

Nettikiusaamisen vaikutukset hyvinvointiin ja kiusaamiseen puuttuminen –

Nuorten aikuisten kokemukset kansainvälisellä verkkosivustolla

Juulia Rantahalvari

Pro gradu -tutkielma

Kevät 2022

Sosiaalityö

Lapin yliopisto

Lapin yliopisto, yhteiskuntatieteiden tiedekunta

Työn nimi: Nettikiusaamisen vaikutukset hyvinvointiin ja kiusaamiseen puuttuminen – Nuorten aikuisten kokemukset kansainvälisellä verkkosivustolla

Tekijä: Juulia Rantahalvari

Tutkinto-ohjelma/oppiaine: Sosiaalityö

Työn laji: Pro gradu- työ Laudaturtyö Lisensiaatintyö

Sivumäärä: 90 + 2 liitettä

Vuosi: 2022

Tiivistelmä

Tarkastelen sosiaalityön pro gradu -tutkielmassani nettikiusaamisen vaikutuksia ja siihen puuttumista nuorten aikuisten kokemana. Tutkimukseni teoriatausta nojautuu kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin käsitteeseen. Tutkimusaineistoni koostuu Cyberbullying Research Center-sivuston verkkoaineistosta, joka on kansainvälinen. Kyseessä on kvalitatiivinen tutkimus ja aineiston analyysitapana toimi teemoittelu.

Tutkimukseni tavoitteena oli lisätä ymmärrystä nuorten aikuisten kokemasta nettikiusaamisesta ja sen koetuista vaikutuksista hyvinvointiin. Tavoitteenani oli lisäksi saada esille miten nuoret aikuiset kokevat nettikiusaamiseen puuttumisen sekä millaisia nettikiusaamisen ennaltaehkäisyn ja siihen puuttumisen keinoja jatkossa tarvittaisiin.

Tutkimustulokset osoittavat, että nuoret aikuiset kokevat nettikiusaamisen vaikuttavan fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin negatiivisesti. Nettikiusaamisella on pitkäaikaiset ja laajat vaikutuksensa. Tutkimustulokset osoittavat lisäksi, että nuoret aikuiset kokevat nettikiusaamiseen puuttumisen olevan riittämätöntä tai puutteellista. Tulevaisuudessa tarvitaan aidosti turvallista nettiä sekä tietoisuutta ja yhteisöllisyyttä sen edistämiseksi.

Tutkimukseni tulokset ovat hyödyksi sosiaalityölle, jossa työskennellään enenevästi digitalisaation ja teknologian parissa. Tuloksia pystytään hyödyntämään niin yksilö-, yhteisö- kuin yhteiskuntatasolla, kun pyrimme tunnistamaan ja tunnustamaan nettikiusaamisen ilmiötä. Tulosten avulla voidaan edistää tehokkaampaa puuttumista nettikiusaamiseen ja siten lisätä ihmisten kokonaisvaltaista hyvinvointia. Tulokset vahvistavat käsitystä kokemuksellisen hyvinvoinnin kokonaisvaltaisuudesta ja nettikiusaamisen heijastumisesta siihen.

Avainsanat: Hyvinvointi, kokemus, nettikiusaaminen, nuoret aikuiset, teemoittelu, vaikutukset

Muita tietoja: Suostun tutkimuksen luovuttamiseen kirjastossa käytettäväksi

Suostun tutkimuksen luovuttamiseen Lapin maakuntakirjastossa käytettäväksi

Sisällys

1 Johdanto.....	1
2 Kokonaisvaltainen hyvinvointi ja nuoret aikuiset	5
2.1 Kokonaisvaltainen hyvinvointi käsitteenä	5
2.2 Nuori aikuisuus hyvinvoinnille merkityksellisenä elämänvaiheena.....	7
3 Nettikiusaaminen hyvinvoinnin uhkana	11
3.1 Yhteiskunnan ja arjen digitalisoituminen	11
3.2 Nettikiusaaminen käsitteenä ja tekoina.....	15
3.3 Nettikiusaaminen tutkimustiedon valossa	21
4 Tutkimuksen toteuttaminen	25
4.1 Tutkimuskysymykset ja tutkimuksen rajaus	25
4.2 Aineiston kerääminen	26
4.3 Aineiston analyysi.....	28
4.4 Tutkimuksen eettiset kysymykset.....	34
5 Kokemukset nettikiusaamisen vaikutuksesta hyvinvointiin.....	39
5.1 Fyysiset vaikutukset.....	39
5.2 Psyykkiset vaikutukset.....	44
5.3 Sosiaaliset vaikutukset	50
5.4 Vaikutusten pitkäkantoisuus ja laajuus.....	55
6 Kokemukset nettikiusaamiseen puuttumisesta	60
6.1 Nettikiusaamisen ennaltaehkäiseminen	60
6.2 Nettikiusaamiseen puuttuminen.....	64
6.3 Tulevaisuuden tarpeet	67
7 Pohdinta.....	75
Lähteet	80
Liite 1.....	
Liite 2.....	

1 Johdanto

Nyky-yhteiskunnassa teknologia ja digitaalisuus vahvistavat asemaansa. Tänä päivänä pysymme hoitamaan melkein kaiken sähköisesti: opiskelut, työt ja jokapäiväiset arkitoiminnot kuten kaupassa käynnin kuljetuspalveluineen. Sähköiset keinot avaavat uusia mahdollisuuksia. Niillä on kuitenkin myös omat varjopuolensa. Uusien teknologisten ja digitaalisten innovaatioiden on tarkoitus olla hyödyksi käyttäjilleen, mutta ne voivat päinvastoin tarkoitus-taan aiheuttaa myös haittaa ja vahinkoa (Leikas 2008, 8). Tällaista teknologian ja digitaali-suuden edistyksen myötä syntynyt uusi kiusaamisen muoto, nettikiusaaminen, voi aiheuttaa.

Nettikiusaaminen voi olla erittäin haitallista ihmisen kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille. Kä-sittelen pro gradu -tutkielmassani nettikiusaamista ja erityisesti sitä, millaisia koettuja vai-kuuksia nettikiusaaminen voi aiheuttaa nuorten aikuisten hyvinvoinnille. Lisäksi tarkaste-len, millaisena nuoret aikuiset kokevat nettikiusaamiseen puuttumisen. Nettikiusaamisen puuttuminen sisältää tutkimuksessani myös ennaltaehkäisemisen näkökulman. Tutkimuk-sen tavoitteena on lisätä ymmärrystä nuorten aikuisten kokemasta nettikiusaamisesta ja sen koetuista vaikutuksista. Lisäksi tavoitteena on saada esille, millaisia nettikiusaamisen ennal-taehkäisyn ja siihen puuttumisen keinoja jatkossa tarvittaisiin.

Onko netti erillinen osa arkielämäämme, jolloin nettikiusaamisen voi yksinkertaisesti jokai-nen välttää niin halutessaan? Tätä pohdintaa voi tarkastella diginatiivien näkökulmasta. Di-ginatiivit ovat sähköisen maailman asiantuntijoita. Diginatiivit ovat sukupolvi, joka on syn-tyntynyt 1980-luvun jälkeen ja jotka ovat kasvaneet erilaisten sähköisten laitteiden kanssa läpi elämänsä (Haasio 2013, 58). Tämä näkyy tilastoissa: Jopa 97 prosenttia 7–8-vuotiaista on pelannut joitakin digitaalisia videopelejä (Irisvik & Utriainen 2017, 9). Prosenttiluku kattaa siis suurimman osan diginatiiveista. Älypuhelimet, tabletit ja tietokoneet ovat olleet heille pienestä asti arkipäivää. Teknologian ja digitaalisuuden myötä netti on tullut osaksi jokapäi-väistä elämäämme (Alastalo 2017, 127). Voi todeta, että nettikiusaaminen ilmiönä on yhtä todellinen kuin fyysisessä ympäristössä tapahtuva kiusaaminen.

Kiusaamista on tapahtunut aina tavalla tai toisella. Käsite kiusaaminen on esiintynyt ensim-mäisen kerran jo 1530-luvulla (Harper 2008). Kiusaaminen ilmiönä perustuu ihmisen haluun ja viettiin selviytyä. Esimerkiksi kapitalistisen ideologian mukainen ymmärrys menestyksen ja varallisuuden rinnakkain kulkemisesta on muovannut maailmanlaajuisesti asenteita, joi-den mukaan kiusaaminen on tahtomattaan iskostettu ihmisen selviytymiskeinoksi jo nuorelta

iältä lähtien. Kilpailullinen ilmapiiri hierarkioineen lisää kiusaamisen esiintyvyyttä yhteiskunnissamme. (Donegan 2012, 34.)

Kiusaamisen ilmiö on sähköistymisen myötä siirtynyt yhä enenevästi fyysisestä ympäristöstä nettiin. Nettikiusaaminen on yksi nykypäivän haasteista. Netti tarkoittaa maailmanlaajuisia tietoverkkoja, joka tarjoaa erilaisia tieto- ja kommunikaation mahdollisuuksia (Oxford Languages 2021). Some on lyhenne sanasta sosiaalinen media. Sosiaalinen media koostuu netin palveluista ja sovelluksista, joissa niiden käyttäjät voivat tuottaa omaa sisältöä ja kommunikoida keskenään (Hintikka 2021). Asioita on helppo sanoa ja kirjoittaa henkilölle ”näytön suojista”, jopa anonyymina. Tämä anonyymiyys tekee nettikiusaamisen helpommaksi ilman, että nettikiusaaja joutuu näkemään kiusaamisen seurauksia nettikiusatulle. Tällainen etä- tai kaukovaikutus, jonka teknologiset laitteet omaavat nykypäivänä, johtaa siihen, että ihmiset sanovat ja tekevät julmempia asioita verrattuna fyysisessä ympäristössä tapahtuvaan kiusaamiseen. (Donegan 2012, 34.) Sosiaalisessa mediassa tapahtuvan kiusaamisen ymmärtämisen nettikiusaamisen alalajina. Toisaalta sen voi ajatella myös nettikiusaamisen synonyymina, sillä useissa teksteissä somekiusaamisesta puhutaan nettikiusaamisena (esim. Anias ym. 2020). Tästä syystä ”somekiusaaminen” esiintyy tutkimuksessani nettikiusaamisen käsitteen rinnalla jonkin verran.

Netin ja somen aktiivisena käyttäjänä (sekä diginatiivina) voin sanoa näkeväni ja kuulevani lähes päivittäin nettikiusaamista jossain muodossa. Aihe motivoi minua henkilökohtaisesti tutkimuksen tekemiseen. Olen tehnyt esseitä ja kandidaatintutkielmani (Rantahalvari 2020) samaisesta aiheesta. Tällöin tarkastelukohderyhmänäni olivat nuoret. Halusin paneutua vielä syvemmälle aiheeseen ja nuorten aikuisten näkökulmasta.

Aiheeni on yhteiskunnallisesti ajankohtainen siksi, että se koskee tavalla tai toisella kaikkia yhteiskuntiemme jäseniä. Maailma sähköistyy päivä päivältä enemmän ja ihmiset käyttävät nettiä erilaisiin arjen toimintoihin. On siis todennäköistä, että yhä useampi ihminen kokee tai kohtaa myös nettikiusaamista. Nettikiusaamista tapahtuu päivittäin, vaikka se toisaalta on hyvin piiloutuvaa. Nettirikosten ennaltaehkäisyyn ja niiden vaikutusten minimoimiseen erikoistunut vakuutusyhtiöpalvelu mySafety:n teettämän tutkimuksen mukaan noin miljoona suomalaista on kokenut nettikiusaamista. Kyselytutkimus toteutettiin vuonna 2020. Tutkimus osoittaa, että jopa viidennes suomalaisista on kokenut tai kohdannut nettikiusaamista. Luku on suuri. Nettikiusaamisen piiloutuvuutta voi lisätä esimerkiksi se, että jotkut ihmiset

suhtautuvat siihen vähätellen, mutta toisille se voi olla ylivoimainen kokemus. (MySafety 2020.)

Sosiaalityöhön tutkimukseni aihe on kytköksissä sosiaalityön arvojen ja periaatteiden kautta, joiden mukaan sosiaalityössä tulee edistää ihmisten hyvinvointia. Meidän tulee sosiaalialan ammattilaisina myös ennaltaehkäistä yhteiskunnan epäoikeudenmukaisuuksia sekä puuttua niihin tehokkaasti, jotta voimme edistää kokonaisvaltaista hyvinvointia. Myös rakenteellinen sosiaalityö kytkeytyy osaksi tutkimukseni tavoitteita. Rakenteellisen sosiaalityön tavoitteena on sosiaalihuollon asiakastyöhön kytkeytyvän tiedon tuottaminen, tavoitteellisten toimien ja ehdotusten tekeminen sosiaalisten ongelmien ehkäisemiseksi sekä korjaamiseksi ja sosiaalihuollon asiantuntemuksen tuominen osaksi yhteiskunnan suunnittelu- sekä kehittämistehtäviä. Rakenteellisen sosiaalityön päämissio on vaikuttaa positiivisesti sosiaalisten ongelmien ennaltaehkäisyn kautta. (Kananoja & Karjalainen 2017, 161.)

Iso osa sosiaalityöstä tehdään nuorten ja nuorten aikuisten parissa. Sosiaalityön ammattilaisten tulee siis tiedostaa nuorten elämän eri tapahtumia. Myös elämänkulullisesti meidän tulee tunnistaa ja tunnustaa, miten eri asiat voivat vaikuttaa yksilöllisesti ihmisten elämiin (esim. Tikkala 2016). Tätä voi kutsua elämänkululliseksi tiedoksi. Elämänkulullinen tieto koostuu tiedoista ja taidoista liittyen siihen, mitä kussakin elämänvaiheessa tapahtuu ja minkälaisia sosiaalisia haasteita niihin voi kytkeytyä. (Hunt 2005, 125.)

Tutkimusaiheeni ja -asetelmani pyrkii paikkaamaan tunnistamaani tutkimuskatvetta. Nettikiusaamista on tutkittu Suomessa jonkin verran, mutta kansainvälisesti suhteellisen paljon. Paneutuessani nettikiusaamisen aiempiin tutkimuksiin havaitsin, että nettikiusaamisen koettujen vaikutusten näkökulmasta tutkimuksissa ei ole menty pintaa syvemmälle. On selvitetty, että nettikiusaamisen seuraukset hyvinvoinnille ovat negatiivisia. Mutta mitä tämä käytännössä tarkoittaa ihmisten elämäntilanteissa heidän kokemanaan ja kertomanaan? Tähän paneudun tutkimuksessani. Toinen aiempaan tutkimukseen liittyvä havaintoni liittyy siihen, että nettikiusaamista on tutkittu globaalisti, mutta sen tutkiminen on pääosin keskittynyt määrälliseen, eli kvantitatiiviseen, tutkimukseen. Omassa laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimuksessani aineistona on verkkoaineisto. Aineistoni koostuu nettikiusattujen henkilöiden kirjoittamista ja verkossa julkaistuista tarinoista. Analyysimenetelmänäni on sisälönanalyysi teemoittelun avulla. Näiden tutkimuksellisten valintojeni kautta tutkimukseni voi tuoda aiheesta esille uusia näkökulmia, joita ei aiemmissa tilastollisissa tarkasteluissa ole tullut esille.

Tutkimusaiheeni on siis merkityksellinen niin henkilökohtaisesti, yhteiskunnallisesti, sosiaalityöllisesti kuin tutkimuksellisesti. Tärkeimpänä koen sen, että tieto lisää ymmärrystä nettikiusaamisen merkityksestä. Ymmärryksen avulla voimme auttaa ja tukea ihmisen terveyttä ja hyvinvointia. Toisten ihmisten ymmärtäminen rakentuu pala palalta. Jos yhteiskunta ei ole tietoinen jostain sosiaalisesta ongelmasta, sitä ei mielletä ongelmaksi ja täten ilmiöön ei voi olettaa tulevan positiivista vaikuttavaa muutosta. (Meeuwisse & Swärd 2013, 169–171.) Vaikeiden ja haastavien asioiden tulee saada tulla näkyviksi ja kuulluiksi (Hunt 2005, 125). Nettikiusaamisen tutkimisen avulla voimme saada työkaluja niin ihmisille, jotka kokevat ja kohtaavat nettikiusaamista kuin yhteisöille, esimerkiksi koulujen henkilökunnalle sekä yhteiskunnille siitä, millainen ilmiö nettikiusaaminen on, miten sen vaikutukset koetaan ja se, miten siihen puututaan ja tulisi puuttua.

Teoreettisena viitekehyksenä tutkimuksessani toimii kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin käsite (esim. Törrönen 2012). Tarkastelen tutkimuksessani nettikiusaamisen koettuja vaikutuksia nuorten aikuisten fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin. Hyvinvoinnin käsite antaa vapauksia tarkastella laajasti nettikiusaamisen koettuja vaikutuksia ja sitä, miten voimme toimia, jotta hyvinvointia saadaan nettikiusaamisen ilmiön osalta edistettyä sosiaalityön arvojen sekä periaatteiden mukaisesti.

Tämän johdantoluvun jälkeen käsittelen tutkimuksessani kokonaisvaltaista hyvinvointia ja nuorta aikuisuutta hyvinvoinnin näkökulmasta merkityksellisenä elämänvaiheena luvussa 2. Luvussa 3 tarkastelen yhteiskunnan ja arjen sähköistymistä, nettikiusaamista ja siihen kytkeytyvää aiempaa tutkimustietoa. Näissä kahdessa ensimmäisessä pääluvussa käsittelyn pääpaino on keskeisten käsitteiden avaamisessa. Tämän jälkeen kerron tutkimuksen toteuttamisesta luvussa 4. Kerron muun muassa tutkimuskysymyksistäni, aineistosta, sen analyysimenetelmästä sekä pohdin tutkimuseettisiä kysymyksiä suhteessa tutkimukseni aiheeseen. Viidennessä luvussa käsittelen tutkimukseni tuloksia aloittaen nettikiusaamisen koetuista vaikutuksista fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin osa-alueella. Tätä lukua seuraa nettikiusaamiseen puuttumiseen liittyvien tulosten esittelyluku (6). Tarkastelen tutkimukseni tuloksia ensisijaisesti nuorten aikuisten näkökulmasta, mutta samat keinot soveltuvat pääosin kaikkiin elämänvaiheisiin. Seitsemännessä luvussa päätän tutkimukseni johtopäätöksiin ja pohdintoihin tutkimukseni keskeisistä tuloksista sekä niiden merkityksestä. Esitän myös mahdollisia jatkotutkimusaiheita.

2 Kokonaisvaltainen hyvinvointi ja nuoret aikuiset

2.1 Kokonaisvaltainen hyvinvointi käsitteenä

Hyvinvoinnin käsite on monialainen kytkeytyen ihmiskäsitykseen. Se voidaan ajatella monella eri tapaa esimerkiksi arkikielessä ja tieteellisissä tutkimuksissa. Tästä syystä hyvinvoinnin käsitteelle ei ole olemassa yhtä ja ainoaa oikeaa määritelmää. Hyvinvointi ymmärretään vallitsevasti, eritoten Pohjoismaissa, siten, että se sisältää sekä ihmisen elämän aineellisen perustan, terveyden, sosiaaliset suhteet että hänen sosiaalisen identiteettinsä (Karvonen 2019, 96). Toinen tapa määritellä ihmiskäsitys ja hyvinvointi on holistinen: kehollis-tajunnallis-toiminnallinen (Niemelä 2017, 183; ks. myös Rauhala 2005; 2014). Koetulla hyvinvoinnilla taas ajatellaan tarkoitettavan ihmisen omia kokemuksia suhteessa näihin eri ulottuvuuksiin. Koettu hyvinvointi koostuu ulottuvuuksien kokonaisarviosta, joka kulkee yhdessä ihmisen koetun elämäntyytyväisyyden ja onnellisuuden kanssa. (Karvonen 2019, 96.)

Käytän tutkimukseni teoreettis-käsitteellisenä viitekehyksenä kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin käsitettä. Tarkemmin ottaen tarkastelen tutkittavaa aihetta perinteisen hyvinvoinnin käsitteen avulla. Perinteinen hyvinvoinnin käsite jakaa ihmisen hyvinvoinnin kokonaisuuden fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen osa-alueeseen (esim. Niemelä 2017). Henkinen hyvinvointi voidaan nähdä synonyymien tapaisena käsitteenä psyykkisen hyvinvoinnin kanssa. Koen itse, että henkinen hyvinvointi sisältää enemmän hengellisiä ja uskonnollisia perspektiivejä, joten jätän tutkimuksessani henkisen hyvinvoinnin termin taka-alalle verrattuna psyykkisen hyvinvoinnin käsitteeseen.

Fyysiseen hyvinvointiin liitetään ihmisen fyysinen olemassa oleva keho; ruumiillisuus. Fyysiseen hyvinvointiin kytkeytyvät esimerkiksi ihmiskehon perustarpeet, muun muassa ravinnon ja unen saaminen, kunto, liikkuminen ja fyysinen terveys (esim. Itkonen 2021; ks. myös Niemelä 2017, 190). Fyysisesti terveellä tarkoitetaan, että ihminen ei omaa esimerkiksi erilaisia sydän- tai verisuonisairauksia. Fyysinen hyvinvointi voidaan ajatella myös fyysis-aineellisesti, eli ihmisen olemassa olemisena siten, että hän säilyy elossa. Fyysiseen hyvinvointiin laajassa mielessä voi katsoa kuuluvan taloudellisen pääoman, jota symboloi raha. (Niemelä 2017, 187–190.)

Ihmisen psyykkisyys kuvaa yksinkertaisuudessaan ihmismieltä ja sen ajatuksia. Psyykkinen hyvinvointi perustuu mielenterveydelle. Se sisältää myös onnellisuuden ja itsensä toteuttamisen, esimerkiksi erilaisin koulutuksin ja harrastuksin, sekä näiden perspektiivit (esim. Niemelä 2017, 190). Psyykkinen hyvinvoinnin osa-alue voi sisältää laajemmassa mielessä myös voimavarat, joiden avulla yksilöt kykenevät selviytymään elämänsä vaikeuksista ja kriiseistä (Aalto 2011). Näitä voi kutsua ihmisen resilienssiksi. Tällaisia voimavaroja pidetään arvostettuina ja ihanteellisina. Ihmisen psyykkisyydellä on miltei välttämätöntä jossain mielessä pyrkiä autonomiaan, joten osana psyykkistä hyvinvointia voidaan ajatella olevan lisäksi itsetietoisuus ja itsenäisyys siten, että ihminen on henkisesti vapaa ja luova (Niemelä 2017, 187–190).

Ihmisen sosiaalisuus käsittää muun muassa yksilön ihmissuhteet, yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden tunteet sekä kokemukset. Sosiaalinen hyvinvoinnin osa-alue sisältää lisäksi ihmisen osallisuuden ja osallistumisen ympäröivään yhteiskuntaan sekä sen toimintoihin. Nämä toiminnot voivat olla muun muassa työn tekemistä, tapahtumiin osallistumista ja yhteisöihin kuulumista. (Vesa ym. 2020, 13–15.) Ihminen on toiminnallinen olento, joten jos hänellä ei ole hyödyllistä tekemistä, yhteiskunnassa ylöspäin katsottua osallisuutta eikä osallistumista esimerkiksi työelämään, voi häneltä puuttua elämästään mielekkyys. Ihmisen sosiaaliseen hyvinvoinnin osa-alueeseen voi rinnastaa lisäksi yhteisyyden ja yhteisöllisyyden kautta pariutumisen ja suvunjatkamisen näkökulmat. (Niemelä 2017, 187–190.)

Suomalainen sosiologi Erik Allardt on vaikuttanut sosiaalityön kenttään muun muassa hyvinvointikäsitteellään. Allardt jakaa ihmisen kokonaisuuden elintason (having), yhteisyyssuhteisiin (loving) ja itsensä toteuttamiseen (being). Elintaso sisältää ihmisen perustarpeet, esimerkiksi ravinnon, terveyden, tulot, asuinolot ja työllisyyden sekä koulutuksen. Yhteisyyssuhteet sisältävät ihmisen sosiaaliset suhteet, esimerkiksi perhe- ja ystävyysuhteet. Ihmisellä on Allardtin mukaan luontainen tarve liittyä muihin ja olla heihin vastavuoroisissa suhteissa. Itsensä toteuttamisen osa-alueeseen kuuluu muun muassa yhteiskunnallinen status, korvaamattomuus, osallisuus ja sekä muu vapaa-ajan mielekäs toiminta, esimerkiksi harrastusten kautta. Hyvinvoinnin ajatellaan olevan tila, jossa ihmisellä on mahdollisuus saada keskeiset tarpeensa tyydytytyiksi. (Allardt 1993; ks. myös Laakso 2016, 8.)

Allardtin lisäksi muut yhteiskuntateoreetikot ovat päätyneet ihmisen ja hänen hyvinvointinsa kolmiulotteiseen jaotteluun. Karl Popper (1977, 36–50) esittää ajatuksen kolmesta ihmismaailmasta: fyysikaalis-kemiallinen, subjektiivinen ja ihmisen omalla toiminnallaan luoma

kokemusmaailma. Ihminen on olemassa yhtä aikaa kolmessa eri olemisen muodossa Rom Harrén (1983, 1991, 1993) mukaan: fyysisesti, persoonallisesti ja sosiaalisesti. Sekä Al-lardtin, Popperin että Harrén käsitteet ihmisestä ja hänen hyvinvoinnistaan ovat pitkälti samankaltaisia. Valitsemani teoreettis-käsitteellinen viitekehys, eli perinteinen kokonaisvaltainen hyvinvointi, mukailee näitä klassikkoteorioita.

Kokonaisvaltaista hyvinvointia voi siis käsitteellistää esimerkiksi hyväksi oloksi, hyväksi toiminnaksi, onnistuneeksi elämäksi, hyväksi omistukseksi ja hyväksi menestymiseksi. Hyvinvointia voidaan analysoida objektiivisesti ja subjektiivisesti. (Niemelä 2017, 198.) Tässä tutkimuksessani tarkastelu keskittyy nimenomaisesti kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin koettuna ilmiönä suhteessa somekiusaamiseen.

Ihminen on loppujen lopuksi yksi laaja kokonaisuus hyvinvoinnin näkökulmasta asiaa katsoen. Tästä syystä kaikki ihmisen hyvinvoinnin osa-alueet vaikuttavat toinen toisiinsa. Jos jossain näistä, joko fyysisessä, psyykkisessä tai sosiaalisessa osa-alueessa, tapahtuu joitain muutoksia, myönteisiä tai kielteisiä, vaikuttaa se toiseen osa-alueeseen. Muutokset voivat vaikuttaa myös kaikkiin hyvinvoinnin osa-alueisiin samanaikaisesti. Muutokset voivat olla positiivisia, negatiivisia tai mitä tahansa siltä väliltä. Ne voivat vaikuttaa ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin enemmän tai vähemmän määrin yksilöllisistä tekijöistä riippuen.

2.2 Nuori aikuisuus hyvinvoinnille merkityksellisenä elämänvaiheena

Hyvinvoinnin käsitteen tapaan myöskään käsitettä nuoret aikuiset ei ole täysin yksinkertaista määrittää. Perinteinen, ja yksinkertaistettu, käsitys ihmiselämän elämänvaiheista koostuu usein lapsuudesta, nuoruudesta, aikuisuudesta ja vanhuudesta. Joskus lapsuus ja nuoruus ajatellaan yhdeksi elämänvaiheeksi. Nuoruuden jälkeen ihminen siirtyy elämänvaiheessa aikuisuuteen. (Hunt 2005, 10.) Elämänvaiheiden määrittelemine on haastavaa, sillä niiden alkamis- tai päättymisajankohdille ei ole mitään tarkkoja rajoja. Sosiaalityön näkökulmasta voi ajatella, että kaikki sosiaalityö, joka ei ole lastensuojelua, on aikuissosiaalityötä (Mäntysaari 2006).

Elämänvaiheiden kokeminen on subjektiivista. Joku nuori henkilö voi ajatella olevansa jo täysin itsenäinen aikuinen 18-vuotiaana, kun toinen voi murehtia, että miten hän tulee pärjäämään aikuisten maailmassa kaiken vastuun keskellä täysi-ikäisyyden saavuttaessaan. Hän voi ajatella pakokauhunomaisin tuntein, että ei ole tähän vielä kypsä ja valmis. Joku aikuinen voi ajatella, että hän on ikuisesti nuori, kun toinen taas ajattelee, että hänellä ei ole yhtään ikävä nuoruuden tunnemyrskyihin. Joku vanhempi henkilö voi kokea, että hän ei määritteli itseään vanhaksi, kun toinen taas ajattelee, että hän on nähnyt jo kaiken tästä elämästä.

Elämänvaiheesta toiseen siirtyminen on prosessi, joka ei tapahdu yhdessä yössä. Se vaatii aikaa. Tässä prosessissa tapahtuu niin fyysisiä, psyykkisiä kuin sosiaalisiakin muutoksia. Ihminen voi kohdata myös näissä hyvinvoinnin osa-alueissa haasteita elämänvaiheen muutoksen prosesseissa. (Koivusilta & Rimpelä 2000, 156.) Elämänvaiheesta toiseen siirtymisen prosessin aikana ihminen omaksuu uuden elämänvaiheen, sen erilaiset tavat ja roolit (Hunt 2005, 14). Elämänvaiheesta toiseen siirtyminen tuo usein erilaisia laissa määriteltyjä oikeuksia ja velvollisuuksia mukanaan. Juridisesti nuoren katsotaan olevan aikuinen täysi-ikäisyyden myötä, eli 18-vuotiaana (Marin 2001). Toisaalta lain mukaan aikuinen ihminen on henkilö, joka on saavuttanut 30 vuoden iän (Nuorisolaki 1285/2016 §3).

Siirtymiseksi voidaan kutsua elämäntapahtumiin kytkeytyviä kokemuksia, joita ihmiset kokevat miltei samanaikaisesti elämänkuluissaan (Ranta 2015, 18). Tutkimukset ovat osoittaneet, että nuoruudesta aikuisuuteen siirtyminen on yhdistetty koulun päättymiseen ja tästä työelämään siirtymiseen. Toinen merkittävä elämäntapahtuma, joka yhdistetään nuoruudesta aikuisuuteen siirtymiseen, on itsenäistyminen ja lapsuudenkodista omaan uuteen kotiin muuttaminen. (Furlong 2013.) Lisäksi avioliitto ja perheen perustaminen on nähty perinteisesti aikuisuuden elämänvaiheeseen liittyvinä elämäntapahtumina.

Nykypäivänä voidaan ajatella nuoruuden pitkittyvän ja aikuisuuteen siirtymisen muuttuneen myöhemmäksi vaiheeksi ihmiselämää. Tämän voidaan katsoa johtuvan useasta syystä. Jo lähtökohtaisesti eliniänodote on noussut ja se oletettavasti jatkaa nousemista. Elinajanodotteen kasvaessa myös muut elämäntapahtumat voivat siirtyä myöhemmäksi ihmiselämässä.

Nuoret kouluttautuvat tänä päivänä enemmän ja pidempään. Tämä voi olla kytköksissä siihen, että työmarkkinat ovat nykyään (koulutus)vaatimuksiltaan koventuneet (Mills & Blossfeld 2005). Työmarkkinoiden tietynlainen epävarmuus voi osaltaan vaikuttaa nuorten ihmisten aikuisuuteen sitä siirtävästi.

Kouluttautuminen enemmän ja pidempään voi liittyä osaltaan myös siihen, että avioliitto instituution muotona on kokenut suuria muutoksia. Avioliitto ei ole enää tänä päivänä parisuhteen tai perheen perustamisen välttämättömyys. Parisuhde- ja perhemuodot ovat myös muuttuneet laajemmiksi ajan kuluessa. On olemassa muun muassa avoimia parisuhteita, polyamoriaa, yksinhuoltajia ja sateenkaariperheitä (esim. Furlong 2013, 113–115). Myös uskonnon merkitys on pienentynyt ja naiset ovat yhä tasapuolisemmin työmarkkinoiden piirissä. He eivät ole riippuvaisia puolisoistaan taloudellisesti. Nykypäivän yhteiskunnassa korostuu lisäksi muun muassa individualismi ja kulutuskeskeisyys. Vaihtoehtojen loputtomat mahdollisuudet voivat heijastua jopa parisuhteisiin: halutaan vaihtelua tai ei välttämättä halua sitoutua laisinkaan vapauden tunteen vuoksi. (Kiiski 2011.) Lapsen saaminen on yksi elämän siirtymisistä ja on vaikuttamassa myös siihen, milloin nuori henkilö on siirtymässä aikuisuuteen. Suomessa syntyvyys on ollut vuosi vuodelta vähäisempää.

Nämä kaikki tässä luvussa esitetyt tekijät voivat yhdessä olla vaikuttamassa siihen, miksi nykypäivän nuoruus pitkittyy ja aikuisuuteen siirtyminen muuttuu myöhemmäksi vaiheeksi ihmiselämää. Ne voivat olla myös itsenäisiä tekijöitä ilman keskinäisiä syy-seuraussuhteita. Aika, paikka ja niissä tapahtuvat muutokset siis määrittelevät, keiden ajatellaan olevan nuoria aikuisia.

Suomalaisten nuorten aikuisten hyvinvointia tutkittiin vuonna 2017 FinTerveys 2017-tutkimuksessa. Tutkimus osoittaa, että nuorten aikuisten yleinen terveys on parempi verrattuna aikaisempien ikäluokkien edustajiin. Yleinen terveys tässä asiayhteydessä pitää sisällään koetun terveyden, työkyvyn, elämänlaadun ja sairaudet. Nuorista aikuisista koki terveytensä hyväksi tai melko hyväksi 85 prosenttia miehistä ja 83 prosenttia naisista. Itseään täysin työkykyisenä piti 92 prosenttia miehistä ja 94 prosenttia naisista. Nuorista aikuisista elämänlaatunsa koki hyväksi 84 prosenttia miehistä ja 86 prosenttia naisista. Nuorista miehistä 21 prosenttia ja nuorista naisista 31 prosenttia ilmoitti tutkimuksessa, että heillä on jokin krooninen, eli pitkäaikainen, sairaus tai terveysvaiva. Kaikissa näissä vastausluokissa nuorten aikuisten koettu terveys, työkyky ja elämänlaatu lisääntyivät ja sairaudet vähentyivät verrattuna aiempiin ikäluokkiin. (Jääskeläinen ym. 2019.)

Vaikka nuorta aikuisuutta voi pitää pienten hyvinvointierojen elämänvaiheena, esimerkiksi sosioekonomiset erot näkyvät siinä ja vaikuttavat nuorten aikuisten hyvinvointieroihin (esim. West 1997). Sosioekonomiset tekijät viittaavat muun muassa ihmisten koulutustasoon, ammattiasemaan ja varakkuustasoon (Rahkonen & Lahelma 2011). Esimerkiksi

matalasti koulutetuilla ja pienipalkkaisilla henkilöillä on keskimääräisesti enemmän haasteita kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin eri osa-alueilla verrattuna korkeasti koulutettuihin ja suurituloisiin henkilöihin. Heillä voi lisäksi olla heikommat elin- ja työolot, enemmän työttömyyttä ja erinäisiä toimeentulovaikeuksia. Nämä erilaiset sosioekonomiset tekijät lisäävät yhteiskunnan sosiaalista eriarvoisuutta, joka ilmenee loppujen lopuksi hyvinvointieroina. Nuorten aikuisten hyvinvointierot voivat myös vaikuttaa heidän sosiaaliseen asemaansa sitä heikentävästi. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015.)

Käsite nuoret aikuiset kattaa tutkimuksessani 18–35-vuotiaat. Tarkastelun alaikärajan rajasin tutkimuseettisistä syistä juridisesti täysi-ikäisiin henkilöihin. Yläikärajaa täytyi pohtia hieman tarkemmin aineistoni kannalta. Päädyin 35-vuotiaisiin saakka kahdesta syystä: ensiksikin rajausta oli riittävä aineiston laajuutta ajatellen. Toiseksi lähdemateriaalin tietojen valossa koen, että 35-vuotias lasketaan vielä nuoreksi aikuiseksi, mutta noin 40-vuotias on jo lähempänä keski-ikäistä ihmistä (tai ainakin sen käsitettä) (esim. Lachman 2004).

3 Nettikiusaaminen hyvinvoinnin uhkana

3.1 Yhteiskunnan ja arjen digitalisoituminen

Teknologia ja digitaalisuus ovat laajoja käsitteitä. Digitaalisuus voidaan ymmärtää teknologialle alisteisena käsitteenä. Teknologia tarkoittaa tekniikan oppia. Tekniikka taas on kiinnostunut tuotetuista menetelmistä, joilla johonkin tiettyyn päämäärään pyritään pääsemään. Teknologia laajemmassa mielessä pitää sisällään työn ja toiminnan välineitä. Teknologia viittaa lisäksi näitä koskeviin tietoihin, taitoihin ja menetelmiin. (Sotamaa 2001, 74.) Konkreettisenä esimerkkinä modernista teknologiasta ja sen kiinnostuksen kohteesta voi pitää muun muassa robotiikkaa.

Digitaalisuus tarkoittaa yhteiskunnallista prosessia, jossa teknologian kautta tavoitellaan uusien toimintatapojen keksimistä ja löytämistä (Alasoini 2015). Digitaalisuus koostuu erilaisista tietojärjestelmistä, dokumentaatioista, sähköisistä palveluista sekä erilaisista sosiaalisen median yrityksistä, palveluista, kanavista, sovelluksista ja alustoista (Kivistö 2017, 22). Digitalisaatio taas viittaa yhteisölliseen ilmiöön, jossa erilaiset digitaaliset teknologiat, kuten koneet, laitteet ja rakennelmat ovat tulleet osaksi ihmisten elämiä (Frishammar & Ericson, 2018, 3). Ajankohtaisena käytännön esimerkkinä digitaalisesta järjestelmästä voidaan pitää muun muassa digitaalista koronapassia, joka toimii Euroopan Unionin (EU) maiden alueilla.

Yhteiskunnan ja arjen digitalisoituminen näkyy tilastoissa. Vuonna 2015 16–89-vuotiaista suomalaisista 67 prosenttia käytti nettiä useasti päivässä. Heistä 69 prosentilla oli oma älypuhelimensa käytössä. Älypuhelimeksi on laskettu tässä asiayhteydessä kosketusnäytöllinen matkapuhelin, joka on varustettu nettiyhteydellä. Vastaavat luvut vuonna 2020 olivat, että suomalaisista nettiä käytti useasti päivässä jopa 82 prosenttia ja oman älypuhelimien omisti 87 prosenttia. (Suomen virallinen tilasto (SVT) 2021c.)

Sähköisten palvelujen avulla yhteiskunnat voivat kerryttää taloudellista ja ekologista hyötyä kestäväen kehityksen kautta. Taloudellinen ja ekologinen hyöty voi syntyä esimerkiksi sitä kautta, kun ihmiset eivät fyysisesti liiku paikasta toiseen. Fyysiset liikkumiset tapahtuvat useimmiten henkilöautoilla tai julkisen liikenteen avulla. Tämä vähentää yksilöiden tarvetta käyttää rahaa esimerkiksi polttoaineeseen. Teknologian ja digitaalisuuden voisi ajatella siis olevan kustannustehokasta. Digitaaliset lelut ja pelit sovelluksineen ovat lähtökohtaisesti

ympäristöystävällisempiä verrattuna muovilelumassoihin, joiden hajoamiseen menee monta sataa vuotta (Irisvik & Utriainen 2017, 43–48; 134–137). Sähköisten palvelujen kautta voidaan synnyttää ekologista hyötyä, kun käytetään vähemmän ilmastoa saastuttavia tuotantojärjestelmiä ja -materiaaleja (esim. Chen ym. 2020). Sähköiset palvelut ja niiden erilaiset sähköiset dokumentit vähentävät esimerkiksi paperisaastetta, joka pienentää luonnonvaroihin kohdistuvaa kuormitusta.

Yhteiskunnan ja arjen digitalisoituminen edistävät saavutettavuutta: sähköisiä palveluita ja työkaluja voidaan tarjota ajasta ja paikasta riippumatta maanlaajuisesti. Tätä voi kutsua 24/7-yhteiskunnaksi: sen palvelut ovat saatavilla 24 tuntia vuorokaudesta seitsemänä päivänä viikosta. Palvelut eivät ole teknologian ja digitaalisuuden myötä aikaan tai paikkaan sidottuja: pankkiasioita voi hoitaa keskellä yötä, vaikka omasta sängystä tai vaatteita voi shoppailla kesken työpäivän tauoilla.

Yhteiskunnan ja arjen digitalisoituminen voi lisäksi auttaa erilaisia ihmisryhmiä, esimerkiksi syrjäytyneitä, sosiaalisten tilanteiden pelosta kärsiviä ja kehitysvammaisia henkilöitä pääsemään matalammalla kynnyksellä osallisiksi yhteiskuntaan ja sen erilaisiin toimintoihin laajan palveluverkoston avulla (esim. Kairala 2017, 7). Niiden avulla pystytään tukemaan elämänhallintaa, itsenäistä suoriutumista ja mahdollistamaan ihmissuhteita (Leikas 2008, 83–87). Teknologian ja digitaalisuuden avulla pystytään siis ylittämään erilaisia elämän fyysisiä ja sosiaalisia rajoitteita.

Jokaisella on avoin pääsy netin maailmaan. Teknologian ja digitaalisuuden avulla kuka tahansa voi pienimuotoisesti vaikuttaa lähes koko maailmaan nopeasti oman älypuhelimensa, tablettinsa tai tietokoneensa välityksellä (Mt., 75). Otetaan käytännön esimerkkinä ruotsalainen nuori ilmastoaktivisti Greta Thunberg. Thunberg tuli maailman tietoisuuteen osallistumalla mielenosoitukseen ilmaston puolesta. Hän on aktiivinen Twitterin käyttäjä, jossa hänellä on viisi miljoonaa seuraajaa (Twitter 2021a). Thunberg siis vaikutti globaalisti ja pystyy edelleen vaikuttamaan näkyvyytensä takia.

Sähköistyvät yhteiskunnat tarjoavat siis runsaasti avautuvia ovia jäsenilleen. Jokaisella asialla on kuitenkin kääntöpuolensa. Sähköiset palvelut voivat olla monimutkaisia ja hankalikäyttöisiä. Vaikka jokin ihmisryhmä pääsisi helpommin niiden piiriin, on toinen asia, osaaivatko ja haluavatko he niitä käyttää siten, että niistä olisi aidosti heille hyötyä. Vuonna 2013 tehdyn kyselytutkimuksen mukaan yli 70-vuotiaat pitivät sähköisiä palveluja hyödyttömminä verrattuna muihin ikäryhmiin. Sama tutkimus osoitti, että kansalaisilla on hyvät

perusvalmiudet käyttää yhteiskunnan sähköisiä palveluita. Tutkimuksen vastaajat toivoivat ensisijaisesti sähköisiin palveluihin liittyvää ohjausta: muun muassa selkeitä ja helposti saatavia ohjeita sähköisten palveluiden käyttöön. (Jauhiainen ym. 2014, 42–50.)

Vastoin yleistä luuloa, myöskään nuoret diginatiivit eivät välttämättä halua käyttää sähköisiä virallispalveluja, vaan erityisesti monimutkaisissa asioissa he haluavat hakeutua henkilökohtaisen palvelun piiriin. Vuoden 2020 nuorisobarometrin mukaan 15–29-vuotiaista suomalaisista nuorista ja nuorista aikuisista koki esimerkiksi rahapeliongelmiin sekä velkaneuvontaan tarjotun avun olevan melko riittämätöntä. Tällaiset tilanteet voivat olla käytännön esimerkkejä monimutkaisista asioista, joita varten nuoret diginatiivit mieluusti hakeutuvat henkilökohtaisen palvelun piiriin. Sama nuorisobarometri osoittaaakin, että vastaajista 15 prosenttia ei ole kiinnostunut käyttämään sähköisiä palveluita muun muassa niiden haastavan löytämisen ja käyttämisen takia. (Berg & Myllyniemi 2021.)

Toinen teknologian ja digitaalisuuden haittapuoli on, että se vaikuttaa ihmisten väliseen vuorovaikutukseen. Netin välityksellä tapahtuva vuorovaikutus voidaan nähdä kasvottomana ja kylmänä verrattuna kasvokkain tapahtuvaan (face-to-face) vuorovaikutukseen (esim. Leikas 2008, 76; Männikkö 2021). Ihmisten ollessa fyysisesti vuorovaikutuksessa vähemmän, tällä voi olla kokonaisvaltaisia vaikutuksia hyvinvoinnille. Kun ihmiset liikkuvat vähemmän, tämä voi johtaa herkemmin ylipainon kertymiseen. Ylipaino taas voi vaikuttaa fyysiseen terveyteen lisäten esimerkiksi sydän- ja verisuonisairauksien riskiä (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2020). Kun ihmisen fyysiset tapaamiset (sosiaaliset suhteet) vähenevät, tästä voi seurata psyykkisesti esimerkiksi alakuloa ja pitkään jatkuessaan jopa masennusta. Vähentyneet sosiaaliset kontaktit voivat johtaa yksinäisyyden tunteisiin ja kokemuksiin sekä eristäytymiseen yhteiskunnasta.

Ihminen on sosiaalinen olento, joka tarvitsee muita ihmisiä ympärilleen. Tätä osoittaa kyky vuorovaikutukseen ihmisen lajiominaisuutena; jo ihmisvauva osaa viestittää hoivaajilleen, että hänellä on nälkä, vaikka hän ei tätä sanallisen vuorovaikutuksen keinoin kykene vielä tekemään (Ruusuvuori 2020, 204; Bauman 1990). Sosiaalisten kontaktien vähentäminen tai kokonaan poisjättäminen tulivatkin osaksi todellisuuttamme, kun koronapandemia alkoi vuoden 2019 lopussa. Koronapandemian vaikutuksia kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin voi joiltain osin rinnastaa yhteiskuntamme ja arjen digitalisaation mukana tuomaan sosiaalisten kontaktien vähentymiseen.

”24/7-yhteiskunnissa” on oletus, että kaikki on aina saatavilla. Ihmisillä on nykyään esimerkiksi sähköiset laitteet mukana kaikkialla; jopa silloin, kun laitamme nukkumaan, älypuhelin on usein sängyn vierellä helposti käytettävissä. Aina saatavilla olo voi pidemmällä tähtäimellä olla raskasta fyysisesti, psyykkisesti kuin sosiaalisestikin. Tästä voi seurata muun muassa kiireen tuntemista ja kokemusta, stressiä, ahdistusta ja sykkeen nousemista (esim. Chiu 2014; Jeong ym. 2016). Ihmisen aivotoiminta ei pääse missään vaiheessa lepotilaan eikä täten fyysinen ihmiskehokaan. Nykyihmiselle ei tule teknologian ja digitaalisuuden myötä yhtäkään tylsää hetkeä (Pascal 2016). Loppujen lopuksi ihminen voi palaa loppuun 24/7-yhteiskunnissa. Loppuunpalamisesta toipuminen on useimmiten pitkä prosessi.

Eettisesti on kyseenalaista myös se, että sähköisten palveluiden käyttöehdot tulee hyväksyä ennen kuin niitä voi käyttää. Voi olla mahdollista, että palvelua ei ole tarjolla kuin sähköisessä muodossa. Toisin sanoen palvelunkäyttäjä on pakotettu hyväksymään käyttöehdot, jos hän haluaa saada kyseistä palvelua. Käyttöehdot ovat usein jopa kymmenien sivujen mittaisia pienifonttisia asiakirjoja. Teknologian ja digitaalisuuden käyttäjän näkökulmasta hänen oikeuksiensa kunnioittaminen, tietoinen suostumus, valinnanvapaus, vapaaehtoisuus, hänen osallistumisensa ja suojaamisensa sekä turvallisuus eivät pääse täysimääräisesti toteutumaan (Leikas 2008, 77).

Jos kaikki yhteiskunnassamme on kiinni sähköisissä järjestelmissä ja pilvipalveluissa, miten käy, jos ne lakkaavat toimimasta tai joku hyökkää niihin? Teknologiaa ja digitaalisuutta voi käyttää väärin, sillä kenellä tahansa on pääsy nettiin. Väärinkäytökset voivat tapahtua muun muassa yksityisyyden suojan rikkomisen kautta, liiallisena pyrkimyksenä vaikuttaa muiden netin käyttäjien toimintaan tai siten, että teknologiaan ja digitaalisuuteen luotetaan liikaa. (Mt., 75.) Ihmisten arkaluontoiset tiedot ovat vaarassa päätyä väärin käsiin. Jos sähköisille järjestelmille ei ole varajärjestelmiä, yhteiskunta voi pahimmassa tapauksessa lakata toimimasta. Nämä ovat pitkälle vietyjä, mutta mahdollisia skenaarioita. Ihminen voi murtautua sellaiseen, minkä toinen ihminen on kehittänyt.

Vaikka yhteiskunnan ja arjen digitalisoituminen voi edistää ympäristöystävällisyyttä, digitaalisuus ei ole hiilijalanjäljetöntä. Vuonna 2020 jopa 80–90 prosenttia dataliikenteestä on katsottu liittyvän videoiden suoratoistoon ja online-pelaamiseen (Seppälä 2019, 13). Yhteiskunnan ja arjen digitalisoituminen ei tuo siis pelkkää onnea. Tästä yksi esimerkki on nettikiusaamisen ilmiö. Nettikiusaamisen voi nähdä digitalisoituneena sosiaalisena ongelmana. Toinen käytännön esimerkki digitalisoituneesta sosiaalisesta ongelmasta on digitaalinen

vaino. Digitaalinen vaino on toisen ihmisen vainoamista digitaalisessa muodossa, jonka apuvälineenä vainoaja käyttää teknologiaa. Se voi olla konkreettisesti muun muassa toistuvia puhelinsoittoja, viestittelyä erilaisten sivustojen, kanavien, sovellusten tai alustojen välityksellä, uhrin teknologisten laitteiden hallintaa tai hänen seuraamistaan esimerkiksi sijaintitietojen perusteella. Digitaalinen vaino voi ilmetä myös siten, että vainoaja varastaa uhrinsa identiteetin tai jakaa arkaluontoista ja henkilökohtaista materiaalia uhristaan netissä. (Brandt 2017, 114–115.) Nämä kaksi käytännön esimerkkiä osoittavat, että yhteiskunnan muuttuessa esimerkiksi teknologian ja digitalisaation myötä, myös sen sosiaaliset ongelmat muuntautuvat.

3.2 Nettikiusaaminen käsitteenä ja tekoina

Kiusaamisen käsite on monialainen. Kiusaamisen kokemus on myös subjektiivinen. Joku henkilö voi kokea jonkin yksittäisen asian kiusaamiseksi, kun toinen henkilö kokee saman asian normaaliksi ihmiselämän toiminnaksi. Kiusaamiseksi voidaan kuitenkin katsoa negatiivisin teoin toteutettu toiminta, joka kohdistuu toistuvasti ja pitkäkestoisesti yksilöön yhden tai useamman henkilön toimesta. Kiusaaminen ilmiönä pitää sisällään aina jonkinlaista valtasuhteiden epätasapainoa. Valtasuhteiden epätasapaino syntyy siten, että kiusaajalla on enemmän fyysistä, psyykkistä tai sosiaalista valtaa suhteessa kiusattuun. (Hamarus 2006, 47–48; 2012, 22–23.) Käytännössä kiusaajalla voi olla enemmän fyysistä voimaa, hän voi psyykkisesti esimerkiksi alistaa kiusattua tai kiusaaja voi esimerkiksi yhteisessä oppilaitoksessa olla sosiaalisesti suositumpi kiusattuun nähden.

Kiusaamisen kautta kiusaajan on tarkoituksena saada tietynlaista huomiota ja kasvattaa omaa asemaansa jossain ryhmässä tai yhteisössä. Kiusaaja pyrkii luomaan kiusatulle ulkopuolisen ja toiseuden tunnetta. (Hamarus 2012, 37.) Toiseus voidaan määritellä kokemukseksi yhteenkuulumattomuudesta. Toiseuden voi ajatella olevan vierautta suhteessa toisiin ihmisiin, ryhmiin ja yhteisöihin (Lamminmäki-Kärkkäinen 2002, 72; ks. myös Hamarus 2006, 72). Kiusaaja hakee kiusattavalleen ulkopuolisen ja toiseuden tunnetta sekä kokemuksia muun muassa eristämällä hänet ryhmistä ja yhteisöistä, joissa hän itse tavoittelee saavansa parempaa huomiota ja statusta (Hamarus 2012, 37). Toiseus lisää riskiä eristäytyä ja

syryäytyä valtavirrasta ja jopa yhteiskunnasta (esim. Haasio 2015). Näitä sosiaalisia ongelmia pyritään sosiaalityössä ennaltaehkäisemään ja vähentämään.

Kiusaaminen ilmenee useilla erilaisilla negatiivisilla teoilla, toiminnoilla ja toimilla. Fyysisesti kiusaaminen voi olla muun muassa tönimistä, lyömistä, potkimista ja jopa toisen päälle sylkemistä. Psykkisesti kiusaaminen voi ilmetä esimerkiksi nimittelemällä, haukkumalla ja uhkailemalla. Kiusaaminen voi näkyä sosiaalisesti muun muassa siten, että kiusaaja pyrkii vaikuttamaan kiusatun kaverisuhteisiin haitallisesti. Kiusaamisen ilmeneminen on erilaista myös sukupuolten välisiä eroja tarkastellen: tyttöjen välinen kiusaaminen on usein sosiaalista eristämistä ja kiusatusta selän takana pahan puhumista, kun taas pojilla kiusaaminen ilmenee fyysisenä voimankoetteluna. (Hamarus 2006, 78–79; 2012, 38.)

Miksi kiusaamista ylipäättänsä ilmenee yhteiskunnissamme? Sen syyt eivät ole yksinkertaisia eikä niistä mikään oikeuta epäoikeudenmukaiselle toiminnalle. Tutkimukset osoittavat, että kiusaamisen syy kytkeytyy useimmiten jollain tapaa kiusatun erilaiseen tai poikkeavaan ominaisuuteen. Tällaisia erilaisia tai poikkeavia ominaisuuksia voivat olla esimerkiksi ulkonäölliset ja sosioekonomiset tekijät: alipaino, ylipaino, kiusatun heikko tai hyvä opintomenestys, harrastukset, hänen perheensä köyhyys, varallisuus tai jopa auton väri. (Hamarus 2006, 110; 2012, 44.) Viimeinen esimerkki osoittaa, että ominaisuuden tai piirteen ei tarvitse olla mitenkään merkittävä. Kiusaamisen syyksi voi riittää, että henkilöllä on eriävä mielipide johonkin asiaan. Voi olla, että kiusaamisen perimmäistä syytä ei osatakaan sen tarkemmin kuvata tai selittää.

Kiusaamisen taustalla voi olla lisäksi kiusaajan oma paha olo ja sen peittämiseen pyrkiminen tai epävarmuus jostain. Kiusaaja voi olla esimerkiksi kateellinen kiusatulle. Kiusaamisen kautta kiusaaja kerää valtaa, joka saa hänessä aikaan mielihyvää. Tämä kiusaajan oma paha olo, sen peittämisen tavoittelu ja epävarmuus voivat johtua esimerkiksi kodin huonoista oloista. (Stowell 2017, 82.) Kodin huonot olot voivat johtua useasti eri tekijästä. Perheissä voi muun muassa olla vanhempien eroprosessi meneillään ja esiintyä siihen yhdistyviä riitoja, joihin koko perhe valitettavan usein joutuu osalliseksi, vaikka eron tulisi olla kahden aikuisen ihmisen välinen asia. Perheissä voi esiintyä myös mielenterveys- ja päihdeongelmia. Lisäksi kodin huonot olot voivat johtua esimerkiksi siitä, että perheissä tapahtuu lähisuhdeväkivaltaa. Tilastollisesti vuonna 2019 viranomaisten tietoon tuli 10 600 pari- ja lähisuhdeväkivaltaan liittyvää rikosta. Vuoteen 2018 verrattuna luku kasvoi seitsemällä prosentilla. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2021b.)

Kiusaamisen toimintaympäristö vaihtelee; sitä voi tapahtua oppilaitoksissa, työpaikoilla ja netissä. Oppilaitoksissa tapahtuvaa kiusaamista kutsutaan koulukiusaamiseksi. Vuonna 2021 tehdyssä tutkimuksessa noin joka kahdeskymmenes lapsi tai nuori kertoi kokeneensa viikoittain kiusaamista koulussaan (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021a). Kiusaamista, joka tapahtuu erilaisissa työpaikoissa, kutsutaan työpaikkakiusaamiseksi. Vuonna 2017 toteutetussa työolobarometrissä jonkinlaista kiusaamista työpaikallaan oli kokenut jopa 58 prosenttia vastaajista. Tosin työolobarometrin vastaajat olivat vastanneet, että työpaikkakiusaamista esiintyy joskus. Toistuva ja pitkäkestoinen kiusaaminen katsottiin harvinaisemmaksi. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2018, 88.)

Netissä tapahtuvaa kiusaamista kutsutaan käsitteellä nettikiusaaminen. Englanninkielinen käsite nettikiusaamiselle on tyypillisesti cyberbullying. Nettikiusaaminen on samankaltaista kuin muukin, fyysisessä ympäristössä tapahtuva, kiusaaminen. Netti on osa todellista arkielämäämme eikä erillinen osa sitä. Vuonna 2020 suomalaisista 39 prosenttia oli nähnyt vihapuhetta viimeisen kolmen kuukauden aikana sosiaalisessa mediassa (Suomen virallinen tilasto (SVT) 2021c). Teknologia ja digitaalisuus luovat viestinnälle uuden ja laajemman kentän kiusaamisen näkökulmasta asiaa tarkastellen (Thorslund 2007, 53). Tämä tekee nettikiusaamisen ilmiöstä yhden nyky-yhteiskunnan haasteista. Nyky-yhteiskunnan haasteet kytkeytyvät sosiaalityöhön, kun pyrimme tunnistamaan ja tunnustamaan ne sekä ennaltaehkäisemään ja puuttumaan niihin.

Nettikiusaaminen omaa teknologiaviestinnän erityispiirteitä, jotka itseasiassa tekevätkin ilmiöstä erityisen haavoittavan. Teknologiaviestinnän erityispiirteitä ovat sähköisen viestinnän kasvottomuus, viestien nopea leviäminen ja niiden pysyminen netissä. Sähköinen viestintä on yksinkertaista: siihen riittää vain yksi napin painallus tai kosketus. Näiden viestien yleisö on suureksi osin tuntematon ja laaja. Netissä kiusaajat voivat keksityillä nimillä kiusata muita ja vielä siten, että heidän ei tarvitse kohdata kiusattuja henkilöitä kasvokkain. (Thorslund 2007; Hamarus 2012; Huhtala 2013, 46–47; ks. myös Rantahalvari 2020, 4.) Nämä teknologiaviestinnän erityispiirteet tekevät nettikiusaamisesta niin sanotusti vaivattomampaa, kun sitä verrataan perinteiseen kiusaamisen muotoon. Päivi Hamarus (2012, 39) sanoittaakin asiaa teoksessaan, että kirjoitettu kieli koetaan haavoittavampana kuin puhuttu kieli.

Nettikiusaamista tapahtuu netissä, mutta mitä konkreettisesti netti käsittää ja pitää sisällään? Älytelevisiot, tietokoneet, älypuhelimet, tabletit ja pelikonsolit sisältävät erilaisia nettiin

kytkeytyviä alustoja. Pelikonsoleita ovat muun muassa PlayStation, Xbox ja Nintendo Switch. Näiden kaikkien teknologisten laitteiden kautta voi nettikiusaamista esiintyä. Sitä voi tapahtua siis periaatteessa missä tahansa ja millä tahansa välineellä, joka on kytkettynä nettiin. Nettikiusaamista voi tapahtua sähköpostien ja tekstiviestien välityksellä, sosiaalisessa mediassa erilaisissa yrityksissä, palveluissa, kanavissa, sovelluksissa, chateissa, blogien, kuvagallerioiden sekä pelien kommenttikentissä. (Hamarus 2012; Stowell 2017, 9.) Nettikiusaaminen ei rajoitu pelkkään kirjoitettuun kieleen, vaan nykyään se voi ilmetä esimerkiksi ääniviestein tai videoin.

Nettikiusaaminen voi ilmetä usealla eri tavalla. Kiusatun jakamia kuvia voidaan muokata ja väärinkäyttää. Kiusatusta voidaan netissä levittää hänen henkilökohtaisia tietojaan tai perättömiä juoruja. Nettikiusaaminen voi ilmetä nimittelyn, haukkumisen ja pilkkaamisen muodossa. Tämä voi näkyä muun muassa siten, että arvostellaan toisen henkilön ulkonäköä tai mielipidettä netissä. (Hamarus 2012, 37; Haasio 2013; ks. myös Haasio 2016, 35). Juuri negatiivissävytteiset viestit ovat yleisimpiä somekiusaamisen ilmenemismuotoja, joita voimme kohdata jopa päivittäin netin maailmassa.

Maalittaminen on suhteellisen uusi ilmiö yhteiskunnallisesti. Se tarkoittaa toisen henkilön tarkoituksellista mustamaalaamista sosiaalisessa mediassa. Maalittamiseksi voidaan katsoa toiminnot ja toiminnat, joissa toisesta henkilöstä haetaan tietoja erilaisista lähteistä ja joiden avulla maalittaja hakee negatiivisia vaikutuksia toisen henkilön maineeseen tai asemaan. Maalittaminen voi käytännössä olla vihaviestien lähettämistä kiusatulle sähköpostitse tai sosiaalisen median välityksellä. (Suomen Lakimiesliitto - Finlands Juristförbund ry 2019; Sisäministeriö 2021.) Maalittamisen tunnusmerkistöt kytkeytyvät nettikiusaamiseen ja sen alalajeihin.

Nettikiusaajille on kehitetty yksi oma terminsä: trollaajat. Trollit ovat henkilöitä, joiden tavoitteena on netissä häiritä ja ohjailta muita esimerkiksi siten, että he tahallisesti provosoivat keskusteluihin osallistujia (Yle 2014). Nettikiusaamiseksi katsotaan juuri tällainen erilainen häirintä ja ahdistelu. Jarno Alastalon (2017, 129) teoksessa haastateltava henkilö kertoo netissä kohtaamastaan rajusta häirinnästä ja ahdistelusta seuraavasti: ”- *Minun puhelinnumeroni, kotiosoitteeni ja vanhempieni nimet vuodettiin nettiin ja kannustettiin ahdistelemaan minua. Kannustettiin laittamaan viestiä, että tapa itsesi.*”. Erilaisiin ryhmiin toistuvasti liittäminen vastoin ihmisen omaa tahtoa, senkin jälkeen, kun hän on niistä poistunut tai eronnut, nähdään nettikiusaamisena (Irisvik & Utriainen 2017, 159).

Seksuaalinen häirintä on yksi nettikiusaamisen alalajeista. Seksuaalinen ahdistelu on toiselle henkilölle toteutettuja seksuaalisia tekoja, jotka loukkaavat hänen itsemääräämisoikeuttaan (Rikoslaki 19.12.1889/39 §5 a). Seksuaalista häirintää ja ahdistelua tapahtuu yllättävän usein netissä: tilastollisesti vuonna 2019 seksuaalissävyytteistä ehdottelua ja ahdistelua älypuheliimen tai yleensäkin netin välityksellä lapsista ja nuorista oli kokenut 14-17 prosenttia (Ikonen & Helakorpi 2019, 7). Sanallinen ahdistelu ei kuitenkaan täytä seksuaalisen ahdistelun kriteerejä, ei edes netissä (Niemi & Kainulainen 2018, 6). Eri asia on kuitenkin juuri lapsen houkuttelemisen seksuaalisissa tarkoituksissa, joka on rikos.

Kaikki alle 18-vuotiaat henkilöt katsotaan lapsiksi (Suomen UNICEF 2021, 7). Lapsen houkuttelemista seksuaalisissa tarkoituksissa, joka tapahtuu useimmiten netin maailmassa, kutsutaan omalla käsitteellään grooming. Grooming tarkoittaa netissä tapahtuvaa viettelyä, houkuttelua ja lapsen valmistelua seksuaaliseen hyväksikäyttöön. Lapsen seksuaaliseksi hyväksikäytöksi voidaan matalalla kynnyksellä laskea häneltä alastonkuvien pyytäminen tai niiden lähettäminen hänelle. Seksuaalis- ja eroottissävyytteisten viestien lähettäminen lapselle ja nuorelle on myös lapsen houkuttelemista seksuaalisissa tarkoituksissa. (Haasio 2013, 75; Stowell 2017, 120.) Termi sexting voi olla kytköksissä groomingin ilmiöön. Sexting tarkoittaa seksiviestittelyä. Seksiviestittely on sanansa mukaisesti viestien lähettämistä, jotka sisältävät alaston- tai muita intiimejä kuvia ja viestejä. (Stowell 2017, 109.) Grooming-ilmiössä on yleistä, että aikuinen ihminen tavoittelee luottamussuhteen luomista lapseen erilaisin kohteliaisuuksin, kuuntelemalla lasta ja jopa antamalla hänelle lahjoja (Thorslund 2007, 40–41; Haasio 2013, 75). Groomingista, eli lapsen houkuttelemisesta seksuaalisissa tarkoituksissa, voidaan enimmillään tuomita vuoden ehdottomaan vankeuteen (Rikoslaki 19.12.1889/39 §8 b). Kaikenlaista seksuaalista häirintää ja ahdistelua vastaan on aloitettu netissä muun muassa #metoo-kampanja, joka on saanut maailmanlaajuisesti runsaasti huomiota oikeutetusti.

Nettikiusaaminen voi täyttää muidenkin eri rikosten tunnuspiirteitä ja kriteereitä. Nettikiusaamiseen kytkeytyviä rikosnimikkeitä ovat muun muassa yksityiselämää loukkaavan tiedon levittäminen, kunnianloukkaus, laitton uhkaus, uskonrauhan rikkominen tai kiihottaminen kansanryhmää vastaan ja erilaiset identiteettivarkaudet. (Forss 2014, 107–108; Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2021b; ks. myös Rikoslaki 19.12.1889/39 §9 a; Thorslund 2007, 55; Haasio 2013, 111.) Vaikka ihmisoikeuksiin kuuluu oikeus sananvapauteen, se ei tarkoita, että netissä voi kirjoittaa ja puhua mitä haluaa. Netissä kirjoittamisen ja puhumisen kanssa tuleekin olla tarkkana sillä, jos esimerkiksi ulkopuolinen henkilö saa toisen henkilön henkilötunnuksen tietoonsa, hän voi pyrkiä tekemään identiteettivarkauden kautta

esimerkiksi nettiostoksia niin, että laskut ovat henkilötunnuksen omistajan nimellä ja vastuulla. Nykyään useat kodinkoneetkin ovat älylaitteita, jotka ovat kytkettyinä nettiin. Tilastot osoittavat tätä; vuonna 2020 suomalaisista 16–89-vuotiaista erilaisia nettiin kytkettyjä kodin lämmitys-, valaistus- ja vastaavia järjestelmiä käytti seitsemän prosenttia (Suomen virallinen tilasto (SVT) 2021c). Kuka tahansa, kenellä on aikaa ja resursseja, pystyy kaappaamaan laitteet, jotka ovat kytkettyinä nettiin. On pelottava ajatus, että joku tuntematon henkilö voi ohjata esimerkiksi kotisi uunia tai valvontakameroilla tarkastella kotiasi tietämättäsi.

Nettikiusaamisen areena on siis uhkaavankin laaja. Suosittuja netin ja sosiaalisen median eri yrityksiä, palveluita, kanavia, sovelluksia ja alustoja ovat muun muassa WhatsApp, Facebook, Messenger, Instagram, Snapchat, Twitter, TikTok, Telegram, Pinterest, LinkedIn, Jodel, Skype, Microsoft Teams, Discord, Origin, Steam, YouTube, Spotify, Blogger, Tumblr, Reddit, sekä Wikipedia. Muita lähihistorian suosittuja netin yrityksiä, palveluja, kanavia, sovelluksia ja alustoja ovat muun muassa Periscope, Kik, IRC-Galleria ja Habbo. (Rantahalvari 2020, 6.) Näitä kehitellään uusia lähes päivittäin. Tällainen esimerkki on muun muassa pikaviestisovellus Wickr (Kemppainen & Korhonen 2021). Näiden piirissä liikkuvat biljoonat käyttäjät. Vuonna 2020 yli 3,6 biljoonaa ihmistä käyttivät sosiaalista mediaa globaalisti. Vastaavan luvun ennustetaan olevan melkein 4,41 biljoonaa vuonna 2025. (Statista Research Department 2021.)

Suurin osa netin palveluista ja sovelluksista ovat yhteisöpalveluja. Yhteisöpalveluille olennaista on se, että niiden käyttäjillä on mahdollisuus tehdä, ylläpitää ja tuoda näkyväksi omia sosiaalisia verkostojaan (Boyd & Ellison 2007). Tilastojen mukaan vuonna 2020 viimeisen kolmen kuukauden aikana 16–89-vuotiaista suomalaisista 69 prosenttia seurasi jotain yhteisöpalvelua. Vuonna 2019 vastaava luku oli 61 prosenttia. Vuonna 2015 luku on ollut 58 prosenttia. Yhteisöpalvelujen käytön trendi on siis hitaasti, mutta varmasti kasvusuhdanteinen. Vuonna 2020 suomalaisten suosituin yhteisöpalvelu, yritys, sovellus, kanava tai alusta oli Facebook. Suomalaisista 16–89-vuotiaista 58 prosenttia käytti kyseistä palvelua. Seuraavaksi suosituimmat olivat WhatsApp (50 prosenttia) ja Instagram (39 prosenttia). (Suomen virallinen tilasto (SVT) 2021c.) Netin yrityksiä, palveluja, kanavia, sovelluksia ja alustoja kehitetään koko ajan lisää, joten on vaikea ennustaa, mikä niistä on mihinkin aikaan suosituin (Haasio 2016, 22–26).

Netistä voi siis löytää melkeinpä mitä tahansa materiaalia mistä vain. Jokaiselle asialle löytyy oma yhteisö ja jos sitä ei vielä ole olemassa, joku sellaisen luo. Tämä omaa positiivisia

mahdollisuuksia, mutta sisältää jälleen omat varjopuolensa. Netissä on olemassa esimerkiksi yhteisöjä, joissa jaetaan tehokkaita laihdutusvinkkejä vähäkalorisista ruoista siihen, miten saada oksennusrefleksi yksinkertaisimmillaan aikaiseksi sekä ihannoidaan alhaisia painomääriä yhteisöllisesti. Näitä kutsutaan pro-ana- ja pro-mia-yhteisöiksi, joissa keskiössä ovat syömishäiriöt anoreksia ja bulimia. (Alastalo 2017, 111.) On olemassa myös itsemurhaa suunnitteleville tarkoitettuja sivustoja, joissa jaetaan tähän liittyviä neuvoja ja vinkkejä (Thorslund 2007, 47; Haasio 2013, 117; 2016, 82).

Nettikiusaamisen areena on siis kauaskantoinen. Kaikenlainen kiusaaminen satuttaa ja sillä on vaikutuksensa (Alastalo 2017, 133). Arvottomilta tuntuvat sanat ja teot voivat saada ylivoimaisen suuret mittasuhteet, kun tarkastellaan asiaa ihmisten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin näkökulmasta.

3.3 Nettikiusaaminen tutkimustiedon valossa

Kiusaamisen ilmiötä on tutkittu maailmanlaajuisesti runsaasti. Koulu-, työpaikka- ja nettikiusaaminen kytkeytyvät toisiinsa siten, että kiusaaminen on näiden kaikkien ilmiöiden yläkäsite. Kun tarkastellaan näiden kiusaamistyyppien eroavaisuuksia, ne ovat useimmiten erittäin häilyviä (Haasio 2013, 63). Ei ole tavatonta, että netissä kiusattua ihmistä kiusataan myös muissa ympäristöissä varsinkin, jos kiusaaja tuntee entuudestaan kiusaamansa henkilön. Näin kiusaaminen ulottuu kaikkialle elämään; sen uhri ei välttämättä pääse irrottautumaan vapaa-ajalla eikä koulussa tai työpaikalla siitä.

Koulukiusaamisen ilmiötä on tutkinut muun muassa Hamarus vuonna 2006. Hamarusen mielenkiinnon kohteena oli tutkia ilmiön lisäksi sitä, miten koulukiusaaminen näkyy ja kehittyy oppilaitoksissa. Hän keräsi aineiston kirjoituksilla ja haastatteluilla 7.-9- luokkalaisilta tukioppilailta. Tulokset osoittavat, että kiusaamisen vaikuttavana tekijänä on suosion, paremman aseman ja vallan tavoittelu. Kouluissa kiusaaminen muodostuu ryhmissä tapahtuvissa vuorovaikutustilanteissa. Kiusaaminen ilmenee useilla eri tavoilla nimittelystä tönimiseen. (Hamarus 2006.) Hakiessa tietoa koulukiusaamisesta, kyseisestä aiheesta löytyy satoja materiaaleja ja useampia kymmeniä pro gradu- sekä väitöskirjatutkimuksia. Kansainvälisiä e-aineistoja aiheesta löytyy kymmeniä tuhansia.

Työpaikkakiusaaminen on suhteellisen uusi käsite, kun tarkastellaan historiaa. Sen tutkimus on yleistynyt nopeutuvalla tahdilla. Työpaikkakiusaamisesta tietoa löytyy vähemmän suhteessa koulukiusaamiseen, mikä vahvistaa käsitystä siitä, että ilmiötä ei ole tutkittu vielä riittävästi. Nopealla tiedonhaulla aiheesta löytyy kuitenkin materiaaleja noin satakunta, joista muutama kymmenen on pro gradu- ja väitöskirjatutkimuksia. Kansainvälisiä e-aineistoja työpaikkakiusaamisesta löytyy joitakin kymmeniä tuhansia.

Nettikiusaamista on kiusaamisen ilmiön tapaan tutkittu runsaanlaisesti ja enenevästi. Vaikka aihe on ajankohtainen, nopealla tiedonhaulla tästä kiusaamisen muodosta löytyy vähemmän tietoa kuin koulu- ja työpaikkakiusaamisesta. Materiaaleja löytyy kymmeniä, joista noin kymmenkunta on pro gradu- ja väitöskirjatutkimuksia. Kansainvälisiä e-aineistoja nettikiusaamisesta löytyy yli kymmenentuhatta. Mielenkiintoista on havaita, kuinka paljon kansainvälistä materiaalia aiheesta löytyy suhteessa kotimaiseen. Nettikiusaamisen ilmiöön on tartuttu siis aiemmin ja laajemmin kansainvälisellä tasolla. Suomi on pieni maa, jolla pienuudestaan johtuen on vaatimattomammat tutkimusresurssit.

Määrällisiä tutkimuksia kiusaamisen ilmiöstä yleisesti on tehty paljon. Tutkimusten painopiste on ollut siinä, miten paljon kiusaamista kohdataan missäkin ikäryhmissä. Toinen mielenkiinnon kohde nettikiusaamiseen kytkeytyvässä tutkimuksessa on ollut, minkälaista nettikiusaaminen on luonteeltaan määrällisesti tarkasteltuna. Muun muassa Robin M. Kowalski ja Susan P. Limber tutkivat vuonna 2007 kyselylomakkeella perinteisen ja nettikiusaamisen kokemuksia. Kyselylomakkeen oli täyttänyt 3767 6.–8. luokkalaista koululaista. Heistä 18 prosenttia oli kohdannut netissä tapahtuvaa kiusaamista ainakin kerran viimeisen kahden kuukauden aikana. Kuutta prosenttia vastaajista oli kiusattu ainakin kaksi tai kolme kertaa kuukaudessa. (Kowalski & Limber 2007¹, Kowalski ym. 2012, 97.) Vuonna 2020 Yhdysvalloissa yhtä viidestä (yli 20 prosenttia) nuoresta oli nettikiusattu, hän oli nettikiusannut muita tai oli nähnyt nettikiusaamista (Patchin 2020).

Nettikiusaamisesta on tehty kansainvälisellä tasolla muitakin tutkimuksia. Nettikiusaamista on tutkittu esimerkiksi sähköisen deittailuväkivallan ja seksuaalisen orientoitumisen näkökulmista. Tutkimukset osoittavat muun muassa, että nettikiusaamista kokeneilla nuorilla on 3,6 suurempi todennäköisyys kokea sähköistä deittailuväkivaltaa. Sähköinen deittailuväkivalta voi näyttäytyä esimerkiksi siten, että estetään toisen henkilön puhelimen käyttöä tai

¹ Kowalski, Robin M. & Limber, Susan P. 2011: Physical and psychological consequences of traditional bullying and cyber bullying. Unpublished manuscript. Clemson University. Clemson.

hän­tä uh­kaillaan teksti­viestein. (Hindu­ja & Patchin 2010c.) Net­ti­kiusaa­minen kyt­ke­tyy sek­su­aa­li­sen orien­toi­tu­mi­sen nä­kö­kul­maan si­ten, että he­te­ro­sek­su­aa­li­sis­ta mie­his­tä 15,7 pro­sent­tiä oli net­ti­kiusat­tu­ja lä­pi elä­mänsä, kun taas ei-he­te­ro­sek­su­aa­li­sis­ta mie­his­tä sama pro­sent­ti­lu­ku oli mil­tei puolet enem­män; 30,4 pro­sent­tiä. Vas­taavat pro­sent­ti­lu­ke­mat oli­vat he­te­ro­sek­su­aa­leil­la naisil­la 24,6 pro­sent­tiä ja ei-he­te­ro­sek­su­aa­leil­la naisil­la 38,3 pro­sent­tiä. (Hindu­ja & Patchin 2011.)

Net­ti­kiusaa­mi­sen se­rauksis­ta ja vai­ku­tuksis­ta puole­staan on tehty vain jon­kin ver­ran tut­ki­muksia. Näis­täkin laadul­li­sen tarkas­telun osuus on pieni. Sameer Hindu­ja ja Justin W. Patchin tut­ki­vat vuonna 2009 net­ti­kiusaa­mi­sen psy­y­kis­tiä se­rauksia. Tut­ki­muksen mu­kaan net­ti­kiusaa­mi­sen uhrit tunsivat itsensä masentuneiksi, surullisiksi ja turhautuneiksi. (Hindu­ja & Patchin 2009.) Hindu­ja ja Patchin ovat tarkas­tel­leet lisä­ksi net­ti­kiusaa­mi­sen vai­ku­tuksia nuorten itsetun­toon sekä net­ti­kiusaa­mi­sen yhteyttä itsemurhiin (ks. Hindu­ja & Patchin 2010a; 2010b). He ovat myös Cyberbullying Research Centerin perustajia ja ylläpitäjiä, josta tut­ki­mukseni aineisto on peräisin.

Vuonna 2020 Patchin tarkas­tel­li 9–12-vuotiaiden lasten ja nuorten net­ti­kiusaa­mi­sen koettuja vai­ku­tuksia. Kansallisesti (Yhdysvallat) edustavasta tut­ki­musotteesta kerättiin 1034 vas­tausta tut­ki­muksen analyysiin. Tut­ki­muksen mu­kaan net­ti­kiusaa­minen aiheuttaa negatiivisia se­rauksia. Melkein 70 pro­sent­ti­ssä vas­tauksis­ta kerrottiin net­ti­kiusaa­mi­sen vai­ku­tuksien omaan itse­en ja minäkäsitykseen liittyviin tun­teisiin. Mil­tei 32 pro­sent­ti­ssä vas­tauksis­ta oli viitettä siitä, että net­ti­kiusaa­minen oli vai­ku­tuksien kaverisuhteisiin. 13 pro­sent­ti­llä net­ti­kiusaa­minen oli vai­ku­tuksien fyysiseen terveyteensä ja 6,5 pro­sent­ti­llä net­ti­kiusaa­minen oli vai­ku­tuksien jollain tapaa heidän koulunkäyntiinsä. (Patchin 2020.)

Net­ti­kiusaa­minen on tieteellisen tut­ki­mushistorian valossa suhteellisen uutta, mutta ajankohtaista. Uusi ja ajankohtainen tut­ki­musaihe auttaa siinä, että tieto on uutta eikä esimerkiksi 20 vuoden takaista. 20 vuodessa useimmiten tut­kitut aiheet ja ilmiöt muuttuvat aina jotenkin, eivätkä niiden tulokset välttämättä ole sovellettavissa enää tähän päivään samalla tapaa kuin ne oli­vat 20 vuotta sitten. Tarvitaan siis uutta ja ajankohtaista tietoa, jota tut­ki­mukseni pyr­kiikin tuottamaan.

Net­ti­kiusaa­mi­sen aikaisemmista tut­ki­muksis­ta on käynyt ilmi, että net­ti­kiusaa­minen ilmiönä aiheuttaa negatiivisia vai­ku­tuksia ihmisille maailmanlaajuisesti. Syvempi kysymys kuuluu­kin, mitä tämä tarkalleen ottaen tarkoittaa kokemuksellisesta näkökulmasta? Tämä kysymys oli yksi mielenkiinnon herättäjä sille, miksi haluan tarkas­tel­la tut­ki­muksessani

nettikiusaamisen vähemmälle huomiolle jääneitä näkökulmia; nettikiusaamisen koettuja vaikutuksia kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja nettikiusaamiseen puuttumista laadullisen tutkimusstrategian kontekstissa.

4 Tutkimuksen toteuttaminen

4.1 Tutkimuskysymykset ja tutkimuksen rajaus

Käsittelen tutkimuksessani nettikiusaamista ja erityisesti sitä, millaisia koettuja vaikutuksia nettikiusaaminen voi aiheuttaa nuorten aikuisten hyvinvoinnille. Lisäksi tarkastelen, millaisena nuoret aikuiset kokevat nettikiusaamiseen puuttumisen. Nettikiusaamiseen puuttuminen sisältää tutkielmassani myös ennaltaehkäisemisen näkökulman. Tutkimuskysymykseni ovat seuraavat:

1. Millaisia vaikutuksia nuoret aikuiset kokevat nettikiusaamisella olevan heidän hyvinvointiinsa?
2. Millaisena nuoret aikuiset kokevat nettikiusaamiseen puuttumisen?
3. Millaisia nettikiusaamisen ennaltaehkäisyn ja puuttumisen keinoja jatkossa tarvittaisiin nuorten aikuisten kokemusten perusteella?

Aihe oli itselläni jo ensimmäisistä opiskeluvuosista asti selkeänä mielessä. Kiusaaminen ilmiönä on mietityttänyt minua nuoresta saakka. Tästä syystä halusin alkaa tutkimaan aihetta. Koulukiusaamisen ilmiön koin ”loppuun käytetyksi” ja aloin pohtimaan, mikä olisi ajankohdaisempaa ja toisi uutta tietoa esille. Tästä ajatuksesta nousi nettikiusaamisen ilmiö mieleeni. Kyseinen ilmiö on kiinnostanut minua pitkään ja koen, että mielenkiinto sitä kohtaan on vain ajan saatossa kasvanut, kun olen sitä itse nähnyt, kuullut, kokenut ja kohdannut.

Aluksi olin ajatellut tutkimuksen kohderyhmäksi yläasteikäisiä nuoria, olinhan tätä kohderyhmää tarkastellut aiemmin kandidaatintutkielmassani (ks. Rantahalvari 2020). Minulla on aiemmin ollut sellainen käsitys, että nuorten keskuudessa nimenomaisesti teknologiavälikästä kiusaamista tapahtuu enimmäksään määrin. Alkuperäinen tutkimuskysymykseni oli, miten somekiusaaminen vaikuttaa nuoriin. Aineistoni ja tutkimuskysymysteni keskinäinen keskustelu tuntui kuitenkin jollain tapaa haastavalta ja väkinäiseltä. Tästä syystä rajasin tutkimukseni kohderyhmäksi nuoret aikuiset. Halusin tutkimuksessani lisäksi tarkastella nettikiusaamiseen puuttumisen näkökulmaa, josta syystä toinen ja kolmas tutkimuskysymys kiinnittyvät nettikiusaamisen ennaltaehkäisyn ja puuttumisen aspekteihin.

4.2 Aineiston kerääminen

Tutkimukseni aineistona on verkkoaineisto. Verkkoaineiston aloitussivu löytyy liitteistä (*ks. Liite 2*). Tarkemmin ottaen aineisto on yhdysvaltalaisen Cyberbullying Research Centerin tarinoita nettikiusaamisesta. Vapaasti käännettynä sivusto on Nettikiusaamisen tutkimuskeskus, jota nimikettä käytän tästä eteenpäin tutkimuksessani. Nettikiusaamisen tutkimuskeskus on tarkoitettu resurssiksi kaikille yhteiskunnan jäsenille. Sivustolta löytyy erilaisia faktoja, lukuja ja yksityiskohtaisia tarinoita ympäri maailman henkilöiltä, joihin nettikiusaaminen on vaikuttanut. Sivusto sisältää myös useita eri työkaluja, joiden avulla pystytään ehkäisemään ja vastaamaan nettikiusaamistapauksiin. Sivuston perustajina ja ylläpitäjinä ovat tohtori Sameer Hinduja Florida Atlanticin yliopistosta ja tohtori Justin W. Patchin Wisconsin-Eau Clairen yliopistosta. Nettikiusaamisen tutkimuskeskus on perustettu vuonna 2005. Perustaja ja ylläpitojäsenillä on yli 15 vuoden tutkimuskokemus nettikiusaamisesta. (Cyberbullying Research Center 2021a.)

Nettikiusaamisen tutkimuskeskuksen verkkoaineisto on avoin ja saatavissa kaikille. Nettikiusaamisen tutkimuskeskuksen sivustolle voi kuka tahansa kirjoittaa tarinansa ja kokemuksensa nettikiusaamisesta. Kirjoittaminen perustuu vapaaehtoisuuteen. Aineisto on kansainvälinen; nettikiusaamiseen kytkeytyviä tarinoita löytyy sivustolta ympäri maailman. Nettikiusaamisella ja sen koetuilla vaikutuksilla on paljon yhteneväisyyksiä maasta riippumatta, joten Yhdysvalloissa kootun, kansainvälisen aineiston käyttö on perusteltua, ja tarjoaa myös suomalaisen yhteiskuntaan hyödynnettävissä olevaa tietoa (esim. Chudal ym. 2021; Comparitech 2021).

Saman tien, kun löysin kyseisen aineiston, sisälläni ryöpsähti oivaltamisen ilo. Olin alun perin ajatellut tekeväni laadullisen kyselylomakkeen yläasteikäisille parissa peruskoulussa. Aloin kuitenkin pohtimaan aineistonkeruuta ja sen toteuttamista käytännössä. Pohdin, missä kouluissa kysely toteutettaisiin, vastaisiko siihen moni ja mikä tärkeimpänä, miten saisin kyselylomakkeeseen muotoiltua kysymyksenasettelut siten, että ne aidosti vastaisivat tutkimuskysymyksiini. Jos tutkimukseni kohderyhmänä olisivat olleet alle 18-vuotiaat nuoret, olisi tiedonkeruu kyselylomakkeella muodostunut vielä haasteellisemmaksi. Mielessäni kävi myös prosessin alkuvaiheessa haastattelumenetelmä, mutta tämän sysäsin syrjään melko pian. Koin haasteellisiksi saada tavoitettua nettikiusattuja henkilöitä, jotka olisivat halunneet tulla kertomaan kokemuksistaan minulle kasvotusten. Toiseksi koin, että en tällä tavoin olisi välttämättä saanut täysin aitoja vastauksia heiltä. On kuitenkin täysin eri asia kirjoittaa omin

sanoin tarinoitaan kuin kertoa niistä tuntemattomalle ihmisille kasvokkain. Tarinoiden kirjoittajat pystyvät ilmaisemaan jopa parhaiten itseään kirjallisesti (Tuomi & Sarajärvi 2018, 69).

Valittu aineistoni koostuu siis nettikiusaamiseen kytkeytyvistä tarinoista, jotka on kirjoitettu vapaaehtoisesti, itselle sopivana aikana ja omin sanoin. Sivustolla kaikki tarinat kirjoitetaan anonymisti ja tarvittaessa niitä anonymisoidaan vielä lisää. Tämä tarkoittaa, että Nettikiusaamisen tutkimuskeskuksen tutkijat ennen tarinoiden julkaisua tarvittaessa poistavat tai muokkaavat tarinoita, jos tarinoissa on jotain, jonka avulla tarinan voisi yhdistää johonkin tiettyyn henkilöön.

Tämän aineiston avulla uskon tavoittavani relevantteja ja autenttisia kokemuksia nettikiusaamisen vaikutuksista nuorten aikuisten hyvinvointiin sekä kokemuksia nettikiusaamiseen puuttumisesta. Nettikiusaamisen tutkimuskeskuksen verkkoaineisto koostuu tuhansista tarinoista. Aineiston rajaamiseksi valitsin analysoitavaksi ne nettikiusaamiseen kytkeytyvät tarinat, jotka täysi-ikäiset (18–35-vuotiaat) henkilöt ovat tuottaneet. Laadullisessa tutkimuksessa onkin tyypillistä, että aineisto koostuu suhteellisen pienestä määrästä tapauksia, joita tarkastellaan perustellusti ja tarkasti (Eskola & Suoranta 1998, 15–18; ks. myös Tuomi & Sarajärvi 2018). Käytin selaimen etsi-työkalua, jonka avulla pystyin yksitellen etsimään tarinoiden joukosta 18–35-vuotiaiden kirjoittamat verkkotarinat. Kahdessa verkkoaineiston tarinassa nimimerkkinä olivat poika ja tyttö ilman ilmoitettua tarkempaa ikää. Nämä kaksi tarinaa rajasin mukaan analyysiani varten. En halunnut jättää huomioimatta mahdollisuutta, jossa kirjoittajat olisivat oletetusti täysi-ikäisiä. Punnitsin asiaa myös siltä kannalta, että jos nämä kaksi kirjoittajaa olisivatkin alaikäisiä henkilöitä, heillä on oikeus ja mahdollisesti jokinlainen tarve, intressi tai motiivi kertoa tarinoistaan kyseisellä sivustolla. Tämä oletus taas tukee ihmisten etuja ja oikeuksia muun muassa itsemääräämisoikeuteen sekä oikeuteen ilmaista heidän mielipiteitänsä sananvapauden perustuen.

Ensimmäisen rajaukseni jälkeen tarinoita kertyi verkkoaineistosta aineistokseni yhteensä 25 kappaletta. Varsinaiseksi analyysin kohteeksi näistä tarinoista valitsin ne, joissa kuvattiin nettikiusaamisen koettuja vaikutuksia sekä kokemuksia siitä, miten nettikiusaamiseen puututaan ja siihen tulisi puuttua. Etsin tarinoista valitsemaani teorialähtöistä analyysitapaa mukaillen fyysisiä, psyykkisiä, sosiaalisia nettikiusaamisen koettuja vaikutuksia suhteessa kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin sekä lisäksi nettikiusaamisen ennaltaehkäisyyn ja puuttumisen näkökulmia. Lopulta 23 nettikiusaamiseen kytkeytyvää tarinaa soveltui osaksi analyysia.

Aineistosta rajautui pois paljon materiaalia, joka ei ole tutkimukseni suhteen relevanttia. Toki mahdollisia jatkotutkimusaiheita ajatellen aineisto kokonaisuudessaan on rikas.

4.3 Aineiston analyysi

Laadullisessa tutkimuksessa kiinnitetään huomio asioiden yksityiskohtiin pikemminkin kuin yleisluontoisiin jakaumiin. Laadullisen tutkimuksen avulla voidaan vastata esimerkiksi kysymyksiin miksi, miten ja millainen. Sen avulla voidaan saada tietoa erilaisista syy-seuraussuhteista, joita ei voida tarkastella millään tietyillä kokeilla. Tutkimuksen analyysillä tarkoitetaan yksinkertaisuudessaan tutkittavan aineiston erittelyä ja jäsentelyä. Analyysin tarkoituksena on löytää tutkimusaineistosta vastauksia asetettuihin tutkimuskysymyksiin. Laadullisessa analyysissä ei ole yhtä tiettyä mallia tai kaavaa. Se on kuitenkin aina tarkkaa aineiston lukemista, järjestämistä ja sen erittelyä. Laadullisessa analyysissä tarkastellaan, mitä aineisto sisältää, mitä se kertoo ja millä tavoin tutkimuksen kohteena olevat asiat ilmenevät aineistossa. Laadullisessa analyysissä etsitään vain tutkimuskysymysten kannalta merkityksellisiä asioita. Aineistoa voidaan jäsenellä esimerkiksi yhtäläisyyksien, eroavaisuuksien, luokkien, teemojen ja tyyppien mukaisesti. Jäsentelytapa riippuu valitusta teoreettis-käsitteellisestä viitekehystä ja asetetuista tutkimustehtävistä ja -kysymyksistä. Laadullisen analyysin vaiheet voidaan karkeasti jakaa kolmeen eri vaiheeseen: aineiston tutustumiseen, sen tarkempaan analyysiin sekä aineiston tulkintaan. (Eskola & Suoranta 1998; Alasuutari 2011; Tuomi & Sarajärvi 2018.) Esitin aineistolle analyysin apuvälineenä muun muassa seuraavia kysymyksiä: Kuinka nettikiusaaminen ilmenee? Miksi netissä kiusataan? Ketkä kiusaavat netissä? Minkälaisia koettuja vaikutuksia nettikiusaamisella on suhteessa ihmisten hyvinvointiin? Miten nettikiusaamista voi ennaltaehkäistä? Kuinka paljon ja miten nettikiusaamiseen puututaan? Kenen tulisi puuttua nettikiusaamiseen? Kaikki näistä apukysymyksistä eivät liittyneet varsinaisiin tutkimuskysymyksiini, vaan nämä ovat eräänlaista aineistoa taustoittavaa ja kontekstoivaa tietoa.

Tutkimuskysymyksiini pyrin vastaamaan tutkimuksessani sisällönanalyysin avulla. Tarkemmin sanoen toteutan sisällönanalyysia teemoittelun avulla. Sisällönanalyysi on laadullisen tutkimuksen perusanalyysimenetelmä. Sisällönanalyysi voi itsenäisesti olla yksi metodi, mutta se voi myös olla teoreettinen kehys, joka kytkeytyy erilaisiin analyysitapoihin, kuten

teemoitteluun. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 78.) Tässä tutkimuksessa sisällönanalyysi toimii väljänä teoreettisena kehyksenä, johon teemoittelun analyysimuoto perustuu.

Teemoittelu on laadullisen tutkimuksen analyysimuoto, jossa painotetaan, mitä mistäkin tietyistä teemasta aineistossa kerrotaan. Teemoittelun avulla aineistoa voidaan jakaa erilaisten aihepiirien mukaan. Tämä mahdollistaa sen, että tutkimuksessa voidaan myös vertailla erilaisten teemojen esiintyvyyttä aineistossa. Teemat ovat aineiston sisältämiä aiheita. (Mt., 78.) Omassa tutkimuksessani aineiston pääteemoja ovat nettikiusaamisen koetut vaikutukset ja siihen puuttuminen. Molemmat näistä pääteemasta jakaantuvat pienempiin alateemoihinsa. Alateemoja ovat fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen sekä ennaltaehkäisy ja puuttuminen. Analyysiprosessissa alateemat jakautuivat vielä pienempiin alateemoihinsa (ks. *Kuva 1*). Monet nettikiusaamiseen kytkeytyvistä yksittäisistä tarinoista olivat sen verran laajasti ja yksityiskohtaisesti kirjoitettu, että ne soveltuivat valitun analyysimenetelmän mukaisesti useamman alateeman alle.

Teemoittelu omaa hermeneuttisen tiedonintressin. Tieteenfilosofisesti siis pyrin kuvailemaan ja ymmärtämään. Hermeneuttinen tiedonintressi on yleistä laadullisissa tutkimuksissa ja nimenomaisesti analyysimuodoissa, joissa pilkotaan aineistoa erilaisiin joukkoihin. Hermeneuttinen tiedonintressi keskittyy muun muassa kysymyksiin mitä, mikä, millainen, miten ja kuinka paljon. (Kakkuri-Knuutila & Heinlahti 2006.) Tutkimuskysymyksiin vastataan analyysissa saatujen tulosten pohjalta omin sanoin tulokset esittäen ja tulkiten. Sitaatit pätevöittävät ja havainnollistavat analyysia ja tutkijan tulkintoja. Sitaattien avulla teemoittelussa havainnollistetaan teemoja ja niiden avulla jaetaan lukijalle perusteluja siitä, mihin tutkimuksen tulokset pohjautuvat. (Kallinen & Kinnunen 2021.)

Sovellan tutkimuksessani sekä teorialähtöistä eli deduktiivista että aineistolähtöistä eli induktiivista analyysia. Deduktiivinen teorialähtöinen analyysimuoto laadullisessa analyysissa tarkoittaa tulkintaa, jossa yleisistä käsityksistä, tässä yhteydessä nettikiusaamisen koetuista vaikutuksista hyvinvointiin, tehdään tulkintaa edeten yksittäisiin havaintoihin. Teorialähtöinen analyysi on laadullisen tutkimuksen yksi perinteisimmistä analyysimalleista. Teorialähtöinen analyysi perustuu jonkin tietyn teorian selittämään ajattelutapaan. Tässä tutkimuksessani analyysi perustuu ensimmäiseen tutkimuskysymyksen vastaamisen osalta kokonaisvaltaiseen (fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen) hyvinvointiin ja se määrittelee muun muassa tutkittavat kohteet sekä niiden käsitteet. Aineiston analyysin taustalla on siis jo aikaisemmin valmis luotu tieto(teoria). (Tuomi & Sarajärvi 2018, 80; ks. myös Ronkainen ym. 2011.)

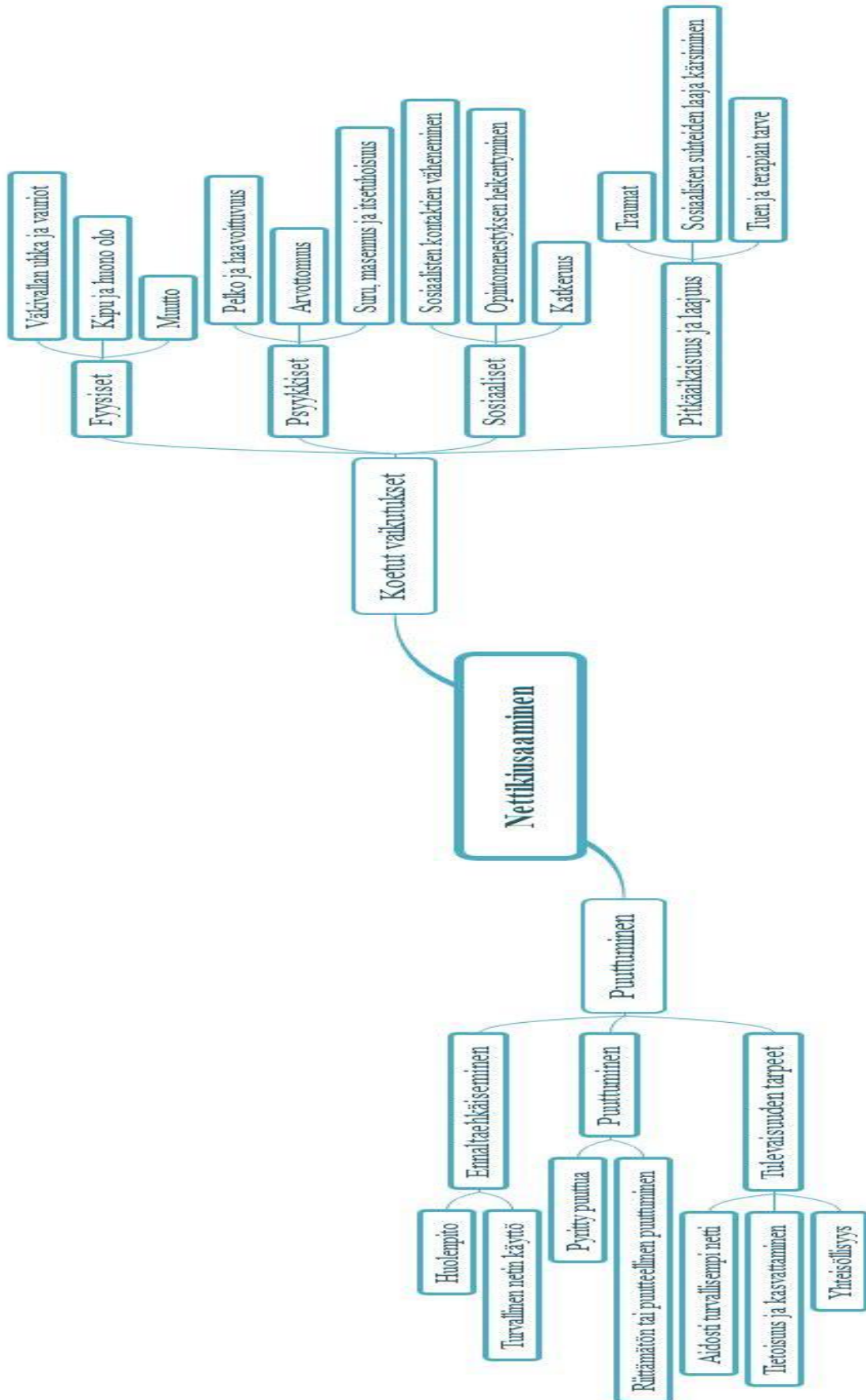
Aineiston analyysissäni on mukana myös aineistolähtöistä analyysia, kun tarkastelen nettikiusaamiseen kytkeytyviä kokemuksia siihen puuttumisesta ilman, että analyysini tältä osin perustuu suoraan mihinkään teoriaan tai teoreettiseen malliin. Esimerkiksi temaattinen analyysi on yksi aineistolähtöisen analyysin tapa. Sen avulla voidaan identifioida, analysoida ja raportoida erilaisia malleja (teemoja) aineistosta esimerkiksi teemakarttojen avulla (Braun & Clarke 2006, 6, 39–41). Vaikka tutkimukseni sisältää myös aineistolähtöisen analyysin piirteitä, koen ja katson aineistoani suurelta osin teorialähtöisesti. Nämä eivät rajaa toisiaan pois, sillä tutkimus voi sisältää kumpaakin analyysin lähestymistapaa (Tuomi & Sarajärvi 2018, 80).

Konkreettisesti analyysini alkoi aineistoon tutustumisella. Luin aineistoni useampaan kertaan läpi tehden samalla muistiinpanoja siitä, mitkä asiakokonaisuudet toistuivat aineistossa. Tarkempi analyysi alkoi siitä, kun kirjoitin pääteemat, nettikiusaamisen koetut vaikutukset ja nettikiusaamiseen puuttuminen, ylös ja aloin yhdistellä aineistosta tekemiäni havaintoja tietyn teeman alle yhtenäisyyksien muodossa. (Braun & Clarke 2006, 16–20.) Teoreettis-käsitteellinen valintani ohjasi koettujen vaikutusten alateemojen muodostumista sen fyysisiin, psyykkisiin ja sosiaalisiin koettuihin vaikutuksiin. Aineisto ohjasi taas pitkälti puuttumisen pääteeman alateemojen muodostumista. Niistä muodostuivat ennaltaehkäisy, puuttuminen ja tulevaisuuden tarpeet. Toisaalta aineisto ohjasi myös koettujen vaikutusten pääteemaan uuden alateeman, nettikiusaamisen koettujen vaikutusten pitkäaikaisuus ja laajuus. Tämä kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ulottuvuuksien täydentäminen yhdellä alateemalla oli tietyllä tapaa hypoteesien testaamista, joka on tyypillistä laadullisessa tutkimuksessa. Kaikki alateemat jakoutuivat vielä pienempiin alateemoihinsa. (Alasuutari 2011, 204–213.) Tämän jälkeen tein kartoitus- ja aivoriihiohjelmalla kuvion visuaaliseksi työkaluksi ja tutkimustulosten hahmottamisen helpottamiseksi (*ks. Kuva 1*). Tulokset ovat analyysimenetelmän mukaisesti muotoiltu kuvioon teemoittain.

Teemojen muodostamisen jälkeen etenin analyysiprosessissani aineiston tulkintaan. Tämä analyysiprosessin vaihe oli yllättävän yksinkertaista sen jälkeen, kun olin saanut muodostettua teemakartan. Aineiston tulkintavaiheessa alateemat selkiytyivät viimeiseen asetelmaansa ja muotoonsa (Braun & Clarke 2006, 20–22). Niin teoria kuin aineisto ohjasivat vahvasti tätä analyysivaihetta. Aineiston tulkintavaihe oli kestoaltaan analyysiprosessini vaiheista pisin ja aikaa vievin.

Teemojen muodostamisen lisäksi olen tarkastellut aineistostani teemojen esiintymistiheyttä (Puusa 2020, 149–150). Muodostin taulukot teemojen esiintymistiheyden mukaan (ks. *Taulukko 1; Taulukko 2*). Taulukoissa näkyvät sekä yksittäisten pääteemojen että alateemojen yhteenlaskettu esiintymistiheys aineistossa. Taulukoiden käsite ”kpl” edustaa yhtä nettikiusaamiseen kytkeytyvää tarinaa. Teemojen esiintymistiheyden tarkastelu voi antaa syvällisemmän kuvan tutkimukseni lukijalle siitä, mitä aineistoni konkreettisesti sisältää ja siitä, mitä asioita tarinoiden kirjoittajat painottavat tarinoissaan suhteessa nettikiusaamisen koettuihin vaikutuksiin ja siihen puuttumiseen.

Laadullinen tutkimus on luonteeltaan itseohjautuvaa. Tällä tarkoitan, että laadullinen tutkimus ohjaa itse itseään. Itseohjautuvuus voidaan ajatella käytöksenä, jota motivoi yksilön oma sisäinen motivaatio esimerkiksi hänen arvonsa ja periaatteensa (Sundholm 2000, 13). Tutkimusprosessin varrella saattavat muuttua tutkimuskysymykset, kun tutkijan mielenkiinnon vangitseekin jokin toinen aiheen tarkastelunäkökulma, tutkimusaineisto ei vastaakaan aiemmin asetettuihin tutkimuskysymyksiin tai analyysimenetelmäksi näyttäytyykin jokin toinen menetelmä sopivan paremmin ja tutkimustulosten tulkintoja muokataan näiden kaikkien mukaan. Toisin sanoen tutkija ohjaa itse itseään läpi tutkimusprosessinsa, joka tekee jokaisesta laadullisesta tutkimuksesta ainutlaatuisen. (Alasuutari 2011, 19, 213–216.) Pidän tätä laadullisen tutkimuksen positiivisena ja anteeksiantavana puolena, että tutkimusprosessissa voi palata tarvittaessa aikaisempiin vaiheisiin: niin tutkimuskysymyksiin, teoriaan, analyysimenetelmään kuin tulosten tulkintoihin voi, ja jopa pitää, palata aika ajoin arvioimaan niiden kokonaisvaltaista vastaavuutta ja ”istuvuutta”.



Kuva 1. Teemoittelevan analyysin eteneminen.

Taulukko 1. Nettikiusaamisen koetut vaikutukset: teemojen esiintymistiheys aineistossa.

Koetut vaikutukset			
Yht. 52 kpl			
<u>Fyysiset</u>	<i>Väkivallan uhka ja vauriot</i>	<i>Kipu ja huono olo</i>	<i>Muutto</i>
Yht. 11 kpl	Seitsemän (7) kpl	Kaksi (2) kpl	Kaksi (2) kpl
<u>Psyykkiset</u>	<i>Pelko ja haavoittuvuus</i>	<i>Arvottomuus</i>	<i>Suru, masennus ja itsetuhoisuus</i>
Yht. 21 kpl	Kuusi (6) kpl	Kuusi (6) kpl	Yhdeksän (9) kpl
<u>Sosiaaliset</u>	<i>Sosiaalisten kontaktien väheneminen</i>	<i>Opintomenestyksen heikentyminen</i>	<i>Katkeruus</i>
Yht. kymmenen (10) kpl	Kuusi (6) kpl	Kaksi (2) kpl	Kaksi (2) kpl
<u>Pitkäaikaisuus ja laajuus</u>	<i>Traumat</i>	<i>Sosiaalisten suhteiden laaja kärsiminen</i>	<i>Tuen ja terapian tarve</i>
Yht. kymmenen (10) kpl	Viisi (5) kpl	Kolme (3) kpl	Kaksi (2) kpl

Taulukko 2. Nettikiusaamiseen puuttuminen: teemojen esiintymistiheys aineistossa.

Puuttuminen			
Yht. 27 kpl			
<u>Ennaltaehkäiseminen</u>	<i>Huolenpito</i>	<i>Turvallinen netin käyttö</i>	
Yht. neljä (4) kpl	Kaksi (2) kpl	Kaksi (2) kpl	
<u>Puuttuminen</u>	<i>Pyritty puuttua</i>	<i>Riittämätön tai puutteellinen puuttuminen</i>	
Yht. kahdeksan (8) kpl	Kolme (3) kpl	Viisi (5) kpl	
<u>Tulevaisuuden tarpeet</u>	<i>Aidosti turvallisempi netti</i>	<i>Tietoisuus ja kasvattaminen</i>	<i>Yhteisöllisyys</i>
Yht. 15 kpl	Neljä (4) kpl	Kolme (3) kpl	Kahdeksan (8) kpl

4.4 Tutkimuksen eettiset kysymykset

Tutkimusta tehdessä tulee aina pohtia tutkimuksen eettisyyttä ja sensitiivisyyttä. Ensimmäiseksi tulee pohtia, onko aihe tutkittavissa eettisesti ja kuinka sensitiivinen tutkittava aihe on. Sensitiivisyyden voi ajatella yksinkertaisuudessaan tarkoittavan arkaluonteisuutta. Sensitiiviset aiheet ovat jollakin tapaa intiimejä ja henkilökohtaisia niiden kokijalle. (Laitinen 2004, 47.) Sosiaalityössä lähes kaikki aiheet ovat enemmän tai vähemmän sensitiivisiä. Voimakkaasti sensitiivisenä aiheena voi pitää esimerkiksi lasten seksuaalista hyväksikäyttöä tai raskaana olevien naisten huumeiden käyttöä. Aiheen sensitiivisyys ei tarkoita, etteikö aihetta tulisi lainkaan tutkia, mutta se vaatii eettisiä pohdintoja tarkemmin (esim. Kuula 2011, 136). Kaikkia aiheita tulee uskaltaa tarkastella, jotta niille saadaan näkyvyyttä, lisätään tietoisuutta ja ymmärrystä sekä edistetään ihmisten kokonaisvaltaista hyvinvointia näiden kautta. Tarkastelu tulee kuitenkin tehdä eettisesti hyväksyttävällä tavalla.

Etiikka voidaan käsittää ajatuksiksi siitä, mikä on hyvää ja pahaa (esim. Tieteen termipankki 2021). Eettinen ajattelu on olennainen osa tutkimusta. Se on kykyä miettiä sekä henkilökohtaisten että yhteisön arvojen kautta, että mikä on tietyissä (tutkimus)tilanteissa oikein ja väärin. Tutkimuseettisesti oikein on esimerkiksi hyvä tieteellinen käytäntö ja väärin on plagiointi. (Kuula 2011, 21, 29.)

Pohdin tutkimusprosessini aluksi tätä eettisyyden ja sensitiivisyyden näkökulmaa, tuoko tutkimukseni aihe ilmiötä aidosti näkyväksi ja tätä kautta oikeutta nettikiusatuille. Globaali ja anonyymi aineisto auttoi näissä pohdinnoissani. Tutkimusaiheen ollessa tutkittaville läheinen voi netin kautta saavuttaa hyvin tutkittavia (Mt., 159). Uskon, että ilmiön esille tuominen voi tuoda ihmisille kehitystä heidän elämiinsä ja elämänlaatuunsa. Onhan meillä sosiaalityön ammattilaisina, ja tässä tapauksessa myös tutkijoina, yhteiskunnallinen vastuu tuottaa tietoa, jonka tavoitteena on ylläpitää ja edistää kaikkien perus- ja ihmisoikeuksia. (Pohjola 2016; ks. myös Hautala 2021.)

Pohdin jo tutkimukseni suunnitteluvaiheessa omaa asemaani suhteessa tutkimuksen tekemisen eri vaiheisiin, sen aiheeseen ja kohderyhmään. Olin aiemmin tarkastellut tutkimukseni aihetta kandidaatintutkielmassa. Tein tutkimusprosessin alkuvaiheessa jo tietoisin valinnan, että lähdän liikkeelle kuin aihe olisi itselleni täysin uusi. Tarkastelin esimerkiksi tuttuja materiaaleja ja niiden tekstejä kriittisesti sekä niitä voimakkaasti kyseenalaistaen. Välillä tämä tuntui jokseenkin huvittavalta, mutta toisaalta ymmärsin sen tarpeellisuuden tutkimuksen

eettisyyden näkökannalta. Tutkijan tulee olla tietoinen siitä, että hänen oma sukupuolensa, ikänsä, uskontonsa, poliittinen asenteensa, kansalaisuutensa, virka-asemansa ynnä muut tällaiset piirteet voivat vaikuttaa siihen, mitä hän erityisesti havainnoi ja kuulee aineistosta (Tuomi & Sarajärvi 2018, 118). Näitä pohdintoja ja merkityksiä tulee avata tutkimusraportissa, jotta tieto olisi hyvää tiedettä.

Aineistoni on verkkoaineiston muodossa olevaa somedataa ja se sisältää kaikenikäisten, myös alaikäisten, tarinoita liittyen nettikiusaamiseen. Ensimmäinen käytännön haaste tutkimusaiheen eettisyyden ja sensitiivisyyden alkupohdinnan jälkeen oli itse somedata tutkimuskohteena. Olin erittäin innoissani ja varma aineistostani suhteessa tutkimuskysymyksiini heti, kun se tuli eteeni. Tästä syystä en luopunut missään vaiheessa aineistoni ajatuksesta. Sen käyttö vaati kuitenkin tarkkaa selvittelyä. Heti aluksi tutkin ja tarkastelin sivustoa, jossa aineisto sijaitsee. Huomasin pian, että sivuston ovat perustaneet ja sitä ylläpitävät ammattitutkijat. Se sisältää myös paljon tieteellisiä julkaisuja. Tämän jälkeen perehdyin tarkemmin yleisesti netin yhteisösääntöihin ja eri palvelimien palvelu- sekä käyttöehtoihin. Sen jälkeen, kun en näistä löytänyt estettä aineiston käytölle tutkimuksessani, otin yhteyttä Nettikiusaamisen tutkimuskeskuksen perustajiin ja ylläpitäjiin. Kysyin heiltä, että tarvitseeko minun hakea erikseen tutkimuslupaa tai onko mitään muita seikkoja, joita minun tulee ottaa huomioon. Sain heiltä luvan aineiston käyttöön; sähköpostiketju tästä löytyy liitteistä (*ks. Liite I*).

Vain jos tutkimus on noudattanut hyvän tieteellisen käytännön periaatteita, se voi olla eettisesti hyväksyttävä ja luotettava. Samoin sen tulokset voivat olla näin uskottavia. Hyvän tieteellisen käytännön keskeiset periaatteet ovat, että tutkimus on toteutettu rehellisesti, huolellisesti ja tarkasti. Tämä kattaa itse tutkimustyön, tulosten tallentamisen, niiden esittämisen ja arvioinnin. Tärkeänä seikkana on, että työn lähdeviittaukset ovat tehty oikein. Tutkimus on toteutettu eettisesti kestävästä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiensä suhteen. Tutkimuksen tulee toteuttaa tieteellisen tietoon kuuluvaa avoimuutta ja vastuullista tiedeviestintää. Hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti tutkimuksessa kertyneet tietoaineistot tallennetaan tieteellisen tiedon asetettujen vaateiden edellyttämällä tavalla. Joskus tutkimus tarvitsee erilliset tutkimusluvut ja eettiset ennakoarvioinnit. Hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti näiden tulee olla tehtynä ennen kuin tutkimusta aloitetaan ja aineistoa aletaan keräämään. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6; ks. myös Kuula 2011, 35; Tuomi & Sarajärvi 2018, 109.) Näitä kaikkia periaatteita olen tietoisesti pyrkinyt tarkasti toteuttamaan

läpi tutkimusprosessini. Tarvetta eettiseen ennakoarvointiin ei ollut (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019).

Toinen kohtaamani käytännön haaste liittyi siihen, että aineisto sisältää alaikäisten tarinoita. Sivusto ilmoittaa, että kaikkia heille lähetettyjä tarinoita ja kuvakaappauksia voidaan käyttää tosielämän esimerkkeinä tieteellisissä julkaisuissa, kuten kirjoissa ja esitelmissä. Vaikka sivusto on informoinut, että julkaisuja voidaan käyttää tutkimuksiin (tutkimuslupa), esimerkiksi alaikäiset eivät tarvitse erillistä huoltajansa lupaa julkaista sivustolla tarinoitansa (Cyberbullying Research Center 2021b; ks. Liite 2). Netin käytölle ei ole yleisesti mitään määrittänyttä ikärajaa. Jokainen netin sivusto, kanava, yritys, sovellus tai alusta voivat itse määrittellä omissa palveluissaan vaadittavat ikäraajat niiden käytölle. Monilla netin sivustoilla, kanavilla, yrityksillä, sovelluksilla ja alustoilla on ikäsuosituksinaan (tai -rajoituksinaan) 13 vuotta. Tällaisia palveluita ovat esimerkiksi Facebook, Instagram ja Snapchat. (Facebook 2021; Instagram 2021; Virgin Media 2021.) Tässä kohtaa voi eettisesti pohtia, että alaikäisen huoltaja olisi mahdollisesti voinut kieltää alaikäistä lasta tai nuorta kirjoittamasta tarinaa sivustolle, jos hän olisi ollut tietoinen, että aineistoa voidaan käyttää osana tieteellistä julkaisua tai tutkimusta. Toisaalta eettisessä pohdinnassa on se toinen puoli, että lapsella ja nuorella on oikeus ilmaista omat mielipiteensä, joka on ihmisoikeudellisesti vahva arvo ja periaate (Suomen UNICEF 2021, 11–12). Näissä pohdinnoissa tulisi edetä mandaatilla, että lapsen ja nuoren oma etu menee kaiken muun edelle. Tutkimukseni tavoitteena on lisätä ymmärrystä nettikiusaamisen koettuihin vaikutuksiin suhteessa ihmisten hyvinvointiin sekä nettikiusaamiseen puuttumiseen. Perusoletus siitä, että tieto lisää ymmärrystä ja ymmärrys taas lisää hyvinvointia puoltaa tältä kannalta sitä, että nuoret tutkimuskohderyhmänä olisivat voineet olla mahdollinen.

Tutkimuksessa tutkittavien fyysiseen koskemattomuuteen ei saa puuttua tai aiheuttaa heille poikkeuksellisen voimakkaita ärsykeitä verkkoaineiston avulla. Normaalin arkielämän rajat ylittävää henkistä haittaa tai muuta turvallisuusuhkaa en arviointieni perusteella aiheuta kellekään tutkimuksen osapuolelle. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019; ks. myös Lapin yliopisto 2021.) Tätä arviointiani tukee informaatio siitä, että aineisto on maailmanlaajuinen, se on täysin anonymisoitu ja kaikille julkisesti saatavilla. Vaikka aineisto sisältää taustamuuttujina esimerkiksi sukupuolen, iän ja asuinmaan, vastaajajakauma on erittäin laaja. Tutkijana minulla on muutenkin yleinen vastuu suojella ihmisten intimitietin suoja. Intimitietin suoja on yksinkertaisuudessaan ihmisten yksityiselämän suoja (Rosqvist 2003). Päädyin aineiston suhteen eettisten pohdintojeni kautta ratkaisuun, jossa en lähtenyt

vaihtamaan tutkimusaiheeseeni täysin sopivaa aineistoa, mutta tarkastelen tutkittavaa aihetta täysi-ikäisten nettikiusaamiseen kytkeytyvien verkkotarinoiden kautta. Tämän ratkaisun avulla tutkimukseni eettinen taakka keveni huomattavasti.

Pidän kriittisyyttä ja asioiden kyseenalaistamista osana eettistä pohdintaa. Tutkimukseni aineiston suhteen minun tuli tarkastella sitä kriittisesti. Kuten olen aiemmin maininnut tutkimuksessani, aineisto on kansainvälinen. Sillä on hyvät puolensa, mutta se voi omata myös omat kompastuskivensä. Esimerkiksi, onko aineisto sovellettavissa Suomeen? Tätä asiaa pohtiessani mietin somekiusaamista, sen koettuja vaikutuksia sekä sen ennaltaehkäisyn ja puuttumisen konteksteja. Ilmiö ja sen koetut vaikutukset ovat samankaltaisia maasta riippumatta. Toki tulee muistaa fakta, että esimerkiksi ihmisen oma luonne ja persoona sekä kulttuuri, jossa hän elää ja on, vaikuttavat siihen, miten kukanenkin kokee tietyt asiat. (esim. Jadhav ym. 2001). Yksilölliset tekijät eivät kuitenkaan vähennä nettikiusaamisen koettuja negatiivisia vaikutuksia ihmisten kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille. Lisäksi sen ennaltaehkäisyn ja puuttumisen keinot soveltuvat käytettäväksi ympäri maailman, sillä nettikiusaamisen ilmiö on globaali.

Verkkoaineisto on helposti kaikille saatavissa. Tämä seikka voi olla positiivinen ja mahdollistava, sillä kaikilla on tasa-arvoinen pääsy tietoon. Sillä voi olla myös toinen puolensa siitä näkökulmasta, onko tieto kuinka autenttista. Kuka tahansa voi kirjoittaa, ja melkein mitä tahansa, netissä. Vaikka verkkotarinat menevätkin aineistosivuston perustajien ja ylläpitäjien kautta julkaistavaksi, osa tarinoista voi sisältää esimerkiksi valheellista tietoa. Tuhan-sien tarinoiden joukossa onkin todennäköistä, että tätä esiintyy. Aineiston laajuus kuitenkin auttaa myös siinä, että mahdollisten valheellisten tai seipitettyjen, tutkimustuloksiin väärentävästi vaikuttavien tarinoiden määrä ei todennäköisesti ole merkityksellinen. Uskon myös, että aiheen sensitiivisyys vähentää valheellisten tarinoiden osuutta ja lisää tutkittavan aiheen autenttisuutta sekä tulosten toistettavuutta.

Verkkoaineiston kriittistä tarkastelua tulee tehdä myös siitä syystä, että en voi tietää, miten ja mitkä nettikiusaamiseen kytkeytyvät tarinat Nettikiusaamisen tutkimuskeskuksen ylläpitäjät ovat valinneet julkaistaviksi. Lisäksi tarinoita analysoitaessa on aina otettava huomioon myös se seikka, että ne voivat olla jollain tapaa tiedostaen tai tiedostamatta niin sanotusti väritettyjä ja niiden kertojalla on yleensä jokin tarkoitus, intressi, kertomisensa takana. Ihmisten yleistä tutkimuksiin osallistumista tai osallistumattomuutta ei voida yksiselitteisesti selittää. Voi kuitenkin olettaa, että verkkotarinat ovat vapaaehtoisuuteen perustuvia ja nämä

tarinat jollain tapaa koskettavat tutkittavien arkea ja elämää. Tällainen oletus nojaa toiseen olettamukseen siitä, että ihmiset, jotka eivät halua asioitaan käsiteltävän, eivät niitä myöskään jaa esimerkiksi netissä. (Kuula 2011, 138, 158.) Eettisestä näkökulmasta eri osapuolten motiivien tarkastelua tulee tehdä tutkimusprosessin alusta loppuun saakka.

Eettistä pohdintaa tulee siis toteuttaa läpi koko tutkimuksen, myös tulosten tulkinnan vaiheessa. Tulosten tulkinnassa tulee olla tarkkana, mitä sanoja ja ilmaisuja sekä käsitteitä ja termejä käyttää. Jotkin niistä voivat sisältää esimerkiksi erilaisia arvolatauksia. Otetaan yksi henkilökohtaisista lempiaiheista havainnollistamaan asiaa: sana ”normaali”. Miten sana normaali määritellään? Tähän ei ole olemassa yhtä ja ainoaa oikeaa vastausta, sillä normaalius on subjektiivista, kaikille yksilöille hieman erilaista tarkoittava. Tässä kohtaa neutraalimpi sana- ja käsitevalinta voisi esimerkiksi olla ”tyypillinen”. Tulosten tulkinnassa tulee olla siis erityisen tarkka, jotta ei tule tulkinneeksi väärin tutkimuksen tuloksia aukkoja sisältävien sanojen, ilmaisujen, termien tai käsitteiden takia. Ottaen huomioon sen, että aineistoni on kansainvälinen (englanninkielinen), sitä suomentaessa tulee kiinnittää erityistä huomiota kieliasuun ja -valintoihin. Tätä pystyin edesauttamaan siten, että luin kirjoittamani tekstit useampaan kertaan läpi. Muokkasin, korjasin ja poistin tekstiä tarvittaessa. Myös ohjausprosessiin sisältynyt toisten ihmisten apu ja tuki oli tässä kohtaa paikallaan, sillä usein omalle tekstille sokaistuu. Pääasia on, että tutkimukseni sisältää sen lukijoille tarpeeksi tietoa, kuvailua, analyysia ja niiden selkeitä perusteluja (Ronkainen ym. 2011). Tutkimuksen eettisyyttä, luotettavuutta ja pätevyyttä lisää omalta osaltaan se, että tutkimusta esitellään sen eri vaiheissa tutkielmaseminaareissa, se käy plagioinnintunnistusohjelman läpi, se viedään arvioitavaksi yliopiston tiedekuntaneuvostoon ja se julkaistaan kaikille avoimesti.

Esi oletukseni oli, että nettikiusaaminen vaikuttaa kokonaisvaltaisen vahingollisesti nuoriin aikuisiin. Itselläni on luontainen halu auttaa ja vähentää yhteiskunnissa esiintyviä epäoikeudenmukaisuuksia sosiaalityön arvojen ja periaatteiden mukaisesti. Tutkimusta tehdessä tulee pitää kuitenkin koko ajan mielessä se, että omat kokemukset ja mieltymykset eivät pääse vaikuttamaan tulosten tulkintaan väärentävästi. Omat kokemukset ja käsitykset tuleekin tunnistaa tutkimuksen aihetta valitessa, jotta tutkimuksen tekemiseen on motivaatiota ja sitoutumista, mutta ne eivät saa kulkea mukana tutkimuksen tuloksiin siten, että niitä analysoitaisiin ja tulkittaisiin tiedostetusti tai tiedostamatta väärin. Tämä ei ole eikä toteuta hyvää tieteellistä käytäntöä tai tutkimusta.

5 Kokemukset nettikiusaamisen vaikutuksesta hyvinvointiin

5.1 Fyysiset vaikutukset

Fyysisyys liitetään useimmiten ihmisen näkyvään olemukseen. Fyysisyys on se piirre ihmisessä, jonka muut näkevät ulospäin. Se voi kertoa ihmisen kunnosta. Fyysisyys voi kuitenkin olla myös muille näkymätöntä hyvinvoinnin osa-alueetta. Muun muassa erilaiset sairaudet voivat vaikuttaa ihmisen fyysiseen hyvinvointiin, mutta kaikki näistä sairauksista eivät näy muille (esim. Teräsahjo 2020).

Tutkimukseni aineistossa nettikiusaamisella koettiin olevan jonkin verran vaikutuksia fyysiseen hyvinvointiin, vaikkakin fyysiseen hyvinvointiin liittyviä vaikutuksia kuvattiin vähemmän kuin psyykkisiä. Nettikiusaamiseen kytkeytyviä fyysisiä vaikutuksia ei ehkä kuvailla tarinoissa niin paljoa, koska niitä ei ole tunnistettu tai ne ovat olleet vähäisempiä verrattuna muilla hyvinvoinnin osa-alueilla koettuihin vaikutuksiin. Voi myös olla, että kun ihmisen yksi hyvinvoinnin osa-alue horjuu, se vaikuttaa väistämättä toiseen hyvinvoinnin osa-alueeseen, mutta näiden eri osa-alueiden vaikutuksia ei osata kuvata sen yksityiskohtaisemmin. Kuten aineisto osoittaa, koetut fyysiset vaikutukset ovat yhteydessä myös psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin. Aineistossa kuvattiin nettikiusaamisen koettuja fyysisiä vaikutuksia alateemoinen yhteensä 11 verkkotarinessa, joista kaksi kytkeytyi useampaan alateemaan (ks. *Taulukko 1*). Fyysisten koettujen vaikutusten pääteemaa aineistossa kuvastavat seuraavat alateemat: väkivallan uhka ja vauriot, kipu ja huono olo sekä muutto.

Väkivallan uhka ja vauriot

Aineistoni perusteella nettikiusaamisen koettuja fyysisiä vaikutuksia ovat väkivallan uhka ja itse kiusaamisesta aiheutuneet erilaiset fyysiset vauriot, joista on seurannut nettikiusaamista tai jotka ovat siihen muutoin kytköksissä. Väkivallan uhan ja vaurioiden alateemaan pystyi linkittämään yhteensä seitsemän eri verkkotarinaa. Vaurioilla tarkoitetaan tässä asiayhteydessä henkilöön tai hänen omaisuuteensa kohdistuvaa haittaa.

”- - Nettikiusaamisen lisäksi minua uhkailtiin fyysisellä väkivallalla ja kotini sekä autoni peitettiin kananmunilla.” (18-vuotias tyttö)

Aineistoni sisälsi useita kertomuksia väkivallan uhan kokemuksista suhteessa nettikiusaamiseen. Seuraavassa aineisto-otteessa kirjoittaja kuvaa joutuneensa muiden ihmisten uhkailun kohteeksi etnisen taustansa vuoksi. Uhkailu kohdistuu jopa kiusaamisen kohteeksi joutuneen henkeen. Tätä kuvastaa toinen aineistositaatti, jossa huomionarvoista on myös se, että netissä tapahtuva fyysisen väkivallan uhkaa sisältävä kiusaaminen, jopa kuolemalla uhkailu, on kirjoittajan kertomana seurausta erilaisista valheista ja väärinymmärryksistä.

”- - koulussa olin yksi harvoista kaukaasialaisista lapsista. Minua kiusattiin tämän vuoksi. Ihmiset yrittivät jatkuvasti määrällä ja uhkailla minua. - -” (18-vuotias tyttö)

”Olin kävelemässä koulusta kotiin, kun sain tekstiviestin, jossa luki, että ”odota huomiseen ämmä, tulet kuolemaan”. Kun pääsin kotiin, kysyin, että mikä on hätänä. Hän [serkkuni tyttöystävä] kertoi minulle, että hän oli kuullut, että minä olin kertonut serkulleni, joka on hänen poikaystävänsä, että hän pettää serkkuaani (mikä oli vale). Yritin kohdata hänet, mutta epäonnistuin ja sain uhkaavia viestejä. - -” (18-vuotias tyttö)

Vuonna 2017 Suomessa tilastoiduista lähi- ja parisuhdeväkivaltaan liittyvistä rikoksista yli 15 prosenttia oli laittomia uhkauksia (Suomen virallinen tilasto (SVT) 2021b). Edellisestä aineistositaatista käy ilmi, että väkivallan uhka ja sen tuomat vaikutukset voivat olla hyvinvoinnille huomattavia. Hengen riistämällä uhkailu rikkoo täysin tuntemukset ja kokemukset perusturvallisuudesta, joka on yksi hyvän elämän peruspilareista (esim. Sisäministeriö 2017). Suomessa hengen riistämällä uhkailu on lisäksi rikoslain nojalla tuomittavaa toimintaa ja täyttää laittoman uhkauksen kriteerit. Laittoman uhkauksen kriteerit täyttyvät, koska nettikiusatulla on perusteltu syy pelätä oman tai toisen henkilön henkilökohtaisen turvallisuuden puolesta. (Rikoslaki 21.4.1995/578 §7.) Vastaanotettu kirjoitettu tai puhuttu viesti väkivallalla uhkailusta on perusteltu syy tähän.

Netissä koettuun väkivallan uhkaan liittyi aineistossa myös seksuaalisen väkivallan tai sillä uhkailemisen muotoja sekä itse uhrin uhkailemisen lisäksi hänelle läheisiin kohdistuvaa uhkaa, kuten seuraavassa aineisto-otteessa nuori nainen asiaa kuvaa:

”Kun olin 13[-vuotias], sain anonyymeja puhelinsoittoja puhelimeeni koulupäivän aikana sekä sen jälkeen joiltain pojilta, jotka olivat Espanjan tunnillani. He uhkailivat raiskata, kidnapata, tappaa minut ja koirani. - -” (18-vuotias tyttö)

Fyysistä väkivaltaa onkin perinteisesti tarkasteltu sukupuolittuneena. Tätä voi tarkastella myös tilastojen valossa: yksi neljästä naisesta Englannissa ja Walesissa kokee väkivaltaa elämänsä aikana (Office for National Statistics 2017). Suomessa suurimmassa osassa viranomaisille ilmoitetuista hyväksikäyttörikoksista tekijänä on ollut miespuoleinen henkilö ja uhrina naispuoleinen henkilö (Laitinen 2004, 19). Omassa, tuoreita kokemuksia

ilmentävässä, aineistossani kerrottiin myös perinteisistä käsityksistä poiketen, miten tytötkin voivat kohdistaa fyysisen väkivallan uhkaa poikiin.

”Eräs kerta yksi tyttö, joka oli paljon suurempi kuin minä, sai minut itkemään, kun puhuin hänen kanssaan netissä, koska hän kertoi, että jos hän näkisi minut koulussa, hän tunkisi minut [lukko]kaappiin ja, että kukaan ei löytäisi minua pitkään aikaan. - -” (18-vuotias poika)

Useimmissa aineistoni verkkotarinoissa väkivallalla uhkailu oli toteutunut pelkästään nettissä. Fyysisen väkivallan uhka voi kuitenkin joissain nettikiusaamistapauksissa siirtyä aineelliseen ympäröivään maailmaan, jolloin väkivallan uhka on läsnä netin lisäksi fyysisessä ympäristössä ja arjessa. Joidenkin henkilöiden netissä toteuttama kiusaaminen voi aineiston perusteella johtaa myös siihen, että toiset henkilöt ryhtyvät reaali maailmassa fyysisen väkivallan tekoihin. Seuraava sitaatti osoittaa tätä uhkakuvaa konkreettisesti; viestin kirjoittanut nuori nainen on ollessaan vielä alaikäinen joutunut ensin netissä muiden tyttöjen kiusaamaksi ja väkivallalla uhkailemaksi ja tämän seurauksena fyysisessä maailmassa aikuisten miesten vainoamaksi:

”Kun olin 15[-vuotias], lukion ensimmäisellä luokalla, minua kiusattiin netissä ja koulussa. Minusta tuntui, että se tuli kuin tyhjästä. Yhtenä päivänä tyttöjoukko, joita kutsuin ystävikseni, kääntyivät rajusti minua vastaan MySpacessa. He tekivät feikkiprofilin minusta, joka sisälsi puhelinnumeroni ja suoran viestintänimeni. He muokkasivat säädyttömiä seksuaalisia kuvia minusta ja julkaisivat ne tässä profiilissa. Sain puheluita ja minua alkoivat vainoamaan tuntemattomat miehet. Nämä tytöt keksivät seksuaalisia yksityiskohtaisia huhuja minusta, vaikka olin tuona aikana neitsyt. He suoraviestittivät minulle ja kertoivat, että tulen kuolemaan. He olivat tappamassa minut. - -” (22-vuotias tyttö)

Feikkiprofiilien tekijöitä voi kutsua netin terminologiassa catfischeiksi. Ne tarkoittavat epäaitoja, jopa varastettuja, identiteettejä. Yllä olevan tarinan kirjoittajan yksityisyyttä on loukattu, häntä on ahdisteltu ja hän on ollut aidosti sitä mieltä, että nettikiusaajat voivat riistää jopa hänen henkensä. Sama nimimerkki lisää tarinansa loppupuolella, että fyysisen väkivallan uhka ja erilaiset vauriot saivat hänet eristäytymään muusta yhteiskunnasta. Tällöin nettikiusaamisen vaikutukset fyysisen hyvinvointiin johtavat samalla vaikutuksiin myös sosiaalisen hyvinvoinnin alueella.

”- - Minusta tuli erakko, oman kotini vanki. - -” (22-vuotias tyttö)

Netissä tapahtuva kiusaaminen on monimuotoista. Netin käyttöön liittyvä tavanomainen tilanne voi myös yllättäen muuttua kiusaamiseksi. Seuraava lainaus aineistosta antaa yhden esimerkin siitä, kuinka fyysiset vauriot ovat kytköksissä nettikiusaamisen koettuihin vaikutuksiin:

”Minun niin sanottu ”paras ystäväni” ja minä vitsailimme tekemällä feikin musiikkivideon ja kun teimme sitä, hän jekutti minua työntämällä minut vetimeen. Mursin nenäsi aika pahasti ja video [tästä] levisi ympäri kouluni kulovalkean tavoin. Vielä tänä päivänä minusta tehdään pilkkaa ja tästä on kaksi vuotta.” (18-vuotias tyttö)

Yllä oleva aineisto-ote ilmentää, kuinka fyysiset vauriot voivat olla yllättävälläkin tavalla kytköksissä nettikiusaamiseen. Lisäksi aineisto-ote osoittaa, että kokemukset nettikiusaamisen fyysisistä vaikutuksista voivat olla kytköksissä myös nettikiusaamisen sosiaalisiin vaikutuksiin ja että nettikiusaamisen vaikutukset voivat olla pitkäkantoisia sekä laajoja.

Kipu ja huono olo

Aineiston perusteella nuorten aikuisten kokemuksia nettikiusaamisen fyysisistä vaikutuksista ovat väkivallan uhan ja vaurioiden lisäksi erilainen fyysisesti esiintyvä kipu ja huono olo. Kivun ja huonon olon alateemaan pystyi linkittämään kaksi eri verkkotarinaa.

Nimimerkki 33-vuotias mies kertoo, että hän koki nettikiusaamisen aiheuttavan ”kipua”. Hän oli lisäksi itse ajautunut nettikiusaamaan oman nettikiusaamisen uhriksi joutumisensa jälkeen.

”- - Loppujen lopuksi [kiusaaminen] ei tuonut muuta kuin kipua ja se kipu eteni omiin ystäviini ja muihin. - -” (33-vuotias mies)

Vaikka yllä oleva sitaatti ei tuo ilmi tarkemmin, puhutaanko tässä asiayhteydessä nimenomaisesti fyysisestä kivusta, se antaa viitteitä siitä, että nettikiusaaminen on hyvinvoinnille kokonaisvaltaisesti sitä heikentävä tekijä, sillä fyysinen kipu voi muuttua psyykkiseksi huonoksi oloksi tai toisinpäin. Nettikiusaamisen ”kipuna” kuvatut vaikutukset ovat lisäksi edenneet koskemaan tarinan kirjoittajan lähipiiriä, minkä voi osaltaan kytkeä myös sosiaalisiin vaikutuksiin.

Nimimerkki 23-vuotias tyttö kiteyttää nettikiusaamisesta kokemaansa fyysistä huonoa oloa seuraavasti:

”YouTuben nettisivuilla kiusattuna oleminen saa minut voimaan pahoin, koska he voivat julkaista törkeitä kommentteja ja tehdä vihavideoita nöyryyttääkseen sinua - -” (23-vuotias tyttö)

Kyseinen nimimerkki kokee, että nettikiusaaminen on niin kokonaisvaltaista, että sen näkeminen, kuuleminen ja kokeminen saavat hänet voimaan fyysisesti pahoin. Nettikiusaamisen onkin todettu voivan aiheuttaa ilman selitystä syntyneitä fyysisiä vatsa- tai pääkipuja sekä muuta yleistä sairastelua. Tällaisia oireita voidaan kuvailla psykosomaattisiksi

stressioireiksi. Psykosomaattiset stressioireet kumpuavat psyykkisestä kuormituksesta, joka leviää myös fyysisen hyvinvoinnin osa-alueelle. Kiusattujen henkilöiden on todettu omaavan yleisesti huonomman terveyden verrattuna ei-kiusattuihin henkilöihin. (Cowie & Dawn 2008; ks. myös Holmberg-Kalenius 2008, 19.)

Muutto

Koettuihin fyysisiin vaikutuksiin fyysisen muuton alateeman osalta pystyi yhdistämään kaksi verkkotarinaa. Aineiston perusteella nettikiusaaminen voi johtaa siihen, että sen uhri joutuu muuttamaan opiskelupaikkaansa, työpaikkaansa tai jopa asuinpaikkaansa. Tästä viitteitä antaa aineiston eräs sitaatti:

”- - Lukio alkoi ja se [kiusaaminen] pahentui ensimmäisenä vuoteni. Lopetin menemästä kouluun aina, kun vain sain siihen mahdollisuuden. Keskimääräisesti osallistuin [kouluun] ehkä yhden viikon kerrallaan. Tämä paheni sen verran, että minun piti vetäytyä tavallisesta lukiosta ja aloittaa kotikoulu.” (18-vuotias tyttö)

Kyseinen nimimerkki on siis joutunut muuttamaan opiskelupaikkaansa, sillä hän ei nettikiusaamisen johdosta käynyt edellisessä koulussaan. Sama nimimerkki kertoo synkkää tarinaa siitä, että edes hänen fyysinen asuinpaikkansa muuttaminen ei auttanut kiusaamiskierteen katkaisussa – päinvastoin, muuton seurauksena kokemukset kiusaamisesta vain pahentuivat.

”- - Muutin eri kaupunkiin, missä ajattelin asioiden olevan eri lailla, sillä en kuulunut enää vähemmistöön. 8. luokka osoittautui olevan vielä pahempi kuin koulu kotikaupungissani. Muutin getosta esikaupunkiin. Tämä teki minusta vielä suuremmalti ulkopuolisen kuin aiemmin. Minua kiusattiin, määrälliini ja sanallisesti haukuttiin. - -” (18-vuotias tyttö)

Fyysinen muualle muutto on voitu nähdä ainoana vaihtoehtona, jotta kiusaaminen saataisiin päättymään. Nettikiusaamisen vaikutukset voivat seurata silti perässä, mikä kertoo ilmiön suuririskisestä haavoittavuudesta.

”- - Kunhan valmistuin lukiosta, hain yliopistoon kotikaupunkini ulkopuolelle paetakseni. Nyt olen 22-vuotias ja minun pitää edelleen elää näiden julmien tyttöjen [aiheuttamien] vaikutusten kanssa. - -” (22-vuotias tyttö)

Liitin fyysisen muuton alateeman nettikiusaamisen fyysisten koettujen vaikutusten pääteemaan, koska ajattelen muuttamaan joutumisen olevan fyysinen tapahtuma. Muuttaminen kuitenkin vaikuttaa väistämättä myös nettikiusatus sosiaaliseen hyvinvointiin siten, että aiemman asuin- tai opintopaikan sosiaaliset suhteet vähenevät tai ainakin muuttuvat.

Fyysinen muutto voi vaikuttaa lisäksi psyykkiseen hyvinvointiin, jos ihmisen sosiaaliset suhteet vähenevät tai muuten heikentyvät.

5.2 Psyykkiset vaikutukset

Psyykkisyys on laaja osa hyvinvointia. Sen voidaan yksinkertaisimmillaan ajatella olevan osa mieltä ja mielenterveyttä. Laajemmin katsoen psyykkisyys voidaan nähdä ihmisen tajunnallisuutena. Se voi kuvata ihmiselämän mielellisyyttä. Psyykkisyys yhdistetään useimmiten ihmiseen olemassaoloa kokevana olentona. (Rauhala 2005; 2014, 32–36.) Tutkimuksessani tarkastelen psyykkisyyttä pikemminkin laajan, kuin suppean, katsomuksen lävitse. Nettikiusaamisen psyykkisten koettujen vaikutusten teemaa aineistossa kuvastavat seuraavat alateemat: pelko ja haavoittuvuus, arvottomuus sekä suru, masennus ja itsetuhoisuus. Nettikiusaamisen koettuja psyykkisiä vaikutuksia kuvattiin yhteensä 21 verkkotarinnassa, joista kuusi tarinaa liittyi useampaan psyykkisten vaikutusten alateemaan (ks. Taulukko 1).

Pelko ja haavoittuvuus

Aineistoni perusteella nettikiusaamisen koettuja psyykkisiä vaikutuksia ovat pelon ja haavoittuvuuden tuntemukset sekä kokemukset. Näihin pystyi rinnastamaan kuusi eri nettikiusaamiseen kytkeytyvää verkkotarinaa.

”Aina kun olen Facebookissa, pelkään, että käyttäjäni hakkeroidaan enimmäkseen sen faktan takia, että Facebookin sovellus Yoville [nykyään YoWorld] on tehokas menetelmä saavuttaa tietoa ja onnistuneesti hakkeroida Facebook. - -” (18-vuotias tyttö)

Yllä oleva aineisto-ote osoittaa, että nettikiusaamisen riskejä tiedostetaan. On kuitenkin valitettavaa lukea 18-vuotias tyttö-nimimerkin kertomaa tarinaa siitä, että joka kerta kun nettiin menee, siitä syntyy pelon tuntemuksia ja kokemuksia. Pelko voi estää, tai ainakin hidastaa, ihmistä toimimasta tyypilliseen tapansa (Hamarus 2006, 184). Aineistositaatti osoittaa myös, ettei nettiä koeta täysin turvalliseksi ympäristöksi.

Nimimerkki 18-vuotias tyttö kertoo kokeneensa nettikiusaamista, jossa mukana on ollut fyysisen väkivallan uhkaa. Nettikiusaamiseen liittyviä pelon tuntemuksia ja kokemuksia hän kuvaa seuraavasti:

” - Se [nettikiusaaminen] oli kirjaimellisesti yksi pelottavimmista asioista, joita on koskaan tapahtunut minulle - - ” (18-vuotias tyttö)

Yllä oleva aineistositaatti osoittaa nettikiusaamisen koettujen vaikutusten laajuutta ja nettikiusaamisen merkitystä yksittäisen ihmisen elämässä. Pelko ja haavoittuvuus toistuivat useammassa aineiston tarinassa:

”Kiusatuksi tuleminen, niin kasvotusten kuin netissä, voi saada sinut tuntemaan hirveitä [tuntemuksia]. Tiedän, koska se sai minut tuntemaan kauheita. - - ” (18-vuotias tyttö)

”Kun olin todella nuori, noin 4. luokalla, muistan, kun eräs tyttöjoukko teki nettisivun minusta. Siellä oli kuva possusta ja siellä sanottiin, että '[tarinan kirjoittajan nimi] on läski possu ja kaikki vihaavat häntä!'. Olin musertunut, kun tämä tapahtui - - ” (19-vuotias tyttö)

Seuraava tarina osoittaa sekä pelon että haavoittuvuuden tuntemuksia ja kokemuksia, joihin nettikiusaaminen voi johtaa:

”Minua on aiemmin nettikiusattu; se saa sinut tuntemaan pelokkuutta ja haavoittuvuutta. En pitänyt tästä tunteesta yhtään. - - ” (+18-vuotias tyttö)

Nimimerkki 22-vuotias tyttö on kokenut nettikiusaamista ja siihen kytkeytyvää rajua fyysisen väkivallan uhkaa. Hän kertoo tarinassaan tähän liittyvästä pelostaan:

” - Pelkäsin lähteä kodistani, omata ystäviä, vastata puhelimeen. Elin todella pitkään pelossa. - - ” (22-vuotias tyttö)

Psyykkisinä vaikutuksina nettikiusaamisen johdosta voi lisäksi esiintyä uupumusta ja unetomuutta sekä erilaisia painajaisia (Shariff 2010, 38). Viimeisin aineistositaatti kuvastaakin, miten psyykkiset koetut vaikutukset ovat jälleen yhteyksissä muihin hyvinvoinnin osa-alueisiin laaja-alaisesti. Tässä tarinassa pelko on vaikuttanut siihen, että nettikiusattu ei ole uskaltanut poistua kotoaan fyysisesti ja olla kavereidensa kanssa sosiaalisesti. Psyykkisillä vaikutuksilla on siis ollut vaikutusta myös nimimerkin fyysiseen ja sosiaaliseen hyvinvoinnin osa-alueeseen.

Arvottomuus

Tunne omasta arvokkuudesta ja ihmisarvosta on keskeistä hyvinvoinnin kokemiselle (Niemi 2014). Aineistosta käy ilmi, että psyykkisesti koettuja nettikiusaamisen vaikutuksia ovat pelon ja haavoittuvuuden lisäksi erilaiset arvottomuuden tuntemukset ja kokemukset. Muodostin arvottomuudesta oman alateeman, sillä arvottomuuden tuntemukset ja kokemukset voivat olla erittäin haavoittavia ihmisen hyvinvoinnin näkökulmasta. Toki tätä voivat olla myös pelon ja haavoittuvuuden tuntemukset sekä kokemukset, mutta etenin

analyysiprosessissani ja ajattelussani siten, että pelon ja haavoittuvuuden tuntemukset sekä kokemukset voivat edetä arvottomuuteen ja arvottomuus voi edetä vielä syvempään suruun, masennukseen ja jopa itsetuhoisuuteen saakka. Nettikiusaamisen koettuihin psyykkisiin vaikutuksiin arvottomuuden tuntemusten ja kokemusten muodossa pystyi linkittämään kuusi eri tarinaa.

Nimimerkki 18-vuotias tyttö kertoo verkkotarínassaan kokemastaan nettikiusaamisesta ja sen jälkeisestä ajasta.

”- - Luojan kiitos olen valmistunut tähän mennessä, mutta silti se [kiusaaminen] tekee minut surulliseksi ja arvottomaksi. Joskus mietin, että minun pitäisi käydä plastiikkakirurgilla tai värjätä hiukseni, jotta yksikään niistä ääliöistä ei enää koskaan tunnistaisi tai satuttaisi minua uudelleen! Ihan oikeasti.” (18-vuotias tyttö)

Nimimerkin tuntemat arvottomuuden tunteet ja kokemukset ovat johtaneet siihen, että kirjoittaja on miettinyt jopa radikaalia ulkonäkönsä muuttamista, jotta hän ei kokisi kiusaamista enää uudelleen elämänsä aikana. Nettikiusaamisen koetut psyykkiset vaikutukset voivat siis heijastua ihmisen fyysiseen hyvinvoinnin osa-alueeseen suurellakin tavalla. Nettikiusaamisen uhrille voi tulla tunne, ettei hän pääse kiusaajiaan pakoon, siksi nettikiusaamisen uhrin voivat olla valmiita äärimmäisiinkin ratkaisuihin.

Eräs aineiston kirjoittaja kertoo olleensa etniseltä taustaltaan oppilaitoksensa vähemmistöä, jonka takia häntä kiusattiin sekä koulussa että vapaa-ajalla netissä.

”- - Tunsin itseni hirveäksi sen faktan takia, että olen [ihonvärittäni] valkoinen jopa niin paljon, että aloin paheksua itseäni tämän vuoksi. - -” (18-vuotias tyttö)

Nettikiusaaminen voi siis vaikuttaa jopa ihmisen identiteetin ja minäkuvan vääristymiseen sekä itsetunnon alenemiseen, millä voi olla suuri merkitys nuoren tai nuoren aikuisen identiteetin kehittymisen näkökulmasta (Hamarus 2006; 2012; Holmberg-Kalenius 2008). Tätä samaa osoittavat osittain myös aineiston muut tarinat, joissa kirjoittajia nettikiusattiin heidän seksuaalisen suuntautumistensa johdosta:

”- - pahin osuus on se, että minä tosissani vakuutin itselleni, että nämä ihmiset [kiusaajat] olivat oikeassa - -” (18-vuotias tyttö)

”No, juttelin MSN:ssa yhden kerran... Eräs tyttö viestitti minulle sanoen, että olen homo, ruma ja arvoton. Tämä sai minut tuntemaan todella kamalaksi sisältäni... Aivan kuin olisin oikeasti arvoton.” (Tyttö)

Kun on joutunut kokemaan nettikiusaamista pitkäkestoisesti ja kuulemaan satuttavia sanoja tarpeeksi monta kertaa, voi uhri alkaa itsekin uskomaan näihin sanoihin. Tästä voi syntyä syyllisyyden ja häpeän tuntemuksia (esim. Hamarus 2012, 27–32; Mannerheimin

Lastensuojeluliitto 2021a). Aiemmat kaksi aineistositaattia osoittavat, että nettikiusaamisen psyykkisiä koettuja vaikutuksia voivat olla identiteetin tai minäkuvan vääristymisen ja itsetunnon alentumisen myötä erilaiset arvottomuuden tuntemukset ja kokemukset. Nämä tuntemukset ja kokemukset voivat esimerkiksi kasvattaa riskiä liialliseen huomionhakuisuuteen sekä seksuaalisiin paineisiin (Haasio 2013, 60). Nettikiusattu voi pyrkiä kompensoimaan kiusatuksi joutumistaan siten, että hän olisi haluttu ei-halutun sijaan. Tällöin on mahdollista, että nuori aikuinen julkaisee netissä esimerkiksi intiimejä kuvia ja suurella todennäköisyydellä katu myöhemmin näiden laittamista nettiin. Nettiin julkaistaessa on aina olemassa riski, että ladattu materiaali päätyy väärin käsiin.

Arvottomuuden tunteet ja kokemukset näkyivät useissa muissakin verkkoaineistoni tarinoissa, yksilöllisesti hieman eri sanoilla:

”- - Se [kiusaaminen] alensi itsetuntoani ja voin yhä muistaa ne satuttavat sanat, joita minulle sanottiin. - -” (18-vuotias tyttö)

Seuraava tarinan kirjoittaja sanoittaa arvottomuuden tunteitaan ja kokemuksiaan, joita oppilaitoksessa ja netissä tapahtuva kiusaaminen hänessä aiheutti:

”- - Olin todella, todella onneton ja itseluottamukseni oli, ja on edelleen, alentunut. - -” (19-vuotias poika)

Itsetunnon ja itseluottamuksen alentuminen ovat vahvasti kytköksissä nettikiusaamisen koettuihin psyykkisiin vaikutuksiin. Viimeisin aineisto-ote osoittaa lisäksi sitä, että nettikiusaamisen koetut vaikutukset voivat olla kauaskantoisia ja mittavia.

Suru, masennus ja itsetuhoisuus

Raaimmillaan nettikiusaaminen voi johtaa suruun, masennukseen ja itsetuhoisiin ajatuksiin sekä tekoihin (esim. Hamarus 2012, 27–32; ks. myös Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2021a). Myös oman aineistoni perusteella nettikiusaamisen koettuja psyykkisiä vaikutuksia ovat pelon, haavoittuvuuden ja arvottomuuden tuntemusten sekä kokemusten lisäksi monenlaiset surun tunteet, masennus ja itsetuhoisuus. Nettikiusaamisen koettuihin psyykkisiin vaikutuksiin surun, masennuksen ja itsetuhoisuuden muodossa pystyi yhdistämään yhdeksän eri tarinaa. Surun ja masennuksen tunteita esiintyi aineistossa eriasteisina. Itsetuhoisuutta esiintyi ajatuksista konkreettisiin itsemurhayrityksiin saakka.

Nimimerkki 18-vuotias tyttö kertoo verkkotarinaan nettikiusaamisestaan ja siihen kytkeytyvistä toivottomuuden tuntemuksista. Toivottomuuden tunnetta vahvistaa se, etteivät muut puutu kiusaamiseen:

”- - Kun he [kiusaajat] saivat tietää, että minulla on formspring-sivu [anonyymi kysy ja vastaa-foorumi], he käyttivät tätä hyväkseen sanoakseen asioita minusta, jotka koskettivat kotiani ja sitten myös minua henkilönä. Tunsin toivottomuutta ja yliopisto, jossa opiskelen tällä hetkellä, ei tehnyt asialle mitään. Se oli elämäni aallonpohja.” (18-vuotias tyttö)

Toivottomuuden rinnastan tutkimuksessani surun eriasteisiin tuntemuksiin ja kokemuksiin. Suru näkyi aineistoni tarinoissa myös konkreettisesti esimerkiksi itkemisestä kertomisen muodossa. Nettikiusaamiseen kytkeytyviä surun, masennuksen ja itsetuhoisuuden koettuja vaikutuksia kuvastaa seuraava aineisto-ote, jossa tarinan kirjoittajaa oli kiusattu netissä yläasteikäisenä:

”- - Tunsin itseni onnettomaksi koko yläasteen lopun ja vetosin vanhempiini, että saisin vaihtaa koulua, mutta he eivät kuunnelleet. Yritin tehdä itsemurhan useammin kuin yhden keran. Masennus seurasi lukioon - -” (18-vuotias tyttö)

Aineistositaatti antaa viitettä siitä, kuinka nettikiusaamisen koetut psyykkiset vaikutukset ovat kokonaisvaltaisia (esim. Lämsä 2009). Seuraavat aineistositaatit samasta nettikiusaamiseen kytkeytyvästä tarinasta osoittavat, että surun, masennuksen ja itsetuhoisuuden välillä on yhteys:

”- - Muistan, kun olin 3. luokalla, olin masentunut siitä, että minun täytyi mennä kouluun ja kohdata muut lapset, jotka eivät muuta tehneetkään kuin väheksyivät minua. - - Minusta tuli itsetuhoisin siihen mennessä, kun täytin 13 vuotta - -” (18-vuotias tyttö)

Nettikiusaamisen uhrit omaavat suuremman riskin itsensä vahingoittamiselle ja itsetuhoiseen käytökseen verrattuna muihin ei-kiusattuihin henkilöihin (John ym. 2018). Tutkimusten valossa riski on jopa kaksi kertaa suurempi verrattuna ihmisiin, joita ei kiusata netissä (Hinduja & Patchin 2018). Näitä tilastoja näyttäisivät tukevan myös aineistoni nettikiusaamiseen kytkeytyvät tarinat:

”- - se [kiusaaminen] sai minut niin huonoksi ja epävakaaaksi, että olin viiltämässä ranteeni auki - -” (18-vuotias tyttö)

”Minua kiusattiin netissä ja se sai minut tuntemaan, että halusin tappaa itseni. - -” (18-vuotias tyttö)

Seuraavassa aineistositaatissa tarinan kirjoittaja kertoo kokemuksistaan nettikiusaamisen vaikutuksista psyykkiseen hyvinvointiin. Hän kertoo omaavansa itsetuhoisia ajatuksia, mutta hän pyrkii niitä hoitamaan ja pääsemään näin elämässä eteenpäin hyvinvoivana:

” - - Minulla diagnosoitiin vakava masennus [nettikiusaamisen jälkeen] ja minulla on ollut itsetuhoisia ajatuksia, joita käsittelen voidakseni paremmin. - - ” (19-vuotias poika)



Kuva 2. Esimerkki nettikiusaamisesta. Kuva: Juulia Rantahalvari 2021.

Yhdenkään ihmisen ei tulisi missään tilanteessa kuulla tai nähdä sanoja ”*Tapa itsesi.*” (Alastalo 2017, 127; ks. Kuva 2). Tutkimusaineisto osoittaa nettikiusaamisen vaikuttavan vakavan negatiivisesti ihmisten psyykkiseen hyvinvointiin.

Nettikiusaamisen koettuja psyykkisiä vaikutuksia ilmeni aineistossa enemmän verrattuna koettuihin fyysisiin ja sosiaalisiin vaikutuksiin. Tämä voi olla osoitus siitä, että vaikutuksia koetaan eniten juuri psyykkisen hyvinvoinnin osa-alueella. Toisaalta se voi olla myös merkki siitä, että nettikiusaamisen psyykkisistä vaikutuksista on helpompi kertoa kirjoitetuina anonyymeina verkkotarinoina.

5.3 Sosiaaliset vaikutukset

Ihminen on läpikotaisin sosiaalinen olento. Ihmisellä on luontainen tarve kuulua johonkin (ryhmään) tai muihin lajitovereihinsa jonkinlaisen yhteisöllisyyden muodossa (esim. Aro 2011; ks. myös Allardt 1993). Sosiaalisuus voi pitää sisällään vuorovaikutuksen esimerkiksi puheen tai toiminnan kautta. Sosiaalinen vuorovaikutus tapahtuu muun muassa arjessa silloin, kun ihmiset asioivat kaupoissa tai käyvät töissä. Sosiaalista toimintaa on esimerkiksi ihmisten harrastustoiminta. Nettikiusaaminen ulottuu ihmisen sosiaaliseen hyvinvointiin saakka. Sosiaalisten koettujen vaikutusten teemaa aineistossa kuvastavat seuraavat alateemat: sosiaalisten kontaktien väheneminen, opintomenestyksen heikentyminen ja katkeruus. Nettikiusaamisen koettuja sosiaalisia vaikutuksia alateemoineen aineistossa kuvattiin yhteensä kymmenessä tarinassa, joista kolme tarinaa liittyi useampaan alateemaan (ks. *Taulukko 1*).

Sosiaalisten kontaktien väheneminen

Aineistoni antaa viitteitä siitä, että nettikiusaaminen vähentää sosiaalisia kontakteja. Sosiaalisten kontaktien vähenemisestä kerrottiin kuudessa eri tarinassa.

Sosiaaliset kontaktit voivat toteutua muun muassa kotona muiden asuinkumppaneiden, opilaitoksessa sen henkilökunnan ja opiskelukollegoiden tai vapaa-ajalla esimerkiksi harrastusten kautta tuttujen ihmisten kanssa. Seuraava nimimerkki kertoo nettikiusaamisen ajaneen hänet siihen pisteeseen, että hänen täytyi poistaa sosiaalisen median tilinsä. Tämä on oletettavasti vähentänyt tarinan kirjoittajan sosiaalisia kontakteja.

” - muiden opiskelijoiden toteuttama piinaaminen jatkui MySpacessa. Päädyin poistamaan sen ja en luonut toista [tiliä] 8. luokan keskivaiheille saakka ennen kuin jännite laantui hie-man. - - ” (18-vuotias tyttö)

Eräs toinen nimimerkki kertoo kokemastaan nettikiusaamisesta, joka sai hänet välttelemään koulua.

” - - Lopetin menemästä kouluun päivien ajaksi. Keskimääräisesti jätin menemättä kouluun noin kahdeksan, tai enemmän, päivää kuukaudesta. - - ” (18-vuotias tyttö)

Sama nimimerkki jatkoi vielä tarinaansa kuvaten, miten hänen täytyi kiusaamisen seurauksena siirtyä kotikouluun. Tarina antaa viitettä siitä, että nettikiusaamisen koetaan vaikuttavan koulun käymiseen ja opiskeluun liittyvien sosiaalisten kontaktien vähentymiseen. Tämä ei

ole merkityksetöntä, sillä esimerkiksi Suomessa oppivelvollisuusikä on viime vuonna nostettu (Opetushallitus 2021b). Koulutuksen merkitys on siis kasvanut tässä suhteessa. Siksi on erittäin tärkeää, että kouluhyvinvointi pysyy korkeana.

Sosiaalisten kontaktien vähentyminen näkyi myös muissa verkkotarinoissa:

” - Teeskentelin puolitoista viikkoa olevani kipeä, kunnes löysin syvältä sisältäni rohkeuden mennä kouluun. - - ” (18-vuotias poika)

Aineistositaatti osoittaa, että nettikiusaaminen on ajanut nimimerkin 18-vuotias poika vetäytymään kiusaamisen pelossa kotiinsa, jolloin hänen sosiaaliset kontaktinsa väistämättä vähentyvät. Myös toinen aineiston verkkotarina kertoo siitä, että tarinan kirjoittaja haluaisi olla kotikoulun sijaan niin sanotussa normaalissa lukiossa, mutta ei tähän pysty nettikiusaamisensa takia:

”Olen nyt kotikoulussa, koska minua häirittiin niin pahasti sen takia, että olen biseksuaali. Käsittelemme ongelmiani tällä hetkellä, mutta se on silti syvältä, etten voi mennä normaaliin lukioon seksuaalisen suuntautumiseni vuoksi - - ” (18-vuotias tyttö)

”Aina kun puhun suuni puhtaaksi netissä, minua kiusataan siitä. Minulla on monia harrastuksia, joita tykkään jakaa ja tukahdutan tätä heidän [kiusajien] vuoksi. Minun tekee mieli heittää nuo harrastukset pois, koska tätä on tapahtunut siitä lähtien, kun olen alkanut julkaisemaan töitani netissä. Minua kiusataan siitä, miltä näytän ja siitä, mitä tykkään tehdä. Vaikka en ole yhtä hyvä harrastuksessani kuin jotkut toiset ihmiset, se ei tarkoita, että minua tulisi häiritä niin kauan, kunnes luovutan.” (22-vuotias tyttö)

Yllä oleva aineisto-ote osoittaa, että sen kirjoittaja on joutunut nettikiusaamisen vuoksi vähentämään sosiaalista toimintaansa harrastusten muodossa. Nettikiusaaminen voi siis vaikuttaa harrastustoimintaa vähentävästi. Se voi edetä siihen pisteeseen saakka, kuten yllä olevassa aineistositaatissa, että nettikiusattu pohtii harrastustensa päättämistä. Jo aiemmin kirjoittaja oli joutunut kiusaamisen vuoksi vähentämään harrastuksistaan netissä kirjoittamista.

” - Pelkäsin lähteä kodistani, omata ystäviä, vastata puhelimeen. Elin todella pitkään pelossa. Tiesin, että he [kiusajat] haastoivat riitaa ja minä kieltäydyin antamasta sellaista heille, joten poistin kaikki tiedetyt verkkoon kytkeytyvät läsnäoloni ja muutin numeroni. - - ” (22-vuotias tyttö)

Nettikiusaaminen voi johtaa siihen, että ihmisen sosiaaliset kontaktit vähenevät sitä mukaa, kun hän ei uskalla poistua kotoaan. Yllä olevan tarinan kirjoittaja kertoo, että hänen sosiaaliset kontaktinsa vähenivät myös siksi, koska hän pelkäsi omistaa ystäviä tai edes vastata puhelimeensa. Tarinan kirjoittaja joutui tekemään radikaalin päätöksen poistaa olemassaolonsa netistä, joka viittaa siihen, että hänen sosiaaliset kontaktinsa tulevat vähenemään. Nettikiusaamisen sosiaalisiin koettuihin vaikutuksiin voikin siis rinnastaa myös lisääntyneen yksinäisyyden (Hamarus 2012, 27–32; ks. myös Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2021a).

Opintomenestyksen heikentyminen

Aineisto osoittaa, että sosiaalisten kontaktien vähentymisen lisäksi, tai niiden rinnalla, nettikiusaaminen voi heikentää opintomenestystä. Nettikiusaamisen koettuihin sosiaalisiin vaikutuksiin opintomenestyksen heikkenemisen muodossa pystyi linkittämään kaksi eri tarinaa.

Jo edellisen teeman käsittelyn yhteydessä nimimerkki 18-vuotias tyttö kertoi, miten hänen sosiaaliset kontaktinsa vähentyivät siksi, koska hän alkoi vähentämään koulussa käyntiään nettikiusaamisen johdosta.

” - Lopetin menemästä kouluun päivien ajaksi. Keskimääräisesti jätin menemättä kouluun noin kahdeksan, tai enemmän, päivää kuukaudesta. - - ” (18-vuotias tyttö)

Aineisto antaa siis viitettä siitä, että nettikiusaaminen vaikuttaa myös opintomenestykseen sitä heikentävästi, kun nettikiusattu jää opinnoissaan muista jälkeen tai hän ei käy koulussa. Myös opintopaikan muuttaminen, esimerkiksi kotikouluun, voi vaikuttaa omalta osaltaan opintomenestyksen heikentymiseen. Tätä väitettä tukee aiempi tutkimustieto siitä, että ihmisten kokemana sosiaalinen luottamus ja oma asenne suhteessa omiin opintoihin ovat kytköksissä opintomenestykseen (Kalalahti 2014). Kiusaaminen ei tue sosiaalista luottamusta sen eri osapuolten välillä. Nettikiusattu voi olla samaan aikaan netissä ja opintopaikassaan kiusattu. Samalla nettikiusatun oma asenne opintoja kohtaan voi laskea toissijaiseksi kiusaamiseen ja sen koettuihin vaikutuksiin nähden (esim. Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2021a). Kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin näkökulmasta nuori aikuinen voi tällöin pyrkiä pikemminkin saamaan kiusaamisen päättymään kuin keskittymään yksittäiseen pienempään asiaan, esimerkiksi opintomenestykseen.

Aineistossa kuvattiin, miten nuori aikuinen voi netissä kokemansa kiusaamisen vuoksi ryhtyä pelkäämään kouluun menemistä ja jopa jättäytyä kokonaan pois koulusta, mikä todennäköisesti heijastuu opintomenestykseen sitä heikentävästi. Kiusattu kokee pelkoa itse kiusaamista kohtaan, mutta jos kiusaamista tapahtuu sekä netissä että koulussa, hän voi kokea lisäksi koulupelkoa (esim. Hamarus 2012, 27–32; ks. myös Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2021a). Koulupelko on nimensä mukaisesti pelkoa koulua kohtaan. Kouluikäisistä lapsista noin 0,4–1,5 prosenttia kärsii koulupelosta. Koulupelko ei ole oma diagnoosinsa, vaan se on kytköksissä johonkin muuhun psykiatriseen sairauteen kuten esimerkiksi paniikkihäiriöön, sosiaalisten tilanteiden pelkoon tai vakavaan masennukseen. (Pylkkänen 1989; Lepola ym. 1994.)

Koulupelko voi vaikuttaa siihen, että ihmisen sosiaaliset kontaktit vähenevät. Sosiaalisten kontaktien vähentyessä riski tuntea ja kokea yksinäisyyttä lisääntyy suuresti, joka taas vaarantaa omalta osaltaan niin sosiaalista, kuin samalla kokonaisvaltaista, hyvinvointia (esim. Holmberg-Kalenius 2008, 39–42; Ruuskanen 2011). Nettikiusaamisen koetut psyykkiset vaikutukset ovat kytköksissä koettuihin sosiaalisiin vaikutuksiin siten, että opintomenestystä ei tue kiusaamisen johdosta mahdollisesti syntynyt kielteinen minäkuva ja huono itsetunto. Näiden johdosta kiusattu voi nähdä itsensä myös huonona oppijana, mikä vaikuttaa negatiivisesti opintomenestykseen. (Lämsä 2009, 90.) Tutkimukset osoittavatkin, että yli 60 prosenttia nettikiusaamista kokeneista opiskelijoista kokee, että nettikiusaaminen vaikuttaa syvästi heidän kykyynsä oppia ja tuntea itsensä turvalliseksi koulussa (Hinduja 2018). Opintomenestyksen heikentymisellä voi lisäksi olla pitkäkestoisia vaikutuksia esimerkiksi halutun jatko-opintopaikan saamisen suhteen.

Katkeruus

Aineisto antaa viitteitä siitä, että nettikiusaamisen koettuja sosiaalisia vaikutuksia voivat olla myös lisääntynyt kostonhalu reagoitina koettuun vääryyteen. Tähän liittyvien kuvausten pohjalta nimesin katkeruuden alateeman. Aineiston analyysiprosessissa nettikiusaamisen koettuihin sosiaalisiin vaikutuksiin katkeruuden muodossa pystyi rinnastamaan kaksi verkotarinaa.

”- - mutta samaan aikaan keskittymiseni oli myös kostossa. Joka kerta, kun minua kiusattiin, halusin kohdistaa sen kiusaajaan, halusin tasata tilit. - -” (18-vuotias tyttö)

Omaa pahaa oloa, oli se sitten fyysistä, psyykkistä tai sosiaalista, pyritään purkamaan jollain tapaa ja saamaan itselle tämän myötä parempi olo. Yllä olevalla sitaatin kirjoittajalla oli itsetuhoisuutta, mutta samaan aikaan hän kertoo, että halusi kostaa kiusaamisensa kiusaajilleen. Nettikiusaamisen uhri voi pitää omaa kiusaamistaan oikeutettuna epäoikeudenmukaisen kokemustensa johdosta. Tätä havaintoa tukee alla oleva aineisto-ote:

”- - Olin itse nettikiusaamisen uhri ja olin myös sen tekijä yhdessä kohtaa, koska yritin jatkaa saamalla kostettua heille, jotka satuttivat minua. - -” (33-vuotias mies)

Kiusaamisen on osoitettu voivan vaikuttaa aggressiivisuuteen sitä lisäävästi (esim. Haasio 2013, 29). Aggressioita on olemassa hiljaisia ja näkyviä. Hiljaiset aggressiot nettikiusattu kohdistaa yleensä itseensä. Aggressioita voidaan purkaa esimerkiksi käyttämällä päihkeitä tai viiltelemällä. Näkyvät aggressiot taas nettikiusattu voi kohdistaa katkeruuden ja

kostonhalun tuntemusten johdosta kiusaajiinsa. (Mielenterveystalo 2021a.) Jos kiusaaja ja kiusattu ovat esimerkiksi samassa oppilaitoksessa tai työpaikassa netin ulkopuolella, näkyvät aggressiot voivat olla muun muassa raivokohtauksia tai jopa fyysistä väkivaltaa. Kiusaaminen voi pahimmillaan patoutuneen pahan olon takia johtaa esimerkiksi nettikiusatun itsemurhaan tai jopa joukkosurmiin. Suomessa vuonna 2019 kaikista itsemurhan tehneistä 109 oli alle 25-vuotiaita. Tämä muodostaa 15 prosenttia kaikista tuolloin itsemurhan tehneistä henkilöistä. (Suomen virallinen tilasto (SVT) 2021a.) Myös kouluampumisten vaikuttaviksi tekijöiksi on mielenterveysongelmien lisäksi tunnistettu netti ja kiusaaminen (Oksanen ym. 2011, 105–110).

Pitkään jatkuneessa kiusaamisessa nettikiusattu voi luoda itselleen tietynlaisen suojakuoren. Tämän suojakuoren avulla hän pyrkii olemaan immuuni kiusaamiselle ja sen vaikutuksille. Kiusattu pyrkii kovettamaan itseään ja tunteitaan. Tällainen kovettuminen voi kuitenkin vaikuttaa empatiakyvyn vähentymiseen (Holmberg-Kalenius 2008, 43). Empatiakyvyn vähentyminen voi taas myötävaikuttaa muun muassa persoonallisuushäiriöiden syntyyn. Persoonallisuushäiriöt ovat pitkäjänteisiä ja jäykkiä mielen ajatus- sekä käyttäytymismalleja, joista on haittaa niistä kärsiville. Näitä ovat muun muassa epävakaa persoonallisuus ja narsismi. Esimerkiksi narsismissa on tyypillistä, että siitä kärsivältä henkilöltä puuttuu suurelta osin empatiakyky. (Mielenterveystalo 2021b.) Nämä kaikki seikat voivat kiusaamiskokemusten yhteydessä vaikuttaa katkeruuden ja kostonhalun tunteisiin sekä niiden äärimmäisiinkin seurauksiin, esimerkiksi joukkosurmiin.

Aineiston nimimerkki 33-vuotias mies kertoo kokemuksistaan nyky-yhteiskuntamme asenteista nettikiusaamista kohtaan sekä siihen liittyvästä katkeruudesta ja kostamisen halusta. Nimimerkki kuvaa koston voivan olla ikään kuin hyväksyttyä:

”- - Olemme asennoituneet opettamaan lapsillemme, että on ok kostaa, satuttaa muita, jos he satuttavat sinua ja opetamme lapsiamme, että on ok aiheuttaa tuskaa, sotia, tämä on paskapuhetta. - -” (33-vuotias mies)

Sama nimimerkki toteaa kuitenkin hyvin kiteyttävästi, että oli kiusaamisen syy mikä tahansa, nettikiusaaminen ei ole hyväksyttävää eikä lain sallimaa:

”- - Totuus on, että mikä tahansa tämä [kiusaamisen] syy on, kosto tai se, että se saa sinulle hyvän olon, nettikiusaaminen tai kaikenkattava kiusaaminen on lainvastaista. - -” (33-vuotias mies)

Nettikiusaamisen koetut vaikutukset yksittäiselle hyvinvoinnin osa-alueelle ovat loppujen lopuksi kaikki kytköksissä toisiinsa, enemmän tai vähemmän määrin. Nettikiusatun

kokiessa katkeruuden ja kostonhalun tuntemuksia, se voi vaikuttaa hänen psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiinsa esimerkiksi siten, että hän päätyy viiltelemään itseään.

Nettikiusaamisen sosiaalisia koettuja vaikutuksia ilmeni aineistossa jonkin verran vähemmän verrattuna psyykkisiin koettuihin vaikutuksiin. Niitä piti etsiä ja analysoida esimerkiksi tarkastelemalla, onko verkkotarinan kirjoittaja jäänyt pois jostain tyyppillisestä sosiaalisesta toiminnastaan. Voi olla, että nettikiusaamisen sosiaalisia vaikutuksia on haastavaa saada kirjoittamalla loogiseen ja ymmärrettävään muotoon.

5.4 Vaikutusten pitkäaikaisuus ja laajuus

Tunnistin aineistostani keskeisenä erillisenä teemana perinteisten hyvinvoinnin ulottuvuuksien, fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen rinnalla nettikiusaamisen koettuina vaikutuksina niiden pitkäaikaisuuden ja laajuuden. Aineistoni perusteella nettikiusaamisen koetut vaikutukset ovat useimmiten pitkäkestoisia ajallisesti ja elämäkulullisesti sekä kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kannalta laajasti vaikuttavia. Nettikiusaamisen pitkäaikaisten ja laajojen vaikutusten teemaa aineistossa kuvastavat seuraavat alateemat: traumat, sosiaalisten suhteiden laaja kärsiminen sekä tuen ja terapian tarve. Nettikiusaamisen koettuja pitkäaikaisia ja laajoja vaikutuksia alateemoineen aineistosta löytyi yhteensä kymmenestä tarinasta, joista kaksi tarinaa kytkeytyi useampaan alateemaan (ks. *Taulukko 1*).

Traumat

Aineisto osoittaa, että nettikiusaaminen on vaikuttanut eriasteisten traumojen synnyssä. Aineiston analyysiprosessissa nettikiusaamisen pitkäaikaisiin ja laajoihin koettuihin vaikutuksiin traumojen muodossa pystyi liittämään yhteensä viisi verkkotarinaa.

”- - Yritin tehdä itsemurhan useammin kuin yhden kerran. Masennus seurasi lukioon, mutta se piiloutui uusien ystävien saamisen taakse, jotka oikeasti tykkäsivät minusta. - -” (18-vuotias tyttö)

Aineistositaatti viittaa siihen, että nimimerkki 18-vuotias tyttö on kokenut nettikiusaamisesta seuranneiden vaikutusten seuraavan häntä pitkälle elämään. Hänelle on jäänyt tästä psyykkisiä traumoja, sillä hän on yrittänyt tehdä itsemurhan useamman kerran kiusaamisen

jälkeen. Tarinan kirjoittaja kertoo myös, että masennus ei ole poistunut, vaikka nettikiusaamisen suhteen tilanne on parantunut siten, että hän on saanut uusia ystäviä. Tämä osoittaa nettikiusaamisen vaikutusten pitkäkantoisuutta ja laajuutta.

Aineiston tarina nettikiusaamisesta, johon kytkeytyy videomateriaalin leviämistä ja levittämistä, osoittaa, että kerran nettiin päätyneet materiaalit ei poistu sieltä koskaan. Tämä teknologiaviestinnän erityispiirre tekee sen, että niiden negatiiviset vaikutukset seuraavat pitkään niiden asianosaisia. Tämä taas lisää riskiä siitä, että syntyneistä traumaista ei pääse eroon helposti, sillä ne muistuvat mieleen tavalla tai toisella. Ne kulkevat pitkään mukana päivittäisessä elämässä joko omassa mielessä tai toisten ihmisten toimesta:

”- - Vielä tänä päivänä minusta tehdään pilkkaa ja tästä on kaksi vuotta.” (18-vuotias tyttö)

Traumoja on vaikea, mutta mahdollista, käsitellä. Tästä toivon kipinästä kertoo alla oleva aineistositaatti:

”- - Nyt olen 22-vuotias ja minun pitää edelleen elää näiden julmien tyttöjen [aiheuttamien] vaikutusten kanssa. Traumasta on vaikea toipua, mutta tiedän, että se on mahdollista ja olen vahvempi nyt kuin koskaan aiemmin olen ollut. En ole se pelokas 15-vuotias tyttö, mutta mielessäni edelleen kummittelee se tyttö, joka olin.” (22-vuotias tyttö)

Nimimerkki 22-vuotias tyttö sanoittaa nettikiusaamisen johdosta syntyneitä traumaansa, että hän työskentelee niiden kanssa, mutta niiden syvyys tekee niistä eroon pääsemisen työlääksi ja haastavaksi.

”- - voin yhä muistaa ne satuttavat sanat, joita minulle sanottiin. Henkilökohtaisesti, en tiedä, toivunko koskaan emotionaalisista iskuista. - -” (18-vuotias tyttö)

Aineisto antaa lisäksi viitteitä siitä, että nuorten aikuisten kokemukset nettikiusaamisen aiheuttamista traumaista voivat olla niin voimakkaita, etteivät he usko toipuvansa niistä koskaan.

Sosiaalisten suhteiden laaja kärsiminen

Nettikiusaamisen koetut vaikutukset voivat aineiston mukaan olla pitkäkantoisia ja laajoja myös siinä suhteessa, että ne vaikuttavat nettikiusaamisen elämän erilaisiin ihmissuhteisiin monella tapaa harmillisesti. Aineiston analyysiprosessissa nettikiusaamisen koettuihin pitkäaikaisiin ja laajoihin koettuihin vaikutuksiin sosiaalisten suhteiden laajan kärsimisen muodossa pystyi linkittämään yhteensä kolme eri verkkotarinaa.

Aineiston perusteella on mahdollista, että nettikiusatun sosiaaliset suhteet kärsivät nettikiusaajan kautta tai toimesta. Nettikiusaaja voi esimerkiksi katkerana levittää perättömiä huhuja tai pyrkiä muulla tavoin aiheuttamaan harmia uhrilleen. Nettikiusaaminen voi vaikuttaa niinkin laajasti, ettei se enää koske pelkästään yhtä osapuolta ja yksilöä, vaan useampaa. Nettikiusaaminen voi levitä koskemaan esimerkiksi nettikiusatun perheenjäseniä, kuten seuraava aineistositaatti osoittaa:

”Eräs henkilö on kiusannut minua suoraviesteillä, ja hän on käyttänyt seitsemää eri näyttönimeä, estin ne kaikki ja hän jatkaa aina uusilla näyttönimillä suunnatakseen sen minuun.... Hän häiritsi jopa tyttärentäni (12-vuotias) ilman mitään syytä... - -” (Aikuinen nainen)

Nettikiusaamisen johdosta usko ihmisiin voi olla koetuksella, mikä osaltaan vaikuttaa laajasti nettikiusaamista kokeneen ja kohdanneen sosiaalisten suhteiden kärsimiseen. Nettikiusaaminen voi siis vaikuttaa yksilön lisäksi hänen suhteeseensa yhteisöihin ja yhteiskuntaan. Nettikiusaaminen voi olla yksi osatekijä vaikeuksissa luoda luottamuksellisia ihmisuhteita.

”- - Pitkään uskoin, että kaikissa on jotain hyvää, mutta nyt en ole enää niin varma.” (18-vuotias tyttö)

Tutkimukset osoittavatkin, että kiusaamista nuorena kokeneilla henkilöillä on kohonnut riski kokea yksinäisyyttä ja kiusaamista aikuisiällä (Cowie & Dawn 2008, 4–5). Nettikiusaaminen osoittautuu täten laaja-alaiseksi sekä aiempien tutkimusten että tämän tutkimuksen aineiston valossa.

Tuen ja terapian tarve

Tutkimusaineisto antaa viitteitä siitä, että nettikiusaaminen vaikuttaa pitkäkantoisesti ja laajasti traumojen syntymisen sekä sosiaalisten suhteiden laajan kärsimisen lisäksi myös jonkinlaiseen tuen tai terapian tarpeeseen sitä lisäävästi. Nettikiusaamisen pitkäaikaisiin ja laajoihin koettuihin vaikutuksiin tuen ja terapian tarpeen muodossa pystyi liittämään kaksi eri verkkotarinaa.

Tuen tai terapian tarve voi olla kytköksissä aiemmin mainittuihin traumoihin ja sosiaalisten suhteiden laajaan kärsimiseen tai se voi olla oma erillinen tarpeensa. Toisin sanoen traumat ja sosiaalisten suhteiden laaja kärsiminen voivat omalta osaltaan lisätä tuen ja terapian tarvetta tai nettikiusaamisen muut koetut vaikutukset voivat olla syitä, joiden takia nettikiusattu voi hakeutua tuen ja terapian piiriin.

” - Käsittelen ongelmiani tällä hetkellä - - ” (18-vuotias tyttö)

Yllä oleva aineistositaatti kertoo siitä, että verkkotarinan kirjoittaja käsittelee nettikiusaamisen kokemuksiaan ja sen vaikutuksia. Käsittely voi tapahtua ilman ulkopuolista ammatitapua. Aineistosta esiin tuleva nettikiusaamisen vaarallisuus kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille mahdollistaa kuitenkin varovaisen olettamuksen siitä, että näiden asioiden käsittelyyn tarvitaan usein jonkinlaista ulkopuolista apua ja tukea. Nettikiusaamisen käsittely voi, ja todennäköisesti vaatiikin, terapiaa tai ainakin jonkinlaista keskustelutukea nettikiusaamisen uhrille.

” - Lopulta sain apua lukion viimeisen vuoden keskivaiheilla ja jatkan keskusteluterapiaa yliopistossa. ” (18-vuotias tyttö)

Yllä olevan aineisto-otteen mukaan tarinan kirjoittaja on halunnut saada apua nettikiusaamiseen, vaikka terapian muodossa, jo aiemmin. Kirjoittaja on sitä kuitenkin verkkotarinan kirjoitushetkellä saanut ja kertookin omasta terapian tarpeestaan nykyhetkellä. Nettikiusattujen avun ja tuen tarve osoittaa nettikiusaamisen koettujen vaikutusten pitkäkantoisuutta ja laajuutta. Yleensä tällainen avun ja tuen tarve ei poistu hetkessä, vaan se vaatii pitkäaikaista ja intensiivistä asioiden kanssa työskentelyä sekä niiden käsittelyä. Ihmismieli muistaa parhaiten ja pisimpään erilaiset tapahtumat sekä kokemukset, jotka ovat sisältäneet merkittävää tunnelatausta. Nettikiusatulta vaaditaan paljon rohkeutta nousta negatiivisten tunteidensa keskeltä, jotta hänen toipumisprosessinsa pääsee alkamaan (Holmberg-Kalenius 2008, 68). Esimerkiksi psykoterapiassa, jossa pyritään helpottamaan ihmisen kokemaa psyykkistä kuormitusta, puhutaan lyhytterapiasta. Käsite lyhyt voi tässä asiayhteydessä olla hyvinkin subjektiivinen käsite, sillä jollekin ihmiselle esimerkiksi muutama kuukausi voi olla pitkä aika, kun taas toiselle se on lyhyt aika. Tutkimusten mukaan kuuden kuukauden pituinen lyhytterapia voi tuottaa lähes yhtä hyviä hoitotuloksia kuin useamman vuoden pituiset terapiajakso (Knekt ym. 2016).

Nettikiusaaminen vaikuttaa joihinkin ihmisiin enemmän kuin toisiin. Tähän vaikuttaa muun muassa jokaisen oma luonne ja persoona. Riippumatta siitä, onko tuen ja terapian tarve yksilöllisesti kuukausia tai vuosia, heijastuvat nettikiusaamisen pitkäaikaiset ja laajat vaikutukset yksilötasolta yhteiskunnalliseen tasoon saakka. Yhteiskunnallisen tason vaikutuksia voi tarkastella ainakin kahdesta näkökulmasta: ensinnäkin ihmisten yleinen tuen ja terapian tarve vaikuttaa siihen, että yhteiskunnan jäsenten voidessa huonommin tai heikommin, he oletettavasti myös tuottavat vähemmän yhteiskunnalle. Tämä huonovointisuus ja heikkous voi näkyä siten, että ihmiset joutuvat olemaan pois koulutuksesta tai töistä. Toiseksi tuki- ja

terapiapalvelut eivät ole halpoja sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita, joten myös nettikiusaamisesta aiheutuvat taloudelliset kysymykset nousevat yhteiskunnallisesti merkityksellisiksi.

Nettikiusaamisella on siis useita pitkäkantoisia ja laajoja vaikutuksia nuorten aikuisten kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille. Hamarus (2012, 53, 89) kiteyttää asiaa teoksessaan toteamalla, että kiusaamisella on tuhoava ja vahingoittava vaikutus. Se muodostaa kohonneen riskin nuorten aikuisten terveille ja tasapainoiselle elämälle. Nettikiusaamisen koetut vaikutukset voivat pahimmassa tapauksessa kulkea mukana läpi koko nettikiusatun elämän parantumatta koskaan. (Lämsä 2009; ks. myös Thorslund 2007, 128.)

6 Kokemukset nettikiusaamiseen puuttumisesta

6.1 Nettikiusaamisen ennaltaehkäiseminen

Hyvinvointia lisäävänä avainsanana nettikiusaamisen suhteen toimii ennaltaehkäisy. Ennaltaehkäisy tarkoittaa sanansa mukaisesti toimia, joilla pyritään estämään ennakkoon negatiivisia vaikutuksia johonkin tiettyyn asiaan. Nettikiusaamisen kontekstissa siis pyritään estämään sen kielteisiä vaikutuksia yksilöihin, yhteisöihin ja yhteiskuntiin ennen kuin mitään negatiivisia vaikutuksia on ilmaantunut. Nettikiusaamisen ennaltaehkäisyn teemaa aineistossa kuvastavat seuraavat alateemat: huolenpito ja turvallinen netin käyttö. Nettikiusaamiseen puuttumista ennaltaehkäisevästi sen alateemoineen aineistossa kuvattiin yhteensä neljässä eri tarinassa (ks. *Taulukko 2*).

Huolenpito

Huolenpitämiseksi voi kutsua toimintaa, jossa jostakusta pidetään huolta jollain tapaa. Huolenpittäminen voi olla kokonaisvaltaista: se voi muun muassa olla toisen ihmisen fyysisen liikkumisen avustamista, hänen kuunteluansa ja hänen kanssaan harrastamista. Huolenpidon lähtöasetelma on siinä, että jonkin yksilöllisen syyn takia ihminen ei kaikissa tilanteissaan tai elämänvaiheissaan pärjää itsenäisesti, vaan hän tarvitsee toisten ihmisten tarjoamaa apua ja tukea (Juhila 2006, 151).

Aineistoni perusteella nettikiusaamisen ennaltaehkäisemisen kannalta tärkeää on ihmisten keskinäinen yleinen huolenpito. Nettikiusaamisen ennaltaehkäisyn teemaan huolenpidon muodossa pystyi soveltamaan kahta eri verkkotarinaa. Aineiston nimimerkki 18-vuotias tyttö kiteyttää nettikiusaamisen ennaltaehkäisyä huolenpidolla seuraavanlaisesti:

”- - toivoin, että joku olisi kertonut tämän minulle kauan aikaa sitten.” (18-vuotias tyttö)

Tarinan kirjoittajaa oli kiusattu netissä seksuaalisen suuntautumisensa johdosta. Hänestä sanotut ilkeät sanat olivat jääneet hänelle mieleen, ja hän oli tästä syystä myös itsetuhoinen. Nimimerkki on tehnyt itsensä ja näiden asioiden kanssa töitä, ja lisääkin tarinassaan, että *”- - ne [kommentit] eivät merkitse eivätkä merkinneet mitään - -”*. Kuitenkin edellä olevat sitaatit osoittavat, että nettikiusaamista ja sen koettuja vaikutuksia pystyttäisiin

ennaltaehkäisemään huolenpidolla. Nettikiusaamisen ennaltaehkäisyyn ja siihen liittyvään ihmisistä huolenpitoon apua pyytää myös aineiston nimimerkki +18-vuotias tyttö:

” - Uskon, että nettikiusaamisen tulisi päättyä ennen kuin se johtaa pelottaviin tilanteisiin, joista olemme kuulleet.” (+18-vuotias tyttö)

Esimerkki äärimmäisistä ja pelottavista tilanteista, joita valitettavasti näkee ja kuulee, on se, kun nettikiusattu henkilö riistää itseltään tai muilta hengen kiusaamisen johdosta. Nettikiusaamiseen voi parhaimmassa tapauksessa puuttua huolenpidolla jo ennen kuin sitä on tapahtunutkaan. Huolenpito voi konkreettisesti yksinkertaisimmillaan olla sitä, että kysytään toisiltamme ”mitä sinulle kuuluu?” tai ”miten sinulla menee?”. Suomalaisittain tyypillinen vastaus useimmiten on ”ihan hyvin” tai ajatellaan, että omat asiat eivät kuulu muille tai tuntemattomille. Kyseleminen voidaan ajatella tunkeilevaksi. Toisaalta pienikin toisten ihmisten huomiointi voi synnyttää tunteen ja kokemuksen, että ei ole yksin ja joku välittää. Asioiden kysyminen kuulostaa ja tuntuu kuitenkin pieneltä vaivalta sen mahdollisesti positiivisiin vaikutuksiin nähden. Huolenpidon perusajatuksena voi pitää sitä, että ihmiset voivat hyvin tai heitä autetaan ja tuetaan voimaan hyvin.

Turvallinen netin käyttö

Huolenpidon lisäksi toinen nettikiusaamisen ennaltaehkäisyn keino aineiston perusteella on turvallinen netin käyttö. Nettikiusaamisen ennaltaehkäisyn teemaan turvallisen netin käytön muodossa pystyi rinnastamaan kaksi tarinaa. Näissä tarinoissa nettikiusaamiskokemukset liittyivät kirjoittajien henkilökohtaisten nettitilien ja -palvelimien hakkerointiin.

” - Minä vain vihaan sitä faktaa, että on olemassa ihmisiä, jotka hakkeeroivat Facebook-tilejä Yovillessä hovin vuoksi.” (18-vuotias tyttö)

Netti ja some ovat osa normaalia elämäämme, realiteettia. Ne ovat työkaluja, joiden avulla ihmisten perustarpeita, esimerkiksi sosiaalista kanssakäymistä, voi tyydyttää. Joillekin ne ovat ainoita työkaluja toteuttaa näitä. Siksi netin turvallinen käyttö osana nettikiusaamisen ennaltaehkäisyä nousee keskeiseen asemaan.

Netin turvallisuuden edistäminen nousee myös toisessa aineisto-otteessa esille. Nimimerkki 18-vuotias poika kertoo omasta nettikiusaamisen kokemuksestaan, jossa nettikiusaajat pyrkivät tuhoamaan hänen henkilökohtaista nettipalvelintaan. Palvelimet voivat tarkoittaa erilaisia palvelinsovelluksia, jotka ovat yhteydessä toisiin sovelluksiin. Tällaisia

palvelinsovelluksia ovat muun muassa tiedostopalvelin (esimerkiksi pilvipalvelut), web-palvelin ja sähköpostipalvelin. (Kettell & Ackerman Kettell 2008, 3; Arora 2013; Wright 2021.)

”On olemassa nettisivusto www.g00ns.net ja sen päätavoitteena on nettikiusaaminen, tuhota ja hakkeroida toisten palvelimien omaisuutta. Onko olemassa mitään käytäntöä, jotta meillä olisi oikeus haastaa ja tuoda heidät oikeuden eteen. - - Minulla on palvelin ja he [nettikiusaajat] vain tuhoavat kaikki valikot, [vaikka] asetan turvallisuuteni korkealle. Kuitenkin he silti pääsevät palvelimelleni ja pilaavat kaiken.” (18-vuotias poika)

Netin tulisi olla turvallinen paikka kaikille olla ja elää sähköisessä ympäristössä. Netti turvallisenä ympäristönä takaisi oletettavasti sitä, että nettikiusaaminen vähentyisi yhteiskunnistamme radikaalisti. Turvallinen netin käyttö lähtee liikkeelle siitä, että netin ja somen eri yritykset, palvelut, kanavat, sovellukset ja alustat panostavat itse omaan turvallisuuteensa sekä pyrkivät edistämään nettikiusaamisen vähentämistä (tai jopa poistamista) omissa netti- ja someympäristöissään. Tämä vaatii oikeanlaista asennetta nettikiusaamista kohtaan: sel-laista, jossa sen vakavuutta ei väheksytä.

Turvallinen netin käyttö yksittäiselle käyttäjälle on pitkälti oman yksityisyyden suojaamista. Se lähtee liikkeelle siitä, että netin käyttäjä muodostaa riittävän vaikean salasanan netin ja somen eri yrityksiin, palveluihin, kanaville, sovelluksiin ja alustoihin. Nykyään monet näistä vaativatkin käyttäjiltään esimerkiksi, että salasanan tulee sisältää isoja ja pieniä kirjaimia sekä näiden lisäksi numeroita ja erikoismerkkejä, kuten pisteitä tai pilkkuja. Salasanaa ei tule jakaa kellekään. (Stowell 2017, 15.) Joka kerta julkaistessa nettiin jotain, tulee miettiä kerran, jos ei kaksikin, haluaako materiaalin varmasti julkaista. Kerran nettiin ladattu materiaali ei koskaan lopullisesti poistu sieltä, vaan siitä jää aina jonkinlainen digitaalinen jälki. (Haasio 2013, 61; Irisvik & Utriainen 2017, 151; Stowell 2017, 52.)

Muidenkin henkilöön liittyvien tietojen suhteen tulee olla erityisen tarkka netissä. Nykyään useat sovellukset pyytävät käyttäjiltään lupaa saada oikeuden esimerkiksi heidän sijaintitietoihinsa. Niitä pystyy myös jakamaan joillain sovelluksilla toisille käyttäjille halutessaan ja pyynnöstä. Sijaintitietojen, osoitteen ja puhelinnumeron jakamisen suhteen tulee jälleen pohtia, ja jopa kyseenalaistaa, miksi ne tulisi jakaa netissä. Turvallista netin käyttöä voi edistää myös siten, ettei yhteisöpalveluissa hyväksy kaverikseen kuin vain henkilöt, jotka tuntee fyysisessä maailmassa. (Haasio 2013, 134; Irisvik & Utriainen 2017, 164; Stowell 2017, 38–39.)

Näitä yritysten, palveluiden, kanavien, sovellusten ja alustojen sekä omia yksityisasetuksia tulee tarkastaa ja päivittää aika ajoin, jotta ne pysyvät ajantasaisina ja täten turvallisina.

Omaa yksityisyyttä voi suojata jopa fyysisesti siten, että suojaa web-kameransa, kun se ei ole käytössä (esim. Stowell 2017, 120), koska nykyään on suhteellisen helppoa hakkeroida pääsy toisten netin käyttäjien web-kameroihin. Tarvitaan vain pienifonttinen ponnahdusikkuna saada pääsy ja oikeus tähän, jonka ilmoituksen voi helposti sekoittaa esimerkiksi pyyntöön hyväksyä sivustojen erilaiset evästeasetukset. Omaa turvallista netin käyttöä voi Suomessa myös ylläpitää ja edistää esimerkiksi osallistumalla digiturvaviikkoon, joka on Digi- ja väestötietoviraston organisoima tapahtuma turvallisempaa netin käyttöä varten. Digiturvaviikolla keskitytään keskusteluihin ja vinkeihin siihen, miten toimia ja olla digitaalisesti turvallinen. (Digi- ja väestötietovirasto 2021.)

Aiemmin mainitsemani asennemuutokset nettikiusaamista kohtaan lisäävät nettikiusaamisen ennaltaehkäisyä myös siten, että kun kuka tahansa huomaa netissä asiatonta materiaalia, se tulisi jollain tapaa tallettaa tai dokumentoida, esimerkiksi kuvakaappauksella (Thorslund 2007, 53; Hamarus 2012, 41; Stowell 2017, 68). Tämän avulla pystytään nettikiusaamiseen puuttumaan jopa ennaltaehkäisevästi ilmoittamalla niistä yritysten, kanavien, sovellusten ja alustojen ylläpitäjille varhaisessa vaiheessa. Joskus materiaalia voi olla tarpeen viedä eteenpäin nettipoliisille tai poliisille asti, jos nettikiusaaminen täyttää jonkin rikoksen tunnusmerkistön, kuten se usein näin tekeekin. (Thorslund 2007, 55–56; Hamarus 2012, 65.) Nettipoliisien tehtäväkuvaan kuuluu ennaltaehkäistä ja selvittää netin erilaisia rikoksia (Haasio 2013, 128). Heille voi antaa nettivinkin, kun havaitsee epäilyttävää materiaalia netissä (esim. Thorslund 2007; Haasio 2013; Pelastakaa Lapset ry – Rädda Barnen 2021; Poliisi 2021). Poliisiin yhteydenotto voi olla tarpeen myös silloin, kun netissä kiusaaminen ei pääty asiallisesta keskustelusta, pyynnöistä ja raportoinneista huolimatta (esim. Forss 2014, 54–56).

Toisin sanoen turvallinen netin käyttö lähtee itse netistä ja sen käyttäjistä, eli miltei meistä jokaisesta. Tutkimuksellisesti mielenkiintoinen havainto aineistosta oli se, kuinka harvassa tarinassa kuvattiin nettikiusaamisen ennaltaehkäisyyn liittyviä seikkoja. Mielenkiintoa lisää se, että varhainen puuttuminen, juuri ennaltaehkäisyyn näkökulmasta, nousee kuitenkin keskeiseksi tekijäksi nettikiusaamiseen puuttumisessa (Haasio 2013, 64).

6.2 Nettikiusaamiseen puuttuminen

Aina nettikiusaamisen ennaltaehkäisy ei riitä, vaan nettikiusaamista pääsee väistämättä tapahtumaan. Tärkeässä asemassa tällöin on se, miten nettikiusaamiseen puututaan vai puututaanko siihen lainkaan. Nettikiusaamisen puuttumisen teemaa aineistossa kuvastavat seuraavat alateemat: pyritty puuttua ja riittämätön tai puutteellinen puuttuminen. Nettikiusaamiseen puuttumista alateemoineen kuvattiin aineiston kahdeksassa tarinassa (ks. Taulukko 2).

Pyritty puuttua

Aineistoni perusteella nettikiusaamiseen puuttuminen nuorten aikuisten kokemana on jäänyt tavalla tai toisella vähäiseksi. Aineisto kuitenkin osoittaa, että useammassa nettikiusaamiseen kytkeytyvässä tarinassa siihen on sekä itse nettikiusattu, kuin hänen läheisensäkin, pyrkineet jotenkin puuttumaan. Pyrkimykseen puuttua nettikiusaamiseen pystyi liittämään kolme tarinaa. Seuraava aineistositaatti antaa tästä konkreettista viitettä:

” - Kerran päädyin isoon tappeluun, koska eräät tytöt kiusasivat yhtä ystäväistäni ja yritin saada heidät lopettamaan, josta seurasi, että he loukkasivat minua todella pahasti - - He uhkailivat hakata hänet [ystäväni], mitä muuta voin tehdä? He tulostivat, mitä olin sanonut, mutta ei sitä, mitä he olivat sanoneet ja näyttivät sen rehtorille. Jouduin ongelmiin, mutta puhuin itseni näistä ulos kertomalla TOTUUDEN (jotain, mitä HE eivät tehneet) ja selvisin varoituksella.” (20-vuotias poika)

Nimimerkki 20-vuotias poika on yrittänyt puuttua toisen henkilön kohtaamaan ja kokemaan kiusaamiseen, mutta on päätenyt samassa tilanteessa itse kiusatuksi. Nettikiusaamiseen puuttumisen tehokkaita keinoja aineiston perusteella ei näyttäisi juurikaan olevan saatavilla tällä hetkellä, vaikka tätä on yrittänyt tehdä esimerkiksi aineiston nimimerkki 21-vuotias tyttö:

”Minua on kaksi ihmistä kiusannut Twitterissä parin viime viikon ajan. Olen sanonut heille, että lopettaisivat ja jättäisivät minut rauhaan, mutta he jatkavat tätä. - - Koen, että en voi sanoa Twitterissä kiusaamisesta mitään kellekään. Olen yrittänyt saada sen näyttämään, että en välitä ja kaikkea, mutta se ei näytä koskaan toimivan. Olen raportoinut ja estänyt heidät. Olisiko kellään ehdotuksia [asian ratkaisemiseksi]?” (21-vuotias tyttö)

Vaikka nettikiusattu on itse aktiivisesti pyrkinyt puuttumaan kokemaansa nettikiusaamiseen, kaikki käytettävissä olevat keinot eivät ole riittäneet siihen, että hänen nettikiusaamisensa olisi päätenyt tai se saataisiin päättymään. Yllä olevan aineistositaatin kirjoittaja pyytää

epätoivoiseen tilanteeseensa neuvoja. Apuja ja vinkkejä pyytää myös nimimerkki Aikuinen nainen:

”Eräs henkilö on kiusannut minua suoraviesteillä, ja hän on käyttänyt seitsemää eri näyttönimeä, estin ne kaikki ja hän jatkaa aina uusilla näyttönimillä suunnatakseen sen minuun... - - Mitä voin tehdä? Pitäisikö minun raportoida tästä poliisille?” (Aikuinen nainen)

Tutkimusaineisto osoittaa, että nuoret aikuiset ovat pyrkineet puuttumaan nettikiusaamiseen, mutta tähän ei ole ollut tosiasiallista mahdollisuutta ainakaan siten, että nettikiusaaminen olisi tukahtunut. Tämä taas antaa viitteitä siitä, että nettikiusaamiseen puuttuminen tai siihen puuttumisen keinot ovat vähäisiä ja riittämättömiä tällä hetkellä.

Riittämätön tai puutteellinen puuttuminen

Aineistossa nuoret aikuiset olivat kokeneet nettikiusaamiseen puuttumisen useimmiten riittämättömänä ja puutteellisena. Nettikiusaamisen riittämättömään tai puutteelliseen puuttumiseen pystyi yhdistämään viisi eri tarinaa.

Aineiston perusteella nettikiusaaminen on voitu kyllä noteerata, mutta aito puuttuminen siihen on jäänyt vajaaksi esimerkiksi vähättelevien asenteiden vuoksi. Nettikiusaamista voidaan vähätellä ja täten ei (osata) ajatella, kuinka pitkäaikaisia ja laajoja sen vaikutukset voivat sitä kohdanneille ja kokeville olla.

Jo edellä kerrottiin, miten aineiston nettikiusaamisen uhrit olivat pyrkineet saamaan oppilaitokseltaan nettikiusaamisen kitkemiseen tarvitsemaansa apua ja tukea. Näitä ei kuitenkaan aina koettu saadun, vaan asia oli voitu jättää huomiotta. Tämä aineistohavainto antaa viitteitä siitä, että oppilaitoksilla ei välttämättä ole tarvittavia resursseja, osaamista, tai jopa tahtoa ja halua, puuttua nettikiusaamiseen sen vaadittavalla tavalla. Vaikeille ja haastaville asioille on helpompi sulkea silmänsä, jolloin niitä ei tarvitse kohdata. Samaa viitettä oppilaitosten nettikiusaamiseen riittämättömästä ja puutteellisesta puuttumisesta antaa aineiston eräs nettikiusaamiseen kytkeytyvä tarina:

”- - Opettajat ja rehtori kieltäytyivät tekemästä mitään tytöille, jotka jatkuvasti loukkasivat minua, tyttöjen vanhempien suuren varallisuustason vuoksi. - -” (18-vuotias tyttö)

Tarinan kirjoittaja kertoo kokemuksestaan, jossa hän pitää omaan nettikiusaamiseen puuttumattomuuden syynä nettikiusaajien perheiden oletettavasti korkeaa sosioekonomista asemaa ja tämän mukana tuomaa vaikutusvaltaa suhteessa oppilaitokseen. Viime vuosina esimerkiksi Yhdysvalloissa on noussut esille skandaaleja, joissa vanhemmat ovat lahjuksin tai

muutoin vilpillisesti saaneet lapsensa tiettyihin yliopistoihin (esim. Bodovski 2020). Tällaisissa tilanteissa, jos oppilaitokset ovat ottaneet ihmisiltä rahaa tiettyjä palveluksia vastaan, ne eivät voi tai halua puuttua epäkohtiin siinä pelossa, että heidän oma epärehhti toimintansa saavuttaisi julkisen tarkastelun.

Eräässä aineiston nettikiusaamiseen kytkeytyvässä tarinassa nettikiusaajat tunsivat uhrinsa samasta oppilaitoksesta. Tarinan kertoja oli aikomassa vaihtaa opiskeluyksikköään. Nettikiusaajat tekivät sarkastisessa mielessä Facebook-ryhmän nettikiusatun läksiäisjuhlia varten. Oppilaitoksen muut oppilaat tiesivät, että nettikiusaajat eivät pitäneet kyseisestä henkilöstä. Tästä julkisesta nöyryytyksestä nimimerkki 19-vuotias poika kertoo tarkemmin tarinassaan:

”- - Tästä on kulunut kuukausi eikä yksikään heistä [kiusaajista] ole pyytännyt anteeksi, äitini ja isäni ovat raivoissaan ja haluavat minun menevän kertomaan tästä yliopistoni järjestyksenvalvojalle tai poliisille, mutta olen epävarma, että tekisivätkö he asialle mitään. Luulin, että kun menen yliopistoon, tämä [kiusaaminen] päättyisi, mutta se on vain pahentunut ja en tiedä, mitä toimia minun tulisi tehdä heitä [kiusaajia] vastaan - -” (19-vuotias poika)

Yllä olevassa aineistoesimerkissä nettikiusaamiseen puuttuminen on ollut riittämätöntä tai puutteellista siitä syystä, että nettikiusaamistapaus on ollut laajalti tiedossa tarinan kirjoittajan oppilaitoksessa. Tästä huolimatta nettikiusaamista ei ole saatu päättymään. Herää kysymys, miksi ei? Onko vastauksena jälleen se, että haastaville ja vaikeille asioille on helpompaa kääntää selkensä? Vai onko kyse individualistisesta maailmankatsomuksesta, jossa jokaisen tulisi pärjätä yksin? Syitä tähän voi vain pohtia.

Tätä pohdintaa avaa hieman enemmän toinen aineisto-ote. Nimimerkki 18-vuotias tyttö kertoo tarinassaan, että hän on raportoinut nettikiusaamisesta vanhemmilleen, kouluun ja oletettavasti myös poliisille:

”- - ja noin kahden viikon [kiusaamisen] sietämisen jälkeen viimein raportoin heistä ja heidät pidätettiin. Valitettavasti tämä ei ollut [kiusaamisen] loppu. Nämä pojat osoittautuivat olevan pidettyjä koulun pellejä, ja muiden opiskelijoiden toteuttama piinaaminen jatkui MySpacessa. - - vetosin vanhempiini, että saisin vaihtaa koulua, mutta he eivät kuunnelleet. - -” (18-vuotias tyttö)

Yllä oleva aineistositaatti osoittaa nettikiusaamisen vakavuutta siinä suhteessa, että tarinan kirjoittaja on kertonut laajalle yhteisölle kokemastaan nettikiusaamisesta. Tästä huolimatta nettikiusaamiseen puuttuminen on jäänyt toteutumatta. Ilman ihmisten rohkeaa puuttumista epäoikeudenmukaisuuksiin ja niiden vakavasti ottamista, ei epäkohtiin voida olettaa tulevan myönteisiä muutoksia tulevaisuudessakaan.

Seuraavassa aineistositaatissa tarinan kirjoittaja on vienyt nettikiusaamistapauksensa myös viranomaisten tietoisuuteen:

” - Tämä [kiusaaminen] jatkui yli kuuden kuukauden ajan ja poliisi ei voinut tehdä mitään. - - ” (18-vuotias tyttö)

Nimimerkki 18-vuotias tyttö kiteyttää nettikiusaamisen koettua riittämätöntä tai puutteellista puuttumista tarinassaan hyvin. Suomessa luottamus poliisiin on sekä yleisellä tasolla että nuorten keskuudessa korkea (Kääriäinen 2007; Myllyniemi 2012). Usein ajatellaan, että jos muut, esimerkiksi vanhemmat tai oppilaitos, eivät pysty auttamaan yksilöä, tällöin viimesijainen auttava taho ovat viranomaiset. Jos viranomaisten kykyyn ja haluun auttaa ei pystytä yleisesti luottamaan, horjuu koko yhteiskunnan perusrakenne ja se vaikuttaa väistämättömästi sen jäsenten kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin.

6.3 Tulevaisuuden tarpeet

Aineistosta nousi esille muutama teema liittyen tulevaisuuden tarpeisiin nettikiusaamisen vähenemiseksi tai jopa sen poistamiseksi. Nettikiusaamisen tulevaisuuden tarpeiden teemaa aineistossa kuvastavat seuraavat alateemat: aidosti turvallisempi netti, tietoisuus ja kasvataminen sekä yhteisöllisyys. Tulevaisuuden tarpeiden teemaan kytkeytyi yhteensä 15 aineiston verkkotarinaa, joista kaksi liittyi useampaan tulevaisuuden tarpeiden alateemaan (*ks. Taulukko 2*).

Aidosti turvallisempi netti

Ensimmäinen aineistosta nousseista alateemoista on aidosti turvallisempi netti kaikille sen käyttäjille. Tulevaisuuden tarpeiden teeman alla aidosti turvallisemman netin alateemaan pystyi soveltamaan neljää eri nettikiusaamiseen kytkeytyvää tarinaa.

Nimimerkki 19-vuotias tyttö kertoo tarinaa kokemastaan nettikiusaamisesta ja kiteyttää hyvin sitä, miksi nettikiusaaminen on haaste yhteiskunnallisesti:

” - Nettikiusaaminen on ongelma, koska netti ja teknologia antavat ihmisille turvallisuuden tunteen. Tänä päivänä ihmiset lähettävät todennäköisemmin uhkaavan viestin kuin sanovat jotain kasvokkain jollekulle. ” (19-vuotias tyttö)

Aidosti turvallisempaan nettiin kuuluu ihmisten yleinen käyttäytyminen netissä. Netin käyttäytymissäännöistä puhuttaessa käytetään termiä netiketti. Netikettiin kuuluu huolellisuus ja varovaisuus. Yleiseen hyvään käyttäytymiseen netissä kuuluu se, että ihmiset ilmaisevat itseään täsmällisesti. Sähköisessä viestinnässä on tärkeää ymmärtää, että kirjoitetut sanat voivat saada monimerkityksellisiä asiayhteyksiä, kun vuorovaikutuksen osapuolten ilmeitä ja eleitä ei välttämättä näe netin välityksellä. Tähän vastaamaan on keksitty emoji, joita voidaan kutsua hymiöiksi tai kuvasymboleiksi. Emojit eivät kuitenkaan ole yksiselitteinen ratkaisu ilmeiden ja eleiden puutteeseen, sillä myös niitä käytettäessä netissä voi tulla väärinymmärryksiä. Otetaan esimerkiksi emoji, jolla on kyynel kasvoillaan; lauseen merkitys muuttuu täysin sitä mukaa, tulkitaanko emoji esimerkiksi itkeväksi vai helpottuneeksi. (Thorslund 2007, 118; ks. myös Daily Mail 2018; *Kuva 2.*) Tästä syystä pyrkimys täsmälliseen ilmaisuun on netissä tärkeässä roolissa osana aidosti turvallisempaa nettiä.

Osaksi netikettiä kuuluu kaikkien netin käyttäjien terve lähdekritiikki (Haasio 2007, 102–104; Stowell 2017, 41). Terve lähdekritiikki on kriittistä pohdintaa siitä, kuka kyseisen netissä olevan tiedon lähettäjä on, mitä se sisältää, kenelle se on suunnattu ja mitkä kyseisen tiedon tarkoituksiperät voisivat olla (Thorslund 2007, 91–94; ks. myös Haasio 2016, 90). Netti omaa hyviä ja huonoja puolia; se voi sisältää hyvää uutta ja oikeaa tietoa, mutta sieltä on helppo löytää myös negatiivista ja väärää informaatiota.

Netissä tulisikin käyttäytyä samalla lailla kuin fyysisessä maailmassa, sillä netti on osa todellisuuttamme. Hyvänä ohjenuorana on, että jokainen kirjoitettu sana tulisi pystyä sanomaan myös kasvotusten. Aidosti turvallisempi netti pitää sisällään myös netin teknisen turvallisuuden. Sen yritysten, palveluiden, kanavien, sovellusten ja erilaisten alustojen turvallisuuden, jota tulisi aktiivisesti päivittää ja edistää.

Netti on ihmisten suunnittelema, joten toinen ihminen kykenee tietyillä tiedoilla ja taidoilla sekä ajalla ja resursseilla sinne murtautumaan. Netin yritysten, palveluiden, sivustojen, sovellusten ja alustojen tulisi kuitenkin olla niin turvallisia käyttää, ettei niiden hakkerointi olisi helppoa. Turvallisuutta voi lisätä esimerkiksi tiukentamalla tietosuoja- ja tietoturvallisuuskysymyksiä. Netin käyttäjillä tulisi olla mahdollisuus blokata (estää), rajoittaa ja ohittaa haluamansa sisältö netissä. Turvallisuutta voidaan edistää myös siten, että tiettyjä asiasanoja ei pysty yritysten, palveluiden, kanavien, sovellusten ja alustojen sivuilla käyttämään. Tällaisia voivat olla jotkin yleisesti tiedossa olevat haukkumasanat. Vuonna 2020 somejätti Facebook ilmoitti poistaneensa häirinnän ja vihapuheen 95 prosenttisesti jo ennen kuin se sai

näistä käyttäjiltä ilmiantoja. Terrorismin osalta vastaava prosenttiluku oli 99. (Mansikkamäki 2021.)

Aineistoni perusteella kaikkea vihapuhetta ei netistä ole kyetty poistamaan, vaikka vihapuhetta pystyttäisiin tehokkaasti kitkemään pois ja netin yleistä turvallisuutta lisäämään. Netti on maailmanlaajuinen yhteisö, joten tietosuojan, tietoturvan ja ylipäänsä turvallisuuden kysymyksiin vastaaminen viekin oman aikansa muun muassa eri maiden toisistaan poikkeavan lainsäädännön ja netissä käytettävien moninaisten kielten vuoksi. Aidosti turvallisempi netti ei saa myöskään heikentää ihmisoikeuksia, esimerkiksi sananvapautta (esim. Mäkeläinen 2016).

Tietoisuus ja kasvattaminen

Nettikiusaamiseen puuttumisen, sen vähentämisen ja poistamisen toinen alateema aineistossani on ihmisten tietoisuus ja kasvattaminen. Analyysiprosessissa tietoisuuden ja kasvattamisen alateemaan pystyi liittämään kolme eri tarinaa.

Tietoisuudella ja kasvattamisella tarkoitetaan tässä asiayhteydessä, että ihmiset saavat tietoa siitä, mikä on nettikiusaamista, mihin kaikkeen sen kokeminen ja kohtaaminen voi vaikuttaa sekä miten siihen tulisi puuttua. Suomessa lasten ja nuorten osalta odotuksia nettikiusaamista ehkäisevään digikasvatukseen on asetettu myös kouluille (Sisäministeriö 2019, 49–50), mutta täysi-ikäisten osalta netissä toimimiseen ja netikettiin kasvattaminen on haastavampaa.

Lähtökohtana nettikiusaamisen puuttumiseen tulevaisuudessa on ihmisten tietoisuus itse ilmiöstä (esim. Cowie & Dawn 2008). Jotta kasvatusta tähän liittyen voidaan antaa, ihmisillä tulee olla perustietoa ja -osaamista netistä ja sen käytetyistä palveluista, kanavista ja sovelluksista. (Esim. Hamarus 2006, 213; Irisvik & Utriainen 2017.) On väärä oletamus, että aikakautemme diginatiivit olisivat digitaalisesti täysin tietoisia ja taitoisia ilman nettiin kytkeytyvien asioiden opettamista (Haasio 2016, 12).

Aineistostani käy ilmi, kuinka vakavaa nettikiusaaminen voi olla. Varsinkin lasten ja nuorten kanssa esimerkiksi seksuaalisuudesta ja siihen liittyvään materiaaliin törmäämisestä netissä tulisikin keskustella avoimesti heidän kasvatustaikoinaan (Thorslund 2007, 20). Nettikiusaamisen kirjo on laaja: se voi olla yksi ilkeä kommentti tai se voi olla pitkään jatkuvaa, jopa vainoamista. Näiden asioiden esille tuonti on yksi tapa lisätä yleistä tietoisuutta

nettikiusaamisesta ja siihen puuttumisesta. Useimmiten nettikiusaaminen täyttääkin jonkin rikoksen tunnusmerkistöt ja kriteerit, esimerkiksi laittoman uhkauksen tai yksityisyyden, rauhan ja kunnian loukkaamisen. Alla oleva aineisto-ote osoittaa asiaa seuraavanlaisesti:

”Joskus on vaikea uskoa, mistä se [kiusaaminen] alkaa. Totuus on, että mikä tahansa tämä syy on, kosto tai se, että se saa sinulle hyvän olon, nettikiusaaminen tai kaikenlaisen kiusaaminen on lainvastaista. Siitä voi koitua kamalia seurauksia, jotka tappavat muita ja joskus johtavat tekemään rikoksia, murhia ja se on joskus jopa kuolinsyynä viattomille, joilla ei ollut mitään tekemistä asian kanssa alun alkaenkaan. - -” (33-vuotias mies)

”- - Se [kiusaaminen] alensi itsetuntoa ja voin yhä muistaa ne satuttavat sanat, joita minulle sanottiin. Henkilökohtaisesti, en tiedä, toivunko koskaan emotionaalista iskuista. - -” (18-vuotias tyttö)

Edellä olevat kaksi aineistositaattia antavat viitteitä siitä, minkälaisia koettuja ja pitkäaikaisia vaikutuksia nettikiusaamisella voi olla yksilöille, yhteisöille ja yhteiskunnille. Jos haluamme puuttua nettikiusaamiseen tehokkaasti, kiusaamisen ilmiöstä tulee ymmärtää se, minkälaista se on kiusatun näkökulmasta, miltä hänestä oikeasti ja aidosti tuntuu (Hamarus 2012, 18). Juuri nettikiusaamisen puuttumisen näkökulmasta tietoisuus ja kasvattaminen nousevat elintärkeään asemaan ihmisten kokonaisvaltaista hyvinvointia ajatellen. Ilman tietoa ilmiöstä yleisesti, on haastava osata siihen tehokkaasti puuttuakseen, kuten seuraavissa aineistositaateissa asia näyttää konkreettisella tasolla:

”- - ja noin kahden viikon [kiusaamisen] sietämisen jälkeen viimein raportoin heistä ja heidät pidätettiin. Valitettavasti tämä ei ollut [kiusaamisen] loppu. Nämä pojat osoittautuivat olevan pidettyjä koulun pellejä, ja muiden opiskelijoiden toteuttama piinaaminen jatkui MySpacessa. - -” (18-vuotias tyttö)

”- - Tunsin itseni onnettomaksi koko yläasteen lopun ja vetosin vanhempiini, että saisin vaihtaa koulua, mutta he eivät kuunnelleet. - -” (18-vuotias tyttö)

Ilmiön tiedostamattomuus siis estää siihen puuttumista tavalla tai toisella. Nettikiusaamiseen puuttumattomuus on monitekijäinen asia, mutta tietoisuudella ja kasvattamisella nettikiusaamiseen puuttumista pystytään lisäämään ja tehostamaan. Nettikiusaamisen ennaltaehkäisy ja puuttumisen näkökulmista mediakasvatus nousee yhdeksi avaintekijäksi. Se on myös osa netikettä. Mediakasvatuksella pyritään saamaan ihmiset ymmärtämään, millaista netin turvallinen ja viisas käyttäminen ovat. Mediakasvatus ei liity pelkästään vanhempien lapsilleen opettamiseen, vaan sitä voidaan antaa koko yhteiskunnassa: kodin lisäksi oppilaitoksissa ja työpaikoilla. Sen avulla yksilöt kykenevät käyttämään nettiä monipuolisemmin, fiksummin ja turvallisemmin. (Haasio 2016, 94–97.)

Seuraava aineistositaatti kiteyttää hyvin nettikiusaamisen tulevaisuuden tarpeita tietoisuuden ja kasvattamisen näkökulmasta:

” - Meillä ei ole oikeutta aiheuttaa tuskaa kellekään mistään syystä. On aika päättää väkivalta nyt ja heti. Kouluissa, tietokonelaboratorioissa, netissä, LOPETTAKAA toisten satuttaminen, se ei tunnu hyvältä ja loppujen lopuksi se voi aiheuttaa sinulle enemmän harmia kuin itse osaat kuvitellakaan. - - ” (33-vuotias mies)

Nettikiusaamiseen liittyvää tietoisuutta ja kasvattamista siis tarvitaan, jotta voimme ylläpitää ja edistää ihmisten kokonaisvaltaista hyvinvointia sosiaalityön arvoja sekä periaatteita mukailemalla tavalla. Tarvitsemme tietoisuutta nettikiusaamisesta ilmiönä, sen vaikutuksista ja siihen puuttumisesta. Lisäksi tarvitsemme asennemuutoksia tietoisuuden ja kasvattamisen keinoin, jotta saisimme edistettyä ihmisten yleistä ja keskinäistä hyvinvointia. Jokainen yksilö voi omalla toiminnallaan olla muutoksen edistäjänä, kuten seuraava aineistositaatti asiaa osoittaa:

” - sen [nettikiusaamisen] täytyy loppua ja se päättyy nyt... Joten tässä minä olen yrittämässä tehdä siitä loppua. ” (33-vuotias mies)

Yhteisöllisyys

Digitalisaation myötä ihmisten arki ja vuorovaikutus on muuttunut. Nettyhteisöt ovat nykyisin tärkeitä yhteisöllisyyden areenoja, esimerkiksi nuorille (esim. Ikonen & Helakorpi 2019; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021a). Aineisto antaa useita viitteitä siitä, että tulevaisuudessa, puuttuaksemme nettikiusaamiseen, tarvitsemme aidosti turvallisemman netin sekä tietoisuuden ja kasvattamisen lisäksi kollektiivista yhteisöllisyyttä sekä ihmisten keskinäistä aitoa välittämistä. Aineistosta yhteisöllisyyden alateemaan pystyi liittämään kahdeksan eri nettikiusaamiseen kytkeytyvää tarinaa.

”Saavuin yliopistoon ajatellen, että kaikki olisi hauskanpitoa. Sain pian huomata, että näin ei ollut. Huonekaverini eivät pitäneet minusta syistä, joita en tiedä. - - ” (18-vuotias tyttö)

Yllä olevassa aineistositaatissa vaikuttaa siltä, että kirjoittaja on kokenut nettikiusaamista syystä, jota hän ei edes itse tiedä. Tilanteet, joissa ihmiset otetaan avoimin mielin ja ilman ennakkoluuloja vastaan, vähentävät kiusaamista yleisesti. Tutkimusten mukaan nettikiusaamisen vahvin ennaltaehkäisevä tekijä onkin positiivinen vuorovaikutus (Zych ym. 2019).

Tarvitsemme enemmän yhteisöllisyyttä ja keskinäistä aitoa välittämistä, sillä aineistosta saa tällä hetkellä vahvan vaikutelman siitä, että näistä on puutetta. Yhteisöllisyys ja välittäminen voivat välittyä yksinkertaisesti esimerkiksi siten, että ”puututaan” toisten asioihin, ollaan niistä kiinnostuneita. Individualistisessa maailmassa korostetaan, että jokaisen tulisi olla itsenäinen ja jopa pärjätä itsenäisesti (esim. Lukes 1973). Tämä maailmankatsomus

vieroksuu ajatusta siitä, että toisten ihmisten asioita kysellään saatikka että niihin puututtaisiin. Tätä ideologiaa voi kuitenkin kyseenalaistaa ja haastaa, jos sillä on pienikin mahdollisuus vaikuttaa positiivisesti ihmisten kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin.

Aineisto kertoo nuorista aikuisista, jotka olivat nettikiusaamisensa takia jääneet esimerkiksi pois oppilaitoksestaan pitkiksikin ajoiksi. Tällainen ei useinkaan jää huomaamatta joko läheisiltä, oppilaitoksen tai työpaikan henkilökunnalta. Tarvitsemme toisten asioihin puuttumista siinä mielessä, että kun tällaista epätavallista toimintaa huomataan, se otetaan rohkeasti esiin eikä ajatella, että se ”ei ole minun asiani”. Loppujen lopuksi yhden ihmisen pahoinvointi voi koskettaa koko yhteisöä tai yhteiskuntaa. Siksi yhdenkin ihmisen pahoinvointiin puuttuminen esimerkiksi yhteisöllisyyden keinoin heijastuu myönteisesti koko yhteisöön ja yhteiskuntaan.

Osa yhteisöllisyyttä on aito ja tehokas puuttuminen, kun kohtaamme mitä tahansa kiusaamista. Kiusaamisen osapuolten kanssa käytävät kertaluontoiset keskustelut eivät riitä, vaan tarvitsemme työkaluja puuttua siihen tehokkaammin. Tällaisia työkaluja ovat aineiston perusteella ihmisten asenteisiin vaikuttaminen ja oikeudenmukaisuuden näkökulman vahvistaminen suhteessa kiusaamiseen.

” - - Kaikki tiesivät, että se oli vitsi ja he julkisesti nöyryyttivät ja ilmaisivat vihaansa minua kohtaan. - - ” (19-vuotias poika)

” - - He uhkailivat hakata hänet [ystäväni], mitä muuta voin tehdä? He tulostivat, mitä olin sanonut, mutta ei sitä, mitä he olivat sanoneet ja näyttivät sen rehtorille. Jouduin ongelmiin, mutta puhuin itseni näistä ulos kertomalla TOTUUDEN (jotain, mitä HE eivät tehneet) ja selvisin varoituksella.” (20-vuotias poika)

Yllä olevissa aineistositaateissa näkyvät löyhät asenteet kiusaamista ja siihen puuttumista kohtaan. Ihmiset ovat olleet tietoisia kiusaamisesta, mutta sitä ei ole saatu päättymään puutteellisen yhteisöllisyyden ja välittämisen vuoksi. Toisin sanoen kiusaamiseen ei ole haluttu puuttua. Valitettavan usein voikin olla, että kiusaamiseen puututaan vasta sitten, kun sitä on tapahtunut pidemmän aikaa ja vasta sitten, kun tästä on näkyviä todisteita (Hamarus 2006, 195; 2012, 10). Tämä voi kuitenkin olla liian myöhäistä hyvinvointiin kytkeytyvien vaikutusten minimoimiseksi, kun puhutaan nettikiusaamisesta.

Aiemmin mainitsemillani oikeudenmukaisuuden näkökulmilla tarkoitetaan tässä asiayhteydessä laillisia keinoja puuttua tehokkaasti kiusaamiseen. Tähän lasken mukaan myös poliisiviranomaisten kanssa tehdyn yhteistyön. Kaikilla on oikeus henkilökohtaiseen turvallisuuteen ja kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista nauttimiseen (Ihmisoikeusliitto 2021; ks.

myös Hamarus 2006, 54; 2012, 67; Lastensuojelulaki 13.4.2007/417/1 §4; Perusopetuslaki 30.12.2013/1267/7 §29).

” - - mutta olen epävarma, että tekisivätkö he [yliopiston järjestyksenvalvoja tai poliisi] asialle [kiusaamiselle] mitään. - - ” (19-vuotias poika)

” - - Tämä [kiusaaminen] jatkui yli kuusi kuukautta ja poliisi ei tehnyt mitään. - - ” (18-vuotias tyttö)

Tällä hetkellä esimerkiksi Suomen oppilaitoksissa kurinpitorangaistuksina ovat lievimmästä ankarimpaan muun muassa kasvatustalkut, siivousvelvoite, jälki-istunto, kirjallinen varoitus ja määräaikainen erottaminen (Opetushallitus 2021a). Ammatillisissa oppilaitoksissa ja korkeakouluissa on mahdollista hyödyntää SORA-lainsäädäntöä (Opetushallitus 2022). Sähköistymisen ja digitalisaation myötä myös nettipoliisien määrää on lisätty. Vuonna 2013 Suomessa heitä oli vain kolme kappaletta, kun esimerkiksi vuonna 2017 heitä on rekrytoitu 25 lisää (Haasio 2013; Mäntymaa 2017). Ari Haasio (2013, 12) ehdottaa ajatusta, jossa somekiusaamisen haasteisiin vastaamaan kehitettäisiin Yhdistyneiden kansakuntien (YK) alainen viranomainen, joka valvoisi nettiä ja sen toimintaa sekä liikennettä. Tämä voi olla vartenotettava vaihtoehto, sillä mitä enemmän aikaa ja resursseja kohdennetaan netin valvontaan, sitä todennäköisemmin siitä saadaan tehtyä turvallisempi paikka tulevaisuudessa. Viranomaisiin, ja eritoten kasvatuksesta ja turvallisuudesta vastaaviin viranomaisiin, tulee pystyä luottamaan siten, että heiltä saa avun ja tuen sitä tarvittaessa. Tämä toimii sekä nettikiusaamisen ennaltaehkäisyssä että siihen puuttumisessa. Tämän kaiken voi katsoa olevan osa yhteiskunnallista ja kollektiivista yhteisöllisyyttä. Tarvitsemme yhteisöllisyyttä etenkin nettikiusaamisen erityispiirteiden vuoksi, sillä ne voivat olla vakavimmillaan jopa hengenvaarallisia ihmisen kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille.

” - - Uskon, että lapset kiusaavat netissä, koska heidän ei tarvitse puhua [kiusaamalleen] henkilölle, he kirjoittavat. - - Olen sitä mieltä, että nettikiusaamisen tulisi päättyä ennen kuin se johtaa pelottaviin tilanteisiin, joista olemme kuulleet.” (+18-vuotias tyttö)

Ilmiön vakavuuteen tulee havahtua ja asennoitua siten, että saamme kehitettyä yhteisöjä ja niiden toimintoja, jotta pystymme vähentämään ihmisten kokonaisvaltaista hyvinvointia estäviä tekijöitä (esim. Oksanen 2011, 115). Apuna tässä voivat toimia muun muassa erilaiset kiusaamisen vastaiset tapahtumat ja kampanjat, joilla pystytään valistamaan ja vaikuttamaan pyrkien samalla ilmiön vähentämiseen ja poistamiseen. Esimerkiksi vuonna 2019 toteutettiin #sydän- ja vuonna 2021 #meilläpuututaan-kampanjat. Näiden tavoitteina oli ja on pyrkiä vaikuttamaan asenteisiin ja puuttua ihmisten kokemaan sekä kohtaamaan kiusaamiseen. (STT Viestintäpalvelut Oy 2019; Rovaniemen kaupunki 2021.) Myös YK:n

alainen kehitysjärjestö United Nations Population Fund (UNFPA) julkisti joulukuussa 2021 kampanjan, jonka tarkoituksena on vähentää ja poistaa erityisesti naisiin, nuoriin, etnisiin ryhmiin ja seksuaalivähemmistöihin kohdistuvaa nettivihaa (Twitter 2021b). Tällaisia tapahtumia ja kampanjoita voi toteuttaa myös rakenteellisen sosiaalityön avulla: esimerkiksi blogitekstit voivat olla vahvasti kanta-aottavia sähköisiä kirjoituksia, joilla voi tuoda esille yhteiskunnan erilaisia epäkohtia (Rantahalvari 2020, 19). Kanta-aottavuutta saa lisättyä muun muassa sisällyttämällä teksteihin tapahtumien ja kampanjoiden aihetunnisteita, eli hashtagia. Blogitekstit mahdollistavat yleensä näkyvyyden suurelle yleisömäärälle, mikä oletettavasti tukee muutosta ja vaikuttavuutta omalta osaltaan.

Vaikka netti omaa omat vaaransa, parhaimmillaan se on antoisa ympäristö. Sen avulla voi esimerkiksi löytää tietoa, oppia erilaisia taitoja, tehdä taidetta, rakentaa omaa maailmankuvaansa, asenteitaan ja arvojaan. (Haasio 2013, 135; 2016, 15.) Jokaisella on, ja pitää olla, oikeus olla sellainen kuin on ilman, että joutuu kiusatuksi. Nettikiusaamisen vika ei ole koskaan kiusatussa eikä edes itse netissä. (Holmberg-Kalenius 2008, 62; Hamarus 2012, 18.) Sosiaalityössä tulee sosiaalityön arvojen ja periaatteiden mukaisesti tavoitella sitä, että ihmisten hyvinvointia ja sitä edistäviä tekijöitä lisätään. Kaikkien kansalaisten tulee tunnustaa kiusaamisen merkkejä ja tunnustaa se tosiasia, että kiusaamista tapahtuu. Fyysisen kiusaamisen merkit on helpompi huomata esimerkiksi näkyvien vammojen myötä, mikä tekee henkisestä kiusaamisesta näkymättömämpää. Vaikka tämä kiusaamisen alailmiö on piiloutuvampaa, se on silti yleisempää verrattuna fyysiseen kiusaamiseen, mikä nostaa kiusaamisen ja väkivallan tunnistamisen sekä tunnustamisen makrotasolla keskeiseen asemaan, kun tarkastellaan ihmisten kokonaisvaltaista hyvinvointia edistäviä tekijöitä. (Ellonen ym. 2008, 149.) Ihmisten hyvinvointia estävänä tekijänä kiusaaminen tekee syvät haavat ja arvet ihmiseen, joka sitä joutuu kohtaamaan ja kokemaan. Lähtökohtaisesti kenenkään ei sitä tulisikaan kohdata eikä kokea. (Alastalo 2017, 212.) Sen sijaan kaikkien tulee omalta osaltaan ja kollektiivisesti ennaltaehkäistä nettikiusaamista ja puuttua siihen tehokkaasti. Tarvitsemme yhteisöllistä toisista välittämistä, luottamusta ja kunnioittamista niin, että kaikista yhteiskuntiemme jäsenistä kannetaan yhdessä vastuu ja heistä pidetään huolta (Laitinen 2004; Meeuwisse & Swärd 2013).

7 Pohdinta

Analysoin pro gradu -tutkielmassani nuorten aikuisten kokemuksia nettikiusaamisen vaikutuksista heidän hyvinvointiinsa. Lisäksi tarkastelin, millaisena nuoret aikuiset kokevat nettikiusaamiseen puuttumisen sekä, millaisia keinoja nettikiusaamiseen puuttumiseen ja sen ennaltaehkäisemiseen tarvittaisiin. Nuorten aikuisten kokemuksia tavoiteltiin aineistolla, joka koostui kansainvälisellä verkkosivustolla julkaistuista anonyymeista tarinamuotoisista viesteistä.

Kiusaaminen on käsitteenä laaja. Se kuitenkin sisältää jonkinlaisia negatiivisia tekoja, jotka kohdistuvat tiettyyn henkilöön, ja usein pitkäaikaisesti. Kiusaamistapaukset ja -tilanteet sisältävät aina jonkintasoista vallan epätasapainoa, joka voi olla fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista. Itse kiusaaminen voi ilmetä myös fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti. Kiusaaminen voi esimerkiksi olla lyömistä, toisen ihmisen haukkumista tai hänen jättämistään jonkin yhteisöllisen toiminnan ulkopuolelle. Kiusaamista perustellaan usein sillä, että kiusattu on jollain tapaa erilainen suhteessa muihin. (Esim. Hamarus 2006; 2012.) Kiusaamista tapahtuu kaikissa yhteiskunnissa ja ympäristöissä; esimerkiksi vapaa-ajalla läheissuhteissa sekä oppilaitoksissa ja työpaikoilla henkilökunnan tai kollegoiden toimesta.

Nettikiusaaminen sijoittuu sanansa mukaisesti netin ympäristöön. Somessa tapahtuva kiusaaminen on myös nettikiusaamista, josta syystä käsite somekiusaaminen toimii synonyymina nettikiusaamiselle. Nettikiusaamisen vahingolliseksi tekee sähköisten viestien ”kasvottomuus”, niiden nopea leviäminen ja niiden pysyminen netissä. Netissä kiusaamista voi tapahtua esimerkiksi somessa ja tekstiviestien välityksellä. Nettikiusaaminen voi ilmetä muun muassa erilaisten materiaalien (kuvien tai videoiden) levittämällä, muokkaamisella ja negatiivisten viestien kirjoittamisella. (Esim. Haasio 2013.) Maalittaminen ja verkkovietely, eli grooming, voidaan katsoa myös nettikiusaamisen alalajeiksi.

Tutkimukseni tulosten perusteella nettikiusaaminen vaikuttaa ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin sitä heikentäen. Nettikiusaamisen fyysisiä koettuja vaikutuksia tulosten perusteella ovat väkivallan uhka, erilaiset fyysiset vauriot, kipu, huono olo ja muutto kiusaamisen vuoksi. Psyykkisesti nettikiusaamisen koetaan vaikuttavan mittavasti nettikiusaamista kohdanneen ja kokeneen hyvinvointiin. Nettikiusaaminen tuottaa muun muassa kokemuksia pelosta, haavoittuvuudesta, arvottomuudesta ja surusta. Psyykkisesti nettikiusaamisen koetaan vaikuttavan lisäksi siten, että se voi synnyttää masennusta ja johtaa jopa itsetuhoisiin

ajatuksiin sekä tekoihin. (Myös Hinduja & Patchin 2009; 2010a; 2010b.) Sosiaalisen hyvinvoinnin näkökulmasta nuoret aikuiset kertovat verkkotarinoissaan nettikiusaamisen vaikuttaneen heidän sosiaalisten kontaktiensa vähenemiseen tavalla tai toisella. Sosiaalisten kontaktien laaja väheneminen näkyy muun muassa oppilaitoksessa käymisen ja harrastustoiminnan vähenemisenä. Oppilaitoksessa käymisen väheneminen oli aineiston tarinoissa myös kytköksissä opintomenestyksen heikentymiseen. Nettikiusatut nuoret aikuiset kokivat myös katkeruuden ja kostonhalun tunteuksia nettikiusaamisen vuoksi.

Tutkimukseni tulokset vahvistavat käsitystä hyvinvoinnin kokonaisvaltaisuudesta (ks. Törönen 2012; Niemelä 2017). Monet verkkoaineistoni tarinoissa kerrotut nettikiusaamiskokemukset olivat hyvinvointivaikutuksiltaan limittäisiä ja heijastuivat nuorten aikuisten elämäntilanteissa niin fyysiseen, psyykkiseen kuin sosiaaliseenkin hyvinvointiin. Ihmisen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin yhden osa-alueen heikentyessä muut osa-alueet pyrkivät tasapainottamaan sitä osa-aluetta, joka järkkyy tai on jollain muulla tapaa muutoksessa. Jos tällainen ”kannattelu” jatkuu pitkään, eivät hyvinvoinnin osa-alueet jaksa pysyä kasassa ja tasapainossa. Tämä johtaa väistämättä ihmisen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin heikentymiseen ja on vastoin sitä, mitä pyrimme sosiaalityössä edistämään ja tavoittelemaan.

Tulokset paljastavat, että kokemukset nettikiusaamisen vaikutuksista voivat olla elämänkullisesti pitkäaikaisia ja -kantoisia. Nettikiusaaminen voi esimerkiksi johtaa erilaisiin traumoihin. Nettikiusaamisen koetut vaikutukset voivat olla myös laajoja vaikuttaen nettikiusatun lisäksi hänen lähiyhteisöihinsä, kuten perheenjäseniin sekä jopa nettikiusatun katsumukseen yhteiskunnasta ja sen jäsenistä; nettikiusaamisen kokemukset heikentävät täten yleistä luottamuksen kokemusta. Nettikiusaaminen lisää myös tuen ja terapian tarpeita. (Myös Cyberbullying Research Center 2021b.)

Nettikiusaamiseen puuttuminen jää valitettavan usein vaillinaiseksi esimerkiksi kokemuksellisissa nettikiusaamistarinoissa, joita näemme ja kuulemme jokapäiväisissä eri medioissa. Myös oman tutkimukseni tulokset osoittavat, että nuoret aikuiset kokevat nettikiusaamiseen puuttumisen suurelta osin juuri tämänkaltaisena: riittämättömänä ja puutteellisena. Nettikiusaamisen ennaltaehkäisyn keinoiksi nuoret aikuiset kokevat huolenpidon ja turvallisen netin käytön. Tosin näitä seikkoja nousi esille erittäin vähän nettikiusaamiseen kytkeytyvissä tarinoissa. Nettikiusaamiseen puuttuminen on nuorten aikuisten kokemusten mukaan jäänyt tavalla tai toisella vajaaksi: siihen on joko yritetty puuttua tuloksetta tai siihen ei ole puututtu riittävän vakavasti. Nuoret aikuiset kokevat, että nettikiusaamisen suhteen tulevaisuudessa

tarvitsemme aidosti turvallisempaa nettiä. Tähän kuuluu niin yksilöiden kuin yhteisöjen käyttäytyminen sekä netin palveluiden, yritysten, sovellusten, kanavien ja alustojen turvalliset käytännöt. Muita tulevaisuuden tarpeita nettikiusaamisen ennaltaehkäisyyn ja siihen puuttumisen suhteen ovat tietoisuuden lisääminen ja kasvattaminen sekä ihmisten yleinen yhteisöllisyys. (Myös esim. Thorslund 2007; Stowell 2017.) Tarvitsemme nettikiusaamiseen aitoa ja tehokasta puuttumista asennemuutoksin, välittämisen kulttuurin edistämällä sekä mahdollisesti erilaisin lakimuutoksin. Kiusaamisen ei tule olla tabu, vaan siitä ja sen koetuista negatiivisista vaikutuksista tulee puhua avoimesti. Siihen tulee siis puuttua aidon tehokkaasti.

Voisiko yksi, lakimuutoksiin liittyvä keino olla se, että kiusaaminen täyttäisi herkemmin erilaisten rikosnimikkeiden tunnuspiirteet ja kriteeristöt. Tällaisena esimerkkinä voi pitää seksuaalista ahdistelua ja sen laajentamista lakiin siten, että se sisältäisi myös sanallisen ahdistelun. Tarvitsemme nettikiusaamisen ilmiöstä lisäinformaatiota, koska harmillisen usein nettikiusaaminen täyttää jonkin rikoksen tunnusmerkistöt ja kriteerit, mutta siihen puuttumisen esteenä voi olla muun muassa ihmisten tiedon, osaamisen, resurssien, ajan ja tahdon puute (Yle 2018). Netissä tapahtuvien rikosten suhteen nettipoliisien ja poliisien merkitys kasvaa suureksi. Tutkimustulokset antavat viitteitä siitä, että myös sosiaali- ja terveydenhuoltoon tarvitaan kanavat, joissa kiusaamisen uhreja sekä tekijöitä pystytään auttamaan ja tukemaan kokonaisvaltaisesti. Näiden markkinointi on yksi nettikiusaamisen ennaltaehkäisyyn ja siihen puuttumisen keino, mutta myös osa rakenteellista sosiaalityötä.

Sosiaalityölle tutkimukseni tulokset antavat tietoa yhdestä nyky-yhteiskunnan keskeisestä hyvinvointia estävästä ilmiöstä, eli nettikiusaamisesta. Sosiaalityön ammattilaisten tulee olla tietoisia kussakin ajassa vallitsevista yhteiskunnallisista ja sosiaalisista ilmiöistä ja niihin liittyvistä mahdollisuuksista sekä haasteista. Myös sosiaalityötä tehdään yhteiskunnan ja arjen muutoksien mukaisesti yhä enenevästi sähköisessä muodossa, digitalisaation ja teknologian parissa. (Kivistö 2017.) Näin pystymme arvojemme ja periaatteidemme mukaisesti olemaan osatekijänä ihmisten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ylläpitämisessä ja sen edistämisessä. Erityisen merkityksellisenä tutkielman tulokset näyttävät nuorten aikuisten parissa tehtävälle sosiaalityölle.

Nettikiusaamisen ennaltaehkäisyyn ja siihen puuttumiseen tarvitaan kaikkia yhteiskuntiemme jäseniä. Tulevaisuudessa voidaan maailmanlaajuisesti pohtia esimerkiksi erilaisten sovellusten ja viranomaistahojen kehittämistä sekä lisäämistä, jotka valvoisivat ja

ylläpitäisivät netin yleistä turvallisuutta. Nettiä voidaan käyttää apuna nettikiusaamisen ennaltaehkäisyssä ja siihen puuttumisessa siten, että järjestettäisiin enenevästi kiusaamisen vastaisia kampanjoita, joiden avulla tietoisuutta ilmiöstä saadaan edistettyä. Tietoisuudella lisäämme ymmärrystä ja ymmärryksellä pystymme lisäämään ihmisten kokonaisvaltaista hyvinvointia (esim. Rantahalvari 2020, 23).

Aineistoni soveltui erinomaisesti käytettäväksi valitsemani tutkimusaiheen tarkastelussa. Sen avulla pystyin yksinkertaisesti ja laajasti vastaamaan asetettuihin tutkimuskysymyksiin. Uskon tätä edesauttaneen sen seikan, että aineisto on kansainvälinen. Toisaalta sama seikka toi mukanaan myös omat haasteensa, esimerkiksi sen, että kaikkia sanoja ja ilmaisuja on vaikeaa kääntää suoraan suomeksi. Näitä haasteellisia sanoja ja ilmaisuja tuli pohtia tarkasti, jotta ne eivät muuntuisi sellaisiksi, joksi niiden kirjoittaja ei ole niitä tarkoittanut. Kuitenkin kokonaisuudessaan suosittelen kansainvälistä aineistoa käytettäväksi tutkimuksissa, sillä niillä voidaan saada laajempaa ja sisältörikkaampaa uutta tietoa tutkittavista aiheista. Vaikka nuorten aikuisten elämät eri puolilla maailmaa ovat kulttuurisidonnaisesti eriytyneitä, ovat ne toisaalta yhdenmukaistuneet globalisaatioon liittyvän digitalisaation myötä. Tämä koskee myös digitalisaation negatiivisia lieveilmiöitä.

Valittu analyysimenetelmä, eli teemoittelu, toi yllätyksellisesti tutkimuksessani esille sen, että nettikiusaamisen koettuja vaikutuksia fyysiseen hyvinvoinnin osa-alueeseen kuvattiin nettikiusaamiseen kytkeytyvissä tarinoissa verrattain vähän. Sosiaaliseen hyvinvointiin kytkeytyviä nettikiusaamisen vaikutuksia kuvattiin suhteellisen saman verran kuin sen fyysisiä koettuja vaikutuksia. Eniten aineistoni verkkotarinoissa kuvattiin nettikiusaamisen koettuja psyykkisiä vaikutuksia. Teemojen esiintymistiheyden suhteen nettikiusaamisen koetut pitkäaikaiset ja laajat vaikutukset olivat aineistossa melko tasavertaisia. Aineiston mukaan nuoret aikuiset sanoittavat vähemmän nettikiusaamisen ennaltaehkäisyyn kytkeytyviä keinoja.

Aineistosta löytyi jopa yllättävänkin vähän kertomuksia, jotka kytkeytyivät nettikiusaamisen puuttumiseen ja siihen liittyviin tulevaisuuden tarpeisiin lukuun ottamatta yhteisöllisyyden alateemaa. Pääteemojen esiintymistiheyttä tarkastellessa puuttumiseen kytkeytyviä alateemoja oli lähes puolet vähemmän kuin koettujen vaikutusten alateemoja. Olen tuloslukuissa pohtinut mahdollisia syitä tälle. Syy voi olla muun muassa se, että nettikiusaamisen vaikutuksia on helpompi kuvailla kirjoittamalla kuin puuttumisen keinoja. Toinen näkökulma voi olla, että nettikiusaamisen negatiiviset vaikutukset ovat jo tiedossa, mutta sen tehokas puuttuminen on vielä alkutekijöissään eikä sitä siksi osata tarkemmin kuvata. Tätä pohdintaa

tukee aineiston pääteemojen (koetut vaikutukset ja puuttuminen) esiintymistiheys (ks. *Taulukko 1; Taulukko 2*).

Tutkimuksessa tarkastellaan tutkittavaa aihetta aina tietystä teoreettis-käsitteellis-käytännöllisestä näkökulmasta. Aineisto voi antaa paljon erilaisia vastauksia, mutta tietty näkökulma rajaa paljon tietoa myös tarkastelun ulkopuolelle. Yksittäinen tutkimus päätetään sen raportointiin, mutta tehty tutkimus herättää aina uusia mielenkiinnon kohteita, kysymyksiä ja erilaisia teoreettisia tutkimusnäkökulmia. (Alasuutari 2011, 213.) Tutkimustulosteni pohjalta voidaan esittää muutama jatkotutkimusidea. Nettikiusaamisen ilmiötä ja siihen kytkeytyviä sukupuolten välisiä erityispiirteitä tai eroavaisuuksia tulisi tarkastella jatkossa enemmän. Sukupuolten välisiä eroja kiusaamisen suhteen on jo tutkittu, mutta nykypäivän uuden kiusaamismuodon, eli nettikiusaamisen, näkökulmaan tulisi paneutua syvemmin. Nettikiusaamisen vaikutusta voi jatkossa tutkia esimerkiksi siitä näkökulmasta, miten se vaikuttaa nuorten minäkäsityksen kehittymiseen. Nettikiusaaminen on vahingollista ihmisten kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille, mutta miten se näyttäytyy juuri minäkäsityksessä? Ajankohtaisena jatkotutkimusaiheena voi pitää myös koronapandemian vaikutusta nettikiusaamiseen. Onko nettikiusaaminen esimerkiksi lisääntynyt tai jotenkin muuttunut sen myötä?

Aiemman tiedon valossa muodostunut esioletukseni siitä, että nettikiusaaminen heijastuu negatiivisesti nuorten aikuisten kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin, vahvistui tutkimusprosessin myötä. Toisaalta väitän, että vaikka minulla oli aiheesta ennakkokäsityksiä, onnistuin tarkastelemaan asioita kriittisesti ja kyseenalaistaen.

Tutkimusprosessin aikana opin yleisesti tutkimuksen tekemisestä. Prosessin alku oli haastava. Puhuin pro gradu -prosessistani muille ihmisille, esimerkiksi opiskelijakollegoilleni ja lähipiirilleni, ääneen, jota kautta sain mieltäni ja ajatuksiani tutkimuksen suhteen rauhoitettua. Tutkimusprosessin edetessä pala kerrallaan alkoi itseä tyydyttävä tutkimuskokonaisuus muodostua. Kiinnostus jo varhain valittua tutkimusaihetta kohtaan vain kasvoi ajan kuluessa ja prosessin edetessä. Tutkimuksen nyt valmistuttua koen positiivisia onnistumisen tunteita, mutta toisaalta myös jonkinlaista haikeutta, sillä jätän hyvästit yliopisto-opinnoille tältä erää. Koen kuitenkin olevani valmis lähtemään toteuttamaan työelämässä, kuten myös yleisesti elämässä, sosiaalityön arvoja ja periaatteita oppimani mukaan.

Lähteet

- Aalto, Anna-Mari 2011: Suositus psyykkisen toimintakyvyn mittaamiseksi väestötutkimuksissa. TOIMIA-verkosto. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/132196/16_Psyykkisen%20toimintakyvyn%20mittaaminen%20vaestotutkimuksissa.pdf?sequence=2&isAllowed=y. Viitattu 27.9.2021.
- Alasoini, Tuomo 2015: Digitalisaatio muuttaa työtä – millaista työelämää uudistavaa innovaatiopolitiikkaa tarvitaan? Työpoliittinen Aikakauskirja 2/2015. Työ- ja elinkeinoministeriö, 26–37. Helsinki.
- Alastalo, Jarno 2017: Pimeä netti. BTJ Finland Oy. Vantaa.
- Alasuutari, Pertti 2011: Laadullinen tutkimus 2.0. Vastapaino. Tampere.
- Allardt, Erik 1993: Having, loving, being: an alternative to the Swedish model of welfare research. Teoksessa: Nussbaum, Martha & Sen, Amartya (toim.) The Quality of Life. Clarendon Press. Oxford.
- Anias, Pauliina & Hyvärinen, Tiina & Honkanen, Hilikka & Männikkö, Niko 2020: Nuorten kokema kiusaaminen sosiaalisessa mediassa. ePooki. Oulun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehitystyön julkaisut 53. <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2020060440668>. Viitattu 22.11.2021.
- Aro, Jari 2011: Yhteisöllisyys ja sosiaalinen side. School of Social Sciences and Humanities. Tampere University Press. Tampere.
- Arora, Himanshu 2013: How Email Works? – Email Basic Concepts Explained. <http://www.thegeekstuff.com/2013/05/how-email-works/>. Viitattu 23.11.2021.
- Bauman, Zygmunt 1990: Thinking Sociologically. Blackwell. United Kingdom.
- Berg, Päivi & Myllyniemi, Sami 2021: The service is good! The 2020 Youth Barometer. <https://www.youthresearch.fi/publications/abstracts/the-service-is-good-the-2020-youth-barometer>. Viitattu 26.10.2021.
- Bodovski, Katerina 2020: Parenting, Social Class, and the College Admissions Scandal. American Sociological Association 19 (3), 40-45.
- Boyd, Danah M. & Ellison, Nicole B. 2007: Social Network Sites: Definition, History and Scholarship. Journal of Computer-Mediated Communication 13 (2008), 210–230.
- Brandt, Jonna 2017: Digitaalinen vaino eron jälkeisenä vainon muotona – Merkityksiä arjessa ja turvallisuuden kokemuksissa. Teoksessa Kivistö, Mari & Päykkönen, Kirsi (toim.) Sosiaalityö digitalisaatiossa. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja C. Työpapereita 58. Lapin yliopistopaino. Rovaniemi.
- Braun, Virginia & Clarke, Victoria 2006: Using thematic analysis in psychology. Qualitative Research in Psychology 3 (2), 77-101.
- Chen, Xiaoxia & Despeisse, Mélanie & Johansson, Björn 2020: Environmental Sustainability of Digitalization in Manufacturing: A Review. Sustainability 12 (10298), 1-31.

- Chiu, Shaoi 2014: The relationship between life stress and smartphone addiction on taiwanese university student: A mediation model of learning self-efficacy and social self-efficacy. *Computers in Human Behavior*, 34, 49-57.
- Chudal, Roshan & Tiiri, Elina & Brunstein Klomek, Anat & How Ong, Say & Fossum, Sturla & Kaneko, Hitoshi & Kolaitis, Gerasimos & Lesinskiene, Sigita & Li, Liping & Nguyen Huong, Mai & Kumar Praharaj, Samir & Sillanmäki, Lauri & Slobodskaya, Helena R. & Srabstein, Jorge C. & Wiguna, Tjhin & Zamani, Zahra & Sourander, Andre 2021: Victimization by traditional bullying and cyberbullying and the combination of these among adolescents in 13 European and Asian countries. *European Child & Adolescent Psychiatry*.
- Comparitech 2021: Cyberbullying facts and statistics for 2018 – 2021. <https://www.comparitech.com/internet-providers/cyberbullying-statistics/>. Viitattu 26.10.2021.
- Cowie, Helen & Jennifer, Dawn 2008: *New perspectives on bullying*. Open University Press. England.
- Cyberbullying Research Center 2021a: About the Cyberbullying Research Center. <https://cyberbullying.org/about-us>. Viitattu 4.10.2021.
- Cyberbullying Research Center 2021b: Share Your Cyberbullying Story. <https://cyberbullying.org/stories>. Viitattu 22.12.2021.
- Daily Mail 2018: You've been using emojis all wrong! The most commonly misunderstood symbols revealed - including a VERY naughty hotel and a 'crying' face that's actually relieved. <https://www.dailymail.co.uk/femail/article-5226411/Youve-using-emojis-wrong.html>. Viitattu 29.11.2021.
- Digi- ja väestötietovirasto 2021: Digiturvaviikko 25.–29.10.2021. <https://www.lyyti.fi/p/digiturvaviikko2021>. Viitattu 4.12.2021.
- Donegan, Richard 2012: *Bullying and Cyberbullying: History, Statistics, Law, Prevention and Analysis*. The Elon Journal of Undergraduate Research in Communications 3 (1), 33–42.
- Ellonen, Noora & Kääriäinen, Juha & Salmi, Venla & Sariola, Heikki 2008: *Lasten ja nuorten väkivaltakokemukset. Tutkimus peruskoulun 6. ja 9. luokan oppilaiden kokemasta väkivallasta*. Tampereen yliopistopaino Oy – Juvens Print. Tampere.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 1998: *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Vastapaino. Tampere.
- Facebook 2021: How Do We Know Someone Is Old Enough to Use Our Apps? <https://about.fb.com/news/2021/07/age-verification/>. Viitattu 21.9.2021.
- Forss, Marko 2014: *Fobban sosiaalisen median selviytymisopas*. GPS group. Helsinki.
- Frishammar, Johan & Ericson, Åsa (toim.) 2018: *Addressing societal challenges*. Luleå University of Technology. Luleå.
- Furlong, Andy 2013: *Youth Studies. An introduction*. Routledge. London and New York.
- Haasio, Ari 2007: *Nuorten nettiopas*. BTJ Finland Oy. Helsinki.
- Haasio, Ari 2013: *Netin pimeä puoli*. Suomalaisen Kirjallisuuden Seura. Helsinki.

- Haasio, Ari 2015: Toiseus, tiedontarpeet ja tiedon jakaminen tietoverkon ”pienessä maailmassa”. Tutkimus sosiaalisesti vetäytyneiden henkilöiden informaatiokäyttäytymisestä. Acta Universitatis Tamperensis 2082. Tampere University Press. Tampere.
- Haasio, Ari 2016: Koukussa nettiin. Lapset, nuoret ja verkon vaarat. BTJ Finland Oy. Helsinki.
- Hamarus, Päivi 2006: Koulukiusaaminen ilmiönä. Yläkoulun oppilaiden kokemuksia kiusaamisesta. Department of Education, University of Jyväskylä. University Library of Jyväskylä. Jyväskylä.
- Hamarus, Päivi 2012: Haukku haavan tekee. Puututaan yhdessä kiusaamiseen. PS-kustannus. Jyväskylä.
- Harper, Douglas R. 2008: Bully. Online etymology dictionary. http://www.etymonline.com/index.php?allowed_in_frame=0&search=bully&searchmode=none. Viitattu 23.9.2021.
- Harré, Rom 1983: Personal being. A theory for individual psychology. Basil Blackwell. Oxford.
- Harré, Rom 1991: Physical being. A theory for corporeal psychology. Basil Blackwell. Oxford.
- Harré, Rom 1993: Social being. A theory for social psychology. 2nd ed. Basil Blackwell. Oxford.
- Hautala, Sanna 2021: Sensitiiviset tutkimusaiheet ja tutkimuksen eettiset ratkaisut. Luento, Lapin yliopisto. Rovaniemi.
- Hinduja, Sameer & Patchin, Justin W. 2009: Cyberbullying Research Summary. Emotional and psychological consequences. Cyberbullying Research Center. Saatavilla [www-muodossa: https://cyberbullying.org/cyberbullying_emotional_consequences.pdf](http://www.muodossa: https://cyberbullying.org/cyberbullying_emotional_consequences.pdf). Viitattu 4.10.2021.
- Hinduja, Sameer & Patchin, Justin W. 2010a: Bullying, Cyberbullying, and Suicide. Archives of Suicide Research 14 (3), 206–221.
- Hinduja, Sameer & Patchin, Justin W. 2010b: Cyberbullying and Self-Esteem. Journal of School Health 80 (12), 614–621.
- Hinduja, Sameer & Patchin, Justin W. 2010c: Electronic Dating Violence. A Brief Guide for Educators and Parents. Cyberbullying Research Center. Saatavilla www-muodossa: https://cyberbullying.org/electronic_dating_violence_fact_sheet.pdf. Viitattu 4.10.2021.
- Hinduja, Sameer & Patchin, Justin W. 2011: Cyberbullying Research Summary. Bullying, Cyberbullying, and Sexual Orientation. Cyberbullying Research Center. https://cyberbullying.org/cyberbullying_sexual_orientation_fact_sheet.pdf. Viitattu 4.10.2021.
- Hinduja, Sameer & Patchin, Justin W. 2018: Connecting Adolescent Suicide to the Severity of Bullying and Cyberbullying. Journal of School Violence 18 (3), 1–14.
- Hinduja, Sameer 2018: Federal Commission on School Safety. Cyberbullying Research Center. <https://cyberbullying.org/federal-commission-on-school-safety>. Viitattu 10.11.2021.

- Hintikka, Kari A. 2021: Sosiaalinen media. <http://kans.jyu.fi/sanasto/sanat-kansio/sosiaalinen-media>. Viitattu 9.12.2021.
- Holmberg-Kalenius, Tina 2008: Elämää koulukiusaamisen jälkeen. Gummerus Kustannus Oy. Jyväskylä.
- Huhtala, Niina 2013: Verkkokiusaaminen lasten ja nuorten nettimaailman haasteena. Teoksessa Kupiainen, Reijo & Kotilainen, Sirkku & Nikunen, Kaarina & Suoninen, Annikka (toim.) Lapset netissä. Puheenvuoroja lasten ja nuorten netin käytöstä ja riskeistä. Mediakasvatusseura, 44–54.
- Hunt, Stephen 2005: The Life Course. A Sociological Introduction. Palgrave MacMillan. United Kingdom.
- Ihmisoikeusliitto 2021: Ihmisoikeudet. <https://ihmisoikeudet.net/ihmisoikeudet/>. Viitattu 1.12.2021.
- Ikonen, Riikka & Helakorpi, Satu 2019: Lasten ja nuorten hyvinvointi – Kouluterveyskysely 2019. Tilastoraportti 33/2019. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Instagram 2021: Continuing to Make Instagram Safer for the Youngest Members of Our Community. <https://about.instagram.com/blog/announcements/continuing-to-make-instagram-safer-for-the-youngest-members-of-our-community>. Viitattu 21.9.2021.
- Irisvik, Satu & Utriainen, Jenni 2017: Kuinka kasvattaa diginatiivi. Kustantamo S&S. Helsinki.
- Itkonen, Hannu 2021: Liikkumisen sosiologia. Vastapaino. Tampere.
- Jadhav, S. Weiss, M. G. & Littlewood, R. 2001: Cultural experience of depression among white Britons in London. *Anthropology & Medicine* 8 (1), 47–69.
- Jauhiainen, Annikki & Sihvo, Päivi & Ikonen, Helena 2014: Kansalaisten osaaminen ja ohjaaminen sähköisiin terveyspalveluihin. Teoksessa Jauhiainen, Annikki & Sihvo, Päivi (toim.) Sähköiset terveyspalvelut asiakkaiden käyttöön terveydenhuollossa – Teoriasta käytäntöön. Karelia-ammattikorkeakoulu. LaserMedia Oy. Joensuu.
- Jeong, Se-Hoon & Kim, Hyoungjee & Yum, Jung-Hoo & Hwang, Yoori 2016: What type of content are smartphone users addicted to? SNS vs. games. *Computers in Human Behavior*, 54, 10–17.
- John, Ann & Glendenning, Alexander, Charles & Marchant, Amansa & Montgomery, Paul & Stewart, Anne & Wood, Sophie & Lloyd, Keith & Hawton, Keith 2018: Self-Harm, Suicidal Behaviours, and Cyberbullying in Children and Young People: Systematic Review. *Journal of Medical Internet Research* 20 (4), 1–15.
- Juhila, Kirsi 2006: Sosiaalityöntekijöinä ja asiakkaina. Sosiaalityön yhteiskunnalliset tehtävät ja paikat. Vastapaino. Tampere.
- Jääskeläinen, Tuija & Koponen, Päivikki & Lundqvist, Annamari & Borodulin, Katja & Koskinen, Seppo 2019: Nuorten aikuisten terveys ja elintavat Suomessa – FinTerveys 2017 -tutkimuksen tuloksia. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Kairala, Maarit 2017: Alkusanat. Teoksessa Kivistö, Mari & Päykkönen, Kirsi (toim.) Sosiaalityö digitalisaatiossa. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja C. Työpapereita 58. Lapin yliopistopaino. Rovaniemi.

- Kakkuri-Knuuttila, Marja-Liisa & Heinlahti, Kaisa 2006: Mitä on tutkimus? Argumentaatio ja tieteenfilosofia. Gaudeamus Oy. Helsinki.
- Kalalahti, Mira 2014: Muuttuvat koulutusmahdollisuudet – Nuorten sosiaaliset hierarkiat ja koulumenestys. Sosiaalitieteiden laitoksen julkaisuja 2014:14. Yhteiskuntapolitiikka. Sosiaalitieteiden laitos, Helsingin yliopisto. Unigrafia. Helsinki.
- Kallinen, Timo & Kinnunen, Taina 2021: Etnografia. Teoksessa Vuori, Jaana (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. Tampere. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/metelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/teemoittelu/>. Viitattu 2.11.2021.
- Kananoja, Aulikki & Karjalainen, Pekka 2017: Hyvinvoinnin edistäminen ja yhteistyö sosiaalipolitiikan uusissa rakenteissa. Teoksessa Kananoja, Aulikki & Lähteinen, Martti & Marjamäki, Pirjo (toim.) Sosiaalityön käsikirja. Tietosanoma Oy. Helsinki.
- Karvonen, Sakari 2019: Koetun hyvinvoinnin tila tunnuslukujen valossa. Teoksessa Karvonen, Sakari & Kestilä, Laura (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2018. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. PunaMusta Oy. Helsinki.
- Kettell, Greg & Ackerman Kettell, Jennifer 2008: Windows Home Server Bible. Wiley. Indianapolis.
- Kiiski, Jouko 2011: Suomalainen avioero 2000-luvun alussa. Miksi avioliitto puretaan, miten ero koetaan ja miten siitä selviydytään? Itä-Suomen yliopisto. Joensuu.
- Kivistö, Mari 2017: Sosiaalityö digitalisaatiossa ja eettisyyden vaade. Teoksessa Kivistö, Mari & Päykkönen, Kirsi (toim.) Sosiaalityö digitalisaatiossa. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja C. Työpapereita 58. Lapin yliopistopaino. Rovaniemi.
- Knekt, Paul & Virtala, Esa & Härkänen, Tommi & Vaarama, Marja & Lehtonen, Johannes & Lindfors, Olavi 2016: The outcome of short- and long-term psychotherapy 10 years after start of treatment. *Psychol Med* 132 (5), 475.
- Koivusilta, Leena & Rimpelä, Arja 2000: Nuoruusiässä luodaan terveyden perusta. Teoksessa Heikkinen, Eino & Tuomi, Jouni (toim.) Suomalainen elämäntilanne. Tammi 2000. Helsinki.
- Kowalski, Robin M. & Limber, Susan P. & Agatston, Patricia W. 2012: Cyberbullying. Bullying in the digital age. 2nd ed. Blackwell Publishing Ltd. United Kingdom.
- Kuula, Arja 2011: Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Vastapaino. Tampere.
- Kääriäinen, Juha 2007: Trust in the police in 16 European countries. A multilevel analysis. *European Journal of Criminology* 4 (4), 409–435.
- Laakso, Marja-Leena 2016: Havainnot ja pohdintoja lasten hyvinvoinnista vuorohoidossa 24/7 tutkimustulosten valossa. OHOI - Osaamista vuorohoitoon henkilöstökoulutus. Jyväskylän yliopisto.
- Lachman, M. E. 2004: Development in midlife. *Annual Review of Psychology*, 55, 305–331.
- Laitinen, Merja 2004: Häväistyt ruumiit, rikotut mielet. Tutkimus lapsina läheissuhteissa seksuaalisesti hyväksikäytettyjen naisten ja miesten elämästä. Tammer-Paino Oy. Tampere.

- Lamminmäki-Kärkkäinen, Tanja 2002: Identiteetin kulttuuriprofiili ja toiseuden purkaminen. Teoksessa Räsänen, Rauni & Jokikokko, Katri & Järvelä, Maria-Liisa & Lamminmäki-Kärkkäinen, Tanja (toim.) Interkulttuurinen opettajan koulutus. Utopiasta todellisuudeksi toimintatutkimuksen avulla. Oulun yliopisto. Kasvatustieteiden ja opettajankoulutuksen yksikkö E55, 71–83.
- Lapin yliopisto 2021: Eettiset periaatteet ja ennakoarviointi. <https://www.ulapland.fi/FI/Tutkimus/Vastuullinen-tutkimus/Eettiset-periaatteet-ja-ennakoarviointi>. Viitattu 21.9.2021.
- Lastensuojelulaki 13.4.2007/417. Saatavilla www-muodossa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>. Viitattu 1.12.2021.
- Leikas, Jaana 2008: Ikääntyvät, teknologia ja etiikka. Näkökulmia ihmisen ja teknologian vuorovaikutustutkimukseen ja -suunnitteluun. VTT. Tampere.
- Lepola, Ulla & Leinonen, Esa & Koponen, Hannu 1994: Sitalopraami lasten ja nuorten paniikkihäiriön ja koulupelon hoidossa. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim 110 (1), 60.
- Lukes, Steven 1973: Individualism. ECPR Press. United Kingdom.
- Lämsä, Anna-Liisa 2009: Mun on paha olla. Näkökulmia lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin. PS-Kustannus. Jyväskylä.
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2021a: Kiusaamisen seuraukset. <https://www.mll.fi/ammatilaisille/kouluille-ja-oppilaitoksille/kiusaamisen-ehkaiseminen/kiusaamisen-seuraukset/>. Viitattu 10.11.2021.
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2021b: Nettikiusaaminen. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/hyvinvointia-digiajassa/nettikiusaaminen/>. Viitattu 23.9.2021.
- Mansikkamäki Erja 2021: Miljardeja valeprofiileja, miljoonia koronaan liittyviä vääristelyviestejä ja häirintää – näin Facebook seuloo vihapuhetta ja luvattomia kuvia. <https://www.maaseuduntulevaisuus.fi/ihmiset-kulttuuri/artikkeli-1.1351558>. Viitattu 29.11.2021.
- Marin, Marjatta 2001: Aikuisuus ja keski-ikäisyys. Teoksessa Sankari, Anne & Jyrkämä, Jyrki (toim.) Lapsuudesta vanhuuteen. Iän sosiologiaa. Vastapaino. Tampere.
- Meeuwisse, Anna & Swärd, Hans (toim.) 2013: Perspektiv på sociala problem. Andra omarbetade utgåvan. Natur & Kultur. Stockholm.
- Mielenterveystalo 2021a: Mitä on aggressio? https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/itsehoito/aggression_tunteen_omahoito/Pages/mita_on_aggressio.aspx. Viitattu 11.11.2021.
- Mielenterveystalo 2021b: F60 Persoonallisuushäiriöt. <https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/Tietopankki/Diagnoosi-tietohaku/F60-69/F60/Pages/default.aspx>. Viitattu 11.11.2021.
- Mills, Melinda & Blossfeld, Hans-Peter 2005: Globalization, Uncertainty and The Early Life Course. A theoretical framework. Teoksessa Blossfeld, Hans-Peter & Klijzing, Erik & Mills, Melinda & Kurz, Karin (toim.) Globalization, Uncertainty and Youth in Society. Routledge. London and New York.

- Myllyniemi, Sami 2012: Monipolvinen hyvinvointi. Nuorisobarometri 2012. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseuran julkaisuja 127, verkkojulkaisuja 53, Nuorisoasiain neuvottelukunnan julkaisuja 46. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, Nuorisoasiain neuvottelukunta. Helsinki.
- MySafety 2020: Tutkimus: Nettikiusaaminen Suomessa. Suomalaisista joka viides on tullut loukatuksi somessa tai verkon keskustelupalstoilla. IRO Research & Consulting. https://www.mysafety.fi/sites/mysafety.fi/files/Mysafety_netikiusaaminen_Suomessa_tutkimus_kesa_2020_08072020.pdf. Viitattu 23.9.2021.
- Mäkeläinen, Mika 2016: Kiina kiristää sananvapauden rajoja – myös Ylen toimintaa häiritään. <https://yle.fi/uutiset/3-8579526>. Viitattu 29.11.2021.
- Männikkö, Niko 2021: Sosiaalinen media itsensä ilmaisun, sosiaalisen pääoman ja hyvinvointivaikutusten välittäjänä. Janus 29 (4), 398–404.
- Mäntymaa, Eero 2017: Poliisi rekrytoi 25 uutta nettipoliisia – "kyse ei ole sananvapauden rajoittamisesta". <https://yle.fi/uutiset/3-9437958>. Viitattu 1.12.2021.
- Mäntysaari, Mikko 2006: Tarkentuva tieto sosiaalityössä. Teoksessa Kuusela, Pekka & Niiranen, Vuokko (toim.) Realismin haaste sosiaalitieteissä. UNIPress. Kuopio.
- Niemelä Pauli 2014: Ihmisarvo ja sosiaalityö. Tutkiva sosiaalityö 2014. Talentia-lehti, Sosiaalityön tutkimuksen seura.
- Niemelä, Pauli 2017: Ihmisen toiminnallisuus ja hyvinvointi sosiaalityön teoreettisen ymmärryksen perustana. Teoksessa Mäntysaari, Mikko & Pohjola, Anneli & Pösö, Tarja (toim.) Sosiaalityö ja teoria. PS-kustannus. Jyväskylä.
- Niemi, Johanna & Kainulainen, Heini 2018: #Metoo: seksuaalinen häirintä ja laki. RIKU-lehti 1/2018, 5–6. Saatavilla www.muodossa: https://www.riku.fi/content/uploads/su_file/1977_RIKU_1_18.pdf. Viitattu 30.9.2021.
- Nuorisolaki 1285/2016. Annettu Helsingissä 21. joulukuuta 2016. Saatavilla www.muodossa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285>. Viitattu 28.9.2021.
- Office for National Statistics 2017: Focus on violent crime and sexual offences, England and Wales: year ending Mar 2016. <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/crimeandjustice/compendium/focusonviolentcrimeandsexualoffences/yearendingmarch2016>. Viitattu 22.11.2021.
- Oksanen, Atte & Nurmi, Johanna & Räsänen, Pekka 2011: Pahuus ja väkivallan käsittelemisen ongelma Jokelan ja Kauhajoen koulusurmien jälkeen. Janus 19 (2), 104–121.
- Opetushallitus 2021a: Kurinpitokeinot ja turvaamistoimenpiteet perusopetuksessa. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/kurinpitokeinot-ja-turvaamistoimenpiteet-perusopetuksessa>. Viitattu 1.12.2021.
- Opetushallitus 2021b: Oppivelvollisuuden laajentaminen. <https://www.oph.fi/fi/kehittaminen-ja-kansainvalisyys/oppivelvollisuuden-laajentaminen>. Viitattu 8.11.2021.
- Opetushallitus 2022: SORA – ratkaisuja soveltumattomuuteen. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/sora-ratkaisuja-soveltumattomuuteen>. Viitattu 29.1.2022.
- Oxford Languages 2021: Oxford Languages and Google. <https://languages.oup.com/google-dictionary-en/>. Viitattu 1.10.2021.

- Pascal, Blaise 2016: *Pensées*. Alkuperäinen teos vuodelta 1670. Philosophical Library. New York.
- Patchin, Justin W. 2020: Tween Cyberbullying in the United States. <https://cyberbullying.org/tween-cyberbullying-in-the-united-states>. Viitattu 4.10.2021.
- Pelastakaa Lapset ry – Rädda Barnen 2021: Nettivihje, Finnish Hotline. <https://www.pelastakaaalapset.fi/tyomme-kotimaassa/lapset-digitaalinen-media/nettivihje/>. Viitattu 1.12.2021.
- Perusopetuslaki 21.8.1998/628. Saatavilla www-muodossa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628>. Viitattu 1.12.2021.
- Pohjola, Anneli 2016: Sosiaalityön vastuu heikompaan asemaan joutuneista. Teoksessa Törönen, Maritta & Hänninen, Kaija & Jouttimäki, Päivi & Lehto-Lundén, Tiina & Salovaara, Petra & Veistilä, Minna (toim.) *Vastavuoroinen sosiaalityö*. Gaudeamus Oy. Helsinki.
- Poliisi 2021: Nettivinkki. <https://www.poliisi.fi/nettivinkki>. Viitattu 1.12.2021.
- Popper, Karl 1977: Part I. Teoksessa Popper, K. R. & Eccles, J. C. (toim.) *The self and its brain*. Springer International, 3–21. Berlin.
- Puusa, Anu 2020: Näkökulmia laadullisen aineiston analysointiin. Teoksessa Puusa, Anu & Juuti, Pauli (toim.) *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Gaudeamus Oy. Helsinki.
- Pylkkänen, Kari 1989: Mielenterveyden häiriöiden diagnostinen ja tilastollinen ohjeisto. DSM III R. Osa 3. Tautiluokitus 1987. Valtion painatuskeskus. Helsinki.
- Rahkonen Ossi & Lahelma Eero 2005: Terveys hyvinvointivaltiossa - Peter Townsendin tulkinta terveyden eriarvoisuudesta. Teoksessa Saari Juho (toim.) *Hyvinvointivaltio. Suomen mallia analysoimassa*. Yliopistopaino. Helsinki.
- Ranta, Mette 2015: *Pathways to Adulthood. Developmental Tasks, Financial Resources and Agency*. Jyväskylä studies in education, psychology and social research 527. Department of Psychology, University of Jyväskylä. University Library of Jyväskylä. Jyväskylä.
- Rantahalvari, Juulia 2020: *Nettikiusaamisen vahingollisuus nuorten hyvinvoinnille*. Yhteiskuntatieteet, sosiaalityö. Kandidaatintutkielma, Lapin yliopisto. Rovaniemi.
- Rauhala, Lauri 2005 & 2014: *Ihmiskäsitys ihmistyössä*. Uudistettu painos. Gaudeamus Oy. Helsinki.
- Rikoslaki 19.12.1889/39. Saatavilla www-muodossa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1889/18890039001>. Viitattu 2.11.2021.
- Ronkainen, Suvi & Pehkonen, Leila & Lindblom-Ylänne, Sari & Paavilainen, Eija 2011: *Tutkimuksen voimasanat*. WSOYpro. Helsinki.
- Rosqvist, Eerika 2003: *Potilaiden kokemukset henkilökohtaisesta tilastaan ja sen säilymisestä sisätautien vuodeosastolla*. Hoitotieteen ja terveyshallinnon laitos, Oulun yliopisto, Oulun yliopistollinen sairaala. Oulu.
- Rovaniemen kaupunki 2021: *Kiusaamisen vastainen #meilläpuututaan -kampanja haastaa puuttumaan lasten ja nuoren kiusaamiseen*.

<https://www.rovaniemi.fi/Ajankohtaista/Artikkelit/Koulutus-ja-varhaiskasvatus/Kiusaamisen-vastainen-meillapuututaan--kampanja-haastaa-puuttumaan-lasten-ja-nuoren-kiusaamiseen->. Viitattu 1.12.2021.

- Ruuskanen, Olli 2011: Yksinäisyys on vaarallista terveydelle. Lääketieteellinen aikakauskirja *Duodecim* 127 (8), 754.
- Ruusuvuori, Johanna 2020: Sosiaalinen vuorovaikutus. Teoksessa Helkama, Klaus & Myllyniemi, Rauni & Liebkind, Karmela & Ruusuvuori, Johanna & Lönnqvist, Erik & Hankonen, Nelli & Renvik, Tuuli Anna & Jasinskaja-Lahti, Inga & Lipponen, Jukka (toim.) *Johdatus sosiaalipsykologiaan*. Edita. Helsinki.
- Seppälä, Timo 2019: Digibarometri 2019. Digi tulee, mutta riittävätkö resurssit? Etlä. <https://www.etla.fi/wp-content/uploads/Digibarometri-esitys-ts-12062019.pdf>. Viitattu 29.9.2021.
- Shariff, S. & Churchill, A. (toim.) 2010: Truths and myths of cyberbullying. International perspective on stakeholder responsibility and children's safety, Vol 38. Peter Lang Publishing, xi-xvii. New York, NY.
- Sisäministeriö 2017: Hyvä elämä – Turvallinen arki. Valtioneuvoston periaatepäätös sisäisen turvallisuuden strategiasta 5.10.2017. Sisäministeriön julkaisu 15/2017. Helsinki.
- Sisäministeriö 2019: Sanat ovat tekoja. Vihapuheen ja nettikiusaamisen vastaisten toimien tehostaminen. Sisäinen turvallisuus, Sisäministeriön julkaisuja 2019:23. Helsinki.
- Sisäministeriö 2021: Maalittaminen rapauttaa yhteiskunnan luottamusta. <https://intermin.fi/poliisiasiat/viharikollisuus/maalittaminen>. Viitattu 1.10.2021.
- Sotamaa, Olli 2001: Ihmistieteisen teknologiatutkimuksen mahdollisuuksista. *Niin&Näin* 4/2000, 74–75.
- Statista Research Department 2021: Number of social network users worldwide from 2017 to 2025. <https://www.statista.com/statistics/278414/number-of-worldwide-social-network-users/>. Viitattu 1.10.2021.
- Stowell, Louie 2017: Oikeella tavalla online. Suom. Anna-Reetta Sipilä. Alkuperäinen teos *Staying Safe Online* vuodelta 2016. Premedia Helsinki Oy. Helsinki.
- STT Viestintäpalvelut Oy 2019: Nuorten suunnittelema kiusaamisen vastainen #Sydän-kampanja starttaa 31.8. <https://www.sttinfo.fi/tiedote/nuorten-suunnittelema-kiusaamisen-vastainen-sydän-kampanja-starttaa-318?publisherId=60579873&releaseId=69863341>. Viitattu 1.12.2021.
- Sundholm, Lars 2000: Itseohjautuvuus organisaatiomuutoksessa. Jyväskylä University Printing House. Jyväskylä.
- Suomen Lakimiesliitto - Finlands Juristförbund ry 2019: Maalittaminen tulee kriminalisoida. <https://www.lakimiesliitto.fi/uutiset/maalittaminen-tulee-kriminalisoida/>. Viitattu 1.10.2021.
- Suomen UNICEF 2021: YK:n yleissopimus lapsen oikeuksista. https://unicef.studio.crasman.fi/pub/public/pdf/LOS_A5fi.pdf. Viitattu 1.10.2021.
- Suomen virallinen tilasto (SVT) 2021a: Kuolemansyyt [verkkojulkaisu]. ISSN=1799–5051. Tilastokeskus. Helsinki. Saatavilla *www-muodossa*: <https://tilastokeskus.fi/til/ksyyt/index.html>. Viitattu 16.11.2021.

- Suomen virallinen tilasto (SVT) 2021b: Rikos- ja pakkokeinotilasto [verkkajulkaisu]. ISSN=2342–9151. Perhe- Ja Lähisuhdeväkivalta 2017. Tilastokeskus. Helsinki. Saatavilla [www-muodossa](http://www.muodossa): https://www.stat.fi/til/rpk/2017/15/rpk_2017_15_2018-05-31_tie_001_fi.html#_ga=2.71738899.1466806582.1535625404-659458958.1535625404. Viitattu 22.11.2021.
- Suomen virallinen tilasto (SVT) 2021c: Väestön tieto- ja viestintätekniikan käyttö [verkkajulkaisu]. ISSN=2341–8699. Tilastokeskus. Helsinki. Saatavilla [www-muodossa](http://www.muodossa): <https://www.stat.fi/til/sutivi/index.html>. Viitattu 1.10.2021.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015: Sosioekonomiset hyvinvointi- ja terveyserot Suomessa. <https://thl.fi/documents/890257/905529/Hyvinvointi-+ja+terveyserot+Suomessa/adbc1e2f-d8ec-4fa5-9a49-e79ebb57d2ed>. Viitattu 20.12.2021.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2020: Lihavuuden terveysvaikutukset. <https://thl.fi/fi/web/elintavat-ja-ravitsemus/lihavuus/lihavuuden-terveysvaikutukset>. Viitattu 29.9.2021.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021a: Lasten ja nuorten hyvinvointi – Kouluterveyskeskitys 2021. Iso osa lapsista ja nuorista on tyytyväisiä elämäänsä – yksinäisyyden tunne on yleistynyt. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/143063/ktk_tilastoraportti2021_2021-09-09_kuviot_kuvana.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 30.9.2021.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021b: Tilastoraportti 3/2021. Lähisuhdeväkivalta 2019. Viranomaisten tietoon tulleen lähi-suhdeväkivallan määrä kasvussa. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/141028/L%C3%A4hisuhdev%C3%A4kivalta_2019..pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 30.9.2021.
- Teräsahjo, Timo 2020: Joskus vaikeinta on se mikä ei päällepäin näy – Näkymättömät oireet neurologisissa sairauksissa. Hermolla 4/2020. Parkinsonliitto ry.
- Thorslund, Ewa 2007: Nuoret, netti ja mobiili. Kodin turvaopas. Suom. Mia Ylinen. Alkuperäinen teos Säker på nätet – En handbok för föräldrar och andra vuxna vuodelta 2007. Kariston Kirjapaino Oy. Hämeenlinna.
- Tieteen termipankki 2021: Filosofia:etiikka. <https://tieteentermipankki.fi/wiki/Filosofia:etiikka>. Viitattu 26.10.2021.
- Tikkala, Leena 2016: Sosiaalityön asiantuntijuus teknologisoituvassa toimintaympäristössä - Silloittavan mallin rakentaminen. Yhteiskuntatieteet, sosiaalityö. Pro gradu -tutkimus, Lapin yliopisto. Rovaniemi.
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2018: Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012: Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf. Viitattu 22.9.2021.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019: Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019. Helsinki.
- Twitter 2021a: Greta Thunberg. <https://twitter.com/gretathunberg>. Viitattu 29.9.2021.

- Twitter 2021b: UNFPA. <https://twitter.com/UNFPA/status/1466388419991515138>. Viitattu 4.12.2021.
- Työ- ja elinkeinoministeriö 2018: Työolobarometri 2017. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja 32/2018. Valtioneuvoston hallintoyksikkö, Julkaisutuotanto. Helsinki.
- Törrönen, Maritta 2012: Sosiaalityö ja arkinen hyvinvointi. Vastavuoroisuuden dialektiikka. *Janus* 20 (2), 182–191.
- Vesa, Suvi & Santalahti, Ville & Nieminen, Ville & Nikunlaakso, Risto & Reuna, Kaisa & Niemi, Mervi & Ketonen, Eeva-Leena & Kouvonen, Anne & Lintula, Lotta & Salo, Paula & Luukkainen, Karoliina & Salenius, Maria & Oksanen, Tuula 2020: Sosiaalinen hyvinvointi ja sen tiedolla johtaminen. Valtioneuvoston kanslia. Helsinki.
- Virgin Media 2021: Snapchat age limit and parental controls. <https://www.virginmedia.com/blog/parental-controls/snapchat>. Viitattu 21.9.2021.
- West, Patrick 1997: Health inequalities in the early years: is there equalisation in youth? *Social Science & Medicine* 44, 833–58.
- Wright, Gavin 2021: File Server. <https://www.techtarget.com/searchnetworking/definition/file-server>. Viitattu 23.11.2021.
- Yle 2014: Älä ruoki trollia – sadistinen verkkohäirikkö hiljenee, kun häneen ei reagoida. <https://yle.fi/uutiset/3-7466029>. Viitattu 23.11.2021.
- Yle 2018: Nettikiusaaminen nuorten välillä olisi usein poliisiasia. <https://yle.fi/uutiset/3-10480259>. Viitattu 23.9.2021.
- Zych, Izebela & Farrington, David & Ttofi, Maria M. 2019: Protective factors against bullying and cyberbullying: A systematic review of meta-analyses. *Aggression and Violent Behavior* 45, 4–19.

Liite 1

Sähköpostiketju kuvakaappauksella sekä tekstimuodossa aineistosivuston perustajien ja ylläpitäjien kanssa käymästäni keskustelusta aineiston käyttämisestä tutkimuksessani.

Cyberbullying stories and their use in my master's thesis

SH Sameer Hinduja
su 19.9.2021 15.24

Vastaanottaja: Rantahalvari Juulia;

Hi Juulia,
You have our permission. Thank you for asking permission.
Regards,
Sameer

[Sameer Hinduja, Ph.D.](#)
Co-Director, [Cyberbullying Research Center](#)
Editor-in-Chief, [International Journal of Bullying Prevention](#)
Faculty Associate, [Berkman Klein Center, Harvard University](#)
Professor of Criminology and Criminal Justice, [Florida Atlantic University](#)
[@hinduja](#)

From: Rantahalvari Juulia
Sent: Saturday, September 18, 2021 3:14 AM
To: Sameer Hinduja
Subject: Cyberbullying stories and their use in my master's thesis

Hello! My name is Juulia Rantahalvari. I am a student of Master of Social Sciences in University of Lapland. My major is Social Work. I am doing a master's thesis about cyberbullying and especially my thesis is about consequences that bullying causes. I would also like to examine prevention's and interference's aspects. I would like to use this website's stories (Share Your Cyberbullying Story) to study these matters.

I have noticed the terms of service in your website and the use of texts in academic studies but I still want to confirm that it is possible to use these texts as they are. And furthermore I want to ask if I need to make some kind of study permission that I can use these website's materials? Or is this notification adequate? I take into account the community standards and Terms of Service but is there some other circumstances that I need to consider when I am about to use these materials in my master's thesis?

Thank you in advance for the answer!

Best Regards, Juulia Rantahalvari
Student of Master of Social Sciences, Social Work
University of Lapland

Sameer Hinduja

su 19.9.2021 15.24

Hi Juulia,

You have our permission. Thank you for asking permission.

Regards,

Sameer

Sameer Hinduja, Ph.D.

Co-Director, Cyberbullying Research Center

Editor-in-Chief, International Journal of Bullying Prevention

Faculty Associate, Berkman Klein Center, Harvard University

Professor of Criminology and Criminal Justice, Florida Atlantic University

@hinduja

From: Rantahalvari Juulia

Sent: Saturday, September 18, 2021 3:14 AM

To:

Subject: Cyberbullying stories and their use in my master's thesis

Hello! My name is Juulia Rantahalvari. I am a student of Master of Social Sciences in University of Lapland. My major is Social Work. I am doing a master's thesis about cyberbullying and especially my thesis is about consequences that bullying causes. I would also like to examine prevention's and interference's aspects. I would like to use this website's stories (Share Your Cyberbullying Story) to study these matters.

I have noticed the terms of service in your website and the use of texts in academic studies but I still want to confirm that it is possible to use these texts as they are. And furthermore I want to ask if I need to make some kind of study permission that I can use these website's

materials? Or is this notification adequate? I take into account the community standards and Terms of Service but is there some other circumstances that I need to consider when I am about to use these materials in my master's thesis?

Thank you in advance for the answer!

Best Regards, Juulia Rantahalvari

Student of Master of Social Sciences, Social Work

University of Lapland

Liite 2

Aineistosivuston alustusviesti kuvakaappauksilla: ”Share Your Cyberbullying Story”.



[RESOURCES](#)

[LAWS](#)

[RESEARCH](#)

[PRESENTATIONS](#)

[BLOG](#)

[BOOKS](#)

[CONNECT](#)



Share Your Cyberbullying Story

We have many resources on this site to help you deal with cyberbullying. If you are a teen, check out: [Responding to Cyberbullying: Top Ten Tips for Teens](#). If you are an adult who is being harassed online, see our recommendations [here](#). If you are a parent of a child who is being cyberbullied, please see: Responding to Cyberbullying: Top Ten Tips for Parents and educators should review: [Responding to Cyberbullying: Top Ten Tips for Educators](#).

If you feel comfortable sharing your story, we would like to hear from you. You can anonymize your experiences if you'd like, and we promise to maintain your individual confidentiality to the maximum extent of the law. The more detail you can provide the better. We use these stories to educate the public about the serious nature of cyberbullying with the goal of preventing others from doing it. We read every one of these stories and please know that you are not alone. Even though it may seem like there is nothing that can be done to stop the cyberbullying, don't give up.

[My Son's First Phone](#)

[Will New Censorship Bills Increase Cyberbullying on Social Media?](#)

[Can Schools Discipline for Off-Campus Speech? The U.S. Supreme Court Weighs In](#)

[Mahanoy Area School District v. B.L.: When Can a School Discipline a Student](#)

Age of Person Involved

Gender of Person Involved Male Female

State or Country where this took place

Share your story

This site is protected by reCAPTCHA and the Google [Privacy Policy](#) and [Terms of Service](#) apply.

When Can a School Discipline a Student for Online Speech?

Developing a Positive School Climate to Prevent Bullying and Cyberbullying

A Teen's View of Social Media in 2021

Deepfakes and Cyberbullying

Snapchat Speech Could be Out-of-Bounds for School Discipline

Please note that any stories, anecdotes, or screenshots sent through email or through cyberbullying.org to us can be used by us as real-life examples of cyberbullying in academic papers, books, and presentations. While form submissions through cyberbullying.org are anonymized, we will **never share any personal, identifying information** that you voluntarily choose to provide us in your communications to (or with) us. If you have any questions or concerns about this, please [contact us](#).