

**KAHDEN TODELLISUUDEN VÄLISSÄ**  
**SOSIAALISEN PÄÄOMAN YHTEYS SOSIAALISESSA MEDIASSA**  
**KOHDATTUIHIN KOKEMUKSIIN**

Jeremias Jouhki  
Maisterintutkielma  
Sosiologia  
Yhteiskuntatieteiden ja filo-  
sofian laitos  
Jyväskylän yliopisto  
Kevät 2023

# JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Tiedekunta Humanistis-yhteiskuntatieteellinen	Laitos Jyväskylän yliopisto
Tekijä Jeremias Jouhki	
Työn nimi Kahden todellisuuden välissä: sosiaalisen pääoman yhteys sosiaalisessa mediassa kohdattuihin kokemuksiin	
Oppiaine Sosiologia	Työn tyyppi Pro-gradu tutkielma
Aika 16.5.2023	Sivumäärä 53
Ohjaaja Pertti Jokivuori	
Tiivistelmä <p>Sosiaalisesta mediasta on tullut maailmanlaajuinen ilmiö minkä avulla ihmiset voivat jakaa kuvia arjestaan tai keskustella ideoistaan julkisella kentällä mihin kuka tahansa puhelimen omistaja voi osallistua. Tästä ilmiöstä on tullut erityisesti nuorten kohdalla keskeinen osa heidän arkeaan, mahdollistaen kavereiden kanssa yhteydenpidon ja uutisten seurannan ajasta ja paikasta riippumatta kännykän avulla. Samalla julkisessa keskustelussa on herännyt huolia sosiaalisen median vaikutuksista nuorten itsetuntoon ja omakuvaan.</p> <p>Tämän tutkimuksen tarkoituksena on tarkastella nuorten kokemuksia sosiaalisessa mediassa näiden sosiaalisten verkostojen laadun ja määrän näkökulmasta. Vaikuttavatko laajat ja laadukkaat sosiaaliset verkostot eli laaja sosiaalinen pääoma sosiaalisessa mediassa kohdattuihin kokemuksiin? Ilmiötä tarkastellaan kahden eri aineiston kautta, joiden kautta pyritään luomaan kattava ja monipuolinen kuva sosiaalisen median käytöstä ja sen merkityksistä. Kvantitatiivista aineistoa analysoidaan faktorianalyysin ja korrelaatiomatriisiin avulla ja kvalitatiivista aineistoa tarkastellaan teema-analyysin kautta.</p> <p>Tutkimus osoittaa sosiaalisen median merkitysten olevan laajasti jakautunut ilmiö. Sosiaalinen media nähdään samalla teknologiana mikä mahdollistaa kavereiden kanssa yhteydenpidon ajasta ja paikasta riippumatta, mutta samalla ollaan huolissaan tämän negatiivisista vaikutuksista kehittyvän nuoren mielenterveyteen. Korkealla sosiaalisella pääomalla näyttäisi olevan yhteyttä hyvinvointiin, mutta samalla medialle annetut subjektiiviset merkitykset vaikuttavat nuorten käsitykseen sosiaalisesta mediasta joko alustana mikä mahdollistaa sosiaalisen pääoman tuottamisen tai alustana mikä luo vääristyneen ja yltönegatiivisen kuvan todellisuudesta.</p>	
Asiasanat Sosiaalinen media, sosiaalinen pääoma, hyvinvointi, monimenetelmätutkimus	

Säilytyspaikka Jyväskylän yliopisto
-------------------------------------

Muita tietoja
---------------

## KUVIOT

Kuva 1. Yhdysvaltalaisnuorten suhtautuminen sosiaalisen median käyttöön.....	3
Kuva 2. Aktiivisen sosiaalisen median käytön histogrammi. ....	21
Kuva 3. Aktiivisen sosiaalisen median kautta tapahtuvan yhteiskunnallisen vaikuttamisen histogrammi. ....	22
Kuva 4. Elämäntyytyväisyyden histogrammi. ....	23
Kuva 5. Ulkopuolisuuden tunteen histogrammi.....	24
Kuva 6. Ryhmään kuuluvuuden tunteen histogrammi.....	25
Kuva 7. Toimijuuden tuntemuksen histogrammi. ....	26
Kuva 8. Yhteiskunnallisen luottamuksen histogrammi.....	27
Kuva 9. Yhteiskunnallisen epäluottamuksen histogrammi.....	27

## TAULUKOT

Taulukko 1. Vastausjakauma yksinäisyyden kokemisesta. (Tunnetko itsesi yksinäiseksi?).....	19
Taulukko 2. Faktorianalyysi sosiaalisen median käyttötavoista.....	19
Taulukko 3. Summamuuttujien reliabiliteetti. (Väittämien sisäinen konsistentti, Cronbachin alpha).....	23
Taulukko 4. Sosiaalisen pääoman summamuuttujien reliabiliteetti. (väittämien sisäinen konsistentti, Cronbachin alpha) .....	28
Taulukko 5. Ulkopuolisuuden tunteen summamuuttujan korrelaatiot selittävien muuttujien kanssa. ....	36

# SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	1
2	TEOREETTINEN VIITEKEHYS.....	5
	2.1 Sosiaalinen media vuorovaikutuksen alustana .....	6
	2.2 Bourdieun sosiaalinen pääoma.....	9
	2.3 Henkinen hyvinvointi sosiaalisessa mediassa.....	12
3	TUTKIMUSAINEISTO JA ANALYYSIMENETELMÄT.....	15
	3.1 Kvalitatiivinen aineisto.....	16
	3.2 Kvantitatiivinen aineisto .....	18
	3.2.1 Sosiaalisen median ja hyvinvoinnin summamuuttujat .....	21
	3.2.2 Sosiaalisen pääoman summamuuttuja .....	24
4	AINEISTON ANALYYSI.....	29
	4.1 Sosiaalisen median yhteys nuorten arkeen.....	30
	4.1.1 Sosiaalinen media ajankuluna .....	30
	4.1.2 Vuorovaikutuksen muutos .....	32
	4.1.3 Yhteiskunnallisesti rakennetut merkitykset.....	33
	4.2 Luottamuksen, hyvinvoinnin ja sosiaalisen median käytön välisistä yhteyksistä .....	35
	4.3 Kvalitatiivisen ja kvantitatiivisen aineiston vertaileva analyysi.....	37
5	POHDINTAA .....	39
	5.1 Sosiaalisen median digiarkkitehtuuri ja yhteys aineistoon .....	40
	5.2 Sosiaalisen pääoman yhteys aineistoon .....	41
	5.3 Hyvinvoinnin yhteys aineistoon .....	42
	5.4 Yhteenvedoa viitekehysten ja aineiston välisestä suhteesta.....	44
6	PÄÄTÄNTÖ.....	46
7	LÄHTEET .....	49
8	LIITTEET.....	53

# 1 JOHDANTO

Sosiaalinen media on kasvanut voimakkaasti käyttäjäkunnassaan ympäri maapalloa 2000-luvun aikana. Se on osoittautunut hyväksi alustaksi sosiaalisten verkostojen luomiseen paikasta riippumatta, missä kaverisuhteita voi muodostaa tuhansien kilometrien päässä asuvan kanssa. Suomessa vuonna 2020 noin 82 % 16–89 vuotiaista käytti internetiä useasti päivässä. Osuus oli kasvanut edellisestä vuodesta noin 3 prosenttiyksikköä. (Tilastokeskus, 2020.) Digitaalisen teknologian käyttö on siis edelleen ollut kasvusuuntaista. Digitaalisten palveluiden käyttö kasvoi erityisesti COVID-19 pandemian aikana tehtyjen sulkujen seurauksena. Kun ihmiset eivät saaneet palveluita fyysisessä sijainnissa, digitaalinen verkko korvasi tämän toiminnan osittain. (WHO, 2022.) Sosiaalisen median tutkimuksesta on myös tämän käytön kasvun seurauksena tullut kiinnostava ilmiö niin sosiologiassa kuin muilla tieteenaloilla. Sosiologisesta näkökulmasta on kiinnostavaa tutkia, miten sosiaalinen media uudelleen järjestelee ihmisten välistä vuorovaikutusta. Verkossa käytetty aika ei ole kaikille yhtä hyödyllistä, ja joillekin se on suorastaan haitallista. Sosiaalinen media toimii alustana erilaisten esteettisten ja ideologisten käsitysten levittämiseksi, mitkä saattavat aiheuttaa ristiriitaisia käsityksiä erityisesti identiteettiään etsivien nuorten keskuudessa. Toinen ilmiö, mikä on selkeämmin tuomittavissa, on verkossa tapahtuvan kiusaamisen yleistyminen. Kaikki edellä mainitut ilmiöt tekevät sosiaalisesta mediasta moniulotteisen alustan, jonka vaikutukset, niin positiiviset kuin negatiiviset, jättävät jälkensä eri yksilöihin eri tavoilla.

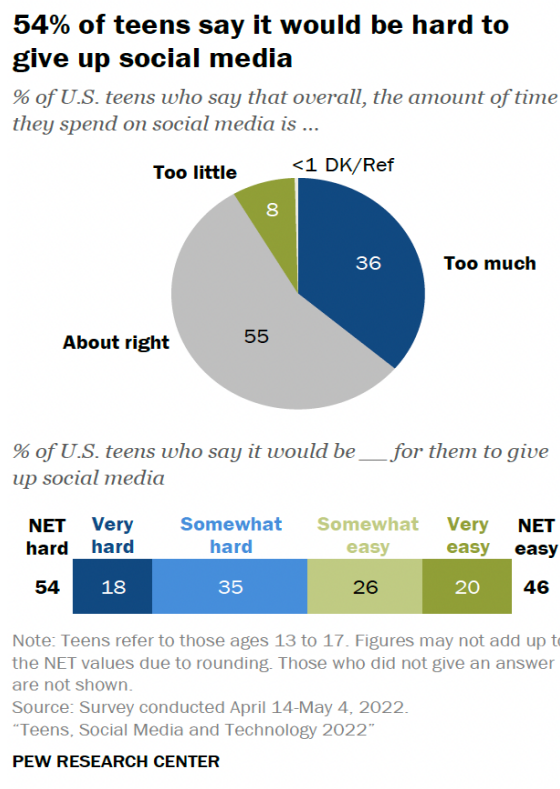
Sosiaalisen median käyttöä on tarkasteltu mediassa. Kivirannan (2023) ja Karvisen (2023) artikkeleissa korostuu ajatus siitä miten sosiaalista mediaa tulisi muokata käyttäjien turvallisuutta korostavaksi alustaksi. Sosiaalisen median käyttöön on yritetty puuttua esimerkiksi Utahissa, missä uusi voimaan tullut laki rajoittaisi nuorten median käyttöä yöaikaan. Suomessa tapaus herätti keskustelua ja huolta esimerkiksi lasten oikeuksien toteutumisesta ja yksityisyyden rikkomisesta. Samalla asiantuntijat kokivat ilmiöön puuttumisen tärkeänä toimenpiteenä, esimerkiksi sosiaalisen median yhtiöiden vastuiden kasvattamisen kautta. (Kiviranta,

2023.) Samalla Suomessa nuorille toteutetuissa kyselyissä ilmenee negatiivista suhtautumista sosiaalisen median käyttöön. Joensuulaisilla yläastelaisille tehdyssä haastattelussa hieman alle puolet nuorista kokivat sosiaalisen median aiheuttavan negatiivisia vaikutuksia heidän koulumenestykseensä ja sosiaalisiin suhteisiinsa. Sosiaalisen median negatiiviset vaikutukset olivat erityisen vahvat yksilöillä, joilla oli vaikeuksia hallita omaa median käyttöään. (Karvinen, 2023.) Sosiaalisesta mediasta siis käydään keskustelua julkisella kentällä niin Suomessa kuin muualla maailmassa. Samalla keskusteluissa ilmenee ajatus nuorten turvallisuuden ja oikeuksien välisestä suhteesta: nuorille halutaan antaa oikeus toimia itsenäisesti mutta samalla heidän hyvinvointiansa pyritään turvaamaan rajoittamalla sosiaalisen median toimintamahdollisuuksia.

Sosiaalisen median tutkimus on yhteiskunnallisesti tärkeää koska tämän käyttö vaikuttaa yksilöiden hyvinvointiin. Ymmärtämällä mitkä tekijät vaikuttavat sosiaalisen median kokemuksiin ja millä tavoin voidaan luoda suojaavia tekijöitä negatiivisia kokemuksia kohtaan voi auttaa erityisesti nuorten henkisen hyvinvoinnin ylläpitämisessä. Tutkimuksen keskiössä on kolme käsitettä: sosiaalinen media alustana, sosiaalinen pääoma ja henkinen hyvinvointi. Sosiaalisen median rakenteiden ymmärtäminen on tärkeää, jotta voidaan hahmottaa tämän yhteyttä käyttäjään. Sosiaalisella pääomalla tarkoitetaan lyhyesti yksilön sosiaalisista verkostoista koostuvaa kokonaisuutta mikä muokkaa ja vaikuttaa tämän kokemuksiin ja identiteettiin. Tällä on tärkeä yhteys myös sosiaalisen median kokemuksiin koska mediat ovat yksi sosiaalisen pääoman kerryttämisen ja vaikuttamisen alusta. Sosiaalisen pääoman vahvistaminen yksilöllä voi auttaa tätä kiinnittymään positiivisiin kokemuksiin verkossa ja sen ulkopuolella eikä niinkään voimakkaasti vaihteleviin positiivisiin ja negatiivisiin kokemuksiin. Henkisen hyvinvoinnin taustaa tarkastellaan tässä kontekstissa yksilön henkiseen hyvinvointiin ja identiteetin rakentumiseen vaikuttavilla asioilla, mitä sosiaalisessa mediassa ilmenee. Tämän tutkimuksen kannalta on tärkeää tarkastella sosiaalisen median yhteyttä hyvinvointiin juuri nuorten digikäytön kannalta. Sosiaalista mediaa on tutkittu paljon erityisesti viimeisen vuosikymmenen aikana tämän kasvavan suosion takia. Tutkimuksesta löytyy paljon kansainvälisiä artikkeleita ja suomalaisen tutkimuksen määrä on kasvamassa. Aihetta tarkastellaan myös Bourdieun sosiaalisen pääoman kautta. Bourdieun käsitykset sosiaalisesta pääomasta ovat hyvää ydintä tutkimuksen viitekehyselle, mitä voidaan samalla verrata tuoreempaan tutkimukseen. Samalla voidaan myös pohtia ovatko sosiaalisen pääoman piirteet muuttuneet olennaisesti tämän aikaisemmista käsityksistä sosiaalisen median kontekstissa.

Sosiaalisen median käyttöä ympäröi ristiriitainen keskustelu julkisuudessa tämän mahdollisista hyöty- ja haittavaikutuksista. Tämä samankaltainen ase-

telma on havaittavissa myös tutkimuskirjallisuudessa, eli sosiaalisen median vaikutuksia yksilöä kohtaan on vaikea kategorisoida vain hyväksi tai huonoksi. Kyseinen ilmiö näkyy myös nuorten vaihtelevissa tavoissa käyttää sosiaalista mediaa. Esimerkiksi Yhdysvalloissa teinipojat käyttävät useammin alustoja kuten Youtube, Twitch ja Reddit kun taas teinitytöt käyttävät enemmän alustoja kuten TikTok, Instagram ja Snapchat. Samalla nuorten suhtautuminen omaan mediankäyttöön oli vaihtelevaa. Kuvio 1 osoittaa, että yli puolet nuoresta kokivat käyttävänsä sosiaalista mediaa sopivan verran, 36 % koki käyttävänsä liikaa ja 8 % koki käyttävänsä sosiaalista mediaa liian vähän. Samalla nuoret kokivat sosiaalisen median lopettamisen jakavaksi kysymykseksi. Nuorista 18 % koki sosiaalisen median käytön lopettamisen todella vaikeaksi ja 20 % koki sen todella helpoksi. Tytöt kokivat mahdollisen lopettamisen vaikeammaksi kuin pojat (58 % vs. 49 %). (Pew Research Center, 2022.) Luvuista voidaan päätellä, että sosiaalisen median käyttö on moniulotteinen ilmiö nuorten keskuudessa ja heidän suhtautumisensa tämän käyttöön vaihtelee merkittävästi.



Kuva 1. Yhdysvaltalaisnuorten suhtautuminen sosiaalisen median käyttöön.

Tämän työn tarkastelun keskiössä on suomalaiset nuoret ja heidän suhtautumisensa sosiaalisen median käyttöön. Tämän työn tarkoituksena on laajentaa käsitystä sosiaalisen median vaikutuksista nuorten hyvinvointiin, ja minkälaisia



merkityksiä sosiaalisen median käytölle annetaan. Työssä tarkastellaan erityisesti sosiaalisen pääoman vaikutuksia sosiaalisen median kokemuksiin. Työssä tarkastellaan ensimmäisenä teoreettista viitekehystä, minkä tarkoituksena on esitellä näkökulmat ja teorit minkä kautta työtä tarkastellaan. Tämän jälkeen siirrytään aineistojen esittelyyn ja kuvailemiseen, missä tarkastellaan aineistojen sisältöä ja näiden analysoimiseen käytettäviä metodeja. Tätä vaihetta seuraa aineistonanalyysi, missä aineistosta metodien avulla kerätyjä tuloksia tarkastellaan aluksi kvantitatiivinen aineisto ja kvalitatiivinen aineisto toisistaan erotettuna ja lopuksi yhdessä. Tätä vaihetta seuraa analyysin tulosten pohdinta, missä tarkoituksena on tarkastella analyysin tuloksia ja verrata tätä aiempaan tutkimukseen. Viimeinen kappale käsittelee työn merkitystä isommassa kehyksessä ja tämän jatkotutkimuksen mahdollisuuksia.

## 2 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

Teoreettisen viitekehysten on tarkoitus osoittaa tutkimukseen omaksuttavaa näkökulmaa minkä avulla tutkija käsittelee ja analysoi aineistoa. Tässä työssä teoreettinen viitekehys koostuu sosiaalisen median tutkimuksen, sosiaalisen pääoman teorian ja henkiseen hyvinvointiin keskittyvän terveystutkimuksen raamien kautta. Työn teoreettiseen viitekehykseen muodostuu kolme olennaista teemaa: sosiaalinen media alustana, sosiaalisen pääoman käsite ja henkinen hyvinvointi. Sosiaalista mediaa käsittelevässä kappaleessa on tarkoitus tarkastella tämän erityispiirteitä alustana, kuten anonymiteetin yhteyttä vuorovaikutukseen. Sosiaalinen pääoma voidaan lyhyesti määritellä sosiaalisten organisaatioiden kuten verkostojen ja normien toiminnaksi, jotka mahdollistavat yhteisen edun ajamisen. Samalla sosiaalinen pääoma voidaan nähdä yksilön voimavarana mikä auttaa tätä jäsentämään maailmaa ja hallitsemaan omaa hyvinvointiaan läheisten sosiaalisten verkostojen avulla. Yksinkertaisten sosiaalisen pääoman voidaan nähdä rakentuvan ihmisten välisistä suhteista. (Krishna, 2002). Lopuksi tarkastellaan aikaisempaa hyvinvointitutkimusta, missä tarkastellaan sosiaalisen median käytön ja henkisen hyvinvoinnin välistä suhdetta. Hyvinvointitutkimuksen merkitys on suuri, koska tarkastelun kohteeksi valikoituu pääasiassa nuoret. Nuoruus on kehitysvaiheena voimakkaan muutoksen aikaa. Nuoret kohtaavat monia kehityksellisiä haasteita ja heidän identiteettinsä hakee suuntaansa. Nuoruus on myös ihmisen kehitysvaihe missä yleisesti diagnosoidaan mielenterveyden häiriöitä. Sosiaalinen media toimii nuorille alustana mihin nämä voivat paeta elämän aiheuttamia paineita. (O'Reilly ym., 2018.) Tämä ajatus ilmeni myös Liimataisen tutkielmassa, missä osoitettiin yhteyttä sosiaalisen median käytön ja henkisen kuormittuneisuuden välillä. Tosin Liimatainen huomautti nuoruuden olevan suhteellisen kuormittavaa aikaa ihmiselle tyypillisesti. (Liimatainen, 2019.)

## 2.1 Sosiaalinen media vuorovaikutuksen alustana

Tässä kappaleessa sosiaalista mediaa tarkastellaan tämän sisältämien ja tuottamien rakenteiden kautta ja miten eri viestit ja tunteet voivat välittyä alustoilla. Sosiaalinen media voidaan määritellä vuorovaikutukseen perustuvaksi mediaksi, mikä eroaa perinteisemmästä tiedottamiseen perustuvasta mediasta. Aikaisemmin kuluttajilla oli vähän valtaa vaikuttaa siihen, minkälaisia medioita he pystyivät käyttämään ja vielä vähemmän valtaa näiden sisältöihin. Älypuhelinkehityksen kautta ihmiset pystyivät seuraamaan ja tuottamaan sisältöä ympäri maailmaa, mahdollistaen vaihtoehtoisten tiedonlähteiden etsinnän paikallisten mediatoimijoiden ulkopuolelta. (Manning, 2014.) Sosiaalista mediaa kuvastaa toiminnan julkisuus, kasvottomuus ja valikoivuus. Toiminta tapahtuu ympäristössä missä yksilö voi kommunikoida usean eri ihmisen kanssa samanaikaisesti, vaikka tämä ei välttämättä näitä henkilökohtaisesti tuntisikaan. Yksilö voi myös muotoilla julkaisunsa ja valita itselleen mieluisat aiheet luettaviksi. (Männikkö, 2021.) Valikoituvuus ei kuitenkaan ole täysin yksilön omassa päätäntävällässä. Tämä näkyy esimerkiksi negatiivisen kielen leviämisessä. Schönen ym. (2021) mukaan negatiivinen kieli näkyy erityisesti politiikassa, missä negatiivisia tai kriittisiä tunteita herättävät kannanotot saavat enemmän interaktiota sosiaalisessa mediassa kuin positiiviset. Tämä näkyi myös positiivisesti latautuneissa kommentteissa, missä negatiiviset vastaukset saivat enemmän vuorovaikutusta. Tämä johti omalta osaltaan negatiivisten vastausten kierteeseen, missä ensimmäinen negatiivinen lause määritti sävyn loppukeskustelulle.

Sosiaalisen median käytöstä on tullut normatiivista nyky-yhteiskunnassa, missä digitaaliseen maailmaan kuulumista pidetään arkipäiväisenä toimintana. Tämän takia sosiaalisesta mediasta on tullut uusi sosiaalinen toimintakenttä erityisesti nuorille, missä nämä voivat toimia vuorovaikutuksessa ikätovereidensa kanssa. (Angelini ym., 2022.) Tällä voidaan nähdä olevan merkittävä yhteys esimerkiksi uutistoimistojen toimintaan tulevaisuudessa, missä nämä voivat kohdistaa sisältöään enemmän digikäyttäjille ja erityisesti nuorille. Tämän kehityksen tarkkaileminen on erityisen tärkeää koska nuoret ovat kehitysvaiheessaan rakentamassa kulutustottumuksia mitkä voivat seurata näitä koko loppuelämän läpi. (Chan-Olmsted ym., 2013.) Nuoret siis voidaan tavoittaa paremmin digiteknologian välityksellä tulevaisuudessa, minkä takia informaatiokanavien on hyvä kohdentaa toimintaansa tähän suuntaan. Yksi tärkeä elementti mikä vaikuttaa uusien teknologisten innovaatioiden kuten sosiaalisen median omaksumiseen osaksi omaa elämää on teknologian helppokäyttöisyys (Chan-Olmsted ym., 2013). Sosiaalisen median alustojen arkkitehtuuria on tärkeää avata koska tämä eroaa merkittävästi kasvokkaisesta vuorovaiku-

tuksesta. Sosiaalisen median arkkitehtuurilla tarkoitetaan teknisiä piirteitä mitkä rakentavat, ohjaavat ja rajaavat käyttäjien toimintaa digitaalisessa tilassa (Bossetta, 2018).

Obar & Wildman (2015) määrittelevät sosiaalisen median kenttään kuuluvan neljä piirrettä: internet-pohjaisuus, käyttäjien tuottaman sisällön keskeisyys, yksilöiden tai ryhmien luomat yksilölliset profiilit ja sosiaalisten verkostojen muodostuminen profiilien välisen linkittymisen kautta. Näiden piirteiden lisäksi sosiaaliseen mediaan kuuluu myös Männikön (2021) mukaan aikaisemmin mainittu toiminnan julkisuus missä yksilön julkaisut ovat avoimia kaikille, jos tämä ei näkyvyyttä erikseen rajaa. Vuorovaikutus ei kuitenkaan ole Schönen ym. (2021) mukaan täysin puolueetonta vaan tunnelatautuneet viestit saavat enemmän näkyvyyttä, mikä rohkaisee tämänkaltaisten viestien jakamista ja tuottamista käyttäjien osalta. Tunteiden välityksestä puhuvat myös Goldenberg ja Gross (2020) artikkelissaan digitaalisesta tartunnasta (engl. *Digital contagion*), missä tunteet välittyvät verkon kautta käyttäjille virustartunnan tavoin. Tätä ilmiötä on tärkeä ymmärtää, koska yritykset käyttävät tätä apunaan lisätäkseen sosiaalisten alustojen kulutusta. Kuluttajille voidaan ohjata julkaisuja ja teemoja mitkä ovat tyyliltään tunteita herättäviä, jotta ne jäävät kuluttajan mieleen paremmin ja rohkaisevat tämän kulutusta entisestään. Digitaalisen tartunnan voimakkuutta määrittävät verkostojen koko ja luonne, eli voimakkaita tunteita herättävät verkostot voimistavat tartuntaa. Samalla kehitys voi kuitenkin aiheuttaa väsymystä kuluttajassa, joka joutuu jatkuvan tunnepommituksen kohteeksi. Tämän seurauksena kyseisten medioiden kulutus voi vähentyä.

Sosiaalista mediaa määrittää myös tämän käyttömahdollisuus (engl. *Affordance*). Käyttömahdollisuudella tarkoitetaan alustojen antamaa käsitystä siitä mihin nämä ovat kykeneväisiä. Samalla nämä käyttömahdollisuudet muuttuvat jatkuvasti ihmisten välisen vuorovaikutuksen kautta, luoden uusia mahdollisuuksia mitkä ilmenevät vasta vuorovaikutuksen aikana tai jälkeen. (Bossetta, 2018.) Tämä voi näkyä esimerkiksi mediakonsernin teoreettisena kykynä tavoittaa tietty määrä katsojia sosiaalisen median kautta. Toiminnan kannattavuutta pohditaan sen mukaan, kuinka paljon tietyillä eri alustoilla nähdään mahdollisena uusien yleisöjen tavoittaminen. Näin katsottuna vuorovaikutus on kriittinen elementti sosiaalisen median alustojen toiminnassa koska ilman tätä alustoilla ei olisi sosiaalista luonnetta mikä näitä niin vahvasti kuvastaa.

Sosiaalisen median alustojen arkkitehtuuri vaikuttaa näiden sisältöön. Tämä näkyy esimerkiksi Zhelukin ym. (2022) tutkimuksessa, missä selkäkipuun liittyvää sisältöä tarkasteltiin sosiaalisen median TikTok alustalla. Tarkastelussa huomattiin, että TikTok alustalla viestit olivat luonteeltaan yksinkertaisempia ja lyhyempiä, mikä erosi verrattuna Youtubeen missä viestit olivat pidempiä ja kattavampia. Tämä voi myös osaltaan selittää miksi TikTok alusta on enemmän nuorten suosiossa:

sen sisältö ei vaadi ajallista energiaa yhtä paljon kuin esimerkiksi Youtube. Viestit ovat yksinkertaisempia mutta eivät välttämättä yhtä informatiivisia kuin Youtubessa. Samalla käyttäjien toiminnassa on havaittavia eroja esimerkiksi Youtuben ja Facebookin välillä. Youtuben käyttäjien havainnoitiin olevan epäkohteliaampia kuin Facebookissa, koska Youtuben käyttäjien ei tarvitse julkaista itsestään henkilökohtaista tietoa profiilissaan toisin kuin Facebookissa. (Bossetta, 2018.) Sosiaalisen median rakenteet perustuvat kasvottoman ominaisuutensa takia tiedon jakamiseen. Enemmän itsestään tietoa jakavat profiilit voidaan nähdä luotettavampana kuin vähemmän jakavat. (Ahn, 2012.) Tämä ilmiö näkyy myös eri keinoissa, miten ihmiset verkostoituvat verkossa. Terveystietoa avautuvat ihmiset voivat saada julkaisuihinsa tukevia kommentteja tai toisten jakamia kokemuksia samasta ilmiöstä, luoden julkaisijalle yhteisöllisyyden tuntemusta. Julkaisut voivat myös toimia terveysviranomaisille kiinnostuspisteinä missä nämä voivat ohjeistaa tai avustaa tukea tarvitsevaa verkon välityksellä. (Koinig, 2022.) Samalla sosiaalisen mediaan kohdistuva luottamuksen määrä voi kohdistua niin yksittäiseen toimijaan kuin isompaan organisaatioon ja näiden rakentamaan moniulotteiseen sosiaaliseen verkostoon. Markov ja Min (2022) käsittelevät tutkimuksessaan median epäluottamuksen ja mediaan kohdistuvan kyynisyyden eroja. He näkivät epäluottamuksen kohdistuvan tarkemmin tiettyyn mediatoimijaan, kun taas kyynisyys kohdistui mediamaisemaan yleisemmin. Samalla he määrittivät näiden kahden ilmiön johtuvan eri toimijoista. Epäluottamus yksittäistä mediatoimijaa kohtaan ei välttämättä liittynyt suoraan vähäiseen luottamukseen koko mediakenttää kohtaan. Tutkimus osoittaa medialuottamuksen olevan moniulotteinen ilmiö.

Tämän kappaleen tarkoituksena on selittää eri tapoja käyttää sosiaalista mediaa ja osoittaa että kehitys on kaksisuuntainen prosessi käyttäjän ja alustan välillä. Tämän tutkimuksen ulkopuolelle jää eri alustojen yksilölliset vaikutukset käyttäjiinsä, eli tässä työssä pyritään tarkastelemaan sosiaalisen median käyttöä kokonaisuutena. Sosiaalisen median alustojen rakennetta on hyvä ymmärtää, jotta yksilö pystyy tunnistamaan eri tapoja, miten mediat vaikuttavat tähän aktiivisesti ja passiivisesti. Sosiaalisen median alustan tarkastelussa on hyvä kiinnittää huomiota tämän tapaan tuottaa vuorovaikutusta ihmisten välillä ja miten vuorovaikutuksen muutos vaikuttaa kokemukseen. On myös hyvä pohtia sosiaalisen pääoman kertymisen muutosta alustalla, missä luottamus ja vuorovaikutus eroaa fyysisestä maailmasta merkittävästi.

## 2.2 Bourdieun sosiaalinen pääoma

Nuorten omat voimavarat ovat tärkeä tarkastelukohde heidän hyvinvointinsa ja mediakokemusten tarkastelun kannalta. Näitä voimavaroja voidaan tarkastella fyysisen hyvinvoinnin, henkisen jaksamisen tai usean muun näkökulman kautta. Tässä työssä keskeinen voimavarojen mittari on sosiaalinen pääoma. Sosiaalinen pääoma voidaan määrittää tunnustettujen suhteiden kokonaisuudeksi, mitkä takaavat yksilölle pääsyn ryhmän jakamaan verkostoon ja tämän kerryttämään valtaan. Valta voi olla perinteistä kuten pääsyä materiaaliseen omaisuuteen ryhmään kuulumisen kautta tai enemmän symbolista kuten tietyn nimen tai tittelin käyttöä. (Bourdieu, 1986.) Esimerkiksi armeijassa erikoisjoukkoihin kuuluminen on varattu tietylle ryhmälle mihin pääsee sisälle vain ryhmän hyväksynnällä ja ryhmä saa tunnustusta myös armeijan ulkopuolella. Sosiaalisten suhteiden olemassaolo ei ole itsenäinen järjestelmä vaan sen ylläpito vaatii jatkuvaa työtä suhteiden omistajilta. Suhteita voidaan pitää yllä erinäisillä rituaaleilla, jotka luovat yhteenkuuluvuuden tunnetta kuten esimerkiksi häiden tai hautajaisten järjestämisellä. Korkean sosiaalisen pääoman omaavat yksilöt kuluttavat paljon aikaa suhteidensa ylläpitoon mutta samalla nämä lisäävät omaa arvoansa sosiaalisessa todellisuudessa. Muut ihmiset näkevät tämän yksilön arvokkaana, koska he voivat päästä tämän kautta käsiksi laajempiin verkostoihin, täten vahvistaen omaa sosiaalista pääomaansa. (Bourdieu, 1986.) Sosiaaliseen pääomaan kuuluva luottojärjestelmä missä yksilö voi olla paljon palveluksia velkaa toiselle tai tälle ollaan paljon velkaa muodostavat molemmat vahvoja verkostoja yksilön ja muiden välille. Tämä verkosto ei kuitenkaan toimi pelkästään sosiaalisessa ulottuvuudessa, vaan verkostoon vaikuttavat myös kulttuurilliset piirteet. Esimerkiksi perinteisemmässä yhteiskunnassa perheen isällä voi olla enemmän valtaa ja kykyä vaatia palveluksia muilta tämän aseman takia. (Coleman, 1988).

Sosiaalisen pääoman voimakkuutta määrittää yksilön verkostojen määrä ja laatu. Yksilön sosiaalinen pääoma on jatkuvassa muutoksessa ja sen merkitykset vaihtelevat suhteille annettujen arvojen kanssa. (Bourdieu, 1986.) Samankaltainen ilmiö on havaittavissa sosiaalisessa mediassa, missä vuorovaikutus on kriittinen elementti tämän toimivuuden kannalta (Bossetta, 2018). Sosiaalisen pääoman laatuun vaikuttaa myös suhteisiin sisältyvän luottamuksen määrä. Voimakkaammin verkostoitunut ja suuremman luottamuksen omaavat suhteet ovat kykeneväisempiä tuottamaan toimintaan kuin heikommat suhteet. Luotettavuudella tarkoitetaan oletusta, että palvelukset saavat vastapalveluksia ja että sopimuksista, niin verbaalisista kuin sanattomista, pidetään kiinni. (Coleman, 1988.) Esimerkiksi pankkien ja asiakkaiden välinen suhde perustuu tämänkaltaiseen luottamussuhteeseen. Jos

pankki ei kykenisi luottamaan siihen, että se saisi antamansa lainan takaisin asiakkaaltaan ei tämän olisi järkevää antaa lainaa ylipäättänsä. Luotettavuus on myös vaatimus sosiaalisen pääoman kertymiselle ja täten yhteiskunnan olemassaololle (Putnam 1993, s. 171; Coleman 1990, s. 302). Ilman luottamusta yhteisiä sopimuksia ei voitaisi tehdä. Esimerkiksi lakien voima perustuu siihen, että valtaosa kansasta noudattaa niitä. Luottamuksen määrittelemisen voi olla vaikeaa tutkimuksissa, kun tarkastellaan esimerkiksi eri maiden välisiä suhtautumisia luottamukseen. Radnitz ym. (2009) huomioivat tämän tutkimuksessaan tarkastelemalla sosiaalisia toimintoja arvojen ja asenteiden sijaan. He korostivat tämän tärkeyttä sillä, että tietyissä maissa vastaajat eivät ole välttämättä totuudenmukaisia kysymyksissä mitkä liittyvät paikallisiin virkamiehiin. Tämä ilmiö voi kertoa tietyssä maassa kansalaisten alhaisesta luottamuksesta virkamiehiin tai tutkimusten tekijöihin. Yleisen luottamuksen mittaaminen oli toinen piirre mikä koettiin tutkimuksessa vaikeaksi. Luottamus oli kysymyksenä liian abstrakti eikä mitannut tarpeeksi hyvin käyttäytymistä. Näin katsottuna kulttuurilliset erot voivat vaikuttaa luottamuksen määrään ja täten sosiaalisten verkostojen laatuun.

Sosiaalisia suhteita käytetään myös tiedon jakamisen ja keräämisen kanavana. Toiminnassa on havaittavissa yksilöllisiä eroja: tietyt ihmiset saattavat käyttää suhteita apunaan pysyäkseen ajan tasalla erinäisistä aiheista mistä heillä ei ollut niin paljon tietoa. Tämän avulla ihmiset saattoivat kerätä tietoa verkostoistaan, täten säästään omaa aikaansa ja energiaansa muihin asioihin. (Coleman, 1988). Samalla ihmiset, jotka toimivat siltoina eri verkostojen välillä omaavat merkittävää sosiaalista pääoman näiden verkostoja yhdistävän roolinsa ansiosta. Heillä on myös pääsy useampaan eri kulttuurilliseen kehykseen mikä antaa heille kyvyn tarkastella asioita useiden eri ryhmien näkökulmista. (Burt, 2004.) Sosiaalisessa mediassa verkostojen ylläpitäminen on helpompaa näiden paikattoman ulottuvuuden ansiosta, mikä voi jossain määrin selittää ajatusta siitä, että erityisesti nuorilla sosiaalisen median käyttäjillä on havaittavissa korkeaa sosiaalista pääomaa (Ahn, 2012). Samalla voidaan pohtia, kertyykö sosiaalinen pääoma samalla tavalla verkossa aikaisemmin mainitun kasvottomuuden takia, mikä vaikeuttaa luottamukseen perustuvien suhteiden kehittämistä.

Sosiaalisen pääoman kertyminen mahdollistaa yksilöiden sulautumisen yhteiseksi kollektiiviksi, mikä kykenee toimimaan yhtenäisesti ja suuremmalla vallalla kuin yksin (Radnitz ym., 2009). Jotta yksilöt voivat kokea kuuluvansa ryhmään, joutuvat nämä yleensä julistamaan itsensä osaksi tätä ryhmää julkisuudessa. Tämä muuttaa yksilön ryhmänsä edustajaksi ulkopuolisille, joka samalla heijastaa kyseisen ryhmän arvoja. (Bourdieu 1986.) Jos esimerkiksi pelaat jalkapallojoukkueessa, odotetaan sinulta oman joukkueen värien kantamista. Tämä vahvistaa oman asemasi

osana joukkuetta ja samalla erottaa sinut muista joukkueista. Tämä ilmiö on nähtävissä myös sosiaalisessa mediassa, missä ihmisten liittyneisyys organisaatioihin ei saata olla yhtä voimakasta kuin esimerkiksi fyysisen maailman yhdistystoiminnassa, mutta organisaation arvot saatetaan jakaa yhtä voimakkaasti. Tämä tilanne mahdollistaa yhteiseksi koetun edun tavoittelemisen, joka voi perustua joko yhteenkuuluvuuden tunteeseen tai käsitykseen yhteisen edun ajamisesta (Ruuskanen, 2001; Krishna, 2002). Voidaan myös pohtia mahdollistaako korkean luottamuksen suhteet eräänlaisen suojan negatiivisia kokemuksia kohtaan verkossa, kun yksilö kokee omaavansa turvallisen henkilön tai verkoston miltä saada tukea tämänkaltaisen kokemuksen kohdalla. Toisaalta verkostot voivat olla myös negatiivisten kokemusten lähde, missä negatiiviset kokemukset saavat enemmän näkyvyyttä ja täten altistavat kuluttajaa enemmän negatiiviselle sisällölle (Schöne, 2021). Tätä ilmiötä selittävät myös Goldenberg ja Gross (2020) puhuessaan digitaalisesta tartunnasta sosiaalinen media alustana -kappaleessa. Sosiaalisessa mediassa kertynyt pääoma voi näin katsottuna johtaa myös suhteisiin mitkä heikentävät nuoren henkistä hyvinvointia.

Bourdieuun ajatukset sosiaalisesta pääomasta voidaan määrittellä jossain määrin kohdistuvan yksilöiden väliseen vuorovaikutussuhteeseen. Sosiaalista pääomaa voidaan tarkastella myös toisesta näkökulmasta. Colemanin (1988, s. 98.) mukaan sosiaalista pääomaa määrittää tämän funktio eli mitä sosiaalisten suhteiden avulla voidaan tuottaa. Sosiaalinen pääoma on samalla sidottuna tiettyyn käyttötarkoitukseen. Tietyn kaverin kanssa voi olla erilainen suhde kuin toisen kaverin, mikä vaikuttaa käyttäytymiseen näiden ihmisten kanssa. Toisen kanssa tietynlainen huumori voi olla hyväksyttävämpää kuin toisen, mikä myös vaikuttaa sosiaalisen verkoston kehitykseen. Jos kaveri kokee, että vuorovaikutustilanne on epämukava ei tämä välttämättä hakeudu enää tämän henkilön seuraan jatkossa. Sosiaalinen pääoma ei sijaitse Colemanin mukaan käyttäjissä vaan näiden välisissä suhteissa. Tämän näkökulman voidaan nähdä eroavan Bourdieusta, joka näki sosiaalisen pääoman yksilön omana voimavarana mitä tämä pystyi toiminnallaan kartuttamaan. Bourdieun näkökulma ohjaa myös tätä tutkimusta eli nuorten toimintaa tarkastellaan enemmän heidän yksilöllisten resurssien kautta kuin heitä ohjaavien rakenteiden kautta.

Sosiaalisessa mediassa tieto leviää nopeasti mutta sen alkuperän varmistaminen on vaikeampaa. Fyysisen maailman sosiaalisessa vuorovaikutuksessa valehteleminen on vaikeampaa koska ihminen näkee ilmeesi ja kehonkieleesi, mitkä molemmat puuttuvat digitaalisessa todellisuudessa. Sosiaaliset suhteet voivat kehittyä nopeammin ja helpommin ja tämä voi tapahtua myös luottamuksen kohdalla, vaikka toista ihmistä ei olisi koskaan fyysisessä maailmassa tavannutkaan. Sosiaalisen pääoman tarkastelu tässä työssä on tärkeää siksi että se voi selittää eri kokemusten yhteyttä yksilöön sosiaalisen median alustoilla. Sosiaalisen median alustojen piir-



teitä on myös hyvä pohtia verrattaessa fyysisen maailman vuorovaikutukseen ja tämän yhteyttä sosiaalisen pääoman kertymiseen. Esimerkiksi luottamuksen näkökulmasta voidaan pohtia vaikuttaako vuorovaikutuksen muutos luottamuksen kehittämiseen negatiivisella tavalla. Onko ihmisen haastavampaa luottaa toiseen ihmiseen, kun tämä ei kykene näkemään tämän kasvoja tai kehonkieltä ja onko hänen tämän seurauksena vaikeampi muodostaa tiivistä suhdetta tämän kanssa? Sosiaalisen pääoman tarkastelussa on hyvä huomioida verkostojen vahvuuden yhteys kokemuksiin ja luottamukseen. Keskeisenä kysymyksenä voidaan esittää, vaikuttaako korkea sosiaalinen pääoma hyvinvointiin positiivisesti sosiaalisen median käytössä?

### 2.3 Henkinen hyvinvointi sosiaalisessa mediassa

Henkinen hyvinvointi tässä työssä tarkastelee nuorten sosiaalisesta mediasta saatujen kokemusten yhteyttä näiden jaksamiseen ja yleiseen onnellisuuteen. Teoreettisen määritelmän jälkeen hyvinvointia tarkastellaan lähinnä sosiaalisen median käyttötapojen kautta, ja lopuksi pohditaan tämän ristiriitaista suhdetta aikaisemmassa tutkimuskirjallisuudessa. WHO (2004) määrittelee henkisen hyvinvoinnin yksilön kyvyksi kehittää omaa potentiaaliaan, työskennellä tehokkaasti ja luovasti, kehittää positiivisia sosiaalisia suhteita toisten kanssa ja tukea paikallisyhteisönsä toimivuutta. Tätä määritelmää voidaan kuvailla funktionaaliseksi, eli se korostaa yksilön kykyä toimia yhteisössä hyvinvoinnin mittarina. Kyseinen näkökulma ei sinällään pidä sisällään mielenterveysongelmien tai mielisairauksien läsnäoloa toimintaan vaikuttavina tekijöinä. (De Cates ym., 2015.) Määritelmä kuitenkin antaa hyvän yleisen tarkastelunäkökulman henkisen hyvinvoinnin yleiseen rakenteeseen, ja määritelmä sopii hyvin Bourdieun aikaisempaan tarkastelukulmaan, mikä on suhteellisen yksilökeskeinen.

Sosiaalinen media on alustana täynnä potentiaalia. Sitä voidaan käyttää viestittämiseen ihmisten ja organisaatioiden välillä esimerkiksi terveyden liittyvissä asioissa. Se mahdollistaa alhaisen kynnyksen osallistumisen yksilöille, tehden terveydenhuollon palveluihin hakeutumisesta helppoa ja edullista. (WHO, 2022.) Digitaalisten palveluiden käyttö korostuu erityisesti nuorten kohdalla, jotka hakevat terveyden liittyvää tietoa paljon verkosta. (O'Reilly, 2019.) Sosiaalisen median käyttö on yleistä nuorten keskuudessa, minkä takia tämän vaikutuksia heidän terveyteensä on hyvä tutkia. Nuoruus on kehitysvaiheena voimakkaan muutoksen aikaa. Nuoret kohtaavat monia kehitysvaiheeseensa liittyviä haasteita ja heidän identiteettinsä ha-

kee suuntaansa. Nuoruus on myös ihmisen kehitysvaihe missä yleisesti diagnosoidaan mielenterveyden häiriöitä. Sosiaalinen media toimii nuorille alustana mihin nämä voivat paeta elämän aiheuttamia paineita. (O'Reilly ym., 2018.) Sosiaalinen media toimii myös nuorille alustana missä nämä voivat kehittää omaa identiteettiään ja saada vertaispalautetta sosiaaliselta verkostoltaan. (Zheluk ym., 2022; Angelini ym., 2022.) Sosiaalisen median terveysvaikutusten tarkasteleminen erityisesti nuorten kannalta ei ole kuitenkaan ongelmatonta. Tämä näkyy esimerkiksi sosiaalisen median ongelmakäyttöön liittyvissä määritelmässä, koska tämä on tutkimusalana vielä suhteellisen nuori. Samalla suuri osa kerätystä datasta tulee nuorten itse raportoinnista mikä korostaa ilmiön subjektiivista ominaisuutta. Ongelman määrittelyä vaikeuttaa myös kulttuurilliset normit mitkä vaikuttavat ajatukseen siitä mikä on sopivaa ja mikä liiallista median käyttöä. (Paakkari ym. 2021.) Sosiaalisen median käytön vaikutukset hyvinvointiin eroavat sen käyttötyyleissä. Esimerkiksi Facebook -sovelluksen käytössä havaittiin eroja ihmisten välillä, jotka käyttivät sovellusta aktiivisesti ja passiivisesti. Passiivisesti sovellusta käyttäneet ihmiset, eli ihmiset, jotka eivät julkaisseet verkkoon vaan pääosin seurasivat muiden julkaisuja, kokivat enemmän kateutta. (Verdyun ym., 2015.) Passiivisen kulutuksen vaikutus näkyy myös muilla alustoilla. Yhteyttä havaittiin aktiivisen käytön ja hyvinvoinnin välillä, missä aktiivinen käyttö lisäsi positiivista elämäntyytyväisyyttä sosiaalisen tuen kokemuksen kautta. (Masciantonio ym., 2021.) Sosiaalisen median aktiivisella käytöllä näyttäisi olevan yhteyttä sosiaalisten verkostojen kehitykseen ja täten sosiaalisen pääoman kasvuun. Samalla eroja havaitaan myös rutiininomaisessa käytössä. Bekalu ym. (2019) kertovat tutkimuksessaan, että sosiaalisen median rutiininomaisella käytöllä ei näyttäisi olevan yhteyttä pahoinvointiin. Toisaalta tunnetason liittyminen sosiaalisen median julkaisuihin näytti ennustavan pahoinvointia. Näin katsottuna sosiaalisen median vaikutukset hyvinvointiin voivat jossain määrin näkyä sen käyttötyyleissä ja käyttäjän tunnetason liittyneisyydestä julkaisuihin.

Sosiaalisen median käytön ja henkisen hyvinvoinnin välistä yhteyttä on vaikea osoittaa yksiselitteisesti. Tutkimusnäyttö osoittaa sosiaalisen median käytöllä olevan samanaikaisesti positiivisia ja negatiivisia vaikutuksia. Sosiaalinen media näyttäisi auttavan nuoren identiteetin kehityksessä ja sosiaalisten verkostojen ylläpitämisessä. Sosiaalisen median avulla voidaan myös jakaa informaatiota liittyen terveyteen nuorille suoraan. Tämä näkyi esimerkiksi COVID-19 pandemian aikana, milloin sosiaalinen media mahdollisti ihmisten välistä yhteyksien ylläpitoa ja tuen hakemista. Sosiaalisen median avulla pystyttiin myös jakamaan terveyteen liittyvää informaatiota ja auttaa ihmisiä keskustelemaan esimerkiksi ahdistuneisuudesta muiden kanssa. (Zheluk ym., 2022.) Sosiaalinen media mahdollisti myös terveydenhuollon ja syrjäseudulla asuvien välisen vuorovaikutuksen, joilla oli vaikeuksia päästä

fyysisesti terveysasemille asti. (WHO, 2022.) Sosiaalisen median käyttöä ei kuitenkaan tarkastella tyhjiössä, vaan tämän sisältöön vaikuttaa digitaalisen maailman ulkopuoliset asiat. Tämä näkyy esimerkiksi sosiaalisen median, urheilun ja henkisen hyvinvoinnin välistä yhteyttä tarkasteltaessa. Tutkimus osoitti sosiaalisen median määrällisesti kasvavan käytön lisäävän henkistä pahoinvointia, kun taas liikunnan harrastaminen jossain määrin vähensi sosiaalisen median käytön negatiivisia seurauksia. (Rutter ym., 2021.) Tosin tässä tapauksessa voidaan pohtia, onko kyseessä urheilemisen yhteys terveyteen vai urheilun tuottamat sosiaaliset verkostot ja täten korkeampi sosiaalinen pääoma mikä auttaa hyvinvoinnin kanssa. Samalla sosiaalisen median käytöllä näyttäisi olevan yhteyttä lisääntyneeseen ahdistuneisuuteen, syömishäiriöihin ja itsetuhoisuuteen. Näitä haittavaikutuksia voidaan osittain selittää vähentyneellä kasvokkaisella vuorovaikutuksella, minkä nähdään lisäävän eristäytyneisyyden tunnetta. (O'Reilly ym., 2018; Rutter ym., 2021; WHO, 2022; Zheluk ym., 2022.) Sosiaalista mediaa voidaan myös käyttää alustana väärän tiedon levittämiseen. Tämä näkyy esimerkiksi nuorille kohdistettuun COVID-19 rokotteisiin liittyvän misinformaation levittämisessä vuonna 2021. (Zheluk ym., 2022.) Samankaltaista terveyteen liittyvää haitallista materiaalia löytyi liittyen sähkötupakan mainostamiseen TikTok -alustalla. Sosiaalisen median alustojen avulla sähkötupakointiin liittyvät käsitykset ja käyttö pystyttiin jossain määrin normalisoimaan nuorten silmissä, mikä voi olla yksi aiheuttava syy näiden lisääntyneessä käytössä. (Rutherford ym., 2022.) Median käytöllä nähdään olevan yhteyksiä myös aggressiiviseen ja haitalliseen käyttäytymiseen, mutta tämän vaikutuksen voimakkuuden uskotaan heikkenevän median käyttötaitojen kehittyessä (O'Reilly ym., 2018).

Hyvinvointitutkimuksen avulla on tarkoitus osoittaa sosiaalisen median ja sosiaalisen pääoman vaikutuksia yksilön kokemuksiin ja hyvinvointiin. Sosiaalisen median terveysvaikutuksilla näyttäisi olevan yhteyttä sen käyttötapoihin. Tämä näkyy myös sosiaalisen pääoman suhteessa: ihmiset, joilla on korkeampi luottamus verkostoihinsa ja täältä saamaansa informaatioon todennäköisesti voivat paremmin kuin ihmiset, joilla on heikomman luottamuksen suhteita. Voidaan myös pohtia tunnelatautuneiden viestien yhteyttä hyvinvointiin. Jos verkostot koostuvat positiivisella tavalla tunnelatautuneista viesteistä, eli kaverit julkaisevat kannustavia ja inspiroivia julkaisuja, voidaan nähdä tämän vaikuttavan positiivisesti lukijan omaan ajatteluun pitkän aikavälin altistumisen seurauksena.

### 3 TUTKIMUSAINEISTO JA ANALYYSIMENETELMÄT

Tutkimus toteutetaan käyttämällä sekä kvalitatiivista että kvantitatiivista aineistoa tulosten keräämisessä. Kvalitatiivisena aineistona käytetään *“FSD3476 Nuorten aikuisten haastattelut mediankäytöstä 2019”* aineistoa. Kyseisessä aineistossa tarkastellaan nuorten suhtautumista mediaan haastatteluiden kautta. Aineistosta on tarkoitus tuoda esille eri tapoja käyttää sosiaalista mediaa arjessa ja miten sosiaaliset suhteet vaikuttavat sosiaalisen median käyttötarkoituksiin. Edellä mainittu aineisto antaisi kattavan kuvan nuorien sosiaalisen median käytöstä ja merkityksenannoista, mutta on huomioitava aineiston laajuus ja niistä saadun tiedon määrä mikä saattaa laajentaa tutkimuksen pituutta liiallisesti. Kvantitatiiviseksi aineistoksi on valikoitunut *“FSD3432 PROMEQ: työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten hyvinvointi ja terveys 2017–2018”*. Aineistossa tarkastellaan työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten hyvinvointia. Tämän tutkielman kehityksessä kyseisestä aineistosta valitaan sosiaalisen median käyttöä tarkastelevat osat. Aineisto on tutkimukseen sopiva myös usean muuttujan kautta, jotka tarkastelevat esimerkiksi yksinäisyyttä ja sosiaalisia verkostoja. Näiden avulla voidaan tarkastella ja määritellä sosiaalisen pääoman määrä ja verrata tämän yhteyttä sosiaalisen median käyttöön. Tosin aineisto rajoittuu enemmän määrälliseen tarkasteluun, kun kysymyksenasettelu sosiaalisen median käytön kohdalla on *“Kuinka usein teet seuraavia asioita...”*. Aineiston avulla voidaan siis kuvata esimerkiksi heikon sosiaalisen pääoman ja sosiaalisessa mediassa kulutetun ajan suhdetta.

Tutkimuksessa käytettävää analyysimenetelmää kutsutaan monimenetelmätutkimukseksi (engl. *Mixed methods research*). Monimenetelmätutkimus auttaa tutkimuksen validiteetin vahvistamisessa, ja tutkija saa menetelmän avulla kattavamman ja syvemmän käsityksen aiheesta. Monimenetelmätutkimus helpottaa tutkijaa yhdistämään ja integroimaan tietoa eri lähteistä. Tämä piirre voi tukea tutkijan varmuutta omasta osaamisestaan liittyen aiheeseen, koska tämä saa kaksi tukevaa lähdeä yhden sijaan. Monimenetelmätutkimus on myös lukijan kannalta helpompaa luettavaa, koska tämä lähestyy tutkimusta kahdesta eri näkökulmasta. Lukija,

joka on vahvempi kvantitatiivisessa tutkimuksessa voi saada enemmän irti kvantitatiivisesta osiosta ja samalla havaita tämän yhteyttä kvalitatiiviseen tutkimukseen. Monimenetelmä tutkimusta tehdessä on huomioitava aineistojen yhdistämisen tuottama potentiaalinen arvo. Yhdistetyt aineistot eivät välttämättä saata tuottaa mitään arvokasta, jos ne on heikoin perustein valittu. (McKim, 2017.) Toinen elementti liittyy kvalitatiivisen ja kvantitatiivisen aineiston valtaan tutkimuksessa. On hyvä huomioida kumpi aineisto saa mahdollisesti enemmän tilaa analyysissä, vai onko molempien aineistojen mahdollista esiintyä tasa-arvoisesti työssä. (Johnson ym. 2007.) Lähtökohtaisesti aineistojen tasapainoon vaikuttaa näiden sopivuus valittuun näkökulmaan. On myös hyvä huomioida aineistojen erilaisuus näiden esityksessä ja tulokinnassa. Kvalitatiivinen aineisto voi rakentaa enemmän merkityksiä, kun taas kvantitatiivinen voi tuoda esiin yhteyksiä. Näiden aineistojen vertaileminen toisiinsa vaatii näiden erilaisuuden tunnistamista, jotta yhteensopivia osia voidaan ylipäättänsä verrata toisiinsa. Työn kannalta on myös hyvä huomioida, että kerätty tieto on sidottuna tutkimuskysymykseen tiiviisti, jotta tämä ei paisuisi liikaa.

### **3.1 Kvalitatiivinen aineisto**

Kvalitatiivisena aineistona käytetään pääasiallisesti ”FSD3476 Nuorten aikuisten haastattelut mediankäytöstä 2019” aineistoa. Aineisto koostuu 16 Pohjois-Karjalassa asuvasta haastateltavasta. Haastateltavien ikä rajoittuu 18–25 vuoden välille. Haastattelu toteutettiin joko kasvokkaisena tai puhelimen kautta. Aineistonkeruu on tehty osana Itä-Suomen yliopiston yhteiskuntatieteiden laitoksen haastattelututkimuksen kurssia. Haastattelijat ovat opiskelijoita, ja haastatteluun valikoituneet henkilöt olivat heidän lähipiiristensä. Kyseisessä aineistossa tarkastellaan nuorten median käyttöä ja tähän liittyviä merkityksenantoja. Aineiston tarkastelussa käytetään teema-analyysia, missä aineistosta ilmeneviä aiheita yhdistellään ja näiden välisiä yhteyksiä ja eroja tarkastellaan. Temaattisen analyysin vaiheisiin kuuluu aineistoon tutustuminen, alustavien koodien valitseminen ja aineiston tarkastelu tutkimuskysymyksen kautta. Tämän jälkeen aineistosta poimittuja teemoja vertaillaan ja kehitellään siten että lopputulokseksi saadaan tutkimuskysymykseen hyvin vastaavat teemat. (Shanahan ym., 2019.) Analyysin edetessä epäolennaisia teemoja poistetaan analyysistä siten, että lopuksi jääneet teemat tarkastelisivat aihetta sopivalla tavalla. (Cavazos-Rehg ym., 2017.) Temaattisen analyysin tarkoituksena on tuottaa teemoja, jotka kuvailevat jotain tiettyä ilmiötä. Tämä tarkastelutapa eroaa esimerkiksi ankku-

roidusta teoriasta (engl. *Grounded theory*) tämän painopisteessä. Ankkuroidussa teoriassa tutkimusta ohjaa teoriapainotteisuus, eli tutkimusaineistoa peilataan jatkuvasti tiettyyn teoriaan. Kriittisessä diskurssianalyysissä puolestaan oletetaan tietyn tason pohjatuntemusta aiheesta, jotta voidaan ymmärtää tämän luonnetta sosiaalisena rakenteena. Teema-analyysi puolestaan ei vaadi tutkijalta täyttä sitoutumista tiettyyn teoriaan tai ilmiön havaitsemista sosiaalisena rakenteena, antaen tälle vapauden tutustua aineistoon avoimella mielellä. (Braun & Clarke, 2006.)

Temaattisen analyysin joustavuus mahdollistaa teemojen tuottamisen alhaisella kynnyksellä, mutta kyseinen joustavuus ei ole täysin ongelmaton. Tutkijalta vaaditaan kykyä pitää tutkimus sisäisesti johdonmukaisena temaattisessa analyysissä enemmän kuin muissa analyyseissä juuri tämän antaman vapauden takia. Teemojen tuottaminen voi olla helppoa, mutta samalla voidaan tuottaa teemoja mitkä eivät vastaa tutkimuksen kannalta olennaisiin kysymyksiin pätevästi. (Nowell ym., 2017.) Tämä on erityisen tärkeää tässä työssä, koska aineistoja on kaksi, joita on tarkoitus tarkastella yhdessä. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa on hyvä huomioida tutkijan oman aseman subjektiivisuus, eli tämän kokemukset ja käsitykset tulevat näkymään tutkimustyössä ja siinä mihin tutkija kiinnittää aineistossa huomiotaan. Tämän takia systemaattinen työskentely on tärkeää. Tutkijalla tulee olla selkeä käsitys siitä mitä hän haluaa kysyä aineistolta ja miten hän lähtee tätä kysymystä muotoilemaan aineistoon sopivaan muotoon. (Braun & Clarke, 2006.) Tämän työn kannalta teema-analyysin valinta on perusteltua siksi että metodi ei sinällään vaadi tutkijalta syvällisempää paneutumista aineiston taustoihin mitä muut menetelmät voisivat vaatia. Koska tutkimuksessa käytetään myös kvantitatiivista aineistoa, on molempien tarkastelu jätettävä pinnallisemmaksi kuin yhtä aineistoa tarkasteltaessa. Tämä mahdollistaa pinnallisen tason yhtäläisyyksien ja erojen havaitsemisen ja yhteen tuomisen, mitä tehdään analyysiosiossa.

Kvalitatiivisen aineiston vahvuus on sen kysymysten asettamat mahdollisuudet vastaajille. Avoimen haastattelun kysymykset antavat vastaajille valtaa määrittää itse minkälaiselta heidän lopulliset vastauksensa näyttävät. Samalla kysymykset eivät välttämättä anna yhtä paljon tietoa kaikilta vastaajilta, koska jotkut voivat vastata kysymyksiin kattavammin kuin toiset. Kvalitatiivisen aineiston toinen heikkous on sen vastaajien vähäisyys ( $n = 16$ ) ja tämän alueellinen sijoittuvuus (Pohjois-Karjala). Toinen kritiikki kohdistuu haastattelun objektiivisuuteen. Haastattelijat olivat opiskelijoita, jotka valitsivat haastateltavat omasta lähipiiristään. Tätä valintaa voi selittää potentiaalisten haastateltavien löytämisen vaikeus perinteisiä kanavia pitkin erityisesti pidempiin haastatteluihin. Voidaan myös pohtia auttaako haastateltavien luottamus haastattelijoihin kohtaan keräämään laadukkaampaa tietoa kuin tuntemattoman kysyjän kohdalla.

## 3.2 Kvantitatiivinen aineisto

Aineiston "FSD3432 PROMEQ: työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten hyvinvointi ja terveys 2017–2018" vastaajia on 134 jotka jakautuvat 69 naiseen, 58 mieheen ja 5 muun sukupuoliseen ja 2 vastaamatta jättämiseen (vastaus oli "en halua kertoa"). Tutkimuksen kannalta olennaisia muuttujia aineistossa ovat sosiaaliseen mediaan, yksinäisyyden tunteeseen ja sosiaalisten verkostojen luonteeseen liittyvät kysymykset. Tutkimus sisältää kaksi kyselyvaihetta, jotka ovat otettu 6 kuukauden päässä toisistaan. Alustavan kyselyn pohjalta nuoret jaettiin koe – ja kontrolliryhmiin, joita ohjasivat nuorisotyön ammattilaiset. Tutkimuksen tarkoituksena oli tarkastella eri tapoja, miten voidaan kehittää yhteiskunnasta syrjäytyneiden nuorten hyvinvointia ohjattujen ryhmätapaamisten kautta. Tässä gradussa aineistoa tarkastellaan ensimmäisen kyselyn kautta koska toisessa kyselyssä vastaajamääri oli pudonnut merkittävästi heikentäen tulosten vahvuutta. Toinen syy on aineiston liiallisen suureksi kasvamisen välttäminen. Aineistoa tutkitaan sosiaalisen pääoman kautta, mihin luetaan sosiaalisten suhteiden laatu ja määrä ja koettu yksinäisyys voidaan tulkita alhaiseksi sosiaalseksi verkostoitumiseksi. Toinen sosiaalisen pääoman mittari voidaan nähdä järjestötoimintaan kiinnittyneisyytenä. Sosiaalisen pääoman määrää on tarkoitus verrata sosiaalisen median käyttöön ja toimintaan eri mediaalustoilla ja tarkastella näiden välisiä yhteyksiä.

Aineistossa muuttujia, eli esimerkiksi yksittäisiä kysymyksiä mihin haastateltavat vastaavat, on yhdistetty muuttujajoukoiksi eli summamuuttujiksi. Tämä mahdollistaa kokonaisuuksien välisten yhteyksien tarkastelun. Summamuuttujat muodostetaan laskemalla useamman yksittäisen muuttujan tuottamien arvojen keskiarvo mikä asetetaan vaihteluvälille 1,00–5,00. Tämän avulla voidaan tarkastella useampia summamuuttujia liittämällä nämä samalle mittarille. (Jokivuori & Hietala, 2007, s. 116). Muuttujien välisiä yhteyksiä havainnoidaan Pearsonin tulomomenttikorrelaatiokertoimen avulla, mikä osoittaa onko muuttujien välillä yhteyksiä. Yleisesti ottaen arvot voidaan määrittellä seuraavalla tavalla:  $0.1 < r < 0.3$  osoittaa heikkoa yhteyttä,  $0.3 < r < 0.5$  kohtalaista ja  $0.5 < r$  vahvaa yhteyttä muuttujien välillä. Tosin korrelaatioiden vahvuudet voivat vaihdella eri tutkimusalojen sisällä (Kent State University Libraries, 2017.) Esimerkiksi yhteiskuntatieteellisessä tutkimuksessa 0.2–0.4 välistä korrelaatiota voidaan pitää vahvana yhteytenä (Jokivuori & Hietala, 2007, s. 37). Työssä käytetään myös Cronbachin alfaa muuttujajoukkojen sisäisen johdonmukaisuuden mittaamiseen. Cronbachin alphan arvoissa 0.7 arvo tai parempi on hyväksyttävä arvo mitattavien muuttujien sisäisen johdonmukaisuuden kannalta. (Lance ym., 2006.)

Yksinäisyyden tarkasteleminen voidaan liittää alhaiseen sosiaalisen pääoman kokemukseen. Henkilöt, jotka kokevat itsensä yksinäiseksi saattavat omistaa alhaisen määrän sosiaalisia verkostoja tai nämä ovat huonolaatuisia. Näin tarkasteltuna yksinäisyys voi tässä kontekstissa antaa yleiskuvaa kyselyyn vastanneiden nuorten sosiaalisen pääoman luonteesta. Taulukko 1 sisältää kysymyksen *“Tunnetko itsesi yksinäiseksi”* mikä jakautuu viiteen eri arvoon. Eniten arvoja sai *“Joskus”* kategoria, johon vastasi kolmannes (33,6 %) vastaajista. Toinen merkittävä arvo oli *“Melko usein”* minkä valitsi myös noin kolmannes (29,1 %) vastaajista. Toinen kysymys antaa hyvää kuvaa nuorten mediatottumuksista. Sosiaalisen median palveluita vastaajista käyttää yli 90 prosenttia. Tämä tukee aiemmin esitettyä väitettä sosiaalisen median palveluiden käytön lisääntyneisyydestä ja luku on vähän korkeampi kuin Tilastokeskuksen julkaisema 82 % liittyen päivittäiseen internetin käyttöön.

Taulukko 1. Vastausjakauma yksinäisyyden kokemisesta. (Tunnetko itsesi yksinäiseksi?)

	Frekvenssi	Prosentti
En koskaan	11	8,2
Hyvin harvoin	32	23,9
Joskus	45	33,6
Melko usein	39	29,1
Jatkuvasti	5	3,7
Yhteensä	132	98,5
Puuttuvat arvot	2	1,5
Yhteensä	134	100

Faktorianalyysin avulla sosiaalisen median käyttö voidaan jakaa isompiin osiin, joita voidaan tarkastella tarkemmin. Faktorianalyysissä on tarkoitus tarkastella muuttujajoukkojen sisäisiä yhteyksiä, jotka voisivat viitata rakenteeseen mikä ohjaa näitä. (Jokivuori & Hietala, 2007, s. 89.) Faktorianalyysin avulla voidaan esittää aineistossa ilmeneviä suuria linjoja ja tarkastella näiden suhteita toisiinsa. Tämä voi toimia eräänlaisena syvempää tutkimusta alustavana metodina, mikä antaa mahdollisia näkökulmia aineiston tarkastelemiseen. (Jokivuori & Hietala, 2007, s. 112.) Faktorianalyysissä korkeimmat arvot ovat merkittävimpiä, eli tässä tapauksessa arvot mitkä ovat lähimpänä arvoa 1 ovat tutkimuksen kannalta painavimpia.

Taulukko 2. Faktorianalyysi sosiaalisen median käyttötavoista.



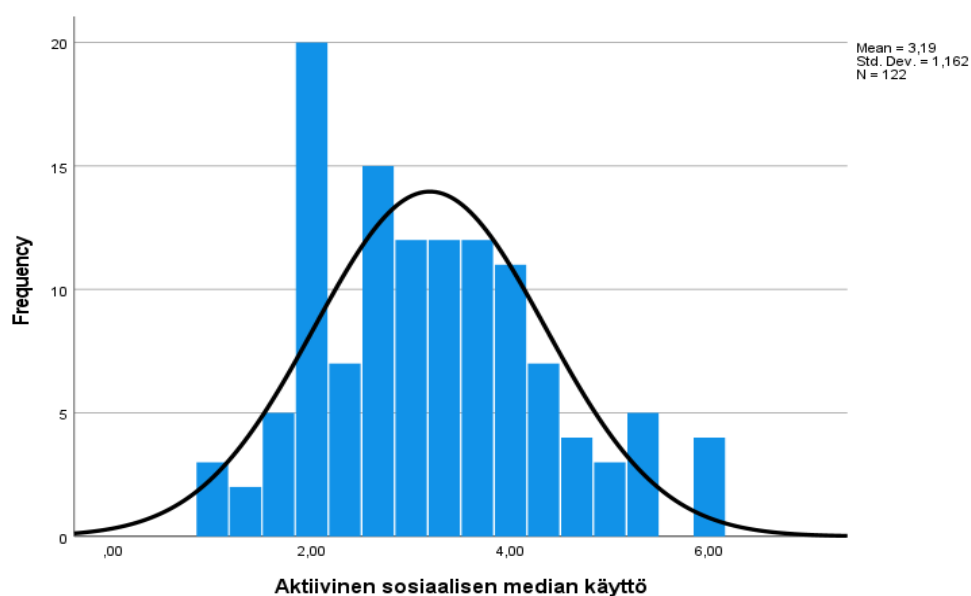
	Verkostoituminen	Yhteiskunnallinen vai- kuttaminen	Faktori 3 (passiivinen kulutus?)
Kuinka usein teet seuraavia asi- oita käyttämässäsi sosiaalisen me- dian palveluissa? Luet muiden käyttäjien päivityksiä ja heidän ja- kamiaan sisältöjä	,128		,723
Kuinka usein teet seuraavia asi- oita käyttämässäsi sosiaalisen me- dian palveluissa? Kommentoit muiden käyttäjien päivityksiä tai heidän jakamiaan sisältöjä	,560	,244	,480
Kuinka usein teet seuraavia asi- oita käyttämässäsi sosiaalisen me- dian palveluissa? Jaat omia päivi- tyksiäsi tai itse tekemiäsi sisältöjä	,829	,136	,129
Kuinka usein teet seuraavia asi- oita käyttämässäsi sosiaalisen me- dian palveluissa? Jaat muiden te- kemiä päivityksiä ja sisältöjä	,646	,287	
Kuinka usein teet seuraavia asi- oita käyttämässäsi sosiaalisen me- dian palveluissa? Jaat laitonta ma- teriaalia	,239		
Kuinka usein teet seuraavia asi- oita käyttämässäsi sosiaalisen me- dian palveluissa? Luet yhteiskun- nallisia aiheita koskevia päivityk- siä tai keskusteluita		,544	,332
Kuinka usein teet seuraavia asi- oita käyttämässäsi sosiaalisen me- dian palveluissa? Kommentoit yhteiskunnallisia aiheita koskevia päivityksiä tai keskusteluita	,361	,800	
Kuinka usein teet seuraavia asi- oita käyttämässäsi sosiaalisen me- dian palveluissa? Kirjoitat yhteis- kunnallisia aiheita koskevia päivi- tyksiä tai avaat niitä koskevia kes- kusteluita	,381	,720	-,191

Taulukko 2 faktorianalyysi osoittaa sosiaalisen median eri käyttötarkoituksilla olevan yhteyttä faktorin latauksiin, eli taulukko näyttää kolme mahdollista sosiaalisen median käyttötapaa. Yllä olevassa faktorianalyysissä voidaan hahmottaa kaksi sel-

keää ulottuvuutta: sosiaalisen median käyttö yhteiskunnallisen vaikuttamisen ja verkostoitumisen välineenä. Kolmas ulottuvuus on vaikeampi arvioida, koska sillä on yhteyksiä niin aktiiviseen kuin passiiviseen kulutukseen, mutta sen vahva latautuneisuus passiivisen kulutuksen kanssa voisi lukea sen osittain kuuluvan tähän kategoriaan.

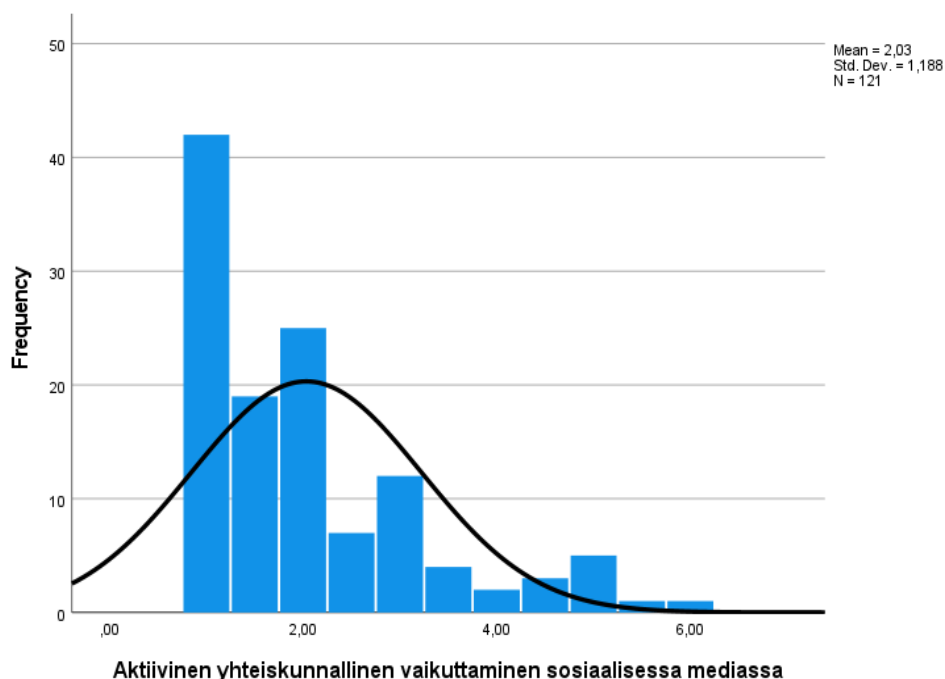
### 3.2.1 Sosiaalisen median ja hyvinvoinnin summamuuttujat

Sosiaalisen median käyttö jaettiin kahteen osaan työssä, joita kuvastaa useammasta yksittäisestä muuttujasta koostuva summamuuttuja. Kuvio 2 liittyy sosiaalisen median aktiiviseen käyttöön. Tämä summamuuttuja pitää sisällään seuraavat kysymykset: *Kuinka usein teet seuraavia asioita käyttämässäsi sosiaalisen median palveluissa? Kommentoit muiden käyttäjien päivityksiä tai heidän jakamiaan sisältöjä? Jaat omia päivityksiäsi tai itse tekemiäsi sisältöjä? Jaat muiden tekemiä päivityksiä ja sisältöjä?* Tässä muuttujajoukossa toiminnan keskiössä oli suorien verkostojen luominen ja vuorovaikuttaminen esimerkiksi kavereiden kanssa. Vastaukset jakautuivat asteikon 1 "En koskaan" ja 6 "Useita kertoja päivässä" välillä. Asteikon arvot käännettiin ympäri, eli alkuperäiset arvot olivat 1 "Useita kertoja päivässä" ja 6 "en koskaan" välillä. Arvot käännettiin toisinpäin korrelaatiotaulukon helppolukuisuuden vuoksi. Aineiston keskiarvo summamuuttujalle oli 3,19.



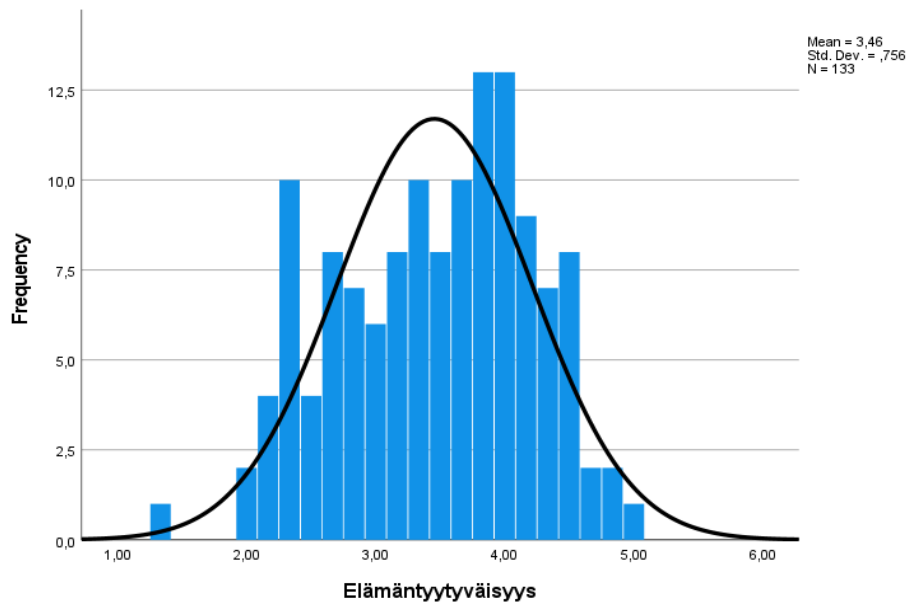
Kuva 2. Aktiivisen sosiaalisen median käytön histogrammi.

Kuvio 3 mittaa aktiivista yhteiskunnallista vaikuttamista sosiaalisessa mediassa. Tämä summamuuttuja piti sisällään seuraavat kysymykset: *Kuinka usein teet seuraavia asioita käyttämässäsi sosiaalisen median palveluissa? Kommentoit yhteiskunnallisia aiheita koskevia päivityksiä tai keskusteluita? Kirjoitat yhteiskunnallisia aiheita koskevia päivityksiä tai avaat niitä koskevia keskusteluita?* Kysymykset arvioitiin samalla asteikolla kuin aktiivisen sosiaalisen median käytön summamuuttuja. Summamuuttujan keskiarvo oli 2,03 eli vastaajat kuluttavat vähemmän aktiivista yhteiskunnallista mediaa.



Kuva 3. Aktiivisen sosiaalisen median kautta tapahtuvan yhteiskunnallisen vaikuttamisen histogrammi.

Kuva 4 mittaa elämäntyytyväisyyttä. Tämä mittari piti sisällään seuraavia kysymyksiä: *Viimeisten kahden viikon aikana: Kuinka tyytyväinen olet kykyysi selviytyä päivittäistä toimista? Kuinka tyytyväinen olet työkykyysi? Kuinka tyytyväinen olet itseesi? Kuinka tyytyväinen olet ihmissuhteisiisi? Kuinka tyytyväinen olet sukupuolielämäsi? Kuinka tyytyväinen olet ystäviltäsi saamaasi tukeen?* Kysymyksiä mitattiin asteikon 1 "erittäin tyytymätön" ja 5 "erittäin tyytyväinen" välillä. Summamuuttujan keskiarvo oli 3,46 eli vastaajien elämäntyytyväisyys oli keskiarvoa korkeampi.



Kuva 4. Elämäntyytyväisyyden histogrammi.

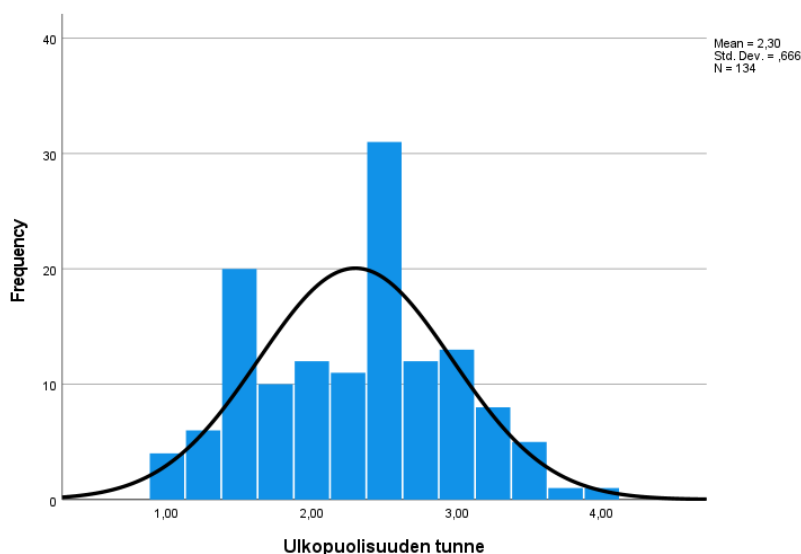
Taulukko 3. Summamuuttujien reliabiliteetti. (Väittämien sisäinen konsistentti, Cronbachin alpha)

Summamuuttuja	Cronbachin alpha
Sosiaalisen median aktiivinen käyttö	,780
Sosiaalisen median yhteiskunnallinen vaikuttaminen	,826
Elämäntyytyväisyys	,770

Taulukko 3 osoittaa sosiaalisen median aktiivisen käytön, yhteiskunnallisen vaikuttamisen ja elämäntyytyväisyyden summamuuttujien luotettavuuden olevan korkea. Aineistossa oli myös kaksi kysymystä mitkä mittasivat passiivista kulutusta, esimerkiksi sosiaalisen median julkaisujen lukemista mutta näistä ei voitu muodostaa muuttujajoukkoa alhaisen Cronbachin Alphan (.392) takia. Kysymykset olivat seuraavat: *kuinka usein teet seuraavia asioita käyttämässäsi sosiaalisen median palveluissa? Luet muiden käyttäjien päivityksiä tai heidän jakamiaan sisältöjä? Luet yhteiskunnallisia aiheita koskevia päivityksiä tai keskusteluita?* Nämä kysymykset lisätään analyysiin yksittäisinä kysymyksinä, jotta voidaan mitata passiivista kulutusta ja sen yhteyksiä.

### 3.2.2 Sosiaalisen pääoman summamuuttuja

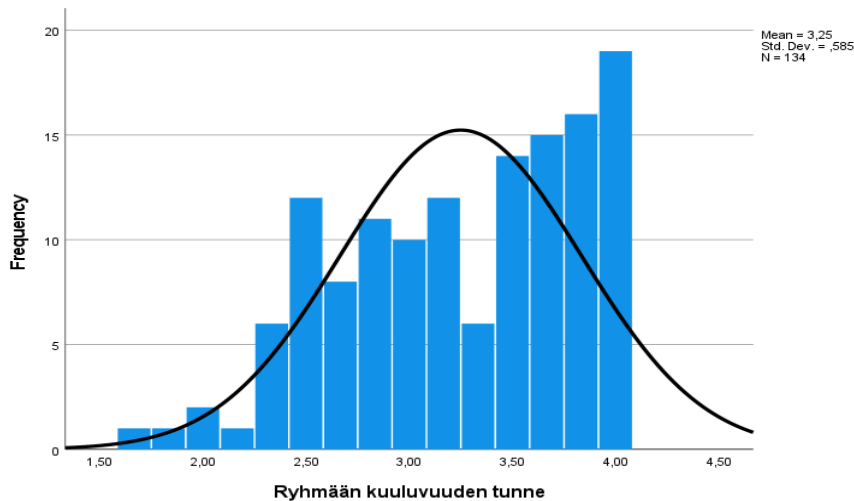
Sosiaalista pääomaa tarkasteltiin usean eri summamuuttujan kautta, joita olivat esimerkiksi toimijuuden tunne eli yksilön oma kokemus kyvystään vaikuttaa ympäristöönsä, yksilön luottamus ja tämän kuuluvuuden tunne ympäröivää yhteiskuntaa kohtaan. Kuva 5 osoittaa ulkopuolisuuden tunteeseen liittyvän summamuuttujan. Ulkopuolisuuden tunnetta mitattiin summamuuttujalla mikä sisälsi seuraavat väittämät: *Tunnen jääväni muiden ulkopuolelle. Ihmissuhteeni ovat pinnallisia. Kukaan ei oikeastaan tunne minua hyvin. Tunnen olevani eristyksissä muista ihmisistä. En ole enää läheinen kenenkään kanssa.* Väittämät arvioitiin asteikolla 1–4, missä alhaisin arvo 1 vastasi *“ei koskaan”* ja 4 arvo *“usein”* vastausvaihtoehtoja. Summamuuttujan keskiarvo oli 2,30 eli ulkopuolisuuden tunne oli alhainen aineistossa yleisesti. Kuviosta ilmenee kaksi isompaa palkkia: vasemmalla puolella oleva palkki kertoo että 20 nuorta ei koe merkittävää ulkopuolisuuden tunnetta. Keskelle sijoittuva palkki mihin on vastattu eniten, näyttäisi tukevan ajatusta siitä, että nuoret kokevat joskus ulkopuolisuuden tunnetta.



Kuva 5. Ulkopuolisuuden tunteen histogrammi.

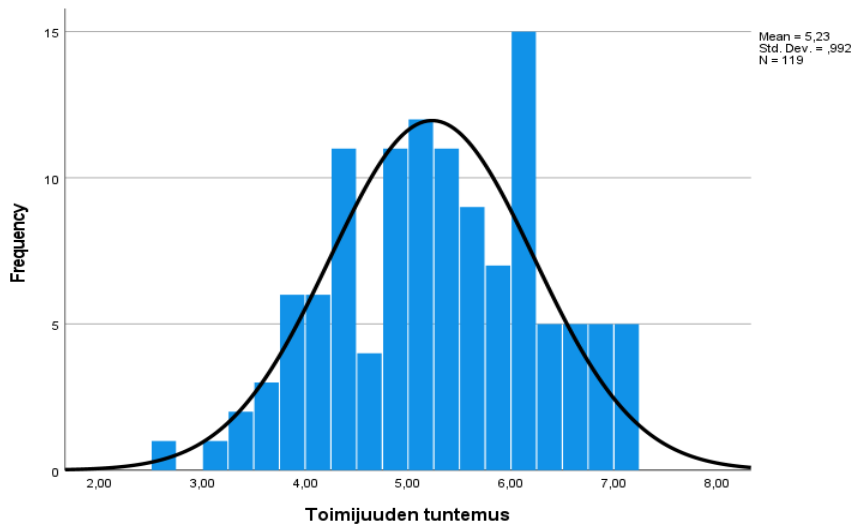
Kuva 6 osoittaa ryhmään kuuluvuuden tunteeseen liittyvän summamuuttujan. Ryhmään kuuluvuuden tunnetta mitattiin seuraavilla muuttujilla: *Tunnen olevani osa ystäväjoukkoa. Minulla on paljon yhteistä ympärilläni olevien ihmisten kanssa. On ihmisiä, jotka ovat minulle hyvin läheisiä. Löydän seuraa, kun sitä haluan. On ihmisiä, jotka todella ymmärtävät minua. On ihmisiä, joiden kanssa voin puhua asioistani.* Kysymyksiä arvioitiin asteikolla 1 *“en koskaan”* ja 5 *“jatkuvasti”* välillä. Summamuuttujan keskiarvo oli

3,25 eli ryhmään kuuluvuuden tunnetta koettiin vähän enemmän. Samalla kuvio ilmentää ylipäänsä korkeaa ryhmään kuuluvuuden tunnetta nuorissa, koska korkeimmat arvot sijoittuvat oikeaan reunaan. Korkeimmat arvot kuvioista löytyvät kohdasta "4", eli korkeasta ryhmään kuuluvuuden tunteesta.



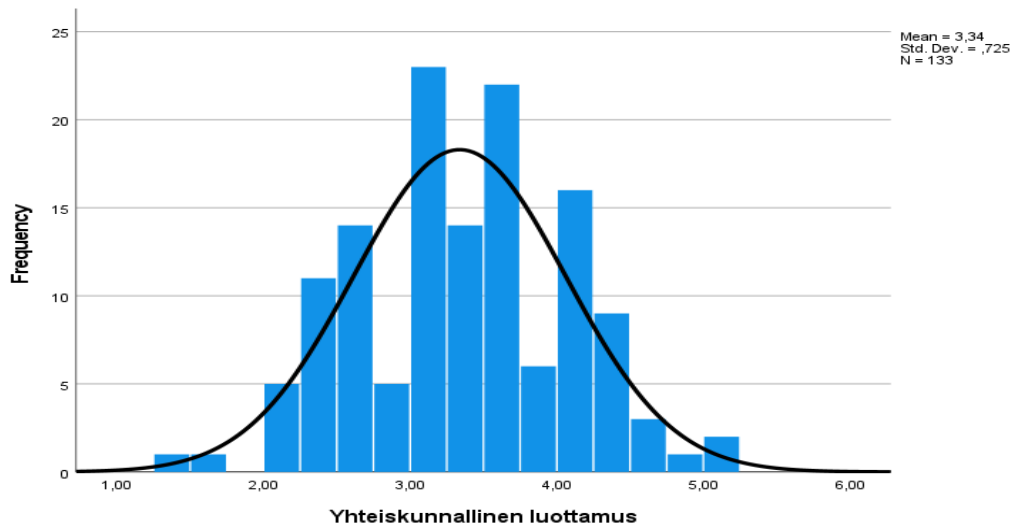
Kuva 6. Ryhmään kuuluvuuden tunteen histogrammi.

Kuva 7 osoittaa toimijuuden tuntemukseen liittyvän summamuuttujan. Toimijuuden tuntemusta mitattiin vastaavilla kysymyksillä: *Mielestäni mahdollisuuteni: tavoitella onnellisuutta elämässäni ovat; ...saavuttaa asioita elämässäni ovat...; ...elää terveellistä elämää, ikäni huomioon ottaen, ovat...; ...älyllisiin virikkeisiin elämässäni ovat...; ...tyytyttävien sosiaalisten suhteiden solmimiseen elämässäni ovat...; ...elää miellyttävässä elinympäristössä (ottaen huomioon koti, työ ja vapaa-aika) elämässäni ovat...; ...toimia omatuntoni mukaisesti ovat...; ...kaikki edellä mainitut asiat huomioon ottaen, uskon, että mahdollisuuteni ovat...* Väitteitä mitattiin asteikolla 1 "erittäin huonot" ja 7 "erittäin hyvät" välillä. Summamuuttujan keskiarvo oli 5,23 eli toimijuuden tuntemus vastaajilla oli korkealla. Korkein arvo sijoittuu kohtaan "6", mikä vastaa korkeaa toimijuuden tunnetta.



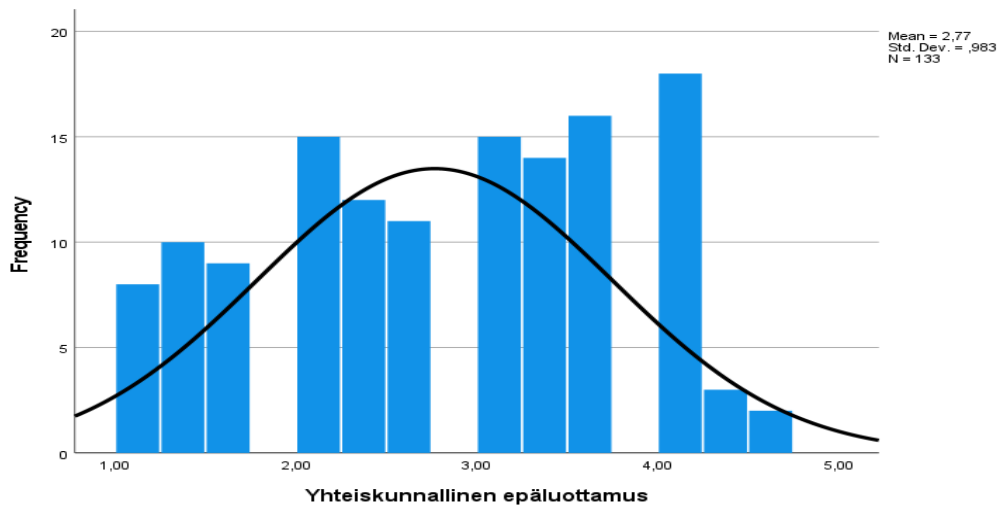
Kuva 7. Toimijuuden tuntemuksen histogrammi.

Kuva 8 osoittaa yhteiskunnalliseen luottamukseen liittyvän summamuuttujan. Yhteiskunnallista luottamusta mitattiin seuraavilla väittämillä: *Mitä mieltä olet seuraavista luottamukseen ja arvostukseen liittyvistä väittämistä? Yhteiskunnassamme ihmiset voivat luottaa toisiinsa. Yhteiskuntamme julkiseen valtaan ja hallintoon voi luottaa. Julkiseen terveydenhuoltoon voi luottaa. Julkiseen sosiaalihuoltoon voi luottaa. Oikeuslaitokseen voi luottaa. Poliisiin voi luottaa. Kunnan päätöksentekoon voi luottaa.* Väitteitä mitattiin asteikolla 1 "täysin eri mieltä" ja 5 "täysin samaa mieltä" välillä. Väitteiden alkuperäinen arviointiasteikko oli 1 "täysin samaa mieltä" ja 5 "täysin eri mieltä". Summamuuttujan keskiarvo oli 3,34 eli yhteiskunnallisen luottamuksen tunne oli vähän keskitasoa korkeampi. Korkeimmat arvot sijoittuvat kuvion keskikohtaan, missä kohta "3" saa suurimman arvon. Tämä voidaan tulkita myös ristiriitaiseksi suhtautumiseksi yhteiskunnan luottamusta kohtaan.



Kuva 8. Yhteiskunnallisen luottamuksen histogrammi.

Kuvio 9 osoittaa yhteiskunnalliseen epäluottamukseen liittyvän summamuuttujan. Yhteiskunnallista epäluottamusta mitattiin seuraavien väittämien kautta: *Mitä mieltä olet seuraavista luottamukseen ja arvostukseen liittyvistä väittämistä? On parasta olla luottamatta keneenkään. Minusta tuntuu, että muut ihmiset eivät arvosta sitä, mitä teen. Jotkut ihmiset katsovat minua halveksuen työtilanteeni tai tulojeni vuoksi.* Kysymykset mitattiin asteikkojen 1 "täysin samaa mieltä" ja 5 "täysin eri mieltä" välillä. Summamuuttujan keskiarvo oli 2,77 eli yhteiskunnallinen epäluottamus oli vähän keskitasoa alhaisempi käännettyjen arvojen takia. Suurimmat arvot sijoittuvat oikeaan reunaan eli yhteiskunnalliseen luottamukseen liittyviin käsityksiin.



Kuva 9. Yhteiskunnallisen epäluottamuksen histogrammi.



Histogrammeista voidaan havaita yleisesti kyselyyn vastanneiden nuorten kokevan kohtalaisen korkeaa yhteisöllisyyden tunnetta, yhteiskunnallista luottamusta ja toimijuuden tuntemusta. Tämä on hyvä ottaa huomioon koska kyseiset piirteet viestivät korkeasta sosiaalisesta pääomasta.

Taulukko 4. Sosiaalisen pääoman summamuuttujien reliabiliteetti. (väittämien sisäinen konsistentti, Cronbachin alpha)

Summamuuttuja	Cronbachin alpha
Ulkopuolisuuden tunne	,764
Ryhmään kuuluvuuden tunne	,817
Toimijuuden tuntemus	,887
Yhteiskunnallinen luottamus	,843
Yhteiskunnallinen epäluottamus	,706

Taulukko 4 osoittaa sosiaaliseen pääomaan liittyvien summamuuttujien luotettavuuden, mikä on korkea. Kvantitatiivisen aineiston vahvuudeksi voidaan määritellä suhteellisen suuri vastaajajoukko (n =134) ja tämän vastaajajoukon sukupuolen jakautuminen tasaisesti. Tutkimuksen näkökulma rajautuu työn ja koulutuksen ulkopuolella oleviin nuoriin, eli aineiston yleistäminen suurempiin joukkoihin kuten koko Suomen nuorisoon ei ole suoraan tehtävissä. Aineistossa sosiaaliseen mediaan liittyvät kysymykset ovat vähäisiä ja kohdistuvat lähinnä sosiaalisen median käytön ajalliseen ulottuvuuteen, eli kuinka paljon käytät mediaa tietyissä tilanteissa. Aineistossa käytettyjen analyysimetodien tarkoitus on seuraavanlainen: faktorianalyysin avulla osoitetaan aineistosta ilmenevät isot linjat liittyen sosiaalisen median käyttöön ja korrelaatioiden avulla on tarkoitus osoittaa eri summamuuttujien välisiä yhteyksiä. Samalla voidaan pohtia aineiston ajankohtaisuutta. Sosiaalinen media on suhteellisen tuore ilmiö mikä käy läpi suuria murroksia vuosien aikaväleillä. Näin katsottuna tutkimus, joka on yli viisi vuotta vanha ei välttämättä kuvaa ilmiötä yhtä tuoreesta näkökulmasta kuin joku toinen aineisto. Samalla on huomioitava, että tutkimusten tuottamisessa kuluu aikaa ja näiden sisältö voi jossain määrin vanheta kuukausien aikana. Tärkeämpää on tarkastella aineiston sisältöä ja sitä että vastaako aineisto siltä kysytyihin kysymyksiin mielekkäästi.

## 4 AINEISTON ANALYYSI

Tämän työn tutkimuskysymyksiksi muotoutuivat:

- 1) Miten sosiaalinen pääoma vaikuttaa sosiaalisen median kokemuksiin?
- 2) Minkälaisia merkityksiä sosiaalisen median käytölle annetaan?
- 3) Onko sosiaalisen median käytön ja hyvinvoinnin välillä havaittavissa yhteyttä?

Tämän tutkielman tarkoituksena on tarkastella sosiaalisen median kokemuksia ja miten näiden kokemusten rakentuminen vaikuttaa yksilöiden hyvinvointiin. Näkökulmaa tarkastellaan erityisesti sosiaalisen pääoman kautta. Samalla tutkimuksessa pohditaan yksilön kiinnittyneisyyttä sosiaalisen median kokemuksiin tämän sosiaalisen pääoman kautta. Kokeeko yksilö esimerkiksi vaikeampana irtautua negatiivisia kokemuksia tuottavasta sosiaalisen median alustasta, jos tällä ei ole vaihtoehtoisia alustoja mille siirtyä? Suojaavatko fyysisessä maailmassa sijaitsevat sosiaaliset suhteet negatiivisten sosiaalisen median kokemusten vaikutuksilta yksilön mielenterveyttä kohtaan? Aineistoja tarkastellaan aluksi erikseen ja lopulta yhdessä toisiinsa vertaillen. Aluksi tarkastellaan kvalitatiivista aineistoa tema-analyysin avulla, minkä jälkeen siirrytään kvantitatiivisen aineiston tarkasteluun korrelaatioiden ja faktorianalyysin avulla. Lopuksi molempien aineistojen havainnot tuodaan yhteen ja vertaillaan näiden yhtäläisyyksiä ja eroja.

## 4.1 Sosiaalisen median yhteys nuorten arkeen

Kvalitatiivisesta aineistosta tuotettiin kolme teemaa: sosiaalisen median käyttö ajankuluna, sosiaalisen median yhteys vuorovaikutuksen luonteeseen ja yhteiskunnassa rakennetut käsitykset liittyen sosiaalisen median käyttöön. Sosiaalisen median käyttö ajankuluna -teema auttaa rakentamaan käsitystä siitä minkälaisissa erilaisissa tilanteissa sosiaalista mediaa käytetään. Sosiaalisen median yhteys vuorovaikutukseen -teema osoittaa nuorten rakentamia merkityksiä liittyen sosiaalisen median tuomaan muutoksen liittyen näiden vuorovaikutuksen tapoihin. Yhteiskunnassa rakennetut käsitykset liittyen sosiaaliseen mediaan -teema esittää nuorten käsityksiä heidän suhteestaan yhteiskuntaan ja miten tämä vaikuttaa heidän ajatteluunsa liittyen sosiaalisen median käyttöön. Teemat auttavat antamaan monipuolista kuvaa nuorten sosiaalisen median käytöstä arjessa ja samalla siitä minkälaisia merkityksiä he rakentavat tämän ympärille. Toisia teemoja mitä ilmeni aineistosta mutta mitä ei voida tämän työn puitteissa tarkastella olivat esimerkiksi sosiaalisen median käyttö työkaluna ja sosiaalisen median koetut vaikutukset nuoriin.

### 4.1.1 Sosiaalinen media ajankuluna

Millaisissa tarkoituksissa käytät mediaa? Rentoutumiseen, uutisten seuraamiseen, harrastusten seuraamiseen jne. (Itä-Suomen yliopisto, 2019.)

Aineistosta nostetaan esiin teema, missä haastateltavat kuluttivat sosiaalista mediaa joko silloin kun näillä oli vapaa-aikaa tai silloin heillä ei ollut muuta tekemistä. Näissä tapauksissa median käyttö lisääntyi erityisesti viikonloppuisin, kun haastateltavilla oli enemmän vapaa-aikaa käytettävissä.

no, viikonloppuna sitä tulee enemmän käytettyä koska silloin on enemmän aikaa, mutta sitten taas viikolla kun on koulua ja muuta, sitten se, tuota vähenee, koska jos sie käytät kouluun kuus tuntia päivässä aikaa, nii ei sulla jää sitä aikaa käyttää mediaan kolmea tuntia. (Haastateltava 10)

Lainaus vahvistaa myös ajatusta sosiaalisen median käytöstä rutiinina nuorten arjessa. Edellä olevassa lainauksessa ilmenee myös median käytön vähenty-

minen silloin kun haastateltavalla oli muuta tekemistä. Sosiaalista mediaa siis käytettiin vähemmän niissä tapauksissa, kun henkilöllä oli esimerkiksi töitä tai opiskeltavaa tehtävänä. Sosiaalista mediaa käytettiin myös ajan kuluttamiseksi, missä median käyttö saattoi koostua enemmän määränpäättömästä selailusta.

..Nii. Siis sellast selailuu. Ja jos ei oo niiku mitää tekemist ni helposti ottaa vaa puhelimen kätee ja selaa. (Haastateltava 5)

Medioita kulutettiin työn tai opiskelun ohessa esimerkiksi tauoilla, matkustamisen ohessa ja tylsinä koettuina hetkinä. Haastateltavat kuvasivat sosiaalisen median käyttöä tällaisina hetkinä eräänlaisena tiedostamattomana toimintana, missä selailu saatettiin aloittaa ilman suurempaa tietoisuutta aktiviteetista. Tämän voidaan nähdä jossain määrin heijastavan sosiaalisen median sulautumista osaksi ihmisten arkea, missä rajanvetojen vetäminen erityisesti nuorempien kohdalla teknologian käytön ja muun elämän välillä on vaikeaa. Passiivinen selaaminen voidaan liittää myös sosiaalisten verkostojen ylläpitämiseen ja itsensä informoimiseen esimerkiksi kaverien elämäntapahtumista. Tämä voidaan nähdä yhtenä tapana ylläpitää sosiaalista pääomaa. Sosiaalista mediaa kuvattiin myös tärkeänä osana tiedon keräämistä liittyen yleiseen tietämykseen maailmasta ja omaan työhön liittyviin asioihin. Haastateltavat kokivat sosiaalisen median käytön tarpeellisuuden lisääntyneen myös työympäristöissään:

Ja sit se on myös se et sä haluut meidän alalla, tai on pakko jollain tasolla haluu näkyvyyttä koska se levii niinku sanan kautta tavallaan työpaikat. (Haastateltava 16)

Sosiaalinen media mahdollistaa alhaisella kynnyksellä ihmisten tavoittamisen, mikä ilmeni tutkimuskirjallisuudessa esimerkiksi terveydenhuollon viestinnässä. Sama ilmiö on havaittavissa myös pienempien toimijoiden kuten yksityisyrittäjien kohdalla, missä nämä käyttävät sosiaalista mediaa verkostojensa ylläpitämisessä ja laajentamisessa. Sosiaalinen media ilmeni myös monen arjen rutiineissa, missä median käyttö saatettiin liittää esimerkiksi aamupalan tai lounastauon yhteyteen. Median käyttöön liitettiin eräänlaista automaatiota, missä käyttäjät eivät olleet välttämättä tietoisia toiminnastaan. Tätä toimintaa kuvasi eräs haastateltava:

No kyllähän se varmaan jos kokoajan totutaan siihen että on se puhelin kädessä, ei keskustella niin paljo toisten kanssa että kyl sen näkee tuolla koulussaki käytävillä. Porukat kaikki räplää sitä omaa puhelinta vaikka siinä olis se kaveri vieressä jolle vois jutella. (Haastateltava 15)

Edellä mainittu haastateltava tuo samalla esiin vuorovaikutuksen muutosta: ihmisten välinen kasvokkainen kohtaaminen on jossain määrin korvaantunut verkossa tapahtuvalla vuorovaikutuksella. Samalla tämä vuorovaikutus tapahtuu nopeammin ja etäisyydestä riippumatta, missä ihmiset voivat olla yhteydessä toisiinsa jatkuvasti. Voidaan pohtia, onko kyse vuorovaikutuksen laadun laskusta vai luonteen muutoksesta. Haastateltavat käsittelivät myös huolia sosiaalisen median käytöstä. Huolet liittyivät lähinnä muiden ihmisten sosiaalisen median käyttöön. Tämä ilmeni esimerkiksi nuorten omakuvaan liittyviä mediavaikutuksia tarkasteltaessa:

Kyllä mä voin uskoo sen et varmasti sit jos näkee niitä täydellisiä ja täydellisiä elämiä ja kaikkea kuvia ja kaikki on niin helposti saatavilla et kyl se varmasti johonki kasvavaan nuoreen aika paljon vaikuttaa. Et pitäs näyttää sitä ja pitäs tehdä sitä ja tätä nii helposti voi varmasti aiheuttaa paineita. (Haastateltava 15)

Haastateltavien esittämät huolet voidaan liittää aikaisemmin käsiteltyyn ajatukseen nuorten muotoutuvasta identiteetistä mikä on vielä altis ulkoiselle vaikuttamiselle. Sosiaalisen median passiivinen kuluttaminen tässä tapauksessa voi aiheuttaa kateutta ja vääristyneitä käsityksiä omista ja muiden voimavaroista ja onnistumisista elämässä. Voidaan myös pohtia, voimistuuko tämänkaltainen yhteys silloin kun nuori kokee itsensä eristäytyneeksi fyysisestä todellisuudesta ja hakee tukea verkosta.

#### **4.1.2 Vuorovaikutuksen muutos**

Julkisuudessa keskustellaan sosiaalisen median vaikutuksesta kasvokkaiseen vuorovaikutukseen. Millaisena koet tämän? (Itä-Suomen yliopisto, 2019.)

Sosiaalisen median kasvu on aiheuttanut muutosta siinä, miten erityisesti nuoret suhtautuvat sosiaaliseen kanssakäymiseen. Vuorovaikutus tapahtuu yhä enemmän verkossa myös sellaisissa tilanteissa missä vuorovaikutusta olisi mahdollista tehdä samassa fyysisessä tilassa.

...että on se puhelin kädessä, ei keskustella niin paljo toisten kanssa että kyl sen näkee tuolla koulussaki käytävillä. Porukat kaikki räplää sitä omaa puhelinta vaikka siinä olis se kaveri vieressä jolle vois jutella. (Haastateltava 15)

Vuorovaikutus näyttäisi jossain määrin heijastavan koettua muutosta kasvokkaisessa kommunikaatiossa. Voidaan myös pohtia johtaako tämänkaltainen muutos eristäytyneisyyden ja yksinäisyyden tunteiden lisääntymiseen nuorissa, jotka eivät koe tulevansa kuulluksi keskustelussa. Kaverin puhelimen käyttö keskustelun aikana vaikutti haastateltavien käyttäytymiseen:

...ei niinku olla niin läsnä kasvokkain tapahtuvassa vuorovaikutuksessa, ja sit jotenkin et pystyykö niin käymään aina jotenkin niin syvällisiä ja ajatusrikkaita keskusteluja kun tuntuu et se keskeytyy aina johonkin turhaan pläräilyyn ja et pitää pitää yhtäaikaisesti yhteyttä muihin ihmisiin vaikka sä oot tässä jonkun tietyn ihmisen takia. (Haastateltava 11)

Keskustelun koettiin menettävän merkitystään, kun toinen osapuoli ei ollut yhtä sitoutunut siihen. Tämän koettiin vähentävän molempien osapuolten sitoutumista tilanteeseen. Tässä tapauksessa voidaan pohtia kuinka vahvoja sosiaalisia siteitä voi muodostua keskustelujen seurauksena, missä molemmat tai toinen osapuoli on osittain muualla kuin vuorovaikutustilanteessa jatkuvasti. Samalla kuitenkin digitaalisen vuorovaikutuksen koettiin alentavan kynnystä keskustelun aloittamisessa. Haastateltavat kokivat teknologian helpottavan kommunikaatiossa poistamalla etäisyydet, missä ihmiset pystyivät keskustelemaan toistensa kanssa verkossa riippumatta siitä, kuinka kaukana nämä olivat toisistaan.

joo kyl se enemmän ja just se et on niin paljon helpompi laittaa heti se viesti jos joku asia kaihertaa vaikka mieltä. Asiat on sit helpompi muutenkin sanoa viestillä, eihän siin oo mitään järkee, miksei sitä asiaa vois sanoa myös kasvotusten mut se kynnys on paljon pienempi kun sen laittaa viestillä suurimalle osalle entä ku sit kasvotusten puhua. (Haastateltava 12)

Tämä näyttäisi tukevan ajatusta sosiaalisesta mediasta erityisesti nuorten verkostoitumisen alustana, missä nämä kykenevät luomaan ja ylläpitämään suhteitaan verkossa yhtä helposti, jos ei helpommin kuin fyysisessä maailmassa. Voidaan pohtia liittyvätkö negatiiviset suhtautumiset sosiaalisen median verkostoitumista kohtaan digitaalisten taitojen puutteesta erityisesti vanhempien ikäluokkien kohdalla. Samalla voidaan pohtia, kuinka suuri kulttuurillisten arvojen vaikutus on suhtautumiseen sosiaalista mediaa kohtaan.

#### **4.1.3 Yhteiskunnallisesti rakennetut merkitykset**

Miten mediasta ja mediankäytöstä mielestäsi puhutaan nyky-yhteiskunnassa? (Itä-Suomen yliopisto, 2019.)

Kolmantena teemana tarkasteltiin haastateltavien käsityksiä liittyen yhteiskunnallisesti ilmeneviin merkityksiin sosiaalisen median käytössä. Haastateltavat näkivät keskustelun liittyvän liiallisen kriittistä sävyä, minkä teoretisointiin johtavan lisääntyneeseen median käyttöön nuorten kapinoimisen halun takia. Samalla nuoret saattaisivat pyrkiä salaamaan median käyttöönsä auktoriteettihahmoilta näiden negatiivisen suhtautumisen takia. Median negatiivisella sävyllä nähtiin olevan yhteyttä myös nuorten maailmankuvan muotoutumiseen.

Mulla on semmonen kuva et se on aika kriittistä, et tavallaan ajatellaan että se kaikki median käyttö on niinkun turhaa ja ajanhukkaa. Ja että se ois jotenkin väärin ja tavallaa sit se nuorille tommonen signaali ni nehän vaan, 'niinku haluaa tehdä enemmän niitä juttuja. Et sit se tehään salassa jotenki. (Haastateltava 2)

...Se on jotenki häiritsevää ku se on nii negatiivista nykysin ja mun mielestä sekin vaikuttaa omalta osalta niiku nuorten katsomukseen että mitä ne niiku ajattelee mediasta. Et miks täältä koko ajan tulee vaa että kaikki on huonosti ja että talous on laskussa ja työpaikkoja ei oo, niiku. Se luo jo sellasta tosi negatiivista tulevaisuuden kuvaa. (Haastateltava 5)

Ajatus negativististen merkitysten tartuntavoimasta näkyy myös tutkimuskirjallisuudessa. Negatiiviset mediajulkaisut herättävät voimakkaita tunteita, joten niiden yhteydessä on myös paljon vuorovaikutusta, mikä puolestaan johtaa niiden näkyvyyden lisääntymiseen. Mitä enemmän näiden näkyvyys lisääntyy sitä tavanomaisemmalta negatiiviset julkaisut voivat näyttää mediamaailmaa heijastavana ilmiönä kokemattoman mediakäyttäjän silmissä. Haastateltavat näkivät median käytön luovan vääristynyttä kuvaa todellisuudesta. Tämä liitettiin esimerkiksi ulkonäköpaineisiin, jotka muodostuivat mediasta saatujen vaikutteiden pohjalta. Haastateltavat kokivat, että media heijastaa vain pientä osaa todellisuudesta. Ulkonäköpaineiden koettiin voimistuvan erityisesti, jos nuorempana käytti ulkonäköä korostavia medioita.

...ja silleen mut en mä nyt, et mä uskon et se on niinku lisänny vaikka jotain ulkonäköpaineita ja tämmösiä tai silleen niinku tämmöstä, mut sit et ku rupee sit niinku miettimään, että niinku ei kukaan oo oikeesti sellanen, että kaikkihan me nyt vedetään pizzaa jossain vaiheessa tai tälleen tai et ei kellään oo täydellinen elämä et ku se on vaan se pieni osa sitä se some sitä todellisuutta... (Haastateltava 3)

No kylhän sitä niinku, jos miettii omakohtasesti niin on varmast ollu sellasii paineita ja niinku, ehkä ei nyt enää niin se että teininä varmaan oli se että katoit jotain kuvaa ja aattelit et voi voi toi näyttää noi upeelle ja mä näytän tälle. (Haastateltava 4)

Haastateltavien monimuotoinen suhtautuminen median merkityksiin heijastaa tutkimuskirjallisuuden käsitystä hyvin. Haastateltavat tunnistavat media-alustojen vaikuttavan terveyshaittojen kehittymiseen erityisesti nuoria kohtaan mutta huomioivat myös yhteiskunnallisen tason merkitysten rakentamisella olevan yhteyttä suhtautumiseen.

## **4.2 Luottamuksen, hyvinvoinnin ja sosiaalisen median käytön välisistä yhteyksistä**

Kvantitatiivinen analyysi on tehty aluksi muodostamalla summamuuttujat mitä verrataan toisiinsa. Tämän analyysin tarkoituksena on osoittaa yhteyksiä eri summamuuttujien välillä, korostaen aineistossa ilmenevien tekijöiden suhdetta. Yleensä ottaen vastaukset jakautuivat suhteellisen tasaisesti, mikä on mielenkiintoista ottaen huomioon aineiston kontekstin. Aineistossa tarkastellaan työn ja opiskelun ulkopuolella olevia nuoria, mikä voisi tukea ajatusta keskivertoa heikommasta kiinnittyneisyydestä ja sosiaalisista suhteista mitkä johtaisivat yksinäisyyden tunteeseen. Tätä ilmiötä voisi selittää nuorten sosiaalinen kiinnittyneisyys perinteisten yhteiskunnallisten rakenteiden ulkopuolella. Nuoret voivat saada sosiaalisen pääomansa enemmän kaverisuhteista kuin työelämästä tai koulusta. Toinen tekijä mikä voi vaikuttaa nuorten suhteelliseen korkeaan elämäntyytyväisyyteen on toimijuuden tuntemus. Tämä oli aineistossa merkittävän korkealla tasolla, eli työn ja opiskelun ulkopuolella olevat nuoret kokivat oman kykynsä vaikuttaa elämänsä suuntaan olevan korkea. Aineistosta tehdyssä korrelaatiomatriisissa (Liite 1) havaittiin tilastollista yhteyttä aktiivisen sosiaalisen median käytön ja elämäntyytyväisyyden välillä (,201\*). Tulokset näyttäisivät tukevan aikaisemmin mainitun aktiivisen sosiaalisen median käytön yhteyttä hyvinvoinnin välillä (Masciantonio ym., 2021; Verdyun ym., 2015). Voidaan pohtia ovatko sosiaalisessa mediassa aktiiviset ihmiset yleisesti ottaen sosiaalisempia fyysisessä maailmassa, mikä voisi myös selittää elämäntyytyväisyyden korkeaa määrää.



Alhaista sosiaalista pääomaa mittaavat muuttujajoukot korreloivat voimakkaasti keskenään. Tämä näkyy esimerkiksi ulkopuolisuuden tunteen muuttujajoukkoa tarkastellessa: yhteiskunnallisen epäluottamuksen kanssa oli merkittävää positiivista korrelaatiota ( $,582^{**}$ ). Ulkopuolisuuden tunne korreloi vahvasti negatiivisesti toimijuuden tuntemuksen kanssa ( $-,542^{**}$ ) ja elämäntyytyväisyyden ( $-,645^{**}$ ) kanssa. Ulkopuolisuuden tunteella ei ollut havaittavaa korrelaatiota sosiaalisen median aktiivisen ( $-,003$ ) tai passiivisen ( $-,119$ ) käytön kanssa.

Taulukko 5. Ulkopuolisuuden tunteen summamuuttujan korrelaatiot selittävien muuttujien kanssa.

Ulkopuolisuutta selittävä muuttuja	Korrelaatiokerroin	Tilastollinen merkitsevyys
Yhteiskunnallinen epäluottamus	$,582^{**}$	$<,001$
Yhteiskunnallinen luottamus	$-,232^{**}$	$,007$
Toimijuuden tuntemus	$-,542^{**}$	$<,001$
Ryhmään kuuluminen	$-,706^{**}$	$<,001$
Elämäntyytyväisyys	$-,645^{**}$	$<,001$

Taulukko 5 osoittaa ulkopuolisuuden tunteella olevan vahva positiivinen yhteys yhteiskunnallisen epäluottamuksen kanssa. Samalla taulukko osoittaa alhaista sosiaalista pääomaa mittaavien muuttujien (ulkopuolisuuden tunne ja yhteiskunnallinen epäluottamus) korreloivan negatiivisesti vahvan sosiaalisen pääoman mittareiden (yhteiskunnallinen luottamus, toimijuuden tuntemus, ryhmään kuuluvuus ja elämäntyytyväisyys) kanssa. Sosiaalisessa mediassa yleisesti aktiivisesti kommentoivien ja julkaisevien käyttäjien välillä oli yhteyttä median kulutuksessa niin passiivisessä kuin aktiivisessä käytössä. Passiivisessa käytössä ilmeni yhteyttä niin välittömien kaveriverkostojen julkaisujen lukemisessa ( $,306^{**}$ ) ja yhteiskunnallisten julkaisujen lukemisessa ( $,274^{**}$ ). Yhteiskunnallisen luottamuksen kanssa korreloi toimijuuden tuntemus ( $,294^{**}$ ), ryhmään kuuluvuuden tunne ( $,204^*$ ) ja elämäntyytyväisyys ( $,317^{**}$ ). Luottamuksen merkitys sosiaalisen pääoman muodostumisessa on tärkeää, minkä takia erityisesti luottamuksen ja ryhmään kuuluvuuden tunteen välinen yhteys on ymmärrettävissä. Ryhmään kuuluvuuden tunne korreloi alhaisesti passiiviseen sosiaalisen median käyttöön liittyvän kysymyksen kanssa ( $,180^*$ ). Kysymys oli: *”Kuinka usein teet seuraavia asioita käyttämässäsi sosiaalisen median palveluissa? Luet muiden käyttäjien päivityksiä tai heidän jakamiaan sisältöjä”*. Yhteys voisi tukea ajatusta sosiaalisen median kyvystä tuottaa verkostoituneisuutta passiivisen kulutuksen kautta. Pohtimisen arvoista on, onko enemmän kyse fyysisen maailman verkostoista, jotka leviävät sosiaalisen median alustoille, täten mahdollistaen voimakkaamman vuorovaikutuksen omien kaveripiirien kanssa.

Aktiivisella sosiaalisen median käytöllä ei ollut havaittavissa merkittävää korrelaatiota ryhmään kuuluvuuden (.116), yhteiskunnallisen luottamuksen (.162) tai toimijuuden (-.030) kanssa. Tämä näyttäisi tukevan ajatusta siitä, että sosiaalisen median käytössä ei välttämättä ole voimakasta havaittavaa isompaa joukkoa koskettavaa yhteyttä mikä vaikuttaisi kaikkiin samalla tavalla. Sosiaalisen median käyttö saattaa olla yksilöllisempää, jolloin sen vaikutukset voivat erota merkittävästi yksilöiden kohdalla. Aineisto kuvastaa samalla pientä ryhmää (n=134) joka on valikoitunut tutkimukseen taustansa pohjalta (työn ja koulutuksen ulkopuolella oleminen), eli kyseisiä tuloksia ei voida yleistää koskemaan koko yhteiskuntaa. Aineistossa oli myös enemmän positiivisiin arvoihin yhdistyviä vastaajia yleisesti, mikä voi selittää vaikeuksia löytää selkeitä yhteyksiä sosiaalisen median käytön kanssa. Voidaan pohtia käyttäisikö yksilö enemmän sosiaalista mediaa, jos tämä kokisi alhaista toimijuuden tuntemusta fyysisessä maailmassa. Nuorten toimijuus oli korkealla. Tässä tapauksessa voidaan pohtia vaikuttavatko yhteiskunnalliset rakenteet enemmän tähän korkeaan toimijuuteen vai korkea sosiaalinen pääoma. Jos nuoret kokevat esimerkiksi olevansa osa kaveriporukkaa, jossa heillä on päätäntävaltaa voivat he tämän seurauksena kokea myös korkeaa toimijuutta yhteiskunnallisista rakenteista riippumatta.

### **4.3 Kvalitatiivisen ja kvantitatiivisen aineiston vertaileva analyysi**

Tähän mennessä on tarkasteltu kvalitatiivista ja kvantitatiivista aineistoa kuvailevasti ja yhteyksiä havainnoiden. Kvalitatiivisessa aineistossa tarkasteltiin kolmea teemaa: sosiaalisen median käyttöä ajankuluna, tämän yhteyttä vuorovaikutukseen ja yhteiskunnallisesti rakennettuja merkityksiä liittyen sosiaaliseen mediaan. Kvantitatiivinen aineisto puolestaan osoittaa yhteyksiä korkean sosiaalisen pääoman ja hyvinvoinnin välillä. Kvalitatiivisessa aineistossa haastateltavat kokivat huolia median vaikutuksista erityisesti nuorempien kohdalla. Huolet liittyivät nuorten ulkonäköpaineisiin ja negatiivisen maailmankuvan muodostumisen riskiin ikävaiheessa, missä ollaan erityisen alttiita vaikutuksille. Samalla haastateltavat kokivat median käytön laskevan yhteydenpitämisen kynnyistä kavereihin ja antavan paremmat mahdollisuudet oman näkyvyyden kasvattamiseen. Kvantitatiivisessa aineistossa tarkasteltiin nuorten median käyttöä ja tämän vaikutuksia heidän sosiaaliseen pääomaansa ja hyvinvointiin. Yhteyksiä oli havaittavissa aktiivisen sosiaalisen median käytön ja elämäntyytyväisyyden (.201\*) välillä ja passiivisen median käytön ja ryhmään kuuluvuuden (.180\*) välillä. Nämä yhteydet näyttäisivät tukevan ajatusta sosiaalisesta

mediasta verkostoitumisalustana mikä mahdollistaa sosiaalisen pääoman luomista ja ylläpitämistä. Korkealla sosiaalisella pääomalla, eli yhteiskunnallisella luottamuksella ( $,317^{**}$ ), toimijuuden tuntemuksella ( $,640^{**}$ ) ja ryhmään kuuluvuuden tunteella ( $,681^{**}$ ) puolestaan oli selkeitä yhteyksiä elämäntyytyväisyyden kanssa.

Molemmissa aineistossa oli havaittavissa passiivista sosiaalisen median selailua. Kvalitatiivisessa aineistossa tätä kuvailtaan toiminnaksi mitä tehtiin ajankuluksi tai tylsyyden karkottamiseksi, ja tällä toiminnalla ilmeni yhteyttä kvantitatiivisessa tutkimuksessa ryhmään kuuluvuuden ( $,180^*$ ) kanssa. Nämä piirteet näyttäisivät tukevan ajatusta sosiaalisen median passiivisen kulutuksen roolista sosiaalisten verkostojen ylläpidossa. Passiiviset selaajat osallistuivat kaveriverkostojen julkaisuihin ja yhteiskunnallisiin julkaisuihin. Tätä voi selittää käytettyjen sosiaalisen median alustojen piirteet ja samalla poliittisesti latautuneiden viestien kyky levitä nopeasti alustoilla. Poliittisesti latautuneet viestit käyttävät hyväkseen algoritmeja vedotakseen tunteisiin mikä lisää näiden vuorovaikutusta nostattaen todennäköisyyttä, että kyseinen viesti voisi saavuttaa käyttäjän, joka ei normaalisti tällaista materiaalia kuluttaisi (Schöne, 2021). Voidaan pohtia, onko yhteiskunnallisten julkaisujen passiivinen selaaminen algoritmien toiminnan vai yksilön oman mielenkiinnon seurausta. Kvalitatiivisessa aineistossa yhtenä teemana käsiteltiin ihmisten suhtautumista vuorovaikutuksen muutokseen. Vähentynyttä kasvokkaista vuorovaikutusta pidettiin huolestuttavana asiana, mutta samalla digitaalinen vuorovaikutus mahdollisti kaverien tavoittamisen ajasta ja paikasta riippumatta alemmalla kynnyksellä. Kvantitatiivinen aineisto kuitenkin näytti osoittavan yhteyttä elämäntyytyväisyyden ja lisääntyneen sosiaalisen median käytön ( $,201^*$ ) välillä. Tämä näyttäisi tukevan ajatusta sosiaalisesta mediasta alustana mikä tekee verkostoitumisesta helpompaa kuin fyysisessä maailmassa.

## 5 POHDINTAA

Tämän työn tarkoituksena on ollut tarkastella sosiaalisen pääoman yhteyttä nuorten hyvinvointiin erityisesti sosiaalisen median alustoilla. Kvalitatiivinen aineisto on osoittanut haastateltavien käsityksiä liittyen sosiaalisen median käyttöön ja sille annettuihin merkityksiin. Kvantitatiivinen tutkimus puolestaan on osoittanut yhteyksiä sosiaalisen median käytön, hyvinvoinnin ja luottamuksen välillä. Yhteiskunnalliset merkityksenannot olivat kvalitatiivisessa aineistossa negatiivisesti sävyttyneitä. Haastateltavat kokivat, että mediankäyttöön suhtaudutaan jossain määrin joko liian kriittisesti tai sen todellisuutta vääristelevää luonnetta ei käsitellä tarpeeksi. Kvantitatiivinen aineisto puolestaan ei näyttänyt suoranaista yhteyttä laskeneen hyvinvoinnin ja yhteiskunnallisen median merkitystenantojen välillä. Aineistot vastaavat hyvin esimerkiksi kysymyksiin siitä mitä merkityksiä sosiaalisen median käytölle voidaan antaa ja miten tämän käyttö on yhteydessä hyvinvointiin ja sosiaaliseen pääomaan. Aineistot eivät suoraan vastaa sosiaalisen pääoman merkitykseen sosiaalisen median käytössä, joten tämän roolia on tarkasteltava itse määritelyjen summamuuttujien kautta. Näin katsottuna voidaan pohtia ovatko tässä työssä määritellyt summamuuttujat sopivia sosiaalisen pääoman tarkastelemiseen vai eivät. Kvantitatiivisessa aineistossa on useita kysymyksiä mitkä liittyvät luottamukseen niin lähipiiriä kuin suurempaa yhteiskuntaa kohtaan, mitä voidaan pitää hyvänä sosiaalisten verkostojen esittäjänä. Sosiaalisten verkostojen luominen ei olisi mahdollista ilman luottamusta, jolloin tätä voidaan pitää yhtenä vaatimuksena verkostojen olemassaololle.

Seuraavaksi tarkastellaan edellä mainittuja aineistoja teoreettisen viitekehyksen kautta tarkemmin. Aluksi tarkastellaan sosiaalisen median alustan tutkimuksen yhteyksiä tämän työn aineistoon, minkä jälkeen siirrytään sosiaalisen pääoman teorian ja aineiston välisiä yhtäläisyyksiä. Tämän jälkeen tarkastellaan henkisen hyvinvoinnin tutkimuksen ja aineiston suhdetta ja lopuksi katsotaan teoreettisen viitekehyksen ja aineiston välistä suhdetta kokonaisuutena.

## 5.1 Sosiaalisen median digiarkkitehtuuri ja yhteys aineistoon

Sosiaalisen median alustojen rakenteella on yhteyttä siihen, miten ihmiset näitä käyttävät ja minkälaisia kokemuksia ne näistä saavat. Tämä alustojen rakenne mahdollistaa yksilöiden valinnanvapauden siinä, miten he medioita käyttävät. Tämä näkyy esimerkiksi kvantitatiivisessa aineistossa, missä sosiaalisen median käyttäjät kuluttivat mediaa niin aktiivisesti kuin passiivisesti. Tämä osaltaan heijastaa ajatusta siitä, että sosiaalisessa mediassa ei ole ainakaan käyttötavassa selkeästi yleisesti havaittavia isoja joukkoja vaan kulutus on yksilöllisempää. Tämä piirre ilmenee eri alustojen rakenteiden yhteydessä. Esimerkiksi Instagram saattaa olla alusta missä ulospäin suuntautuneemmat ihmiset julkaisevat enemmän materiaalia kuin ujommat selaajat. Sosiaalisen median helppokäyttöisyydellä voidaan myös nähdä olevan yhteyttä tämän rutiininomaiseen käyttöönottoon omassa arjessa. Alustat, jotka vaativat vähemmän teknistä osaamista tai resursseja esimerkiksi jäsenyyden maksamisen suhteen voivat olla houkuttelevampia ihmisille, joille sosiaalisen median tuntemus on vielä alkutaipaleellaan.

Sosiaalisen media toimii alustana nuorille verkostoitua enemmän kuin vanhemmille ikäpolville (Angelini ym., 2022). Tätä eroa voi selittää aikaisemmin mainittu sosiaalisen median helppokäyttöisyys. Nuorilla on enemmän kokemusta uuden teknologian käytöstä koska nämä ovat kasvaneet niiden kanssa ja täten kokevat helpommaksi uusien ilmiöiden omaksumisen. Ajatus sosiaalisesta mediasta nuorten alustana tulee esiin aineistossa, missä kvalitatiivisen tutkimuksen haastateltavat näkivät tämän helpottavan yhteyden pitoa ja laskevan kynnystä vuorovaikutukseen kavereiden kanssa. Samalla haastateltavat kokivat, että sosiaalisen median vaikutukset erityisesti nuorempiin ihmisiin voivat olla haitallisia. Tämä näkyi esimerkiksi ulkonäköpaineisiin liittyvien huolien kohdalla, minkä nähtiin vahvistuvan sosiaalisen median alustojen kautta. Haastateltavat kokivat myös negatiivisten viestien vaikuttavan heikentävästi nuorten maailmankuvaan, jos näille altistuu jatkuvasti. Tutkimuskirjallisuudessa puhuttiin negatiivisten tunteiden leviämisestä ja tämän vaikutuksesta nuorten hyvinvointiin. Alustat on suunniteltu siten että ne korostavat julkaisuja mitkä saavat enemmän vuorovaikutusta riippumatta tämän julkaisun sisällöstä. Negatiivinen sisältö näyttäisi leviävän pidemmälle kuin positiivinen sisältö, mikä voi selittyä negatiivisen sisällön aiheuttamilla tunteilla tämän lukijalle. Negatiivisen sisällön lukeminen voi herättää lukijassa voimakkaita tunteita ja ajaa tämän toimintaa. Tämän kautta julkaisu voi saada enemmän vuorovaikutusta kuin se normaalisti saisi tämän tunnepitoisen sisällön kautta. (Goldenberg & Gross 2020; Schöne ym., 2021.) Negatiiviselle sisällölle altistuminen voi myös aiheuttaa me-

diakkyynisyyttä, missä nuori kokee, ettei hän saa luotettavaa tietoa mistään medioista. (Markov & Min, 2022). Jos nuoren luottamus eri medioita kohtaan vähenee, voi tämän tavoittaminen ja informoiminen yhteiskunnan toimesta vaikeutua. Samalla voidaan pohtia vaikuttaako medioihin kohdistuvan epäluottamuksen kasvu muihin nuoren verkostoihin. Pysyykö esimerkiksi nuoren luottamus valtiollisia toimijoita kohtaan ennallaan vaikka tämä ei mediaan luottaisi? Entäpä hänen lähipiiriinsä?

## 5.2 Sosiaalisen pääoman yhteys aineistoon

Sosiaalisen pääoman voidaan määritellä olevan yksilöllä olevaa valtaa mikä kehittyy tämän sosiaalisten suhteiden kautta. Sosiaalinen pääoma ei ole muuttumaton vaan jatkuvasti muuttuva kokonaisuus mikä on sidottuna yksilön jatkuvassa muutoksessa oleviin sosiaalisiin suhteisiin. Sosiaaliset suhteet vaativat jatkuvaa ylläpitoa ja kehittämistä, jotta nämä eivät heikkene. Tätä ylläpitoa tehdään erinäisten rituaalien avulla, mitkä vahvistavat sosiaalisia suhteita yksilöiden välillä. (Bourdieu, 1986.) Tämänkaltaisia rituaaleja voivat olla esimerkiksi rutiininomaiset kavereiden kanssa järjestetyt peli-illat. Voidaan myös pohtia, lasketaanko pienemmän muotoiseksi rituaaliksi esimerkiksi kaveriporukan kanssa viestitteleminen, minkä tarkoituksena voidaan pitää yhteisöllisyyden ylläpitämistä. Rutiininomainen kulutus näkyy kvalitatiivisessa aineistossa. Rutiininomaisen kulutuksen voi nähdä olevan yksi keino ylläpitää ja kehittää yksilön omia verkostoja digitaalisilla alustoilla. Samalla kulutuksen voi nähdä tapana hakea informaatiota itselleen maailman tapahtumista. Kvantitatiivinen aineisto osoitti, että ihmiset, jotka kuluttavat yhteiskunnallista mediaa kuluttavat myös lähiverkoston mediaa eli heidän kavereidensa ja perheen julkaisuja. Tämä voisi tukea ajatusta sosiaalisen median roolista ihmisten arjessa sosiaalisen pääoman tuottajana ja tiedonlähteenä.

Sosiaalisen pääoman kertymiseen vaaditaan myös luottamusta. Jos yksilö ei kykene luottamaan verkossa esiintyvään henkilöön ei tämän kanssa pystytä muodostamaan vastavuoroista vuorovaikutussuhdetta. (Putnam 1993, 171; Coleman 1990, 302). Käyttäjien nähtiin helpommin luottavan sosiaalisen median profiileihin mitkä jakoivat enemmän tietoa itsestään verkosta, kuten oikean nimensä tai profiilikuvan itsestään. (Ahn, 2012.) Kvalitatiivisessa aineistossa haastateltavat määrittivät merkittävän osan sosiaalisen median käytöstä koostuvan kavereiden kanssa sosialisimisesta. Tämä näyttäisi tukevan ajatusta siitä, että sosiaalista mediaa käytetään pääasiallisesti vuorovaikutukseen ihmisten kanssa, jotka tunnetaan fyysisessä maail-

massa. Luottamus ei kuitenkaan ole kulttuurillisesta ja yhteiskunnallisesta vaikuttamisesta erillään, vaan näiden vaikutuksen alaisena. Esimerkiksi yhteiskunnalliset arvot voivat vaikuttaa virkamiehiin kohdistuvaan luottamukseen. (Radnitz ym., 2009.) Voidaan kuitenkin pohtia, onko kyse samasta luottamuksesta vai ovatko nämä toisistaan erillään. Voiko esimerkiksi yksilö luottaa omiin kaveriverkostoihinsa mutta ei yhteiskunnallisiin toimijoihin? Kvantitatiivisessa aineistossa yhteiskunnallisella luottamuksella oli vahvoja yhteyksiä ryhmään kuuluvuuden ja hyvinvoinnin kanssa. Tämän voisi nähdä heijastavan yhteiskunnan voimakasta vaikutusta ihmisten elämässä: jos ympäröivään yhteiskuntaan ei voi luottaa, mitä luottamuksen arvoista jää jäljelle? Historiallisessa maailmassa paikallisyhteisö tai välitön suku olivat ryhmiä mihin yksilö kykeni sijoittamaan luottamuksensa. Nykypäivänä kaikki nämä ryhmät ovat kiinteästi sidottuna yhteiskuntaan, jolloin myös luottamus kohdistuu polarisoivaan ajatukseen: joko luottaa ympäröivään yhteiskuntaan tai ei luota mihinkään. Tätä ajatusta voidaan haastaa aikaisemmin kappaleessa esitetyllä teoriolla siitä, että luottamus koostuu useammasta toisistaan erillä olevasta luokasta, mitkä eivät välttämättä vaikuta niin vahvasti toisiinsa. Nuori voi kokea suurta epäluottamusta yhtä ryhmää kohtaan mutta samalla suurta luottamusta toista ryhmää kohtaan.

Sosiaalisen pääoman avulla yksilöt kykenevät myös informoimaan itseään ympäröivästä maailmasta. Tämä prosessi voi samalla luoda eräänlaisia asiantuntijoita, jotka ovat oman sosiaalisen ryhmänsä tiedonlähteitä muille, vahvistaen tämän yksilön sosiaalista valtaa kyseisessä ryhmässä. (Coleman, 1988.) Kvalitatiivisessa tutkimuksessa yksi haastateltava kertoi sosiaalisen median olevan hänelle tärkeä alusta koska hän kykenee tämän avulla levittämään tietoa omasta yrityksestään ja saavuttamaan laajemman potentiaalisen asiakaskunnan tämän avulla. Näin katsottuna sosiaalinen media toimii myös työkaluna minkä avulla voidaan tavoittaa ihmisiä muissakin tarkoituksissa kuin pelkästään sosiaalisten suhteiden kehittämisen kautta. Tämänkaltaista suhdetta voidaan nähdä esimerkiksi terveysviranomaisten toiminnassa missä tarkoituksena ei ole nuorten kanssa sosiaalisten verkostojen luominen vaan näiden informoiminen ja tavoittaminen liittyen terveysasioihin. Sosiaalinen verkostoituminen ei siis ole tässä kontekstissa päätavoite vaan instrumentti mikä ajaa tiettyä funktiota, tässä tapauksessa terveyteen liittyvää viestintää.

### 5.3 Hyvinvoinnin yhteys aineistoon

Aineistossa ilmenee vastaajien monimuotoinen suhtautuminen sosiaalisen median vaikutuksiin terveysasioissa. Tämä ilmenee esimerkiksi sosiaalisen median passiivista kulutusta tarkastellessa. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa haastateltavat kokivat passiivisen kulutuksen olevan eräänlaista ajanvietettä mikä kuului arjen rutiineihin, mutta he näkivät sen samalla aiheuttavan nuorissa vääristyneitä käsityksiä todellisuudesta. Haastateltavat kokivat, että jos nuoret näkevät tarpeeksi dramatisoituja kuvauksia todellisuudesta toisten ihmisten julkisissa profiileissa, he voisivat alkaa näkemään tämän dramatisoidun todellisuuden normaalina. Tämä käsitys voisi puolestaan johtaa kateuteen tai omantunnon laskuun, kun kyseistä todellisuutta ei pysty itse kopioimaan omassa elämässään. Osa haastateltavista puhui median käytön negatiivisista terveysvaikutuksista muiden käyttäjien näkökulmasta eikä niinkään oman käytön kautta. Ajatus passiivisen kulutuksen ja negatiivisten käsitysten muodostumisen välillä ilmenee myös aikaisemmassa tutkimuksessa (Verdyun ym., 2015). Aineistot eivät kuitenkaan tue väitettä siitä, että sosiaalisen median lisääntynyt käyttö aiheuttaisi suoraan laskua henkisessä hyvinvoinnissa. Tässä tapauksessa voidaan pohtia aiheuttaako sosiaalisen median käyttö yleistettävästi mitattavia haittavaikutuksia vai ovatko vaikutukset yksilöllisempiä ja käyttötapoihin liittyviä. Voidaan pohtia, onko olemassa tiettyä rajaa minkä jälkeen sosiaalisessa mediassa kuluttettu aika aiheuttaisi enemmän haittoja kuin hyötyjä, vai onko tämä myös yksilöön sidottavissa.

Samanlainen moniulotteinen suhtautuminen sosiaalisen median terveysvaikutuksiin näkyy niin kirjallisuudessa kuin aineistossa. Kvalitatiivisessa aineistossa haastateltavat näkivät sosiaalisen median laskevan kynnystä esimerkiksi kavereiden kanssa yhteydenpidossa ja oman yksityisyrittäjän näkyvyyden kasvattamisessa. Kvantitatiivinen aineisto puolestaan esitti tukea sosiaalisen median käytön ja korkeamman elämäntyytyväisyyden välillä. Ajatus heijastuu myös kirjallisuudessa, missä sosiaalista mediaa pidettiin alustana nuorten yhteydenpidolle ja identiteetin rakentamiselle (Zheluk ym., 2022). Aineistoista ei ilmennyt ajatusta sosiaalisen median potentiaalista terveysvalistuksen alustana kuten aikaisemmassa tutkimuskirjallisuudessa esitettiin (O'Reilly, 2019). Tätä voi osin selittää nuorten näkökulma mikä saattaa korostaa enemmän välittömiä kaverisuhteita ja pienemmän tason toimintaa sosiaalisessa mediassa kuin sosiaalisen median suuremman tason potentiaalipohdintaa. Ilmiötä voidaan myös selittää terveysvalistuksen hakemisella muista lähteistä kuin sosiaalisessa mediassa. Sosiaalisen median käyttö terveysvalistuksen lähteenä voi olla tavanomaisempaa maassa missä terveydenhuollon piiriin pääsemisen kynnys on korkeammalla kuin Suomessa. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa haastateltavat esittivät huolia verkostojen heikkenemisestä vuorovaikutuksen digitalisoinnin seurauksena. Tämä ajatus ei kuitenkaan ilmene yhtä vahvasti tutkimuskir-



jallisuuden tai kvantitatiivisen tutkimuksen yhteydessä. Voidaan pohtia, onko kyseinen käsitys yleisesti median kautta rakentunut ennakkoluulo kuin kokemukseen pohjautuva käsitys.

## 5.4 Yhteenvetoa viitekehysten ja aineiston välisestä suhteesta

Ryhmään kuuluvuus, luottamus ja hyvinvointi olivat vahvasti yhteydessä toisiinsa kvantitatiivisessa aineistossa. Tämä näyttäisi tukevan ajatusta siitä, että korkeamman sosiaalisen pääoman omaavat ihmiset voivat paremmin yleisesti. Tätä ideaa tukee ajatus luottamuksen ja sosiaalisen pääoman suhteesta: sosiaalisia suhteita ei voida muodostaa ilman jonkin tasoista luottamusta. Yksilö, joka ei kykene luottamaan keneenkään ei voi muodostaa merkityksellisiä suhteita näiden kanssa, kun taas ihminen, jolla on iso sosiaalinen verkosto luottaa useaan yksilöön ja täten omaa merkittävämpää sosiaalista pääomaa. Kvalitatiivisessa aineistossa haastateltavat esittivät huolta yhteiskunnasta esitettyjen negatiivisten kuvausten vaikutuksesta nuoren ajatusmaailmaan. Haastateltavat kokivat, että jatkuva negatiivisten kuvausten esittäminen voi johtaa negatiivisen maailmankuvan normalisoitumiseen. Näin voidaan ajatella, että liialliset negatiiviset kuvaukset voivat johtaa nuoren pahoinvointiin mutta myös samalla tämän luottamuksen laskuun yhteiskuntaa kohtaan. Jos yhteiskunnallinen luottamus laskee, voi nuori joutua hakemaan tukea muista sosiaalisista suhteistaan. Voidaan myös pohtia voiko alhainen luottamus pahemmassa tapauksessa johtaa sosiaalisten suhteiden rakentamisen vaikeutumiseen, aiheuttaen enemmän eristäytyneisyyttä nuorilla. Tämänkaltainen kehitys voisi selittää myös negatiivista kierreä missä sosiaalisesta mediasta muodostuu ahdistuksen lähde eikä sosiaalisen pääoman pankki.

Vaikka passiivisen kulutuksen nähtiin jossain määrin johtavan vääristyneeseen todellisuuden kuvaan, sillä oli samalla merkityksellinen rooli sosiaalisten verkostojen ylläpitämisessä. Rutiininomainen sosiaalisen median selaaminen voidaan nähdä keinona ylläpitää sosiaalisia suhteita, missä käyttäjät tykkäävät ja jakavat kavereidensa julkaisuja eräänlaisen rituaalin muodossa minkä tarkoituksena on vahvistaa yksilöiden välisiä siteitä. Tässä kontekstissa voidaan pohtia, voisiko vääristynyt maailmankuva muotoutua yksilölle, jolla ei ole tämänkaltaisia sosiaalisia suhteita mitä ylläpitää. Jos yksilöllä ei ole otetta todellisuuteen mikä tulisi fyysisen maailman sosiaalisten suhteiden kautta, ei tällä ole myöskään pohjaa mihin verrata mediasta saatuja käsityksiä. Tämänkaltainen lähtökohta voi vahvistaa vääristymien muotoutumista mitä yksilö saa sosiaalisesta mediasta.

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa rakentunut teema sosiaalisesta mediasta ajankäytön alustana voi osaltaan tukea ajatusta ihmisistä, jotka käyttävät sitä silloin kun heillä on enemmän vapaa-aikaa käytettävissä. Tätä ajatusta voidaan liittää laajemmin yksilön resursseihin ja mitä nämä resurssit mahdollistavat. Yksilöllä, jolla ei ole paljoa vapaa-aikaa käytettävissään ei ole myöskään yhtä paljon aikaa käytettävissä sosiaalisten suhteiden kehittämiseen ja ylläpitoon kuin muilla. Sosiaalinen media voi mahdollistaa sosiaalisten suhteiden ylläpitämisen niin työpaikoilla kuin kouluissa, mutta samalla tämä kehitys tuo mukanaan uuden joukon ongelmia. Pystyvätkö yksilöt jakamaan huomionsa oppitunnin ja kännykän välillä siten että kummankaan käyttö ei kärsi vai onko jommankumman jäätävä taka-alalle?

## 6 PÄÄTÄNTÖ

Tämän työn tarkoituksena on ollut tarkastella sosiaalisen pääoman yhteyttä nuorten hyvinvointiin sosiaalisen median käytössä. Työssä käytettiin kahta eri aineistoa mitä tarkasteltiin kolmen keskeisen käsitteen kautta. Teoreettisen viitekehyksen kolme keskeistä teemaa olivat sosiaalinen media alustana, sosiaalinen pääoma ja henkinen hyvinvointi sosiaalisessa mediassa. Sosiaalisen median digitaalinen arkkitehtuuri vaikuttaa käyttötapoihin ja kokemuksiin mitä nuoret saavat verkosta. Samalla alustoja on yritysten kannalta helppoa manipuloida ja luoda vaikutelmia mitkä eivät välttämättä edusta todellista maailmaa. Sosiaalinen media on tärkeä alusta nuorten kannalta verkostoitumiselle ja sosiaalisen pääoman kasvattamiselle. Samalla alustat mahdollistavat oman identiteetin kehittämisen ja muiden vertaisten kanssa kokemusten vertailemisen. Tämä on erityisen tärkeää pahoinvoivien nuorten kohdalla. Sosiaalinen media voi auttaa löytämään samassa paikassa olevia ikätovereita, joiden kanssa voidaan verkostoitua tai muodostaa ryhmiä. Nämä ryhmät ovat myös helpommin terveystavoitteiden saavuttamisessa kuin apua tarvitsevien nuorten etsiminen yksilötasolla verkossa.

Kvalitatiivinen tutkimus jaettiin kolmeen teemaan: sosiaalisen median käyttö ajankuluna, vuorovaikutuksen muutos ja sosiaalisen median yhteiskunnallisten merkitysten rakentaminen. Edellä mainituista teemoista huomattiin, että sosiaalista mediaa kohtaan suhtaudutaan monipuolisesti. Haastateltavat kokivat sosiaalisesta mediasta tulleen osa heidän arkeaan ja vaikuttavan myös kavereiden kanssa vuorovaikuttamiseen. Samalla osa haastateltavista oli huolissaan sosiaalisen median vaikutuksesta nuorten maailmankuvaan ja itsetuntoon. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa tarkasteltiin summamuuttujien välisiä yhteyksiä erityisesti liittyen sosiaalisen pääomaan. Kvantitatiivinen tutkimus osoittaa yleisellä tasolla, että haastateltavat kokevat korkeaa toimijuuden tunnetta ja luottamusta. Nämä korkeat arvot saattavat kertoa suomalaiselle yhteiskunnalle erityisestä piirteestä, mikä voi erota muihin maihin verrattessa. Sosiaalista mediaa käytettiin sekä yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen ja informaation keräämiseen sekä kavereiden ja lähipiirin kanssa vuorovaikuttami-

seen. Sosiaalisen median käyttäjillä oli havaittavissa korkeampaa elämäntyytyväisyyttä, ryhmään kuuluvuuden tunnetta ja luottamusta kvantitatiivisessa aineistossa. Tätä ilmiötä voi selittää sosiaalisen median käyttäjien valmiiksi sosiaalinen luonne myös digitaalisen todellisuuden ulkopuolella. Sosiaalinen media on samalla alusta mikä mahdollistaa haastateltavilla kavereiden kanssa keskustelemisen ajasta ja paikasta riippumatta ja tekee täten sosiaalisten suhteiden ylläpitämisestä helpompaa kuin aikaisemmin. Samalla sosiaalinen media altistaa nuoria vääristyneille käsityksille liittyen omaan kehoon tai maailmankuvaan, johtaen mahdolliseen hyvinvoinnin laskuun. Kahden aineiston valinta antoi työlle monipuolisen tarkastelukannan mutta samalla herätti vaikeuksia näiden kahden aineiston sovittamisessa teoreettiseen viitekehukseen ja toisiinsa. Aineiston valinnassa on hyvä tarkastella erityisesti näiden yhteensopivuutta alustavasi ennen kuin nämä otetaan mukaan. Aineistoista ilmeni myös paljon mitä olisi voinut lisätä työhön, mutta mitä jouduttiin jättämään pois työn liialliseksi paisumisen riskistä. On pohtimisen arvoista olisiko joko kvalitatiivisesta tai kvantitatiivisesta aineistosta yksinään saatu enemmän arvoa kuin näistä yhdessä.

Sosiaalisen pääoman tarkasteleminen Bourdieun näkökulmasta toimi hyvänä yleisenä kehyksenä minkä kautta ilmiötä tarkastellaan. Samalla määritelmä ei välttämättä kykene perinteisessä muodossaan kuvaamaan sosiaalista mediaa ilmiönä kattavasti. Sosiaalisen vuorovaikutuksen siirtyminen verkkoon muuttaa tämän luonnetta merkittävästi mikä johtaa kysymykseen: muuttuuko myös sosiaalisen pääoman luonne? Ovatko esimerkiksi tietyt sosiaaliset suhteet arvokkaampia verkossa kuin fyysisessä maailmassa? Onko ylipäätänsä yksilöitä, joille digitaaliset sosiaaliset suhteet ovat arvokkaampia kuin muut? Mahdollisena jatkotutkimuksena voidaan pitää kvantitatiivisen kyselytutkimusten tuottamista, joiden avulla voidaan suoraan mitata yhteyttä sosiaalisen median käytön, sosiaalisen pääoman ja hyvinvoinnin välillä. Toinen mahdollinen tutkimus mitä voidaan tehdä tarkastelisi eri alustoihin liitettäviä käsityksiä kvalitatiivisen haastattelututkimuksen avulla. Voitaisiin esimerkiksi tarkastella näkevätkö nuoret jonkun tietyn alustan haitallisempana terveydelle kuin toiset. Tutkielma rajautui Suomen nuorten tarkasteluun, mikä ei heijasta muissa kulttuurissa elävien nuorten suhtautumista sosiaalisen median käyttöön. Toinen mielenkiintoinen tarkastelunäkökulma olisi verrata eri maiden nuorten suhtautumista ja merkityksenantoa sosiaalisen median käyttöä kohtaan ja tarkastella vaikuttavatko kulttuurilliset kehykset näihin.

Tutkimuskirjallisuus ja aineisto molemmat korostavat sosiaalisen median omaavan monenlaisia merkityksenantoja. Vastaajat kokivat sosiaalisen median mahdollistavan kavereiden kanssa yhteydenpidon ja informaation keräämisen, mutta samalla olivat huolissaan median vaikutuksesta kehittyvän nuoren maailmankuvaan. Samalla digitaalisista medioista on tullut osa ihmisten arkielämää ja tämä

kehitys näyttäisi olevan vahvistumassa. Jos sosiaalisesta mediasta voidaan saada kanaava, minkä kautta nuoret voidaan tavoittaa esimerkiksi terveys- ja yhteiskunnallisissa asioissa, tämän potentiaalinen hyöty on merkittävä. Samalla sosiaalista mediaa voidaan käyttää disinformaation levittämisen alustana, tai massojen hallitsemisessa autoritatiivisissa maissa. Sosiaalinen media vaikuttaa olevan teknologiana käyttäjensä näköinen, eli se voi korostaa tämän vahvuuksia tai heikkouksia tämän tiedostamatta. Tämän piirteen tietoisuuden tuominen voi auttaa nuoria tunnistamaan sosiaalisen median terveysvaikutukset heidän omassa elämässään ja täten ohjata sen käyttöä yksilölle sopivampaan suuntaan.

## 7 LÄHTEET

- Angelini, F., Marino, C., & Gini, G. (2022). Friendship quality in adolescence: the role of social media features, online social support and e-motions. *Current psychology* (New Brunswick, N.J.), 1-17. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03564-3>
- Bekalu, M. A., McCloud, R. F., & Viswanath, K. (2019). Association of Social Media Use With Social Well-Being, Positive Mental Health, and Self-Rated Health: Disentangling Routine Use From Emotional Connection to Use. *Health education & behavior : the official publication of the Society for Public Health Education*, 46(2\_suppl), 69-80. <https://doi.org/10.1177/1090198119863768>
- Bossetta, M. (2018). The Digital Architectures of Social Media: Comparing Political Campaigning on Facebook, Twitter, Instagram, and Snapchat in the 2016 U.S. Election. *Journalism & Mass Communication Quarterly*, 95(2), 471-496. <https://doi.org/10.1177/1077699018763307>
- Bourdieu, P. (1986) The forms of capital. In J. Richardson (Ed.) *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education* (New York, Greenwood), 241-258.
- Cavazos-Rehg, P. A., Krauss, M. J., Sowles, S. J., Connolly, S., Rosas, C., Bharadwaj, M., Grucza, R., & Bierut, L. J. (2017). An Analysis of Depression, Self-Harm, and Suicidal Ideation Content on Tumblr. *Crisis*, 38(1), 44-52. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000409>
- Chan-Olmsted, S., Rim, H., & Zerba, A. (2013). Mobile News Adoption among Young Adults: Examining the Roles of Perceptions, News Consumption, and Media Usage. *Journalism & Mass Communication Quarterly*, 90(1), 126-147. <https://doi.org/10.1177/1077699012468742>
- Coleman, J. S. (1990). *Foundations of social theory*. Cambridge, MA: Belknap.
- Coleman, J. S. (1988). Social Capital in the Creation of Human Capital. *American Journal of Sociology*, 94, S95-S120. <http://www.jstor.org/stable/2780243>
- De Cates, A., Stranges, S., Blake, A., & Weich, S. (2015). Mental well-being: An important outcome for mental health services? *The British Journal of Psychiatry*, 207(3), 195-197. doi:10.1192/bjp.bp.114.158329
- Goldenberg, A., & Gross, J. J. (2020). Digital Emotion Contagion. *Trends in cognitive sciences*, 24(4), 316-328. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2020.01.009>
- Itä-Suomen yliopisto: Nuorten aikuisten haastattelut mediankäytöstä 2019 [sähköinen tietoaaineisto]. Versio 1.0 (2021-01-18). Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto [jakaja]. <http://urn.fi/urn:nbn:fi:fsd:T-FSD3476>

- Johnson, R. B., Onwuegbuzie, A. J., & Turner, L. A. (2007). Toward a Definition of Mixed Methods Research. *Journal of Mixed Methods Research*, 1(2), 112–133. <https://doi.org/10.1177/1558689806298224>
- Jokivuori, P., & Hietala, R. (2007). Määrällisiä tarinoita: Monimuuttujamenetelmien käyttö ja tulkinta. WSOY.
- June Ahn (2012) Teenagers' Experiences With Social Network Sites: Relationships to Bridging and Bonding Social Capital, *The Information Society*, 28:2, 99-109, DOI: 10.1080/01972243.2011.649394
- Karvinen, P. (27.3.2023) Kysely: Liika pelaaminen ja sometus ahdistavat nuoria Joensuussa. Yle. <https://yle.fi/a/74-20024344>
- Kent State University Libraries. (2017, May 15). SPSS tutorials: Independent samples t test. Retrieved May 17, 2017, from <http://libguides.library.kent.edu/SPSS/IndependentTTest>
- Kiviranta, V. (24.3.2023) Lapsiasiavaltuutettu Utahin some-laista: Kasvatusvastuuta ei voi ulkoistaa valtiolle. Yle. <https://yle.fi/a/74-20024052>
- Koinig, I. (2022). Picturing Mental Health on Instagram: Insights from a Quantitative Study Using Different Content Formats. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1608. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031608>
- Krishna, A. (2003). Understanding, measuring and utilizing social capital: Clarifying concepts and presenting a field application from India (CAPRI Working Paper No. 28). Washington, DC: International Food Policy Research Institute
- Krishna, A. (2002). Enhancing Political Participation in Democracies. *Comparative Political Studies*, 35, 437 - 460.
- Lance, C. E., Butts, M. M., & Michels, L. C. (2006). What did they really say? *Organizational Research Methods*, 9(2), 202–220. doi:10.1177/1094428105284919
- Liimatainen, Lotta. (2019). Sosiaalisen median rooli nuoren aikuisen mielenterveydessä [pro gradu -tutkielma, Tampereen yliopisto]. Trepo-julkaisuarkisto. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:tuni-201903071331>
- Manning, J. (2014.) Social media, definition and classes of. In K. Harvey (Ed.), *Encyclopedia of social media and politics* (pp. 1158-1162). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Markov, Č., & Min, Y. (2022). Understanding the Public's Animosity Toward News Media: Cynicism and Distrust as Related but Distinct Negative Media Perceptions. *Journalism & Mass Communication Quarterly*, 99(4), 1099–1125. <https://doi.org/10.1177/10776990211061764>
- Masciantonio, A., Bourguignon, D., Bouchat, P., Balty, M., & Rimé, B. (2021). Don't put all social network sites in one basket: Facebook, Instagram, Twitter, TikTok, and their relations with well-being during the COVID-19 pandemic. *PloS one*, 16(3), e0248384. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0248384>
- McKim, C. A. (2017). The Value of Mixed Methods Research: A Mixed Methods Study. *Journal of Mixed Methods Research*, 11(2), 202–222. <https://doi.org/10.1177/1558689815607096>

- Männikkö, N., ammattikorkeakoulu, O. & Sciences, O. U. o. A. (2021). Sosiaalinen media itsensä ilmaisun, sosiaalisen pääoman ja hyvinvointivaikutusten välittäjänä. Sosiaalipoliittinen yhdistys.
- Nowell, L. S., Norris, J. M., White, D. E., & Moules, N. J. (2017). Thematic Analysis: Striving to Meet the Trustworthiness Criteria. *International Journal of Qualitative Methods*, 16(1). <https://doi.org/10.1177/1609406917733847>
- Obar, J.A.; Wildman, S.S. Social media definition and the governance challenge-an introduction to the special issue. *Telecommun. Policy* 2015, 39, 745–750.
- O'Reilly, M., Dogra, N., Hughes, J., Reilly, P., George, R., & Whiteman, N. (2019). Potential of social media in promoting mental health in adolescents. *Health promotion international*, 34(5), 981–991. <https://doi.org/10.1093/heapro/day056>
- O'Reilly M, Dogra N, Whiteman N, Hughes J, Eruyar S, Reilly P. Is social media bad for mental health and wellbeing? Exploring the perspectives of adolescents. *Clin Child Psychol Psychiatry*. 2018 Oct;23(4):601-613. doi: 10.1177/1359104518775154. Epub 2018 May 20. PMID: 29781314.
- Paakkari, L., Tynjälä, J., Lahti, H., Ojala, K., & Lyyra, N. (2021). Problematic Social Media Use and Health Among Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), Article 1885. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041885>
- Pew Research Center, August 2022, "Teens, Social Media and Technology 2022" <https://www.pewresearch.org/internet/2022/08/10/teens-social-media-and-technology-2022/>. Lainattu 14.3.2023
- Putnam, R. D. (1993). *Making democracy work: Civic traditions in modern Italy*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Radnitz, S., Wheatley, J., & Zürcher, C. (2009). The Origins of Social Capital: Evidence From a Survey of Post-Soviet Central Asia. *Comparative Political Studies*, 42(6), 707–732. <https://doi.org/10.1177/0010414008329893>
- Ronald, S. Burt (2004). Structural Holes and Good Ideas. *American Journal of Sociology*, 110:2, 349-399.
- Rutherford, B. N., Sun, T., Lim, C. C. W., Chung, J., Cheng, B., Davidson, L., Tisdale, C., Leung, J., Stjepanović, D., Connor, J. P., & Chan, G. C. K. (2022). Changes in Viewer Engagement and Accessibility of Popular Vaping Videos on TikTok: A 12-Month Prospective Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1141. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031141>
- Ruuskanen, Petri: Sosiaalinen pääoma -- käsitteet, suuntaukset ja mekanismit. Helsinki, VATT, Valtion taloudellinen tutkimuskeskus, Government Institute for Economic Research, 2001, (B, ISSN 0788-5008, No 81): ISBN 951-561-382-5
- Schöne, J. P., Parkinson, B., & Goldenberg, A. (2021). Negativity Spreads More than Positivity on Twitter After Both Positive and Negative Political Situations. *Affective science*, 2(4), 379–390. <https://doi.org/10.1007/s42761-021-00057-7>
- Shanahan, N., Brennan, C., & House, A. (2019). Self-harm and social media: thematic analysis of images posted on three social media sites. *BMJ open*, 9(2), e027006. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-027006>



- Suomen virallinen tilasto (SVT): Väestön tieto- ja viestintätekniikan käyttö [verkkójulkaisu]. ISSN=2341-8699. 2020. Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 11.10.2022]. Saantitapa: [http://www.stat.fi/til/sutivi/2020/sutivi\\_2020\\_2020-11-10\\_tie\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/sutivi/2020/sutivi_2020_2020-11-10_tie_001_fi.html)
- Verduyn, P., Lee, D. S., Park, J., Shablack, H., Orvell, A., Bayer, J., Ybarra, O., Jonides, J., & Kross, E. (2015). Passive Facebook usage undermines affective well-being: Experimental and longitudinal evidence. *Journal of experimental psychology. General*, 144(2), 480–488. <https://doi.org/10.1037/xge0000057>
- Virginia Braun & Victoria Clarke (2006) Using thematic analysis in psychology, *Qualitative Research in Psychology*, 3:2, 77-101, DOI: 10.1191/1478088706qp063oa
- World mental health report: transforming mental health for all. Geneva: World Health Organization; 2022. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.
- World Health Organization. Promoting Mental Health: Concepts, Emerging Evidence, Practice. WHO, 2004.
- Zheluk, A., Anderson, J., & Dineen-Griffin, S. (2022). Analysis of Acute Non-specific Back Pain Content on TikTok: An Exploratory Study. *Cureus*, 14(1), e21404. <https://doi.org/10.7759/cureus.21404>
- Zheluk, A. A., Anderson, J., & Dineen-Griffin, S. (2022). Adolescent Anxiety and TikTok: An Exploratory Study. *Cureus*, 14(12), e32530. <https://doi.org/10.7759/cureus.32530>

# 8 LIITTEET

## LIITE 1

		<b>Correlations</b>							
		Tyväisyys	Aktiivisuus	Someaktiv	Yk-päluottamus	Ykluottamus	Toimijudentunne	Ryhmäänkuuluvuus	Ulkopuolisuudentunne2
Tyväisyys	Pearson Correlation	1	,115	,201*	-,494**	,317**	,640**	,681**	-,645**
	Sig. (2-tailed)		,209	,027	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001
	N	133	120	121	132	132	118	133	133
Aktiivisuus	Pearson Correlation	,115	1	,525**	,060	-,019	,016	,037	,047
	Sig. (2-tailed)	,209		<,001	,515	,839	,866	,883	,611
	N	120	121	121	120	120	108	121	121
Someaktiv	Pearson Correlation	,201*	,525**	1	,098	,162	-,030	,116	,116
	Sig. (2-tailed)	,027	<,001		,284	,076	,753	,204	-,003
	N	121	121	122	121	121	109	122	122
Yk-päluottamus	Pearson Correlation	-,494**	,060	,098	1	-,428**	-,536**	-,444**	,582**
	Sig. (2-tailed)	<,001	,515	,284		<,001	<,001	<,001	,582**
	N	132	120	121	133	133	118	133	133
Ykluottamus	Pearson Correlation	,317**	-,019	,162	-,428**	1	,294**	,204*	-,232**
	Sig. (2-tailed)	<,001	,839	,076	<,001		,001	,018	,007
	N	132	120	121	133	133	118	133	133
Toimijudentunne	Pearson Correlation	,640**	,016	-,030	-,536**	,294**	1	,606**	-,542**
	Sig. (2-tailed)	<,001	,866	,753	<,001	,001		<,001	<,001
	N	118	108	109	118	118	119	119	119
Ryhmäänkuuluvuus	Pearson Correlation	,681**	,037	,116	-,444**	,204*	,606**	1	-,706**
	Sig. (2-tailed)	<,001	,683	,204	<,001	,018	<,001		<,001
	N	133	121	122	133	133	119	134	134
Ulkopuolisuudentunne2	Pearson Correlation	-,645**	,047	-,003	,582**	-,232**	-,542**	-,706**	1
	Sig. (2-tailed)	<,001	,611	,970	<,001	,007	<,001	<,001	
	N	133	121	122	133	133	119	134	134

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).