

# **Yläkoululaisten käsityksiä kiusaamisesta sosiaalisessa mediassa**

Telma Heikkinen  
Riina Peltola

Opinnäytetyö  
Toukokuu 2017  
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala  
Sairaanhoitaja (AMK), hoitotyön koulutusohjelma

Tekijä(t) Heikkinen, Telma Peltola, Riina	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä Toukokuu 2017
	Sivumäärä 36	Julkaisun kieli Suomi
		Verkkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi <b>Yläkoululaisten käsityksiä kiusaamisesta sosiaalisessa mediassa</b>		
Tutkinto-ohjelma Sairaanhoidtaja		
Työn ohjaaja(t) Juntunen, Kristiina & Luotojoki, Tiia		
Toimeksiantaja(t) Vaajakosken yhtenäiskoulu		
Tiivistelmä <p>Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Vaajakosken yhtenäiskoulun kanssa syksyllä 2016. Sen tarkoituksena oli tutkia Vaajakosken yhtenäiskoulun 7.-9.- luokkalaisten käsityksiä sosiaalisessa mediassa tapahtuvasta kiusaamisesta ja kiusaamiseen puuttumisesta. Aineistonkeruu suoritettiin Webropol- järjestelmään laaditun kyselylomakkeen avulla. Kyselylomakkeessa käytettiin sekä suljettuja että avoimia kysymyksiä. Tutkimukseen vastasi 346 yläkoulun 7.-9.- luokan oppilasta.</p> <p>Kyselyn tavoitteena oli vertailla sukupuolten välistä ja eri luokka-asteilla koettua netti-kiusaamista ja kiusaamisen laatua sekä selvittää nettikiusaamiseen yleisimmin käytettyjä sosiaalisen median kanavia. Oppilailta kerättiin myös tietoa siitä, miten kiusaamiseen sosiaalisessa mediassa on puututtu ja miten kiusaamiseen voisi paremmin puuttua. Tutkimuksen taustalla käytettiin aikaisempia tutkimuksia sekä kirjallisuutta kiusaamisesta.</p> <p>Tutkimustulosten mukaan sosiaalisen mediassa tapahtuvaa kiusaamista esiintyy Vaajakosken yhtenäiskoululla 7.-9.- luokkalaisten keskuudessa. Whatsapp nousi sosiaalisen median kanavista yleisimmäksi paikaksi, jossa kiusaamista on koettu. Tytöt kokivat enemmän kiusaamista sosiaalisessa mediassa kuin pojat. Yleisimmin kiusatut olivat kertoneet nettikiusaamisesta kaverille tai eivät olleet kertoneet kenellekään. Kiusaaminen aiheutti vastaajien mukaan erilaisia tuntemuksia aina vihasta ahdistukseen. Vastaajat ehdottivat, että nettikiusaamiseen olisi helpompaa puuttua, jos siitä keskusteltaisiin avoimemmin ja aikuisen johdolla kaikkien osapuolten välillä.</p>		
Avainsanat ( <a href="#">asiasanat</a> )  Sosiaalinen media, kiusaaminen, mielenterveys		
Muut tiedot		

Author(s) Heikkinen, Telma Peltola, Riina	Type of publication Bachelor's thesis  Number of pages 36	Date May, 2017  Language of publication: Finnish  Permission for web publication: x
Title of publication <b>Middle school student's perceptions of bullying in the social media</b>		
Degree programme Nursing		
Supervisor(s) Juntunen, Kristiina & Luotojoki, Tiia		
Assigned by Vaajakoski comprehensive school		
Abstract  <p>The thesis was carried out in collaboration with the Vaajakoski Comprehensive School in autumn of 2016. The purpose was to examine the Vaajakoski Comprehensive School's 7<sup>th</sup>-9<sup>th</sup> -graders' perceptions about bullying in the social media and ways to stop it. The data was collected by using a questionnaire in the Webropol survey system. The questionnaire consisted of open and closed questions. The survey was answered by 346 7<sup>th</sup>-9<sup>th</sup> - graders.</p> <p>The aim of the survey was to compare the results between sexes, how different grade levels experienced bullying in the social media and where in the social media bullying took place. Information was also collected about how bullying in the social media was intervened and how to intervene more effectively. Previous studies and literature on bullying were used in theoretical background of the thesis.</p> <p>The results of the survey showed that bullying occurred among the 7<sup>th</sup> -9<sup>th</sup> - graders in the Vaajakoski Comprehensive School. The most common social media network where bullying was experienced was Whatsapp. Girls experienced more bullying in the social media than boys. The pupils who had been bullied most likely told about it to a friend or did not tell anyone. Bullying in the social media caused unpleasant feelings from anxiety to anger. The respondents suggested that bullying in the social media could be intervened better if discussion was more open between all parties and if adults took the responsibility for the intervention.</p>		
Keywords/tags ( <a href="#">subjects</a> )  Social media, bullying, mental health		
Miscellaneous		

## Sisältö

<b>1</b>	<b>Johdanto.....</b>	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>Sosiaalisen median määritelmä .....</b>	<b>4</b>
<b>3</b>	<b>Kiusaaminen .....</b>	<b>5</b>
	3.1 Koulukiusaaminen .....	5
	3.2 Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa .....	6
<b>4</b>	<b>Kiusaamisen vaikutukset mielenterveyteen .....</b>	<b>8</b>
	4.1 Identiteetti ja itsetunto .....	10
	4.2 Sosiaalisen median välityksellä tapahtuvan kiusaamisen aiheuttamia tunteita .....	11
<b>5</b>	<b>Koulukiusaamisen jälkihoito .....</b>	<b>12</b>
	5.1 Kiusaamisen jälkeinen paranemisprosessi .....	13
<b>6</b>	<b>Tavoite, tarkoitus ja tutkimuskysymykset .....</b>	<b>14</b>
<b>7</b>	<b>Opinnäytetyön toteuttaminen .....</b>	<b>15</b>
	7.1 Aineiston hankinta.....	15
	7.2 Aineiston analyysi.....	16
<b>8</b>	<b>Tulokset.....</b>	<b>17</b>
	8.1 Kiusaamisen esiintyvyys Vaajakosken yhtenäiskoululla .....	17
	8.2 Oppilaiden käsityksiä kiusaamiseen puuttumisesta .....	19
<b>9</b>	<b>Pohdinta .....</b>	<b>21</b>
	9.1 Tulosten tarkastelu.....	21
	9.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus .....	25
	<b>Lähteet.....</b>	<b>27</b>
	<b>Liitteet .....</b>	<b>31</b>

**Kuviot**

Kuvio 1. Sosiaalisen median kanavat, jossa kiusaamista on tapahtunut..... 18

Kuvio 2. Kiusaamisesta kertominen ..... 19

**Taulukot**

Taulukko 1. Kiusaaminen luokka-asteittain..... 17

# 1 Johdanto

**Teinitytöt pilkkasivat ikätoverinsa ulkonäköä somessa- saivat sakkotuomiot, Ilta-  
lehti 14.11.2016**

**Nettikiusaaminen hukkuu tilastoihin, Helsingin Sanomat 21.8.2015**

**Kännykkä- ja nettikiusaaminen jättää pysyvän jäljen, Yle.fi 26.8.2013**

**Opetusministeri keksi uuden keinon puuttua nettikiusaamiseen- Sai heti kannatus-  
ta, Aamulehti 28.11.2016**

Kännykän ja sosiaalisen median kautta tapahtuva kiusaaminen on uusi tapa kiusata ja jatkuvasti tulee ilmi uusia tapauksia, joissa sen takia on menty käräjäoikeuteen asti. Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa on helppoa eikä se vaadi kuin muutaman napin painalluksen. Juorut, nolot valokuvat tai toisen henkilökohtaiset tiedot leviävät nopeasti ja laajalle ilman, että niiden alullepanijan tarvitsee juuri pelätä kiinni jäämistä. Myös uhkaavien ja loukkaavien viestien lähettely nimettömästi on lisääntynyt. Kun koulukiusaaminen tapahtuu yleensä kouluaikana, niin netin kautta kiusaaja voi tavoittaa uhrinsa ympäri vuorokauden eikä kiusattu ole missään turvassa. Opetus ja kulttuuriministeri Sanni Grahn-Laasonen on esittänyt, että nettikiusaaminen kirjattaisiin koulujen järjestyssääntöihin teoksi, josta rangaistuksena voisi seurata jopa jälki-istuntoa (Nurmi 2016).

Nuoret ovat olleet verkkokiusaamisen tutkimusten pääasiallinen kohde, kuten kiusaamistutkimuksissa yleensäkin. Koska sosiaalisen median palvelut ovat kasvattaneet suosiotaan viimeisten vuosien aikana, nuoret ovat omaksuneet sosiaalisen median omaksi valtakunnakseen. Nuoret käyttävät sosiaalista mediaa vuorovaikutussuhteiden ylläpidossa perinteisten tapojen ohella. (Miller 2008, 393-394.) Sosiaalisen median suosion kasvaessa myös kiusaamistapaukset siellä tulevat todennäköisesti lisääntymään. Noin viisi prosenttia suomalaisista on kokenut kiusaamista sosiaalisessa mediassa. Euroopassa kiusaamista sosiaalisessa mediassa on kokenut noin kuusi prosenttia. Vaikka suurin osa suomalaisista nuorista ei olekaan tullut kiusatuksi sosiaali-

nessa mediassa voidaan ajatella, että yksikin tapaus on liikaa. Kiusaamisen kohteina olleet nuoret tuntevat itsensä vähintään hieman surullisiksi. (Livingstone, Haddon, Görzig & Olafsson 2011,63.)

Aiheeksi valikoitui kiusaaminen sosiaalisessa mediassa, koska se on ollut viime aikoina paljon julkisena puheenaiheena ja kiusaaminen sosiaalisessa mediassa kiinnosti ilmiönä. Yhteistyökumppaniksi valikoitui Vaajakosken yhtenäiskoulu, koska heillä oli kiinnostusta lähteä mukaan yhteistyöhön ja saada lisää tietoa aiheesta. Kohderyhmänä toimi koulun 7.-9.-luokat, joita oli yhteensä 18 kappaletta ja tutkimuksen kyseleyn vastasi yhteensä 346 oppilasta näiltä luokilta. Tavoitteena oli saada tietoa kiusaamisesta sosiaalisessa mediassa ja siihen puuttumisesta niin kiusattujen kuin kiusaajien näkökulmasta.

## **2 Sosiaalisen median määritelmä**

Sosiaalinen media eli tuttavallisemmin some tarkoittaa verkkoviestintäympäristöjä, joissa jokaisella käyttäjällä tai käyttäjäryhmällä on mahdollisuus olla aktiivinen viestijä ja sisällöntuottaja tiedon vastaanottajana olon lisäksi. Sosiaalisessa mediassa viestintä tapahtuu siis monelta monelle eli perinteisille joukkotiedotusvälineille ominainen viestijän ja vastaanottajan välinen ero puuttuu. Sosiaalinen media on ilmiö, joka on muuttanut yhteiskunnan tuotanto- ja jakelurakennetta, taloutta ja kulttuuria. (Huisman 2011.) Sosiaaliselle medialle ei kuitenkaan ole vakiintunutta määrittelyä. Erona perinteiseen joukkoviestintään on, että käyttäjät eivät toimi vain tiedon vastaanottajana vaan heillä on mahdollisuus kommentoida, jakaa ja tuottaa uutta sisältöä sosiaalisen median palveluihin. (Hintikka)

Sosiaalisen median perusideana on luoda helppoja yhteydenpitokanavia ihmisten välille. Niiden käyttöön ei tarvitse kouluttautua ja ne ovat saatavilla kaikille, joilla on internet-yhteys. Kaikissa some-kanavissa käyttäjän on luotava itselleen käyttäjäprofiili, joka useimmiten muodostuu perusrakenteeltaan käyttäjän kuvasta ja nimestä ja halutessaan käyttäjä voi kertoa itsestään enemmänkin tietoja, kuten syntymäpäivän tai puhelinnumeron. Käyttäjän oikeaa identiteettiä on vaikea varmentaa millään luotettavalla keinolla, joten käytännössä ihmiset voivat esiintyä internetissä valeidenti-

teetin turvin. Toisin kuin perinteisessä joukkoviestinnässä niin sosiaalisessa mediassa käyttäjät luovat pääosan median sisällöstä ja yhteisöistä. Varsinaisia ulkopuolisia hallitsevia tahoja ei ole, vaan sisältö on pääosin käyttäjien vastuulla. (Mitä on sosiaalinen media.)

Suomalaiset nuoret aloittavat internetin käytön jo varhaisessa ikävaiheessa. Reilu kolmannes 5-6- vuotiaista lapsista käyttää internettiä vähintään kerran viikossa. Suomalaisista 9-16 -vuotiaista nuorista 79 % käyttää internettiä lähes päivittäin. Nuorille sosiaalisen median käyttö on yksi suosituimmista internetin käyttötarkoituksista koulutyön, pelaamisen ja videoiden katselun ohella. (Kettunen 2014.) Suomen virallisen tilaston mukaan (SVT 2015) kaikista suomalaisista noin 60 % on rekisteröitynyt johonkin internetin yhteisöpalveluun ja 16-24- vuotiaista jopa 96 % on tili jossain sosiaalisen median kanavassa.

### **3 Kiusaaminen**

#### **3.1 Koulukiusaaminen**

Kiusaamisella tarkoitetaan yhteen tiettyyn henkilöön kohdistuvaa vihamielistä käyttäytymistä. Kiusaaja siis aiheuttaa uhrilleen tarkoituksella harmia, haittaa tai paha mieltä (Salmivalli 2010). Ennen kaikkea kiusaaminen perustuu aina kiusatun kokemuksiin ja kiusaamistapauksia tulisikin lähteä selvittämään pelkästään sen perusteella, että joku kokee tulleen kiusatuksi (Marttinen & Peura 2010, 9). Kiusaaminen voi olla sekä fyysistä että henkistä ja sillä pyritään toistuvasti ja tahallisesti vahingoittamaan tai loukkaamaan toista (Koulukiusaaminen, MLL). Koulukiusaaminen voi olla joko näkyvää kiusaamista tai piilossa olevaa. Tällä tarkoitetaan sitä, että kiusaaminen voi olla esimerkiksi suoraa kiusattuun kohdistuvaa pilkan- ja vahingontekoa tai epäsuoraa ryhmästä ulos jättämistä. Kiusaaminen voi jatkua läpi peruskoulun ja aina aikuisikään saakka. Tahallisuudella tarkoitetaan sitä, että kiusaaja tietoisesti yrittää omilla teoillaan ja sanoillaan lannistaa ja loukata kiusattua. Kiusattu on aina jollain tavalla kiusaajiinsa nähden puolustuskyvytön. (Kaukiainen & Salmivalli 2009.)

Sanallisella kiusaamisella tarkoitetaan mm. kiusatun nimittelyä, pilkkaamista, uhkailua, vihjailua ja kiusatun saattamista naurunalaiseksi ilkeillä kommentteilla. Sanallinen



kiusaaminen on salakavalaa, koska se ei jätä fyysisiä jälkiä kiusattuun, mutta se vaikuttaa vahingoittavasti kiusatun itsetuntoon ja minäkäsitykseen vielä vuosienkin ajan. Epäsuora kiusaaminen eroaa sanallisesta kiusaamisesta siten, että kiusaaja ja kiusattu eivät ole kiusaamistilanteessa suorassa kontaktissa keskenään. Epäsuoraa kiusaamista on esimerkiksi sosiaalinen manipulointi, jossa kiusaaja manipuloi muita oppilaita välttelemään kiusatun seuraa ja yrittää saada muut suhtautumaan kiusattuun negatiivisesti. Kiusaaja voi esimerkiksi levittää kiusatusta perättömiä huhuja, joiden tarkoituksena on sulkea kiusattu ryhmän ulkopuolelle. (Kaukiainen & Salmivalli 2009.)

Fyysisellä kiusaamisella tarkoitetaan sitä, että kiusatun henkilökohtaiseen koskemattomuuteen kajotaan vasten hänen tahtoaan ja tarkoituksena on vahingoittaa ja loukata häntä. Esimerkiksi töniminen, lyöminen, tavaroiden varastaminen ja tuhoaminen tukistaminen ja raapiminen ovat fyysistä kiusaamista ja voivat täyttää väkivaltarikoksen tunnusmerkit. (Kaukiainen & Salmivalli 2009.) Monet tutkimukset osoittavat, että tyttöjen kiusaaminen on usein sosiaalista eristämistä ja pahan puhumista kun taas poikien kiusaaminen on yleensä fyysistä voiman koetteluun liittyvää (Hamarus 2012).

### 3.2 Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa

Koulukiusaaminen ja kiusaaminen sosiaalisessa mediassa ovat osa samaa ilmiötä, mutta some-kiusaamisessa välineenä on internet ja siellä sosiaalisen median eri kanavat (Nettikiusaamisen kitkemiseen on keinoja). Sosiaalisessa mediassa kiusaamisella tarkoitetaan esimerkiksi tahallista, tiettyyn henkilöön kohdistuvaa ilkeämielisten ja pilkkaavien viestien lähettelyä ja yksityisasioiden levittelyä sosiaalisessa mediassa (O’Keeffe & Clarke-Pearson 2011). Lähes puolella 9-12-vuotiaista suomalaisista lapsista ja yli 80 % 13-16-vuotiaista oli profiili vähintään yhdessä sosiaalisen median kanavassa vuonna 2010. Yli 30 % alle 13-vuotiaista omisti tuolloin Facebook-profiilin, vaikka Facebookin ikäraja on määritelty 13-vuotta. Lasten sosiaalisen median käyttö on riskialtista, sillä pieni lapsi ei vielä ymmärrä verkkoyhteisöjen toimintatapoja. (Kupiainen, Kotilainen, Nikunen & Suoninen 2013, 13.)

Kiusaajan lähettämät pilkkaavat kuvat tai videot saattavat levitä sosiaalisessa mediassa laajemmalle kuin kiusaaja tarkoitti. Some- kiusaaminen voi olla myös hyvin julista ja pysyvää, koska kuvia ei välttämättä saa enää koskaan pois netistä. Netti- kiusaamisen kohteena saattaa olla myös koulun henkilökunnan jäsen. (Nettikiusaamisen kitkemiseen on keinoja.) Mannerheimin lastensuojeluliiton vuonna 2009 tekemän kouluviihtyvyyss- kyselyn mukaan 60 % some- kiusaajista oli kiusatun kanssa samassa koulussa. Kiusaaja voi syyllistyä verkossa kiusatessaan esimerkiksi kunnianloukkaukseen, laittomaan uhkaukseen ja yksityiselämää loukkaavan tiedon levittämiseen (Internetiin liittyviä rikoksia ja ohjeita niiden hoitamiseen 2016).

Tutkimukset ovat osoittaneet, että perinteisessä, kasvokkain tapahtuvassa kiusaamisessa kiusaajan empatiakyky on puutteellinen. Tämän perusteella on oletettu, että kiusaajien on vaikeaa ymmärtää tekojensa emotionaalisia seurauksia. Verkkokiusaamisessa kiusaaja ja kiusattu eivät ole samassa tilassa, joten empatiaan tarvittavat nonverbaaliset vihjeet kiusatulta eivät ole näkyvissä. Näin ollen kiusaajan mahdollisuudet reagoida uhrinsa tunteisiin ja kokea empatiaa ovat verkkokiusaamisessa hyvin pienet. (Nieminen 2014, 41-42.)

Vuosina 2010-2012 toteutettiin tutkimus internetin riskeistä ja turvallisuudesta 25 Euroopan maassa ja siihen osallistui yli 25-tuhatta 9-16-vuotiasta lasta ja heidän vanhempansa ympäri Euroopan. Tutkimuksen mukaan yksi viidestä lapsesta oli kokenut kiusaamista verkossa viimeisen 12 kuukauden aikana ja vastaajista 5% kertoi, että he kokivat verkkokiusaamista viikoittain. Suurimmaksi kiusaamisen kanavaksi tutkimuksessa nousi sosiaalisen median kanavat ja perässä seurasi suora viestittely, kuten tekstiviestit. Tutkimukseen vastanneet lapset ja nuoret kertoivat, että tyypillisintä kiusaamista oli ilkeiden viestien vastaanottaminen tai perättömien juorujen ja yksityisasioiden levittely. (Livingstone ym. 2011.)

Kettunen (2014) tutki Jyväskylän yliopistossa yläaste- ja lukioikäisten kokemuksia kiusaamisesta sosiaalisessa mediassa. Vastaajissa oli sekä kiusattuja että kiusaajia ja suurin osa ilmoitti havainneensa kiusaamista sosiaalisessa mediassa. Ybarra ja Mitchell (2004) teettivät yhden ensimmäisistä tutkimuksista, jossa selvitettiin nettiuiu-

saamista. Siinä kiusatuista suurin osa kertoi, että kiusaaja oli heille entuudestaan tuntematon.

Kowalskin ja Limberin (2007) Yhdysvalloissa tehdyn tutkimuksen mukaan yleisimpiä verkkokiusaamisen välineitä olivat suora viestittely, chatit ja sähköposti. Tutkimukseen osallistui lähes 4000 yläaste ikäistä lasta ja 11 % vastaajista ilmoitti tulleen nettikiusatuksi viimeisten kuukausien aikana. Noin puolet kiusatuista ei tiennyt nettikiusaajan identiteettiä. Tulokset osoittivat, että tytöt joutuivat todennäköisemmin nettikiusaamisen uhreiksi ja todennäköisemmin myös olivat itse nettikiusaajia. Kiusaajat vastasivat kiusaavansa verkossa yleisimmin jotakin oman koulun oppilasta. Hinduja ja Patchin (2010) Tutkivat nettikiusaamisen vaikutusta itsetuntoon Yhdysvaltalaisissa yläkouluissa. Tulosten mukaan sosiaalisessa mediassa kiusattujen lasten ja kiusaajien itsetunto oli heikompi kuin niiden, joita ei oltu kiusattu.

#### **4 Kiusaamisen vaikutukset mielenterveyteen**

Lapset ja nuoret ovat kehittyvät jatkuvasti ja ympäristön ja kulttuurin vaikutus positiivisen mielenterveyden kehittymiseen on voimakasta. Koulumaailma ja vapaa-ajan harrastukset ovat tärkeitä ympäristöjä, joissa lapsen ja nuoren mielenterveyttä voidaan edistää ja tukea. (Kumpulainen 2016.) Lapsilla ja nuorilla ei vielä ole kehittynyt selviä toimintamalleja eikä puolustuskeinoja tunteiden käsittelyyn. Voimakkaat tunnekokemukset tilanteissa, jotka eivät ole lapsen hallinnassa vaikuttavat lapsen tapaan tulkita tilanteita ja tunteita tulevaisuudessa. Tunteiden merkitys ihmisen elämän kaikilla osa-alueilla on suuri ja nämä aikaisemmin koetut suuret tunnekokemukset toimivat ”suodattimena”, jonka kautta ihminen tekee tulkintoja ympäröivästä maailmasta ja itsestään. Myönteiset ja kielteiset tunnekokemukset vahvistavat tai heikentävät ihmisen omaa identiteetti- käsitystä ja vaikuttavat minäkuvaan pitkällä aikavälillä. (Lämsä 2009, 100-101.) Lapsuudessa ja nuoruudessa koetut myönteiset ja kielteiset tapahtumat, sosiaalinen tukiverkko ja fyysinen ja psyykinen kehitys vaikuttavat myöhempään elämänvaiheisiin ja luovat pohjaa hyvinvoinnille (Kumpulainen 2016).

Britanniassa tehdyn viisi vuosikymmentä kestäneen pitkittäistutkimuksen mukaan lapset, joita oli kiusattu kärsivät myöhemmissä elämänvaiheissaan huomattavasti enemmän mielenterveysongelmista kuin ne lapset, joita ei oltu kiusattu. Lapsena kiusatuilla aikuisilla oli ongelmia kognitiivisissa toiminnoissa, sosiaalisissa suhteissa ja he kärsivät usein ahdistuksesta ja masentuneisuudesta sekä heidän terveydentilansa oli huonompi kuin ei-kiusatuilla. (Takizawa, Maughan & Arseneault 2014.) Yhdysvalloissa tehdyn pitkittäistutkimuksen mukaan lapsena koettu ikätovereiden taholta tuleva kiusaaminen olisi jopa haitallisempaa ihmisen yleiselle mielenterveydelle kuin vanhempien kaltoinkohtelu lasta kohtaan (Copeland, Costello, Lereya & Wolke 2015).

Kiusaamisen on todettu olevan yhteydessä muun muassa yleiseen ahdistuneisuuteen, sosiaaliseen ahdistuneisuuteen, huonoon itsetuntoon ja kielteiseen minäkuvaan, yksinäisyyteen, itsetuhoajatuksiin ja masentuneisuuteen. Masentuneisuuden on todettu olevan merkittävin kiusaamiseen liittyvä psykososiaalinen ongelma. (Aromaa & Riepponen 2014.) Tutkimusten mukaan eniten ongelmia on lapsilla, jotka joutuvat kiusaamisen kohteeksi sekä osallistuvat itse muiden kiusaamiseen. Kiusaamisen pituus vaikuttaa psyykkisten ongelmien vakavuuteen ja jatkuvasti kiusaamisen kohteeksi joutuvilla lapsilla on suuri riski sairastua masennukseen. (Kumpulainen 2016) Koska kiusaaminen vie uhriltaan jatkuvasti energiaa on yleistä että kiusattu alkaa joko ali- tai ylisuoriutua opiskelusta. (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015, 73.) Tähän vaikuttaa se, että kiusaamisviestien mahdollinen yleisö on niin laaja ja tuntematon ja kiusaajan identiteetti, joka yleensä jää uhrille epäselväksi. Uhri ei voi välttämättä tietää, onko verkkokiusaamisen takana yksi henkilö vai isompi joukko ihmisiä. (Nieminen 2014, 26.)

Kiusaamisen uhrin voi olla vaikea reagoida ja vastata tehokkaasti kiusaamiseen, jos hän ei tiedä, kuka kiusaaja on. Jos kiusattu tuntee kiusaajansa, hänen voi olla helpompaa tulkita kiusaamista eri näkökulmista ja pohtia kiusaamisen merkitystä ja vakavuutta. Anonymiteetti vaikuttaa myös kiusaavaan osapuoleen. Kiusaaja ei näe uhrin välitöntä reaktiota verkossa ilman nonverbaalista viestintää. Anonymiteetti vaikuttaa verkkokiusaamisen toistuvuuteen ja siihen, että kiusaajat saattavat vahingoittaa uhrejaan useammin ja pidemmän aikaa. He saattavat luottaa siihen, ettei heidän henkilöllisyytensä paljastu pitkään aikaan tai jopa koskaan. (Kettunen 2014, 13)

## 4.1 Identiteetti ja itsetunto

Identiteetti tarkoittaa ihmisen yksilöllistä käsitystä omasta itsestä ja se perustuu yksilön ominaisuuksiin, jotka kehittyvät ihmisen ollessa vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa. Identiteetissä on kaksi eri puolta, joita nimitetään subjektiiviseksi ja objektiiviseksi puoleksi. Subjektiivinen identiteetti on ihmisen oma käsitys itsestään ja objektiivinen puoli taas on sitä, miten hyvin ihmisen oma käsitys itsestä sopii yhteen muiden käsitykseen hänestä. Ihminen, jolla on vahva identiteetti, subjektiivinen ja objektiivinen puoli ovat riittävän hyvin sopusoinnussa keskenään. Identiteetti ja itsetunto ovat kaksi eri asiaa, vaikka ne ovatkin lähellä toisiaan. Itsetunnolla tarkoitetaan sitä, miten ihminen arvostaa itseään: onko hän omissa silmissään arvokas vai arvoton. Hyvän itsetunnon omaavalla ihmisellä on totuudenmukainen minäkuva, joka tarkoittaa sitä, että hän tunnistaa omat vahvuutensa ja heikkoutensa. Hän osaa tehdä omaa elämäänsä koskevia päätöksiä loukkaamatta muita sekä sietää epäonnistumisia ja pettymyksiä. (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015, 61.)

Lapsen identiteetti on hyvin haavoittuvainen ja lapsen identiteetin muodostumisen kannalta tärkeitä ihmisiä hänen elämässään ovat vanhemmat, opettajat ja luokkatoverit. Lapsella ei ole itse mahdollisuutta valita näitä hänen kehitykselleen tärkeitä henkilöitä. Kiusaaminen kohdistuu lapseen hyvin henkilökohtaisella tasolla ja vaikuttaa lapsen identiteetin kehitykseen erittäin vaurioittavasti. Ihmisen identiteetti riippuu hyvin paljon ryhmistä, joihin hän kuuluu, sillä identiteetti määrittyy erityisesti sosiaalisten tilanteiden kautta. Sosiaalisella identiteetillä tarkoitetaan samankaltaisuuden tunnetta, joka muodostuu yksilöiden välille ryhmässä, kun taas yksilön oma identiteetti on aina itsenäinen käsitys itsestä. (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015, 61-62.)

Nuorilla on tarve omaan yksityisyyteen ja he rakentavat omaa identiteettiään osaksi sosiaalisen median yhteisöpalvelujen avulla. Tämän voi nähdä esimerkiksi yhteisöpalveluihin luoduista profiileista: mitä niissä kerrotaan itsestä ja kuinka monelle annetaan pääsy tarkastella omia tietoja. Esimerkiksi Facebookissa nuorella saattaa olla satoja ystäviä, mutta vain osa heistä on läheisiä ja osa puolituttuja. Nuorten viestintä ei ole kuitenkaan rajoittunut ainoastaan sosiaalisen median palveluissa tapahtuvaan

vuorovaikutukseen. Nuoret kaipaavat myös viestintää kasvokkain omien ystäviensä kanssa esimerkiksi silloin, kun mieltä painaa jokin ja he haluavat saada tukea. Etenkin tytöt käyttävät sosiaalista mediaa luodakseen tietynlaisen kuvan itsestään. Profiileihin valikoidaan imartelevia kuvia, joiden avulla hallitaan omaa julkista kuvaa. Ilman lupaa julkaistut nolot ja epäviehättävät kuvat vaikuttavat negatiivisesti huolellisesti luotuun julkiseen kuvaan. (Kettunen 2014, 26.)

Itsetuntoon vaikuttaa muun muassa sosiaalinen vertailu ja parhaimmillaan se voi auttaa yksilön itsetunnon kehittymisessä paremmaksi. Kiusaaminen on vahingollista sosiaalista vertailua, jossa vertailua tehdään virheellisin perustein ja se vahingoittaa ihmisen itsetuntoa ja identiteettiä. Kiusaaminen voi saada kohteensa tuntemaan perusteetonta arvottomuutta ja pahimmillaan lapsi alkaa häpeämään itseään ja hänen oma kuvansa itsestä vääristyy. Jokainen kuitenkin reagoi tilanteisiin omalla persoonallisuudellaan ja myönteinen minäkuva voi auttaa kiusaamisesta selviytymistä. (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015, 63.)

Huono itsetunto on yhteydessä masennukseen, ahdistukseen ja sosiaalisten tilanteiden pelkoon ja huono itsetunto voi vaikuttaa koko loppuelämän ajan kielteisesti. Alitajuntaan piiloon jääneet traumat palaavat yleensä mieleen myöhemmissä elämäntapahtumissa, joissa tulee eteen samanlaisia tilanteita, joissa kiusaamista on aikaisemmin tapahtunut. Esimerkiksi korkeakouluun meno saattaa laukaista peruskouluaikeiset traumat ja aiheuttaa ahdistusta. (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015, 64-65.)

## 4.2 Sosiaalisen median välityksellä tapahtuvan kiusaamisen aiheuttamia tunteita

Viha on yksi ihmisen perustunteista ja se on nopea reaktio, joka voi kiusaamisen yhteydessä syntyä esimerkiksi loukkaamisen ja epäoikeudenmukaisuuden kokemuksesta. Viha on usein tiedostamaton reaktio ja sen tarkoitus on suojella mieltä loukkauksilta ja vääraltä käytökseltä. Viha voi olla myös puhdistavaa, kun kiusattu läpikäy kiusaamisesta selviytymistä ja käsittelee traumaansa. Kiusatut tuntevat usein myös katkeruutta ja katkeruuden tunne syntyy siitä, että kiusattu kokee, ettei hän voi vaikuttaa tai hallita omaa elämäänsä. Kiusaaja on alistanut kiusatun nöyryytykselle ja va-

hingoittanut tämän identiteettiä. (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015, 75-79.)

Katkeruus voi olla kiusatulle selviytymiskeino, jonka avulla hän yrittää selvitä omasta avuttomuuden tunteestaan. Viha ja katkeruus voivat vaikuttaa kiusattuun koko loppuelämän ajan vahingollisesti ja paranemisen kannalta olisi oleellista, että kiusattu pääsee purkamaan vihansa rakentavasti ja muita ihmisiä satuttamatta. Purkautumaton viha ja katkeruus voivat lisätä masennusta, ahdistusta, ärtymystä ja yleistä voimattomuuden tunnetta sekä saattavat ajaa kiusatun purkamaan vihaansa sijaiskohteisiin ja tällöin kiusatusta voi pahimmillaan tulla itse kiusaaja. (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015, 75-79.) Kiusaamisen uhriksi joutuminen on usein yhteydessä myös ahdistuneisuuteen, masentuneisuuteen ja itsetuhoajatuksiin (Kaltiala-Heino, Ranta & Frjöd, 2010).

## **5 Koulukiusaamisen jälkihoito**

Varhainen puuttuminen kiusaamiseen on tärkeää. Koska kiusaaminen on ihmisten välistä vuorovaikutusta, niin pyrkimyksenä on vaikuttaa kiusaajien ja kiusatun väliseen vuorovaikutukseen esimerkiksi interventioiden kautta (Kumpulainen 2016). Jos kiusattu jää vaille aikuisten ja ammattilaisten apua, niin on mahdollista, että kiusaamisen aiheuttama trauma jää kokonaan käsittelemättä ja käsittelemätön trauma vaikuttaa usein haitallisesti myöhemmissä elämänvaiheissa. Kiusaamiskokemuksen onnistunutta käsittelyä edellyttää yleensä, että kiusattu kokee tulleen kuulluksi ja nähdyksi traumansa kanssa ja saa tunteen, että kiusaamisesta on mahdollista selviytyä. (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015, 88.)

Kouluterveydenhuollon pitää olla aktiivisesti mukana kiusaamisen vähentämiseksi ja henkilökunnan pitää uskaltaa ottaa asia puheeksi kiusaamista epäiltäessä. Sekä kiusatun että kiusaajan vanhempiin otetaan yhteyttä, jotta kumpikin osapuoli on tietoinen asiasta. Kiusaajan ja kiusatun kanssa olisi tärkeä käydä yhteisiä keskusteluja, joiden avulla voitaisiin selvittää yhdessä, miten kiusaaminen saadaan loppumaan. Samalla olisi tärkeä, että sekä kiusattu että kiusaaja saisivat omalla tahollaan yksilöllistä apua kouluterveydenhuollon kautta, jotta myöhempiä psyykkisiä ongelmia voitaisiin

tehokkaasti ehkäistä. (Kumpulainen 2016.) Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen teettämän vuosittaisen koulukiusaamiskyselyn mukaan suurin osa kiusaamistapauksista jää vaille aikuisten puuttumista (THL, 2015). Valitettavan usein kiusaamiskokemusten käsittely on vajavaista ja sen seurauksena kiusatulle voi syntyä epäaito tai kokonaan väärä identiteetti. Väärän identiteetin synty olisi helposti estettävissä tehokkaalla jälkihoidolla. Kokonaan ilman tukea jääminen kiusaamisen jälkihoidossa on yleinen syrjäytymistapauksissa. (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015, 103.)

## 5.1 Kiusaamisen jälkeinen paranemisprosessi

Kiusatun paranemisprosessiin kuuluu yleensä koko entisen identiteetin kyseenalaistaminen. Kiusattu joutuu purkamaan ne sisäistetyt ajatukset itsestään, jotka kiusaaminen on hänen mieleensä istuttanut. Uuden identiteetin rakentaminen vaatii kiusatulta paljon sisäistä työtä sekä ulkoista sosiaalista tukea ja toipumisvaiheessa kiusattu käsittelee omia tunteitaan. Tunteiden käsittelemättömyys johtaa niiden patoutumiseen ja usein tunteiden läpikäymiseen on hyvä ottaa mukaan ammattilainen, esimerkiksi psykologi tai terapeutti, jotta kiusattu saa turvallisessa ympäristössä käsitellä tunteitaan ilman hylkäämisen tai arvostelun pelkoa. Kiusattu tarvitsee toipumisvaiheessa onnistumisen kokemuksia ja tunteen siitä, että voi itse hallita elämänsä ja tunteitaan. (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015, 65.)

Kaikilla koulukiusattuja kohtaavilla ammattilaisilla pitäisi olla perustiedot ja taidot kiusaamistapausten käsittelyyn ja jälkihoidon toteuttamiseen, vaikka virallista jälkihoidon mallia ei Suomessa tällä hetkellä vielä ole. Oleellista jälkihoidon onnistuneessa ja tehokkaassa toteutuksessa on toimiva moniammatillinen yhteistyö. Hyvin suunniteltu yhteistyö säästää jokaiselta taholta resursseja ja säästäisi kiusaamisesta pitkällä aikavälillä aiheutuvia kuluja. Arvoja, joita kiusatun kanssa työskennellessä tulee kunnioittaa ovat turvallisuus, kiusatun ja hänen perheensä mielipiteiden kunnioittaminen, kiusatun osallistaminen hänen omaan paranemisprosessiinsa, luotettavuus ja avoimuus ja toivon luominen tulevaan. Ammattilaisen avoin asenne on tärkeä kiusatun kertoessa kokemuksistaan, sillä kiusattu on valmiiksi hauras ja liian usein yksin kokemuksensa kanssa. Vähättelevä tai mitätöivä asenne on haitallista ja kiusattu saattaa kokea jäävänsä tunteidensa kanssa yksin ja jättää avun hakemisen kesken.



Kiusatun kokemuksen kuuleminen on tärkeää, koska juuri sellaisena se kokemus hänelle näyttäytyy totena. (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015, 92-93.)

Ammattiauttajan tehtävä on auttaa kiusattua hyväksymään tapahtunut ja auttaa löytämään keinoja asian käsittelyyn. Erilaisia selviytymiskeinoja voi olla esimerkiksi asiasta keskustelu, jonka avulla kiusattu saa ”puhdistettua” kiusaamisen aiheuttamia negatiivisia tunteita itsestään. Keskusteluissa tavoitteena tulee olla kiusatun tunteiden tunnistaminen ja käsittely tavalla, jonka jälkeen kiusattu ymmärtää tapahtumien merkityksen ja selittää kiusaamisen aiheuttamat tunteet. Monet kokevat saavansa apua myös toiminnasta ja luovasta työskentelystä, kuten piirtämisestä tai kirjoittamisesta. Kirjoittaminen on turvallinen tapa tuoda esille tukahdutettuja tunteita ja ottaa niihin etäisyyttä ja tarkastella reflektiivisesti. Keskustelu ja kirjoittaminen edesauttavat kiusaamisen luoman trauman ymmärtämistä ja asian hyväksymistä. Myös tiedon lisääminen on yksi keino käsitellä kiusaamista kiusatun kanssa. Tiedon jakamisella autetaan kiusattua ymmärtämään kiusaamisilmiötä ja se, että hänessä ei ole mitään vikaa. (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015, 95-96.)

Vertaistukiryhmät ovat osoittautuneet tehokkaiksi kiusaamisen jälkihoidossa, mutta se edellyttää, että kiusattu on avoin ryhmämuotoiselle toiminnalle. Kaikki eivät kykene ryhmämuotoiseen tunteiden ja kokemusten työstämiseen, sillä kiusaamiskokemuksen myötä uhri on usein menettänyt luottamuksensa vertaisryhmään. Kiusaaminen aiheuttaa usein myös sosiaalisten tilanteiden pelkoa ja kiusattu saattaa kokea torjuttuksi tulemisen pelkoa. Muiden samankaltaiset kokemukset voivat kuitenkin antaa kiusatulle kokemuksen siitä, että hän ei ole yksin kokemustensa kanssa ja auttaa häntä parantumaan kiusaamisen traumasta. (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015, 102-103.)

## **6 Tavoite, tarkoitus ja tutkimuskysymykset**

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää Vaajakosken yhtenäiskoulun 7.-9. luokan oppilaiden kokemaa internetin välityksellä tapahtuvaa kiusaamista ja jälkihoidon toteutumista.

Tarkoituksena on lisätä oppilaiden, vanhempien ja opettajien tietoisuutta netti-kiusaamisen yleisyydestä sekä kiusaamisen tavoista ja väylistä. Kyselyssä selvitettiin myös, onko Vaajakosken yläkoulun luokka-asteiden sekä tyttöjen ja poikien välillä eroja.

Opinnäytetyössämme haettiin vastausta seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

- Kuinka paljon kiusaamista sosiaalisessa mediassa esiintyy oppilaiden keskuudessa?
- Millaista kiusaaminen sosiaalisessa mediassa on?
- Millä tavalla sosiaalisessa mediassa tapahtuneeseen kiusaamiseen on puututtu?

## **7 Opinnäytetyön toteuttaminen**

### **7.1 Aineiston hankinta**

Tutkimuksemme on määrällinen survey-tutkimus, jonka toteutimme 3.11.-4.11.2016 välisenä aikana Vaajakosken yhtenäiskoululla. Aineisto kerättiin Webropol- järjestelmään laaditun kyselylomakkeen avulla. (Kts. liite 1.) Survey on tutkimusstrategia, jonka tavoitteena on koota tietoa kysely- tai haastattelumenetelmillä suurehkosta satunnaisotannalla valitusta joukosta (Survey, 2015). Survey-kysely on standartoitu kysely eli kaikilta kyselyyn osallistujilta kysytään täsmälleen samat kysymykset ja aineisto käsitellään yleensä kvantitatiivisesti (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 193).

Kyselylomake testattiin etukäteen toimivaksi viidellä 15-21- vuotiaalla nuorella. Testiryhmän palautteen mukaan muutama avoin kysymys oli hieman epäselvä ja muutama monivalinta- kohtaan järjestelmä antoi valita vain yhden vastausvaihtoehdon, vaikka tarkoitus oli, että niissä voi valita monta vaihtoehtoa. Avoimet kysymykset muokattiin selkeämmiksi ja monivalintakysymyksiin avattiin mahdollisuus vastata useampaan vaihtoehtoon.

Kysely kohdistui kaikkiin 7.-9.- luokkalaisiin oppilaisiin Vaajakosken yhtenäiskoulussa ja vastauksia kertyi yhteensä 346 kappaletta. Kyselylomake tehtiin teorian tietoa hyö-

dyntäen ja ideoita poimittiin muiden opinnäytetöiden hyväksi koetuista kyselylomakkeista. Koulu antoi käyttöön 24 iPadia, joiden avulla kerättiin vastaukset kaikilta 7.-9.-luokkalaisilta. Aina luokkaan mennessä esiteltiin itsemme ja kerrottiin, mitä tul- laan tekemään ja annettiin ohjeistus kyselyyn vastaamiseen. Vastaustilanteet olivat pääasiassa rauhallisia ja oppilaat antoivat toisilleen työrauhan. Suurin osa vastaajista keskittyi kyselyyn vastaamiseen, mutta muutamat yksittäistapaukset häiritsivät tahal- lisesti muiden keskittymistä ja saattoivat käytöksellään vaikuttaa muidenkin vastauk- siin. Oppilaat suhtautuivat pääasiassa positiivisesti iPadien käyttöön ja pitivät kyse- lyyn vastaamisen helppoudesta. Valvoimme kyselyyn vastaamista ja työrauhan säi- lymistä. Ohjeistuksessa painotettiin, että kysely on täysin anonyymi, jotta jokainen vastaisi mahdollisimman totuudenmukaisesti.

Kyselylomakkeella kartoitettiin sitä, kuinka paljon ja millaista kiusaamista sosiaalisessa mediassa esiintyy ja kuinka oppilaat ovat sen kokeneet. Alussa kysyttiin oppilaiden ikää ja sukupuolta. Lomakkeessa oli myös kysymys sosiaalisen median kanavista, ja sen avulla selvitettiin, missä kanavissa kiusaamista tapahtuu eniten Vaajakosken yh- tenäiskoululla. Lomake oli suunniteltu siten, että seuraavat kysymykset riippuivat siitä, mitä edellisiin kysymyksiin vastasi. Esimerkiksi, jos vastaaja vastasi kiusanneen- sa sosiaalisessa mediassa, tuli hänelle myös kiusaajille suunnitellut kysymykset. Jos vastasi, että ei ole kiusannut, järjestelmä siirsi kaikkien kiusaajia koskevien kysymys- ten ohi.

## 7.2 Aineiston analyysi

Aineiston suljettujen kysymysten analyysissä käytettiin webropol- järjestelmää ja sen antamaa raporttia tuloksista. Katsoimme eri vastausten prosenttijakaumia ja vertai- limme eri kysymysten tuloksia ristiintaulukoinnin avulla. (Alastalo & Borg 2010.)

Aineiston avointen kysymysten analysoinnissa käytettiin teoriaohjaavaa sisällönanalyysia. Tutkimusaineiston analyysi perustuu siinä jo ennestään olemassa olevaan teo- riaan (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Avointen kysymysten samankaltaisia vastauksia ryhmiteltiin omiksi ryhmikseen ja sieltä nostettiin esimerkkejä ja yleisim- min esiintyneitä ilmiöitä.

## 8 Tulokset

### 8.1 Kiusaamisen esiintyvyys Vaajakosken yhtenäiskoululla

Tutkimustulosten mukaan sosiaalisen median kanavissa tapahtuvaa kiusaamista esiintyy Vaajakosken yhtenäiskoululla 7.-9.- luokkalaisten keskuudessa. Kyselyyn vastasi 346 oppilasta ja vastaajia oli tasaisesti hieman yli 30 % kultakin luokka-asteelta. Noin puolet ilmoitti olevansa poikia ja hieman alle puolet tyttöjä. Vastaajista 13 ei halunnut paljastaa sukupuoltaan. 346:sta vastaajasta 37 oppilasta vastasi kokeneensa kiusaamista sosiaalisessa mediassa ja se on noin 10 % kaikista kyselyyn vastanneista. Kiusatuista yli puolet oli tyttöjä. Kaikista tytöistä 15 % ja pojista 7% oli kokenut kiusaamista sosiaalisessa mediassa.

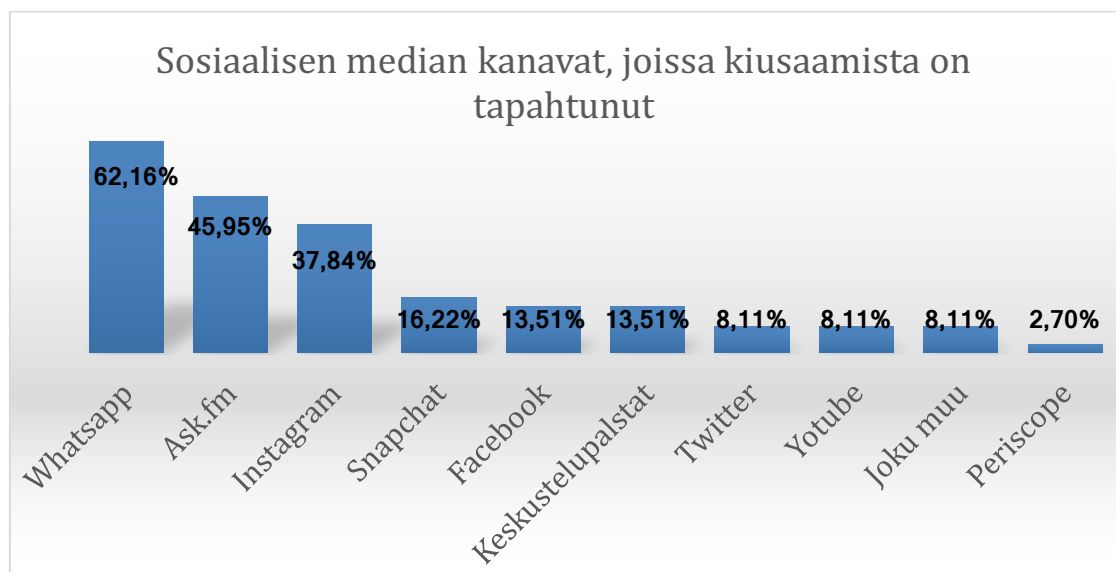
Eniten kiusaamista ilmoitettiin tapahtuneen 7. –luokan aikana ja vähiten 9.-luokan aikana. Kaikkien vastaajien mukaan seitsemännen luokan aikana kiusattuja oli 78 % oppilaista ja yhdeksännen luokan aikana 13 %. Seitsemäsluokkalaisista 13 oppilasta oli kiusattu seitsemännen luokan aikana, kahdeksaluokkalaisista oli kiusattu seitsemännen luokan aikana kahdeksaa oppilasta ja yhdeksäsluokkalaisista oli kiusattu seitsemännen luokan aikana kahdeksaa oppilasta. Kahdeksaluokkalaisista neljää oli kiusattu kahdeksannen luokan aikana ja yhdeksäsluokkalaisista kuutta oli kiusattu kahdeksannen luokan aikana. Yhdeksäsluokkalaisista oli kiusattu yhdeksännen luokan aikana viittä oppilasta.

#### ***Kiusattu:***

<b>9.luokalla</b>	0 %	0 %	4,5 %
<b>8.luokalla</b>	0 %	3,6 %	5,4 %
<b>7.luokalla</b>	10 %	7 %	7 %
	<b>7.-luokkalainen</b>	<b>8.-luokkalainen</b>	<b>9.-luokkalainen</b>

Taulukko 1. Kiusaaminen luokka-asteittain

Kun tarkastellaan kiusaamiskertoja tarkemmin niin 62 % kiusatuista on kokenut kiusaamista alle viisi kertaa yläkoulun aikana. 27 % viisi- kymmenen kertaa ja 5 % enemmän kuin kymmenen kertaa. Kahta vastaajaa on kiusattu jatkuvasti. Kiusattujen mukaan sosiaalisen median kanavista ylivoimaisesti eniten kiusaamista tapahtui Whatsappissa ja seuraavaksi eniten Ask.fm- sivustolla. Sitten tulivat instagram ja snapchat. Hieman yli puolet kiusatuista tunsi kiusaajansa entuudestaan.

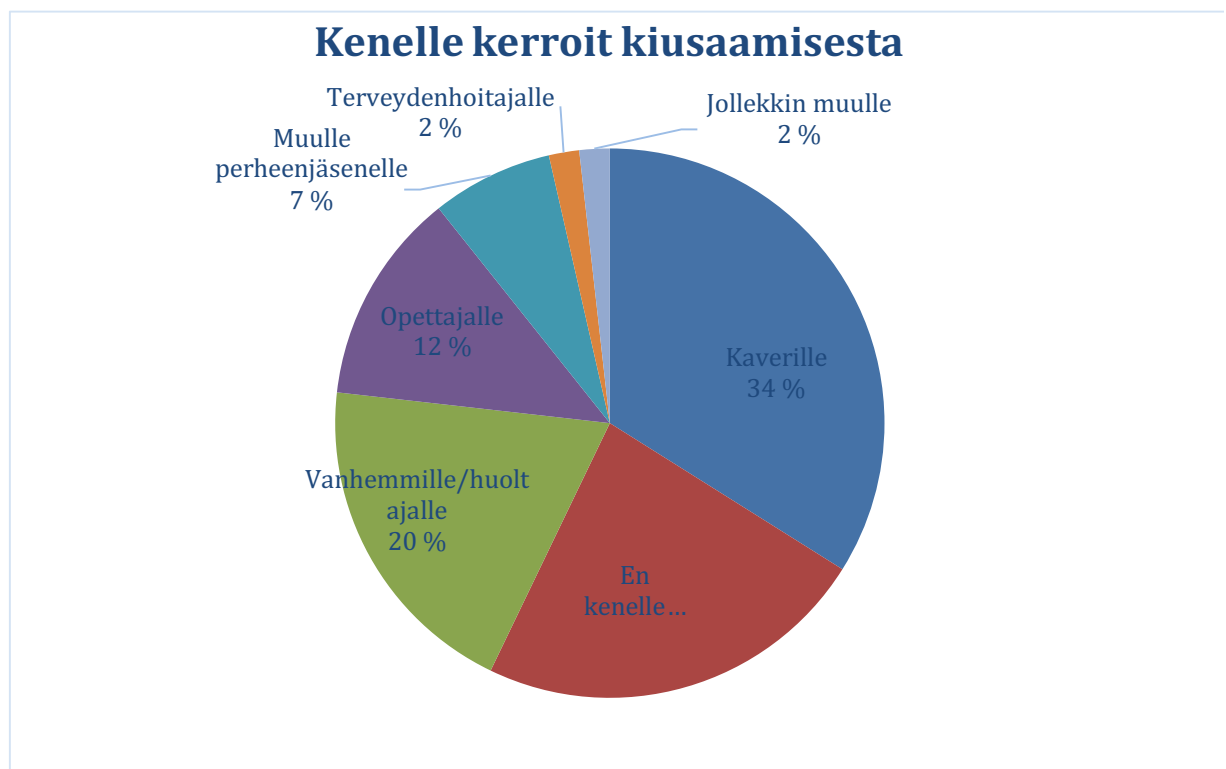


Kuvio 1. Sosiaalisen median kanavat, jossa kiusaamista on tapahtunut

Kiusaamisen kerrottiin useimmin olevan ulkonäköön ja henkilökohtaisiin ominaisuuksiin kohdistuvaa pilkkaamista. 25 oppilasta 37:sta kiusatusta oppilaasta oli vastannut tämän vaihtoehdon. Myös ilkeämielinen kommentointi oli yleistä ja sen vastasi 20 oppilasta. Perättömien huhujen ja juorujen levittäminen olivat kolmanneksi yleisin tapa kiusata ja sen vastasi 14 oppilasta. Henkilökohtaisten asioiden levittäminen oli myös yksi yleisimmistä tavoista kiusata ja siihen vastasi 9 oppilasta. Noin puolet kaikista vastaajista kertoi tietävänsä jonkun, jota kiusataan sosiaalisessa mediassa. Vastaajat kertoivat sosiaalisessa mediassa tapahtuvan kiusaamisen aiheuttavan eniten vihan, ahdistuksen ja surun tunteita. Seuraavaksi eniten vastaajat kertoivat tunteensa häpeää ja pelkoa kiusamisesta. Muutamat mainitsivat myös syyllisyyden ja epävarmuuden tunteen.

## 8.2 Oppilaiden käsityksiä kiusaamiseen puuttumisesta

Kyselylomakkeessa kysyttiin avoimella kysymyksellä, kuinka kiusaamiseen puututtiin ja kuinka siihen voisi paremmin puuttua. Monet vastasivat, että kiusaamiseen ei puututtu lainkaan. Useissa vastauksissa tuli ilmi, kuinka monet kokevat, että kiusaajan vanhemmat eivät puuttuneet kiusaamiseen lainkaan eikä kiusaaja saanut mitään rangaistusta tapahtuneesta. Kiusatut kertoivat, että omien vanhempien tuki ja kiusaamiseen puuttuminen oli ollut tärkein keino tilanteen ratkaisemiseksi. Ehdotuksia tuli myös siitä, että kiusaajan ja kiusatun vanhemmat voisivat olla yhteydessä ja keskustella asioista kiusaamisen loppumiseksi. Vastaajien mielestä opettajat olivat puuttuneet kiusaamiseen vaihtelevasti. Joidenkin kohdalla opettajat olivat puuttuneet asiaan hyvin ja joidenkin kohdalla opettaja olisi voinut puuttua enemmän. Vastaajat kertoivat myös, että opettajat olivat ottaneet kiusaajia puhutteluun.



Kuvio 2. Kiusaamisesta kertominen

Kiusatuista vähän alle puolet kertoi, että ei ollut kertonut kiusaamisesta kenellekään. Tästä huolimatta kiusaaminen oli heidän kohdallaan vähentynyt tai jopa loppunut kokonaan. Kiusatut, jotka olivat kertoneet kiusaamisesta jollekin, kertoivat myös,

että suurimmassa osassa tapauksista kiusaaminen sosiaalisessa mediassa vähentyi tai loppui kokonaan. Suurin osa sosiaalisessa mediassa kiusatuista oli kertonut kiusaamisesta kaverilleen, seuraavaksi suurin määrä ei ollut kertonut kenellekään. Kolmanneksi useimmin kiusaamisesta kerrottiin vanhemmille.

Kysyttäessä, kuinka kiusaaminen sosiaalisessa mediassa muuttui siihen puuttumisen jälkeen noin 40 % vastasi, että kiusaaminen vähentyi tai jopa loppui kokonaan. 8 % vastasi, että kiusaaminen jatkui ennallaan ja saman verran vastaajia kertoi, että kiusaaminen paheni. Puuttumisen myötä melkein jokaisessa tapauksessa kiusaamista oli saatu vähennettyä tai se jopa loppui kokonaan. Yksittäistapauksissa kiusaaminen oli jatkunut edelleen tai vain pahentunut entisestään. Vastaajien mielestä kiusaaminen sosiaalisessa mediassa oli aina väärin ja he toivoivat, että kiusaamiseen sosiaalisessa mediassa puututtaisiin tehokkaammin. Vastaajat nostivat myös esille sen, että kiusaajan anonymiteetti sosiaalisessa mediassa on saattanut vaikeuttaa puuttumista ja monet olivat sitä mieltä, että kiusaaminen sosiaalisessa mediassa saattaa olla kiusaajalle helpompaa juuri anonymiteetin vuoksi, kun kiusaajan ei tarvitse kohdata uhriaan. Osa oli sitä mieltä, että kiusaaja ei sosiaalisessa mediassa kiusatessaan näe uhriensa välitöntä reaktiota ja ei siten välttämättä ymmärrä aiheuttavansa pahaa vahinkoa uhrilleen. Vastaajat ehdottivatkin, että anonymiteettiä lähdettäisiin jollain tavalla rajoittamaan, jotta kiusaajan olisi vaikeampi pysytellä nimettömänä sosiaalisessa mediassa. Kehitysehdotuksena mainittiin myös, että mediakasvatusta tuotaisiin yhä paremmin esille ja vanhempien vastuuta lasten sosiaalisen median käytöstä korostettaisiin jatkossa enemmän; vastaajat toivoivat, että vanhemmat valvoisivat tarkemmin lapsensa käyttäytymistä sosiaalisessa mediassa.

Kyselylomakkeessa kysyttiin myös, kaikilta vastaajilta, onko hän itse kiusannut jotakuta sosiaalisessa mediassa. 91 % vastaajista ilmoitti, ettei ollut kiusannut sosiaalisessa mediassa ja 9% kertoi kiusanneensa. 27 % niistä, jotka olivat kokeneet kiusaamista somessa ilmoitti myös kiusanneensa siellä. Sukupuolten välillä ei tässä ollut eroa vaan kiusatuista tytöistä ja pojista prosentuaalisesti yhtä moni oli kokenut niin kiusaamista kuin ollut itse kiusaaja sosiaalisessa mediassa. Niistä, jotka eivät olleet kokeneet kiusaamista sosiaalisessa mediassa vain 7 % ilmoitti kiusanneensa somessa. Kiusaajat vastasivat kiusanneensa ylivoimaisesti eniten Whatsapissa. Toisena tuli

Ask.fm ja seuraavina Snapchat sekä Instagram. Seuraavaksi yleisimmät paikat kiusaajien mukaan olivat Youtube ja erilaiset keskustelupalstat ja Facebook tuli vasta näiden jälkeen. Vastausvaihtoehdoissa oli myös avoin kohta, johon sai itse kertoa, jos on kiusannut jossain muussa paikassa kuin näissä. Siihen tuli vastaukseksi erilaisia virtuaalipeliympäristöjä. Myös kiusaajilta kysyttiin, puuttuiko kiusaamiseen kukaan. 74 % vastasi, ettei kiusaamiseen ollut puuttunut kukaan ja 24 %, että kiusaamiseen oli puuttunut joku. Avoimessa kohdassa kysyttiin, kuka kiusaamiseen puuttui ja siihen tuli vastaukseksi muun muassa opettaja, rehtori tai vanhemmat.

## 9 Pohdinta

### 9.1 Tulosten tarkastelu

Vastauksien mukaan 8.- ja 9.-luokalla olevien vastaajien keskuudessa kiusaamista sosiaalisessa mediassa oli tapahtunut eniten seitsemännen luokan aikana. (Ks. Taulukko 1.) Tulokseen saattoi vaikuttaa se, että kysely tehtiin marraskuussa, jolloin lukuvuotta oli kulunut vasta kolme kuukautta ja kiusaamista ei vielä välttämättä ollut ehtinyt esiintyä tämän lukuvuoden aikana. Tuloksista pystyi huomaamaan, että kiusaaminen oli vähentynyt huomattavasti seitsemännen luokan jälkeen. Kiusaamisen vähentymiseen on voinut vaikuttaa esimerkiksi se, että 8.- ja 9.- luokan oppilaiden sosiaaliset taidot ja henkinen kehitys ovat todennäköisesti pidemmällä kuin 7.- luokan oppilailla ja he ymmärtävät paremmin tekojensa seuraukset. Toisaalta jos kiusaamiseen sosiaalisessa mediassa on puututtu tehokkaasti jo 7.- luokalla niin kiusaaja ei ole päässyt jatkamaan toimintaansa ja se voisi olla yksi selittävä tekijä, miksei kiusaamista ole tapahtunut niin paljon ylempillä luokilla.

Noin 60 % vastaajista, joita oli yläkoulun aikana kiusattu sosiaalisessa mediassa kertoi, että kiusaamista oli tapahtunut alle viisi kertaa koko yläkoulun aikana. 5 % vastaajista ilmoitti, että kiusaaminen oli ollut jatkuvaa koko yläkoulun ajan. Tulokset osoittavat, että kiusaaminen oli ollut Vaajakosken yhtenäiskoulussa suurimmaksi osaksi yksittäisiä tapauksia eikä pitkäaikaista ja jatkuvaa kiusaamista ollut juuri tapahtunut. Kiusattujen ja kiusaajien mukaan Vaajakosken yhtenäiskoululla eniten kiusaamista tapahtui Whatsapp- viestisovelluksen välityksellä. Myös kansainvälisissä



tutkimuksissa lapset ja nuoret kertoivat kiusaamista tapahtuvan sosiaalisessa mediassa eniten juuri suoran viestittelyn kautta eli esimerkiksi Whatsapp- viestisovelluksessa sekä erilaisissa kahdenkeskeisissä chateissa. Kyselylomakkeessa ei kuitenkaan kysytty, missä sosiaalisen median kanavissa vastaajilla oli kyselyn hetkellä käyttäjätili. Se olisi voinut selittää kiusaamistapausten määrää eri sovellusten välillä.

Sosiaalisessa mediassa tapahtuva kiusaaminen oli Vaajakosken yhtenäiskoululla tutkimuksen mukaan suurimmaksi osaksi toisen henkilökohtaisiin ominaisuuksiin ja asioihin puuttumista sekä niiden pilkkaamista ja ilkeämielistä kommentointia. Vastaaja oli voinut valita tässä kysymyksessä useamman vastausvaihtoehdon. Nämä tulokset ovat samankaltaisia kuin Euroopassa toteutetussa tutkimuksessa, jonka mukaan tyypillisintä kiusaamista olivat ilkeät viestit sekä perättömien juorujen ja yksityisasioiden levittely (Livingstone ym. 2011). Tytöt kokivat opinnäytetyön kyselyn mukaan enemmän kiusaamista sosiaalisessa mediassa kuin pojat. Ne jotka olivat kokeneet kiusaamista sosiaalisessa mediassa myös todennäköisemmin itse olivat kiusanneet somessa. Myös Kowalskin ja Limberin (2007) tutkimuksessa tytöt kokivat enemmän kiusaamista verkossa ja olivat myöskin todennäköisemmin kiusaajia. Tämä voisi selittyä sillä, että tyttöjen tapa kiusata on useammin sosiaalista eristämistä ja pahan puhumista, kun taas pojat useammin kiusaavat toisiaan käyttäen fyysistä väkivaltaa (Hamarus 2012).

Sosiaalisessa mediassa tapahtuva kiusaaminen aiheutti kyselyyn vastanneiden mukaan eniten vihaa, ahdistusta, surua, häpeää , ja muutamat mainitsivat myös syyllisyyden ja epävarmuuden tunteen. Myös Kaltiala-Heino, Ranta & Frjöd mukaan kasvokkain tapahtuva kiusaaminen aiheuttaa usein ahdistusta, masentuneisuutta ja itsetuhoajatuksia. Käsittelemättöminä nämä tuntemukset voivat tutkimusten mukaan vaikuttaa hyvin pitkäaikaisesti kiusatun elämään. Takizawa, Maughan & Arseneault (2014) tekivät Britanniassa 50- vuotta kestäneen tutkimuksen ja siinä todettiin, että lapsuudessa kiusaamista kokeneet kärsivät todennäköisemmin aikuisena mielenterveyden ongelmista, kuten masennuksesta ja ahdistuksesta. Lapsen ja nuoren identiteetti on kriittisessä kehitysvaiheessa ja kiusaaminen on erittäin vahingollista identiteetin kehitysvaiheessa (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi, 2015, 61- 62). Sosiaalinen vertailu vaikuttaa lapsen ja nuoren itsetunnon kehityksessä ja epätotuudenmu-

kainen vertailu, kuten kiusaaminen aiheuttaa esimerkiksi häpeää, vihaa ja ahdistusta (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015, 63). Kyselylomakkeessa ei tiedusteltu, oliko somessa kiusattu oppilas saanut apua näiden kiusaamisen aiheuttamien tunteiden käsittelyyn, joten tieto siitä jäi hyvin vähäiseksi. Yhtenä ideana tulevaisuutta ajatellen voisikin olla kyselytutkimus jossa käsiteltäisiin enemmän sosiaalisen median välityksellä tapahtuneen kiusaamisen nostattamia tunteita ja sosiaalisessa mediassa kiusattujen saamaa apua tunteiden käsittelyyn. Käsittelemätön viha ja ahdistus saattaa ajaa kiusatun purkamaan omaa pahaa oloaan muihin ja hänestä itsestään voi tulla kiusaaja (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi, 2015, 75-79). Tämän vuoksi myös sosiaalisessa mediassa kiusaavien tilannetta ja taustoja olisi hyvä kartoittaa tarkemmin, jotta kiusaaminen saataisiin loppumaan ja kiusaajille olisi myös mahdollista tarjota apua rakentavaan tunteiden käsittelyyn.

Opinnäytetyön kyselyyn vastaajista osa oli sitä mieltä, että kiusaaja ei sosiaalisessa mediassa kiusatessaan ehkä ymmärrä aiheuttavansa uhrilleen vahinkoa, ja tutkimuksissakin on osoitettu, että internetissä kiusaajan empatiakyky alenee, koska hänen ei tarvitse kohdata kiusattua (Nieminen, 2014, 41-42). Opinnäytetyön kyselyyn vastanneista ne jotka olivat kokeneet kiusaamista sosiaalisessa mediassa myös todennäköisemmin itse olivat kiusanneet somessa ja tutkimuksissa on osoitettu, että eniten on ongelmia lapsilla, jotka sekä joutuvat kiusaamisen uhriksi ja itse osallistuvat jonkun kiusaamiseen (Kumpulainen 2016).

Puuttuminen oli kyselyn mukaan vaikuttanut huomattavan usein edistävästi kiusaamisen loppumiseen. Puuttumisen tehokkuuteen vaikutti myös se kenelle kiusattu oli kertonut kiusaamisesta vai oliko kertonut siitä lainkaan. Monet kiusatuista toivoivat vanhempien puuttuvan kiusaamiseen sosiaalisessa mediassa, mutta samalla totesivat, että se voi joissakin tapauksissa olla vaikeaa, sillä kiusaajan identiteetti voi olla mahdotonta jäljittää. Yksi vastaaja kertoi, että kiusaaja oli hänelle entuudestaan tuntematon ja aina kun hän ilmiantoi hänet sosiaalisessa mediassa niin kiusaaja teki uuden käyttäjän kiusaamisen jatkamiseksi.

Kiusaajan anonymiteetti sosiaalisessa mediassa on erittäin ongelmallinen asia some-kiusaamiseen puuttumisessa, koska voi olla käytännössä mahdotonta jäljittää kiusaa-

jaa ja hänellä on aina mahdollisuus jatkaa uuden valeidentiteetin turvin toimintaansa. Vaikka kiusattu tietäisi kiusaajansa todellisen identiteetin niin puuttuminen saattaa silti olla vaikeaa. Sosiaalisessa mediassa kiusaaja voi olla lähellä, mutta todellisuudessa hän saattaa olla fyysisesti hyvin kaukana ja jopa toisessa maassa. Vuonna 2009 teetetyn Mannerheimin lastensuojeluliiton kouluviihytyvyys- kyselyn mukaan 60% some- kiusaajista oli kiusatun kanssa samassa koulussa. Kowalskin ja Limberin (2007) tutkimuksessa selvisi, että some- kiusaajat kiusasivat useimmiten jotakuta oman koulunsa oppilasta. Opinnäytetyön kyselyn mukaan kiusatuista 60 % prosenttia tiesi, kuka heitä kiusasi sosiaalisessa mediassa, mutta kyselystä ei kuitenkaan käynyt ilmi, oliko kiusaaja saman koulun oppilas.

Puutumismahdollisuudet kapenevat, jos opettajilla ja vanhemmilla ei ole keinoja taivoittaa kiusaajaa. On myöskin mietittävä tarkasti, kenellä on vastuu, jos kiusaaja on tuntematon tai toisella paikkakunnalla ja kiusaaminen sosiaalisessa mediassa tapahtuu kouluajan ulkopuolella. Aina vanhemmat eivät edes tiedä, mitä heidän lapsensa sosiaalisessa mediassa tekee tai että hän ylipäätään on siellä. Yläkoulussa myös opettajat vaihtuvat eri aineiden tunneilla, joten opettajien mahdollisuudet havaita kiusaamista sosiaalisessa mediassa ovat hyvin rajalliset, sillä kiusaaminen voi olla kokonaan piilossa internetissä eikä aiheuta oppitunneilla häiriötä. Vaajakosken oppilaat toivat kehitysehdotuksena esille, että mediakasvatusta lähdetäisiin kehittämään kiusaamisen vähentämiseksi ja vanhemmat ottaisivat enemmän vastuuta lastensa sosiaalisen median käytöstä. Ilmiönä kiusaaminen sosiaalisessa mediassa on varsin uusi ja koska yhä nuoremmat oppilaat ovat sosiaalisessa mediassa ja omistavat älypuhelimien niin kouluilla olisi hyvä olla tulevaisuudessa selkeät säännöt siihen, millaisilla toimilla reagoidaan koulun sisällä ilmenevään kiusaamiseen sosiaalisessa mediassa. Opetus ja kulttuuriministeri Sanni Grahn-Laasonen onkin esittänyt, että kiusaaminen internetin sosiaalisissa palveluilla kirjattaisiin kaikkien koulujen järjestys- sääntöihin teoksi, josta rangaistuksena voisi seurata kiusaajalle jopa jälki-istuntoa (Nurmi, 2016). Toisaalta, vaikka kiusaaminen sosiaalisessa mediassa tapahtuisi kahden tai useamman koulun oppilaan välillä, mutta kouluajan ulkopuolella, niin olisiko kouluilla velvoitetta tai edes oikeutta puuttua asiaan.

## 9.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Hyvään eettiseen toimintaan kuuluu, että tutkittavalle on annettava ennakko informaatiota tutkimuksesta, mutta informaation laadun määrää tiedonhankinta tapojen luonne. Peruseriaatteena on, että tutkittaville kerrotaan tutkimuksen aihe, tutkimuksen kesto ja mitä tutkimukseen osallistuminen pitää sisällään. Eettiseen toimintaan kuuluu myös luovuttaa tutkimuksen kannalta oleelliset tutkijoiden yhteystiedot ja tutkituilta kerätyn aineiston käyttötarkoitus ja säilytys sekä tutkimuksen vapaaehtoisuus. (Tutkittavien itsemääräämisoikeus 2013.)

Kyselylomaketta laadittaessa otettiin huomioon, että lomake oli tutkimusryhmän ikätasolle sopiva eli selkeä ja asiallinen. Kysymykset oli mietitty nuorille iän ja kehitystason mukaan. Lomake oli myös etukäteen testattu sopivaksi saman ikäisillä nuorilla. Oppilaat vastasivat kyselyyn nimettömästi ja kyselyn alussa painotettiin kaikille ettei heidän henkilöllisyytensä tule missään vaiheessa selville meille, eikä kenellekään tutkimuksen ulkopuoliselle taholle. Meitä sitoo myös vaitiolovelvollisuus, jos saisimme tietoomme jotain vastaajien henkilökohtaisia asioita. Valvoimme itse jokaista vastustilannetta, jotta pystyimme kiinnittämään huomiota mahdollisiin häiriötekijöihin.

Tutkimuksen luotettavuutta voidaan parantaa tarkalla selostuksella tutkimuksen vaiheista ja esimerkiksi kertomalla haastattelun olosuhteista ja paikoista (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 227). Haasteena oli saada nuoret vastaamaan tekemäämme kyselylomakkeeseen totuudenmukaisesti. Tilanteiden rauhoittaminen niin, että jokainen sai vastata lomakkeeseen itsenäisesti oli meidän ja opettajan vastuulla. Tilanteissa huomasi kuinka suurin osa keskittyi kyselyyn vastaamiseen huolellisesti, mutta muutamat yksittäistapaukset eivät keskittyneet lomakkeen täyttämiseen kunnolla vaan pitivät asiaa mitättömänä ja huutelivat omia kommenttejaan luokassa.

Kyselytutkimuksen etuna on, että sen avulla voi helposti kerätä suurelta joukolta runsaasti tietoa. Kyselymenetelmä säästää tutkijan aikaa ja vaivannäköä. Heikkoutena saattaa olla aineiston pinnallisuus. Ei voida myöskään varmistua siitä ovatko vastaajat vastanneet kyselyyn huolellisesti ja totuudenmukaisesti sekä ovatko he ymmärtäneet kysymykset oikein. Ei tiedetä myöskään kuinka hyvin vastaajilla on etukäteen

tietoa tutkittavasta aiheesta. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 195.) Kyselytutkimuksen luotettavuutta lisää suuri vastaajamäärä: 346 Vaajakosken yläkoulun oppilasta ja se pitää sisällään lähes kaikki 7.-9.- luokan oppilaat. Ristiintaulukoinnin avulla huomattiin, että esimerkiksi 7.-luokan oppilaat eivät olleet väittäneet, että heitä olisi kiusattu 8.- tai 9.-luokan aikana.

Tämän opinnäytetyön kyselylomakkeessa käytettiin avoimia ja monivalintakysymyksiä. Avointen kysymysten etuja ovat esimerkiksi se, että vastaaja saa vastata kysymykseen omin sanoin. Avoin kysymys ei ehdota valmiita vastauksia ja antaa tutkijalle paremman käsityksen vastaajien motivaatiosta. Monivalintakysymykset puolestaan antavat laajan mahdollisuuden vastata samaan kysymykseen siten, että tutkijan on helpompi vertailla eri vastaajien vastauksia keskenään. Toisaalta monivalintakysymyksillä ei ole mahdollista saada niin persoonallisia vastauksia kuin avoimilla kysymyksillä. (Hirsjärvi ym. 2009, 201.)

## Lähteet

Alastalo, M. & Borg, S. 2010. Numerolukutaito: Tutkimuksen analyysivaihe. Kvanti-MOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietovarasto. Viitattu 22.3.2017

<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/numerolukutaito/analyysi.html>

Aromaa, A., Riepponen, M. 2014. Lapsuudessa koetun kiusaamisen vaikutukset mielenterveyteen aikuisen mielenterveyskuntoutujan näkökulmasta. Opinnäytetyö. Tampereen ammattikorkeakoulu, hoitotyön koulutusohjelma. Viitattu 30.5.2016.

[https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/74174/Aromaa\\_Riepponen.pdf?sequence=1](https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/74174/Aromaa_Riepponen.pdf?sequence=1)

Copeland, W., Costello, J., Lereya, S. & Wolke, D. 2015. Adult mental health consequences of peer bullying and maltreatment in childhood: two cohorts in two countries. The Lancet Psychiatry

[http://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366\(15\)00165-0/fulltext](http://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366(15)00165-0/fulltext)

Hamarus, P., 2012. Haukku haavan tekee. Puututaan yhdessä kiusaamiseen. Jyväskylä: PS-kustannus

Hamarus, P., Holmberg-Kalenius, T. & Salmi, S. 2015. Opas kiusaamisen jälkihoitoon. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hinduja, S. & Patchin, J. 2010. Cyberbullying and self-esteem. Viitattu 22.2.2017

[http://cyberbullying.org/cyberbullying\\_and\\_self\\_esteem\\_research\\_fact\\_sheet.pdf](http://cyberbullying.org/cyberbullying_and_self_esteem_research_fact_sheet.pdf)

Hintikka, K. , Sosiaalinen media. Jyväskylän Yliopisto.

<http://kans.jyu.fi/sanasto/sanat-kansio/sosiaalinen-media>

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Tammi. Keuruu : Otavan kirjapaino.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Tammi. Keuruu : Otavan kirjapaino.

Huisman, A. 2011. Hyvä paha sosiaalinen media. Organisaatioiden uhkat ja mahdollisuudet sosiaalisessa mediassa. Pro Gradu- tutkielma. Jyväskylän yliopisto, viestintätieteiden laitos. Viitattu 22.3.2017

<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/26536/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201102081755.pdf?sequence=1>

Internetiin liittyviä rikoksia ja ohjeita niiden hoitamiseen, Viitattu 28.11.2016

[https://www.poliisi.fi/tietoa\\_poliisista/poliisit\\_sosiaalisessa\\_mediassa/nettipoliisi/internetiin\\_liittyvia\\_rikoksia](https://www.poliisi.fi/tietoa_poliisista/poliisit_sosiaalisessa_mediassa/nettipoliisi/internetiin_liittyvia_rikoksia)

Kaltiala-Heino, R., Ranta, K. & Frjöd, S. 2010. Nuorten mielenterveys koulumaailmasa. Lääketieteellinen aikakausikirja Duodecim. Viitattu 25.5.2016

[http://www.terveysportti.fi/dtk/ltk/koti?p\\_artikkeli=duo99043&p\\_haku=ki](http://www.terveysportti.fi/dtk/ltk/koti?p_artikkeli=duo99043&p_haku=ki)

Kaukiainen, A., & Salmivalli, C. 2009. Kiusaamisen muodot. KiVa koulu: Vanhempien opas. Opetusministeriö. Turku. Viitattu 3.5.2016

[http://www.kivakoulu.fi/kiusaamisen\\_muodot](http://www.kivakoulu.fi/kiusaamisen_muodot)

Kauppinen, J., Tamminen, T. 2015. Nettikiusaaminen hukkuu tilastoihin.

<http://www.hs.fi/kotimaa/a1440045624622>

Kettunen, M. 2014. Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa nuorten keskuudessa. Puheviestinnän pro-gradu. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 11.1.2017.

<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/43903/URN-NBN-fi-jyu-201407192244.pdf?sequence=4>

Koulukiusaaminen, Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 24.5.2016

<http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/koulukiusaaminen/>

Kowalski, R. & Limber S. 2007. Electronic bullying among middle school students. Journal of adolescent health. Viitattu 22.2.2017

[http://www.jahonline.org/article/S1054-139X\(07\)00361-8/fulltext](http://www.jahonline.org/article/S1054-139X(07)00361-8/fulltext)

Kumpulainen, K. 2016. Kiusaaminen, Lääkäriin käsikirja. Viitattu 25.5.2016

[http://www.terveysportti.fi.ezproxy.jamk.fi:2048/dtk/ltk/koti?p\\_artikkeli=ykt00819&p\\_haku=kiusaaminen](http://www.terveysportti.fi.ezproxy.jamk.fi:2048/dtk/ltk/koti?p_artikkeli=ykt00819&p_haku=kiusaaminen)

Kupiainen, R., Kotilainen, S., Nikunen, K. & Suoninen, A. 2013. Lapset netissä- puheenvuoroja lasten ja nuorten netin käytöstä ja riskeistä. Mediakasvatusseura ry

<http://www.mediakasvatus.fi/files/ISBN978-952-67693-3-2.pdf>

Livingstone, S., Haddon, L., Görzig, A. & Ólafsson, K. 2011. Risks and safety on the internet: the perspective of European children. Full findings. LSE, London: EU Kids Online. Viitattu

15.1.2017. [http://www.lse.ac.uk/media%40lse/research/EUKidsOnline/EU%20Kids%20II%20\(2009-11\)/EUKidsOnlineIIReports/D4FullFindings.pdf](http://www.lse.ac.uk/media%40lse/research/EUKidsOnline/EU%20Kids%20II%20(2009-11)/EUKidsOnlineIIReports/D4FullFindings.pdf)

Lämsä, A-L. 2009. Mun on paha olla, näkökulmia lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin. Jyväskylä: PS-kustannus

Marttinen, S., Peura, V. 2010. Koulukiusaamisen ennaltaehkäiseminen osana luokan toimintakulttuuria. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 15.6.2016

<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/23263/URN:NBN:fi:jyu-201004221554.pdf?sequence=1>

Miller, V. 2008. New media, networking and phatci culture. *Convergence: the international journal of research into new media technologies* 14, 387–400. Viitattu 15.11.2017. <http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1354856508094659>

Mitä on sosiaalinen media, Viitattu 15.11.2016  
[http://www10.edu.fi/kenguru/?sivu=mita\\_on\\_some](http://www10.edu.fi/kenguru/?sivu=mita_on_some)

Nettikiusaamisen kitkemiseen on keinoja. <http://mll-fi-bin.directo.fi/@Bin/d8ddf6dc9f52e2768b3518e046505d43/1464624527/application/pdf/11904109/Kiusaaminen%20netiss%C3%A4.pdf>

Nieminen, H. 2014. Katsaus lasten ja nuorten verkkokiusaamisen tutkimukseen. Puhaviestinnän pro-gradu tutkielma. Jyväskylän yliopisto.  
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/43286/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201404251580.pdf?sequence=1>

Nurmi, L. 2016. Opetusministeri keksi uuden keinon puuttua nettikiusaamiseen- Sai heti kannatusta. *Aamulehti*. Viitattu 28.11.2016  
<http://www.aamulehti.fi/kotimaa/opetusministeri-keksi-uuden-keinon-puuttua-koulujen-nettikiusaamiseen-sai-heti-kannatusta-24095948/>

O’Keeffe, G. & Clarke-Pearson, K. 2011. The impact of social media on children, adolescents and families. *From the American academy of pediatrics*. Viitattu 15.3.2017  
<http://pediatrics.aappublications.org/content/127/4/800.full>

Anita Saaranen-Kauppinen & Anna Puusniekka. 2006. Aineisto- ja teorialähtöisyys. *KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 1.4.2017  
[http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L2\\_3\\_2\\_3.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L2_3_2_3.html)

Salmivalli, C. 2010. *Koulukiusaamiseen puuttuminen. Kohti tehokkaita toimintamalleja*. Jyväskylä: PS- kustannus.

Suomen virallinen tilasto (SVT): Väestön tieto- ja viestintätekniikan käyttö ISSN=2341-8699. 2015, Liitetaulukko 24. Yhteisöpalveluiden käyttö iän, toiminnan, koulutusasteen, asuinpaikan kaupunkimaisuuden ja sukupuolen mukaan 2015, %-osuus väestöstä . Helsinki: Tilastokeskus. Viitattu: 14.3.2017  
[http://www.stat.fi/til/sutivi/2015/sutivi\\_2015\\_2015-11-26\\_tau\\_024\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/sutivi/2015/sutivi_2015_2015-11-26_tau_024_fi.html)

Survey. 2015. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 25.3.2017  
<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/survey>

Takizawa, R., Maughan, B. & Arseneault, L. 2014. Adult health outcomes of childhood bullying victimization: Evidence from a five-decade longitudinal British birth cohort. *The American journal on psychiatry*  
<http://ajp.psychiatryonline.org/doi/full/10.1176/appi.ajp.2014.13101401>



Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Kouluterveyskysely 2015, Tapaturmat ja väkivalta. Viitattu 12.12.2016

[https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/tulokset-aiheittain/tapaturmat-ja-vakivalta#koulukiusattuna\\_vahintaan\\_kerran\\_viikossa](https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/tulokset-aiheittain/tapaturmat-ja-vakivalta#koulukiusattuna_vahintaan_kerran_viikossa)

Tutkittavien itsemääräämisoikeus. 2013. Tampereen yliopisto. Viitattu 11.6.2016

<http://www.uta.fi/tutkimus/etiikka/periaatteet/itsem.html>

Ybarra, M. & Mitchell, K. 2004. Youth engaging in online harassment: associations with caregiver–child relationships, Internet use, and personal characteristics. Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, USA. University of New Hampshire. Viitattu 12.2.2017

<http://www.unh.edu/ccrc/pdf/jvq/CV63.pdf>

## Liitteet



### Sosiaalisessa mediassa tapahtuva kiusaaminen

Sosiaalisella mediallyä tarkoitetaan verkkoviestintäympäristöjä, joissa jokaisella käyttäjällä on mahdollisuus olla vuorovaikutuksessa muiden käyttäjien kanssa ja tuottaa verkkoympäristöön uutta materiaalia, kuten kuvia, kirjoituksia tai videoita.

Sosiaalisen median kanaviksi lasketaan mm. Facebook, WhatsApp, Instagram, Youtube, Twitter, Snapchat, Ask.fm, Periscope, keskustelupalstat.

Kiusaamista sosiaalisessa mediassa on esimerkiksi ilkeiden viestien lähettely, juorujen tai henkilökohtaisten tietojen levittäminen, kuvien manipulointi levittäminen ilman kuvassa olevan lupaa, toisen nimellä esiintyminen, pilkkaryhmien luominen nettiin, ryhmän ulkopuolelle sulkeminen ja salasanojen huijaaminen.

**1. Luokka-aste? \***

- 7.luokka
- 8.luokka
- 9.luokka

**2. Sukupuoli? \***

- Tyttö

- Poika
- En halua kertoa

**3. Onko sinua kiusattu internetissä/sosiaalisessamediassa? \***

- Kyllä
- Ei

**4. Millä luokka-asteella nettikiusaamista on tapahtunut? \***

- 7.luokalla
- 8.luokalla
- 9.luokalla

**5. Missä sosiaalisenmedian kanavassa kiusaamista on tapahtunut? \***

- Facebook
- Twitter
- WhatsApp
- Snapchat
- Instagram
- Ask.fm
- Keskustelupalstat
- Periscope
- Youtube
- Joku muu kanava, mikä?  
\_\_\_\_\_

**6. Kuinka monta kertaa kiusaamista on tapahtunut sosiaalisessa mediassa ylä-**

koulun aikana? \*

- Alle viisi kertaa
- Viisi-kymmenen kertaa
- Enemmän kuin kymmenen kertaa
- Kiusaaminen on ollut jatkuvaa koko yläkoulun ajan

7. Oliko kiusaaja? \*

- Entuudestaan tuttu
- Tuntematon henkilö

8. Millaista kiusaamista sosiaalisessa mediassa on tapahtunut? \*

- Ulkonäköön ja henkilökohtaisiin ominaisuuksiin kohdistuvaa pilkkaamista
- Henkilökohtaisten asioiden levittämistä
- Perättömien juorujen/huhujen levittämistä
- Ilkeämielistä kommentointia
- Uhkaavien viestien lähettelyä
- Toisen nimen tai salasanan käyttämistä luvatta
- Valokuvien luvaton muokkaamista ja/tai levittämistä
- Ryhmän ulkopuolelle sulkemista

Muuta, millaista?

---

9. Jos sinua on kiusattu sosiaalisessa mediassa, millaisia tunteita se sinussa herättää? \*

- Vihaa
- Surua

- Häpeää
- Pelkoa
- Syyllisyyttä
- Ahdistusta
- Paniikkia
- Muuta, millaista?
- \_\_\_\_\_

**10. Kenelle kerroit kiusaamisesta? \***

- Opettajalle
- Terveystoimittajalle
- Vanhemmille/hoitajalle
- Jollekin muulle perheenjäsenelle (sisko,veli,isovanhemmat)
- Kaverille
- Harrastuksen ohjaajalle
- Jollekin muulle?
- \_\_\_\_\_
  
- En kertonut kenellekkään

**11. Miten sosiaalisen median kautta tapahtuvaan kiusaamiseen puututtiin? Miten kiusaamiseen voisi mielestäsi paremmin puuttua? \***

---

---

---

**12.** Miten kiusaaminen muuttui siihen puuttumisen jälkeen? \*

- Kiusaaminen loppui
- Kiusaaminen vähentyi
- Kiusaaminen jatkui ennallaan
- Kiusaaminen paheni

**13.** Oletko sinä itse kiusannut jotakuta sosiaalisessa mediassa? \*

- Kyllä
- En

**14.** Missä sosiaalisen median kanavassa olet kiusannut? \*

- Facebook
- Twitter
- WhatsApp
- Snapchat
- Instagram
- Ask.fm
- Keskustelupalstat
- Periscope
- Youtube
- Joku muu, mikä?
- \_\_\_\_\_

**15.** Puututtiinko kiusaamiseen? \*

- Ei

Kyllä, kuka puuttui?

---

**16.** Tiedätkö jonkun, jota on kiusattu sosiaalisessa mediassa? \*

Kyllä

En

**17.** Mitä muuta haluaisit kertoa sosiaalisessa mediassa tapahtuvasta kiusaamisesta? \*

---

---

---