

**This is a self-archived version of an original article. This version may differ from the original in pagination and typographic details.**

**Author(s):** Lyyra, Nelli; Lahti, Henri; Eskola, Pinja; Paakkari, Leena

**Title:** Lasten ja nuorten sosiaalisen median ongelmatilanteet ja tarvittavat turvataidot

**Year:** 2023

**Version:** Published version

**Copyright:** © 2022 Liikunnan ja terveystiedon opettajat ry

**Rights:** In Copyright

**Rights url:** <http://rightsstatements.org/page/InC/1.0/?language=en>

**Please cite the original version:**

Lyyra, N., Lahti, H., Eskola, P., & Paakkari, L. (2023). Lasten ja nuorten sosiaalisen median ongelmatilanteet ja tarvittavat turvataidot. *Liito : Liikunnan ja terveystiedon opettaja*, 27(1), 33-35.

# Lasten ja nuorten sosiaalisen median ongelmatilanteet ja tarvittavat turvataidot

Teksti: Nelli Lyyra, Henri Lahti,  
Pinja Eskola & Leena Paakkari  
Kuvat: Pixhill & SoMe Detectives

*Kouluikäiset lapset ja nuoret viettävät päivittäin useita tunteja erilaisilla sosiaalisen median alustoilla (EU Kids, 2020). Keskeisenä kasvu- ja toimintaympäristönä sosiaalinen media (some) luo mahdollisuuksia muun muassa toimijuudelle, oppimiselle ja vuorovaikutukselle, mutta myös erilaisten ongelmatilanteiden rakentumiselle ja kohtaamiselle. Nettikiusaaminen, virheellisen tiedon tai vaarallisten some-haasteiden kohtaminen ovat esimerkkejä yleisistä somen ongelmatilanteista. Sosiaalisen median turvataidot ovat nykyajan kansalaistaitoja, joita voidaan opettaa kouluissa esimerkiksi terveystiedon oppitunneilla pelillisin keinoin.*

## Lapset ja nuoret sosiaalisen median käyttäjinä

Sosiaalisella medialla tarkoitetaan internetissä toimivia palveluita, sovelluksia ja kanavia, joissa yhdistyy käyttäjien välinen kommunikaatio sekä mahdollisuus jakaa ja tuottaa sisältöä. Sosiaalinen media eroaa perinteisestä joukkoviestinnästä esi-



merkiksi siinä, etteivät käyttäjät ole vain tiedon vastaanottajia, vaan myös aktiivisia toimijoita, jotka voivat kommentoida toisten julkaisuja, olla vuorovaikutuksessa muihin käyttäjiin sekä tuottaa ja jakaa itse sisältöä. Suosittuja sosiaalisen median alustoja kouluikäisillä ovat muun muassa WhatsApp, Snapchat ja TikTok.

Internetissä ja sosiaalisessa mediassa vietetty aika on kasvanut koko 2000-luvun ajan ja erityisesti pandemia-aikana. Lähteestä riippuen kouluikäiset viettävät aikaa internetissä, mukaan lukien sosiaalinen media, keskimäärin 4,5 tuntia päivässä, osa jopa 8 tuntia päivässä (Järvelin 2018; Lobe ym. 2021; Smahel ym. 2020). Lähes jokaisella suomalaisella lapsella ja nuorella on pääsy verkkoon omalla älypuhelimellaan (Smahel ym., 2020; DNA Koululaistutkimus 2022). Sosiaalisen median käyttö on yleisempää yläkouluikäisillä, kuin alakouluikäisillä (Lyyra ym. 2022) ja on sukupuolittunutta siten, että pojat käyttävät enemmän aikaa netissä pela-

miseen ja tytöt viestittelyyn, julkaisuiden seuraamiseen ja sisällön jakamiseen (Lahti ym. 2021)

## Sosiaalisen median ongelmatilanteet ja ongelmakäyttö

Sosiaalisen median ongelmatilanteet määritellään some-ympäristössä tapahtuviksi tilanteiksi, joilla voi olla kielteisiä vaikutuksia lasten ja nuorten hyvinvointiin. Sosiaali- ja terveystieteiden edistämisen määrärahalta toteutetussa Turvallisesti somessa -hankkeessa kysyttiin asiantuntijoilta ja yläkoulun oppilailta merkittävimpiä sosiaalisen median ongelmatilanteita, joista osa on kuvattu oheisessa taulukossa.

Sosiaalisen median ongelmakäytöllä viitataan pakonomaiseen toimintaan, jota kuvaavat riippuvuudelle tyypilliset piirteet. Ongelmakäyttöä indikoivia tekijöitä ovat esimerkiksi nuoren huoli siitä, milloin



hän pääsee seuraavan kerran käyttämään somea ja huonotuulisuus, ellei ole päässyt someen vaikka olisi halunnut. Ongelmallisesta käytöstä kertoo myös se, ettei lapsi tai nuori pysty vähentämään somen käyttöä niin halutessaan, somen käytön määrää valesdellaan tai somen käytöstä riidellään jatkuvasti läheisten kanssa (Boer ym. 2021; Van den Eijnden ym. 2016).

Noin joka kymmenes suomalainen lapsi tai nuori lukeutuu sosiaalisen median ongelmakäyttäjäksi ja kolmasosa koululaisista tunnistaa kohdallaan joitakin ongelmakäytön piirteitä (Paakkari ym. 2021). Sosiaalisen median ongelmakäyttö on yhteydessä esimerkiksi alakuloisuuteen, ahdistukseen, runsaampaan päih-teiden käyttöön sekä matalampaan fyysiseen aktiivisuuteen ja huonompiin nukkumistottumuksiin (Paakkari ym. 2021; Boniel-Nissim ym. 2021). Pakonomaisen sosiaalisen median käyttämisen on huomattu haittaavan myös oppimisprosesseja kuten tiedonkäsittelyä.

## Sosiaalisen median ongelmatilanteet koulun arjessa

Sosiaaliseen mediaan liittyvät ongelmatilanteet koskettavat koulun arkea silloin, kun somen tapahtumat heijastuvat oppilaan koulutyöhön. Turvallinen koulunkäynti on jokaisen koululaisen oikeus, joten kouluilla on velvollisuus käsitellä koululaisen turvalliseen koulunkäyntiin ja koulutyöhön vaikuttavia asioita ja ongelmatilanteita, vaikka ne ilmenisivät digitaalisessa ympäristössä ja/tai koulun ulkopuolella.

Koulujen näkökulmasta sosiaalisen median haitat eivät välttämättä niinkään liity siihen, että jokin some-sovellus olisi itsessään haitallinen. Tyypillisesti ongelmat liittyvät siihen, että sovelluksen käyttäjät eivät noudata niin sanottua nettietikettiä. Yleisiä kouluissa selvitettäviä ongelmatilanteita ovat esimerkiksi nettikiusaamistilanteet, joissa kuvia on jaettu luvatta tai jotain oppilasta on nimitetty tai uhkailtu luokan WhatsApp-ryhmässä.

*”On tällaisia nettikiusaamistilanteita tullut valitettavankin usein. Usein nämä tulee sillein, että oppilaat tulee kertoon jostain tunnin päätteeksi tai laittaa viestiä. Ja kuvat on yleisiä. Ne nappaa kuvan jostain ilman toisen henkilön lupaa se julkaistaan. Sisältö ei ole sen mielestä asiallinen, josta*

**NETTIKIUSAAMINEN** on digitaalisessa ympäristössä tapahtuvaa toistuvaa ja tahallista toisen ihmisen loukkaamista, jossa kiusatun on vaikea puolustaa itseään ja kiusaaja voi pysyä nimettömänä. Sitä voi tapahtua yhden tai usean ihmisen toimesta joko julkisilla alustoilla tai esimerkiksi yksityisviesteinä. Somessa kiusaaminen ei katso aikaa eikä paikkaa. Kiusaaminen voi olla suora (esim. kiusatun kuvien tai julkaisujen ivallinen kommentointi) tai epäsuoraa (kiusatun poissulkeminen luokan WhatsApp-ryhmästä).

**SEKSUAALINEN HÄIRINTÄ** on sanallista, sanatonta tai fyysistä luonteeltaan seksuaalista ei-toivottua käytöstä. Somessa seksuaalinen häirintä voi ilmetä esimerkiksi asiattomina huomautuksina ja kommentteina ulkonäöstä tai seksuaalisuudesta tai ehdotuksina seksuaalisiin tekoihin.

**PÄIHTEIDEN MYYNTI** alaikäisillä on verkossa helppoa ja yleistä erilaisten sivustojen, sosiaalisen median ryhmien ja applikaatioiden kautta.

**ULKONÄKÖPAINEEET** liittyvät kehonkuvaan ja siihen miten nuori suhtautuu omaan kehoonsa. Sosiaalisessa mediassa lapsi tai nuori voi saada virheellisen ja epärealistisen kuvan siitä, miltä kehon pitäisi näyttää. Lapset ja nuoret arvioivat omaa ulkonäköään ”tykkäysten” kautta ja somen sosiaalisella suosilla voi olla suuri vaikutus ulkonäköpaineiden kokemiseen.

**HAITALLISISSA SOME-HAASTEISSA** käyttäjiä haastetaan kuvaamaan jokin tehtävä ja jakamaan se somessa. Haasteisiin osallistutaan näyttämisen halusta, suosiion toivossa tai osoittaakseen kuuluvansa tiettyyn yhteisöön. Ne voivat pahimmillaan olla hengenvaarallisia.

**MIS- JA DISINFORMAATIO** tarkoittaa tahattomasti (misinformaatio) tai tahallisesti (disinformaatio) levitettyä virheellistä tietoa. Somessa mis- ja disinformaation levittäminen on helppoa ja väärä tieto leviää nopeasti laajalle yleisölle.

**VERKKOHUIJAUKSELLA** tarkoitetaan mitä tahansa internetin mahdollistamaa toimintaa, jonka tarkoituksena on käyttäjän huijaaminen. Tietojen kalastelu on yksi yleisimpiä verkkohuijauksen muotoja, jolla pyritään saamaan käyttäjistä esimerkiksi arkaluontoista materiaalia.

*kuva on otettu. Ne on yleisimpiä.” (opettaja)*

Toinen koulun arjessa näkyvä haitallinen sosiaalisen median ilmiö on erilaiset some-haasteet, joista valtakunnallisiin uutisiin on päätenyt esimerkiksi haaste, jossa koululaisia yllytetään varastamaan ja niin sanottu ’putkireiskapommi’-haaste.

*”Haasteet voi olla hyviäkin, mutta meillä oli just koululla sellainen tiktokista läh-töisin, että varasta jotain koululta ja kuvaa itsesi varastetun tavarahan kanssa. Siitä lähti heti tiedote kotiin, että tällaista on ja se täytyy saada seis.” (opettaja)*

Kouluissa käytettyjä keinoja sosiaalisen median ongelmatilanteiden ennaltaehkäisemiseen ja ratkaisemiseen on useita, kuten keskustelut oppilaiden kanssa, ongelmatilanteisiin osallisten puhuttaminen, yhteistyö huoltajien kanssa ja moniammatillinen yhteistyö. Lisäksi yhteistyö viranomaisten kanssa tulee kyseeseen etenkin silloin, jos selvitettävä tilanne täyttää rikoksen tunnusmerkit. Ongelmatilanteiden selvittäminen vaatii aikuiselta sensitiivisyyttä.

*”Vaatii meiltä paljon, että tullaan tutuiksi ja uskaltaa luottaa siihen, että kun me lähdetään hoitamaan asiaa, niin ei ikinä nolata lasta ja nuorta tai tehdä tilannetta hankalammaksi. Ja ettei lapsi koe tulevansa nolatuksi tai leimatuksi.” (kasvatusohjaaja)*

## Sosiaalisen median turvataitojen kehittäminen osana terveystietoa

Tärkeä sosiaalisen median ongelmatilanteiden ennaltaehkäisemisen keino on niin opettajien kuin oppilaidenkin someen liittyvien tietojen ja taitojen kehittäminen. Sosiaalisen median turvataidoilla tarkoitetaan tietoja ja taitoja, joita lapsi tai nuori tarvitsee toimiakseen turvallisesti sosiaalisessa mediassa. Sosiaalisen median turvataitoja ovat esimerkiksi kyky tunnistaa sosiaalisen median ongelmatilanteita, tietoisuus omista oikeuksista somessa, kriittinen ajattelu, kyky arvioida muiden ja omaa käyttäytymistä sosiaalisessa medi-



assa sekä kyky toimia eettisesti ja vastuullisesti. Turvataitoja ovat myös konkreettiset toimintamallit esimerkiksi joutuessaan nettikiusaamisen tai seksuaalisen häirinnän kohteeksi.

Osana Turvallisesti Somessa -hanketta kehitettiin digitaalinen oppimispeli, 'SoMe Detectives', turvataitojen oppimisen tueksi ja madaltamaan somen ongelmatilanteiden puheeksi ottamisen kynnystä. SoMe Detectives -oppimispelin avulla lapset ja nuoret oppivat tunnistamaan, nimeämään ja ratkomaan sosiaalisen median ongelmatilanteita sekä toimimaan turvallisesti ja vastuullisesti sosiaalisessa mediassa. Peli rakentuu kolmesta kentästä, joissa teemoina ovat: 1) yksityisyyden suoja, verkkohuijaukset ja misja disinformaatio, 2) nettikiusaaminen ja seksuaalinen häirintä ja 3) ulkonäköpainneet ja sosiaalisen median ongelmakäyttö.

Pelin tukena on opettajan opas, joka on ilmaiseksi ladattavissa Kehittämiskeskus Opinkirjon sivuilta (<https://opinkirjo.fi/>). Oppaassa annetaan konkreettisia esimerkkejä siitä, miten somen turvataitojen oppiminen voidaan liittää osaksi terveystiedon oppimistavoitteita ja miten pelissä käsiteltäviä asioita voidaan syventää oppituntien aikana.



*Kirjoittajat: Nelli Lyyra, yliopistonlehtori, liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto; Henri Lahti, väitöskirjatutkija, liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto; Pinja Eskola, mediatutkimuksen opiskelija, Tampereen yliopisto; Leena Paakkari, apulaisprofessori, liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto.*

### SoMe Detectives -peli on ilmaiseksi saatavilla

Jyväskylän yliopiston verkkosivuilta ja ladattavissa yleisistä sovelluskaupoista (App Store ja Google Play), joten lapsen ja nuoren itsenäinen pelaaminen on myös mahdollista.

### Lähteet:

- Boer M, Eijnden R, Finkenauer C, et al. (2021). Cross-national validation of the social media disorder scale: findings from adolescents from 44 countries. *Addiction*, 117(3), 784-795. DOI: 10.1111/add.15709.
- Boniel-Nissim M, van den Eijnden R, Furstova J, et al. (2022). International perspectives on social media use among adolescents: Implications for mental and social wellbeing and substance use. *Computers in Human Behavior*, 129, 107144. DOI: 10.1016/j.chb.2021.107144.
- DNA Koululaistutkimus 2022. (2022). Saatavilla osoitteessa: <https://corporate.dna.fi/documents/753910/11433306/DNA+-Koululaistutkimus+2022.pdf/45cbcfcd-0308-be26-d7c5-a6f32a6a-02d8?t=1649764482372>
- Järvelin, J. (2018). Nuorten internetin käyttö ja pelaaminen. Raportti. Pelituki. Saatavilla osoitteessa: [https://pelituki.fi/wp-content/uploads/2019/06/Nuorten-internetin-kaytto-ja-pel-aaminen\\_peruskoulu-ja-2.aste\\_.pdf](https://pelituki.fi/wp-content/uploads/2019/06/Nuorten-internetin-kaytto-ja-pel-aaminen_peruskoulu-ja-2.aste_.pdf)

tin käyttö ja pelaaminen. Raportti. Pelituki. Saatavilla osoitteessa: [https://pelituki.fi/wp-content/uploads/2019/06/Nuorten-internetin-kaytto-ja-pel-aaminen\\_peruskoulu-ja-2.aste\\_.pdf](https://pelituki.fi/wp-content/uploads/2019/06/Nuorten-internetin-kaytto-ja-pel-aaminen_peruskoulu-ja-2.aste_.pdf)

- Lahti, H., Lyyra, N., Hietajärvi, L., Villberg, J. & Paakkari, L. (2021). Profiles of Internet use and health in adolescence: A person-oriented approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(13), 6972. DOI: 10.3390/ijerph18136972
- Lobe, B, Velicu, A, Staksrud, E, et al. (2021) How children (10-18) experienced online risks during the Covid-19 lockdown - Spring 2020, EUR 30584 EN, Publications Office of the European Union, Luxembourg, 2021. DOI: 10.2760/562534.
- Lyyra, N., Junntila, N., Gustafsson, J., Lahti, H., & Paakkari, L. (2022). Adolescents' online communication and wellbeing: Findings from the 2018 health

behavior in school-aged children (HBSC) study. *Frontiers in Psychiatry*, 13, Article 976404. DOI: 10.3389/fpsy.2022.976404

- Paakkari, L., Tynjälä, J., Lahti, H., Ojala, K. & Lyyra, N. (2021). Problematic social media use and health among adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21, 1885. DOI: 10.3390/ijerph18041885
- Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., et al. (2020). EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries. *EU Kids Online*. DOI: 10.21953/lse.47fdeqj01ofo
- Van den Eijnden R, Lemmens J, Valkenburg P. (2016). The Social Media Disorder Scale. *Computers in Human Behavior*, 61, 478-487. DOI: 10.1016/j.chb.2016.03.038