

Supportiivinen viestintä mielenterveyttä  
käsittelevissä vlogeissa

Milja Leskinen  
Viestinnän maisterintutkielma  
Kevät 2019  
Kieli- ja viestintätieteiden laitos  
Jyväskylän yliopisto

## JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Tiedekunta – Faculty Humanistis-yhteiskuntatieteellinen tiedekunta	Laitos – Department Kieli- ja viestintätieteiden laitos
Tekijä – Author Milja Leskinen	
Työn nimi – Title Supportiivinen viestintä mielenterveyttä käsittelevissä vlogeissa	
Oppiaine – Subject viestintä	Työn laji – Level Maisterintutkielma
Aika – Month and year Kevät 2019	Sivumäärä – Number of pages 73
<p>Tiivistelmä – Abstract</p> <p>Tämän maisterintutkielman tavoitteena oli ymmärtää supportiivista viestintää mielenterveyttä käsittelevissä vlogeissa ja kuvata vloggaajan ja katsojan vuorovaikutussuhdetta supportiivisten sanomien kautta. Tutkielma toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Taustatieto koottiin vlogeja, vuorovaikutussuhteita ja supportiivista viestintää käsittelevistä tutkimusartikkeleista. Tutkimusaineisto kerättiin kolmesta vlogista kolmelta eri vloggaajalta, jolloin tutkimusaineisto koostui yhteensä yhdeksästä vlogista ja niiden kommentteista. Aineisto analysoitiin teoria- ja aineistolähtöisesti laadullisen sisällönanalyysin menetelmällä.</p> <p>Vlogeissa ja vlogien kommentteissa oli havaittavissa tiedollista, emotionaalista, arvostavaa ja yhteisöllistä tukea. Tulokset osoittavat, että vlogeissa ja kommentteissa osoitettiin tukea eri tavoin. Vloggaajat osoittivat vlogissa tukea katsojille kohdentamattomasti, jolloin henkilökohtaiset supportiiviset sanomat puuttuivat, mikä näkyi erityisesti emotionaalisissa tuen sanomissa. Vlogin kommentteissa katsojat ja vloggaajat osoittivat tukea monipuolisemmin ja kohdistetummin vuorovaikutuskumppanille. Vlogi ja mielenterveys näkyivät supportiivisissa sanomissa, mikä ilmeni aineistossa sellaisina sanomina, kuten kokemusten jakamisena, samankaltaisuuden osoittamisena, häpeän vähentämisenä ja yhteisöllisyyden osoittamisena. Yhteisöllinen tuki nostettiin yhdeksi tuen muodoksi aineiston perusteella.</p> <p>Supportiiviset sanomat ilmensivät vloggaajan ja katsojan vuorovaikutussuhteelle ominaisia piirteitä, joita olivat vertaisuus, asymmetrisyys ja parasosiaalisuus. Vuorovaikutussuhteen ominaispiirteet ilmenivät suhtautumisen osoittamisena emotionaalisen, arvostavan ja tiedollisen tuen sanomissa.</p> <p>Tämän tutkimuksen tulokset vahvistavat, että tuki on kytköksissä viestintätilanteeseen ja vuorovaikutuskumppanin kuormitukseen eli tuki on kontekstisidonnaista. Tulokset antavat viitteitä siitä, että tuki on keskeinen funktio mielenterveysaiheisissa vlogeissa. Tämä tutkimus vahvistaa aikaisempien tutkimusten tapaan, että vlogien vuorovaikutussuhteisiin liittyy parasosiaalisuuden ja vertaisuuden piirteitä.</p>	
Asiasanat – Keywords vlogit, supportiivinen viestintä, sosiaalinen tuki, vuorovaikutus, vuorovaikutussuhde, parasosiaalinen vuorovaikutussuhde	
Säilytyspaikka – Depository Jyväskylän yliopisto	
Muita tietoja – Additional information	

## Sisällys

1 JOHDANTO	3
2 VLOGGAAJAN JA KATSOJAN VUOROVAIKUTUS	5
2.1 Vlogin ominaispiirteet	5
2.2 Vlogi teknologiavälitteisenä viestintänä	7
2.3 Vuorovaikutussuhde vlogeissa	10
3 SUPPORTIIVINEN VIESTINTÄ VLOGEISSA	15
3.1 Supportiivinen viestintä	15
3.2 Supportiivisen viestinnän muodot	17
3.3 Teknologiavälitteinen supportiivinen viestintä	19
4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	24
4.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset	24
4.2 Tutkimusmenetelmä	26
4.3 Aineiston muodostaminen	27
4.4 Aineiston analysointi	29
4.5 Eettiset kysymykset	32
5 TULOKSET	35
5.1 Vlogeissa osoitettu tuki	35
5.2 Supportiiviset sanomat kommenteissa	39
5.3 Supportiivisuus vuorovaikutussuhteissa	44
6 JOHTOPÄÄTÖKSET	52
6.1 Supportiivinen viestintä vlogeissa	52
6.2 Supportiiviset vuorovaikutussuhteet vlogeissa	57
7 PÄÄTÄNTÖ	63
7.1 Tutkimuksen arviointi	63
7.2 Jatkotutkimushaasteet	65
Kirjallisuus	69

## 1 JOHDANTO

Mielenterveyteen liittyvistä asioista puhumisesta tullut yhä sallivampaa. Myös vlogeissa eli videoblogeissa on viime vuosien aikana käsitelty mielenterveysaiheita runsaasti. Vlogeissa vloggaajat puhuvat mielenterveydestä omaehtoisesti ja avoimesti, vaikka aiheet ovat henkilökohtaisia ja mahdollisesti arkaluontoisia. Mielenterveysaiheita käsitellään vlogeissa laajasti, ja vlogit voivat liittyä esimerkiksi mielenterveysongelmista kertomiseen, katsojien neuvomiseen tai omien kokemusten jakamiseen.

Vlogit ovat saavuttaneet suurta suosiota viime vuosina. Erityisesti nuoret katsovat vlogeja aktiivisesti, ja jopa 91 % kaikista 15–35-vuotiasta suomalaisista on katsonut yksityishenkilöiden tai ryhmien tuottamaa sisältöä YouTubessa vuonna 2018 (Troot Network 2018). Maailman suosituimmat vlogit ovat keränneet miljoonia katselukertoja, ja suosituimmilla suomalaisilla vlogeilla on satojatuhansia katselukertoja. Myös monia suomalaisia mielenterveysaiheisia vlogeja on katsottu satojatuhansia kertoja, joten mielenterveyteen liittyvät sisällöt tavoittavat monet suomalaiset, etenkin nuoret ja nuoret aikuiset.

Mielenterveysaiheiset vlogit voivat rohkaista keskustelemaan mielenterveysasioista, mikä on huomioitu myös osana valtakunnallista mielenterveystyötä. Ammattivloggaajia on osallistettu mukaan mielenterveyskampanjoihin, ja esimerkiksi Ylen ja mielenterveysjärjestöjen lanseeraamassa Sekasin-kampanjassa tunnetut vloggaajat toteuttivat yhteistyövideoita mielenterveyteen liittyen (ks. Sekasin | yle.fi). Kampanjan tarkoituksena oli havahduttaa sosiaalisen median vaikuttajia, kuten vloggaajia, mielenterveystyön haasteista ja rohkaista nuoria puhumaan mielenterveyden ongelmista (Mielenterveysseura 2016). Mielenterveysaiheiset vlogit mahdollistavatkin mielenterveydestä keskustelun muiden mielenterveysongelmia kokevien kanssa. Vlogeissa katsojat voivat osallistua keskusteluun kommentoimalla, ja vloggaaja voi kommentoida myös katsojille, jolloin vuorovaikutus on vastavuoroista.

Koska mielenterveyteen liittyvät aiheet voidaan nähdä kuormitusta aiheuttavina, on luontevaa, että vlogeissa osoitetaan tukea vlogin aiheeseen liittyen. Kun tällaista tuen osoittamista tarkastellaan viestinnän näkökulmasta, käytetään supportiivisen viestinnän käsitettä. Supportiivinen viestintä tarkoittaa tuen osoittamista vuorovaikutuskumppanille, jonka katsotaan tarvitsevan tukea kuormittavassa asiassa (MacGeorge ym. 2011, 317), kuten esimerkiksi mielenterveysongelmissa. Supportiivisella viestinnällä tiedetään olevan vaikutusta fyysisen ja psyykkisen terveyden kannalta (MacGeorge ym. 2011, 325). Koska vlogit tavoittavat runsaasti katsojia, on supportiivista viestintää erityisen merkityksellistä tarkastella vlogeissa juuri hyvinvoinnin kannalta.

Vlogissa vloggaaja voi osoittaa tukea katsojille ja lisäksi vlogin kommentteissa katsojat ja vloggaaja voivat osoittaa tukea toisilleen. Toisinaan tietyt katsojat ja vloggaajat osoittavat tukea toisilleen toistuvasti, jolloin katsojan ja vloggaajan välinen vuorovaikutus on jatkuvaa. Katson, että tällaisissa tilanteissa vloggaajan ja katsojan vuorovaikutusta voidaan tarkastella vastavuoroisena vuorovaikutussuhteena. Vlogien tutkimuksessa tällaisia vastavuoroisia vuorovaikutussuhteita on tarkasteltu vähän. Sen sijaan vlogien vuorovaikutussuhteita on lähestytty usein parasosiaalisen vuorovaikutussuhteen käsitteellä, joka painottuu katsojan suhtautumiseen kuvitellusta vuorovaikutussuhteesta vloggaajaan (ks. esim. Ferchaud ym. 2018; Munnukka ym. 2019). Koska vlogeja ei juuri ole tarkasteltu vastavuoroisen vuorovaikutussuhteen näkökulmista, olen erityisen kiinnostunut siitä, mitä tuen osoittaminen ilmentää vuorovaikutussuhteista mielenterveysvlogeissa.

Tässä tutkimuksessa olen kiinnostunut supportiivisesta viestinnästä mielenterveysaiheisissa vlogeissa. Tarkastelen supportiivista viestintäkäyttäytymistä vloggaajan ja katsojan välisessä vuorovaikutuksessa ja vuorovaikutussuhteissa. Katson, että vlogeissa on havaittavissa vuorovaikutusta silloin, kun katsoja jättää kommentin vlogiin. Vloggaajan ja katsojan vuorovaikutussuhde puolestaan on havaittavissa toistuvina supportiivisten sanomien vaihdantana vlogin kommentteissa.

## 2 VLOGGAAJAN JA KATSOJAN VUOROVAIKUTUS

### 2.1 Vlogin ominaispiirteet

Vlogit ovat osa sosiaalisen median monimuotoista kenttää. Sosiaalinen media mahdollistaa hyvinvoinnin edistämisen ja ylläpidon monin eri tavoin. Koska sosiaalista mediaa käytetään jatkuvasti, on sen rooli hyvinvoinnin ylläpidossa yhteiskunnallisesti merkittävä. Tässä tutkimuksessa keskityn sosiaalisen median muodoista nimenomaan vlogeihin ja siihen, miten ja millaista tukea osoitetaan vlogeissa.

*Vlogi* eli videoblogi juontaa juurensa blogin käsitteestä. Etenkin varhaisimmissa vlogeja käsittelevissä tutkimuksissa vlogi määritellään blogin käsitteen pohjalta videomuotoiseksi blogiksi. Vlogilla ja blogilla on yhteistä se, että esiintyjä julkaisee sisältöä henkilökohtaisista asioistaan ja hän voi itse hallita tuottamaansa sisältöä. Toisin kuin blogissa, vlogissa esiintyjä julkaisee tarinoita tai tietoa itsestään vlogeissa videon muodossa tekstin sijaan. (ks. Frobenius 2011, 816; Griffith & Papacharissi 2010, 1–2.)

Vlogin käsitteellä ei ole yhtenäistä määritelmää, mikä ilmenee siten, että vlogi voidaan määritellä sen sisällön tai julkaisualustan perusteella. Esimerkiksi yhteisöpalvelu YouTubeen ladatut videot voidaan jakaa sisällön perusteella joko vlogeihin tai muihin sisältövideoihin (Berryman & Kavka 2017, 310; Cunningham & Craig 2017). Kyse on siitä, miten vlogien nähdään eroavan muista videosisällöistä. Tässä tutkimuksessa ymmärrän vlogin sen sisällön kautta: vlogissa keskeistä on vloggaajan elämään liittyvien aiheiden käsittely ja itsestäkertominen. Vlogin käsitteeseen liittyy käsite tube, ja toisinaan videoiden tekijöistä puhutaan vloggaajien sijaan tubettajista. Katson kuitenkin, että vlogi viittaa videoiden päiväkirjamaiseen sisältöön ja sen sijaan käsite tube määritellään julkaisualustan eli YouTubeen kautta. Tubevideot ovat YouTubeen ladattuja videoita, jotka voivat olla vlogeja, mutta ne voivat olla sisällöltään muutakin kuin päiväkirjamaista sisältöä, esimerkiksi pelivideoita.

Toisin kuin bloggaaja julkaisee *blogissaan*, julkaisee vloggaaja *vlogin*. Toisaalta, kun bloggaaja perustaa *blogin*, myös vloggaaja perustaa *vlogin*. Vlogi voidaan käsittää samanaikaisesti sekä yksittäiseksi videoksi että videoista muodostuvaksi kokonaisuudeksi, jota yksittäinen vloggaaja ylläpitää (Frobenius 2011, 816). Selkeyden vuoksi viitataan tässä tutkimuksessa vlogin käsitteellä yksittäiseen tietty sisällölliset kriteerit täyttävään videoon, kun taas käsitteellä vlogikanava tarkoitan vloggaajakohtaisesti arkistoitua videoiden kokonaisuutta.

Vlogin tuottaminen muodostuu karkeasti jaoteltuna kahdesta vaiheesta: materiaalin kuvaamisesta ja videon editoinnista. Kuvausvaiheessa vloggaaja kuvaa itseään ja esiintymistään kameralle. Useimmissa vlogeissa on yksi esiintyjä eikä niissä yleensä ole merkkejä toisten läsnäolosta. Editointi voi olla vloggaajasta ja hänen taidoistaan riippuen eri tasoista. Editoinnissa vloggaaja tekee päätöksiä tallentamaansa kuvaan ja ääneen liittyen. (Frobenius 2011, 815–816.)

Viime vuosien aikana vloggaaminen on muuttunut yhä ammattimaisemmaksi ja kaupallisemmaksi. Erityisesti varhaisimmissa tutkimuksissa vloggaajia on luonnehdittu amatöörimäisiksi videon tekijöiksi, ja vlogeihin yhdistettiin vähäiset katselukerrat verrattuna esimerkiksi television katselulukuihin (ks. esim. Frobenius 2011, 816). Kuitenkin viime vuosien aikana vlogeista on tullut suosittuja, ja monet vloggaajat ovat voineet työllistää itsensä vlogeillaan (ks. esim. Ferchaud ym. 2018, 88). Samalla vlogeja on alettu tehdä yhä suunnitellummin ja rutiininomaisemmin (ks. esim. Berryman & Kavka 2017, 310; Cunningham & Craig 2017; Illera & Benito 2018). Alan kaupallistuminen näkyy esimerkiksi erilaisina brändiyhteistöinä (ks. esim. Liu ym. 2019; Munnukka ym. 2019). Katson, että vloggaamisen ammatillistumisella ja erilaisilla kaupallisilla yhteistöillä voi olla merkitystä vlogien sisältöjen ja toteutuksen kannalta. Esimerkiksi mielenterveysaiheisia vlogeja on toteutettu yhteistyössä osana mielenterveysseurojen ja Ylen lanseeraamaa Sekasin-kampanjaa (ks. esim. Mielenterveysseura 2016; Sekasin | yle.fi).

Suuri osa vlogeista on ladattu yhteisöpalvelu YouTubeen, joka mahdollistaa vloggaajan ja katsojan välisen viestinnän ja vuorovaikutuksen. YouTube mahdollistaa videoiden katsomisen, omien videoiden lataamisen sivustolle, sisältöjen jakamisen, kanavien tilaamisen sekä toisten videoiden kommentoinnin ja arvioinnin (Misoch 2015, 536). Palvelu on kaikille avoin, mutta videoiden lataaminen sivustolle, videoiden kommentointi ja arvostelu edellyttävät palveluun rekisteröitymistä. Lange (2007, 361) on määritellyt YouTubeen julkiseksi videoiden jakamiseen tarkoitetuksi verkkosivuksi, jossa videoihin eriasteisesti sitoutuneet katsojat katselevat ja jakavat videoita ylläpitääkseen vuorovaikutussuhteita. Onkin kiinnostavaa tarkastella, millä tavoin vuorovaikutussuhteet ilmenevät mielenterveysaiheisissa vlogeissa.

## **2.2 Vlogi teknologiavälitteisenä viestintänä**

Vlogi on teknologiavälitteistä viestintää, jossa vloggaaja kuvaa itseään videolle, jonka hän jakaa internetiin (Frobenius 2011, 815). Vloggaajan viestintää on kuvattu yleisölle suunnatuksi monologiksi, jolle on ominaista yleisön osallistumisen puute, sillä yleisöltä ei odoteta välitöntä osallistumista vuorovaikutukseen (Frobenius 2014, 69). Vaikka vloggaajat viestivät vlogissaan yksisuuntaisesti, heidän viestintäkäyttäytymisensä on luonnehdittu muistuttavan interpersonaaliseen vuorovaikutustilanteelle ominaista viestintää (Ferchaud ym. 2018, 94; Frobenius 2014, 61). Vloggaajat tyypillisesti kuvaavat itseään suoraan edestäpäin, mikä voi lisätä interpersonaalisen vuorovaikutustilanteen tuntua (Ferchaud ym. 2018, 94). Lisäksi vloggaajat puhuvat usein katsojalle kohdenetusti esittämällä kysymyksiä ja tervehtimällä, vaikka vloggaaja ei tiedä, kenelle hän tarkalleen puhuu (Frobenius 2014, 61). Tuen näkökulmasta ilmiö on kiinnostava, sillä mielenterveysaiheisissa vlogeissa vloggaaja voi osoittaa katsojille tukea samalla tavalla kuin interpersonaalisisessa vuorovaikutustilanteessa, vaikka hän ei suoraan osoita tukea henkilökohtaisesti kenellekään.



Vlogia voidaan luonnehtia myös audiovisuaaliseksi dokumentiksi, viestintävälineeksi ja verkossa tapahtuvaksi vuorovaikutukseksi (Biel & Gatica-Perez 2010, 211). Vlogeja ei siis nähdä pelkästään yksisuuntaisena viestintänä, sillä vlogien viestinnästä tulee kaksisuuntaista, kun katsoja kommentoi vlogia (Griffith & Papacharissi 2010, 2). Yhteisöpalvelut, kuten YouTube, mahdollistavat erilaisia ominaisuuksia, joiden avulla katsojat voivat kommentoinnin lisäksi arvioida vlogia, lähettää yksityisviestejä ja videovastauksia. (Frobenius 2011, 815–825). Katson, että vuorovaikutuksen mahdollisuus on vlogien kannalta merkityksellistä, sillä se erottaa vlogien katsomisen esimerkiksi television katsomisesta.

*Sitoutuminen* (engagement), *osallistuminen* (participation) ja *yhteisö* (community) ovat keskeisiä käsitteitä vlogeihin ja YouTubeen keskittyvässä viestinnän tutkimuksessa. Khan (2017, 237) esittää, että vlogeihin sitoutuminen voi olla joko aktiivista tai passiivista. Aktiivinen sitoutuminen ilmenee katsojien käyttäytymisenä, kuten videoiden arvosteluna, kommentoimisena, jakamisena ja omien videoiden lataamisena. Passiivista sitoutumista taas on videoiden katsominen ja kommenttien lukeminen. (Khan 2017, 235–237.) Vloggaajat voivat sitouttaa katsojia myös varsinaisen vlogin ulkopuolisissa kanavissa (Frobenius 2011, 815), kuten muissa yhteisöpalveluissa. Osallistumisella viitataan juuri aktiiviseen sitoutumiseen, mikä näkyy esimerkiksi katsojien jättäminä kommentteina. (Khan 2017, 235–237.) Tyypillisesti vloggaajat osallistavat katsojiaan pyytämällä heitä kommentoimaan ja arvostelemaan videoita sekä tilaamaan heidän vlogikanavansa, minkä on katsottu ilmentävän katselukertojen ja arvosteluiden tärkeyttä vlogeissa. Yhteisön käsite viittaa yleisesti vlogiin osallistuvien keskinäisen viestinnän välttämättömyyteen. (Frobenius 2014, 60.) Yhteisö voi tarkoittaa esimerkiksi yksittäisen vlogin seuraajista muodostuvia katsojia ja muita vloggaajia (ks. esim. Illera 2018, 38). Se, että aktiiviset osallistujat voivat esimerkiksi kommentoida vlogeja, voi mahdollistaa yhteisöllisyyden tunteen rakentumisen (Khan 2017, 236).

Mielenterveyttä käsittelevissä Youtube-videoissa sitoutumista on tarkasteltu sanomien kiinnostavuuden näkökulmasta. Yap ja kumppanit (2017) havaitsivat

mielenterveyttä käsittelevistä vlogeista, että katsojien sitoutuminen ja sanomien kiinnostavuus (message appeals) liittyivät toisiinsa. Masennusta, ahdistuneisuutta ja stigman vähentämistä käsittelevissä YouTube-videoissa ilmennettiin eniten ”surun sanomaa”, jolla viitattiin ilmauksiin, jotka ilmensivät muun muassa surun, huolen ja menetyksen tunteita. Katsojien sitoutuneisuutta tarkasteltiin sanomatyypin ja siihen kohdistuneiden tykkäysten, kommenttien ja jakamisen määrien perusteella. Surun sanomiin kohdistui eniten kommentteja, joten sen nähtiin sitouttavan katsojia eniten vlogiin. (Yap ym. 2017, 6–7.) On kiinnostavaa, että tällaisten negatiivisiksi miellettyjen sanomien kohdalla oli siis havaittavissa eniten vuorovaikutusta.

Vlogeille on tyypillistä, että vloggaaja kertoo niissä itsestään ja omasta elämästään kohdentamattomasti ja julkisesti. On havaittu, että itsestäkertominen on keskeinen vlogin sisältöön liittyvistä viestinnän ilmiöistä, ja sitä onkin käsitelty monissa vlogeja tarkastelevissa tutkimuksissa (ks. esim. Berryman & Kavka 2018; Ferchaud ym. 2018; Misoch 2015). Vlogeissa ilmenevä itsestäkertominen on monin tavoin erilaista, kuin interpersonaalisisissa vuorovaikutustilanteissa. Vlogeissa itsestäkertominen ilmenee yksisuuntaisesti siten, että vloggaaja esittelee itsensä ja ajatuksensa verkossa laajalle kohdentamattomalle yleisölle. Blogeissa tämänkaltaista itsestäkertomista on kuvattu kohdistamattoman itsestäkertomisen käsitteellä, jolla viitataan siihen, että itsestäkertomista ei kohdenneta kenellekään tietylle vuorovaikutuskumppanille (Jang & Stefanone 2011, 1040). Katson, että myös vlogeissa havaittavaa itsestäkertomista voidaan luonnehtia kohdentamattomaksi itsestäkertomiseksi, koska sitä ei kohdenneta yksittäisille henkilöille ja siitä puuttuu interpersonaaliselle viestinnälle ominaiset vuorovaikutussuhteiden jännitteet. Tätä tukee myös Misochin (2015, 539) havainto siitä, että vlogeissa itsestäkertomiseen ei liity yksityisyyden ja avoimuuden välistä dialektista jännitettä, jossa vuorovaikutusosapuolet joko tietoisesti tai tiedostamatta punnitsevat itsestäkertomisen riski- ja hyötysuhteita. Tämä puolestaan liittyy siihen, että vlogeissa ei tapahdu interpersonaalisisille vuorovaikutussuhteille ominaista yksityisyyden hallintaa, koska vloggaaja on ennalta päättänyt paljastaa tietyn sisällön ja kertoa siitä vlogissaan. (Misoch 2015, 539.)

Ferchaud ja kumppanit (2018, 93) ovat havainneet, että vlogeissa ilmenee muita YouTuben videogenrejä, kuten esimerkiksi pelivideoita ja tuotearvosteluvideoita, useammin kaikkia kolmea itsestäkertomisen muotoa, joita ovat positiivinen, negatiivinen ja neutraali itsestäkertominen. Misoch (2015) on tarkastellut itsestäkertomisen ja visuaalisen anonymiteetin yhteyttä itsetuhoista käyttäytymistä käsittelevissä vlogeissa ja videoissa, joissa esiintyjät kertoivat itsestään käsinkirjoitettujen korttien avulla. Suuri osa videoiden aiheista liittyi mielenterveyden ongelmiin. Visuaalisella anonymiteetillä tarkoitettiin sitä, että videoiden henkilöt eivät paljastaneet kasvojaan ja eivät siten olleet tunnistettavissa. Tutkimuksen perusteella sillä, olivatko vloggaajan kasvot tunnistettavissa vai ei, ei ollut merkitystä itsestäkertomisen kannalta. Itsestäkertomista oli havaittavissa videoissa, vaikka esiintyjä oli tunnistettavissa. (Misoch 2015, 535–539.) Katson, että vlogeissa tällainen julkinen itsestäkertominen mielenterveysaiheisiin liittyen on ilmiönä ainutlaatuinen, sillä perinteisesti mielenterveyden ongelmiin on liitetty stigma eli häpeäleima (ks. esim. Aromaa 2011, 55–56), joka voi vaikeuttaa mielenterveysaiheista kertomista. Onkin kiinnostavaa tarkastella, millä tavoin tuki näyttäytyy itsestäkertomisen kautta vlogeissa.

### **2.3 Vuorovaikutussuhde vlogeissa**

Teknologiavälitteinen viestintä mahdollistaa eri tavoin vuorovaikutussuhteiden aloittamisen, kehittämisen ja ylläpitämisen (Walther 2011, 443). Vlogissa vuorovaikutussuhteet ovat havaittavissa vlogin yhteydessä olevista kommentteista, mutta vloggaaja ja katsoja voivat myös aloittaa, kehittää ja ylläpitää vuorovaikutussuhteita vlogin ulkopuolisissa ympäristöissä, kuten muissa yhteisöpalveluissa. Tässä tutkimuksessa keskityn vain sellaisiin vuorovaikutussuhteisiin, jotka ovat havaittavissa viestintäkäyttäytymisenä vlogien kommentteissa.

Vuorovaikutussuhteelle on monenlaisia määritelmiä, joten myöskään vlogien kohdalla vuorovaikutussuhteella ei ole yhdenlaista vakiintunutta määrittelytapaa. Tässä tutkimuksessa yhdistän vloggaajan ja katsojan vuorovaikutussuhteen tarkasteluun jatkuvuuden ja sanomakeskeisyyden näkökulmat. Koska tuki on tässä tutkimuksessa keskeisessä osassa vloggaajan ja katsojan vuorovaikutuksessa, tarkastelen vuorovaikutussuhdetta myös tuen kannalta. Lisäksi tarkastelen, millä tavoin vloggaajan ja katsojan vuorovaikutussuhdetta on tarkasteltu aikaisemmissa tutkimuksissa.

Vuorovaikutussuhteen jatkuvuus viittaa siihen, että vuorovaikutussuhteen osapuolet ovat toistuvasti toistensa kanssa vuorovaikutuksessa. Jatkuvuus on keskeinen vuorovaikutussuhteen ominaisuus sosiaalisen vaihdannan teoriassa. Sosiaalisen vaihdannan teoria perustuu siihen, että vuorovaikutussuhteissa vaihdetaan erilaisia resursseja, joiden hyöty- ja haittasuhteita vuorovaikutusosapuolet punnitsevat. Resurssit voidaan kokea hyödyllisinä silloin, jos ne tarjoavat mielihyvää. Sen sijaan resurssit voidaan kokea haitallisina, jos ne aiheuttavat vuorovaikutusosapuolille vaivaa, kuten esimerkiksi ahdistuneisuutta. (Stafford 2008, 381.) Tuki voi olla vuorovaikutussuhteessa keskeinen resurssi, johon vuorovaikutussuhde ja siihen kytkeytyvä sosiaalinen vaihdanta pohjautuu. Tällöin osoitettu ja saatu tuki voidaan kokea joko hyödyllisenä tai haitallisena vuorovaikutussuhteessa. Sosiaalisen vaihdannan teoriassa oletuksena on, että vuorovaikutussuhde kehittyy ajan kanssa. Aika on kuitenkin vuorovaikutussuhteessa määrittelemätön ja joustava käsite, sillä sosiaalinen vaihdanta on aina suhdekohtaista (Stafford 2008, 379). Huomio on mielestäni tärkeä, sillä en näe tässä tutkimuksessa tarkoituksellisen tarkastella vuorovaikutussuhteiden jatkuvuutta ajan, vaan pikemminkin supportiivisten sanomien vaihdannan ja vaihdannan toistuvuuden kannalta.

Sanomakeskeisen näkökulman (message-centered approach) mukaan vuorovaikutussuhteessa kaksi tai useampi henkilö vaihtaa sanomia luodakseen jaettuja merkityksiä ja saavuttaakseen sosiaalisia tavoitteita. Merkitykset ovat esimerkiksi ajatuksia, tunteita ja ideoita, joita vuorovaikutusosapuolet ilmaisevat ja

tulkitsevat. Vuorovaikutussuhde on olemassa silloin, kun vuorovaikutusosapuolet osoittavat välittävänsä toisilleen merkityksiä ja he havaitsevat tulkitsevansa toistensa osoittamia merkityksiä. (Burleson 2010, 151–152.)

Burleson (2010, 155–156) esittää, että sanomakeskeisessä näkökulmassa vuorovaikutussuhteilla on kolmenlaisia funktioita: vuorovaikutuksen hallinnan funktiot, vuorovaikutussuhteiden hallinnan funktiot ja instrumentaaliset funktiot. Funktiot liittyvät siihen, mihin vuorovaikutussuhteessa pyritään ja mitä vuorovaikutuksella tavoitellaan. *Vuorovaikutuksen hallinnan funktiot* keskittyvät yhtenäisen keskustelun aloittamiseen ja ylläpitämiseen. Keskustelun aloittaminen ja päättäminen, aiheen vaihtaminen, kontekstin mukaisten sanomien tuottaminen, tilanteen määrittely ja vaikutelmien hallinta liittyvät tähän. *Vuorovaikutussuhteiden hallinnan funktiot* liittyvät vuorovaikutussuhteiden aloittamiseen, ylläpitoon ja korjaamiseen. Tähän kuuluu suhteen muodostuminen, suhteen uhkien käsittely, jännitteiden hallinta, konfliktien selvittäminen ja suhteen päättäminen tai muuttaminen. *Instrumentaaliset funktiot* puolestaan määrittävät vuorovaikutuksen painopisteen ja erottavat vuorovaikutustapahtumat toisistaan. Instrumentaalisia funktioita ovat muun muassa myöntyvyyden tai erimielisyyden osoittaminen, tiedon pyytäminen tai esittäminen ja tuen hakeminen tai osoittaminen. Se, miten instrumentaalisia tehtäviä ilmennetään, heijastaa epäsuorasti vuorovaikutusosapuolen suhtautumista toiseen osapuoleen ja siihen, miten itseä tarkastellaan suhteessa toiseen. (Burleson 2010, 155–156.)

Tässä tutkimuksessa sosiaalinen tuki on keskeinen instrumentaalinen funktio vuorovaikutussuhteissa. Mikkolan (2006, 61) mukaan sosiaalinen tuki on yksi vuorovaikutussuhteiden tärkeimmistä tekijöistä, ja tuella on keskeinen merkitys vuorovaikutussuhteiden ylläpitämisessä. Tuen näkökulmasta kuormittaviin aiheisiin, kuten sairauksiin tai mielenterveysongelmiin, liittyvissä vlogeissa vloggaajan ja katsojan vuorovaikutussuhdetta on aikaisemmissa tutkimuksissa luonnehdittu vertaisten väliseksi (ks. esim. Huh 2014, 24; Gibson 2016, 639). Tämä tarkoittaa sitä, että vlogeissa vuorovaikutusosapuolet ovat tuen näkökulmasta vertaisia, sillä he

osoittavat tukea toisilleen ja hakevat tukea toisiltaan tiettyyn yhteisesti jaettuun kuormittavaksi koettuun asiaan liittyen.

Aikaisemmissa tutkimuksissa vloggaajan ja katsojan välistä vuorovaikutussuhdetta on lähestytty erityisesti parasosiaalisen vuorovaikutussuhteen näkökulmasta (ks. esim. Ferchaud ym. 2018; Frobenius 2011; Liu ym. 2019; Munnukka ym. 2019). Alun perin parasosiaalisen vuorovaikutussuhteen käsitteellä on kuvattu mediaesiintyjän ja yleisön välistä vuorovaikutussuhdetta, jossa yleisön jäsenet muodostavat yksisuuntaisia vuorovaikutussuhteita mediaesiintyjään. Kyse on siis pikemminkin katsojan suhtautumisesta mediaesiintyjään, ei niinkään vastavuoroisesta vuorovaikutussuhteesta osapuolten välillä. Parasosiaalinen vuorovaikutussuhde pohjautuu siihen, että yleisön jäsenet kokevat tuntevansa mediaesiintyjän samalla tavalla kuin he tuntevat ystävänsä. (Horton ja Wohl 1956, Ferchaud ym. 2018, 89–90 mukaan.) Vlogeissa katsojan parasosiaalinen kokemus mediaesiintyjään kehittyi vlogin katsomisen aikana ja sen jälkeen. Ominaista vuorovaikutussuhteelle on katsojan kokema relationaalinen kehitys vloggaajan kanssa ja kokemus siitä, että hän tuntee vloggaajan. (Munnukka ym. 2019, 228.)

Parasosiaalisissa vuorovaikutussuhteissa on tunnistettavissa interpersonaalille vuorovaikutussuhteelle ominaisia piirteitä, kuten uskollisuuden ilmaisemista tai vastavuoroisuuden pyytämistä (Perse & Rubin 1989, 61). Esimerkiksi vloggaajat saattavat pyytää katsojilta vastavuoroisuutta kehottamalla kommentoimaan vlogia ja seuraamaan heidän vlogikanavaansa. Vloggaajien on havaittu suosivan vlogeissaan erilaisia tapoja, kuten kameralle puhumista tai lyhyttä etäisyyttä kamerasta, jäljitelläkseen interpersonaalista vuorovaikutustilannetta, mikä taas voi lisätä parasosiaalisen vuorovaikutussuhteen rakentumista. (Ferchaud ym. 2018, 89–91.) Parasosiaalinen vuorovaikutussuhde voidaan kokea interpersonaalisen vuorovaikutussuhteen tavoin palkitsevaksi, mutta se on eri tavoin palkitseva kummallekin vuorovaikutusosapuolelle. Koska katsoja voi kokea esiintyjän luotettavaksi, miellyttäväksi ja ennustettavaksi, tuottaa parasosiaalinen vuorovaikutussuhde hänelle mielihyvää. Esiintyjä taas voi kokea parasosiaalisen

vuorovaikutussuhteen palkitsevana, koska hän saa itselleen lojaalin katsojan. (Isotalus & Valo 1995, 65.)

Ferchaud ja kumppanit (2018, 91) esittävät, että autenttisuus voi edistää parasosiaalisten vuorovaikutussuhteiden muodostumista vlogeissa. Autenttisuus viittaa siihen, miten todenmukaisena vloggaajan elämä näyttää katsojalle. Autenttisuuteen liittyy itsestäkertominen: kun vloggaaja kertoo itsestään, hän myös saattaa rohkaista katsojia kertomaan itsestään kommentoimalla vlogia. Vloggaajan itsestäkertominen voikin vaikuttaa syvempien parasosiaalisten vuorovaikutussuhteiden syntymiseen. Positiivisen itsestäkertomisen lisäksi myös negatiivisella itsestäkertomisella voidaan edistää parasosiaalista vuorovaikutussuhdetta tai ainakin se voi johtaa kokemukseen autenttisuudesta. (Ferchaud ym. 2018, 91–93.) Negatiivinen itsestäkertominen voi liittyä esimerkiksi vloggaajan tapaan kuvata omia vastoinkäymisiään.

Nykyään mediaesiintyjän ja yleisön välinen vuorovaikutussuhde voi olla kaksisuuntaista, sillä monet mediaesiintyjät käyttävät yhteisöpalveluita yleisönsä kanssa viestimiseen. Tämä asettaa kyseenalaiseksi yksisuuntaiseen vuorovaikutukseen painottuvan parasosiaalisen vuorovaikutussuhteen käsitteen (Hellmueller & Aeschbacher 2010, 21). Esimerkiksi vlogien kommentointi mahdollistaa kaksisuuntaisen viestinnän vloggaajan ja katsojan välille. Tämä herättää pohtimaan, onko vloggaajan ja katsojan välisessä vuorovaikutussuhteessa tällöin kyse parasosiaalisesta vuorovaikutussuhteesta. Katson, että parasosiaalisessa vuorovaikutussuhteessa on kuitenkin kyse vuorovaikutussuhteeseen liitetystä kokemuksista ja siitä, miten katsoja suhtautuu vloggaajaan, siitäkin huolimatta, että heidän vuorovaikutuksensa olisi vastavuoroista. Hellmuer ja Aeschbacher (2010, 21–22) lisäksi esittävät, että yhteisöpalveluissa verkostoituminen voi olla vloggaajan ja katsojan välillä edelleen yksisuuntaisia, mikä luo vuorovaikutussuhteelle parasosiaalisen asetelman. Tämä tarkoittaa sitä, että vloggaaja ei välttämättä seuraa hänelle kommentoinutta katsojaa YouTubessa tai muissa yhteisöpalveluissa tai ylipäätään vastaa kaikkiin katsojan kirjoittamiin viesteihin.

## **3 SUPPORTIIVINEN VIESTINTÄ VLOGEISSA**

### **3.1 Supportiivinen viestintä**

Supportiivista viestintää esiintyy kaikilla elämän osa-alueilla. Erityisesti sillä on merkitystä fyysisen ja psyykkisen terveyden näkökulmasta. Myös tässä tutkimuksessa supportiivinen viestintä kytkeytyy terveystieteeseen, mielenterveyttä käsitteleviin vlogeihin. Supportiivinen viestintä voi tarjota terveyden kannalta merkityksellistä tietoa, motivoida käyttäytymään terveellisemmin, edistää itsetuntoa ja vähentää emotionaalista kuormitusta (MacGeorge ym. 2011, 325).

Supportiivinen viestintä pohjautuu sosiaalisen tuen käsitteeseen. Mikkola (2006, 30) on määritellyt sosiaalisen tuen Albrechtin ja Goldsmithin (2003, 265) määritelmän pohjalta seuraavasti:

”Sosiaalinen tuki on tuen antajan ja saajan välistä verbaalista ja nonverbaalista viestintää, joka auttaa hallitsemaan tilanteeseen, omaan itseen, toiseen tai vuorovaikutussuhteeseen liittyvää epävarmuutta ja vahvistaa näin käsitystä hyväksytyksi tulemisesta ja elämänhallinnasta.”

Supportiivisen viestinnän käsite kuvaa sosiaalista tukea viestintäkäyttäytymisen tasolla ja sosiaaliseen tukeen liittyvää viestintäprosessia (Mikkola 2009, 27; Mikkola 2006, 31). MacGeorge ja kumppanit (2011, 317) ovat määritelleet supportiivisen viestinnän verbaaliseksi ja nonverbaaliseksi viestintäkäyttäytymiseksi, jonka tarkoituksena on osoittaa tukea vuorovaikutuskumppanille, jonka katsotaan tarvitsevan tukea. Määritelmä korostaa erityisesti tukijan intentiota. Mikkola (2006, 32) onkin todennut, että supportiivisen viestinnän tarkastelu painottuu usein sanomien rakentamisen prosessiin, jossa ei huomioida tuettavan tapaa tulkita sanomia.

Barbee ja Cunningham (1995, 397–398) ovat esittäneet, että tuki aktivoituu supportiivisessa vuorovaikutusepisodissa, jossa tuettava osoittaa hakevansa tukea kuormittavaan tilanteeseen joko intentionaalisesti tai ei-intentionaalisesti. Tukija



ilmaisee tuettavan viestintäkäyttäytymisestä tehdyn tulkinnan perusteella supportiivisen sanoman, jolla osoittaa tukea. Tuettava reagoi sanomaan spontaanisti tai kontrolloidusti. Tukija puolestaan reagoi tuettavan viestintäkäyttäytymiseen, jolloin tukija joko jatkaa tai lopettaa supportiivisen vuorovaikutusepisodin. (Barbee & Cunningham 1995, 397–398, 406; MacGeorge ym. 2011, 327–328.)

Tuen hakemisen käsitteellä (support seeking) viitataan siihen, kun vuorovaikutuskumppani hakee toiselta tukea tarkoituksellisesti (MacGeorge ym. 2011, 330). Tukea voidaan hakea verbaalisesti ja suorasti, esimerkiksi kysymällä, sekä verbaalisesti ja epäsuorasti, kuten vihjaamalla. Lisäksi tukea voidaan hakea nonverbaalisesti ja suorasti, kuten itkemällä, sekä nonverbaalisesti ja epäsuorasti, kuten murjottamalla. (Barbee & Cunningham 1995, 396–397; Youngvorst & High 2018, 204.) Verbaalista ja nonverbaalista tuen hakemista ei voi kuitenkaan täysin erottaa toisistaan (Goldsmith 1995, Youngvorst & High 2018, 205 mukaan). On havaittu, että tuen hakemisen tavat liittyvät siihen, millaista tukea vastaanotetaan, millaista tukea osoitetaan ja minkä laatuista tuki on (MacGeorge ym. 2011, 331; Youngvorst & High 2018, 205).

Osoitetulla tuella tarkoitetaan tukea, jota tukija osoittaa tuettavalle. Tuki on tällöin tukijan intentioon perustuvaa toimintaa. (Mikkola 2006, 32.) Tukea osoitetaan supportiivisilla sanomilla, jotka ovat tietynlaista viestintäkäyttäytymistä, jota tukija toteuttaa tarkoituksellisesti hyödyttääkseen tai auttaakseen tuettavaa (Burleson & MacGeorge 2002, MacGeorge ym. 2011, 332 mukaan). Burlesonin (2009, 24) mukaan osoitettu tuki voidaan jakaa kolmeen tasoon sen perusteella, miten tukija kohdentaa tukea tuettavalle. Sellaiset supportiiviset sanomat, jotka erityisesti tunnistavat tuettavan näkökulman, ovat vahvasti henkilökeskeisiä (highly person-centered). Tällöin tuki on kohdennettu juuri tuettavalle henkilölle ja hänen yksilölliseen tilanteeseensa. Kohtalaisesti henkilökeskeisillä (moderately person-centered) sanomilla tukija tunnustaa epäsuorasti tuettavan näkökulman. Tukija pyrkii esimerkiksi kääntämään tuettavan huomion pois kuormittavasta asiasta osoittamalla esimerkiksi sympatiaa. Heikosti henkilökeskeisillä (low person-centered) sanomilla

tukija epäsuorasti tai suorasti kiistää tuettavan tunteet. (Burleson 2009, 24; Youngvorst & High 2018, 205.)

Tuen hakemiseen ja osoittamiseen liittyvät sanomat voivat olla kompleksisia, sillä niihin vaikuttaa sanoman sävy ja se, miten tukijan intentio tulkitaan (Barbee & Cunningham 1995, 407). Supporttiivisen viestintäkäyttäytymisen tarkastelussa tulee huomioida tukijan ja tuettavan intention liittyvä problematiikka: miten tulkitaan, hakeeko vuorovaikutuskumppani tarkoituksellisesti tukea tai onko tukijan tarkoitus osoittaa tukea. Esimerkiksi vlogeissa intention kompleksisuus voi näyttäytyä siten, että vloggaaja ei välttämättä koe hakevansa tukea kertoessaan mielenterveydestään vlogissa. Sen sijaan hänen tarkoituksensa voi olla tuen osoittaminen samoja asioita pohtiville katsojille (ks. esim. Huh ym. 2014, 6–7). Vaikka vloggaajan alkuperäinen tarkoitus vlogissa olisi tuen osoittaminen, voi katsoja tulkita sen tuen hakemiseksi ja osoittaa tukea vloggaajalle.

### **3.2 Supporttiivisen viestinnän muodot**

Supporttiiviseen viestintään keskittyvässä tutkimuksessa on tehty monenlaisia luokituksia siitä, millaista osoitettu tuki on. Tässä tutkimuksessa tarkastelen supporttiivisen viestinnän muotoja Cutronan ja Suhrin (1992) luokituksen mukaisesti. Valitsin tarkasteluun kyseisen luokitustavan, sillä siinä on huomioitu vuorovaikutussuhteen näkökulma. Vaikka Cutrona ja Suhr ovatkin tarkastelleet tukea parisuhteessa, joka on vloggaajan ja katsojan vuorovaikutussuhteeseen verrattuna luonteeltaan erilainen, pidän suhdenäkökulmaa merkityksellisenä tämän tutkimuksen kannalta. Cutrona ja Suhr (1992, 161) ovat jakaneet supporttiiviset sanomat supporttiivisen viestintäkäyttäytymisen perusteella muotoihin, joita ovat tiedollinen tuki, välineellinen tuki, emotionaalinen tuki, verkostojen tuki ja arvostava tuki.

Tiedollinen ja välineellinen tuki ovat toimintaan liittyviä tuen muotoja, joilla pyritään lieventämään toisen kokemaa kuormitusta (Cutrona & Suhr 1992, 155). Tiedollinen tuki

liittyy sellaisiin supportiivisiin sanomiin, joilla esimerkiksi tarjotaan tietoa, neuvotaan tai ohjataan toista (Rains ym. 2015, 406). Tiedollisella tuella ei välttämättä tarjota suoraa ratkaisua vuorovaikutuskumppanin ongelmaan, vaan sen avulla voidaan edistää hänen mahdollisuuksiaan kyetä ratkaisemaan ongelmansa itse (High & Solomon 2011, 120–121). Tiedollista tukea on esimerkiksi neuvominen, lähettäminen toisen luo, opettaminen ja tilanteen arvioiminen (Cutrona & Suhr 1992, 161). Tiedollisessa tuessa on olennaista juuri sellaisen tiedon välittäminen, joka liittyy tuen saajan tilanteeseen. Jos tiedon määrä on suuri, voi tiedolla olla päinvastaisesti kuormittava vaikutus. Lisäksi liian suuri määrä tietoa voi lisätä tuen saajassa epävarmuutta. (Mikkola 2006, 45.) Välineellinen tuki liittyy konkreettiseen, esimerkiksi fyysiseen tai rahalliseen, apuun (Rains ym. 2015, 406). Välineellistä tukea voi olla esimerkiksi rahallinen laina, suora tai epäsuora apu, aktiivinen osallistuminen tai auttamisen halun ilmaiseminen (Cutrona & Suhr 1992, 161).

Emotionaalinen tuki, verkostojen tuki ja arvostava tuki liittyvät huolenpitoon, ja niillä pyritään helpottamaan kuormittavaan tilanteeseen liittyviä emotionaalisia seurauksia (Cutrona & Suhr 1992, 155). Emotionaalisen tuen tarkoituksena on emotionaaliseen kuormitukseen vaikuttaminen ja hyväksynnän osoittaminen tunnetasolla (Mikkola 2006, 44). Emotionaalista tukea voidaan ilmaista osoittamalla kiintymystä tai fyysistä kiintymystä, luottamuksellisuutta, sympatiaa, ymmärrystä, rohkaisemalla, rukoilemalla ja osoittamalla kuuntelevansa (Cutrona & Suhr 1992, 161). Verkostojen tuen tavoitteena on laajentaa vuorovaikutuskumppanin yhteyksiä tai vahvistaa olemassa olevia yhteyksiä (Rains ym. 2015, 406). Läsnäolon tarjoaminen, pääsy toisten luo ja muistuttaminen toisista, joilla on samanlaisia kokemuksia tai kiinnostuksenkohteita, liittyvät verkostojen tukeen (Cutrona & Suhr 1992, 161). Arvostavassa tuessa ilmennetään hyväksyntää vuorovaikutuskumppania kohtaan (Rains ym. 2015, 406). Arvostavaa tukea ovat vuorovaikutuskumppaniin liittyvien positiivisten asioiden tai kykyjen korostaminen eli kehuminen, vahvistaminen osoittaminen ja syyllisyyden helpottaminen (Cutrona & Suhr 1992, 161).

Teknologiavälitteisen viestinnän tutkimuksessa supportiivista viestintäkäyttäytymistä on tarkasteltu erityisesti emotionaalisen ja tiedollisen tuen näkökulmista. Rains ja kumppanit (2015) tarkastelivat katsauksessaan, millaista tukea on havaittu erilaisissa teknologiavälitteisen viestinnän tutkimuksissa, jotka käsittelevät tukea sairauksiin liittyvissä verkkokeskusteluissa. Katsauksen perusteella tiedollista ja emotionaalista tukea havaittiin sairauksiin liittyvissä konteksteissa eniten. Arvostavaa tukea ja verkostojen tukea havaittiin harvemmin ja välineellistä tukea kaikkein harvimmin. (Rains ym. 2015, 420.) Huh ja kumppanit (2014) puolestaan havaitsivat, että kroonisiin sairauksiin keskittyneissä vlogeissa vloggaajat ja katsojat osoittivat toisilleen tiedollista ja emotionaalista tukea. Rains ja Keating (2015) tarkastelivat supportiivista viestintää terveyteen liittyvissä blogeissa. Kun lukijat osoittivat blogin kommentteissa emotionaalista tukea, käyttivät he ensisijaisesti positiivisiin tai negatiivisiin tunteisiin liittyviä sanoja. Esimerkiksi rohkaisua ilmentävät emotionaalisen tuen ilmaukset sisälsivät positiivisia sanoja. Myötätuntoa osoittaviin emotionaalisen tuen sanomiin liittyi negatiivisiin tunteisiin liittyvät sanat. Kun lukijat osoittivat tiedollista tukea, he ilmensivät käsityksiin liittyviä sanoja. Esimerkiksi neuvomiseen liittyvät sanomat sisälsivät sanoja, kuten "ajattele" ja "tunnista", joilla pyrittiin auttamaan bloggaajaa ymmärtämään omia kokemuksiaan. (Rains & Keating 2015, 112.)

### **3.3 Teknologiavälitteinen supportiivinen viestintä**

Teknologiavälitteinen viestintä viittaa kaikkeen viestintään, joka tapahtuu teknologialaitteiden välityksellä. Teknologiavälitteinen viestintä mahdollistaa tuen hakemisen ja osoittamisen monin eri tavoin eri konteksteissa. Koska teknologiavälitteisyys ei viittaa mihinkään tietynlaiseen viestintätilanteeseen tai ympäristöön, on tärkeää huomioida teknologiavälitteisen kontekstin ominaispiirteet, jotka ovat merkityksellisiä tuen kannalta. Tässä luvussa tarkastelen tukea laajemmin erilaisissa teknologiavälitteisissä konteksteissa sekä tarkemmin vlogeissa.

Yleisesti teknologiavälitteisen supporttiivisen viestinnän etuna voidaan pitää sitä, että teknologiavälitteisyys mahdollistaa pääsyn laajojen verkostojen ääreen (Rains ym. 2015, 420). Esimerkiksi yhteisöpalveluissa voidaan jakaa kuormittavia asioita suurelle yleisölle (Oh & LaRose 2015, 39). Lisäksi teknologiavälitteisen viestinnän mahdollistama asynkronisuus ja riippumattomuus fyysisestä välimatkasta voivat olla supporttiivista viestintää edistäviä tekijöitä (High & Solomon 2011, 119). Teknologiavälitteisyys mahdollistaa myös sellaisia areenoita, jotka ovat rakentuneet jonkin kuormittavan asian ympärille. Monet sivustot ja verkkoyhteisöt liittyvät teemaltaan johonkin kuormittavaan aiheeseen, esimerkiksi johonkin sairauteen, ja ne mahdollistavat aiheesta keskustelun eri tavoin. Verkkoyhteisöissä voidaan vastaanottaa ja osoittaa sellaista tukea, jota ei välttämättä ole saatavilla muissa vuorovaikutuksen konteksteissa. (Gibson 2016, 642.)

Supporttiivista viestintää on tarkasteltu runsaasti erityisesti yhteisöpalveluissa ja erilaisilla tukifoorumeilla (ks. esim. Huh ym. 2014; Oh & LaRose 2015; Rains & Keating 2015; Youngvorst & High 2018). Yhteisöpalveluilla viitataan sosiaalisen median palveluihin, kuten Facebookiin tai YouTubeen. Tukifoorumit puolestaan ovat sivustoja, jotka tyypillisesti liittyvät aiheeltaan johonkin tiettyyn kuormittavaan tekijään, esimerkiksi johonkin sairauteen. On havaittu, että toisin kuin tukifoorumeilla, yhteisöpalveluissa käyttäjät voivat kertoa kuormituksestaan tavalla, joka vastaa heidän omia tarpeitaan (Oh & LaRose 2015, 39). Esimerkiksi syöpään liittyvällä tukifoorumilla keskustelu painottuu juuri syövästä keskustelemiseen, kun taas omalla Facebook-seinällä voi kertoa kuormittavista asioista haluamallaan tavalla. Kuormituksen jakamiseen liittyy myös itsestäkertominen, joka ei kuitenkaan noudata yhteisöpalveluissa perinteistä asteittaista itsestäkertomisen periaatetta, jossa ensin kerrotaan julkisempaa tietoa itsestä ja edetään asteittain kohti syvällisempää itsestäkertomista. Sen sijaan yhteisöpalveluissa itsestäkertomiselle ominaista on, että yksityistä tietoa jaetaan julkisesti suurelle yleisölle. (Oh & LaRose 2015, 40.)

Aikaisemmissa tutkimuksissa on yleistä, että supporttiivista viestintää vertaillaan teknologiavälitteisissä ja kasvokkaisissa vuorovaikutustilanteissa. Erottelu on

kuitenkin problemaattista, sillä teknologiavälitteisyys mahdollistaa monenlaisia vuorovaikutustilanteita eikä teknologiavälitteistä viestintää voi pitää yhdenlaisena vuorovaikutustilanteena. On kuitenkin havaittu seikkoja, jotka voivat erilaisissa teknologiavälitteisissä konteksteissa liittyä tapoihin hakea tai osoittaa tukea. Rains ja kumppanit (2016, 568) havaitsivat, että heidän tutkimuksessaan koeasetelmaan osallistuneet kuvasivat kuormittaviksi kokemiaan asioita laajemmin teknologiavälitteisesti kuin kasvokkain. Oh ja LaRose (2015) esittävät, että yhteisöpalveluissa voidaan kasvokkaista vuorovaikutustilannetta paremmin kertoa kuormittavista asioista ylikuormittamatta yleisöä. He esittävät, että kasvokkaisessa vuorovaikutustilanteessa vuorovaikutuskumppani voi kuormittua kokemalla veloitteita lohduttaa tuettavaa (Oh & LaRose 2015, 39). Tulkitsen tämän liittyvän siihen, että kuormittavasta asiasta ei kerrota vuorovaikutuskumppanille kohdennetusti. Youngvorstin ja Highin (2018) mukaan teknologiavälitteisesti verbaaliset ja nonverbaaliset ilmaukset on selkeämmin erotettavissa toisistaan verrattuna kasvokkaiseen vuorovaikutustilanteeseen. Esimerkiksi yhteisöpalvelut mahdollistavat sen, että käyttäjät voivat valita, millä tavoin he esittävät itsensä ja millaisia vihjeitä he käyttävät ilmauksissaan. Esimerkiksi tilapäivitykset muodostuvat pääosin verbaalisesta sisällöstä, kun taas profiilikuvilla voidaan viestiä nonverbaalisesti. (Youngvorst & High 2018, 203–204.)

Sosiaalisten vihjeiden vähyys liitetään usein teknologiavälitteiseen viestintään, mutta sitä ei voi yksioikoisesti yleistää kaikkeen teknologiavälitteiseen viestintään, kuten esimerkiksi videoihin. Usein vihjeiden vähyys liittyykin tarkemmin tekstipohjaiseen teknologiavälitteiseen viestintään. Tutkimusten perusteella sosiaalisten vihjeiden vähydellä vaikuttaisi olevan ristiriitaisia vaikutuksia tuen kannalta. Rains ja kumppanit (2016) ovat esittäneet, että sosiaalisten vihjeiden vähyys voi edistää supportiivista viestintää, sillä tuettavan ei tarvitse kiinnittää huomiota tukijan nonverbaaliseen viestintäkäyttäytymiseen. Sen sijaan tuettava voi kohdistaa huomion kuormittavaan asiaan ja olla motivoituneempi vastaanottamaan tukea. (Rains ym. 2016, 570–571.) Rains ja kumppanit (2017) puolestaan vertailivat sosiaalista tukea kasvokkaisessa ja teknologiavälitteisessä tekstipohjaisessa vuorovaikutuksessa ja

havaitsevat, että tässä asetelmassa tuki oli teknologiavälitteisesti tehottomampaa. He ehdottivat tehottomuuden johtuvan sosiaalisten vihjeiden vähydestä, jolloin teknologiavälitteisessä vuorovaikutuksessa huomio voi keskittyä liikaa kuormittavaan asiaan tai tilanteeseen, jolloin siitä tulee vuorovaikutustilanteessa liian merkittävä. (Rains ym. 2017, 1199.)

Vlogeihin ja sosiaaliseen tukeen liittyvissä tutkimuksissa on havaittu, että vlogien yksi keskeinen funktio voi olla tuen osoittaminen ja hakeminen. Gibson (2016) esittää, että kuolemantapauksia käsittelevien vlogien funktiot voivat olla hyvin samanlaisia, kuin tukifoorumeilla: vlogiin osallistuvat voivat ilmentää tunteitaan toisilleen ja löytää muita, jotka jakavat kokemuksen heidän kanssaan (Gibson 2016, 642). Myös Huh ja kumppanit (2014) esittävät, että sairauksiin keskittyvät vlogit ovat ympäristöjä, jossa vloggaajat ja katsojat voivat luoda yhteistä ymmärrystä yhteisöstä, jossa he voivat osoittaa toisilleen tukea. Tutkimuksessa havaittiin, että katsojat osoittivat tukea vloggaajalle, mutta katsojat osoittivat tukea myös toisilleen. Vlogit mahdollistavat sen, että vloggaajat voivat luoda sellaisen yhteisön, jossa tukea osoitetaan ja jaetaan tiettyyn kuormittavaan aiheeseen liittyen. Tutkimuksessa esitettiin, että vastaavanlaisia yhteisöjä voi olla haastava löytää muualta, sillä vloggaajien lähipiiriin ei välttämättä kuulu samasta asiasta kuormittuneita henkilöitä. (Huh ym. 2014, 13–22.)

Vlogeista on tarkasteltu myös sitä, millaista tukea tietynlaisissa videoissa osoitetaan. Brant ja kumppanit (2018) tarkastelivat tuen osoittamista syöpään liittyvien vlogien kommentteissa. He havaitsivat, että kommentteissa esiintyi eniten empaattista ja rauhoittavaa tukea, kun taas tiedollista ja välineellistä tukea esiintyi vähemmän. He jaottelivat syöpään liittyvät vlogit dokumentaarisiin, opettamiseen keskittyviin ja päiväkirjamaisiin vlogeihin. Dokumentaarisisissa vlogeissa oli enemmän empaattista tukea verrattuna opettamiseen liittyvissä vlogeissa. Sen sijaan päiväkirjamaisissa vlogeissa havaittiin sekä empaattista että rauhoittavaa tukea. (Brant ym. 2018, 579.) Katson, että tutkimus osoittaa juuri sen, että tuki on aina kontekstisidonnaista. Vaikka syöpään liittyvät vlogit itsessään voivat olla tuen konteksti, on myös vlogin toteutustapa eräänlainen konteksti, jolla on merkitystä tuen kannalta.

Tässä tutkimuksessa tarkastelen supportiivista viestintäkäyttäytymistä vloggaajan ja katsojan välisessä vuorovaikutuksessa ja vuorovaikutussuhteissa. Katson, että vuorovaikutus on havaittavissa silloin, kun katsoja jättää kommentin vlogiin. Vloggaajan ja katsojan vuorovaikutussuhde taas ilmenee katsojan ja vloggaajan kommentteina, joissa on havaittavissa toistuvaa supportiivisten sanomien vaihdantaa.



## 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

### 4.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Tässä tutkimuksessa tarkastelen supportiivista viestintää vloggaajan ja katsojan vuorovaikutuksessa sekä vuorovaikutussuhteessa mielenterveysvlogeissa. Tarkastelen, millaista tukea vlogeissa on havaittavissa, jotta saadaan käsitys osoitetun tuen luonteesta mielenterveysvlogien kontekstissa. Lisäksi katson, mitä osoitettu tuki ilmentää havaittavista vuorovaikutussuhteista. Vlogien tutkimus painottuu pääosin vloggaajan viestinnän tai vloggaajan ja katsojan vuorovaikutuksen tarkasteluun vuorovaikutussuhteiden sijaan. On siis teoreettisesti erityisen kiinnostavaa tarkastella, mitä tuki ilmentää vuorovaikutussuhteista vlogeissa.

Tämän tutkimuksen tavoitteena on ymmärtää supportiivista viestintää mielenterveyttä käsittelevissä vlogeissa ja kuvata vloggaajan ja katsojan vuorovaikutussuhdetta supportiivisten sanomien kautta. Tutkimustehtävä on kaksiosainen, sillä vlogeissa on havaittavissa vloggaajan ja katsojan välistä vuorovaikutusta, mutta kaikessa vuorovaikutuksessa ei ole välttämättä kyse vuorovaikutussuhteesta. Kaksiosaisella tutkimustehtävällä voin tarkastella supportiivisuutta sekä vuorovaikutuksessa että vuorovaikutussuhteissa.

Tutkimuksen tavoitteiden pohjalta olen laatinut kaksi tutkimuskysymystä:

1. Miten tukea ilmaistaan mielenterveyttä käsittelevissä vlogeissa?
2. Mitä supportiiviset sanomat ilmentävät vloggaajan ja katsojan vuorovaikutussuhteesta?

Tässä tutkimuksessa tarkoitan *supportiivisella viestinnällä* vloggaajan ja katsojan toisilleen osoittamaa verbaalista ja nonverbaalista viestintäkäyttäytymistä, joka on tulkittavissa tukea osoittavaksi. *Supportiiviset sanomat* ovat tukea osoittavia ilmauksia, joita vloggaaja ja katsoja ilmaisevat vlogissa ja vlogin kommentissa. Koska

tarkastelen havaittavaa viestintäkäyttäytymistä, ei vuorovaikutusosapuolten tuen osoittamiseen tai hakemiseen liittyvä intentio ole havaittavissa. Teen kuitenkin viestintäkäyttäytymisen perusteella havaintoja tuen osoittamisesta eli siitä, miten vloggaaja ja katsoja osoittavat toisilleen tukea. *Vuorovaikutussuhde* on tässä yhteydessä havaittavaa viestintäkäyttäytymistä, joka ilmenee vloggaajan ja katsojan toisilleen osoittamien supportiivisten sanomien vaihdantana. Vuorovaikutussuhde on havaittavissa silloin, kun vloggaaja ja katsoja osoittavat toisilleen tukea, johon he oman tulkintansa pohjalta vastaavat, ja kun heidän vuorovaikutuksessaan on havaittavissa jatkuvuutta.

Ensimmäisellä tutkimuskysymyksellä kuvaan supportiivisten sanomien ilmenemistä vloggaajan ja katsojan vuorovaikutuksessa eli silloin, kun vloggaaja tai katsoja osoittaa tukea joko vlogissa tai vlogin kommenteissa. Vloggaajat ovat vlogissa esiintyviä henkilöitä, jotka kertovat vlogeissaan mielenterveyteen liittyvistä asioista. Kaikki katsojat eivät kommentoi vlogeja, joten he eivät ole vuorovaikutuksessa vloggaajan kanssa. Tässä tutkimuksessa kuitenkin tarkoitan katsojilla niitä henkilöitä, jotka osallistuvat vlogiin eli ovat vuorovaikutuksessa vloggaajan kanssa kommentoimalla vlogia.

Toisen tutkimuskysymyksen kautta tarkastelen vloggaajan ja katsojan vuorovaikutussuhteiden ominaispiirteitä supportiivisten sanomien näkökulmasta. Toisin sanoen tarkastelen vloggaajan ja katsojan tapoja ilmentää suhtautumista toisiinsa ja vuorovaikutussuhteeseensa supportiivisten sanomien kautta. Tältä pohjalta tulkitsem, mitä kummankin osapuolen suhtautuminen ilmentää vlogeissa havaittavien vuorovaikutussuhteiden ominaispiirteistä. Tarkastelen kolmea vuorovaikutussuhdetta, joissa vloggaaja ja katsoja osoittavat toisilleen supportiivisia sanomia vlogin kommenteissa. Koska tässä tutkimuksessa katson jatkuvuuden yhdeksi vuorovaikutussuhteen kriteeriksi, tulee vloggaajan ja katsojan sanomien vaihdannan olla jatkuvaa eli heidän tulee olla kommentoinut toisilleen useammin kuin kerran.

## 4.2 Tutkimusmenetelmä

Tässä tutkimuksessa tarkastelen vlogeissa ja vlogien kommentteissa havaittavaa supportiivista viestintää. Koska tarkastelen supportiivista viestintää havaittavana viestintäkäyttäytymisenä, on perusteltua tarkastella verkkokeskusteluja sellaisena, kuin ne vlogissa näyttäytyvät. Hakalan ja Vesan (2013, 206) mukaan verkkokeskustelut ovat tutkijasta riippumatonta aineistoa, sillä ne ovat muodostuneet ihmisten omaehtoisen toiminnan tuloksena. Verkkokeskustelujen tarkastelussa tulee kiinnittää huomiota keskustelujen kontekstiin, kuten siihen, millä sivustolla keskustelu käydään ja liittykö keskustelu johonkin tiettyyn aiheeseen, jotka näkyvät keskustelujen sisällöissä. (Hakala & Vesa 2013, 207.) Tässä tutkimuksessa kontekstina on mielenterveyttä käsittelevät vlogit, jolloin vlogien ja kommenttien sisällöt liittyvät keskeisesti myös mielenterveyteen.

Käytän verkkokeskustelujen analysoinnissa laadullisen sisällönanalyysin menetelmää. Tuomen ja Sarajärven (2018, 91) mukaan laadullisella sisällönanalyysin keinoin luodaan sanallinen ja selkeä kuvaus tutkittavasta ilmiöstä, jota tutkimusaineisto kuvaa. Menetelmässä aineisto pelkistetään analyysiyksiköihin, käsitteellistetään ja lopulta järjestellään uudestaan loogiseksi kokonaisuudeksi (Tuomi & Sarajärvi 2018, 91). Laadullisessa sisällönanalyysissä laaditaan analyysikehikko, joka koostuu tutkimuksen sisältöluokista eli niistä asioista, joihin tutkimuksessa keskitytään. Menetelmän etuna on herkkyys kontekstille ja tavoille ilmaista esimerkiksi äänensävyjä ja tunteita. (Hakala & Vesa 2013, 203–204.) Tämä näkyy tutkimuksessa siten, että otan vlogien ja tekstipohjaisten kommenttien tarkastelussa huomioon myös ilmaisutapoja tai merkkejä, jotka symboloivat tai ilmentävät supportiivisuutta, koska niillä voidaan osoittaa tukea ja suhtautumista vuorovaikutuskumppaniin.

Hyödynnän aineiston analyysissä supportiiviseen viestintään liittyvää teoreettista jäsenystä, mutta annan tilaa myös kontekstin erityispiirteille. Valitsin analyysimenetelmäksi teoriaohjaavan sisällönanalyysin, jossa analyysi toteutetaan yhdistelemällä teorialähtöistä ja aineistolähtöistä analyysiä. Teoriaohjaavassa

analyysissä on teoreettisia kytkentöjä, mutta analyysi ei pohjautu suoraan teoriaan (Tuomi & Sarajärvi 2018, 81–82). Tässä tutkimuksessa teoreettiset kytkennät liittyvät Cutronan ja Suhrin (1992, 161) esittämiin supportiivisen viestinnän muotoihin, joita ovat emotionaalinen tuki, tiedollinen tuki, arvostava tuki, verkostojen tuki ja välineellinen tuki. Aineistolähtöisellä analyysillä puolestaan muodostan aineistosta mielenterveysvlogeille ominaisia supportiivisten sanomien kategorioita, joita ei välttämättä ole teoriaan pohjautuvassa luokituksessa.

### **4.3 Aineiston muodostaminen**

Muodostin tutkimusaineiston suomenkielisistä mielenterveyttä käsittelevistä vlogeista ja niiden yhteydessä olevista kommentteista. Vlogien valinnassa painotin kriteereihin, joita ovat itsestäkertominen, mielenterveyden ongelmista ja omista kokemuksista kertominen. Nämä kriteerit liittyvät läheisesti myös vlogin määritelmään, ja pyrin kriteereihin nojautumalla varmistamaan, että tarkastelin juuri vlogeja enkä muita mielenterveyteen liittyviä YouTube-videoita. Löysin aineistoon valitut vlogit YouTuben hakutoiminnolla mielenterveyteen liittyvillä hakusanoilla, kuten esimerkiksi masennus, ahdistuneisuus ja mielenterveys. En kuitenkaan keskittynyt aineiston valinnassa määrittelemään vlogien sisältöjä mielenterveyteen liittyvien diagnostisten kriteereiden kautta, vaan tarkastelin niitä vloggaajien ilmentäminä subjektiivisina kokemuksina.

Muodostamieni kriteereiden pohjalta valitsin tarkasteluun kolme vlogia kolmelta vloggaajalta. Valitsin tutkimusaineistoon keskenään hieman erilaisia vlogeja, minkä katsoin perustelluksi, koska ilmiötä on tutkittu vähän ja tarkoitukseni on saada kattava käsitys supportiivisesta viestinnästä mielenterveysvlogeissa. Esimerkiksi vlogien pituudet, kommenttien, katsojien ja tilaajien määrät vaihtelivat vlogikohtaisesti. Vlogien pituudet vaihtelivat 2 minuutista 36 minuuttiin ja kommenttien määrä vaihteli 20 ja 300 välillä vlogia kohden. Myös vlogikanavien tilaajien määrät vaihtelivat suuresti, jolloin aineistossa on sekä tunnetumpia että

tuntemattomampia vlogeja. Lisäksi vlogien sisällöt vaihtelivat keskenään ja eri vloggaajat painottivat vlogeissaan eri mielenterveysaiheita. Vlogeissa käsiteltävät aiheet olivat henkilökohtaisia ja ne liittyivät muun muassa masennukseen, ahdistuneisuuteen, erilaisiin syömishäiriöihin ja uupumukseen. Tarkastelemani vloggaajat tekevät vlogeja myös muista aiheista, mutta tutkimusaineistoon sisällytin vain mielenterveyttä käsitteleviä vlogeja. Yhteensä kommentteista muodostettua aineistoa oli tekstinkäsittelyohjelmassa lopulta 103 sivua.

Laaksosen ja Matikaisen mukaan (2013, 185) verkkokeskustelut voidaan kerätä joko ohjelmoidusti tai manuaalisesti. Ohjelmoitu aineistonkeruu mahdollistaa aineiston jatkuvan keräämisen ja se on tarpeen silloin, kun aineisto on laaja ja verkkokeskustelut ovat eri ympäristöissä. Manuaalisessa aineiston keräämisessä taas verkkokeskustelu poimitaan esimerkiksi siirtämällä se tekstinkäsittelyohjelmaan. (Laaksonen & Matikainen 2013, 185.) Tässä tutkimuksessa keräsin aineistot manuaalisesti, sillä aineisto oli tarkkaan rajattu ja se sijaitsi yhdessä ympäristössä eli YouTubessa. Katsoin, että tässä tapauksessa ohjelmointi ei välttämättä olisi nopeuttanut aineistonkeruuta. Koin myös, että aineiston silmäily oli hyödyllistä jo aineistonkeruuvaiheessa, mikä myös puolsi aineiston keräämistä manuaalisesti.

Keräsi vloggaajan puheen ja katsojien ja vloggaajien kommentit erikseen, sillä aineistonkeruutapa vaihteli niiden välillä. Vlogien kohdalla katsoin ja kuuntelin videoita eri painotuksin. Ensimmäisellä katselukerralla keskityin puheeseen ja sisältöön, seuraavalla erityisesti nonverbaaliseen viestintään. Kirjoitin tiivistelmät vlogien sisällöistä ja litteroin asiatarkasti ne kohdat, joissa havaitsin tuen osoittamista. Keräsin kommentit eli tekstipohjaisen aineiston manuaalisesti siirtämällä sen tekstinkäsittelyohjelmaan. Sisällytin mukaan myös erikoismerkit kuten hymiöt ja muut merkit, joilla ilmaistaan esimerkiksi tunnetta tai suhtautumista toiseen.

Keräsin vuorovaikutussuhteisiin liittyvän aineiston erikseen vasta, kun muu aineisto oli jo käsitelty ja analysoitu. Palasin vlogien kommentteihin ja nostin sieltä kolme vuorovaikutussuhteen kriteerit täyttävää vuorovaikutussuhdetta. Kriteerit olivat, että

vloggaajan ja katsojan tulee osoittaa toisilleen tukea ja vuorovaikutuksen tulee olla jatkuvaa, mikä tarkoittaa tässä sitä, että sama katsoja on kommentoinut toistuvasti useampaa vlogia yhdeltä vloggaajalta. Vuorovaikutussuhteet ilmenivät seuraavalla tavalla: 1) vloggaaja loi areenan vuorovaikutukselle julkaisemalla vlogin ja kertomalla mielenterveyteen liittyvistä aiheista, 2) katsoja osoitti vloggaajalle tukea vlogin kommentteissa, 3) vloggaaja vastasi katsojan kommenttiin osoittamalla tukea, 4) keskusteluketjuja tietyn vloggaajan ja katsojan välillä oli enemmän kuin yksi, jolloin vuorovaikutussuhteella oli havaittavissa jatkuvuutta.

Valitsin kriteerien mukaisesti kolme vuorovaikutussuhdetta, yhden jokaisen vloggaajan vlogeista. Havaitsin useita kriteerit täyttäviä vuorovaikutussuhteita eri katsojien kanssa. Valitsin näistä vloggaajakohtaisesti tarkasteluun yhden vuorovaikutussuhteen sillä perusteella, että katsoin niiden olevan keskenään sopivasti erilaisia. Kun vuorovaikutussuhteet oli valittu, aloin analysoida niitä aineistolähtöisesti ja koodata vuorovaikutussuhteille ominaisia piirteitä supportiivisten sanomien näkökulmasta.

#### **4.4 Aineiston analysointi**

Toteutin aineiston analyysin teoriaohjaavan laadullisen sisällönanalyysin menetelmällä, jossa yhdistellään teorialähtöistä ja aineistolähtöistä analyysiä. Analysoin aineiston ensin teorialähtöisesti ja sitten aineistolähtöisesti, minkä perusteella laadin analyysikehikon (ks. Taulukko 1). Analyysikehikossa oli lopulta kummankin analyysivaiheen jälkeen neljä tuen muotojen pääkategoriaa, jotka jakaantuivat yhteensä 14 alakategoriaan eli supportiiviseen sanomaan. Tiedollisen tuen pääkategoriaan sisältyivät alakategoriat neuvominen, opettaminen, lähettäminen toisen luo ja kokemusten jakaminen. Emotionaaliseen tukeen kuuluivat rohkaisun, kiintymyksen, sympatian, ymmärryksen ja samankaltaisuuden sanomat. Arvostava tuki koostui kehumisen, kiitollisuuden, häpeän vähentämisen ja vahvistamisen sanomista. Yhteisöllinen tuki oli havaittavissa yhteisöllisyyttä osoittavina sanomina.

TAULUKKO 1 Supporttiivisten sanomien analyysikehikko

<b>TUEN MUOTO</b>	<b>SUPPORTIIVIINEN SANOMA</b>	<b>KUVAUS</b>
Tiedollinen tuki	neuvominen	Vinkkien, toimintaohjeiden ja kehotusten osoittaminen.
	opettaminen	Faktojen ja yksityiskohtaisen tiedon jakaminen.
	lähettäminen toisen luo	Lähettäminen läheisen tai ammattilaisen luo tai hakemaan tietoa asiasta.
	kokemusten jakaminen	Omien kokemusten jakaminen kuormittavaan asiaan liittyen.
Emotionaalinen tuki	rohkaisu	Kannustaminen ja toivon osoittaminen.
	kiintymys	Läheisyyden ja kiinnostuksen osoittaminen.
	sympatia	Toisen tunteisiin samaistumisen osoittaminen.
	ymmärrys	Ymmärryksen osoittaminen.
	samankaltaisuus	Osoittaa olevansa samankaltainen kuin vuorovaikutuskumppani.
Arvostava tuki	kehuminen	Toiseen liittyvien positiivisten asioiden korostaminen.
	kiitollisuus	Vuorovaikutuskumppanin kiittäminen.
	häpeän vähentäminen	Kuormittavaan asiaan liittyvän häpeän vähentäminen.
	vahvistaminen	Samanmielisyyden osoittaminen.
Yhteisöllinen tuki	yhteisöllisyyden osoittaminen	Osoitus, että toinen ei ole asian kanssa yksin.

Aloitin aineistojen analysoinnin teoreettisen sisällönanalyysin menetelmällä siten, että aloin luokitella vlogin litteraateissa ja kommenteissa havaitsemiani supportiivisia sanomia Cutronan ja Suhrin (1992, 161) jäsenyyksen mukaisesti. Näitä tuen muotoja olivat tiedollinen tuki, emotionaalinen tuki, arvostava tuki, välineellinen tuki ja verkostojen tuki (Cutrona & Suhr 1992, 161). Tuen muodot oli jäsennetty luokituksessa erikseen supportiivisten sanomien mukaisesti. Havaitsin aineistosta Cutronan ja Suhrin luokituksen mukaisesti tiedolliseen tukeen kuuluvat sanomat, joita olivat neuvominen, opettaminen ja lähettämisen toinen luo. Emotionaalisen tuen sanomista havaitsin sympatian, ymmärryksen, rohkaisun osoitukset sekä kiintymyksen sanoman, jolla viitattiin suhtautumisen osoittamiseen. Arvostavaa tukea oli havaittavissa kehumisen ja vahvistamisen ilmauksina. Välineellisen tuen ja verkostojen tuen ilmauksia ei ollut havaittavissa tässä aineistossa.

Jatkoin aineiston analyysia aineistolähtöisesti siten, että aloin koodata aineistosta havaitsemiani supportiivisia sanomia, jotka eivät kuuluneet teoreettiseen luokitukseen. Koodasin aineistosta kokemusten jakamisen tiedollisen tuen kategoriaan. Kokemusten jakamiseen kuuluivat sellaiset sanomat, joissa kerrottiin itsestä ja samankaltaisesta kuormittavasta tilanteesta. Samankaltaisuuden osoittaminen oli puolestaan tulkittavissa emotionaalisen tuen ilmaukseksi. Aineistossa katsojat ilmaisivat samankaltaisuutta siten, että he korostivat samanlaisuuttaan vloggaajan kanssa. Kiitollisuuden osoittaminen ja häpeän vähentäminen oli tunnistettavissa arvostavan tuen ilmauksiksi. Kiitollisuudella ilmaistiin kiitollisuutta toista osapuolta kohtaan eri tavoin. Häpeän vähentämistä olivat sellaiset tuen ilmaukset, joissa korostettiin, että mielenterveysongelmat ovat yleisiä ja niitä ei tarvitse hävetä.

Lisäksi havaitsin aineistosta yhteisöllisyyttä korostavia tuen ilmauksia, joita ei sellaisenaan ollut koodattavissa teoreettisen jäsenyyksen mukaisesti. Nostin aineistosta uuden pääkategorian, yhteisöllinen tuki, johon koodasin yhteisöllisyyttä osoittavat sanomat. Yhteisöllisyyttä osoittavissa sanomissa korostettiin sitä, että vuorovaikutuskumppani ei ole kuormittavan asian kanssa yksin. Nämä sanomat



erosivat toisen luo lähettämisestä ja verkostojen tuessa siten, että niissä ei ilmennetty suoraan, ketkä muut kokevat samoja kuormittavia asioita. Tulkitsin yhteisöllisyyttä osoittavat sanomat pikemminkin siten, että niillä korostettiin jonkinlaista yhteisöä, esimerkiksi kaikkia niitä, jotka osallistuvat vlogiin tai kokevat samankaltaista kuormitusta.

Aineistossa oli havaittavissa jonkin verran päällekkäisiä supportiivisia sanomia ja yksittäisissä kommentteissa oli tyypillisesti havaittavissa monia supportiivisia sanomia. Tällaisissa tilanteissa pilkoin kommentin ja koodasin jokaisen sanoman omaan kategoriaansa. Erityisesti samankaltaisuuden, ymmärryksen ja sympatian ilmauksessa oli toisinaan päällekkäisyyttä, sillä ilmauksessa saatettiin yhtäaikaaisesti ilmentää esimerkiksi samankaltaisuutta toiseen henkilöön, ymmärtämällä toisen kokemuksia omien samankaltaisten kokemusten kautta ja samaistumista toisen tunteisiin. Tällöin pilkoin kommentin osiin ja koodasin ilmaukset kaikkiin niihin kategorioihin, jotka oli kommentista tunnistettavissa. Esimerkiksi jos yhdessä virkkeessä osoitettiin samankaltaisuutta ja ymmärrystä, pilkoin virkkeen osiin ja koodasin sen kahteen kategoriaan.

#### **4.5 Eettiset kysymykset**

Tutkimusaiheeseen kytkeytyy eettisiä kysymyksiä, jotka liittyvät verkkokeskustelujen käyttämiseen tutkimusaineistona. Verkkoaineistojen tarkastelussa tuleekin punnita aineiston yksityisyyttä, julkisuutta ja arkaluontoisuutta. Vapaasti saatavilla olevia aineistoja voi käyttää kuka tahansa muun julkisen materiaalin tavoin (Turtiainen ja Östman 2013, 52). Vlogit ja niiden kommentit ovat julkisesti esillä YouTubessa eikä vlogien ja kommenttien katsominen edellytä palveluun kirjautumista, joten kyse on julkisesta aineistosta.

Lain näkökulmasta arkaluontoiset julkiset verkkokeskustelut ovat julkistettua tietoa, jonka käyttäminen tutkimusaineistona on sallittua (Kosonen ym. 2018, 119). Julkisia

aineistoja tutkiessa tulee kuitenkin kiinnittää erityistä huomiota henkilötietojen keräämiseen. Erityistä keskustelua aiheesta on herättänyt EU:n yleinen tietosuoja-asetus (GDPR), jota alettiin soveltaa jäsenvaltioissa 25.5.2018 alkaen (Bergström ym. 2017). EU:n yleinen tietosuoja-asetus kuitenkin jättää kansallista liikkumavaraa EU:n jäsenvaltioille. Suomessa tietosuoja-asetuksen pohjalta säädettiin uusi tietosuojalaki, joka astui voimaan 1.1.2019. Tietosuojalain tarkoitus on täydentää ja täsmentää EU:n yleistä tietosuoja-asetusta. (Tietosuojalaki 1050/2018.) Tietosuojalain (1050/2018, 31 §) mukaan EU:n yleisen tietosuoja-asetuksen 15, 16, 18 ja 21 artiklassa säädettyistä rekisteröidyn oikeuksista voidaan poiketa tieteellisten tutkimustarkoitusten kohdalla, mikäli

- ”1) käsittely perustuu asianmukaiseen tutkimussuunnitelmaan;
- 2) tutkimuksella on vastuuhenkilö tai siitä vastaava ryhmä; ja
- 3) henkilötietoja käytetään ja luovutetaan vain historiallista tai tieteellistä tutkimusta taikka muuta yhteensopivaa tarkoitusta varten sekä muutoinkin toimitaan niin, että tiettyä henkilöä koskevat tiedot eivät paljastu ulkopuolisille.”

Kansallinen tietosuojalaki siis sallii tutkittavien tietojen keräämisen ilman asianomaisten lupaa tutkimustarkoituksiin. Kuitenkin, koska tässä tutkimusta supportiivinen viestintä liittyy mielenterveyteen, joka on ymmärrettävissä henkilökohtaiseksi aiheeksi, tulee tutkimuksen liittyvät eettiset ratkaisut tehdä huolellisesti. Turtiaisen ja Östmanin (2013, 53) mukaan tutkittavien itsemääräämisoikeudesta huolehtiminen on yhä tärkeämpää, mitä enemmän yksittäisten ihmisten henkilökohtaiseen elämään tutkimuksessa paneudutaan. Kosonen ja kumppanit (2018, 119) kuitenkin esittävät, että julkisten aineistojen tutkimiseen ei tarvitse yleensä pyytää suostumusta aineiston tuottajalta. Suostumuksen kerääminen tutkittavilta voi myös olla joissain tilanteissa mahdotonta ja esimerkiksi anonyymejä keskustelijoita voi olla mahdoton tavoittaa. Toisaalta näissä tilanteissa henkilölle aiheutuvan haitan riski ja tunnistamisen mahdollisuus on jo lähtökohtaisesti pieni. (Kosonen ym. 2018, 119.)

Vaikka tässä tutkimuksessa tarkastelen julkista materiaalia, jota saa lain näkökulmasta tutkia vapaasti ilman lupaa, informoin vloggaajia sähköpostitse

tutkimuksesta. Mielestäni se oli hyvän tutkimusetiikan mukaista erityisesti, koska mielenterveyteen liittyvät vlogit voidaan kokea julkisuudesta huolimatta arkaluontoiseksi materiaaliksi. Kerroin sähköpostissani vloggaajille, että en julkaise tutkimusraportissa vlogien tai vloggaajien nimiä ja käsittelen tutkimusaineiston siten, että henkilöt eivät ole siitä tunnistettavissa. Mainitsin sähköpostissa, että tutkimus ei edellytä vloggaajilta mitään toimenpiteitä.

Lisäksi olen pyrkinyt erityiseen huolellisuuteen aineiston käsittelyssä, tallentamisessa sekä myöhemmin aineistoesimerkkejä nostaussani. Tallensin aineiston tietokoneelleni siten, että häivytin tutkittavien nimimerkit kommenttiketjuista. Kun aloin kerätä vuorovaikutussuhteisiin liittyvää aineistoa, palasin takaisin vlogeihin, sillä en voinut aikaisemmin tallentamasta aineistostani enää erottaa kommentoijia toisistaan, koska olin häivyttänyt vloggaajien ja kommentoijien nimimerkit. Tallensin myös nämä kommentit tietokoneelleni siten, että niistä oli poistettu nimimerkit.

Tutkimustehtävän kannalta en nähnyt merkitykselliseksi eritellä vloggaajien sukupuolta, ikää tai muita seikkoja, jotka voivat johtaa tutkittavien tunnistamiseen. En myöskään ole julkaissut vlogien, vloggaajien tai katsojien nimiä. Lisäksi jätin tekemättä verkkokeskustelujen siteeraamisen sanatarkasti, jotta sitaatteja ei voi yhdistää vloggaajaan tai katsojaan. Muokkasin kommentteista nostettuja sitaatteja siten, että niitä ei voi löytää hakukoneilla. Häivytin myös joidenkin vloggaajien litteroidusta puheesta ja kommentteista heidän viestintätyylilleen ominaisia piirteitä, kuten murteita, tiettyjä sanoja ja heidän viestinnälleen tyypillisiä hymiöitä. Tavoitteena on, että tutkimuksesta ei aiheudu kenellekään tutkittavalle haittaa ja että tutkittavat eivät ole tunnistettavissa tutkimusraportista.

## 5 TULOKSET

### 5.1 Vlogeissa osoitettu tuki

Tässä luvussa tarkastelen vloggaajien osoittamaa tukea vlogeissa. Vlogeissa osoitettuun tukeen liittyvä keskeinen havainto oli, että vloggaajat osoittivat tukea katsojilleen kohdentamattomasti, jolloin sitä ei osoiteta tietyille yksittäisille katsojille. Vloggaajien puheessa painottui usein suoraan tai epäsuorasti, että he osoittivat tukea sellaisille katsojille, jotka ovat kuormittuneet samasta asiasta kuin vloggaajat itse. Kuitenkaan aina vloggaajien osoittama tuki ei painottunut vain tiettyyn kuormittavaan asiaan, vaan se saattoi olla osoitettu yleisesti kenelle katsojalle tahansa. Havaitsin, että vloggaajat osoittivat katsojille tiedollista tukea, emotionaalista tukea, arvostavaa tukea ja yhteisöllistä tukea.

#### **Tiedollinen tuki**

Kaikissa vlogeissa oli havaittavissa vloggaajan katsojille osoittamaa tiedollista tukea ja sitä oli havaittavissa kaikista tuen muodoista eniten. Tiedollinen tuki ilmeni aineistossa kokemusten jakamisena, neuvomisena, opettamisena ja lähettämisenä toisen luo.

*Kokemusten jakaminen* oli kaikkein yleisin vloggaajien osoittama tuen ilmaus. Kokemusten jakamisessa keskeistä oli itsestäkertominen, joka ilmeni siten, että vloggaajat kertoivat videolla avoimesti itsestään ja omista mielenterveysongelmistaan. Vlogeissa kerrottiin muun muassa omasta sairastumisesta ja paranemisesta, lääkityksestä sekä koetuista fyysisistä ja psyykkisistä oireista. Seuraavissa esimerkeissä vloggaajat jakavat omia kokemuksiaan mielenterveysongelmista:

Vaikka olin väsynyt, en saanut yöllä unta [--] mulla oli niin korkeat stressitasot koko ajan.

Mulla on ollut tosi kauan niin, että mun masennus on ollut mitä tahansa lievän ja vaikean masennuksen välillä.

*Neuvomisella* vloggaajat osoittivat katsojille vinkkejä, toimintaohjeita ja kehotuksia. Neuvominen kohdistui muun muassa mielenterveysongelmiin liittyvien oireiden hallintaan, mielenterveysongelmista kertomiseen ja keskustelemiseen. Alla olevassa esimerkissä vloggaaja antaa katsojille vinkkejä, millä tavalla mielenterveysongelmia kokevan kannattaa hänen mielestään puhua:

Sä voisit sanoa, että okei kuulostaa pahalta, mutta jos haluat puhua, niin mulle voi puhua. Mä oon sun tukena.

Seuraavassa esimerkissä neuvominen ilmeni siten, että vloggaaja antaa katsojille vinkkejä mielenterveysongelmien oireiden hallintaan. Tässä esimerkissä vloggaajan osoittama tuki on kohdennettu tiettyyn kuormittavaan tilanteeseen liittyen:

Toinen juttu on se, että tiedostaa, [--] että ajatukset on vaan ajatuksia.

*Opettamisella* vloggaajat ilmaisivat yksityiskohtaista tietoa mielenterveysongelmista tai niihin liittyvistä oireista. Opettaminen ilmeni erityisesti mielenterveysongelmien erityispiirteiden kuvaamisena, mikä on havaittavissa seuraavista esimerkeistä:

Masennuksen tuntomerkkejä on masentunut mieliala, mielihyvän menetys, [--] itsetuhoinen käyttäytyminen.

Kaikissa mielenterveyshäiriöissä ja kaikki ihmiset ei välttämättä itse tajuu olevansa sairaita.

*Lähettäminen toisen luo* ilmeni vlogeissa siten, että vloggaaja kehotti katsojia juttelemaan asiasta läheisilleen, vierailemaan aihetta käsittelevillä sivustoilla, hakemaan apua tai ottamaan yhteyttä lääkäriin. Lähettämistä toisen luo oli havaittavissa myös vlogien alapuolella olevassa vlogin kuvauksessa, joka sisälsi usein linkkejä erilaisille mielenterveyteen liittyville verkkosivuille. Seuraavassa esimerkissä vloggaaja kehottaa masennusta kokevia katsojiaan hakemaan apua:

Jos sä oot masentunut, niin mee hakee apua.

Alla olevassa esimerkissä vloggaaja kehottaa mielenterveysongelmia kokevia tutustumaan hänen suosittelemiinsa verkkosivuihin:

Videon alta löytyy hyödyllisiä linkkejä [–] tsekkaa videon kuvaus, jos koet, että olet ollut viime aikoina ahdistunut ja alavireinen.

## **Emotionaalinen tuki**

Vlogeissa oli havaittavissa emotionaalista tukea, jota vloggaajat ilmensivät *rohkaisuna*. Vloggaajat rohkaisivat videoillaan katsojia, jotka kokevat mielenterveysongelmia. He esimerkiksi kannustivat mielenterveyteen liittyvien asioiden kanssa pärjäämisessä, mikä ilmenee seuraavissa vloggaajien ilmauksissa:

Mä toivotan onnea, jos ootte tämmösen tilanteen äärellä tai jos tuntuu vastaavalta.

Tsemppii ja voimii kaikille, jotka kärsii joistain mielenteveysongelmista, ne on tosi vakavia juttuja. Te selviitte kyllä kaikesta, mä uskon siihen.

## **Arvostava tuki**

Vloggaajat osoittivat katsojille arvostava tukea ilmentämällä kiitollisuutta ja vähentämällä häpeää.

*Kiitollisuutta* osoittamalla vloggaajat kiittivät katsojia joko yleisesti tai siksi, että he katsoivat vlogin. Seuraavassa esimerkissä vloggaaja osoittaa arvostusta katsojia kohtaan kertomalla olevansa kiitollinen katsojistaan:

Mä oon tosi kiitollinen teistä kaikista, jokaisesta teistä.

Vloggaajat ilmensivät kiitollisuutta siitä, että katsojat katsoivat vlogin. Näissä sanomissa yhdistyi myös rohkaisun sanoma, kuten alla olevat esimerkit osoittavat:

Mä toivon todella paljon et tää video autto sua. Kiitos kun katsoit.

Kiitos superpaljon videon katsomisesta, toivottavasti herätti uusia ajatuksia.

*Häpeän vähentäminen* ilmeni vlogeissa siten, että vloggaajat kertoivat haluavansa vähentää mielenterveysongelmiin liittyvää häpeää ja ennakkoluuloja tai he ilmaisivat suoraan tai epäsuorasti, että mielenterveysongelmat ovat yleisiä. Useissa vlogeissa vloggaajat kertoivat suoraan, että häpeän ja stigman vähentäminen on videoiden tarkoitus. Seuraavissa esimerkeissä vloggaajat kertovat haluavansa vähentää masennukseen liittyvää stigmaa ja häpeää:

Haluan poistaa masennuksen stigmaa [--] purkaa siihen liittyviä ennakkosenteita ja ennakkoluuloja.

Mä haluan tällä videolla poistaa häpeän tunnetta ja laskea sitä kynnystä hakeutua hoitoon.

Häpeää vähennettiin myös osoittamalla katsojille, että mielenterveysongelmat ovat hyväksyttäviä, mikä ilmenee seuraavasta esimerkistä:

Kaikesta aina selvitään. Ja ei haittaa, jos on vähän sekaisin.

### **Yhteisöllinen tuki**

Yhteisöllinen tuki ilmeni *yhteisöllisyyden osoittamisena*. Vloggaaja osoitti yhteisöllisyyttä katsojalle ilmaisemalla, että katsoja ei ole mielenterveysongelman kanssa yksin. Yhteisölliseen tukeen liittyi kuitenkin se, että vloggaaja ei maininnut, kenen kanssa katsoja voi kuormittavaa asiaa käsitellä. Seuraavissa esimerkeissä vloggaaja osoittaa katsojille yhteisöllistä tukea:

Jos epäilet, että oot masentunut tai sulla on masennus ni muista, että sä et oo yksin vaikka siltä voi tuntuakin.

Muista, että sä et oo yksin, että apua on aina saatavilla.

Vlogeissa kaikki supportiiviset ilmaukset olivat kohdentamattomia, jolloin niitä saatettiin kohdentaa kenelle tahansa katsojalle. Vloggaajan osoittamasta tuesta puuttuivat siis sellaiset ilmaukset, joilla ilmaistaan suhtautumista toiseen tai jotka kohdentuvat tietyille henkilölle tai tiettyyn kuormittavaan tilanteeseen.

## 5.2 Supportiiviset sanomat kommentteissa

Tässä luvussa kuvaan katsojan ja vloggaajan toisilleen osoittamia supportiivisia sanomia vlogien kommentteissa. Toisin kuin vloggaajan vlogissa osoittamassa tuessa, oli vlogin kommentteissa havaittavissa vuorovaikutuskumppanille kohdennettua tukea. Vlogien kommentteissa tukea osoitettiin monilla eri tavoilla, ja erityisesti katsojien kommentteissa oli havaittavissa tuen osoittamista. Kommentteissa oli havaittavissa tiedollista tukea, emotionaalista tukea, arvostavaa tukea ja yhteisöllistä tukea.

### Tiedollinen tuki

Tiedollinen tuki ilmeni vlogien kommentteissa neuvomisena, lähettämisenä toisen luo ja kokemusten jakamisena.

Vlogin kommentteissa *neuvominen* ilmeni sellaisten keinojen osoittamisena, joilla mielenterveyden ongelmia voidaan pyrkiä hallitsemaan tai vähentämään. Alla olevissa esimerkeissä katsoja neuvoo vloggaajaa kokeilemaan hänelle sopivia keinoja mielenterveysongelman hallintaan:

K:

[--] Asian tiedostaminen on ensimmäinen askel parempaan! Mulla on auttanut sosiaalisen median vähentäminen ja meditaatio. Kannattaa kokeilla meditaatiota!

*Lähettäminen toisen luo* ilmeni kommentteissa siten, että vloggaaja kehotti katsojaa hakemaan apua läheisiltä tai ammattilaisilta. Lähettäminen toisen luo on havaittavissa seuraavassa esimerkissä, jossa vloggaaja vastaa mielenterveysongelmistaan kertoneelle katsojalle:

V:

[--] Suosittelen että varaat ajan lääkärille ja käyt juttelemassa tästä ❤️



Vlogin kommenteissa ilmeni *kokemusten jakamista*. Katsojat jakoivat omia kokemuksiaan liittyen muun muassa sairastumiseen, mielenterveysongelman vaikutuksista arkeen, oireisiin ja paranemiseen. Alla olevassa esimerkissä katsoja kertoo mielenterveydestään:

K:

[--] Minulla on jo seitsemän vuotta kulunut erilaisissa terapioissa, kun asiat kasaantuivat. Onneksi nyt voin paljon paremmin.

### **Emotionaalinen tuki**

Toisin kuin vlogeissa, kommenteissa emotionaalinen tuki ilmeni monipuolisemmin. Monet emotionaalisen tuen ilmauksista olivat sellaisia, että niillä osoitettiin suhtautumista toiseen. Emotionaalinen tuki ilmeni kommenteissa kiintymyksen, sympatian, ymmärryksen, samankaltaisuuden ja rohkaisun osoittamisena.

Vlogeissa katsojat osoittivat *kiintymystä* kertomalla pitävänsä vloggaajaa tärkeänä ja kertomalla, että heistä on mukava kuulla vloggaajan kuulumisista. Katsojat osoittivat kiintymystä ilmaisemalla lähettävänsä halauksia ja jakamalla kiintymystä ilmentäviä symboleita, kuten sydänhymiöitä. Tällaisiin kommentteihin vloggaajat vastasivat usein osoittamalla kiintymystä samalla tavalla. Seuraavassa esimerkissä sekä katsoja että vloggaaja osoittavat toisilleen kiintymystä lähettämällä halauksia:

K:

[--] Halauksia sulle! Oot ansainnu ne kaiken kokemasi jälkeen 🥰❤️

V:

Kiitos sinulle, että katsot mun videoita :) Halauksia myös sulle ❤️

Katsojat ja vloggaajat osoittivat toisilleen *sympatiaa* kertomalla samaistuvansa toisen tunteisiin tai pahoittelemalla toisen tilannetta. Seuraavassa esimerkissä katsoja osoittaa sympatiaa kertomalla samaistuvansa vloggaajan tunteisiin:

K:

Hieno video. Samaistuin moniin tunteisiin. [--]

Seuraavassa esimerkissä vloggaaja vastaa katsojalle osoittamalla sympatiaa pahoittelemalla:

V:

[--] Oon pahoillani, että sun piti mennä pidemmän kautta. Onneksi voit nyt paremmin. ❤️

*Ymmärrystä* osoitettiin suoraan kertomalla ymmärtävänsä vuorovaikutuskumppania tai hänen kokemuksiaan. Seuraavassa esimerkissä katsoja ilmensi ymmärrystä kertomalla ymmärtävänsä vloggaajan kokemuksia:

K:

[--] Nuo kohtaukset on mulle tuttuja. Aina ei vaan voi tehdä asioita itkemättä. Tsemppiä tulevaan ❤️

Alla olevassa esimerkissä katsoja ilmaisi ymmärrystä kertomalla suoraan samaistuvansa vloggaajan kokemuksiin:

K:

[--] Mä samaistun sun kokemukseen siitä, että on vaikeaa muodostaa käsitys itsestä, koska mielenterveysongelmien takia on ollut vaikea nauttia mistään. [--]

*Samankaltaisuus* ilmeni aineistossa katsojien kommentteina, joissa korostettiin samankaltaisuutta vloggaajan kanssa. Samankaltaisuuden osoittamiseen liittyi se, että vuorovaikutuskumppani ilmaisi pitävänsä toista kaltaisenaan, jolloin se erosi sympatiasta eli samaistumisesta toisen tunteisiin. Seuraavassa esimerkissä katsoja osoittaa samaistuvansa vloggaajaan:

K:

Samaistun entistä enemmän suhun joka videolla 😊 [--]

Seuraavassa esimerkissä katsoja osoittaa samaistuvansa vloggaajaan ja videoon:

K:

[--] Mulla on aika samanlaisia kokemuksia kun sulla, oon sun kanssa myös saman ikäinen. Ihana että löysin näin samaistuttavan videon, se on helpottavaa. En ole törmännyt tällaisiin aikaisemmin. Kiitos <3

*Rohkaisu* ilmeni siten, että vuorovaikutusosapuolet osoittivat toisilleen toivoa tai kannustusta. Alla olevassa esimerkissä katsoja ja vloggaaja rohkaisevat toisiaan, kun katsoja toivottaa vloggaajalle voimia, mihin vloggaaja vastaa kannustamalla:

K:  
Voimia ❤️ Olen samanlaisessa tilanteessa. [--]

V:  
Tsemppiä sinnekin! ❤️

### **Arvostava tuki**

Arvostava tuki ilmeni vuorovaikutuskumppanin kehumisena, kiitollisuuden osoittamisena, vahvistamisena ja häpeän vähentämisenä.

*Kehumista* ilmeni kommenteissa, joissa katsojat korostivat videon tai aiheen tärkeyttä, vloggaajan persoonaa, rohkeutta tehdä video vaikeasta aiheesta ja vloggaajan tapaa kertoa asiasta. Alla olevassa esimerkissä katsoja kehuu vlogin aiheen tärkeyttä ja vloggaajaa:

K:  
Tällaiset aiheet on hyvin tärkeitä ja on tosi hyvä, että niistä puhutaan. Saat olla itestäsi ylpeä, kun teet videoita näistä aiheista.

Katsojat osoittivat arvostusta *kiittämällä* vloggaajaa tekemästään videosta ja vaikean asian esille tuomisesta. Seuraavassa esimerkissä katsoja kiittää vloggaajaa videosta:

K:  
Aika pysäyttävä video. Kiitos, en voi muuta sanoa. [--] Kiitos tästä videosta.

Mielenterveys aiheena näkyi kommenteissa havaittavissa supportiivisissa sanomissa. Vlogien kommenteissa *häpeän vähentäminen* ilmeni osoittamalla, että mielenterveysongelmista tulee voida puhua julkisesti ja asiassa ei ole hävettävää. Seuraavassa kommentissa katsoja ja vloggaaja vähentävät häpeää kommentoimalla toisilleen, että mielenterveysasioista on tärkeä puhua:

K:  
[--] Tosi hyvä, että näitä asioita tuodaan julki.

V:  
[--] Ärsyttää, miten yleisiä ja vaiettuja asioita nämä on. Haluan olla edistämässä sitä, että näistä asioista voidaan puhua aivan normaalisti. [--]

*Vahvistamisella* osoitetaan, että vuorovaikutuskumppani on samaa mieltä toisen kanssa. Vlogin kommentteissa katsojat ja vloggaajat osoittivat toiselleen vahvistamista. Alla olevassa esimerkissä katsoja ilmaisee olevansa vloggaajan kanssa samaa mieltä vlogissa esille nousseesta asiasta:

K:  
[--] Mahtava video! Oon täysin samaa mieltä tästä asiasta. [--]

Tyypillisesti vloggaajat ilmaisivat vahvistamista katsojille osoitetuissa kommentteissa. Seuraavassa esimerkissä vahvistaminen ilmenee vloggaajan vastauksena katsojan kertomiin kokemuksiin masennuksesta:

V:  
[--] Masennus ei tosiaankaan oo mikään pieni juttu. [--]

## **Yhteisöllinen tuki**

Yhteisöllisen tuen mukaisesti *yhteisöllisyyttä* osoitettiin kommentteissa kertomalla, että vuorovaikutuskumppani ei ole kuormittavan asian kanssa yksin. Kuten vlogeissa, myöskään kommentteissa ei yhteisölliseen tukeen liittyen ehdotettu, kenen kanssa vuorovaikutuskumppani voisi asiaa käsitellä tai kuka häntä voisi auttaa. Seuraavassa esimerkissä katsoja osoittaa yhteisöllisyyttä vloggaajalle toteamalla, ettei kumpikaan heistä ole asian kanssa yksin:

K:  
[--] Voimaannuttavaa, että en ole yksin asian kanssa, etkä ole sinäkään. Olet upea :)

Kommenteissa yhteisöllisyyteen liittyi myös sen osoittaminen, että katsoja on aikeissa jakaa videoita toisille. Katson, että tällaisilla ilmauksilla katsoja osoitti, että kuormittava asia koskettaa monia muitakin, joiden kannattaisi katsoa video. Seuraavassa esimerkissä katsoja ilmaisee jakavansa videon muille:

K:

[--] Jaan ehdottomasti tämän videon parille tästä kärsivälle sekä heidän läheisilleen <3

Vlogien kommenteissa oli havaittavissa runsaasti supportiivisuutta, ja lähes jokaisessa kommentissa oli havaittavissa tuen osoittamista. Kaiken kaikkiaan vlogien kommenteissa oli havaittavissa laajemmin erilaisia supportiivisia sanomia kuin vlogeissa. Lisäksi kommenteissa osoitettu tuki oli vlogeissa osoitettua tukea kohdennetumpaa, mikä korostui erityisesti suhtautumista ilmentävinä sanomina. Etenkin emotionaalisen tuen ja arvostavan tuen ilmaukset olivat kommenteissa sellaisia, joilla osapuolet ilmensivät suhtautumistaan toiseen.

### **5.3 Supportiivisuus vuorovaikutussuhteissa**

Tässä luvussa käsittelen vloggaajien ja katsojien vuorovaikutussuhteita vlogeissa. Tarkastelin kolmea vlogeissa havaittavaa vuorovaikutussuhdetta, joiden erityispiirteitä lähestyin supportiivisten sanomien näkökulmasta. Vloggaajan ja katsojan vuorovaikutussuhde oli havaittavissa vlogien kommenteissa supportiivisten sanomien vaihdantana ilmenevänä viestintäkäyttäytymisenä. Vuorovaikutussuhteiden valinnassa painotin vuorovaikutussuhteelle antamiini kriteereihin eli jatkuvuuteen ja sanomakeskeisyyteen. Aineistossa jatkuvuus ilmeni siten, että vuorovaikutusosapuolet ovat kommentoineet toistuvasti toisilleen. Sanomakeskeisyys ilmeni puolestaan siten, että vuorovaikutusosapuolet osoittivat toisilleen supportiivisia sanomia. Supportiivisten sanomien kautta oli havaittavissa, että vuorovaikutussuhteissa oli piirteitä vuorovaikutussuhteen vertaisuudesta, asymmetrisyydestä ja parasosiaalisuudesta.

Ensimmäisessä vuorovaikutussuhteessa katsoja ja vloggaaja osoittivat toisilleen tukea eri tavoin kolmessa vlogissa. Katsojan ilmauksissa oli havaittavissa kokemusten jakamista, samankaltaisuutta, rohkaisua, kiintymystä, vloggaajan ja vlogin kehumista, kiitollisuutta ja vahvistamista. Katsojan kommentit olivat melko pitkiä ja ne painottuivat itsestäkertomiseen. Vloggaaja taas osoitti kommentteissaan katsojalle kokemusten jakamista, kiintymystä, kiitollisuutta ja vahvistamista.

Toinen vuorovaikutussuhde ilmeni vloggaajan ja katsojan kommentteina kahdessa vlogissa. Kummassakin keskustelussa katsoja oli jättänyt vlogiin kommentin, johon vloggaaja oli vastannut ja johon katsoja oli vielä kommentoinut uudestaan. Katsoja siis vastasi vloggaajan hänelle osoittamaan kommenttiin toistuvasti. Tässä vuorovaikutussuhteessa katsoja osoitti tukea jakamalla omia kokemuksiaan, osoittamalla sympatiaa ja kiitollisuutta. Vloggaaja puolestaan osoitti vahvistamista, rohkaisua, neuvomista ja lähettämistä toisen luo. Kummassakin keskustelussa vloggaaja osoitti lähettämistä toisen luo kehottamalla katsojaa keskustelemaan asioista ammattilaiselle.

Kolmas vuorovaikutussuhde oli havaittavissa kahden vlogin kommenteissa. Tässä vuorovaikutussuhteessa katsoja kehuu vloggaajaa ja vlogia, rohkaisi ja osoitti kiintymystä. Vloggaajan vastauksissa korostui kiintymyksen ja kiitollisuuden osoittaminen. Tässä vuorovaikutussuhteessa oli havaittavissa siis ainoastaan arvostavaa ja emotionaalista tukea, joilla ilmaistiin suhtautumista vuorovaikutuskumppaniin. Toisin kuin kahdessa ensimmäisessä vuorovaikutussuhteessa, ei tässä vuorovaikutussuhteessa katsoja kertonut itsestään jakamalla omia kokemuksiaan.

Vuorovaikutussuhteiden ominaispiirteet ilmenivät usein limittäin eri vuorovaikutussuhteissa. Yhteistä kaikille vuorovaikutussuhteille oli, että niissä katsoja osoitti vloggaajaa kohtaan arvostavaa tukea, joka ilmeni kiitollisuuden osoituksena. Ensimmäisessä ja toisessa vuorovaikutussuhteessa katsojan osoittama tuki oli sellaista, että sillä ilmenettiin tuttavallisuutta: katsojat kertoivat itsestään jakamalla

omia kokemuksiaan kuin tuttavalle. Sen sijaan kolmas vuorovaikutussuhde poikkesi näistä, sillä siinä ei osoitettu itsestäkertomista, vaan katsojan ilmaukset painottuivat suhtautumisen osoittamiseen arvostavan ja emotionaalisen tuen kautta.

#### Vuorovaikutussuhteiden vertaisuus

Vuorovaikutussuhteissa oli havaittavissa piirteitä vertaissuhteesta, mikä ilmeni siten, että molemmat vuorovaikutussuhteen osapuolet osoittivat toisilleen tukea. Tuen näkökulmasta vuorovaikutussuhteen osapuolten voidaan tällöin tulkita olevan suhteessa vertaisesti samalla tasolla, sillä tuki on molemminpuolista. Tarkoitin tällä sitä, että verrattuna esimerkiksi ammatillisiin vuorovaikutussuhteisiin, kuten psykologi-potilassuhteeseen, vloggaajan ja katsojan vuorovaikutussuhteessa kumpikaan ei ole tuen näkökulmasta formaalisesti hierarkkisessa asemassa ja siten veloitettu osoittamaan tukea. Tämä ilmeni supporttiivisissa sanomissa siten, että molemmat osapuolet osoittivat niitä toisilleen.

Katson, että vuorovaikutussuhteen vertaisuutta ilmennettiin supporttiivisissa sanomissa erityisesti kokemusten jakamisena, joka ilmeni aineistossa itsestäkertomisena. Vertaisuuteen liittyi se, että katsojat ilmaisivat tunnistavansa vloggaajaa kuormittavat tilanteet myös omassa elämässään, mikä ilmeni itsestäkertomisena kahdessa ensimmäisessä vuorovaikutussuhteessa. Alla oleva esimerkki on ensimmäisestä vuorovaikutussuhteesta, jossa katsoja osoittaa kokemusten jakamisella kokeneensa samankaltaisia asioita kuin vloggaaja:

K:

[--] Yhtäkkiä huomasin suorittavani asioita, joita rakastan. [--] Tällä hetkellä elän rennommalla aikataulua ja kuuntelen itseäni. Kiitos videosta, jospa joku tämän katsottuaan tajuaisi hidastaa.  
<3

Vloggaaja vastasi katsojalle osoittamalla vahvistamista ja ymmärrystä siten, että katsojan kertomat asiat ovat hänelle tuttuja:

V:

Vaikuttaapa kiireiseltä aikataululta. Mullakin kävi noin, että aloin suorittaa asioita, joista aiemmin nautin. [--]

Vertaisuutta ilmentävissä vuorovaikutussuhteissa katsojat osoittivat myös emotionaalista tukea, kuten samankaltaisuutta, ymmärrystä ja sympatiaa siten, että he ilmaisivat tunnistavansa vloggaajan tilanteen. Tulkitsen tällaisen tuen osoittamisen ilmaisut katsojan näkökulmasta vertaistueksi, joka perustuu siihen, että tukija ilmaisee käsittävänsä vuorovaikutuskumppanin tilanteen vertaisen tavoin. Vuorovaikutussuhteen vertaisuus ilmenee toiseen vuorovaikutussuhteeseen liittyvästä esimerkistä, jossa katsoja jakaa omia kokemuksia ja osoittaa sympatiaa samaistumalla vloggaajan tunteisiin:

K:

[--] en saa enää tehtyä asioita, joista ennen tykkäsin tai, jos alotan, niin siitä ei tuu samanlaista siistiä tunnetta, kun ennen :( Samaistun noihin fiiliksiin mitä sulla on myös ollut.

Vloggaaja vastaa katsojalle osoittamalla rohkaisua, neuvomista ja lähettämistä toisen luo. Myös näistä vloggaajan osoittamista supportiivisista sanomista on tulkittavissa, että vloggaaja käsittää katsojan tilanteen vertaisen tavoin:

V:

Toivottavasti oot jutellut sun olostä jollekin. Se voi muuttua paremmaksi kun hakee apua ja pitää itsestään huolta niin hyvin kun vaan pystyy. Voimia ❤️

K:

Jep, olen jutellut, kiitos ❤️

## Vuorovaikutussuhteiden asymmetrisyys

Vuorovaikutussuhteissa oli havaittavissa tuen osoittamiseen liittyvää epätasaisuutta, joka viittaa vuorovaikutussuhteen asymmetrisyyteen. Asymmetrisyys ilmeni myös vuorovaikutusosapuolten erilaisina näkökulmina vuorovaikutussuhteeseen. Jo lähtökohtaisesti asymmetrisyys ilmeni aineistosta siten, että vuorovaikutussuhteessa vloggaaja oli aina se osapuoli, joka oli vastuussa alun perin keskustelun aiheesta vlogissa ja katsojien kommentteihin vastaamisesta. Tämän tutkimuksen



näkökulmasta vuorovaikutussuhdetta ei olisi muodostunut ilman, että vloggaaja vastasi katsojille, joten katson, että vloggaajalla on vastuu suhteen muodostumisesta.

Vuorovaikutussuhteen osapuolet osoittivat toisilleen tukea epätasaisesti, ja usein erityisesti katsojat osoittivat tukea monipuolisemmin ja enemmän. Etenkin ensimmäisessä ja kolmannessa vuorovaikutussuhteessa katsojien osoittamat supportiiviset sanomat olivat usein vloggaajan sanomia osoittamia monipuolisempia ja henkilökohtaisemmin vloggaajalle kohdennettuja. Tämä voi toisaalta liittyä siihen, että vloggaaja ei tunne katsojaa hyvin, toisin kun taas katsojalla voi olla vlogien kautta rakentunut käsitys vloggaajasta, jolloin hän voi kohdentaa tukea henkilökohtaisemmin.

Asymmetrisyys ilmeni myös arvostavan tuen kautta. Kaikille vuorovaikutussuhteille ominaista oli, että katsojat osoittivat arvostavaa tukea vloggaajaa kohtaan. Ensimmäisessä ja kolmannessa vuorovaikutussuhteessa katsojat ilmaisivat arvostavaa tukea kehumalla vloggaajaa ja vlogia, kiittämällä ja vahvistamalla. Ensimmäisessä ja kolmannessa vuorovaikutussuhteessa katsojat osoittivat arvostavaa tukea enemmän, monipuolisemmin ja henkilökohtaisemmin kuin miten vloggaajat heille osoittivat arvostavaa tukea. Esimerkiksi kolmannessa vuorovaikutussuhteessa katsoja osoittaa tukea monipuolisemmin kehumalla vlogia ja vloggaajaa sekä ilmaisemalla rohkaisua, mihin vloggaaja vastaa kiittämällä. Tämä ilmenee alla olevasta esimerkistä:

K:

Tämä video on todella hyvä ja kiinnostava! 👍 Oot niin fiksu! Tsemppiä! ❤️

V:

Jee, kiitos paljon ❤️ :)

Asymmetrisyys oli havaittavissa vuorovaikutusosapuolten erilaisista näkökulmista vuorovaikutussuhteeseen. Vaikka vastavuoroinen tuen osoittaminen ilmentää vloggaajan ja katsojan vertaisuutta, on heidän näkökulmansa vuorovaikutussuhteeseen keskenään erilaiset. Toisessa vuorovaikutussuhteessa vloggaajan ilmentämä tuki on tulkittavissa siten, että vloggaaja osoittaa katsojan kertomien asioiden olevan hänelle tuttuja ja hänellä on ymmärrystä, miten

kuormittavasta tilanteesta voi selvitä. Vloggaaja lupaa katsojalle, että katsojan tilanne paranee ja kehottaa varaamaan ajan ammattilaiselle. Vuorovaikutussuhteessa on havaittavissa vertaisten väliselle ominaista tukea, mutta havaitsen siinä myös asymmetrisyyttä, joka liittyy vloggaajan näkökulmaan vuorovaikutussuhteessa. Katson, että vloggaaja on tuen näkökulmasta siten hierarkkisemmassa asemassa, että hän oman tietonsa ja karttuneen kokemuksen pohjalta voi kehottaa toista osapuolta hakemaan apua ammattilaiselta ja luvata asioiden muuttuvan paremmaksi. Tämä ilmenee alla olevasta esimerkistä:

K:

[--] nykyään en saa aikaiseksi tai jos saan, niin saan harvoin samaa oloa kuin silloin. [--] Musta tuntuu, että luovuus ei enää tuu takas.

V:

Se tulee takas kyllä, mä lupaan! Suosittelem että varaat ajan lääkärille ja käyt juttelemassa tästä  
❤️

K:

Kiitti :) Käyn jo juttelemassa 👍

### Vuorovaikutussuhteiden parasosiaalisuus

Vuorovaikutussuhteissa ilmeni parasosiaaliselle vuorovaikutussuhteelle ominaisia piirteitä, jotka olivat havaittavissa supportiivisten sanomien kautta. Lähtökohtaisesti parasosiaalisen vuorovaikutussuhteen käsitteellä ilmennetään katsojan yksipuolista suhtautumista mediaesiintyjään. Tässä kuitenkin tarkastelen parasosiaalisuutta vastavuoroisena vuorovaikutussuhteena, jolloin huomioin vloggaajan ja katsojan näkökulmat vuorovaikutussuhteeseen.

Ensimmäisessä ja kolmannessa vuorovaikutussuhteessa parasosiaalinen vuorovaikutussuhde ilmeni katsojien näkökulmasta tuttavallisena suhtautumisena vloggaajaa kohtaan. Katsojat osoittivat kiintymystä ja kehumista vloggaajaa kohtaan ikään kuin he tuntisivat vloggaajan ja tämän kokeman kuormituksen hyvin. Katsojat myös ilmaisivat samaistuvansa vloggaajaan, mikä on tulkittavissa ominaiseksi parasosiaaliselle vuorovaikutussuhteelle.

Ensimmäisessä vuorovaikutussuhteessa oli havaittavissa samankaltaisuuden osoittamista, jolla katsoja ilmensi pitävänsä itseään vloggaajan kaltaisena. Samankaltaisuuden osoittaminen näyttäytyi yksipuolisena, sillä vloggaaja ei osoittanut samankaltaisuutta katsojalle. Seuraava esimerkki on ensimmäisestä vuorovaikutussuhteesta, jossa katsoja osoittaa samankaltaisuutta, kehumista ja kiintymystä ikään kuin hän tuntisi vloggaajan läheisesti:

K:

[--] Itse asiassa oon jo kauan miettinyt, että ootkohan masentunut. Kyllä masentunut masentuneen tuntee [--] Oot somen perustella upee ihminen. Rakkautta <3

Vloggaaja osoitti katsojalle vastauksessaan tukea ilmaisemalla kiitollisuutta ja vahvistamista. Kuitenkaan vloggaajan osoittamasta tuesta ei ollut havaittavissa, että vloggaaja suhtautuisi katsojaan kuin tuttavaan:

V:

Kiitos K <3 Luultavasti oon pohtinut ja työstänyt näitä asioita enemmän kuin kykenen itselleni myöntämään.

Kiintymyksen sanomilla katsojat ilmaisivat, että vloggaaja on heille tärkeä. Kehumalla he puolestaan ilmaisivat arvostavansa vloggaajaa ja vlogia. Tällaisissa tuen ilmauksissa oli myös havaittavissa piirteitä asymmetrisyydestä. Katson, että tämä kuvaa parasosiaalista vuorovaikutussuhdetta katsojan näkökulmasta: katsojan ilmauksissa korostuu kokemus tuttavallisuudesta, mutta samalla siinä on piirteitä yksipuolisesta ihailusta. Tämä ilmenee kolmannesta vuorovaikutussuhteesta, jossa katsoja ilmaisee ilahtuneensa siitä, että hän sai kuulla vloggaajan kuulumisista. Katsoja osoittaa hakeutuvansa toistuvasti vloggaajan seuraan ja että hän on tuttavan tavoin odottanut kuulevansa vloggaajan kuulumisia, mikä ilmenee alla olevasta esimerkistä:

K:

Olipa taas mukava kuulla sun kuulumisista. Oot tosi rohkea ja suorasanainen. Ihanaa, että uskallat olla noin avoin. Kiitos! Halauksia sulle! Oot ansainnu ne kaiken kokemasi jälkeen 🥰❤

Vloggaaja puolestaan vastaa hyväksyvästi osoittamalla kiitollisuutta ja kiintymystä. Vloggaajan vastauksessa ei kuitenkaan korostu katsojan kommentin tavoin erityisen tuttavallista suhtautumista toiseen, vaikka hän osoittaakin kiintymystä:

V:

Kiitos sinulle, että katsot mun videoita :) Halauksia myös sulle ❤️

Parasosiaalinen vuorovaikutussuhde oli havaittavissa vloggaajan näkökulmasta siten, että vloggaajat osoittivat katsojille tukea hyväksyvästi. Kaikissa vuorovaikutussuhteissa vloggaaja ilmaisi hyväksyntää katsojaa kohtaan, mikä ilmeni rohkaisun, kiintymyksen, kiitollisuuden ja vahvistamisen osoittamisena. Yhdessäkään vuorovaikutussuhteessa vloggaaja ei osoittanut olevansa eriävää mieltä katsojan kanssa tai vähätellyt katsojaa tai hänen sanomisiaan. Vloggaajat eivät kuitenkaan ilmaisseet katsojille kiintymystä, elleivät katsojat itse ensin osoittaneet kiintymystä heille. Vloggaajien osoittama kiintymys voidaan tämän pohjalta tulkita kiintymyksenä lojaaliin katsojaan, eikä välttämättä henkilökohtaisesti kohdennettuna.

## 6 JOHTOPÄÄTÖKSET

### 6.1 Supportiivinen viestintä vlogeissa

Tässä tutkimuksessa tarkastelin supportiivista viestintää mielenterveyttä käsittelevissä vlogeissa. Ensimmäisen tutkimuskysymyksen kautta hain ymmärrystä siitä, miten tukea ilmaistaan mielenterveyttä käsittelevissä vlogeissa. Tarkastelin tutkimuskysymystä kahdessa osassa siten, että ensin tarkastelin vloggaajien osoittamaa tukea vlogeissa ja sitten katsojan ja vloggaajan osoittamaa tukea vlogin kommenteissa. Tämän tutkimuksen perusteella vlogeissa osoitetaan tiedollista tukea, emotionaalista tukea, arvostavaa tukea ja yhteisöllistä tukea. Aikaisemmin teknologiavälitteisen viestinnän tutkimuksissa on painottunut lähinnä tiedollinen ja emotionaalinen tuki (ks. esim. Huh ym. 2014; Rains ym. 2015; Rains & Keating 2015), joten katson, että vlogeissa osoitettu tuki on tämän tutkimuksen perusteella varsin monipuolista.

Tulokset osoittavat, että supportiiviset sanomat painoutuivat hieman eri tavoin vlogissa ja kommenteissa. Vlogissa vloggaajan osoittama tiedollinen tuki ilmeni kokemusten jakamisena, neuvomisena, opettamisena ja lähettämisenä toisen luo. Emotionaalinen tuki ilmeni puolestaan rohkaisuna. Vloggaaja osoitti arvostavaa tukea kiitollisuuden osoittamisena ja häpeän vähentämisenä. Yhteisöllinen tuki ilmeni siten, että vloggaaja osoitti katsojille, että he eivät ole kuormittavan asian kanssa yksin. Vlogin kommenteissa tiedollista tukea osoitettiin jakamalla kokemuksia, neuvomalla ja lähettämällä toisen luo. Toisin kuin vlogeissa, kommenteissa ei ilmaistu lainkaan opettamista vuorovaikutuskumppanille. Emotionaalista tukea ilmaistiin huomattavasti monipuolisemmin rohkaisemalla, osoittamalla kiintymystä, sympatiaa, ymmärrystä ja samankaltaisuutta. Arvostavaa tukea ilmaistiin kehumalla, osoittamalla kiitollisuutta, vähentämällä häpeää ja vahvistamalla. Kommenteissa yhteisöllistä tukea ilmaistiin kahdella tavalla: osoittamalla, että vuorovaikutuskumppani ei ole kuormittavan asian kanssa yksin ja ilmaisemalla, että vlogia halutaan jakaa toisille.

Aineistosta oli havaittavissa juuri mielenterveysvlogeille ominaisia supportiivisia sanomia, joten osoitettua tukea voidaan luonnehtia kontekstisidonnaiseksi. Myös aikaisempi kirjallisuus vahvistaa, että teknologiavälitteinen viestintä ei ole vain tietynlainen konteksti, jossa tukea osoitetaan tietyllä tavalla, vaan supportiiviset sanomat vaihtelevat eri teknologiavälitteisen viestinnän konteksteissa (esim. Rains ym. 2015, 404). Lisäksi tuella on erilaisia merkityksiä eri vuorovaikutustilanteissa ja konteksteissa (Mikkola 2006, 61–64), ja esimerkiksi tietyn tyyppiset terveyteen liittyvät kuormittavat asiat edistävät tietynlaista tukea (Rains ym. 2015, 405). Kontekstin huomioimisen kannalta oli erityisen tärkeää tarkastella tässä tutkimuksessa aineistoa teorialähtöisen tarkastelun lisäksi aineistolähtöisesti, jotta oli mahdollista saada sellaisia tuloksia, jotka ilmentävät tukea juuri mielenterveyteen liittyvissä vlogeissa. Hyödynsin aineiston analysoinnissa Cutronan ja Suhrin (1992, 161) esittämää luokitusta tuen muodoista. Kuitenkin myöhemmässä vaiheessa muokkasinkin jäsennystä havaitsemalla aineistolle ominaisia supportiivisia sanomia sekä tunnistamalla täysin uuden kategorian, yhteisöllisen tuen, yhdeksi tuen muodoksi.

Tulosten perusteella mielenterveysvlogeille ominaista tukea oli häpeän vähentäminen, joka oli arvostavan tuen ilmaus. Häpeän vähentämisellä vloggaajat ja katsojat kehottivat puhumaan mielenterveysasioista avoimesti ja painottivat, että mielenterveysongelmissa ei ole hävettävää. Katson, että häpeän vähentäminen on merkityksellinen tuen ilmaus mielenterveysvlogeissa, sillä sen kautta voidaan suoraan rohkaista toista kertomaan mielenterveysongelmista. Häpeän vähentäminen vaikuttaisi liittyvän sellaisiin kuormittaviin tilanteisiin, joista on vaikea puhua julkisesti ja joihin mahdollisesti liittyy stigma. Tämä huomio saa tukea Rainsin ja kumppanien (2015, 419) havainnosta, että erityisesti arvostava tuki liittyy sellaisiin kuormittaviin tilanteisiin, joihin liittyy korkeampi stigma.

Yhteisöllinen tuki liittyi puolestaan yleisemmin vlogien kontekstiin. Yhteisöllinen tuki oli havaittavissa aineistolähtöisesti, eikä sitä ole käsitelty aikaisemmissa tutkimuksissa. Kuitenkin aikaisempi kirjallisuus osoittaa, että yhteisöllisyyden käsite liittyy vahvasti vlogeihin (esim. Frobenius 2014, 60). Yhteisöllisyyttä on myös

tarkasteltu osana vlogeihin liittyvän sosiaalisen tuen tutkimusta, ja esimerkiksi Huh ja kumppanit (2014) ovat nostaneet yhteisöllisyyden osaksi sosiaalista tukea. He ovat esittäneet, että sairauksiin liittyvissä vlogeissa yhteisöllisyys ilmeni siten, että vuorovaikutusosapuolet jakoivat samoja kiinnostuksenkohteita ja kuormittavia asioita toisilleen. He esittivät, että emotionaalinen ja tiedollinen tuki ovat merkityksellisiä vlogin yhteisöllisyyden kannalta. (Huh ym. 2014, 22–23.)

Mielenterveysaiheisissa vlogeissa supportiivisuus vaikuttaisi kehystävän lähes kaikkea havaittavissa olevaa viestintää ja vuorovaikutusta. Koetusta kuormituksesta vloggaaminen voi jo lähtökohtaisesti olla tuen osoittamista. Tässä tutkimuksessa kaikki vloggaajat ilmaisivat vähintään yhdessä vlogissa, että vlogin tarkoitus on auttaa tai vähentää mielenterveysongelmiin liittyvää häpeää tai stigmaa. Myös aikaisemmissa tutkimuksissa, joissa on tarkasteltu tukea fyysisiin ja psyykkisiin sairauksiin liittyvissä vlogeissa, on todettu, että vloggaajat usein ilmaisevat toisten auttamisen keskeiseksi syyksi vlogin tekemiselle (Liu ym. 2013, 11; Sangeorzan ym. 2019, 425). Tästä näkökulmasta katson, että supportiivinen viestintä voi olla mielenterveyttä käsittelevissä vlogeissa monitasoinen ilmiö: vlogi on kokonaisuudessaan katsojille osoitettua tukea, josta on tunnistettavissa myös suppeampia supportiivisia sanomia, jotka on kohdistettu tietyille henkilöille vlogin kommentteissa.

Vloggaajan osoittamaan tukeen liittyi kohdentamattomuus eli se, että hän osoittaa tukea laajalle katsojajoukolle eikä yksittäisille henkilöille. Katson, että tässä tutkimuksessa kohdentamattomalla tuen osoittamisella on merkitystä sen kannalta, millaista tukea vloggaajat osoittivat. Tarkastelemissani mielenterveysvlogeissa vloggaajat osoittivat arvostavaa tukea kohdentamattomasti: vloggaajat eivät ilmaisseet esimerkiksi kehumista tai vahvistamista, jotka edellyttävät, että vloggaaja tunnistaa, ketä kehuu tai kenen kanssa hän on samaa mieltä. Lisäksi sellaiset emotionaalisen tuen ilmaukset, jotka liittyvät vuorovaikutuskumppaniin tai suhtautumisen osoittamiseen, puuttuivat vloggaajan vlogissa osoittamasta tuesta. Katson, että esimerkiksi emotionaalisesta tuesta kiintymyksen, sympatian, ymmärryksen ja samankaltaisuuden osoittaminen edellyttävät, että vloggaaja tunnistaa kenelle ja

mihin liittyen hän tukea osoittaa. Vlogeissa emotionaalinen tuki ilmeni ainoastaan rohkaisuna, jota vloggaajat osoittivat kaikille katsojille tai niille, jotka kamppailevat saman kuormittavan asian kanssa. Tätä tukee myös Rainsin ja kumppaneiden (2015, 419) havainto siitä, että emotionaalinen tuki on yleistä sellaisissa terveyteen liittyvissä konteksteissa, jotka liittyvät todennäköisemmin henkilökohtaisiin vuorovaikutussuhteisiin.

Vlogeissa korostui erityisesti tiedolliseen tukeen kuuluva kokemusten jakaminen, joka ilmeni itsestäkertomisena. Itsestäkertominen taas on vlogin sisällön kannalta keskeinen viestinnän ilmiö. Vlogeissa vloggaajat osoittivat omien kokemusten jakamista kohdentamattomasti, mikä on kiinnostavaa, sillä Mikkolan (2006, 45) mukaan tiedollisessa tuessa on keskeistä juuri sellaisen tiedon välittäminen, joka liittyy tuen saajan tilanteeseen. Vloggaajat osoittivat siis katsojilleen tiedollista tukea, vaikka he eivät tieneet yksilötasolla katsojiensa kuormituksesta. Vlogeissa tyypillistä sen sijaan oli, että tukea osoitettiin omista kokemuksista käsin: tuen osoittamisessa ilmaistiin toisinaan, että tukea kohdennetaan niille, jotka kuormittuvat samanlaisista asioista.

Vlogeissa itsestäkertominen ilmeni arkaluontoistenkin asioiden julkisena ja avoimena kertomisena suurelle yleisölle. Myös Oh ja LaRose (2015, 40) ovat todenneet, että itsestäkertominen ei noudata yhteisöpalveluissa perinteistä asteittaista itsestäkertomisen periaatetta, jossa edetään asteittain kohti syvällisempää itsestäkertomista, vaan itsestäkertomiselle ominaista on, että yksityistä tietoa jaetaan julkisesti suurelle yleisölle. Katson, että tässä aineistossa tämä havainto liittyi siihen, millaista tukea vlogeissa osoitettiin. Esimerkiksi luottamuksen osoittamiseen liittyy, että tuen antaja lupaa olla kertomatta vastaanottajan kuormittuneisuudesta muille (ks. Cutrona & Suhr 1992, 161). Tämän kaltainen tuen osoittaminen ei ole vlogeissa luontevaa, sillä vlogeissa osoitettu tuki on lähtökohtaisesti julkista.

Vloggaajien viestintäkäyttäytymisen on luonnehdittu muistuttavan, kuin he imitoisivat interpersonaalista vuorovaikutustilannetta (ks. Ferchaud ym. 2018, 94;



Frobenius 2014, 61). Kuitenkin tässä tutkimuksessa supporttiivisten sanomien ilmaiseminen kohdentamattomasti antaa viitteitä siitä, että vloggaajien viestintäkäyttäytyminen ei täysin vastaa interpersonaalista viestintäkäyttäytymistä. Katson, että interpersonaalisisessa vuorovaikutustilanteessa toisen kuormituksen huomioiminen ilmeni myös supporttiivisissa sanomissa, jotka olisivat kohdennettuja henkilökohtaisemmin. Lisäksi vloggaajat osoittivat toisinaan tukea puhuttelemalla katsojia kolmannessa persoonassa, jolloin viestintäkäyttäytymisessä on piirteitä esiintymistilanteesta.

Tässä tutkimuksessa ei ollut havaittavissa lainkaan Cutronan ja Suhrin (1992, 161) luokituksen mukaisia välineellistä tukea ja verkostojen tukea. Tämä on kiinnostavaa, sillä aikaisemmissa tutkimuksissa vlogeissa on havaittu näitä tuen muotoja. Esimerkiksi Huh ja kumppanit (2014, 18) havaitsivat, että kroonisiin sairauksiin liittyvissä vlogeissa katsojat osoittivat vloggaajille verkostojen tukea ja välineellistä tukea. Verkostojen tuki ilmeni siten, että katsoja pyysi vloggaajaa tapaamiseen, jossa hän voisi esitellä vloggaajan toisille. Tutkimuksessa välineelliseksi tueksi tulkittiin puolestaan se, että katsoja jakoi vlogin Twitter-tilillään. (Huh ym. 2014, 18.) Tämä on kiinnostavaa, sillä esimerkiksi ammattivlogien kohdalla vlogin jakaminen ja sen myötä katselukertojen kasvaminen voi hyvinkin lisätä esimerkiksi vloggaajan tuloja, jolloin tuki olisi taloudellista ja siten hyvinkin konkreettista ja välineellistä. Toisaalta tässä tapauksessa olisi syytä pohtia tukijan syitä jakaa vlogia, mikä liittyy siihen, onko kyse halusta jakaa vlogia muuten vain vai vloggaajan suosion edistämisen vuoksi.

Tässä tutkimuksessa tarkastelin supporttiivista viestintää havaittuna viestintäkäyttäytymisenä tukijan intentiosta käsin, joten en tehnyt tulkintoja siitä, milloin vuorovaikutusosapuolet hakivat tukea. Katsojat saattoivat toisinaan kuitenkin kertoa, että aiheen käsittely julkisesti auttoi heitä, mikä on tulkittavissa tuen vastaanottamisen ilmaukseksi. Havainto on kiinnostava erityisesti, jos sitä peilaa Liun ja kumppaneiden (2013, 11) päinvastaiseen havaintoon siitä, että sairauksiin liittyvissä vlogeissa katsojat eivät ilmaisseet julkisesti, että vlogilla olisi ollut heitä tukevaa vaikutusta.

Aineistosta oli havaittavissa, että katsojat osoittivat kommentteissa tukea vloggaajalle, joka oli osoittanut vlogissaan tukea katsojille. Vlogeissa ja vlogien kommentteissa osoitettiin siis tukea sen pojalta, että toinen osapuoli oli ensin osoittanut tukea. Koska molemmat osapuolet osoittivat toisilleen tukea, saattaa toisen tukea osoittavaksi tarkoitettu viestintäkäyttäytyminen näyttäytyä toiselle joko suorana tai epäsuorana tuen hakemisena. Katson, että tämä vahvistaa sen, että tuen hakemiseen ja osoittamiseen liittyvät sanomat voivat olla kompleksisia (ks. Barbee & Cunningham 1995, 407).

## **6.2 Supportiiviset vuorovaikutussuhteet vlogeissa**

Toisella tutkimuskysymyksellä hain vastausta siihen, mitä supportiiviset sanomat ilmentävät vloggaajan ja katsojan vuorovaikutussuhteesta. Koska vuorovaikutussuhteen määritelmä on moninainen, asetin sille tässä tutkimuksessa kriteerit, joita olivat jatkuvuus ja sanomakeskeisyys. Lähtökohtana kuitenkin oli käsitys siitä, että vlogeissa luodaan ja ylläpidetään vuorovaikutussuhteita, mitä tukee Langen (2007, 361) varhainen määritelmä, jonka mukaan YouTube on julkinen videoiden jakamiseen tarkoitettu verkkosivuksi, jossa videoihin eriasteisesti sitoutuneet katsojat katselevat ja jakavat videoita ylläpitääkseen vuorovaikutussuhteita.

Tässä tutkimuksessa tarkastelin vuorovaikutussuhteita tuen näkökulmasta, jolloin tuki on vuorovaikutussuhteissa keskeinen instrumentaalinen funktio. Se, millä tavoin instrumentaalisia funktioita, tässä tapauksessa tukea, ilmennetään, heijastaa epäsuorasti vuorovaikutusosapuolen suhtautumista toiseen osapuoleen ja siihen, miten itseä tarkastellaan suhteessa toiseen (Burlison 2010, 155–156). Vuorovaikutussuhteissa sekä katsojat että vloggaajat osoittivat toisilleen supportiivisia sanomia monilla eri tavoilla. Supportiivisten sanomien kautta oli havaittavissa, että

vuorovaikutussuhteissa oli piirteitä vertaisesta vuorovaikutussuhteesta, asymmetrisestä vuorovaikutussuhteesta ja parasosiaalisesta vuorovaikutussuhteesta. Erityisesti emotionaalinen tuki ja arvostava tuki olivat merkityksellisiä vloggaajan ja katsojan vuorovaikutussuhteen erityispiirteiden kannalta. Osoittamalla emotionaalista ja arvostavaa tukea osapuolet ilmaisivat suhtautumista toisiinsa. Sen sijaan tiedollista tukea tarkastelemalla tein havaintoja siitä, miten ja millaista tietoa osapuolet toisilleen jakoivat ja mitä tietynlaisen tiedon jakaminen merkitsee vuorovaikutussuhteen kannalta. Vuorovaikutussuhteissa ei ollut havaittavissa yhteisöllistä tukea, joten en tarkastellut vuorovaikutussuhteita sen kautta.

Vuorovaikutussuhteiden vertaisuus ilmeni vlogeissa vastavuoroisen tuen osoittamisen näkökulmasta. Tuki on vlogeissa vastavuoroisesti toiselta toiselle osoitettua, jolloin sen voidaan nähdä ilmentävän vertaisuutta osapuolten välillä. Vertaisen vuorovaikutussuhteen näkökulmassa on kyse eksistentiaalisesta eli ihmisenä olemisen tasosta, jolloin vuorovaikutussuhdetta voidaan pitää symmetrisenä (Gerlander & Isotalus 2010, 8). Vlogeissa vertaisuus ilmeni erityisesti siten, että molemmat osapuolet, vloggaajat ja katsojat, osoittivat toisilleen tukea samanlaiseen kuormittavaan asiaan tai tilanteeseen liittyen. Erityisesti tiedollisen tuen sanomista kokemusten jakamisella osoitettiin, että vuorovaikutusosapuolilla oli omakohtaista kokemusta kuormittavasta asiasta. Myös emotionaalisen tuen ilmauksilla, kuten samankaltaisuuden, ymmärryksen ja sympatian osoituksilla, ilmaistiin, että toisen kokemukset ovat tuttuja, mikä ilmentää vuorovaikutussuhteen vertaisuutta.

Katson, että mielenterveysaiheisten vlogien yksi keskeinen funktio voi olla tuen osoittaminen vertaisten välillä, mikä saa tukea myös aikaisemmasta vlogien tutkimuksesta. Huh ja kumppanit (2014, 13–22) ovat esittäneet, että vlogit ovat ympäristöjä, jossa luodaan yhteistä ymmärrystä yhteisöstä, jossa molemmat osapuolet voivat osoittaa toisilleen tukea. Myös Sangeorzan ja kumppanit (2019, 426) havaitsivat, että psyykkisiä sairauksia käsittelevät vlogeissa sairastuneet keskustelivat yhteisesti tunnistetuista aiheista. Gibson (2016, 642) puolestaan on todennut, että vlogeihin osallistuvat voivat löytää muita, jotka jakavat kokemuksen heidän kanssaan. Tällöin

vlogit mahdollistavat sellaisia vuorovaikutussuhteita, joissa jaetaan samaan kuormittavaan tilanteeseen liittyviä kokemuksia, mikä taas edistää supportiivista viestintäkäyttäytymistä vertaisten välillä (Gibson 2016, 642).

Vloggaajan ja katsojan vuorovaikutussuhteissa oli havaittavissa piirteitä asymmetrisestä vuorovaikutussuhteesta. Supportiivisen viestinnän näkökulmasta asymmetrisyys ilmeni tässä aineistossa siten, että osapuolet osoittivat toisilleen tukea epätasaisesti: katsojat osoittivat vloggaajalle tukea monipuolisemmin ja tuen sanomat olivat henkilökohtaisemmin kohdennettuja vloggaajalle. Erityisesti arvostavan tuen näkökulmasta katsojat osoittivat vloggaajille tukea monipuolisemmin kuin vloggaajat katsojille.

Asymmetrisyys liittyi vlogeissa myös vuorovaikutusosapuolten erilaisiin näkökulmiin vuorovaikutussuhteeseen. Jo lähtökohtaisesti vuorovaikutussuhteet muodostuvat vlogeissa lähinnä vloggaajan näkökulmasta, sillä vloggaaja aloittaa keskustelun päättämästään aiheesta, kuten mielenterveysongelmista. Lisäksi vloggaaja voi päättää, vastaako hän katsojien jättämiin kommentteihin ja millä tavalla hän niihin vastataan. Gerlander ja Isotalus (2010, 10) ovat kuvanneet, että asymmetrisyyteen liittyy se, millä tavalla vuorovaikutussuhteen osapuolet tuottavat työnjakoa, oikeuksia ja velvollisuuksia vuorovaikutussuhteessa. Katson, että vaikka vlogeissa osapuolten työnjako, oikeudet ja velvollisuudet ovat epäformaaleja, on vloggaajalla silti suurempi kontrolli ja vastuu vastavuoroisten vuorovaikutussuhteiden muodostumisessa.

Aikaisemmissa vlogeihin liittyvissä tutkimuksissa ei juurikaan ole käsitelty vlogien vuorovaikutussuhteita asymmetrisyyden näkökulmasta. Asymmetristä vuorovaikutussuhdetta on sen sijaan tarkasteltu erityisesti professionaalisina vuorovaikutussuhteina, jolloin se kytkeytyy vuorovaikutussuhteen institutionaalisuuteen (ks. esim. Gerlander & Isotalus 2010, 2). Katson, että tässä tutkimuksessa asymmetrisyys ei kuitenkaan ole yhtä selkeä kuin professionaalisissa ja formaaleissa suhteissa, sillä kumpikaan osapuoli ei edustanut kuormittavaan tilanteeseen liittyen mitään instituutiota eikä kummallakaan osapuolella ollut

velvoitetta osoittaa tukea. Asymmetrisyys voi kuitenkin liittyä osapuolten erilaiseen tietoon ja osaamiseen (Gerlander & Isotalus 2010, 8). Vlogeissa vuorovaikutussuhteissa tietynlaisen tiedon jakaminen toiselle saattoi olla sellaista, että siitä oli tulkittavissa toisen osapuolen hierarkkisempi asema vuorovaikutussuhteessa, vaikka kyse ei ollutkaan formaalista hierarkiasta. Esimerkiksi vloggaaja saattoi osoittaa tiedollista tukea katsojalle siten, että hänellä oli vankkaa kokemusta ja tietoa asiasta. Kuitenkin vuorovaikutussuhteiden asymmetrisyys oli aina havaittavissa yhtäaikaisesti vuorovaikutussuhteen vertaisuuden kanssa, mikä toisaalta osoittaa, että vlogeissa havaitut vuorovaikutussuhteet ovat moniulotteisia.

Vlogien vuorovaikutussuhteissa oli havaittavissa parasosiaalisen vuorovaikutussuhteen piirteitä. Aikaisemmissa tutkimuksissa parasosiaalista vuorovaikutussuhdetta vlogeissa on tarkasteltu lähinnä katsojan suhtautumisen näkökulmasta (ks. esim. Ferchaud ym. 2018; Liu ym. 2019; Munnukka ym. 2019), mutta tässä tutkimuksessa havaitsin parasosiaalisen vuorovaikutussuhteen piirteet sekä katsojan että vloggaajan näkökulmista. Tulosten perusteella oli havaittavissa, että parasosiaalinen vuorovaikutussuhde on erilainen vuorovaikutussuhteen osapuolille.

Katsojien näkökulmasta parasosiaalisuus ilmeni tuttavallisena suhtautumisena vloggaajaa kohtaan. Katsojat osoittivat tuttavallisuutta kiintymyksen, kehumisen ja samankaltaisuuden ilmaisuilla. Tällaista katsojan näkökulmaa tukee myös aikaisempi kirjallisuus, joka osoittaa, että parasosiaaliselle vuorovaikutussuhteelle on ominaista katsojan kokemus siitä, että hän tuntee mediaesiintyjän (ks. Perse & Rubin 1989, 60). Isotalus ja Valo (1995, 66–67) ovat luonnehtineet parasosiaalista vuorovaikutussuhdetta katsojan näkökulmasta viidellä ulottuvuudella: kuviteltu ystävyys, seuraan hakeutuminen, empatia, suhteen todellisuus ja esiintyjän kompetenssi. Nämä ulottuvuudet olivat havaittavissa myös supportiivisten sanomien näkökulmasta. Kuviteltu ystävyys oli tulkittavissa juuri tuttavallisina ilmauksina vloggaajaa kohtaan. Seuraan hakeutuminen ilmeni siten, että katsojat kommentoivat toistuvasti saman vloggaajan vlogeja, mikä ilmeni viestintäkäyttäytymisen tasolla toistuvina

kommentteina. Katson, että empatia ilmeni tässä aineistossa ylipäättään tuen osoittamisena vloggaajalle, jonka katsottiin tarvitsevan tukea. Suhteen todellisuus puolestaan ilmeni tässä aineistossa toteutuneena vuorovaikutussuhteena, joka oli havaittavissa vlogeissa. Vaikutelma esiintyjän kompetenssista oli havaittavissa arvostavana tukena esimerkiksi sellaisina supportiivisina sanomina, joilla vloggaajaa keuhuttiin.

Vloggaajien näkökulmasta parasosiaalinen vuorovaikutussuhde ilmeni vloggajien osoittamina supportiivisina sanomina, joilla osoitettiin hyväksyntää katsojaa kohtaan. Vuorovaikutussuhteen parasosiaalinen luonne kuitenkin ilmeni suhteen asymmetrisyytenä: vuorovaikutusosapuolet osoittivat tukea eritasoisesti. Vloggaajat eivät osoittaneet katsojille tukea yhtä tuttavallisesti tai henkilökohtaisesti, kuin mitä katsojat osoittivat vloggaajille. Parasosiaalisen vuorovaikutussuhteen näkökulmasta tämä on luontevaa, sillä katsoja voi kokea tuntevansa vloggaajan vlogien kautta, jolloin henkilökohtaisemman tuen osoittaminen on mahdollista. Vloggaaja taas ei välttämättä tunne katsojaa. Parasosiaalinen vuorovaikutussuhde voi olla katsojan kannalta ihanteellinen suhde: mediaesiintyjä on luotettava, hyväksyvä eikä hän vaadi häneltä mitään (Isotalus & Valo 1995, 28).

Parasosiaalista vuorovaikutussuhdetta on luonnehdittu kuvitelluksi vuorovaikutussuhteeksi ja katsojan yksipuoliseksi suhteeksi mediaesiintyjää kohtaan (Perse & Rubin 1989, 59–60). Tässä tutkimuksessa vuorovaikutussuhde oli kuitenkin havaittavissa molemminpuolisena vuorovaikutussuhteena, sillä molemmat osapuolet osoittivat toisilleen supportiivisia sanomia. Katson, että internet ja yhteisöpalvelut haastavat perinteisen parasosiaalisen vuorovaikutussuhteen käsitettä, joka on alun perin pohjautunut yksisuuntaiseen viestintään ja kuviteltuun vuorovaikutussuhteeseen. Isotalus ja Valo (1995, 66) ovat esittäneet, että parasosiaaliseen vuorovaikutussuhteen problemaattisuus liittyy siihen, missä vaiheessa katsojan suhtautuminen muuttuu suhteeksi. Katson, että vlogeissa suhtautumisen muuttuminen vuorovaikutussuhteeksi on havaittavissa juuri

viestintäkäyttäytymisen tasolla sellaisissa konteksteissa, joissa katsojan ja mediaesiintyjän viestintä on molemminpuolista, kuten juuri vlogeissa.

Kuten jo olen edellä esittänyt, nykyään vuorovaikutussuhde mediaesiintyjän ja katsojan välillä voi olla vastavuoroinen. Vuorovaikutussuhde on kuitenkin kummallekin osapuolelle erilainen. Vaikka vuorovaikutussuhde ei ole yksipuolinen, on siinä vloggaajan osalta sellaisia asymmetrisen vuorovaikutussuhteen piirteitä, jotka liittyvät vuorovaikutussuhteen parasosiaalisuuteen. Vlogeissa vloggaaja päättää keskustelun aiheen, tekee valinnan kommentteihin vastaamisesta ja katsojiensa seuraamisesta. Tällöin vuorovaikutussuhteessa vloggaajalla on enemmän vastuuta siitä, tuleeko katsojan suhtautumiseen perustuvasta parasosiaalisesta vuorovaikutussuhteesta vastavuoroisena viestintäkäyttäytymisenä havaittava vuorovaikutussuhde.

## 7 PÄÄTÄNTÖ

### 7.1 Tutkimuksen arviointi

Tässä luvussa arvioin tutkimusprosessin ja tulosten luotettavuutta sekä tutkielman tavoitteen saavuttamista. Arvioin tutkielman luotettavuutta uskottavuuden, siirrettävyyden, varmuuden ja vahvistuvuuden näkökulmista (ks. Eskola & Suoranta 1998, 153). Arvioin lopuksi tutkielmaa eettisestä näkökulmasta.

*Uskottavuus.* Tutkielman uskottavuus liittyy siihen, miten tutkijan tekemät tulkinnat ja käsitykset vastaavat tutkittavien tulkintoja ja käsityksiä (Eskola & Suoranta 1998, 153). Kyse on siitä, vastaavatko tutkijan tekemät havainnot todellisuudesta tutkittavien todellisuutta. Tässä tutkimuksessa tarkastelin havaittavaa viestintäkäyttäytymistä, joten tutkittavien käsitykset jäävät tutkimuksen rajauksen ulkopuolelle. Viestintäkäyttäytymistä käsittelevässä tutkimuksessa uskottavuudessa voidaan lähestyä raportoinnin tarkkuuden ja aineiston täsmällisen kuvaamisen kautta, minkä pohjalta voidaan tehdä päätelmiä tutkijan tekemistä tulkinnoista. Tässä tutkimuksessa pyrin kuvaamaan kaikki tutkimuksen eri vaiheissa tekemäni valinnat tarkasti. Esitin tulosten raportoinnin yhteydessä aineistoesimerkkejä, jotka ilmensivät tekemiäni havaintoja ja toimivat eräänlaisina todisteina tutkitusta aineistosta. Tässä tutkimuksessa olen kuitenkin tutkimuseettisistä syistä raportoinut aineistoesimerkeistä siten, että niitä ei voi yhdistää tutkittaviin. Olen muokannut aineistoesimerkkejä ja jättänyt pois sellaisia esimerkkejä, jotka sisällöllisesti voisivat olla liitettävissä yksittäiseen henkilöön. Tämän kaltaiset tutkimuseettiset valinnat ovat olleet tässä tutkimuksessa välttämättömiä. Katson kuitenkin, että raportoinnin tarkkuus ja avoimuus ovat keskeisiä tekijöitä tämän tutkimuksen uskottavuuden kannalta.

*Siirrettävyys.* Siirrettävyys liittyy tutkimustulosten yleistettävyyteen. Laadullisessa tutkimuksessa yleistäminen ei kuitenkaan monien sosiaalisten todellisuuksien vuoksi ole aina mahdollista (Eskola & Suoranta 1998, 153). Tässä tutkimuksessa siirrettävyyttä



arvioidaan siten, miten tutkimuksen analyysikehikkoa tai saatuja tuloksia voidaan hyödyntää muissa verkkokeskustelujen tutkimuksissa. Aineistolähtöisessä analyysivaiheessa laadin joitain reunaehtoja liittyen siihen, miten kategorisoin tietyt supportiiviset sanomat. Esimerkiksi samankaltaisuuden, sympatian ja ymmärtämisen osoittamisen sanomat muistuttivat paikoittain toisiaan. Kaikki nämä liittyvät samaistumiseen, joten laadin niille luokitteluohjeen: samankaltaisuudella viitataan samaistumista toisen ihmiseen, esimerkiksi hänen luonteeseensa tai ulkoisiin tekijöihinsä, sympatialla viitataan samaistumista toisen tunteisiin ja ymmärryksellä viitataan samaistumista tai ymmärrystä toisen kokemuksiin. Tutkimuksessa laadittu analyysikehikko on tarkka, sillä se on muodostettu teorian ja aineiston pohjalta. Katson, että analyysikehikkoa voi soveltaa sellaisenaan myös muita aiheita käsittelevien videoiden tarkasteluun, jos tarkastelun kohteena on supportiivinen viestintä.

*Varmuus.* Varmuus liittyy siihen, että tutkimuksessa huomioidaan sellaiset tekijät, jotka ovat saattaneet vaikuttaa tutkimukseen (Eskola & Suoranta 1998, 153). Varmuuteen liittyvät esimerkiksi tutkijan ennakkokäsitykset, jotka voivat tässä tutkimuksessa vaikuttaa siihen, millä perusteella vlogit valittiin tutkimukseen. Tässä tutkimuksessa valitsin tarkasteluun yhdeksän vlogia kolmelta vloggaajalta sillä perusteella, että ne ovat keskenään erityyppisiä. En seuraa kyseisiä vloggaajia enkä ollut katsonut heidän vlogejaan aikaisemmin, mitä pidän tärkeänä juuri tutkijan ennakkokäsitysten minimoiseksi. Tässä tutkielmassa olen pyrkinyt raportoimaan aineistoon liittyvistä valinnoistani niin tarkasti, kuin olen eettisistä lähtökohdista voinut.

Varmuuteen liittyy myös tutkimusaineiston autenttisuus. Lähtökohtaisesti verkkokeskusteluja voidaan pitää autenttisina aineistoina, sillä ne ovat ihmisten omaehtoisen toiminnan tulosta (Hakala & Vesa 2013, 207). Siitä huolimatta autenttisuuteen tulee suhtautua arvioivasti. Kaikkien vlogien lähes kaikissa kommentteissa osoitettiin tukea. En voi kuitenkaan tietää, että onko vloggaaja seulonut tai poistanut esimerkiksi negatiivisiksi kokemiaan kommentteja ja mikä

merkitys sillä olisi tutkimuksen kannalta ollut, jos aineistossa olisi ollut havaittavissa runsaasti negatiivisia kommentteja.

*Vahvistuvuus.* Vahvistuvuudella tarkoitetaan, että tehdyt tulkinnot saavat vahvistusta muista kyseistä ilmiötä tarkastelleista tutkimuksista (Eskola & Suoranta 1998, 153). Tutkimuksen johtopäätöksissä kytkin tutkimustulokset aikaisempiin tutkimuksiin. Monet taustakirjallisuuden pohjalta tehdyistä havainnoista oli tunnistettavissa myös tässä tutkimuksessa. Tutkimus vahvistaa muun muassa sen, että supportiivinen viestintä on aina kontekstisidonnaista ja että vloggaajan ja katsojan vuorovaikutuksessa on piirteitä parasosiaalisesta vuorovaikutussuhteesta.

*Eettisyys.* Tähän tutkimukseen liittyy joitain eettisiä seikkoja, joita pohdin jo luvussa 4.5. Tässä kohtaa arvioin niitä seikkoja, jotka liittyvät tulosten raportointiin. Koko tutkimusprosessin ajan olen pyrkinyt erityiseen varovaisuuteen. Erityinen tarkkuus oli perusteltua, koska mielenterveys on aiheena henkilökohtainen, vaikka aiheesta käyty keskustelu onkin kaikkien saatavilla julkisesti. Tutkimuseettisten syiden vuoksi olen poistanut aineistoesimerkeistä kaikki sellaiset kohdat, joissa käsiteltiin liian yksityiskohtaista tai henkilökohtaista tietoa. Etenkin vlogien kommentteissa oli havaittavissa yksityiskohtaista tietoa katsojien asioista. Lisäksi poistin kaikki tunnistetiedot, jotta tutkittavia ei voi tunnistaa tutkimusraportin pohjalta. Katson, että huolellisella tietojenkäsittelyllä ja anonymisoinnilla tutkittaville ei koidu tästä tutkimuksesta kohtuutonta haittaa.

## **7.2 Jatkotutkimushaasteet**

Tässä luvussa käsittelen jatkotutkimushaasteita tämän tutkimuksen pohjalta. Jatkotutkimushaasteet liittyvät supportiivisen viestinnän, vlogien viestinnän ja vlogien vuorovaikutussuhteiden tutkimukseen.

Ehkä merkittävin jatkotutkimushaaste liittyy vuorovaikutussuhteiden tarkasteluun vlogeissa, sillä tyypillisesti vlogeja ei ole tarkasteltu vastavuoroisen vuorovaikutussuhteen näkökulmasta. Koska suuri osa nuorista ja nuorista aikuisista viettää aikaa vlogien ääressä, olisi merkittävää tarkastella enemmän, millaisia vuorovaikutussuhteita vlogeissa luodaan ja miten vuorovaikutussuhteita ylläpidetään. Tässä tutkimuksessa havaitsin, että vlogeista on löydettävissä vastavuoroisia vuorovaikutussuhteita, jotka rakentuvat supportiivisten sanomien kautta. Vuorovaikutussuhteita voitaisiin tarkastella enemmän tuen näkökulmasta, jotta saataisiin laajemmin teoreettista ymmärrystä siitä, mitä tuki ilmentää vuorovaikutussuhteista.

Tässä tutkimuksessa tarkastelin vuorovaikutussuhteita jatkuvuuden ja sanomakeskeisyyden kriteerien kautta, mutta voisi olla hedelmällistä tarkastella vlogien vuorovaikutussuhteita myös muista teoreettisista näkökulmista. Esimerkiksi kognitiivinen näkökulma toisi uutta tietoa siitä, miten vloggaajat ja katsojat itse käsittävät vuorovaikutussuhteet. Olisi kiinnostavaa tarkastella, miten vloggaaja ja katsoja kokevat vuorovaikutussuhteen vlogeissa: kokevatko osapuolet vuorovaikutussuhteensa kaveri- tai vertaissuhteena, asymmetrisenä tai parasosiaalisen vuorovaikutussuhteena. Tarkastelua voisi myös laajentaa muiden sosiaalisen median vaikuttajien ja heidän seuraajiensa vuorovaikutussuhteiden tarkasteluun esimerkiksi Instagramissa.

Havaitsin, että parasosiaalisen vuorovaikutussuhteen käsitteen soveltaminen vlogeissa on kompleksista. Aikaisemmin parasosiaalista vuorovaikutussuhdetta on tarkasteltu katsojan yksipuolisen suhtautumisen näkökulmasta. Parasosiaalista vuorovaikutussuhdetta olisi kuitenkin tärkeää tarkastella enemmän vastavuoroisen vuorovaikutuksen näkökulmasta, sillä lähes kaikki mediaesiintyjät voivat olla sosiaalisen median kautta vuorovaikutuksessa yleisönsä kanssa. Koska parasosiaaliseen vuorovaikutussuhteeseen liittyy osapuolten käsitykset suhteen laadusta ja suhtautumisesta toiseen, olisi kiinnostavaa tarkastella parasosiaalista vuorovaikutussuhdetta vloggaajien ja katsojien käsitysten ja kokemusten kautta.

Tässä tutkimuksessa tarkastelin supporttiivista viestintää viestintäkäyttäytymisen tasolla. Yhtenä haasteena viestintäkäyttäytymisen tutkimuksessa oli tulkinat tukijan ja tuettavan intentioista. Yksi jatkotutkimushaaste voisikin olla mielenterveysaiheista vloggaavan ja katsojan käsitykset osoitetusta ja vastaanotetusta tuesta. Olisi mielekästä keskittyä lähemmin siihen, millaisia intentioita vuorovaikutusosapuolilla on tukeen liittyen. Olisi kiinnostavaa tarkastella kognitiivisella tasolla, miten ja miksi osapuolet osoittavat ja hakevat tukea ja miten he kokevat heille osoitetun tuen.

Supporttiivinen viestintä on aina kontekstisidonnaista ja tässä tutkimuksessa supporttiiviset sanomat liittyivät mielenterveyteen. Koska tuki voi olla täysin erilaista johonkin toiseen kuormittavaan asiaan painottuvassa vlogissa, olisi merkityksellistä lisätä ymmärrystä siitä, millaista tukea toisenlaisissa vlogeissa osoitetaan. Supporttiivista viestintäkäyttäytymistä voitaisiin tarkastella esimerkiksi sellaisissa vlogeissa, joiden sisältö ei suoraan liity yksittäiseen kuormittavaan asiaan. Tällöin merkitykselliseksi nousee se, miten laajasti tukea osoitetaan ja miten se kiinnittyy vlogin aiheeseen, joka ei suoranaisesti käsittele tiettyä kuormittavaa asiaa.

Vlogeista voitaisiin tutkia supporttiivisen viestinnän lisäksi myös muita viestinnän ilmiöitä. Tässä tutkimuksessa olen sivunnut esimerkiksi vlogeihin liittyvää itsestäkertomista ja vloggaajan viestintäkäyttäytymistä. Nämä ovat sellaisia aiheita, joita tarkastelemalla saataisiin lisää ymmärrystä siitä, millaista viestintää vlogeissa on. Useiden aikaisempien vlogeihin keskittyvien tutkimusten mukaan vlogien viestintä muistuttaa jossain määrin interpersonaalista viestintää. Olisikin kiinnostavaa tutkia vloggaajien viestintää vlogeissa siitä näkökulmasta, millaisia interpersonaalille viestinnälle havaittavia piirteitä vloggaajien viestinnässä on havaittavissa ja toisaalta miten vlogien viestintä eroaa interpersonaalista viestinnästä.

Tutkimusta tehdessäni ymmärsin, että supporttiivisen viestinnän tarkastelu vlogeissa on yhteiskunnallisesti sekä yksilökohtaisesti merkityksellinen tutkimusaihe. Mielestäni olisikin tärkeää tarkastella yhä enemmän supporttiivista viestintää

vlogeissa tai yleisesti yhteisöpalveluissa. Olisi merkityksellistä tutkia, miten julkisesti osoitetulla supportiivisella viestinnällä voidaan edistää yksilön hyvinvointia ja mielenterveyttä ja mikä merkitys mielenterveysvlogeilla on mielenterveysongelmia kokeville. Vastaavanlaisella tutkimuksella voisi olla konkreettista soveltamisalaa esimerkiksi mielenterveystyön kannalta.

## Kirjallisuus

- Albrecht, T. L. & Goldsmith, D.J. 2003. Social support, social networks and health. Teoksessa T. L. Thompson, A. M. Dorsey, K. I. Miller & R. Parrott (toim.) Handbook of health communication. Mahwah: Lawrence Erlbaum, 263–284.
- Aromaa, E. 2011. Attitudes towards people with mental disorders in a general population in Finland. Jyväskylän yliopisto: National Institute for Health and Welfare 2011.
- Barbee, A. P. & Cunningham, M. R. 1995. An experimental approach to social support communications: interactive coping in close relationships. Teoksessa B.R. Burleson (toim.) Communication yearbook 18. Thousand Oaks: Sage, 381– 414.
- Berryman, R. & Kavka, M. 2018. Crying on YouTube: Vlogs, self-exposure and the productivity of negative affect. *Convergence: The International Journal of Research into New Media Technologies*, 24 (1), 85–98.
- Biel, J. I. & Gatica-Perez, D. 2010. Voices of vlogging. Paper presented at International AAAI Conference on Weblogs and Social Media, May 23–26, Washington.
- Burleson, B. R. 2010. The nature of interpersonal communication. A message-centered approach. Teoksessa C. R. Berger, M. E. Roloff, & D. R. Roskos-Ewoldsen (toim.) The handbook of Communication Science. Los Angeles, CA: Sage, 145–163.
- Burleson, B. R. 2009. Understanding the outcomes of supportive communication: A dual-process approach. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26 (1), 21–38.
- Burleson, B. R. & MacGeorge, E. L. 2002. Supportive communication. Teoksessa M. L. Knapp & J. A. Daly (toim.) Handbook of interpersonal communication. 3rd ed. Thousand Oaks: Sage 374–422.
- Cunningham, S. & Craig, D. 2017. Being ‘really real’ on YouTube: authenticity, community and brand culture in social media entertainment. *Media International Australia*, 164 (1), 71–81.
- Cutrona, C. E. & Suhr, J. A. 1992. Controllability of stressful events and satisfaction with Spouse Support Behaviors. *Communication Research*, 19 (2), 154–174.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 3. painos. Tampere: Vastapaino.
- Bergström, E., Karhula, P. & Kipinoinen, K. 2017. EU:n tietosuojauudistuksen kansallinen täytäntöönpano. Saatavana: [https://www.eduskunta.fi/FI/tietoaeduskunnasta/kirjasto/aineistot/kotimainen\\_oikeus/LATI/Sivut/EUn-tietosuojauudistus.aspx](https://www.eduskunta.fi/FI/tietoaeduskunnasta/kirjasto/aineistot/kotimainen_oikeus/LATI/Sivut/EUn-tietosuojauudistus.aspx) [Viitattu 15.5.2019].

- Ferchaud, A., Grzeslo, J., Orme, S., & LaGroue, J. 2018. Parasocialattributes and YouTube personalities: Exploring content trends across the most subscribed YouTube channels. *Computers in Human Behavior*, 80, 88–96.
- Frobenius, M. 2014. Audience design in monologues: How vloggers involve their viewers. *Journal of Pragmatics*, 72, 59–72.
- Frobenius, M. 2011. Beginning a monologue: The opening sequence of video blogs. *Journal of Pragmatics*, 43, 814–827.
- Gerlander, M. & Isotalus, P. 2010. Professionaalisten viestintäsuhteiden ääriäriivoja. *Puhe ja kieli*, 30 (1), 3–19.
- Gibson, M. 2016. YouTube and bereavement vlogging: Emotional exchange between strangers. *Journal of Sociology*, 52 (4), 631–645.
- Griffith, M. & Papacharissi, Z. 2010. Looking for you: An analysis of video blogs. *First Monday*, 15 (1). Saatavana: <https://journals.uic.edu/ojs/index.php/fm/article/view/2769/2430> [Viitattu 9.10.2018].
- Goldsmith, D. J. 1995. The communicative microdynamics of support. Teoksessa B. R. Burleson (toim.) *Communication yearbook*, 18. Thousand Oaks, CA: Sage, 414–433.
- Hakala, S. & Vesa, J. 2013. Verkkokeskustelut ja sisällön erittely. Teoksessa S-M. Laaksonen, J. Matikainen & M. Tikka (toim.) *Otteita verkosta*. Tampere: Vastapaino, 200–244.
- Hellmueller, L. C. & Aeschbacher, N. 2010. Media and celebrity: production and consumption of "well-knownness". *Communication Research Trends*, 29 (4), 1–33.
- High, A. C. & Solomon D. H. 2016. Explaining the durable effects of verbal person-centered supportive communication: Indirect effects or invisible support? *Human Communication Research*, 42, 200–220.
- High, A. C. & Solomon D. H. 2011. Locating computer-mediated social support within online communication environments. Teoksessa K. B. Wright & L. M. Webb (toim.) *Computer-Mediated Communication in Personal Relationships*. New York: Peter Lang, 119–136.
- Holmstrom, A. J. & Bodie, G. D. & Burleson, B. R. & McCullough, J. D. & Rack, J. J. Hanasono, L. K. & Rosier, J. G. 2015. Testing a dual-process theory of supportive communication outcomes: How multiple factors influence outcomes in support situations. *Communication Research*, 42 (4), 526–546.
- Horton, D. R. & Wohl, R. 1956. Mass communication and para-social interaction: observations on intimacy at a distance. *Psychiatry* 19, 215–229.

- Huh, J., Liu, L. S., Neogi, T. & Inkpen, K. & Pratt, W. 2014. Health vlogs as social support for chronic illness management. *ACM Transactions on Computer-Human Interaction (TOCHI)*, 21 (4), 1–31.
- Illera, A. E. & Benito, S. M. 2017. “The professionalization of YouTubers: the case of Verdeliss and the brands”. *Revista Latina de Comunicación Social*, 73, 37–54.
- Isotalus, P. 1994. Ystävyyttä kuvaruudun läpi? Katsaus parasosiaalisen suhteen tutkimuksiin. *Tiedotustutkimus 1/1994*. Tiedotusopillinen yhdistys TOY ry. Tampereen yliopisto.
- Isotalus, P. & Valo, M. 1995. Televisioystävyyttä ja radiorakkautta. Parasosiaalinen suhde suomalaisittain. *Media & Viestintä*, 18 (3), 64–74.
- Jang, C. - Y. & Stefanone, M. A. 2011. Non-directed self-disclosure in the blogosphere. Exploring the persistence of interpersonal communication norms. *Information, communication & society*, 14, 1039–1059.
- Kosonen, M., Laaksonen, S-M., Rydenfelt, K. & Terkamo-Moisio, A. 2018. Sosiaalinen media ja tutkijan etiikka. *Media ja viestintä*, 41 (1), 117–124
- Laaksonen, S-M. & Matikainen, J. 2013. Tutkimuskohteena vuorovaikutus ja keskustelu verkossa. Teoksessa S-M. Laaksonen, J. Matikainen & M. Tikka (toim.) *Otteita verkosta*. Tampere: Vastapaino, 177–199.
- Lange, P. G. 2007. Publicly private and privately public: Social networking on YouTube. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13, 361–380.
- Liu, M., Liu, Y. & Zhang, L. 2019. Vlog and brand evaluations: the influence of parasocial interaction. *Asia Pacific Journal of Marketing and Logistics*, 31(2), 419–436.
- Khan, M. L. 2017. Social media engagement: What motivates user participation and consumption on YouTube? *Computers in Human Behavior*, 66, 236–247.
- MacGeorge, E. L. & Feng, B. & Burleson, B. R. 2011. Supportive communication. Teoksessa M. L. Knapp & J. A. Daly (toim.) *The SAGE Handbook of interpersonal communication*. 4nd ed. Thousands Oaks: Sage, 317–354.
- Mikkola, L. 2009. Sosiaalinen tuki työssä: katsaus 2000-luvun tutkimuskirjallisuuteen. *Prologi – Puheviestinnän vuosikirja 2009*. Jyväskylä: Prologos ry, 26–47.
- Mikkola, L. 2006. Tuen merkitykset potilaan ja hoitajan vuorovaikutuksessa. *Jyväskylä studies in Humanities* 66. Jyväskylän yliopisto.
- Misoch, S. 2015. Stranger on the internet: Online self-disclosure and the role of visual anonymity. *Computers in Human Behavior*, 48, 535–541.



Oh, H. J. & LaRose, R. 2015. Impression management concerns and support-seeking behavior on social network sites. *Computers in Human Behavior*, 57, 38–47.

Perse, E. & Rubin, R. 1989. Attribution in social and parasocial relationships. *Communication Research* 16, 59–77.

Rains, S. A. & Brunner S. R. & Akers, C. & Pavlich, C. A. & Goktas, S. 2017. Computer-mediated communication (CMC) and social support: Testing the effects of using CMC on support outcomes. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34 (8), 1186–1205.

Rains, S. A. & Brunner, S. R. & Akers, C. & Pavlich, C. A. & Tsetsi, E. 2016. The implications of computer-mediated communication (CMC) for social support message processing and outcomes: When and why are the effects of support messages strengthened during CMC? *Human Communication Research*, 42 (4), 553–576.

Rains, S. A. & Keating, D. M. 2015. Health Blogging: An examination of the outcomes associated with making public, *Written Disclosures About Health*. *Communication Research*, 42 (1), 107–133.

Rains, S. A. & Peterson, E. B. & Wright, K. B. 2015. communicating social support in computermediated contexts: A meta-analytic review of content analyses examining support messages shared online among individuals coping with illness. *Communication Monographs*, 11, 1–28.

Sangeorzan, I., Andriopoulou, P., Livanou, M. 2019. Exploring the experiences of people vlogging about severe mental illness on YouTube: An interpretative phenomenological analysis. *Journal of Affective Disorders*, 246,422–428.

Sekasin | yle.fi. Saatavana: <https://yle.fi/aihe/sekasin> [Viitattu 15.5.2019].

Stafford, L. 2008. Social exchange theories: Calculating the rewards and costs of personal relationships. Teoksessa L. Baxter & D. Braithwaite (toim.) *Engaging theories in interpersonal communication: Multiple perspectives*. Thousand Oaks, CA: Sage, 377–389.

Suomen Mielenterveysseura. 2016. Joka neljännellä nuorella mielenterveyden häiriö – apua ei saada ajoissa. Saatavana: <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/joka-nelj%C3%A4nnell%C3%A4-nuorella-mielenterveyden-h%C3%A4iri%C3%B6-%E2%80%93-apura-ei-saada-ajossa> [Viitattu 15.5.2019].

Tietosuoja laki. 2018. (1050/2018). Saatavana: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20181050> [Viitattu 13.5.2019].

Troot Network 2018. Tuben vaikuttavuus 2018. Saatavana:  
[https://gallery.mailchimp.com/51dcac922895b595252311872/files/c69bebcf-3eea-4139-affc-f12c526do64d/Tuben\\_vaikuttavuus\\_2018.pdf](https://gallery.mailchimp.com/51dcac922895b595252311872/files/c69bebcf-3eea-4139-affc-f12c526do64d/Tuben_vaikuttavuus_2018.pdf) [Viitattu 18.6.2019]

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

Turtiainen, R. & Östman S. 2013. Verkkotutkimuksen eettiset haasteet: Armi ja anoreksia. Teoksessa S-M Laaksonen, J. Matikainen & M. Tikka (toim.) Otteita verkosta: verkon ja sosiaalisen median tutkimusmenetelmät. Vastapaino, Tampere, 49–67.

Walther, J. B. 2011. Theories of computer- mediated communication and interpersonal relations. Teoksessa M. L. Knapp & J. A. Daly (toim.) The SAGE Handbook of interpersonal communication. 4nd ed. Thousands Oaks: Sage, 443–479.

Yap, J. E., Zubcevic-Basic, N. & Johnson, L. W. & Lodewyckx, M. A. 2017. Mental health message appeals and audience engagement: Evidence from Australia Health promotion international, 7, 1–10.

Youngvorst L. J. & High, A. C. 2018. “Anyone free to chat?” Using technological features to elicit quality support online. Communication Monographs, 85 (2), 203–223.