



SAVONIA

OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

SOSIAALISEN MEDIAN VAIKUTUS NUORTEN PÄIHTEIDEN KÄYTTÖÖN

TEKIJÄT:

Nina Kihalampi
Anne Pekkonen
Iida Säisä

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Tutkinto-ohjelma Sairaanhoidajan tutkinto-ohjelma	
Työn tekijä(t) Nina Kuhalampi, Anne Pekkonen, Iida Säisä	
Työn nimi Sosiaalisen median vaikutus nuorten päihteiden käyttöön	
Päiväys	10.4.2021
Sivumäärä/Liitteet	45/2
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Ylä-Savon SOTE, Iisalmen koulutiimi, Maarit Aho	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Sosiaalinen media on yksi tärkeimmistä yhteydenpito välineistä nykyajan nuorilla. Sen käyttö on kasvanut huomattavasti viimeisen kymmenen vuoden aikana ja sen voima on valtava. Sosiaalisen median käytön helppous ja sen tuomat virikkeet avaavat nuorille maailman, joka voi olla mahdollisuus, mutta valitettavasti myös kaiken pahan alku. Tässä määrällisessä tutkimuksessa tutkitaan sosiaalisen median vaikutusta nuorten päihteiden käyttöön.</p> <p>Opinnäytetyössä tutkittiin, kuinka paljon nuoret käyttävät sosiaalista mediaa ja kuinka usein he siellä törmäävät päihteisiin. Tutkimuksessa selvitetään mitä nuoret mieltävät päihteiksi ja mitä sosiaalisen median kanavia nuoret käyttävät. Tutkimuksen kohteena oli 7.-luokkalaiset nuoret. Opinnäytetyön toimeksiantajana on Ylä-Savon SOTE kuntayhtymän Iisalmen koulutiimin ehkäisevä päihdetyö.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin määrällisenä eli kvantitatiivisena tutkimuksena ja tutkimusaineisto kerättiin ja analysoitiin Webropol-kyselyn kautta. Kysely toteutettiin sähköisellä lomakkeella oppilaiden käyttämän opintojärjestelmä Wilman kautta. Kysymyksiä lomakkeella oli 15 kappaletta, joista kaksi oli avointa ja loput monivalintakysymyksiä. Kysymykset pohjautuivat opinnäytetyömme teorian tietoon, joka käsittelee päihteitä ja miten sosiaalinen media vaikuttaa nuorilla niiden käyttöön. Teoriassa käytiin läpi myös sosiaalisen median haasteita ja miten yleistä se nuorten keskuudessa on. Kysely laadittiin mahdollisimman yksinkertaiseksi ja nopeaksi, ikäryhmä huomioiden. Koska kohderyhmä oli alaikäisiä, kyselyyn pyydettiin vastanneilta ennakoon huoltajien lupa. Kysely toteutettiin täysin anonymina.</p> <p>Koska kysely järjestettiin alaikäisille, 241 huoltajalle lähetettiin lupa-anomus. Huoltajan luvan vastaamiseen sai 98 oppilasta, joista 73 vastasi. Kyselyyn vastanneista suurin osa ei kokenut sosiaalisen median vaikuttavan omaan päihteiden käyttöön. Suosituimmat sovellukset sosiaalisessa mediassa vastaajilla olivat TikTok, Snapchat ja Instagram. Kyselystä ilmeni, että nuorilla oli tietoa, mitä päihteet ovat. Merkittävä osa vastaajista ei tiennyt, myydäänkö sosiaalisessa mediassa päihteitä. Kyselyyn vastanneille tutuimmat päihteet sosiaalisessa mediassa olivat nikotiini tuotteet ja alkoholi. Avoimissa kysymyksissä ilmeni nuorten ajatuksia päihdeistä ja siitä, miten päihdetietoutta voi jakaa nuorille.</p> <p>Toimeksiantaja saa opinnäytetyöstä hyvää tutkimustietoa nuorten käyttämistä sosiaalisen median kanavista, sekä niiden käytöstä. Toimeksiantaja saa opinnäytetyöstämme paljon teorian tietoa, sekä hyvää aineistoa työvälineeksi omaan työhön nuorten ehkäisevässä päihdetyössä. Samanlaisen kyselyn tekeminen 8. ja 9.-luokkaisille tai toisen asteen opiskelijoille antaisi hyvää vertailutietoa miten sosiaalista mediaa käytetään eri ikäluokissa. Jos kysely tehtäisiin eri paikkakunnilla, antaisi se myös tietoa alueellisista eroista.</p>	
Avainsanat Sosiaalinen media, päihteet, nuori, ehkäisevä päihdetyö, kvantitatiivinen tutkimus	

Field of Study Social Services, Health and Sports	
Degree Programme Degree Programme in Nursing	
Author(s) Nina Kuhalampi, Anne Pekkonen, Iida Säisä	
Title of Thesis The Impact of social media on young people`s drug use	
Date 10.4.2021	Pages/Appendices 45/2
Client Organisation /Partners Ylä-Savon SOTE, Iisalmen koulutiimi, Maarit Aho	
<p>Abstract</p> <p>Social media is one of the most important tools for communication among young people. The use of social media has grown significantly over the last ten years and its power is huge. The easy use of social media opens the world for young people, which can be an opportunity but unfortunately also the start of everything bad. The aim of this thesis was to study the influence of social media on young people`s intoxicant use.</p> <p>In the thesis it was studied how much young people use social media and how often they come across intoxicants. It was intended to figure out in the study what young people define as intoxicants and which of the social media platforms are being used. The target group of the study was seventh graders. The client organisation of the thesis was Ylä-Savon SOTE Joint Municipal Authority, Iisalmi school`s team for preventive social work with substance abusers.</p> <p>The thesis was conducted as a quantitative research and the study material was gathered and analysed through a Webropol survey. The survey was carried out as an electronical form through the Wilma -app that the pupils use. The form had 15 questions, two of which were open questions and the rest of them were multiple choice questions. The questions were based on the theory part of the thesis, which covers substances and how social media affect young people in their psychoactive substance use. The theory also overgoes the challenges of social media and how common it is among young people. The questionnaire was made as simple and quick as possible, keeping in mind the age group. Because the target group was underage, guardians` permissions for the survey were asked beforehand. The survey was carried out anonymously.</p> <p>Because the survey was targeted at underage pupils, 241 guardians were sent a permission request. 98 pupils got permission from their guardians to respond to the survey, and 73 of them responded. Most of the respondents thought that social media does not affect their use of intoxicants. The most popular applications in social media among the respondents were TikTok, Snapchat and Instagram. From the survey emerged that young people have knowledge of what intoxicants are. A significant part of the respondents did not know if intoxicants are sold in social media. The most familiar substances for the respondents were nicotine products and alcohol. The responses to the open questions revealed the young people`s thoughts about intoxicants and how the knowledge about them could be shared.</p> <p>The client of the work can get good research information about the social media platforms which young people use. The client gets a lot of theory information from the thesis and also good material as a working supply for its own preventive work with young substance abusers. Carrying out similar surveys with 8th and 9th graders or secondary school students would give good information to compare how different ways social</p>	
<p>Keywords Social media, drugs, young, intoxicant use, quantitative research</p>	

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	5
2	PÄIHTEIDEN VAIKUTUS MURROSIKÄISEEN	7
	2.1 Murrosikä	7
	2.2 Kannabis	8
	2.3 Alkoholi	9
	2.4 Nikotiini- ja tupakkatuotteet	10
	2.5 PKV-lääkkeet ja huumaavat lääkeaineet	11
	2.6 Muut huumausaineet	12
3	SOSIAALINEN MEDIA JA NUORET	14
	3.1 Sosiaalinen media, riippuvuus ja itsetunto	14
	3.2 Sosiaalinen media ja päihteet	15
	3.3 Pimeät nettisivut ja nuorten idolit	18
4	TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	20
5	MÄÄRÄLLISEN TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	21
	5.1 Määrällinen tutkimus	21
	5.2 Aineiston keruu	21
	5.3 Aineiston analysointi	22
6	MÄÄRÄLLISEN TUTKIMUKSEN TULOKSET	23
	6.1 Nuorten käyttämät sosiaalisen median sivustot	24
	6.2 Päihteiden saatavuus nuorille sosiaalisesta mediasta	25
	6.3 Nuorten hankkimat päihteet sosiaalisesta mediasta	28
7	POHDINTA	31
	7.1 Tulosten tarkastelu	31
	7.2 Tutkimuksen eettisyys ja validiteetti	33
	7.3 Tulosten hyödynnettävyys ja kehittämisideat	37
	7.4 Ammatillinen kasvu	37
	LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT	38
	LIITE 1: TIEDOTE HUOLTAJILLE	42
	LIITE 2: KYSELYLOMAKE	43

1 JOHDANTO

Sosiaalinen media on viestinnän muoto, joka hyödyntää tietoverkkoja ja tietotekniikka. Sillä luodaan ja ylläpidetään ihmisten välistä vuorovaikutusta ja suhteita. Helppokäyttöisyys, nopea omaksuttavuus, maksuttomuus ja kollektiivisen tuotannon mahdollisuus, ovat sosiaalisen median tunnuspiirteitä. (Hintikka, 2015.) Ehkäisevä päihdetyö EHYT on tehnyt vuonna 2016 Nuoret ja päihteet -tutkimuksen, jossa on selvästi tullut esille nuorten hektinen ja nopea elämänrytmi, jota sosiaalinen media ruokkii. (Koivisto, 2016.) Sosiaalinen media tarjoaa nuorille juuri sitä mitä he etsivät. Tutkimuksessa käy ilmi, miten nuoret imevät somesta vaikutteita ja haluavat kokeilla niitä itsekkin. Päihteiden saanti on myös helpottunut sosiaalisen median myötä. Sosiaalisen median käyttöä rinnastetaan päihteiden rinnalla jo koukuttavaksi ja sen irti pääsemiseen pyritään löytämään ratkaisuja. Tutkimus uusittiin vuonna 2018 ja siinä nähtiin huomattava muutos esimerkiksi nuorten nuuskan käytössä. Nuuska koetaan trendikkäänä ja monet somessa sitä avoimesti käyttävät ja sitä on helppo myös sosiaalisen median kautta hankkia. (Koivisto, 2016.)

Määrällisessä tutkimuksessamme yksi tarkastelukohdista oli päihteiden käyttö kasvavan nuoren kehityksen näkökulmasta. Aiheesta löytyy tutkimustuloksia, joissa todetaan aivojen kehityksen jatkuvan vielä pitkään nuoruusvuosien aikana. Kun aivot altistuvat päihteille kehittymisen ja nuoruusvuosien aikana, voi seurauksena olla kehityshäiriöitä. Päihteistä alkoholi ja sen humalajuominen on todettu vahingoittavan varsinkin aivoja. Myös kannabiksen käytöstä on viitteitä sen vaikuttavan heikentävästi aivojen kypsymiseen ja kehitykseen. (Hyytyä, 2015.)

Päihteistä ja niiden vaikutuksista nuoriin on tehty paljon tutkimuksia. Päihdehäiriöt voivat esiintyä pakonomaisena haluna käyttää päihteitä, heikentyneenä kontrollina päihteitä käyttäessä, sekä nuori voi pitää päihteiden käyttöä keskeisenä osana elämää. Muita päihdehäiriöitä ovat entistä suurempien päihdemäärien käyttäminen, päihteistä aiheutuneet vieroitusoireet sekä toistuva kyvyttömyys suorittaa koulu, työ ja kotivelvoitteista. Lisäksi toistuvat fyysisesti vaaralliset tilanteet päihteitä käyttäessä, toistuva lain rikkominen, sekä päihteiden jatkuva käyttö haitoista huolimatta ovat osana päihdehäiriöitä. Päihteiden on myös todettu vaikuttavan nuorten mielenterveysongelmien lisääntyneisyyteen. (THL, 2019.)

Sosiaalisen median käyttö luokitellaan riippuvuudeksi, kun se alkaa häiritsemään ympäristöä ja yksilöä. Ihmissuhteet ja oma identiteetti liittyvät vahvasti someriippuvuuteen, joten nuori murrosikäinen on hyvin haavoittuvainen. (Uski, 2016.) Sosiaalisen median käyttäjät näkevät vain mitä muut haluavat näyttää itsestään tai myymästään tuotteesta. Alkoholin ja huumeiden käyttöä on helppo kaunistella muokatussa kuvassa, joten käyttäjä näkee vain positiiviset vaikutukset haittavaikutuksien sijaan. Sosiaalinen media mahdollistaa päihteiden oston tuntemattomilta vaivatta. Ennen sosiaalista mediaa päihteet ovat liikkuneet kavereilta toisille, kun nyt sosiaalisen median kautta päihteiden ostaminen tuntemattomilta on madaltunut sen helppouden takia. Vuonna 2011 Columbian yliopistossa tehdyn kyselyn tuloksista saatiin selville, että nuoret, jotka käyttivät säännöllisesti sosiaalista mediaa, käyttivät päihteitä todennäköisemmin verraten nuoriin, joiden sosiaalisen median käyttö oli vähäistä. Tutkimuksessa ilmeni, että riski päihteiden kokeiluun ja käyttöön oli lähes viisinkertainen. (Ocean Recovery, 2019.)

Tämän määrällisen tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, hankkiiko nuori päihteitä sosiaalisesta mediasta ja mitä nuoret käsittävät päihteiksi. Toimeksiantaja oli Ylä-Savon SOTE koulutiimi ja yhteyshenkilönämme sieltä nuorten ehkäisevä päihdetyöntekijä. Selvitimme nuorten ajatuksia laatimamme kyselyllä, jonka toteutimme Webropol sovelluksella. Tavoitteena oli tutkia Pohjois-Savossa tapahtuvaa päihteiden käyttöä 7.- luokkalaisten keskuudessa ja kuinka sosiaalisen median käyttö vaikuttaa siihen. Tavoitteena oli myös hoitohenkilökunnan tutustuttaminen nuorten sosiaalisen median käyttöön, sekä auttaa heitä ymmärtämään paremmin sen mahdollista hyödyntämistä päihteiden saamisessa. Tavoitteena on myös tuoda nuorten omaa näkemystä esille sosiaalisesta mediasta ja siellä liikkuvista päihteistä.

2 PÄIHTEIDEN VAIKUTUS MURROSIKÄISEEN

2.1 Murrosikä

Murrosikä eli puberteetti on jokaisen nuoren yksi isoista askeleista kohti aikuisuutta, koska tämän aikana kypsyy huomattavasti ajattelu sekä ulkonäkö alkaa muuttua. Puberteettiin kuuluu fyysisiä, psyykkisiä ja isoja tunne-elämän muutoksia. Murrosikä määritellään myös nuoruusiäksi tai nuoruusvuosiksi. Nuoruusiäksi määritellään 13–22-vuotiaat, mutta YK:n määritelmän mukaan nuoruusikävuosiksi käsitellään 15–24 vuotta. Kuitenkin puberteetti on jokaiselle nuorelle kasvuaikaa. Puberteetti alkaa suurimmalla osalla keskimäärin 12-vuotiaana. Tytöillä murrosikä alkaa tutkimusten mukaan keskimäärin 10,5-vuotiaana, mutta tämäkin sisältää vaihtelua jopa 8–15 ikävuosien välillä. Pojilla taas keskimäärin puberteetin vaihteluväli on 9,5–14 ikävuosien välillä. Murrosiässä nuorilla kasvaa kavereiden merkitys ja heiltä haetaan hyväksyntää sekä vaikutteita. Tällöin nuori haluaa erottua ja irtaantua vanhemmistaan. Tästä usein voi ilmetä kapinointia tai päihdekokeiluja. (Storvik-Sydänmaa, Tervajärvi ja Hammar 2019, 27.)

Nuoren normaaliin kehitykseen kuuluu etsiä erilaisia vaikutteita oman identiteettinsä rakentamiseen. Identiteetin rakentamiseen kuuluu myös itsetunnon ja minäkuvan rakentuminen. Itsetunto ei ole nuorella eikä aikuisella yhtenäinen jana. Itsetunto vaihtelee ajan funktioiden mukaan. Nuorella voi olla päiviä, kun kaikki asiat menevät hyvin ja toisinaan kaikki menee pieleen. Nuori voikin reagoida murrosiän aikaan suurilla tunnekuohahduksilla. (Sinkkonen 2020, 127–133.)

Päihteiden vaikutus nuoriin on yhteydessä päihdehäiriöön. Samalla päihteillä on vaikutus nuorten mielenterveysongelmiin. Mitä aikaisemmin nuori aloittaa päihteiden käytön ja mitä runsaampaa se on, sitä suurempi mahdollisuus nuorella on oireilla psyykkisesti ja kärsiä samaan aikaan jostakin muusta mielenterveysongelmasta. Päihdehäiriön oireita ovat pakonomainen halu käyttää päihteitä sekä niiden käytön kontrolli on heikentynyt. Kun päihteen käytöstä on tullut elämän keskeinen sisältö ja päihdettä tarvitaan entistä suurempia määriä, silloin on kyse häiriöstä. Häiriöksi luokitellaan, kun päihteistä aiheutuu vieroitusoireita sekä esiintyy toistuvaa kyvyttömyyttä suoriutua velvoitteista esimerkiksi koulu, työ ja koti. Oireita ovat myös päihteiden käyttö fyysisesti vaarallisissa tilanteissa, toistuvaa lain rikkomista ja päihteen käyttö jatkuu haitoista huolimatta. (THL, 2019.) Hyytiä on tutkinut miten päihteiden käyttö vaikuttaa kasvavan nuoren kehitykseen. Tutkimus tulokset osoittavat, kuinka aivojen kehitys jatkuu vielä pitkään nuoruusvuosien aikana. Kun aivot altistuvat nuoruusikävuosina päihteille, se saattaa johtaa kehityshäiriöihin. (Hyytiä, 2015.)

Suomessa on tutkittu, kuinka huumeiden käyttö on maltillisempaa kuin muualla Euroopan maissa. On huomattu, että nuorten asenteet ovat muuttuneen huumeiden käyttöä kohtaan sallivaisemmaksi. Tämän myötä ovat huumeekokeilut lisääntyneet. Huumeiden lisääntyminen on alkanut näkymään myös kouluterveyskyselyiden vastauksissa. Yhä useammin nuorten tuttavapiiriin kuuluu joku, joka on kokeillut huumeaineita tai tarjonnut heille niitä. (THL, 2013.)

2.2 Kannabis

Kannabis on yleisnimitys cannabis sativa kasvista. Kannabisvalmisteisiin kuuluu marihuana, hasis ja kannabis öljy. Näiden vaikutus on päihdekäytössä rahoittava ja psykoaktiivinen. Kannabista käytetään yleensä 0,05 gramman annoksena. Säännöllinen kannabiksen käyttäjä voi käyttää myös yli gramman kerta-annoksia. Käyttötapaan vaikuttaa kannabisvalmiste. Kannabisvalmisteista yleisin on marihuana, joka on hampukasvin kukintoja, varsiosia ja versoja. Päihdekäytössä marihuanan tunnistaa vihreän ruskeana rouheena, joka poltetaan savukkeen tapaan. Hasis valmistetaan hampukasvin hartsista, jonka tunnistaa sen muru tai levy muodosta. Hasis on väriltään ruskeaa, mustaa tai vihertävää. Kannabis öljy valmistetaan tislamalla hartsista. Valmiina tuote on vihertävää lähes väritöntä öljymäistä nestettä, joka jähmettyy huoneenlämmössä. Kannabis öljyä käytetään yleisimmin sellaisenaan tai liuotettuna juomaan, karamelleihin tai leivonnaisiin. Marihuana on näistä valmisteista miedoin ja kannabis öljy voimakkain. (Partanen, Holmberg, Inkinen, Kurki ja Salo-Chydenius 2015, 71.)

Päihtyvä ainesosa kannabiksessa on THC eli puhtaana muotona delta-9-tetrahydrokannabinoli (Partanen ym. 2015, 70). Vuosien saatossa kannabiksen THC pitoisuutta on jalostettu yhä korkeammaksi. Tämä lisää jonkin verran käytön riskejä etenkin kokemattomilla käyttäjillä ja suurkuluttajilla. (THL, 2014.)

Jo muutaman minuutin polttamisen jälkeen kannabiksen vaikutus alkaa. Vaikutuksen kesto on 2–4 tuntia, mutta suun kautta nautittuna vaikutukset alkavat hitaammin ja kestävät pidempään noin 6–8 tuntia. (Partanen ym. 2015, 71.) Pääasiallinen vaikutustapa kannabiksella on keskushermoston heikentäminen. Keskushermoston lamautumiseen vaikuttaa kannabiksen käytöstä johtuva rentoutumisen ja mielihyvän tunne. Osalle käyttäjistä kannabis aiheuttaa ahdistuksen tunteen. Kannabiksen käytön on tutkittu vaikuttavan ajan, paikan, nopeuden ja etäisyyden arviointiin heikentävästi. Samalla vaikutuksiin kuuluu koordinaatio ja reaktiokyvyn sekä muistin heikentyminen. Kaikki nämä lisäävät onnettomuusriskiä etenkin liikenteessä. Kannabis on alkoholin jälkeen toiseksi yleinen päihde, jota tavataan vakavien liikenneonnettomuuksiin joutuneiden kuljettajien verinäytteissä. Kannabiksella on myös muita vaikutuksia. Näitä ovat ääreisverenkierron vilkastuminen, sydämen tykytys, silmien valkuaisten punoitus, huimaus, yskä, ruokahalun lisääntymien sekä silmien, suun ja nielun kuivuminen. (THL, 2014.) Kannabis ei ole aiheuttanut yliannostus tai myrkytyskuolemia, mutta sen käyttö voi laukaista psykoosin. Valmisteen korkea THC pitoisuus lisää riskiä sairastua psykoosiin, kuten myös nuorella iällä alkanut käyttö. Nuorella iällä aloitettu käyttö lisää suuresti riskiä sairastua skitsofreniaan. (THL, 2014.)

Nuoruusiässä kannabiksen käyttö on haitallista. Murrosiässä nuorien aivojen kehitys kohti aikuisuutta on nopeaa ja siksi aivot ovat erityisen herkkiä päihdeiden aiheuttamille häiriöille. Pitkäaikainen kannabiksen käyttö vaikuttaa heikentävästi muistiin, että tarkkaavaisuuteen. Runsas kannabiksen käyttö on yhteydessä myös nuorilla heikompaan koulumenestykseen ja syrjäytymisriskiin. (THL, 2014.)

Pitkäaikaisella käytöllä on monia haittavaikutuksia. Tupakan ja kannabiksen vaikutus keuhkojen muutoksille on sama. Kannabiksen käyttö lisää keuhkosyövän riskiä, mutta syy-seuraussuhdetta ei ole täysin varmasti pystytty osoittamaan. Kuten pitkäaikainen tupakointi myös kannabiksen pitkäai-

kainen polttaminen aiheuttaa jatkuvaa yskää, keuhkolaajentumaa ja pitkittyneitä keuhkoputken tulehduksia. Kannabis lisää todennäköisesti kurkunpään syövän, miehillä eturauhassyövän ja naisilla kohdunkaulan syövän riskiä sekä aivokasvainten riskiä. (THL, 2014.)

Talvitien (2016) gradun tutkimus tuloksissa käy ilmi, kuinka nuoret kokevat kannabiksen olevan terveydellisesti vähiten haitallinen päihdeaine. Nuoret tutkimuksen mukaan käyttivät kannabista, koska se auttaa rentoutumaan, vähentää stressiä, auttaa selviämään päivittäisistä ongelmista sekä auttaa arjessa jaksamisessa. Kannabista käytettiin myös hauskuuden, uteliaisuuden, nautinnon tavoittelamisen ja sosiaalisissa tilanteissa yhteenkuuluvuuden tunteen saamiseksi. (Talvitie 2016, 39.)

Heino (2019, 27) kertoo gradussa kannabiksesta käytettyjä nimiä, joita esiintyy huumeidenkäyttäjien sosiaalisen median keskusteluissa. Kannabiksen yleisnimitys näissä keskusteluissa on pilvi tai paukku. Nämä kuvaavat käytöstä aiheutuvaa olotilaa.

2.3 Alkoholi

Alkoholijuomat sisältävät etyylialkoholia eli etanolia (Partanen ym. 2015, 66). Ensimmäiset alkoholin kokeilukerrat alkavat keskimäärin 12–13 ikävuoden tiennoilla. Vajaa puolet 16 vuotiaista nuorista käyttivät jo alkoholia vähintään kerran kuukaudessa. (Huurre, Lintonen, ym. 2011.)

Alkoholin pääasiallinen vaikutus on aivojen toiminnan lamaaminen, joka aiheuttaa humalatilaa. Humalatilaa ilmenee käytöksen, mielentilan ja toimintakyvyn muutoksilla. Humalluttava vaikutus alkoholia käyttäessä näkyy muutamassa minuutissa. Alkoholi alkaa lamaamaan keskushermostoa ja sen toimintoja. Käytön alussa vaikutukset koetaan virkistävänä, rentouttavana, estoja poistavana ja mielihyvää tuovina. Alkoholia nautittaessa lisää vaikutukset muuttuvat tasapainoa heikentäväksi, koordinaatiokykyyn ja muistiin painamiskykyyn. Tämän seurauksena alkoholia nauttiessa suuria määriä voi kokea muistinmenetystä. (Partanen ym. 2015, 66.)

Runsas alkoholinkäyttö, joka on säännöllistä vaikuttaa toleranssin syntyyn. Toleranssi tarkoittaa alkoholin sietokykyä eli käyttäjä sietää alkoholin vaikutuksia paremmin eikä tavoiteltua hyvänolon tunnetta saada. Toleranssi lisää sekakäytön riskin syntyä. (Partanen ym. 2015, 69.)

Aikuisen ja nuoren aivoissa alkoholi vaikuttaa eri tavoin. Nuorilla korostuvat alkoholin myönteiseksi koetut vaikutukset. Myönteiset vaikutukset ovat estojen vähentyminen ja rohkeuden lisääntyminen sosiaalisissa tilanteissa. Nuoret vaikuttavat olevan vähemmän herkkiä alkoholin väsyttävälle vaikutukselle sekä motoriikka häiriöille. Nuoruusiässä aivot ovat erityisen herkkiä alkoholin aiheuttamille vaurioille. (Penttilä, 2013.) Väitöskirjassaan Samposalo on tutkinut nuorten alkoholinkäyttöä. Tutkimuksessa ilmeni nuorten kokevan yleisimpänä alkoholin aiheuttamista haittavaikutuksista krapulan. Nuoret kokivat haittoina esineiden ja tavaroiden rikkoontumista, alkoholin vaikutuksen alaisena aiheutuvat riidat sekä seksi kokeilut, joita on katunut seuraavana päivänä. (Samposalo 2013, 42–51.)

Kuitenkin nuorten alkoholin käyttöä ja sen vaikutusta aivoihin on tutkittu vielä vähän. Alkoholismi diagnoosi on harvinainen nuorilla, mutta humalajuominen ja alkoholin ongelmakäyttö ovat hyvin yleisiä. (Hyytiä, 2015.) Alkoholi on riippuvuutta aiheuttava päihdeaine. Riippuvuus voi olla psyykkistä tai fyysistä. Fyysinen riippuvuus ilmenee vieroitusoireina ja psyykkinen ilmenee esimerkiksi pakon-

omaisena tarpeena. Humalajuominen on vahingollista varsinkin aivoille, koska se pahimmillaan johtaa aivojen harmaan aineen katoon ja valkoisen aineen integriteetin heikkenemiseen. (Hyytiä, 2015.) Liian nuorena aloitettu alkoholin käyttö voi vaikuttaa muisti ja oppimiskykyyn pysyvästi. Liian varhain aloitettu käyttö vaikuttaa aivojen normaalin kypsymisprosessiin. (Penttilä, 2013.)

2.4 Nikotiini- ja tupakkatuotteet

Nikotiinituotteilla tarkoitetaan tuotteita, jotka sisältävät nikotiinia. Nikotiini on riippuvuutta aiheuttava aine. Nikotiinin vaikutus on piristävä ja mielihyvää tuottava. Nämä vaikutukset altistavat nikotiiniriippuvuuden syntymiselle. Riippuvuuden kehittymisen vaiheita ovat kokeilu, käytön aloittaminen, säännöllinen käyttö ja lopulta nikotiiniriippuvuus. (EHYT, 2020.) Riippuvuuden kehittyminen on yksilöllistä. Osalle riippuvuuden kehitykseen riittää jo muutama savuke. Nuoruusvuosina aivojen kehitys on vielä kesken mikä tekee nuorista erityisen herkkiä nikotiinin vaikutuksille. Osalla nuorista tupakoinnin lisääntymiseen ja jatkamiseen selittyikin nopeasti syntyvillä keskushermostonmuutoksilla, jotka voivat olla osittain pysyviä. Tutkimukset ovat osoittaneet, kuinka noin neljäsosa tupakkaa kokeilleista nuorista kokee ensimmäisellä käyttökerralla rentoutumisen tunteen. (Ollila, 2016.)

Tupakan ja muiden nikotiinituotteiden valikoima on vuosien kuluessa lisääntynyt. Tutkimukset osoittavat tupakoinnin polttamisen vähentyneen Suomessa sekä kansainvälisesti nuorten keskuudessa. Vaihtoehtoisten nikotiinituotteiden käyttö on lisääntynyt nuorilla nuuskan ja sähkötupakan kokeiluilla. (Ollila, Ruokolainen, Kinnunen ja Rauhalampi, 2017.) Yleisempiä poltettavia tupakkatuotteita ovat tehdasvalmisteiset savukkeet. Itsekäarityn tupakan ja erityisesti sikarien, piipputupakan ja vesi-piipputupakan säännöllinen käyttö on Suomessa vähentynyt. On tutkittu, kuinka savukkeet ja tupakansavu sisältävät arviolta 4000–7000 eri kemikaalia, joista ainakin 69 on todettu syöpää aiheuttaviksi. Nuorena aloitettu tupakointi voi estää keuhkojen kehittymisen täyteen mittaansa ja alentaa niiden toimintakykyä. Tupakointi heikentää verenkiertoa ja vaikuttaa pintaverenkiertoon, joka seurauksena riski akneen suurenee ja iho menettää kiinteyttään. Tytöillä tupakointi vaikuttaa ehkäisytablettien käyttöön lisäämällä verisuonitukosten kasvua. Verisuonitukokset voivat esiintyä sukupuolta katsomatta raajoissa, sydämessä sekä aivoissa. Pojilla tupakointi voi vaikuttaa myös erektio-ongelmien syntyyn. Nuorena runsaasti tupakoivilla on muita suurempi riski myös aikuisiän vyötärölihavuuteen. (Ollila, 2016.)

Sähkösavukkeet sisältävät joko nikotiinia sisältäviä tai nikotiinittomia nesteitä. Sähkösavukkeita on paristo ja akkukäyttöisiä, mutta toiminta on sama ulkonäöstä riippumatta. Sähkösavuke on kolmeosainen laite. Se sisältää nestesäiliön, virtalähteen ja höyrystimen eli lämmityselementin. Media käyttää termiä sähkötupakka, vaikka nämä eivät sisällä tupakkakasvia. Englanniksi sähkösavuke tunnetaan nimellä electronic nicotine delivery systems eli ENDS. Sähkösavukkeiden terveyshaittoja tutkitaan koko ajan ja tietoa löytyy vielä vähän. (Ollila, 2016.)

Nuuska on tupakkakasvista tehty suussa käytettävä tuote. Nuuskaa käytetään Suomessa yleensä valmiissa annospusseissa. Purutupakan ja nenänuuskan käyttö on Suomessa hyvin harvinaista. Tavallisen nuuskan lisäksi on energianuuskaa, joka sisältää piristävää ainetta esimerkiksi kofeiinia. Suomessa myytävässä energianuuskassa ei saa olla tupakkaa eikä nikotiinia, mutta Suomen ulkopuolella myytävät energianuuskat voivat sisältää kumpaakin. Nuuskasta ajatellaan yleensä, ettei se ole yhtä

haitallista kuin tupakointi. Vaikka nuuskaamisessa ei altistu tupakan savulle, se ei ole vaaratonta, sillä nuuska sisältää tupakkaa enemmän nikotiinia. Nuuska syövyttää ikeniä ja värjää hampaita. (Ollila, 2016.) Ruotsalaistyyppisen nuuskan yleisin terveyshaitta on paikallinen suun limakalvovaurio. Lisäksi ikenet saattavat vetäytyä pysyvästi ja hammaskaulat paljastua. Nuuskaa käyttävien riski sairastua suu, nielu, ruokatorvi ja mahasyöpään on tupakkaa käyttämättömiin verrattuna tilastollisesti merkitsevästi suurentunut. (Ollila ym. 2016.)

2.5 PKV-lääkkeet ja huumaavat lääkeaineet

PKV-lääkkeet eli pääasiallisesti keskushermostoon vaikuttavat reseptilääkkeet. Väärinkäytettyjen lääkkeiden ryhmään kuuluu unilääkkeitä, voimakkaita kipulääkkeitä, epilepsian hoitoon tarkoitettuja lääkkeitä ja ADHD:n hoitoon tarkoitettuja lääkkeitä. Näitä kaikkia käytetään yleisimmin päihtymistarkoituksiin ja sekakäytön yhteydessä. (Partanen ym. 2015, 83.) Lääkkeiden väärinkäytöllä tarkoitetaan tietoista lääkkeidenkäyttöä huumaus tai päihtymistarkoituksiin. Väärinkäytössä ominaista on toleranssin eli sietokyvyn kasvaminen. Lääkkeitä voidaan hankkia väärinkäyttö tarkoituksiin kunnallisesta terveydenhuollosta, yksityisiltä lääkäriasemilta, verkko, katukaupasta tai perheenjäseniltä. (Partanen ym. 2015, 83)

PKV-lääkkeisiin kuuluvien bentsodiatsepiinien väärinkäyttö päihtymistarkoituksiin tapahtuu yleensä suunkautta, pistämällä tai nuuskaamalla. Väärinkäyttö ilmenee väsymyksenä, välinpitämättömyytenä, puheen tuottamisen vaikeutena, sekavuutena ja liikkeiden epävarmuutena. Bentsodiatsepiinien säännöllinen väärinkäyttö nostattaa toleranssia hyvin nopeasti. Toleranssin kasvu lisää yleensä sekakäytön mahdollisuutta. Bentsodiatsepiinia käytetään usein alkoholin kanssa samanaikaisesti. (Partanen ym. 2015, 84.) Bentsodiatsepiineista katukaupassa kohdataan Rivatril lääkettä, joka tunnetaan sosiaalisessa mediassa nimellä riva (Heino 2019, 67).

Opioidit ovat vahvoja kipulääkkeitä. Opioideja sisältäviä useimmiten väärinkäytettyjä lääkevalmisteita ovat esimerkiksi fentanyyli, kodeiini, oksikodoni, tramadoli ja morfiini. Opioidi pohjainen huumausaine on myös heroini, joka on jauhepohjaista. Heroiinia käytetään yleensä pistämällä tai nuuskaamalla. Muita opioidivalmisteita käytetään tabletti muodossa, nuuskaamalla, polttamalla tai pistämällä. Tavanomaisin näistä käyttötavoista on suunkautta tablettina. (Partanen ym. 2015, 76–78.) Opioideista sosiaalisessa mediassa esiintyy eniten buprenorfiinia, joka tunnetaan nimellä bupre tai subu. Subu nimitys tulee suoraan subutex lääkkeestä. Oksikodoni esiintyy nimellä oxy ja oksy. Heroiinin katukauppa ja slanginimitys on polle, joka on viitteessä hevonen sanaan. (Heino 2019, 49–54.)

Opioidien pitkäaikainen runsas käyttö johtaa hyvin nopeasti voimakkaaseen psyykkiseen, fyysiseen ja sosiaaliseen riippuvuuteen. Pitkäaikainen väärinkäyttö suonensisäisesti pistämällä voi vaurioittaa verisuonia ja tehdä niihin tukoksia. Suonensisäinen käyttö aiheuttaa sydämen sisäkalvon tulehduksia, muita virusinfektioita ja laskimotulehduksia. Opioideihin kehittyy myös nopeasti sietokyky, jolloin käyttöannokset nousevat. Sietokyvyn kasvaessa riski yliannostukseen kasvaa, josta voi syntyä hengityslama. (Partanen ym. 2015, 76–77.)

2.6 Muut huumausaineet

Stimulantit ovat keskushermostoa aktivoivia ja piristäviä aineita. Stimulantti huumausaineet lisäävät sydämen sykettä, vireystilan kohoamista ja verenpaineen nousua. Suomessa yleisimmät suonensisäisesti käytettävät huumausaineet ovat stimulantteja, joihin kuuluu amfetamiini, metamfetamiini, kokaiini, ekstaasi ja MDPV. (Partanen ym. 2015, 72–75.) MDPV on puhdas stimulantti, joka on amfetamiinijohdannainen. MDPV on valkoista tai kellertävää jauhetta. (Partanen ym. 2015, 75.)

Amfetamiinia yleisimmin käytetään tabletti, kapseli, kide, jauhe tai liuos muodossa. Amfetamiini on Suomessa yleisin pistoskäytössä oleva huume. Sitä käytetään myös polttamalla ja suun kautta tabletteina. Vaikutukset käytöstä ilmenevät liike aktiivisuutena, puheliaisuutena ja ylivilkeytenä. Käytöstä seuraa myös pupillien suurentuminen, verisuonien supistuminen, verenpaineen nouseminen ja ruokahaluttomuutta. Pitkäaikainen käyttö voi johtaa psyykkiseen riippuvuuteen, lihasrappeumaan, vajaaravitsemukseen ja mielenterveyden häiriöihin. Metamfetamiini on johdosvalmiste amfetamiinista. Metamfetamiinin käyttötavat ovat samanlaisia kuin amfetamiinilla. Metamfetamiini on vain huomattavasti voimakkaampaa. (Partanen ym. 2015, 72–73.) Sosiaalisessa mediassa amfetamiini ilmenee kutsumanimellä piri tai amfe. Metamfetamiini esiintyy nimellä meta (Heino 2019, 39).

Kokaiini on valkoista tai beigen väristä jauhetta, jota käytetään pistämällä, juomalla tai nuuskaamalla. Kokaiinia käytetään myös yhtäaikaisesti heroiinin kanssa. Tästä sekakäyttö muodosta on oma nimitys moonrock tai speedball. Kokaiini muistuttaa vaikutuksiltaan amfetamiinia. (Partanen ym. 2015, 73.) Slangi nimellä kokaiini tunnetaan parhaiten nimellä kokkeli tai kola (Heino 2019, 45).

Ekstaasi on taas synteettinen amfetamiini johdos. Ekstaasia esiintyy tabletti, jauhe sekä nestemäisessä muodossa. Ekstaasia käyttäessä yleisin toivotun vaikutuksen tavoitteluita ovat hyvänolon ja yhteenkuuluvuuden tunne sekä istuntoa kohottava vaikutus. Ekstaasin ei toivottuja vaikutuksia koetaan olevan ahdistus, masennus, aggressiivisuus ja kuumuuden tunne kehossa. Pitkäaikainen runsaskäyttö voi aiheuttaa riippuvuuden syntymisen. Todettu on pitkäaikaisen käytön vaikuttavan oppimis- ja muistikykyyntä heikentävästi. (Partanen ym. 2015, 74.)

Hallusinogeeniset huumausaineet aiheuttavat aistielinten vääristymisiä. Vaikutuksiin kuuluu myös tajunnantason tilassa, ajattelussa, tunteissa ja havainnointikyvyssä esiintyvät muutokset. Hallusinogeenisiä huumausaineita saadaan suoraan luonnosta sienistä, kasveista, mausteista tai valmistetaan synteettisesti. Tavallisimmin näitä huumausaineita käytetään paperilappuun imeytettynä, tabletti muodossa tai geelimäistä valmistetta syöden. Käytössä ilmenee tunne elämyksiä, aistiharhoja, yhteyden tunnetta ympäristöön ja aistien vääristymää. LSD on näistä tunnetuin hallusinogeeninen huumausaine. LSD vaikutus ilmenee mielialojen muutoksina, levottomuutena ja aistihavaintojen nopeina muutoksina. Käyttäjä voi kertoa kuulevansa esimerkiksi värejä tai kokee sulautuvansa ympäristöön. LSD käytöstä ilmenee myös fyysisiä merkkejä. Fyysisiä muutoksia voi olla hikoilu, vapina, syljenerityksen lisääntyminen ja pupillien laajentuminen. Huumausaineena LSD käyttäjä voi kehittää hyvin nopeasti toleranssin. (Partanen ym. 2015, 78–79.) LSD tunnetaan happo nimellä (Heino 2019, 59).

Liuottimia käytetään päihtymistarkoituksiin. Esimerkiksi tällaisia ovat erilaiset liimat, lakat, tinneri, bensiini ja kynsilakanpoistoaine. Liuottimia käytetään imppaamalla eli hengittämällä niistä haihtuvia

höyryjä. Päihtymistarkoituksiin liuottimet ovat halpoja ja helposti saatavilla, koska niiden myyntiä ei kontrolloida. Tavanomaisesti imppauksesta tavoiteltava vaikutus saadaan 10–20 hengenvedon jälkeen. Imppauksessa kohdattavia tyypillisiä käyttäjiä ovat lapset ja nuoret. Imppaus ei ole vaaratonta vaan pitkäaikainen käyttö voi aiheuttaa passiivisuutta, nuhaa, yskää ja nenäverenvuotoja. Pitkäaikainen käyttö aiheuttaa myös psyykkisiä oireita, joita ovat väsymys, ärtyneisyys, vihaisuus tai jossain tapauksissa alkaa esiintyä mielenterveyshäiriöitä. (Partanen ym. 2015, 80–81.)

Gamma ja lakka ovat keskushermostoa lamaavia päihtymiskäyttöön käytettäviä aineita. Gammaa ja lakkaa esiintyy liuoksena, rakeina, jauheena ja kapseleina. Annostelu on liuostuotteella hyvin tarkkaa, koska pienikin annosmuutos voi olla vakava yliannostus. (Partanen ym. 2015, 81.) Gamma (Gammahydroksidivoihappo, GHB) valmistetaan lakasta päihdetarkoitukseen. Sen vaikutus alkaa 5–30 minuutin kuluessa. Lakka (gammabutyrolaktoni, GBL) on gamman esiaste, joka muuttuu elimistössä gammaksi. Lakka on voimakkaampaa kuin gamma. Sen vaikutus alkaa 10–15 minuutin kuluessa. Vaikutukset molemmissa kestävät muutamia tunteja. Positiivisia vaikutuksia gammalla ja lakkalla ovat rentoutuminen, kohonnut mieliala, euforia, estottomuus ja sosiaalisuus. Suurilla annoksilla negatiivisina vaikutuksina voi olla sekavuutta, tasapainohäiriöitä, muistinmenetyksiä sekä tajuttomuutta. Vakavimmillaan yliannostus voi aiheuttaa kooman, hengitysteiden lamaantumisen ja kuoleman. (Päihdelinkki.fi s.a.)

3 SOSIAALINEN MEDIA JA NUORET

3.1 Sosiaalinen media, riippuvuus ja itsetunto

Sosiaalinen media on viestinnän muoto, joka hyödyntää tietoverkkoja ja tietotekniikka. Sillä luodaan ja ylläpidetään ihmisten välistä vuorovaikutusta ja suhteita. Jokaisella sosiaalisen median käyttäjällä on mahdollisuus viestiä tai tuottaa omaa sisältöä internettiin. Sosiaalisiksi mediaksi luokitellaan ensisijaisesti erilaiset viestintäkanavat kuten Facebook, TikTok, Snapchat ja YouTube. Sosiaalista mediaa ovat myös tietosanakirjat kuten Wikipedia, blogit, HabboHotel, lukuisat muut uutisten ja linkkien jakopalvelut sekä viestittelykanavat. Helppokäyttöisyys, nopea omaksuttavuus, maksuttomuus ja kollektiivisen tuotannon mahdollisuus ovat sosiaalisen median tunnuspiirteitä. (Hintikka, 2015.)

Sosiaalisen median käyttö luokitellaan nykyään riippuvuudeksi ja sen aiheuttamia ongelmia tutkitaan ja tuodaan tietoisuuteen. Riippuvuus on syntynyt, kun ei voi olla päivittämättä sosiaalista mediaa tai olla irti siitä päivääkään. Yksilön pelko jäädä ryhmän ulkopuolelle ruokkii sosiaalisen median riippuvuutta. (Uski, 2016.) Piipponen 2020 käsittelee tekstissään kuinka sosiaalinen media muuttaa käsitystämme ympäröivästä maailmasta sekä synnyttää ilmiöitä ja uusia trendejä jatkuvasti. Piipponen käsittelee myös EHYT ry:n keväällä 2016 valmistunutta tutkimusta, jossa nousee esille nuorten halu elää hektistä elämää. Sosiaalinen media tukee nuorille tätä hektisyyttä, koska sieltä saa nopeasti tietoa siitä mitä tapahtuu, miltä kuuluisi näyttää ja mitkä ovat uusimmat trendejä. Ajat muuttuvat ja meidänkin on mietittävä uusia metodeja nuorten päihdeidenkäytön hillitsemiseen.

Monet nuoret ovat tulleet esille julkisuuteen kertomaan omasta sosiaalisen median riippuvaisuudesta ja sen valheellisuudesta. Nämä tositarinat ja vertaistuki auttavat nuoria ymmärtämään, mitä some-riippuvuus voi pahimmillaan olla. Riippuvuuden taustalla voi olla yksinäisyys ja eristäytyneisyys. Sosiaalinen media tarjoaa nuorelle seuraa ja antaa lohdutusta. Toisaalta se voi olla myös houkutus ja kiusaamisen kenttä. Englantilaisilta ja amerikkalaisilta päihdevieroitussivustoilta löytyy nykyään myös sosiaalisen median koukuttavuus ja he tarjoavat siihen apua. Suomessa apua tarjotaan, mutta selvästikin maailmalla sitä tarjotaan enemmän ja sosiaalista mediaa pidetään selkeämmin yhdistävänä tekijänä päihdeongelmiin. (Ocean Recovery, 2019.)

Aiemmin Kosola on tutkinut, kuinka sosiaalisen median ja Internetin käyttö on nuorison keskuudessa lisääntynyt ja kuinka sen vaikutukset ovat alkaneet tulla esille. Tutkimuksessa on huomattu, että sosiaalisen median kasvuvauhti on ollut hurja. Tämän vuoksi nuorisolle on muodostunut tärkeäksi seurata esimerkiksi TikTok ja Instagram sovelluksissa tykkäysten, kommentojien ja seuraajien määrää niin itsellään kuin kavereillaan. Kun sovellukset mahdollistavat nämä toiminnot siitä voi seurata kilpailua kenellä on enemmän seuraajia ja tykkääjiä. Tästä syystä tämä muodostaa sosiaalisia paineita ja hyväksynnän tunnetta. Tutkimus osoittaa, että nuoret ovat erityisen herkkiä hyväksynnälle ja hylkäämisen tuntemuksille sosiaalisessa mediassa. Tällaiset tunteet ja kokemukset ovat voimakkaita, jotka voidaan nähdä myös aivojen toiminnallisessa kuvauksessa. On havaittu, että erityisen herkkiä ovat 14–17-vuotiaat nuoret, koska tässä iässä kaverisuhteiden merkitys kasvaa. Tutkimuksessa käy ilmi, kuinka Millennium Cohort Study on seurannut yli 10 000 englantilaista nuorta heidän syntymästään asti. Nuorten ollessa 14-vuotiaita 43 % tytöistä ja 22 % pojista vietti aikaansa sosiaalisessa mediassa yli kolme tuntia päivässä. On myös havaittu, kuinka nettinäkyvyys menee kaiken

muun edelle. Nuoret, joille on tärkeää parantaa sosiaalisessa mediassa omaa näkyvyyttään eli tykkäysten ja seuraajien määrää, käyttivät vuotta myöhemmin tutkimusten mukaan muita nuoria enemmän päihteitä ja ottivat muita enemmän riskejä seksisuhteissa. (Kosola 2020, 324–329.)

Manninen (2018, 35–51) on tutkinut gradussaan, kuinka nuoret ovat kokeneet sosiaalisessa mediassa kaverien tykkäyksien ja kommentoinnin olevan tärkeämpää kuin sukulaisten. Samaan aikaan suuret seuraajamäärät kertovat vuorovaikutuksesta muihin ihmisiin kuin kavereihin. Tutkimuksessa kävi ilmi, kuinka sosiaalinen media vaikuttaa minäkuvan ja itsetunnon rakentumiseen varsinkin tytöillä. Tyttöjen itsetuntoa heikentävästi uhkasi omaan itseensä tyytymättömyys ja ikätovereihin vertailu. Poikien kohdalla itsetuntoon ja minäkuvaan sosiaalisen medianvaikutus oli vähäisempää. Poikien itsetuntoa heikentävästi alensi pelko sosiaalisessa mediassa tapahtuvista väärinymmärryksistä. Pojat välittivät tyttöjä vähemmän arvosteluista ja negatiivisista kommentteista, joita sosiaalisessa mediassa voi saada. Kiviruusun (2017, 44) väitöskirjassa tutkimustulokset ovat osoittaneet poikien itsetunnon olevan aikuisikään saakka parempi kuin tytöillä.

Oulun kaupungin sivistys- ja kulttuuripalvelut ovat tuottaneet vuonna 2019 yhdessä Ebrand Suomi Oy:n kanssa kyselytutkimuksen suomalaisten nuorten sosiaalisen median käytöstä. Tutkimus oli ollut koko Suomen kattava. Tutkimukseen vastaajina toimi 13–29-vuotiaat suomalaisnuoret. Verkkokyselyyn osallistui 6247 vastaajaa eri puolilta Suomea. Kysely on toteutettu myös aiemmin vuosina 2016, 2015 ja 2013. Vuosien 2013–2019 välillä kyselyyn vastanneiden määrä on noussut. Kyselyssä selvisi suomalaisnuorten suosiossa olevia sosiaalisen median palvelut, joita olivat WhatsApp, YouTube, Instagram, Snapchat, Spotify, Facebook, Facebook Messenger, Pinterest, Steam ja Discord. Tutkimuksessa on havaittavissa Facebookin suosion laskemin verrattaessa vuoden 2013 vastaajiin joista 92 % käyttivät eniten Facebookia ja vielä vuonna 2016 vastaajista 81 % käyttivät Facebookia. Vuonna 2019 lukema oli 57 %. (Ebrand Group Oy ja Oulun kaupunki sivistys- ja kulttuuripalvelut s.a.)

Tutkimustuloksista osoittautui kuinka yhä useampi nuori käyttää sosiaalisen median palveluita älypuhelimillaan. 2019 vuonna tehdyssä tutkimuksessa vastanneista nuorista noin 97 % käyttivät sosiaalisen median palveluita älypuhelimellaan, kun taas vuonna 2016 tulos oli 95 % nuorista. Kyselyyn vastanneista nuorista viettivät eniten aikaa Snapchat, YouTube, Instagram, WhatsApp, Facebook ja Reddit palveluissa. Kävi ilmi, kuinka nuorten käyttävän ainakin yhdeksää erilaista sosiaalisen median palvelua. Nuorilta kysyttiin pitäisikö sosiaalisen median käyttöä opettaa? Tähän nuorista 69 % vastasi haluansa sosiaalisesta mediasta opetusta oppilaitoksiin ja samalla 45 % vastanneista toivoi opetusta myös kotona. (Ebrand Group Oy ja Oulun kaupunki sivistys- ja kulttuuripalvelut s.a.)

3.2 Sosiaalinen media ja päihteet

Ehkäisevä päihdetyö EHYT on tehnyt vuonna 2016 Nuoret ja päihteet -tutkimuksen, jossa on selvästi tullut esille nuorten hektinen ja nopea elämänrytmi, jota sosiaalinen media ruokkii (Koivisto, 2016). Sosiaalinen media tarjoaa nuorille juuri sitä mitä he etsivät. Tutkimuksessa käy ilmi, miten nuoret imevät sosiaalisesta mediasta vaikutteita ja haluavat kokeilla niitä itsekin. Päihteiden saanti on myös helpottunut somen myötä. Sosiaalisen median käyttöä rinnastetaan päihteiden rinnalla jo koukuttavaksi ja sen irti pääsemiseen pyritään löytämään ratkaisuja. Tutkimus uusittiin vuonna 2018 ja siinä

nähtiin huomattava muutos esimerkiksi nuorten nuuskan käytössä. Nuuska koetaan trendikkäänä ja monet sosiaalisessa mediassa sitä avoimesti käyttävät. Sitä on myös helppo sosiaalisen median kautta hankkia. Nuorten päihteiden ja sosiaalisen median käytöstä on paljon kerättyä tietoa ja tutkimuksia saatavilla. Nuuskan käytön laillistamista Suomessa on myös kampanjoitu sosiaalisesta mediasta ja siihen on tehty lakiesityksiä. Nuoriin yritetään vedota sosiaalisen median maailmassa ja nuuskan käytön hyötyjä korostetaan verrattuna tupakkaan. (Koivisto, 2016.)

Sosiaalinen media on keskeinen alkoholimarkkinoinnin kanava, sillä se mahdollistaa käyttäjien vuorovaikutuksen brändien kanssa sekä mainonnan leviämisen käyttäjien avulla. Käyttäjät tuottavat mainontasisältöä osallistumalla brändien hashtageihin ja kommentoimalla julkaisuja. Alkoholimarkkinoinnista sosiaalisessa mediassa on tehty tutkimus Suomessa ja Ruotsissa. Tutkimuksessa seurattiin alkoholivalmistajien sosiaalisen median kanavoita Facebookissa, Instagramissa, Twitterissä ja YouTubeissa. Aineistoa oli kerätty kuukauden ajan vuosina 2014, 2016 ja 2017. Molemmissa maissa Facebook oli isoin alkoholimarkkinoinnin alusta. Alkoholimarkkinoinnin julkaisut tuplaantuivat vuoden 2014 tammikuusta verrattuna vuoden 2016 tammikuuhun. Julkaisujen määrä oli kuitenkin pienentynyt vuoden 2017 tammikuussa. Tutkimuksesta kävi ilmi, että kummassakaan maassa alkoholivalmistajat eivät olleet onnistuneet tavoittamaan kuluttajia laajasti markkinoinnillaan. Tästä huolimatta tutkimuksessa huomataan, että valmistajat panostavat sosiaalisen median markkinointiinsa ja ovat näin onnistuneet tavoittamaan paremmin kuluttajia lähivuosina. Suomessa vuonna 2015 uudistettu alkoholilaki vaikutti hieman markkinoinnin sisältöihin rajoituksillaan. Sisällöissä esiintyi vain vähän nuoriin ja alaikäisiin käyttäjiin vetoavia julkaisuja. Alaikäiset pystyivät silti lukemaan kyseisiä sisältöjä, koska molempien maiden valmistajista yhteensä vain vähän yli puolella oli käytössä ikärajavaivonta Facebookissa. Instagramissa 13 prosenttia Suomen valmistajista oli ottanut ominaisuuden käyttöön. Sosiaalinen media on suhteutettuna uusi keksintö ja se uudistuu alituisesti. Sosiaalisessa mediassa globaaliuden ja kehittymisvauhdin takia sisältöjen valvonta sekä markkinoiden säätely kansallisella lainsäädännöllä on haastavaa. (Kauppila, Lindeman, Svensson, Hellman ja Kataisen 2019, 3.)

Alkoholin ja huumeiden positiivisia vaikutuksia korostetaan sosiaalisessa mediassa eikä haittavaikutuksia mainita. Sosiaalinen media mahdollistaa päihteiden oston tuntemattomilta helposti. Ennen huumeet liikkuivat usein kavereilta kavereille ja siitä eteenpäin. Nyt internetin avulla kynnyks ostaa tuntemattomalta on madaltunut ja helpottunut. Jo vuonna 2011 Columbian yliopistossa tehdyssä kyselyssä kävi selväksi, että nuoret, jotka säännöllisesti käyttivät sosiaalista mediaa, käyttivät mitä ilmeisemmin päihteitä verraten nuoriin, joiden sosiaalisen median käyttö oli vähäistä. Tutkimuksessa ilmeni, että riski päihteiden kokeiluun ja käyttöön oli lähes viisinkertainen. (Ocean Recovery, 2019.)

Valviran (2018) mukaan lainsäädäntö rajoittaa alkoholin markkinointia sen haittojen vähentämiseksi. Alkoholilaki kieltää yli 22 tilavuusprosenttisten alkoholijuomien mainonnan, epäsuoran mainonnan sekä muun myyminen edistämistoiminnan. Poikkeustapauksia ovat alkoholijuomien anniskelu- ja vähittäismyyntipaikat sekä julkaistut hinnastot. Alle 22 tilavuusprosenttisten alkoholijuomien kohdalla kyseiset mainonnan muodot ovat sallittuja, kunhan mainontaa ei toteuteta yleisellä paikalla tai kohdisteta alaikäisiin.

Erevikin (2018, 5–53) väitöskirjassa on tehnyt kyselyn Norjan Bergenin yliopiston oppilaille. Tutkimuksessa selvitettiin sosiaalisen median käyttäjien julkaisemaa alkoholisisältöä ja sen yhteyttä sosiaalisen median ulkopuolella tapahtuvaan alkoholikäyttäytymiseen. Osallistujilta kysyttiin heidän normaalista alkoholikäytöstänsä sekä heidän ajatuksistaan alkoholin käyttöön liittyen. Lopuksi kyselyssä selvitettiin osallistujien normaali sosiaalisen median käyttö sekä heidän tavoistaan julkaista tai altistaa alkoholin käytölle sosiaalisessa mediassa.

Tutkimuksessa kävi ilmi, kuinka suurin osa oppilaista oli julkaissut alkoholiin liittyvää sisältöä sosiaalisessa mediassa. Kyselyyn osallistujat raportoivat julkaisevansa useammin alkoholisisältöä positiiviselta kannalta negatiivisen sijaan. Positiivisiksi tekijöiksi laskettiin rentoutuminen, sosiaaliset kokoukset sekä alkoholin näyttäminen yleisesti paremmassa valossa. Negatiivisiin tekijöihin laskettiin yksin juominen sekä alkoholin huonojen puolien näyttäminen. Positiiviselta kannalta kuukausittain alkoholisisältöä jakoi eniten naiset. Lisäksi sosiaalisen median kaverimäärät lisäsivät positiivista julkaisua. Alkoholisisältöä jakoi todennäköisemmin naimattomat ja nuoret. Oppilaiden keskuudessa oli myös koettu normaalina, että muut oppilaat jakoivat usein alkoholisisältöä positiiviselta kannalta. Tutkimuksessa selvisi myös, kuinka suurin osa vastanneista on nähnyt sosiaalisessa mediassa muiden käyttäjien jakavan alkoholia sisältäviä julkaisuja. (Erevik 2018, 5–53).

Tutkimukseen osallistuneet nuoret, jotka kyselyn aikana kertoivat näkevänsä ja jakavansa usein alkoholisisältöä sosiaalisessa mediassa kuluttivat enemmän alkoholia verrattuna muihin osallistujiin. Kyselyyn vastanneista nuorista, jotka jakoivat positiivista tai negatiivista alkoholisisältöä kuluttivat alkoholia riski rajoilla. (Erevik 2018, 5–53).

Vastanneista osa kertoi julkaisevansa usein alkoholiin negatiivisista puolista sosiaalisessa mediassa tai kohtaavansa usein positiivista tai negatiivista alkoholisisältöä havaittiin heillä merkittävä vähentyminen alkoholin kulutuksessa vuotta myöhemmin. Vastanneet, jotka eivät julkaisseet tai altistuneet kyseiselle sisällölle ei huomattu samanlaista vaikutusta alkoholin kulutuksessa. Kyselyn tuloksista pääteltiin kuinka hallitsemalla eri tekijöitä liittyen nuorten alkoholisisällön julkaisemiseen sekä sille altistumiseen heikensi alkoholin käyttöä vuotta myöhemmin. (Erevik 2018, 5–53).

Sosiaalisen mediassa tapahtuvaa päihteiden myyntiä on selvitetty aiemmin Turun kaupungissa. Turussa tapahtuneeseen tutkimukseen osallistui Turun kaupungin hyvinvointitoimiala ja Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Tutkimus toteutettiin vuodenvaihteessa 2019 ja 2020 turkulaisille yläkouluikäisille nuorille. Tutkimuksessa kävi ilmi suosituimmiksi somekanaviksi nuorilla Snapchat, Instagram ja WhatsApp, joita niin tytöt kuin pojat vastanneista yli 70 % käytti päivittäin. Lisäksi listalle nousi TikTok sovellus, jota kyselyyn vastanneista tytöistä käytti päivittäin 66 % ja pojista 33 %. Poikien vastauksissa nousi esille myös Discord ja Steam-sovellukset. (Turun kaupunki hyvinvointitoimiala ja Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2020, 1–2.)

Tutkimuksessa tuli ilmi, että päihteiden myyntiä kohdattiin erityisesti Snapchat sovelluksessa. Yli puolet vastanneista 51 % olivat kohdanneet päihteiden myyntiä. Turun tutkimuksessa kävi myös ilmi, että tytöt näkivät päihteiden myyntiä poikia useammin. Tutkimuksessa huomattiin myös mitä vanhemmasta nuoresta kyse sitä enemmän päihteiden myyntiä oli tullut vastaan. 7 luokkalaisista 43

% oli kohdannut jo päihteiden myyntiä sosiaalisessa mediassa, 8 luokkalaisista 52 % ja 9 luokkalaisista 59 %. (Turun kaupunki hyvinvointitoimiala ja Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2020, 1–2.)

Sosiaalisessa mediassa myytävistä päihteistä eniten nuoria vastaan tullut oli nuuska 86 % seuraavana tupakka 57 %, jonka jälkeen alkoholi 55 %. Kumminkin tutkimukseen osallistuneista nuorista 22 % oli kohdannut kannabiksen myyntiä somessa. Kyselyssä vaihtoehtona oli muut huumeet. Muina huumeina mitä nuoret olivat kohdanneet sosiaalisessa mediassa myytävänä ovat heroini, kokaiini, amfetamiini, LSD, MDMA, DMT, kolmioläkkeet ja sienet. Vaikka huumeita tutkimuksen mukaan olisi selvästi vähemmän katukaupassa, on päädytty tulokseen, kuinka huolestuttavana voidaan pitää, että näinkin moni turkulaisnuori voisi saada sosiaalisen median tutultaan hankittua huumausaineita. Turun tutkimuksessa on käynyt ilmi, kuinka kyselyyn vastanneista joka kolmas nuori tuntee jonkun, joka on ostanut sosiaalisessa mediasta päihteitä. (Turun kaupunki hyvinvointitoimiala ja Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2020, 1–2.)

Mainokset sekoittuvat muun sisällön joukkoon sosiaalisessa mediassa helposti. Seuraamamme sosiaalisessa mediassa vaikuttajan kaupallinen yhteistyöpostaus voi olla vaikeaa erottaa mainokseksi, jos sisältö on osattu esittää luonnollisesti seuraajille. Seuraajat eivät näin tiedä tuotteen haittavaikutuksista, sillä sosiaalisen median vaikuttaja yrittää mainostaa vain tuotteen hyviä puolia. Kyseistä mainostamista pidetään eettisenä ongelmana, koska erityisesti alkoholijuomien mainostamisessa on kyse tuotteista, jotka aiheuttavat terveyshaittoja. Tämän vuoksi niiden mainostaminen on tarkkaan säänneltyä. (popNAD, 2019.)

3.3 Pimeät nettisivut ja nuorten idolit

Amerikkalainen toimittaja Hilliard Jena kirjoittaa artikkelissaan, miten some antaa nuorille erilaisia tapoja käyttää huumeita ja muita päihteitä. Nuoret seuraavat sosiaalisen median kautta omien idolien tekemisiä ja kokeilevat vaarallisiakin sekoituksia, kun se näyttää hyvältä videolla tai kuvissa. Idolien ihannointi on jokapäiväistä ja todellisuuden rajat hämärtyvät herkästi. Päihteiden käytön kokeilijoiden ikä on myös laskenut. Vaikka sosiaalisella medially on ikärajat antavat vanhemmat usein luvan käyttää sitä. Nuori itse voi väärentää syntymävuotensa, että pääsee käyttäjäksi. Näin ollen jo nuoret alle 13-vuotiaat ovat alttiita somen tarjoamille houkutuksille. (Hilliard, 2019.)

Sosiaalisen median kautta myös kauppaaminen ja päihteiden löytäminen on helpompaa. Siitä kertoo American Addiction Centers sivusto, jossa kerrotaan dark web netin käytöstä. Maailmalla on paljon pimeitä verkkoyhteyksiä, joista ei jää jälkiä niiden käytöstä. Niiden kautta päihteiden välittäminen onnistuu nopeasti ja helposti. (American Addiction Centers 2020.) Sosiaalisen median vaikuttajilla on iso osuus nuorten ihmisten hyvinvointiin ja käyttäytymiseen. Markkinointikeinot ovat laajentuneet yhtiöillä internetin vaikutuksesta ja nuoret ovat hyviä mainonnan levittäjiä sekä käyttäjiä. Sosiaalisen median käyttäjistä suurin osa on nuoria ja heidän kauttaan mainostaminen on helppoa. Nuoret ovat myös otollisia kokeilemaan uusia asioita ja yhtiöt ovat tämän huomanneet. Päihdekuolemat ovat lisääntyneet. (Renzoni, 2020.)

Tanskalaisessa (Demantin ja Bakkenin 2019) tehdyssä taustatieto tutkimuksessa käsitellään hyvin sosiaalisen median vaikutuksia pohjoismaisten päihteiden käyttöön Suomi, Tanska, Islanti, Norja ja Ruotsi. Taustatieto tutkimuksen heiltä tilasi Euroopan Unionin huumeseurantakeskus (EMCDDA).

Työssä käsitellään miten päihteet liikkuvat dark webissä pimeillä markkinoilla ja miten helppo niitä on Pohjoismaiden alueella myydä ja ostaa. Kohdehenkilöt ovat 13–25-vuotiaita eli siinä on huomioitu nuoret aikuiset, jotka matkustelevat paljon ja mahdollistavat näin kansainvälisen huumeiden käytön. Heidän kauttaan aineet siirtyvät helposti myös nuorille käyttäjille. Facebook, WhatsApp ja Instagram ovat suosituimmat kanavat huumeiden välitykseen Suomessa. Varsinkin kannabista niiden kautta on myyty jo pitkään. Nyt myös muita huumeita ja nuuskaa on tullut markkinoille. (Demant ja Bakken, 2019.)

4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tämän määrällisen tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, hankkiiko nuori päihteitä sosiaalisesta mediasta ja mitä nuoret käsittävät päihteiksi. Tavoitteena oli tutkia Pohjois-Savossa tapahtuvaa päihteiden käyttöä 7 luokkalaisten keskuudessa ja kuinka sosiaalisen median käyttö vaikuttaa siihen. Tavoitteena oli myös hoitohenkilökunnan tutustuttaminen nuorten sosiaalisen median käyttöön, sekä auttaa heitä ymmärtämään paremmin sen mahdollista hyödyntämistä päihteiden saamisessa. Tavoitteena on tuoda nuorten omaa näkemystä esille sosiaalisesta mediasta ja siellä liikkuvista päihteistä. Tutkimusluvut kyselyllemme myönnettiin Iisalmen kaupungilta ja Ylä-Savon Sotelta. Opinnäytetyömme toteutettiin kvantitatiivisena eli määrällisenä tutkimuksena. Tutkimus toteutettiin yhteistyössä Ylä-Savon soten koulutiimin kanssa.

Tutkimuksen tulokset ja työn aikana tutkimamme aineistot antavat meille, huoltajille ja hoitohenkilökunnalle parempia valmiuksia työskennellä nuorten parissa. Ymmärtäen enemmän nuorten ajatuksia sosiaalisesta mediasta ja sen käytöstä. Työ tuo nuorten tietoisuuteen myös sosiaalisen median vaarat ja sen aiheuttamat riippuvuudet. Kyselylomake (liite 2) laadittiin tutkimuskysymysten pohjalta.

Tutkimuskysymyksemme olivat:

1. Mitä sosiaalisen median sivustoja nuori käyttää?
2. Hankkiiko nuori päihteitä sosiaalisen median kautta?
3. Mitä päihteitä nuori sosiaalisesta mediasta hankkii?

5 MÄÄRÄLLISEN TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

5.1 Määrällinen tutkimus

Työ toteutettiin kvantitatiivisena eli määrällisenä tutkimuksena. Määrällinen tutkimus on tutkijalle puolueeton. Tutkimuksen tulokset ovat objektiivisia ja silloin se on tutkijasta riippumaton. Tutkija ei tällöin vaikuta tutkimustuloksiin. (Vilka 2007, 13.) Määrällistä tutkimusta tehdessä tarkoituksena on joko selittää, kuvata, kartoittaa, vertailla tai ennustaa ihmisiä koskevia tekijöitä ja erilaisia ilmiöitä. Määrällinen tutkimus voidaan jakaa erilaisiin edellä mainittuihin tutkimustyyppihin. Opinnäytetyöhömmä parhaiten sopi kaksi seuraavaksi mainittua tutkimustyyppiä. Selittävässä tutkimuksessa selvitetään saaduilla tuloksilla perusteltua lisätietoa aiheesta ja esittää asian taustasyitä. Selityksen avulla pyritään tekemään tutkittu aihe ymmärrettävämmäksi. Tutkimuksella tavoitellaan selittämään asioiden syy- seurauksia eli kausaalisuhteita. Näin tutkimuksella selvitetään tapahtumien tai käsitysten toisiinsa liittymistä tai eroavaisuuksia. Kartoittavassa tutkimuksessa yritetään etsiä uusia näkökulmia asiasta. Tutkimuksen avulla tarkastellaan heikosti tunnettuja ilmiöitä ja sen kirjallisuutta. Kartoittavan tutkimuksen avulla voidaan löytää keskeisiä malleja ja teemoja tutkitusta aiheesta. (Vilka 2007, 19.)

Nuoret vastaavat helpommin nopeasti täytettävään kysymyksiin kuin avoimiin kysymyksiin. Tämän vuoksi määrällinen tutkimusmenetelmä soveltui hyvin työhömmä. Kysely sisälsi kuitenkin kaksi avointa kysymystä, joilla saatiin tärkeää lisäinformaatiota. Määrällisellä tutkimuksella pyrittiin ymmärtämään nuorten sosiaalisen median käyttäytymisen laatua, ominaisuuksia ja merkitystä. Käytimme tutkimuksessa lukuja selventämään nuorison käyttäytymistä ja osallistumista. Kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimus vastaa kysymyksiin Mikä? Missä? Paljonko? Kuinka usein? ja se kuvataan numeerisen tiedon pohjalta. Määrällisen tutkimuksen tavoitteena oli vahvistaa tai täsmentää aikaisempaa teoretietoa aiheeseen liittyen. Kun löydetään tutkimuksen ja aikaisemman teoretieton välillä yhtäläisyyksiä, tieto asiasta varmentuu. Teorian merkitys määrällisessä tutkimusprosessissa on suuri, sillä prosessi aloitetaan etsimällä teoretietoa aiheesta. Sitten edetään vasta käytäntöön kuten kyselyyn. Kyselyn tuloksia analysoidessa palataan prosessissa takaisin teoriaan, jonka avulla tulkitaan tutkimuksen tuloksia. (Vilka 2007, 25.)

Määrällisessä tutkimuksessa tulokset saadaan numeroina tai laadullisen aineiston tulokset kerrotaan numeerisessa muodossa. Tutkimuksen kyselyn tulokset näytetään numeroina, kuten prosentuaalisesti tai tulosten keskilukuina. Tarkastelimme tutkimuksen numeraalisia tuloksia selvittääksemme tulosten olennaisen tiedon ja selitimme sen sanallisesti. Kuvailimme, millä tavoin asiat liittyvät toisiinsa tai eroavat toisistaan, kuten teoretieto verrattuna kyselyn tuloksiin tai sukupuolen vaikutus vastauksissa. (Vilka 2007, 14.)

5.2 Aineiston keruu

Käytimme määrällisessä tutkimuksessa kyselyä, joka kohdennettiin yläasteen 7. luokkalaisille, joita tänä vuonna on 241 kohderyhmäksi valikoituneessa koulussa Pohjois-Savossa. Tutkimusluvut haettiin Iisalmen kaupungilta, että Ylä-Savon Sotelta. Kyselystä ilmoitettiin huoltajille Wilman välityksellä ja heiltä kysyttiin luvat alaikäisen kyselyyn osallistumisesta. Tutkimukseemme osallistujat olivat ala-

ikäisiä. Tutkimuksen saatekirjeen saivat huoltajat (liite 1). Saatekirje lähetettiin tutkimukseen osallistuville. Saatekirjeen tarkoitus oli antaa tutkittavalle riittävästi tietoa tutkimuksesta. Tutkittava sai päättää saatekirjeen perusteella osallistumisestaan ja vastaamisestaan tutkimukseen. Yhteen saatekirjeeseen esiteltiin yleiskielellä kyselyn tyyli, visuaalinen ilme ja sisältö. Saatekirje lähetettiin 241 huoltajalle, joista 98 allekirjoitti luvan.

Kaikilla kohderyhmän 7. luokkalaisilla on käytössään tietokone sekä Wilma yhteys. Kyselyyn osallistuminen oli vapaaehtoista ja se toteutettiin anonymina. Tutkimuskysymykset koostuivat teorian pohjalta ja se toteutettiin Webropol ohjelmalla. Kysely sisälsi kysymyksiä sosiaalisen median käytöstä ja mitä nuoret kokivat päihteiksi. Kyselyä testattiin tuttavapiirin 12–18-vuotiailla nuorilla (20). Kysely oli toimiva ja tarpeeksi lyhyt, että mielenkiinto riitti osallistumiseen. Vastaukseen meni nuorilta 5–10 minuuttia eikä kysymykset olleet liian henkilökohtaisia. Kysely sisälsi 15 tutkimuskysymystä, joista kaksi oli avointa ja loput luokittelu asteikolla esimerkiksi. ” kyllä, ei, en tiedä” tai ” kyllä täysin, jonkin verran, ei oikeastaan, ei ollenkaan” (liite 2). Kyselyyn vastaaminen järjestettiin oppitunnin aikana, jolloin vastausprosentti saatiin mahdollisimman korkeaksi. Luvan saaneista 98 vastajista 73 vastasi, joten vastausprosentti oli 75 %. Määrällinen tutkimuksemme on työelämän tarpeiden mukaan suunniteltu ja toteutettu. Valmis tutkimus luovutetaan työelämän tilaajalle huhtikuussa 2021.

5.3 Aineiston analysointi

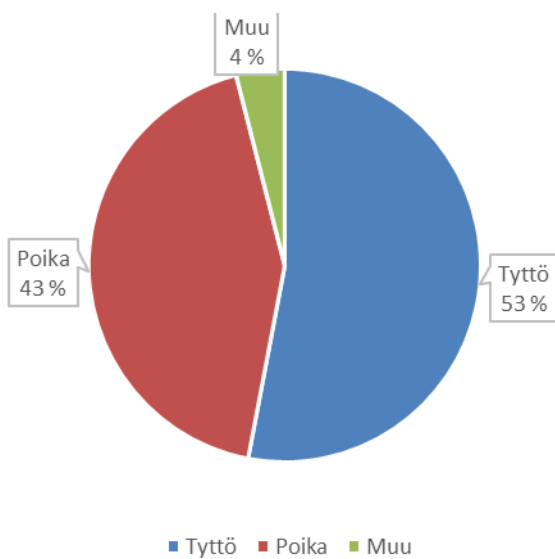
Tutkimuksessamme käytämme aineiston kuvailuun prosenttiosuuksia ja frekvenssejä. Frekvenssi kertoo tehtyjen havaintojen lukumäärää tietyssä luokassa, ryhmässä tai koko aineistoissa. Tämän avulla voi määrittää kuinka monen erityyppistä havaintoa on eri luokassa, ryhmässä tai aineistossa. Prosenttiosuuksia eli variaatiokerroin kertoo kahden muuttujan suhteellisen hajonnan. Vertailussa voisi päätellä kumman muuttujan merkitys on suurempi. (Vilka 2007, 106–125). Tulokset analysoitiin Webropol tiedonkeruu ja kyselyohjelmalla. Kyselyn vastaukset säilytettiin analysoinnin, sekä tutkimuksen ajan Webropol sovelluksessa. Vastauksiin ei päässyt käsiksi muut kuin tutkimuksen tekijät. Kyselylomake ja vastaukset poistetaan Webropol sovelluksesta välittömästi hyväksytyt tutkimuksen jälkeen. Webropol ohjelma kokosi yhteen kaikkien 73 oppilaan kyselylomakkeiden vastaukset ja saimme suoraan tarkat lukumäärät sekä prosentit jokaisesta kysymyksestä. Webropol ohjelman avulla saimme helposti nähtäville sukupuolten väliset eroavaisuudet.

Tulokset halusimme havainnollistaa pylväsdiagrammeina ja piirakkakuviolla eli sektoridiagrammeilla. Sukupuolien eron havainnollistaa pylväs- ja sektoridiagrammit. Pylväskaavion avulla voidaan esittää muuttujien tunnuslukuja erilaisina pylväinä. Pylväät kuvaavat havaintojen määrää saadussa luokassa. Piirakkakuviolla voidaan esittää yleiskuva, mikä on kunkin muuttujan suhteellisen osuus koko kerätystä aineistosta. (Vilka 2007, 119–144.) Saimme koottua tutkimuksen tuloksiin prosentit, lukumäärät ja kuviot suoraan Webropol ohjelmasta.

6 MÄÄRÄLLISEN TUTKIMUKSEN TULOKSET

Kyselyyn osallistujien huoltajille lähetettiin saatekirje, jossa oli kysytty lupa nuorelle osallistua kyselyyn. Saatekirje lähetettiin 241 huoltajalle, joista luvan osallistua kyselyyn sai 98 nuorta. Näistä 98 luvan saaneista nuorista kyselyyn vastasi 73 nuorta, jolloin vastausprosentti oli 75 %. Kyselyyn vastanneista (kuvio 1) tyttöjä oli 39, poikia 31 ja muun sukupuolisia 3.

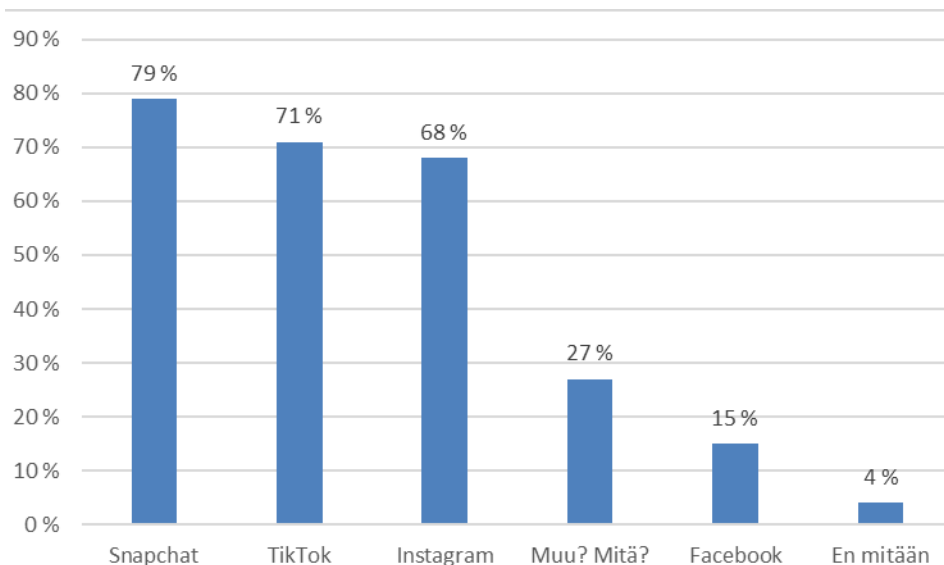
Tyttöjen ja poikien välisiä eroja vertailtiin vastauksissa. Esille tulevat vastaukset, joissa sukupuolten välinen ero oli merkittävin. Muun sukupuolisten vastauksia emme erikseen ottaneet tarkasteluun, koska heitä oli vain kolme.



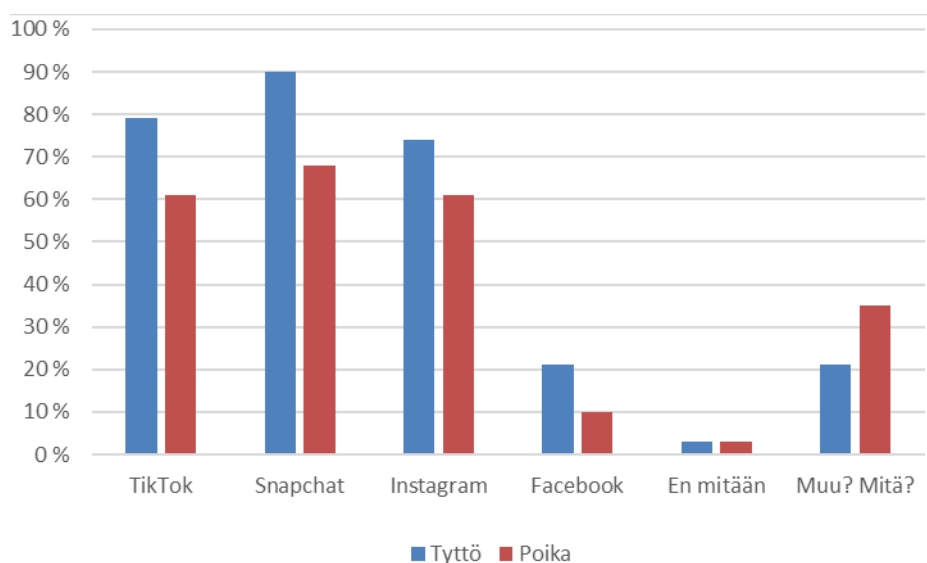
KUVIO 1. Tutkimukseen vastanneiden sukupuolijakauma.

6.1 Nuorten käyttämät sosiaalisen median sivustot

Vastanneet (taulukko 1) käyttivät eniten Snapchat, TikTok ja Instagram -sovelluksia. Facebook sovelluksen käyttö oli vastanneilla vähäisempää. "Muu, Mikä?" vaihtoehdon valitsi 27 % vastanneista, johon he olivat kirjanneet käyttävänsä Youtube, Reddit, WhatsApp, Twitter ja Discord -sovelluksia. Vastanneiden tyttöjen ja poikien välinen ero näkyi vastauksissa (taulukko 2). Tytöt suosivat poikia enemmän Snapchat-sovellusta. Pojat käyttivät myös Snapchat-sovellusta, mutta 60 % pojista käyttivät TikTok ja Instagram -sovelluksia tasaisemmin verrattuna tyttöihin.

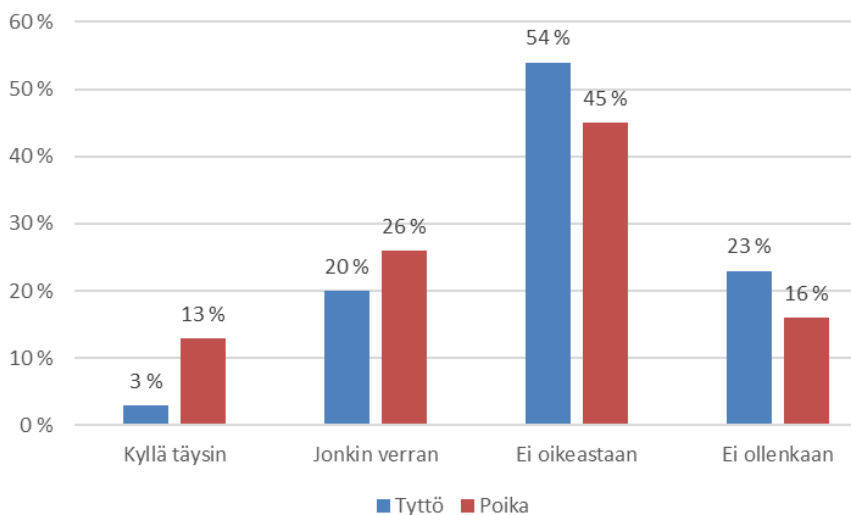


TAULUKKO 1. Suosituimmat nuorten käyttämät sovellukset.



TAULUKKO 2. Suosituimmat nuorten käyttämät sovellukset sukupuolijakauma.

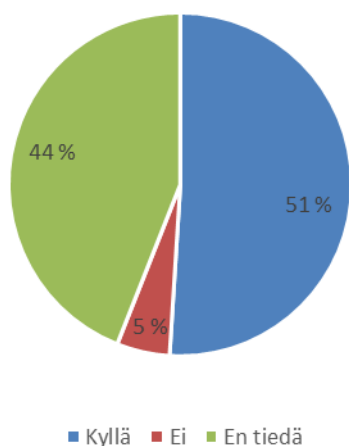
Vastanneilta kysyttiin, onko sosiaalinen media muuttanut heidän mielikuvaansa päihteistä. Vastajista 49 % koki, ettei sosiaalinen media ole oikeastaan muuttanut heidän mielikuvaansa päihteistä, mutta 22 % koki sen jonkin verran muuttaneen heidän mielikuvaansa. Vastanneiden tyttöjen ja poikien välillä oli huomattavissa ero, kuinka pojat kokevat tyttöjä enemmän sosiaalisen median vaikuttaneen heidän mielikuvaansa päihteistä (taulukko 3).



TAULUKKO 3. Sosiaalisen median vaikutus mielikuvaan päihteistä sukupuolien erot.

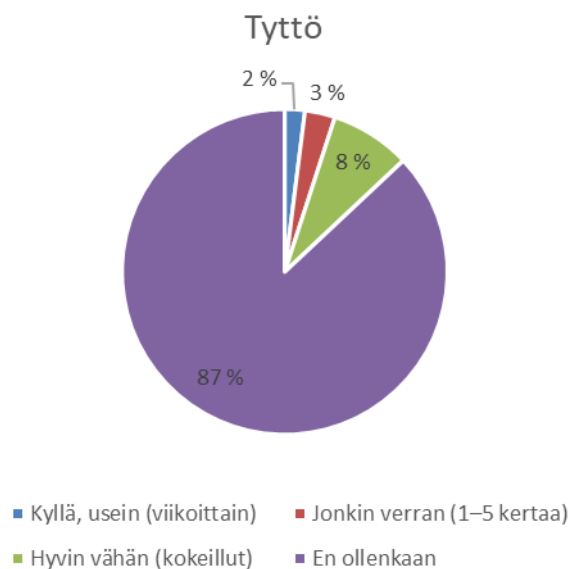
6.2 Päihteiden saatavuus nuorille sosiaalisesta mediasta

Vastanneilta kysyttiin avoimella kysymyksellä, mitä nuoret itse mieltävät päihteiksi. Kysymykseen saimme paljon vastauksina alkoholi, huumeet ja nuuska. Vähäisempi määrä vastanneista mieltää päihteiksi myös lääkkeet ja tupakan. Vastanneet kertoivat (kuvio 3) kohdanneensa sosiaalisessa mediassa päihteiden myymistä.

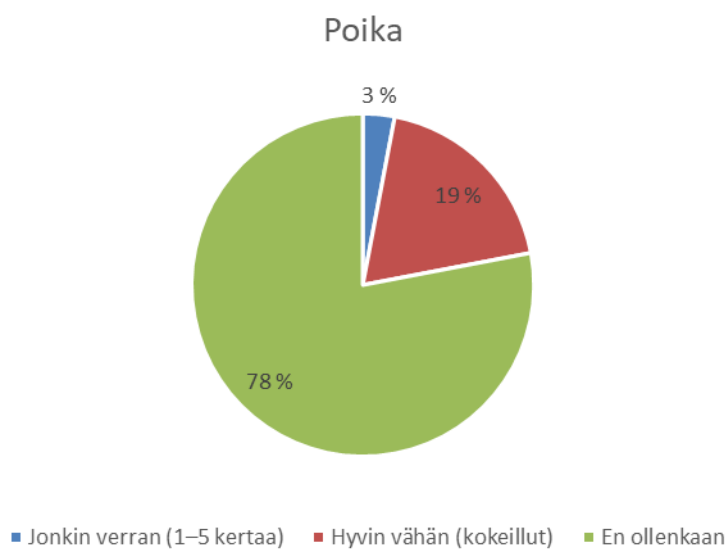


KUVIO 3. Sosiaalisessa mediassa nuorten kohtaama päihteiden myynti.

Kysymykseen kuinka usein nuori käyttää päihteitä, 80 % vastanneista ei käyttäneet päihteitä ollenkaan ja 16 % vastasi kokeilleensa vain vähän. Eroa sukupuolten välisissä vastauksissa oli hieman. Vaikka tytöt olivat kokeilleet vähemmän kuin pojat, heillä oli enemmän viikoittaista käyttöä kuin pojilla (kuvio 5 ja 6).

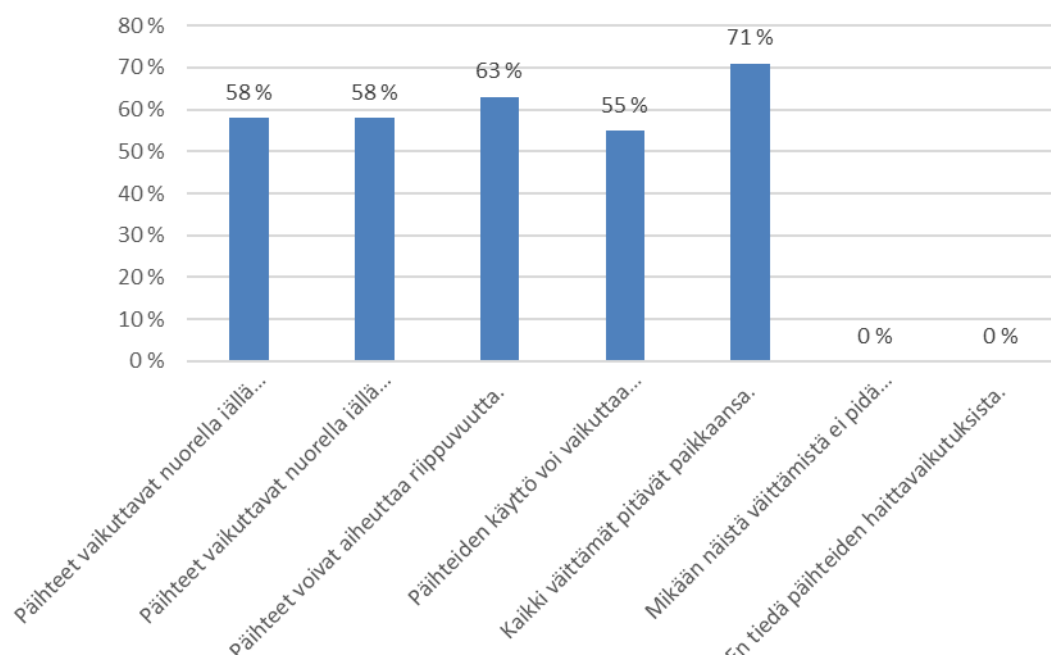


KUVIO 5. Tyttöjen päihteiden käyttö



KUVIO 6. Poikien päihteiden käyttö

Vastanneilta kysyttiin tietävätkö he päihteiden haittavaikutuksia (taulukko 4). Vastausvaihtoehtoina olivat: päihteet vaikuttavat nuorella iällä aivojen kehitykseen, päihteet vaikuttavat nuorella iällä keuhkojen kehitykseen, päihteet voivat aiheuttaa riippuvuutta, päihteiden käyttö voi vaikuttaa mielenterveysongelmiin, kaikki väittämät pitävät paikkaansa, mikään näistä väittämistä ei pidä paikkaansa ja en tiedä päihteiden haittavaikutuksista. Vastanneista 71 % (n= 52) valitsi vaihtoehdon, jonka mukaan kaikki mainitut haittavaikutukset pitivät paikkaansa. Vastanneista kukaan ei valinnut vaihtoehtoa, etteivät tietäisi yhtään päihteiden haittavaikutuksia tai ettei annetut väittämät pitäisi paikkaansa.

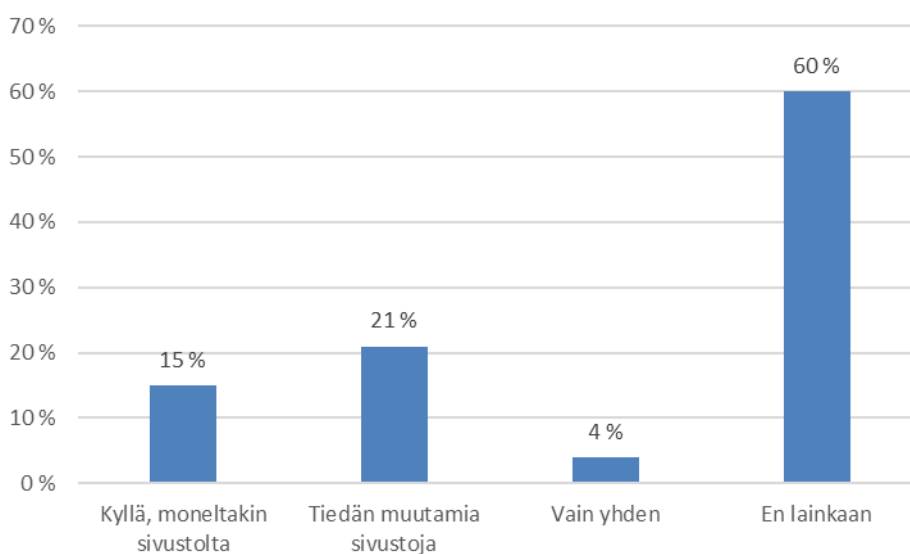


TAULUKKO 4. Päihteiden haittavaikutuksia

6.3 Nuorten hankkimat päihteet sosiaalisesta mediasta

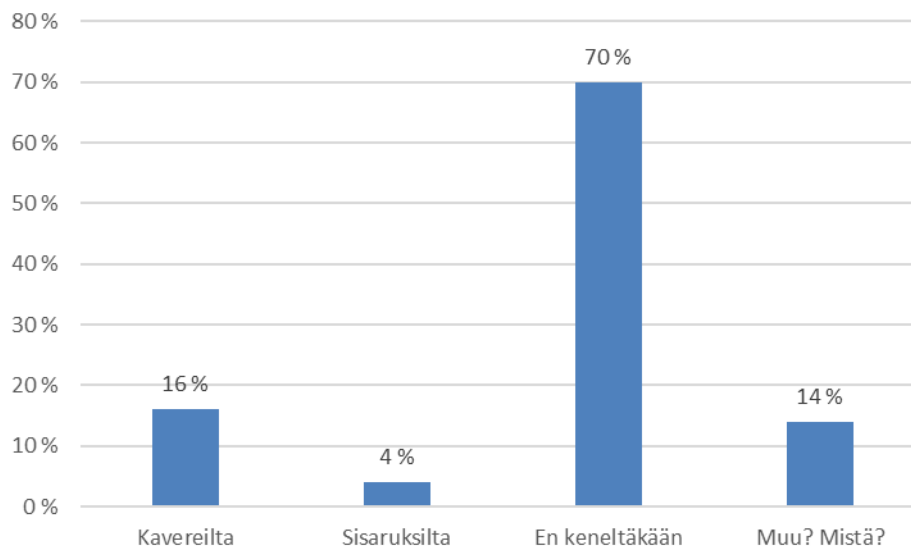
Vastanneet kertoivat avoimessa kysymyksessä mitä he itse kokevat päihteiksi. Suurin osa vastaajista vastasi tupakka, alkoholi ja huumeet. Kukaan ei ollut jättänyt vastaamatta. Vastanneet kertoivat, etteivät olleet hankkinut päihteitä sosiaalisen median kautta 97 % (n= 71) ja etteivät tiedä myöskään kavereidensa hankkineen päihteitä sosiaalisen median kautta 88 % (n= 64).

Lähes puolet vastanneista eivät tieneet, mistä sosiaalisen media kautta saisivat hankittua päihteitä. 21 % (n= 15) kertoi tietävänsä muutamia sivustoja, joiden kautta voisi hankkia päihteitä. Muutama vastanneista kertoi tietävänsä useamman sivuston päihteiden hankkimiselle sosiaalisen median kautta (taulukko 5).



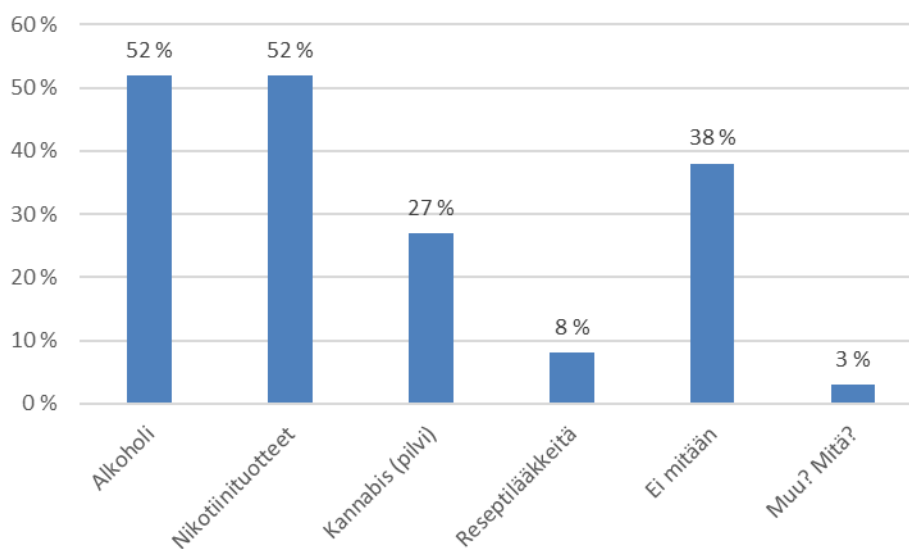
TAULUKKO 5. Tietämys päihteiden hankinnasta sosiaalisen median kautta.

Vastanneilta kysyttiin, olivatko he saaneet keneltäkään tietoa sosiaalisessa mediassa myytävistä päihteistä (taulukko 6). Kysymykseen vastanneista 70 % (n= 5) kertoi, etteivät olleet saaneet keneltäkään tietoa ja 16 % (n= 12) kertoivat saaneensa tietoa kavereiltaan. Vastanneista 14 % (n= 10) vastasi avoimen kysymysvaihtoehdon ”Muu? Mistä?”, johon nuoret kertoivat saaneensa tietoa myytävistä päihteistä TikTok-sovelluksesta, YouTubeista, tuntemattomilta ihmisiltä ja opettajiltaan.



TAULUKKO 6. Nuorten tiedonlähteitä sosiaalisessa mediassa myytävistä päihteistä.

Vastanneista suurin osa oli kohdannut sosiaalisessa mediassa alkoholi ja nikotiinituotteita. 38 % vastanneista ei ollut kohdannut sosiaalisessa mediassa mitään päihteitä ja 27 % vastasi kohdanneensa kannabista. Vain 8 % vastanneista oli kohdannut reseptilääkkeitä (taulukko 7).



TAULUKKO 7. Sosiaalisessa mediassa nuorten kohtaamia päihteitä.

Vastanneista 86 % koki, ettei sosiaalinen media ollut lisännyt heidän päihteiden käyttöä. Vastanneista 6 % (n= 4) koki kuitenkin sosiaalisen median vaikuttaneen heidän päihteiden käyttöönsä lisäävästi. Vastanneista 97 % (n= 71) kertoi, ettei ollut kertaakaan hankkinut sosiaalisesta mediasta päihteitä. Tuloksissa oli yksittäisiä kyllä ja silloin tällöin vastauksia. Tuloksista kuitenkin selvisi, että suurin osa nuorista ei ollut hankkinut päihteitä sosiaalisen median kautta.

Vastanneilta kysyttiin "Mitä päihteitä olet hankkinut sosiaalisen median kautta?". Kysymykseen suurin osa vastasi "en mitään" 71 % (n= 71). Muina vastauksina oli alkoholia, kannabista ja nikotiinituotteita.

Vastanneilta kysyttiin "Tiedätkö onko kaverisi hankkinut sosiaalisen median kautta päihteitä?". Suurin osa vastasi 88 % (n= 64) etteivät he tiedä kaverinsa hankkineen kertaakaan päihteitä sosiaalisen median kautta. Vastanneista 7 % (n= 5) tiesivät kaverinsa joskus hankkineen päihteitä sosiaalisen median kautta ja 4 % (n= 3) vastasi sitä tapahtuvan usein.

Vastanneet saivat kertoa omia ajatuksiaan sosiaalisesta mediasta ja siellä liikkuvista päihteistä avoimesti. Samalla vastanneet saivat kertoa ideoitaan, miten nuorille voisi kertoa sosiaalisesta mediasta ja siellä liikkuvista päihteistä. Usea nuori oli sitä mieltä, ettei pitänyt siitä, että sosiaalisessa mediassa näytetään päihteiden käyttöä. Alla muutamia suoria lainauksia vastaajilta.

"Somessa on paljon helpompi löytää ns "samantyyppisiä" ihmisiä, jotka myyvät päihteitä. Siellä on helpompi keskustella niistä, koska heillä on jotain samaa yhteisenä. Sosiaalisessa mediassa "Sano ei päihteille" ei auta hirveästi, sillä mitä enemmän monesti jotain kieltää sitä suurempi halu tulee kokeilla sitä."

"En tykkää, että somessa mainostetaan päihteitä."

"Mielestäni some olisi parempi paikka, jos siellä ei liikkuisi päihteistä."

"En pidä ollenkaan päihteistä ja en aio koskaan edes kokeilla. Mielestäni nuoret eivät saisi pilata elämäänsä päihteillä, koska elämä on oikeasti elämisen arvoista."

"Youtubettajat voisivat kertoa päihteiden haittavaikutuksista ja vaaroista."

7 POHDINTA

Tarkastelimme tutkimuksessamme tuloksia teorian tietoon verraten ja tuomme ilmi tekemiämme johdopäätöksiä. Pohdimme määrällisen tutkimuksen luotettavuutta, eettisyyttä ja ammatillista kasvuamme. Esittelemme myös, kuinka tutkimusta voi hyödyntää ja käyttää jatkotutkimuksissa.

7.1 Tulosten tarkastelu

Määrällisen tutkimuksen ensimmäinen tutkimuskysymys oli ”Mitä sosiaalisen median sivustoja nuori käyttää?”. Kysyimme nuorilta tutkimuksen kyselylomakkeessa mitä sosiaalisen median kanavia he käyttivät eniten. Nuoret vastasivat Snapchat, Instagram, YouTube ja TikTok. Turun kaupungin tutkimuksessa kävi ilmi, että nuorten suosimat sosiaalisen median kanavat olivat Snapchat, Instagram, WhatsApp ja TikTok (Turun kaupunki hyvinvointitoimiala ja Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2020, 1–2.) Oulun kaupungin sivistys- ja kulttuuripalvelut olivat tuottaneet vuosien 2013–2019 Ebrand Suomi Oy kanssa kyselytutkimuksen koko Suomen nuorille, heidän sosiaalisen mediansa käytöstä. Tässä tutkimuksessa on myös havaittavissa nuorten suosiossa olevat sovellukset ja myös tiettyjen sovellusten suosion lasku. Tutkimuksessa nuorten suosiossa olivat Snapchat, YouTube, Instagram, WhatsApp, Facebook ja Reddit -sovellukset. Näistä sovelluksista 2013–2019 vuosien ajalta oli havaittavissa Facebook-sovelluksen suosion lasku. (Ebrand Group Oy ja Oulun kaupunki sivistys- ja kulttuuripalvelut s.a.) Tästä voimme päätellä tutkimuskysymyksemme ”Mitä sosiaalisen mediansivustoja nuori käyttää?” tulokset luotettavina. Nuoret vastasivat samoja sosiaalisen median kanavia mitä olimme teoriassa selvittäneet.

Kysyimme tutkimukseen osallistuneilta nuorilta kyselylomakkeessa ”myydäänkö sosiaalisessa mediassa päihteitä?” johon kyselyyn vastanneet nuorten vastasivat ”en tiedä” ja ”kyllä” vaihtoehtoja tasapuolisesti. Nuoret tiesivät, että sosiaalisessa mediassa myydään päihteitä. Kysyimme tarkentavan kysymyksen nuorilta ”mitä päihteitä sinulla on tullut vastaan sosiaalisessa mediassa?”. Nuoret vastasivat alkoholi, nikotiinituotteita, kannabista, nuuskaa ja reseptilääkkeitä. Vastaavaa kysymystä on kysynyt Turun kaupunki omassa tutkimuksessaan. Tuloksina tässä tutkimuksessa oli ollut alkoholi, nuuska, kannabis, tupakka ja muita huumausaineita. Muita huumausaineita, joita sosiaalisessa mediassa myydään, olivat heroini, kokaiini, amfetamiini, LSD, MDMA, DMT, kolmiolääkkeet ja sienet. (Turun kaupunki hyvinvointitoimiala ja Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2020, 1–2.) Voimme päätellä tuloksista etteivät nuoret ole kohdanneet tällä alueella sosiaalisessa mediassa heroiniä, kokaiini, amfetamiinia, LSD, MDMA, DMT, kolmiolääkkeitä tai sieniä. Kuitenkin nuoret ovat kohdanneet sosiaalisessa mediassa päihteiden myymistä.

Kyselyssä selvitettiin nuorten päihteiden hankintaa sosiaalisesta mediasta. Vastaajista 97 prosenttia ei ollut hankkinut päihteitä sosiaalisen median kautta. Pari vastaajista kertoi, että olivat hankkineet sosiaalisesta mediasta alkoholia, kannabista sekä nikotiinituotteita. Kysyimme nuorilta, onko heidän kaverinsa hankkinut päihteitä sosiaalisesta mediasta, johon 88 prosenttia vastasi, ettei näin ollut käynyt kertaakaan. Lisäksi selvitimme tietävätkö nuoret mistä sosiaalisesta mediasta voi hankkia päihteitä. Vastaajista 60 prosenttia ei tiennyt lainkaan mistä sosiaalisesta mediasta saisi hankittua päihteitä. 21 prosenttia vastaajista tiesi muutamia sivustoja, joiden kautta hankkia päihteitä ja 15 prosenttia tiesi useamman sivuston. Näiden vastausten perusteella voimme päätellä, että ainakin

osa nuorista on tietoinen sosiaalisessa mediasta tapahtuvasta päihteiden myynnistä, mutta vain harva nuorista oli siltikään itse hankkinut päihteitä kyseisiltä sivuilta. Myös nuorten kaveripiireistä suurin osa ei ollut hankkinut päihteitä näiltä sivuilta.

Määrällisessä tutkimuksessa selvitimme mistä nuoren olisi mahdollista hankkia päihteitä sosiaalisesta mediasta ja miten se yleensä tapahtuisi. Turun kaupungin hyvinvointitoimialan ja Mannerheimin Lasten suojeluliiton (2020, 1–2) tutkimuksessa ilmeni, että päihteiden myyntiä tapahtui etenkin Snapchat-sovelluksessa. Kyseinen sovellus oli myös omassa kyselyssämme yksi suosituimmista. Turun tutkimuksessa yli puolet vastanneista oli kohdannut päihteiden myyntiä sosiaalisessa mediassa. Päihteiden myyntiä tuli myös vastaan enemmän tytöillä sekä vanhemmilla nuorilla. Turun tutkimuksessa 7 luokkalaisista 43 prosentilla oli tullut vastaan päihteiden myyntiä sosiaalisessa mediassa. Omassa kyselyssämme vähän yli puolet nuorista tiesi, että sosiaalisessa mediassa myydään päihteitä. Tästä voimme päätellä, että monet nuorista tietävät sosiaalisessa mediasta tapahtuvasta päihteiden myynnistä, sekä näkevät sitä myös sosiaalista mediaa käyttäessään. Turun tutkimuksessa ilmeni, että joka kolmas nuori tunsi jonkun, joka oli ostanut sosiaalisessa mediasta päihteitä. Omassa kyselyssämme kuitenkin suurin osa nuorista ei tuntenut ketään, joka oli hankkinut päihteitä sosiaalisen median kautta. Tämä voi mahdollisesti johtua alueellista syistä tai kyselyiden ikäerojen, sekä vastaajamäärien muutoksista (Turun kaupunki hyvinvointitoimiala ja Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2020, 1–2.) Näiden lisäksi tanskalaissa (Demantin ja Bakkenin 2019) taustatietotutkimuksessa käsitellään, miten päihteet liikkuvat pimeillä markkinoilla sekä miten helppoa päihteitä on myydä ja ostaa Pohjoismaiden alueella. Tutkimuksessa kohdehenkilöt olivat 13–25-vuotiaita ja tutkimuksessa huomioitiin nuorten aikuisten matkustelu ja sen mahdollistama kansainvälinen huumeiden käyttö. Heidän kauttaan päihteet siirtyvät helposti myös nuorille käyttäjille. Tutkimuksen mukaan Facebook, WhatsApp ja Instagram ovat suosituimmat kanavat huumeiden välitykseen Suomessa. Varsinkin kannabista näiden sivustojen kautta on myyty pitkään ja nyt myös muita huumeita ja nuuskaa. (Demant ja Bakken, 2019.)

Kyselyssä selvitettiin ovatko nuoret saaneet keneltäkään tietoa sosiaalisessa mediassa myytävistä päihteistä. Vastaajista 70 prosenttia kertoi, ettei ole saaneet keneltäkään tietoa sosiaalisessa mediassa myytävistä päihteistä. 16 prosenttia oli saanut tiedon kavereiltaan ja 14 prosenttia vastasi avoimeen kysymysvaihtoehtoon, jossa sai itse kertoa, keneltä asiasta oli kuullut. Nuoret kertoivat kuulleensa sosiaalisessa mediassa myytävistä päihteistä TikTokista, YouTubesta, tuntemattomilta ihmisiltä sekä opettajiltaan.

Nuorilta kysyttiin, kokivatko he itse sosiaalisen median lisänneen heidän päihteiden käyttöä. Vastaajista 86 prosenttia, koki ettei sosiaalinen media ole lisännyt heidän päihteiden käyttöä yhtään. 6 prosenttia vastaajista koki sosiaalinen median lisäävän heidän päihteiden käyttöä. Jonkin verran lisääntynyttä käyttöä koki 3 prosenttia sekä 5 prosenttia ei sitä kokenut oikeastaan. Erevikin (2018, 5–53) väitöskirjassa selvitettiin sosiaalisen median käyttäjien julkaisemaa alkoholisisältöä ja sen yhteyttä sosiaalisen median ulkopuoliseen alkoholikäyttöytymiseen. Tutkimuksessa selvitettiin kyselyn avulla, että melkein 97 prosenttia vastaajista raportoi nähneensä toisten käyttäjien julkaisemia alkoholisisältöjä. Suurin osa heistä kertoi näkevänsä sitä ainakin kerran kuussa. Alkoholisisällöt koettiin useam-

min positiivisina negatiivisten sijaan. Nuoremmat vastaajat kertoivat altistuneensa enemmän alkoholisisällölle. Lisäksi alkoholisisällölle altistui eniten ne käyttäjät, jotka kirjautuivat enemmän sosiaalisen mediaan ja julkaisivat itse alkoholisisältöä sekä omistivat enemmän kavereita sosiaalisessa mediassa (Erevik 2018, 5–53.) Tämän avulla voidaan päätellä, että ne kyselyimme nuoret, jotka sanoivat sosiaalisen median lisänneen heidän päihteiden käyttöä, käyttävät sosiaalista mediaa enemmän ja näkevät kavereidensa sekä muiden käyttäjien sisältöä enemmän. Näihin sisältöihin voi myös silloin kuulua päihdesisältöä positiiviselta kannalta. Tämä kannustaisi nuoria kokeilemaan päihteitä.

Viimeisessä kysymyksessä selvitimme nuorten omia ajatuksia sosiaalisessa mediassa ja siellä liikkuvista päihteistä. Vastaukseen nuoret saivat kirjoittaa vapaasti oman mielipiteensä sekä kertoa mahdollisia ehdotuksia, miten sosiaalista mediaa voisi hyödyntää puhuttaessa nuorille päihteistä. Nuorten ajatuksista tuli ilmi, että he eivät pitäneet siitä, kun sosiaalisessa mediassa mainostettiin päihteistä. Yksi nuorista pohti päihteitä mahdollisesti olevan enemmän Facebookissa mitä TikTokissa, sillä Facebookissa ylläpitäjiä ei välttämättä asia kiinnostanut. Sosiaalisesta mediasta ajateltiin olevan myös paljon helpompi löytää itselleen samantyyllisiä ihmisiä, jotka myyvät päihteitä. Keskustelun aloittaminen päihteistä olisi näin helpompaa yhteisen kiinnostuksen vuoksi. Yhdessä vastauksista nuori kertoi, miten hölmöä hänen mielestään on, että toiset nuoret lähettävät kuvia nuuskatorneista ja miten kyseiset nuoret voitaisiin siitä mahdollisesti käräyttää helposti. Pohdintaa näkyi myös päihteiden käytöstä ja miten päihteet voisivat pilata käyttäjänsä elämän. He eivät kokeneet päihteiden käytössä olevan järkeä.

Ehdotuksia tuli myös millä tavoin nuorille voitaisiin puhua sosiaalisessa mediassa päihteiden käytöstä. Yhden vastauksen mukaan YouTubettajat voisivat kertoa päihteiden haittavaikutuksista ja vaaroista nuorille. Toisessa vastauksessa nuori totesi, että pelkkä ”sano ei päihteille” ei hänen mielestään auta, vaan voi kieltämisen vuoksi vain kannustaa jopa enemmän kokeilemaan päihteitä. Amerikkalainen toimittaja (Hilliard 2019) kirjoitti artikkelissaan sosiaalisen median antavan nuorille erilaisia tapoja käyttää päihteitä. Yksi näistä tavoista kerrottiin olevan, kun nuoret seuraavat sosiaalisen median kautta omien idoliensa tekemisiä ja kokeilevat tämän vuoksi vaarallisiakin sekoituksia. Idolien ihannointi on jokapäiväistä ja nuorten nähdessä idoliensa näyttävän hyviltä videoissaan päihteiden alaisena näkemättä päihteiden haittoja, hämärtyvät todellisuuden rajat helposti (Hilliard, 2019.) Määrällisen tutkimuksen kyselyssä osa nuorista kertoi kuulleensa päihteiden myymisestä YouTubesta sekä TikTokista. Jos nuorten seuraamat idolit näyttävät pitävänsä hauskaa ja päihteiden haittavaikutuksia ei voi huomata idoleiden videoilta, haluavat he myös mahdollisesti kokeilla päihteitä idoliensa tavoin. Kyselyssä yhden nuoren ehdotus siitä, että YouTubettajat ottaisivat vastuuta ja kertoisivat nuorille ennemmin myös päihteiden haittavaikutuksista ja vaaroista videoillaan olisi täten tärkeä muutos yhteisessä sosiaalisen median kulttuurissamme. Voimme päätellä, että nuoret halusivat kuulla enemmän sosiaalisessa mediassa liikkuvien päihteiden vaaroista esimerkiksi YouTuben kautta.

7.2 Tutkimuksen eettisyys ja validiteetti

Tutkimusetiikka on hyvä tieteellinen tapa, jota tutkijoiden tulee tutkimusta toteuttaessa noudattaa. Siihen kuuluvat eettiset periaatteet kuten normit, arvot ja hyveet. Näitä noudattaessa tutkijat toimivat oikeaoppisesti tutkimuskohteen, toimeksiantajan sekä yleisön suhteen. Edellä mainitut ryhmät

eivät loukkaannu, kun tutkimuksen kysymysten asettelu ja niiden tavoitteet, tulosten esittäminen sekä aineiston säilytys toteutetaan hyvällä tieteellisellä tavalla. Tutkijat ovat vastuussa kohderyhmälle aiheutuneista harmeista, kuten epämiellyttävyyden tunne tai testien pitkittyminen. Tutkijoiden on tärkeä pitää kiinni kyselyyn vastaamiseen luvatusa ajasta, jotta osallistumisen vaiva on tutkimusetiikan mukaista. Lisäksi lainsäädännön seuraaminen kuuluu tutkimusetiikkaan. Tutkimuksessa pitää noudattaa yksityisyyttä ja tekijänoikeuksia koskevia asioita voimassa olevien normien mukaan. (Vilkkä 2007, 89–91.)

Henkilötietolain mukaan ihmisillä on oikeus päättää itseään koskevien tietojen käsittelystä. Tutkittavalle annetaan riittävästi tietoa tutkimuksesta, jotta hän tietää tutkimuksen tarkoituksen ja vaikutuksen sekä pystyy päättämään vapaaehtoisesti siihen osallistumisen. (Vilkkä 2007, 89–95.) Aineiston hankinnan eettisissä kysymyksissä nousi esiin myös nuorten osallistuminen tutkimukseen. Nuorten osallistuminen kyselyyn oli vapaaehtoista. Tiedotimme nuorille ja heidän huoltajilleen kyselystämme, jotta vastausprosentti olisi ollut mahdollisimman korkea. Näin tulokset olisivat olleet mahdollisimman totuudenmukaisia.

Huoltajille lähetimme ennen kyselyä Wilman kautta lupakirjeen, jossa kerroimme kyselystä ja sen luonteesta sekä esittelimme itsemme ja kyselyn tarkoituksen (liite 1). Alaikäiselle tehtävässä kyselyssä tuli ottaa huomioon huoltajat ja nuoren itsemääräämisoikeus. Tutkimuseettiseen neuvottelukuntaan viitaten ”Eettisiä periaatteita noudatetaan aina ihmisiä tutkittaessa riippumatta siitä, minkä ikäinen tutkittava on”. Alaikäiselle ja hänen huoltajilleen tuli antaa kyselystä ennakkoon tietoa ja alaikäisen kyselystä päätti ensisijaisesti huoltaja. Alaikäisellä oli kuitenkin valtuudet kieltäytyä kyselystä, vaikka huoltajat sen sallivat. (TENK, 2019, 9–10.) Kyselymme ei sisältänyt terveystietojen, muiden arkojen tai henkilökohtaisten tietojen kyselyä. Tutkimuksessa ei kysytty tunnistettavia henkilötietoja, joten kyselymme voitiin toteuttaa informoinnin jälkeen. Huoltajat olisi halutessaan voineet kieltää lastaan osallistumasta kyselyyn.

Määrällisessä tutkimuksessa käsiteltävien henkilötietojen suojaaminen ja siihen kuuluvat riskit oli otettava huomioon koko tutkimuksen ajan. Tutkimuksessa perusjoukosta tuli ilmi heidän sukupuolensa. Vastaaaja oli 73, eikä vastaukset itsessään erottaneet vastaaajia toisistaan. Silti oli tärkeä varmistaa alaikäisten henkilötietojen oikeaoppinen tietosuojauksien. Edellä mainittujen henkilötietojen käyttötarkoituksen täytyy olla perusteltua ja tutkimuksen kannalta tarpeellisia henkilötietoja. Kyselyssä ilmi tuleva sukupuoli auttoi aineiston analyysin aikana hahmottamaan tyttöjen, poikien sekä muun sukupuolisten päihdekäyttämisen erot, sekä miten he kokivat päihteet sosiaalisessa mediassa. Näistä syistä tutkimuksen henkilötietojen suojaamisessa oli riskinsä. Tutkimuksen aikana tuli ilmi henkilötietoja, joiden avulla vastaaajien sijainnin voi mahdollisesti tunnistaa. Tutkimuksen henkilöstötiedot voidaan käyttää rekisterinpitäjän kautta. Kyseinen taho määrittää, kuinka henkilötietoja käsitellään, mihin tarkoitukseen ja millä keinoin. Rekisterinpitäjä on vastuussa tutkimuksen tietosuojasta ja niitä koskevissa ratkaisuissa tutkimuksen tekijöiden lisäksi. Henkilötietorekisterin lisäksi tiedotimme myös alaikäisiä vastaaajia ja heidän huoltajiaan tutkimuksen aikana käsiteltävistä henkilötiedoista ymmärrettävästi.

Anonymisointi tarkoittaa henkilötunnisteiden poistamista tai niiden muuttamista tavalla, joka estää yksittäisen henkilön tunnistamisen aineistosta. Henkilötietolaki ja laki viranomaisten toiminnan julkisuudesta turvaavat, että tutkimusaineiston henkilötiedot kerätään, käytetään, säilytetään ja luovutetaan asianmukaisella tavalla. (Vilka 2007, 89–96.) Tutkimuksessamme oli epäsuoria tunnisteita vastaajista, kuten heidän sukupuolensa. Vastaja ei voi tunnistaa kyseisistä piirteistä eikä kyselyn avoimista tekstivastauksista. Aineisto poistetaan heti tutkimuksen valmistuessa ja ollessa hyväksytty.

Validiteetti tai validitutkimus tarkoittaa tutkimusta, jossa laadittu tutkimus vastaa tarkoitettuihin tutkimuskysymyksiin. Tutkimuksen validius on varmistettava etukäteen perusteellisella suunnittelulla ja harkitulla tiedonkeruulla. Perusteellinen suunnittelu varmistaa, että käytettävä mittaustapa on sopivin tutkimuksen tulosten luotettavaan saamiseen ja analysointiin. Näin vältetään myös systemaattisilta virheiltiltä, jotka johtuvat viallisesta mittarista tai kun mittaaja ei ota huomioon kaikkia tuloksiin vaikuttavia tekijöitä. Tutkimuksen validius varmistetaan oikeita asioita mittaavilla, yksiselitteisillä ja koko tutkimusongelman kattavilla kysymyksillä. (Heikkilä 2014, 11.) Validiteetti voidaan jakaa sisäiseen ja ulkoiseen validiteettiin. Sisäisellä validiteetilla tarkoitetaan tutkimuksen luotettavuutta. Kyseisessä validiteetissa pohditaan, onko kyselyssä saatuihin tuloksiin vaikuttanut jotkut ulkoiset tekijät. Mittaustapahtumasta mietitään, onko tehty testaus tai kysely vaikuttanut kohteeseen. Sisäisessä validiteetissa mietitään mittareissa, arvioitsijoissa sekä havaintojen tekijöissä tapahtuneita muutoksia. Kyseisessä validiteetissa pohditaan myös mittaria itsessään, kuten mittarin tai kyselylomakkeen luotettavuutta sekä vastaako mittari muihin samantilaisiin mittareihin toiminnallaan. Mainituissa tilanteissa validiteetti on suhteellinen, sillä tutkimuksen tekijät määrittelevät itse mittarit riittäviksi omaan tarkoitukseensa työssään. Mittarin epätarkkuudet ja virheet saadaan poistettua jäljittelemällä valitun mittarin suhteellista tarkkuutta sekä selvittämällä keskivirheen ja hajonnan määrä mitatuissa kohteissa. Sisäisessä validiteetissa myös seurataan katoa, joka voi tapahtua koehenkilöiden tai kohteiden häviämisenä aineistosta. Kyselytutkimuksessa kyseinen asia voi esiintyä siten, ettei vastauksia ole saatu kaikilta tarkoitetuilta vastaajilta riittävästi. Ulkoisella validiteetilla tarkoitetaan tulosten yleistettävyyttä. Siinä mietitään missä tilanteissa, populaatiossa tai asetelmissä tutkimustuloksia voidaan yleistää. Ulkoista validiteettia voi heikentää tutkittavan kohteen valinta, esitestaus sekä koe- menetelmien vaikutukset. (Hiltunen 2009, 5.)

Määrällisen tutkimuksen kysely oli suunniteltu siten, että saimme tuloksista vastaukset tutkimuskysymyksiin. Näin tutkimuksen täytyi myös antaa keskimäärin oikeita tuloksia, sillä kysely oli muotoiltu yksiselitteisesti vastaamaan tiettyihin monivalintakysymyksiin. Kyselyssä oli monivalintakysymysten lisäksi kaksi avointa kysymystä. Kyselyn suunnittelun aikana pohdittiin yhdessä toimeksiantajan sekä opettajan kanssa avointen kysymysten tarpeellisuutta ja niiden kyselyyn sopimista. Avoimissa kysymyksissä kysyttiin, mitä nuori mieltää itse päihteiksi sekä nuorten omia ajatuksia sosiaalisesta mediasta ja siellä liikkuvista päihteistä. Nuoret saivat kertoa halutessaan avoimeen kysymykseen myös ideoita sosiaalisessa mediassa toimivaan päihdevalistukseen. Ensimmäinen avoin kysymys oli tarpeellinen, sillä yksi tutkimuskysymyksistä oli ”Mitä päihteitä nuori sosiaalisesta mediasta hankkii?”.

Tämä edellytti meitä selvittämään, mitä nuoret itse pitivät päihteinä. Kysymyksen tulosten avulla varmistuimme nuorten tietämistä päihteistä sekä teoriatietoissa mainittujen päihteiden vastaavuudesta. Tämän avulla toimeksiantaja saa ajankohtaista tietoa alueen nuorten päihdetietämyksestä

sekä viittaa nuorten yleisemmin käytössä olevista päihteistä. Tutkimuksen yhtenä tavoitteena oli tuoda nuorten omaa näkemystä esille sosiaalisesta mediasta ja siellä liikkuvista päihteistä. Lisäksi työn tavoitteena oli tuoda nuorten tietoisuuteen myös sosiaalisen median vaarat ja sen aiheuttamat riippuvuudet. Nuorilta tähän tuli ideoita muun muassa YouTubettajien mahdollisuuksista kertoa nuorille päihteiden haittavaikutuksista ja vaaroista. Toinen nuori kertoi, että pelkkä ”sano ei päihteille” ei ollut toimiva ratkaisu päihdevalistuksessa. Tämä jopa kannustaa päihteiden kokeilemiseen kieltämisen vuoksi. Tulosten hyödyntämistä ehkäisevässä päihdetyössä voitaisiin käyttää esimerkiksi toteuttamalla sosiaalisessa mediassa nuorille kiinnostavien henkilöiden tai kokemusten kautta. Päihteiden haittavaikutukset ja vaarat esitettäisiin nuorille heille helposti lähestyttävällä tavalla. Koivisto (2016) raportoi Ehkäisevän päihdetyön EHYT:n tekemästä nuoret ja päihteet -tutkimuksesta, jossa käy ilmi nuorten hektinen ja nopea elämänrytmi sosiaalisen median sitä lisätessä. Nuoret imevät sosiaalisesta vaikutteita ja haluavat itsekin kokeilla siellä näkemäänsä asioita. Esimerkiksi nuuskan käyttöä tutkimuksen mukaan sosiaalisessa mediassa näkyi avoimesti ja nuoriin yritetään vedota kampanjoin sekä nuuskan käytön hyötyjä korostamalla tupakkaan verraten. (Koivisto, 2016.) Avoimen kysymyksen vastausten sekä kyselylomakkeen varmistamien eniten käytettyjen sosiaalisen median sivustojen avulla, sosiaalisessa mediassa voitaisiin tehdä nuorille suunnattuja lyhyitä videoita päihteiden haittavaikutuksista ja vaaroista heitä kiinnostavalla tavalla. Näin nuoret voisivat saada näkökulmaa myös päihteiden huonoista puolista ja pohtia itse halukkuuttaan päihdekokeiluille.

Avoimilla kysymyksillä tavoitellaan vastaajilta heidän omia mielipiteitään kysytystä asiasta. Vastamista rajoitetaan mahdollisimman vähän, jotta vastaukset olisivat spontaaneja. Avoimia kysymyksiä käytetään monivalintakysymysten lisäksi, jotta vastaajien asenteista ja kokemuksista saataisiin tarpeeksi laaja kuva. Aineiston keräämisen jälkeen ryhmittelimme vastaukset asiasisältöjen mukaan ja muutimme sen numeraalisesti tutkittavaan muotoon. (Vilkkä 2007, 68–69.) Avoimien kysymysten ominaisuuksissa oli hyviä ja huonoja puolia kvantitatiivista eli määrällistä tutkimusta tehdessä. Riskinä avoimilla kysymyksillä voisi olla, että kysymyksiin jätettäisiin helpommin vastaamatta. Lisäksi avoimen kysymyksen helpon laatimisen huono puoli oli mahdollinen työläs käsittelyvaihe sekä sanallisten vastausten luokittelun vaikeus. (Heikkilä 2014, 18–35.) Hyvinä puolina oli nuorten omien ideoiden esille tuonti ja mahdollisuus saada uudenlaisia vastauksia, joita ei työn aikana ollut ajateltu. Hyödynsimme avoimen kysymyksen käytössä keskeisiä ohjeita, kuten avoimen kysymyksen sijoittamista lomakkeen loppuun sekä varaamalla vastauksille tarpeeksi tilaa.

Määrällisen tutkimuksen kyselyn tarkoituksena oli kartoittaa nuorten päihdekäyttäytymistä sosiaalisen median kautta, joten tutkimuksen vastaajat eli perusjoukko, olivat kohderyhmäksi valikoituneen yläasteen 7 luokkalaiset. Kysymykset käsittelivät nuorten omaa kokemusta päihteiden käytöstä liittyen sosiaaliseen mediaan, joten perusjoukon tulokset vastasivat tarkoitettuihin tutkimuskysymyksiin. Tutkimuksen validiteettia voidaan varmistaa myös esitestauksella. Toteutimme esitestauksen lähettämällä kyselyn samassa muodossa kuin perusjoukollekin, täten kyselyn toimivuus varmistettiin etukäteen. Esitestauksen kyselyyn vastasi noin 20 tuttavapiirin nuorta, jotka ovat 12–18-vuotiaita. Esitestaukset olivat samaa ikäluokkaa ja siten omaavat samoja kokemuksia perusjoukon kanssa, joten heidän vastauksensa edustivat perusjoukon vastauksia. Tutkimuksessamme perusjoukon määrä oli 73, jotka vastasivat useampaan monivalintakysymykseen. Kysymyksillä tähdättiin vastaajan yksilöllisiin kokemuksiin ja realistisen tilanteen selvittämiseen.

7.3 Tulosten hyödynnettävyys ja kehittämisideat

Tutkimuksen tuloksia hyödynnetään ehkäisevässä päihdetyössä. Jatkotutkimus toteutettaisiin esimerkiksi vanhemmalle ikäluokalle. Kysely suoritettaisiin lukiolaisille tai ammattikoulussa opiskeleville nuorille. Tällöin tuloksissa voitaisiin nähdä radikaalimpaa muutosta. Kysely voitaisiin toteuttaa myös samanikäisille eri paikkakunnalta oleville nuorille. Näin saataisiin informaatiota olisiko nuorten sosiaalisen median ja päihdekäyttäytymisessä alueellisia eroja tai vaikuttaisiko siihen ikä jakauma.

7.4 Ammatillinen kasvu

Olimme kaikki kiinnostuneita mielenterveys- ja päihdetyöstä. Nuorten suosima sosiaalinen media kiinnosti ja halusimme tutkia asiaa nuorten näkökulmasta. Kysely ja koko määrällinen tutkimus tukee sairaanhoitajan terveyden edistämisen osaamista. Tutkimus antoi meille paljon ajatuksia nuorten päihteiden käytöstä ja kuinka he päihteitä hankkivat. Kaikki tieto, mitä haimme tutkimuksessa lisäksi päihdetietouttamme ja ymmärrämme nuorten käyttämiä sosiaalisen median kanavia paremmin.

Määrällisen tutkimuksen prosessi sisälsi paljon päätöksen tekoa, dokumentointia ja asiakirjojen turvallista säilytystä sekä tuhoamista. Potilastyössä harjoitteluissa potilastietojärjestelmät ovat tulleet tutuiksi, mutta anonyymin kyselyn järjestäminen alaikäisille oli opettavaista. COVID-19 vaikutti vastaajiin. Iso osa koululaisista oli sairaana, kun lupalappuja jaettiin, eikä näin ollen päässyt vastaamaan. Ymmärrys lainsäädännöstä ja eettisten periaatteiden mukainen toiminta oli läsnä koko ajan ja kehittyi. Näyttöön perustuvan tiedon haku oli keskiössä ja sitä tuli käytimme rutiininomaisesti. Tietoa kehityimme hakemaan koko ajan laajemmin ja tarkemmin.

Tutkimuksessamme hyvä yhteistyö eri tahojen kanssa oli tärkeää. Tutkimuksessa kyselymme toimitamisessa nuorille auttoivat koulun henkilökunta ehkäisevä päihdetyöntekijä. Hyvällä yhteistyöllä ja verkostolla saimme toteutettua kyselyn nopealla aikataululla. Ehkäisevän päihdetyöntekijän avulla saimme arvokasta tietoa nuorten kanssa toimimisesta ja kyselyn järjestämisestä. Saimme myös hyviä ajatuksia kysymysten muodostamiseen ja aikataulukseen. Yhteistyö oli tasavertaista.

Alkuperäisenä ajatuksena oli tarkoitus käydä koululla kertomassa kyselystä kaikille luokille, joille kysely järjestetään, sekä ohjata itse heitä vastaamaan kyselyyn. COVID-19 vuoksi kouluun ei saanut ulkopuolisia tulla, joten päädyimme ohjaamaan oman testiryhmämme, joka kokeili kyselyyn vastaamista. Ohjaus luonnistui meiltä kaikilta hyvin ja olimme luontevia nuorten kanssa työskennellessä.

Ohjauskeskustelut ohjaavan opettajan, työntilaajan sekä työpajojen kanssa ovat olleet tärkeitä määrällisen tutkimuksen prosessin etenemiselle. Olemme saaneet paljon tietoa ja hyödyntäneet niitä tutkimuksessamme. Ajankäytön hallinta, suunnitelmallisuus ja tarkastuksen tarkastaminen ovat tärkeitä taitoja sairaanhoitajalle. Määrällisen tutkimuksen prosessi on kokonaisuudessaan kasvattanut meitä sairaanhoitajina.

LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT

- AMERICAN ADDICTION CENTERS 2020. Guide to Drugs on Social Media [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2020-08-16.] Saatavissa: <https://americanaddictioncenters.org/drugs-on-social-media>
- DEMANT, Jakob ja BAKKEN, Silje A 2019. Technology-facilitated drug dealing via social media in the Nordic countries [verkkodokumentti]. European Monitoring Centre fo Drugs and Drug Addicti-on. [Viitattu 2020-08-16.] Saatavissa: http://www.emcdda.europa.eu/drugs-library/technology-facilitated-drug-dealing-social-media-nordic-countries_en
- EBRAND GROUP OY ja OULUN KAUPUNKI SIVISTYS- JA KULTTUURIPALVELUT. Suomessa asuvien 13–29-vuotiaiden nuorten sosiaalisen median palveluiden käyttäminen [verkkodokumentti]. Ebrand Group Oy ja Oulun kaupunki sivistys- ja kulttuuripalvelut. [Viitattu 2021-02-01.] Saatavissa: <https://wordpress.ebrand.fi/somejanuoret2019/tiivistelma/>
- EREVIK, Eilin Kristine 2018. User-generated alcohol-related content on social media. University of Bergen. Thesis for the Degree of Philosophiae Doctor. Väitöskirja. [Viitattu 2021-02-21.] Saatavissa: <https://bora.uib.no/bora-xmlui/handle/1956/17697>
- HEIKKILÄ, Tarja 2014. Tilastollinen tutkimus [verkkokirja]. 9. uud. painos. Helsinki: Edita Publishing Oy. [Viitattu 2020-10-19.] Saatavissa: <http://tilastollinentutkimus.fi/1.TUTKIMUSTUKI/KvantitatiivinenTutkimus.pdf>
- HILLIARD, Jena 2019. The Influence of Sosial Media on Teen Drug Use [verkkojulkaisu]. Addiction Center. [Viitattu 2020-08-16.] Saatavissa: <https://www.addictioncenter.com/community/social-media-teen-drug-use/>
- HILTUNEN, Leena 2009. Validiteetti ja reliabiliteetti. [verkkojulkaisu]. Jyväskylän yliopisto. Graduryhmä. [Viitattu 2021-03-06.] Saatavissa: http://www.mit.jyu.fi/ope/kurssit/Graduryhma/PDFt/validius_ja_reliabiliteetti.pdf
- HINTIKKA, Kari 2015. Sosiaalinen media. [Verkkojulkaisu] Jyväskylän yliopisto. Kansalaisyhteiskunnan tutkimusportaali. [Viitattu 2020-11-09.] Saatavissa: <http://kans.jyu.fi/sanasto/sanat-kansio/sosiaalinen-media>
- HEIKKILÄ, Tarja 2014. Kvantitatiivinen tutkimus. [Verkkojulkaisu] Tilastollinen tutkimus. Edita Publishing Oy. [Viitattu 2020-11-09.] Saatavissa: <http://www.tilastollinentutkimus.fi/1.TUTKIMUSTUKI/KvantitatiivinenTutkimus.pdf>
- HEINO, Sami 2019. Huumeidenkäyttäjien slangit verkkokeskusteluissa. Turun yliopisto. Suomen kieli ja suomalais-ugrilainen kielentutkimus. Pro gradu -tutkielma. [Viitattu 2020-11-09.] Saatavissa: https://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/147963/Heino_Sami_opinnayte.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- HYTYIÄ, Petri 2015. Päihteiden vaikutus kasvavan lapsen ja nuoren aivoihin. Duodecim [digilehti] 131 (10): 933–939. [Viitattu 2020-04-22.] Saatavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/duo12255>

KAUPPILA, Emmi, LINDEMAN, Mikaela, SVENSSON, Johan, HELLMAN, Matilda ja KATAINEN, Anu 2019. Alcohol marketing on social media sites in Finland and Sweden. A comparative audit study of brands' presence and content, and the impact of a legislative change [verkkodokumentti]. University of Helsinki Centre for Research on Addiction, Control and Governance (CEACG). Publications of the Faculty of Social Sciences 113. University of Helsinki. [Viitattu 2020-10-19.] Saatavissa: https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/303690/Alcohol_marketing_on_social_media_sites_in_Finland_and_Sweden_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

KIVIRUUSU, Olli 2017. Itsetunnon kehitys nuoruudesta aikuisuuteen ja siihen vaikuttavat tekijät. 26 vuoden seurantatutkimus. Sosiaalitieteiden laitos. Helsingin yliopisto. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos: Kansanterveysratkaisut-osasto, mielenterveysyksikkö. Väitöskirja. [Viitattu 2020-11-09.] Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/172663/ITSETUNN.pdf?sequence=1>

KOIVISTO, Ilona ja TERVO, Anna-Stiina 2016. Nuoret ja päihteet [verkkojulkaisu]. EHYT ry. [Viitattu 2020-08-16.] Saatavissa: https://ehyt.fi/wp-content/uploads/2019/05/EHYT_nuoret-ja-p%C3%A4ihteet_KVALITATIIVINEN-RAPORTTI-2016_FINAL.pdf

KOSOLA, Silja 2020. Lasten ja nuorten netti- ja peliriippuvuus: pitääkö olla huolissaan? [verkkojulkaisu]. Lääkärilehti [digilehti] 16/2020 VSK 75, 324–329. [Viitattu 2020-05-12.] Saatavissa: <https://www-laakarilehti-fi.ezproxy.savonia.fi/pdf/2020/SLL62020-324.pdf>

MANNINEN, Maija 2018. "Somesta mä huomaan miten mä oon muuttunut muuten" – Sosiaalinen media identiteetin kehittymisen ympäristönä varhaisnuorten kokemuksissa. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto opettajankoulutuslaitos. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. [Viitattu 2020-11-09.] Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/58643/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201806203277.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

OCEAN RECOVERY 2019. Why Social Media Could Be Contributing To Drug And Alcohol Abuse Among Teens [verkkojulkaisu]. Ocean Recovery Center. [Viitattu 2020-08-16.] Saatavissa: <https://oceanrecoverycentre.com/2019/08/social-media-drug-and-alcohol-abuse/>

OLLILA, Hanna, RUOKOLAINEN, Otto M., KINNUNEN, Jaana ja RAUTALAHTI, Matti 2017. Nuorten nikotiiniuotteiden käyttö. Duodecim [digilehti] 133 (21), 2045–2053. [Viitattu 2020-09-29.] Saatavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/duo13977>

OLLILA, Hanna 2016 Tupakointi [verkkojulkaisu]. A-klinikkasäätiö: Nuortenlinkki.fi. [Viitattu 2020-09-29.] Saatavissa: <https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/tietoartikkelit/tupakointi/tupakka>

PARTANEN, Airi, HOLMBERG, Jan, INKINEN, Maria, KURKI, Marjo ja SALO-CHYDENIUS, Sisko 2015. Päihdehoitotyö. Helsinki: SanomaPro.

PENTTILÄ, Jani 2013. Alkoholi ja nuoren aivot. Lääkärilehti [digilehti] 19/2013 VSK 68, 1395. [Viitattu 2020-10-10.] Saatavissa: <https://www-laakarilehti-fi.ezproxy.savonia.fi/pdf/2013/SLL192013-1395.pdf>

PIIPPONEN, Mika 2020. Sosiaalinen media ja päihteet [verkkojulkaisu]. Vahvistamo. [Viitattu 2020-08-16.] Saatavissa: <https://vahvistamo.fi/blog-post/sosiaalinen-media-ja-paihteet/>

- POPNAÐ 2019. Sosiaalisen median alkoholimainonnan määrää on vaikea selvittää [verkkajulkaisu]. Pohjoismainen hyvinvointikeskus Suomi. [Viitattu 2020-10-19.] Saatavissa: <https://nordicwelfare.org/popnad/fi/artiklar/sosiaalisen-median-alkoholimainonnan-maaraa-on-vaikea-selvittaa/>
- PÄIHDELINKKI s.a. Gamma ja lakka. Mitä se on? [Verkkajulkaisu] A-Klinikkasäätiö. [Viitattu 2021-03-14] Saatavissa: <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/pikatieto/gamma-ja-lakka>
- RENZONI, Camille 2020. How Social Media Impacts Teens [verkkajulkaisu]. The Recovery Village. [Viitattu 2020-08-16.] Saatavissa: <https://www.therecoveryvillage.com/teen-addiction/related/social-media-impact/#gref>
- SAMPOSALO, Hanna 2013. Juomatapojen yhteys alkoholihaittoihin ja riskikäyttäytymiseen 14–16-vuotiailla nuorilla. Tampereen yliopisto, Terveystieteiden yksikkö. Akateeminen väitöskirja. Tampere: Suomen yliopistopaino Oy.
- SINKKONEN, Jari 2020. Onnellinen lapsi. Helsinki: WSOY.
- STORVIK-SYDÄNMAA, Stiina, TEVAJÄRVI, Lasse ja HAMMAR ja Anna-Marja 2019. Lapsen ja perheen hoitotyö. Helsinki: SanomaPro.
- TALVITIE, Minna 2016. Nuorten kokemuksia kannabiksen käytöstä 17-18. Tampereen yliopisto. Terveystieteiden yksikkö, hoitotiede. Pro gradu -tutkielma. [Viitattu 2020-10-11.] Saatavissa: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/99116/gradu07313.pdf?sequence=1>
- TENK 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa [verkkodokumentti]. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. [Viitattu 2020-08-16.] Saatavissa: https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2019.pdf
- THL 2014. Kannabis ja terveys [verkkodokumentti]. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2020-10-10-] Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116243/Kannabis_ja_terveys_taitto_korjattu_2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- THL 2019. Nuorten päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt [verkkajulkaisu]. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2020-05-14.] Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot/nuorten-paihteiden-kaytto-ja-kaytoshairiot>
- THL 2013. Opas nuorten parissa työskenteleville aikuisille [verkkajulkaisu]. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 2020-05-07.] Saatavissa: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110484/THL_OPA025_2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- TURUN KAUPUNKI HYVINVOINTITOIMIALA JA MANNERHEIMIN LASTENSUOJELULIITTO 2020. Turkkulaisten yläkoululaisten sosiaalisen median käyttö ja sosiaalisessa mediassa tapahtuva päihteiden myynti tutkimus [verkkodokumentti]. Turun kaupungin hyvinvointitoimiala ja Mannerheimin Lastensuojeluliitto. [Viitattu 2020-10-10.] Saatavissa: <https://www.epressi.com/media/userfiles/58229/1588150376/turkulaisten-ylakoululaisten-somen-kaytto-ja-somessa-tapahtuva-paihteiden-myynti-tutkimus.pdf>

USKI, Suvi 2016. Someriippuvuus [verkkójulkaisu]. A-klinikkasäätiö: Päihdelinkki.fi. [Viitattu 2020-08-16.] Saatavissa: <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/toiminnalliset-riippuvuudet/someriippuvuus>

VALVIRA 2018. Markkinointi [verkkójulkaisu]. Valvira.fi [Viitattu 2020-10-19.] Saatavissa: <https://www.valvira.fi/alkoholi/mainonta>

VILKKA, Hanna 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet [verkkokirja]. Helsinki: Tammi. [Viitattu 2020-11-18.] Saatavissa: <http://hanna.vilka.fi/wp-content/uploads/2014/02/Tutki-ja-mittaa.pdf>

LIITE 1: TIEDOTE HUOLTAJILLE

Hei hyvät 7.-luokkalaisten huoltajat!

Opiskelemme Savonia-ammattikorkeakoulussa sairaanhoitajiksi ja teemme sosiaali- ja terveysalan opinnäytetyötä. Opinnäytetyömme aihe on: Sosiaalisen median vaikutus nuorten päihteiden käyttöön. Työmme tarkoituksena on selvittää, kuinka sosiaalisen median käyttö on lisännyt nuorten päihteidenkäyttöä ja onko se helpottanut niiden hankintaa. Toteutamme kyselyn sähköisenä Wilman kautta kaikille 7. -luokkalaisille talven 2021 aikana. Kysely on luottamuksellinen eikä siinä käsitellä henkilötietoja. Tutkimuslupa on saatu Iisalmen kaupungilta ja Ylä-Savon Sotelta. Kyselyyn osallistuminen on vapaaehtoista. Mikäli kyselymme mietityttää, vastaamme mielellämme mahdollisiin kysymyksiin.

Terveisin:

Nina Kuhalampi, Savonia amk, nina.kuhalampi@edu.savonia.fi

Anne Pekkonen, Savonia amk, anne.pekkonen@edu.savonia.fi

Iida Säisä, Savonia amk, iida.saisa@edu.savonia.fi

Ohjaava opettajamme: Arja-Sisko Kainulainen, Savonia amk, arja-sisko.kainulainen@savonia.fi

Yhteistyössä: Nuorten ehkäisevä päihdetyöntekijä Maarit Aho, maarit.aho@ylasavonsote.fi

Oppilaan nimi: _____

Luokka: _____

Huoltajan allekirjoitus _____

Palautettava osa on tiedoksi opettajalle siitä, että oppilaan huoltaja on tietoinen opinnäytetyöhön liittyvän kyselyn suorittamisesta koulussa. Opinnäytetyöntekijät eivät saa tietoonsa tutkimukseen osallistuvien henkilötietoja.

LIITE 2: KYSELYLOMAKE

Hei!

Olemme sairaanhoitajaopiskelijoita ja teemme opinnäytetyötä nuorten päihteiden käytöstä ja kuinka sosiaalinen media siihen vaikuttaa. Haluaisimme tietää juuri sinun mielipiteesi somesta, päihteistä ja niiden käytöstä. Kysely tehdään nimettömänä, eikä sinun henkilöllisyytesi tule selville missään vaiheessa. Olisimme kiitollisia, jos vastaisitte kyselyyn mahdollisimman rehellisesti ja vastauksia tulisi mahdollisimman paljon. Osallistumisesi toisi arvokasta tietoa meidän tutkimukseemme.

1. Sukupuoli

- Tyttö
- Poika
- Muu

2. Mitä somekanavia käytät?

- TikTok
- Snapchat
- Instagram
- Facebook
- En mitään
- Muu? Mitä? _____

3. Luettele mitkä mielestäsi ovat päihteitä?

4. Myydäänkö somessa päihteitä?

- Kyllä
- Ei
- En tiedä

5. Onko some muuttanut mielikuvaasi päihteistä?

- Kyllä täysin
- Jonkin verran
- Ei oikeastaan
- Ei ollenkaan

6. Oletko käyttänyt päihteitä?

- Kyllä, usein (viikoittain)
- Jonkin verran (1--5 kertaa)
- Hyvin vähän (kokeillut)
- En ollenkaan

7. Tiedätkö mitkä ovat päihteiden haittavaikutuksia? Valitse mielestäsi sopivin yksi tai useampi vaihtoehto.

- Päihteet vaikuttavat nuorella iällä aivojen kehitykseen.
- Päihteet vaikuttavat nuorella iällä keuhkojen kehitykseen.
- Päihteet voivat aiheuttaa riippuvuutta.
- Päihteiden käyttö voi vaikuttaa mielenterveysongelmiin.
- Kaikki väittämät pitävät paikkaansa.
- Mikään näistä väittämistä ei pidä paikkaansa.
- En tiedä päihteiden haittavaikutuksista.

8. Tiedätkö miten tai mistä somesta voi hankkia päihteitä?

- Kyllä, moneltakin sivustolta
- Tiedän muutamia sivustoja
- Vain yhden
- En lainkaan

9. Oletko hankkinut somen kautta päihteitä?

- Kyllä, useinkin (viikoittain)
- Silloin tällöin, useammin kuin kerran
- Vain kerran
- En kertaakaan

10. Tiedätkö onko kaverisi hankkinut somen kautta päihteitä?

- Kyllä, useinkin (viikoittain)
- Silloin tällöin, useammin kuin kerran
- Vain kerran
- Ei kertaakaan

11. Keneltä olet saanut tietoa somessa myytävistä päihteistä?

- Kavereilta
- Sisaruksilta
- En keneltäkään
- Muu? Mistä? _____

12. Mitä päihteitä sinulle on tullut vastaan somessa?

- Alkoholi
- Nikotiinituotteet
- Kannabis (pilvi)
- reseptilääkkeitä
- Ei mitään
- Muu? Mitä? _____

13. Mitä päihteitä olet hankkinut somen kautta?

- Alkoholia
- Nikotiinituotteita
- Kannabista
- reseptilääkkeitä
- En mitään
- Muu? Mikä? _____

14. Koetko itse somen lisännen päihteiden käyttöäsi?

- Kyllä olen
- Jonkin verran
- En oikeastaan
- En yhtään

15. Mitä ajatuksia sinulla on somesta ja siellä liikkuvista päihteistä? Voit kirjoittaa vapaan mielipiteesi ja kertoa olisiko sinulla ehdotuksia, miten sosiaalista mediaa voisi hyödyntää puhuttaessa nuorille päihteistä.
