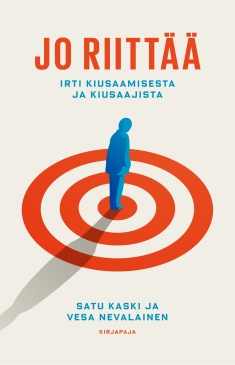
**Kiusaaminen pitää tunnistaa ja kitkeä pois**

Tiedote 23.1.2017



Uudessa teoksessaan *Jo riittää – irti kiusaamisesta ja kiusaajista* (Kirjapaja) Satu Kaski ja Vesa Nevalainen pureutuvat tärkeään aiheeseen: mitä kiusaaminen on, miten siihen pitäisi puuttua ja kuinka se saadaan loppumaan? Kiusaaminen kaikissa muodoissaan on valitettavasti arkipäivää, nykyään myös netissä ja sosiaalisessa mediassa, työelämässä – jopa valtakunnan politiikassa. Osa ongelmaa on se, että kiusaamista ei aina tunnisteta.

”Kiusaaminen jättää tutkimusten mukaan pysyvät jäljet. Se heikentää ihmisen käsitystä itsestään ja saa hänet hakeutumaan työtehtäviin ja parisuhteisiin, joihin hän ei muuten hakeutuisi”, tekijät toteavat. ”Kiusaamisessa oleellisin piirre on toistuvuus. Se ei rajoitu yhteen kertaan, vaan se toistuu päivästä ja viikosta toiseen. Siihen sen satuttavuus perustuukin.”

Kiusaaminen – ryhmän ulkopuolelle jättäminen, vähättely, asiaton arvostelu, mollaaminen – vaikuttaa monin tavoin koko yhteisöön ja erityisesti kiusattuun. Pahimmillaan se johtaa kiusatun syrjäytymiseen, mielenterveysongelmiin ja jopa itsemurhaan.

Kaikkiin kiusaamistapauksiin tulee puuttua vakavasti ja tosissaan. Vain silloin työpaikoilla, kouluissa ja muissa yhteisöissä voidaan taata, että ne toimivat mahdollisimman hyvin ja kaikilla on turvallinen olo.

”Jokaisen on tärkeä ymmärtää, että kiusaaminen ei lopu itsestään. Epäasiallinen toiminta pahenee ja leviää. Se on kuin hoitamaton syöpä. Se ei missään tapauksessa hoidu, jollei sitä kitketä pois – ja perusteellisesti. Se edellyttää oikeastaan aina riittävän tehokkaita tekoja ja jatkuvaa puuttumista meiltä jokaiselta.”

Satu Kaski ja Vesa Nevalainen, Jo riittää – Irti kiusaamisesta ja kiusaajista. Helsinki, 2017. 187 s. Kl 36.13/38.5. ISBN 9789522886392.

**Satu Kaski** on helsinkiläinen psykologian tohtori, työ- ja organisaatiopsykologi sekä psykoterapeutti. **Vesa Nevalainen** on helsinkiläinen psykologi, psykoterapeutti ja Helsingin kaupungin oppilashuollon päällikkö. He ovat aiemmin julkaisseet yhdessä teokset *Ikävät ihmiset* (2015), *Oy Ihminen Ab* (2013) ja *Pessimisti ei pety* (2011).

**Lisätietoja:** Kirjapaja / viestintäpäällikkö Marja-Liisa Saraste 09 6877 4568, [marja-liisa.saraste@kirjapaja.fi](mailto:marja-liisa.saraste@kirjapaja.fi) tai Satu Kaski 050 590 4235, satu.kaski@clearmind.fi ja Vesa Nevalainen 040 1490 890, [vesa.nevalainen@hel.fi](mailto:vesa.nevalainen@hel.fi)

**Arvostelukappaleet:** Minna Vatja, [minna.vatja@kirjapaja.fi](mailto:minna.vatja@kirjapaja.fi) 