

# Sosiaalisessa mediassa kiusaamista kokeneiden nuorten itsetunto

"mä kyl yleensä mielummin alennan itteeni ku kehun... et mun mielipiteellä ei oo mitää väliä ja kaikki vihakommentit on vaa totta..."

Laura Ylinen

Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma  
Kevätlukukausi 2019  
Kasvatustieteiden ja psykologian tiedekunta  
Opettajankoulutuslaitos  
Jyväskylän yliopisto

Tämä pro gradu -työ on omistettu isälleni, joka menehtyi 10 vuotta ennen tutkielmani valmistumista. Hän on teoillaan ja sanoillaan kannustanut elinikäiseen oppimiseen, kouluttautumiseen ja itsensä kehittämiseen.

## TIIVISTELMÄ

Ylinen, Laura. 2019. Sosiaalisessa mediassa kiusaamista kokeneiden nuorten itsetunto. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. 112 sivua.

Tämän pro gradu -työn tarkoituksena on selvittää nuorten kokemuksia sosiaalisessa mediassa tapahtuvasta kiusaamisesta. Lisäksi tutkitaan kiusaamista kokevien nuorten itsetuntoa kaksiulotteisen itsetuntomallin avulla. Tavoitteena on pohtia, millainen itsetunnon taso sosiaalisessa mediassa kiusaamista kokevilla nuorilla on. Tuloksia voidaan hyödyntää sosiaalisen median käytön seurauksia tutkittaessa tai itsetuntoa muokkaavien tekijöiden selvittämisessä.

Tutkimus on toteutettu laadullisin menetelmin kaksivaiheisella lomakehaastattelulla sekä täydentävillä teemahaastatteluilla. Aineisto kerättiin keväällä ja syksyllä 2018. Aineiston analyysin apuna on käytetty sekä aineistolähtöistä että teoriaohjaavaa sisällönanalyysin menetelmää. Tutkielman aiheesta on tehty vain vähän aikaisempaa määrällistä tutkimusta, joten laadullisen tutkimuksen tarpeellisuus oli perusteltua.

Keskeisimmät tulokset osoittivat, että kiusaaminen sosiaalisessa mediassa on ollut muun muassa toistuvaa, mielialaan laskevasti vaikuttavaa, ystävyys-suhteita hajottavaa sekä nöyryyttävää. Lisäksi tulokset osoittivat, että kaksiulotteisen itsetuntomallin mukaan osalla tutkimuksiin osallistuneista nuorista on huono itsetunto ainakin jollain itsetunnon osa-alueella.

Tämän tutkielman tulokset tukivat aikaisempia teorioita verkkokiusaamisesta sekä itsetunnosta. Tuloksissa voitiin havaita myös uusia kokemuksia kiusaamisesta sosiaalisessa mediassa. Lisää tutkimusta tarvitaan kuitenkin siitä, kuinka merkittävästi sosiaalisen median käyttökokemukset liittyvät itsetunnon heikentymiseen.

Avainsanat: sosiaalinen media, kiusaaminen, verkkokiusaaminen, itsetunto, nuoruus

# SISÄLTÖ

## TIIVISTELMÄ

1	JOHDANTO .....	6
2	SOSIAALINEN MEDIA VUOROVAIKUTUKSEN YMPÄRISTÖNÄ.....	9
	2.1 Sosiaalisen median määrittelyä .....	9
	2.1.1 Sosiaalisen median sovellukset .....	13
	2.1.2 Aiempia tutkimuksia sosiaalisesta mediasta.....	16
	2.2 Kiusaamisen määrittelyä.....	19
	2.2.1 Kiusaamisen muodot.....	22
	2.2.2 Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa.....	25
3	ITSETUNNON ULOTTUVUUDET .....	28
	3.1 Itsetunnon määrittelyä .....	28
	3.1.1 Itsetunnon osa-alueet .....	31
	3.1.2 Itsetunnon tutkiminen.....	33
	3.2 Itsetunnon kehittyminen lapsuudessa ja nuoruudessa .....	35
	3.2.1 Kasvuympäristötekijät .....	37
	3.2.2 Kiusaaminen ja itsetunto.....	38
4	TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUSKYSYMYKSET .....	41
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS .....	44
	5.1 Tutkimusmenetelmät ja lähestymistapa .....	44
	5.2 Tutkittavat .....	46
	5.3 Aineistonkeruun menetelmä.....	47
	5.4 Analyysimenetelmä .....	49
	5.5 Eettiset ratkaisut.....	54

6	TULOKSET .....	56
6.1	Tutkimukseen osallistuvien taustatiedot.....	56
6.2	Kiusaamisen kokemukset sosiaalisessa mediassa.....	57
6.2.1	Kiusaamisen muodot.....	58
6.2.2	Kiusaamisesta johtuvat muutokset .....	62
6.3	Sosiaalisessa mediassa kiusaamista kokeneiden itsetunto.....	64
6.3.1	Kiusaamista kokeneiden minäpätevyys .....	64
6.3.2	Kiusaamista kokeneiden itsearvostus.....	67
7	POHDINTA.....	72
7.1	Kiusaamisen kokemukset sosiaalisessa mediassa.....	72
7.2	Kiusaamista kokeneiden nuorten itsetunto .....	78
7.3	Tutkielman johtopäätökset.....	85
7.4	Tutkimuksen luotettavuus .....	87
7.5	Jatkotutkimusehdotuksia .....	91
8	LÄHTEET .....	94
9	LIITTEET .....	106

# 1 JOHDANTO

Sosiaalinen media on jo jonkin aikaa vaikuttanut tapaamme kommunikoida, työskennellä, ymmärtää sekä rakentaa informaatiota. Tämän lisäksi sosiaalinen media vaikuttaa siihen, kuinka muodostamme ja ylläpidämme sosiaalisia suhteita. (Mäntymäki 2012, 9.) Sosiaalista mediaa on mahdollista käyttää niin vapaa-aikana kuin osana organisaatiota. Yhä useammat yritykset hyödyntävät sosiaalisen median palveluita sisäiseen kommunikointiin, mutta myös tavoittaakseen asiakkaita markkinointitarkoituksessa. (Leonardi, Huysman & Steinfield 2013, 2-4; Korteso 2018, 27, 63.) Muutos vaikuttaa laajalti niin yksilöihin, organisaatioihin kuin yhteiskuntaan (Säntti & Säntti 2011, 16).

Mediaympäristön muuttumisen myötä myös lapset ja nuoret kuluttavat sosiaalisen median palveluita yhä enemmän ja laajemmin. Tutkimusten mukaan median rooli oli merkittävä lasten sosiaalisen vuorovaikutuksen ja yhteenkuuluvuuden rakentaja. Erityisesti median käytön lisääntyminen lasten varttuessa oli merkittävää ja sen mukana kasvoi myös sosiaalisen median rooli. Tutkimusten mukaan sosiaalisessa mediassa tapahtuva vuorovaikutus oli nuorille jopa tärkeämpää, kuin kasvokkainen vuorovaikutus. Tämän lisäksi nuoret jakoivat sisältöä sosiaalisessa mediassa ahkerasti ja avoimesti. (Säntti & Säntti 2011; Uusitalo, Vehmas & Kupiainen 2011.) Kormilaisen, Ahosen ja Ijäksen (2016, 104) mukaan sosiaalinen media tukee ja rakentaa myös parhaimmillaan nuoren kokemusta olemassaolosta.

Sosiaalista mediaa on erityisesti sen kehityksen alkuvaiheessa arvosteltu. Sen on kuvattu rapauttavan kirjoitustaitoa sekä aiheuttavan ihmisissä vihapuheita ja hallitsemattomia aggressioita. (Pönkä 2014, 66.) Sosiaalisessa mediassa toimitaan avoimissa ja globaaleissakin yhteisöissä, joissa yksilöltä vaaditaan riittäviä taitoja ja valmiuksia muuttuvien sekä erilaisten vuorovaikutustilanteiden suhteen. (Ihanainen, Kalli & Kiviniemi 2011, 9). Lasten ja nuorten kohdalla voi kuitenkin nousta haasteeksi riittämättömät vuorovaikutus- sekä mediataidot sosiaalisessa mediassa toimiessa. Sosiaalisessa mediassa on helpompi puhua ja arvostella muita, sillä kirjoittaja ei välttämättä joudu kohtaamaan kas-

vokkain tiedon vastaanottajia. Kasvottomuus ja sosiaalisessa mediassa ilmenevä suorasukaisuus korostuvat erityisesti mielipiteiden ilmaisussa: toisen ihmisen ulkonäön, toimintatapojen ja luonteenpiirteiden arvostelu on näin ollen helpompaa. (Kaski & Nevalainen 2017, 12; Mustonen 2012, 58-59; Pönkä 2014, 73.) Tämä on osaltaan mahdollistanut uudenlaisen ilmiön ja kiusaamisen muodon synnyn, kiusaamisen sosiaalisessa mediassa.

Toiselle tarkoituksellista haittaa aiheuttavaa toimintaa, jossa korostuvat toistuvuus ja vallan epätasainen jakautuminen, kutsutaan kiusaamiseksi. (Hamarus 2008, 12; Kowalski, Limber & Agatston 2012, 18; Olweus 1994, 98; Olweus 1991, 47; Volk, Dane & Marini 2014, 327.) Sosiaalisessa mediassa ja internetissä tapahtuvaa kiusaamista kutsutaan verkkokiusaamiseksi, joka on sosiaalisen median käytön lisääntymisen myötä yleistynyt nopeasti. Ilmiön on kuvailtu leviävän sosiaaliseen mediaan koulukiusaamisen ja vapaa-ajalla tapahtuvan kiusaamisen välityksellä. (Kowalski ym. 2012, 56-57.)

Sosiaalisessa mediassa tapahtuvasta kiusaamisesta on puhuttu paljon ja siitä on myös tehty jonkin verran tutkimusta (ks. mm. Kowalski ym. 2012; Kwan & Skoric 2013; Patchin & Hinduja 2006; Ybarra & Mitchell 2004). Esimerkiksi KiVa-toimenpideohjelma kouluissa selvittää säännöllisesti sitä, kuinka moni oppilaista kokee kiusaamista tapahtuvaksi sosiaalisen median palveluissa. Staksrud, Ólafsson ja & Livingstone (2012, 23-24) ovat myös tutkineet, että sosiaalista mediaa käyttävät nuoret altistuvat todennäköisemmin negatiiviselle sisällölle ja samalla kiusatuksi tulemisen riski kasvaa kaksinkertaiseksi. Kiusaamista voi siis todeta esiintyvän sosiaalisessa mediassa.

Tutkielman tavoitteena on selvittää, millainen itsetunto kiusaamista kokevilla nuorilla on sekä millaisia kokemuksia heillä on sosiaalisessa mediassa tapahtuvasta kiusaamisesta. Ahon (2004, 29) mukaan yli 30% suomalaisista ala-asteen viimeisen luokan oppilaista kärsii itsetunto-ongelmista. Itsetunto on määritelmänä haasteellinen, sillä siitä ei ole olemassa yhtä oikeaa, yleispätevää käsitettä. Arkipuheessa itsetunnon-termiä käytetään paljon, mutta monessa yhteydessä virheellisesti ja toisista käsitteistä poikkeavasti. Tässä tutkimuksessa määrittelen itsetuntoa Millerin ja Moranin (2012, 41) kehittämän kaksiulotteisen

itsetuntomallin avulla (two-dimensional model, dual model, two-factor theory). Mallin mukaan itsetuntoon esitetään kuuluvaksi sekä minäpätevyys (self-competence) että itsearvostus (self-worth). Tässä tutkielmassa käytetyn teorian mukaan itsetunto koostuu siitä, millaisia ajattelemme olevamme ja mitä pystymme tekemään sekä siitä, kuinka paljon arvostamme itseämme. (Miller & Moran 2012, 41.)

Tutkielman kirjoittamisen aikana uutisoitiin alaikäisten lasten raiskaustapauksista Oulussa (Strömberg/Yle 2019), jotka olivat saaneet alkunsa sosiaalisessa mediassa tapahtuvasta viestittelystä. Tämän vuoksi sosiaalisessa mediassa pelätään tapahtuvan paljon internetvaanijoiden (internet predator) ja pedofiilien yhteydenottoja. Todellisuudessa kiusatuksi joutuminen on kuitenkin paljon hyväksikäyttöä todennäköisempää. (Kite, Gable & Filippelli 2010, 162.) Euroopan laajuisessa EU Kids Online -tutkimuskyselyssä selvisi, että suurin osa nuorten kokemista kiusaamistapauksista tapahtui sosiaalisessa mediassa (Livingstone, Haddon, Görzig & Ólafsson 2011, 63). Tästä syystä tutkielmani aihe on ajankohtainen ja tärkeä tutkimuskohteena. Lisäksi verkkokiusaamisen vaikutuksia itsetuntoon on selvitetty ainoastaan muutamalla kansainvälisellä määrällisellä tutkimuksella (ks. Patchin & Hinduja 2010; Olweus 2013) joten laadullinen kokemuksia selvittävä tutkielma on ollut perusteltua toteuttaa.

Lähestyn pro gradu – tutkielmassani aihetta ensin aikaisemman teorian kautta. Luvussa 2 esittelen ja avaatan sosiaalisen median vuorovaikutukselliseen ympäristöön liittyviä käsitteitä, sovelluksia ja aikaisempia tutkimuksia. Tämän lisäksi määrittelen kiusaamista sosiaalisessa mediassa sekä sen ilmenebismuotoja. Teoriaosuuden toisessa osassa, luvussa 3 käsittelen itsetunnon ulottuvuuksia määrittelyyn, osa-alueiden ja tutkimistapojen avulla. Kerron myös itsetunnon rakentumisesta sen kehittymisen, kasvu ympäristötekijöiden sekä kiusaamisen näkökulmasta. Tutkimustehtäviä esittelen luvussa 4 ja tutkimuksen toteutuksesta kerron luvussa 5. Tulokset ja niiden pohdinta ja johtopäätökset ovat nähtävillä luvuissa 6 ja 7. Viimeisessä luvussa pohdin myös jatkotutkimusehdotuksia sekä luotettavuutta.



## 2 SOSIAALINEN MEDIA VUOROVAIKUTUKSEN YMPÄRISTÖNÄ

### 2.1 Sosiaalisen median määrittelyä

Ennen varsinaista sosiaalisen median (social media) syntyä puhuttiin internetistä uutena, toisen aikakauden mediana. Verkon yleistyttyä se laajeni ihmisten käyttöön ja mahdollisti yksityisen ihmisen tuottaman vuorovaikutuksen sekä informaation kasvun. (Majava 2006, 87-88; Pönkä 2014, 9; Suominen 2013, 30; Thurlow, Lengel & Tomic 2004, 26.) Yksityisen ihmisen tuottama informaatio tai vuorovaikutus muiden kanssa oli alkuun kuitenkin hankalaa palvelimien puutteellisuuden takia. World wide web -sivujen perustaminen ja luominen oli mahdollista lähinnä organisaatioille tai niiden alaisina työskenteleville. Suosituimpana vuorovaikutusta ylläpitävänä sovelluksena pidettiin sähköpostia. (Gillmor 2004, 11-12; Pönkä 2014, 12; Suominen 2013, 30.) Kehityksen myötä avoin verkko mahdollisti nopeasti yhä laajemman keskinäisen vuorovaikutuksen. Ensimmäisinä internetin kohtaamispaikkoina pidettiin erilaisia virtuaali-maailmoja. Virtuaali-maailmojen ansiosta lapset ja nuoret kiinnostuivat sisältötuottamisesta internetpohjaisissa ohjelmissa. (Suominen 2013, 38-40.)

Suominen (2013, 41) määrittelee myös erilaisten nettikeskustelupalstojen toimivan "esisosiaalisena mediana", sillä erilaiset reaaliaikaiset chatit kiinnostivat lapsia ja nuoria. Saarikoski (2013, 48-49) jatkaa, että digikameroiden kehitys ja erityisesti kännykkäkamerat ja niillä kuvattujen kuvien jakaminen toimivat osaltaan esiasteena sosiaalisen median helpolle sisällön jakamiselle ja kuvapalveluiden ja sovellusten synnylle. Suurin muutos sosiaalisen median synnyssä teknologian sijaan johtuikin käyttäjien muuttuneista toimintatavoista (Pönkä 2014, 9). Internetiä itsessään pidetään Barnesin (2003) sekä Bowman ja Willisin (2003) mukaan vuorovaikutuksellisenä mediana, jossa kaikki välineet ja toimin-

nat liittyvät jollain tavalla vuorovaikutukseen. Internetin on uskottu siis alusta alkaen kehittyvän sosiaalisesti mediaksi sen laajuuden, avoimuuden ja säätelämättömyyden takia (Barnes 2003, Bowman & Willis 2003.) Nykyisestä sosiaalisesta mediasta siirryttiin puhumaan 2000-luvun puolivälissä (Lietsala & Sirkunen 2008, 17; Pönkä 2014, 9).

Sosiaalinen media oli käsitteenä pitkään uusi ja rajautumaton, sillä akateemisissakin piireissä sosiaalisen median määrittelyn apuna käytettiin Wikipedian artikkelia (Mäntymäki 2012, 9; Rättilä 2007, 35; Suominen 2013, 13). Sosiaalinen media eroaa perinteisestä mediasta muun muassa siinä, että sosiaalista mediaa pidetään pääsääntöisesti käyttäjälähtöisenä mediana. Sosiaalisen median käyttäjä tuottaa ja päättää itse sisällöstä, kun taas perinteisessä mediasa esimerkiksi toimitus määrittää julkaisun. (Fernando 2007; Suominen 2013, 13.) Kortesuon (2018, 29) mukaan sosiaaliseen mediaan ei voi luoda sisältöä samalla tavalla, kuin perinteistä viestintää on aikaisemmin tuotettu. Vapaan sisällöntuoton ja käyttäjälähtöisyyden syntyessä vuorovaikutus ja keskustelut ovat lisääntyneet tekijän ja kuluttajan välillä. Perinteisen tiedonvälityksen ja auktoriteettiaseman hajotessa viestinnästä on tullut jokaisen oikeus ja vuorovaikutuksesta sosiaalisen median ydin. Tämän lisäksi myös kirjakielisyys on muuttunut emoji- ja hymiöiden, arkikielen ja puhekielen käyttöön. (Kortesuo 2018, 29.) Sosiaalisen median käsitettä pidetään niin monitulkintaisena ja muuttuvana sekä ennen kaikkea omaan määritelmään pohjautuneena, että selkeä rajaus tutkielman ymmärtämisen kannalta on tärkeää. Tässä tutkimuksessa sosiaalisella medialla tarkoitetaan erilaisia 2000-luvulla syntyneitä internetpohjaisia palveluita tai sovelluksia, joiden pääsääntöinen tarkoitus on pitää yhteyttä tietoverkossa kulkevan viestinnän avulla, luoda sisältöä sekä seurata toisten sisältöä sovellusten avulla (Kaplan ja Haenlein 2010, 61; Kortesuo 2018, 16; Mäntymäki 2012, 9).

Sosiaalinen media luokitellaan osaksi viestintää, johon määritellään kuuluvaksi informaation siirto lähettäjältä vastaanottajalle, merkitysten luonti ja vaihto vuorovaikutuksessa sekä rakenteiden ja yhteisöjen tuottaminen ja ylläpitäminen. (Juholin 2013, 70; Thurlow ym. 2004, 29-30). Näiden viestinnän muotojen on mahdollista toteutua myös sosiaalisen median palveluita käyttäessä. So-

siaalisen median kohdalla puhutaan usein välitetystä viestinnästä (mediated communication), jolloin viestijöiden välillä on jokin teknologinen, välittävä kanava. Välitettyä viestintää kuvataan esimerkiksi suoraa viestintää rajoituneemmaksi, sillä suora viestintä on kasvokkain tapahtuvaa vuorovaikutusta, sisältäen nonverbaalisen ja verbaalisen viestinnän. (Thurlow ym. 2004, 26-27, 29-31.) Sosiaalisessa mediassa nonverbaalisen viestinnän tuottaminen on rajallista, mutta on olemassa nonverbaalista viestintää korvaavia ja keskustelua nopeuttavia viestityyppejä, emojeeja ja hymiöitä, joita voi muodostaa ainoastaan teknologian avulla (Kortesuo 2018, 46).

Aitoja vuorovaikutussuhteita tutkittaessa esille nousee viestinnän kokonaisvaltaisuus, joka koostuu suorasta ja välitteisestä viestinnästä. Sosiaalista mediaa pidetään kuitenkin helposti todellisesta elämästä irrallisena maailmana, joka haastaa suoran ja välitteisen viestinnän kokonaisvaltaisuuden. Sosiaalisen median ulkopuolista ympäristöä saatetaan kuvata "todelliseksi elämäksi" (In real life). (Thurlow ym. 2004, 50-51, 125-126.) Thurlowin ym. (2004, 43, 125-126) sekä Niemisen ja Pörhölän (2011, 82) mukaan sosiaalista mediaa ja virtuaalimaailmaa ei tule kuvata irrallaan todellisesta maailmasta, vaan ne kulkevat rinnakkain. Erillisinä yksiköinä kuvailu korostaisi sitä, ettei virtuaalimaailmassa tapahtuvalla vuorovaikutuksella olisi merkitystä tai vaikutusta yksilölle. Sosiaalisessa mediassa tapahtuvan viestinnän on kuitenkin todettu vaikuttavan yksilön identiteetin kehitykseen ja mielialan muutoksiin. Välitteisen viestinnän käyttö on niin yleistä, etteivät ihmiset pidä sitä muusta viestinnästä poikkeavana. (Kortesuo 2018, 157-160; Thurlow ym. 2004, 52, 117-119.) Opinnäytetyössä haasteeksi nousee se, kuinka tutkittava osaa erotella välitteisen viestinnän aikana sattuneita kokemuksia peilaamatta niitä suoran viestinnän tapahtumiin, eli kuinka vastaaja pystyy rikkomaan viestinnän kokonaisvaltaisuutta tutkimuksen tarkoituksia varten.

Sosiaalinen media tarjoaa uuden ympäristön vertaistukeen ja verkostoitumiseen (Lietsala & Sirkkunen 2008, 20). Mustosen (2012, 58-59) ja Pönkän (2014, 73) mukaan sosiaalisessa mediassa on pienempi kynnys puhua henkilökohtaisista ja yksityisistä asioista, sillä tuottaja ei välttämättä joudu kohtaamaan

kasvokkain tiedon vastaanottajia. Tämä mahdollistaa myös ujojen ihmisten uusien ihmissuhteiden luomisen, sillä sisällöntuottaja voi vaikuttaa jakamansa tiedon määrään ja yksityisyyteen pitäen itselleen arat asiat piilossa. Sosiaalisessa mediassa esimerkiksi myös ne lapset ja nuoret, jotka eivät ole saaneet koulussa ystäviä, voivat verkostoitua toisten kanssa. Parhaimmassa tapauksessa sosiaalinen media vahvistaa itsetuntoa. (Mustonen 2012, 58-59; Pönkä 2014, 73.)

Sosiaalinen media voi olla samanaikaisesti yksityistä ja julkista mediaa, sillä palveluissa on yksityisen ja julkisen viestinnän muotoja jopa saman sovelluksen sisällä (Valli & Perkkilä 2018, 125). Kortesus (2018, 61-63) pitää sosiaalista mediaa eräänlaisena kimpuna sähköisiä kanavia, joissa kommunikointi tapahtuu yhdessä ja jokaisella on oma roolinsa. Roolit voidaan jakaa kuluttajiin, sisällöntuottajiin, puheenjohtajiin ja kommentoijiin. Roolit voivat vaihdella saman käyttäjän välillä riippuen siitä, mitä sosiaalisen median palveluita kukin mielellään päivittää. Yleistä on myös omaksua useampi rooli samanaikaisesti, eli esimerkiksi tuottaa sisältöä ja kommentoida sitä. (Kortesus 2018, 61-63.) Kietzmann, Hermkens & McCarthy (2011, 243) ja Pönkä (2014, 82) jakavat sosiaalisen median seitsemään toiminnalliseen elementtiin, jotka yhdessä muodostavat sosiaalisen median piirteet. Monissa sosiaalisen median palveluissa yhdistyy useampi kuvion toiminnallinen elementti.



Kuvio 1. Sosiaalisen median määrittelyä ja jaottelua teorioiden avulla.

Läsnäolon osatekijään kuuluu tapa tietää siitä, että palveluita käyttävät muutkin ja heihin saa yhteyden. Jakamisen osatekijään kuuluu sisällön vastaanottaminen, vaihtaminen ja jakaminen. Suhteen osatekijä sisältää yhteenkuuluvuuden tuntemuksen ja tavan tunnistaa, miten ja kuinka vahvasti henkilöt liittyvät toisiinsa. Keskustelun osatekijään kuuluu tapa kommunikoida toisten käyttäjien kanssa. Identiteetin osatekijä sisältää sen rakentumisen sosiaalisen median avulla, kun yksilö kertoo muille asioita elämästään ja itsestään. Samalla se sisältää myös tavan tunnistaa erilaisia käyttäjiä. Ryhmien osatekijään kuuluu niiden muodostuminen ja sitä kautta yhteisöllisyyden luominen kiinnostuksen kohteen mukaan. Viimeisenä osatekijänä on maine, joka sisältää mahdollisuuden arvioida muiden käyttäjien sosiaalista asemaa tuotetun sisällön avulla. (Kietzmann ym. 2011, 243; Pönkä 2014, 82.) Seuraavaksi esittelen sosiaalisessa mediassa suosituimpia sovelluksia, jotka nousivat tutkielmassanikin esille.

### 2.1.1 Sosiaalisen median sovellukset

Sosiaalisen median kenttää pidetään hyvin laajana ja monimuotoisena, sillä se sisältää palveluita useisiin erilaisiin käyttötarkoituksiin (Mäntymäki 2012, 11.) SoMe ja nuoret 2016 - tutkimuksessa selviää, että suosituimmat nuorten käyttämät sosiaalisen median palvelut ovat WhatsApp, YouTube, Facebook, Instagram, Spotify ja Snapchat. Ajallisesti eniten käytetty palvelu on nuorten mukaan WhatsApp. (ebrand Suomi Oy 2016.) Kaplan ja Haenlein (2010, 62) jakavat sosiaalisen median sovellukset sen mukaan, kuinka paljon sovelluksessa on mahdollista ilmaista itseään sekä mikä on median välittämän informaation taso. Pönkä (2014) jakaa yli neljäkymmentä sosiaalisen median palvelua vielä tarkemmin sen mukaan, mihin tarkoitukseen ne on luotu. Palvelut jakautuvat kolmeentoista erilaiseen ryhmään, joista nostan esille ne ryhmät, joihin tutkimukseni kannalta keskeiset sovellukset kuuluvat. (Kaplan ja Haenlein 2010, 62; Pönkä 2014.) Seuraavaksi esittelen lyhyesti nuorten eniten käyttämiä sosiaalisen median palveluita. Palvelut ovat sellaisia, joiden suosio on suurta tutkielman kirjoittamisen hetkellä. Mäntymäki (2012, 19) kuitenkin korostaa, että sosiaali-

sen median palveluita hylätään yhtä nopeasti kuin uusia syntyy, joten kehittyvän kentän vuoksi sosiaalisen median sisältö tulee todennäköisesti muuttumaan vuosien kuluessa.

Facebook luokitellaan yhteisöpalveluiden ryhmään ja sitä pidetään sosiaalisen median keskeisimpänä ja suurimpana palveluna. Facebook mahdollistaa verkostoitumisen, uusien sosiaalisten suhteiden luomisen, sisällön jakamisen ja muiden jakaman sisällön vastaanottamisen. Facebookia pidetään identiteetin rakentamisen kannalta optimaalisena ympäristönä, sillä käyttäjän on mahdollista itse päättää, millaisia asioita hän palvelulta hakee. Facebookissa yksilö rakentaa oman profiilisivustonsa, jossa hän määrittelee muun muassa omat tietonsa, kuvansa ja niiden julkisen näkyvyyden. Tämän lisäksi hän voi verkostoitua erilaisissa ryhmissä tai osallistua tapahtumiin, joista on helppoa saada tietoa Facebookin avulla. (Kormilainen, Ahonen & Ijäs 2016, 76-77; Mäntymäki 2012, 10; Pönkä 2014, 84-86.)

WhatsApp on erityisesti älypuhelimia varten kehitetty sovellus, jossa toteutuu hyvin sosiaalisen median ydin, viestintä sekä ihmisten välinen vuorovaikutus. Ajallisesti eniten käytetty sovellus kuuluu pikaviesti- ja keskustelusovelluksien ryhmään. WhatsApp-sovelluksen avulla käyttäjä voi lähettää viestin joko suoraan toiselle henkilölle yksityisesti tai ryhmän kautta, jossa useampi henkilö on tavoitettavissa kerralla. Viestit eivät näy ulkopuolisille henkilöille ja ne välittyvät sekä näkyvät vastaanottajalla välittömästi. Tekstin lisäksi WhatsAppissa voi lähettää kuvia, ääniviestejä ja videoita. WhatsApp mahdollistaa myös soittamisen sekä videopuheluiden käytön. Keskusteluita aloittaakseen tai ryhmiä luodakseen käyttäjän täytyy tallentaa vastaanottajan puhelinnumero omaan puhelimeensa. WhatsAppin on korvannut operaattorien maksullisen tekstiviestien lähettämisen ilmaisella vaihtoehdolla. Palvelun ikäraja on 16-vuotta, mutta siitä huolimatta sovellus on suosittu lasten, nuorten ja myös heidän vanhempiansa keskuudessa. (Kormilainen ym. 2016, 109-110; Pönkä 2014, 136-137.)

Pikaviesti- ja keskustelusovellusten ryhmään kuuluu myös Snapchat. Snapchat on WhatsAppin tavoin sovellus, jossa on mahdollista käydä chat-

keskusteluja. Snapchatin erikoisominaisuutena toimii kuvien ja videoiden lähettäminen toisille. Snapchat käyttää älypuhelimien kameraa ja mahdollistaa kuvien muokkaamisen erilaisten filttiereiksi kutsuttujen ominaisuuksien avulla. Snapchatissa lähetetyt kuvat ja viestit eivät tallennu vastaanottajalle, vaan ovat lähettäjän määrittelemän ajan näkyvissä. Sovellus mahdollistaa kuvien ja videoiden jakamisen yksityisesti, mutta myös kaikille oman Snapchatin seuraajille Story-toiminnon avulla. Toisin kuin WhatsAppissa, Snapchatissa voi seurata toisia nimimerkkiä etsimällä. (Kormilainen ym. 2016, 110-111; Pönkä 2014, 139.)

Instagram on noussut suosituimmaksi kuvanjakopalveluksi älypuhelimien yleistyttyä (Kortesuo 2014, 120; Pönkä 2014, 120). Instagramiin on mahdollista ladata kuva suoraan älypuhelimelta, eli siis välittömästi kuvaamisen jälkeen. Kuvia on mahdollista muokata haluamallaan tavalla sovelluksen omien filttierien tai visuaalisten efektien avulla. Instagram on erityisesti sisällön jakamiseen keskittynyt sovellus, mutta se mahdollistaa myös kuvista tykkäämisen tai kommentoinnin julkisesti. Instagramissa on myös mahdollista lähettää yksityisiä viestejä, ääniviestejä tai kuvia. Snapchatin tavoin yksityiset kuvat poistuvat katselukerran jälkeen, mutta siitä poiketen tekstikeskustelut jäävät näkyville. (Kormilainen ym. 2016, 93-94; Pönkä 2014, 120-122.) Instagramissa on mahdollista saada laajaa näkyvyyttä käyttämällä aihetunnisteita eli hastageja. Hashtagien avulla samantyyppiset kuvat kerääntyvät muiden selattavaksi samalle näkymälle, joka mahdollistaa helpommin omien kiinnostuskohteiden löytämisen. (Kormilainen ym. 2016, 93-94; Korteso 2014, 34.)

Pönkä (2014, 115) luokittelee Youtuben kuuluvan videopalveluiden ryhmään, joka on yhteisöpalveluiden jälkeen toiseksi suosituin ryhmä. Youtube rakentuu tiukasti sisällön tuottamisen ympärille, sillä palveluun ladataan videoita toisten katseltaviksi. Erilaisia videoita voi hakea hakutoiminnon avulla tai seuraamalla erilaisia videokanavia. Youtubessa viestien vaihtaminen on mahdollista kommentoinnin välityksellä, mutta vastavuoroinen sisällönjakaminen on vähäistä. Youtube mahdollistaa niin ammattimaisen- kuin harrastetoiminnan, sillä videoiden lataaminen palveluun on ilmaista. Youtubessa voi jakaa videot myös yksityisesti pienemmälle ja rajatulle käyttäjäjoukolle. Youtuben

suosio ja kehitys on ollut nopeaa ja viime vuosina myös Suomessa on voinut elättää itsensä Youtube-videoista saaduilla tuloilla eli tubettamisella. Youtube jakautuu muihin sosiaalisen median palveluihin verrattuna voimakkaammin sisällön tuottajiin ja vastaanottajiin, ja tästä johtuen esikuvien merkitys ja sisällöntuottamisen vastuu kasvavat. (Kortesuo 2018, 78; Mäntymäki 2012, 10; Pönkä 2014, 115-117.)

Spotify on suosittu musiikkipalvelu, joka mahdollistaa musiikin kuuntelemisen ilman tiedostojen lataamista tai siirtämistä laitteelle. Spotifyhin on ladattuna laajalti kappaleita, joita käyttäjä voi kuunnella ja jakaa muiden kuunneltavaksi. Spotifyssa on mahdollista laatia omia soittolistoja yksityiseksi tai julkiseksi. Soittolistoja voi myös seurata, jolloin seuraajat näkevät niiden päivittyvän. Spotify poikkeaa muista mainituista sosiaalisen median palveluista siinä, ettei sen kautta voi olla suoraan vuorovaikutuksessa toisten kanssa, vaikka sovelluksessa voi tarkastella käyttäjien tekemiä profiileja. Vaikka viestintä ei ole suoraan mahdollista Spotifyssa, sisällön seuraaminen tekee siitä kuitenkin sisällöntuottamisen mediaa. (Spotify 2018.)

Sosiaalisen median sovelluksia on mahdollista käyttää samanaikaisesti ja yhdistellen. Mäntymäen (2012, 15) mukaan ensimmäisessä palvelussa luotua sisältöä pystyy jakamaan toisessa palvelussa näkyvyyden laajentamisen tai muun käyttötarkoituksen vuoksi, esimerkiksi Youtubeen ladatun videon voi jakaa Facebookissa tai WhatsAppissa muiden nähtäville. Samanaikaisesti sovelluksia pystyy käyttämään esimerkiksi kuuntelemalla musiikkia Spotifysta samalla, kun lisää uutta kuvaa Instagramiin (Pönkä 2014, 116).

### 2.1.2 Aiempia tutkimuksia sosiaalisesta mediasta

Sosiaalisesta mediasta on tehty tutkimusta niin Suomessa kuin kansainvälisesti. Tutkimusta tehdään jatkuvasti lisää sen ajankohtaisuuden vuoksi. Nostan esille muutamia aikaisempia kotimaisia ja kansainvälisiä tutkimuksia, joita on tehty sosiaalisesta mediassa tapahtuvasta vuorovaikutuksesta. Tutkimukset ovat olleet pääsääntöisesti määrällisiä tutkimuksia.



Kotimaisissa tutkimuksissa sosiaalisen median käyttäjiä on määritelty tietokonesukupolveksi, kännykkäsukupolveksi, pelisukupolveksi tai diginatiiveiksi (Suominen 2013, 11-12). Säntti ja Säntti (2011) ovat selvittäneet muun muassa sitä, kuinka uusi sukupolvi Z on syntynyt ja kasvanut osaksi sosiaalisen median kommunikaatiota ja mediakäyttäjyymistä. Tutkimukset osoittavat, kuinka julkisesti nämä sosiaalisen median natiivit jakavat yksityistäkin elämänsä rakentaen sen avulla identiteettiään. Sosiaalista mediaa pidetään tärkeänä ja jopa ensisijaisena välineenä yhteydenpitoon ystävien ja perheenjäsenten kesken. (Säntti & Säntti 2011.) Tutkimuksessa kuvattua Z-sukupolvena pidetään Sänffin ja Sänffin (2011) mukaan 1999-2019 -luvulla syntyneitä, kun taas Y-sukupolvena pidetään 1980-1998 -luvulla syntyneitä ja X-sukupolvena 1961-1979 -luvulla syntyneitä. Tutkimuksen tuloksista ilmenee, että Z-sukupolvi elää paljon julkisempaa elämää sosiaalisessa mediassa, kuin X-sukupolvi, joka on yksityisyydestään tarkempi. (Säntti & Säntti 2011.)

Lasten mediaympäristön muutoksia on tutkittu kaksivaiheisella pitkittäistutkimuksella, jossa selvitettiin eri-ikäisten lasten muutoksia median, mukaan lukien sosiaalisen median käytössä iän ja palveluiden kehityksen myötä. Uusitalon, Vehmaan & Kupiaisen (2011) mukaan median rooli oli merkityksellinen lasten sosiaalisen vuorovaikutuksen ja yhteenkuuluvuuden tekijänä. Median käyttö muuttui kolmen vuoden aikana paljon yksittäisen lapsen elämässä, johon tuen pääosin ikäkausista ja lasten kasvusta. Vertaisilla ja perheellä oli vaikutusta siihen, mitä mediaa yksittäinen henkilö käytti. Vaikutukset näkyivät niin uuden median käyttöönotossa kuin vanhan hylkäämisessä. Sosiaalisen median merkitys oli suuri yli 11-vuotiailla tutkimukseen osallistuneilla varhaisnuorilla. Sisällöntuotannon laatiminen ja hallinta oli lisääntynyt, ja moni julkaisi kuvia ja päivityksiä verkossa tai kommentoi muiden tekemiä julkaisuja. Tärkeänä pidettiin myös mahdollisuutta vuorovaikutukseen kavereiden ja myös arkielämästä tuntemattomien henkilöiden kanssa. Tutkimustulokset osoittivat, että sosiaalisen median käyttö vaatii uusia taitoja ja opastusta siitä, missä kulkevat tiedon jakamisen yksityiset ja julkiset rajat. (Uusitalo ym. 2011.)

Kansainvälisesti sosiaalista mediaa on tutkittu myös hyvinvoinnin osalta. Naslund, Aschbrenner, Marsch & Bartels (2016) tutkivat mielenterveysongelmista kärsivien sisällöntuottajien nopeaa suosion kasvua sosiaalisessa mediasa. Tutkimuksen mukaan kuluttajat ja tuottajat saavat jaetusta sisällöstä vertaistukea ja yhteenkuuluvuuden tunnetta omista mielenterveysongelmista selviytymiseen. Vogel, Rose, Roberts & Eckles (2014) ovat taas tutkineet sosiaalista vertailua ja kilpailua sosiaalisessa mediassa. Tutkijat ovat myös selvittäneet sosiaalisessa mediassa tapahtuvan vertailun vaikutusta itsetuntoon. Sosiaalisen median alustat mahdollistavat vertailuasetelman, sillä sisällöntuottaja voi itse valita, millaisia asioita haluaa jakaa. Tiedot iloisista tapauksista ja hyvästä elämästä voivat aiheuttaa kuluttajassa tuntemuksen siitä, että omat asiat ovat huommin kuin toisella. Sosiaalisen median käyttäjät saattavat uskoa, että sisällöntuottaja elää parempaa elämää, kuin he itse elävät. Jos kuluttaja tuntee inspiraation ja samaistumisen sijaan huonoutta itsestään, se saattaa kertoa huonosta itsetunnosta. Tutkimuksen apuna käytettiin muun muassa Rosenbergin (1965) suosittua itsetuntomittaria. Tulokset osoittivat, että erityisesti paljon Facebookia käyttävien osallistujien itsetunto oli heikompi, sillä he altistuivat enemmän sosiaaliselle vertailulle. Sosiaalisen median mahdollistama sosiaalinen vertailu vaikuttaa siis kuluttajan itsetuntoon tämän tutkimuksen mukaan heikentävästi. (Vogel ym. 2014.)

Tutkijat ovat myös kiinnittäneet huomiota kiusaamiseen sosiaalisen median palveluissa. Nieminen ja Pörhölä (2011, 75) ovat laskeneet, että pelkästään vuosien 2004-2010 välillä on tehty kolmisenkymmentä empiiristä tutkimusraporttia verkkokiusaamisesta. Perinteisen internetin ollessa esisosiaalista mediaa, nostan esille varhaisimman tutkimuksen välitteisessä viestinnässä tapahtuvasta negatiivisesta käyttäytymisestä. Ybarran ja Mitchellin (2004) ovat toteuttaneet tutkimuksen online-aggressiivisuudesta. Tutkimuksessa selvitettiin yli tuhannelta tutkittavalta, olivatko he kokeneet aggressiivista käyttäytymistä ja häirintää internetissä vai olivatko he mahdollisesti itse olleet aggressiivisia. Tutkimuksessa ilmeni, että lähes puolet vastaajista olivat olleet joko aggressiivisen käyttäytymisen kohteena, sen aiheuttajina tai molempina. Tuloksissa ilmeni

myös, että aggressiiviset kiusaajat käyttivät internetiä paljon ja he olivat myös taitavia netin käyttäjiä. Tämän lisäksi heillä oli merkittäviä psykologisia haasteita, kuten masentuneisuutta, häiriökäyttäytymistä tai he olivat olleet perinteisen kiusaamisen kohteena. (Ybarran & Mitchellin 2004.)

Viimeisenä nostan esille tutkielman kannalta keskeisen tutkimuksen verkkokiusaamisesta ja itsetunnosta. Patchin ja Hinduja (2010) ovat selvittäneet tutkimuksessaan yläkouluikäisten oppilaiden kokemuksia kiusaamisesta sekä heidän itsetuntonsa tasosta. Tutkimus on toteutettu määrällisin menetelmin ja aineistoa on kerätty yli kolmestakymmenestä koulusta. Tutkimuksen apuna oltiin käytetty Rosenbergin (1965) itsetuntomittaria. Tutkimuksen tuloksista ilmenee, että oppilailla, jotka kokivat verkkokiusaamista sekä oppilailla, jotka sitä aiheuttivat, oli muita vastaajia huonompi itsetunto. Tutkimuksen pohjalta voitiin todeta, että verkkokiusaamisella ja huonolla itsetunnolla oli jokin suhde, mutta aiheesta tarvitaan lisää tutkimusta. (Patchin & Hinduja 2010.)

Tässä pro gradu -työssä käytän aikaisempia tutkimuksia myös tutkielmani tulosten tukena. Tutkimuksia yhdistää sosiaalisen median vuorovaikutuksen lisäksi joko lapsiin ja nuoriin, käyttäytymiseen, kiusaamiseen tai itsetuntoon liittyvät tekijät. Vaikka kiusaamisen kokemuksia sosiaalisessa mediassa on ehditty jonkin verran tutkia, ei sen yhteydestä itsetunnon kehitykselle ole riittävästi aikaisempaa tutkimustulosta. Omassa tutkielmassani keskityn siihen, millaisia kokemuksia nuorilla on kiusaamisesta sosiaalisessa mediassa ja samalla selvitän tutkittavien itsetuntoa. Seuraavissa alaluvuissa käsittelen perinteisen ja verkkokiusaamisen määritelmää ja muotoja, jossa esittelen vielä lisää tutkielman kannalta keskeisiä verkkokiusaamisen tutkimuksia. Tämän lisäksi esittelen sosiaalisessa mediassa ilmeneviä piirteitä käyttäytymisestä ja sen tulkitsemisesta.

## 2.2 Kiusaamisen määrittelyä

Olweus (1994, 98; 1991; 47) määrittelee kiusaamisen toistuvaksi tapahtumaksi, jossa toinen tai toiset osapuolet altistavat henkilön negatiivisille teoille. Negatii-

visina tekoina pidetään toimintaa, jossa aiheutetaan tai yritetään aiheuttaa vahinkoa ja harmia kiusatulle. Toiminta voi olla esimerkiksi fyysistä, verbaalista tai nonverbaalista. Kiusaaja saattaa myös vastustaa kiusatun tahtoa torjumalla tämän pyynnöt tai kommentit. (Olweus 1994, 98; Olweus 1991, 47.) Kowalskin ym. (2012, 18) mukaan kiusaaminen määritellään aggressiiviseksi käytökseksi, jonka päämääränä on erilaisia voiman keinoja käyttäen alistaa toista osapuolta. Joskus kiusaamisen asetelmana toimii fyysisesti vahvemman dominointi heikompaan kohtaan, mutta yleensä kiusaaja korostaa kiusaamisella omaa asemaansa ja paremmuuttaan hierarkkisesti. (Kowalski ym. 2012, 18.) Volk ym. (2014, 327) täydentävät kiusaamisen olevan tarkoituksellista toimintaa ja käyttäytymistä. Kiusaamisen kriteereinä korostuvat tämän lisäksi myös sen haitallisuus sekä vallan epätasainen jakautuminen. Myös Hamarus (2008, 12), Mäntylä, Kivelä, Ollila ja Perttola (2013, 19) sekä Olweus (2013, 756-758) korostavat vallan epätasaisen jakautumisen merkitystä kiusaamisessa, sillä kahden keskenään yhtä vahvan nuoren välinen nahistelu ei ole kiusaamista, vaan kiusaaminen vaatii toteutuakseen sosiaalisesti tai fyysisesti heikomman osapuolen tarkoituksellisen sortamisen.

Kiusaamisen määrittelyn haasteeksi on noussut erityisesti sen toistuvuus. Kowalski ym. (2014, 18) sekä Hamarus (2008, 12) määrittelevät kiusaamisen olevan toistuvaa ja harvoin kertaluontoista. Forss (2014, 35-36) sekä Olweus (1991, 49) ovat pohtineet, ettei kiusaamisen tarvitse välttämättä olla toistuvaa, sillä joissain olosuhteissa kertaluontoinen, vakavampi kiusaamistapaus voi riittää määrittelemään kiusaamisen tapahtuneeksi. Volk ym. (2014, 328) ovat taas kyseenalaistaneet kokonaan kiusaamisen toistuvuuden merkityksen. Kiusaamista voidaan siis pitää myös kertaluontoisena tapahtumana, mutta useimmiten se on toistuvaa ja samaan osapuoleen kohdistuvaa.

Internetin, älypuhelimien ja sosiaalisen median palveluiden välityksellä tapahtuvaa kiusaamista kutsutaan nettikiusaamiseksi tai verkkokiusaamiseksi (cyber-bullying) ja lasten sekä nuorten käyttämät sosiaalisen median alustat toimivat muun muassa paikkana toteuttaa sitä (Kowalski ym. 2012, 56-57; Nieminen & Pörhölä 2011, 76). Nettikiusaamista pidetään omana kiusaamisen muo-

tona, joka on kasvanut ja kehittynyt teknologian lisääntymisen myötä (Kowalski & Limber 2007, 22; Patchin & Hinduja 2010, 615). Nettikiusaamista määritellään kuitenkin perinteisen kiusaamismääritelmän avulla. Patchin ja Hindujan (2006, 152) mukaan verkkokiusaaminen on tahallista ja toistuvaa toisen henkilön satuttamista elektronista viestintää käyttäen. Kowalski ja Limber (2007, 24) täydentävät nettikiusaamisen tapahtuvan juuri välitteisen viestinnän, kuten sähköpostin, puhelimen, chat-ohjelmien tai sähköisten palveluiden avulla. Tässä tutkielmassa kiusaamisella sosiaalisessa mediassa tarkoitetaan toistuvaa, kiusatulle tarkoituksellista haittaa ja mielipahaa aiheuttavaa toimintaa, jossa vallan epätasainen jakautuminen korostuu. Tutkielmassa korostuvat verbaalisen ja nonverbaalisen kiusaamisen muodot, sillä Niemisen ja Pörhölän (2011, 77) mukaan välitteisen viestinnän kiusaamistilanteista puuttuu fyysinen kontakti ja samalla siis fyysisen kiusaamisen muodot.

Perinteisessä ja sosiaalisessa mediassa tapahtuvassa kiusaamisessa on kuitenkin Pörhölän ja Kinneyn (2010, 84-88) mukaan muitakin eroja, kuin välitteinen viestintä. Tutkijat kuvailevat näitä eroja viiden erilaisen kohdan kautta. Ensimmäisenä huomiona on nettikiusaamisen ja perinteisen kiusaamisen saavuttaman yleisön ero. Perinteisessä kiusaamisessa kiusaamisen tavoittavat vain ne, jotka ovat olleet fyysisesti paikalla kiusaamisen tapahtuessa. Sosiaalisessa mediassa on kuitenkin mahdollisuus laajentaa näkyvyyttä, sillä kiusaaminen voi tapahtua julkisillakin sivustoilla. Kiusattua loukkaavaa materiaalia pystyy levittämään nopeasti sosiaalisen median palveluissa ja toisena huomiona onkin, että materiaali saattaa jäädä näkyville pitkäksi aikaa. Nöyryyttävät materiaalit saattavat loukata kiusattua vielä pitkän ajan päästä, tai vaikeuttaa häntä saamasta esimerkiksi tulevaisuudessa työ- tai korkeakoulupaikkaa. Kolmantena huomiona on se, että sosiaalisessa mediassa on mahdollista kiusata piilottamalla henkilöllisyytensä, eli toteuttaa kiusaamista anonyymisti. Anonyymisti kiusaaminen voi pidentää kiusaamisen kestoja ja pahentaa sen aggressiivisuuden tasoa, sillä kiusaajan ei tarvitse pelätä joutuvansa kiusaamisesta vastuuseen. Neljäntenä Pörhölä ja Kinney (2010, 84-88) korostavat vallan epätasapainon olevan erilaista nettikiusaamisen ja perinteisen kiusaamisen välillä. Netti-

kiusaamisessa valta on yleensä sillä, joka levittää negatiivista tietoa kiusatusta muille käyttäjille, kun taas perinteisessä kiusaamisessa vallan epätasapainoon liittyy yleensä fyysiset ominaisuudet. Viimeisenä huomiona on se, että sosiaalisessa mediassa tapahtuva kiusaaminen ei jätä kiusattua rauhaan edes vapaa-ajalla. Kiusaajan on helppo vaikuttaa ja kulkea kiusatun mukana missä vain, toisin kuin perinteisessä kiusaamisessa, jossa kiusattu pääsee yleensä turvaan johonkin fyysiseen tilaan, kuten kotiinsa. (Pörhölä & Kinney 2010, 84-88.) Nämä kohdat huomioiden nettikiusaaminen saattaa loukata kiusattua perinteistä kiusaamista pahemmin, sillä hän ei välttämättä pääse kiusaajistaan eroon ollenkaan.

Kiusaamisen on myös mahdollista toteutua samanaikaisesti sekä perinteisellä tavalla, että sosiaalisessa mediassa. Kiusaaminen on voinut esimerkiksi alkaa koulussa, mutta jatkua myöhemmin sosiaalisessa mediassa. (Vandebosch & Van Cleemput 2008, 501; Ybarran & Mitchellin 2004, 1308, 1314-1315.) Tämä tuo haasteeksi perinteisen ja sosiaalisen median kiusaamisen erottelun ja loke-roinnin. Tästä johtuen tutkijat ovat pohtineet, onko verkkokiusaaminen kuitenkin oma ilmiönsä, vai toimiiko se yhtenä kiusaamisen muodoista tai alalajeista. Sosiaalisessa mediassa kiusaamisessa sekä perinteisessä kiusaamisessa on tunnistettavissa esimerkiksi samat roolit ja muodot, joten määritelmiä voidaan pitää keskenään samansuuntaisina. (Nieminen & Pörhölä 2011, 76-77.)

### 2.2.1 Kiusaamisen muodot

Kiusaamisella on useampia ilmenemismuotoja. Hamaruksen (2008, 45-46) ja Olweniuksen (1994, 49, 98) mukaan kiusaaminen jakautuu tyypillisimmin suoraan ja epäsuoraan kiusaamiseen. Epäsuorana kiusaamisena pidetään ilkeitä eleitä sekä ilmeitä, toisen asioista juoruilua, selän takana puhumista tai ryhmistä eristämistä. Suoraan kiusaamiseen kuuluu taas fyysiset teot, kuten väkivaltaiset yhteenotot tai haukkuminen sekä huutaminen kohdistettuna suoraan kiusatulle. (Hamarus 2008, 45-46; Olwenius 1994, 49, 98.) Kiusaamista voi jakaa myös fyysiseen, psyykkiseen/henkiseen ja sosiaaliseen kiusaamiseen. Tässä jaottelussa fyysinen kiusaaminen pitää sisällään väkivaltaiset teot, henkinen

kiusaaminen ilkeät sanat, eleet tai ilmeet ja sosiaalinen kiusaaminen kiusatun vuorovaikutussuhteiden tahallisen manipuloinnin ja hajottamisen. (Bauman & Del Rio 2006, 220; Hamarus 2008, 45-46.) Myös syrjintä voidaan nostaa erilliseksi kiusaamisen muodoiksi, mutta joissain määritelmässä se luokitellaan kuuluvaksi epäsuoraan kiusaamiseen (ks. Mäntylä ym. 2013, 23). Syrjinnällä tarkoitetaan kiusatun sulkemista yhteisön ulkopuolelle ja huomiotta jättämistä. Syrjintää on vaikea havaita varsinkin silloin, jos se on ainoa kiusaamismuoto tai väli-aikaista. Syrjinnän kohteeksi joutuva saattaa päästä takaisin yhteisönsä jäseneksi, jos yhteisö tarvitsee henkilön puuttuvan jäsenen tilalle tai syrjitystä henkilöstä on ryhmälle jotain hyötyä. (Hamarus 2008, 47-49.)

Perinteisen kiusaamisen ja sosiaalisessa mediassa tapahtuvan kiusaamisen ollessa samansuuntaista, myös suoran ja epäsuoran kiusaamisen muodot ovat näkyvissä verkkokiusaamisessa. Vandeboschin ja Van Cleemputin (2009, 1352) mukaan suora verkkokiusaaminen on verbaalista, kuten ilkeiden kommenttien lähettämistä tai pilkkaamista. Nonverbaalisena suorana verkkokiusaamisena pidetään muun muassa emoji- ja kuvien käyttöä. Epäsuorana kiusaamisena pidetään esimerkiksi henkilötietojen varastamista tai sovelluksissa perustettujen ryhmien ulkopuolelle jättämistä. Erityisesti henkilötietojen tai käyttäjätilin varastaminen tai toisena henkilönä esiintyminen voi johtaa rikosoikeudellisiin toimenpiteisiin, joten pelkästä kiusaamisesta ei niiden kohdalla voida enää puhua (Forss 2014, 89-95).

Tutkijat ovat jakaneet netissä tapahtuvaa kiusaamista erilaisiin osaluokkiin ja muotoihin. Kowalskin ym. (2012, 63-66, 68, 70) jaottelut osaluokkiin ovat uhkaavat ja pilkkaavat kommentit, juorujen levittäminen ja mustamaalaus, ryhmästä ulos sulkeminen, kuvien ja videoiden muokkaaminen ja levittäminen, toisena henkilönä esiintyminen sekä seksuaalinen häirintä. Vandeboschin ja Van Cleemputin (2008, 501) tutkimuksen mukaan nuoret nostivat netissä tapahtuneiksi kiusaamismuodoiksi toisen käyttäjätunnukselle luvattoman kirjautumisen, kyseisenä henkilönä esiintymisen sekä aikaisempien yhteystietojen poistamisen. Tämän lisäksi esiintyi yksityisten keskustelujen kopiointia ja levittämistä, juorujen levittämistä, kuvamanipulointia, toisen nöyryyt-

tämistä julkisessa keskustelussa sekä seksuaalissävytteisten ja loukkaavien viestien lähettämistä anonyymisti. Tutkijoiden keskuudessa suosituin jaottelu koostuu Willardin (2007, 5-10) seitsemästä verkkokiusaamisen muodosta. Nämä ovat vihamielinen kommentointi, häirintä, mustamaalaaminen, toiseksi henkilöksi tekeytyminen, arkaluontoisen materiaalin paljastaminen, poissulkeminen sekä vainoaminen. Vihamielinen kommentointi sisältää loukkaavien viestien lähettämisen ja sitä pidetään häirintänä, jos loukkaavien viestien lähettäminen on toistuvaa. Mustamaalaamiseen kuuluu perättömien tai vahingoittavien väitteiden levittäminen toisesta henkilöstä. Toiseksi henkilöksi tekeytymisen tarkoituksena on antaa kohteesta huono kuva muille käyttäytymällä huonosti. Paljastaminen on mustamaalauksen tavoin tietojen levittämistä, mutta tässä tapauksessa levittäjällä on arkaluontoista kuva- tai tekstimateriaalia, joka mahdollistaa kohteen nöyryyttämisen. Poissulkemiseen kuuluu esimerkiksi erilaisista verkko-ryhmistä ulkopuolelle jättäminen tai poistaminen. Vainoamisena taas pidetään häirinnän tapaisesti toistuvaa uhkailua, toisen tekemisen seuraamista ja ahdistavaa pelottelua. (Willard 2007, 5-10.)



Kuvio 2. Verkkokiusaamisen muodot teorioita mukaillen



Tässä tutkielmassa jaan kiusaamisen muodot suoraan ja epäsuoraan kiusaamiseen, joiden alapuolelle jaottelen aineistosta nousseita käsitteitä. Luokittelun apuna hyödynnän suoran ja epäsuoran kiusaamisen määritelmiä sekä tutkijoiden nostamia osa-alueita sosiaalisessa mediassa tapahtuvan kiusaamisen muodoista.

### 2.2.2 Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa

Sosiaalisesta mediasta on noussut huomattava lapsiin ja nuoriin vaikuttava tekijä. Pönkän (2014, 67) mukaan sosiaalisessa mediassa on havaittavissa ikäviä ilmiöitä, joita tapahtuu vain sosiaalisessa mediassa tai ne ovat sen käytön seurauksia. Mustosen (2012, 53) mukaan sosiaalisella medially on kyky aiheuttaa tunteiden ja mielialojen vaihtelua, mutta myös ajattelun ja toimintatapojen muutoksia. Sosiaalista mediaa pidetään arkipäiväisenä osana elämää ja tästä johtuen sen tuottamat kokemukset eivät käyttäjästä välttämättä tunnu sisällöntuottamiselta tai sen kuluttamiselta. (Mustonen 2012, 53.)

Sosiaalista mediaa käytetään yleensä nuorten keskuudessa juurikin vuorovaikutussuhteiden ylläpitäjänä. Miller (2008, 393-394) kuvaa sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa päivitysten jakamista, lukemista ja kommentointia faattiseksi viestinnäksi, jonka tarkoituksena on pysyä välittömässä yhteydessä muihin käyttäjiin. Nämä viestinnän pienet faattiset eleet, kuten esimerkiksi ystävän päivityksen huomiotta jättäminen, saattavat vaikuttaa nuorten välisiin vuorovaikutussuhteisiin aiheuttaen konfliktitilanteita ja johtaen samalla kiusaamiseen. Haasteita sosiaalisen median vaikuttavuudessa tuovat myös sen monitulkintaiset sisällöt. Ihmisellä ei ole taitoa tulkita sisältöjä irrallaan omista kokemuksistaan, identiteetistään, maailmankuvastaan tai havainto- ja tiedonkäyttelytaidoistaan. Tulkinnat ovat siis erilaisia riippuen tulkitsijan sisäisestä maailmasta. (Mustonen 2012, 54-55.) Huumorilla toimitettu kommentti voidaan tulkita kiusaamiseksi, vaikka lähettäjä ei sitä olisi tarkoittanutkaan (Vandebosch & Van Cleemput 2008, 501). Kiusaaminen ei siis ole välttämättä tarkoitettua, tietoista toimintaa (Pörhölä, Karhunen & Rainivaara 2006, 57). Fyysisen kontaktin puuttumisen vuoksi haasteeksi nousee osapuolten keskinäinen erilainen ajatte-

lumalli. Tämä johtaa helposti väärinymmärryksiin, jotka taas osaltaan voivat aiheuttaa kiusaamista. (Mustonen 2012, 54-55; Valli & Perkkilä 2018, 126.) Nuorilla on kuitenkin jonkin verran kykyä tunnistaa lähettäjän tarkoitusperä sen mukaan, kuinka hyvä kaveri tämä on hänelle entuudestaan. Ystävän heitto tulkitaan helpommin vitsiksi, kuin itselleen vieraamman lähettäjän vastaava kommentti. (Pörhölä ym. 2006, 57; Vandebosch & Van Cleemput 2008, 501).

Kiusaaminen on kuitenkin suurimmaksi osaksi tarkoitettua toimintaa. Kasken ja Nevalaisen (2017, 12) mukaan sosiaalinen media on tarjonnut kiusaamiselle uuden ulottuvuuden. Kirjoitetun tekstin tuottaminen ja lähettäminen on nopeampaa kuin seurauksien miettiminen ja pelko. Kynnys ilkeiden kommenttien lähettämiseksi sekä se, ettei vastaanottajaa joudu kohtaamaan kasvotusten, vaikuttavat merkittävästi kiusaamisvyyhdin syntyyn. Vandeboschin ja Van Cleemputin (2008, 501) sekä Ybarran ja Mitchellin (2004, 1308, 1314-1315) mukaan nuoret kiusaavat muita sosiaalisessa mediassa muun muassa koston vuoksi. Kostonomainen kiusaaminen johtuu siitä, että kiusaaja on itse ollut perinteisen tai nettikiusaamisen uhrina. Tämän lisäksi esimerkiksi koulussa tai vapaa-ajalla alkaneita riitoja saatetaan selvittää sosiaalisessa mediassa. (Vandebosch & Van Cleemput 2008, 501; Ybarran & Mitchellin 2004, 1308, 1314-1315.) Kwanin ja Skoricin (2013, 22) mukaan sosiaaliset suhteet sosiaalisen median ulkopuolella, kuten sosiaalinen eristäminen tai suosio, voivat vaikuttaa siihen, joutuuko kiusattu kiusaamisen kohteeksi.

Lasten ja nuorten kohdalla korostuvat myös lähiympäristön antamat mallit mediakäyttäytymisessä, kuten vanhempien, ikätovereidensä ja vertaisryhmien näyttämä esimerkki. Toimintamallin oppiminen voi tehdä nuoresta käyttäjästä aggressiivisemmän toisia kohtaan. Tämä taas saattaa tuottaa ikäviä kokemuksia muun muassa persoonaltaan epävarmoille ja aggressiivisen käyttäytymisen kohteeksi joutuville nuorille. (Mustonen 2012, 54-55.) Pönkän (2014, 73) mukaan sosiaalisessa mediassa tapahtuu kiusaamista enemmän niissä sovelluksissa, jotka ovat nuorten suosiossa ja niissä on vähemmän vanhempia käyttäjiä. Kiusaamisena voidaan pitää muun muassa herjaavien viestien kirjoittaminen julkisesti esimerkiksi Instagram-kuvan alle tai kiusatun valokuvien levittäminen

muille osapuolille WhatsApp-ryhmissä. Kuvat ja keskustelut näkyvät ainoastaan ryhmässä oleville henkilöille, joten tästä johtuen kiusaaminen ei paljastu ennen, kuin kiusattu kertoo siitä itse vanhemmille tai opettajalle (Pönkä 2014, 73.) Vandeboschin ja Van Cleemputin (2008, 501) mukaan kiusaamisen syiksi sosiaalisessa mediassa riitti kiusaajalle muun muassa se, että tällä ei ollut kiusaamishetkellä muutakaan tekemistä.

Sosiaalisessa mediassa kiusaamisen on todettu vaikuttavan nuoriin mielialaa laskevasti (Staksrud ym. 2013, 44). Tämän lisäksi nuoret ovat kertoneet kokeneensa yksinäisyyden tuntemuksia, ahdistusta, masentuneisuutta, itsetuhoisuutta ja heikkoa itsetuntoa (Kwan & Skoric 2013; Patchin & Hinduja 2010; Pörhölä ym. 2006, 53). Patchin (2013, 431) kuitenkin jatkaa, ettei vielä voida olla täysin varmoja, aiheuttavatko kiusaamistilanteet negatiivisia tuntemuksia, vai ovatko kiusatuksi joutuneet valmiiksi esimerkiksi masentuneita, joka tekee sosiaalisessa mediassa kiusaamisen kohteeksi valikoitumisesta helpompaa. Niemisen ja Pörhölän (2011, 75) mukaan kiusaaminen teknologian avulla mahdollistaa sen, että sillä voi olla pitkäaikaisia vaikutuksia, se voi tapahtua salassa sekä levitä laajalle nopeasti. Tämä saattaa tehdä kiusaamisesta erityisen raskasta. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää sosiaalisessa mediassa tapahtuvan kiusaamisen kokemusten avulla tutkittavien itsetuntoa, joten seuraavaksi käsittelen itsetunnon ulottuvuuksia sen määritelmän, osa-alueiden, tutkimusten sekä kasvun- ja kehittymisen näkökulmasta.

## 3 ITSETUNNON ULOTTUVUUDET

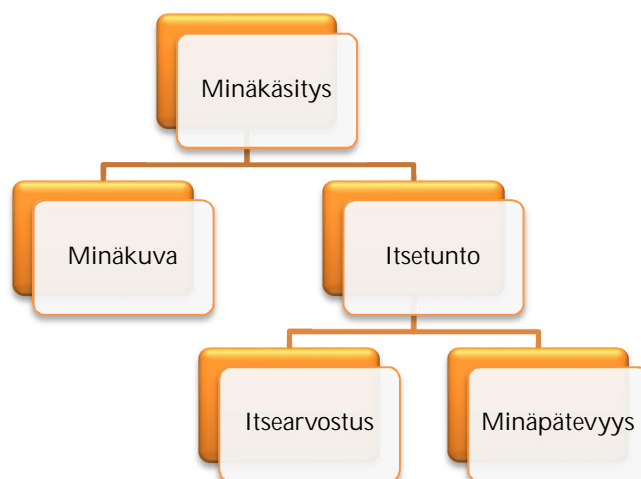
### 3.1 Itsetunnon määrittelyä

Itsetuntoa määriteltäessä on tarpeellista selvittää myös muita siihen kiinteästi liittyviä käsitteitä, sillä puhekielessä tunnettu termi sekoitetaan usein muiden minää kuvaavien käsitteiden kanssa. Psykologiassa käsitteeseen minä sisältyy ihmisen ymmärrys itsestään ja omasta persoonastaan. Minuutta pidetään myös tärkeimpänä sosiaalisen vuorovaikutuksen elementtinä. Itsetunto (self-esteem) on ihmisen minäkäsityksen (self-concept) osa. Minäkäsitys tarkoittaa ihmisen kykyä kuvailla ominaisuuksiaan ja itseään, eli kuinka henkilö näkee itsensä ja oman persoonallisuutensa kokonaisvaltaisesti. Minäkäsitys ei siis välttämättä ole yksilön realistinen käsitys itsestään, sillä esimerkiksi vakavamielinen ihminen saattaa pitää itseään hyvinkin huumorintajuisena. (Aho 2005, 23; Aro ym. 2014, 10; Miller & Moran 2012, 5, 18; Salmivalli 1998, 117; Schaffer 2006, 78.) Minäkäsitys vaikuttaa myös yksilön käyttäytymiseen ja toimintaan sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa, sillä kokemusten tulkinnan avulla yksilö antaa merkityksen erilaisille tapahtumille. Minäkäsitys ja minä vaikuttavat muun muassa siihen, kuinka lapset ja nuoret tulkitsevat opettajansa käyttäytymistä ja puhetta tai kuinka yksilö valitsee ympäristöstään sen informaation, jonka haluaa kuulla. (Aho 2005, 20-22.)

Minäkäsityksen kuvailevaa puolta kutsutaan minäkuvaksi (self-image). Minäkuvaan kuuluvat ihmisen tietoisuus omista ominaisuuksistaan. Ominaisuudet voivat olla henkisiä ja fyysisiä, kuten esimerkiksi rooli perheessä, ammatti, sukupuoli tai kansalaisuus. (Aho 2005, 22-23; Lawrence 2006, 3.) Itsetunto taas on subjektiivis-affektiivinen arvio siitä, kuinka hyväksi tai huonoiksi ihminen arvottaa näitä omia ominaisuuksiaan. Arvottamiseen taas vaikuttaa yksilön käsitys ja tunne itsestään sekä omasta hyvyydestään. Itsetuntoa voidaan pitää hyvänä silloin, kun minäkäsitys sisältää hyviä ominaisuuksia huonoja enemmän ja huonona tilanteen ollessa päinvastainen. (Baumeister, Campbell, Krue-

ger & Vohs 2003, 3; Keltikangas-Järvinen 2017, 18; Miller & Moran 2012, 18.) Itsetunto ja minäkuva ovat siis molemmat minäkäsitykseen kuuluvia osia. Miller & Moran (2012, 5, 18, 37) nostavat minäkuvan minäkäsitystä kuvailevaksi osa-alueeksi ja itsetunnon arvioivaksi osa-alueeksi.

Itsetunnon voidaan ajatella koostuvan yksilön henkilökohtaisesta käsityksestä itsestään sekä oman hyvyden tunteesta. (Baumeister ym. 2003, 2; Rose & Perski 2010, 45). Koska itsetunnolla ei ole yhtä määritelmää, sitä voidaan tarkastella useammasta näkökulmasta. Määritelmät ovat muodostuneet tutkijan tutkimusalan, näkökulman, metodin ja muiden teorioiden pohjalta (Korpinen 1990; Miller & Moran 2012, 17; Toivakka & Maasola 2012, 15). Lawrence'n (2006, 5) mukaan itsetuntoa voidaan arvioida henkilön ihanneminän ja minäkuvan etäisyyden perusteella: mitä lähempänä yksilö on omaa ihanneminäänsä, sitä parempi hänen itsetuntonsa on. Keltikangas-Järvisen (2017, 19-21) mukaan itsetuntoa voidaan jaotella myös itseluottamukseksi ja itsevarmuudeksi. Tunnettu itsetuntoa tutkinut psykologi William James (1983, 296) on määritellyt itsetunnon kaavan, jonka mukaan itsetunnon tasoa voitaisiin selvittää. Kaavan mukaan itsetunto = ihmisen kyvyt/hänen pyrkimyksensä. Reasoner'in (1994, 2) mukaan itsetunto on kokemus, joka koostuu elämän haasteiden hallinnasta sekä tuntemuksesta, että ansaitsee onnellisuutta elämässä. Tässä tutkielmassa itsetuntoa lähestytään kaksiulotteisen itsetuntomallin (two dimensional model, dual model, two-factor theory) avulla. Mallin mukaan itsetunto koostuu minäpätevyydestä (self-competence) ja itsearvostuksesta (self-worth) (Miller & Moran 2012, 41). Mrukin (2006, 24) mukaan kaksiulotteisen mallin käyttö tekee määritelmästä luotettavamman ja kokonaisvaltaisemman. Kaksiulotteinen itsetuntomalli mukailee Reasoner'in (1994, 2) määritelmää itsetunnosta, sillä mallin mukaan itsetunto koostuu siitä, millaisia ajattelemme olevamme ja mitä pysymme tekemään sekä siitä, kuinka paljon itseämme arvostamme (Miller & Moran 2012, 41).



Kuvio 3. Itsetunnon käsite Millerin & Moranin (2012) mukaan

Minäpätevyys itsetunnon osana kuvaa sitä, että ihminen tuntee pystyvänsä selviytymään elämässä ilmenevistä haasteista sekä saavuttamaan asetetut tehtävät tai tavoitteet. Minäpätevyyden voidaan kuvailla olevan hyvää silloin, kun henkilö kykenee uuden tehtävän aloittamiseen sekä loppuun viemiseen, vaikka kohtaisikin vastoinkäymisiä prosessin aikana. (Miller & Moran 2012, 41-42; Mruk 2006, 23.) Vahvalla minäpätevyydellään henkilö voi kääntää vastoinkäymiset voimavaraksi sen sijaan, että lannistuisi niistä. Itsetunnon toiseen osaan, itsearvostukseen kuuluu ihmisen kyky ymmärtää olevansa arvokas ilman, että hänen tarvitsee sitä erityisesti todistella (Keltikangas-Järvinen 2017, 19; Keltikangas-Järvinen 2000, 104; Toivakka & Maasola 2012, 15). Millerin ja Moranin (2012, 41-42) mukaan muilta saatu palaute vaikuttaa itsearvostukseen omien oletusten lisäksi. Kokonaisuudessaan itsetunnonltaan vahva henkilö ei ole täydellinen, sillä hän tiedostaa huonot puolensa itsessään. Huonot puolet eivät kuitenkaan lannista ihmistä tai niiden myöntäminen ei tuhoa hänen kunnioitustaan itseään kohtaan, vaan hän pyrkii niitä kehittämään itsessään ja hyväksymään ne. (Kalliopuska 1997, 64; Korpinen 1990, 11; Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Pulkkinen & Ruoppila 2015, 205).

Tässä tutkielmassa itsetunnon kuvailevina adjektiiveina käytetään hyvä, vahva, heikko ja huono itsetunto selvyiden ja käytännönläheisyyden vuoksi. Keltikangas-Järvinen (2000, 101) pitää itsetuntoa laadullisena arviona, jolloin korostuvat erityisesti käsitykset siitä, onko yksilön minä hyvä vai huono. Tä-

män lisäksi myös muissa itsetuntoon liittyvissä tutkimuksissa on käytetty kyseisiä adjektiiveja, joita käsitellen tarkemmin seuraavassa luvussa. (ks. Aho 1996; Borba 1989; Reasoner 2010). Pelkistetty määritelmä voi kuitenkin olla itsetuntoa tutkittaessa haasteellinen, sillä henkilön itsetunto voi olla jollain osa-alueella hyvä ja jollain huonompi (Keltikangas-Järvinen 2017, 29; Salmivalli 1998, 139). Tästä syystä on tärkeä tiedostaa, ettei tutkielman tulkinta itsetunnon tasosta tarkoita sitä, ettei tutkittavan itsetunto olisi heikko tai vahva jollain toisella osa-alueella. Huomioitavaksi asiaksi nousee myös se, että itsetunto on aina yksilön käsitys itsestään omien ja ulkoisten tekijöiden johdosta, ei siis välttämättä ollenkaan realistinen kuva henkilöstä. Itsetuntoa tutkimalla voidaan esimerkiksi selvittää, kuinka järkevänä tai huumorintajuisena yksilö itseään pitää, mutta se ei kerro siitä, onko henkilö sitä todellisuudessa. (Baumeister ym. 2003, 2.)

### 3.1.1 Itsetunnon osa-alueet

Duaalimallin itsetuntoa voidaan jakaa myös erilaisiin osa-alueisiin, kuten perusitsetuntoon ja tilannekohtaiseen itsetuntoon. Perusitsetuntoa (global self-esteem) pidetään itsetunnon vakaana osana, pohjimmaisena käsityksenä itsestään (Lawrence 2006, 6, 11; Toivakka & Maasola 2012, 18). Perusitsetunto on kehittynyt pitkällä ajanjaksolla ja se myös muuttuu hitaasti, joten hetkelliset vaihtelut itsevarmuuden tunteessa eivät vaikuta siihen (Keltikangas-Järvinen 2017, 35; Pervin 2003, 284). Marsh (ks. Marsh & Craven 2006; Marsh, O'Mara, Craven & Debus 2006) on tutkimuksissaan jakanut perusitsetunnon rakentavaksi vielä tarkemmin akateemisesta minäkäsityksestä (academic self-concept), sosiaalisesta minäkäsityksestä (social self-concept), emotionaalisesta minäkäsityksestä (emotional self-concept) sekä fyysisestä minäkäsityksestä (physical self-concept). Tilannekohtainen itsetunto (specific self-esteem) tai Keltikangas-Järvisen (2017, 35-36) sekä Toivakan ja Maasolan (2012, 18) määritelmän mukaan ilmapuntari-itsetunto, kuvaa minäpätevyyden ja itsearvostuksen vaihtelevuutta. Tuntemukset voivat muuttua nopeasti ja voimakkaasti epävarmuuden hetkillä, mutta kuten perusitsetunnossa, ne eivät suoraan heikennä itsetuntoa.

Kaksiulotteisen itsetuntomallin osa-alueiden, minäpätevyyden ja itsearvostuksen, sisällä itsetuntoa voidaan jaotella vielä yksityiseen ja julkiseen itsetuntoon. Julkinen itsetunto on ihmisen antama kuva arvokkuudestaan ja minäpätevyydestään muille henkilöille. Yksityinen itsetunto vastavuoroisesti ei ole muiden nähtävissä, sillä se on yksilön oma käsitys itsestään. Näistä kahdesta osa-alueesta yksityinen itsetunto on se, jota voidaan pitää yksilön todellisena kuvana omasta arvosta ja pätevyydestä. Tasapainoisella ihmisellä tulisi yksityisen ja julkisen itsetunnon käsitysten olla toisiaan lähellä, sillä silloin yksilö on aidoimmillaan oma itsensä. (Keltikangas-Järvinen 2017, 26–27.)

Borba (1989) ja Reasoner (2010) ovat jakaneet itsetunnon viiteen tasoon, jonka avulla he kuvailevat vahvan ja terveen itsetunnon osa-alueita. Ensimmäinen osa on perusturvallisuus (security), joka näkyy turvallisuuden ja mukavuuden tuntemuksina erilaisissa tilanteissa. Ihminen myös ymmärtää, että tiettyihin tilanteisiin liittyy sääntöjä ja rajoituksia. Toinen osa on itsensä tiedostaminen (selfhood), jolloin yksilö tiedostaa persoonallisuutensa roolit sekä muita henkisytyteen ja fyysisyyteen liittyviä ominaisuuksia. Kolmas osa on liittymisen tunne (affiliation), johon kuuluu läheisyys, tuntemus siitä, että kuuluu johonkin ja että on saavuttanut muiden luottamuksen, hyväksynnän ja arvostuksen. Neljäntenä osana on tehtävätietoisuus (mission), johon liittyy ihmisen päämäärätietoisuus ja motivaatio sekä kyky asettaa toteutettavissa olevia tavoitteita itselleen. Viides taso terveen itsetunnon mallissa on pätevyyden tunne (competence), jolla yksilö tuntee onnistuvansa tärkeiden asioiden loppuun saattamisessa. Yksilö myös tiedostaa vahvuutensa ja heikkoutensa, sekä pystyy ne hyväksymään.

Aho (1996, 21-25, 42-47) on koonnut teoksessaan osa-alueita, jotka voivat kertoa heikosta itsetunnosta. Itsetunnoltaan heikko on usein arka ja pelokas, aggressiivinen sekä päätöstenteossa ja mielipiteiden ilmaisussa kykenemätön, epäonnistumisiin varautuva ja sisäisessä ristiriidassa itsensä kanssa. Tämän lisäksi hän voi olla ympäristön vihjeistä riippuvainen, joustamaton ja hänellä on haasteita luottaa muihin ihmisiin, ilmaista tunteitaan sekä selviytyä kilpailullisista tilanteista. Heikko itsetunto näkyy usein alisuoriutumisessa, tavoitetason asettamisessa, sosiaalisissa suhteissa sekä käyttäytymisongelmissa.



Keltikangas-Järvisen (2017, 29-31) mukaan keskeisesti itsetunnon osa-alueisiin kuuluu vielä suoritusitsetunto. Suoritusitsetunto sisältää ihmisen uskomukset omista kyvyistä, osaamisesta sekä selviytymisestä. Suoritusitsetuntoon kuuluu myös sosiaalisen suosion sekä sosiaalisen selviytymisen tunteet. Erityisesti hyvän itsetunnon sosiaalisen suosion tuntemukseen liittyy keskeisesti varmuus luotettavista ystäväistä sekä käsitykset siitä, että hänestä pidetään ja hän on yhtä suosittu, kuin muutkin. Sosiaalisen selviytymisen taitoihin taas kuuluu varmuus ja luottamus omiin vuorovaikutustaitoihin. Lapsilla on myös oma erillinen itsetunnon alue, joka liittyy kotiin sekä vanhempiin. Tähän itsetunnon alueeseen kuuluu lapsen kokemukset siitä, että hän on rakastettu ja tärkeä, sekä hänelle ei luoda tarpeettomia odotuksia ja paineita. Lähtökohtaisesti on tärkeä ymmärtää, että hyvä itsetunto rakentuu erilaisista osa-alueista hyvin yksilöllisillä tavoilla. Joidenkin alueiden heikkouksia voidaan tasapainottaa toisen alueen vahvuuksilla. (Keltikangas-Järvinen 2017, 29-31.) Erityisesti tämä tuo haasteita itsetunnon tutkimisessa, johon paneudun seuraavaksi.

### 3.1.2 Itsetunnon tutkiminen

Itsetunnon tutkiminen on haastavaa, sillä itsetunto on yksilön tunne, ei siis ulkopuolelle näkyvä tai mitattava ominaisuus (Keltikangas-Järvinen 2017, 86; Mruk 2006, 36; Salmivalli 1998, 119, 139). Haasteellisuutensa vuoksi jotkut tutkijoista ovat kyseenalaistaneet itsetunnon olemassaolon. Sen lisäksi, ettei itsetuntoa pysty näkemään tai koskemaan, sen monitahoinen määritelmä sekä suhde muihin itsen ja minän käsitteisiin kuten itsevarmuuteen, -rakkauteen sekä -arvostukseen, haastavat tutkijan perustelemaan määritelmänsä sekä tutkimusmallinsa. (Mruk 2006, 36.) Itsetunnon käsite määryytyy tutkijan tiedekunnan ja metodien lisäksi myös osittain äidinkielen mukaan. Suomenkielessä sekä ruotsinkielellä (självkänsla) itsetunto tarkoittaa selkeämmin itseensä liittyviä tuntemuksia. Englanninkielellä (self-esteem) taas kuvastaa enemmän itsearvostusta, joka tuntemusten sijaan viittaa oman arvon kokemukseen. (Korpinen 1990, 11; Scheinin 1999, 158; Scheinin & Niemivirta 2000, 12.) Mruk (2006, 38) lisää vielä ongelmalliseksi mittaamisen kannalta jaon perusitsetuntoon sekä tilanne-

kohtaiseen itsetuntoon, sillä tutkijat helposti sortuvat arvioimaan tilannekohtaista itsetuntoa jonkin hetkellisen tapahtuman johdosta, vaikka tarkoitus olisi selvittää perusitsetuntoa. Tilannekohtaisen itsetunnon arviointiin saatetaan sortua esimerkiksi silloin, jos tutkittava on kokenut jonkin mieltä järkkävän tapahtuman, kuten avioliiton päättymisen.

Itsetuntoa voidaan kuitenkin tutkia erilaisten itsetuntomittarien avulla. Tunnetuimmat itsetuntoa selvittävät mittarit ovat Rosenbergin (1965) ja Coopersmithin (1967) kehittämät, itsearviointiin perustuvat asteikot. Esimerkiksi Rosenbergin (1965) itsetuntomittari sisältää väittämiä ja vastaajan tulee pohtia, miten hyvin ne pitävät paikkansa omalla kohdalla. Väittämiä ovat muun muassa kokemukset tyytyväisyydestä itseensä sekä käsitykset omasta kyvykkyydestä, arvokkuudesta, pystyvyydestä, hyödyllisyydestä, ylpeydestä ja kunnioituksesta. Itsetuntomittareitakaan ei voida pitää ehdottomina, sillä vastaaja saattaa tutkimuksessa arvioida julkista itsetuntoaan oman sisäisen ajattelun sijaan (Salmivalli 1998, 119-120). Tutkimuksen luotettavuutta voi lisätä toteuttamalla haastattelua tai tutustumalla tutkittaviin etukäteen (Lawrence 2006, 64).

Rosenbergin itsetuntomittaria voidaan pitää Emlerin (2001, 7-8) ja Pervinin (2003, 293) mukaan suosituimpana itsetunnon mittaajana tutkimuksissa, ja menetelmää ovat käyttäneet myös monet tutkijat 2000-luvulla. (ks. Brito & Oliveira 2013; Raevuori ym. 2007; Sotelo 2000). Patchin ja Hinduja (2010) käyttivät tutkimuksessaan apuna Rosenbergin (1965) itsetuntomittaria, jossa tarkasteluasteikko oli vahvasti eri mieltä – vahvasti samaa mieltä. Tutkimuksen itsenäisiä muuttujina pidettiin itsetuntoa sekä loukkaavaa verkkokiusaamista. Tulokset analysoitiin määrällisesti ja niistä laskettiin korkean itsetunnon luku. Salmivalli (1998, 133-137) käytti tutkimuksessaan kiusaamisen vaikutuksista itsetuntoon kolmea erilaista itsetuntomittaria, joiden avulla selvitettiin laajemmin itsearviointia itsetuntoa, toveriarviointia itsetuntoa sekä itsekorostusta. Tutkimuksessa verrattiin tuloksia keskenään ja arvioitiin itsetunnon tasoa sen mukaan, mitä kaikki kolme erilaista mittaria antoivat tulokseksi. Itsetuntoa voitiin pitää heikkona, jos kiusatulla oli jokaisen itsetuntoa mittaavan mittarin mukaan alhainen itsetunto. On siis tutkimuskohtaista, kuinka itsetuntoa määritellään sekä

millaisia mittareita sen tutkimiseen käytetään (Baumeister ym 2003, 5). Tässä tutkielmassa itsetuntoa on määritelty kaksiulotteisen itsetuntoteorian mukaisesti, jotta määritelmä olisi tehokkaampi ja kokonaisvaltaisempi (Mruk 2006, 24). Lisäksi haastattelulomakkeiden laatimisessa on käytetty apuna Rosenbergin (1965) itsetuntomittaria.

### 3.2 Itsetunnon kehittyminen lapsuudessa ja nuoruudessa

Itsetunnon kehitymisestä on useita erilaisia näkemyksiä. Teoriat poikkeavat toisistaan siinä, kuinka painotetaan sosiaalisten vuorovaikutustekijöiden ja omien perinnöllisten ja sisäisten tekijöiden merkitystä. (Laine 2005, 32.) Teoriat ovat kuitenkin yksimielisiä siitä, että itsetunnon kehittymiseen vaikuttaa vanhempien hoiva. Hoiva ja läheisyys auttavat lasta ensimmäisten ikävuosien aikana tuntemaan itsensä tärkeäksi ja arvokkaaksi. (Hermanson 2012; Kalliopuska 1997, 27; Svartsjö & Hellsten 2004, 26).

Itsetunnon rakentumista voidaan jakaa kahteen osa-alueeseen, annettuun ja hankittuun itsetuntoon. Annetun itsetunnon syntyyn vaikuttaa lapsen varhainen suhde vanhempiinsa. (Keltikangas-Järvinen 2000, 120; Nurmi ym. 2014, 205; Scheinin 1999, 160.) Vanhempien antama hoiva ja lapsen perustarpeiden tyydyttäminen ovat keskeisessä asemassa annetun itsetunnon kehityksessä. Hankittu itsetunto pystyy korvaamaan mahdollisia annetun itsetunnon puutteita. Siihen vaikuttaa olennaisesti oma toiminta, kokemukset ja saatu palaute. (Keltikangas-Järvinen 2000, 120–128.)

Laineen (2005, 33) & Mrukin (2006, 171) mukaan itsetunto kehittyy hiljalleen ja sen herkkyyuskautena pidetään ikävuosia 6-13. Ikävuosien aikana lapsen havainto-, arviointi sekä päättelykyvyt saavuttavat riittävän kehityksen tason, lisäksi lapsi kohtaa vertailukohteita, irtautuu kodista ja saa säännöllisesti palautetta muiltakin ihmisiltä, kuin vanhemmiltaan kotona. Kavereiden, opettajien ja ohjaajien merkitys korostuu ja samalla hän huomaa pystyvänsä vaikuttamaan ympäristöönsä. Itsetuntoa ei voi kuitenkaan kuvailla kehittyvän val-

miiksi näiden ikävuosien sisällä, sillä uudet kokemukset ja vuorovaikutukset vuosien aikana ovat merkittäviä itsetunnon kehitykselle (Harter 2012, 35; Hermanson 2012; Toivakka & Maasola 2012, 18). Sosiaalisen vuorovaikutuksen ja ympäristön vaikutus on myös huomattava, sillä se voi lannistaa tai voimistaa yksilöä, aikaisemmista kokemuksista ja asenteista riippuen (Kalliopuska 1997, 59).

Itsetunto muodostuu ja kehittyy affektiivisista, kognitiivisista sekä käyttäytymiseen kuuluvista osista. Kognitiiviseen osaan kuuluu vertailla itseään tietoisesti muihin pohtien, millainen yksilö haluaisi olla sekä millainen hän oikeasti on. Affektiiviseen osaan kuuluu pohdinta siitä, millaisia tunteita muihin vertailu yksilössä herättää. Käyttäytymiseen kuuluvat osat näkyvät yksilön sinnikkyutenä, itsevarmuutena, päättäväisyytenä, joustavuutena sekä muiden huomioonottamisena. (Merisuo-Storm & Soininen 2013, 84; Reasoner 1994.) Itsetunnon kehityksen herkkyyssvaiheen aikana lapsi kaipaa hyväksyntää ja asetta itselleen korkeita tavoitteita. Kymmenen ikävuoden kohdalla onnistumiset ja epäonnistumiset vaikuttavat voimakkaasti itsetuntoon. Nuoruuden kynnyksellä vuorovaikutustilanteet aikuisten kanssa voivat käydä haastaviksi ja omien ratkaisukeinojen yliarviointi saattavat tuottaa pettymyksiä, jotka vaikuttavat itsetuntoon. Myös fyysinen kehittyminen, kavereiden mielipide ja opettajilta saatu hyväksyntä määrittävät itsetuntoa, kun taas vanhempien merkitys vähennee. (Laine 2005, 35-36.)

Lapsen itsetunnon on tutkittu heikentyvän huomattavasti 11-vuotiaana. Kognitiivisessa kehityksessä lapsi siirtyy formaalisten operaatioiden vaiheeseen, jolloin oman identiteetin etsiminen, ryhmäpaine, oma rooli sekä itsenäistyminen haastavat itsetunnon kehitystä. (Laine 2005, 35-36.) Ahon (2004, 29) mukaan yli 30% suomalaisista ala-asteen viimeisen luokan oppilaista kärsii itsetunto-ongelmista ja vain kahdella prosentilla oppilaista käsitys itsestään oli hyvin positiivinen. Tutkimusten mukaan erityisesti tyttöjen itsetunnon heikentyminen jatkuu ikävuoden jälkeen vielä muutamia vuosia (Laine, 2005, 36; Raevuori ym. 2007; Sotelo 2000). Tyttöjen itsetuntoon vaikuttavat enemmän omat fyysiset ominaisuudet kuten ulkonäkö, sekä sosiaaliset suhteet. Tyttöjen ja poi-

kien kasvatuserot saattavat myös osaltaan vaikuttaa, sillä tytöiltä vaaditaan poikia enemmän mukautumista ja toisten huomioimista. Pojat saavat myös tyttöjä enemmän itsetuntoa vahvistavia kehuja, kun taas tytöiltä odotetaan herkemmin esimerkiksi menestystä ja hyvää käytöstä. (Keltikangas-Järvinen 2017, 84-85; Lawrence 2006, 38; Raevuori ym. 2007.) Tässä tutkielmassa tutkittavien keski-ikä oli 12,3-vuotta, joten heikentyvän itsetunnon kannalta tutkittavien ikäryhmä valikoitui otollisesti. Tutkimukseen osallistuneista nuorista suurempi osa oli tyttöjä, mutta tuloksissa ei tarkemmin vertailla tyttöjen ja poikien välisiä itsetuntoon liittyviä eroja.

### 3.2.1 Kasvu ympäristötekijät

Itsetuntoa muovaavat sosiaalisten kokemusten ja vuorovaikutuksen lisäksi erilaiset kasvu ympäristötekijät, vaikka itsetunto saatetaan virheellisesti nähdä pelkästään yksilön ominaisuuksista muodostuvana (Cacciatore, Korteniemi-Poikela & Huovinen 2008, 73). Merkittävämpiä kasvu ympäristötekijöitä ovat koti, koulu sekä kaveripiiri. Lapsella on kasvun vaiheessa tarvetta samaistumis pinnalle sekä auktoriteetille. Hän omaksuu läheisten ihmisten arvoja, asenteita, käyttäytymismalleja, ja ihanteita, joiden seurauksena lapsi kokee itsensä taitavaksi ja hyväksi. Nämä tuntemukset vaikuttavat positiivisesti lapsen itsetuntoon. (Laine 2005, 41.)

Emlerin (2001, 59) mukaan tärkein lapsen itsetuntoon vaikuttava kasvu ympäristötekijä ovat hänen omat vanhempansa. Erityisesti lapsen ja vanhemman välinen kiintymys- ja vuorovaikutussuhde on merkittävä itsetunnon kehityksen kannalta, sillä lapsi peilaa sen avulla vanhempien käsityksiä omasta tärkeydestään. Vanhempien kannustuksen avulla lapsen mahdollisuudet vahvaan itsetuntoon kasvavat. (Aho 1996, 38; Toivakka & Maasola 2012, 18.) Kannustuksen lisäksi lapsi tarvitsee itsetunnon kannalta kehitystasolleen sopivasti ohjausta, rajoja, vastuuta sekä lämpöä (Aho 1996, 39; Laine 2005, 41).

Perheen sisäiset asemat ja tapahtumat vaikuttavat myös lapsen itsetuntoon jossakin määrin. Perheen ainoalla lapsella tai sisaruksista vanhimmilla on tutkittu olevan muita lapsia parempi itsetunto (Aho 1996, 38; Mruk 2006, 66-67).

Tämän on selitetty johtuvan siitä, että ensimmäiset ja ainoat lapset saavat osakseen enemmän huomiota. Itsetunnon kannalta haastavinta on keskimmaisella lapsella, sillä hän joutuu oletettavasti näkemään vaivaa huomionsa eteen. Myös ehjällä perheellä on jonkin verran merkitystä itsetunnon kannalta, sillä perheen hajoaminen erityisesti ennen lapsen kouluikää saattaa vaikuttaa lapsen itsetuntoon. (Aho 1996, 38.) Mruk (2006, 66-67) kuitenkin toteaa, että perheen koon ja hajoamisen sijasta lapsen ja vanhempien välisellä vuorovaikutuksella on enemmän merkitystä itsetunnon kehittymiselle.

Ahon (1996, 38) ja Laineen (2005, 42-43) mukaan päiväkodista ja koulusta on tullut perheen kanssa lähes yhtä merkittävä itsetunnon kasvuympäristötekijä. Opettajan rooli on erityisen tärkeä itsetunnon kehityksessä, sillä hänen palautteensa sekä käyttäytyminen vaikuttavat lapseen. Erityisesti suhtautuminen epäonnistumisiin sekä turvallisen ilmapiirin luominen ovat tärkeitä tehtäviä. Myös perusopetuksen opetussuunnitelma (POPS 2014, 17, 30, 65) korostaa opettajien roolia rakentuvan itsetunnon tukemisessa. Opetuksessa tulee huomioida riittävä positiivinen kannustaminen, eriyttäminen sekä vahvuuksien esilletuominen. Tämän lisäksi opetusta tulee toteuttaa itsetuntoa vahvistaen.

Viimeinen itsetuntoon vaikuttava kasvuympäristötekijä ovat vertaisryhmät ja kaverisuhteet (Toivakka & Maasola 2012, 18). Vertaisryhmässä lapsella on mahdollisuus oppia ja harjoitella erilaisia sosiaalisia taitoja, muiden huomiointia, joustavuutta, toisten arvostamista, tukemista ja auttamista. Lapsella, joka hallitsee sosiaaliset taidot, on yleensä hyvä itsetunto, hyvä suhde muihin luokkakavereihin sekä hyvä asema luokassa. Jos taas lapsi on luokassa kiusattu tai syrjitty, hänen käsityksensä itsestään on negatiivinen ja itsetunto yleensä huono. (Laine 2005, 44.)

### 3.2.2 Kiusaaminen ja itsetunto

Kiusaamisen vaikutuksia itsetuntoon on tutkittu jonkin verran. Esimerkiksi Brito ja Oliveira (2013), Pörhölä (2009) sekä Salmivalli (1998) ovat löytäneet yhteyden tapausten välillä. Kiusatulla on yleensä todettu olevan heikon itsetunnon lisäksi myös itsetuhoisia ajatuksia, masennusta ja ahdistuneisuutta. Samalla

kiusatut välttelevät sosiaalisia tapahtumia ja sosiaalisten suhteiden solmiminen on myöhemminkin elämässä haasteellista. Vahinkoja voidaan pitää joidenkin kohdalla elämänmittaisina. (Pörhölä 2009, 84, 90.) Keltikangas-Järvisen (2017, 256) mukaan kiusaaminen on itsetunnolle vakavin vaara, minkä lapsi tai nuori voi toisten kanssa toimiessa kohdata.

Tutkimuksissa on noussut esille, että kiusaaminen on hyvin yleistä ja jokaisella on oma roolinsa kiusaamistilanteissa. Jos tutkittava ei ole itse ollut kiusattu, hän on saattanut toimia kiusaajana tai vastavuoroisesti hiljaisena hyväksyjänä, tarkkailijana. Brito ja Oliveira (2013) selvittivät tutkimuksessaan, että tarkkailijoiden, uhrien ja kiusaajien itsetuntoeroja voitiin havaita. Tässä tutkimuksessa vahvin itsetunto todettiin olevan erityisesti niillä pojilla, jotka toimivat sekä kiusaajan että kiusatun roolissa. Vastavuoroisesti tytöillä, jotka toimivat kiusaajan sekä kiusatun roolissa, itsetuntoa pidettiin heikkona. Itsetunto oli näillä tytöillä jopa heikompi, kuin pelkkää kiusaamista kokevilla. Myös Patchin ja Hinduja (2010) selvittivät, että sosiaalisessa mediassa tapahtuvalla kiusaamisella oli yhteys huonoon itsetuntoon. Tutkimuksen mukaan huono itsetunto oli sosiaalisessa mediassa kiusaamista kokevan lisäksi kiusaajalla. Voidaan siis sanoa, että tutkimusten perusteella huonosta itsetunnosta kärsii kiusattu ja kiusaaja. Salmivalli (1998, 117, 121) kuitenkin huomauttaa, että tutkimustuloksissa on ristiriitaisuutta sen osalta, että kiusaaja pyrki kiusaamisella peittämään huonoa itsetuntoaan, vaan motiivi kiusaamiseen voi olla myös jossain muualla.

Sosiaalisessa mediassa tapahtuvan kiusaamisen seuraukset itsetunnon kannalta ovat tutkimuksissa yleensä niputettu muiden negatiivisten vaikutusten kanssa yhteen. Esimerkiksi Kwan & Skoric (2013, 17) sekä Pörhölä ym. (2006, 53) kuvailevat kiusaamisen tai nettikiusaamisen kohteeksi joutuneiden kärsivän masennuksesta, yksinäisyyden tunteesta, ahdistuneisuudesta tai laskeneesta itsetunnosta. Lisäksi kiusatulla saattaa olla itsetuhoisia ajatuksia tai taipumuksia. Myös Olweus (2013, 758) on uusimmassa tutkimuksessaan havainnut, että verkkokiusatulla henkilöllä on heikko itsetunto. Hänen mukaansa opiskelijoilla, jotka kohtasivat kiusaamista verkossa useammin, oli muita huonompi itsetunto. Tulokset ovat yhteneviä hänen aikaisempiin tutkimuksiinsa

perinteisestä kiusaamisesta ja itsetunnosta (ks. Olweus 1991, 1994, 2013). Tässä tutkielmassa pyrin selvittämään sosiaalisessa mediassa kiusaamista kokeneiden nuorten itsetunnon tasoa laadullisin menetelmin, josta kerron enemmän seuraavissa luvuissa.



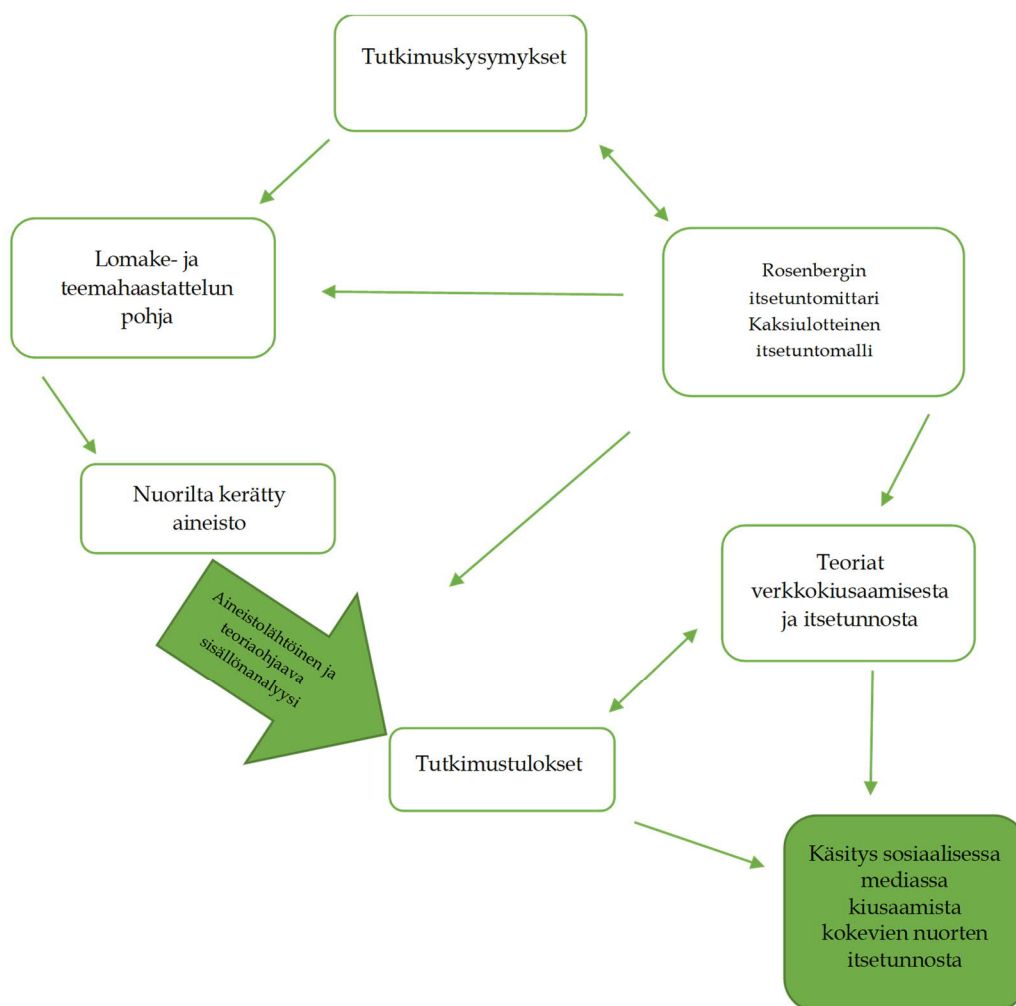
## 4 TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää nuorten kokemuksia kiusaamisesta sosiaalisessa mediassa. Tarkoituksena on pohtia nuorten vastauksia ja etsiä viitteitä siitä, millainen itsetunto sosiaalisessa mediassa kiusaamista kokeneilla nuorilla on. Tässä tutkimuksessa tutkimuskysymykset muodostuvat kahdesta pääkysymyksestä, joista toinen on jaettu tarkentaviin lisäkysymyksiin. Ensimmäinen tutkimuskysymys keskittyy nuorten kiusaamiskokemusten ja toinen itsetunnon selvittämiseen. Nuorten itsetuntoa tarkastellaan Millerin & Moranin (2012, 41) luoman kaksiulotteisen itsetuntomallin kautta. Itsetunnon nähdään teorian mukaan muodostuvan minäpätevydestä sekä itsearvostuksesta. (Miller ja Moran 2012, 41.) Tästä johtuen itsetuntoa selvittävä tutkimuskysymys on jaettu kahteen lisäkysymykseen. Tutkimuksen kannalta merkityksellistä on saada kuva nuorten omista arvokkuuden ja minäpätevyys-tuntemuksista. Tutkimuksen tarkoitus on myös herättää keskustelua sekä pohdintaa nuorten käyttäytymisestä sosiaalisessa mediassa, käyttäytymisen seurauksista muiden yksilöiden itsetuntoon ja sen kautta edelleen koulumenestykseen sekä kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin.

Tutkimuskysymyksinä tässä tutkimuksessa ovat:

1. Millaisia kiusaamisen kokemuksia nuorilla on sosiaalisessa mediassa?
2. Millainen itsetunto kiusaamista kokevilla, sosiaalista mediaa käyttävillä nuorilla on?
  - a. Millainen itsearvostus kiusaamista kokevilla, sosiaalista mediaa käyttävillä nuorilla on?
  - b. Millainen minäpätevyys-tunne kiusaamista kokevilla, sosiaalista mediaa käyttävillä nuorilla on?

Tutkimuksessa yhdistyvät sosiaalisessa mediassa kiusaamista kokeneiden nuorten tuottama aineisto ja aikaisempi teoreettinen tutkimus. Aikaisemman teoratiedon vähäisyys kuitenkin mahdollisti aineiston analysoinnin aineistolähtöisyyteen painottuen sekä uuden tutkimusmateriaalin muodostamisen tuotosioon. Itsetunnon aikaisemmat tutkimukset ja erityisesti erilaiset itsetunto-teoriat taas tukevat aineistostani esille nostamia havaintoja pohdintaosuudessa. Tämä aikaisempi teoria vaikutti haastattelurunkojen laatimiseen ja luokkien käsitteiden muodostamiseen (Eskola & Suoranta 2014, 153). Seuraavaksi esitellään tutkimusta ohjannutta tutkimusasetelmaa tarkemmin kuvion avulla.



Kuvio 4. Tutkimusta ohjannut tutkimusasetelma.

Kuvio 4 kuvaa tutkimuksen etenemisen tutkimuskysymysten asettamisesta tutkimustulosten selvittämiseen. Tutkimuskysymykset ovat muodostuneet ajankohtaisuuden, tutkijan oivallusten sekä kaksiulotteisen itsetuntomallin (Miller & Moran 2012) avulla. Tutkimuskysymykset sekä Rosenbergin (1965) itsetuntomittari ovat olleet apuna haastattelukysymysten muodostamisessa. Haastatteluiden avulla kerättiin aineistoa, joka analysoitiin aineistolähtöisesti sekä teoriaohjaavasti, hyödyntäen luokittelussa kaksiulotteisen itsetuntomallin käsitteitä sekä suoran ja epäsuoran kiusaamisen jaottelua. Tutkimuksen tuloksille etsittiin yhteneväisyyksiä teoriaan, joiden perusteella voitiin muodostaa käsitys tutkimukseen osallistuneiden nuorten kokemuksista ja itsetunnosta.

## 5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

### 5.1 Tutkimusmenetelmät ja lähestymistapa

Tutkimuksessa selvitettiin yksittäisten nuorten kokemuksia sosiaalisesta mediasta, joten päädyin toteuttamaan kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen. Laadullisessa tutkimuksessa ei tehdä tilastollisia yleistyksiä, vaan pyritään ymmärtämään ja kuvaamaan käsiteltävää ilmiötä, toimintaa tai tapahtumaa. Tarkoituksena on etsiä ja tutkia sosiaalisten kokemusten merkityksiä ja sitä, millaisista tekijöistä kokemus muodostuu. (Denzin & Lincoln 2011, 5; Tuomi & Sarajärvi 2018, 39-40, 95). Laadullisessa tutkimuksessa otanta valikoidaan yleensä tietoisesti, sillä se on suppeampi kuin määrällisessä. Tutkimukseen valikoidaan niitä henkilöitä, jotka ovat jollain tavalla tietoisia tutkittavasta ilmiöstä. Heillä saattaa olla asiantuntijan tieto aiheesta, tai he saattavat kuulua jollain muulla tavalla kohderyhmään. Tästä johtuen kohderyhmän koko on yleensä huomattavasti pienempi kuin määrällisessä tutkimuksessa ja tuloksia analysoidaan perusteellisesti. (Eskola & Suoranta 2014, 18; Kiviniemi 2010, 70-71; Tuomi & Sarajärvi 2018, 98-99.) Tutkimuksessani kohderyhmä valikoitui tutkittavien asiantuntijuuden takia. Heillä oli kokemusta aiheesta, josta tarvitsin tietoa. Asiantuntijuutensa takia kohderyhmän löytämiseksi piti tehdä kartoittavaa kyselyä, sillä tutkittavien kokemukset olivat ainutlaatuisia ja merkityksellisiä työni kannalta. Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara (2009, 164) toteavat, että laadullisen tutkimuksen tärkeänä piirteenä onkin valita tutkimusjoukko tarkoituksenmukaisesti, eikä satunnaisella otannalla.

Nuorten kiusaamisen kokemuksia selvitettäessä lähestymistavaksi pohdin fenomenologista näkökulmaa, sillä fenomenologinen tutkimus keskittyy juuri-kin ihmisen kokemukseen (Metsämuuronen 2001, 47). Laine (2010, 29) korostaa fenomenologiassa painotettavan sitä, että kokemukset syntyvät merkitysten mukaan ja suhteessa omaan uskomukseensa elämäntodellisuudesta. Fenomenologisessa tutkimuksessa ei pyritä löytämään yleistettävissä olevaa, vaan en-

nemmin tapauskohtaista tietoa. (Laine 2010, 29.) Holstein ja Gubrium (1994, 262) sekä Patton (2002, 104) toteavat, että merkityksellistä fenomenologiassa ovat tutkittavan yksilölliset kokemukset elämästä ja luonnosta yleensä sekä ympäröivästä sosiaalisesta järjestyksestä. Tutkimuksessani nuorten oman näkemyksen esiintuominen sekä heidän jakamansa kokemukset ovat olleet arvokkaassa asemassa, sillä nuorten välisen vuorovaikutuksen muodostamat muistot sekä kokemukset ja niiden liittyminen itse tapahtumaan ovat fenomenologisen tutkimuksen ydin (Holstein & Gubrium 1994, 262; Patton 2002, 104).

Fenomenologiseen tutkimukseen yhdistyy usein myös hermeneuttinen tutkimus, sillä tutkittavan ilmaisut ja niiden tulkinta liittyvät keskeisesti kerättävään aineistoon. Kokemuksia on vaikea kuvailla ilman tulkintaa siitä, miten haastateltava asian ilmaisee sekä millaisia merkityksiä hän on tietyille asioille luonut. (Laine 2010, 31.) Tämän lisäksi hermeneutiikassa on kysymys siitä, kuinka teoriaa ymmärretään sekä tulkitaan. Hermeneuttisessa kehässä nousevat esille tutkijan esiyymmärrys aiheesta, joka syvenee joka kierroksella tarkastelun lisääntyessä yksityiskohdista kokonaiskuvaan. (Laine 2010, 31; Varto 1992, 69.) Tästä johtuen tutkimukseni suuntaus rajautuu fenomenologis-hermeneuttiseksi, sillä koen, että lasten ja nuorten haastattelussa ilmaisutapojen huomioonottaminen sekä niiden syvällinen tarkastelu on erityisen tärkeää. Varto (1992, 100) jatkaa, että fenomenologis-hermeneuttisessa tutkimuksessa tutkijan on tärkeä ymmärtää, millaisia merkityksiä tutkittava on antanut kertomilleen asioille. Aineistoa käsitellessäni huomasin, kuinka nuorten vastaukset painottuivat heille tärkeiden asioiden osalta. Osalle kiusaamisesta puhuminen oli niin merkityksellistä, että he kertoivat helposti myös ystäviensä kokemuksista, joka haastoi aloittelevan tutkijan huolehtimaan aiheesta pysymisessä (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 104).

## 5.2 Tutkittavat

Tutkimukseen osallistui yhdeksän 12-14-vuotiaista nuorta Länsi-Suomesta. Heillä kaikilla oli omakohtaista kokemusta sosiaalisen median käytöstä ja siellä tapahtuvasta kiusaamisesta. Ikärajaus valikoitui tutkimukseeni sosiaalisen median ikärajojen sekä käyttäjämäärien mukaan. Uusitalon ym. (2011) mukaan sosiaalisen median käyttö ja merkitys lisääntyy lapsilla vasta yhdentoista ikävuoden jälkeen. Tästä johtuen rajautuivat ensimmäiseksi nuoremmat, alle kymmenen vuotiaat lapset pois, sillä heidän käyttökokemuksensa sosiaalisessa mediassa ei ole vielä tutkimuksen kannalta riittävää. Tämän lisäksi lapsen itsetunnon on tutkittu heikentyvän huomattavasti yhdentoista ikävuoden jälkeen. Itsetunnon kehityksen haasteeksi nousevat oman identiteetin etsiminen, roolit, ryhmäpaine sekä itsenäistyminen. (Laine 2005, 35-36.) Keltikangas-Järvisen (2017, 134) mukaan lapsen ymmärrys omasta sisäisestä maailmasta ja ulkoisista tapahtumista ovat toisistaan erillään vasta murrosiän alussa, joten varhaismurrosikäiseltä lapselta tai nuorelta voidaan paremmin selvittää itsetuntoon liittyviä asioita. Ikäjakauma osoittautui siis sekä itsetunnon että sosiaalisen median käyttökokemusten kannalta otolliseksi.

Löytääkseni tutkittavat, hain ensin tutkimuslupaa muutamasta kunnasta. Tutkimusluvut saatuani lähestyin ensin kuudennen luokan oppilaiden opettajia tutkittavien toivossa. Tutkimukseen suostuneiden opettajien kanssa neuvottelin yhteydenotosta oppilaisiin, sillä tutkimusaihe oli arkaluontoinen ja opettajat eivät halunneet huomiota herätettävän luokassa. Oppilaiden vanhemmille toimitettiin tutkimusluvut ja kartoittavaan haastatteluun vastasi yhteensä 23 nuorta, joista 7 valikoitui tutkimukseeni toiseen osaan. Lomakehaastattelun aineisto kerättiin huhtikuussa 2018. Täydensin tutkimustani vielä teemahaastatteluilla, joihin löysin tutkittavat sosiaaliseen mediaan jätetyn ilmoituksen avulla (Valli & Perkkilä 2018, 119, 123-124). Nuorten vanhemmat ottivat minuun yhteyttä ja sain tutkimusluvut suoraan heiltä. Haastattelin toisen nuorista kesäkuun alussa 2018 ja toisen elokuussa 2018.

### 5.3 Aineistonkeruun menetelmä

Tutkimusmetodikseni valikoitui teemahaastattelu, sillä halusin saada tietooni nuorten toimintatavoista yksityiselämässä. Erityisesti heidän kokemuksensa ja ajatuksensa kiinnostivat, joten päästäkseni niihin käsiksi, esitin heille rajattuja kysymyksiä. (Hirsjärvi ym. 2009, 184.) Tutkimus toteutettiin sekä kaksivaiheisella lomakehaastattelulla että muutamalla täydentävällä teemahaastattelulla. Lomakehaastatteluun päädyin aiheen henkilökohtaisuuden ja arkaluonteisuuden vuoksi (Valli & Perkkilä 2018, 126). Tutkimuskysymysten muodostamisen sekä tutkimusjoukon rajaamisen jälkeen laadin haastattelukysymykset. Lomakehaastatteluita laatiessani kiinnitin huomiota kysymysten järjestykseen, ulkoasuun, pituuteen ja selkeyteen. Pyrin luomaan kysymyksiä, jotka olisivat nuorille ymmärrettävässä muodossa ja joiden avulla saisin heidät vastaamaan perusteellisemmin. Välttelin sellaisten sanojen käyttöä, jotka luetellaan monimerkityksellisiksi ja jotka näin ollen aiheuttavat väärinkäsityksiä. Pyrin myös laatimaan mahdollisimman vähän kysymyksiä kysymällä vain tarpeellisen, jotta kiinnostus vastaamiseen ei lopahtaisi. Lisäksi pyrin laatimaan kysymykset niin, etteivät ne olisi johdattelevia tai sisältäisi kaksoismerkityksiä. (Alasuutari 2011, 51; Hirsjärvi ym. 2009, 202-203; Valli 2018, 93.) Vallin (2018, 93) mukaan tutkija joutuu pohtimaan kyselylomaketta laatiessa, miten saada tietoa asioista, jotka eivät ole suoraan mitattavissa. Tällaisia ovat esimerkiksi sosiaalisuuden tai huumorintajun tutkiminen. Lomakkeen laatimisen apuna tulisikin käyttää teoriasta nousevia mittareita ja määritelmiä. Tässä tutkielmassa käytettiin Rosenbergin (1965) itsetuntomittaria tutkimuskysymysten laatimisen apuna.

Kaksivaiheinen lomakehaastattelu toteutettiin sähköisesti Webropol-ohjelman avulla. Ohjelmalla oli mahdollista luoda lomake, johon pystyi vastaamaan niin tietokoneella, tabletilla kuin älypuhelimella (Valli & Perkkilä 2018, 118, 122-123.) Ensimmäisen lomakkeen avulla oli tarkoitus löytää oppilasryhmistä sosiaalisessa mediassa kiusaamista kokevat nuoret. Kartoittavassa lomakkeessa oli monivalintakysymyksiä, jotka olin laatinut valmiiksi. Kuvailun avulla sain selville yksittäisistä oppilasryhmistä nopeasti ne, joilla oli kokemus-

ta kiusaamisesta sosiaalisessa mediassa. Näille oppilaille toimitin seuraavaksi lomakehaastattelun, jossa oli pelkästään avoimia kysymyksiä. Avoimien kysymysten etuna oli saada tietoa suoraan oppilailta, joten tutkijana en etukäteen tehnyt oletuksia vastauksista. Lisäksi lomake tarjosi mahdollisuuden vastata oman kokemuksensa pohjalta ilman rajoittavia vaihtoehtoja ja sen avulla pystyi helposti kysymään tutkittavilta tiettyjä, tutkijaa kiinnostavia kysymyksiä. (Alasuutari 2011, 51; Hirsjärvi ym. 2009, 198-199, 201; Tuomi & Sarajärvi 2018, 87.)

Lomakehaastattelun lisäksi täydensin aineistoani muutamalla teemahaastattelulla. Teemahaastattelua ei toteutettu lomakehaastatteluun vastanneiden nuorten kanssa, vaan siihen osallistuivat otannan kasvattamiseksi sekä vastausten laajentamiseksi eri nuoret. Teemahaastatteluita eli puolistrukturoitua haastattelua (ks. Hirsjärvi & Hurme 2015, 47-48) suunnitellessani käytin tekemääni lomakehaastattelun pohjaa, mutta esitin kysymykset haastateltaville useamassa osassa. Jos lomakkeessa olin joutunut pyytämään johonkin kohtaan tarkennusta saman kysymyksen alla, teemahaastattelun aikana oli mahdollista kysyä ensin pääkysymys ja vasta sen jälkeen tarkentavat kysymykset, jotka nousivat keskustelun edetessä. Teemahaastattelulle tyypillisesti en lukenut lomakkeen kysymyksiä suoraan, vaan kysymykset muotoutuivat teemoista vasta esittämishetkellä lopulliseen muotoonsa niin, että ne liittyivät olennaisena osana tutkittavaan ilmiöön (Alasuutari 2011, 51; Eskola, Lähti & Vastamäki 2018, 28; Hirsjärvi ym. 2009, 208; Tuomi ja Sarajärvi 2018, 87-88;). Hirsjärvi ja Hurme (2015, 47-48) täydentävät, että teemahaastattelulle tyypillistä onkin kohdentaa haastattelua tiettyihin tutkimuksen kannalta olennaisiin teemoihin, joista keskustellaan haastateltavan kanssa. Rubinin ja Rubinin (2005, 110) sekä Ruusuvoori ja Tiittulan (2005, 23) mukaan haastattelu eroaa normaalista keskustelusta muun muassa siksi, että se nauhoitetaan tutkimuskäyttöä varten. Teemahaastattelut nauhoitin haastattelut litteroinnin helpottamista varten. Viimeistään täydentäviä teemahaastatteluita toteuttaessani nuorten tulkinnat ja merkitykselliset asiat tutkimukseni kannalta nousivat esiin (Hirsjärvi & Hurme 2015, 48).



## 5.4 Analyysimenetelmä

Laadullisen aineiston analyysin tarkoituksena on selkeyttää useasti laajaakin aineistoa ja tuottaa uutta tietoa tutkimuksen kohteesta tai tutkittavasta ilmiöstä. Analyysissä tiivistetään aineistoa tutkimuksen kannalta loogiseksi kokonaisuudeksi, kuitenkin hävittämättä merkityksellistä tietoa. (Eskola & Suoranta 2014, 138.) Laadullisessa tutkimusmenetelmässä analyysitapoja on monia ja oikean analyysitavan valinta riippuu tutkimuksen tehtävästä, lähestymistavasta sekä itse aineistosta (Vaismoradi, Turunen & Bondas 2013, 399). Koska lähestymistapa tutkimuksessani on fenomenologis-hermeneuttinen, olen huomioinut sen valitsemalla juuri lähestymistavalle sopivan analyysimenetelmän. Tästä johtuen tutkittavien kokemukset tulee säilyttää mahdollisimman autenttisinä, vaikka tärkeiden asioiden esille nostaminen rikkoo autenttisuutta jonkin verran. Olennaisten asioiden hahmottamiseksi tutustuin aineistoon huolella yrittäen sisäistää ne kokemukset, jotka näyttäytyivät tutkittaville tärkeinä. Tämän lisäksi huolellinen aineistoon tutustuminen mahdollisti hermeneuttisen kehän toteutumisen, sillä jokaisella tarkastelukerralla lisäsin ymmärrystä aineiston sisällöstä esiymmärryksen, yksityiskohtien ja lopulta kokonaiskuvan välityksellä. (Laine 2015, 31, 42; Varto 1992, 86.)

Analyysimenetelmäkseni valikoitui yksi kvalitatiivisen tutkimuksen perusanalyysimenetelmistä, sisällönanalyysi (Tuomi & Sarajärvi 2018, 103; Patton 2002, 453). Sisällönanalyysi mahdollistaa monenlaisen aineiston analysoinnin erilaisissa tutkimuksissa tulkintoihin ja päättelyyn pohjautuen. Tulkinnat vievät empiirisessä tutkimuksessa tutkijaa lähemmäs käsitteiden ymmärrystä. Sisällönanalyysin tehtävänä on siis tiivistää tutkijan keräämää aineistoa niin, että sen avulla voidaan tuottaa selkeää ja sanallista uutta tietoa tutkittavasta ilmiöstä. Sisällönanalyysin avulla onkin hyvä jäsentää aineistoa selkeäksi kokonaisuudeksi niin, että aineiston sisältämä tieto säilyy. (Braun & Clarke 2006, 87-88; Latvala & Vanhanen-Nuutinen 2001, 23; Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006; Tuomi & Sarajärvi 2018, 103, 117, 122.) Sisällönanalyysia käyttäen luokitte-

len oman aineistoni muodostamieni teemojen alle, joiden avulla tarkastelen tutkimusongelman hahmottumista. Analyysin luotettavuutta ja laadukkuutta lisäkseni varasin analyysin tekemiseen myös riittävästi aikaa (Hirsjärvi ym. 2009, 225).

Tutkielmassani käytin sekä aineistolähtöistä että teoriaohjaavaa analyysimenetelmää. Aineistolähtöisen analyysin tarkoituksena on luoda käsitteitä ja teemoja aineistosta. Aineistolähtöistä analyysia käytetään yleensä silloin, kun tarvitaan perustietoa jostakin tietystä ilmiöstä. (Eskola & Suoranta 2014, 19, 153; Tuomi ja Sarajärvi 2018, 108; Vaismoradi ym. 2013, 401.) Tutkimusta tehdessäni haasteeksi nousikin tutkielmani ajankohtaisuus ja teoreettisten käsitteiden vähäisyys. Tästä johtuen analysoin aineistoni aineistolähtöisesti, pohjaamatta luokittelua mihinkään teoreettiseen malliin. Analyysivaiheessa teoreettinen viitekehys oli vielä keskeneräinen, joten aikaisempi tieto kiusaamisesta ja itsetunosta ei vaikuttanut analyysiini. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 108). Käytin tutkimusprosessin vaiheissa kuitenkin myös teoriaohjaavaa menetelmää ratkaisemaan ne ongelmat, joita pelkkä puhdas aineistolähtöinen analyysi aiheutti työssäni. Itsetuntoa koskevien haastattelukysymyksien laatimiseen vaikutti käytetty kaksisuuntainen itsetuntomalli. Tämän lisäksi aineistolähtöisen analyysin jälkeen on hyödynnetty teoreettisessa viitekehyksessä esiintyneitä käsitteitä luokittelun tukena. Teoriaohjaava analyysimenetelmä mahdollistaa teorian käytön aineiston tukena, mutta se ei pohjaudu suoraan teoriaan, vaan aineistosta esille nousseille havainnoille etsitään tukea teoriasta tai käsitteistä. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006; Tuomi & Sarajärvi 2018, 109-110, 113.) Omassa tutkielmassani käytin viitekehysten käsitteitä tukemaan aineistoni luokittelua, mutta tarkoitukseni ei ole etsiä teoreettisen mallin kanssa yhteneviä tekijöitä, vaan luoda uutta tietoa tutkittavasta aiheesta. Tästä johtuen päädyin käyttämään edellä mainitusti kaksiosaista aineistolähtöistä analyysia, johon liitetään teoriaohjaava analyysi. Menetelmien sekoittaminen on mahdollista sisällönanalyysia toteuttaessa (ks. Tuomi ja Sarajärvi 2018, 112.)

Aineiston analyysin ensimmäisessä vaiheessa kirjoitin eli litteroin teema-haastattelut auki mahdollisimman tarkasti. Litteroitua aineistoa muodostui

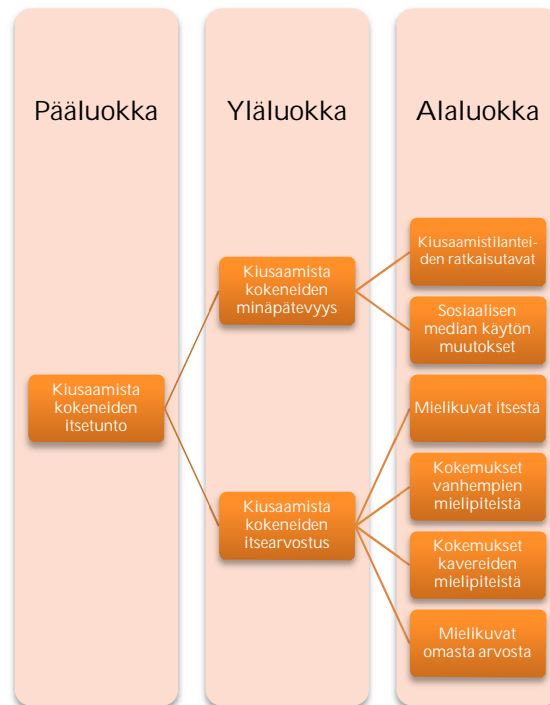
kymmeniä sivuja, joihin aloin ensimmäisen vaiheen jälkeen huolellisesti tutustua ja samalla määrittelemään, millaisia asioita aineistosta on olennaista nostaa esille (Braun & Clark 2006, 87). Ennen luokittelua muodostin analyysiyksikön sen mukaan, että se vastaa tutkielmani kysymyksiin (Kyngäs & Vanhanen 1999, 5; Latvala & Vanhanen-Nuutinen 2001, 26; Tuomi & Sarajärvi 2018, 122). Luin aineistoa läpi moneen kertaan, jotta luokittelun vaiheessa hahmottaisin aineiston luokkajakoa paremmin ja tuntisin sen perinpohjaisesti. (Eskola ja Suoranta 2014, 151). Kun aineisto kävi tutummaksi, kirjoitin luokkien kannalta olennaisia haastattelukatkelmia pelkistettyyn muotoon. Aineistoa siis redusoitiin, jotta teemojen luokittelu helpottuisi ja aineisto tulisi kokonaisuudessaan kirjattua. Pelkistin aineistoa pohtimalla sen merkitystä tutkimuskysymysten kannalta ja merkitsin luokittelua varten olennaisia kohtia ylös. Aineiston analyysi alkoi siis hyvin aineistolähtöisesti, mikä on tyypillistä myös teoriaohjaavan analyysimenetelmän käytössä. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 5; Latvala & Vanhanen-Nuutinen 2001, 26; Tuomi ja Sarajärvi 2018, 109, 114, 123.) Eskola ja Suoranta (2014, 163) mainitsevat, että aineistoa kannattaa numeroita ja yhdistellä, jotta samankaltaiset vastaukset löytyvät helposti.

Alkuperäinen ilmaisu	Pelkistetty ilmaisu
"no mä kerroin eka mun kaverille ja sitte... nii sit ku mä sanoin äitille ja äiti otti sitte niihi vanhempii yhteyttä..." (O2) "olen kertonut opettajalle..." (O8)	Kiusaamisesta toiselle kertominen 9/9
"olen vähentänyt sen käyttöä" (O5) "se on vähentynyt, en ole halunnut katsoa kaikkia viestejä" (O9) "joskus ei edes halua avata puhelinta jos siellä on sellaisia viestejä" (O7)	Käytön vähentyminen 7/9
"no kaikkee että... että hyi... vitun ruma ja kaikkee tällaista, haukuttiin ulkonäköä" (O2) "Ulkonäköä ja vaatteita" (O6) "Puuttamalla ulkonäköni, haukkumalla ja arvostelemalla" (O5)	Ulkoisten ominaisuuksien arvostelu 6/9

Taulukko 1. Esimerkkejä aineiston redusoinnista.

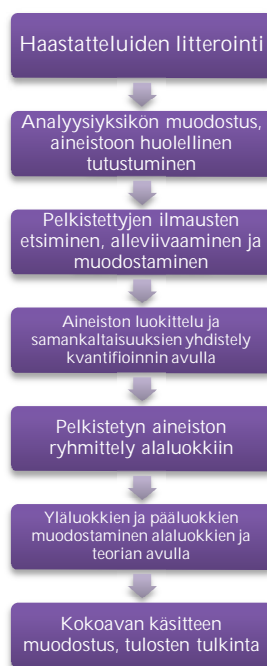
Eskolan ja Suorannan (2014, 164) sekä Kyngäksen ja Vanhasen (1999, 4) mukaan laadullisen aineiston sisällönanalyysin tukena voidaan käyttää myös kvantitatiivista eli määrällistä analyysia. Määrällistä analyysia voi käyttää apuna muun muassa aineiston luokittelussa, vertailussa sekä vastauksien määrän korostamisessa. Tuomi ja Sarajärvi (2018, 87) myös toteavat, että lomakehaastattelulla kerättyä aineistoa on helpompi kvantifioida. Omassa aineiston analyysissä nostin esille vastaajien määrän selkeyttääkseni tuloksia. Kvantifioin tuloksiani vain siinä tarkoituksessa, että lukijalle selviäisi paremmin, millaisista vastaajamääristä puhutaan kunkin nostetun käsitteen kohdalla. Merkitsemällä vastaajamäärät näkyville luokittelun vaiheessa huomasin nopeammin, että kaikki aineiston haastattelut luokiteltiin johonkin ryhmään kuuluvaksi. Määrällinen analyysi tuki tutkielmassani luokittelua, mutta ei määrittänyt sitä. Luokittelua aineiston järjestämisenä pidetään yksinkertaisimpana muotona ja Tuomen ja Sarajärven (2018, 105) mukaan myös määrällisenä analyysina sisällön teemoin. Näkyvät taulukot ja luokittelut tarjoavat lukijalle paremman mahdollisuuden toteuttaa omia tulkintojaan, eikä näin ollen tarvitse luottaa pelkkiin tutkijan päätelmiin (Eskola & Suoranta 2014, 165-166; Tuomi ja Sarajärvi 2018, 98).

Aineiston pelkistämisen jälkeen keskityin sen ryhmittelyyn eli klusterointiin sekä käsitteellistämiseen eli abstrahointiin. Ryhmittelyn vaiheessa etsin aineistosta samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia yhdistellen niitä samaan ryhmään. Ryhmittelyn tarkoituksena on muodostaa luokat, jotka omassa tutkimuksessani jaottelin alaluokiksi, yläluokiksi ja pääluokiksi.



Kuvio 5. Esimerkki luokkajaoista analyysitaulukkoa tiivistäen.

Tämän lisäksi analyysitaulukoissani on näkyvissä redusoinnin vaihe, jossa kirjoitin alkuperäiset ilmaukset pelkistetyksi ilmaisuksi. Analyysitaulukot ovat nähtävissä kokonaan liitteissä (LIITE 3) tutkielman loppusivuilla. Nimesin myös luokat sen mukaan, mikä niitä kuvailee parhaiten. Käytin myös käsitteitä, jotka nousivat esille teoreettisesta viitekehystäni, kuten on tyypillistä silloin, kuin teoriaohjaavaa analyysimenetelmää käytetään aineistolähtöisyyden tukena. Pelkistämisen jälkeen muodostin ensin alaluokat ja niiden mukaan yläluokat. Käsitteitä yhdistelemällä sekä vertaamalla teoriaa ja johtopäätöksiä alkuperäisaineistooni sain vastaukset tutkimuskysymyksiini, joista analyysitaulukon pääluokat muodostuivat. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 6; Latvala & Vanhanen-Nuutinen 2001, 28-30; Tuomi & Sarajärvi 2018, 110, 114, 124-127, 133.) Kuvio 6 selkeyttää analyysivaiheideni kulkua.



Kuvio 6. Analyysin kulku.

Teoriaohjaavan ja teorialähtöisen analyysimenetelmän raportoinnin erot eivät ole suuret, mutta tutkielmassani on perusteltua toteuttaa kuitenkin teoriaohjaavaa analyysia aineistolähtöisen analyysin tukena. Vaikka erityisesti itsetuntoa tutkittaessa teoreettinen käsite nousee vahvasti esille, analyysia on toteutettu alkuvaiheessa etsimättä yhteneväisyyksiä minkään teorian kanssa. Analyysia on voitu toteuttaa vapaasti ja ilmaiset ovat nousseet pelkästään aineistosta, eivätkä käsitteen määritelmät ole rajanneet aineistoa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 111.) Ainoastaan luokkien muodostumisessa on hyödynnetty teoreettisesta viitekehystä nousseita käsitteitä, joka selviää analyysin kulun kuvioista.

## 5.5 Eettiset ratkaisut

Tutkimusta tehdessä tulee myös pohtia sen eettisiä kysymyksiä. Peruskysymyksinä tieteellisen tutkimuksen etiikassa ovat muun muassa hyvän tutkimuksen, tutkimuksen teon, tutkimuksen toteutuskeinojen ja tavoitteiden eettisyys. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 147-148). Tutkimuksen teossa tulisi tieteellisen käytännön ohjeistuksen mukaan kiinnittää huomiota rehellisyyteen, huolellisuu-

teen ja tarkkuuteen tutkimuksen eri vaiheissa. Lisäksi avoin ja vastuullinen viestintä ja eettisesti kestävä menetelmä, hyvä kielenkäyttö, muiden tutkijoiden tekemän aikaisemman työn kunnioittaminen ja asianmukaiset lähdeviittaukset nousevat eettisesti toteutetun tutkimuksen ominaisuuksiksi. (Hirsjärvi ym. 2009, 26–29; Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6.)

Eettisten kysymysten pohtiminen alkaa aihevalinnasta ja jatkuu läpi tutkimusprosessin. (Hirsjärvi ym. 2009, 26–28). Aihevalintaa koskevat eettiset kysymykset pohtivat tutkimuksen toteuttamisen syitä ja aiheen valintaa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 154.) Tässä tutkimuksessa tutkimuksen päätavoitteena on opinnäytetyön suoritus, mutta myös tutkimustaitojen kehittäminen ja harjaantuttaminen sekä teoreettisen, itseään kiinnostavan ja ajankohtaisen tiedon syventäminen. Aihevalinnan syinä korostuu erityisesti ajankohtaisuus ja se, ettei siitä ole suoranaisesti sellaisenaan tehty ollenkaan tutkimusta. Eettisyyttä voidaan arvioida myös aineiston keräämisen ja -käsittelyn osalta. Eettisesti toteutetussa tutkimuksessa suojataan tutkittavia ja heidän yksityisyyttään. Tutkimukseen osallistumisesta ei saa aiheutua haittaa tutkittaville. Tietoja tulee myös käsitellä huolellisesti ja tutkimusluvista tulee huolehtia. Tutkittavilla on myös oikeus pysyä tutkimuksen tuloksia lukiessa tunnistamattomina. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 156.) Omassa tutkimuksessani tutkimusluvut pyydettiin kirjallisesti niin tutkimuskunnilta kuin vanhemmiltakin. Tutkimus on toteutettu niin, ettei tutkittavat nuoret ole tunnistettavissa tuloksista ja heille tutkimukseen osallistuminen on ollut täysin vapaaehtoista. Lisäksi sekä lomakehaastattelun että teemahaastattelun aikana kysyttiin vain tutkimuksen kannalta olennaisia asioita (Hirsjärvi & Hurme 2015, 103) ja tulosten analysoinnin jälkeen aineisto on hävitetty oikeaoppisesti. Eettisten periaatteiden mukainen toiminta kuuluu Tuomen ja Sarajärven (2018, 155) mukaan osaksi ihmisoikeuksia, joiden noudattaminen on välttämätöntä tutkimusprosessissa.

## 6 TULOKSET

### 6.1 Tutkimukseen osallistuvien taustatiedot

Tutkimukseen osallistui yhteensä yhdeksän (N=9) henkilöä Länsi-Suomen alueelta. Lomakehaastatteluun osallistuneet (N=7) kävivät samaa kuudennen luokan luokka-astetta alakoulussa. Loput kaksi haastateltavaa kävivät eri koulua, kuin lomakehaastatteluihin osallistuneet. Teemahaastatteluun osallistuvat kävivät myös keskenään eri koulua eri paikkakunnilla. Toinen heistä lopetti kuudennen luokan kahdeksannetta luokkaa ja toinen aloitti kuudennen luokan syksyllä 2018. Haastateltavien iät jakautuivat siis niin, että enemmistö vastaajista (N=7) oli haastatteluhetkellä 12-vuotiaita, yksi (O5) oli 13-vuotias ja yksi (O1) 14-vuotias. Tutkimukseen osallistuneista yhdeksästä haastateltavasta kaksi oli poikia (O3, O4) mutta en tarkemmin tutkimuksessani erottele sukupuolten välisiä eroja, sillä ne eivät nousseet kokemusten kautta poikkeaviksi keskenään. Lisäksi tutkimukseni kannalta ei ollut olennaista pohtia eri sukupuolien kokemuksia keskenään.

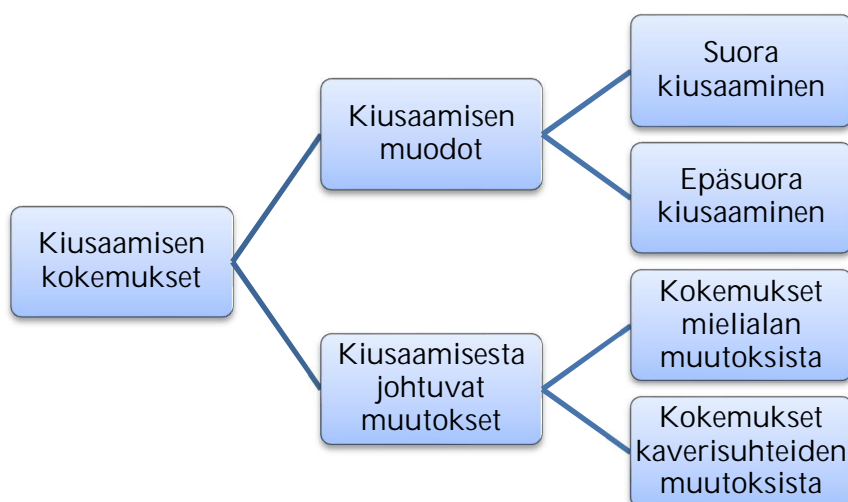
Haastatteluiden alussa tiedustelin myös haastateltavien sosiaalisen median käyttöä yleisesti. Hahmottaakseni heidän käyttökokemuksiaan, selvitin nuorten käyttämien sosiaalisen median palveluiden nimiä sekä ajankäyttöä. Sosiaalisen median palveluista WhatsApp oli ainoa, jota jokainen haastateltava kertoi käyttävänsä (9/9). Toiseksi eniten käytettiin Instagramia sekä Snapchatia (8/9) ja kolmanneksi eniten Youtubea (7/9). Muita sosiaalisen median palveluita, kuten Facebook, Musically (nyk. TikTok) Twitch sekä Spotify-palvelua käyttivät tai mainitsivat vain noin 1-2 haastateltavista. SoMe ja nuoret (2016) tutkimukseen osallistuneet ovat listanneet suosituimmiksi palveluiksi WhatsAppin, Youtuben, Instagramin, Snapchatin, Facebookin sekä Spotifyn, joten tutkimukseeni osallistuneiden nuorten voidaan todeta vastaavan samassa linjassa aikaisemman tutkimustuloksen kanssa (ebrand Suomi Oy 2016).



Sovellusten käytön lisäksi selvitin nuorten ajankäyttöä sosiaalisessa mediassa. Kaikki vastanneista kertoivat käyttävänsä sosiaalisen median palveluita päivittäin (9/9). Päivittäin käytetty aika vaihteli haastateltavien välillä muutamista minuuteista useampiin tunteihin. Keskimääräisesti vastaajat kuitenkin käyttivät sosiaalisen median palveluita päivittäin noin kolme tuntia, viikonloppuisin enemmän. Myös SoMe ja nuoret (2016) tutkimuksessa tiedusteltiin palveluiden ajankäyttöä ja tutkimuksen mukaan valtaosa vastanneista käyttää sosiaalista mediaa 15-30 tuntia viikossa, eli noin 2-4 tuntia päivässä (ebrand Suomi Oy 2016). Myös tämä tulos oli linjassa omien tutkimustulosteni kanssa.

## 6.2 Kiusaamisen kokemukset sosiaalisessa mediassa

Ensimmäisen tutkimuskysymyksenäni tarkoituksena oli selvittää kiusaamisen kokemuksia sosiaalisessa mediassa. Haastatteluiden pohjalta olen luokitellut kokemukset kahteen erilaiseen teemaan: kiusaamisen muotoihin sekä kiusaamisesta johtuviin muutoksiin. Kiusaamisen muodoissa olen eritellyt suoran sekä epäsuoran kiusaamisen. Lisäksi avaan tilanteita, joissa nuoret ovat kokeneet tulleen kiusatuksi. Kiusaamisesta johtuvista muutoksista nostan esille kokemukset mielialan muutoksista sekä kaverisuhteiden syntyyn, ylläpitoon ja luottamukseen liittyvät kokemukset.



Kuvio 6. Kiusaamisen kokemukset sosiaalisessa mediassa analyysitaulukkoa tiivistäen.

Analyysitaulukkoa tiivistävä luokittelu selkeyttää tutkimustulosten jaottelua ja etenemistä. Ensimmäiseksi käsittelen kiusaamisen muotoja sosiaalisessa mediassa.

### 6.2.1 Kiusaamisen muodot

Aineistosta nousi laajasti erilaisia kiusaamisen muotoja, joita olen luokitellut sen kohdentumisen mukaan suoraksi ja epäsuoraksi kiusaamiseksi. Samalla esitellen tilanteita, joissa kiusaamista on tutkimukseen osallistuneiden mielestä esiintynyt. Tilanteet ovat saattaneet olla esimerkiksi kahdenkeskeistä, suoraa ja sanallista viestinvaihtoa tai isommassa ryhmässä tapahtuvaa nöyryyttämistä ja naureskelua. Seuraavaksi esittelen aineistosta nousutta suoraa kiusaamista.

#### Suora kiusaaminen

Suoraan kiusaamiseen luokiteltiin tässä tutkimuksessa sellaiset kiusaamisen muodot, jotka kohdistuivat jollain tavalla kiusattuun suoraan ja tietoisesti. Tällaiset muodot olivat muun muassa sanallinen arvostelu eri sosiaalisen median sovelluksissa, joka jakautui tarkemmin luonteenpiirteiden, ulkonäön ja toimintatapojen arvosteluun. Ulkoisien ominaisuuksien arvostelu oli yleisin mainittu arvostelun muoto (6/9). Ulkoisien ominaisuuksien arvosteluun luokiteltiin kaikki maininnat ulkonäöstä, olemuksesta sekä vaatteista.

”no kaikkee että... että hyi... vitun ruma ja kaikkee tällaista, haukuttiin ulkonäköä” (O2)

”Puuttamalla ulkonäköni, haukkumalla ja arvostelemalla” (O5)

Ulkoisien ominaisuuksien arvostelua mainittiin erityisesti sellaisissa tilanteissa, jossa kiusattu lisäsi itsestään uuden kuvan sosiaalisen median palveluun (6/9). Kuvaa saatettiin arvostella sen lisäämisalustalla tai toisessa sovelluksessa. Toisessa sovelluksessa arvostelua tapahtui joissain tapauksissa niin, että kuvasta otettiin tallenne, jonka kiusaajat liittivät tai lähettivät jaettavaksi muille henkilöille. Tämä nostettiin aineistossa erilliseksi kuvien levittämiseksi (6/9). Aineistosta ilmeni, että ulkonäköä arvosteltiin negatiivisesti tai nöyryytettiin yleensä

julkisesti niin, että kommentit olivat kaikkien nähtävillä. Tämä mahdollisti sen, että kiusaamiseen saattoi helpommin lähteä mukaan useampi henkilö. Lisäksi julkinen kiusaamisalusta mahdollisti sen, että kiusaajat eivät välttämättä olleet kiusatulle edes henkilökohtaisesti tuttuja, vaan he saattoivat olla luokkakaverin kavereita toiselta paikkakunnalta.

”mutta sitte niitä kun meidän koulusta niitä kavereita, joilla on vielä lisää niitä kavereita, jostai iha muualta, vaikka jotai just niitä urheilun ja ... näiden mukana tulleita kavereita ni ne sit vielä jatko sitä – ” (O2)

Aineiston perusteella erityisesti ulkonäön arvostelevien oli helpompaa niille, jotka eivät henkilökohtaisesti tunteneet kiusaamisen kohteena olevaa. He muodostivat kuvan itselleen vieraasta henkilöstä joko sosiaalisen median perusteella tai heidän yhteisten tuttujen kertomana. Kiusaaminen saattoi aiheuttaa kiusatussa tuntemuksen siitä, että valokuva itsestään kannattaa poistaa. Poistaminen kuitenkin aiheutti joissain tapauksissa toimintatapojen arvostelua (2/9). Toimintatapojen arvosteluksi luokiteltiin myös taitojen arvostelu, sillä käsitys toisen taidoista muodostuu yleensä toimintatapojen pohjalta.

”...kahteen instagram-kuvaan, ku julkasin ekan ja sit mä poistin sen toisen... ni sitte sinne tuli sellane niinku kommentti että... vitsin pelle pelkääksä meitä näin paljon et poistat sun jokaisen ig kuvan...” (O2)

Toimintatapojen arvostelu osoittautui myös olevan pääsääntöisesti julkista kiusaamista, sillä ne olivat esimerkiksi O2:n kohdalla jatkumoa ulkonäön arvostelusta johtuvasta kommentoinnista. Aineiston mukaan kiusatuksi joutuminen ei välttämättä johtunut jostain tietystä ominaisuudesta, joka olisi kiusaajia häirinnyt, sillä kiusatuksi joutumisen syy saattoi vaihdella toiminnoista huolimatta.

”sit mä oon estäny niitä jos niitä on tullu lisää ja estäny mun kavereita jos niitä, on tullu... ku mun kaverithan seuraa mua facebookissa, öö snapchatissa ja siellä instagramissa ja sitte vielä siellä musicallyssa ja sinnekki ja on ollu kauhee urakka estellä niitä siellä, koska ne tiesi aina et minne ne laittaa niitä...” (O2)

Viimeinen tutkimuksessa esille noussut sanallisen arvostelun muoto oli luonteenpiirteiden arvostelu (4/9). Luonteenpiirteiden arvosteluun laskettiin käyt-

täytymismallien arvostelu sekä poikkeavat ominaisuudet. Kiusattua saatettiin haukkua poikkeavasta käyttäytymisestä sosiaalisessa mediassa, mutta arvosteluun saattoi vaikuttaa myös esimerkiksi kiusatun luonne ja luonteenpiirteiden aiheuttama käyttäytyminen myös koulussa.

”näkispä kaikki sut niinku... millanen sä oikeesti oot ja etkä... että sä esität liikaa täällä somessa –” (O2)

”... ja siitä et minkälainen ihminen mä oon, mä niinku tosi paljon poikkeen muista –” (O1)

Kiusaamisen alustaksi oli kuitenkin valittu sosiaalinen media, sillä se on saattanut osaltaan helpottaa negatiivista kommentointia. Luonteenpiirteiden arvostelua tapahtui sekä julkisesti muiden nähden, että yksityisesti kahdenkeskisenä viestinvaihtona. Julkista kiusaamista ylipäättään nostettiin tutkimuksessa esille enemmän, kuin yksityistä kiusaamista. (5/9 ja 3/9). Julkisen kiusaamisen päätelin tapahtuneen kuvien kommentoinnin perusteella pääosin Instagramissa ja ryhmässä tapahtuvan kiusaamisen perusteella WhatsAppissa. Yksityistä kiusaamista esiintyi aineistossa muutamissa maininnoissa. Suora ja yksityinen kahdenkeskeinen viestinvaihto kohdistui tutkittavaan suoraan ilman tarkoitusta siitä, että muut näkevät kommentin. Myös yksityisen kiusaamisen uskoin tapahtuvan analysoinnin perusteella joko Instagramin yksityisissä viestikeskusteluissa tai WhatsAppissa kahden keskisissä keskusteluissa.

”...nii se laitto mulle sinne (IG directiin) viestiä, että... että mitä sä niinku teet sun elämässä, et tapa ittes, kaikkee tollasta...” (O2)

Yksityisiä ja julkisia kiusaamistilanteita esiintyi myös seuraavaksi käsiteltävän epäsuoran kiusaamisen kohdalla.

### Epäsuora kiusaaminen

Epäsuoraan kiusaamiseen luokiteltiin kuuluvaksi sellaiset kiusaamisen muodot, jotka eivät välittäneet kiusaamista suoraan kiusatulle itselleen, mutta jotka kuitenkin tarkoittivat pahoittaa kiusatun mieltä. Tällaiset tapaukset olivat esi-

merkiksi kiusatun tietämättä tapahtuva arvostelu, pilkkaaminen ja nauraminen. Myös ulkopuolelle jättämisen tuntemukset nousivat tutkimuksessa esille (2/9). Ulkopuolelle jättäminen koski yleensä sosiaaliseen mediaan perustettuja ryhmiä. Ryhmästä ulkopuolelle jäämisestä tuli kiusaamismuoto silloin, kun se oli tietoista sekä tarkoituksella tiettyyn henkilöön tai henkilöihin kohdistuvaa.

Ryhmässä saatettiin myös käsitellä kiusattuun liittyviä asioita ilman, että tämä itse tiesi asiasta. Näissä tapauksissa kiusattu sai tietää häneen kohdistuneesta pilkasta yleensä jonkun ryhmässä olevan kaverin kertomana. Yhdessä tapauksessa esille nousi myös ryhmässä tapahtuva kiusaaminen niin, että myös kiusattu kuului ryhmään, mutta häneltä oli poistettu mahdollisuus kommentointiin. Kiusattu siis pystyi näkemään, mitä hänestä keskusteltiin ryhmässä, mutta hänellä ei ollut mahdollisuutta reagoida kiusaamiseen ryhmän kautta. Samaisessa tapauksessa oli perustettu toinen ryhmä, jossa kiusattua oltiin arvosteltu tämän selän takana. Selän takana haukkumisesta kiusattu sai kuulla ystävältään jälkeinpäin.

"sitte yks mun paras kaveri, mut se ei lähteny siihe onneks mukaan mut se kerto mulle siitä whatsapp-ryhmästä... - ja mä olin silleen siinä (toisessa) ryhmässä... että mä näin ne viestit, mut mä en pystyny laittaa sinne mitään. (O2)

Ulkopuolelle jättämisen lisäksi aineistosta nousi epäsuoraksi kiusaamiseksi luokiteltava pahatahtoinen nauraminen ja naureskelu (3/9). Nauraminen nostettiin erikseen, sillä sitä ei voinut luokitella sanalliseksi arvosteluksi. Tästä johtuen se sopi paremmin epäsuoraan kiusaamiseen, koska nauramiseen sisältyy tulkinnan haasteet sen pahantahtoisuudesta. Nauravan osapuolen on helpompi puolustautua selittelemällä, ettei nauramisen ollut tarkoitus osoittaa pilkkaa ja halveksuntaa kiusattua kohtaan.

Sosiaalisessa mediassa nauramisen ilmaisu poikkeaa tavallisesta verbaalisesta nauramisesta. Tässä tutkimuksessa olen kuitenkin luokitellut sosiaalisen median nauramisen yhtä lailla nauramiseksi, vaikka se onkin ilmaistu kirjoittamalla. Myös pelkästään emojiien avulla viestiminen saattaa viestiä nauramista ja onkin tulkittavissa sosiaalisessa mediassa tapahtuvaksi nauramiseksi. Nau-

raminen on tämän tutkimuksen mukaan luokiteltu pahantahtoiseksi, jos se on kohdistunut ilkeän kommentin tai toimintatavan jälkeiseksi reaktioksi.

Epäsuoran kiusaamisen haasteeksi nousi myös välitteisen viestinnän tulkinallisuuden haasteet. Tämä selvisi tutkijalle, kun tutkimushaastattelun aikana tutkittava osoitti tutkijalle viestiketjua, jossa tutkittava ymmärsi asian hyvän-tahtoiseksi. Tutkija kuitenkin huomasi viestin sarkastisen sävyn ja pystyi näin ollen toteamaan, ettei tutkittavan viestinnälliset taidot riittäneet vielä ymmärtämään keskustelun sävyä.

### 6.2.2 Kiusaamisesta johtuvat muutokset

Kiusaamisesta johtuvat muutokset olen jakanut kahteen luokkaan, jotka nousivat aineistosta mainintojen ja kysymysten kautta: kiusaamisesta johtuvat mielialan muutokset sekä kokemukset kaverisuhteiden muutoksista. Kiusatun kokemukset mielialan muutoksista olen jakanut edelleen kahteen osaan, mielialaa laskeviin tuntemuksiin sekä mielialaa kiihdyttäviin tuntemuksiin. Kokemukset kaverisuhteiden muutoksista jakautuivat luottamuksen heikentymiseen sekä ystävyysuhteiden hajoamiseen. Käsittelen ensimmäisenä kiusatun kokemuksia mielialan muutoksista.

#### Kiusatun kokemukset mielialan muutoksista

Haastatteluihin osallistuneista jokainen vastasi, että kiusaaminen vaikuttaa mielialaan laskevasti (9/9). Mielialan laskuksi luokiteltiin erityisesti surulliset tuntemukset ja niistä johtuvat reaktiot, kuten itku ja masentuneisuus.

”Olen itkenyt ja ollut masentunu” (O5)

”mä oon monta kertaa itkeny sen takia...” (O1)

Aineistosta on nähtävissä, että kiusaamisen kokemukset sosiaalisessa mediassa aiheuttavat kiusatulle ainakin mielipahaa. Mielialaa laskevien tuntemusten lisäksi nousi esille myös mielialaa kiihdyttävät tuntemukset, sillä osa vastaajista korosti surullisuuden lisäksi tulevana kiusaamisesta vihaiseksi (3/9).

### Kiusatun kokemukset kaverisuhteiden muutoksista

Kiusatun kokemukset kaverisuhteiden muutoksista jaoteltiin myös kahteen osaan, ystävyysuhteiden hajoamiseen sekä luottamuksen heikentymiseen. Melkein kaikki tutkimukseen osallistuneet nuoret vastasivat, että kiusaaminen on hajottanut kaverisuhteita (8/9).

”Olen menettänyt hyvän kaverini” (O8)

”Kaverisuhteita on rikkoutunut” (O9)

Kaverisuhteiden hajoamiseen liittyy olennaisesti myös luottamussuhteiden kestävyys. Luottamussuhteiden heikentyminen oli kaverisuhteiden hajoamisen jälkeen yleisimmäksi nostettu esimerkki siitä, millaisia kokemuksia kiusaamisesta sosiaalisessa mediassa on kaverisuhteiden muutoksen osalta (3/9).

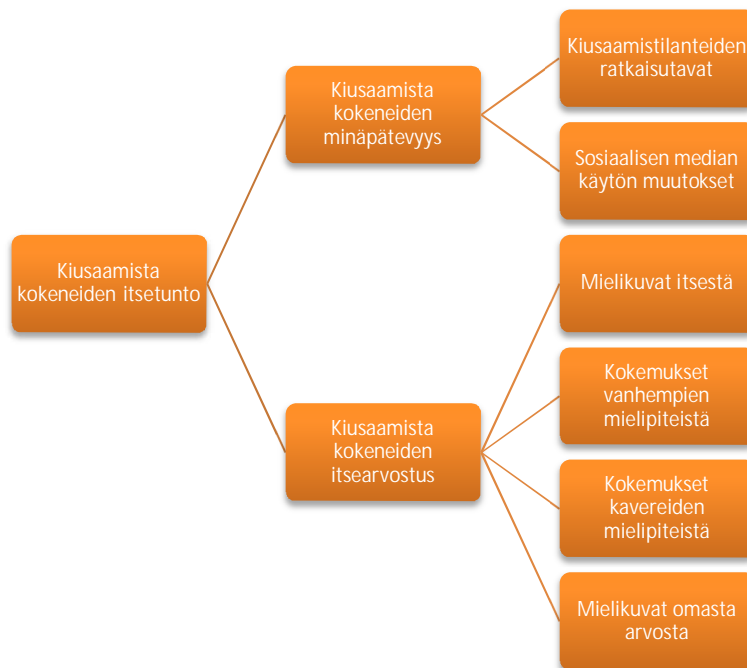
”En voi luottaa niihin jotka ovat kiusanneet edes vähän” (O7)

Haastatteluihin osallistuneet nostivat tämän lisäksi esille myös vaikeuden luottaa uusiin ihmisiin. Kiusatuksi joutuminen oli aineiston perusteella aiheuttanut epävarmuutta sen suhteen, kuinka nopeasti ja helposti uusiin tuttavuuksiin uskaltaisi luottaa. Kiusatuksi joutuneet nostivat tutkimuksessa myös helpommin esille muutamia parhaita ystäviä, joihin he uskalsivat luottaa ehdoitta.

”jep, vähän varovaisemmin ainakin ensiksi ... suhtautunu ja sitte jos huomaa että se on sellane että... luottamuksen arvonen nii sitte ... sitte mä oon niinku ollu sen kaveri... mul on kaks parasta kaveriaki, jotka on niinku aina ollu mulle ystävällisiä vaikka ... koko maailma tai koko koulu vihais mua, ni ne on aina silti mun kavereita että ... ne ei oo koskaan tehny mulle mitään pahaa, ne ei oo koskaa suuttunu mulle niin niihin mä pystyn luottamaan.” (O2)

Tällaisten ystävien kuvailtiin puolustavan kiusattua haastavissa tilanteissa tai kertovan kiusatulle, jos he tiesivät toiselta salaa tapahtuvasta kiusaamisesta.

## 6.3 Sosiaalisessa mediassa kiusaamista kokeneiden itsetunto



Kuvio 7. Kiusaamista kokeneiden itsetunnon jaottelua analyysitaulukkoa tiivistäen.

Toisena tutkimustehtävänäni oli selvittää, millainen kiusaamista kokeneiden nuorten itsetunto on. Tässä tutkielmassa lähdin tutkimaan itsetuntoa kaksiulotteisen mallin avulla, jonka mukaan itsetunto koostuu minäpätevyydestä ja itsearvostuksesta (Miller & Moran 2012, 41). Tästä syystä käsittelen tuloksia minäpätevyuden ja itsearvostuksen osalta erillisinä alalukuina. Minäpätevyudessa olen luokitellut tuloksia erityisesti sosiaalisen median käytön muutoksiin sekä kiusaamistilanteiden ratkaisutapoihin. Itsearvostuksessa taas korostuvat ajatukset itsestä, omasta arvosta sekä oletettavista vanhempien ja kavereiden mielipiteistä.

### 6.3.1 Kiusaamista kokeneiden minäpätevyys

Kiusaamista kokeneiden minäpätevyyttä lähdin selvittämään kysymällä haastatteluissa nuorten kykyä selviytyä kiusaamistilanteista. Tiedustelin heidän toimintatapojaan itse tilanteessa ja sen jälkeen. Lisäksi selvitin, että muuttivatko



kiusaamisen kokemukset sosiaalisen median käyttöä. Jaoin vastaukset kahteen alaluokkaan. Yhdessä ne muodostavat kuvan siitä, millaiset mahdollisuudet oppilaille on päästä haastavista kokemuksista eteenpäin ja kuinka vahva kokemus heillä on omasta pystyvyydestään.

### Kiusaamistilanteiden ratkaisutavat

Kiusaamistilanteiden ratkaisutavoissa nousi esille kolme mallia, kuinka haasteltavana olevat nuoret toimivat sosiaalisessa mediassa kokiessaan tullessaan kiusatuksi. Ensimmäisenä toimintatapana nousi esille välinpitämättömyys kommentointia kohtaan (5/9). Nämä nuoret mainitsivat, että kokiessaan kiusaamista he eivät välitä siitä, vaan sivuuttavat ilkeät kommentit tai poistavat ne kokonaan.

”Poistan kommentin ja unohdan asian” (O3)

”mä vaan poistan sen, emmä välitä! mitä väliä sillä on?” (O1)

Aineiston perusteella välinpitämättömyys kiusaamista kohtaan voi tarkoittaa vahvuutta kohdata kiusaaminen ja sitä, etteivät kiusaamisen kokemukset ole välttämättä olleet kovin voimakkaita. Välinpitämättömästi suhtautumiseen vaikuttaa myös se, että kaikki vastaajat mainitsivat jonkun henkilön, jolle he kertoivat kiusaamisesta (9/9). Kyseessä saattoi olla kaveri, oma vanhempi tai opettaja. Kukaan vastaajista ei siis aineiston perustella ollut kuitenkaan niin välinpitämätön, etteikö olisi kertonut asiasta läheiselle ihmiselle.

”no mä kerroin eka mun kaverille ja sitte... nii sit ku mä sanoin äitille ja äiti otti sitte niihi vanhempii yhteyttä...” (O2)

Osa vastaajista myös ilmaisi haastattelussa, ettei erityisesti opettajalle asiasta kertominen ollut tuottanut toivottuja tuloksia kiusaamisen loppumisesta. Sen sijaan vanhemmalle kertominen oli joissain tapauksissa saanut kiusaamisen sosiaalisessa mediassa loppumaan kokonaan.

"olen kertonut opettajalle, mutta opettajan puuttuessa se ei muuttunut lainkaan, tuntui, ettei opettaja edes ole koskaan sanonu hänelle mitään" (O8)

"äiti otti sitte niihi vanhempii yhteyttä ja... sitte se siihe vähä niinku meijä koulun lapsilta osalta, et se vähä niinku loppu siihe..." (O2)

Teemahaastatteluiissa tiedustelin myös opettajan tai opettajien puuttumisesta asiaan yleisesti. Yksi vastaajista nosti esille sen, ettei opettaja olisi välttämättä käsitellyt luokan sisällä ja sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista, ellei kiusatun vanhempi olisi ottanut yhteyttä opettajaan ja pyytänyt keskustelemaan asiasta. Toinen haastateltava taas korosti, että opettajat kuitenkin arvostavat tietoa kiusaamisesta.

Kiusaamisesta kertominen läheiselle myös vahvisti joidenkin kohdalla sen, ettei heillä ollut itsellään riittäviä taitoja kiusaamistilanteista selviytymiseen (4/9). Kiusaamistilanteiden kohtaamisen haastavuus ilmeni sillä perusteella, että jos nuori selkeästi ilmaisi vastauksissaan tilanteen toimintatavat vaikeiksi. Vaikeiksi toimintatavoiksi luettelin muun muassa vastaan väittämisen ja mielialan laskun. Tällaisissa tilanteissa pätevyys itsensä suojeluun ja tilanteista selviytymiseen voidaan luokitella heikoksi.

### Sosiaalisen median käytön muutokset

Toiseksi minäpätevyyttä määritteleväksi tekijäksi nostin kiusaamisen kokemusten aiheuttamat muutokset sosiaalisen median käytössä. Käytön ajallisen määrän pysyminen samana kertoisi siitä, ettei kiusaaminen ole vaikuttanut siihen, haluaako ja uskaltaako palveluita vielä käyttää. Erityisesti oppilaat, jotka ovat maininneet aikaisemmin välinpitämättömyyttä kiusaamista ja kommentointia kohtaan kertoivat, etteivät kokemukset ole vähentäneet sosiaalisen median käyttöä. Kuitenkin yli puolet vastaajista olivat sitä mieltä, että käyttö on kiusaamisen myötä vähentynyt (7/9).

"se on vähentynyt, en ole halunnut katsoa kaikkia viestejä" (O9)

"joskus ei edes halua avata puhelinta, jos siellä on sellaisia viestejä" (O7)

Vähentämisen syiksi mainittiin juurikin epämiellyttävät tuntemukset ja pelko siitä, että kiusaaminen on jatkunut sillä aikaa, kun sosiaalisen median käyttö on ollut vähäistä. Aineiston perusteella sosiaalisen median käyttö on vähentynyt mahdollisten pelkotilojen takia.

### 6.3.2 Kiusaamista kokeneiden itsearvostus

Kiusaamista kokeneiden itsearvostusta lähdin selvittämään myöskin vastaajien kokemusten ja ajatusten pohjalta. Jaoin mielikuvat neljään luokkaan, joissa selvitettiin mielipiteitä itsestään, omasta arvostaan sekä kokemuksia vanhempien ja kavereiden mielipiteistä. Minäarvostukseen kuuluu kiinteästi mielikuvat itsestään, mutta sen lisäksi myös kokemukset lähimmäisten mielipiteistä. Tuloksista ilmeni muun muassa se, että oppilaat uskalsivat rohkeammin vanhempiensa kohdalla nimetä positiivisia mielikuvia. Sen sijaan kavereiden ja ystävien mielikuvista ei uskallettu olla yhtä varmoja.

#### Mielikuvat itsestä

Nuorten mielikuvat itsestä jaoin kahteen osaan: tyytyväisyys itseensä ja tyytymättömyys itseensä. Nostin kuitenkin esille vielä itsensä vähättelyn, sillä sitä esiintyi myös niiden vastaajien kohdalla, jotka olivat osoittaneet tyytyväisyyttä itseensä. Itsensä vähättelyä ei siis voitu suoraan pitää tyytymättömyyden piirteinä.

Vastaajat jakoutuivat lähes kahtia sen mukaan, kokivatko he olevansa itseensä tyytyväisiä. Vastaajista enemmistö koki olevansa itseensä tyytyväinen (5/9). Tyytyväiseksi itseensä luokittelin sen mukaan, jos nuoret kuvailivat itseään positiivisin sanoin. He tiedostivat ja nimesivät asioita, joissa ovat hyviä ja mahdollisesti itsessään ylpeitä.

Tyytyväisyyttä myös oli, jos osasi nimetä kehitysehdotuksia itsestään, sillä kehityskohtien tiedostaminen ei tarkoita suoraan tyytymättömyyttä.

”mä en tiiä kumpi se on, onks se hyvä puoli vai huono puoli.... Ja musta näkee niinku tosi hyvin, et oonko mä iloinen vai surullinen. Äitiki sanoo monesti sitä et jos mä oon vihainen tai surullinen ni se näkyy kilometrien päähän. Ihana äiti. \*naurua\*” (O1)

Tyytymättömyyttä esiintyi kuitenkin melkein puolella vastaajista (4/9). Tyytymättömiksi luokiteltiin ne vastaajat, joilla oli vaikeuksia kertoa itsestään. Itsestään kertomiseen luokiteltiin niin positiivisten piirteiden puuttuminen kuin ylipäättään itsestään kertomisen vaikeudet. Jotkut vastaajista eivät siis tuoneet esille hyviä eivätkä huonoja ominaisuuksia. Jotkut taas korostivat huonoja ominaisuuksia ja takertuivat kehitettävien ominaisuuksien kuvailuun.

”en sit tiä niinku hyviä puolia, en osaa kuvailla itsestäni niinku hyviä puolia ehkä...”  
(O2)

”Jos muut ovat ystävällisiä minulle olen niillekin. Jos ovat ilkeitä olen ilkeä takaisin” (O7)

Itseensä tyytymättömyys tarkoittaa myös mielikuvien omasta itsestään olevan heikkoja. Heikot mielikuvat eivät suoraan tarkoita, että ne ovat negatiivisia, sillä aineistosta nousi myös esille mielikuvan puute. Itsestään puhuminen koettiin haastavaksi, joka korostui erityisesti teemahaastatteluiden aikana. Tästä johtuen nostin esille vielä itsensä vähättelyn, jota esiintyi osalla vastaajista (4/9).

”harvoin mä tykkään kehua itseäni, että mä kyl yleensä mielummin alennan itteeni ku kehun...” (O1)

Vähättelyksi luokiteltiin kyky kertoa itsestään, ja erityisesti epävarmuus oman kertomuksensa paikkaansa pitävyydestä.

### Kokemukset vanhempien mielipiteistä

Toisena itsearvostuksen luokkana nousi esille vastaajan kokemukset omien vanhempien mielikuvista itseään koskien. Kokemukset vanhempien mielipiteistä jaettiin myös kahteen ryhmään: itsensä tuntemiseen tärkeäksi ja epävarmuuteen vanhempien välittämisestä. Myös vähättelyn piirteitä esiintyi tässä osiossa, joten nostan niitä esille erikseen.

Vastaajista suurin osa koki, että vanhemmat pitivät heitä tärkeinä (8/9). Tärkeäksi kokemisen tunteiksi luokiteltiin positiiviset kuvailut itsestään ja erityisesti samanmielisyys vanhempien kommenttien kanssa.

Aineiston mukaan vastaajalla on ollut vahvemmat käsitykset vanhempiensa mielipiteistä kuin omistaan. Oli helpompaa nimetä vanhempi kehuva ja välittäväksi osapuoleksi, kuin itsensä. Itseään kehuvia kommentteja vanhempien osalta osasivat antaa myös ne vastaajat, joilla oli aikaisemmin haasteita kuvailla itseään. Aineistosta nousi kuitenkin myös vastaus, jonka perusteella haastateltavan voidaan tulkita kokevan epävarmuutta vanhempiensa välittävistä tuntemuksista (1/9).

”en oikein tiedä, joskus olen todella vaikea, joten silloin varmaan olen maailman surkein ihminen maailmassa ja sitten, kun on hyvä päivä, nii olen sitten tärkeämpi” (O8)

Vanhempien mielipiteiden vähättely ei ollut kovin yleistä, mutta sitä esiintyi muutamien vastaajien kohdalla (2/9). Vanhempien mielipiteiden vähättelyyn kuului erimielisyys, varsinkin positiivisten kommenttien suhteen. Erimielisyydellä ei tarkoiteta tässä tutkimuksessa kriittistä suhtautumista omiin kehityskohtiinsa, vaan ennemmin hyvien ominaisuuksien vähättelyä. Vastaajat tiesivät, mitä vanhemmat heistä mahdollisesti kertoisivat, mutta heillä oli erilainen mielikuva itsestään. Nuoret tuntuivat ajattelevan, ettei vanhempien mielipiteiden ollut välttämättä todellinen, mutta siitä huolimatta he saattoivat kokea itsensä vanhemmille tärkeiksi. Seuraavaksi nostan esille kokemukset kavereiden mielipiteistä ja vertaan niitä myös lyhyesti kokemukseen vanhempien mielipiteistä, sillä niillä näytti tutkimuksen aineiston mukaan olevan keskenään eroa.

#### Kokemukset kavereiden mielipiteistä

Myös kokemukset kavereiden mielipiteestä jaettiin kahteen samaan luokkaan, kuin kokemukset vanhempien mielipiteistä: itsensä tuntemiseen tärkeäksi sekä epävarmuuteen kavereiden välittämisestä. Tämän lisäksi nousi esille myös itsensä vähättely, kuten aikaisemmissa kokonaisuuksissa. Kavereiden mielipiteitä käsitellessä oli nostettava esille myös joidenkin vastaajien varautunut ja ag-

gressiivinenkin suhtautuminen luokkakavereihin. Tämä nousi erilliseksi teemaksi sen takia, että varautunut suhtautuminen koski yleisesti muita henkilöitä, joita vastaaja ei luokitellut lähipiirikseen. Heidän kokemuksensa ystävien mielipiteistä eivät siis olleet samoja, kuin vieraiden tuttavien.

Vastaajien kokemukset kavereiden mielipiteistä osoittautuivat myös suurimmalta osin positiiviseksi (8/9). Kavereiden kohdalla vastaajat kertoivat avoimemmin suoraan niitä kommentteja, joita kaverit olivat heille joskus sanoneet. Kuitenkin epävarmuutta kavereiden mielipiteestä esiintyi myös yhden nuoren kohdalla. Epävarmuus näyttäytyi siinä, että riitatilanteen vuoksi vastaaja ei ollut enää varma, välittivätkö ystävät hänestä vielä.

"... osa kirjoitti kiva ja ystävällinen ja... niin, siitä voi jo vähä päätellä et mitä ne musta miettii.. ellei sitte joku kirjottanu vaa ystävällisyyden merkeissä..." (O2)

Kuten aikaisemmin, myös tässä osiossa vähättelyä kavereiden mielipiteistä esiintyi. Tällä kertaa vähättely oli kuitenkin yleisempää, kuin vanhempien tapauksessa (5/9). Tämä voidaan tulkita osoittavan perhesuhteiden vahvuutta ja vastavuoroisesti epävarmuutta kavereiden mielipiteiden aitoudesta.

"Hauska ja hyvä pelaamaan ovat sanoneet. Olen samaa mieltä peliasian suhteen, mutta hauskuuden... kaikkea muuta kuin hauska :D" (O4)

"paitsi en edelleenkää siitä et mä oon kaunis, siitä mä oon sillee et no emmä ny tiedä, mut ne on vaa sillee joojoo oot oot" (O1)

Aineistosta nousi myös esille varautunut suhtautuminen luokkakavereihin (3/9). Varautunut suhtautuminen näyttäytyi vähättelevänä ja jopa aggressiivisenä kannanottona niitä kohtaan, joita vastaaja ei pitänyt lähipiirinään. Tällaiset henkilöt saattoivat olla omien luokkakavereiden lisäksi esimerkiksi rinnakkaisluokkien oppilaat tai luokkakavereiden muualta kotoisin olevat, vieraat henkilöt.

"nyt mua vetää vähän hiljaseks, koska mä vihaan melkei kaikkia mun luokkalaisia" (O1)

Vastaajat, jotka korostivat negatiivisia tuntemuksia luokkakavereitaan kohtaan, olivat niitä, jotka myös nostivat esille muutamien ystävyys-suhteiden merkityksen itselleen. Ystäviä ei ollut kovin montaa, mutta heitä pidettiin luotettavina.

### Mielikuvat omasta arvosta

Mielikuvat omasta arvosta on laaja kokonaisuus, joten näissä tuloksissa keskityn avaamaan tutkimukseni kannalta olennaista, eli ovatko kiusaamisen kokemukset sosiaalisessa mediassa muuttaneet oman arvon tunnetta. Jaoin vastaukset kahteen luokkaan, siihen, että vastaajat ovat kokeneet oman arvonsa heikentyneet ja siihen, etteivät he ole havainneet kokemusten vaikuttaneen siihen, kuinka tärkeiksi he itsensä kokevat.

Vastaajista suurempi osa koki, että oman arvon tuntemukset ovat heikentyneet sosiaalisessa mediassa tapahtuvan kiusaamisen myötä (6/9). Oman arvon tuntemuksien heikentymisestä kertoi muun muassa itsensä pitäminen muita huonompana ja epävarmuus omien mielipiteiden tärkeydestä. Lisäksi aikaisemmin mainittu riittävien taitojen puuttuminen kiusaamistilanteista selviytymiseen vahvistuu myös luovuttamisella, sillä riittävien taitojen lisäksi kiusatulla ei välttämättä ole voimia kiusaamistilanteiden ratkaisuun mahdollisen alakouloisuuden tai masentuneisuuden takia.

”Joo, itsetuntoni on kadonnut” (O6)

”muuten mä oon ollu sillee, et tahtoo kaverit niinku vaa kertoo mulle et mikä mä oon, mulla ei oo enää niinku et mun mielipiteellä ei oo mitää väliä ja kaikki vihakommentit on vaa totta ja tällaista...” (O1)

Aineiston pohjalta voidaan todeta, että kiusaamisen kokemuksilla sosiaalisessa mediassa on yhteys siihen, kuinka paljon kiusattu arvostaa itseään. Jos vastaajalla on tämän lisäksi huonot tai vähättelevät mielikuvat muiden mielipiteistä tai omista ajatuksista itseään kohtaan, voidaan todeta itsearvostuksen olevan heikko. Itsearvostuksen ja minäpätevyyden kummankin ollessa heikko, on kiusaamista sosiaalisessa mediassa kokevalla vastaajalla kaksisuuntaisen itsetuntomallin mukaan huono itsetunto.

## 7 POHDINTA

### 7.1 Kiusaamisen kokemukset sosiaalisessa mediassa

Tuloksissa nuorten kokemukset sosiaalisessa mediassa tapahtuvasta kiusaamisesta jaettiin kahteen yläluokkaan, kiusaamisen muotoihin sekä kiusaamisesta johtuviin muutoksiin. Pohdintaosuudessa vertailen nuorten esille nostamia kokemuksia aikaisempiin tutkimustuloksiin verkkokiusaamisesta ja kiusaamisesta yleisesti. Tämän lisäksi pohdin tulosten soveltuvuutta käytäntöön sekä sitä, toivatko tutkielman tulokset uutta tietoa tai vahvistivatko ne olemassa olevia teorioita.

#### Kiusaamisen muodot

Tuloksissa ilmeni, että nuorten sosiaalisessa mediassa kokemia kiusaamisen muotoja oli useampia. Kiusaamisen muodot voitiin jakaa epäsuoraan ja suoraan kiusaamiseen sen mukaan, kuinka kohdistettua kiusaaminen oli kiusatulle. Suoraan kiusaamiseen luokiteltiin kuuluvaksi sanallinen arvostelu, johon kuului ulkoisten ominaisuuksien, luonteenpiirteiden ja toimintatapojen arvostelu. Epäsuoraan kiusaamiseen luokiteltiin ryhmästä ulkopuolelle jättäminen sekä selän takana tapahtuva arvostelu, pilkkaaminen ja nauraminen. Suoraa ja epäsuoraa kiusaamista tapahtui tulosten mukaan niin anonyymisti, yksityisesti kuin julkisesti. Seuraavaksi avaan tuloksissa nousseita kiusaamisen muotoja ja vertailen niitä teoriassa esiintyneisiin muotoihin.

Suoraan kiusaamiseen luokiteltiin sanallinen arvostelu, johon kuului ulkonäön, luonteenpiirteiden ja toimintatapojen arvostelu. Ulkoisten ominaisuuksien arvostelu nousi tuloksissa kaikkein yleisimmäksi arvostelun muodoksi. Luonteenpiirteiden ja toimintatapojen arvostelu ei noussut tuloksissa niin suuresti esille, vaikka mainintoja niistäkin löytyi. Suoraa sanallista arvostelua voitiin tulosten perusteella todeta tapahtuvan ilkeiden, uhkaavien ja arvostelevien kommenttien välityksellä. Myös Kowalski ym. (2012) luokitteli yhdeksi verkko-



kiusaamisen muodoksi uhkaavat ja pilkkaavat kommentit. Tämän lisäksi tuloksista ilmeni, että suoraan kiusaamiseen kuului kuvien ja tekstien kopioiminen ja levittäminen muille henkilöille eri sosiaalisen median palveluissa. Yhteneväisyys tälle löytyi myös Kowalskin ym. (2012) sekä Vandeboschin ja VanCleemputin (2008) tutkimuksissa, joissa verkkokiusaamisen muodoiksi nousi kuvien ja videoiden muokkaaminen, lähettäminen, kuvamanipulointi, yksityisten viestien levittäminen sekä julkinen nöyryyttäminen keskusteluissa.

Epäsuoraksi kiusaamiseksi nousi tuloksissa ryhmästä ulkopuolelle jättäminen sekä selän takana arvostelu, pilkkaaminen ja nauraminen. Ryhmästä ulkopuolelle jättäminen koski yleensä sosiaaliseen mediaan perustettuja ryhmiä. Tulosten perusteella voidaan todeta, että ryhmät olivat pääosin WhatsAppissa perustettuja ryhmiä, johon kuului ainakin muutamia kiusatulle tuttuja henkilöitä, kuten luokkakavereita. Ryhmästä ulkopuolelle jättämistä voitiin pitää kiusaamisen muotona silloin, kun se oli tarkoituksellista sekä tietoista, tiettyyn henkilöön kohdistuvaa toimintaa. Ryhmästä ulos sulkemista pidettiin kiusaamisen muotona myös Kowalskin ym. (2012) sekä Willardin (2007) tutkimuksissa. Tämän lisäksi tutkielmani tuloksissa nousutta selän takana toimimista kuvailtiin Kowalskin ym. (2012) sekä Vandeboschin & Van Cleemputin (2008) tutkimuksissa juoruamiseksi ja mustamaalaamiseksi. Selän takana juoruilua ei osattu nostaa haastatteluissa esille suoraan, mutta oli pääteltävissä niistä kommenteista, joissa tutkittava kertoi kuulleensa ystävältään sosiaalisessa mediassa tapahtuneesta selän takana puhumisesta ja arvostelusta.

Selän takana pilkkaaminen, nauraminen sekä ryhmästä ulkopuolelle jättäminen eivät nousseet tuloksissa esille yhtä usein, kuin suoran kiusaamisen kokemukset. Tämä on saattanut johtua siitä, että epäsuoraa kiusaamista voi olla haastavampaa tulkita kuin suoraa, henkilöön kohdistuvaa arvostelua. Salmivallin (1998, 163) mukaan epäsuorasta kiusaamisesta kerrotaan läheiselle ihmiselle suoraa kiusaamista harvemmin. Kiusaajan saattaa myös olla helpompi perustella epäsuoran kiusaamisen tahattomuutta, sillä se on monesti tulkinnanvaraisempaa. Esimerkiksi tässä tutkielmassakin epäsuoraan kiusaamiseen luokiteltua syrjintää pidetään tulkinnallisesti haastavana, jos se on väliaikaista tai ainoa

kiusaamisen muoto (Hamarus 2008, 47-49). Tuloksissa ilmeni myös, ettei esimerkiksi välitteisen viestinnän vuorovaikutuksessa aina välity lähettäjän sana (Mustonen 2012, 54-55). Tämä selvisi tutkimushaastattelun aikana, jossa tutkittava osoitti tutkijalle viestiketjua, jossa tutkittava ymmärsi asian hyväntahtoiseksi. Tutkija kuitenkin huomasi viestin sarkastisen sävyn ja pystyi näin ollen toteamaan, ettei tutkittavan viestinnälliset taidot riittäneet vielä ymmärtämään keskustelun sävyä.

Vastausten perusteella voidaan todeta, että yksityisen ja julkisen kiusaamisen ero sosiaalisessa mediassa on ollut siinä, halusiko kiusaamisen aloittava henkilö nöyryyttää kiusattua julkisesti ja yllyttää myös muita sivullisia kiusaamaan ja arvostelemaan tutkimukseen osallistunutta henkilöä, vai oliko tarkoitus kohdistaa kiusaaminen ja julma kielenkäyttö suoraan yksityisesti kiusatulle. Julkista kiusaamista mainittiin tuloksissa yksityistä kiusaamista useammin. On kuitenkin huomioitava, ettei yksityinen viestinvaihto sulje pois mahdollisuutta siitä, että useampi henkilö voi olla samanaikaisesti yhden kiusaajan sosiaalisen median äärellä. Näin ollen kiusaaminen on saattanut näyttäytyä kahdenkeskisenä viestinvaihtona, mutta on todellisuudessa ollut useamman henkilön ajatuksia yhtenä näyttäytyvän henkilön kautta. Haastattelussa nousikin esimerkki vastaavasta tapauksessa, jossa kiusaamista kokeva, tutkimukseen osallistunut nuori luuli viestitelleensä kaverinsa kanssa kahden kesken, mutta loppuvaiheessa viestittelyä selvisi, että kaverin puhelinta olikin käyttänyt heidän yhteinen luokkakaverinsa. Kiusattu joutui siis kohtaamaan kiusaamista toisen henkilön kautta tietämättä, miksi henkilö, jonka kanssa hän luuli viestittelevänsä, vastaillee viesteihin aggressiivissävytteisesti. Kowalski ym. (2012), Willard (2007) sekä Vandebosch ja VanCleemput (2008) ovatkin nostaneet yhdeksi verkkokiusaamisen muodoksi toisena henkilönä esiintymisen, joka näin ollen nousi esille myös oman tutkielmani tuloksissa.

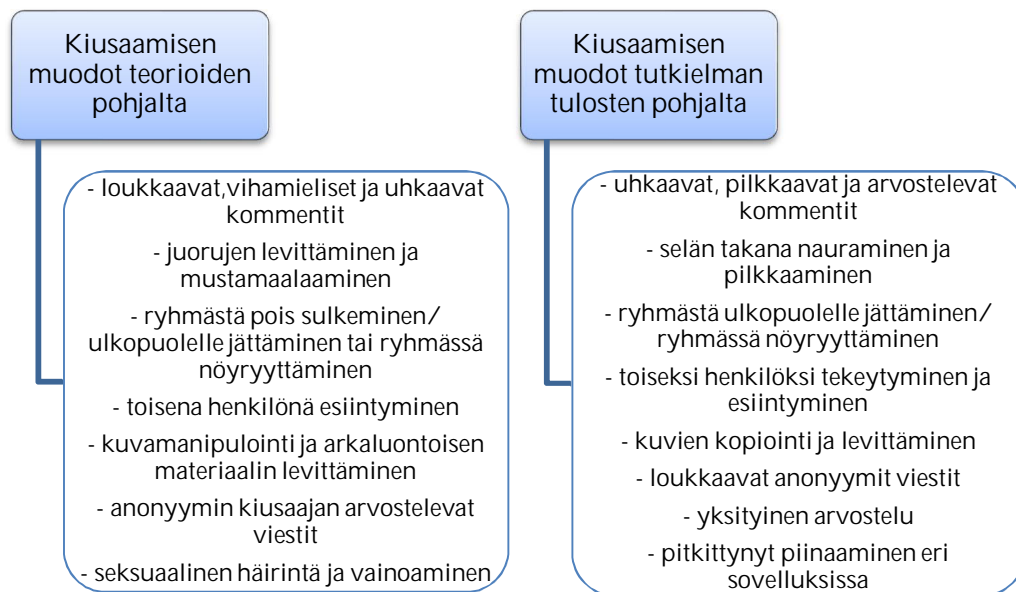
Tuloksissa ilmeni myös vallankäyttöön liittyvä kiusaamisen muoto, sillä yksi tutkittavista toi esille myös kokemuksen, jossa hän oli liittynyt ryhmään, mutta häneltä oli poistettu mahdollisuus kommentointiin. Tutkittava siis pystyi seuraamaan, mitä ryhmässä keskusteltiin hänestä, mutta hänellä ei ollut mah-

dollisuutta osallistua itse keskusteluun. Hamarus (2008, 12), Mäntylä ym. (2013, 19) sekä Olweus (2013, 756-758) korostavat erityisesti kiusaamisen määritelmässä vallan epätasaista jakautumista, joka on todettavissa kyseisessä kokemuksessa, jossa kiusaajilla oli valta hallita toisen osallistumista. Tulosten perusteella voidaan siis todeta, kuinka sosiaalisessa mediassa on mahdollista saavuttaa kiusaamisen kriteerit täyttävä valta-asetelma.

Kiusaamista ei voitu pitää jossain tietyssä sovelluksessa tapahtuvana, vaan kiusaaja osasi lähestyä kiusaajaa monen sovelluksen kautta. Tuloksista ilmeni, että kiusaaminen oli toistuvaa ja siitä ei meinannut päästä eroon, vaikka tutkittava olisi estänyt kiusaajia joissain sovelluksissa. Tämän piirteen tutkimuksessaan huomasivat myös Pörhölä ja Kinney (2010, 84-88), jotka nostivat yhdeksi perinteisen kiusaamisen ja verkkokiusaamisen eroksi haasteen päästä kiusaamisesta eroon. Kiusaamisen toistuvuuden kriteeri täyttyi siis tulosten perusteella (Hamarus 2008, 12; Olweus 1994, 98; Olweus 1991, 47). Vandeboschin ja Van Cleemputin (2008) tutkimuksen mukaan kiusaamisen syiksi sosiaalisessa mediassa riitti kiusaajalle muun muassa se, että tällä ei ollut kiusaamishetkellä muutakaan tekemistä, henkilö koettiin ärsyttävänä tai henkilön kanssa oli riitaa. Kiusaamisen tarkoitus oli loukata toisten tunteita ja kiusattua lähestyttiin usean sovelluksen välityksellä. Myös Willard (2007) on nostanut yhdeksi kiusaamisen muodoksi vainoamisen.

Tuloksista ilmeni, että sosiaalisessa mediassa kiusatuksi joutuneet eivät aina itse tunteneet kiusaajiaan. Kowalski ja Limber (2007, 28) saivat myös tutkimuksessaan selville, että lähes puolet kiusaamista sosiaalisessa mediassa kokeneista uhreista eivät tieneet, kuka heitä kiusasi. Pörhölä ja Kinney (2010, 84-88) nostivat verkkokiusaamisen ja perinteisen kiusaamisen yhdeksi eroavaisuudeksi juuri mahdollisuuden toimia anonyymisti. Tämä on mahdollistanut kiusaamisen pitkittymisen ja pahentumisen, sillä kiusaaja ei välttämättä jää kiinni. Tutkielmani tulosten mukaan kiusaaja saattoi olla esimerkiksi kiusatun luokkakaverin tuttava toiselta paikkakunnalta, jota oli kannustettu kiusaamaan itselleen tuntematonta henkilöä. Carterin (2013) mukaan sivullisilla on suuri merkitys siinä, kuinka suureksi kiusaaminen lopulta kasvaa. Heillä on mahdol-

lisuus yhtyä kiusaamiseen mukaan tai ilmoittaa siitä esimerkiksi sovelluksen valvojalle.



Kuvio 8. Kiusaamisen muodot teorioiden ja tulosten pohjalta

Kuvio esittelee keskeisten viitekehyksessä käytettyjen teorioiden tiivistelmää kiusaamisen muodoista sosiaalisessa mediassa sekä tutkimukseni tuloksia. Tulosten ja teorioiden välillä näyttäisi olevan yhteys samankaltaisten kokemusten kannalta. Kuitenkin tutkielmani ollessa laadullista tutkimusta, yleistystä tuloksista ei voida tehdä, mutta kyseisen otannan tapauksessa voidaan todeta kokemusten olleen hyvinkin samansuuntaisia kansainvälisten määrällisten tutkimusten kanssa. Tämän lisäksi voidaan todeta, että kiusaamista kokevien tuntemukset kiusaamisesta olivat aitoja, sillä kiusaamisen muotoina esiintyi kiusaamismääritelmän mukaisia toimintatapoja. Nuoret siis todella olivat kokeneet kiusaamista sosiaalisen median palveluita käyttäessään.

### Kiusaamisesta johtuvat muutokset

Kiusaamisesta johtuvat muutokset ovat tuloksissa jakautuneet mielialan muutoksiin sekä kaverisuhteiden muutoksiin. Mielialan muutokset jakautuivat tarkemmin mielialaa laskeviin ja mielialaa kiihdyttäviin tuntemuksiin. Kaverisuh-

teiden muutokset jakautuivat aineiston vastausten perusteella luottamuksen heikentymiseen sekä kaverisuhteiden hajoamiseen.

Tuloksissa ilmenee, että jokainen tutkimukseen osallistunut vastasi kiusaamisen aiheuttavan mielialan laskua. Mielialan laskuksi nostettiin tässä tutkimuksessa masentuneisuus, alakuloisuus ja surullisuus. Staksrudin ym. (2013, 44) mukaan kiusaaminen sosiaalisessa mediassa on vaikuttanut nuoriin mielialaa laskevasti. Kwan ja Skoric (2013), Patchin ja Hinduja (2010) sekä Pörhölä ym. (2006, 53) ovat täsmentäneet kiusaamisen aiheuttavan nuorille yksinäisyyden tuntemuksia, masentuneisuutta, itsetuhoisuutta, ahdistusta ja heikkoa itsetuntoa. Tämän perusteella voidaan todeta, että yhteys sosiaalisessa mediassa tapahtuvalla kiusaamisella ja mielialaa laskevilla tuntemuksilla on olemassa.

Mielialaa kiihdyttäviin tuntemuksiin lukeutui erikseen kuuluvaksi vihaiset ja aggressiiviset tuntemukset. Mielialaa kiihdyttäviä tuntemuksia ei esiintynyt aineistossa yhtä paljon kuin mielialaa laskevia tuntemuksia, mutta erityisesti vihamielinen sävy herätti tutkijan pohtimaan, onko kyseessä kuitenkin mielialaa laskevan tuntemuksen peittely, jota voidaan pitää defensiivisenä puolustusmekanismina (Laine 2005, 29). Raju puolustautuminen voisi paljastaa sen, että kiusaaminen on todella loukannut vastaanottajaa. Vandebosch ja Van Cleemput (2008, 501) sekä Ybarran ja Mitchellin (2004) mukaan aggressiivista käyttäytymistä verkossa voi lisätä se, että on kokenut itse kiusaamista, jolloin puolustusta voidaan pitää kostonomaisena toimintana. Hamaruksen (2012, 96) mukaan vihan tuntemukset saattavat johtua siitä, että kiusattu kokee menettäneensä jotain kiusaamisen myötä. Myös Laine (2005, 29-31) nostaa defenssimekanismeiksi aggression, regression sekä projektion, joissa käyttäytyminen on negatiivista, taantuvaa ja aggressiivista vastaan väittämistä. Niin tutkielmani tulosten kuin Laineen (2005, 28-31), Vandeboschin ja Van Cleemputin (2008, 501) sekä Ybarran ja Mitchellin (2004) tutkimuksen perusteella voidaan tulkita, että aggressiivisuus on saattanut olla puolustuskeino kiusaamista vastaan ja näin ollen todellinen mielialan tuntemus on ollut laskeva mieliala. Vastaavasti defenssimekanismien käyttöä voidaan tulkita mahdollisesti huonoksi minäpätevyyden tunteeksi. Aho (1996, 21, 24) sekä Kalliopuska (1997, 81) täydentä-

vät, että hyökkäävä ja joustamaton käytös saattaa olla merkki huonosta ja vauriituneesta itsetunnosta.

Muutoksia koettiin mielialan lisäksi myös ihmissuhteissa. Uusitalon ym. (2011) sekä Sántin ja Sántin (2011) tutkimuksissa todettiin, että sosiaalisen median rooli on ensiarvoisen tärkeä nuoren identiteetin rakentumisen, vuorovaikutuksen ja yhteenkuuluvuuden tekijänä. Sitä pidettiin jopa ensisijaisena vuorovaikutussuhteiden ylläpitäjänä. Mahdollisesti tästä johtuen tuloksissa ilmeni, että sosiaalisessa mediassa tapahtunut kiusaaminen on hajottanut ystävyyssuhteita, sillä sosiaalisessa mediassa tapahtuvilla vuorovaikutustilanteilla on iso rooli ystävyyssuhteissa. Tulosten mukaan kiusaamistilanteista lähes jokainen oli aiheuttanut ystävyyssuhteen tai suhteiden rikkoutumisen. Tuloksista voi myös tulkita, että ystävyyssuhteiden hajoaminen kiusaamisen takia on vaikuttanut osaltaan mielialaan laskevasti. Mustonen (2012, 53) toteaa sosiaalisen median aiheuttavan mielialojen ja tunnetilojen lisäksi toimintatapojen sekä ajattelun muutoksia. Tutkielmani tuloksissa ilmeni samansuuntaisuutta teorioiden kanssa, sillä osa tutkittavista mainitsi luottamuksen heikentyneen niihin henkilöihin, jotka olivat joko kiusanneet tai osallistuneet kiusaamiseen. Tämän voidaan tulkita aiheuttavan toimintatapojen ja ajattelun muutoksia, sillä kiusaajien estämistä ja rajaamista sosiaalisen median sovelluksissa kiusaamisen välttämiseksi voidaan pitää luottamuksen puutteena. Ahon (1996, 24) mukaan luottamuksen heikentyminen toisiin ihmisiin voi kertoa myös osaltaan huonosta itsetunnosta. Seuraavaksi pohdin, millainen itsetunto sosiaalisessa mediassa kiusaamista kokevilla nuorilla on tutkielman tulosten mukaan.

## 7.2 Kiusaamista kokeneiden nuorten itsetunto

Tutkielmassa selvitettiin kiusaamista kokeneiden nuorten itsetuntoa jakamalla itsetunto minäpätevyyden tuntemukseen sekä itsearvostukseen. Minäpätevyyttä luokiteltiin edelleen kiusaamistilanteiden ratkaisutapoihin sekä sosiaalisen median käytön muutoksiin. Itsearvostus luokiteltiin mielikuviin itsestä, koke-

muksiin vanhempien sekä kavereiden mielipiteistä sekä mielikuviin omasta arvosta. Tässä luvussa vertailen tuloksista nousseita luokitteluja itsetunnon teorioihin ja pohdin, voiko tulosten avulla saada kuvaa tutkimukseen osallistuneiden, kiusaamista kokeneiden nuorten itsetunnosta. Tulosten pohjalta voidaan muodostaa seuraava kuvio tulkinnan helpottamiseksi. Kuvion kohdista kerron tarkemmin alla.



Kuvio 9. Tulkinnat vahvasta ja heikosta itsetunnosta.

### Minäpätevyys

Minäpätevyydellä tässä tutkielmassa kuvattiin ihmisen tunnetta siitä, että hän pystyy selviytymään ilmaantuvista haasteista elämässä sekä saavuttamaan asetetut tavoitteet ja tehtävät (Miller & Moran 2012, 41-42; Mruk 2006, 23). Tuloksissa ilmeni, että nuorilla oli erilaisia keinoja selviytyä kiusaamisen tilanteista sosiaalisessa mediassa. Yleisin ratkaisutapa kiusaamistilanteille oli niistä kertominen jollekin toiselle, joka nousi esille kaikkien tutkittavien vastauksista. Laineen (2005, 28-29) mukaan selviytymiskeinojen tarkoituksena on laskea ahdistuksen tasoa sekä palauttaa psyykkistä tasapainoa. Sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista voi olla haastavaa havaita, ellei kiusattu kerro siitä esimerkiksi vanhemmilleen tai opettajalleen (Pönkä 2014, 73). Salmivallin (1998, 163) mukaan kiusaamisesta kertominen on harvinaista ja vain noin puolet ker-

too siitä jollekin toiselle. Tutkimuksen tulosten voidaan tulkita siis tältä osin poikkeavan aikaisemmasta teoriasta, sillä kaikki vastaajat kertoivat kiusaamisesta jollekin. Kaikki eivät kuitenkaan maininneet kertovansa siitä luotettavalle aikuiselle vaan kaverilleen, jonka takia kiusaamiseen ei puututtu välttämättä yhtä tehokkaasti. Tuloksissa nostettiin myös esille, ettei opettajalle kiusaamisesta kertominen ollut tuottanut toivottuja tuloksia kiusaamisen loppumisen suhteen. Salmivallin (1998, 163-164) mukaan kiusaamisesta kerrotaankin todennäköisemmin kotona kuin koulussa, sillä nuoret eivät usko opettajalla olevan mahdollisuuksia puuttua asiaan riittävästi.

Tulosten perusteella voidaan tulkita, että läheiselle kiusaamisesta kertominen oli ainakin joidenkin vastaajien kohdalla tapa pyytää apua haastavasta tilanteesta selviytymiseen. Hamaruksen (2008, 93) mukaan kiusaamisen kokemuksista kertominen tulee aina ottaa vakavasti ja lasta tai nuorta tulee auttaa selviytymään tilanteesta. Kiusaamisesta kertominen voi tutkimuksen tulosten perusteella liittyä myös siihen, että noin puolet vastaajista nostivat esille välinpitämättömyyden kiusaamiskomentteja kohtaan. Välinpitämättömyyttä on saattanut tapahtua silloin, kun nuori on voinut jakaa huolensa kiusaamisesta jollekin toiselle, eikä ole joutunut selviytymään tilanteesta yksinään. Välinpitämättömyys saattaa kertoa myös vahvasta itsetunnon osa-alueesta, sillä turvallisuuden ja kuuluvuuden tuntemuksen tiedostaminen on vahvan itsetunnon osa-alueen merkki (Borba 1989; Reasoner 2010). Välinpitämättömyydestä kiusaamista kohtaan voi kertoa myös se, että kiusaaminen ei välttämättä ole ollut niin toistuvaa ja julmaa kaikkien tutkittavien kohdalla.

Tulosten perusteella kuitenkin lähes puolella haastatteluihin osallistuneista ei ollut riittäviä taitoja kiusaamistilanteista selviytymiseen. Lamaantuminen sekä vastaan väittäminen itkuisena tai vihaisena tulkittiin heikoksi selviytymiskeinoksi. Myös Laine (2005, 29-31) pitää defenssimekanismien käyttöä, kuten aggressiivista käyttäytymistä, taantumista ja vastaan väittämistä, huonoina selviytymiskeinoina. Hyvä itsetunto ei Keltikangas-Järvisen (2000, 103) mukaan ole jatkuvaa omista oikeuksista kiinnipitoa ja aggressiivista puolustautumista, vaan ne ovat enemmän heikon itsetunnon piirteitä. Aho (1996, 21, 43) sekä



Borba (1989) pitävät heikon itsetunnon merkkeinä muun muassa arkuutta, pelokkuutta, kykenemättömyyttä päätöksentekoon sekä haasteita sosiaalisissa suhteissa. Tuloksissa ilmeni myös, että tutkimukseen osallistuneista suurin osa oli vähentänyt sosiaalisen median käyttöä kiusaamisen myötä. Käytön vähentymisen voidaan tulkita johtuvan siitä, että vastaaja välttelee kiusaamisen kohtaamista ja mielipahan syntymistä. Kun nuori ei voi olla varma, onko hän saanut ikäviä kommentteja sosiaalisen median palveluihin, valitsee hän mieluummin tiedottomuuden. Ahon (1996, 46) mukaan myös käytön rajoittamista sekä itseensä kätkeymistä voidaan pitää heikon itsetunnon merkkienä. Tämän lisäksi itsetunnon heikot pyrkivät välttelemään tilanteita, jotka uhkaavat minäkuvaa (Laine 2005, 28).

Tässä osiossa pohdittiin, millaisia minäpätevyyden tunteeseen liittyviä asioita tuloksissa ilmeni. Minäpätevyyttä voidaan pitää hyvänä silloin, kun henkilö kykenee aloittamaan ja viemään uuden tehtävän loppuun vastoin käymisistä huolimatta. Vastoinkäymiset antavat henkilölle lannistumisen sijaan enemmän voimavaroja. (Miller & Moran 2012, 41-42; Mruk 2006, 23.) Haasteiden kohtaamisen välttely sekä puolustuskyvyttömyys kertovat osaltaan heikosta minäpätevyydestä. Näiden pohjalta ei voida kuitenkaan tehdä tulkintaa siitä, että tutkittavilla olisi heikko itsetunto, sillä itsetunto voi olla joillain osa-alueilla hyvä ja joillain huonompi (Keltikangas-Järvinen 2017, 30; Salmivalli 1998, 139). Lisäksi kiusaamisesta kertominen sekä välinpitämättömyys puhuivat hyvän minäpätevyyden puolesta, sillä tilanteeseen käytetyt ratkaisutavat ja selviytymiskeinot olivat hyvän minäpätevyyden suuntaisia. Kaksiulotteista itsetunnon mallia on käytetty tutkimuksessa juuri siksi, että itsetunnosta voitaisiin muodostaa parempi oletus kahden ulottuvuuden avulla (Mruk 2006, 24). Seuraavaksi pohdin itsearvostuksen tuloksia.

### Itsearvostus

Itsearvostuksena tässä tutkielmassa pidettiin ihmisen kykyä ymmärtää olevansa arvokas itsensä ja läheisten mielestä ilman jatkuvaa todistelua. (Keltikangas-Järvinen 2017, 19; Keltikangas-Järvinen 2000, 104; Toivakka & Maasola 2012,

15). Tuloksissa ilmeni, että noin puolet vastaajista olivatkin tyytyväisiä itseensä. Tyytyväisyydeksi voitiin tulkita ylpeys itsestään sekä positiiviset kuvailut ja kehut. Tyytyväisyyttä myös oli, jos osasi nimetä kehitysehdotuksia itsestään, sillä kehityskohtien tiedostaminen ei tarkoita suoraan tyytymättömyyttä, vaan myös kehittymisen halua (Kalliopuska 1997, 64; Korpinen 1990, 11; Nurmi ym. 2014, 205). Tulosten perusteella voidaan tulkita, että kehityskohtien ymmärtäminen ja henkilökohtaisten haasteiden myöntäminen kertovat tutkittavan vahvuudesta, jos suhtautuminen on ollut positiivista. Lisäksi Borba (1989) ja Reasoner (2010) pitävät vahvan itsetunnon merkkinä sitä, jos yksilö tiedostaa henkisyyteen ja fyysisyyteen liittyviä ominaisuuksiaan.

Noin puolet tutkittavista kuitenkin ilmaisivat tyytymättömyyttä itseensä. Tyytymättömyytenä pidettiin positiivisten asioiden puuttuminen omasta kuvailusta. Myös huonojen piirteiden kuvailu ja kehityskohtien korostaminen sekä niihin takertuminen luokiteltiin tyytymättömyydeksi. Tämän lisäksi tulokista nousi esille itsensä vähättelyä melkein puolella vastaajista. Vähättelyn ja tyytymättömyyden syitä saattoivat olla epävarmuus ja ujous omista vastauksista. Ahon (1996, 22) mukaan itsetunnoltaan heikolla ihmisellä on haasteita ilmaista omia mielipiteitään ja ajatuksiaan. Erityisesti vieraille haastattelijalle itsensä kehumisen voi olla vaikeaa ja tämä oli tärkeä ottaa huomioon vastauksia analysoidessa. Vähättelyllä on voitu esimerkiksi peitellä todellisia ajatuksia itsestään, sillä itsensä kehumista ei usein pidetä hyväksyttävänä. Itsetunnoltaan heikko ihminen on myös altis ulkoiselle palautteelle (Aho 1996, 22), joten mielipiteiden ilmaisun vaikeus sekä vähättely saattavat osaltaan kertoa heikommasta itsetunnosta, jota pidetään jopa hyvin suomalaisena piirteenä (Keltikangas-Järvinen 2017, 68).

Itsensä peilaaminen muiden mielipiteisiin rakentaa yksilön emotionaalista itsetuntoa. Itsensä tunteminen tärkeäksi rakentaa tutkitusti lapsen ja nuoren itsetuntoa. (Rose & Perski 2010, 50.) Tulosten perusteella voidaan todeta, että lähes kaikki tutkimukseen osallistuneet kokivat olevansa vanhemmilleen tärkeitä ja arvokkaita. Tulosten mukaan myös ne vastaajat, jotka olivat kokeneet epävarmuutta omasta suhtautumisesta itseensä, kertoivat avoimesti, mitä miel-

tä uskoivat heidän vanhempiensa olevan. Vanhempien antamalla läheisyydellä, perustarpeiden tyydyttämisellä sekä kehuilla on tärkeä merkitys lapsen itsetunnon rakentumisen ja vahvistamisen kohdalla (Hermanson 2012; Nurmi ym. 2014, 205; Scheinin 1999, 160; Svartsjö & Hellsten 2004, 26). Tämän lisäksi myös itsensä tärkeäksi kokeminen on hyvin olennaista nuorelle (Aho 1996, 38; Toivakka & Maasola 2012, 18). Kuitenkin muutamassa tapauksessa vanhempienkin mielipiteitä vähäteltiin, vaikka positiivisia kommentteja osattiinkin antaa. Vähättely on saattanut johtua siitä, että nuori on kuullut kotonaan kehuja kommentteja, mutta hänen on ollut vaikeaa uskoa niihin.

Ainoastaan yhdessä tapauksessa nuori ei kokenut varmuutta vanhempien välittämisestä. Tämä saattaa johtua siitä, että kiusaamisesta on aiheutunut tutkittavalle mielialan muutoksia, jotka ovat vaikeuttaneet nuoren ja vanhempien välistä suhdetta. Negatiivisen ympäristön takia kokemus omasta arvosta vanhempien silmissä on saattanut laskea. Tärkeät lähihenkilöt, kuten juuri omat vanhemmat, rakentavatkin palautteellaan nuoren minäkäsitystä (Korpinen 1990, 15). Laineen (2005, 35-36) mukaan myös nuoruuden kynnyksellä vuorovaikutustilanteet aikuisten kanssa voivat käydä haastavaksi joka tapauksessa, vaikka kiusaamista ei olisikaan kokenut. Pettymykset kuitenkin omien ratkaisukeinojen yliarviointiin vaikuttavat itsetuntoon, joten vanhempien tulisi kehua ja kannustaa lasta riitatilanteista huolimatta.

Tutkimukseen osallistuneet nuoret kuuluvat itsetunnon rakentumisen herkkyykskauteen. Herkkyykskautena vertaisten merkitys ja kavereiden mielipide korostuvat, joten tästä johtuen itsetunnon tutkimisessa oli tärkeää selvittää myös kokemuksia vertaisryhmän mielipiteistä. (Laine 2005, 33-36; Mruk 2006, 171.) Tulosten mukaan kokemukset kavereiden mielipiteistä olivat hyviä. Lähes jokaisella vastanneella oli tulosten perusteella ystäviä, joille he uskoivat olevansa tärkeitä. Tästä huolimatta vähättelyä kavereiden mielipiteistä esiintyi enemmän, kuin vanhempien kohdalla. Tulosten perusteella voidaan pohtia, pitääkö tutkittava todennäköisesti perheen mielipiteitä jo pelkästään sukulaissiteiden takia turvallisempana ja varmempana. Kavereiden mielipiteiden vähättely saattaa johtua pelosta, että kaverit voivat riitatilanteen sattuessa vaihtaa mielipidet-

tään ja loukata nuorta. Kuten aikaisemmin tuloksissa ja pohdinnassa esille nostettiin luottamus, niin myös ystävien mielipiteiden vähättely saattaa osoittaa luottamussuhteiden epävarmuutta kiusaamistilanteiden takia. Myös yhdessä tapauksessa ilmennyt epävarmuus ystävien mielipiteistä voi kertoa luottamuspulasta. Ahon (1996, 24) mukaan epäluuloisuus ja luottamuspula muiden ihmisten mielipiteistä kertoo osaltaan heikosta itsetunnosta. Tutkielman tulosten mukaan kuitenkin lähes jokainen uskoi ystäviensä ja vanhempiensa arvostukseen, joten muiden mielipiteiden vähättelyä ei voida yksistään pitää heikon itsetunnon merkinä.

Tuloksissa ilmeni joidenkin tutkittavien aggressiivinen suhtautuminen esimerkiksi luokkakavereihin tai muihin tuttuihin, jotka olivat mahdollisesti joskus osallistuneet kiusaamiseen ja joihin tutkittava ei enää luottanut. Hamaruksen (2012, 96) mukaan kiusaamisen jälkeen onkin tyypillistä kokea inhon tunteita, sillä kiusattu ei todennäköisesti halua olla enää tekemisissä kiusaajien kanssa. Tulosten mukaan muihin aggressiivisesti suhtautuneet vastaajat korostivat haastattelussa omien ystävien merkitystä itselleen. Kuten aikaisemmin todettiin, samanlainen aggressiivinen käytös voi johtua kiusaamisen kokemuksesta sekä defenssimekanismeista (Laine 2005, 29-31; Vandebosch & Van Cleemput 2008, 501; Ybarran ja Mitchellin 2004). Hyökkäävä ja muita arvosteleva käyttäytyminen voi osaltaan kertoa jollakin osa-alueella vaurioituneesta itsetunnosta (Aho 1996, 21, 24; Kalliopuska 1997, 81).

Haastattelussa kysyin myös tutkittavilta suoraan, ovatko he kokeneet sosiaalisen median käytön muuttaneen oman arvon tunnetta. Tulosten mukaan yli puolet tutkittavista koki oman arvon tuntemuksen heikentyneen sosiaalisessa mediassa tapahtuvan kiusaamisen takia. Oman arvon tuntemuksesta kertoi osaltaan myös epävarmuus sekä sisäinen ristiriita, jotka ovat Ahon (1996, 23) mukaan heikon itsetunnon merkkejä. Oman arvon tuntemuksen heikentyminen on olennainen tutkimustulos itsetunnon tason ja kiusaamisen kokemusten kannalta. Eräs tutkittava kuvaili haastattelun aikana häntä kiusaavia nuoria sanalla "kaverit", jonka perusteella voidaan myös tulkita epävarmuutta kaverisuhteiden tasossa ja oman arvon tunnossa. Korpisen (1990, 12) mukaan itsearvostuk-

sen voidaan todeta ilmenevän erityisesti sosiaalisessa käyttäytymisessä. Itsearvostus vaikuttaa jopa ihmissuhteiden muodostumiseen ja positiivisesti itseensä suhtautuvan on helppo hyväksyä toiset ja itsensä sellaisena, kuin on. Sosiaalisen vuorovaikutuksen ja ympäristön voidaan todeta vaikuttavan merkittävästi siihen, kokeeko yksilö lannistumista, oman arvon heikentymistä vai saako hän kokemuksista voimavaroja itselleen (Kalliopuska 1997, 59).

### 7.3 Tutkielman johtopäätökset

Yhteenvetona tulosten ja teorian pohjalta voidaan tehdä se johtopäätös, että kiusaaminen sosiaalisessa mediassa on ollut yksityistä tai julkista, toistuvaa, mielialaan laskevasti vaikuttavaa, ystävyyssuhteita hajottavaa, luottamusta heikentävää, vallankäyttöä korostavaa sekä nöyryyttävää. Tulokset ja teoriat verkkokiusaamisesta olivat yhdensuuntaisia keskenään, joten tutkimuksen tulokset vahvistivat olemassa olevia käsitteitä kiusaamisen kokemuksista. Tuloksissa voitiin sen aineistolähtöisen analyysin vuoksi havaita myös uusia kiusaamisen kokemuksia. Tutkimuskysymykseen siitä, millaisia kokemuksia nuorilla on sosiaalisessa mediassa kiusaamisen kohteeksi joutumisesta, saatiin tulosten avulla vastaus. Tuloksista ei voitu kuitenkaan suoraan päätellä, kokiko sosiaalisessa mediassa kiusattu nuori kiusaamista myös sosiaalisen median ulkopuolella. Kowalskin ym. (2012, 56-57) sekä Vandeboschin ja Van Cleemputin (2008, 501) mukaan kiusaamista tapahtuu nettimaailman lisäksi yleensä myös esimerkiksi koulussa. Kwanin ja Skoricin (2013, 22) mukaan sosiaaliset suhteet sosiaalisen median ulkopuolella voivat vaikuttavat siihen, joutuuko kiusattu kiusaamisen kohteeksi. Tuloksista voidaan kuitenkin tulkita, että joissain tapauksissa kiusaamista tapahtui ainoastaan sosiaalisessa mediassa. Näissä tapauksissa kiusaajalle vieras henkilö, esimerkiksi luokkakaverin ystävä toiselta paikkakunnalta, osallistui kiusaamiseen. Tällöin ilmeni, ettei kiusatulla ja kiusaajalla ollut kontaktia sosiaalisen median ulkopuolella.

Tulosten perusteella voidaan todeta, että sekä minäpätevyyden että itsearvostuksen ollessa heikko, sosiaalisessa mediassa kiusaamista kokeneella nuorella on huono itsetunto. Tässä tutkielmassa nousi esille vastauksia, joiden perusteella osalla tutkittavista voidaan tulkita olevan huono itsetunto ainakin jollain itsetunnon osa-alueella. Patchin ja Hinduja (2010) tulivat myös omassa tutkimuksessaan siihen johtopäätökseen, että sosiaalisessa mediassa kiusaamisella sekä heikolla itsetunnolla on jokin yhteys. Myös Olweus (2013, 758) on tutkimuksessaan havainnut, että verkkokiusatulla henkilöllä on heikko itsetunto. Kuten heidänkin tutkimuksissaan, myöskään oman tutkielmani tuloksista ei kuitenkaan voida selvittää sitä, johtuuko huono itsetunto nimenomaan sosiaalisessa mediassa tapahtuvasta kiusaamisesta, vai jostain muusta tai muista tekijöistä. Itsetunto määrittyy monesta osatekijästä ja siihen vaikuttavat niin kasvuympäristö kuin oma sisäinen maailma, joten Keltikangas-Järvisen (2017, 35-36), Lawrencen (2006, 6, 11) sekä Pervinin (2003, 284) määrittelemä perusitsetunto tuskin on voinut järkkyyä ainakaan lyhytkestoisesta kiusaamisesta sosiaalisessa mediassa. Tuloksista kuitenkin selvisi, että oman arvon tuntemukset olivat heikentyneet sosiaalisessa mediassa tapahtuvan kiusaamisen myötä.

Tutkimuksen lähestymistavan, hermeneuttisen kehän esioletuksena oli, että sosiaalisessa mediassa kiusaamista kokevilla nuorilla olisi huono itsetunto. Tulokset osoittivat jossain määrin yhdensuuntaisuutta oletuksen kanssa, mutta nuorilla näytti kuitenkin olevan esioletusta parempi itsetunto. Itsetunto ei osoittautunut heikoksi noin puolella tutkittavista tai siitä ei voitu tehdä tulkintaa vastausten perusteella. Puolella vastanneista itsetunto taas saattoi tulosten mukaan olla heikko jollakin itsetunnon osa-alueella. Itsetunnon tutkiminen osoittautuikin haasteelliseksi ja tapauskohtaiseksi (Keltikangas-Järvinen 2017, 86; Mruk 2006, 36; Salmivalli 1998, 119, 139). Tästä syystä on olennaista tiedostaa, että tutkielman tulkinta itsetunnon tasosta ei sulje ulkopuolelle sitä, etteikö tutkimukseen osallistuneilla nuorilla olisi hyvää tai huonoa itsetuntoa jollakin toisella osa-alueella. Lähtökohtaisesti itsetuntoa voidaan pitää hyvänä silloin, kun ihmisen minäkäsitys sisältää hyviä ominaisuuksia enemmän, kuin huonoja ominaisuuksia. (Baumeister ym. 2003, 3; Keltikangas-Järvinen 2017, 18; Miller &

Moran 2012, 18.) Itsetuntoa muokkaavat kiusaamisen kokemusten lisäksi omat sisäiset tunteet sekä monet kasvuympäristötekijät, mutta myös Vogelín ym. (2014) tekemän tutkimuksen mukaan sosiaalisessa mediassa tapahtuva sosiaalinen vertailu. Haasteeksi nousevat myös aikaisemmin mainittu julkinen ja yksityinen itsetunto, sillä se mahdollistaa yksityisen itsetunnon salassapidon, jolloin julkista itsetuntoa saatetaan virheellisesti luulla tutkittavan aidoksi itsetunnoksi. (Keltikangas-Järvinen 2017, 26–27.) Itsetunto on aina yksilön oma käsitys, eikä se välttämättä ole edes ulkopuolisen silmään paikkaansa pitävä (Baumeister ym. 2003, 2). Tästä huolimatta itsetunnosta voitiin kuitenkin tehdä tulkinta, sillä tulokset tukivat aikaisempia teorioita itsetunnon tutkimuksista. Toiseenkin tutkimuskysymykseen saatiin siis tässä tutkielmassa vastaus. Lisäksi tavoitteen seen siitä, että sosiaalisessa mediassa tapahtuvan kiusaamisen ja itsetunnon tason välillä oli jokin yhteys, päästiin. Yhteyden aiheuttajan ja syvyyden tutkiminen jää kuitenkin tuleviin tutkimuksiin.

#### 7.4 Tutkimuksen luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuudesta puhuttaessa nousevat usein esille käsitteet reliabiliteetti ja validiteetti. Reliabiliteetti ilmaisee tutkimuksen toistettavuutta ja ei-sattumanvaraisuutta, kun taas validiteetti mittaa tutkimuksen pätevyyttä ja tavoitteita suhteessa tutkimusmenetelmiin ja tuloksiin. Reliabiliteetista ja validiteetista puhutaan kuitenkin enemmän määrällisen tutkimuksen toteutuksessa, sillä laadullisessa tutkimuksessa käsitteistä ja niiden merkityksistä ollaan monia mieltä. Laadullista tutkimusta pidetään ainutlaatuisena ja ei-yleistettävänä tutkimusmuotona, todellista elämää kuvaavana, jolloin tulosten toistettavuus sellaisenaan voi olla haastavaa ja tarpeetonta. (Eskola & Suoranta 2014, 17, 213; Hirsjärvi ym. 2009, 161, 231-232; Patton 2002, 63-64.) Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan kuitenkin arvioida pohtimalla tutkimuksen vaiheiden kulkua aineiston keräämisestä analysoinnin ja tulosten tulkintaan, arvioiden niihin vaikuttaneita ulkoisia tekijöitä (Eskola & Suoranta 2014, 214-221; Hirsjär-

vi ym. 2009, 232). Seuraavaksi pohdin oman tutkimukseni luotettavuutta aineistonkeruumenetelmien valinnan, aineiston laadun, oman toimintani, aineiston analyysin ja tulosten raportoinnin kautta. (Latvala & Vanhanen-Nuutinen 2001, 36).

Keräsin tutkimusaineistoni lomakehaastattelun sekä teemahaastattelun avulla. Lomakehaastattelun kattavuutta ja luotettavuutta on arvosteltu jonkin verran (Hirsjärvi ym. 2009, 195), jonka takia päätin toteuttaa muutaman täydentävän teemahaastattelun. Teemahaastatteluiden avulla pystyin syventämään aineistoani ja samalla lisäämään sen luotettavuutta, sillä huomasin lomakehaastatteluiden ja teemahaastatteluiden vastausten olevan samansuuntaisia. Lomakehaastatteluun osallistuneet nuoret vastasivat siis yhtä totuudenmukaisesti, kuin teemahaastatteluihin osallistuneet. Lomakehaastattelun luotettavuutta lisäsi myös luokanopettajien apu. Keskusteltuani etukäteen opettajien kanssa, huomasin heillä kummallakin olevan käsitys siitä, ketkä heidän oppilaistaan vastaavat kartoittavassa kyselyssä kokevansa kiusaamista. Luokanopettajan oppilaantuntemus mahdollisti sen, että kumpikin opettajista olisi karsinut huvivastajat kyselystä pois (Aarnos 2018, 175). Tapasin luokanopettajat ja myös osan oppilaista, jotka vastasivat lomakekyselyyn. Kartoittava kysely toteutettiin oppitunnin aikana ja varsinaiset haastattelukysymykset sisältäneen kyselylomakkeen linkki jaettiin oppilaille luokanopettajan välityksellä henkilökohtaisesti, joten ainoastaan tutkimuksen kannalta keskeiset henkilöt pääsivät osallistumaan tutkimukseen. Osa nuorista vastasi kyselylomakkeeseen koulupäivän aikana opettajan vahtiessa, joka lisäsi varmuutta siitä, että nuoret vastasivat oman kokemuksensa pohjalta ja yksin. (Valli 2018, 97-99.)

Aineiston luotettavuutta lisäsi merkittävästi myös se, että osallistujat olivat kohderyhmää ja sopivat tutkimuksen tarkoituksiin. (Rubin & Rubin 2005, 70; Tuomi & Sarajärvi 2018, 98). Teemahaastatteluun valikoidut lapset löysin heidän vanhempiansa kautta. Suoraan vanhempien kanssa kommunikointi mahdollisti sen, ettei väärinkäsityksiä tutkimuksen tarkoituksista ilmennyt ja lisäksi lupa-asiat hoituivat nopeammin, sillä lapsen oman osallistumishalun lisäksi tutkimukseen tulee pyytää aina vanhempien lupa erikseen (Aarnos 2018,



175). Vanhemman lapsentuntemus mahdollisti myös sen, että tutkimukseen valikoitui avoimesti kokemuksistaan kertovat lapset.

Täydentävien teemahaastatteluiden etuna oli mahdollisuus täsmentää ja pyytää tarkennusta esitettäviin kysymyksiin. Täydentävät kysymykset pienensivät myös riskiä tehdä tulkinnallisia virheitä. (Hirsjärvi & Hurme 2015, 36; Tuomi & Sarajärvi 2018, 85-86.) Haastattelut antoivat osaltaan myös tukea kyse-lylomakkeen kautta tulleille vastauksille. Haastatteluiden aluksi juttelin haastateltavien kanssa muista asioista, jotta haastattelutilanne olisi mahdollisimman rento ja ilmapiiri vapautunut. Aarnoksen (2018, 174-175) mukaan lapsi oppii tutkimustilanteessa sekä tutkijan toimenkuvasta että itsestään, joten kerroin myös tutkimuksen kulusta sekä aineiston käsittelystä nuorille itselleen. Tutkimuksen luotettavuutta lisätäkseen kerroin myös haastateltaville niin teemahaastatteluun osallistuvissa kuin lomakehaastattelun lähetekirjelmässä, ettei esittämiini kysymyksiin ole oikeita tai väriä vastauksia ja toivoin, että he vastaisivat omien kokemusten pohjalta rehellisesti (Hirsjärvi ym. 2009, 204; Rubin & Rubin 2005, 115; Valli 2018, 98-99).

Aineiston laadun parantamiseksi suunnittelin huolellisesti lomakehaastattelun ja teemahaastattelun rungot (Hirsjärvi & Hurme 2015, 184). Erityisesti lomakehaastattelun suunnitteluun käytin paljon aikaa, sillä tarkentavia kysymyksiä ei voinut esittää. Tästä johtuen kysymykset oli saatava siihen muotoon, että vastaaja kirjoittaisi kokemuksistaan mahdollisimman kattavasti. Testasin lomakehaastattelun kahdella asiaan perehtymättömällä koehenkilöllä, joiden avulla huomasin vielä korjattavat ja tarkennusta vaativat epäkohdat. (Hirsjärvi ym. 2009, 202-204.) Lapsia tutkittaessa tulee kiinnittää huomiota myös kieleen ja sen käyttöön, sillä tutkimuksen tulee olla lapsenkielinen, jotta nuorella on mahdollisuus ymmärtää tutkimuksen kysymykset. (Aarnos 2018, 175). Myös itsetunnon tutkiminen toi omat haasteensa, sillä itsetunto ei ole näkyvä ja helposti mitattava osa, vaan ennemminkin ihmisen sisäinen tunne (Keltikangas-Järvinen 2017, 86; Mruk 2006, 36; Salmivalli 1998, 119, 139). Tästä johtuen tutustuin erilaisiin itsetuntoteorioihin, jotka määrittivät haastattelukysymysten laatimista. Itsetuntoteoriat ja -mittarit olivat apuna myös analysoinnin vaiheessa, joka lisää

osaltaan tulkintojen luotettavuutta. (Hirsjärvi & Hurme 2015, 187; Hirsjärvi ym. 2009, 231; Valli 2018, 93).

Tutkijan rooli vaikuttaa merkittävästi laadullisen tutkimuksen luotettavuuteen, sillä tutkimuksen analysointi ja tulosten tulkinta riippuvat tutkijan aikaisemmasta ymmärryksestä. (Braun & Clarke 2006, 80; Eskola & Suoranta 2014, 20–22, 211; Tuomi & Sarajärvi 2018, 113). Patton (2002, 5, 64) jatkaa, että tutkijan tutkimusentekotaidot, luovuus, rehellisyys ja kokeneisuus ovat asioita, jotka vaikuttavat tulosten laatuun ja luotettavuuteen. Näiden lisäksi myös tutkijan arvomaailma heijastuu helposti tutkimustuloksiin (Braun & Clarke 2006, 80). Omassa tutkimuksessani haasteita esiintyy erityisesti kokemattomuutena toteuttaa tutkimusta, mutta haasteet tiedostamalla niihin on myös helpompaa kiinnittää huomiota ja muistaa keskittyä tutkimuksen kannalta olennaisiin asioihin (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 104).

Haastatteluaineistojen laatu lisääntyi huolellisella tallentamisella, sillä teemahaastattelut äänitettiin ja lomakehaastattelut tallentuivat Webropol-tililleni (Hirsjärvi & Hurme 2015, 184). Aineiston laatu parani myös sillä, että nauhoitukset toimivat hyvin ja haastattelut litteroitiin heti seuraavana päivänä, joten ne olivat vielä hyvässä muistissa. (Hirsjärvi & Hurme 2015, 185; Rubin & Rubin 2005, 112). Aineiston laadun lisäksi huolellinen raportointi lisää tutkimuksen luotettavuutta. Olen tutkimuksessani kuvaillut tutkimusprosessiani tarkkaan lukijan ymmärryksen lisäämiseksi ja helpottaakseni käytännön toteutuksen hahmottamista. (Hirsjärvi & Hurme 2015, 141; Hirsjärvi ym. 2009, 232; Rubin & Rubin 2005, 76.) Tulosten ja aineiston johdonmukaisuutta olen pyrkinyt havainnollistamaan analysointitaulukoiden sekä tulososiossa aineistositaattien ja kuvioiden avulla. (Hirsjärvi ym. 2009, 233; Kyngäs & Vanhanen 1999, 10.)

## 7.5 Jatkotutkimusehdotuksia

Tutkielmaani tehdessä ymmärsin, kuinka monitahoinen kokonaisuus itsetunto on. Vastoin esioletustani en saanut selvyttä sille, millä itsetunnon osa-alueella kiusaamista kokevalla nuorella mahdollisesti oli huono itsetunto. Tämän lisäksi tutkielmassa ei selvinnyt se, oliko nimenomaan kiusaaminen sosiaalisessa mediassa heikon itsetunnon aiheuttaja. Ilmiö tarvitsee jatkotutkimusta erityisesti siitä, kuinka vahvasti pelkkä sosiaalisessa mediassa tapahtuva kiusaaminen vaikuttaa itsetuntoon ja millä itsetunnon osa-alueella sen voidaan todeta vaikuttavan. Koska tutkimuksessa selvitettäisiin kiusaamisen vaikutuksia, se tulisi näin ollen toteuttaa määrällisenä tutkimuksena, kuten Patchin ja Hinduja (2013) toteuttivat omassa työssään. Määrällinen työ mahdollistaisi laajemman otannan ja vertailun, jossa voitaisiin tutkia itsetunnon tekijöiden lisäksi esimerkiksi sukupuolten välisiä eroja, sillä Görzigin ja Ólafssonin (2012, 12) mukaan tyttöjen aiheuttamat kiusaamistilanteet olivat sosiaalisessa mediassa yleisempiä, kuin poikien, jotka kiusasivat enemmän suorassa vuorovaikutuksessa.

Tutkielman edetessä selvisi myös luku- ja tekstitaidon haasteellisuus viestinnässä. Tuloksissa ilmeni, etteivät viestin saaja ja lähettäjä olleet ymmärtäneet sisällön sävyä samalla tavalla. Tätä tuki myös teoria, jossa ilmeni erityisesti viestinnän faattisten eleiden, sisäisen tulkinnan erojen sekä erilaisen ajattelumallin tuottavan haasteita viestinnän ymmärtämisessä (Miller 2008, 393-394; Mustonen 2012, 54-55). Jatkotutkimuksen kannalta olisi hyödyllistä selvittää, millaisia valmiuksia lapsella ja nuorella on ymmärtää sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa välitteistä viestintää. Tutkimuksen avulla olisi mahdollista herättää keskustelua lasten ja nuorten sosiaalisen median käytöstä sekä mediakasvatuksesta, sillä tällä hetkellä se ei ole tuntunut nousevan vielä kovin suureksi huolen aiheeksi. Todellisuudessa olisi hyvä pohtia lasten valmiuksia ja rajoituksia myös siksi, että se voisi vähentää osaltaan kiusaamista ja ikävää käyttäytymistä sosiaalisessa mediassa.

Aiheen ajankohtaisuus on tutkielman kirjoittamisen loppupuolella pinnalla enemmän kuin aikaisemmin. Erityisesti sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista pahempana pidetään tällä hetkellä alaikäisiin lapsiin kohdistuvaa seksuaalissävyytteistä viestintää, joihin internetvaanijat syyllistyvät. Jatkotutkimusehdotuksena voisi olla erityisesti vanhempien näkökulma, rooli ja tuki sosiaalisen median haastavien tilanteiden selvittämisessä. Vanhempien mahdollisuudet puuttua viestintään ovat rajalliset, sillä Perustuslaki (731/1999) kieltää luottamuksellisen viestinnän rikkomisen sekä korostaa kirjesalaisuutta. Vanhemmalla ei siis ole laillista oikeutta lukea lapsensa sosiaaliseen mediaan tulleita viestejä ilman tämän lupaa. Kuitenkin lapsen huoltoon ja tapaamisoikeuteen liittyvässä laissa (361/1999) sekä lastensuojelulaissa (417/1999) säädetään, että aikuisen tehtävänä on turvata lapsen hyvinvointi, yksilölliset tarpeet ja tasapainoinen kehitys. Vanhemmalla on siis velvollisuus kuitenkin suojella lastaan kiusaamiselta ja seksuaalissävyyteiseltä viestinnältä. (Forss 2014, 31-32; Ojala 2014, 146.) Tutkimuksessa voitaisiin haastatella varhaisnuorten vanhempia ja selvittää, millaisin keinoin he toteuttavat turvallista mediakasvatusta oman lapsensa kohdalla.

Vanhempien lisäksi olisi otollista tutkija opettajien valmiuksia ja mahdollisuuksia toteuttaa mediakasvatusta. Perusopetuksen opetussuunnitelman (POPS2014, 104, 160) mukaan mediakasvatuksen tarkoituksena on opetella tulkintaa, tuottamista ja ymmärtämistä, vahvistaen vuorovaikutus- sekä viestintätaitoja. Tutkimuksessa voitaisiin selvittää, miten opettajat kokevat mediakasvatuksen toteutuksen koulussa ja millainen vastuu heillä mielestään on mediakasvatuksesta, sekä millainen on koulun rooli sosiaalisen median tilanteita selvittäessä.

Kiusaamisen ja itsetunnon noustessa vahvasti esille tässä tutkimuksessa, voisi sosiaalisen median käyttöä selvittää myös hyvinvoinnin näkökulmasta. Tutkimusten mukaan jo lapset käyttävät erityisen paljon sosiaalisen median palveluita. SoMe ja nuoret (2016) tutkimuksessa tiedusteltiin palveluiden ajankäyttöä ja sen mukaan valtaosa vastanneista käyttää sosiaalista mediaa 15-30 tuntia viikossa, eli noin 2-4 tuntia päivässä (ebrand Suomi Oy 2016). Esioletuk-

senä olisi, että sosiaalisen median runsas käyttö vaikuttaisi lapsen ja nuoren hyvinvointiin pidemmällä aikavälillä. Tutkimuksessa voitaisiin haastatella nuoria tai kerätä laajempaa aineistoa, jossa käytettäisiin apuna esimerkiksi Konun (2002) hyvinvointimallia. Hyvinvointimallissa hyvinvointi koostuu kotioloista ja ympäröivästä yhteisöstä, mutta myös koulun olosuhteista, sosiaalisista suhteista, terveydentilasta sekä itsensä toteuttamisesta. (Konu 2002, 6–7, 43–44.) Hyvinvointia selvittämällä voitaisiin saada käsitys siitä, kuinka tutkimukseen vastanneet, sosiaalista mediaa käyttävät lapset ja nuoret voivat hyvinvoinnin eri tasoilla. Tämä syventäisi tietämystä sosiaalisen median käytöstä, sillä sen pidemmän aikavälin vaikutuksia ei tällä hetkellä riittävästi tunneta.

## 8 LÄHTEET

Aarnos, E. 2018. Kouluun lapsia tutkimaan: havainnointi, haastattelu ja dokumentit. Teoksessa R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. PS-kustannus: Jyväskylä. 174-189.

Aho, S. 1996. Lapsen minäkäsitys ja itsetunto. Helsinki: Oy Edita Ab.

Aho, S. 2004. Minä. Teoksessa Aho, S. & Laine, K. Minä ja muut. Kasvaminen sosiaaliseen vuorovaikutukseen. 1.–3.painos. Helsinki: Otava, 16–67.

Aho, S. 2005. Minä. Teoksessa K. Laine. Minä, me ja muut sosiaalisissa verkostoissa. 1. painos. Keuruu: Otava, 20-58.

Aro, T., Järviluoma, E., Mäntylä, M., Mäntynen, H., Määttä, S. & Paananen, M. 2014. Kummi 11. Oppilaan minäkuva ja luottamus omiin kykyihin. Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti.

Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Tampere: Vastapaino.

Bauman, S., & Del Rio, A. 2006. Preservice teachers' responses to bullying scenarios: Comparing physical, verbal, and relational bullying. *Journal of Educational Psychology*, 98(1), s. 219–231.  
[https://www.researchgate.net/publication/232569858\\_Preservice\\_Teachers'\\_Responses\\_to\\_Bullying\\_Scenarios\\_Comparing\\_Physical\\_Verbal\\_and\\_Relational\\_Bullying](https://www.researchgate.net/publication/232569858_Preservice_Teachers'_Responses_to_Bullying_Scenarios_Comparing_Physical_Verbal_and_Relational_Bullying)  
[g luettu 16.1.2019](#)

Barnes, S. B. 2003. Computer-Mediated Communication. Human-to-Human Communication Across the Internet. Boston: A&B.

Baumeister, R., Campbell, J., Krueger, J. & Vohs, K. 2003. Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological science in the public interest* 4 (1), 1–44.  
<http://www.psychologicalscience.org/journals/pspi/pdf/pspi411.pdf>

Borba, M. 1989. Esteem Builders. A K – 8 Self- Esteem Curriculum for Improving Student Achievement, Behavior and School Climate. Torrance, CA: Jalmar Press.

Bowman, S. & Willis, C. 2003. We Media. How audiences are shaping the future of news and information. <http://www.hypergene.net/wemedia> luettu 18.12.2018

Braun, V. & Clarke, V. 2006. Using thematic analysis in psychology. Qualitative Research in Psychology 3:2. UK: Routledge Taylor & Francis Group, 77–101.

Brito, C. C. & Oliveira, M. T. 2013. Bullying and self-esteem in adolescents from public schools. Jornal De Pediatria. (Rio J). 2013; 89(6) :601-607.

[https://ac.els-cdn.com/S0021755713001599/1-s2.0-S0021755713001599-main.pdf?\\_tid=8426be68-6765-4c4b-b606-0a50150c7c11&acdnat=1548759854\\_161f482a2b3af0991a777388f803f9f3](https://ac.els-cdn.com/S0021755713001599/1-s2.0-S0021755713001599-main.pdf?_tid=8426be68-6765-4c4b-b606-0a50150c7c11&acdnat=1548759854_161f482a2b3af0991a777388f803f9f3)

luettu 29.1.2019

Cacciatore, R., Korteniemi-Poikela, E. & Huovinen, M. 2008. Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa? Helsinki: WSOY.

Carter, M. A. 2013. Third party observers witnessing cyber bullying on social media sites. Procedia – social and behavioral sciences 84, 1296–1309.

Coopersmith, S. 1967. The Antecedents of self-esteem. San Francisco: Freeman & Co.

Denzin, N. & Lincoln, Y. 2011. Handbook of qualitative research. United States of America: SAGE Publications.

ebrand Suomi Oy. SoMe ja nuoret 2016 - Kyselytutkimus nuorten sosiaalisen median käytöstä. <https://www.ebrand.fi/somejanuoret2016/> luettu 17.11.2017

Emler, N. 2001. Self-esteem. The costs and causes of low self-worth. Joseph Rowntree Foundation. <http://www.jrf.org.uk/sites/files/jrf/1859352510.pdf> luettu 28.1.2019

Eskola, J. & Suoranta, J. 2014. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 10. painos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

Eskola, J., Lähti, J. & Vastamäki, J. 2018. Teemahaastattelu: lyhyt selviytymisopas. Teoksessa R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. PS-kustannus: Jyväskylä. 92-116.

Fernando, A. 2007. Social Media change the rules. Jan 2007. Communion World.

Forss, M. 2014. Fobban sosiaalisen median selviytymisopas. Helsinki: Crime time.

Gillmor, D. 2004. We the Media. Sebastopol: O'Reilly.

Görzig, A. & Ólafsson, K. 2012. What makes a bully a cyberbully? Unravelling the characteristics of cyberbullies across twenty-five European countries. Journal of children and media 7, 9–27.

Hamarus, P. 2008. Koulukiusaaminen. Huomaa, puutu, ehkäise. Helsinki: Kirjapaja.

Hamarus, P. 2012. Haukku haavan tekee. Puututaan yhdessä kiusaamiseen. Jyväskylä: PS-kustannus.

Harter, S. 2012. The construction of the self. New York: The Guilford press. <https://www.guilford.com/excerpts/harter.pdf?t> luettu 28.1.2019

Hermanson, E. 2012. Erilaiset temperamentit: Itsetunto syntyy hyväksytyksi tulemisen tunteesta. Kustannus Oy Duodecim. [https://www.terveyskirjasto.fi/kotisivut/tk.koti?p\\_artikkeli=kot00303](https://www.terveyskirjasto.fi/kotisivut/tk.koti?p_artikkeli=kot00303) luettu 28.1.2019

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2015. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Holstein, J. A. & Gubrium, J. F. Phenomenology, Ethnomethodology, and Interpretive Practice. 1994. Teoksessa N. Denzin & Y. Lincoln. Handbook of qualitative research 1994. United States of America: SAGE Publications, 262–273.



Ihanainen, P., Kalli, P. & Kiviniemi, K. (toim.) 2011. Sosiaalinen media ja verkostoituminen. Helsinki: OKKA-säätiö.

James, W. 1983. The principles of Psychology. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Juholin, E. 2013. Communicare! Kasva viestinnän ammattilaiseksi. Helsinki: Management institute of Finland.

Kalliopuska, M. 1997. Itsetunto. 5.painos. Helsinki: Kirjayhtymä.

Kaplan, A. M. & Haenlein, M. 2010. Users of the world, unite! The challenges and opportunities of social media. Business horizons 53, 59–68

Kauppinen-Saaranen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto.

Kaski, S. & Nevalainen, V. 2017. Jo riittää. Irti kiusaamisesta ja kiusaajista. Helsinki: Kirjapaja.

Keltikangas-Järvinen, L. 2000. Tunne itsesi, suomalainen. 2.painos. Helsinki: WSOY.

Keltikangas-Järvinen, L. 2017. Hyvä itsetunto. Helsinki: WSOY.

Kietzmann, J., Hermkens, K. & McCarthy, I. 2011. Social media? Get Serious! Understanding the functional building-blocks of social media. Business Horizons  
Volume 54, Issue 3, May–June 2011, Pages 241-251.

Kite, S., Gable, R. & Filippelli, L. 2010. Assessing middle school students' knowledge of conduct and consequences and their behaviors regarding the use of social networking sites. The clearing house 83, 158–163.

Kiviniemi, K. 2010. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa J. Aaltola, R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. PS-kustannus: Jyväskylä. 70-85.

Konu, A. 2002. Oppilaiden hyvinvointi koulussa. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy Juvenes Print.

Kormilainen, V., Ahonen, J. & Ijäs, J. 2016. Somempi seurakunta. Sosiaalisen median opas. Helsinki: Lasten keskus ja kirjapaja Oy.

Korpinen, E. 1990. Peruskoululaisen minäkäsitys: The self-concept of comprehensive school pupils. Jyväskylä: Kasvatustieteen tutkimuslaitos.

Kortesuo, K. 2018. Sano se someksi (1+2 =3). Sosiaalisen median suuri laskuoppi. Helsinki: Kauppakamari Oy.

Kortesuo, K. 2014. Sano se someksi 2. Organisaation käsikirja sosiaaliseen mediaan. Helsinki: Kauppakamari Oy.

Kwan, G. & Skoric, M. 2013. Facebook bullying: an extention of battles in school. *Computers in human behavior* 29, 16–25.

Kowalski, R. M. & Limber, S. P. 2007. Electronic bullying among middle school students. *Journal of Adolescent Health* 41, 22–30  
<http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.308.1827&rep=rep1&type=pdf> luettu 15.1.2019

Kowalski, R. Limber, S. & Agatston, P. 2012. Cyberbullying. John Wiley & Sons, Incorporated.

Kyngäs, H. & Vanhanen, L. 1999. Sisällön analyysi. *Hoitotiede* 11 (1), 3-11

Laine, K. 2005. Minä, me ja muut sosiaalisissa verkostoissa. Helsinki: Otava.

Laine, T. 2010. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa J. Aaltola, R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. PS-kustannus: Jyväskylä. 28-45.

Latvala, E. & Vanhanen-Nuutinen, L. 2001. Laadullisen hoitotieteellisen tutkimuksen perusprosessi: sisällönanalyysi. Teoksessa Janhonen, S. & Nikkonen, M. (toim.) Laadulliset menetelmät hoitotieteessä. Helsinki: WSOY, 21–43.

Lawrence, D. 2006. Enhancing self-esteem in the classroom. 3. painos. London: SAGE Publications Ltd.  
<http://knowledge.sagepub.com.ezproxy.jyu.fi/view/enhancing-selfesteem-in-the-classroom-3e/SAGE.xml>

luettu 16.11.2018

Leonardi, P., Huysman, M. & Steinfield, C. 2013. Enterprise Social Media: Definition, History, and Prospects for the Study of Social Technologies in Organizations. *Journal of Computer-Mediated Communication*, Volume 19, Issue 1, 1 October 2013, Pages 1–19, <https://doi.org/10.1111/jcc4.12029> luettu 7.1.2019

Lietsala, K. & Sirkkunen, E. 2008. *Social media*. Tampere: Tampere university press.

Livingstone, S., Haddon, L., Görzig, A. & Ólafsson, K. 2011. Risks and safety on the internet: the perspective of European children. Full findings. LSE, London: EU Kids Online. [http://www.lse.ac.uk/media%40lse/research/EUKidsOnline/EU%20Kids%20II%20\(2009-11\)/EUKidsOnlineIIReports/D4FullFindings.pdf](http://www.lse.ac.uk/media%40lse/research/EUKidsOnline/EU%20Kids%20II%20(2009-11)/EUKidsOnlineIIReports/D4FullFindings.pdf) luettu 17.1.2019

Majava, J. 2006. Kohti sosiaalista verkkoa. Teoksessa Aula, P., Matikainen, J. & Villi, M (toim.) *Verkkoviestintäkirja*. Helsinki: Yliopistopaino

Marsh, H. W., O'Mara, A. J., Craven R. G., & Debus R. L. 2006. Do Self-Concept Interventions Make a Difference? A Synergistic Blend of Construct Validation and Meta-Analysis. *Educational Psychologist*, 41(3), 181–206  
<http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.669.8205&rep=rep1&type=pdf> luettu 19.1.2019

Marsh, H. W. & Craven, R. G. 2006. Reciprocal Effects of Self-Concept and Performance From a Multidimensional Perspective: Beyond Seductive Pleasure and Unidimensional Perspectives. *SAGE Journals*.

Merisuo-Storm, T. & Soininen, M. 2013. Esi- ja alkuopetusikäisten poikien itse-tunto, lukemisasenteet, lukemisminäkuva ja lukemisen taidot. Teoksessa S. Mahlamäki-Kultanen, T. Hämäläinen, P. Pohjonen & K. Nyyssölä (toim.) *Maa-ilman osaavin kansa 2020 – Koulutuspolitiikan keinot, mahdollisuudet ja päämäärät*. Koulutustutkimusfoorumin julkaisu. Tampere: Opetushallitus ja tekijät. 82-97.

Metsämuuronen, J. 2001. *Laadullisen tutkimuksen perusteet*. Helsinki: International Methelp Ky.

Miller, V. 2008. New media, networking and phatci culture. *Convergence: the international journal of research into new media technologies* 14, 387–400.

Miller, D. & Moran, T. 2012. Self-esteem: A guide for teachers. London: SAGE Publications Ltd. <http://dx.doi.org.ezproxy.jyu.fi/10.4135/9781446250969>

Mruk, C. 2006. Self-esteem research, theory and practice: Toward a positive psychology of self-esteem. 3. painos. New York, USA: Springer Publishing Company.

<http://site.ebrary.com.ezproxy.jyu.fi/lib/jyvaskyla/detail.action?docID=10171372> luettu 10.11.2018

Mustonen, A. 2012. Sosiaalinen media psykologisena kasvuympäristönä. Teoksessa H. Niemi, & R. Sarras (toim.) Tykkää tästä! Opettajan ammattietiikka sosiaalisen median ajassa. Jyväskylä: PS-kustannus. 53-64.

Mäntymäki, M. 2012. Lapset ja nuoret sosiaalisessa mediassa. Teoksessa H. Niemi, & R. Sarras (toim.) Tykkää tästä! Opettajan ammattietiikka sosiaalisen median ajassa. Jyväskylä: PS-kustannus. 9-22.

Mäntylä, N., Kivelä, J., Ollila, S. & Perttola, L. 2013. Pelastakaa koulukiusattu! Koulun vastuu, puuttumisen muodot ja ongelmat oikeudellisessa tarkastelussa. KAKS - Kunnallisan kehittämissäätiö. Kunnallisan kehittämissäätiön tutkimusjulkaisut, 70. [https://kaks.fi/wp-content/uploads/2015/12/Pelastakaa\\_Koulukiusattu.pdf](https://kaks.fi/wp-content/uploads/2015/12/Pelastakaa_Koulukiusattu.pdf) luettu 16.1.2019

Naslund, J. A., Aschbrenner, K. A., Marsch, L. A. & Bartels, S. J. 2016. The future of mental health care: peer-to-peer support and social media. *Epidemiology and Psychiatric Sciences* (2016), 25, 113–122. Cambridge University Press. [https://www.cambridge.org/core/services/aop-cambridge-core/content/view/DC0FB362B67DF2A48D42D487ED07C783/S2045796015001067a.pdf/future\\_of\\_mental\\_health\\_care\\_peertopeer\\_support\\_and\\_social\\_media.pdf](https://www.cambridge.org/core/services/aop-cambridge-core/content/view/DC0FB362B67DF2A48D42D487ED07C783/S2045796015001067a.pdf/future_of_mental_health_care_peertopeer_support_and_social_media.pdf) luettu 9.1.2019

Nieminen, H. & Pörhölä, M. 2011. Lasten ja nuorten verkkokiusaamisen tutkimushaasteita. Prologi – Puheviestinnän vuosikirja 2011. Jyväskylä: Prologos ry. [https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/37223/Nieminen\\_P%C3%B6rh%C3%B6l%C3%A4.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/37223/Nieminen_P%C3%B6rh%C3%B6l%C3%A4.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

luettu 15.1.2019

Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2015. Ihmisen psykologinen kehitys. 6.painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Ojala, U. 2014. Lapset kaipaavat medialta sananvapautta ja suojelua. Teoksessa U. Järvi (toim.) Tautinen media. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim. 146-150.

Olweus, D. 2013. School Bullying. Development and Some Important Challenges. *The Annual Review of Clinical Psychology*, 9, 751–780.

[https://www.researchgate.net/publication/234087483\\_School\\_Bullying\\_Development\\_and\\_Some\\_Important\\_Challenges](https://www.researchgate.net/publication/234087483_School_Bullying_Development_and_Some_Important_Challenges)

luettu 16.1.2019

Olweus, D. 1994. Bullying at School: Long-term outcomes for the victims and an effective school-based intervention program. Teoksessa L. Huesmann (toim.) *Aggressive Behavior: Current perspectives*. New York: Plenum. 97-130.

Olweus, D. 1991. Victimization Among School Children, Teoksessa R. Baeninger. Editor(s), *Advances in Psychology*, 76, 45–102.

Opetushallitus 2016. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014.

Patchin, J. W. & Hinduja, S. 2006. Bullies move beyond the schoolyard: A preliminary look at cyberbullying. *Youth violence and juvenile justice* 4, 148–169.

[https://www.researchgate.net/profile/Sameer\\_Hinduja/publication/258201014\\_Bullies\\_Move\\_Beyond\\_the\\_Schoolyard\\_A\\_Preliminary\\_Look\\_at\\_Cyberbullying/links/5876992208aebf17d3b9a31d/Bullies-Move-Beyond-the-Schoolyard-A-Preliminary-Look-at-Cyberbullying.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Sameer_Hinduja/publication/258201014_Bullies_Move_Beyond_the_Schoolyard_A_Preliminary_Look_at_Cyberbullying/links/5876992208aebf17d3b9a31d/Bullies-Move-Beyond-the-Schoolyard-A-Preliminary-Look-at-Cyberbullying.pdf) luettu 15.1.2019

Patchin, J. W. & Hinduja, S. 2010. Cyberbullying and self-esteem. *Journal of school health* 80, 614–621.

[https://www.researchgate.net/publication/47814422\\_Cyberbullying\\_and\\_Self-Esteem](https://www.researchgate.net/publication/47814422_Cyberbullying_and_Self-Esteem) luettu 15.1.2019

Patchin, J. W. 2013. Cyberbullying among adolescents: implications for empirical research. *Journal of adolescents health* 53, 431–432.

Patton, M. Q. 2002. *Qualitative research & evaluation methods*. 3. painos. Thousand Oaks: Sage

Pervin, L. 2003. *The science of personality*. New York: Oxford university press.

Pönkä, H. 2014. *Sosiaalisen median käsikirja*. Jyväskylä: Docendo Oy.

Pörhölä, M., Karhunen, S. & Rainivaara, S. 2006. *Bullying and school and in the*

workplace: a challenge for communication research. Teoksessa C. Beck (toim.) Communication yearbook 30. Mahwah: Erlbaum.  
[https://www.researchgate.net/publication/247520864\\_Bullying\\_at\\_School\\_and\\_in\\_the\\_Workplace\\_A\\_Challenge\\_for\\_Communication\\_Research](https://www.researchgate.net/publication/247520864_Bullying_at_School_and_in_the_Workplace_A_Challenge_for_Communication_Research)

luettu 15.1.2019

Pörhölä, M. 2009. Psychosocial well-being of victimized students. In T. A. Kinney & M. Pörhölä (eds.) Anti and pro-social communication: Theories, methods, and applications. Language as Social Action Vol. 6. New York: Lang, 83–93.

Pörhölä, M. & Kinney, T. A. 2010. Bullying: context, consequences, and control. Barcelona: Editorial Aresta.

Raeuori, A., Dick, D., Keski-Rahkonen, A., Pulkkinen, L., Rose, R., Rissanen, A., Kaprio, J., Viken, R. & Silventoinen, K. 2007. Genetic and environmental factors affecting self-esteem from age 14 to 17: a longitudinal study of Finnish twins. Psychological Medicine 37 (11), 1625–1633.  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2084483/> luettu 28.1.2019

Reasoner, R. 1994. Building self-esteem in the elementary schools. Palo Alto: Consulting Psychologists Press.

Reasoner, R. W. 2010. The true meaning of self-esteem. Fulton, MD: National Association for Self-esteem.  
[https://www.researchgate.net/publication/265226074\\_THE\\_TRUE\\_MEANING\\_OF\\_SELF-ESTEEM](https://www.researchgate.net/publication/265226074_THE_TRUE_MEANING_OF_SELF-ESTEEM) luettu 28.1.2019

Rose, J. & Perski, A. 2010. Ylitunnollisuus. Eroon suorittamisen pakosta. Helsinki: Minerva.

Rosenberg, M. 1965. Society and the adolescent self-image. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Rubin, H. & Rubin, I. 2005. Qualitative interviewing. The art of hearing data. 2. painos. London: SAGE Publications.

Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. 2005. Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. (toim.) Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 22–56.

Rättilä, T. 2007. Sosiaalisen median mahdollisuudet kodin, koulun ja kunnan viestinnässä. Tampereen Yliopisto. Tiedotusopin laitos. Julkaisuja B 47.

Saarikoski, P. 2013. 2004 – Vuodatuksia laajakaistoilla. Teoksessa J. Suominen, S. Östman, P. Saarikoski & R. Turtiainen. Sosiaalisen median lyhyt historia. Helsinki: Gaudeamus Oy. 48-66.

Salmivalli, C. 1998. Koulukiusaaminen ryhmäilmionä. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Schaffer, H. 2006. Key concepts in developmental psychology. Los Angeles: SAGE.

Scheinin, P. 1999. Kouluun liittyvä minäkäsitys ja itsetunto. Teoksessa Hautamäki, J., Arinen, P., Bergholm, B., Hautamäki, A., Kupiainen, S., Kuusela, J., Lehto, J., Niemivirta, M. & Scheinin, P. Oppimaan oppiminen ala-asteilla. Helsinki: Opetushallitus, Oppimistulosten arviointi 3/1999, 157–184.

Scheinin, P. & Niemivirta, M. 2000. Itsetunto, syrjäytymisuhka ja koulun toimintakulttuuri. Helsinki: Opetushallitus.

Sotelo, M. 2000. Sex differences in self-concept in Spanish secondary school students. Psychological Reports 87(3), 731–734.

Spotify 2019. [www.spotify.com](http://www.spotify.com) luettu 13.1.2019

Suominen, J. 2013. Johdanto – Sosiaalisen median aika. Teoksessa J. Suominen, S. Östman, P. Saarikoski & R. Turtiainen. Sosiaalisen median lyhyt historia. Helsinki: Gaudeamus Oy. 9-27.

Suominen, J. 2013. 2003 – Tyyntä myrskyn edellä. Teoksessa J. Suominen, S. Östman, P. Saarikoski & R. Turtiainen. Sosiaalisen median lyhyt historia. Helsinki: Gaudeamus Oy. 28-47.

Staksrud, E., Ólafsson, K. & Livingstone, S. 2012. Does the use of social networking sites increase children's risk of harm? Computers in human behavior 29, 1-29. <https://core.ac.uk/download/pdf/9692087.pdf> luettu 14.1.2019

Svartsjö, R. & Hellsten, E. 2004. Lapsen varhaisen psyykkisen kehityksen erityispiirteet. Teoksessa Pihlaja, P. & Viitala, R. (toim.) Eryityiskasvatus varhaislapsuudessa. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö, 12–33.

Strömberg, J. 2019. Oulun seksuaalirikostutkinnoista puolet syyttäjälle helmi-kuussa – Näin Suomea järkyttäneet tutkinnat ovat edenneet. <https://yle.fi/uutiset/3-10623748> luettu 18.2.2019.

Säntti, R. & Säntti P. 2011. Organisaatio ja sosiaalisen median ajattelutapa: Tiedosta, määrittele ja hyödynnä. Teoksessa T. Aaltonen-Ogeibe, P. Saastamoinen, H. Rainio & T. Vartiainen. (toim.) Silmät auki sosiaaliseen mediaan. Eduskunnan tulevaisuusvaliokunnan julkaisu.

Thurlow, C., Lengel, L. & Tomic, A. 2004. Computer Mediated Communication. Social interaction and the internet. Thousand Oaks, CA: Sage Publications 2004.

Toivakka, S. & Maasola, M. 2012. Itsetunto kohdalleen! Harjoituksia itsetuntemuksen ja vuorovaikutustaitojen oppimiseen. 2. painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2014. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsittely Suomessa.

[https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)

Uusitalo, N., Vehmas, S. & Kupiainen, R. 2011. Naamatusten verkossa. Lasten ja nuorten mediaympäristön muutos, osa 2. Tampere: Juvenes Print Oy.

Vaismoradi, M., Turunen, H. & Bondas, T. 2013. Content analysis and thematic analysis: implications for conducting a qualitative descriptive study. *Nursing and Health Sciences* 15 (3), 398–405.

Valli, R. 2018. Aineistonkeruu kyselylomakkeella. Teoksessa R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. PS-kustannus: Jyväskylä. 92-116.

Valli, R. & Perkkilä, P. 2018. Sähköinen kyselylomake ja sosiaalinen media aineistonkeruussa. Teoksessa R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. PS-kustannus: Jyväskylä. 117-128.



Vandebosch, H. & Van Cleemput, K. 2008. Defining cyberbullying: A qualitative research into the perception of youngsters. *Cyberpsychology and behaviour* 11, 499–503

<https://pdfs.semanticscholar.org/ee17/16f4ebdef031b324262335625a15d9c9f34b.pdf>

luettu 15.1.2019

Vandebosch, H. & Van Cleemput, K. 2009. Cyberbullying among youngsters: profiles of bullies and victims. *New media society* 11, 1349–1371.

Varto, J. 1992. *Laadullisen tutkimuksen metodologia*. Helsinki: Kirjayhtymä.

Vogel, E., Rose, J., Roberts, L. & Eckles, K. 2014. Social Comparison, Social Media, and Self-Esteem. American Psychological Association. *Psychology of Popular Media Culture* 2014, Vol. 3, No. 4, 206–222.

[https://www.researchgate.net/publication/275507421\\_Social\\_comparison\\_social\\_media\\_and\\_self-esteem](https://www.researchgate.net/publication/275507421_Social_comparison_social_media_and_self-esteem) luettu 9.1.2019

Volk, A., Dane, A., Marini Z. 2014. What is bullying? A theoretical redefinition. *Developmental review*, 34, 327–343.

Willard, N. E. 2007. *Cyberbullying and cyberthreats: Responding to the challenge of online social aggression, threats and distress*. Champaign, IL: Research Press.

Ybarra, M. L. & Mitchell, K. J. 2004. Online aggressors/target, aggressors, and targets: a comparison of associated youth characteristics. *Journal of child psychology and psychiatry* 45, 1308–1316.

<http://bienestaryproteccioninfantil.es/imagenes/tablaContenidos03SubSec/CV75.pdf>

luettu 14.1.2019

## 9 LIITTEET

### Liite 1. Tutkimuslupalomake

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

OPETTAJANKOULUTUSLAITOS  
KASVATUSTIETEIDEN LAITOS

#### TUTKIMUSLUPA

Olen luokanopettajaopiskelija Laura Ylinen ja tekemässä pro gradu –tutkielmaani. Tutkielmani käsittelee sosiaalisessa mediassa kiusaamista kokevien nuorten itsetuntoa. Tutkimukseni aihe on merkityksellinen, koska sosiaalisen median käyttö on lisääntynyt merkittävästi yhä nuoremmilla oppilailla. Tutkielmani ohjaajana toimii Hely Innanen, (sähköpostiosoite), (puhelinnumero).

Aineisto kerätään webropol-lomakekyselyn kautta sähköisesti sekä haastattelemalla. Haastattelut nauhoitetaan, mutta ainoastaan tutkimuskäyttöön.

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista, ja osallistumisen voi keskeyttää missä tahansa vaiheessa tutkimusta. Tutkimusaineistoa käsitellään ja säilytetään luottamuksellisesti. Tutkimusaineistoa käytetään siten, etteivät henkilöt ole yksilöinä tunnistettavissa. Kun tutkimus on päättynyt ja opinnäyte hyväksytty, tutkimusaineisto hävitetään.

Annan mielelläni lisätietoa tutkimuksesta. Voitte ottaa minuun yhteyttä sähköpostitse (sähköpostiosoite) tai puhelimitse (puhelinnumero).

Pyydän suostumustanne antaa lapsenne osallistua tutkimukseeni.

#### SUOSTUMUS OSALLISTUA YLLÄ KUVATTUUN TUTKIMUKSEEN

- suostun  
 en suostu

---

Aika ja paikka

---

Allekirjoitus ja nimenselvennys

## Liite 2. Haastattelurunko

### HAASTATTELUKYSYMYKSET

1. Ikä
2. Mitä sosiaalisen median palveluita käytät? Luettele kaikki käyttämäsi palvelut.
3. Kuinka paljon käytät sosiaalista mediaa? (viikoittain, päivittäin... jos käytät päivittäin, arvioi käyttämäsi tunnit)

### KIUSAAMISEN KOKEMUKSET:

4. Millä tavoin sinua on kiusattu sosiaalisessa mediassa?
5. Millaisissa tilanteissa sinua on kiusattu sosiaalisessa mediassa? Ovatko kiusaamisen kokemukset sosiaalisessa mediassa vaikuttaneet joskus mielialaasi? Jos ovat, niin millä tavalla?
6. Ovatko kiusaamisen kokemukset sosiaalisessa mediassa vaikuttaneet sinun kaverisuhteisiin? Jos ovat, niin millä tavalla?

### ITSETUNTO:

#### A. MINÄPÄTEVYYS

7. Miten toimit kiusaamistilanteessa sosiaalisessa mediassa?
8. Miten selvität kiusaamistilanteen sosiaalisessa mediassa (esimerkiksi kerrotko siitä jollekin, sanotko kiusaajalle suoraan?)
9. Millä tavalla kiusatuksi joutuminen on vaikuttanut sosiaalisen median käyttöösi?

#### B. ITSEARVOSTUS

10. Miten kuvailisit itseäsi/luonnettasi? Kerro hyvistä ja toisaalta kehitettävistä ominaisuuksista itsessäsi.
11. Miten vanhempasi kuvailisivat sinua. Oletko samaa mieltä? Minkä vuoksi?
12. Miten luokkakaverisi kuvailisivat sinua. Oletko samaa mieltä? Minkä vuoksi?
13. Ovatko kokemuksesi sosiaalisessa mediassa joskus vaikuttaneet käsityksiisi itsestäsi tai siihen, kuinka tärkeänä pidät itseäsi? Pohdi ja perustele.

## Liite 3. Analysointitaulukot

Alkuperäinen ilmaisu	Pelkistetty ilmaisu	Alaluokka	Yläluokka	Pääloukka
"no kaikkee että... että hyi... vitun ruma ja kaikkee tällaista, haukuttiin ulkonäköä" (O2)	Ulkoisten ominaisuuksien arvostelu 6/9			
"Ulkonäköä ja vaatteita" (O6)	(sanallinen arvostelu)			
"Puuttumalla ulkonäköni, haukkumalla ja arvostelemalla" (O5)				
"näkipä kaikki sut niinku... millanen sä oikeesti oot ja etkä... että sä esität liikaa täällä somessa -" (O2)	Luonteenpiirteiden arvostelu 4/9	Suora kiusaaminen (julkinen tai yksityinen)		Kiusaamisen kokemukset sosiaalisessa mediassa
"... ja siitä et minkälainen ihminen mä oon, mä niinku tosi paljon poikkean muista -" (O1)	(sanallinen arvostelu)			
"on moitettu taidoista" (O8)	Toimintatapojen arvostelu 2/9		Kiusaamisen muodot	
"...kahteen instagramkuvaan, ku julkasin ekan ja sit mä poistin sen toisen... ni sitte sinne tuli sellane niinku kommentti että... vitsin pelle pelkääksä meitä näin paljon et poistat sun jokaisen ig kuvan..." (O2)	(sanallinen arvostelu)			
"...sen ryhmän niinku nimi on liittyny muhun ja sit siin on lukenu jotai niinku haukkumisjuttuja musta..." (O2)	Nöyryytys ryhmissä (vallan epätasapaino) 5/9			
"... sitku mä en oo oikei tienny kuka se on nii sit mä oon vaa hyväksyny sen... nii se laitto mulle sinne viestiä, että... että mitä sä niinku teet sun elämässä, et tapa ittes, kaikkee tollasta..." (O2)"	Anonyymit loukkaavat viestit 3/9			
"On kommentoitu esim. kuviin rumasti" (O5)				
"... ja sit siitä kuvasta otettii screenshotti ja sitte lähetettii johonki whatsappryhmään..." (O2)	Kuvien arvostelu ja levitys 6/9			

<p>"noo sit on niinku luotu ryhmiä... missä mä en oo ollu..." (O2)</p> <p>"Esim. jos olen eri mieltä jonkun toisen kanssa niin muut menee sen kaverinsa puolelle..." (O7)</p>	<p>Ulkopuolelle jättäminen 2/9</p>	<p>Epäsuora kiusaaminen (julkinen tai yksityinen)</p>		
<p>"... ja naureskelemalla" (O5)</p> <p>"... ja sit siitä kuvasta otettii screenshottii ja sitte lähetettii johonki whatsappryhmään ja sit siel naurettiin mulle" (O2)</p>	<p>Selän takana pilkkaaminen ja naurunalaiseksi joutuminen 3/9</p>			<p>Kiusaamisen kokemukset sosiaalisessa mediassa</p>
<p>"Olen itkenyt ja ollut masentunu" (O5)</p> <p>"mä oon monta kertaa itkeny sen takia..." (O1)</p>	<p>Mielialaa laskevat tuntemukset 9/9</p>	<p>Mielialan muutokset</p>		
<p>"Olen yleensä todella vihainen jos minulle käy niin" (O8)</p>	<p>Mielialaa kiihdyttävät tuntemukset 3/9</p>		<p>Kiusaamisesta johtuvat muutokset</p>	
<p>"En voi luottaa niihin jotka ovat kiusanneet edes vähän" (O7)</p> <p>"noo.. luottamus on heikentyny joihinki..." (O2)</p>	<p>Luottamuksen heikentyminen 3/9</p>	<p>Kaverisuhteiden muutokset</p>		
<p>"Joo, olen menettänyt kavereita" (O5)</p> <p>"Olen menettänyt hyvän kaverini" (O8)</p> <p>"Kaverisuhteita on rikkoutunut" (O9)</p>	<p>Ystävyysuhteiden hajoaminen 8/9</p>			

Alkuperäinen ilmaisu	Pelkistetty ilmaisu	Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
<p>"Poistan kommentin ja unohdan asian" (O3)</p> <p>"Yritän olla välittämättä" (O9)</p> <p>"mä vaan poistan sen, emmä välitä! mitä väliä sillä on?" (O1)</p>	<p>Välinpitämättömyys kommentointia kohtaan 5/9</p>			
<p>"yritän olla itkemättä ja väittää vastaan" (O7)</p> <p>"...väitän vastaan ja suojelen itse itseä" (O8)</p>	<p>Ei riittäviä taitoja kiusaamisen käsittelemiseen 4/9</p>	<p>Kiusaamistilanteiden ratkaisutavat</p>		
<p>"no mä kerroin eka mun kaverille ja sitte... nii sit ku mä sanoin äitille ja äiti otti sitte niihi vanhempii yhteyttä..." (O2)</p> <p>"olen kertonut opettajalle, mutta opettajan puuttuessa se ei muuttunut lainkaan" (O8)</p>	<p>Kiusaamisesta toiselle kertominen 9/9</p>		<p>Kiusaamista kokevien miinäpätevyys</p>	<p>Kiusaamista kokevien itsetunto</p>
<p>"olen vähentänyt sen käyttöä" (O5)</p> <p>"se on vähentynyt, en ole halunnut katsoa kaikkia viestejä" (O9)</p> <p>"joskus ei edes halua avata puhelinta jos siellä on sellaisia viestejä" (O7)</p>	<p>Käytön vähentyminen 6/8</p>	<p>Kiusaamisen vaikutukset sosiaalisen median käyttöön</p>		

<p>"Toisista välittävä ja ystävällinen" (O4)</p> <p>"Rohkea, iloinen ja yhteistyöhaluinen" (O6)</p>	<p>Tyytyväisyys itseensä 5/9</p>			
<p>"en sit tiä niinku hyviä puolia, en osaa kuvailla itsestäni niinku hyviä puolia ehkä..." (O2)</p>	<p>Tyytymättömyys itseensä 4/9</p>	<p>Käsitykset itsestä</p>	<p>Kiusaamista kokevien itsearvostus</p>	
<p>"harvoin mä tykkään kehua itseäni, että mä kyl yleensä mielummin alennan itteeni ku kehuun..." (O1)</p>	<p>Itsensä vähättely 4/9</p>			
<p>"Energinen, liikunnallinen, reipas, ystävällinen. Olen samaa mieltä ja olen huomannut sen" (O9)</p> <p>"Hauskaksi varmaan, koska tykätään vitsaila keskenään" (O3)</p>	<p>Itsensä tunteminen tärkeäksi 8/9</p>			
<p>"en oikein tiedä, joskus olen todella vaikea joten silloin varmaan olen maailman surkein ihminen maailmassa ja sitten, kun on hyvä päivä nii olen sitten tärkeämpi" (O8)</p>	<p>Epävarmuus vanhempien välittämisestä 1/9</p>	<p>Käsitykset vanhempien mielipiteistä</p>		<p>Kiusaamista kokevien itsetunto</p>
<p>"no ehkä vähän ja ehkä en..." (samaa mieltä vanhempien kommentista) (O2)</p>	<p>Muiden mielipiteiden vähättely 2/9</p>		<p>Kiusaamista kokevien itsearvostus</p>	
<p>"iloinen, hauska, ystävällinen ja rohkea, olen" (O6)</p> <p>"Ystävänäni pitävät hyvänä ystävänä" (O7)</p>	<p>Itsensä tunteminen tärkeäksi 8/9</p>			

<p>"... osa kirjoitti kiva ja ystävällinen ja... niin, siitä voi jo vähä päätellä et mitä ne musta miettii.. ellei sitte joku kirjottanu vaa ystävällisyyden merkeissä..." (O2)</p>	<p>Epävarmuus kavereiden välittämistä 1/9</p>	<p>Käsitykset kavereiden mielipiteistä</p>		
<p>"Hauska ja hyvä pelaamaan ovat sanoneet. Olen samaa mieltä peliasian suhteen, mutta hauskuuden... kaikkea muuta kuin hauska :D" (O4)</p> <p>"paitsi en edelleenkää siitä et mä oon kaunis, siitä mä oon sillee et no emmä ny tiedä, mut ne on vaa sillee joojoo oot oot" (O1)</p>	<p>Muiden mielipiteiden vähättely 5/9</p>			<p>Kiusaamista kokevien itsetunto</p>
<p>"nyt mua vetää vähän hiljaseks, koska mä vihaan melkei kaikkia mun luokkalaisia" (O1)</p>	<p>Varautunut suhtautuminen luokkalaisiin 3/9</p>		<p>Kiusaamista kokevien itsearvostus</p>	
<p>"Joo, itsetuntoni on kadonnut" (O6)</p> <p>"tuntuu, että olisin nolla heidän edessään" (O8)</p> <p>"muuten mä oon ollu sillee, et tahtoo kaverit niinku vaa kertoo mulle et mikä mä oon, mulla ei oo enää niinku et mun mielipiteellä ei oo mitää väliä ja kaikki vihakommentit on vaa totta ja tällaista..." (O1)</p>	<p>Tuntemukset omasta arvosta heikentyneet 6/9</p>	<p>Käsitykset omasta arvosta</p>		
<p>" ei ole muuttunut" (O4)</p>	<p>Tuntemukset omasta arvosta eivät ole muuttuneet 3/9</p>			