



**Tiina Heikkinen**  
**Henna Pyykkönen**  
Diakonia-ammattikorkeakoulu  
Sosiaali- ja terveysalan AMK-tutkinto  
Sosionomi (AMK)  
Opinnäytetyö, 2020

# **KÄSI KÄDESSÄ KOHTI TURVALLISTA SOMEA**

**Opas Lohtajan koulun oppilaille ja heidän kasvattajilleen turvallisen sosiaalisen median käyttöön**

---

## TIIVISTELMÄ

Tiina Heikkinen  
Henna Pyykkönen  
Käsi kädessä kohti turvallista somea  
42s., 2 liitettä  
Kevät 2020  
Diakonia-ammattikorkeakoulu  
Sosiaali- ja terveysalan AMK-tutkinto  
Sosionomi (AMK)

Opinnäytetyön tavoitteena oli ennaltaehkäistä sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista sekä tuottaa opas mediakasvatuksesta lapsien ja vanhempien tueksi. Työelämän yhteistyökumppanina toimi Kajaanin Lohtajan koulu ja opas jaettiin koulun erityisluokan 3.–6. luokan sekä 5. luokan oppilaille ja heidän vanhemmilleen.

Toteutimme opinnäytetyömme kehittämispainoisena opinnäytetyönä. Kohdensimme oppaan aihealueita alkukartoituskyselyn avulla ja esittelimme alkukartoituskyselyn tuloksia raportissa. Käsikirjoitimme oppaan sisältöä alkukartoituskyselyä ja lähdeaineistoa hyödyntäen. Oppaan lähdeaineistona käytimme aiheeseen liittyvää kirjallisuutta ja verkkojulkaisuja. Opinnäytetyön tuloksena syntyi opas *Käsi kädessä kohti turvallisempaa somea – ohjeita lapsille ja vanhemmille*.

Oppaan tavoite on lisätä avointa vuorovaikutusta vanhemman ja lapsen välille sekä madaltaa lapsen kynnystä kertoa vanhemmalle kohtaamastaan ikävästä sisällöstä sosiaalisessa mediassa. Opas sisältää tietoa sosiaalisen median soveluksista, mediakasvatuksesta, somekiusaamisesta ja sosiaalisen median posititiivisesta puolista. Opas on Lohtajan koulun hyödynnettävissä myös tulevaisuudessa.

Asiasanat: sosiaalinen media, somekiusaaminen, mediakasvatus, opas

## ABSTRACT

Tiina Heikkinen & Henna Pyykkönen  
Hand in hand towards safer social media  
42p., 2 appendices  
Spring, 2020  
Diaconia University of Applied Sciences  
Degree Programme in Social Services  
Bachelor of Social Services

The aim of the thesis was to prevent bullying in social media and produce a guide of media education for children and their parents. The project was carried out in cooperation with the Lohtaja primary school in the city of Kajaani and the guide was distributed to 3.–6. grades students of a special-needs class and 5. grade students and their parents.

We executed our thesis as a development project. We allocated guides topics with the help of initial mapping and presented the results of the initial mapping in the thesis report. We did the script for the guide by utilizing the initial mapping and references. We used related literature and online publications reference material for the guide. Our thesis product was the guide *Hand in hand toward safer social media – guide for children and their parents*.

The aim of the guide is to add open interaction between the parent and the child and to ease child's difficulty to tell the parent if the child faces any negative content in social media. The guide contains knowledge about social media apps, media education, bullying in social media and positive aspects of social media. In the future the Lohtaja primary school can utilize the guide by distributing it to future class grades.

Keywords: social media, bullying in social media, media education, guide

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	4
2 LAPSI SOSIAALISESSA MEDIASSA .....	6
2.1 Digitaalinen ja sosiaalinen media .....	6
2.2 Keskilapsuus ikävaiheena .....	6
2.3 Sosiaalisen median hyödyt lapselle .....	8
3 MEDIAKASVATUS .....	10
3.1 Ikäraajat .....	10
3.2 Vuorovaikutus .....	11
3.3 Ajankäyttö .....	12
4 KIUSAAMINEN .....	13
4.1 Somekiusaamisen erityispiirteet.....	14
4.2 Somekiusaamisen tavat .....	15
4.3 Somekiusaaminen ja lainsäädäntö.....	16
5 KIUSAAMISEN SEURAUKSET .....	19
5.1 Kiusaamisen vaikutukset lapsen kasvuun ja kehitykseen .....	19
5.2 Vaikutukset aikuisiällä .....	19
5.3 Miten toimia kiusaamistilanteessa.....	20
6 KEHITTÄMISPROSESSIN TAUSTAA .....	22
7 ALKUKARTOITUSKYSELY .....	24
7.1 Alkukartoituskyselyn toteutus.....	25
7.2 Eettisyys opinnäytetyöprosessissa.....	25
8 ALKUKARTOITUSKYSELYN TULOKSET .....	27
8.1 Sosiaalisen median käyttö .....	27
8.2 Havainnot ja kokemukset somekiusaamisesta.....	29
8.3 Kenelle kertoa somekiusaamisesta.....	30
9 OPAS.....	31
9.1 Oppaan suunnittelu ja tavoite.....	31

9.2 Oppaan toteuttaminen.....	32
10 JOHTOPÄÄTÖKSET JA ARVIOINTI .....	34
11 POHDINTA .....	36
LÄHTEET.....	39
LIITE 1. Saatekirje vanhemmille .....	43
LIITE 2. Alkukartoituskysely.....	44

## 1 JOHDANTO

Sosiaalisen median käyttäminen on kasvanut räjähdysmäisesti, ja myös yhä nuoremmat lapset suosivat sosiaalista mediaa. Sosiaalisesta mediasta uutisoidaan pääosin negatiivisesti, koska kiusaamisen kynnyks vaikuttaa olevan useilla huomattavasti alhaisempi, kun viestintä tapahtuu sosiaalisen median välityksellä. Myös aikuiset ihmiset käyttäytyvät huonosti sosiaalisessa mediassa, joten on ymmärrettävää, etteivät lapset vielä täysin ymmärrä, kuinka vakavia seurauksia kiusaamisella sosiaalisessa mediassa on. Lapset ottavat vaikutteita aikuisilta, joten on vanhempien vastuulla näyttää oikeanlaista esimerkkiä.

On tärkeää, että lapsi saa positiivista ohjausta sosiaalisen median käyttöön jo mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Lapsi ja vanhempi voivat yhdessä opetella kohti turvallisempaa ja positiivisempaa sosiaalista mediaa. Nuoresta iästä huolimatta lapsen on hyvä olla myös tietoinen sosiaalisen median varjopuolista ja niiden kauaskantoisista seurauksista.

Opinnäytetyön toimeksiantajanamme toimii Lohtajan koulu Kajaanissa. Alkukartoituskyselyyn osallistuu kaksi 5. luokkaa ja yksi erityisluokka, jossa on 3.–6. luokan oppilaita. Opinnäytetyön tarkoituksena on alkukartoituskyselyn perusteella saada tietoa sosiaalisessa mediassa tapahtuvasta kiusaamisesta ja vastausten perusteella työstää sosiaalisen median käytön opas. Opas on tarkoitettu yhteisesti lapsille ja heidän vanhemmilleen. Näkyvä koulukiusaaminen on nykypäivänä yhä enemmän siirtynyt sosiaaliseen mediaan. Sosiaalisessa mediassa kiusaaminen tapahtuu yleensä vanhemmilta salassa ja vanhempien on yleensä vaikea puuttua lapsien sosiaalisen median käyttöön. Oppaan tarkoituksena on ennaltaehkäistä sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista ja häiriökäyttäytymistä, mutta samalla haluamme oppaamme olevan positiivinen työkalu vanhemmalle ja lapselle yhdessä käytettäväksi. Haluamme tarjota oppaalla myös tietoa, taitoa ja työkaluja sosiaalisen median turvalliseen käyttöön. Valmis opas on tarkoitus jakaa alkukartoituskyselyyn osallistuneille oppilaille ja heidän vanhemmilleen. Lohtajan koulu voi hyödyntää opasta myös tulevaisuudessa seuraaville

luokkaryhmille ja käyttää oppaan tarjoamaa tietoa esimerkiksi vanhempainiloissa.

## 2 LAPSI SOSIAALISESSA MEDIASSA

### 2.1 Digitaalinen ja sosiaalinen media

Digitaalinen media tarkoittaa esimerkiksi sähköisiä mobiilisovelluksia, internetiä, puhelimia, tietokoneita ja tabletteja sekä niissä tapahtuvaa mainontaa. Jo monen alle kouluikäisen lapsen elämässä media on vahvasti mukana ja moni lapsi osaa käyttää sujuvasti tietokoneita ja älylaitteita. Nykypäivänä erilaiset visuaaliset muodot ja mainonta on osa lasten jokapäiväistä kokemusmaailmaa. (Korhonen 2010, 9–11.)

Lietsalan ja Sirkkusen (2008) mukaan sosiaalinen media on laaja, jatkuvasti muuttuva ilmiö. Sosiaalista mediaa alettiin käyttää käsitteenä vasta 2000-luvun puolessa välissä, vaikkei se ole ideana olekaan uusi. Kaplanin ja Haenleinin (2009) mukaan sosiaalinen media perustuu käsitykseen Web 2.0:sta, jossa sisältöä voi tuottaa tai muokata kuka tahansa (Kettunen 2014, 24). Tunnetuimpia ja varsinkin nuorten suosiossa olevia sosiaalisen median kanavia ovat muun muassa Facebook, WhatsApp, Instagram, Youtube, Snapchat ja TikTok.

Sosiaalinen media on kasvattanut suosiotaan viimeisten vuosien aikana räjähdysmäisesti ja nuorten lisäksi myös lapset ovat ottaneet sosiaalisen median kentän omaksi valtakunnakseen. Suurin osa heistä käyttää ainakin yhtä sosiaalisen median palvelua. Sosiaaliseen mediaan pääsy on helppoa ympäri vuorokauden, koska nykyään lähes kaikilla on käytössä älypuhelin. (Kettunen 2014, 8.)

### 2.2 Keskilapsuus ikävaiheena

Kohderyhmämme ikäjakauma on 9–12-vuotiaat lapset, jotka ovat kehitysvaiheessaan keskilapsuudessa. Keskilapsuudella tarkoitetaan ikävaihetta, joka alkaa 6–7-vuotiaana ja ulottuu noin 12-vuotiaaksi saakka. Ikävaiheessa on tärkeää, että lapselle rakentuu positiivinen kuva omasta osaamisestaan sekä myönteinen

minäkäsitys, sillä näillä tekijöillä on keskeinen merkitys lapsen kehitykseen ja psyykkiseen hyvinvointiin. (Nurmi ym. 2014, 77–79.)

Kouluikäiset ymmärtävät toisten ihmisten tunteita. Lisäksi he ymmärtävät, että sama kokemus voi aiheuttaa muissa erilaisia tunteita, riippuen siitä, mistä näkökulmasta asiaa katsoo. Tunneilmaisuus ja kyky omien ja muiden ihmisten tunteiden tulkintaan kehittyy asteittain. (Nurmi ym. 2014, 105.) Keskilapsuuden aikana lapset oppivat vähitellen kykyä arvioida muiden ihmisten tunteita, toimintaa ja tarkoitusta asettamalla itsensä toisen asemaan. Toisen henkilön asemaan asettumiseen kyetään täysin vasta keskilapsuuden loppuvaiheessa. (Nurmi ym. 2014, 83.)

Kaverisuhteet ovat tärkeitä lapsen kehitykselle keskilapsuusvaiheessa. Kaverisuhteita luodaan yleensä omien koululuokkalaisten, harrastusryhmäläisten tai naapuruston lapsien kesken. Lapsi hakeutuu ikätoverien ja yleensä saman sukupuolisten seuraan. Kaveripiiri opettaa lapsille muun muassa sosiaalisia taitoja ja moraalista käyttäytymistä. Sosiaalisten taitojen omaksumiseen kuuluvat erilaisien sosiaalisten tilanteiden sekä omien ja muiden tunteiden havainnointi ja vuorovaikutustaidot. Moraalista käyttäytymistä opetellessaan lapset oppivat ymmärtämään toista näkökulmaa asioissa ja siten kehittämään oikeudenmukaisuutta. (Nurmi ym. 2014, 109–110.) Sosiaalisen median avulla lapsi voi luoda ja ylläpitää kaverisuhteita sekä tehdä mielekkäitä asioita, minkä vuoksi media on merkittävä osa lapsen vapaa-aikaa (Nurmi ym. 2014, 115).

Vaikka ikävaiheessa kaverisuhteet ovat tärkeitä, vanhempien roolin merkitys korostuu entisestään. Lapsilähtöiset vanhemmat kannustavat ja rohkaisevat lasta ottamaan vastuuta ikätasoon nähden sopivalla tavalla, keskustelevat lapsen kanssa sekä ovat kiinnostuneita lapsen asioista. Vanhempien tulisi olla tietoisia siitä, mitä lapsi tekee vapaa-ajallaan, ja kenen kanssa. Lapsen myönteistä kehitystä tukee tunne siitä, että vanhemmat ovat kiinnostuneita hänen elämästään. Kasvuympäristö, jossa lapsi kokee myönteisiä odotuksia ja kunnioitusta, tukee lapsen tietoisuutta omasta käyttäytymisestä ja sen seurauksista. (Nurmi ym. 2014, 115).

### 2.3 Sosiaalisen median hyödyt lapselle

Nykyajan lapsille sosiaalinen media ei ole vieras käsite, koska he ovat syntyneet keskelle sen kulta-aikaa. Sosiaalinen media siis kuuluu osaksi lasten sosiaalista elämää. Useat vanhemmat keskittyvät sosiaalisen median varjopuoliin, ja miettivät onko se oikea paikka lapselle. Sosiaalisen median haitat eivät itsessään viittaa siihen, että jokin sovellus olisi haitallinen, vaan yleisin ongelma on hyvien tapojen noudattamatta jättäminen. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Vanhemmille. Tietoa lapsiperheen elämästä. Lapset ja media. Lapsi sosiaalisessa mediassa.)

Johanna Nykopp (2013) on omassa tutkimuksessaan haastatellut Pelastakaa Lapset ry:n mediakasvatustyön asiantuntijaa Johanna Sommers-Piirosta, joka on todennut, että lapsilla on samanlainen tarve olla vuorovaikutuksessa kuin vanhemmillakin, ja nykyisessä mediakulttuurissa sosiaalinen media on yksi esiintyvä tapa pitää vuorovaikutussuhteita yllä. Sommers-Piirosen mukaan lapset ovat luovia ja nopeita oppimaan uusia toimintatapoja. Sosiaalinen media vastaa lasten kiinnostuksen kohteisiin, joten lasten on luontevaa hyödyntää sosiaalista mediaa heitä palveleviin tarkoituksiin. Sosiaalinen media myös mahdollistaa lapsen äänen kuuluviin saamisen sekä osallistumisen häntä kiinnostaviin asioihin yhteiskunnassa ja yhteisöissä. (Nykopp 2013, 5.)

Sosiaalinen media mahdollistaa uusien kavereiden löytämisen. Varsinkin ujoille lapsille sosiaalinen media on todella tärkeä keino solmia uusia tuttavuus- tai ystävyysuhteita, koska verkon välityksellä on usein helpompaa lähestyä muita. Myös kiusaamisen uhrin voivat löytää vertaistukea sosiaalisesta mediasta. (Pönkä 2014, 73.)

Euroopan komission lukutaitopolitiikka ja luku- ja kirjoitustaitoa käsittelevän korkean tason asiantuntijaryhmän raportissa on todettu, että sosiaalinen media edistää lapsen oppimista. Digitaalisten välineiden on todettu parantavan motivaatiota kirjoittamiseen, sekä esimerkiksi Facebookin tai Messengerin välityksellä kommunikoinnin on todettu paljastaneen kielenkäytön lajin, joka on kirjoittamisen ja puheen välimuoto. Lisäksi etenkin lukemisvaikeuksista kärsiville tekstiviestittely

on hyvinkin motivoivaa sen luontevuuden ja välittömyyden takia. (Euroopan komissio 2012, 2.)

Sosiaalinen media tarjoaa lapselle mahdollisuuden löytää kiinnostuksen kohteita, uusia harrastuksia ja käyttää omaa luovuutta. Useissa erilaisissa sovelluksissa lapsi pääsee toteuttamaan itseään. Parhaimmillaan sosiaalinen media on lapselle palkitseva ja itsetuntoa kohottava tapa ilmaista itseään. (Pönkä 2014, 73.)

Sosiaalisesta mediasta on hyötyä myös silloin, kun lapsi tarvitsee neuvoa asiaan, jota hän ei uskalla tai kehtaa kysyä keneltäkään. Sosiaalisessa mediassa anonyyminä avun pyytäminen tai kenties nolostuttavan kysymyksen kysyminen on helpompaa, jos kasvatusten asian selvittämiseen on liian korkea kynnys. (Nykopp 2013, 8.)

Johanna Nykopp (2013) selvitti tutkimuksessaan 4.–6.-luokkalaisilta lapsilta, millainen sosiaalinen media olisi heille mieluinen. Tutkimuksen mukaan lapsille sosiaalisessa mediassa tärkeintä on viestien ja kuvien lähettäminen, kaverit, pelit sekä musiikki ja videot. Avoimista kysymyksistä oli noussut esille lasten halu hyödyntää sosiaalista mediaa piirtämiseen, elokuvien katselemiseen sekä virtuaalilemmikkien hoitamiseen. (Nykopp 2013, 23–24.)

### 3 MEDIAKASVATUS

Mediakasvatuksessa on kyse opetuksesta ja kasvatuksesta, johon sisältyvät mediavälineet ja niiden käyttö sekä sisältö. Mediakasvatuksen avulla lapsi oppii erilaisia valmiuksia ja taitoja mediakulttuurissa elämiseen ja tiedostamaan omaa osallisuutta ja mediasuhdetta. Mediataidot kuuluvat nyky-yhteiskunnan kansalaistaitoihin. Media kasvaa ja muuttuu koko ajan ja sen vuoksi mediakasvatus on jatkuvaa kehittämistä ja kokeilua. (Mediakasvatusseura. Mediakasvatus.)

Mediakasvatus on niin vanhempien kuin koulun vastuutehtävä. Perusopetuslain mukaan koulun tulee tukea vanhempia ja perheitä kasvatustehtävässä. Mediakasvattajan tulee tuntee viestinnän teoriaa, käytännön toteutusta, kasvatustieteellistä teoriaa ja opetuksen käytäntö. (Merilampi 2014, 26–29.)

Nykypäivänä internetin ja sosiaalisen median käyttötaitoja pidetään jo osana yleissivistystä. Kouluissa panostetaan aikaisempaa enemmän myös internetin ja sosiaalisen median käyttämiseen, mutta koulun näkökulmasta sosiaaliseen mediaan sopivien arvojen ja käyttäytymissääntöjen opettaminen on vanhempien vastuulla. Media kasvatus olisi hyvä aloittaa heti, kun lapsen oma mielenkiinto sosiaalista mediaa kohtaan herää. Tutustumisen voi aloittaa vain lapsille suunnatuissa palveluissa tai sovelluksissa, näin lapsi saa turvallisesti harjoitella vuorovaikutusta sosiaalisen median välityksellä. Lapsen sekä vanhemman on hyvä tutustua niihin sovelluksiin, joita kohtaan lapsi tuntee kiinnostusta. Yhdessä voidaan arvioida sovelluksen hyviä sekä ja huonoja puolia, ja näin lapsi oppii arvioimaan myöhemmin itsenäisesti sovelluksia ennen käytön aloittamista. (Pönkä 2014, 73–74.)

#### 3.1 Ikäraajat

Sosiaalisen median palveluilla on jokaisella omat ikärajoituksensa. Yleisin ikäraja suosituimmilla sovelluksilla on 13 vuotta, mutta esimerkiksi WhatsApp:n ikäraja on 16 vuotta. Pönkän (2014) mukaan ikäraajat ovat huonosti tunnettuja. Usein

lapset käyttävät silti sovelluksia, joihin heidän ikänsä ei vielä riitä. Tämän voidaan karkeasti tarkoittavan sitä, että lapsi on valehdellut syntymäaikansa, joko vanhempansa tietämättä tai heidän luvallaan. (Pönkä 2014, 76.)

Lastensuojelun Keskusliiton teettämästä kyselystä selviää, että kyselyyn vastanneista 11–12-vuotiaista lapsista kolmasosa ei ole kysynyt lupaa vanhemmiltaan mihinkään verkkopalvelun käyttämiseen. 93 % alle 13-vuotiasta vastaajista on käyttänyt sosiaalisen median palveluita, joiden ikärajana on sillä hetkellä ollut 13 vuotta. Lapsilta kysyttäessä kaikille sosiaalisen median palveluille sopivaa ikärajaa, sai 13 vuoden ikäraja eniten kannatusta. Lapset pitivät ikärajaa tarpeellisena haitalliselle materiaalille altistumisen vuoksi. (Lastensuojelun Keskusliitto 2017.)

### 3.2 Vuorovaikutus

Vanhemman halu ymmärtää lapsen sosiaalisen median käyttöä sekä myönteinen uteliaisuus ovat edellytyksiä avoimeen vuorovaikutukseen. Aikuisen ei tarvitse tietää kaikkea sosiaalisen median maailmasta, vaan riittää, että on tietoinen siitä mitä oma lapsi sosiaalisessa mediassa tekee. Vanhemman ja lapsen välinen avoin keskusteluyhteys antaa mahdollisuuden myös siihen, että lapsi voi opettaa vanhemmalleen jotain sosiaaliseen mediaan liittyvää. Myönteinen ja avoin keskustelu yhdessä vanhemman kanssa tukee lapsen kasvua, mutta myös media-taitoja. Lapsen on myös helpompi kääntyä vanhemman puoleen ikävänkin asian sattuessa, jos vanhempi on aidosti kiinnostunut ja avoin sosiaalisen median käyttämiseen. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2018, 4–5.)

Vanhemman ja lapsen väliset keskustelut sosiaalisen median käytöstä ovat yhtä tärkeitä ja luonnollisia kuin keskustelu koulupäivän sujuvuudesta. Vanhempi voi osoittaa kiinnostuksensa esimerkiksi kysymällä millaisia videoita lapsi tykkää katsella, tai millaisissa keskusteluissa hän on mukana. Jos vanhemman asenne ja vuorovaikutustapa on epäilevä ja negatiivinen, voi lapsi alkaa salailla sosiaalisen median käyttöön liittyviä asioitaan. Lapsella voi olla vaikea kertoa vanhemmalleen esimerkiksi somekiusaamisesta, jos hän kokee vanhemman syyttävän häntä

sosiaalisen median käyttämisestä. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Vanhemmille. Tukea perheen huoliin ja kriiseihin. Kiusaaminen. Kiusaaminen netissä.)

Vanhemman tulisi kannustaa lasta hyvään ja reiluun käytökseen sosiaalisessa mediassa. Lapsen on tärkeää oppia jo pienestä alkaen, että somemaailmassa pätee samat käyttäytymissäännöt, kuin koulumaailmassakin. Lapsen kanssa voi pohtia, millainen somekäyttäytyminen on hänen mielestään reilua ja mukavaa. Vanhemman esimerkin näyttäminen omalla toiminnallaan on lapselle tärkeää. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Vanhemmille. Tukea perheen huoliin ja kriiseihin. Kiusaaminen. Kiusaaminen netissä.)

### 3.3 Ajankäyttö

Lapsen ei ole helppo huolehtia itse mediassa viettämästään ajasta. Kehittyvä lapsi tarvitsee aikuisen tukea ja apua hyvinvointinsa turvaamiseksi. Sosiaalinen media ei korvaa oikeassa elämässä tapahtuvia kohtaamisia, leikkejä tai harrastuksia. Lapsen myönteistä kehitystä tukee laadukas ja riittävä uni, ruokailu ja liikunta. Aikuisen ja lapsen olisi hyvä keskustella yhdessä, mikä on kohtuullista sosiaalisen median käyttöä. Myös keskustelu sosiaalisen median mahdollisista vaikutuksista esimerkiksi nukkumiseen on usein tarpeellista. Yhdessä perheen kanssa voidaan tehdä sopimus, mihin kirjataan yhdessä sovitut säännöt siitä, mitä muuta päiviin on hyvä sisällyttää sosiaalisen median lisäksi. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2018, 9, 11.) Yleisin suositus lapsien ruutuajasta median, esimerkiksi pelien parissa on enintään kaksi tuntia päivässä (Pönkä 2014, 74).

Liiallisesta sosiaalisen median käytöstä kielii lapsen ylivilittynisyys, jolloin lapsi voi saada useita raivonpuuskia tai ajatukset pyörivät sosiaalisessa mediassa ruutuajan päätyttyä. Muita ylivilittynisyyden oireita ovat muun muassa uniongelmat, päänsärky, ärtyneisyys ja levottomuus. (Neuvokas perhe. Perhearki. Ruutu-aika.)

## 4 KIUSAAMINEN

Kiusaaminen on ilmiönä vaikeasti määriteltävä, koska itse toiminnan lisäksi kiusaamisessa on kyse monesta muusta seikasta, kuten asenteista (Hamarus 2006, 50). Hamarus (2008) on määritellyt kiusaamisen kolmeen eri muotoon; fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen kiusaamiseen. Fyysinen kiusaaminen kohdistuu usein kiusattuun esimerkiksi lyömällä tai tönimällä, kun taas psyykinen kiusaaminen ilmenee enemmän ilmeillä, sanoilla ja eleillä alistamalla. Sosiaalisessa kiusaamisessa tarkoituksena on useimmiten tarkoitus hankaloittaa kiusatun ystävyyssuhteita. Hamarus (2008) ja Repo (2013) ovat myös jakaneet kiusaamisen suoraan ja epäsuoraan kiusaamiseen. Suora kiusaaminen näyttäytyy useimmiten fyysisenä, esimerkiksi potkimisena, lyömisenä tai nipistelynä. Leikeistä poissulkeminen, uhkailu ja selän takana pahan puhuminen luokitellaan epäsuoraksi kiusaamiseksi. (Hamarus 2006, 50; Lautala & Vattukumpu 2015, 7.)

Kiusaamisen uhriksi voi joutua hetkellisesti, tai jopa vuosien ajaksi. Kiusaajan toiminta on tahallista ja suunniteltua, ja tarkoituksena on pahanmielen ja vahingon aiheuttaminen toista ihmistä kohtaan. Kiusaamisen uhriksi voi valikoitua esimerkiksi ulkonäön, erilaisen piirteen tai ominaisuuden takia. Kiusaamisen uhrin ei kannata etsiä syytä itsestään, koska kiusaamiselle ei ole ikinä oikeaa, hyväksyttävää syytä. Kouluikäisillä kiusaaminen näyttäytyy esimerkiksi nimittelynä, nolautamisena, syrjimisellä, uhkailulla sekä netin välityksellä. (Mehiläinen. Mielenterveys. Kiusaaminen; Suomen mielenterveysseura. Vaikeat elämäntilanteet. Koulu-kiusaamisen uhriksi voi joutua kuka tahansa.)

Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen vuonna 2019 tuottaman valtakunnallisen kouluterveyskyselyn mukaan 4.–5. luokkalaisista oppilaista 7,2 % koki koulukiusaamista vähintään kerran viikossa. Yhteensä 62,8 % oppilaista on kertonut koulussa tapahtuneesta kiusaamisesta koulun aikuiselle lukuvuoden aikana. 3,4 % oppilaista vastasi tuntevansa olonsa usein yksinäiseksi. Vuoden 2017 valtakunnallisen kouluterveyskyselyn mukaan lukukauden aikana 13 % oppilaista koki tulleet kiusatuksi ulkonäkönsä vuoksi koulussa tai vapaa-ajalla. Kävimme läpi myös tilastoja, joissa 1,7–6,5 % oppilaista koki tulleet kiusatuksi koulussa tai

vapaa-ajalla sukupuolen, uskonnon, ihonvärin, kielen, vammaisuuden tai perheensä vuoksi.

#### 4.1 Somekiusaamisen erityispiirteet

Somekiusaamisen määritellyn pohjana käytetään usein perinteisen kiusaamisen määritelmää. Slonjen ja Smithin (2008), Niemisen ja Pörhölän (2011) ja Baumannin, Toomeyn ja Walkerin (2013) mukaan suurin ero näkyy siten, että kiusaaminen ilmaistaan koulupihojen sijasta virtuaalimaailmassa esimerkiksi puhelimen välityksellä. (Kettunen 2014, 8.) Kiusaamisen uhriksi voi joutua esimerkiksi erilaisen piirteen vuoksi, mutta motiivia ei aina tarvita, vaan pelkkä turhautuminen tai tekemisen puute riittää (Forss 2014, 39, 46).

Pörhölä ja Kinney (2010) ovat poimineet useamman eroavaisuuden koulukiusaamisen ja somekiusaamisen välillä. Somekiusaaminen voi saavuttaa erittäin laajan yleisön nopeasti, esimerkiksi kuvan tai viestin jakaminen onnistuu vain muutamalla klikkauksella. Internetiin ladattu sisältö todennäköisesti säilyy kaikkien nähtävillä hyvin pitkään, mikä voi vaikuttaa kiusattuun jopa loppuelämän ajan. (Kettunen 2014, 8.)

Internet mahdollistaa kiusaajan pysymisen anonyyminä, eli kiusaajan on mahdollista piilottaa oma henkilöllisyytensä ja näin ollen kiusaamisen kynnys voi olla pieni (Kettunen 2014, 8). Kiinnijäämisen tunne voi tuntua kiusaajasta kaukaiselta, mikä madaltaa kynnystä lähettää ilkeä kommentti tai viesti. Koska kiusaaja ei näe uhrinsa reaktiota, ei hänelle välttämättä jää tunnetta väärintekemisestä. (Iso-Jaakkola 2017, 12). Kiusattu voi kokea jopa kiusaajan kasvottomuuden ahdistavampana, kuin itse kiusaamisen.

Somekiusaaminen eroaa myös perinteisestä kiusaamisesta siten, että kiusaajan on mahdollista seurata uhriaan, minne tahansa, koska somekiusaaminen ei ole sidottu fyysiseen tilaan. Usein somekiusaamisen uhreista tuntuu, ettei kiusaamista pääse pakoon. (Kettunen 2014, 8.)

## 4.2 Somekiusaamisen tavat

Kaikissa sosiaalisen median kanavissa tapahtuu jonkinasteista kiusaamista, mutta kiusaamistavat voivat vaihdella erilaisten sovelluksien käyttömahdollisuuksien mukaan. Perinteinen viestittely on yleisin kiusaamismuoto. Viestit ovat häiritätarkoituksessa tehtyjä, loukkaavia tai jopa uhkaavia, ja ne voidaan lähettää joko kiusatulle suoraan tai jakaa esimerkiksi ryhmäkeskustelussa. Pikaviestintäsovelluksissa, esimerkiksi WhatsApp:ssa on mahdollista tehdä suuriakin ryhmäkeskusteluja, joissa loukkaavat viestit tavoittavat suuren joukon kerralla. (Forss 2014, 37-38.) Kiusaamismielessä tarkoitettuja viestejä voidaan lähettää jopa oppitunnin aikana koulussa, koska someryhmissä tapahtuva kiusaaminen tapahtuu usein hiljaisuudessa (Honkanen & Romppanen 2018, 10). Yleistä somekiusaamista on myös kuvien ja erilaisten kuvamuokkausten tekeminen ja niiden välittäminen eteenpäin viestillä (Forss 2014, 37).

Viestien lähettäminen on usein pitkäkestoista ja yksipuolista (Kettunen 2014, 16). On hyvä kuitenkin muistaa, että jopa yksittäinen viesti voi sisällöltään olla rikoksen tunnusmerkitöt täyttävä (Forss 2014, 36). Vihamielistä kommentointia tehdään usein julkisesti esimerkiksi Instagram-sovelluksessa. Kommentointi voi olla mitä vain nimittelystä uhkailuun. Huhtalan ja Herkaman (2012) mukaan ilkeillä kommentteilla pyritään heikentämään uhrin itsetuntoa (Kettunen 2014, 15).

Lynkkaaminen, eli mustamaalaaminen alkaa usein huhuista, ja on usein aggressiivisempi kiusaamisenmuoto. Huhtalan ja Herkaman (2012) mukaan mustamaalaamisen tarkoituksena on vaikuttaa negatiivisesti uhrin maineeseen. Kiusatulle voidaan tehdä esimerkiksi oma sivu Facebookiin, jossa hänestä välitetään huhupuheita. (Forss 2014, 40; Kettunen 2014, 17.)

Kollektiivisella kiusaamisella tarkoitetaan tilannetta, jossa on aktiivisia kiusaajia, sekä passiivisia kiusaajia, jotka seuraavat tilannetta sivusta niin sanottuina hiljaisina hyväksyjinä. Kollektiivisessä kiusaamisessa kiusaaja saa puolelleen helposti suuren määrän henkilöitä, vaikka he seuraisivat tilannetta vain mielenkiinnosta. Kiusaamisen uhriksi joutuneelle hiljaiset hyväksyjät ovat yhtä hankala tilanne kuin aktiiviset kiusaajat, koska suurempi ryhmä tuo entistä enemmän

negatiivista vaikutusta uhrille. Esimerkkinä kollektiivisesta kiusaamisesta voisi olla seuraava; lapsi on laittanut lauluvideon YouTubeen, ja videota aletaan levittää pilkkaamistarkoituksessa. Kiusaaja levittää videota, mutta hiljaiset hyväksyjät nauravat mukana videolle. (Forss 2014, 39.)

Kettunen (2014) sekä Vanderbosch ja Van Cleemput (2008) ovat todenneet tutkimuksissaan, että kiusatun ja kiusaajan välillä voi tulla erilaisia käsityksiä viestin todellisesta merkityksestä. Koska sosiaalisessa mediassa tapahtuva vuorovaikutus ei tapahdu kasvokkain, esimerkiksi viestien tulkitseminen olla vaikeaa. Toisaalta kiusaajalla on helppo vedota vitsailemiseen, jos viestin vastaanottaja on kokenut tulleeensa kiusatuksi. Viesteissä huumoriksi tarkoitettut ja loukkaavat viestit voivat olla rajoiltaan häilyviä ja toisistaan vaikeasti erotettavia. Näin on myös mahdollista, että viestin vastaanottaja kokee tulleeensa kiusatuksi, vaikkei viestin lähettäjä ole tarkoittanut kiusata ketään. (Kettunen 2014, 66.) Kiusaaminen voidaan kokea siis eri tavoilla, ja osa lapsista tuntee tulleeensa kiusatuksi herkemmin, kuin toiset. Jokaisella on omat henkilökohtaiset rajat, milloin kiusaamisen kynnyks ylittyy. (Louho & Tammi 2019, 8.)

Eu Kids Online- tutkimus on toteutettu verkkokyselynä 4.–9. luokkalaisille vuoden 2019 alussa. Tutkimuksen on tehnyt Tampereen yliopisto vastaavana tutkijanaan mediakasvatuksen professori Sirkku Kotilainen ja tutkimukseen osallistui Suomessa 1300 lasta ja nuorta. Tutkimus on toteutettu edellisen kerran vuonna 2010, jolloin tutkimukseen ei sisällynyt lasten ja nuorten kokema vihapuhe. Joka kymmenes 1300 osallistujasta on tutkimuksen mukaan kokenut, tai kokee tällä hetkellä verkossa tapahtuvaa kiusaamista ja vastanneista 5 % kertoi kiusaavansa verkon välityksellä muita. (Tolonen 2019.)

#### 4.3 Somekiusaaminen ja lainsäädäntö

Somekiusaamista tapahtuu usein myös koulupäivän aikana. Perusopetuslain L 628/1998) mukaan jokaisella on oikeus turvalliseen oppimisympäristöön. Opetuksen järjestäjän tulee hyväksyä järjestyssäännöt, joiden tarkoituksena on edistää koulu yhteisön turvallisuutta sekä viihtyisyyttä.

Rikoslain (L 39/1889) mukaan yksityiselämää loukkaavan tiedon levittämisen merkit voivat täytyä, jos toisen yksityiselämästä toimitetaan lukuisten ihmisten saataville tietoa, vihjaus tai kuva niin, että teko aiheuttaa vahinkoa, kärsimystä, tai halveksuntaa.

Rikoslain (L 39/1889) mukaan toisesta valheellisen tiedon kertominen, joka aiheuttaa uhrille vahinkoa tai kärsimystä, täyttää kunnianloukkauksen kriteerit. Mikäli kerrotut tiedot aiheuttavat suurta vahinkoa tai kärsimystä, puhutaan törkeästä kunnianloukkauksesta. Mikäli henkilö lähettää toistuvasti viestejä häirintätarkoituksessa niin, että viestinvastaanottajalle aiheutuu huomattavaa haittaa tai häiriötä, rikkoontuu viestintärauha.

Salakatselun merkistö tai yksityisyyden loukkaaminen voi täytyä, mikäli henkilöä kuvataan salaa yksityisissä tiloissa, julkisrauhan rikkomissa paikoissa, aidatuilla piha-alueilla tai huoneistossa. (Forss 2014, 215.)

Kunnianloukkaus on määritetty olemaan tahallista, eli kunnianloukkauksen kriteerien täyttymiseksi tulee tekijällä olla tahallinen tarkoitus loukata uhriaan. Sosiaalisella medially on ollut iso vaikutus siihen, että kunnianloukkaussyytteiden määrä on jopa kaksinkertaistunut 2000-luvulla. (Forss 2014, 187, 189.)

Mikäli jotakin uhataan väkivallalla niin, että on syytä pelätä oman turvallisuutensa tai omaisuutensa olevan vakavassa vaarassa, on kyseessä laitton uhkaus (L 39/1889). Laitton uhkaus voi olla sosiaalisessa mediassa kuvan, videon, viestin tai jonkun muun muodossa (Forss 2014, 203).

Uhkailua voi olla myös pakottamisen tai kiristämisen muodossa. Pakottamista on sellaiset teot, jolla yritetään pakottaa toinen henkilö sietämään, tekemään tai tekemättä jättämään jotain. Kiristämistä taas on esimerkiksi saada toinen henkilö luopumaan rahallisesta edusta. (Forss 2014, 204.)

Jos kiusaaja on alle 15-vuotias, hän ei voi saada tuomiota, mutta hänet voidaan tuomita maksamaan vahingonkorvauksia kiusaamisen uhriksi joutuneelle. (Nuor-  
tennetti. Kiusaaminen. Kiusaaminen voi olla rikos.)

## 5 KIUSAAMISEN SEURAUKSET

### 5.1 Kiusaamisen vaikutukset lapsen kasvuun ja kehitykseen

Pääosin somekiusaamisen vaikutukset eivät juurikaan eroa tavallisen kiusaamisen seurauksista. Torjutuksi tai hyljetyksi tuleminen hankaloittaa lapsen sosiaalista kehitystä ja voi aiheuttaa muun muassa aggressiivista käytöstä. Silloin lapsella voi olla hankalaa hallita negatiivisia tunteitaan ja ymmärtää toisten näkökantaa asioihin. Ystävien puute, torjutuksi tuleminen ja kiusatuksi joutuminen luovat negatiivista kuvaa muista saman ikäisistä lapsista. Ryhmässä torjutuksi tulemistä selittää yleensä se, että kiusatuilla on muita alhaisempi sosiaalinen status. Kiusaaminen heikentää uhrin itsearvostusta ja voi aiheuttaa masentuneisuutta. (Nurmi ym. 2014, 110–111.)

Kiusaaminen seurauksena on usein myös ahdistuneisuus ja jopa itsetuhoiset ajatukset- tai teot. Lapsi voi alkaa pelätä kaikenlaista kielteistä arviointia, välttelemään sosiaalisia tilanteita ja tuntea yksinäisyyden tunteita. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Ammattilaisille. Kouluille ja oppilaitoksille. Kiusaamisen ehkäiseminen. Kiusaamisen seuraukset.)

Kiusaamisen uhreilla on todettu esiintyvän esimerkiksi psykosomaattisia stressioireita. Oireet voivat näkyä sairasteluna, erilaisilla kiputuntemuksilla, yökastelella tai nukkumisvaikeuksina. Kiusaamista kokevat lapset alkavat usein vältellä kouluun menemistä, ja motivaatio koulunkäyntiin heikentyy. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Ammattilaisille. Kouluille ja oppilaitoksille. Kiusaamisen ehkäiseminen. Kiusaamisen seuraukset.)

### 5.2 Vaikutukset aikuisiällä

Somekiusaamisen katsotaan kuitenkin olevan jopa kauaskantoisempaa, kuin perinteinen kiusaaminen, koska esimerkiksi verkkoon jaetut kuvat voivat pysyä

internetissä ikuisesti. Tästä syystä somekiusaaminen voi vaikuttaa uhrin tulevaisuuteen esimerkiksi töitä hakiessa. (Kettunen 2014, 8.)

Aikuisiän ahdistuneisuuteen ja depressioihin saattaa olla syynä kouluikäisenä koettu kiusaaminen, sillä uhri kärsii emotionaalisesti sekä kiusaamisen aikana, että jälkikäteenkin (Nurmi ym. 2014, 124). Kiusaamisen uhriksi joutunut lapsi voi kokea aikuisiällä luottamusongelmia, läheisyyden pelkoa sekä heillä on kohonnut riski joutua kiusatuksi esimerkiksi työelämässä (Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Ammattilaisille. Kouluille ja oppilaitoksille. Kiusaamisen ehkäiseminen. Kiusaamisen seuraukset).

### 5.3 Miten toimia kiusaamistilanteessa

Lapsella voi olla vaikeaa kertoa kiusatuksi tulemisesta vanhemmalleen, vaikka suhde lapsen ja vanhemman välillä olisikin hyvä. Usein syynä ovat pelko ja häpeä. Lapsi voi tuntea häpeää kiusatuksi joutumisesta, ja uskoa kiusaamisesta kertomisen vain pahentavan tilannetta. (Suomen mielenterveysseura. Mielenterveys. Vaikeat elämäntilanteet. Koulukiusaaminen. Epäilen että lastani kiusataan.) Lapsen voi olla helpompaa kertoa kiusaamisesta kaverilleen, mutta turvalliselle aikuiselle kertominen on tärkeä ensimmäinen askel kiusaamiseen puuttumiselle. Aikuinen on vastuussa kiusaamiseen puuttumisesta. (Koulukiusaaminen. Kiusatulle.) Jos omalle vanhemmalle kertominen tuntuu lapsesta liian vaikealta, voi lapsi turvautua johonkin muuhun turvalliseksi kokemaansa aikuiseen, kuten opettajaan, sukulaiseen, tai terveydenhoitajaan.

Vaikka lapsi ei kertoisi kiusatuksi tulemisesta, voi kiusaaminen näkyä erilaisina merkkeinä. Jos lapsella on univaikeuksia tai ilottomuutta, arvosanat laskevat ja kouluun lähteminen tuntuu vaikeammalta, voi olla syytä epäillä lapsen kokevan kiusaamista. Lapselle voi myös ilmaantua selittämättömiä särkytiloja, esimerkiksi jatkuvaa pää- tai mahakipua. (Suomen mielenterveysseura. Mielenterveys. Vaikeat elämäntilanteet. Koulukiusaaminen. Epäilen että lastani kiusataan.)

Usein somekiusaaminen on yhteydessä koulussa tapahtuvaan kiusaamiseen. Jos vanhempi saa tietää lapsensa joutuneen kiusatuksi sosiaalisessa mediassa, on syytä tiedustella lapselta, miten koulussa sujuu ja millaisia kaverisuhteita hänellä on. Vanhemman on tärkeää huomioida lapsen mielipide siitä, kuinka asiaa on paras lähteä selvittämään. Jos somekiusaaja on samassa koulussa kuin kiusattu, on hyvä ottaa yhteyttä opettajaan tai rehtoriin. Jos kiusaaja on anonyymi ja rikkoo sovelluksen tai palvelun sääntöjä, voi palvelun ylläpitoon ottaa yhteyttä. Mikäli kiusaaminen täyttää rikoksen merkistöt, on syytä ottaa yhteys poliisiin. Mikäli kiusaaminen tapahtuu viestittelemällä, kiusaamisviestit tai kuvat on hyvä säilyttää, koska niitä voidaan tarvita myöhemmin asian selvittämisessä. Lasta voi ohjeistaa olemaan avaamatta tai vastaamatta kiusaajan lähettämiin viesteihin. Kiusaamisen jatkuessa puhelinnumeron vaihtamista voi harkita. (KiVa Koulu. Opas vanhemmille. Kiusaamisen vastaiset toimenpiteet kotona.; Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Vanhemmille. Tukea perheen huoliin ja kriiseihin. Kiusaaminen. Kiusaaminen netissä.)

## 6 KEHITTÄMISPROSESSIN TAUSTAA

Opinnäytetyömme on kehittämispainotteinen eli toiminnallinen opinnäytetyö, joka on suunniteltu tiiviissä yhteistyössä yhteistyökumppanimme edustajan kanssa. Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena on käytännön toiminnan kehittäminen, opastaminen, ohjeistaminen tai toiminnan järjestäminen. Toiminnallisen opinnäytetyön lopullinen tuotos on konkreettinen tuote tai tapahtuma (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9, 51.)

Opinnäytetyön ollessa ideointiasteella, suunnittelimme tekevämme tutkimuksen sosiaalisessa mediassa tapahtuvan kiusaamisen laajuudesta. Opintojen edessä huomasimme kuitenkin, että tutkimuksen tekeminen vain kolmelle luokalle ei antaisi tarpeeksi kattavaa tietoa kiusaamisen laajuudesta. Huomasimme myös haluavamme tuottaa sekä koululle, että myös vanhemmille ja lapsille jotain konkreettista, joka auttaa heitä yhdessä turvalliseen sosiaalisen median käyttöön. Myös yhteistyötahon kanssa keskustellessa aiheemme ajankohtaisuus ja tärkeys nousi esille, koska myös opettajat ovat kohdanneet ja selvitelleet oppilaiden välille syntyneitä sosiaalisen median aiheuttamia haasteita.

Opinnäytetyön tavoitteena on ennaltaehkäistä sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista ja lisätä lasten hyvinvointia. Opinnäytetyön tarkoituksena on alkukartoituskyselyn perusteella saada tietoa sosiaalisessa mediassa tapahtuvasta kiusaamisesta ja vastausten perusteella työstää sosiaalisen median käytön opas. Opas on tarkoitettu yhteisesti lapsille ja heidän vanhemmillensa. Opinnäytetyön tavoitteena on tarjota lapsille ja vanhemmille positiivista ohjausta turvallisen sosiaalisen median käyttöön. Oppaan tavoitteena on ennaltaehkäistä sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista ja häiriökäyttäytymistä.

Kohderyhmäksemme valikoitui 9–12-vuotiaat lapset, sillä yhä nuoremmat käyttävät sosiaalista mediaa ikärajoituksista huolimatta. Sosiaalinen media on tärkeä väline yhteyden pitoon ja ylläpitämään sosiaalisia suhteita. Tämän ikäiset lapset ovat mahdollisesti jo alkaneet käyttää erilaisia sosiaalisen median kanavia, jolloin mediakasvatuksen ja vanhempien ohjauksen tärkeys korostuu. Sosiaalisen

median käyttöön liittyy myös varjopuolia, mutta ongelmatilanteita voidaan ehkäistä lasten ikätasoon sopivalla lähestymistavalla ja ohjauksella.

## 7 ALKUKARTOITUSKYSELY

Toiminnallisessa opinnäytetyössä alkuselvitystä tarvitaan silloin, kun kohderyhmää ja sen tarpeita ei vielä tunneta. Alkuselvityksestä saadut vastaukset auttavat suuntaamaan tuotteeseen tulevaa sisältöä, tai varmistavat tuotoksen muodon (Vilkka & Airaksinen 2003, 57–58.) Kysely on yksi käytetyimmistä aineiston keräämiseen käytetyistä tavoista. Paperilla toteutettu versio on perinteisin kyselyn toteuttamisen muoto, mutta nykypäivänä sähköiset kyselyt ovat yleistyneet. (Valli 2015, 84.)

Aineiston kerääminen kyselyn avulla voidaan toteuttaa samanaikaisesti isolle ryhmälle. Kyselyn tekijöiden ei tarvitse olla paikalla, vaan koululle kohdistetun kyselyn valvojana voi toimia opettaja. Opettaja voi valvoa, että kyselyyn vastataan ohjeen mukaisesti ja samalla he voivat tarvittaessa auttaa oppilaita, jos ongelmia ilmenee. Isolle ryhmälle toteutettu samanaikainen kysely on nopea tapa saada aineistoa, ja mahdollistaa suuren vastausprosentin saaminen. Kyselylomakkeen pituus täytyy suhteuttaa vastaajiin, arvioiden kuinka kauan he jaksavat vastata huolellisesti annettuihin kysymyksiin. Lapsille suunnatun kyselyn suositeltu pituus on noin kolme sivua. (Valli 2015, 89–91.)

Kysymykset voidaan muotoilla usealla eri tavalla. Yleisimpiä käytettyjä muotoja ovat avoimet ja monivalintakysymykset. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 198–199.) Monivalintakysymyksissä, eli strukturoiduissa kysymyksissä vastaajalle annetaan valmiit vaihtoehdot, kun taas avoimien kysymysten tarkoituksena on saada spontaaneja vastauksia (Vilkka 2015, 106). Kysymysten laatimisessa tulee olla tarkkana, sillä jos vastaaja ymmärtää kysymyksen eri tavalla kuin kyselyn laatija on tarkoittanut, saadaan virheellistä tietoa. Kysymysten on hyvä olla mahdollisimman yksiselitteisiä ja lyhyitä, eivätkä ne saa johdatella vastaajaa. (Valli 2015, 85.)

## 7.1 Alkukartoituskyselyn toteutus

Toteutimme selvityksenä alkukartoituskyselyn, jonka tarkoituksena oli auttaa meitä valitsemaan tuotokseemme sellaista sisältöä, joka on tarpeellista ja hyödyllistä kohderyhmäämme ajatellen. Lisäksi alkukartoituskyselyn tarkoituksena oli selvittää oppaan tarpeellisuutta ja osallistaa lapset osaksi opinnäytetyöprosessia. Yhdessä yhteistyötahon edustajan kanssa päädyimme paperilomakkeella tehtävään kyselyyn, jonka oppilaat tekivät oppitunnin alussa opettajan valvotusti. Opettajille teimme saatekirjeet ja ohjeistukset kyselyyn vastaamiseen. Valitsimme tämän toimintatavan, koska olimme samaa mieltä siitä, että kohderyhmämme ikäisillä lapsilla omalla ajalla tehtävä sähköinen kysely helposti unohtuu tai jää muuten tekemättä.

Kyselyn päätimme toteuttaa mahdollisimman lyhyenä, koska kohderyhmän ikäisillä lapsilla ei välttämättä riitä mielenkiinto usean sivun mittaiseen kyselyyn ja näin pyrimme mahdollistamaan vastauksien luotettavuuden. Lomakkeeseen valitsimme monivalinta- eli strukturoituja kysymyksiä. Kyselyn loppuun laitoimme yhden avoimen kysymyksen. Tässäkin asiassa ajattelimme kohderyhmämme ikäluokkaa, koska uskomme, että strukturoituihin kysymyksiin vastaaminen on helpompaa ja nopeampaa kohderyhmällemme. Luulemme, että 9-11 vuotiaat lapset eivät välttämättä olisi jaksaneet vastata kyselyyn, jos kysymykset ovat avoimia ja vaativat kirjoittamista enemmän. Kysymykset suunnittelimme mahdollisimman lyhyiksi, selkeiksi ja helposti ymmärrettäviksi. Alkukartoituksen perusteella lähdimme tekemään opasta, joka on tarkoitettu sekä lapsille, että heidän vanhemmilleen.

## 7.2 Eettisyys opinnäytetyöprosessissa

Tutkimuksessa on isossa roolissa eettisyys ja luotettavuus. Tutkimuksen tulokset ovat hyväksyttäviä, jos prosessissa on menetelty hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti. Ennen tutkimuksen aloittamista tarvittavat tutkimusluvut tulee olla hankittuna. (Tutkimuseettinen lautakunta 2012, 6.) Tutkimuslupaa haettaessa on edellytyksenä tarkasti laadittu tutkimussuunnitelma, johon on kirjattu

mahdollisimman tarkasti esimerkiksi kohderyhmä, tavoitteet ja aineiston keruumenetelmät. Myös kyselylomake ja suostumuslomake on laitettava hakemuksen liitteeksi. (Gothoni 2019.)

Jos tutkimus kohdistuu alle 18-vuotiaisiin lapsiin, tulee lapsen huoltajia informoida tutkimuksesta, sekä tarvittaessa pyytää kirjallinen suostumus. Mikäli lapsen huoltajaa ei ole informoitu tutkimuksesta, täytyy alle 15 vuotiaan lapsen kyetä ymmärtämään tutkimuksen aihe sekä mitä tutkimukseen osallistuminen edellyttää heiltä konkreettisesti. Alaikäisen lapsen tulee myös itse olla suostuvainen tutkimukseen osallistuessa. (Kuula-Luumi 2014, 6, 9–10.)

Vaikka alkukartoituskyselymme ei ole varsinainen tutkimus, anoimme keväällä 2019 tutkimuslupaa Kajaanin kaupungin perusopetuksen tulosalueen johtajalta. Laadimme informaatiokirjeet vanhemmille (Liite 1) sekä pyysimme heiltä kirjallisen ilmoituksen siitä, saako heidän lapsensa osallistua alkukartoituskyselymme. Alkukartoituskyselyyn valikoituneilla luokilla oli yhteensä 57 oppilasta. Tutkimusluvan saatuaamme opettajat antoivat lasten mukaan kotiin vietäväksi informaatiokirjeet. Sovimme, että yhteyshenkilömme koululta tulostaa tarvittaessa eroperheiden kummallekin huoltajalle saatekirjeen ja suostumuslomakkeen.

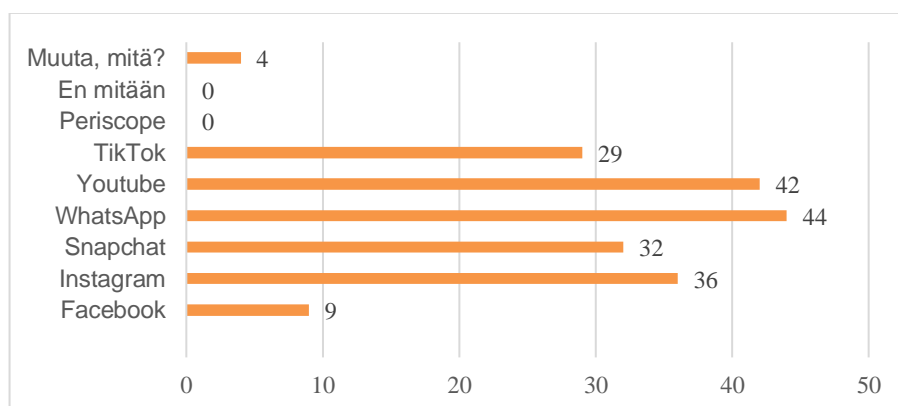
Pyysimme palauttamaan lupalaput lapsen mukana opettajalle. Opinnäytetyön tekijöinä emme nähneet vanhempien palauttamia lupalappuja, vaan kirjalliset ilmoitukset palautettiin opettajille, ja näin opettajat osasivat antaa kyselyt oppilaille, joiden vanhemmilta oli suostumus kyselyyn osallistumisesta. Ohjeistimme myös opettajia kertomaan lapsille kyselyyn osallistumisen vapaaehtoisuudesta ennen kyselyn teettämistä. Saimme alkukartoituskyselyyn osallistujiksi 47 oppilasta. Olimme tyytyväisiä, että näin moni lapsi sai osallistua kyselyyn, koska kysely oli tärkeässä roolissa opinnäytetyössämme. Kysely toteutettiin toukokuussa vuonna 2019.

## 8 ALKUKARTOITUSKYSELYN TULOKSET

Kyselyjen palauttamisen jälkeen tutkimme tuloksia kyselylomakkeista ja lasimme vastaajien määrän. Loimme Exceliin kyselykoonnin kysymyksistä ja vastauksista. Listasimme myös vastaajien määrät taulukoihin, joista pystyimme havainnoimaan vastausten jakaumia. Tulosten tarkastelun perusteella huomasimme, että oppaalle on todellinen tarve ja saimme vastaajilta hyviä ideoita oppaan sisältöön.

### 8.1 Sosiaalisen median käyttö

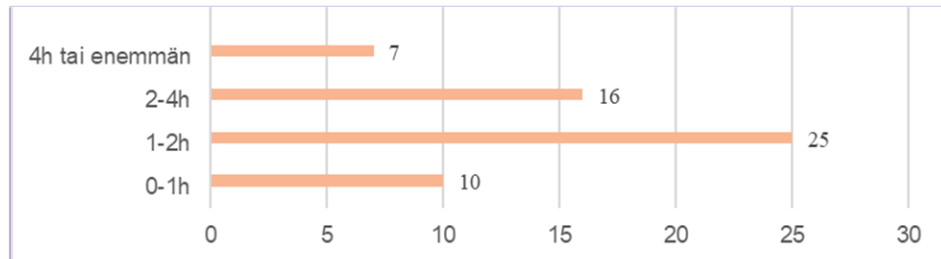
Ensimmäisenä lähdimme kartoittamaan mitä sosiaalisen median kanavia lapset käyttävät, ja onko joukossa oppilaita, jotka eivät ole sosiaalisessa mediassa ollenkaan. Kyselystä selvisi, että jokainen kyselyyn osallistuja käyttää vähintään yhtä sosiaalisen median kanavaa. WhatsApp ja Youtube nousivat suosituimmiksi kanaviksi, mutta myös Instagram, Snapchat sekä TikTok olivat suosittuja lasten keskuudessa. Vähiten käyttäjiä oli Facebookilla. Kysyimme myös käyttävätkö he muita kanavia, johon saimme vastaukseksi Piscord, Messenger, Tellonym ja Jodel. (Kuvio 1.)



KUVIO 1. Mitä sosiaalisen median kanavia käytät?

Suurin osa lapsista arvioi käyttävänsä aikaa sosiaalisessa mediassa 1–2 tuntia. Huomasimme kuitenkin, että useat tämän vaihtoehdon valinneista oli valinnut

myös kohdan 2–4 tuntia. Tästä päättelimme, että yleisin päivässä käytetty aika sosiaalisessa mediassa vaihtelee 1–4 tunnin välillä. 10 lasta arvioi ajankäytön olevan korkeintaan 1 tunti päivässä, ja alle 10 lasta vastasi käyttävänsä aikaa sosiaalisessa mediassa yli 4 tuntia päivässä. (Kuvio 2.)

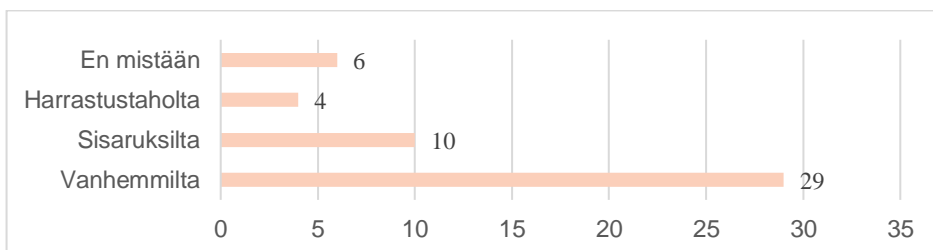


KUVIO 2. Kuinka paljon aikaa vietät somessa?

28 lasta vastasi, että heidän sosiaalisen median käyttöönsä on rajoitettu joskus. 13 vastaajan sosiaalisen median käyttöä oli rajoitettu. 4 lasta vastasi, ettei sosiaalisen median käyttöä ole rajoitettu ollenkaan. 28 lasta vastasi saaneensa ystäviä sosiaalisen median avulla, loput vastanneista ei ole ystävästynyt sosiaalisen median kautta.

Kysyttäessä onko koulun oppitunneilla ohjeistettu sosiaalisen median käyttämiseen, 33 vastasi saaneen koulusta ohjeistusta. 6 vastaajaa oli sitä mieltä, ettei ole saanut ohjeistusta koulusta.

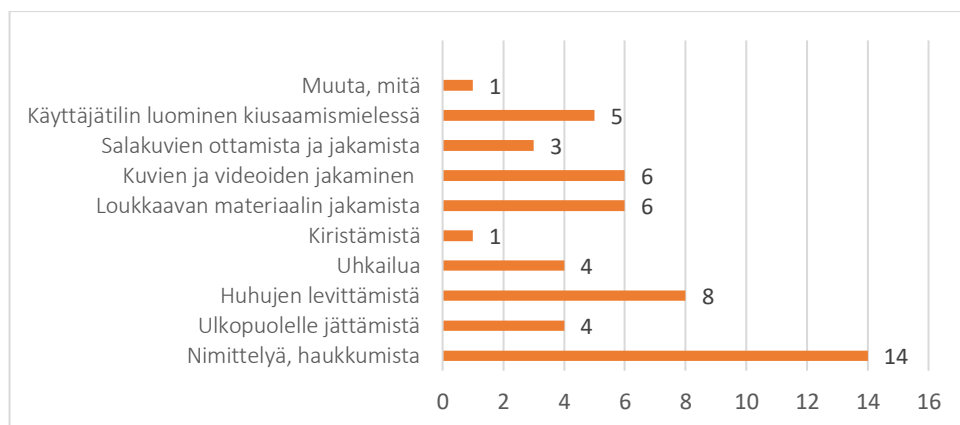
Kyselyn perusteella lapset olivat saaneet eniten ohjausta sosiaalisen median käyttöön vanhemmiltaan tai sisaruksiltaan. 6 vastaajista ei ole kokenut saaneensa mistään opastusta tai ohjeistusta turvalliseen sosiaalisen median käyttöön. (Kuvio 3.)



KUVIO 3. Mistä muualta olet saanut opastusta tai ohjeistusta turvalliseen sosiaalisen median käyttöön?

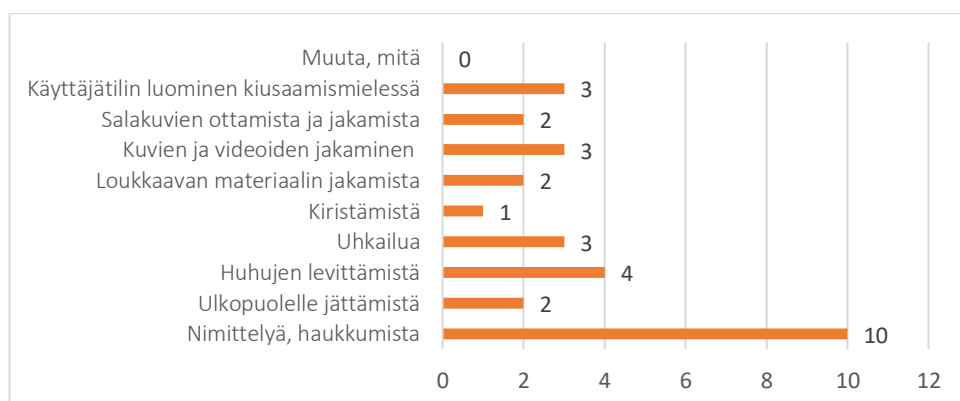
## 8.2 Havainnot ja kokemukset somekiusaamisesta

16 vastaajaa kertoi huomanneensa sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista. Heidät ohjattiin seuraavaksi vastaamaan, millaista kiusaamista he olivat havainneet. Nimittely, haukkuminen ja huhujen levittäminen olivat kaikista yleisimmät havaitut kiusaamistavat, mutta saimme myös huomata, että lapset olivat havainneet jopa uhkailua ja kiristämistä. Jokaiseen vastausvaihtoehtoon tuli vähintään yksi havainto. (Kuvio 3.)



KUVIO 3. Millaista kiusaamista olet huomannut somessa?

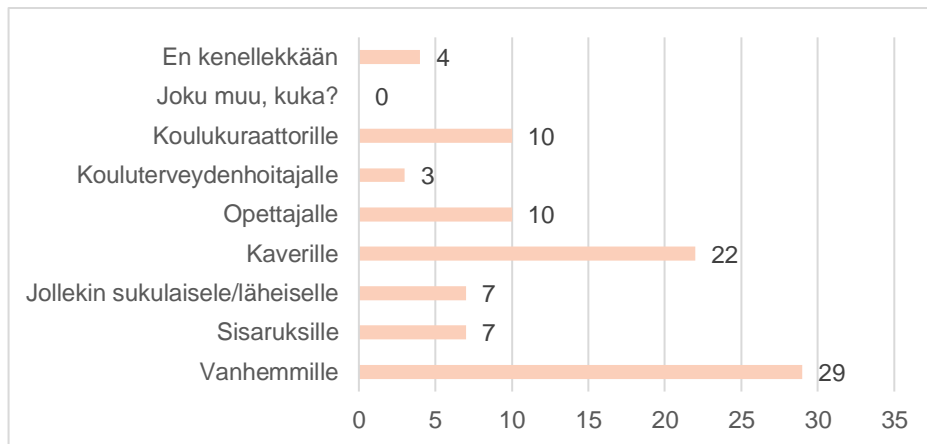
Kyselystä selvisi, että 10 on kokenut itse somekiusaamista. Yleisimmät kiusaamistavat olivat nimittely, haukkuminen ja huhujen levittäminen. Yksi vastaaja oli vastannut kokeneensa kiristämistä ja 3 uhkailua. Myös käyttäjätilin luominen kiusaamismielessä on ollut yksi kiusausmuoto. (Kuvio 4.)



KUVIO 4. Millaista kiusaamista olet kokenut?

### 8.3 Kenelle kertoa somekiusaamisesta

Kyselyn tuloksien perusteella lapset kertoisivat mieluiten vanhemmilleen tai kaverilleen, jos he huomaisivat tai joutuisivat itse somekiusaamisen kohteeksi. Opettajalle tai kuraattorille somekiusaamisesta kertoisi 10 vastaajaa. Sisaruksille tai sukulaiselle kertominen oli neljänneksi yleisin vastausvaihtoehto. Jopa 4 vastaajaa ei kertoisi kenellekään, jos joutuisi kiusaamisen kohteeksi. (Kuvio 5.)



KUVIO 5. Kenelle kertoisit, jos huomasit kiusaamista somessa tai joutuisit itsen kohteeksi?

Vastaajista jopa 35 vastasi tietävänsä, että sosiaalisessa mediassa tapahtuva kiusaaminen voi täyttää rikoksen merkit, 9 vastaajaa ei ollut tietoinen asiasta.

Viimeiseksi jätimme vapaaehtoisen avoimen kysymyksen, jossa tiedustelimme mitä koululaiset haluaisivat oppaan sisältävän. Yleisimpiä aiheita olivat ohjaus sosiaalisen median turvalliseen käyttöön sekä miten toimia, kun huomataan somekiusaamista.

## 9 OPAS

### 9.1 Oppaan suunnittelu ja tavoite

Oppaan tarkoituksena on auttaa lukijaa oppimaan, tekemään ja tietämään uusia asioita. Oppaan sisältö määräytyy lukijan tarpeiden mukaan, joten kirjoittajalla on hyvä tutustua kohderyhmäänsä ennen oppaan kirjoittamista. On myös tärkeää tietää mitä tietoa lukijalla on jo entuudestaan aiheeseen liittyen. (Rentola 2006, 92.) Keskeinen asia tekstin vaikeusasteen määrittämisessä on kohderyhmän määrittäminen (Löytönen & Kaivola 2006, 134). Mikäli kohderyhmää ei määritellä, on vaarana, että liian perusasioita kertova opas vaikuttaa lapselliselta, kun taas liian suurta tietämystä vaativa teksti voi olla liian vaikeaa lukijalleen (Rentola 2006, 92). Oppaan tarkoituksena on antaa lapsille ja heidän vanhemmilleen ohjausta turvalliseen sosiaalisen median käyttöön realistisella ja positiivisella asenteella. Tarjoamme tietoa sosiaalisesta mediasta ja tuomme esille varjopuolien lisäksi myös mahdollisuuksia, joita sosiaalinen media voi tarjota.

Opas on suunnattu lapsien lisäksi myös vanhemmille. Oppaan tarkoituksena on herättää vanhempien kiinnostuksen lasten sosiaalisen median käyttöön. Lapsi tarvitsee vanhemmiltaan ohjausta ja tukea, joten vanhempien on hyvä olla tietoisia sosiaalisesta mediasta ja myös siitä, mitä heidän lapsensa siellä tekevät.

Oppaan suunnittelu alkoi kyselytulosten tarkastelemisella. Kyselyn tulokset tukivat hyvin ajatustamme aihepiireistä, mitä olimme alustavasti suunnitelleet oppaan sisällöksi. Aloimme suunnittelemaan oppaan rakennetta niin, että asiat etenevät loogisesti. Toteutimme myös idean siitä, että oppaan pääpaino ei ole pelkästään somekiusaamisessa, vaan sisältöön kuuluu positiivisia ja ajatuksia herättäviä aiheita.

Päätimme sisällyttää oppaaseen tietoa sosiaalisesta mediasta ja lasten suostumista sosiaalisen median sovelluksista, mediakasvatuksesta, somekiusaamisesta ja sosiaalisen median hyvistä puolista. Ylläolevat aiheet tulivat myös toiveena työelämän ohjaajalta. Kohderyhmää ajatellen oli tärkeää tehdä oppaasta

helppolukuinen ja sisällöltään mielenkiintoinen, että myös lapsi jaksaa keskittyä oppaaseen.

## 9.2 Oppaan toteuttaminen

Oppaan suunnittelun myötä lähdimme etsimään sopivaa lähdeaineistoa. Tutustuimme kirjallisuuteen ja internetlähteisiin. Hyödynsimme myös lähteitä, joita olimme käyttäneet opinnäytetyön teoriaosuuteen. Suunnitteluvaiheessa aloimme tekemään oppaalle käsikirjoitusta suunnittelemalla oppaalle aihealueet, joiden löydyttyä aloimme tekemään oppaan runkoa etsimällä sisältöä aihealueittain.

Opasta kirjoitettaessa on hyvä käyttää selkeää yleiskieltä, mutta slangin, muotisanojen tai murteen käyttäminen on hyväksyttävää, jos niitä käyttämällä saadaan asia ymmärrettävästi esille. Jokaisella ihmis- ja ammattiryhmällä on oma kieltensä, joten on tärkeää puhua lukijan kanssa samaa kieltä. (Rentola 2006, 96.) Oppaan tekstistä pyrimme kirjoittamaan mahdollisimman selkää ja helppoluukuista. Pyrimme pitämään kappaleet lyhyinä ja tuomaan tärkeimmät asiat esille mielenkiinnon säilymiseksi. Sopivissa kohdissa päädyimme myös käyttämään ranskalaisia viivoja, koska emme halunneet laittaa liian täyteen tekstiä.

Pohdimme pitkään sopivaa kirjoitustyyliä. Päätimme kirjoittaa oppaaseen yleis-tietoa neutraalilla kirjoitustyyllillä sekä kohdennettua tekstiä erikseen lapselle tai vanhemmalle. Tällä pyrimme siihen, että kohdennettu teksti olisi puhuttelevaa ja henkilökohtaisempaa. Halusimme myös nostaa keskustelua lapsen ja vanhemman välille, ja näin herättää enemmän ajatuksia ja tunteita.

Tutkimusten mukaan lapset arvostavat sitä, kun heidän vanhempansa liittyvät heidän seuraansa katsomaan televisiota. Ohjelman täytyy kuitenkin ylittää tietyn tason vanhempien näkökulmasta katsottuna, jotta he viihtyvät lastensa seurassa television ääressä. Sama tyyli pätee kirjoihin ja oppaisiin, jos vanhempi innostuu ja kiinnostuu oppaasta ja lukee yhdessä lapsensa kanssa, syntyy vuorovaikutteinen ilmapiiri yhdessä oppimiselle. Mikäli oppaan lukijat kokevat lukemansa asian puhuttelevaksi ja kiinnostavaksi, opas pärjää kilpailussa perheen yhteisessä

ajanvietossa. Yhteinen lukuaika tukee oppimista ja vahvistaa muun muassa lapsen sosiaalistumista, sivistyksen siirtymistä ja perheen hyvinvointia. (Löytönen & Kaivola 2006, 134.)

Ensimmäiseksi kirjoitimme oppaan tarkoituksen ja tavoitteet. Lähdeaineiston avulla lähdimme käsittelemään sosiaalista mediaa yleisesti sekä lasten suosimia sosiaalisen median sovelluksia. Mediakasvatus osiossa halusimme tuoda esille ikärajoihin ja -suosituksiin, ajankäyttöön ja rajoituksiin sekä ikävaiheeseen liittyviä asioita. Oppaassa käsitelimme sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista ja sen eri muotoja sekä kirjoitimme miten toimia kiusaamistilanteessa. Käsitelimme myös sosiaalisen median hyviä puolia ja päätimme oppaan loppusanoihin sekä listasimme aiheeseen liittyvää kirja- ja internetmateriaalia niille, jotka haluavat tutustua aiheeseen lisää.

Teimme oppaalle käsikirjoituksen, jonka jälkeen aloimme etsimään ohjelmaa oppaan toteuttamista varten. Valitsimme ohjelmaksi Canvan, koska se tarjosi mielestämme parhaimmat visuaaliset ominaisuudet opastamme varten. Lisäksi toisella meistä oli aikaisempaa kokemusta Canvan käyttämisestä. Ennen ohjelman valitsemista tutustuimme ja testasimme muita oppaan tekoon soveltuvia ilmaisohjelmia, esimerkiksi Microsoft Publisheria.

Koska toisena kohderyhmänämme oli lapset, halusimme tehdä oppaasta visuaalisesti mahdollisimman kiinnostavan. Pyrimme sijoittamaan kuvat, tekstit ja erilaiset värit niin, että oppaasta tulisi mahdollisimman selkeä ja johdonmukainen. Pyrimme toteuttamaan oppaan niin, että lapsen lisäksi myös aikuisen on miellyttävä lukea opasta. Valitsimme värimaailmaksi neutraaleja, mutta pirteitä värejä mielenkiinnon säilyttämiseksi. Pyrimme valitsemaan samantyyllisiä animaatiokuvia, jotta opas on mahdollisimman yhdenmukainen. Opas voi perustua pelkkään tekstiin, tai olla lähes kokonaan kuvista tehty kokonaisuus. Tekstiin voi yhdistää kuvia, mutta kuvan käyttö tulee aina olla perusteltua. Kuvia ei kannata käyttää pelkästään piristeenä, vaan tekstin ja ymmärtämisen tukena. (Rentola 2006, 102.)

## 10 JOHTOPÄÄTÖKSET JA ARVIOINTI

Opinnäytetyöprosessin tuloksena syntyi opas. Tuotoksestamme on hyötyä Lohtajan koululle, lapsille ja heidän vanhemmilleen. Opasta hyödynnetään lasten mediakasvatukseen. Opas ei jää käytettäväksi vain kohderyhmän lapsille ja vanhemmille, vaan koulu voi hyödyntää sitä myös opetuksessaan.

Kiusaamisella voi olla kauaskantoiset seuraukset, jotka voivat vaikuttaa uhuriin vielä aikuisiällä (Nurmi ym. 2014, 124). Toivomme oppaan opettavan oikeanlaista käyttäytymistä sosiaalisessa mediassa, madaltavan kynnystä puuttua kiusaamiseen ja sitä kautta vähentää kiusaamista sosiaalisessa mediassa. Toivomme oppaan vaikuttavan positiivisesti lasten hyvinvointiin. Opas on jaettu alkukartoituskyselyyn vastanneille luokkaryhmille. Opas jää Lohtajan koululle hyödynnettäväksi sähköiseen muotoon, jolloin sitä on mahdollisuus päivittää ja jakaa uusille luokkaryhmille myös tulevaisuudessa.

Oppaan avulla haluamme tukea lapsen ja vanhemman välistä vuorovaikutusta. Halusimme luoda positiivisen oppaan lapsen sosiaalisen median käyttöön. Oppaan avulla lapsi oppii oikeanlaista käyttäytymistä sosiaalisessa mediassa ja opas toimii vanhemmalle työkaluna mediakasvatukseen. Opas herättelee myös vanhempia siihen, ettei sosiaalinen media ole huono asia. Sosiaalinen media on osa nykylasten elämää ja parhaimmillaan se on lapselle palkitseva ja itsetuntoa kohottava tapa ilmaista itseään (Pönkä 2014, 73).

Kohderyhmämme ikävaiheessa oleville lapsille on kehityksen ja psyykkisen hyvinvoinnin kannalta tärkeää rakentua positiivinen kuva omasta osaamisestaan ja myönteinen minäkäsitys (Nurmi ym. 2014, 77–79). Lapsi voi oppia sosiaalisesta mediasta hyödyllisiä taitoja tai tehdä omaa sisältöä, joita haluaa myös jakaa vanhempien kanssa. Opas kannustaa vanhempia olemaan kiinnostunut lapsen sosiaalisen median käytöstä ja lapsen oppimista asioista. Lisäksi lapsi saa mahdollisuuden opettaa myös vanhempaa.

Mikäli saamme myös vanhemman kiinnostumaan oppaasta, syntyy lapsen ja vanhemman välille vuorovaikutuksellinen oppimisympäristö. Vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus ja yhdessä asioiden oppiminen vahvistaa muun muassa koko perheen hyvinvointia. (Löytönen & Kaivola 2006, 134.) Pyrimme opasta tehdessämme herättämään myös vanhempien mielenkiinnon ja huomioimaan aikuisen näkökulman. Uhkana kuitenkin on, ettei kaikki vanhemmat kiinnostu oppaasta, ja vuorovaikutuksellinen yhdessä oppiminen jää toteutumatta.

Alkukartoituskyselyn tulokset vahvistivat ajatustamme oppaan tarpeellisuudesta, koska jokainen kyselyyn vastanneista kertoi käyttävänsä vähintään yhtä sosiaalisen median sovellusta. Useat vastasivat huomanneensa tai kokeneensa sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista, osa oli jopa kokenut uhkailua ja kiristämistä. Kysyessämme toiveita oppaan sisällöstä esille nousi tarve saada neuvoja, miten toimia kiusaamistilanteessa.

Opasta kirjoittaessa päädyimme käyttämään muotisanoja, kuten some. Sanana some on vakiintunut varsinkin lasten ja nuorten puhekieleen. Muotisanojen käyttö on perustelua, mikäli muotisanaa käyttäessä asia tulee ymmärrettävämmiin esille. Muotisanojen käyttö on tarpeellista, mikäli halutaan puhua lukijan kanssa samaa kieltä. (Rentola 2006, 96.)

Raportissa käytimme muotisanoja some ja somekiusaaminen, sillä Rentola (2006) korosti tekstissään tekstin ymmärrettävyyttä. Mielestämme termin somekiusaaminen muuttaminen virallisempaan muotoon olisi muuttanut lauserakennetta vaikealukuisemmaksi.

Lohtajan koulun yhteyshenkilö tarkisti oppaan ennen julkistamista. Saimme positiivista palautetta oppaan sisällöstä ja ulkoasusta. Yhteyshenkilön mielestä opas on helppolukuinen ja visuaalisesti mielenkiintoa herättävä. Oppaan aihealueet ovat tarpeellisia ja kirjoitustyyli on kohderyhmille sopiva. Yhteyshenkilö toi positiivisena puolena esiin myös oppaan hyödyntämismahdollisuuden esimerkiksi koulun vanhempainillassa. Yhteistyökumppani on tyytyväinen tuotokseen ja yhteistyöhön.

## 11 POHDINTA

Opinnäytetyöprosessin alussa mietimme pitkään sopivaa ja mielenkiintoista aihetta. Ammattialan kehittämistyön välineet II - vaiheessa päädyimme toteuttamaan tehtävän aiheesta somekiusaaminen, josta idea varsinaiseen opinnäytetyöhön syntyi. Vaikeuksia tuotti aiheen rajaus, koska koimme sosiaalisen median aiheena niin monipuoliseksi. Usean idean läpikäytyämme päädyimme toteuttamaan opinnäytetyön valitsemallamme tavalla. Olemme päätökseen tyytyväisiä, koska alkukartoituskyselyn avulla saimme kokemusta kyselyn tekemisestä ja osallistettua kohderyhmään kuuluvat oppilaat mukaan työhömmme. Lisäksi opinnäytetyömme tuloksena syntyi konkreettinen tuote, eli opas, jota voi hyödyntää nykyhetkessä, sekä tulevaisuudessa.

Mielestämme opinnäytetyön aihe on ajankohtainen ja tärkeä, sillä yhä nuoremmat käyttävät sosiaalista mediaa ja lasten keskuudessa on havaittu somekiusaamista. Sosiaalisessa mediassa on omat hyvät ja huonot puolensa, joista vanhempien on hyvä olla tietoisia. Lapset tarvitsevat vanhempien ohjausta sosiaalisen median käyttöön ja mediakasvatus onkin tärkeässä roolissa perheissä ja kouluissa. Mediakasvatuksen onnistuminen edellyttää lasta olemaan vastaanottavainen vanhemman antamalle ohjaukselle. Mikäli vanhempi on aidosti kiinnostunut lapsen sosiaalisen median käytöstä, on lapsen helpompaa vastaanottaa vanhemman antamaa ohjausta.

Prosessi on ollut mielenkiintoinen, mutta tuottanut myös hankaluuksia ja aikatauluongelmia. Vaikeuksista huolimatta olemme kokeneet aiheen ja opinnäytetyön tekemisen mielekkääksi ja merkitykselliseksi. Myös yhteistyökumppanimme on kokenut opinnäytetyömme aiheen tärkeäksi. Yhteistyömme on ollut sujuvaa, ja olemme aikatauluongelmista huolimatta tehneet työtämme lähes poikkeuksetta yhdessä. Vaikka opinnäytetyö viivästyi suunnitellusta aikataulusta, olemme tyytyväisiä työmme tulokseen. Opinnäytetyömme tulos olisi voinut olla kovin erilainen, jos emme olisi muuttaneet aikatauluamme.

Koemme, että ammatillisesta näkökulmasta olemme kehittyneet useassa eri aihealueessa sekä pääsimme syventämään jo aikaisempaa tietoutta aiheesta. Opinnäytetyötä tehdessämme syvensimme tiedonhaun taitojamme. Sosionomin työssä täytyy etsiä paljon ajankohtaista tietoa, joten tiedonhaku on tärkeä taito työelämässä. Mielestämme onnistuimme oppaan toteuttamisessa hyvin. Oppaan teosta meillä ei ollut aikaisempaa kokemusta, joten prosessi kehitti taitojamme tällaisen tuotoksen suunnittelussa ja tekemisessä. Toteutimme opinnäytetyön hyvässä yhteistyössä Lohtajan koulun kanssa, ja opinnäytetyöprosessin aikana olemme syventäneet yhteistyötaitojamme. Sosionomin työssä yhteistyötaidot ja moniammatillisuusosaaminen ovat tärkeitä osaamisalueita. Lohtajan koulu on ollut kiinnostunut aiheestamme ja työstämme alusta alkaen. Olemme suunnitelleet oppaan sisällön yhdessä, sekä yhteyshenkilömme on tarkastanut jokaisen vaiheen ennen toteuttamista.

Oletimme oppaan tekemisen olevan haastavaa, koska kummallakaan ei ollut aikaisempaa kokemusta sellaisen tekemisestä. Kuitenkin oppaan tekeminen oli yllättävän miellyttävää eikä suuria haasteita ollut. Oppaan kirjoitustyylin löytäminen oli toteuttamisessa haastavinta, koska tekstin tuli olla puhuttelevaa samanaikaisesti lapselle ja aikuiselle. Oppaan toteuttamista helpotti kummankin samanlainen näkemys oppaan sisältöön ja ulkoasuun liittyen. Oppaan sisältö ja ulkoasu mielestämme onnistuivat suunnittelemaillamme tavalla, ja olemme tyytyväisiä lopputulokseen.

Eettinen ajattelu oli tärkeässä roolissa koko prosessin ajan ja koemme tehneemme oikeita ja perusteltuja ratkaisuja kohderyhmäämme ajatellen. Opinnäytetyöprosessin aikana syvensimme eettistä osaamista ja pohdintaa. Haimme tutkimuslupaa Kajaanin kaupungin perusopetuksen tulosalueen johtajalta, vaikka opinnäytetyömme ei sisältänyt varsinaista tutkimusta. Alkukartoituskyselyä toteuttaessamme olimme tarkkoja vastaajien anonyymiyden säilymisestä. Päätimme, ettemme kirjoita alkukartoituskyselyn tuloksia oppaaseen, sillä emme halunneet käsitellä tuloksia oppaassa, jota voidaan hyödyntää myös tulevaisuudessa seuraaville luokkaryhmille.

Opinnäytetyössä hyödynsimme pääosin internetlähteitä, sillä aihe on yhteiskunnassamme vielä uusi. Viime vuosina sosiaalisessa mediassa tapahtuva kiusaaminen on yleistynyt lasten ja nuorten keskuudessa. Useat lähteet käsittelivät sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista teini-ikäisten keskuudessa. Alakouluikäisten välisestä somekiusaamisesta löytyi vähemmän materiaalia, koska lasten välinen somekiusaaminen on yleistynyt vasta viime vuosina. Käyttämämme lähdemateriaali on luotettavaa ja ajantasaista.

Lohtajan koulu voi hyödyntää opasta jakamalla sitä seuraaville luokkaryhmille ja heidän vanhemmilleen sekä käyttää oppaan sisältöä vanhempainilloissa. Omien valmistumisaikataulujen takia emme ehdi tekemään palautekyselyä oppilaille. Koska opas jää koululle hyödynnettäväksi tulevaisuudessa, jatkokehittämisideana voisi olla tutkimus tai kysely oppaan vaikutuksista.

## LÄHTEET

- Euroopan komissio. (6.9.2012). Euroopan komission lukutaitopolitiikka ja lukuja kirjoitustaitoa käsittelevän korkean tason asiantuntijaryhmän raporttia. Saatavilla [https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/fi/MEMO\\_12\\_646](https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/fi/MEMO_12_646)
- Forss, M. (2014). *Fobban sosiaalisen median selviytymisopas*. Helsinki: GPS group.
- Gothoni, R. (7.11.2019). Eettiset periaatteet tutkivassa ja kehittävässä työssä. Saatavilla <http://libguides.diak.fi/c.php?g=389856&p=2793510>
- Hamarus, P. (2006). *Koulukiusaaminen ilmiönä. Yläkoulun oppilaiden kokemuksia kiusaamisesta*. (Väitöskirja, Jyväskylän yliopisto) Saatavilla 26.3.2019 <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/13307/9513926966.pdf?sequence=1>
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (1997). *Tutki ja kirjoita*. (p. 15.) Helsinki: Tammi.
- Honkanen R. & Romppanen, H. (2018) *Sosiaalisessa mediassa ilmenevä kiusaaminen*. (Opinnäytetyö, Karelia-ammattikorkeakoulu, sairaanhoitajan koulutusohjelma.) Saatavilla 7.11.2019 [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/150912/Honkanen\\_Roosa\\_Romppanen\\_Heli.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/150912/Honkanen_Roosa_Romppanen_Heli.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Iso-Jaakkola, M. (2017). *"No ei, ku sit ne rupeis kiusaaminen vielä enemmän..." Tutkimus nuorten ajatuksista some-kiusaamiseen puuttumisesta*. (Opinnäytetyö, Humanistinen ammattikorkeakoulu, nuorisotyön ja kansalaistoiminnan koulutusohjelma.) Saatavilla 3.12.2019 [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/126804/Iso\\_Jaakkola\\_Maarit\\_.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/126804/Iso_Jaakkola_Maarit_.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- KiVa Koulu. Vanhempien opas. Kiusaamisen vastaiset toimenpiteet kotona. Saatavilla 5.12.2019 [http://www.kivakoulu.fi/toimenpiteet\\_kotona](http://www.kivakoulu.fi/toimenpiteet_kotona)
- Kettunen, M. (2014). *Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa nuorten keskuudessa*. (Pro gradu -tutkielma, Jyväskylän yliopisto, viestintätieteiden laitos.) Saatavilla 20.11.2019

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

- Korhonen, P. (2010). Mediakasvatuksen käsikirja. Teoksessa M. Meriranta (toim.) *Median asettamia haasteita pienten lasten hyvinvoinnille.* (s.9-32). Kuopio: Unipress
- Koulukiusaaminen. Kiusatulle. Saatavilla 1.12.2019 <http://www.koulukiusaaminen.com/Kiusatulle.aspx>
- Kuula-Luumi, A. (2014). Aineistohallinta. Alaikäisiin kohdistuvan tutkimuksen etiikka- seminaari. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Saatavilla 28.11.2019 <https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/media/Kuula-Luumi.pdf>
- L 628/1998 Perusopetuslaki. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628>
- L39/1889 Rikoslaki. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1889/18890039001>
- Lastensuojelun Keskusliitto. (2017). Nuoret verkossa. Raportti nuorille suunnatun kyselyn vastauksista. Lastensuojelun Keskusliiton verkkojulkaisu 3/2017. Saatavilla 4.12.2019 [https://www.lskl.fi/materiaali/woocommerce\\_uploads/lastensuojelun-keskusliitto/LSKL\\_DigiSelvitys\\_0377.pdf](https://www.lskl.fi/materiaali/woocommerce_uploads/lastensuojelun-keskusliitto/LSKL_DigiSelvitys_0377.pdf)
- Lautala, K. & Vattukumpu T. (2015). *Koulukiusaaminen alkuopetusluokilla.* (Opinnäytetyö, Saimaan ammattikorkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma) Saatavilla 26.3.2019 [http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/101765/Lautala\\_Kaisa.pdf.pdf;jsessionid=320E77BC7BB639EC9392A6E7A104A8A9?sequence=1](http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/101765/Lautala_Kaisa.pdf.pdf;jsessionid=320E77BC7BB639EC9392A6E7A104A8A9?sequence=1)
- Louho, J. & Tammi, K. (2019). *Kiusaamisen ehkäisy Vantaan kaupungin varhaiskasvatusyksiköiden kiusaamisen ehkäisyn ja puuttumisen suunnittelussa.* (Opinnäytetyö, Laurea-ammattikorkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma.) Saatavilla 20.11. 2019 [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/171409/Louho\\_Tammi.pdf?sequence=2](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/171409/Louho_Tammi.pdf?sequence=2)

- Löytönen, M. & Kaivola, T. (2006). Aikuisen ja lapsen yhteinen tietokirja. Teok-  
sessa Jussila, R., Ojanen, E. & Tuominen, T. (toim.) (2006). *Tieto  
kirjaksi*. Helsinki: Kansanvalistusseura.
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. (2018). Lapsi ja media. 7 vinkkiä digiajan kas-  
vattajalle. Saatavilla 4.12.2019 [https://dzmdrer-  
wng2zx.cloudfront.net/prod/2019/01/07104928/MLL-Lapsi-ja-me-  
dia\\_www.pdf](https://dzmdrer-wng2zx.cloudfront.net/prod/2019/01/07104928/MLL-Lapsi-ja-media_www.pdf)
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Ammattilaisille. Kouluille ja oppilaitoksille.  
Kiusaamisen ehkäiseminen. Kiusaamisen seuraukset. Saatavilla  
22.11.2019 [https://www.mll.fi/ammattilaisille/kouluille-ja-oppilaitok-  
sille/kiusaamisen-ehkaiseminen/kiusaamisen-seuraukset/](https://www.mll.fi/ammattilaisille/kouluille-ja-oppilaitok-<br/>sille/kiusaamisen-ehkaiseminen/kiusaamisen-seuraukset/)
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Vanhemmille. Tietoa lapsiperheen elämästä.  
Lapset ja media. Lapsi sosiaalisessa mediassa. Saatavilla  
[https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-  
ja-media/lapsi-sosiaalisessa-mediassa/](https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-<br/>ja-media/lapsi-sosiaalisessa-mediassa/)
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Vanhemmille. Tukea perheen huoliin ja krii-  
seihin. Kiusaaminen. Kiusaaminen netissä. Saatavilla 5.12.2019  
[https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriisei-  
hin/kiusaaminen/kiusaaminen\\_netissa/](https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriisei-<br/>hin/kiusaaminen/kiusaaminen_netissa/)
- Mediakasvatusseura. Mediakasvatus. Saatavilla 26.3.2019 [https://mediakasva-  
tus.fi/mediakasvatus/](https://mediakasva-<br/>tus.fi/mediakasvatus/)
- Mehiläinen. Mielenterveys. Kiusaaminen. Saatavilla 28.11.2019  
<https://www.mehilainen.fi/mielenterveys/kiusaaminen>
- Merilampi, R. (2014). *Mediakasvatuksen perusteet*. Helsinki: BTJ Finland Oy  
Neuvokas perhe. Perhearki. Ruutu-aika. Saatavilla 8.12.2019 [https://neuvokas-  
perhe.fi/perhearki/ruutu-aika](https://neuvokas-<br/>perhe.fi/perhearki/ruutu-aika)
- Nuortennetti. Kiusaaminen. Kiusaaminen voi olla rikos. Saatavilla 5.12.2019  
<https://www.nuortennetti.fi/kiusaaminen/kiusaaminen-voi-olla-rikos/>
- Nurmi, J., Ahonen, T., Lyytinen H., Lyytinen, P., Pulkkinen L. & Ruoppila I.  
(2014). *Ihmisen psykologinen kehitys*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Nykopp, J. (2013). *Lasten oma sosiaalinen media. Millaisen sosiaalisen median  
4-6-luokkalaiset lapset haluaisivat?* (Opinnäytetyö, Haaga-Helia  
ammattikorkeakoulu, journalismin koulutusohjelma.) Saatavilla  
27.11.2019

<https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/65835/Las-ten%20oma%20sosiaalinen%20media.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Pönkä, H. (2014). *Sosiaalisen median käsikirja*. Jyväskylä: Docendo Oy.

Rentola, M. (2006). Hyvä opas. Teoksessa Jussila, R., Ojanen, E. & Tuominen, T. (toim.) (2006). *Tieto kirjaksi*. Helsinki: Kansanvalistusseura.

Suomen mielenterveysseura. Mielenterveys. Vaikeat elämäntilanteet. Koulukiusaamisen uhriksi voi joutua kuka tahansa. Saatavilla 3.2.2020 <https://mieli.fi/fi/mielenterveys/vaikeat-el%C3%A4m%C3%A4ntilanteet/koulukiusaamisen-kohteeksi-voi-joutua-kuka-tahansa>

Suomen mielenterveysseura. Mielenterveys. Vaikeat elämäntilanteet. Koulukiusaaminen. Epäilen että lastani kiusataan. Saatavilla 27.11.2019 <https://mieli.fi/fi/mielenterveys/vaikeat-el%C3%A4m%C3%A4ntilanteet/koulukiusaaminen/ep%C3%A4ilen-ett%C3%A4-lastani-kiusataan>

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. (2019). Kouluterveyskysely 2017 ja 2019. Saatavilla 12.12.2019 [https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk4/summary\\_perustulokset?alue\\_0=87869&mittarit\\_0=199799&mittarit\\_1=199682&mittarit\\_2=&vuosi\\_0=v2017#](https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk4/summary_perustulokset?alue_0=87869&mittarit_0=199799&mittarit_1=199682&mittarit_2=&vuosi_0=v2017#)

Tolonen, A. (23.5.2019). Lähes puolet suomalaisista lapsista on törmännyt verkossa vihaa huokuviiin kommentteihin – nuoret haluavat nyt vihapuheelle lopun. Yle Uutiset. Saatavilla 27.11.2019 <https://yle.fi/uutiset/3-10796300>

Tutkimuseettinen lautakunta (2012). Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Saatavilla 2.12.2019 [https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)

Valli, R. (2015). Paperinen kyselylomake. Teoksessa Valli, R. & Aaltola, J. (2015) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloitteleville tutkijalle*. (4. uud.p.) Jyväskylä: PS-kustannus.

Vilka, H & Airaksinen, T. (2003). *Toiminnallinen opinnäytetyö*. Helsinki: Tammi.

Vilka, H. (2015). *Tutki ja kehitä*. (4. uud.p.) Jyväskylä: PS-kustannus.

## LIITE 1. Saatekirje vanhemmille

Hei!

Olemme kaksi kajaanilaista sosionomiopiskelijaa Diakonia-ammattikorkeakoulusta Pieksämäen kampukselta. Olemme siinä vaiheessa opintojamme, että olemme tekemässä opinnäytetyötä lasten sosiaalisen median käyttöön liittyen. Opinnäytetyön tarkoituksena on alkukartoituskyselyn perusteella saada tietoa sosiaalisessa mediassa tapahtuvasta kiusaamisesta ja vastausten perusteella työstää sosiaalisen median käytön opas. Opas on tarkoitettu yhteisesti lapsille ja heidän vanhemmillensa.

Näkyvä koulukiusaaminen on nykypäivänä yhä enemmän siirtynyt sosiaaliseen mediaan. Sosiaalisessa mediassa kiusaaminen tapahtuu yleensä vanhemmilta salassa ja vanhempien on yleensä vaikea puuttua lapsien sosiaalisen median käyttöön. Oppaan tarkoituksena on ennaltaehkäistä sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista ja häiriökäyttäytymistä, mutta samalla haluamme oppaamme olevan positiivinen työkalu vanhemmalle ja lapselle yhdessä käytettäväksi. Haluamme tarjota oppaalla myös tietoa, taitoa ja työkaluja sosiaalisen median turvalliseen käyttöön.

Opinnäytetyön toimeksiantajanamme toimii Lohtajan koulu Kajaanissa. Lapsenne on oppilaana luokalla, joka osallistuu alkukartoituskyselyyn. Koska on kyse alle 18 vuotiaasta lapsesta, tarvitsemme huoltajan suostumuksen kyselyyn osallistumiseen.

Olemme saaneet tutkimusluvan aiheelle Kajaanin kaupungin perusopetuksen tulosalueen johtajalta. Kyselyyn vastataan anonymisti ja käsittelemme kyselyn vastaukset luottamuksellisesti. Lupalappuun pyydetään oppilaan nimi, jotta opettaja osaa antaa lomakkeet oikeille oppilaille. Me opinnäytetyöntekijät emme näe vastaajien nimiä missään vaiheessa. Käytämme oppilaiden vastauksia vain oppaan sisällön tuottamiseen.

Pyydämme Teitä ystävällisesti palauttamaan lupalapun lapsenne mukana opettajalle **24.5.2019 mennessä**. Mikäli teillä on kysyttävää alkukartoituskyselystä tai oppaasta, tavoitatte meidät sähköpostitse osoitteista [tiina.heikkinen@student.diak.fi](mailto:tiina.heikkinen@student.diak.fi) [henna.pyykkonen@student.diak.fi](mailto:henna.pyykkonen@student.diak.fi)

Kiitämme Teitä yhteistyöstä ja toivotamme mukavaa kesän odotusta!

Ystävällisin terveisin

Tiina Heikkinen ja Henna Pyykkönen

Sosionomiopiskelijat/ Diakonia-ammattikorkeakoulu

-----  
 OPPILAAN NIMI

- [ ] Lapseni saa osallistua alkukartoituskyselyyn  
 [ ] Lapseni ei saa osallistua alkukartoituskyselyyn

Allekirjoitus ja päivämäärä

---

## LIITE 2. Alkukartoituskysely

**1. Mitä sosiaalisen median kanavia käytät?**
  
  
  
  
  
  
  
  


Facebook  
 Instagram  
 Snapchat  
 WhatsApp  
 Youtube  
 TikTok  
 Periscope  
 En mitään  
 Muuta, mitä?

**2. Kuinka paljon aikaa vietät somessa päivän aikana?**
  
  
  


0-1h  
 1-2h  
 2-4h  
 4h tai enemmän

**3. Onko somen käyttöäsi rajoitettu?**
  
  


Kyllä  
 Joskus  
 Ei lainkaan

**4. Oletko saanut uusia ystäviä somen kautta?**
  


Kyllä olen  
 En ole

**5. Oletko huomannut sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista?**
  


Kyllä, olen huomannut  
 En ole huomannut

**6. Jos vastasit edelliseen kysymykseen kyllä, millaista kiusaaminen on ollut?**
  


Nimittelyä, haukkumista  
 Ulkopuolelle jättämistä

Huhujen levittämistä  
 Uhkailua  
 Kiristämistä  
 Loukkaavan materiaalin jakamista  
 Kuvien ja videoiden jakaminen pilkkaamismielessä  
 Salakuvien ottamista ja jakamista  
 Käyttäjätilin luominen kiusaamismielessä (esimerkiksi Instagramiin)  
 Muuta, mitä?

### 7. Oletko itse joutunut kiusatuksi somessa?


Kyllä olen  
 En ole

### 8. Jos vastasit edelliseen kysymykseen "kyllä", millaista kiusaamista olet kokenut?


Nimittelyä, haukkumista  
 Ulkopuolelle jättämistä  
 Huhujen levittämistä  
 Uhkailua  
 Kiristämistä  
 Loukkaavan materiaalin jakamista  
 Kuvien ja videoiden jakamista pilkkaamismielessä  
 Salakuvien ottamista ja jakamista  
 Käyttäjätilin luominen kiusaamismielessä (esimerkiksi Instagramiin)  
 Muuta, mitä?

### 9. Kenelle kertoisit, jos huomaat somessa kiusaamista tai joudut itse sen kohteeksi?


Vanhemmille  
 Sisaruksille  
 Jollekin sukulaiselle/läheiselle  
 Kaverille  
 Opettajalle  
 Kouluterveydenhoitajalle  
 Koulukuraattorille  
 Harrastustahosta joku // joku muu

**10. Onko koulusi oppitunneilla ohjeistettu, kuinka sosiaalista mediaa käytetään turvallisesti?**

Kyllä  
Ei

**11. Mistä muualta olet saanut opastusta/ohjausta turvalliseen sosiaalisen median käyttöön?**

Vanhemmilta  
Sisaruksilta  
Harrastustaholta/vapaa-ajan toimijoilta  
En mistään  
Muusta, mistä?

**12. Tiesitkö, että myös sosiaalisessa mediassa tapahtuva kiusaaminen voi täyttää rikoksen merkit?**

Kyllä  
En

**13. Mitä toivoisit oppaan sisältävän?**

---

---

---