

NUORTEN SOSIAALISEN MEDIAN KÄYTTÖ JA SOSIAALINEN PÄÄOMA

Kari Suomalainen
Maisterintutkielma
Sosiologia
Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos
Jyväskylän yliopisto
Syksy 2022

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Tiedekunta Humanistis-yhteiskuntatieteellinen	Laitos Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos
Tekijä Kari Suomalainen	
Työn nimi Nuorten sosiaalisen median käyttö ja sosiaalinen pääoma	
Oppiaine Sosiologia	Työn tyyppi Maisterintutkielma
Aika Syksy 2022	Sivumäärä 46
Ohjaaja Terhi-Anna Wilska	
Tiivistelmä <p>Tässä sosiologian maisterintutkielmassa tutkitaan nuorten sosiaalisen median (some) käyttöä, sosiaalista pääomaa somessa ja somen ongelmallista käyttöä. Nuorten somen käyttö on usein huolta herättävä ilmiö, ja erityisesti somen mahdollisista positiivisista ja negatiivisista vaikutuksista kaivataan lisää tietoa.</p> <p>Tutkielman tutkimuskysymykset ovat: 1. Miten erilaiset tavat käyttää sosiaalista mediaa ovat yhteydessä sosiaalisessa mediassa ilmentyvän sosiaalisen pääoman määrään? 2. Miten erilaiset tavat käyttää sosiaalista mediaa ovat yhteydessä sosiaalisen median ongelmalliseen käyttöön? 3. Onko sosiaalisessa mediassa ilmentyvän sosiaalisen pääoman määrä yhteydessä sosiaalisen median ongelmalliseen käyttöön?</p> <p>Tutkielman aiheet taustoitetaan määrittelemällä sosiaalisen median ja sosiaalisen pääoman käsitteet aieman tutkimuskäytön ja tieteellisten teorioiden perusteella. Lisäksi käydään läpi erityisesti nuorten somen käyttöön ja sosiaaliseen pääomaan liittyvää aiempaa tutkimustietoa.</p> <p>Tutkielman aineistona käytetään #Agentit-kyselytutkimuksella joulukuun 2019 ja tammikuun 2020 aikana kerättyä dataa. Aineisto kerättiin 30 minuutin mittaisilla puhelinhaastatteluilla, ja kerätty data koostuu 800 nuoren vastauksista. Aineistoa analysoitiin rakentamalla summamuuttujia sosiaalista pääomaa ja somen ongelmallista käyttöä käsitelleistä väittämistä, tarkastelemalla muuttujien välisiä korrelaatioita ja suorittamalla regressioanalyysijä.</p> <p>Erilaisten käyttötapojen, sosiaalisen pääoman määrän ja somen ongelmallisen käytön väliltä löydettiin regressioanalyysia käyttämällä tilastollisesti merkitseviä yhteyksiä, mutta saadut selitysasteet olivat varsin pieniä. Sisällön jakamisen somessa havaittiin olevan yhteydessä sekä suurempaan sosiaalisen pääoman määrään että sosiaalisen median ongelmalliseen käyttöön.</p>	
Asiasanat: Nuoret, sosiaalinen media, sosiaalinen pääoma, ongelmakäyttö	
Säilytyspaikka Jyväskylän yliopisto	

Muita tietoa

KUVIOT

KUVIO 1	Suomalaisten nuorten eniten käyttämät sosiaalisen median palvelut. Käyttöasteet prosentteina. (Ebrand Group Oy & Oulun kaupungin sivistys- ja kulttuuripalvelut 2022 & AudienceProject 2020.).....	7
---------	--	---

TAULUKOT

TAULUKKO 1	Nuorten sosiaalisen median käyttö	31
TAULUKKO 2	Tutkimuksen summamuuttujat	32
TAULUKKO 3	Summamuuttuja: Sosiaalinen pääoma sosiaalisessa mediassa	33
TAULUKKO 4	Summamuuttuja: Ongelmallinen sosiaalisen median käyttö.	34
TAULUKKO 5	Käyttötapojen (Kuinka usein teet seuraavia asioita somessa?) korrelaatio sosiaaliseen pääomaan sosiaalisessa mediassa (Pearson r).....	36
TAULUKKO 6	Regressioanalyysi sosiaalisen median käyttötapojen (Kuinka usein teet seuraavia asioita somessa?) yhteydestä sosiaaliseen pääomaan sosiaalisessa mediassa	37
TAULUKKO 7	Rakennetut regressiomallit, kontrollimuuttujina ikä ja sukupuoli	38
TAULUKKO 8	Käyttötapojen (Kuinka usein teet seuraavia asioita somessa?) korrelaatio ongelmalliseen sosiaalisen median käyttöön (Pearson r)	39
TAULUKKO 9	Regressioanalyysi sosiaalisen median käyttötapojen (Kuinka usein teet seuraavia asioita somessa?) vaikutuksesta sosiaalisen median ongelmalliseen käyttöön.....	40
TAULUKKO 10	Regressioanalyysi sosiaalisen pääoman yhteydestä ongelmalliseen sosiaalisen median käyttöön	41

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	NUORET, SOSIAALINEN MEDIA JA SOSIAALINEN PÄÄOMA	4
	2.1 Sosiaalinen media ja nuoret	4
	2.2 Sosiaalinen pääoma.....	8
	2.2.1 Yhdistävä ja sitova sosiaalinen pääoma.....	12
	2.2.2 Nuorten sosiaalinen pääoma	13
	2.2.3 Sosiaalinen pääoma sosiaalisessa mediassa	15
	2.2.4 Viestittely ja chattailu sosiaalisen pääoman muodostajina	17
	2.2.5 Verkostopalvelut sosiaalisen pääoman muodostajana.....	18
	2.3 Sosiaalisen median käytön hyödyt.....	22
	2.4 Sosiaalisen median käytön haitat	24
	2.4.1 Internetaddiktio vai ongelmallinen käyttö?	24
	2.4.2 Sosiaalisen median käyttö ja mielenterveys	25
3	TUTKIMUSAINEISTO JA MENETELMÄT.....	27
	3.1 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset	27
	3.2 Aineiston kuvailu.....	27
	3.3 Tutkimusmenetelmät.....	28
4	ANALYYSI JA TULOKSET	30
	4.1 Miten nuoret käyttävät sosiaalista mediaa?	30
	4.2 Summamuuttujien rakentaminen: Sosiaalinen pääoma sosiaalisessa mediassa ja sosiaalisen median ongelmallinen käyttö	32
	4.3 Korrelaatioiden tarkastelu ja lineaariset regressioanalyysit.....	35
	4.3.1 Käyttötapojen yhteys sosiaaliseen pääomaan sosiaalisessa mediassa	35
	4.3.2 Käyttötapojen yhteys ongelmalliseen sosiaalisen median käyttöön	38
	4.3.3 Sosiaalisen pääoman yhteys ongelmalliseen sosiaalisen median käyttöön	40
5	JOHTOPÄÄTÖKSET JA KESKUSTELU	42
	LÄHTEET.....	47

1 JOHDANTO

Tietotekniikkayhtiö Applen perustaja Steve Jobs ei tunnetusti antanut lastensa käyttää yhtiönsä kehittämää iPadiä, ja samanlaista varautuneisuutta ovat osoittaneet monet muutkin tietotekniikkayhtiöiden toimitusjohtajat (Bilton 2014). Sosiaalisen median sovellusten, kuten Facebookin tai Instagramin, hyödyntämiä käyttäytymistieteellisiä malleja kehitelleet psykologit ilmaisevat julkisesti olevansa huolissaan siitä, miten sovellukset on rakennettu (Leslie 2016). Suoraan sovelluksia luomassa ollut insinööri kertoo, että älypuhelinsovelluksen näytön takaa löytyy yleensä tuhat insinööriä, jotka ovat pyrkineet tekemään siitä mahdollisimman addiktoivan (Andersson 2018). Sosiaalinen media – jota tässä työssä kutsutaan myös vakiintuneella lyhenteellä some – rakentaa katkeamattoman yhteyden muihin käyttäjiin ja sovellukseen itseensä, mikä voi luoda velvollisuudentunnetta vastata viesteihin ja muihin ilmoituksiin välittömästi. Dynamiikka tuo väistämättä mieleen kysymyksen siitä, kumpi käyttää kumpaa: käyttäjä sovellusta vai sovellus käyttäjää? (David, Roberts & Christenson 2017, 12.) Kysymykset heräävät erityisesti silloin, kun sosiaalisen median käyttäjinä ovat haavoittuvaisessa kehitysvaiheessa olevat lapset ja nuoret. Lasten ja nuorten käytöksessä on kuitenkin nähty vaaroja riippumatta aikakaudesta, oli sitten kyseessä liika kirjojen lukeminen tai television katselu. Nykyisin vastaava pelottelu kohdistuu usein älypuhelimien kaltaisen uuden teknologian, internetin ja sosiaalisen median ympärille, mutta onko tällä kertaa todella syytä huoleen.

Huoli onkin ymmärrettävä reaktio ilmiöön, jolla on niin laaja-alainen vaikutus ihmisten elämään ja ihmisten väliseen kommunikaatioon. Sosiaalinen media mahdollistaa sekä uudenlaisen vuorovaikutuksen olemassa olevien sosiaalisten verkostojen kanssa että uusien kontaktien vaivattoman muodostamisen. Lisäksi kaikki tämä kommunikaatio voi tapahtua välittömästi ja samanaikaisesti tai yhtä hyvin viiveellä, jokaiselle verkoston jäsenelle itselleen sopivalla hetkellä. (Ellison, Lampe, Steinfield & Vitak 2010, 5.) Huolet tällaisten sosiaalisen median yhteisöjen vaikutuksista ovat hyvin

moninaisia ja niiden merkitys korostuu erityisesti nuorten kohdalla: ainakin yksityisyys, turvallisuus, psykologinen hyvinvointi, sosiaalinen kehitys ja opintosuoritukset ovat tällaisia huolenaiheita (Ahn 2011, 1443). Näihin aiheisiin kohdistuvien uhkien torjumisen voidaan myös perustellusti ajatella olevan ainakin osaltaan nuorelle läheisten aikuisten vastuulla.

Aiemmin käsitykset internetin vaikutuksista sosiaaliseen kanssakäymiseen ovatkin johtaneet lähinnä pohtimaan sitä, millaista harmia verkkoympäristöstä voi olla "oikean maailman" sosiaalisille suhteille (Williams 2006, 599). Nämä kysymykset ovat edelleen yleisiä: sosiaalisen median käytön rajoittamiseen tarjotaan mediassa vinkkejä, jotta someaddiktio ei pääsisi häiritsemään sosiaalisia tilanteita (esim. Hyttinen 2019), nettipelaamisen yhteys syrjäytymiseen on ajoittain keskustelunaiheena (esim. Mattila 2020), sosiaalisen median kiiltokuvien pelätään aiheuttavan liiallista vertailua (Ihalainen 2020) ja hyvälle vanhemmuudelle sosiaalisen median liiallinen käyttö voi olla erityinen vaara (esim. Haapala 2018). Sosiaalista mediaa ja sen vaikutuksia nuorten elämään on verrattu jopa riippuvuutta aiheuttaviin päihteisiin (Kraut-suk 2014). Uhkien ja vaarojen rinnalle keskusteluun on kuitenkin tullut myös monipuolisempia käsityksiä internetistä ja sosiaalisesta mediasta: some toimii suorana ja välittömänä kanavana erilaisen tuen hakemiseen (esim. Koskinen 2014), sosiaalisen median on ajateltu nostaneen Suomessa esiin auttamisen ilmiön (Kasurinen 2015) ja somen verkostoista on mahdollista rakentaa itselleen elanto ja ammatti (Pajari 2022). Lisäksi sosiaalinen media on tarjonnut virallisille tahoille tehokkaan väylän nuorten tavoittamiseen (esim. Pekkarinen 2021).

Oli kyse sitten haittojen korostamisesta, hyvien puolien esiin nostamisesta tai neutraalimmasta tarkastelusta, huomion arvoista julkisessa keskustelussa on se, että etenkin nuorten nähdään usein olevan sosiaalisen median armoilla. Nuorten ajatellaan kyllä osaavan käyttää somea ja internetiä taitavasti, mutta tästä huolimatta varsinainen nuorten oma toimijuus jää nähdäkseni paitsioon, kun puhutaan sosiaalisen median vaaroista ja mahdollisuuksista. Tässäkin tutkimuksessa ollaan huolissaan nuorten sosiaalisen median (some) käytöstä, sillä yksi tarkasteltavista ilmiöistä on somen ongelmallinen käyttö. Sosiaalisen median mahdollisten haittapuolien lisäksi huomio kiinnitetään kuitenkin myös somen tarjoamiin mahdollisuuksiin erityisesti nuorille kertyvän sosiaalisen pääoman näkökulmasta. Tämän työn tarkoituksena onkin valaista sitä, voivatko erilaiset sosiaalisen median käyttötavat johtaa erilaatuisiin – positiivisiin tai negatiivisiin – vaikutuksiin ja voivatko somen tarjoamat sosiaaliset mahdollisuudet toimia suojana negatiivisilta vaikutuksilta. Tarkat tutkimuskysymykset muotoituivat tutkielman laatimisen aikana seuraavaan muotoon:

1. Miten erilaiset tavat käyttää sosiaalista mediaa ovat yhteydessä sosiaalisessa mediassa ilmentyvän sosiaalisen pääoman määrään?

2. Miten erilaiset tavat käyttää sosiaalista mediaa ovat yhteydessä sosiaalisen median ongelmalliseen käyttöön?
3. Onko sosiaalisessa mediassa ilmentyvän sosiaalisen pääoman määrä yhteydessä sosiaalisen median ongelmalliseen käyttöön?

Tutkielman aluksi syvennyttään näiden kysymysten sisältämiin termeihin. Sosiaalisen median kuvailu ja määrittely kertovat, millainen tutkittava ympäristö on luonteeltaan ja millaisia mahdollisuuksia se tarjoaa. Tutkielman teoreettinen perusta taas rakentuu sosiaalisen pääoman käsitteen kautta. Aiempaa tutkimusta työn aiheesta esitellään kattavasti, kun sosiaalinen media ja sosiaalinen pääoma viedään nuorten kontekstiin. Erityisesti esiin nostetaan aiemmissa tutkimuksissa havaittuja sosiaalisen median käytön hyötyjä ja haittoja. Teorian ja aiemman tutkimuksen jälkeen esitellään tutkielmassa hyödynnetty aineisto sekä käytetyt tutkimusmenetelmät. Analyysiosiossa käydään läpi määrällisen analyysin vaiheet ja tutkimuksen tulokset. Johtopäätökset ja keskustelu -luvussa tutkimuksen tuloksia heijastetaan aiempiin tutkimustuloksiin, pohditaan mahdollisia selityksiä saaduille tuloksille ja käsitellään tulosten yhteiskunnallista merkitystä.

2 NUORET, SOSIAALINEN MEDIA JA SOSIAALINEN PÄÄOMA

Johdannossa nostin esiin joitakin yleisiä sosiaalisen median käyttöön liittyviä käsitteitä, joita mediassa ja julkisessa keskustelussa esiintyy. Ennen kuin somen positiivisia ja negatiivisia sosiaalisia vaikutuksia päästään todella tarkastelemaan, erityisesti kaksi suurta käsitettä vaativat kuitenkin tarkempaa syventymistä ja määrittelyä: sekä sosiaalisella medially että sosiaalisella pääomalla saatetaan tarkoittaa eri yhteyksissä erilaisia asioita ja ilmiöitä. Ensimmäisenä määrittelen, mitä sosiaalisella medially tässä tutkimuksessa tarkoitetaan. Lisäksi rakennan aiemman tutkimuksen pohjalta käsityksen siitä, miten tarkastelu saadaan kohdennettua erityisesti nuorille olennaisiin sosiaalisen median aspekteihin. Tämän jälkeen esittelen sosiaalisen pääoman teoriaa ja määrittelen käsitteen erityisesti tämän tutkimuksen tarpeisiin sopivilla tavoilla: sosiaalista pääomaa koskevaa teoretisointia on tehty runsaasti (ks. esim. Ruuskanen 2001, Woolcock 2000), joten näen tarpeelliseksi määrittellä huolellisesti, millaisia teorioita on perusteltua hyödyntää nuorten ja sosiaalisen median maailmojen tarkastelussa.

2.1 Sosiaalinen media ja nuoret

Sosiaalisella medially viitataan sähköisiin kommunikaation muotoihin, joissa käyttäjät voivat muodostaa internetyhteisöjä yhteydenpitoa ja erilaisten sisältöjen, kuten kuvien ja videoiden, jakamista varten (Hoffman, Novak & Stein 2013, 29.). Käsitteen määrittelyn tarkkuudessa on eroja, ja esimerkiksi Kalliala ja Toikkanen (2009) määrittelevät sosiaalisen median prosessina, joka mahdollistaa yhteisten merkitysten luomisen hyödyntämällä internetiä, yhteisöjä ja erilaisia sisältöjä. Toisaalta on huomautettu myös, että sosiaalisen median määritelmä muotoutuu dynaamisesti ajan,

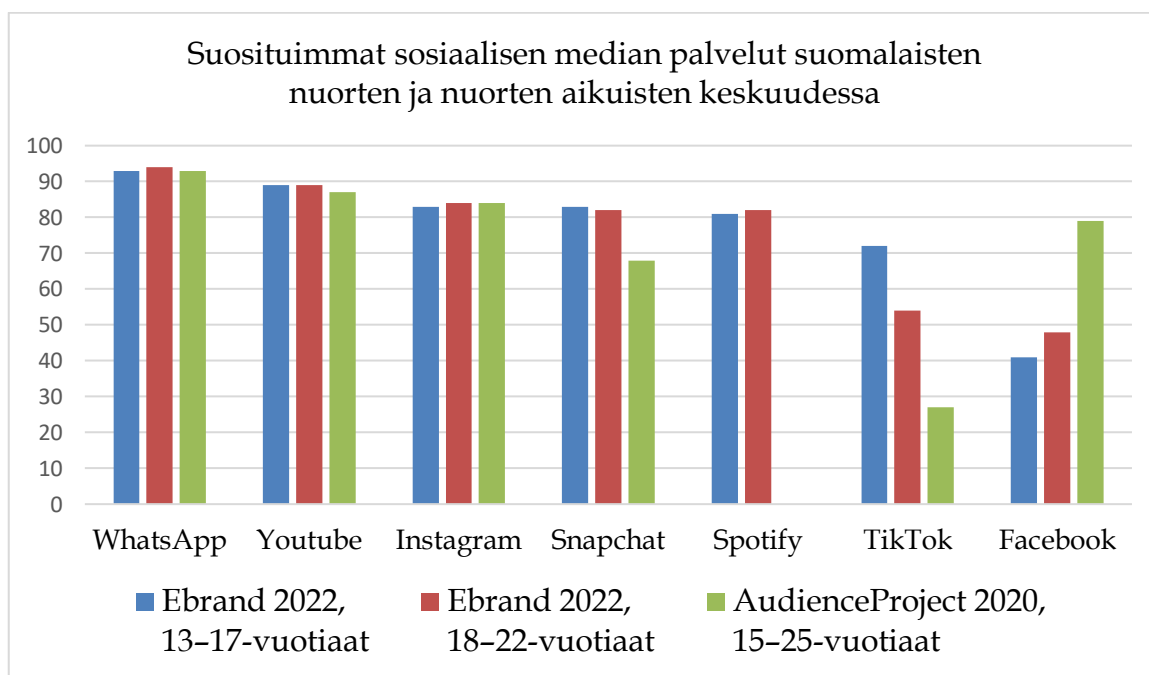
paikan ja teknologioiden vaikutuksesta – sosiaalisen median määritelmä siis muuttuu jatkuvasti, mikä on osasyynä määrittelyn vaikeudelle (Papacharissi 2015, 1). Joka tapauksessa sosiaalisesta mediasta on tullut osa jokapäiväistä elämäämme: nimensä mukaisesti se on muokannut tapaamme olla sosiaalisissa suhteissa toistemme kanssa sekä tapaa, jolla käytämme ja kulutamme mediaa. Yksityisellä tasolla sosiaalinen media on usein tapa pitää yhteyttä perheeseen ja ystäviin, mutta samaan aikaan sosiaalisen median profiilit voivat olla tärkeä osa ammatillista identiteettiä (Gregg 2011). Sosiaalisessa mediassa liikkuvat niin perinteiset mediat ja poliittiset toimijat kuin viihdeteollisuuskin. Kaikki näyttää olevan kytköksissä kaikkeen, ja sosiaalinen media on antanut käyttäjilleen mahdollisuuden tuottaa omaa sisältöään tähän kokonaisuuteen. Esimerkiksi mikroblogipalvelu Twitterissä lähetetty viesti voi aloittaa suoran keskustelun poliitikon kanssa tai päätyä mukaan tv-lähetykseen ja kuvien ja videoiden jakopalvelu Instagram saattaa toimia reittinä laajaan julkisuuteen. Samaan aikaan tämä kytköksellisyys on mahdollistanut ihmisten henkilökohtaisten tietojen keräämisen ja väärinkäyttämisen (esim. Tapiola 2021, Heikkilä 2021.). Sosiaalinen media on alati kiistanalainen yhtäaikaisen ylistyksen ja kritiikin kohde. Sosiaalisen median monien mahdollisten käyttötapojen äärellä herääkin kysymys siitä, mitä näistä mahdollisuuksista käytetään eniten ja millaisia ominaisuuksia käyttäjät itse pitävät olennaisina.

13–29-vuotiaille tehdyssä verkkokyselyssä (Ebrand Group Oy & Oulun kaupungin sivistys- ja kulttuuripalvelut 2022) vastaajilta kysyttiin, mikä tekee verkkopalvelusta sosiaalisen median palvelun. Yleisimmin somen olennaisina ominaisuuksina pidettiin mahdollisuutta keskustella muiden käyttäjien kanssa (77 % vastaajista) ja mahdollisuutta lukea, katsoa tai kuunnella muiden tuottamia sisältöjä (76 %). Muita yleisiä vastauksia olivat mahdollisuus tuottaa sisältöä (69 %), ihmisten mahdollisuus kommunikoida keskenään (68 %), mahdollisuus kommentoida muiden sisältöjä (65 %) sekä julkinen viestintä, jossa on kuitenkin mahdollisuus myös rajoitettuun viestintään (61 %). Esimerkiksi mahdollisuus tykätä tai ”peukuttaa” erilaisia sisältöjä taas oli määrittävä tekijä vain 50 %:lle vastaajista. Nimimerkillä tai omalla nimellä rekisteröitymisen koki olennaiseksi enää 35 % vastaajista ja omien yhteisöllisten ryhmien luonnin 32 %. Näitä vastauksia tiivistäen ja yhdistäen voidaan todeta, että nuorille ja nuorille aikuisille sosiaalinen media näyttäisi määrittävän käyttäjien välisen kommunikaation kautta, mutta viestinnän muotoa tai laatua ei pidetä kovinkaan rajaavina tekijöinä. Palvelusta täytyy löytyä käyttäjien luomia sisältöjä ja käyttäjien pitää voida viestiä toisilleen, mutta muita käyttäjiä ei ole välttämätöntä tunnistaa, eikä käyttäjistä tarvitse muodostua varsinaista yhteisöä. Tätä varsin laveaa määritelmää on kuitenkin syytä testata ainakin kahdesta suunnasta: Vastaako tämä käyttäjien oma määrittely sosiaalisen median tutkimuksessa yleensä käytettyjä määritelmiä? Entä soveltuuko tämä määritelmä kuvaamaan suosituimpia sosiaalisen median sovelluksia?

Aichner, Grünfelder, Maurer ja Jegeni (2021) tarkastelivat kirjallisuuskatsauksen avulla sitä, millaiset sosiaalisen median määritelmät ovat olleet hallitsevia tutkimuskäytössä vuosien 1994 ja 2019 välillä. Nykyisen määritelmän olennaisiksi osiksi he havaitsivat erityisesti käyttäjien mahdollisuuden sisällön luomiseen ja jakamiseen. Huomioitavaa on myös se, että nykyisin sosiaalista mediaa käsiteltäessä ei puhuta niinkään ihmisistä, vaan spesifimmin käyttäjistä. Voidaankin ajatella, että sosiaalista mediaa ei enää käsitetä passiivisena ympäristönä tietylle sosiaaliselle toiminnalle, vaan käyttäjien jatkuvasti rakentamana alustana, jonka sisällöt ja käyttötavat mukautuvat käyttäjien toimintaan. Sosiaalisen median määrittely ei katsauksen mukaan myöskään kytkeydy enää käyttäjien yhteisten kiinnostuksenkohteiden tai harrastusten ympärille, mikä kertoo sosiaalisen median käyttötarkoitusten laajenemisesta yli ihmisten omien ennalta olemassa olleiden sosiaalisten suhteiden ylläpidon. Sen sijaan sosiaalinen media nähdään laajana media-alustana, jossa myös erilaiset julkiset toimijat viestivät yksisuuntaisesti suurelle määrälle käyttäjiä. Katsauksessa nimettiin useita erilaisia sosiaalisen median olennaisimpia käyttötarkoituksia: yhteydenpito ystävien ja perheen välillä, romanttisten suhteiden hallinnointi, yritysten ja brändien kanssa kommunikointi, työnhaku ja verkostoituminen sekä varsinainen liiketoiminta. Tällaisen määrittelyn mukaisesti some ulottuu kattavasti lähes kaikille elämän osa-alueille. Sosiaalisen median määrittely tutkimuksessa on siis usein tarkempaa ja sisältää enemmän nimettyjä ominaisuuksia kuin aiemmassa kappaleessa läpikäytyt, käyttäjien olennaisina pitämät ominaisuudet. Tämä on siitä näkökulmasta luonnollista, että tutkimusta tehtäessä ollaan usein kiinnostuneita jostain tietystä sosiaalisen median aspektista tai ilmiöstä sosiaalisen median sisällä, minkä vuoksi sosiaalinen media on tehtävän tutkimuksen sisällä määriteltävä tarkemmin. Tarkemmalla määritelmällä voidaan saavuttaa tarkempaa tietoa. Kokonaisuutena tutkimuksissa käytetyt määritelmät sopivat hyvin yhteen myös käyttäjien tärkeinä pitämien ominaisuuksien kanssa: viestintä käyttäjien välillä, sisällön luominen ja sisällön jakaminen ovat määritelmän kulmakivet. Kolmantena näkökulmana sosiaaliseen mediaan käydään seuraavana läpi sitä, mitkä sosiaalisen median sovellukset ovat nuorten keskuudessa suosituimpia.

Kuvioon 1 on koottu kahden eri kyselytutkimuksen (Ebrand Group Oy & Oulun kaupungin sivistys- ja kulttuuripalvelut 2022 & AudienceProject 2020) tuloksia suomalaisten nuorten eniten käyttämistä sosiaalisen median palveluista. Suomalaisten nuorten käytetyimpiä sosiaalisen median sovelluksia ovat AudienceProject-tutkimuksen (2020) mukaan WhatsApp (93 % 15–25-vuotiaista sanoo käyttävänsä), YouTube (87 %), Instagram (84 %), Facebook (79 %) ja Snapchat (68 %). Tulokset olivat samansuuntaisia myös Ebrand-tutkimuksessa (2022) (KUVIO 1), jonka raportista käyvät ilmi myös eri ikäisten nuorten (13–17-vuotiaat ja 18–22-vuotiaat) erot sovellusten käytössä. Huomioitavaa on erityisesti, että Facebookin käyttö laskee nuoremmissa 13–

17-vuotiaissa 41 %:iin. Sosiaalisen median sovellusten suosio voidaan vahvistaa vielä tarkastelemalla Suomen virallisen tilaston (2019) kyselyitä, joissa 16–24-vuotiaista pikaviestipalveluita, kuten WhatsAppia, on ilmoittanut käyttävänsä 97 % vastaajista ja yhteisöpalveluita, kuten Facebookia, 86 % vastaajista. Sosiaalisen median käytön voidaan siis todeta olevan nuorten parissa hyvin yleistä, vaikka jokin yksittäinen sovellus, tässä tapauksessa Facebook, menettäisikin rajusti suosiotaan nuoremmissa ikäluokissa.



KUVIO 1 Suomalaisten nuorten eniten käyttämät sosiaalisen median palvelut. Käyttöasteet prosentteina. (Ebrand Group Oy & Oulun kaupungin sivistys- ja kulttuuripalvelut 2022 & AudienceProject 2020.)

Kyselytutkimuksessa (AudienceProject 2020) selvitettiin myös, että Suomessa vain 8 % vastaajista arvioi, että sosiaalisella medially olisi ollut negatiivinen vaikutus heidän elämäänsä, kun taas positiivisena vaikutusta elämään pitää 41 % vastaajista. Ei siis ole ihmeellistä, että sosiaalisia medioita pidetään usein myös itselle tärkeinä (56 % pitää tärkeänä, 14 % ei tärkeänä). Tässä työssä onkin kiinnostavaa havainnoida, heijastuuko tilastollisesti varsin vähäinen arvio sosiaalisen median negatiivisista vaikutuksista myös tutkimuksessa käytettävässä aineistossa esiintyviin määriin ongelmallisesta sosiaalisen median käytöstä. Toinen mielenkiintoinen vertailukohde on se, ovatko tässä työssä käytettävässä aineistossa suosituimmiksi nousevat sosiaalisen median käytön tavat hyvin loogisesti yhdistettävissä suosituimpiin sosiaalisen median alustoihin (esim. viestittely tai chattailu on yleistä ja WhatsAppin käyttäminen on yleistä) vai käyttävätkö nuoret kenties alustoja monipuolisemmin ja luovemmin kuin tutkija saattaisi ennalta arvioida. Erityisen mielenkiintoista tietoa syntyy mielestäni

myös pelaamisesta, sillä useat sosiaalista mediaa käsittelevät tutkimukset keskittyvät lähinnä isojen yhteisöpalveluiden käyttöön ja sivuuttavat netissä pelattavat moninpelejä. Onko pelaaminen esimerkiksi suuremmissa yhteydessä ongelmalliseen käyttöön kuin yhteisöpalvelut tai auttaako pelaaminen sosiaalisen pääoman kerryttämisessä?

Tässä kappaleessa on todettu, että sosiaalinen media määritellään sekä tehtyjen tieteellisten tutkimusten että käyttäjien tärkeinä pitämien ominaisuuksien valossa sellaisiksi internetpohjaisiksi palveluiksi, jotka mahdollistavat käyttäjien välisen viestinnän, sisällön luomisen ja sisällön jakamisen. Myös eniten käytetyt sosiaalisen median palvelut sopivat hyvin yhteen tämän määritelmän kanssa, vaikka eri sovellukset tarjoavatkin näitä mahdollisuuksia hyvin erilaisilla tavoilla. Sosiaalisen median palvelut ovat erityisesti nuorten keskuudessa hyvin suosittuja, joten tämän tutkielman kaltainen nuorten somettamisen perusteellisempi tarkastelu voidaan nähdä hyvin perusteltuna ja ilmiön vaikutusten ymmärtämisen kannalta kiinnostavana.

Sosiaalisen median lisäksi tarkempaa esittelyä kaipaa myös toinen tämän tutkimuksen keskeisistä käsitteistä. Seuraavissa luvuissa käyn läpi sosiaaliseen pääomaan liittyvää teoriaa ja tarkennan käsitteen määrittelyä niin, että se soveltuu erityisesti nuorten sosiaalisen elämän tarkasteluun.

2.2 Sosiaalinen pääoma

Sosiaalisen pääoman käsitteen tarkoituksena on rinnastaa sosiaalisten suhteiden yksilölle luoma arvo muihin pääoman muotoihin ja havainnollistaa, miten nämä sosiaaliset suhteet ovat muutettavissa muiksi pääoman muodoiksi. Tällä tavoin ihmissuhteita ja verkostoja voidaan tarkastella investointeina eli sijoituksina, joiden tarkoituksena on tuottaa yksilölle lisäarvoa. Sijoitusmetafora onkin siinä mielessä osuva, että luottamukselliset suhteet toisiin ihmisiin auttavat usein poikimaan lisää tällaisia suhteita: yhden yksilön tuntemilla ihmisillä on suhteita muihin yksilöihin ja organisaatioihin, eli yksilölle syntyy mahdollisuus hyötyä myös näistä välillisistä suhteista ja rakentaa niihin henkilökohtaisia siteitä. Tästä verkostoitumisesta hyötyvät sekä yksilö, jolle suhteet tarjoavat esimerkiksi tukea ja uusia mahdollisuuksia, että yhteiskunta, jolle sosiaalisen pääoman on huomattu tuovan monenlaisia etuja aina luottamuksen tuomasta tehokkuudesta yhtenäisyyden tuomaan vakauteen. (Luoma-aho 2016, 760.) Sosiaalisen pääoman käsitettä voidaan siis pitää perusteltuna tapana kuvata sosiaalisten suhteiden hyödyllisyyttä ja niiden hyvän sijoituksen lailla itseään kerryttävää luonnetta. Tässä työssä kiinnostuksen kohteena ovat juuri sellaiset sosiaalisen median välityksellä ylläpidetyt suhteet, joista yksilön voidaan nähdä hyötyvän esimerkiksi saadun tuen tai laajentuneen verkoston kautta – sosiaalisen pääoman käsite on siis

hyvin perusteltu valinta tutkimuksen tarpeisiin ja helpottaa sekä analyysin jäsentämistä että tutkittavien ilmiöiden selkeää kuvailua.

Sosiaalisen pääoman käsittely aloitetaan usein esittelemällä Pierre Bourdieun, James Colemanin ja Robert Putnamin tapoja ymmärtää ja käyttää sosiaalisen pääoman käsitettä. Tämä lähestymistapa auttaa sekä avaamaan käsitteen eri ulottuvuuksia että järjestämään tietoa ymmärrettävällä tavalla (Blaxter & Hughes 2000). Bourdieu (1986, 247) määrittelee sosiaalisen pääoman sellaisiksi resursseiksi tai potentiaalisiksi resursseiksi, jotka liittyvät yksilön verkostoihin, eli jotka ovat yksilön hyödynnettävissä hänen sosiaalisten suhteidensa kautta. Colemanille (1988, 98) sosiaalinen pääoma määrittyy sen funktion kautta: sosiaaliset rakenteet mahdollistavat toimintaa joko yksilölle tai suuremmalle toimijalle rakenteen sisällä. Käsite on siis tällä tavoin omiaan tunnistamaan sosiaalisen rakenteen hyödyllisyyden. Putnam (1995, 664–665) niin ikään korostaa määritelmässään verkostojen, normien ja luottamuksen kykyä tehostaa niihin osallistuvien yhteisten tavoitteiden edistämistä, eli havainnoi sosiaalista pääomaa sen seurausten perusteella. Ruuskanen (2001, 1) tiivistää eri klassikoiden määritelmät seuraavasti: ”Sosiaalisella pääomalla viitataan yleensä sosiaalisen rakenteen tiettyihin ulottuvuuksiin, kuten sosiaalisiin verkostoihin, normeihin ja luottamukseen, jotka edistävät verkoston jäsenten välistä sosiaalista vuorovaikutusta ja sen myötä tehostavat yksilöiden tavoitteiden toteutumista tai talouden toimintaa.” Edellä kuvatut määrittelyt saattavatkin kuulostaa enemmän toisiaan täydentäviltä kuin vastakkaisilta, mutta Siisiäinen (2003, 204–205) erottaa toisistaan erityisesti Bourdieun näkemyksen, jossa sosiaalinen pääoma on ”yksilötoimijan yhteiskunnallisten toimintaresurssien keskeinen osatekijä” sekä Putnamin, jolle sosiaalinen pääoma on ”yhteisön toimivuutta ja kiinteyttä lisäävää kollektiivista voimavaraa”. Määritelmien lisäksi kolmikron teorioissa on myös muita eroja, joita havainnollistavat hyvin klassikoihin kohdistetut kritiikit. Kritiikin käsittely tuo lisäksi esille, ettei sosiaalinen pääoma ole käsitteenä ongelmaton ja auttaa selventämään, millaisessa merkityksessä sosiaalista pääomaa tässä työssä käytetään. Seuraavana esittelen sosiaalisen pääoman teorioita tarkemmin, jäsenän niihin kohdistettua kritiikkiä ja pohjustan tässä työssä käytettävän sosiaalisen pääoman määritelmän valintaa.

Bourdieuille pääoman eri muodot ovat tiiviisti yhteydessä toisiinsa: kulttuurinen ja sosiaalinen pääoma ovat tietyissä olosuhteissa muutettavissa taloudelliseksi pääomaksi. Kulttuurinen pääoma, joka voi olla sisäistettyä (embodied) eli olemukseen liittyvää, välineellistettyä (objectified) eli esimerkiksi hankittuja tavaroita tai institutionaalista, kuten koulutuksellisia pätevyyskykyä, on siis eräänlainen tiedostettu tai tiedostamaton investointi, jolla voi saavuttaa taloudellista hyötyä. Sosiaalinen pääoma taas on sidoksissa muihin pääoman muotoihin, sillä sen määrä riippuu yksilön verkoston koosta sekä verkoston yksilöiden ekonomisesta, kulttuurisesta tai symboli-

sesta, eli missä tahansa muodossa olevasta mutta symbolisesti ymmärretystä, pääomasta. Bourdieulle sosiaalisen pääoman juuret ovat siis lopulta taloudellisessa pääomassa, vaihdannassa ja vaihtosuhteissa. Sosiaalinen pääoma on ennen kaikkea valtaa jostain toisesta, eikä esimerkiksi jotakin yhteisiä päämääriä edistävää. (Bourdieu 1986.) Bourdieuta onkin kritisoitu ajattelusta, jossa yksilöitä pidetään lähinnä etunsa edistämistä kiinnostuneina niin, että etu lähtökohtaisesti tarkoittaa valtaa ja omaisuutta. Vallankäyttäjän ja vallankäytön kohteen välisen dynamiikan ja sen uusintamisen korostaminen jättää vähän mahdollisuuksia muutokselle, jopa sivuuttaen tiettyjen yhteisöjen sisäisen sosiaalisen pääoman kokonaan. (Siisiäinen 2003, 214–215; Modood 2004.)

Colemanille (1998) sosiaalinen pääoma sijaitsee toimijoiden välisissä yhteyksissä. Olivat nämä toimijat sitten ihmisiä tai esimerkiksi yrityksiä, niiden keskinäinen luottamus ja luotettavuus toimivat mahdollistavina rakenteina: esimerkiksi pelkällä perheen läsnäololla ei ole yhtä myönteistä vaikutusta koulumenestykseen kuin perheen sisäisellä sosiaalisella pääomalla. Colemanille velvollisuudet ja odotukset, tiedonkulun kanavat sekä sosiaaliset normit ovat sosiaalisen pääoman muotoja. Colemanin on katsottu sivuuttavan tarkastelussaan ne, joita sosiaalisen pääoman rakentamisen sijaan kuvaa paremminkin sosiaalisen pääoman puuttuminen. Lisäksi Colemanin (1988) teoriassa olennaisen sosiaalisen rakenteen sulkeutuneisuuden (closure), joka mahdollistaa yhteisön sisäisen, jäsenten toisiinsa kohdistaman tarkkailun ja sanktioinnin, tarpeellisuutta sosiaalisen pääoman muodostumisessa on kyseenalaistettu, ja sen on nähty toimivan joskus enemmänkin rajoittavana tekijänä. (Tlili & Obsiye 2013, 555, 558–559; Ruuskanen 2001, 17–18.) Sulkeutuneisuuden tilalle on tarjottu myös päinvastaista näkemystä niin sanottujen rakenteellisten aukkojen merkityksestä: kun verkosto ei ole täysin tiivis, eli kaikkien sen jäsenten välillä ei ole suoraa yhteyttä, syntyy yksilöille lopputuloksena hyötyjä, jotka eivät ole päällekkäisiä muun verkoston kanssa, vaan tuovat lisää jotakin täysin uutta. Tässä näkemyksessä korostuu, että tietty vapaus tuottaa verkostolle vallankäyttöä paremmat lopputulokset. (Burt 1992.)

Putnamille sosiaalinen pääoma on eräänlaista yhteisön ja yhteisöllisyyden tunnetta, joka toimii yhtenä tärkeimmistä resursseista esimerkiksi turvallisuuden ja terveyden takaamisessa näille yhteisöille. Kun tämä yhteisöllisyyden tunne laskee tai häviää, alkaa yhteisö voida monilla tavoin huonommin. Sosiaalinen pääoma on yhteyksiä yksilöiden välillä, yhteyksien rakentamia verkostoja ja verkostoissa syntyneitä normeja, jotka ohjaavat vastavuoroisuuteen ja luottamukseen. Putnamin kohdalla pätevät osittain monet samat kritiikin kohteet kuin Colemaninkin kohdalla, sillä juuri Colemanin näkemykset toimivat Putnamin ajattelun teoreettisena pohjana (Putnam 1995; Putnam 2000, 19; Tzanakis 2013, 7). Lisäksi Putnamin näkökulmaa sosiaaliseen pääomaan on kritisoitu erityisesti vallan ja politiikan käsitteiden puuttumisesta sekä konfliktien merkityksen sivuuttamisesta analyysissä. Kritiikkiä on kohdistettu myös

yhteenkuuluvuuden tunteen ja osallistumisen poliittisen tarkoituksen, eli yhteisön päämäärien ja sosiaalisen pääoman käytön kohteiden merkityksen huomiotta jättämisestä. (Navarro 2002, 425–428.) Toisaalta tämä näyttäisi olevan varsin tietoinen valinta, sillä Putnam (1995, 665) toteaa sen, kuka tai mitkä tahot sosiaalisesta pääomasta hyötyvät, olevan kussakin tilanteessa erikseen empiiristä tarkastelua vaativa kysymys. On silti relevanttia kysyä, milloin nämä empiiriset kysymykset nostetaan esiin ja milloin ne jätetään tarkastelun ulkopuolelle. Lisäksi Putnamin on katsottu lukeneen kausaliitteita sosiaalisen pääoman ja hyvien lopputulosten välille, vaikkei syistä ja seurauksista ole ollut todisteita. Tällä tavoin syntyy kehäpäätelmä: lisääntynyt sosiaalinen pääoma johtaa hyviin lopputuloksiin, ja hyvät lopputulokset ovat todiste sosiaalisesta pääomasta. (Sobel 2002, 140–141.) Toisin sanottuna on siis ajoittain varsin epäselvää, miten Putnam sosiaalisen pääoman määrittelee (Ruuskanen 2001, 24–25).

Tässä työssä sosiaalista pääomaa ei tarkastella bourdieulaisittain vallan, konfliktien tai symbolisen pääoman näkökulmasta, minkä lisäksi huomiotta jätetään myös Colemanin teoretisoinnille olennainen yhteisön sisäinen tarkkailu. Näiden sijasta käsitettä käytetään Putnamin tapaan hahmottelemaan sosiaalisten verkostojen merkitystä ja niistä syntyviä hyötyjä. Edellisessä kappaleessa esitellyt kritiikit Putnamin sosiaalisen pääoman teoriaa kohtaan keskittyivät vallan, politiikan ja konfliktin käsitteiden puuttumisen ongelmallisuuteen sekä siihen, osataanko sosiaalinen pääoma erottaa sen lopputuloksista – onko sosiaalinen pääoma vain toinen nimitys kaikelle hyvälle. Nämä Putnamin teorian heikkoudet eivät osoittaudu haitoiksi tälle työlle, sillä tutkimuksessa tarkastelun alla on juuri se, onko sosiaalisessa mediassa ilmentyvän sosiaalisen pääoman määrä yhteydessä hyviin tai huonoihin lopputuloksiin (huonompaan sosiaalisen median käytön hallintaan tai sosiaalisen median käytöstä koituviin haittoihin – somen ongelmalliseen käyttöön), joten sosiaalista pääomaa ei sekoiteta määritelmällisesti sen oletettavasti tuomiin seurauksiin. Samanlaista sosiaalisen verkoston ja sen tuotoksien erottelua sosiaalisen pääoman operationalisoinnissa on käyttänyt myös esimerkiksi Williams (2006, 594) artikkelissaan, jonka tavoitteena oli määrittää toimivia tapoja verkossa ilmenevän sosiaalisen pääoman määrän mittaamiseen. Työn tavoitteena ei myöskään ole tarkastella yhteiskunnallisia tai yksilöiden välisiä konfliktitilanteita, joten Putnamin teorian puutteet eivät näiltä osin tee tutkimuksesta vajavaisempaa. Lisäksi käytettävän datan väittämissä sosiaalinen pääoma määrittyy yksilön henkilökohtaiseksi tukiverkostoksi (esim. ”Minulla on somessa henkilö, jolta voin kysyä neuvoa tehdessäni tärkeitä päätöksiä”) ja laajemmaksi, mahdollisuuksia tuovaksi sosiaaliseksi verkostoksi (esim. ”Some tuo elämäni uusia ihmisiä, joiden kanssa keskustella”), minkä avulla vältetään epäselvä sosiaalisen pääoman määrittely, joka oli yksi Putnamin teoriaan kohdistetuista kritiikeistä.

Putnamin sosiaalisen pääoman teoriasta tämän työn näkökulmasta kiinnostavia ovat myös yhdistävän (bridging) ja sitovan (bonding) sosiaalisen pääoman käsitteet.

Käsitteet auttavat erityisesti havainnollistamaan sosiaalisen pääoman merkitystä nuorille ja havainnollistavat sitä, millaisia mahdollisuuksia sosiaalinen media tarjoaa. Seuraavassa luvussa esittelen nämä sosiaalisen pääoman alaluokat tarkemmin.

2.2.1 Yhdistävä ja sitova sosiaalinen pääoma

Sosiaalisen pääoman erilaisista teoreettisista ulottuvuuksista Putnamin mielestä kenties olennaisin on yhdistävän ja sitovan pääoman erittely. Yhdistävä sosiaalinen pääoma on luonteeltaan inklusiivista: se sitoo yhteen ihmisiä erilaisista ryhmistä ja auttaa löytämään uusia yhteyksiä. Sitova sosiaalinen pääoma taas on eksklusiivista ja vahvistaa ryhmiä sisäisesti: se sulkee ulkopuoliset tiukemmin pois ryhmästä ja pitää ryhmän jäsenet vahvemmin osallisina. Yhdistävä ja sitova sosiaalinen pääoma eivät ole toisiaan poissulkevia, eli samat sosiaaliset rakenteet voivat toimia yhtä aikaa molemmissa merkityksissä. (Putnam 2000, 22–23.)

Yhdistävä pääoma vertautuu niin kutsuttuihin heikkoihin siteisiin, jotka määrittyvät epäsäännöllisestä yhteydenpidosta ja yksilöiden etäisyydestä verkoston sisällä. Yhdistävän pääoman voidaan ajatella mahdollistavan nämä heikot siteet, jotka toimivat siltana yksilön oman välittömän sosiaalisen verkoston ulkopuolelle. Yhdistävän pääoman erityisiä vahvuuksia ovat tiedon tehokas leviäminen ja uusien resurssien tarjoaminen verkoston jäsenille. (Granovetter 1973; Putnam 2000, 22–23; Luoma-aho 2016, 2.) Käytännön esimerkkinä heikkojen siteiden ja yhdistävän pääoman hyödyllisyydestä voidaan mainita vaikkapa tilanne, jossa työtä etsivä yksilö saa vanhempiensa ystäväpiirin kautta vinkin mahdollisesta työpaikasta. Tämän työn ja sosiaalisen median kontekstissa esimerkkinä voisi olla käyttäjän somekaverin jakama päivitys, josta käyttäjä saa uutta tietoa, löytää kiinnostavan tapahtuman tai löytää sosiaalisen median ryhmän, johon liittyä osaksi yhteisöä.

Sitovaa pääomaa taas voidaan verrata vahvoihin siteisiin, joihin mielletään mukaan muun muassa perhesuhteet ja läheiset ystävyudet. Vahvat siteet ovat heikkoja siteitä intiimimpiä, sisältävät enemmän emotionaalista sitoutumista ja kanssakäymistä molempiin suuntiin sekä ovat ajalliselta kestoaltaan oletettavasti pidempiä. Sitova pääoma ja vahvat siteet eivät lähtökohtaisesti, eivätkä määritelmällisesti, toimi siltana uusien ihmisten tapaamiseen, vaan niitä voidaan kuvata eräänlaisena sosiaalisena liimana, joka pitää yksilöiden väliset suhteet – ja näin myös ryhmät ja verkostot – tiiviinä ja yhtenäisinä. (Granovetter 1973; Putnam 2000, 22–23, Luoma-aho 2016, 2.) Tämän tutkimuksen ja sosiaalisen median kontekstissa sitovasta pääomasta kertovat erityisesti sosiaalisen median kautta saatava henkilökohtainen tuki ja yhteydenpito yksilön omaan lähipiiriin.

2.2.2 Nuorten sosiaalinen pääoma

Sosiaalisen pääoman teorian soveltaminen nuorten elämän tarkastelemiseen ja kyseisen käsitteen arviointi nuorisotutkimuksen näkökulmasta saavat aikaan mielenkiintoisen yhdistelmän. Siinä missä nuorisotutkimuksessa on usein pyritty käsittelemään nuoria aktiivisina toimijoina, jotka luovat itse omaa kulttuuriaan, saatetaan sosiaalisen pääoman käsitteen kautta päätyä tarkastelemaan nuoria lähinnä olosuhteilleen alisteisina. Esimerkiksi Colemanin (1988) teoriassa nuoret korostuvat ennen kaikkea sosiaalisen pääoman vastaanottajina sen sijaan, että he loisivat sitä itse. Coleman korostaa perheen ja ennen kaikkea vahvojen perhesuhteiden merkitystä sosiaalisen pääoman syntymisessä: vanhemmilta ja vanhempien suhteista toisiin vanhempiin jälkikasvu saa paremmat edellytykset toimia erityisesti kouluyhteisössään. Tällaisesta näkökulmasta esimerkiksi nuorten itsensä luoma alakulttuuri voidaan nähdä sosiaalista pääomaa vähentävänä, mikäli siihen kuuluminen heikentää nuoren perhesuhteita, vaikka hedelmällisempää voisi olla tarkastella nuorisokulttuuria tapana rakentaa omaa asemaa ja sosiaalista pääomaa nuorten omien yhteisöjen sisällä. (Tolonen 2007, 31–33.)

Lopulta tämä näkökulmien yhteentörmäys synnyttää nähdäkseni hedelmällisen lähtökohdan nuorten sosiaalisen elämän tarkastelulle. Perheen merkityksen korostaminen voi saada aikaan hyödyllistä tietoa siitä, miten erilaiset lähtökohdat elämään vaikuttavat nuoren asemaan yhteisössään ja valaista mahdollisuuksia eriarvoisuuden ehkäisyyn. Nuoren oman toimijuuden korostaminen taas auttaa ymmärtämään monipuolisemmin sitä, millaisin keinoin nuoret luovat tai pyrkivät luomaan sosiaalista pääomaa ja millaiset asiat nuori näkee itse merkityksellisinä. Lähelle näiden näkökulmien yhdistymistä on päädytty ainakin soveltamalla Bourdieun kulttuurisen pääoman käsitettä alakulttuuriseksi pääomaksi (Clawson 1997; Bullen & Kenway 2005). Alakulttuurisella pääomalla viitataan eri pääoman muotoihin, jotka toimivat tietyn alakulttuurin sisällä, mutta eivät ole yleistettävissä muualle – joskin esimerkiksi alakulttuuria varten hankittu taito tai tieto voi auttaa jopa saamaan töitä ja muuttua näin yleisemmin hyödylliseksi. Nuorista ja nuorisokulttuureista puhuttaessa onkin olennaista erotella sitova ja yhdistävä sosiaalinen pääoma toisistaan. Sitova pääoma voi olla sitoutumista alakulttuuriin, jossa esimerkiksi pukeutumisen- tai käyttäytymistavat yhdistävät jäseniään tiiviiksi yhteisöksi, mutta pitävät samalla yhteisön jäsentä erillään valtakulttuurista. Samalla tavoin sitova pääoma voi pitää nuoren vahvemmin kiinni myös paikallisyhteisössään, esimerkiksi jos vahvat perhesuhteet ja maaseudulla kasvaminen saavat nuoren epäröimään lähtöä muualle opiskelemaan tai töihin. Yhdistävä pääoma taas luo edellytyksiä eri ryhmien väliselle toiminnalle ja vuorovaikutukselle: esimerkiksi tiettyyn musiikkityyliin liittyvään nuorisokulttuuriin investoituneen nuoren hankkima musikaalinen osaaminen saattaa avata yhteyden muihin musiikista kiinnostuneisiin ryhmiin.

Sosiaaliset suhteet – ja sosiaalinen pääoma – rakentavat nuoren identiteettiä, edistävät hyvinvointia sekä tarjoavat erilaisia resursseja ja toimintamahdollisuuksia. Sosiaalisia suhteita solmitaan sekä fyysisissä että virtuaalisissa tiloissa, sekä yksilöllisesti että yhteiskunnallisten tekijöiden ohjaamana. Keskustelussa ystävydestä ja ystäväystymisestä keskitytään usein vahvasti yksilöön itseensä, mutta sosiaaliin suhteisiin ja kuulumisen tunteeseen liittyy myös yksilön taustojen ja yhteiskunnallisen aseman vaikutusta siihen, mihin ryhmiin kukakin voi ja haluaa kuulua. (Aaltonen, Kivijärvi, Peltola & Tolonen 2011, 29–30.) Sosiaalisen pääoman määrän vaikutukset nuoren elämään ilmenevät myös varsin yllättävillä, mutta hyvin merkityksellisillä tavoilla. Nuoret elävät usein yhtä aikaa rinnakkaisissa maailmoissa, joissa erilaiset sosiaalisen pääoman muodot voivat yhtä aikaa vaikuttaa positiivisesti ja negatiivisesti: Hyvä suhde opettajaan, eli opettajan positiiviset arviot oppilaan persoonallisuudesta, vaikuttavat positiivisesti koulutuloksiin. Toisaalta taas huono käytösnumero voi olla merkki suuremmasta sosiaalisesta suosiosta muiden oppilaiden keskuudessa. (Keltikangas-Järvinen 2007, 27, 37–38.) Juuri tällaisen tasapainoilun tarkastelussa korostuvat nuorten oman maailman ja oman toimijuuden ymmärtäminen.

Monitahoisuudesta ja monitulkintaisuudesta huolimatta on olemassa myös selaista sosiaalista pääomaa, josta on nuorelle varsin kiistatonta hyötyä. Esimerkiksi yläasteikäisten oppilaiden keskimääräisen, keskiarvolla mitatun koulumenestyksen on tutkimuksessa havaittu olevan parempi niillä nuorilla, jotka olivat opiskelleet yhdessä vähintään kaksi vuotta eli joiden ryhmään kuulumisen oli tältä osin vahvempaa. Tällaisen ydinjoukkoon kuulumisen on havaittu olevan yhteydessä myös oppilaan positiivisempiin arvioihin omasta temperamentistaan ja toiminnastaan. Lisäksi luokan vaihtamisen yläasteella on huomattu aiheuttavan merkittävän riskin nuoren psyykkiselle hyvinvoinnille ja koulussa tulosten valossa pärjäämiselle. (Alatupa 2007, 100–102.) Näiden havaintojen perusteella voidaan sanoa, että sosiaalisen pääoman määrän vaikutus nuoren elämään on hyvin kattava ja kenties myös kauaskantoinen: koulumenestyksen ja minäkäsityksen merkitystä oppilaalle ei tule ainakaan aliarvioida.

Tässä työssä nuorten sosiaalista pääomaa käsitellään muodoissa, joiden voisi ennalta olettaa tuottavan yksilölle juuri positiivisia vaikutuksia: henkilökohtaisen tuen vastaanottaminen, verkostoituminen ja yhteisöllisyyden tunne eivät itsessään kuulosta riskejä muodostavilta tekijöiltä. Tietyin nuoruuden sosiaaliselle pääomalle ominaisen ambivalenssin tutkimukseen tuo kuitenkin sosiaalinen media ympäristönä. Työn johdannossa käsitellyt somen koukuttavuus, stereotypia verkkoympäristöissä aikansa viettävästä syrjäytyneestä nuoresta ja somessa vietetyn ajan mahdolliset haittavaikutukset, kuten itsen liiallinen vertaaminen muihin, rakentavat tutkimukselle mielenkiintoisen asetelman, jossa lähtökohtaisesti positiivisena pidettävä sosiaalinen pääoma törmää monenlaisen epäilyksen kohteena usein olevaan sosiaalisen median ympäristöön.

Aiemmin tässä kappaleessa esitelty lähestymistapa, joka ottaa huomioon erilaiset alakulttuurit ja sosiaalisen pääoman eri muodot, onkin olennainen tälle työlle juuri siksi, että internet ja sosiaalinen media tarjoavat lähestulkoon loputtomat mahdollisuudet erilaisiin alakulttuureihin osallistumiselle ja nuorten itsensä tuottamalle sisälölle. Koska verkossa on mahdollista osallistua lähes lukemattomaan määrään erilaisen asioiden ympärille keräytyneitä ryhmiä, voi moni muutoin ainoastaan sitovana sosiaalisena pääomana toimiva tekijä avata internetin kautta ovia uusiin ryhmiin ja toimia näin yhdistävänä sosiaalisena pääomana. Alakulttuurien lisäksi sosiaalinen media on hyvin merkittävä osa myös valtakulttuuria, koulun kaveriporukoita ja suuri osa muustakin nuoren sosiaalisesta elämästä. Siinä missä nuoremmilla lapsilla vanhempien merkitys myös internetin käytössä voi olla suurempi, käyttävät 15–19-vuotiaat nuoret sitä itsenäisesti, eikä tämän ikäisiä nuoria olekaan syytä nähdä sosiaalisessa mediassa muina kuin itsenäisinä toimijoina. Tämä ei tietenkään tarkoita, etteikö esimerkiksi vanhempien varakkuudella olisi sosiaalisessa mediassa toimimisen suhteen mitään väliä: kaikki eivät pääse tekemään uusinta päivitystään kalliilta lomamatkalta, eivätkä ottamaan itsestään kuvia uusimmissa muotivaatteissa.

Voidaankin todeta, ettei nuorten ja nuorten ympäristön kattava tutkiminen oikeastaan edes onnistu tarkastelematta samalla verkkoympäristöjä, joissa nuoret toimivat ja joita nuoret ovat myös poikkeuksellisella tavalla mukana luomassa (Hjelm, Tikka, Suurpää & Sumiala 2014, 54). Tässä työssä tehtyä tarkastelua ei siis pidä ajatella "vain nettiin" kohdistuvana, sillä juuri netti on nuorille hyvin olennainen ympäristö, joka on aina läsnä muiden sosiaalisten yhteyksien rinnalla. Verkko- ja fyysinen ympäristö sulautuvat toisiinsa, ja internetissä kerätyllä sosiaalisella pääomalla on usein merkitystä myös verkon ulkopuolella. Lisäksi De Zúñiga, Barnidge ja Scherman (2016, 9) ovat havainneet kattavassa kyselytutkimuksessaan, että sosiaalinen pääoma sosiaalisessa mediassa ennustaa vahvemmin sosiaalisen pääoman kerryttämistä verkon ulkopuolella kuin toisinpäin, eli verkon ulkopuolisen sosiaalisen pääoman ennustavuus sosiaalisen pääoman kerryttämiseen sosiaalisessa mediassa on heikompi. Seuraavassa luvussa käynkin läpi sosiaalisen pääoman muodostumista verkkoympäristössä ja erityisesti sosiaalisessa mediassa sekä esittelen näihin aiheisiin liittyvää tutkimusta.

2.2.3 Sosiaalinen pääoma sosiaalisessa mediassa

Verkossa tapahtuvaa sosiaalista toimintaa ja verkossa solmittuja sosiaalisia suhteita saatetaan usein vähätellä. Facebook-kaveruus ei merkitse yhtä paljon kuin oikean elämän kaveruus, moninpelin pelaamista verkon välityksellä ei käsitetä sosiaalisiksi toiminnaksi ja netistä löydetyn seurustelusuhteen alkuperää saatetaan hävetä. Vuorovaikutteisen digitaalisen median on kuitenkin jo pitkään havaittu mahdollistavan sekä yhdistävän että sitovan sosiaalisen pääoman luomisen (Bargh & McKenna 2004).

Lisäksi sosiaalinen media ja kasvanut ruutuaika älypuhelimien ja tietokoneiden äärellä ovat tarjonneet sosiaalisille suhteille nykyään vielä runsaasti aiempaa hedelmällisemmät lähtökohdat. Vaikka verkon ja sosiaalisen median tehokkuutta epäilisikin, potentiaali satoihin tai jopa tuhansiin kontakteihin tuottaa suurella todennäköisyydellä hyötyjä yksilölle (Ellison, Lampe, Steinfield & Vitak 2011, 8). Sosiaalista pääomaa on siis kiistatta mahdollista kerryttää verkkoympäristöissä, mutta aiheen läheisempi tarkastelu vaatii termin uudelleenmäärittelyä tässä tarkemmassa kontekstissa.

Verkossa rakentuva sosiaalinen pääoma (online social capital) on määritelty käyttäjän näkökulmasta verkossa tapahtuvan sosiaalisen toiminnan tuotteiksi, joita voidaan usein ilmaista numeroina ja jotka saattavat ilmaista käyttäjän arvoa kulloisesakin verkkoyhteisössä (Faucher 2018). Tämä määritelmä toimii hyvin esimerkiksi Facebookia tai Instagramia sekä kavereiden, seuraajien ja tykkäyksien määriä tarkasteltaessa, mutta verkossa tapahtuva sosiaalinen toiminta ei kuitenkaan rajoitu ainoastaan näihin lähtökohtaisesti julkisiin sosiaalisen median palveluihin. On helppo nähdä, miten suuri määrä seuraajia Instagramissa voi viestiä käyttäjän nauttimasta sosiaalisesta suosioista tai miten torjuttu kaveripyyntö Facebookissa voi kertoa ryhmään kuulumattomuudesta, mutta miten sosiaalinen pääoma toimii esimerkiksi pikaviestipalvelu WhatsAppissa, nimimerkin takaa operoivalla keskustelupalstalla tai verkkopohjaisen moninpelin äärellä. Tässä luvussa esittelen sosiaalisen pääoman muodostumisen edellytyksiä sosiaalisessa mediassa ja käyn läpi tälle työlle relevanttia tutkimustietoa, joka käsittelee erilaisten sosiaalisen median käyttötapojen yhteyttä sosiaaliseen pääomaan, sosiaalisen median suhdetta sosiaalisen pääoman eri muotoihin ja sosiaalisessa mediassa kerrytetyn sosiaalisen pääoman hyödyllisyyttä.

Sosiaalisen pääoman kerryttäminen sosiaalisessa mediassa vaatii jonkinasteista omien tietojen julkistamista internetiin. Profiilin rakentaminen, yksityisyysasetukset, ystävien tai seuraajien valikointi ja omien julkaisujen näkyvyyden säätely vaikuttavat kaikki siihen, millaisia suhteita verkon välityksellä on mahdollista solmia ja millaisia hyötyjä käyttäjälle voi kertyä. Sosiaalisessa mediassa joudutaan siis tasapainoilemaan oman yksityisyyden vaarantumisen ja sosiaalisen pääoman luomisen välillä. (Ellison, Vitak, Steinfield, Gray & Lampe 2011.) Myös Chen ja Li (2017, 964) ovat tehneet havainnoja, jotka viittaavat itseä koskevan tiedon julkaisemisen olevan yhteydessä sosiaalisen pääoman kerryttämiseen. Tästä voi muodostua erityinen ongelma silloin, kun läsnäolo sosiaalisessa mediassa nähdään niin olennaisena omalle elämälle, ettei poistuminen varsinaisesti ole enää vaihtoehto. Sosiaalisesta mediasta onkin tullut täysin olennainen, lähes pakollinen osa nuoren elämää: some toimii oikean elämän jatkeena, ja jos nuori ei ole siellä läsnä, omiin vertaisryhmiin kuulumisen vaikeutuu merkittävästi (Tripathi 2017, 3–4). Tämä voi asettaa esimerkiksi sosiaalisessa mediassa nettikiusaamista kokevat nuoret hyvin hankalaan tilanteeseen, jossa hyviä valintoja oman tilanteen helpottamiseksi ei näytä olevan tarjolla.

Sosiaalisessa mediassa saatetaan siis kohdata kiusaamista tai muuta häirintää, mutta samaan aikaan on huomioitava, miten some, monista muista ympäristöistä poiketen, antaa runsaasti mahdollisuuksia löytää uusia yhteisöjä, joista yksilö saa enemmän positiivisia kokemuksia ja tukea. Tällaisissa tilanteissa juuri yhdistävän sosiaalisen pääoman arvo korostuu. (Ahn 2012, 106.) Myös Tripathi (2017, 3) on huomannut, että käyttötavat ja käytön yleisyys ovat suuresti yhteydessä siihen, millaisia kokemuksia nuorelle sosiaalisessa mediassa syntyy. Jos kokemukset ovat positiivisia, aikaa kulutetaan somessa enemmän ja käytetystä ajasta saadaan enemmän irti. Jos nuoren kokemukset taas ovat negatiivisia, omaa käyttöaikaa aletaan rajoittamaan. Samalla tavoin Liu, Ainsworth ja Baumeister (2016, 383) ovat tutkimuksessaan havainneet, että sosiaalista pääomaa kerrotaan olevan enemmän, kun verkostoitumispalveluissa vietetään enemmän aikaa. Yhteyden voimakkuuteen vaikuttaisi liittyvän erityisesti tiiviimpi emotionaalinen side verkostointipalveluihin sekä se, miten vahvasti niiden käyttö on kietoutunut jokapäiväiseen elämään. Käytetyn ajan ja sitoutuneisuuden asteen lisäksi tutkimuksessa on havaittu eroja siinä, millainen käyttö liittyy sitovaan ja millainen yhdistävään sosiaaliseen pääomaan. Seuraavissa luvuissa esittelen sosiaalisen median käytön tavoista viestittelyä ja chattailua sekä verkstopalveluiden käyttöä sosiaalisen pääoman muodostamisen näkökulmasta. Aiemman tutkimuksen läpikäyminen juuri näiden käyttötapojen osalta on perusteltua, sillä ne ovat tässä työssä käytetyin aineiston mukaan ylivoimaisesti yleisimpiä somettamisen muotoja.

2.2.4 Viestittely ja chattailu sosiaalisen pääoman muodostajina

Tässä tutkimuksessa yksi käsiteltävistä sosiaalisen median käytön tavoista on viestittely tai chattailu, joka on myös pikaviestipalvelu WhatsAppin käytön päällimmäinen tarkoitus. WhatsApp on älypuhelimella käytettäväksi tarkoitettu palvelu, joka mahdollistaa yksityisen viestin lähettämisen lisäksi ryhmäkeskustelut, ääniviestit ja erilaisten mediatiedostojen jakamisen. WhatsAppia koskevaa tutkimusta hyödynnetään tässä työssä sitomaan viestittelyä ja chattailua koskevia tutkimuksen osia aiempaan tieteelliseen tietoon. WhatsApp toimii nykyisin alustana niin erilaisille kaveri- ja harrastusporukoille kuin perheensisäiselle yhteydenpidollekin. WhatsAppin, jota tosin on tutkittu moniin muihin sosiaalisen median alustoihin verrattuna vähäisesti, onkin havaittu olevan yhteydessä sosiaaliseen pääomaan niin, että myönteiset asenteet WhatsAppin käyttöön sekä suuremmat eri kontaktien määrät näyttäisivät kertovan myös suuremmasta määrästä WhatsAppin käytöstä saatavaa sitovaa sosiaalista pääomaa (Aharony 2015). Samassa tutkimuksessa havaittiin, että mitä enemmän opiskelijoilla oli kontakteja WhatsAppissa, sitä myönteisemmät heidän asenteensa WhatsAppia kohtaan olivat ja sitä enemmän heillä oli niin kutsuttua ylläpidettyä sosiaalista pääomaa. Ylläpidetyllä sosiaalisella pääomalla tarkoitetaan kykyä säilyttää arvok-

kaita sosiaalisia yhteyksiä eri elämänmuutosten läpi, ja sen tarkoituksena on ollut kuvata sitä, auttavatko internetin eri sosiaalisen verkostoitumisen välineet ylläpitämään sellaisia verkostoja, joihin ei enää olla kasvokkain yhteydessä (Ellison, Steinfield & Lampe 2007, 1146). Tämä voi olla yksilölle hyvin konkreettinen ja merkittävä hyöty, kun esimerkiksi muutoin katkeamassa olevaa sosiaalista suhdetta pystytäänkin jatkamaan tai vanhaa suhdetta herättelemään uudelleen henkiin silloin, kun se koetaan yksilön näkökulmasta mielekkääksi tai hyödylliseksi

WhatsApp-ryhmiä tutkittaessa on kuitenkin huomattu viitteitä siitä, että ainoastaan yhdistävällä, eikä niinkään sitovalla, sosiaalisella pääomalla olisi yksilön koettua hyvinvointia lisääviä vaikutuksia (Samuel 2018, 4). Tämä saattaa kertoa siitä, että pelkästään jo olemassa olevien kaveriporukoiden kommunikaation jatkeena toimivat WhatsApp-ryhmät eivät ole niinkään hyödyllisiä sosiaalisen pääoman tuottajia, vaan koetun hyvinvoinnin lisäämisen kannalta tärkeää olisi päästä osaksi itselle uusia ryhmiä, jotka tuovat esiin erilaisia mielipiteitä ja mahdollisuuksia kuin mitä yksilölle on muutoin tarjolla. Yhteydenotto WhatsAppissa vaatii kuitenkin tiedon toisen puhelinnumerosta, joten täysin uuden kontaktin muodostaminen ei ole alustalla kovinkaan helppoa. Tässä valossa WhatsAppin käyttö ja yleisemmin viestittely sosiaalisen median käytön muotoina eivät kenties ole sosiaalisen pääoman kannalta merkittävimpiä tapoja ylläpitää ja solmia ihmissuhteita. Tätä väitettä tarkastellaan tämän työn analyysissä, kun käsittelyssä on viestittelyn ja chattailun yhteys sosiaalisen pääoman määrään.

2.2.5 Verkostopalvelut sosiaalisen pääoman muodostajana

Verkostopalveluita koskeva tutkimustieto on tämän työn kannalta olennaista, sillä erityisesti sosiaalisen median selailu ja myös sisällön jakaminen nousevat käytetyssä aineistossa olennaisiksi sosiaalisen median käytön tavoiksi – ja nämä ovat juuri verkostopalveluille, kuten Instagramille ja Facebookille, ominaisia käyttötapoja. Sosiaalisen median verkostoitumispalvelu (Social Network Site, SNS) voidaan määritellä sellaiseksi verkkopohjaiseksi palveluksi, joissa voidaan rakentaa oma profiili järjestelmän sisälle, muodostaa listaus muista käyttäjistä koostuvista omista kontakteista sekä selata ja tutkia omia ja muiden muodostamia kontakteja (Boyd & Ellison 2007, 211). Esimerkiksi Facebookissa tämä tarkoittaa itselle luotavaa profiilia ja muiden profiileista muodostuvia kaverilistoja. Instagramissa taas samanlaisia mekanismeja ovat seuraajien ja seurattavien käyttäjien listat sekä käyttäjän profiili, joka sisältää omien julkaistujen kuvien syötteen. Verkostoitumispalveluja koskevan tutkimuksen esittelyn lisäksi tuon tässä luvussa esiin erilaisia tekijöitä, jotka saattavat vaikuttaa havaintoihin verkostoitumispalveluiden käytön ja sosiaalisen pääoman määrän välisestä yhteydestä.

Monissa tutkimuksissa on jo pitkään havaittu yhteyksiä verkostoitumispalveluiden käytön ja suuremman sosiaalisen pääoman määrän välillä (esim. Han & Park 2020, 400; Vanden Abeele ym. 2018, 280; Burke, Marlow & Lento 2010, 1911; Ellison, Steinfield & Lampe 2007, 1161). Ei kuitenkaan ole olemassa vain yhtä tapaa käyttää verkostoitumispalveluja, eivätkä kaikki palveluiden mahdollistamat aktiviteetit ole samalla tavalla yhteydessä sosiaaliseen pääomaan. Lisäksi nämä yhteydet eroavat sen mukaan, mitataanko yhdistävää vai sitovaa sosiaalista pääomaa. Ellison, Lampe, Steinfield ja Vitak (2011, 12–13) ovat havainneet artikkelissaan viitteitä nimenomaan kausaalista yhteydestä verkostoitumispalveluiden käytön ja sosiaalisen pääoman kerryttämisen välillä niin, että käyttö edeltää ajallisesti lisääntyntä sosiaalista pääomaa. He näkevät Facebookin olevan erityisen hyödyllinen sosiaalisen pääoman tuottamisessa kahdella tapaa: se järjestää ja muotoilee yksilön sosiaalista verkostoa uudelleen ja alentaa välittömyydellään ja kattavuudellaan oman verkoston kanssa kommunikoinnin kustannuksia. Nämä hyödyt näkyvät erityisesti siinä, miten kevyt yhteydenpito pysyy vaivattomana silloinkin, kun yksilöiden etäisyys toistaan kasvaa sekä siinä, miten vaivatonta suurenkin verkoston ylläpitäminen on.

Li, Wright ja Hu (2018, 13–14) muodostivat laajan meta-analyysin sosiaalisen median verkostoitumispalveluja ja vastaanotettua sosiaalista tukea, eli yhdenlaista sosiaalista pääomaa, koskevista tutkimuksista. Analyysissä huomattiin, että verkostoitumispalveluiden yleinen käyttö ja kavereiden määrä olivat johdonmukaisesti yhteydessä suurempaan sosiaalisen tuen määrään. Sen sijaan vuorovaikutuksesta verkostoitumispalveluissa tai sosiaalisen median sisällön kuluttamisesta ei tällaisia yhteyksiä löydetty. Yhteyksiä tarkasteltiin myös tiettyihin sosiaalisen tuen alalajeihin katsottuna: verkostoitumispalveluiden käyttöön liittyivät erityisesti emotionaalinen sekä tietoon perustuva tuki, kun taas yhteydet aineelliseen tukeen ja saatuun arvostukseen eivät saaneet merkityksellisiä arvoja. Näissä alalajien tarkasteluissa otokset olivat kuitenkin pieniä, joten tulokset eivät välttämättä ole yleistettäviä. Tässä tutkimuksessa sosiaalista pääomaa mitataan osaksi juuri sosiaalisen median kautta saatuna emotionaalisena tukena (esim. "Somessa on useita henkilöitä, joille, joiden kanssa voin käsitellä ongelmiani luottamuksellisesti"), joten verkostoitumispalveluille tyypillisten käyttötapojen ja suuremman sosiaalisen pääoman määrän välillä voitaisiin alustavasti ennakoita muodostuvan yhteys.

Erilaisia verkostoitumispalveluiden käyttötapoja tutkittaessa on myös tehty jaottelu niin kutsuttuihin passiivisiin ja aktiivisiin käyttötapoihin. Abbas ja Mesch (2018) tutkivat artikkelissaan verkossa muodostuvan (online) ja verkon ulkopuolella muodostuvan (offline) sosiaalisen pääoman yhteyttä ja käyttivät kyseistä jaottelua. Passiivinen käyttö viittasi esimerkiksi muiden julkaisujen ja profiilien selailuun, muiden käyttäjien seuraamiseen ja erilaisiin ryhmiin liittymiseen. Aktiivisella käytöllä taas tarkoitettiin esimerkiksi muiden julkaisuihin kommentointia, niistä tykkäämistä ja

omien julkaisujen lisäämistä. Passiivisen kommunikaation Facebookissa havaittiin lisäävän sekä yhdistävän että sitovan sosiaalisen pääoman määrää, ja myös aktiivisen kommunikaation huomattiin olevan yhteydessä molempien sosiaalisen pääoman muotojen suurempaan määrään. Nämä yhteydet ilmenivät kuitenkin eri tavoin: Passiivinen kommunikaatio voi auttaa laajentamaan omaa sosiaalista verkostoa, mutta myös lisätä yhteisöllisyyden tunnetta. Aktiivinen kommunikaatio taas toimii lähtökohtana uusien kontaktien tekemiseen, mutta yhtä lailla sen kautta voidaan saada apua läheisiltä ihmisiltä. Tutkimuksessa huomattiin myös, että verkon ulkopuolisen sosiaalisen pääoman määrä ennustaa verkossa muodostuvan sosiaalisen pääoman määrää, mutta yhteys ei kuitenkaan hävitä tutkittujen sosiaalisen median käyttötapojen vaikutusta.

Sosiaalisen median yhteisöpalveluiden käytön yhteys erityisesti yhdistävään sosiaaliseen pääomaan on huomattu myös Liun, Ainsworthin ja Baumeisterin (2016) meta-analyysissä, jossa tutkittiin dataa 58:sta aihetta käsittelevästä tieteellisestä artikkelista. Ennen kaikkea muiden viesteihin ja julkaisuihin vastaaminen, muihin käyttäjiin liittyvän tiedon etsiminen ja itseään koskeva avautuminen (self-disclosure) olivat erilaisista käyttötavoista vahvimmin yhteydessä sekä sitovan että yhdistävän sosiaalisen pääoman suurempaan määrään. Yhdistävän sosiaalisen pääoman korkeampaa määrää ennustivat ennen kaikkea viesteihin ja julkaisuihin vastaaminen sekä muihin liittyvän tiedon etsiminen – yhteydet sitovaan sosiaaliseen pääomaan olivat lähes käyttötavasta riippumatta pienempiä, mutta itseään koskeva avautuminen muodosti poikkeuksen, säilyttäen yhtä voimakkaan yhteyden molempiin sosiaalisen pääoman muotoihin. Voidaankin ajatella, että sosiaalisen median verkostoitumispalvelut eivät ole niin olennaisia sitovan sosiaalisen pääoman kannalta, sillä läheiset ystävät käyttävät todennäköisesti useita eri tapoja ja kanavia toistensa kanssa viestimiseen (Ellison, Lampe, Steinfield & Vitak 2011, 7). Yksittäinen kanava, joka ei ole kasvokkainen viestintä, tuskin on ratkaisevassa asemassa tällaisen sosiaalisen suhteen kannalta.

Huomattavaa on siis, etteivät kaikki tavat käyttää sosiaalista mediaa tarkastelun mukaan tuota sosiaalista pääomaa samanlaisella tehokkuudella, vaikka kaikista onkin havaittavissa jokin merkittävä hyöty. Erityisesti kolme käyttötapaa näyttävät rakentavan muihin ihmisiin sellaisia suhteita, joita voidaan niiden hyödyllisyyden ja syntyvien siteiden vahvuuden perusteella nimittää sosiaaliseksi pääomaksi. Itseä koskeva avautuminen auttaa hallitsemaan sitä, miten ja millaisena sosiaalisen median käyttäjä näyttäytyy muille ihmisille. Muiden käyttäjien viesteihin ja julkaisuihin vastaaminen taas rakentaa ja pitää yllä suhteita muihin ihmisiin – tähän sisältyvät myös esimerkiksi tykkäykset, jotka viestivät käyttäjän nähneen toisen ihmisen tekemän julkaisun. Kolmantena käyttötapana muihin käyttäjiin liittyvän tiedon etsiminen auttaa oppimaan uutta muista ihmisistä ja vahvistamaan näin heihin luotuja suhteita. (Liu, Ainsworth & Baumeister 2016, 381–382.)

Lisäksi meta-analyysissä tutkittiin myös kahta muuta sosiaalisen median käytötappaa: pelaamista ja viihdettä sekä aloitteen tekemistä online-ystävyyssuhteiden solmimiseen, mutta näiden kahden aktiviteetin vaikutukset sosiaaliseen pääomaan jäivät vähäisiksi. Pelaaminen ja viihde oli heikosti, mutta merkitsevästi, yhteydessä sekä yhdistävään että sitovaan pääomaan, ja online-ystävyyssuhteiden aloittamisen yhteydet olivat vielä heikompia. Toisin sanottuna artikkelin kirjoittajien mukaan voidaan päätellä, ettei muusta maailmasta erillisten suhteiden solmiminen sosiaalisessa mediassa näyttäisi olevan kovinkaan hyödyllistä sosiaalisen pääoman kerryttämisen näkökulmasta. Sen sijaan online-aktiviteettien pääasiallinen hyöty löytyy suhteiden vahvistamisesta sellaisiin ihmisiin, joihin on tutustunut jo ennestään jossain muualla. (Liu, Ainsworth & Baumeister 2016, 382.)

Ahnin (2012, 105–106) samaa aihetta tarkastelevassa tutkimuksessa todettiin, että verkostoitumispalveluiden käyttö oli nuorilla yhteydessä suurempaan määrään sellaista sitovaa pääomaa, joka toi nuorta lähemmäs omaa kouluyhteisöä. Tästä huolimatta suurempi sosiaalisessa mediassa käytetty aika ei kuitenkaan enää lisännyt tällaisen sosiaalisen pääoman määrää. Sosiaalisessa mediassa käytetyllä ajalla oli sen sijaan yhteys yhdistävään sosiaaliseen pääomaan. Toisin sanottuna sosiaalisessa mediassa läsnäolo oli tutkimuksen mukaan olennaista sekä sitovan että yhdistävän pääoman määrän kannalta, mutta kuluttamalla enemmän aikaa somessa onnistutaan lähinnä luomaan enemmän heikkoja siteitä. Lisäksi tutkimuksessa vahvistettiin oletus siitä, että positiiviset kokemukset sosiaalisessa mediassa olivat yhteydessä suurempaan määrään sitovaa pääomaa. Tässä mielessä somen voidaan siis ajatella toimivan tiiviisti yhteydessä muihin sosiaalisiin ympäristöihin: hyvä kohtaaminen somessa heijastuu myös siihen, kun tavataan muussa tilanteessa. Yllättävää oli kuitenkin se, ettei tällaisilla positiivisilla kokemuksilla ollut väliä yhdistävän sosiaalisen pääoman kannalta.

Verkossa olevien yhteisöjen sitovan pääoman riskinä on pidetty niin kutsuttua kuplautumista tai informaatiokuplia, joilla tarkoitetaan sitä, että käyttäjä näkee ainoastaan tietynlaista sisältöä esimerkiksi sosiaalisen median palveluita käyttäessään (Faucher 2018, 6). Ilmiöstä on puhuttu Facebookin uutisvirran yhteydessä, sillä Facebook muovaa kunkin käyttäjän omaa uutisvirtaa tämän preferenssien ja toiminnan perusteella, pyrkien näyttämään enemmän sisältöä, johon käyttäjä reagoi suuremmalla todennäköisyydellä paremmin. Ongelma ei näy samanlaisena kaikissa palveluissa, sillä esimerkiksi WhatsAppissa ei ole Facebookin tapaista uutisvirtaa eikä ehdotettuja sisältöjä, minkä lisäksi WhatsAppin ryhmät ovat pienikokoisempia ja jo luonteeltaan yksityisempiä kuin varsinaisen verkostoitumispalvelun isommat yhteisöt. Tämä ei kuitenkaan tarkoita, että myöskään WhatsAppilla olisi hyviä edellytyksiä toimia yhdistävää sosiaalista pääomaa lisäävänä, juuri helppojen verkostoitutumismahdollisuuksien puuttumisen takia. Faucher (2018, 10) huomioikin, että pienemmissä

verkostoissa, joissa tavoitteena ei ole esimerkiksi ansaita suurta määrää tykkäyksiä, sosiaalinen pääoma voi ottaa erilaisia muotoja. Esimerkiksi asiantuntemus, ystävällisyys ja muut narratiivisemmässä muodossa osoitettavat ominaisuudet voivat päästä paremmin esiin pienemmässä verkostossa.

Raghunandan (2018, 430) toteaa, että selvitykset verkostoitumispalveluiden käytön vaikutuksista nuorten elämään ovat edelleen jakaantuneita: toisaalta somessa nähdään mahdollisuus voimaantumiseen ja mahdollisuuksien lisääntymiseen, mutta toisaalta verkkoympäristön riskejä ja haittoja on myös korostettu. Vastakkainasettelu aiheen suhteen onkin ehkä jo aika ohittaa, ja pyrkii näkemään sosiaalisen median käyttö monitahoisena ilmiönä. Tarkastelussa täytyy ottaa huomioon se, miten nuoret sosiaalista mediaa käyttävät, eikä käsitellä vain sosiaalisen median vaikutusta passiivisen roolin saaviin nuoriin.

2.3 Sosiaalisen median käytön hyödyt

Sosiaalisen median käytön mahdollisesti aiheuttamien ongelmien lisäksi on syytä tarkastella sitä, onko sosiaalisella mediallyä positiivisia vaikutuksia nuorelle esimerkiksi turvaverkkona tai muuna saatavilla olevana tukena. Olisi varsin uskottavaa ajatella, että nuorten käyttäessä sosiaalista mediaa enemmän myös tarjotun avun olisi luontevaa siirtyä sosiaaliseen mediaan. On kuitenkin löydetty viitteitä siitä, että sosiaalinen media ei toimi emotionaalisenä tukena samalla tavalla kuin kasvotusten saatava tuki, sillä mahdollisuudet tuen osoittamiselle puheella ja kehonkielellä ovat rajoitetumpia. Sosiaalisessa mediassa saadun emotionaalisen tuen on havaittu jopa lievästi korreloivan suuremman masennusriskin kanssa. (Shensa, Sidani, Escobar-Viera, Switzer, Primack & Choukas-Bradley 2019, 42–43.)

Duvenage, Correia, Uink, Barber, Donovan ja Modecki (2020) ovat havainneet tutkimuksessaan, että nuoret pyrkivät myös käsittelemään stressiä ja erilaisia negatiivisia tunteita netin ja teknologian avulla, mutta erityisesti nuoret, jotka tekevät tätä useimmin, päätyvät saamaan sillä huonompia tuloksia. Etenkin huolen ja kateuden tunteukset olivat yleisiä nuorilla, jotka kertoivat suosivansa tiedon hakemista, emotionaalisen tuen etsimistä ja ajatusten saamista muualle internetin avulla.

Yllä kuvatut yhteydet eivät kuitenkaan ole aivan selviä. Esiin on nostettu myös sosiaalisen median merkitystä tuen lähteenä – tuen, jota ei muuten olisi tarjolla. Tällöin johtopäätösten vetäminen korrelaatioista, kuten sosiaalisesta mediasta saadun emotionaalisen tuen yhteydestä suurempaan masennusriskiin, ei ole viisasta. Naslund, Bondre, Torous ja Aschbrenner (2020, 245–246) nostavat tämän aihealueen tutkimusta yhteen kooten esille kolme tapaa, joilla mielenterveyden häiriöistä ja sairauksista kärsivät voivat hyötyä sosiaalisesta mediasta. Ensiksi sosiaalinen media toimii

alustana sosiaaliselle kanssakäymiselle, josta muuten jäätäisiin paitsi. Toiseksi sosiaalisen media tarjoaa vertaistukea antavan yhteisön. Kolmanneksi sosiaalisella medially voidaan tavoittaa tukea tarvitsevia ja mainostaa tarjolla olevia palveluita. Myös tässä työssä on tärkeää muistaa, että vaikka sosiaalisesta mediasta saadun tuen, joka on osa sosiaalista pääomaa, ja sosiaalisen median ongelmallisen käytön välille näyttäisi muodostuvan yhteys, ei tästä voida vielä päätellä, etteikö tuki auttaisi yksilön ongelmiin. Voi pikemminkin olla, että sosiaalinen media on ainut väylä, missä tukea tarjotaan tai jonka kautta tuki saavuttaa yksilön.

Sosiaalisesta mediasta saatava tuki ei siis rajoitu pelkästään sitovaan sosiaaliseen pääomaan, kuten tiiviimpään yhteydenpitoon lähipiirin kanssa, vaan mahdollistaa myös uuden yhdistävän sosiaalisen pääoman syntymisen. Yksilöt, joille muihin ihmisiin tutustuminen on syystä tai toisesta haastavaa, voivat onnistua siinä sosiaalisen median välityksellä ja erilaisista ongelmista kärsivät voivat uskaltaa hakeutua avun piiriin paremmin tai löytää muita samoista ongelmista kärsiviä tuekseen. Esimerkiksi ahdistuneisuudesta kärsivien on huomattu hyötyvän erityisesti Facebookin kautta saadusta sosiaalisesta tuesta, jopa korvaten muun tuen hyvinvointia edistävän vaikutuksen kokonaan (Indian & Grieve 2014, 105). Twitterin taas on havaittu olevan erityisen hyödyllinen alusta vertaistuen tarjoajana (Berry, Lobban, Belousov, Emsley, Nenadic & Bucci 2017).

Huonoja puolia tuen hakemiselle sosiaalisesta mediasta ovat muun muassa saatavilla olevan tiedon mahdollinen heikko laatu, arkaluontoisen datan säilyttämisen turvattomuus ja mahdollinen kehitys kasvokkaisen tuen korvaamisesta säästötoimenpiteenä (Bucci, Schwannauer & Berry 2019). Yleisesti Naslund ja kollegat (2020, 251–253) eivät kuitenkaan näe, että sosiaalisesta mediasta tuen hakemisen trendi voisi kääntyä laskuun, sillä alustat ovat niin suosittuja ja tuen hakeminen niin vaivatonta. Tästä syystä heidän mukaansa hyvien ja huonojen puolten luettelon ja punnitsimisen sijaan tulisi ryhtyä vähentämään ja poistamaan huonoja puolia. Riskejä voitaisiin hallita lisäämällä tietoutta sosiaalisen median käyttämisestä tuen lähteenä, tuoden esiin myös sen hyviä puolia. Lisäksi on tärkeää varmistaa, että sosiaalisessa mediassa on asiantuntevia ja koulutettuja tuen tarjoajia ja että ammattilaiset ottavat itse esiin sosiaalisen median tarjoamia mahdollisuuksia.

Tutkimusta sosiaalisen median käytön vaikutuksista yksilön hyvinvointiin on kritisoitu kokonaisvaltaisesti ja voimakkaasti. Orben (2019) käy meta-analyysissään läpi nuorten sosiaalisen median käyttöä käsittelevää tutkimuskenttää ja toteaa liian monen liian heikkolaatuisen tutkimuksen tuottavan ristiriitaisia tuloksia, joista ei voida tulkita syy-seuraussuhteita. Katsauksessa on erotettavissa pieni negatiivinen yhteys digitaalisen teknologian käytön ja nuorten hyvinvoinnin välillä, mutta muun muassa läpinäkyvyyden ja yhtenäisyyden puutteen takia ei mahdollisia muita vaikut-

tavia tekijöitä voida tästäkään sulkea ulos. Orben peräänkuuluttaakin tarvetta eri mittaisia ajanjaksoja kattaville pitkittäistutkimuksille, mittaamisen parantamista ja yhdenmukaistamista sekä muuttujien vaikutusten suuruuden suoraa ja luotettavaa raportoimista, mikäli tieteellisellä tiedolla halutaan ehtiä vaikuttamaan alati muuttuvaan ja merkitykseltään kasvavaan teknologian kehittymiseen.

2.4 Sosiaalisen median käytön haitat

2.4.1 Internetaddiktio vai ongelmallinen käyttö?

Milloin internetin käyttöä tulisi pitää ongelmallisena? Amerikan psykiatrinen yhdistys APA (American Psychiatric Association) ei ole toistaiseksi tunnistanut internetaddiktiota DSM-5-tautiluokituksessaan (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders). Mahdolliseksi syyksi tälle on arvioitu alan ammattilaisten haluttomuutta vetää yhtäsuuruusmerkkejä erityisesti käyttäytymiseen liittyvien häiriöiden ja erityisiä biologisia oireita aiheuttavien päihderiippuvuuksien välillä. Tällä siis vältetään pitämästä esimerkiksi internetiä päihteen kaltaisena riippuvuudenaiheuttajana, jolloin huomio saadaan pidettyä paremmin pakkomielteisessä toiminnassa itsessään. Yhä vaikeampaa ongelmallisen käytön tunnistaminen on lapsissa ja nuorissa, jotka kasvavat internet osana arkeaan, sillä monia diagnooseja on haastavaa tehdä näissä neurokehityksen vaiheissa. Samoista syistä ongelmien tunnistaminen olisi kuitenkin erityisen tärkeää, sillä lapsi tai nuori on kasvaessaan kehittämässä erilaisia olennaisia taitoja, kuten juuri itsesäätelyä. (Rich, Tsappis, & Kavanaugh 2017.) Ongelmallisen internetin käytön tunnistamisen haasteena on siis pystyä puuttumaan havaittuihin ongelmiin toisaalta vähättelemättä niitä, mutta toisaalta myöskään ylireagoimatta lapsuuden ja nuoruuden kehitysvaiheisiin liittyvään käyttäytymiseen, tai maalaamatta internetistä päihteen kaltaista riippuvuudenaiheuttajaa.

Rich, Tsappis ja Kavanaugh (2017, 9) pyrkivät ratkaisemaan tätä ongelmaa käyttämällä ongelmallisen interaktiivisen median käytön (PIMU; Problematic Interactive Media Use) käsitettä. PIMU pitää sisällään pakkomielteisen käytön, kasvavan toleranssin ja käytön estymisestä aiheutuvat fyysisistä, mentaalista, kognitiivista sekä sosiaalista toimintakykyä haittaavat reaktiot. Samalla käsite laajentaa ongelman koskettamaan pelkän internetin sijaan paremmin todellisuutta vastaavaa interaktiivista käyttöä, joka sisältää siis ilman nettiyhteyttä tapahtuvan toiminnan. PIMU:n sisältä Rich, Tsappis ja Kavanaugh ovat hahmottaneet neljä pääasiallista toiminnan muotoa: pelaaminen, sosiaalinen media, porno ja tiedonetsintä. Näistä sosiaalinen media, joka on tämän työn keskiössä, yhdistettiin erityisesti sosiaaliseen ahdistuneisuuteen.

Addiktion sijaan ongelmallisesta käytöstä puhumista tukevat myös Mazzonin ja kollegojen (2015) havainnot siitä, että internetin käyttö itsessään ei ole riippuvuutta aiheuttavaa, vaan internetin käytön vaikutukset ovat vahvasti yhteydessä muuhun, internetin ulkopuoliseen toimintaan. Mazzoni ja kollegat esittävät myös, että tästä samasta syystä pyrkimysten vähentää internetinkäytön haittoja tulisi keskittyä varsinaisen laitteiden käytön muuttamisen tai vähentämisen sijaan erilaisten verkon ulkopuolisen elämän olosuhteiden parantamiseen. Tämä tarkoittaa siis sitä, että esimerkiksi ahdistuneisuutta tai masentuneisuutta ei kannattaisi pyrkiä ehkäisemään internetin käyttöön puuttamalla, vaan yrittää löytää oireille muita syitä.

2.4.2 Sosiaalisen median käyttö ja mielenterveys

Jasso-Medrano ja López-Rosales (2018, 188–189) ovat havainneet addiktiivisen sosiaalisen median käytön olevan yhteydessä masennukseen, mutta samaa yhteyttä masennukseen ei löytynyt sosiaalisen median parissa käytetyn ajan määrässä tai kännykän käytön määrässä itsessään. Tässä avainsana on siis addiktiivinen, eli suuria-kaan käyttömääriä ei saa sekoittaa riippuvuuteen, vaan näiden ero on tärkeä tunnistaa. Samalla sosiaalisen median addiktiivisen käytön nähtiin jopa suojaavaan masentuneita itsemurha-ajatuksilta, jolloin sosiaalinen media saattaa toimia myös emotionaalisenä turvaverkkona. Toisaalta on tehty havaintoja siitä, että sosiaalisen median addiktion syntyminen on sitä todennäköisempää, mitä enemmän kokemusta sosiaalisen median käytöstä on, mitä myönteisempi käyttökokemus on sekä mitä enemmän aikaa sosiaalisessa mediassa käyttää (Al-Menayes 2015, 26).

Myös sosiaaliseen mediaan liittyvä uupumus (social media fatigue), joka johtaa usein esimerkiksi sosiaalisen median alustoilta vetäytymiseen, on yhdistetty masennukseen ja ahdistuneisuuteen. Mikäli runsas sosiaalisen median käyttö johtaa uupumukseen, voi käyttäjä siis ajautua myös tätä kautta mielenterveydellisiin vaikeuksiin. (Dhir, Yossatorn, Kaur & Chen 2018, 149.) Vaikka sosiaalisen median käyttö ei täyttäkään aiemmassa kappaleessa kuvatulla tavalla addiktiivisen käytön määritelmiä, ei kaikkia negatiivisia vaikutuksia voida sulkea ulos.

Sosiaalisen median käytön määrien lisäksi myös tavoilla, joilla sosiaalista mediaa käytetään, on havaittu olevan yhteyttä masennusoireisiin. Yoon, Kleinman, Mertz ja Brannick (2019) muodostivat 33 artikkelin meta-analyysin, jossa suuremman sosiaalisen median verkostoitumispalveluissa käytetyn ajan sekä palveluiden syötteiden tarkistamisen tiheyden havaittiin olevan itsessäänkin pienesti yhteydessä lisääntyneisiin masennusoireisiin, mutta kun sosiaalista mediaa käytettiin sosiaaliseen vertailuun, eli oman elämän vertaamiseen muihin käyttäjiin, oli vaikutus suurempi.

Sen lisäksi että runsas sosiaalisen median käyttö on yhdistetty masennusoireisiin, viitteitä on myös siitä, että sosiaalisen median käytön vähentäminen parantaa hyvinvointia. Tutkimuksessa, jossa Facebookin käyttö lopetettiin viikon ajaksi, osallistujat raportoivat merkitsevästi parempaa elämään tyytyväisyyttä sekä parantunutta tunne-elämää. Suurimmat parannukset näkyivät ryhmässä, jotka käyttivät Facebookia eniten, jotka käyttivät Facebookia passiivisesti, eli lähinnä katselivat sieltä löytyvää sisältöä, sekä niissä, joilla oli tapana kadehtia muita Facebookissa. (Tromholt 2016, 665.) Ne henkilöt, joilla on eniten taipumusta verrata itseään muihin, voisivat siis hyötyä muita enemmän sosiaalisen median käytön vähentämisestä tai muokkaamisesta.

Yhteys sosiaalisen median käytön ja masennusoireiden välillä näyttäisi olevan olemassa, mutta syy-seuraus-suhde ei ole kokonaiskuvassa selkeä. Heffer, Good, Daly, MacDonell ja Willoughby (2018) eivät löytäneet pitkittäistutkimuksessaan merkkejä siitä, että sosiaalisen median käyttö ennustaisi masennusoireiden ilmenemistä, sen sijaan murrosikäisten tyttöjen masennusoireet ennustivat kasvavaa sosiaalisen median käyttöä tulevaisuudessa. Muissa ryhmässä, kuten nuorissa aikuisissa, ei havaittu yhteyttä myöskään tähän suuntaan.

Yksi sosiaalisen median tai internetin käytön ja masennusoireiden sekä ahdistuneisuuden yhteyttä selittämään pyrkivä teoria on niin kutsuttu itselääkitysmalli (self-medication model). Mallin hypoteesina on, että ylettömällä käytöllä yritetään itse lievittää ahdistuneisuuden ja masentuneisuuden oireita. Tämä itselääkintäyritys saattaa vuorostaan johtaa syvempään eristäytyneisyyteen, mitä tulee varsinaisiin kasvokkain tapahtuviin sosiaalisiin suhteisiin. Internet saattaa siis toimia korvikkeena, joskin riittämättömänä sellaisena, oikean elämän sosiaalisuudelle, mikä johtaa jatkuvasti suurempaan internetiin turvautumiseen, kun masennusta ja ahdistusta itssään ei koskaan oikeasti hoideta. Näin syntyy siis eräänlainen itselääkinnän, riippuvuuden syvenemisen ja oireiden vahvistumisen kehä. (Lai, Mak, Watanabe, Jeong, Kim, Bahar, Ramos, Chen & Cheng 2015.) Varsinaista syy-seuraus-suhdetta on jälleen vaikeaa aukottomasti todistaa, mutta Lai ja kollegat (2015, 1234) löysivät kuusi Aasian valtiota käsitteänessä tutkimuksessaan jokaisesta valtiosta kerätystä datasta tukea sille, että masennus ja sosiaalinen ahdistuneisuus toimivat ennustavana tekijänä internetin riippuvaiselle käytölle ja että nämä voivat kaikki heikentää hyvinvointia samanaikaisesti.

Eroja masentuneisuudessa on löydetty myös sen mukaan, mitä sosiaalisen median sovelluksia nuori suosii. Yhdessä tutkimuksessa huomattiin, että masennusoireista kärsivät yleisemmin ne, jotka käyttivät enemmän Twitteriä kuin Facebookia tai Instagramia. Lisäksi käyttäjät, jotka suosivat enemmän Facebookia kuin Twitteriä ja Instagramia, kärsivät oireista vähemmän. (Jeri-Yabar, Sanchez-Carbonel, Tito, Ramirez-delCastillo, Torres-Alcantara, Denegri & Carreazo 2019, 65.) On siis mahdollista, että erityisesti Facebook toimisi hyödyllisenä suojaverkkona yksilön mielenterveyden kannalta.

3 TUTKIMUSAINEISTO JA MENETELMÄT

3.1 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset

Tämän maisterintutkielman tavoitteena on tutkia nuorten sosiaalisen median käyttötapoja ja näihin käyttötapoihin mahdollisesti liittyviä hyötyjä ja haittoja. Sosiaalisen median käytön mahdollisena hyötynä mitataan sosiaalisessa mediassa ilmevä sosiaalisen pääoman määrää. Haittoja taas tarkastellaan sosiaalisen median ongelmallista käyttöä mittaamalla. Työssä siis selvitetään erilaisten somen käyttötapojen yhteyttä näin rajattuihin hyötyihin ja haittoihin, minkä lisäksi halutaan selvittää, onko sosiaalinen pääoma sosiaalisessa mediassa yhteydessä somen ongelmalliseen käyttöön. Tässä luvussa esitellään aineistoa ja tutkimusmenetelmiä, joita työssä käytetään vastaamaan seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

1. Miten erilaiset tavat käyttää sosiaalista mediaa ovat yhteydessä sosiaalisessa mediassa ilmentyvän sosiaalisen pääoman määrään?
2. Miten erilaiset tavat käyttää sosiaalista mediaa ovat yhteydessä sosiaalisen median ongelmalliseen käyttöön?
3. Onko sosiaalisessa mediassa ilmentyvän sosiaalisen pääoman määrä yhteydessä sosiaalisen median ongelmalliseen käyttöön?

3.2 Aineiston kuvailu

Tämän tutkimuksen aineistona käytetään #Agentit-kyselytutkimuksella joulukuun 2019 ja tammikuun 2020 aikana kerättyä dataa. Kysely kohdistettiin 15–19-vuo-

tiaille nuorille ja sen avulla tutkittiin nuorten toimijuutta sosiaalisessa mediassa. Kyseessä on monitieteisesti toteutettu tutkimusprojekti, jonka laaja kysymyspatteristo sisälsi osuuksia nuorten toimijuudesta, osallisuudesta, identiteetistä, hyvinvoinnista, sosiaalisesta pääomasta, kuluttamisesta, vaikuttamisesta, turvallisuudesta ja erilaisen viestien vastaanottamisesta – sosiaalisen median kontekstissa. Noin 30 minuutin mittaisilla puhelinhaastatteluilla kerätty data koostuu 800 nuoren vastauksista, joista lähes kaikki (97.8 %) kertovat käyttävänsä sosiaalista mediaa. Data kerättiin satunnaisesti valitusta 16 000 nuoren väestörekisteriotoksesta, ja haastattelujen keräämistä jatkettiin, kunnes otos oli iän, sukupuolen ja asuinpaikan mukaan hyvin Suomen väestöä edustava. Vastaajat siis jakautuvat tasaisesti ikäluokkien 15–19 välille, minkä lisäksi myös sukupuolijakauma on hyvin tasainen. (Tuominen, Rantala, Reinikainen, Luoma-aho & Wilska 2022.)

Tässä työssä hyödynnetään erityisesti neljää kyselytutkimuksen osiota: Ensimmäinen mielenkiinnon kohde on erilaisten sosiaalisten median käyttötapojen yleisyys, eli kuinka usein vastaaja esimerkiksi jakaa sosiaalisessa mediassa sisältöä tai pelaa nettipelejä. Toisena ja kolmantena tämän tutkimuksen kannalta olennaista on tieto siitä, kuinka hallittuna vastaajat pitävät omaa sosiaalisen median käyttöään sekä kuinka paljon haittoja vastaajat raportoivat sosiaalisen median käytöstä heille koituneen – nämä kuvastavat somen ongelmallista käyttöä. Neljäntenä käytössä ovat kyselomakkeen kohdat, joissa selvitetään vastaajien sosiaalisen pääoman määrää heidän sosiaalisen median kontaktiensa ja sosiaalisesta mediasta saamansa tuen kautta.

3.3 Tutkimusmenetelmät

Tässä työssä tutkimusmetodeina käytetään tilastollisia menetelmiä. Kvantitatiivinen tutkimus on hyödyllinen lähestymistapa erityisesti, kun halutaan vastata kysymyksiin, kuten ”mikä?”, ”missä?”, ”kuinka usein?” tai ”kuinka paljon?” (Holopainen & Pulkkinen 2012, 21). Tässä tutkimuksessa pyritään selvittämään, kuinka vahvasti erilaiset ilmiöt ovat yhteydessä toisiinsa – vai ovatko ne ollenkaan yhteydessä. Kiinnostuksen kohteena ovat siis eräänlaiset ”kuinka paljon?” -kysymykset, joihin vastaamiseen on luontevaa käyttää tilastollisia menetelmiä. Tässä työssä tehtävä kvantitatiivinen tutkimus suoritetaan käsittelemällä kyselytutkimuksella kerättyä dataa ja suorittamalla tilastollisia testejä IBM SPSS Statistics -ohjelmalla. Yhteiskuntatieteellisenä tutkimuksena tarkastelussa kiinnostuksen kohteina eivät kuitenkaan ole niinkään määrällisillä testeillä löydetty tunnusluvut tai jakaumat itsessään, vaan niiden avulla tunnistettavat ilmiöt – maailma lukujen takana (Jokivuori & Hietala 2015, 11). Toisin sanottuna työssä ei siis pysähdytä tilastollisesti selvitettyjen yhteyksien merkitsevyyteen, vaan pohditaan niiden merkitystä (Alasuutari 2001, 61).

Keskeisessä osassa tämän tutkimuksen tekemistä on keskiarvosummamuuttujien rakentaminen kyselytutkimuksen väittämistä. Summamuuttujalla tarkoitetaan yksittäisten mittarin osioiden yhdistämistä, tarkoituksena päästä tarkastelemaan näiden osioiden taustalla olevaa laajempaa ilmiötä. Sitä, onko yksittäisillä osioilla todella yhteyttä samaan taustalta löytyvään ilmiöön, täytyy tutkia summamuuttujan reliabiliteettia testaamalla. Tässä työssä reliabiliteettia eli mittarin yhtenäisyyttä kuvaamaan käytetään Cronbachin alfa -tunnuslukua, jonka suuntaa antavana alarajana pidetään usein arvoa 0,60. Mikäli muuttujien yhtenäisyys ei ylitä tätä rajaa, tulee arvioida, kuvaavatko osiot todella samaa ilmiötä vai johtuuko matalampi arvo esimerkiksi siitä, että väittämät eivät ole olleet riittävän erottelevia tai siitä, että summamuuttuja koostuu vain pienestä määrästä osioita. (Metsämuuronen 2011, 147, 540–549.)

Summamuuttujien rakentamisen jälkeen tässä työssä käytetään lineaarista regressioanalyysia muuttujien välisten yhteyksien tutkimiseen. Lineaarisella regressioanalyysillä luodaan malli tilanteesta, jossa selitettävän ja selittävän muuttujan välillä on suoraviivainen yhteys: toisen muuttujan arvon muuttuessa toisenkin arvo muuttuu (Jokivuori & Hietala 2015, 36). Tämä menetelmä soveltuu tilanteeseen, jossa halutaan etsiä suuresta määrästä muuttujia ne, jotka kykenevät yhdessä selittämään tietyn muuttujan vaihtelua (eksploratiivinen käytötapa) sekä tilanteeseen, jossa halutaan tutkia jo aiemmin olennaisiksi havaittujen tai arvioitujen muuttujien vaikutusta (konfirmatorinen käytötapa). Konfirmatorinen regressioanalyysi on näistä käyttötavoista yleensä suositeltavampi, ja sitä käytetäänkin myös tässä tutkimuksessa. (Metsämuuronen 2011, 712–713; Jokivuori & Hietala 2015, 39.)

4 ANALYYSI JA TULOKSET

4.1 Miten nuoret käyttävät sosiaalista mediaa?

Tämän työn aineistona käytettävän kyselytutkimuksen kohdassa 9. "Kuinka usein teet seuraavia asioita?" tiedusteltiin erilaisten sosiaalisen median käytön tapojen yleisyyttä seitsemänportaisella asteikolla, joka vaihteli aina vaihtoehdosta "En koskaan" vaihtoehtoon "Monta kertaa päivässä" (TAULUKKO 1). Kuvattuja käyttötapoja oli kyselylomakkeessa kahdeksan, joiden lisäksi käytössä oli "Teetkö somessa jotain muuta?" -kategoria, jonka yleisyyttä kysyttiin myös. Näitä itse ilmoitettuja kategorioita ei kuitenkaan käsitellä tässä työssä, sillä niistä ei noussut esille yksittäisiä käyttötapoja, joita olisi ilmoitettu riittäviä määriä määrällisen analyysin mielekästä suorittamista varten. Analyysissä mukana olevat, kyselylomakkeessa nimetyt käyttötavat olivat "Pelaan netti- tai konsolipelejä, esimerkiksi Wow, Fortnite, Counterstrike", "Viestittelen tai chattailen", "Selailen somea", "Hankin tietoa", "Jaan sisältöä (esim. kuvia tai videoita)", "Etsin tuotteita tai palveluita, joita ostaa", "Pidän blogia tai videoblogia" ja "Teen markkinointia tai muuta kaupallista yhteistyötä".

Vaihtoehtoista selvästi yleisimpiä olivat viestittely tai chattailu ja somen selailu, joita valtaosa vastaajista kertoi tekevänsä joko monta kertaa päivässä tai päivittäin. Myös tiedon hankkiminen oli hyvin yleistä: puolet vastaajista kertoi tekevänsä sitä päivittäin ja lähes viidennes monta kertaa päivässä. Sisällön jakamisen yleisyys erotelti vastaajia vahvemmin, sillä kuukausittainen, viikoittainen ja päivittäinen jakaminen olivat kaikki yleisiä vastauksia. Ostettavien tuotteiden tai palveluiden etsintä oli noin kahdelle kolmesta vastaajasta kuukausittaista tai viikoittaista aktiviteettia. Vain pieni osa vastaajista kertoi ylipäättään pitävänsä blogia tai tekevänsä markkinointia.

TAULUKKO 1 Nuorten sosiaalisen median käyttö

Kuinka usein sosiaalisen median käyttäjät tekevät kyseisiä asioita? (% vastaajista)	Monta kertaa päivässä	Päivittäin	Monta kertaa viikossa	Viikoittain	Kuukausittain	Pari kertaa vuodessa	En koskaan
Viestittelet tai chattailet	46.8	46.7	2.6	2.7	0.6	0.4	0.3
Selailet somea	41.6	47.6	5.4	3.7	0.5	0.5	0.8
Hankit tietoa	19.7	51.0	12.9	12.0	3.1	0.3	1.0
Jaat sisältöä (esim. kuvia tai videoita)	6.3	22.3	8.6	21.5	27.5	8.8	5.0
Pelaat netti- tai konsolipelejä	5.0	14.5	11.9	14.8	12.8	9.7	31.3
Etsit tuotteita tai palveluita, joita ostaa	1.2	7.4	9.2	32.4	32.9	9.7	7.2
Pidät blogia tai videoblogia	0.1	0.5	0.4	1.4	2.0	1.9	93.6
Teet markkinointia tai muuta kaupallista yhteistyötä	0.3	0.4		0.6	1.9	3.2	93.6

On siis selvää, että tietyistä aktiviteeteista on tullut valtaosalle suomalaisista nuorista jokapäiväistä toimintaa: Viestittelyn yleisyyden perusteella some on tärkeä yhteydenpitoväline. Selailun suosio taas kertoo, että somea käytetään runsaasti viihteenä tai muuten ajankulukuksi. Myös tiedon hankinta on hyvin yleistä, mutta se on kenties tarveperustaisempaa kuin viestittely tai selailu, mikä voi olla syynä harvemmälle käytölle.

Osa käyttötavoista jakaa nuoria selvästi muita vahvemmin. Sisällön jakamista tekee moni, mutta yleisemmäksi tavaksi se jää harvemmalle. Tälle voidaan löytää loogisia syitä. Sisällön jakaminen on yleisempiä käyttötapoja vaativampaa, sillä jaettava sisältö täytyy luoda tai vähintään valita löytämänsä sisällön joukosta. Lisäksi jakaminen vaatii esimerkiksi sitoutumista sisällön viestiin tai oman elämän jakamista sosiaaliseen mediaan, eli kynnyks toimintaan on korkeampi. Samalla tavoin nuoria jakaa netti- ja konsolipelien pelaaminen, jolla on samalla tavoin omat tehokäyttäjänsä, mutta erona on suuri määrä somen käyttäjiä – lähes kolmannes vastaajista – jotka eivät pelaa lainkaan. Tällekin on löydettävissä luonnollinen selitys, sillä pelaaminen voi usein olla harrastusmaista toimintaa, johon toiset uppoutuvat ja toiset eivät.

Ostettavien tuotteiden tai palveluiden etsiminen oli myös hyvin tavallista, mutta useimmille vastaajista etsiminen oli viikoittaista tai kuukausittaista. Kaikilla nuorilla ei tietenkään ole samanlaisia taloudellisia resursseja jatkuvaan nettishoppailuun, mikä voi rajoittaa tuotteiden etsimistä, minkä lisäksi tuotteita ja palveluita etsitään

tarveperustaisesti. Kaikkiaan some vaikuttaisi kuitenkin olevan nuorille yleinen kanaava tuotteiden ja palveluiden etsimiseen.

Viimeisenä käyttötavoista on erotettavissa selkeästi vähiten suosittu blogin tai videoblogin pitäminen ja markkinointi tai muu kaupallinen yhteistyö. Molemmat näistä käyttötavoista vaativat selvästi eniten vaivaa käyttäjältä, ja etenkin markkinointia varten tarvitaan myös yleisö ja yhteistyötaho. Voidaan myös ajatella, että somen verkostopalvelut ovat osaltaan korvanneet tarvetta henkilökohtaisille blogeille tarjoamalla matalamman kynnyksen väylän sisällön jakamiselle.

4.2 Summamuuttujien rakentaminen: Sosiaalinen pääoma sosiaalisessa mediassa ja sosiaalisen median ongelmallinen käyttö

Tämän työn tutkimuskysymyksistä eli sosiaalisessa mediassa ilmenevästä sosiaalisesta pääomasta ja sosiaalisen median haittapuolista oli tutkimuksen aineistona käytettävässä kyselyssä kerätty tietoa useilla väittämillä. Analyysiä varten näitä väittämiä yhdisteltiin kahdeksi keskiarvosummamuuttujaksi (TAULUKKO 2), jotka nimettiin seuraavasti: 1. Sosiaalinen pääoma sosiaalisessa mediassa ja 2. Ongelmallinen sosiaalisen median käyttö. Sosiaalinen pääoma sosiaalisessa mediassa. Ensimmäiselle summamuuttujalle muodostui Cronbachin alfa-arvoinen .776 ja toiselle summamuuttujalle kyseiseksi arvoksi saatiin .667. Molempia summamuuttujia voidaan siis pitää yhteiskuntatieteellisessä tutkimuksessa riittävän yhtenäisinä. Seuraavaksi esittelen, miten nämä summamuuttujat päädyttiin rakentamaan ja totean, miksi niiden sisältämien väittämien yhdistäminen on myös teoreettisesti perusteltua.

TAULUKKO 2 Tutkimuksen summamuuttujat

Summamuuttuja	Cronbachin alfa	Väittämien kokonaismäärä
Sosiaalisessa mediassa ilmenevä sosiaalinen pääoma	.778	8
Ongelmallinen sosiaalisen median käyttö	.667	5

Ensimmäiseksi summamuuttujaksi rakennettiin sosiaalisen pääoman ilmenemisestä sosiaalisessa mediassa kertova mittari (TAULUKOT 2 ja 3). Tämä summamuuttuja koostui kyselylomakkeen kohdan 16 kahdeksasta väittämästä: "Somessa on useita henkilöitä, joiden kanssa voin käsitellä ongelmiani luottamuksellisesti", "Minulla on somessa henkilö, jolta voin kysyä neuvoa tehdessäni tärkeitä päätöksiä", "Tunnen olevani osa laajempaa sosiaalista yhteisöä somessa", "Yhteydenpito somessa saa minut kiinnostumaan erilaisista ajattelutavoista ja mielipiteistä", "Yhtey-

denpito somessa innostaa minua kokeilemaan uusia asioita”, ”Some tuo elämäni uusia ihmisiä, joiden kanssa keskustella”, ”Kun tunnen itseni yksinäiseksi, somessa on useita henkilöitä, joille voin puhua” sekä ”En tunne somessa ketään, jolle voisin puhua henkilökohtaisista ongelmistani”, joka käännettiin analyysia varten muiden väittämien suuntaiseksi. Kyselyn kohta 16 sisälsi myös väittämän ”Saan somesta uutta tietoa”, jota ei kuitenkaan otettu mukaan summamuuttujaan, sillä se ei korreloinut riittävän vahvasti muiden muuttujien kanssa (.257), minkä lisäksi väittämän sisällyttäminen olisi laskenut hieman mittarille laskettavaa Cronbachin alfa -lukua (.778:sta .776:een). Lisäksi väittämän sisältö eroaa merkittävästi kohdan muista väittämistä: muut käsittelevät yksilön kontakteja sekä yhteisöllisyyden ja muilta ihmisiltä saatavan tuen määrää, kun taas poistettu väittämä ei sisällä oletusta kaksisuuntaisista suhteista muihin ihmisiin, vaan tiedonsaanti voi somen kautta onnistua esimerkiksi brändien tai julkisuuden henkilöiden täysin yksipuoleisella viestinnällä ja ilman käyttäjän vuorovaikutteista, henkilökohtaista kontaktia muihin ihmisiin. Näin rakennetun sosiaalisen pääoman ilmenemistä sosiaalisessa mediassa kuvaavan mittarin Cronbachin alfaksi saatiin .778, eli muuttujien yhdistämistä voidaan pitää mielekkäänä.

TAULUKKO 3 Summamuuttuja: Sosiaalinen pääoma sosiaalisessa mediassa

Summamuuttujan väittämät	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Somessa on useita henkilöitä, joiden kanssa voin käsitellä ongelmiani luottamuksellisesti	.595	.733
Kun tunnen itseni yksinäiseksi, somessa on useita henkilöitä, joille voin puhua	.582	.736
Minulla on somessa henkilö, jolta voin kysyä neuvoa tehdessäni tärkeitä päätöksiä	.559	.740
Some tuo elämäni uusia ihmisiä, joiden kanssa keskustella	.482	.753
Yhteydenpito somessa innostaa minua kokeilemaan uusia asioita	.421	.763
En tunne somessa ketään, jolle voisin puhua henkilökohtaisista ongelmistani (muuttujan suunta käännetty)	.407	.765
Yhteydenpito somessa saa minut kiinnostumaan erilaisista ajattelutavoista ja mielipiteistä	.397	.766
Tunnen olevani osa laajempaa sosiaalista yhteisöä somessa	.394	.768

Toinen rakennettu summamuuttuja (TAULUKOT 2 ja 4), jolla kuvataan ongelmallisena pidettävää sosiaalisen median käyttöä, sisälsi kyselylomakkeen kohdasta 11

kaksi väittämää, jotka olivat: "Olen hyvä säätelemään sosiaalisessa mediassa käyttämäni aikaa" ja "Hallitsen täysin oman sosiaalisen median käyttöni". Näiden muuttujien suunta käännettiin analyysia varten, jotta rakennettava suuntamuuttuja kuvaisi suoraan ongelmallista sosiaalisen median käyttöä niin, että muuttujan arvon kasvaessa myös vastaajan raportoima ongelmallinen käyttö lisääntyy. Lisäksi summamuuttujaan otettiin mukaan kyselylomakkeen kohdan 13 kolme väittämää, jotka olivat "Minun pitäisi viettää enemmän aikaa perheen, ystävien, tai läksyjen parissa, mutta kaikki aika kuluu somessa", "Olen huomannut olevani somessa, vaikka minua ei ole oikeastaan edes huvittanut" ja "Olen tuntenut oloni hermostuneeksi, kun en ole päässyt someen". Nämä viisi väittämää ilmaisevat vastaajan taipumusta käyttää sosiaalista mediaa hallitsemattomasti tai riippuvaisesti sekä sosiaalisen median käytöstä koituvia haittavaikutuksia vastaajan muille elämänalueille.

TAULUKKO 4 Summamuuttuja: Ongelmallinen sosiaalisen median käyttö

Ongelmallinen sosiaalisen median käyttö -summamuuttujan standardoidut väittämät	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Olen hyvä säätelemään sosiaalisessa mediassa käyttämäni aikaa. (Käännetty)	.442	.605
Hallitsen täysin oman sosiaalisen median käyttöni (Käännetty)	.366	.652
Minun pitäisi viettää enemmän aikaa perheen, ystävien tai läksyjen parissa, mutta kaikki aika kuluu somessa.	.464	.595
Olen huomannut olevani somessa, vaikka minua ei ole oikeastaan edes huvittanut	.446	.603
Olen tuntenut oloni hermostuneeksi, kun en ole päässyt someen	.411	.619

Muuttujat standardoitiin ennen summamuuttujan muodostamista, sillä kyselylomakkeen kohdassa 11 käytettiin seitsemänkohtaista vastausasteikkoa, kun taas kohdassa 13 käytössä oli nelikohtainen asteikko. Analyysin alkuvaiheessa tämä summamuuttuja sisälsi myös kohdan 11 väittämän "Käytän sosiaalista mediaa vain minua hyödyttävällä tavalla", mutta se oli muuttujista ainoa, joka laski hieman summamuuttujan saamaa Cronbachin alfaa (.667:stä .660:een) ja jonka korrelaatio muun mittarin kanssa jäi selvästi muuttujista heikoimmaksi (.248). Vaikka kysymys vaikuttaa sisällöltään yhteneväiseltä rakennetun summamuuttujan kanssa, on sen muotoilu kenties ollut liian ehdoton, jotta se käytännössä mittaisi sosiaalisen median käytön hallintaa tai hyötyjä ja haittoja – harva sosiaalisen median käyttäjä todennäköisesti tulkitsee soveltamisensa ainoastaan hyödylliseksi, vaan somea voidaan hyvinkin käyttää yksinkertaisesti ajan kuluttamiseen, ilman tavoitteita hyödyistä tai haittojen välttämisestä.

Tällaisen käytön ei voida katsoa olevan automaattisesti ongelmallista. Tarkemman arvioinnin jälkeen väittämien jättäminen summamuuttujan ulkopuolelle on siis myös teoreettisesti perusteltua.

Summamuuttujien rakentamisen ja mittarien yhtenäisyyden tarkistamisen lisäksi on vielä syytä tarkastella, millaisia mitattavat ilmiöt sisällytettyjen väittämien perusteella ovat. Sosiaalinen pääoma sosiaalisessa mediassa -summamuuttuja sisältää hyvin henkilökohtaisesta tuesta kertovia väittämiä (esim. ”Somessa on useita henkilöitä, joiden kanssa voin käsitellä ongelmiani luottamuksellisesti”), uuden merkityksellisen sisällön saamisesta elämään kertovia väittämiä (esim. ”Some tuo elämäni uusia ihmisiä, joiden kanssa keskustella”) ja yksi väittäjä, joka kertoo erityisesti yhteenkuuluvuuden tunteesta (”Tunnen olevani osa laajempaa sosiaalista yhteisöä somessa”). Yhdessä väittämät kattavat siis varsin laajasti erilaisia sosiaalisen pääoman aspekteja, keskittyen kuitenkin erityisesti somen kautta saatuun henkilökohtaiseen tukeen. Yleisesti nuorilla on luodun mittarin mukaan sosiaalisessa mediassa keskimäärin varsin paljon sosiaalista pääomaa, eli vastaajien enemmistö sijoittuu mittarin ylemmän puoliskoon. Voidaan siis ajatella, että some on nuorille sosiaalisen pääoman kannalta tärkeä ympäristö.

Ongelmallinen sosiaalisen median käyttö -summamuuttuja sisältää väittämiä sosiaalisen median käytön hallinnasta (esim. ”Olen hyvä säätelemään sosiaalisessa mediassa käyttämäni aikaa”) ja somen käyttöön liittyvistä haitoista (esim. ”Minun pitäisi viettää enemmän aikaa perheen, ystävien tai läksyjen parissa, mutta kaikki aika kuluu somessa”). Myös erityisesti somen pakonomainen käyttö tulee ilmi väittämistä (esim. ”Olen huomannut olevani somessa, vaikka minua ei ole oikeastaan edes huvittanut”). Kokonaisuutena väittämät muodostavat nähdäkseni kattavan kuvauksen ilmiöstä, jossa some on vienyt haitallisella tavalla tilaa nuoren muilta elämänalueilta ja jossa somen käyttö ei enää ole tarkoituksenmukaista. Suurin osa vastanneista nuorista sijoittuu ongelmallinen sosiaalisen median käyttö -mittarin keskivaiheille, eikä moni vastaaja sijoitu kumpaankaan mittarin ääripäähän. Tämä voi kertoa siitä, että somen käyttöä on vaikea täysin hallita, mutta suuremmaksi ongelmaksi somettaminen muodostuu kuitenkin harvemmin.

4.3 Korrelaatioiden tarkastelu ja lineaariset regressioanalyysit

4.3.1 Käyttötapojen yhteys sosiaaliseen pääomaan sosiaalisessa mediassa

Analyysin aluksi selvitettiin sosiaalisen median käyttötapojen korrelaatioita sosiaaliseen pääomaan sosiaalisessa mediassa sekä käyttötapojen korrelaatioita tois-

tensa kanssa. Korrelaatiota mitattiin Pearsonin korrelaatiokertoimen avulla (TAULUKKO 5). Suurin osa käyttötavoista korreloi sosiaalisen pääoman määrän kanssa tilastollisesti erittäin merkitsevästi, mutta blogin pitämiselle ja markkinoinnille tilastollisesti merkitsevää korrelaatiota ei löydetty. Vahvimmin sosiaalisen pääoman kanssa korreloi sisällön jakaminen ($r = .232$, $p = .001$). Tuotteiden tai palveluiden etsimisen yhteys taas jäi juuri tilastollisesti merkitsevän puolelle, ja korrelaation vahvuus jäi lisäksi pienimmäksi ($r = .115$, $p = .001$).

TAULUKKO 5 Käyttötapojen (Kuinka usein teet seuraavia asioita somessa?) korrelaatio sosiaaliseen pääomaan sosiaalisessa mediassa (Pearson r)

Korrelaatiotaulukko (Pearson r)		Viestit- telet tai chattai- let	Selaillet somea	Pelaat netti- tai konsoli- pelejä	Hankit tietoa	Jaat si- sältöä, esimer- kiksi kuvia tai vi- deoita	Etsit tuot- teita tai palve- luita, joita ostaa	Pidät blogia tai vi- deoblo- gia	Teet mark- kinoin- tia tai muuta kaupal- lista yhteis- työtä
Sosiaa- linen pääoma sosiaali- sessa medi- assa	r	.172**	.134**	.172**	.174**	.232**	.115**	.018	.041
	p	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	.001	.615	.253
	n	778	778	778	778	777	777	778	777

Lisäksi tarkasteltiin käyttötapojen keskinäisiä korrelaatioita, jotta saadaan varmistettua, etteivät käyttötavat ole sisällöllisesti liian päällekkäisiä toistensa kanssa. Suurin korrelaatio löydettiin viestittelyn ja somen selailun välillä ($r = .496$, $p = <.001$). Vahva korrelaatio ei ole yllättävä tulos, sillä luvussa 4.1 huomattiin, että nämä kaksi käyttötappaa olivat vastaajien joukossa ylivoimaisesti suosituimpia. Korrelaatioiden tarkastelun perusteella regressioanalyysillä päätettiin tarkastella tilastollisesti merkitsevästi sosiaalisen pääoman kanssa korreloivia käyttötappoja, jotka olivat: "Viestit tai chattailet", "Selaillet somea", "Pelaat netti- tai konsolipelejä", "Hankit tietoa", "Jaat sisältöä, esimerkiksi kuvia tai videoita" ja "Etsit tuotteita tai palveluita, joita ostaa".

Linearisessa regressioanalyysissä riippuvana muuttujana käytettiin siis sosiaalinen pääoma sosiaalisessa mediassa -summamuuttujaa (TAULUKKO 6). Riippumattomina muuttujina taas testattiin edellä lueteltuja sosiaalisen median käyttötappoja. Lopullisesta regressiomallista voitiin sulkea ulos vielä kaksi käyttötappaa, jotka eivät regressioanalyysin mukaan olleet tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä sosiaaliseen pääomaan: somen selailu ($p = .932$) ja ostettavien tuotteiden tai palveluiden etsiminen ($p = .812$) jäivät kauas tilastollisesta merkitsevyydestä. Lopulliseen regressiomalliin

päädyttiin siis sisällyttämään neljä sosiaalisen median käyttötappaa: "Viestit tai chat-tailet", "Pelaat netti- tai konsolipelejä", "Hankit tietoa" ja "Jaat sisältöä, esimerkiksi kuvia tai videoita". Lisäksi analyysissä käytettiin kontrollimuuttujina ikää ja sukupuolta. Tilastollisesti erittäin merkitseviä (<.001) yhteyksiä suurempaan sosiaalisen pääoman määrään löydettiin kaksi: sisällön jakaminen sekä netti- tai konsolipelien pelaaminen. Pelaaminen sai suurimman standardoidun beta-kertoimen .206 ja sisällön jakaminen kertoimen .164. Lisäksi tilastollisesti merkitsevä yhteys (.004) huomattiin tiedon hankkimisen ja sosiaalisen pääoman välille, joka sai standardoiduksi beta-kertoimeksi .104. Tilastollisesti melkein merkitsevä yhteys (.024) muodostui viestittelyn ja chattailun ja suuremman sosiaalisen pääoman välille: tämä yhteys oli myös voimakkuudeltaan heikoin (.084). Yhdessä näistä neljästä käyttötavasta rakennettu regressiomalli (TAULUKKO 7) sai selitysasteeksi 11,3 % ($R^2 = .113$). Suurempaan määrään sosiaalista pääomaa sosiaalisessa mediassa ovat siis yhteydessä erityisesti aktiiviset tavat käyttää sosiaalista mediaa, mutta yhdessäkin nämä käyttötavat selittävät vain varsin pienen osan sosiaalisen pääoman vaihtelusta.

TAULUKKO 6 Regressioanalyysi sosiaalisen median käyttötappojen (Kuinka usein teet seuraavia asioita somessa?) yhteydestä sosiaaliseen pääomaan sosiaalisessa mediassa

Regressio-analyysi: Riippuvana muuttujana sosiaalinen pääoma sosiaalisessa mediassa	B	Std. Error	Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
Pelaat netti- tai konsolipelejä, esimerkiksi Wow, Fortnite, Counter-Strike	.659	.126	.206	5.225	<.001
Jaat sisältöä, esimerkiksi kuvia tai videoita	.648	.141	.164	4.588	<.001
Hankit tietoa	.587	.206	.104	2.853	.004
Viestittelet tai chat-tailet	.658	.292	.084	2.255	.024
Ikä	-.162	.155	-.036	-1.044	.297
Sukupuoli	1.332	.506	.104	2.631	.009

Kontrollimuuttujista iällä ei ollut yhteyttä sosiaalisen pääoman määrään. Sukupuolellakaan ei havaittu suoraa vaikutusta, mutta regressiomallin sisällä sukupuoli päätyi tilastollisesti merkitsevään ($p = .009$) yhteyteen standardoidulla beta-kertoimella .104 niin, että sosiaalisen pääoman määrä oli suurempaa työillä kuin pojilla.

Mainittavia muutoksia kontrollimuuttujien huomioimisesta analyysissä syntyi kahden käyttötavan ja sosiaalisen pääoman määrän välille. Netti- tai konsolipelien pelaamisen yhteys pysyi tilastollisesti erittäin merkitsevänä, ja standardoitu beta-kerroin kasvoi luvusta .158 lukemaan .206. Toinen muutos syntyi viestittelyyn tai chattailuun, jonka saama standardoitu beta-kerroin laski luvusta .098 lukemaan .084, minkä lisäksi tilastollinen merkitsevyys laski aiemmasta (.018) lukemaan .024. Näyttää siis siltä, että viestittelyn tai chattailun yhteys sosiaaliseen pääomaan selittyy osittain sillä, että työllä on somessa poikia enemmän sosiaalista pääomaa. Netti- ja konsolipelien pelaamisen yhteys sosiaaliseen pääomaan taas on voimakkaampi, kun sukupuoli vakioidaan.

TAULUKKO 7 Rakennetut regressiomallit, kontrollimuuttujina ikä ja sukupuoli

Regressiomalli	R	R ²	Adj. R ²	Std. Error of the Estimate	F	p
Käyttötapojen ^a yhteys sosiaaliseen pääomaan sosiaalisessa mediassa	.336	.113	.106	6.03332	16.285	<.001
Käyttötapojen ^b yhteys sosiaalisen median ongelmalliseen käyttöön	.305	.093	.087	3.48525	15.871	<.001
Sosiaalinen pääoma sosiaalisessa mediassa - summamuuttujan yhteys ongelmallinen sosiaalisen median käyttö -summamuuttujaan	.241	.058	.054	3.55199	15.838	<.001

a = "Viestittelet tai chattailet", "Pelaat netti- tai konsolipelejä", "Hankit tietoa" ja "Jaat sisältöä, esimerkiksi kuvia tai videoita"

b = "Jaat sisältöä, esimerkiksi kuvia tai videoita", "Pidät blogia tai videoblogia" ja "Selaillet somea"

4.3.2 Käyttötapojen yhteys ongelmalliseen sosiaalisen median käyttöön

Erilaisten sosiaalisen median käyttötapojen yhteyttä ongelmalliseen sosiaalisen median käyttöön aloitettiin tarkastelemaan testaamalla muuttujien välisiä korrelaatioita. Korrelaatioiden mittaamiseen käytettiin Pearsonin korrelaatiokerrointa. Tilastollisesti erittäin merkitsevä korrelaatio ongelmalliseen sosiaalisen median käyttöön löydettiin kolmelta käyttötavalta (TAULUKKO 8): sisällön jakaminen ($r = .203$), somen selailu ($r = .151$) ja blogin tai videoblogin pitäminen ($r = .126$). Lisäksi havaittiin tilastollisesti merkitsevä korrelaatio käyttötavalle tiedon hankkiminen ($r = .102$, $p = .004$). Lopuille käyttötavoista ei löydetty tilastollisesti merkitsevää korrelaatiota somen ongelmallisen käytön kanssa, joten niitä ei otettu mukaan regressioanalyysiin.

TAULUKKO 8 Käyttötapojen (Kuinka usein teet seuraavia asioita somessa?) korrelaatio ongelmalliseen sosiaalisen median käyttöön (Pearson r)

Korrelaatio- taulukko (Pearson r)		Viestit- telet tai chattai- let	Selaillet somea	Pelaat netti- tai kon- solipe- lejä	Hankit tietoa	Jaat si- sältöä, esimer- kiksi kuvia tai vi- deoita	Etsit tuot- teita tai palve- luita, joita ostaa	Pidät blogia tai vi- deoblo- gia	Teet mark- kinoin- tia tai muuta kaupal- lista yhteis- työtä
Sosiaa- lisen median ongel- malli- nen käyttö	r	.052	.151**	-.026	.102**	.203**	.056	.126**	.009
	p	.148	<.001	.462	.004	<.001	.119	<.001	.808
	n	780	780	780	780	779	779	780	779

Seuraavana valikoitujen käyttötapojen yhteyttä ongelmalliseen sosiaalisen median käyttöön tutkittiin lineaarisella regressioanalyysillä, jossa riippuvana muuttujana käytettiin ongelmallinen sosiaalisen median käyttö -summamuuuttujaa. Riippumattomina muuttujina käytettiin valikoituja sosiaalisen median käyttötapojen yleisyyttä mittaavia väittämiä "Jaat sisältöä, esimerkiksi kuvia tai videoita", "Selaillet somea", "Pidät blogia tai videoblogia" ja "Hankit tietoa". Regressioanalyysillä ei kuitenkaan löydetty tilastollisesti merkitsevää yhteyttä somen ongelmallisen käytön ja tiedon hankkimisen ($p = .266$) välillä, joten kyseistä muuttujaa ei otettu mukaan lopulliseen regressiomalliin.

Lopulliseen regressioanalyysiin sisällytettiin siis kolme käyttötapamuuttujaa (TAULUKKO 9). Kontrollimuuttujina käytettiin ikää ja sukupuolta. Ainut erittäin merkitsevä yhteys ongelmalliseen käyttöön löydettiin sisällön jakamiselle ($p = <.001$) ja tämä yhteys oli myös voimakkain standardoidulla beta-kertoimella .154. Tilastollisesti merkitsevä ($p = .001$) yhteys löydettiin blogin tai videoblogin pitämisen ja ongelmallisen käytön väliltä. Tämä yhteys sai standardoidun beta-kertoimen .117. Lisäksi havaittiin tilastollisen merkitsevyyden ulkopuolelle jäävä ($p = .054$) yhteys somen selailun ja ongelmallisen käytön välillä, standardoidulla beta-kertoimella .071. Käyttötavoista rakennetun mallin selitysvoima jäi 9,3 %:iin (TAULUKKO 7), mutta tämä yhteys oli tilastollisesti erittäin merkitsevä.

Kontrollimuuttujista iälle ei löydetty tilastollisesti merkitsevää yhteyttä somen ongelmalliseen käyttöön, mutta sukupuoli vaikutti luotuun malliin tilastollisesti erittäin merkitsevästi niin, että tytöillä oli poikia enemmän ongelmallista sosiaalisen median käyttöä. Sukupuoli sai mallin sisällä standardoidun beta-kertoimen .182, eli korkeamman kuin mallissa mukana olleet käyttötavat. Käyttötapojen ja ongelmallisen

käytön välisiin yhteyksiin sukupuolen huomioiminen vaikutti erityisesti somen selailun kohdalla, jonka saama standardoitu beta-kerroin laski lukemasta .105 lukemaan .071. Yhteys ei myöskään ollut taustamuuttujien huomioimisen jälkeen enää tilastollisesti merkitsevä. Sukupuolen sisällyttäminen analyysiin siis hävitti somen selailun yhteyttä somen ongelmalliseen käyttöön, mutta kaksi muuta käyttötapaa säilyttivät merkityksensä. Näyttää siis siltä, että somen selailun vaikutus selittyy osaltaan sillä, että tytöt selailevat somea enemmän ja tytöillä ilmenee enemmän somen ongelmallista käyttöä.

TAULUKKO 9 Regressioanalyysi sosiaalisen median käyttötapojen (Kuinka usein teet seuraavia asioita somessa?) vaikutuksesta sosiaalisen median ongelmalliseen käyttöön.

Regressio-analyysi: Riippuvana muuttujana sosiaalisen median ongelmallisen käyttö	B	Std. Error	Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
Jaat sisältöä, esimerkiksi kuvia tai videoita	.347	.083	.154	4.191	<.001
Pidät blogia tai videoblogia	.643	.190	.117	3.377	.001
Selailet somea	.273	.142	.071	1.928	.054
Ikä	-.031	.089	-.012	-.348	.728
Sukupuoli	1.328	.255	.182	5.207	<.001

Vahvimmin sosiaalisen median ongelmalliseen käyttöön yhteydessä olleita käyttötapoja sisällön jakaminen ja blogin tai videoblogin pitäminen yhdistää tietty henkilökohtaisuus: someen laitetaan sisältöä, jonka on itse luonut tai jonka viestiä on päättänyt vahvistaa. Eli vaikka somen selailu itsessään voi muodostua ongelmalliseksi käytöksi, erityinen vaara näyttäisi piilevän siinä, että omaa sisältöä jäädään seuraamaan pakonomaisesti ja halutaan jatkuvasti selvittää, miten muut sisältöön reagoivat.

4.3.3 Sosiaalisen pääoman yhteys ongelmalliseen sosiaalisen median käyttöön

Kolmantena analyysin osana haluttiin selvittää, onko suurempi sosiaalisen pääoman määrä sosiaalisessa mediassa yhteydessä ongelmalliseen sosiaalisen median käyttöön. Onko sosiaalisella pääomalla ongelmalliselta käytöltä suojaavaa vaikutusta

- tai voisivatko runsaat sosiaaliset suhteet somessa pikemminkin ajaa käyttämään somea ongelmallisella tavalla?

Tarkastelu aloitettiin tutkimalla sosiaalinen pääoma sosiaalisessa mediassa -summamuuttujan ja ongelmallinen sosiaalisen median käyttö -summamuuttujan välistä korrelaatiota. Muuttujien väliltä löydettiin tilastollisesti erittäin merkitsevä ($p = <.001$) korrelaatio, joka sai Pearsonin korrelaatiokertoimeksi .138. Summamuuttujat olivat siis positiivisesti yhteydessä, mutta korrelaatio jäi heikoksi. Tästä huolimatta muuttujien yhteyttä testattiin vielä regressioanalyysillä.

Myös regressioanalyysissä (TAULUKKO 10) summamuuttujien välillä havaittiin tilastollisesti erittäin merkitsevä ($p = <.001$) yhteys, joka sai standardoidun beta-kertoimen .129. Selitysaste (TAULUKKO 7) mallille jäi 5,8 %:iin, eikä summamuuttujien välillä voida katsoa analyysin perusteella olevan selittävää yhteyttä. Analyysissä käytettiin kontrollimuuttujina ikää ja sukupuolta. Iällä ei ollut yhteyttä somen ongelmalliseen käyttöön, mutta sukupuoli sai mallissa tilastollisesti erittäin merkitsevän yhteyden standardoidulla beta-kertoimella .197, eli tytöillä esiintyi poikia enemmän ongelmallista käyttöä. Kontrollimuuttujien huomioiminen ei heikentänyt merkittävästi sosiaalisen pääoman ja somen ongelmallisen käytön välistä yhteyttä.

TAULUKKO 10 Regressioanalyysi sosiaalisen pääoman yhteydestä ongelmalliseen sosiaalisen median käyttöön

Regressioanalyysi: Riippuvana muuttujana sosiaalisen median ongelmallisen käyttö	B	Std. Error	Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
Sosiaalinen pääoma sosiaalisessa mediassa	.074	.020	.129	3.686	<.001
Ikä	-.040	.091	-.016	-.444	.657
Sukupuoli	1.440	.255	.197	5.644	<.001

5 JOHTOPÄÄTÖKSET JA KESKUSTELU

Tässä tutkielmassa havaittiin joitakin yhteyksiä, jotka tukevat aiempia löydöksiä sosiaalisen median käytön, sosiaalisen pääoman ja somen ongelmallisen käytön välistä suhteista. Lisäksi kiinnostavia olivat yhteydet, joita ei tässä tutkimuksessa löydetty tai jotka jäivät voimakkuudeltaan hyvin heikoiksi. Tässä luvussa koostan tutkielman keskeisiä havaintoja ja heijastan niitä aiempiin tutkimustuloksiin. Lisäksi pohdin kiinnostavia tutkielman aiheeseen liittyviä kysymyksiä, joihin tulevissa tutkimuksissa voisi kannattaa syventyä.

Erilaisista somen käyttötavoista suurempaan sosiaalisen pääoman määrään sosiaalisessa mediassa yhdistyivät tehdyssä analyysissä sisällön jakaminen, netti- ja konsolipelien pelaaminen, tiedon hankkiminen ja viestittely tai chattailu. Sisällön jakamisen yhteys sosiaaliseen pääomaan käy hyvin yhteen aiemman tutkimustiedon kanssa, sillä erityisesti itseä koskevan tiedon julkaisemisen on huomattu olevan yhteydessä sosiaaliseen pääomaan (Chen & Li 2017; Liu, Ainsworth & Baumeister 2016). Myös verkostoitumispalveluiden käyttö on aiemmassa tutkimuksessa yhdistetty suurempaan sosiaalisen pääoman määrään (esim. Ellison, Lampe, Steinfield & Vitak 2011), ja juuri nämä palvelut toimivat usein alustana sisällön jakamiselle. Tulos käy myös intuitiivisesti järkeen: aktiivinen sosiaalinen toiminta tuottaa sosiaalista pääomaa.

Netti- ja konsolipelien pelaamisen on niin ikään havaittu olevan yhteydessä sosiaalisen pääoman määrään (Liu, Ainsworth & Baumeister 2016, 382). Kiinnostavaa tämän tutkielman tuloksissa oli, että pelaamisen yhteys sosiaaliseen pääomaan vahvistui muita käyttötapoja suuremmaksi, kun sukupuoli vakioitiin. Nähdäkseni tämä yhteys rikkoo stereotypiaa videopelejä kotonaan pelaavista syrjäytyneistä nuorista, ja pelaamisen tarjoamia sosiaalisia mahdollisuuksia voitaisiin hyvin korostaa muun harrastustoiminnan tapaan.

Tiedon hankkimisen ja sosiaalisen pääoman välinen yhteys vaatii kenties hieman luovempaa tulkintaa, mutta aiemmissa tutkimuksissa muihin liittyvän tiedon etsiminen on yhdistetty sosiaalisen pääoman määrään (Liu, Ainsworth & Baumeister

2016). Tiedon hankkimisella voidaan tietysti tarkoittaa nykyisin melkein millaisen tahansa tiedon hankkimista, sillä eri sosiaalisen median sovelluksista löytää niin uutis sivustoja kuin tutoriaalivideoitakin, mutta yhteys sosiaaliseen pääomaan saattaa kuitenkin kertoa, että tiedon hankkiminen on tarkoittanut kyselyyn vastaajille muihin käyttäjiin liittyvää tietoa tai muutoin sosiaalisesti merkityksellistä, esimerkiksi harrastustoimintaan liittyvää, tietoa. Näin tulkittuna tiedon hankkimisen ja sosiaalisen pääoman välinen yhteys voisikin kertoa, että some on nuorille sosiaalisesti tärkeän tiedon lähde.

Viestittelyn ja chattailun yhteys suurempaan sosiaaliseen pääomaan määrään oli tutkimuksessa havaituista tilastollisesti merkitsevistä yhteyksistä heikoin, ja se heikkeni entisestään, kun sukupuolen merkitys vakioitiin. Luvussa 2.2.4 tuotiin esille, ettei WhatsAppin käyttö tai yleisemmällä tasolla viestittely kenties ole sosiaalisen pääoman kannalta merkittävimpiä somen käyttötapoja, ja analyysistä saatiin tukea tälle ajatukselle. Mahdollinen selitys tälle löytyy viestittelyn ja chattailun suosiosta, sillä kyseinen käyttötapa on kyselyn perusteella jokapäiväistä valtaosalle nuorista. Lähes kaikki siis käyttävät somea viestittelyyn, mutta aiemmassa tutkimuksessa lähinnä suuri WhatsApp-kontaktien määrä ja positiiviset asenteet WhatsAppin käyttöä kohtaan ovat olleet yhteydessä suurempaan sosiaalisen pääoman määrään (Ahorany 2015). Pelkän viestittelyn, ilman tarkempia määritelmiä esimerkiksi uusien kontaktien luomisesta, yhteyden sosiaaliseen pääomaan voidaan siis olettaakin olevan heikohko.

Huomiota on syytä kiinnittää myös somen selailuun, jolle havaittiin korrelaatio suuremman sosiaalisen pääoman määrän kanssa, mutta joka ei kuitenkaan regressioanalyysin perusteella ollut tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä sosiaaliseen pääomaan. Aiemmissa tutkimuksissa on havaittu, että myös passiivinen somen käyttö, mukaan lukien somen selailu, olisi yhteydessä suurempaan sosiaalisen pääoman määrään (Abbas & Mesch 2018). Tutkielman aineistossa somen selailu oli kuitenkin niin suosittua, että se voi jälleen selittää yhteyden puuttumista: sosiaalisen median selailu on osa sellaista sosiaalisen median käyttöprofiilia, joka on yhteydessä sosiaaliseen pääomaan, mutta selailu itsessään ei riitä, vaan se vaatii rinnalleen aktiivisempia käyttötapoja.

Sosiaalisen median ongelmalliseen käyttöön yhteydessä olivat analyysin perusteella sisällön jakaminen, blogin tai videoblogin pitäminen ja somen selailu. Sisällön jakaminen on sosiaalisesti intensiivistä toimintaa, ja mahdollinen tavoitettava yleisö voi monissa verkostoitumispalveluissa olla valtava. Onkin mahdollista, että itse jaetun sisällön ”menestymistä”, eli esimerkiksi katselukertoja ja muiden käyttäjien reaktioita, jäädään seuraamaan pakonomaisesti. Itseä koskeva sisältö, itse luotu sisältö tai sisältö, jonka käyttäjä on päättänyt allekirjoittaa, päätyvät osaksi käyttäjän sosiaalisessa mediassa rakentuvaa identiteettiä, jolloin on nähdäkseni hyvin luonnollista, että muiden reaktioista ollaan suuresti kiinnostuneita. Blogin tai videoblogin pitäminen

on läheisesti sisällön jakamiseen liittyvää toimintaa, mutta erona näiden välillä näen, että verkostopalveluissa on usein läsnä vähintään käyttäjän lähipiiri, kun taas blogia saatetaan pitää myös täysin anonyyminä anonyymille yleisölle. Blogissa jaettu sisältö ei siis välttämättä vaikuta sosiaaliseen elämään samalla tavalla kuin verkostoitumispalvelussa jaettu sisältö. Blogin pitäminen oli lisäksi nuorten keskuudessa harvinaista, mikä voi osaltaan selittää sisällön jakamiseen verrattuna heikompaa yhteyttä somen ongelmalliseen käyttöön.

Somen selailun yhteys ongelmalliseen käyttöön selittyi osaksi sillä, että tytöillä ilmeni enemmän sekä ongelmallista käyttöä että somen selailua. Aiemmissä tutkimuksissa on huomattu, että somen passiivinen käyttö, kuten selailu, olisi haitallisempaa niille, joilla on tapana verrata itseään muihin (Tromholt 2016, 665). On siis mahdollista, että tytöt tekevät tällaista vertailua poikia enemmän, mikä selittäisi sukupuolten välistä eroa analyysissä. Somen selailu voi olla harmitonta ajanvietettä, mutta myös paineita tai kateutta käyttäjälle luovaa somen käyttöä – riippuen käyttäjän taipumuksista. Sosiaalinen vertailu somessa onkin yhdistetty myös masennusoireisiin (Yoon ym. 2019).

Kokonaisuutena sellaiset käyttötavat, joilla on selvä päämäärä tai tarkoitus, esimerkiksi tiedon hankkiminen ja tuotteiden tai palveluiden etsiminen, eivät vaikuttaisi olevan yhteydessä somen ongelmalliseen käyttöön. Myöskään viestittelylle tai chattailulle ei löydetty tällaista yhteyttä, mikä tukee näkemystä siitä, että esimerkiksi kommunikaatio WhatsAppissa voi usein olla jatketta muulle sosiaaliselle kanssakäymiselle, lähinnä helpottaen ennalta olemassa olevien sosiaalisten suhteiden ylläpitoa. Kenties mielenkiintoisin havainto on, ettei netti- tai konsolipelien pelaaminen ollut yhteydessä somen ongelmalliseen käyttöön. Tästä ei kenties voida tehdä pitkälle meneviä johtopäätöksiä videopelaamisesta, sillä kaikki pelaaminen ei sisällä sosiaalisia аспекteja, mutta ainakaan yhdessä muiden ihmisten kanssa pelaamista ei voida tämän analyysin perusteella pitää nuorille haitallisena.

Viimeisenä analyysin tuloksena voidaan todeta, ettei sosiaalisen pääoman määrä sosiaalisessa mediassa näytä olevan merkittävästi yhteydessä somen ongelmalliseen käyttöön. Ei siis voida ajatella, että somen käytöstä tulisi pienemmällä todennäköisyydellä ongelmallista, vaikka käyttäjällä olisi tärkeitä sosiaalisia kontakteja somessa. Näiden ilmiöiden välinen yhteys voi hyvin selittyä sillä, että suurempi sosiaalisessa mediassa käytetty aika mahdollistaa sekä suuremman sosiaalisen pääoman määrän että taipumuksen somen ongelmalliseen käyttöön.

Tutkielman tulokset ja aihe yleisesti tarjoavat runsaasti mahdollisuuksia jatkotutkimuksille, eikä tämän työn puitteissa käsitellä kaikkia kiinnostavia näkökulmia. Haluan kuitenkin nostaa esille kaksi tarkempaa tutkimuskohdetta, joita pidän tämän tutkielman tulosten näkökulmasta erityisen mielenkiintoisina. Ensimmäisenä olisi

mielestäni hyödyllistä tuottaa yksityiskohtaisempaa laadullista tietoa sisällön jakamisen yhteydestä somettamisen positiivisiin ja negatiivisiin vaikutuksiin. Olisi kiinnostavaa selvittää, miten runsaasti sisältöä somessa jakavat käyttäjät itse kokevat tämän käyttötavan: koetaanko, että sillä on positiivinen vaikutus sosiaaliseen elämään vai yhdistävätkö käyttäjät juuri sisällön jakamiseen omaan somen ongelmalliseen käyttöönsä? On myös mahdollista, että nämä ilmiöt yhdistyvät sisällön jakamisessa niin, että suuremmasta sosiaalisen pääoman määrästä joudutaan maksamaan hinta somen ongelmallisena käyttönä.

Toinen kiinnostava tutkimuskohde olisi mielestäni netti- ja konsolipelien pelaamisen tarjoamat mahdollisuudet sosiaalisen pääoman näkökulmasta. Kokevatko paljon pelaavat itse saavansa pelaamisesta sosiaalisia hyötyjä, joista löydettiin viitteitä tässä tutkimuksessa? Sen sijaan, että pelaaminen nähtäisiin syynä esimerkiksi nuorten syrjäytymiselle, saattaisi ajatus olla syytä kääntää pääläelleen ja kysyä, voisiko pelaamisesta löytyä apua syrjäytymisen ehkäisemiseen sosiaalisen pääoman rakentamisen kautta.

Sosiaalinen media on tämän tutkielman valossa nuorten sosiaalisen pääoman kannalta olennainen väline, josta varoittelun sijaan nuoria kannattaisi mielestäni ohjata käyttämään somea heitä hyödyttävillä tavoilla. Älypuhelimia somesovelluksiin ei tarvitse demonisoida, mutta niitä kannattaa käyttää tiedostavalla otteella. Jaetaanko somessa sisältöä, jotta oma kuva saisi mahdollisimman paljon tykkäyksiä, joita voi sitten vertailla tuttujen lukemiin – vai jaetaanko sisältöä, jotta voidaan muodostaa merkityksellisiä sosiaalisia suhteita muihin käyttäjiin, joilla on samanlaisia kiinnostuksenkohteita? Somen käytön positiivisia mahdollisuuksia voitaisiin tuoda esiin aiempaa enemmän julkisessa keskustelussa, ja hyvien vaikutusten selvittämiseen keskittyä lisää myös tieteellisissä tutkimuksissa. On selvää, että sosiaalisen median käyttötavoilla on eroja, eikä somea ja somettamista pidä käsittää yksipuoleisena ilmiönä, jolla on pelkästään huonoja tai pelkästään hyviä vaikutuksia. Some on tässä mielessä aivan kuin muutkin ympäristöt, ja toimii nuoren muun sosiaalisen elämän jatkeena niin hyvässä kuin pahassakin (Tripathi 2017, 3–4).

Lisäksi tutkielman tuloksissa yhteiskunnallisesti huomioitavaa oli, että erilaiset sosiaalisen median käyttötavat selittivät vain pienen osan sosiaalisen median ongelmallisesta käytöstä. Some ei siis itsessään näyttäisi olevan ainakaan pääsyyllinen ongelmalliseen käyttöön. Tämän voidaan ajatella osaltaan tukevan niin kutsuttua itelääkitysmallia, jonka mukaan somea käytetään lievittämään esimerkiksi jo olemassa olleiden mielenterveysongelmien aiheuttamia oireita ja someen ylettömästi turvautumalla päädytään syventämään näitä ongelmia, kun muu sosiaalinen kanssakäyminen vähentyy (Lai ym. 2015). Olisi yhteiskunnallisesti merkittävää, mikäli tällainen kehä voitaisiin todentaa ja sen syntymistä pyrkiä ehkäisemään, joten lisätutkimus aiheen parissa olisi tärkeää.

Tutkielman lopuksi haluan keskittyä samaan teemaan, jonka nostin esille johdannossa: nuorten toimijuuteen. Sosiaalinen pääoma ei ole somen ominaisuus, jonka nuoret saavat käyttöönsä, vaan nuoret itse luovat puitteet sosiaalisen pääoman rakentamiselle. Nuoret omaksuvat uusia sosiaalisen median sovelluksia nopeasti – esimerkiksi siirtymä pois Facebookista ja sisään TikTokiin todettiin luvussa 2.1 – ja ovat etunenässä muovaamassa sitä, miten sovelluksia käytetään. Someen liittyvät haitat eivät laskeudu nuorten päälle ylhäältä langetettuina kirouksina, eivätkä ne ole irrallisia nuorten muista ongelmista. Sosiaalisen median käytön hyödyt ja haitat voivat olla päällekkäisiä, mikä huomattiin tässä tutkimuksessa sisällön jakamisen yhteytenä sekä sosiaaliseen pääomaan että somen ongelmalliseen käyttöön. On mahdollista, että nuoret toimivat sosiaalisessa mediassa molemmat puolet tiedostaen ja hyväksyen. Ennen kuin tässä tutkielmassa havaituista positiivisista ja negatiivisista yhteyksistä vedetään pitkälle meneviä johtopäätöksiä, on syytä tutkia lähemmin, miten nuoret itse kokevat nämä yhteydet. Jos halutaan lisätä sosiaalisen pääoman kannalta hyödyllistä somen käyttöä tai vähentää somen ongelmallista käyttöä, tarvitaan avuksi nuorten omia keinoja ja näkökulmia. Muuten uhkana on, että nuorten sosiaalisen median käytöstä tuotettu tieteellinen tieto laahaa jatkuvasti muuttuvan ilmiön perässä, ehtimättä vaikuttaa siihen.

LÄHTEET

- Aharony, N. (2015). "What's App: a social capital perspective", *Online Information Review*, Vol. 39 No. 1, 26-42. <https://doi.org/10.1108/OIR-08-2014-0177>.
- Ahn, J. 2011. The effect of social network sites on adolescents' academic and social development: Current theories and controversies. *Journal of the American Society for Information Science & Technology* 62(8):1435-45. <https://doi.org/10.1002/asi.21540>
- Aichner, T., Grünfelder, M., Maurer, O. & Jegeni, D. (2021). Twenty-Five Years of Social Media: A Review of Social Media Applications and Definitions from 1994 to 2019. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 215-222. <http://doi.org/10.1089/cyber.2020.0134>
- Alatupa, S. (2007). Koulun ja luokan koko, koulumenestys ja sosiaalinen pääoma. Teoksessa S. Alatupa (toim.), *Koulu, syrjäytyminen ja sosiaalinen pääoma – Löytyykö huono-osaisuuden syy koulusta vai oppilaasta?* Helsinki: Sitra, 90-114.
- Alasuutari, P. (2001). Johdatus yhteiskuntatutkimukseen. Gaudeamus.
- Al-Menayes, J. J. (2015). Dimensions of Social Media Addiction among University Students in Kuwait. *Psychology and Behavioral Sciences*. Vol. 4, No. 1, 23-28. doi: 10.11648/j.pbs.20150401.14
- Andersson, H. (2018.) Social media apps are 'deliberately' addictive to users. BBC. Viitattu 27.11.2022. <https://www.bbc.com/news/technology-44640959>.
- AudienceProject (2019). https://www.audienceproject.com/wp-content/uploads/audienceproject_study_apps_social_media.pdf.
- AudienceProject (2020). https://www.audienceproject.com/wp-content/uploads/AudienceProject_Study_App_and_Social_Media_Usage_2020_pdf.pdf?x62193.
- Bargh, J. A., & McKenna, K. Y. A. (2004). The Internet and Social Life. *Annual Review of Psychology*, 55(1), 573-590. doi:10.1146/annurev.psych.55.090902.141922
- Berry, N., Lobban, F., Belousov, M., Emsley, R., Nenadic, G., & Bucci, S. (2017). #WhyWeTweetMH: understanding why people use Twitter to discuss mental health problems. *Journal of Medical Internet Research*, 19(4), e107. doi: 10.2196/jmir.6173
- Bilton, N. (2014). Steve Jobs Was a Low-Tech Parent. *The New York Times*. Viitattu 27.11.2022. <https://www.nytimes.com/2014/09/11/fashion/steve-jobs-apple-was-a-low-tech-parent.html>.
- Blaxter, L. & Hughes, C. (2000.) *Social Capital: a critique*. Teoksessa *Stretching the Academy: The Politics and Practice of Widening Participation in Higher Education*. NIACE.
- Bourdieu, P. (1986). The Forms of Capital. Teoksessa: Richardson, J. G. (toim.) *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education*. New York : Greenwood Press 1986, 241-258.

- Boyd, D. M. & Ellison, N. B. (2007). Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship, *Journal of Computer-Mediated Communication*, Volume 13, Issue 1, 210–230, <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- Bucci, S., Schwannauer, M. & Berry, N. The digital revolution and its impact on mental health care. *Psychology & Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, March 2019. <https://doi.org/10.1111/papt.12222>.
- Burt, Ronald S. 1992. *Structural Holes. The Social Structure of Competition*. Harvard University Press, Cambridge, MA.
- Chen, H.-T., & Li, X. (2017). The contribution of mobile social media to social capital and psychological well-being: Examining the role of communicative use, friending and self-disclosure. *Computers in Human Behavior*, 75, 958–965. doi:10.1016/j.chb.2017.06.011
- Clawson, M. A. (1997). Club cultures: Music, media and subcultural capital. *Contemporary Sociology*, 26(4), 510-511. <http://dx.doi.org/10.2307/2655133>.
- Coleman, J. S. (1988). Social Capital in the Creation of Human Capital. *American Journal of Sociology*, 94, S95-S120. Retrieved from <http://www.jstor.org/stable/2780243>Copy
- David, M. E., Roberts, J. A., & Christenson, B. (2017). Too Much of a Good Thing: Investigating the Association between Actual Smartphone Use and Individual Well-Being. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 34(3), 265–275. doi:10.1080/10447318.2017.1349250
- De Zúñiga, H. G., Barnidge, M., & Scherman, A. (2016). Social Media Social Capital, Offline Social Capital, and Citizenship: Exploring Asymmetrical Social Capital Effects. *Political Communication*, 34(1), 44–68. doi:10.1080/10584609.2016.1227000
- Dhir, A., Yossatorn, Y., Kaur, P. & Chen, S. (2018). Online social media fatigue and psychological wellbeing – A study of compulsive use, fear of missing out, fatigue, anxiety and depression, *International Journal of Information Management*, Volume 40, 141-152, ISSN 0268-4012, <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2018.01.012>.
- Duvenage, M., Correia, H., Uink, B., Barber, B. L., Donovan, C. L. & Modecki, K. L. (2020). Technology can sting when reality bites: Adolescents' frequent online coping is ineffective with momentary stress, *Computers in Human Behavior*, Volume 102, 248-259, ISSN 0747-5632, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.08.024>
- Ebrand Group Oy & Oulun kaupungin sivistys- ja kulttuuripalvelut. (2022). Suomessa asuvien 13-29 -vuotiaiden nuorten sosiaalisen median palveluiden käyttäminen ja läsnäolo. Viitattu 28.11.2022. <https://wordpress.ebrand.fi/somejanuoret2019/>
- Ellison, N. B., Lampe, C., Steinfield, C. & Vitak, J. (2010). With a little help from my friends: How social network sites affect social capital processes. Teoksessa: Papacharissi, Z. (toim.) *The networked self: Identity, community and culture on social network sites*. Routledge 2011, 124-145.
- Ellison, N. B., Steinfield, C., Lampe, C. (2007). The Benefits of Facebook “Friends:” Social Capital and College Students’ Use of Online Social Network Sites,

- Journal of Computer-Mediated Communication, Volume 12, Issue 4, 1143–1168, <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00367.x>
- Ellison N.B., Vitak J., Steinfield C., Gray R., Lampe C. (2011) Negotiating Privacy Concerns and Social Capital Needs in a Social Media Environment. Teoksessa: Trepte S. & Reinecke L. (toim.) *Privacy Online*. Springer, Berlin, Heidelberg. https://doi-org.ezproxy.jyu.fi/10.1007/978-3-642-21521-6_3
- Faucher, K. (2018). *Social Capital Online: Alienation and Accumulation*. London: University of Westminster Press. <http://www.jstor.org/stable/j.ctv5vddrd>.
- Giunchiglia, F., Zeni, M., Gobbi, E., Bignotti, E. & Bison, I. (2017). Mobile social media usage and academic performance, *Computers in Human Behavior*, Volume 82, 177–185, ISSN 0747-5632, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.12.041>.
- Gregg, M. (2011). *Work's intimacy*. Cambridge: Polity Press.
- Haapala, V. (2018). Tekeekö some meistä huonoja vanhempia? Lastenpsykologi muistuttaa yhteisen ajan tärkeydestä. MTV Uutiset. Viitattu 27.11.2022. <https://www.mtvuutiset.fi/artikkeli/tekeeko-some-meista-huonoja-vanhempia-lastenpsykologi-muistuttaa-yhteisen-ajan-tarkeydesta/7061282>.
- Han, S. & Park, K-G. (2020). Social network services and their effects on network social capital: an instrumental variable approach, *International Journal of Mobile Communications*, 2020 Vol.18 No.4, 386–404. <https://doi.org/10.1504/IJMC.2020.108304>
- Heffer, T., Good, M., Daly, O., MacDonell, E., & Willoughby, T. (2019). The Longitudinal Association Between Social-Media Use and Depressive Symptoms Among Adolescents and Young Adults: An Empirical Reply to Twenge et al. (2018). *Clinical Psychological Science*, 7(3), 462–470. <https://doi.org/10.1177/2167702618812727>
- Heikkilä, M. (2021). Facebook Papers -asiakirjat: Toimitusjohtaja Zuckerberg puhuu eri totuutta julkisuuteen – yhtiö teki miljardien osavuosituloksen. YLE. Viitattu 29.11.2022. <https://yle.fi/a/3-12159342>.
- Hietajärvi, L., Salmela-Aro, K., Tuominen, H., Hakkarainen, K. & Lonka, K. (2019). Beyond Screen Time: Multidimensionality of Socio-Digital Participation and Relations to Academic Well-Being in Three Educational Phases, *Computers in Human Behavior*, vol. 93, 13-24. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.11.049>
- Hietajärvi, L., Tuominen-Soini, H., Hakkarainen, K., Salmela-Aro, K. & Lonka, K. (2015). Is Student Motivation Related to Socio-digital Participation? A Person-oriented Approach. *Procedia: Social and Behavioral Sciences*, vol. 171, 1156-1167. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.01.226>
- Hjelm, T., Tikka, M., Suurpää, L., & Sumiala, J. (2014). Nuorten arkiset katupolitiikat mediakaupungissa: Avauksia kaupunkitilan rajojen etnografiseen tutkimiseen. *Media & Viestintä*, 37(1). <https://doi.org/10.23983/mv.62826>.
- Hoffman D.L., Novak T.P. & Stein R. (2013). The digital consumer. Teoksessa: Russel B.W. & Llamas R. (toim.). *The Routledge Companion to Digital Consumption*. London: Routledge, 28–35.
- Holopainen, M. & Pulkkinen, P. (2012). *Tilastolliset menetelmät* (5.-7. p.). Sanoma Pro Oy.

- Hyttinen, N. (2019). Näillä kuudella keinolla pääset eroon somekoukusta. YLE. Viitattu 27.11.2022. <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2019/11/11/nailla-kuudella-keinolla-paaset-eroon-somekoukusta>.
- Ihalainen, S. (2020). Kaurapuuron värinen arki voi ahdistaa, jos roikkuu liikaa Instagramissa, sanoo nuorisolääkäri – “Moni haluaisi olla superihminen”. YLE. Viitattu 27.11.2022. <https://yle.fi/a/3-11583478>.
- Indian, M., & Grieve, R. (2014). When Facebook is easier than face-to-face: Social support derived from Facebook in socially anxious individuals. *Personality and Individual Differences*, 59, 102–106. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.11.016>.
- Jasso-Medrano, J. L. & López-Rosales, F. (2018). Measuring the relationship between social media use and addictive behavior and depression and suicide ideation among university students, *Computers in Human Behavior*, Volume 87, 183–191, ISSN 0747-5632, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.05.003>.
- Jeri-Yabar, A., Sanchez-Carbonel, A., Tito, K., Ramirez-delCastillo, J., Torres-Alcantara, A., Denegri, D., & Carreazo, Y. (2019). Association between social media use (Twitter, Instagram, Facebook) and depressive symptoms: Are Twitter users at higher risk? *International Journal of Social Psychiatry*, 65(1), 14–19. <https://doi.org/10.1177/0020764018814270>.
- Jokivuori, P. & Hietala, R. (2015). Määrällisiä tarinoita: Monimuuttujamenetelmien käyttö ja tulkinta. Docendo.
- Kalliala, E., & Toikkanen, T. (2009). *Sosiaalinen media opetuksessa*. Finn Lectura.
- Kasurinen, R. (2015). Suomalaiset heräsivät auttamaan toisiaan – Facebookista löytyy kyyti kauppaan, hoitaja lapsille ja uusi koti vanhoille vaatteille. YLE. Viitattu 27.11.2022. <https://yle.fi/uutiset/3-8499368>.
- Keltikangas-Järvinen, L. (2007.) Koulu sosiaalisen pääoman lisääjänä ja elinikäisen oppimisen kasvattajana psykologisten tutkimustulosten valossa. Teoksessa S. Alatupa (toim.), *Koulu, syrjäytyminen ja sosiaalinen pääoma – Löytyykö huono-osaisuuden syy koulusta vai oppilaasta?* Helsinki: Sitra, 23–44.
- Koskinen, R. (2014). Somessa nuori voi avautua – "Some on hyvä kaveri, eikä sitä dissata". YLE. Viitattu 27.11.2022. <https://yle.fi/uutiset/3-7519091>.
- Krautsuk, S. (2014). Sosiaalisesta mediasta tuli päihde – jo pikkulapset raivoavat vieroitusoireissaan. YLE. Viitattu 27.11.2022. <https://yle.fi/uutiset/3-7152447>.
- Lai, C. M., Mak, K. K., Watanabe, H., Jeong, J., Kim, D., Bahar, N., Ramos, M., Chen, S. H. & Cheng, C. (2015). The mediating role of Internet addiction in depression, social anxiety, and psychosocial well-being among adolescents in six Asian countries: a structural equation modelling approach, *Public Health*, Volume 129, Issue 9, 1224–1236, ISSN 0033-3506, <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2015.07.031>.
- Lau, W. W. F. (2017). Effects of social media usage and social media multitasking on the academic performance of university students, *Computers in Human Behavior*, Volume 68, 286–291, ISSN 0747-5632, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.11.043>.

- Leslie, I. (2016). The scientists who make apps addictive. *The Economist*. Viitattu 27.11.2022. <https://www.economist.com/1843/2016/10/20/the-scientists-who-make-apps-addictive>.
- Liu, D., Ainsworth, S. E., & Baumeister, R. F. (2016). *A meta-analysis of social networking online and social capital*. *Review of General Psychology*, 20(4), 369–391. <https://doi.org/10.1037/gpr0000091>
- Luoma-aho, V. (2016) Social Capital Theory. In: Carrol C (ed.) *The Sage Encyclopedia of Corporate Reputation*. California: Sage Publications, Thousand Oaks, pp. 759–762
- Mattila, M. (2020). Sami Kieksi seurasi läheltä nuoria miehiä, jotka pakenevat pelimaailmihin ja jäävät syrjään – "Pelaaminen on keino päästä irti arjen paineista". YLE. Viitattu 27.11.2022. <https://yle.fi/uutiset/3-11193891>.
- Mazzoni, E., Baiocco, L., Cannata, D. & Dimas, I. (2015). Is Internet the cherry on top or a crutch? Offline Social Support as moderator of the outcomes of Online Social Support on Problematic Internet Use. *Computers in Human Behavior*. 56. 369–374. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.11.032>
- McNay, L. (2004). Agency and Experience: Gender as a Lived Relation. *The Sociological Review*, 52(2_suppl), 175–190. <https://doi.org/10.1111/j.1467-954X.2005.00530.x>.
- Michikyan, M., Subrahmanyam, K. & Dennis, J. (2015). Facebook use and academic performance among college students: A mixed-methods study with a multi-ethnic sample, *Computers in Human Behavior*, Volume 45, 265–272, ISSN 0747-5632, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.033>.
- Modood, T. (2004). Capitals, ethnic identity and educational qualifications. *Cultural Trends*, 13(2), 87–105. <https://doi.org/10.1080/0954896042000267170>.
- Naslund, J.A., Bondre, A., Torous, J. et al. Social Media and Mental Health: Benefits, Risks, and Opportunities for Research and Practice. *J. technol. behav. sci.* 5, 245–257 (2020). <https://doi.org/10.1007/s41347-020-00134-x>.
- Navarro, V. (2002). A Critique of Social Capital. *International Journal of Health Services*, 32(3), 423–432. <https://doi.org/10.2190/6U6R-LTVN-FHU6-KCNU>.
- Orben, A. Teenagers, screens and social media: a narrative review of reviews and key studies. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol* 55, 407–414 (2020). <https://doi.org/10.1007/s00127-019-01825-4>.
- Pajari, K. (2022). Näin hän vaikuttaa. HS. Viitattu 27.11.2022. <https://www.hs.fi/kuukausiliite/art-2000008969800.html>
- Papacharissi, Z. (2015). *We Have Always Been Social*. *Social Media + Society*, 1(1), 205630511558118. doi:10.1177/2056305115581185
- Pekkarinen, S. (2021). "Moro! Se on konstaapeli Daniel täällä". YLE. Viitattu 27.11.2022. <https://yle.fi/uutiset/3-11771842>
- Putnam, R. D. (1994). Tuning In, Tuning Out: The Strange Disappearance of Social Capital in America. *Political Science and Politics*, Vol. 28, No. 4, 664–683. American Political Science Association. <https://doi.org/10.2307/420517>.
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community*. New York: Simon & Schuster.

- Rich, M., Tsappis, M. & Kavanaugh, J. R. (2017). Teoksessa: Young, K. S. & De Abreu, C. N. (2017). *Internet Addiction in Children and Adolescents: Risk Factors, Assessment, and Treatment*. New York, NY: Springer Publishing Company,
<http://search.ebscohost.com.ezproxy.jyu.fi/login.aspx?direct=true&db=nlebk&AN=1526360&site=ehost-live>
- Ruuskanen, P. (2001). Sosiaalinen pääoma – käsitteet, suuntauksset ja mekanismit. Valtion taloudellinen tutkimuskeskus VATT. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2018042619012>.
- Salmela-Aro, K., Kiuru, N., Leskinen, E., & Nurmi, J.-E. (2009). School Burnout Inventory (SBI): Reliability and validity. *European Journal of Psychological Assessment*, 25(1), 48–57. <https://doi-org.ezproxy.jyu.fi/10.1027/1015-5759.25.1.48>
- Salmela-Aro, K., & Upadaya, K. (2012). The Schoolwork Engagement Inventory: Energy, dedication, and absorption (EDA). *European Journal of Psychological Assessment*, 28(1), 60–67. <https://doi-org.ezproxy.jyu.fi/10.1027/1015-5759/a000091>
- Seargeant, P., & Tagg, C. (Eds.). (2014). *The language of social media: Identity and community on the internet*. <https://ebookcentral.proquest.com/lib/jyvaskyla-ebooks/detail.action?docID=1645496>
- Shensa, A., Sidani, J. E., Escobar-Viera, C. G., Switzer, G. E., Primack, B. A & Choukas-Bradley, S. (2019). Emotional support from social media and face-to-face relationships: Associations with depression risk among young adults, *Journal of Affective Disorders*, Volume 260, 38-44, ISSN 0165-0327, <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.08.092>.
- Siisiäinen, M. (2003). Yksi käsite, kaksi lähestymistapaa: Putnamin ja Bourdieun sosiaalinen pääoma. *Sosiologia* 40 (2003): 3, 204–218. Tampere: Westermarck-seura. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:ELE-967996>.
- Smith, S. S. & Kulynych, J. (2002). It May be Social, But Why is it Capital? The Social Construction of Social Capital and the Politics of Language. *Politics & Society*, 30(1), 149–186. <https://doi.org/10.1177/0032329202030001006>.
- Sobel, J. (2002). Can we trust social capital? *Journal of Economic Literature*, XL 139–154. <https://www.jstor.org/stable/2698596>.
- Suomen virallinen tilasto (SVT) (2019). Väestön tieto- ja viestintätekniiikan käyttö [verkkojulkaisu]. ISSN=2341-8699, Liitetaulukko 15. Internetin käyttötarkoitusten yleisyys 2019, %-osuus väestöstä 1). Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 22.2.2021]. Saantitapa: http://www.stat.fi/til/sutivi/2019/sutivi_2019-11-07_tau_015_fi.html
- Tapiola, P. (2021). Facebook sulkee kasvontunnistusohjelmistonsa, koskee miljardia ihmistä – "Käyttäjät ovat kärsineet henkilötietojen väärinkäytöstä liian kauan". YLE. Viitattu 29.11.2022. <https://yle.fi/a/3-12171873>.
- Tlili, A., & Obsiye, M. (2014). What Is Coleman's Social Capital the Name of? A Critique of a Not Very Social Capital. *Critical Sociology*, 40(4), 551–574. <https://doi.org/10.1177/0896920513479615>.

- Tolonen, T. (2007). Social and cultural capital meets youth research. Teoksessa Helve, H. & Bynner, J. (2007). (toim.) Youth and social capital. Tufnell Press
- Tripathi, V. (2017). Youth Violence and Social Media. *Journal of Social Sciences*, 52(1-3), 1–7. doi:10.1080/09718923.2017.1352614
- Tromholt, M. (2016). The Facebook Experiment: Quitting Facebook Leads to Higher Levels of Well-Being, *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* Vol. 19, No. 11, 661–666, Mary Ann Liebert, Inc. <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0259>.
- Tuominen, J., Rantala, E., Reinikainen, H., Luoma-aho, V. & Wilska, T. (2022). The brighter side of materialism: Managing impressions on social media for higher social capital, *Poetics*, Volume 92, Part A, 101651, ISSN 0304-422X, <https://doi.org/10.1016/j.poetic.2022.101651>
- Tzanakis, M. (2013). Social capital in Bourdieu's, Coleman's and Putnam's theory: empirical evidence and emergent measurement issues. *Educate*, 13(2) , 2–23. <http://www.educatejournal.org/index.php/educate/article/view/366/293>.
- Vanden Abeele, M. M. P., Antheunis, M. L., Pollmann, M. M. H., Schouten, A. P., Liebrecht, C. C., van der Wijst, P. J., ... Maes, F. A. (2018). Does Facebook Use Predict College Students' Social Capital? A Replication of Ellison, Steinfield, and Lampe's (2007) Study Using the Original and More Recent Measures of Facebook Use and Social Capital. *Communication Studies*, 69(3), 272–282. doi:10.1080/10510974.2018.1464937
- Woolcock, Michael (2000) Social capital: The state of the notion. Teoksessa Kajanoja, Jouko & Simpura, Jussi (toim.) Social capital. Global and local perspectives. VATT-publications 29. Government Institute for Economic Research, Helsinki, 15–40.
- Yoon, S., Kleinman, M., Mertz, J. & Brannick, M. (2019). Is social network site usage related to depression? A meta-analysis of Facebook–depression relations, *Journal of Affective Disorders*, Volume 248, 65-72, ISSN 0165-0327, <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.01.026>.