	611 (302)	42-1136	538 (400)	18-1861	550 (394)	42-1310	570 (361)	18-1861
FHÜ	520 (151)	0-709	539 (192)	10-800	567 (181)	243-800	523 (176)	0-800
Ohvri vaatenurk								
Üle jõu käiv	303 (58)	149-382	328 (50)	224-400	324 (68)	149-400	317 (50)	224-400
Kontrollitav	143 (98)	11-372	101 (66)	0-288	121 (107)	0-372	116 (75)	11-368

Koolikiusamise hinnangud ja toimetulekustrateegiad 17

Ohtlik	209 (64)	91-333	254 (77)	46-371	244 (83)	98-370	235 (73)	46-371
Vaenulik	294 (44)	179-377	315 (72)	172-400	296 (86)	172-400	310 (57)	183-400
Õiglane	51 (40)	0-144	44 (42)	0-152	60 (40)	0-133	44 (41)	0-152
Ärritav	301 (49)	158-361	318 (69)	115-400	296 (82)	158-400	316 (56)	115-400
Alandav	302 (48)	179-399	328 (67)	112-400	322 (54)	223-400	317 (64)	112-400
Hakkama saamine	194 (71)	77-400	198 (104)	0-400	235 (111)	76-400	186 (85)	0-400
DHÜ	1410 (198)	995-1706	1543 (265)	902-1962	1481 (307)	995-1922	1494 (236)	902-1922
FHÜ	195 (119)	11-446	146 (94)	0-408	181 (132)	0-446	160 (99)	11-415

Tabel 2

Kirjeldava statistika analüüsis kasutatavate toimetulekustrateegiate erinevate näitajate kohta.

Adaptiivsete toimetulekustrateegiate näitajad	Ohver		Mitteohver		Kiusaja		Mittekiusaja	
	M (SD)	Vahemik	M (SD)	Vahemik	M (SD)	Vahemik	M (SD)	Vahemik
kasulikkus	8,6 (5,0)	0-16	10,8 (4,2)	0-21	11 (4,8)	0-17	9,6 (4,6)	0-21
teadmine	7,8 (3,9)	0-11	8,2 (3,2)	2-11	6,5 (2,6)	3-11	8,4 (3,5)	0-11
kasutamine	6,1 (3,2)	1-11	4,5 (3,8)	0-11	5,8 (3,9)	0-11	5,0 (3,6)	0-11
Mitteadaptiivsete toimetulekustrateegiate näitajad								
kasulikkus	18,7 (10,5)	0-32	23,1 (7,7)	0-33	20,6 (9,4)	0-33	21,7 (9,0)	0-32
teadmine	8,1 (3,6)	0-11	8,2 (3,6)	1-11	8,3 (2,3)	4-11	8,1 (3,8)	0-11
kasutamine	7,6 (2,6)	1-11	6,3 (4,0)	0-11	6,8 (3,4)	0-11	6,7 (3,6)	0-11

minimaalne võimalik skoor on 0, maksimaalne võimalik skoor on 2000; FHÜ minimaalne võimalik skoor on 0, maksimaalne võimalik skoor on 800. Mõlemad annavad võimaluse vaadata nii düsfunktsionaalsete kui funktsionaalsete hinnangute üleselt, kas neil võib kiusaja või ohvri rolli määramisel olla olulist mõju.

Tabelis 2 on toodud uuringus kasutatud 11 adaptiivse ja 11 mitteadaptiivse toimetulekustrateegia näitajad: kasulikkus, teadmine ja kasutamine. Kasulikkuse puhul oli osalistel võimalik hinnata skaalal 0-3, kui kasulik nende meelest antud strateegia on; hiljem summeeriti kõigi adaptiivsete ja mitteadaptiivsete strateegiate hinnangud. Summeeritud skooride järgi on võimalik minimaalne skoor 0 ehk ükski adaptiivne või mitteadaptiivne strateegia pole kasulik ning maksimaalne võimalik skoor 33 ehk kõik adaptiivsed või mitteadaptiivsed strateegiad on väga kasulikud. Teadmise ja kasutamise puhul oli võimalik osalistel märkida (eraldi), kas nad on kuulnud antud strateegiast ja/või kas nad on seda strateegiat kasutanud. Hilisemal skoorimisel said nii mittekuulmine kui ka mittekasutamine väärtuseks 0, kuulmine ja kasutamine väärtuseks 1. Mõlemad näitajad summeeriti (eraldi), kus saadi strateegiate teadmise ja kasutamise üldnäitajad. Mõlema näitaja minimaalne väärtus on 0, kus ühtegi strateegiat pole varem kuulnud ja/või kasutanud. Maksimaalne väärtus on 11, kus kõiki adaptiivseid või mitteadaptiivseid strateegiaid on kuuldud ja/või kasutatud.

Kiusamisolukordade düsfunktsionaalsed hinnangud eri rollides

Alustuseks hinnati, kui sarnased on ohvrite ja mitteohvrite ning kiusajate-mittekiusajate keskmised tulemused. Selle jaoks viidi vinjettide abil esitatud kiusamisolukordade hinnangute uurimiseks läbi t-testid. T-testidest selgus, et olulised erinevused ilmsid kiusajate/mittekiusajate grupi hinnangutes, mis olid antud kiusaja vaatenurgale; täpsemalt oli oluline erinevus hinnangus „hakkama saamine“ – kiusajad hindasid kiusajate hakkama saamist kiusamisolukorras oluliselt kõrgemaks kui mittekiusajad ($t = -2,4$, $df = 21$, $p < 0,05$). Ohver/mitteohver grupis, kus anti hinnanguid ohvri vaatenurgale, leidis oluline erinevus kiusamisolukorra ohtlikkuse ja alandavuse osas, samuti kumulatiivse düsfunktsionaalsete hinnangute üldskoori osas. Teistes olukordadele antavates hinnangutes olulist erinevust ei esinenud (tabel 3). Keskmiste tulemusi illustreerivad lisas 2 on välja toodud keskmised usalduspiiridega. Kuigi kõik hinnangud ei esinenud statistiliselt olulistena, võib joonisel märgata viie negatiivse hinnangu puhul viiest tendentsi, kuidas ohvrid hindavad süstemaatiliselt negatiivseid olukordi vähem negatiivsetena kui mitteohvrid ehk nende hinnang on normaliseeriv.

Kiusaja ja mittekiusaja grupid ohvri kiusamisolukorrale antavates hinnangutes ei erinenud. Samuti ei esinenud olulisi erinevusi ohvri ja mitteohvri grupis kiusaja olukorrale antavates hinnangutes.

Tabel 3

T-testi ja Mann-Whitney testi tulemused ohver/mitteohver gruppide võrdlemisel ohvri vaatenurga osas antud hinnangute järgi

Olukorrale antav hinnang	t/w	df	p
Üle jõu käiv	1,69	41	0,10
Kontrollitav ^a	325		0,13
Ohtlik	2,44	53	0,02
Vaenulik	1,42	58	0,16
Õiglane	-0,70	49	0,50
Alandav ^a	579		0,02
Ärritav	1,08	57	0,29
Hakkama saamine	0,17	57	0,86
DHÜ	2,22	56	0,03
FHÜ	-1,69	39	0,10

Märkus: ^a Mann-Whitney U test (w)

Vaatamaks, kas ja millised düsfunktsionaalsed hinnangud on kiusaja või ohvri grupiga seotud, viidi läbi korrelatsioonanalüüs. *Kiusaja* rühma puhul *kiusaja* vaatenurgale antud hinnangutes esines statistiliselt oluline korrelatsioon ainult kiusaja ja hakkama saamise vahel ($r_s = 0,3$; $p < 0,05$). *Ohvri* vaatenurgale antud hinnangutes olulist seost ei leidunud. *Ohvri* rühma puhul *kiusaja* vaatenurgale antud hinnangutes olulist korrelatsiooni ei esinenud. *Ohvri* rühma osas *ohvri* vaatenurgale leidusid olulised korrelatsioonid hinnangutega „ohtlik“ ($r_s = -0,3$; $p < 0,05$), „alandav“ ($r_s = -0,3$; $p < 0,05$) ja DHÜ-ga ($r_s = -0,3$; $p < 0,05$).

Vastavalt korrelatsioonanalüüsi tulemustele viidi läbi binaarne logistiline regressioonanalüüs, et näha, kas düsfunktsionaalsed hinnangud (sõltumatud muutujad) võiksid ennustada kiusaja või ohvri gruppi (sõltuv muutuja) kuulumist. Kiusajatele ja ohvritele tehti erinevaid mudeleid,

et oleks võimalik eristada just konkreetselt rolli ennustavaid tegureid. Selleks koostati kõigi uuringus kasutatavate hinnangutega eraldi mudelid, kus grupp (kiusaja või ohver) oli sõltuv muutuja ning hinnang täitis sõltumatu muutuja rolli. Hinnanguid vaadati erinevalt nii kiusaja kui ohvri vaatenurgast.

Kiusaja rühma puhul *kiusaja* vaatenurgale antud hinnangutest ennustas „hakkama saamine“ rühma kuulumist ($\beta = 0,007$, $SE \beta = 0,004$, $z = 1,98$, CI [1,0004; 1,014] $p < 0,05$). Siiski, kuigi antud mudel on statistiliselt oluline, on selle kirjeldusvõime pigem väike ($\chi^2 = 4,5$, $R^2 = 0,11$, $p < 0,05$). Edasi koostati kahe sõltumatu muutujaga mudeleid, kus hinnangule „hakkama saamine“ lisati üks haaval teisi hinnanguid, vaatamaks, kuidas muutub mudeli olulisus ja kirjeldusvõime. Teiste hinnangute lisamisel siiski mudel ei paranenud ja kiusaja gruppi kuulumise parimaks ennustajaks jäi hinnang „hakkama saamine“ üksinda.

Sarnaselt kiusajate rühma puhul, uuriti ka ohvri rühma puhul esmalt hinnanguid eraldiseisvalt, leidmaks, kas ja millised hinnangud (sõltumatud muutujad) ennustavad ohvri gruppi (sõltuv muutuja) kuulumist. *Ohvri* vaatenurgale antud hinnangutest ennustasid *ohvri* gruppi kuulumist hinnangud „ohtlik“ ($\beta = -0,009$, $SE \beta = 0,004$, $z = -2,177$, CI [0,983; 0,999] $p < 0,05$) (mudel 1) ja DHÜ ($\beta = -0,002$, $SE \beta = 0,001$, $z = -1,968$, CI [0,995; 0,999], $p < 0,05$) (mudel 2). Mõlemad mudelid on statistiliselt olulised, kuid ka nende kirjeldusvõime on tagasihoidlik („DHÜ“ puhul $\chi^2 = 4,3$, $R^2 = 0,09$, $p = 0,04$; „ohtliku“ puhul $\chi^2 = 5,3$, $R^2 = 0,12$, $p < 0,05$). Seejärel uuriti, kas *ohvri* vaatenurgast mõne teise antud hinnangu lisades hinnangule „ohtlik“ mudeli olulisus ja kirjeldusvõime muutuvad. Statistiliselt olulised olid mudelid, kus lisati hinnangule „ohtlik“ vastavalt kas „üle jõu“ (mudel 3) või „kontrollitav“ (mudel 4). Kuigi p väärtus suurenes, suurenes ka mudeli kirjeldusvõime. Edasi kombineeriti olemasolevale kahele hinnangule juurde kolmas. Kombinatsiooni „ohtlik + üle jõu“ hinnangute juurde lisamisel ükski mudel statistiliselt oluline polnud; kombinatsiooni „ohtlik + kontrollitav“ hinnangu „hakkama saamine“ lisamine osutus aga jällegi oluliseks mudeliks (mudel 5). Teiste hinnangute edasine lisamine enam olulisi muutusi kaasa ei toonud. Mudelid 3-5 on esitatud tabelis 4. Üheski (esitatud) mudelis ükski sõltumatu muutuja statistiliselt olulisena esile ei tõusnud.

Tabel 4

Binaarsete logistiliste regressioonanalüüside mudelid eesmärgiga ennustada ohvri gruppi kuulumist kiusamisolukordadele antavate hinnangute alusel.

Mudelid (sõltumatud muutujad)	B	β	SE β	z	95% CI	p	Riskisuhted	R ²	χ^2	p
<i>Mudel 3</i>								0,13	6,033	0,05
Ohtlik	-0,007	-0,543	0,004	-1,673	-0,016 – 0,001	0,09	0,993			
Üle jõu	-0,005	-0,261	0,006	-0,828	-0,016 – 0,007	0,41	0,995			
<i>Mudel 4</i>								0,15	6,795	0,03
Ohtlik	-0,007	-0,537	0,004	-1,689	-0,016 – 0,001	0,09	0,993			
Kontrollitav	0,005	0,368	0,004	1,180	-0,003 – 0,012	0,24	1,005			
<i>Mudel 5</i>								0,17	7,905	0,05
Ohtlik	-0,008	-0,605	0,004	-1,830	-0,017 – 0,001	0,07	0,992			
Kontrollitav	0,005	0,440	0,004	1,364	-0,002 – 0,013	0,17	1,005			
Hakkama saamine	-0,004	-0,334	0,004	-1,032	-0,011 – 0,003	0,30	0,996			

Märkus: B = standardiseerimata regressiooni koefitsient; β = standardiseeritud regressiooni koefitsient; CI = usalduspiirid; R² - Nagelkerke R²

Toimetulekustrateegiate kasutamine eri rollides

Laste toimetulekustrateegiate uurimiseks kasutatud enesekohaste raportite keskmiste andmete võrdlemiseks viidi läbi t-testid. T-testidest selgus, et kiusaja ja mittekiusaja gruppide vahel on oluline erinevus mitteadaptiivsete toimetulekustrateegiate teadmises ($t = 2,06$, $df = 22$, $p < 0,05$); ohvri ja mitteohvri rühmade vahel olulist erinevust ei leidunud ($t = 0,37$, $df = 40$, $p > 0,05$). Mittheadaptiivsete strateegiate raporteeritud kasutamises kiusaja ja mittekiusaja gruppide vahel statistilist erinevust ei esinenud ($t = -0,63$, $df = 16$, $p > 0,05$). Samuti ei ilmnenud olulist erinevust ohvri ja mitteohvri gruppides ($t = -1,79$, $df = 53$, $p > 0,05$).

Mittheadaptiivsete toimetulekustrateegiatele kõrvutamiseks vaadati ka adaptiivsete strateegiate rakendamist, et saada parem pilt üldisest strateegiate kasutamisest ning kas ohvrid ja kiusajad kasutavad vähem adaptiivseid strateegiaid kui mitteohvrid ning mittekiusajad. Adaptiivsete strateegiate teadmises ohvri ja mitteohvri rühmade vahel olulist erinevust ei leidunud ($t = 0,03$, $df = 46$, $p > 0,05$), samuti ei leidnud antud rühmade vahel olulist erinevust adaptiivsete strateegiate raporteeritud kasutamises ($t = -1,5$, $df = 58$, $p > 0,05$). Ka kiusaja ja mittekiusaja rühmade puhul ei leidunud olulist erinevust ei adaptiivsete strateegiate teadmises ($t = -0,15$, $df = 28$, $p > 0,05$) ega ka raporteeritud kasutamises ($t = -0,06$, $df = 17,6$, $p > 0,05$).

Kiusamisolukordadele antavate düsfunktsionaalsete hinnangute seosed mittheadaptiivsete toimetulekustrateegiatega.

Kiusamisolukordadele antavate düsfunktsionaalsete hinnangute seoseid toimetulekustrateegiatega uuriti esmalt korrelatsioonanalüüsiga, vaatamaks, kas düsfunktsionaalne hinnang rollist sõltumatult võiks olla seotud mittheadaptiivse toimetulekustrateegiatega. Esmalt vaadati, kas ja kuidas on seotud laste kiusamisolukorrale antud düsfunktsionaalne hinnang uskumusega mittheadaptiivsete toimetulekustrateegiate kasulikkuse osas. Korrelatsioonanalüüsi tulemused näitasid, et *ohvri* vaatenurgale antud düsfunktsionaalse hinnangu üldskoor on positiivselt seotud uskumusega düsfunktsionaalsete hinnangute kasulikkusesse ($r = 0,3$, $p < 0,05$). Düsfunktsionaalseid hinnanguid lähemalt uurides selgus, et kasulikkuse uskumusel oli oluline positiivne korrelatsioon *ohvri* vaatenurgale antud hinnanguga „ohtlik“ ($r = 0,3$, $p < 0,05$) ja „alandav“ ($r = 0,3$, $p < 0,05$). *Kiusaja* vaatepunktist jagatud hinnangud statistiliselt oluliselt kasulikkuse uskumusega ei korreleerunud.

Seejärel tehti lineaarne regressioonanalüüs vaatamaks, kas ohvripoolsele kiusamisolukorrale antav düsfunktsionaalne hinnang (sõltumatu muutuja) võiks ennustada uskumuste tugevust mittheadaptiivsete strateegiate kasulikkusesse (sõltuv muutuja). Analüüsi tulemusena selgus, et

kui kasvab düsfunktsionaalne hinnang ohvri olukorrale, siis suureneb ka uskumus mittheadptiivsete strateegiate kasulikkusesse ($t = 2,053$, $SE = 0,002$, $p < 0,05$). Samasugune muster ilmnas ka hinnangutega „ohtlik“ ($t = 2,332$, $SE = 0,008$, $p < 0,05$) ja „alandav“ ($t = 2,508$, $SE = 0,009$, $p < 0,05$).

Samamoodi uuriti, kuidas on omavahel seotud kiusamisolukordadele antavad düsfunktsionaalsed hinnangud ja mittheadptiivsete toimetulekustrateegiate kasutamise raporteerimine. Selle korrelatsioonanalüüsi tulemusel aga pole düsfunktsionaalsed hinnangud ja strateegiate kasutamine omavahel oluliselt seotud.

Lõpuks vaadati, kuidas võiksid toimetulekustrateegiad ja negatiivsed hinnangud kokku ennustada kiusajaks või ohvriks olemist. Selleks tehti logistilise regressioonanalüüsi mudelid, kuhu esmalt lisati düsfunktsionaalsete hinnangute üldskoor. Sellele lisati järgemööda mittheadptiivsete strateegiate kasutamine, uskumus mittheadptiivsete strateegiate kasulikkusesse ning mittheadptiivsete strateegiate kohta teadmine. *Ohvri* gruppi esindavad mudelid on välja toodud tabelis 5, kus on näha, et kõige parema seletusvõimega on mudelid 1 ja 2, millest statistiliselt olulisem on neist viimane. Mõlemas mudelis on parimaks ennustajaks mittheadptiivsete strateegiate kasutamine, mis jääb kõige olulisemaks ka siis, kui mudelist eemaldada muutuja „mittheadptiivsete strateegiate teadmine“. Mudelis 3 on näha, et kui eemaldada muutuja „uskumus mittheadptiivsete strateegiate kasulikkuse kohta“, siis muutub oluliseks muutujaks hoopiski „kiusamisolukorrale antav düsfunktsionaalne hinnang“. Mudelis 4 näeme, et kuigi ükski tegur olulisena esile ei tõuse, on mudel ise statistiliselt oluline. Siiski peab kõigi antud mudelite juures arvestama, et valimi väiksuse tõttu on mudelid ebastabiilsed ning ei pruugi kehtida suuremate valimite puhul. Samasuguse struktuuriga regressioonanalüüs tehti ka *kiusajate* gruppidele, kuid seal ei osutunud ükski mudel statistiliselt oluliseks.

Tabel 5

Binaarsete logistiliste regressioonanalüüside mudelid eesmärgiga ennustada ohvri gruppi kuulumist kiusamisolukordadele antavate hinnangute ja toimetulekustrateegiate alusel.

Mudel (sõltumatud muutujad)	B	β	SE β	z	95% CI	p	Riskisuhted	R ²	χ^2	p
<i>Mudel 1</i>								0,230	11,124	0,03
DHÜ	-0,002	-0,563	0,001	-1,767	-0,005 – 0,000	0,08	0,998			
MA strateegiaid kasutanud	0,189	0,680	0,091	2,076	0,011 – 0,367	0,04	1,208			
MA strateegiate teadmine	-0,058	-0,200	0,086	-0,676	-0,227 – 0,111	0,499	0,943			
MA strateegiate kasulikkus	-0,109	-0,502	0,071	-1,547	-0,248 – 0,029	0,122	0,896			
<i>Mudel 2</i>								0,221	10,663	0,01
DHÜ	-0,002	-0,549	0,001	-1,723	-0,005 – 0,000	0,09	0,998			
MA strateegiaid kasutanud	0,181	0,650	0,089	2,018	0,005 – 0,356	0,04	1,198			
MA strateegiate kasulikkus	-0,113	-0,517	0,070	-1,608	-0,250 – 0,025	0,12	0,893			
<i>Mudel 3</i>								0,132	6,108	0,05
DHÜ	-0,003	-0,648	0,001	-2,102	-0,005 – (-0,000)	0,04	0,998			
MA strateegiaid kasutanud	0,153	-0,552	0,083	-1,839	-0,010 – 0,317	0,07	0,918			
<i>Mudel 4</i>								0,132	6,108	0,05
DHÜ	-0,002	-0,49	0,064	-1,62	-0,004 – 0,000	0,182	0,998			
MA strateegiate kasulikkus	-0,09	-0,39	0,001	-1,34	-0,210 – 0,040	0,105	0,918			

Märkus: B = standardiseerimata regressiooni koefitsient; β = standardiseeritud regressiooni koefitsient; CI = usalduspiirid; R² - Nagelkerke R²; MA = mitteadaptiivne

Arutelu

Käesolevas magistritöös uuriti, kuidas on omavahel seotud koolikiusamine, kiusamisolukordadele antavad hinnangud ning toimetulekustrateegiad. Varasemad uuringud on leidnud, et laste olukorraspetsiifilised hinnangud mõjutavad oluliselt seda, kuidas lapsed kiusamisele reageerivad (Brewer, Meckley-Brewer ja Stinson, 2017; Jack ja Egan, 2017); toimetulekustrateegiate valik aga määrab selle, kuidas kiusamisolukorraga toime tullakse (Paul, Smith ja Blumberg, 2012). Sellest tulenevalt vaadati, kas kiusamisolukordadele antavad hinnangud ja toimetulekustrateegiad ennustavad kiusajaks või ohvriks olemist. Samuti uuriti adaptiivsete ja mitteadaptiivsete toimetulekustrateegiate kasutamist ning kas toimetulekustrateegiaid ennustavad kiusaja või ohvri gruppi kuulumist.

Esimene hüpotees väitis, et ohvrid ja kiusajad annavad võrreldes mitteohvrite ja -kiusajatega düsfunktsionaalsemaid hinnanguid. Vastupidiselt ootustele selgus, et ohvrid annavad mitteohvritega võrreldes neile sarnaseid või hoopiski vähem düsfunktsionaalsemaid hinnanguid. Näiteks leiavad, et olukord pole nii ohtlik või nii alandav kui nende jaoks, keda ei kiusata. Sarnast tendentsi võis märgata ka neis hinnangutes, mis ei osutunud statistiliselt oluliseks: ohvritele ei tundunud ükski esitatud düsfunktsionaalsetest olukordadest nii halb kui mitteohvritele. Seega pole ohvrite jaoks kiusamisolukorrad näiteks nii vaenulikud või ärritavad ning nende meelest suudavad nad neid paremini kontrollida kui mittekiusata. Kiusajad ei erinenud valdavalt mittekiusajatest, ainuke oluline erinevus oli olukorraga hakkama saamises – kiusajad hindasid enda toimetulekut oluliselt paremaks kui mittekiusajad.

Põhjuseid, miks ohvrid oma hinnangute poolest võivad erineda, on mitmeid. Näiteks võib see olla seotud noorte minapildi ja iseenda sotsiaalse tajuga, millele on ka varasemad uuringud viidanud (nt Side ja Johnson, 2014). See tähendab, et ohvrid suudavad enda jaoks negatiivse olukorra ära põhjendada, mistõttu nad ei taju seda nii teravalt kui mitteohvrid. Ohvrid võivad tunda, et on olukorra eest ise vastutavad ning selle tulemusel ei ole see nende jaoks enam ebaõiglane. Kuna kiusamine on korduv tegevus, siis võib oluline mõjutegur olla ka olukorraga harjumine ning sensitiivsuse taandumine. Ohvri jaoks muutub kiusamine uueks normaalsuseks ehk toimub kohanemine (*familiarization*), kus pidev negatiivne tegur ühel hetkel ei mõju enam nii laastavalt. Kohanemine on ühest küljest vajalik, kuna vähendab pinget ja ohuolukorrale omaseid reaktsioone ning selle tulemusena lepitakse halvustava käitumisega lihtsamini (Thornberg, 2010). Samal ajal vähendab kohanemine samuti abi otsimist ning tõenäosust, et kaaslased appi tulevad (Thornberg, 2007). See eraldab noort eakaaslastest veelgi enam, muutes ta ohvrile omaselt üksikuks ja ebakindlamaks (Olweus, 1993).

Kohanemist ja ohvri eraldatust kaaslastest võib siinkohal hästi iseloomustada ka mõiste „õpitud abitus“, kus ohver ei üritagi ennast enam päästa, vaid on otsustanud olukorda lihtsalt kannatada. Inimene tajub sellisel juhul, et ta ei kontrolli oma keskkonda ning selle tulemusel loobub ta olukorda parandamast isegi juhul, kui tal selleks võimalus avaneb (Seligman, 1975). Õpitud abituse puhul saame rääkida ka motivatsioonilistest ja kognitiivsetest puudujääkidest (Seligman, 1975). Kiusamine kui pidevalt kontrollimatu sündmus vähendab motivatsiooni kontrollida teisi elusündmusi, mis meie käitumisele alluksid. Selle tulemusena ei pruugi ohver enam otsida abi ega luua uusi sõprussuhteid, aga ka panustada õppimisse või oma vaimsesse tervisesse. Kõik kirjeldatud tegurid on aga ainult mõned paljudest, mis tihti kiusamisega kaasnevad. Kuna õpitud abitusega käib kaasas õppimisvõime muutumine, ei pruugi ohver enam tajudagi oma käitumise edukust või seda sellisena määratleda. See tähendab, et klassikaaslase toetust ja abi ei märgata või eduka enesekehtestamisega kiusamissituatsioonis ei kaasne eduelamust. Kõik see omakorda vähendab võimalust ohvri rollist väljumiseks ning kiusamise lõpetamiseks.

Oluline normaliseerimist mõjutav tegur koolis on ka õpetajate reaktsioon, mis tagasisidestab õpilaste jaoks nende käitumist. Kui õpetajad ei reageeri kiusamisele (nt agressioonile, halvustavale kõnepruugile jne), siis on see laste jaoks normaliseeriv ning annab märku, et halvasti käitumine on vastuvõetav (nt Harger, 2019). Nooremas eas laste jaoks on täiskasvanu tagasiside ning heakskiit oluline, mistõttu on õpetajatel käitumise suunamiseks suurem mõjuvõim (Bouchard ja Smith, 2017). Käesoleva uurimistöö tulemuste kontekstis võivad ohvrid saada koolis õpetajate (mitte)reageerimisest tagasiside, et nende olukord pole nii halb, mistõttu nad muudavad ka oma hinnangut. Selle tulemusena harjuvad nad kiusamist vaatama kui vähem alandavat või ohtlikku, üritades lugeda täiskasvanu reaktsioonidest saadavaid juhiseid. See omakorda mõjutab toimetulekustrateegiate kasutamist ja usku neisse, näiteks, kas abi küsimine on edukas strateegia või mitte. Kui laps tajub, et õpetaja jaoks on kiusamiskäitumine aktsepteeritav, siis on väiksem tõenäosus, et ta läheb ka oma muret jagama. See omakorda võib suunata valima mitteadaptiivseid strateegiaid, näiteks ignoreerimine või auru välja laskmine, kuna need leevendavad probleemi lühiajaliselt. Kiusajad aga võivad õpetaja (mitte)reageerimisest saada hoopiski vastupidise kinnituse: nende käitumine on õige ja lubatav. See võib omakorda olla põhjuseks, mis kiusajad usuvad, et nad saavad negatiivsete olukordadega paremini hakkama: nad käituvad viisil, mida keegi pole suunanud muutma.

On leitud, et kiusajad naudivad teiste üle domineerimist (Carney ja Merrell, 2001). Sellest lähtuvalt võib võimupositsioon ja sellega kaasnev eduelamus mõjutada kiusajate subjektiivset

kõrgemat hakkama saamise tunnet seoses kiusamisolukordadega. See võib olla ka põhjus, miks antud uurimuses kiusajad raporteerisid enda hakkama saamist kõrgemalt kui mittekiusajad. Nimelt, kiusaja tajub, et tema kontrollib ohvri üle domineerides kiusamisolukorda ning talle pole vastuhakkajaid; see aga omakorda annab kiusajale kogemuse, et ta saab konfliktsetes olukordades hakkama. Olukorda lahendades kiusajale sobival viisil (k.a teisele õpilasele kiusamisega liiga tehes) saab kiusaja eduelamuse, kuna näeb, et situatsioone on võimalik suunata talle meeldivas suunas.

Kiusajatega käib tihti kaasas ka seltskondlik aspekt. See tähendab, et kiusajate jaoks on oluline nende staatus ja populaarsus (Sijtsema, Veenstra, Lindenberg ja Salmivalli, 2009), mida üritatakse kas saavutada või hoida. Kilpatrick Demaray ja Kerres Malecki (2003) on leidnud, et klassikaaslased toetavad kiusajaid või vähemalt ei karista neid kiusamise eest, samal ajal kui ohvrid jäetakse sotsiaalsest toetusest täiesti ilma. Seega on kiusajatel võimalik saada kaaslaste heakskiitu ning saavutada sellega oma eesmärk – populaarsus. See võib olla oluline mõjutegur, miks kiusajad tajuvad oma hakkama saamist kõrgemalt, kuna see kinnitab omakorda kiusajale tema toimetulekut. Olulisel kohal on muidugi ka tihti julguse puudus kiusajat kritiseerida (Obermann, 2011), millest tulenevalt negatiivne tagasiside tema hakkama saamise osas puudub.

Teise hüpoteesi kohaselt pidid kiusajad ja ohvrid kasutama ja teadma rohkem negatiivseid toimetulekustrateegiaid kui mittekiusajad ja mitteohvrid. See hüpotees leidis kinnitust vaid osaliselt: kiusajad teadsid rohkem mitteadaptiivseid strateegiaid, kasutamise osas olulist erinevust ei leidunud; samuti polnud ohvri grupi puhul kasutamises ega teadmises mitteohvritega erinevust. Kiusajate suuremat teadmist mitteadaptiivsetest toimetulekustrateegiatest võib põhjustada esiteks kiusamise sarnasus mitteadaptiivsete strateegiatega, täpsemalt auru välja laskmine, kellegi teise ründamine, kättemaksu planeerimine, aga ka probleemi ignoreerimine ja emotsioonide varjamine (Naylor, Cowie ja del Rey, 2001; Paul, Smith ja Blumberg, 2012). Seega võivad kiusajad enda käitumist ning tundeid esitatavas strateegias ära tunda.

Kiusajate puhul on leitud tihti olulise mõjutegurina ka inimestevahelised suhted. Kiusajate kodust keskkonda on tihti iseloomustatud kui konfliktset ja vähese vanemliku suunitlusega (Cook jt, 2010); lisaks on leitud, et kiusaja gruppi kuulumist ennustavad kõige paremini kaaslaste illegaalsed käitumismustrid, psühholoogiline agressioon ja füüsiline rünnak (Keelan, Schenk, McNally ja Fremouw, 2014). See võib olla ka põhjus, miks antud uuringus ilmnes seos kiusajate ja mitteadaptiivsete strateegiate suurema teadmise vahel: kiusajatel on negatiivse keskkonnaga rohkem kokkupuuteid ning suurem tõenäosus, et nad on mitteadaptiivsete

strateegiatega tuttavad. Sellisel juhul ei pruugi nad antud strateegiaid ise kasutada, kuid nad on neist teadlikumad ning märkavad neid kergemini.

Uuringust selgus, et ohvrid ei tea ega kasuta mitteadaptiivseid toimetulekustrateegiaid rohkem kui mitteohvrid. See võib tuleneda ohvri otsusest antud olukorras mitte midagi teha. Täpsemalt, ohver võib tunda, et miski ei aita kiusamise vastu, mistõttu ta ei ürita kasutada toimetulekustrateegiaid, lastes olukorral püsida. Ohvri otsus mitte midagi teha ei pea tulenema alati emotsionaalsest reaktsioonist või hinnangust, see võib olla ka ükskõiksuse või abituse tulemus (Hunter ja Borg, 2006), mis omakorda on kooskõlas eelnevalt mainitud õpitud abitusega. Selle lähenemisega ei muuda mitteadaptiivne strateegia olukorda halvemaks, kuid samas ei ürita noor ennast ka päästa. Kõigele lisaks võib alati jääda võimalus, et laps võib tahta käituda paremini kui kiusajad, mistõttu ta ignoreerib negatiivset.

Kolmas hüpotees kaasas võrdlusesse ka adaptiivsed toimetulekustrateegiad, eeldades, et kiusajad ja ohvrid kasutavad neid vähem kui mittekiusajad ja mitteohvrid. Hüpotees ei leidnud kinnitust, kuna ei strateegiate teadmises ega kasutamises polnud üheski rühmas erinevust. Ohvrite puhul võib see olla sarnaselt mitteadaptiivsete strateegiatele seotud abitusega (Hunter ja Borg, 2006), kus noor otsustab mitte midagi teha, kaasa arvatud adaptiivsete strateegiate rakendamine. Tähelepanuta ei saa jätta ka seda, milline on ohver oma olemuselt. Ohvrit iseloomustatakse kui pigem eraklikku ja ärevat last (Olweus, 1993), kellel puuduvad sotsiaalsed oskused (Cook jt, 2010) ning kellel sellest tulenevalt pole sotsiaalset tuge ega tagasisidet. Seega ei pruugi ohvril olla julgust erinevaid strateegiaid kasutada ning sotsiaalse aspekti puudumise tõttu ei pruugi ta ka saada infot ega julgustust erinevate oskuste osas, mida võiks kiusamise vähendamiseks rakendada. Lisaks võib olla, et probleemilahendusoskuste puudumise tõttu (Cook jt, 2010) ei oska laps toimetulekustrateegiaid (edukalt) rakendada või neid adekvaatselt hinnata. Sellisel juhul on kergem loobuda ning oodata välise lahenduse saabumisele.

Kiusajate (ja ka ohvrite) puhul võib erinevuste puudumise põhjuseks olla tänapäevane suur infoliikumine interneti ja televisiooni vahendusel: kõik lapsed ongi teadlikumad erinevatest kiusamisvastastest strateegiatest ja võimalustest. Kuna on palju propageeritud kiusamise vastu võitlemist (näiteks Treial, 2019) ning toodud esile erinevaid adaptiivseid strateegiaid (näiteks Peaasi kodulehekülg, 2020), võivad kõigi teadmised neist olla sarnasel tasemel. Adaptiivsete strateegiate teadmist kinnitavad ka varasemad uuringud (nt Kanetsuna, Smith, Morita, 2006), mis rõhutavad, et lapsed teavad, mida tegelikult kiusamisolukorras võiks teha. Siiski, tähelepanuta ei saa jätta ka seda, et kiusajad ei pruugi tunda vajadust adaptiivseid strateegiaid kasutada, kuna ei märka oma käitumises probleemi või kiusamiskäitumine vastab nende

ootustele/vajadustele. Näiteks kui kiusaja vajaduse populaarsuse järele kindlustab agressiivne käitumismuster, siis on suurem tõenäosus, et ta jätkab agressiivselt (Mayeux ja Cillessen, 2008) ning ei vali oma vajaduse täitmiseks teist, positiivsemat viisi.

Neljas hüpotees vaatas düsfunktsionaalsete hinnangute ning mitteadaptiivsete toimetulekustrateegiate omavahelist seotust, kusjuures vaadati eraldi nii uskumust strateegia kasulikkusesse kui ka strateegiate kasutamist. Hüpotees leidis osaliselt kinnitust ehk mida düsfunktsionaalsem on hinnang ohvri olukorrale, seda rohkem usutakse mitteadaptiivsete strateegiate kasulikkusesse. Strateegiate kasutamise osas olulist seost ei esinenud, mis on kooskõlas ka teise hüpoteesi tulemustega, kus ei ohvrid ega kiusajad ei kasuta rohkem mitteadaptiivseid strateegiaid. Düsfunktsionaalse hinnangu ja mitteadaptiivsete strateegiate kasulikkuse positiivne seos võib tuleneda sellest, et ohver tajub olukorda tavapärasest halvemana (esimese hüpoteesi järgi selgus, et annavad ohvrid neutraalsemaid hinnanguid kui mitteohvrid). Seega, keerulisem ja raskem olukord võib panna ohvraid uskuma, et mitmed mitteadaptiivsed strateegiad, nagu muretsemine, enesesüüdistamine ning olukordade vältimine võivad olla parimad viisid, kuidas kiusamisega toime tulla. Uuringud on leidnud, kuidas mitmed ohvrid kasutavad mitteadaptiivseid strateegiaid (nt enesesüüdistamist, ignoreerimist, vältimist, internaliseerimist) just selleks, et väga tugevate tunnete või pidevate füüsiliste ähvardustega toime tulla (Olafsen ja Viemerö, 2000; Tenenbaum jt, 2011). Seega võib „halb halva vastu“ lähenemine olla enesekaitsemehhanism, kus eesmärk on enne n-ö ellu jääda kui lahendust leida.

Uuringutulemuste kõrvutamisel ilmneb lahknevus laste uskumuste, hinnangute ja taju ning käitumusliku poole osas. Kiusajad hindavad oma toimetulekut kõrgemaks, ohvrite jaoks pole kiusamisolukorrad nii negatiivsed kui teiste noorte jaoks, samuti usuvad nad, et mitteadaptiivsed strateegiad on negatiivsemates olukordades kasulikud. Antud kognitiivne pool ei kajastu aga käitumuslikus valikus, kus raporteeritud toimetulekustrateegiaid rohkem ei rakendata. Seega ei pruugi edutu kiusamisolukorra lahendamine olla seotud mitte toimetulekustrateegiate teadmise ja rakendamisega, vaid hoopiski sellega, kuidas strateegiasse suhtutakse ning kuidas seda ellu viiakse. Antud juhul muutub oluliseks ohvri eelhäälestus, kas ta suudab oma valitud lahendusega olukorda muuta või parandada.

Antud töös tehtud regressioonanalüüside mudelid kinnitavad strateegiate ja hinnangute kognitiivse külje, s.t uskumuste ja veendumuste olulisust. Mudelites, kus on sees nii mitteadaptiivne strateegiate kasutamine kui ka uskumus nende kasulikkusesse, on olulisim ohvri gruppi kuulumise ennustaja mitteadaptiivsete strateegiate kasutamine. Kui mudelistest

eemaldada uskumus nende strateegiate kasulikkusesse, siis muutub oluliseks hoopiski olukorrale antav hinnang. Seega võib olukorraga toimetuleku ja strateegia rakendamise vahendav lüli olla hoopiski lapse enda uskumused. See omakorda viitab nii enesetõhususe kui ka enesehinnangu probleemidele. Enesetõhusus on leitud olevat oluline mõjutegur kiusamise ja toimetuleku vahel, suunates nii meie emotsionaalset kui ka sotsiaalset võimekust (O'Moore ja Kirkham, 2001; Kokkinos, Panagopoulou, Tsolakidou, Tzeliou, 2015). Sellest tulenevalt võib muutuda juba see, kuidas me näiteks iseendast mõtleme: kas toetavalt ja hästi või selliselt nagu kiusajad meie kohta arvavad.

Piirangud ja edasised uurimissuunad

Käesoleva uuringu puhul peab arvestama mitmete piirangutega, millest mitmed ei sõltunud töö autorist. Töö valmis ajal, kui kogu riigis kehtestati eriolukord ning haridusasutused suleti. Seega polnud võimalik küsitlusi viia läbi plaanitud graafiku alusel koolides. Selle asemel viidi kogu küsitlus digitaalsele kujule ning jagati nõusoleku andnud lastele internetilingi kaudu. Seega täideti kogu küsimustikku kodus, kus polnud võimalik kontrollida küsimustiku läbiviimise keskkonda. Eriolukorrast tulenenud segadusest on tingitud ka väike valim, kuna uuringus osalevate koolide ja nende õpilaste motivatsioon langes märgatavalt (kasvas õpikoormus arvuti kaudu, distantsõpe oli mitmetele peredele ja koolidele väga koormav). Seega ei saa antud valimi pealt teha suuri järeldusi, küll aga võib saada ideid ja suunitlusi, mida edasi uurida.

Uuringus kasutati hüpoteetilisi, kõige sagedasemate kiusamisolukordade üldistatud kirjeldusi. Kuigi olukorrad on kõigile tuttavad, võib olla üldistatud olukordi kergem hinnata ning neile lahendusi pakkuda, samuti ei pruukinud kõik ohvrid või kiusajad ennast antud olukordadest ära tunda, mis võis mõjutada nende hinnanguid olukordadele. Õpilaste toimetulekut võiks paremini kirjeldada nende endi kogetud, nähtud või kuulnud olukorrad ning seal rakendatud meetmed. See annaks võimaluse näha, kuidas õpilased päriselt kiusamisolukorras käituvad ning kuidas nad seal ennast positsioneerivad.

Kasutatud hinnangud olid valitud eelnevate uuringute baasil ning osalejatele ette antud. Võib olla, et osalejatel seostusid antud olukorraga hoopis teised hinnangud, mida nad oleksid meelsamini kasutanud. Toimetulekustrateegiate puhul uuriti, kas laps on enne kuulnud neist, kas on kasutatud ning kui kasulikuks peab. Edaspidi oleks põnev vaadata, millises olukorras lapsed erinevaid strateegiaid kasutavad või on kasutanud. See annaks lisainfot, kuidas lapsed strateegiaid valivad.

Käesolevas töös pole eraldi vaadatud sugude lõikes tulemusi, samuti on välja jäetud kiusaja-ohver roll. Edasistes uuringutes võiks kindlasti võtta mõlemat aspekti arvesse, kuna mitmed uuringud kinnitavad sooliste erinevuste olemasolu ning kiusaja-ohvri puhul on tihti märgatud kiusajast või ohvrilt erinevat käitumist. Samuti pole antud töös käsitletud erinevusi lähtuvalt vanuselistest gruppidest, mis varasemate uuringute põhjal on samuti oluline muutuja, mõjutades ennekõike toimetulekustrateegiate valikut. Antud uurimuse edasiarendusena võiks kindlasti uurida uskumuste rolli toimetulekustrateegiate valikul, kusjuures arvesse võiks võtta nii mitteadaptiivseid kui ka adaptiivseid strateegiaid. Lisaks võiks täpsemalt uurida enesetõhususe mõju kiusamiskäitumisele.

Kokkuvõte ja järeldused

Koolikiusamine on jätkuvalt tõsine probleem, mis mõjutab paljude laste heaolu. Käesolev töö uuris, kuidas võiksid kiusamisolukordade hinnangud ning toimetulekustrateegiate valik mõjutada kiusamiskäitumist nii ohvri kui ka kiusaja vaatepunktist. Uuringust selgus, et ohvrid annavad olukordadele pigem normaliseerivaid hinnanguid ning ei kiusajad ega ohvrid kasuta mittekiusajatest/mitteohvritest enam mitteadaptiivseid toimetulekustrateegiaid. Lisaks leiti, et düsfunktsionaalne hinnanguga suureneb ka uskumus mitteadaptiivsete strateegiate kasulikkusesse.

Tulemustest võib järeldada, et lapsed teavad toimetulekustrateegiaid, kuid oluline mõjutegur võib olla kognitiivne komponent – uskumus enda ja strateegia suutlikkusesse olukorda muuta. Seega on oluline pöörata tähelepanu laste enesetõhususele ning erinevate kriitilisi olukordi lahendada püüdvate strateegiatega kaasnevatele uskumustele.

Tänu sõnad

Soovin tänada oma juhendajat Astra Schultsi tema igakülgse toetuse, abi ja kannatlikkuse eest. Tema pühendumus ja põhjalikkus töö juhendamisel ning asjalikud ja edasi viivad kommentaarid olid motiveerivad, õpetlikud ja andsid suure panuse töö valmimisse. Samuti soovin tänada Karl-Oskar Masingut igakülgse abi eest RStudio kasutamisel ja koodis esinevate errorite lahendamisel, kui endal enam ideid polnud. Lisaks soovin tänada kaasmagistranti Riin Least, kellega koos sai koostatud testikomplekt ja kelle igakülgne toetus ja head sõnad ei lubanud tööga alla anda. Kõige lõpuks tänan kõiki koole, õpetajaid, uuringus osalenud lapsevanemaid ja lapsi, kes väga keerulisel ajal siiski ei pööranud selga ning olid nõus uuringuga kaasa minema. Ilma teieta ei oleks see töö valminud.

Kasutatud kirjandus

- Bouchard, K. L., & Smith, D. (2017). Teacher–Student Relationship Quality and Children's Bullying Experiences With Peers: Reflecting on the Mesosystem. *The Educational Forum*, 81(1), 108-125.
- Brewer, S., Meckley-Brewer, H., & Stinson, P. (2017). Fearful and Distracted in School: Predicting Bullying among Youths. *Children and School*, 39(4), 219-226.
- Brockenbrough, K. K., Cornell, D. G., & Loper, A. B. (2002). Aggressive attitudes among victims of violence at school. *Education & Treatment of Children*, 25, 273-287.
- Carney, A. G., & Merrell, K. W. (2001). Bullying in schools: Perspectives on understanding and preventing an international problem. *School Psychology International*, 22, 364-382.
- Cénat, J. H. (2014). Cyberbullying, psychological distress and self-esteem among youth in Quebec schools. *Journal of Affective Disorders*, 169, 7-9.
- Cook, C., Williams, K. R., Guerra, N. G., Kim, T. E., & Sadek, S. (2010). Predictors of Bullying and Victimization in Childhood and Adolescence: A Meta-analytic Investigation. *School Psychology Quarterly*, 25(2), 65– 83.
- Demirbağ, B. C., Çiçek, Z., Yiğitbaş, Ç., Özkan, Ç. G., & Dinçer, A. (2017). The Relationship between Types of Bullying Experienced by Primary School Students and their Anxiety, State-Trait, Self-Esteem and Certain Socio-Demographic Characteristics. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 237, 398-404.
- Evans, C. S. (2017). Giving Victims of Bullying a Voice: A Qualitative Study of Post. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 34(6), 543-555.
- Fekkes, M., Pijpers, F. I., & Verloove-Vanhorick, S. P. (2005). Bullying: who does what, when and where? Involvement of children, teachers and parents in bullying behavior. *Health Education Research*, 20(1), 81-91.
- Fox, C. L., & Boulton, M. J. (2006). Friendship as a moderator of the relationship between social skills problems and peer victimisation. *Aggressive Behavior*, 32, 110-121.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2014). Bully victimization and emotional problems in adolescents: Moderation by specific cognitive coping strategies? *Journal of Adolescence*, 37(7), 1153-1160.
- Harger, B. (2019). A culture of aggression: school culture and the normalization of aggression in two elementary schools. *British Journal of Sociology of Education*, 40(8), 1105-1120.
- Haridus ja teadusministeerium. (2019). PISA 2018 tulemused. Pressikonverentsi infomaterjal., (lk 1-14).
- Hesapçioğlu, S. T., Meraler, H. Y., & Ercan, F. (2018). Bullying in schools and its relation with depressive symptoms, self-esteem, and suicidal ideation in adolescents. *Anadolu Psikiyatri Derg*, 19(2), 210-216.

- Hunter, C. S., & Borg, M. G. (2006). The Influence of Emotional Reaction on Help Seeking by Victims of School Bullying. *Educational Psychology, 26*(6), 813–826.
- Hunter, S. C., & Boyle, J. M. (2002). Perceptions of control in the victims of school bullying: the importance of early intervention. *Educational Research, 44*(3), 323-336.
- Hunter, S., & Boyle, J. (2004). Appraisal and coping strategy use in victims of school bullying. *British Journal of Educational Psychology, 74*, 83–107.
- Hwang, S., Kim, Y. S., Koh, Y.-J., Bishop, S., & Leventhal, B. L. (2015). Discrepancy in perception of bullying experiences and later internalizing and externalizing behavior: A prospective study. *Aggressive Behavior, 43*, 493-502.
- Jack, A. H., & Egan, V. (2018). Childhood Bullying, Paranoid Thinking and the Misappraisal of Social Threat: Trouble at School. *School Mental Health, 10*, 26-34.
- Kanetsuna, T., Smith, P. K., & Morita, Y. (2006). Coping With Bullying at School: Children's Recommended Strategies and Attitudes to School-Based Interventions in England and Japan. *Aggressive Behavior, 32*, 570–580.
- Keelan, C., Schenk, A. M., McNally, M. R., & Fremouw, W. J. (2015). The Interpersonal Worlds of Bullies: Parents, Peers, and Partners. *Journal of Interpersonal Violence, 29*(7), 1338–1353.
- Kilpatrick Demaray, M., & Kerres Malecki, C. (2003). Perceptions of the Frequency and Importance of Social Support by Students Classified as Victims, Bullies, and Bully/Victims in an Urban Middle School. *School Psychology Review, 32*(3), 471-489.
- Kiusamisvaba kooli kodulehekül. (2020). KiVa programm – mis, kellele ja milleks? Kasutamise kuupäev: 20. 03 2020. a., allikas <https://kuisamisvaba.ee/kiva-programm/>
- Kochenderfer-Ladd, B. (2004). Peer Victimization: The Role of Emotions in Adaptive and Maladaptive Coping. *Social Development, 13*(3), 329-349.
- Kokkinos, C. M., Panagopoulou, P., Tsolakidou, I., & Tzeliou, E. (2015). Coping with bullying and victimisation among preadolescents: the moderating effects of self-efficacy. *Emotional and Behavioural Difficulties, 20*(2), 205-222.
- Kristensen, S. M., & Smith, P. (2003). The use of coping strategies by Danish children classed as bullies, victims, bully/victims, and not involved, in response to different (hypothetical) types of bullying. *Scandinavian Journal of Psychology, 44*, 479-488.
- Lazarus, R. S. (2006). Emotions and interpersonal relationships: Toward a person-centered conceptualization of emotions and coping. *Journal of Personality, 74*, 9-46.
- Mayeux, L., & Cillessen, A. H. (2008). It's Not Just Being Popular, it's Knowing it, too: The Role of Self-perceptions of Status in the Associations between Peer Status and Aggression. *Social Development, 17*(4), 871-888.
- Mills, C., Guerin, S., Lynch, F., & Daly, I. (2004). The relationship between bullying, depression and suicidal thoughts/behaviour in Irish adolescents. *Irish Journal of Psychological Medicine, 21*(4), 112-116.

- Minkkinen, J. (2014). Associations between school-related factors and depressive symptoms among children: A comparative study, Finland and Norway. *School Psychology International, 35*(5), 463–474.
- Mishna, F., Pepler, D., & Wiener, J. (2006). Factors Associated With Perceptions and Responses to Bullying Situations by Children, Parents, Teachers, and Principals. *Victims and Offenders, 13*, 255-288.
- Naylor, P., Cowie, H., & del Rey, R. (2001). Coping Strategies of Secondary School Children in Response to Being Bullied. *Child Psychology & Psychiatry Review, 6*(3), 114-120.
- Novin, S., Bos, M. G., S. C., & Rieffe, C. (2017). Adolescents' responses to online peer conflict: How self-evaluation and ethnicity matter. *Infant and Child Development, 27*.
- O'Moore, M., & Kirkham, C. (2001). Self-Esteem and Its Relationship to Bullying Behaviour. *Aggressiv Behavior, 27*, 269–283.
- Obermann, M. (2011). Moral Disengagement Among Bystanders to School Bullying. *Journal of School Violence, 10*(3), 239-257.
- Obrdalj, E., Sesar, K., Santić, Z., Klarić, M., Sesar, I., & Rumboldt, M. (2013). Trauma symptoms in pupils involved in school bullying--a cross sectional study conducted in Mostar, Bosnia and Herzegovina. *Collegium antropologicum, 37*(1), 11-6.
- Olafsen, R. N., & V., V. (2000). Bully/Victim Problems and Coping With Stress in School Among 10- to 12-Year-Old Pupils in Åland, Finland. *Aggressive Behavior, 26*, 57-65.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Cambridge, MA: Blackwell.
- Orpinas, P., & Horne, A. M. (2006). *Bullying prevention: Creating a positive school climate and developing social competence*. Washington, D.C: American Psychological Association.
- Parris, L., Varjas, K., Meyers, J., Henrich, C., & Brack, J. (2019). Coping with Bullying: The Moderating Effects of Self-Reliance. *Journal of School Violence, 18*(1), 62-76.
- Paul, S., Smith, P. K., & Blumberg, H. H. (2012). Comparing student perceptions of coping Strategies and School Interventions in Managing Bullying and Cyberbullying Incidents. *Pastoral Care in Education, 30*(2), 127-146.
- Peaasi kodulehekül. (2020). Kiusamine. *Peaasi*. Kasutamise kuupäev: 15. 08 2020. a., allikas <http://peaasi.ee/kiusamine/>
- Poon, K. (2016). Understanding Risk-taking Behavior in Bullies, Victims, and Bully Victims Using Cognitive- and Emotion-Focused Approache. *Frontiers in Psychology, 7*.
- Rigby, K. (2003). Consequences of Bullying in Schools. *The Canadian Journal of Psychiatry, 48*(9), 583-590.
- Seligman, M. E. (1975). *Experimental Studies. Helplessness: On Depression, Development and Death*. San Francisco: W. H. Freeman.

- Side, J., & Johnson, K. (2014). Bullying in schools: Why it happens, how it makes young people feel and what we can do about it. *Educational Psychology in Practice, 30*(3), 217-231.
- Sijtsema, J., Veenstra, R., Lindenberg, S., & Salmivalli, C. (2009). Empirical Test of Bullies' Status Goals: Assessing Direct Goals, Aggression, and Prestige. *Aggressive Behavior, 35*, 57-67.
- Sittichai, R., & Smith, P. K. (2018). Bullying and Cyberbullying in Thailand: Coping Strategies and Relation to Age, Gender, Religion and Victim Status. *Journal of New Approaches in Educational Research, 7*(1), 24–30.
- Skrzypiec, G., Slee, P., Murray-Harvey, R., & Pereira, P. (2011). School bullying by one or more ways: Does it matter and how do students cope? *School Psychology International, 32*(3), 288–311.
- Smith, P. K. (2016). Bullying: Definition, Types, Causes, Consequences and Intervention. *Social and Personality Psychology Compass, 10*(9), 519-532.
- Smith, P. K., & Shu, S. (2000). What good schools can do about bullying: Findings from a survey in English schools after a decade of research and action. *Childhood, 7*(2), 193-212.
- Smith, P. K., Shu, S., & Madsen, K. (2001). Characteristics of victims of school bullying: Developmental changes in coping strategies and skills. *Peer harassment in school: The plight of the vulnerable and victimized, 332-351*.
- Smith, P. K., Talamelli, L., Cowie, H., Naylor, P., & Chauhan, P. (2004). Profiles of non-victims, escaped victims, continuing victims and new victims of school bullying. *British Journal of Educational Psychology, 74*, 565–581.
- Solber, M. E., & Olweus, D. (2003). Prevalence Estimation of School Bullying With the Olweus Bully/Victim Questionnaire. *Aggressive Behavior, 29*, 239–268.
- Tenenbaum, L. S., Varjas, K., Meyers, J., & Parris, L. (2011). Coping strategies and perceived effectiveness in fourth through eighth grade victims of bullying. *School Psychology International, 32*(3), 263-287.
- Thornberg, R. (2007). A classmate in distress: Schoolchildren as bystanders and their reasons for how they act. *Social Psychology of Education, 10*, 5-28.
- Thornberg, R. (2010). Schoolchildren's Social Representations On Bullying Causes. *Psychology in the Schools, 47*(4), 311-327.
- Treial, K. (2016). KiVa kiusamisvastase programmi prooviuuring Eestis: kaheaastase klasterandomiseeritud kontrollkatse tulemused. *Eesti Haridusteaduste Ajakiri, 4*(2), 191–222.
- Treial, K. (2019). Kristiina Treial koolikiusamisest: «Meie küll midagi ei näinud...». *Postimees*. Kasutamise kuupäev: 15. 08 2020. a., allikas <https://arvamus.postimees.ee/6732233/kristiina-treial-koolikiusamisest-meie-kull-midagi-ei-nainud>

- Volk, A. A., Dane, A. V., & Marini, Z. A. (2014). What is bullying? A theoretical redefinition. *Developmental Review*, *34*(4), 327-343.
- Watson, H., Rapee, R., & Todorov, N. (2017). Forgiveness Reduces Anger in a School Bullying Context. *Journal of Interpersonal Violence*, *32*(11), 1642–1657.
- Zimmer-Gembeck, M., Lees, D., & Skinner, E. A. (2011). Children's emotions and coping with interpersonal stress as correlates of social competence. *Australian Journal of Psychology*, *63*, 131-141.

Lisad

Lisa 1

Uuringus kasutatud toimetulekustrateegiad koos nende jaotusega suuremateks rühmadeks

TOIMETULEKUSTRATEEGIAD

ADAPTIIVSED

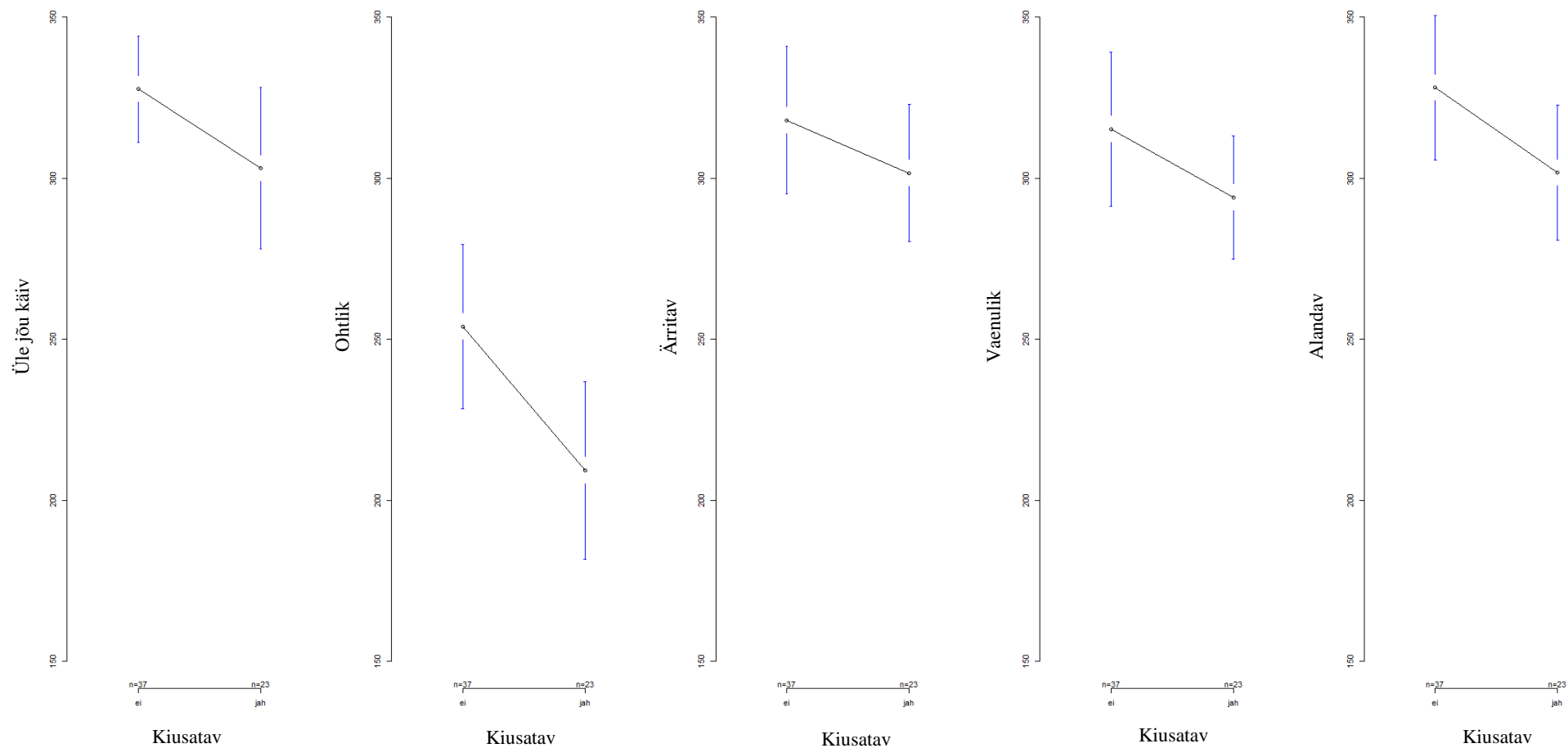
- **Lahenduse otsimine (probleemikeskne)**
 - Erinevate sammude seadmine, kuidas kiusamist lõpetada
 - Kiusajal lõpetada palumine/Enda eest seismine
 - Enda käitumise muutmine (õnnelikum olemine, oma asjadega tegelemine, mitte nutmine)
- **Enese toetamine (emotsioonikeskne)**
 - Meeldivate tegevuste tegemine (nt muusika kuulamine, lugemine, sportimine)
 - Positiivsele keskendumine
 - Tähelepanu mujale viimine
 - Hingamisharjutused
- **Sotsiaalse toetuse otsimine**
 - Abi otsimine perelt/sõpradelt/õpetajalt
 - Kellelegi rääkimine
 - Soovituste küsimine
 - Uute sõprade leidmine

MITTEADAPTIIVSED

- **Eksternaliseerimine (probleemikeskne)**
 - Kellegi teise ründamine/kiusamine
 - Kätemaksu planeerimine
 - Auru välja laskmine (karjumine, löömine, lõhkumine, vandumine, kaklemine)
- **Internaliseerimine (emotsioonikeskne)**
 - Emotsioonide varjamine
 - Muretsemine
 - Enesesüüdistamine
 - Nutmine
- **Vältimine**
 - Koolist puudumine
 - Probleemi ignoreerimine/Ei tee mitte midagi
 - Olukorrast lahkumine
 - Kiusajast eemale hoidmine

Lisa 2

Kiusatava ja mittekiusatava gruppide keskmiste võrdlus koos usalduspiiridega lähtudes kiusamisolukordadele antavatest düsfunktsionaalsetest hinnangutest.



Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina, **Merilin Jürjo**,

(autori nimi)

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) minu loodud teose
**KOOLIKIUSAMISKOGEMUSE SEOSSED SITUATSIOONIPÕHISTE HINNANGUTE
JA TOIMETULEKUSTRATEEGIATEGA,**
(lõputöö pealkiri)

mille juhendaja on **Astra Schults**,

(juhendaja nimi)

reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada digitaalarhiivi DSpace kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.

2. Annan Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace kaudu Creative Commons'i litsentsiga CC BY NC ND 3.0, mis lubab autorile viidates teost reprodutseerida, levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
3. Olen teadlik, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
4. Kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei riku ma teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

Merilin Jürjo
17.08.2020