



Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Satakunta University of Applied Sciences

VEERA KÖYKKÄ  
JUULIA LINDSTEDT

# **Turvallisen sosiaalisen median peruspilarit**

SOSIAALIALAN TUTKINTO-OHJELMA  
2021

Tekijä(t) Köykkä, Veera Lindstedt, Juulia	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä Marraskuu 2021
	Sivumäärä 26	Julkaisun kieli Suomi
Julkaisun nimi <b>Turvallisen sosiaalisen median peruspilarit</b>		
Tutkinto-ohjelma Sosionomin (AMK) tutkinto-ohjelma		
<p>Tämän toiminnallisen opinnäytetyön aiheena on turvallisen sosiaalisen median peruspilarit. Opinnäytetyön tarkoituksena on koota yhteen sosiaalisen median eri teemoja ja pohtia miten siitä voisi tehdä kaikille turvallisen ja mieluisan paikan. Opinnäytetyö koostuu neliosaisesta videosarjasta, jossa käsittelemme sosiaalisen median positiivisia ja negatiivisia puolia. Videoiden tavoite on jakaa tietoutta sosiaalisen median eri puolista ja lisätä avointa vuorovaikutusta huoltajan ja nuoren välillä sosiaalisen median käyttöön liittyen. Videot toimivat mediakasvatuksena nuorille.</p> <p>Kohdensimme opinnäytetyön aihealuetta alkukartoituskyselyn avulla. Kyselyn teimme Kaarisillan yhteiskoulun kuudes- ja seitsemäsluokkalaisille. Esittelemme kyselyn tuloksia opinnäytetyössä. Käytimme lähteaineistona aiheeseen liittyvää kirjallisuutta ja verkkojulkaisuja.</p> <p>Opinnäytetyömme tilaavana tahona toimi Porin kaupungin nuorisopalvelut. Olemme tehneet tilaajan kanssa tiivistä yhteistyötä ja saaneet tukea, sekä ohjeistusta opinnäytetyön edetessä. Opinnäytetyön tuloksena syntyi Turvallisen sosiaalisen median peruspilarit – videosarja. Videot ovat helposti kaikkien katsottavissa Nuokkarahun YouTube kanavalla marraskuusta 2021 alkaen.</p>		
<u>Asiasanat</u> sosiaalinen media, video, nuoret, nettikiusaaminen, YouTube, mediakasvatus		

Author(s) Köykkä, Veera Lindstedt, Juulia	Type of Publication Bachelor's thesis	Date November 2021
	Number of pages 26	Language of publication: Finnish
Title of publication <b>Turvallisen sosiaalisen median peruspilarit – Safe social media ABC</b>		
Degree programme Bachelor's Degree Programme in Social Services		
<p>The topic of this functional thesis is “Safe social media ABC”.</p> <p>The purpose of the thesis is to bring together the themes of social media and consider how it could be made a safe and pleasant place for everyone. The thesis consists of a four-part video series, where we address the positive and negative aspects of social media. The aim of the videos is to share information about different aspects of social media and to increase open interaction between the caregiver and the young person regarding the use of social media. We hope that our videos can work as media education for young people.</p> <p>We targeted the topic of the thesis with the help of an initial mapping survey. We conducted a survey for sixth and seventh graders at Kaarisilta's school. We present the results of the survey in the thesis. We used related literature and online publications as source material.</p> <p>The client of our thesis is the youth services of the city of Pori. We have worked closely with the client and received support, as well as guidance as the thesis progressed. As a result of the thesis, we created Safe Social Media ABC – video series. The videos are easily available for everyone to watch on Nuokkarhu's YouTube channel from November 2021.</p>		
<u>Key words</u> social media, video, young people, cyberbullying, YouTube, media education		

# SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	5
2 SOSIAALISEN MEDIAN MERKITYS NUOREN ELÄMÄSSÄ .....	6
2.1 Sosiaalinen media.....	6
2.2 Nuoret sosiaalisen median käyttäjinä .....	6
2.3 Nuokka nettisivut– karhukuntien nuorten oma sivu.....	7
2.4 Nettikiusaaminen.....	8
2.5 Grooming.....	9
2.6 Kehonkuva ja minäkuva.....	10
3 PROJEKTIN RAKENNE .....	11
3.1 Projektin synty ja tavoitteet .....	11
3.2 Projektin vaiheet.....	12
3.3 Videoiden sisällön suunnittelua edistävä kysely sosiaalisesta mediasta .....	14
3.4 Kyselyn tulokset.....	14
4 VIDEOIDEN SISÄLTÖ .....	18
4.1 VIDEO 1 - Kuka, mitä ja millai? – Puhutaan somesta.....	18
4.2 VIDEO 2 - Somen varjopuolet.....	18
4.2.1 Tietoa nettikiusaamisesta .....	18
4.2.2 Mitä on grooming?.....	21
4.3 VIDEO 3 - Somehyvinvointi, onks se jotain syötävää? .....	21
4.3.1 Turvallinen sosiaalinen media .....	21
4.3.2 Somehyvinvointi .....	22
4.4 VIDEO 4 - Ulkonäköpaineet somessa – riitänkö mä näin?.....	23
4.4.1 Sosiaalisen median tuottamat ulkonäköpaineet .....	23
4.4.2 Sosiaalisen median tuottamat positiiviset vaikutukset.....	24
5 POHDINTA .....	25

LÄHTEET

LITTEET

# 1 JOHDANTO

Sosiaalinen media, helposti saatavilla yhden klikkauksen päässä. Netti ja sosiaalinen media ovat samaan aikaan helpottaneet arkeamme ja antaneet mahdollisuuksia, mutta on myös hyvä tiedostaa sen kääntöpuoli esimerkiksi netissä tapahtuva kiusaaminen. Nuoret käyttävät yhä enemmän sosiaalista mediaa, nuorempina ja useammin. Puhelin näyttelee isoa roolia nuorten elämässä. Huoltajan on hyvä tiedostaa mitä lapset tekevät puhelimillaan, sekä millaisia sosiaalisen median palveluita he käyttävät. Huoltajien olisi tärkeää itsekin osata toimia netissä ja olla myös ajan tasalla sosiaalisessa mediassa piilevistä haitoista. Miten tehdä sosiaalisesta mediasta kaikille turvallinen ja mieluisa paikka?

Tässä opinnäytetyössä käsittelemmekin aihetta sosiaalinen media. Sosiaalinen media valikoitui aiheeksemme, koska aihe on ajankohtainen ja lähes jokainen nuori käyttää jotakin sosiaalisen median palvelua päivittäin. Opinnäytetyömme on toiminnallinen ja se koostuu videosarjasta, jossa pureudumme sosiaalisen median hyötyihin, sen varjo-  
puoliin sekä sosiaalisen median vaikutukseen omassa kehonkuvassa. Videot toimivat niin nuorten, kuin heidän huoltajiensa ja miksi ei myös opettajien tai muiden kasvat-  
tajien tiiviinä tietopakettina. Videot ovat kaikkien katsottavissa Nuokkarahun You-  
Tube kanavalla.

Koska opinnäytetyömme on parityö, olemme koko prosessin ajan jakaneet työtehtäviä tasaisesti. Koemme työn jakautuneen reilusti molemmille. Työmme pohjana käy-  
timme molempien kiinnostusta sosiaalista mediaa kohtaan, sekä Juulian osaamista ja havaintoja sosiaalisen median vaikuttajana. Toivomme, että opinnäytetyömme koko-  
naisuudessaan antaa uusia näkökulmia ja uutta tietoa koskien sosiaalista mediaa.

## 2 SOSIAALISEN MEDIAN MERKITYS NUOREN ELÄMÄSSÄ

### 2.1 Sosiaalinen media

Sosiaalinen media on verkkoviestintä ympäristö, jota voidaan määritellä vuorovaikutteisuuden ja käyttäjälähtöisyyteen perustuvaksi viestintävälineeksi. Arkikielessä sosiaalisesta mediasta puhuttaessa käytetään nimeä some. Sosiaalisessa mediassa käsitellään vuorovaikutteisesti käyttäjien tuottamaa ja jakamaa sisältöä, sekä luodaan ja ylläpidetään ihmissuhteita. Se on tietoverkkoja ja tietotekniikkaa hyödyntävä viestinnän muoto. (Termipankin www-sivut 2017.)

Sosiaalinen media on käyttäjälähtöinen ja se rakentuu ihmisten tuottamasta sisällöstä. Sosiaalisessa mediassa jaetaan, verkostoidutaan ja vaikutetaan. Se antaa mahdollisuuksia nostaa erilaisia keskusteluja esille, niin vakavimmista kuin kevyemmistä aiheista. Sosiaalista mediaa voi käyttää hyödyksi laajasti eri tarkoituksiin esimerkiksi tiedotuksessa, opetuksessa, verkostoitumisessa ja yhteydenpidossa, uutisten ja markkinoiden seuraamisessa, sekä monessa muussa. Sosiaalinen media on nopea väylä jakaa tietoa, riippuen tietenkin tiedon kiinnostavuudesta. Jos asia on kiinnostava, tieto liikkuu nopeasti eri mediasta toiseen. Keskustelu voi yhtä nopeasti sammua kuin se syntyykin, mutta on hyvä muistaa, että julkaisut jäävät netissä talteen. Sosiaalisessa mediassa esiintyy myös huonoja ilmiöitä, kuten nettikiusaamista, vainoamista, rasismia ja vihaa. Tätä tapahtuu niin anonymisti kuin myös omalla nimellä. Sosiaalisessa mediassa on mahdollisuus piiloutua nimimerkin taakse ja tällöin pystyy helpommin loukkaamaan muita paljastamatta omaa henkilöllisyyttään. Netissä tapahtuvassa viestinnässä voi myös tulla helposti väärinymmärryksiä, kun kasvokkain tapahtuva kommunikointi jää kokonaan pois. On myös tärkeää ymmärtää asiallisen kritiikin ja kiusaamisen ero. (Lastensuojelun Keskusliiton www-sivut 2016.)

### 2.2 Nuoret sosiaalisen median käyttäjinä

Sosiaalisessa mediassa tapahtuvat asiat vaikuttavat valtavasti nuoren elämään nyt ja tulevaisuudessa. Tämän hetken nuoret ovat kasvaneet sosiaalisen median alustoilla.

Tutkimuksen mukaan nuoret käyttivät jo ennen koronaa sosiaalista mediaa keskimäärin 15–20 tuntia viikossa. Koronan myötä sosiaalisen median käyttö on lisääntynyt aiemmasta. (Lasten ja nuorten säätiön www-sivut 2021.)

Sosiaalisesta mediasta on parissa vuodessa muotoutunut lähes jokaisen nuoren erottamaton kumppani, joka on vain yhden klikkauksen päässä omassa älypuhelimessa. Se on nuorille paikka, jossa voi olla vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Siellä vaihdetaan kuulumisia, vietetään aikaa ja viihdytään yhdessä. Sosiaalisen median kautta pystyy osallistua ja vaikuttaa niin yhteisöllisiin, kuin yhteiskunnallisiin asioihin, mutta siellä voidaan myös kohdata kiusaamista ja pahoittaa mielensä. Sosiaalisen mediassa voidaan tykätä, seurata, jakaa asioita, tutustua uusiin ihmisiin, kommentoida ja luoda sisältöä. Sosiaalisessa mediassa voidaan olla niin sisällön tuottajia kuin sisällön kuluttajia. Lähes jokaisella nuorella on enemmän kuin yksi sosiaalisen median kanava, jota hän käyttää aktiivisesti. Jokainen nuori on omanlaisensa sosiaalisen median käyttäjä. Kiinnostuksen kohteena voi olla pelaaminen tai sisällön rakentaminen, joku taas käyttää sosiaalista mediaa yhteydenpitoon tai pelkästään tiedon hankintaan. (Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut 2021.)

Sosiaalisella medialla on merkittävä osuus tämän päivän nuoren kasvussa kohti aikuisuutta. Sosiaalinen media ei ole enää poistumassa keskuudestamme, siksi jokaisen lapsen ja nuoren pitäisi tietää sen mahdollisuuksista, mutta myös sen haitoista. Oikein käytettynä sosiaalinen media, voi lisätä hyvinvointia, tukea nuoren kasvua ja kehitystä, sekä mahdollistaa nuoren osallisuuden. Huoltajan on kuitenkin hyvä muistuttaa nuorta, että netissä kaikki ei aina ole sitä miltä näyttää. Sosiaalisessa mediassa tulee olla, terveellä tavalla kriittinen siitä mitä lukee, kenen kanssa juttelee ja mihin kaikkeen usko. (Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut 2021.)

### 2.3 Nuokka nettisivut– karhukuntien nuorten oma sivu

Nuokka nettisivulta löydät kaikki 13–29-vuotiaille Karhukunnan nuorille suunnatut palvelut. Sieltä löytyy muun muassa kalenteri, johon on merkitty Porin seudun erilaisia tapahtumia ja vapaa-ajan aktiviteetteja, jotka ovat nuorille suunnattuja. Sieltä saa myös tukea arkeen liittyvissä asioissa, kuten opiskeluun ja raha-asioiden hoitamiseen. Apua

löytyy myös terveyteen, sosiaalipalveluiden ja rikoksiin liittyvissä kysymyksissä. Sivut ovat monipuoliset ja tarjoavat neuvoja matalalla kynnyksellä. Nuokan sivuilta löydät myös heidän Youtube kanavan. (Nuokka www-sivut n.d.)

Nuokkarahu on karhukunnan, eli koko Porin seudun kuntien yhteinen maskotti. Nuokkarahu seikkailee niin nettisivuilla, somekanavissa, kuin nuorisotiloilla. Karhukuntaan kuuluvat Harjavalta, Huittinen, Kokemäki, Merikarvia, Nakkila, Pomarkku, Pori ja Ulvila. Nuokkarahu syntyi samalla, kun Karhukuntien nuorten ja nuorten palveluiden yhteiset sivut ja sosiaaliset mediat julkaistiin. Nuokkarahu löytyy Instagramista, Snapchatista, YouTubesta, Facebookista ja Twitteristä. (Nuokka www-sivut n.d.)

Nuokka tekee töitä nuorten henkisen ja fyysisen terveyden, kuin myös yhteisöllisyyden hyväksi. Nämä teemat näkyvät myös heidän sosiaalisen mediasa kanavilla. Nuokkarahun Youtube kanavalta löytyy videoita muun muassa pelaamiseen, yhteishakuun ja harrastuksiin liittyen. Heillä on myös erilaisia Instagram-live koosteita, joissa on keskusteltu muun muassa itsetunnosta, kesätöiden hankinnasta, sekä sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen asioista. (Nuokka www-sivut n.d.)

## 2.4 Nettikiusaaminen

Uudeksi monialaiseksi ilmiöksi on muodostunut nettikiusaaminen. Nettikiusaaminen voi usein olla liitoksissa muuhun kiusaamiseen, jos lasten ja nuorten välillä on muuta riitaa, voi se näkyä myös heidän käyttämillään sosiaalisen median kanavilla. Nettikiusaaminen voi olla muun muassa ulkopuolelle jättämistä, syrjintää, uhkailua, nimitelyä, pilkkaamista, julkista nolaamista, ilkeää kommentointia, pelottelua tai valheellisen tiedon levittämistä toisesta. (Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut 2021.)

Nettikiusaaminen on alati kasvava ilmiö, koska kiusaaja voi vaikka tylsistyneenä jättää ilkeän kommentin ja loukata jotakuta toista. Myös kynnyks kiusaamiseen on sosiaalisen median aikana pienentynyt, koska kasvottomuus koetaan helpompana tapana kiusata, sekä luotetaan siihen, että ei jäädä kiinni. Kiusaaminen on aina väärin, mutta netti-



kiusaamisessa on vieläkin rajumpaa se, että esimerkiksi jonkun loukkaavan kuvan levitys voi tavoittaa äärettömän laajan yleisön nopeasti. Koska tiedot netissä säilyvät pitkään, voivat nettikiusaamisen seuraukset olla paljon kauas kantoisemmat ja vaikuttaa uhrin tulevaisuuteen haitallisesti. (Kettunen 2014, 8.)

Nettikiusaaminen voi myös olla rikos. Rangaistavaa vihapuhetta voivat olla esimerkiksi kunnianloukkaus, yksityiselämää loukkaava tiedon levittäminen, uskonrauhan rikkominen tai kiihottaminen kansanryhmää vastaan. Rikoksia voivat olla myös erilaiset identiteettivarkaudet. (Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut 2021.) Nettikiusaamista voi tapahtua usein myös koulupäivän aikana. Perusopetuslain mukaan jokaisella on oikeus turvalliseen oppimisympäristöön. Opetuksen järjestäjän tulee hyväksyä järjestyssäännöt, joiden tarkoituksena on edistää kouluyhteisön turvallisuutta sekä viihtyisyyttä. (Perusopetuslaki 628/1998, 7 luku, 29 §)

## 2.5 Grooming

Grooming tarkoittaa lapsen houkuttelua seksuaalisiin tarkoituksiin ja sen tavoitteena on kohdistaa lapsen seksuaaliväkivaltaa. (Pelastakaa lapset ry www-sivut 2021.) Groomingia voi tapahtua millä vain sosiaalisen median alustalla ja se on ympärimaailmaa kasvava ongelma, mihin on vaikea puuttua. Suomessa tehdyn tutkimuksen mukaan yleisimmät alustat, joissa on tullut eniten ilmi groomingia ovat Instagram, Kik, Messenger, Snapchat, Facebook ja WhatsApp. (Lamminpää 2019, 6.)

Sosiaalisessa mediassa groomaaja, haluaa rakentaa nuoreen luottamussuhteen. Hän kehuu, on mukava ja haluaa nuoren tuntevan olevansa esimerkiksi kiitollisuuden velassa hänelle. Näin hän uhkailemalla tai rankaisemalla yrittää saada tahtonsa läpi, että nuori tekee mitä hän haluaa. Tällä tavalla tekijä saa esimerkiksi nuoren lähettämään itsestään kuvia vähissä vaatteissa tai kokonaan alasti. Tekijä voi myös uskotella tarjoavansa lapselle tietoa seksuaalisuudesta ja tekevänsä palveluksen lapsen kasvun ja kehityksen kannalta. Fyysinen grooming puolestaan tarkoittaa vähitellen tapahtuvaa lapsen fyysisten rajojen rikkomista kuten lapsen totuttamista webkameran käyttöön ilman suoranaista seksuaalista häirintää. Tekijä siedättää ja totuttaa lapsen näin vähitellen seksuaaliseen toimintaan. (Craven ym. 2006.)

## 2.6 Kehonkuva ja minäkuva

Kehonkuva rakentuu omista ajatuksista, tunteista, kokemuksista ja havainnoista, joita tekee omasta vartalostaan. Miten hyvänä, sopivana, oikeanlaisena tai kelpaavana ihminen kokee oman kehonsa. Kehoitsetunto kehittyy, kun nuoren kehoa kohdellaan hyvin ja siitä puhutaan arvostavasti. Läheisyys ja myönteinen koskettaminen tukevat kehoitsetuntoa. Silloin ihminen itsekin pitää kehostaan ja haluaa pitää siitä myös hyvää huolta. Erilaiset tunneperäiset kokemukset muokkaavat kokemusta kehonkuvasta, niin positiivisella kuin negatiivisella tavalla. (Väestöliiton [www-sivut 2021.](#))

Kehonkuva kehittyy suhteessa ympäristöön ja toisiin ihmisiin. Se on alusta asti perusta, jolla jo lapsi hahmottaa itseään ja maailmaa. Itsetunto on osa minä- ja kehonkuvaa sekä persoonallisuutta. Ympäristö vaikuttaa siis myös itsetuntoon. Kokemukset turvallisuudesta ja hyväksytyksi tulemisesta ovat tärkeitä myönteisen kehonkuvan muodostumisen kannalta. Arvostava ja hyväksyvä kohtelu opettaa lasta kohtelemaan myös itseään ystävällisesti ja lempeästi. Kokemukset turvallisuudentunteesta antavat hyvän perustan psyykkiselle hyvinvoinnille. Kehon arvoa voidaan pitää ihmisoikeutena ja jokaisella tulisi olla oikeus voida hyvin omassa kehossaan riippumatta sen ulkoisista merkeistä. (Syömishäiriöliiton [www-sivut 2020.](#))

Minäkuva muodostuu ja kehittyy läpi elämän. Minäkuvaan vaikuttavat koetut kokemukset sekä kanssaihmisiltä saatu palaute. Myönteisten elämäkokemusten ja onnistumisten myötä minäkuva voi vahvistua, kun taas traumaattisten kokemusten kuten kiusaamisen, henkisen väkivallan tai syömishäiriön myötä minäkuva voi vääristyä ja oma käsitys itsestä muuttua negatiiviseksi. (Suvera oy [www-sivut 2019.](#))

Sosiaalisessa mediassa on helppo verrata itseään muihin ihmisiin, koska yhden klikkauksen päästä löytyy tuhansittain kuvia ja erilaisia ihmisiä. Usein näemme sosiaalisessa mediassa vain ihmisten elämän kohokohdat, sekä sosiaalisen median filttareiden avulla voidaan muuttaa ulkonäköä niin, että se mukautuu epärealististen kauneusihanteiden mukaisiksi. Tämän takia on hyvä muistaa, että itsekriittisyys ei liity vain tiettyyn kehoon, kuka tahansa voi kärsiä kehonkuvallisista kriiseistä. Monet puhuvat itsestään, kuin myös omasta vartalostaan tavalla, miten ei puhuisi ikinä kenestäkään

muusta ihmisestä. Koemme ankaraa itsekriittisyyttä itseämme kohtaan, mutta osaamme ajatella toisen kohdalla asioita lempeämmin. (Nuortennetti www-sivut 2021.)

## 3 PROJEKTIN RAKENNE

### 3.1 Projektin synty ja tavoitteet

Opinnäytetyömme sai alkunsa oppimisprojektimme avulla, kun harjoittelimme tulevaa opinnäytetyön tekemistä ja teimme jo alustavia suunnitelmia tulevaa opinnäytetyötä ajatellen. Juulia teki suunnitelman nuorten hyvinvoinnin tukemisesta sosiaalisen median valtakauden aikana. Suunnitelma sai hyvää palautetta opettajilta aiheen tärkeydestä ja sen ajankohtaisuudesta. Päädyimme siihen, että lähtisimme työstämään aihetta yhdessä.

Kohdensimme aihealuettamme alkukartoituskyselyn avulla, jonka suuntasimme Kaarisillan koulun kuudes- ja seitsemäsluokkalaisille. Kyselyn avulla saimme kerättyä tietoa siitä, mitkä aiheet ovat tällä hetkellä ajankohtaisia sosiaalisessa mediassa nuorten keskuudessa. Pystyimme kartoittamaan mihin aiheisiin rajaamme opinnäytetyötämme, jotta se vastaisi kohderyhmämme tarpeita.

Opinnäytetyömme tavoitteena on jakaa tietoa sosiaalisen median eri puolista ja sen rajattomista mahdollisuuksista, niin nuorille kuin myös heidän huoltajilleen. Tavoitteena on lisätä avointa vuorovaikutusta, niin huoltajan kuin nuoren välille ja miksi ei kenelle tahansa aikuiselle, joka on nuoren kanssa tekemisissä, kuten opettaja, valmentaja tai sukulainen. Haluamme opinnäytetyön avulla madaltaa kynnystä, että nuori uskaltaisi kertoa huoltajalleen kohtaamastaan kiusaamisesta tai jos itse on joutunut kiusaamisen kohteeksi sosiaalisessa mediassa. Sosiaalisessa mediassa tapahtuvaan kiusaamiseen tulisi puuttua mahdollisimman nopeasti, joten opinnäytetyössämme jakamien vinkkien ja tietojen avulla pyrimme puuttumaan siihen, ettei kiusaaminen jatkuisi pitkään, vaan siihen päästäisiin aikuisten avulla puuttumaan mahdollisimman nopeasti. Haluamme myös muistuttaa sosiaalisen median mahdollisuuksista ja sen hyvistä

puolista. Nuoret kokevat sosiaalisen median pääosin kuitenkin positiivisena asiana. Ovathan he kasvaneet sosiaalisen median valtakauden aikana. Yhteydenpidon helppous ystäviin, uuden tiedon saatavuuden helppous, kiinnostuksen kohteiden löytäminen ja viihde ovat muu muassa syitä miksi sosiaalinen media nähdään positiivisessa valossa.

Tämän opinnäytetyön tuloksena syntyi neliosainen videosarja, joka kantaa nimeä Turvallisen sosiaalisen median peruspilarit. Päädyimme videoiden sisältöön perehtymällä ja tutkimalla nuorten sosiaalisen median käyttötottumuksia eri aineistojen ja kyselyssä saamiemme vastauksien avulla, sekä keskusteltuamme opinnäytetyön tilaajan kanssa siitä mitkä aiheet olisivat ajankohtaisia. Videot sisältävät tietoa sosiaalisen median positiivista puolista, nettikiusaamisesta, groomingista, sosiaalisen median sovelluksista ja somehyvinvoinnista, sekä pohdimme, luoko sosiaalisen media nuorille paineita. Olemme opinnäytetyössämme käyttäneet lähdeaineistona aiheeseen liittyvää kirjallisuutta, sekä myös verkkojulkaisuja. Opinnäytetyömme valmiit videot pääset katsomaan Nuokkarahun omalta Youtube-kanavalta, joka löytyy osoitteesta <https://www.youtube.com/channel/UCdtei3SE2K6PkPXVid4iRrw>

### 3.2 Projektin vaiheet

Aloitimme projektin suunnittelemalla yhdessä, millaista opinnäytetyötä haluaisimme alkaa työstämään. Olimme molemmat sitä mieltä, että toiminnallinen opinnäytetyö olisi meille sopivampi vaihtoehto. Saimme opinnäytetyöllemme ohjaajan ja häneltä saimme vinkkinä lähestyä yhteistyön tiimoilta Porin verkkonuorisotyöntekijää Anniina Korpea. Otimme yhteyttä Anniinaan ja esittelimme hänelle ideamme. Anniina oli hyvin kiinnostunut työstämme ja hänen avullaan otimme yhteyttä Porin nuorisopalveluiden esimieheen Anne Leppäseen ja näin saimme työmme tilaajaksi Porin kaupungin nuorisopalvelut. Yhdessä Anniinan kanssa heittelimme ideoita, miten saisimme parhaiten tuotua esiin aiheet, joista haluamme jakaa tietoa. Vaihtoehtona oli Instagram livein tekeminen Nuokkarahun Instagram sivulla, mutta päädyimme kuitenkin videoiden pysyvyyden ja helposti löydettävyyden takia tekemään videosarjan Nuokkarahun YouTube kanavalle.

Mietimme yhdessä mitkä aiheet olisivat ajankohtaisia nuorille ja päädyimme siihen, että voisimme tehdä kyselyn kohderyhmälle, jotta saisimme vinkkejä mistä aiheista meidän kannattaisi videoillamme puhua. Harkitsimme aluksi kohderyhmämme ikähaarukkana pääasiassa vain ala-asteikäisiä, mutta kävi ilmi, että nuorisopalveluiden palvelut alkavat kolmetoista vuotiaista ylöspäin. Tämän vuoksi päädyimme kuudes- ja seitsemäsluokkalaisiin juuri ala- ja yläasteen murrokseen.

Koska sosiaalinen media on aiheena erittäin laaja, haluamme keskittyä muutamiin aiheisiin, joita käsittelemme videoilla. Tässä meitä auttoi tekemämme kysely Kaarisillan yhteiskoulun kuudes- ja seitsemäsluokkalaisille. Toteutimme kyselyn google forms kyselylomakkeen avulla keväällä 2021, mutta vastaus määrä jäi tällöin hyvin suppeaksi. Onneksi syksyllä korona tilanteen helpottuessa, saimme luvan mennä koululle tekemään kyselyn paikan päälle ja näin saimme kyselyymme todella hyvän vastausprosentin.

Kyselyn jälkeen pääsimme tutkimaan saamiamme vastauksia ja päätimme aiheet, joita tulemme videoilla käsittelemään. Ensimmäisessä videossa kerromme itsestämme ja esittelemme videoiden aiheet. Tässä videoissa ajatuksena on kertoa sosiaalisen median hyvistä puolista. Toisessa videossa paneudumme nettikiusaamiseen, sekä netissä tapahtuvaan groomingiin. Kolmannessa videossa keskustelemme ikärajoista, sekä somehyvinvoinnista. Videosarjamme neljännessä ja viimeisessä osassa, pohdimme kehonkuvaan ja ulkonäköön liittyviä asioita. Nämä aiheet valikoituivat videoille kyselyssä saamiemme vastauksien perusteella. Avaamme opinnäytetyön myöhemmässä vaiheessa kyselyn tuloksia, sekä videoiden tarkempaa sisältöä.

Vaikka päädyimme tekemään videosarjan, kokemusta tällaisesta ei kummallakaan meistä ole. Meidän onneksemme saimme yhteistyökumppaniksemme media-alan opiskelijan Jade Järvisen, joka kuvasi sekä editoi videomme. Vuokrasimme tilan, jossa pystyimme kuvata videot. Suunnittelimme jokaiseen videoon erillisen suunnitelman aiheista, joita tulemme videoilla käsittelemään. Lähetimme suunnitelman vielä myös Anniinalle, jolta saimme hyviä ehdotuksia ja palautetta videoihin tulevasta sisällöstä. Muokkasimme suunnitelmaa saamiemme ehdotusten avulla ja tämän jälkeen pääsimme kuvaamaan videot. Kameran edessä oleminen oli meille uutta ja jännittävää,

mutta suoriuduimme siitä mielestämme hyvin. Videoiden kuvaamisen jälkeen jatkoimme kirjoitustyötä. Valmiit videot on ladattu Nuokkarahun Youtube kanavalle, josta niitä pääsee katsomaan.

### 3.3 Videoiden sisällön suunnittelua edistävä kysely sosiaalisesta mediasta

Teimme Kaarisillan yhtenäiskoulun kuudes- ja seitsemäsluokkalaisille kyselyn sosiaaliseen mediaan liittyen. Kyselymme kysymykset koskivat pääpiirteittäin nuorten sosiaalisen median käyttötarkoitusta, sen positiivisia ja negatiivisia käyttökokemuksia, sekä itsetuntoon ja kehonkuvaan liittyviä asioita. Kyselyn avulla kartoitimme, mitkä aiheet sosiaalisessa mediassa olisivat sellaisia, joista tarvittaisiin lisää tietoa. Kyselyyn tulleiden vastauksien avulla pystyimme rajaamaan videoilla käsiteltäviä aiheita.

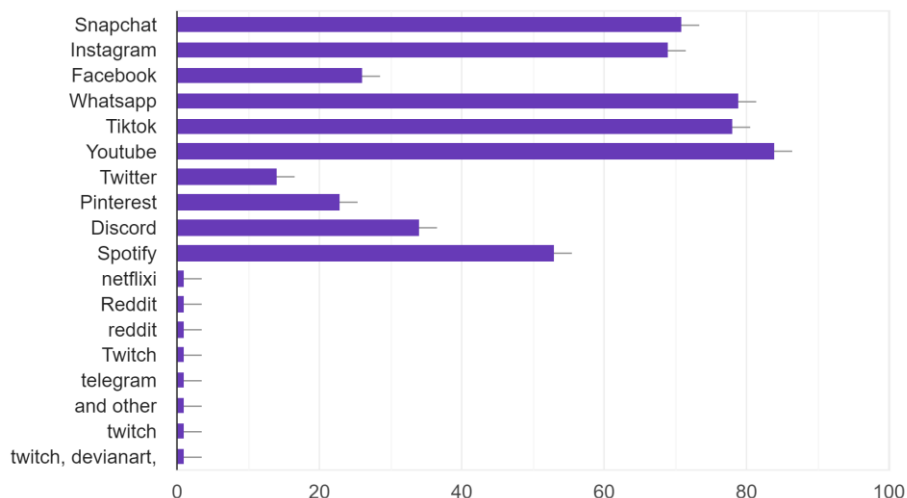
Kyselyn menimme itse toteuttamaan Kaarisillan koululle, jotta pystyimme saavuttamaan mahdollisimman suuren vastausmäärän, sekä auttamaan jos kyselyyn vastaamisessa ilmenisi kysyttävää. Keräsimme aineiston Google forms kyselylomakkeen avulla. Rajasimme kyselymme kysymykset kahteenkymmeneen kysymykseen. Kysymykset koostuivat pääasiassa monivalintakysymyksistä, koska nuorten voi olla haastavaa osata sanoittaa vastauksia avoimiin kysymyksiin, sekä varmistaaksemme että nuoret jaksaisivat keskittyä ja vastata kaikkiin kysymyksiimme. Kaarisillan koulussa on 47 kuudesluokkalaista ja 58 seitsemäsluokkalaista. Yhteensä heitä on 105, mutta kyselymme vastasi 87 oppilasta. Vastanneista 50 seitsemäsluokkalaista ja 37 kuudesluokkalaista.

### 3.4 Kyselyn tulokset

Kyselyssä saamiemme vastauksien perusteella kolme eniten käytettyä sosiaalisen median palvelua ovat YouTube, WhatsApp, sekä TikTok. Myös Snapchat, sekä Instagram olivat eniten käytetyimpien palveluiden joukossa. Tästä voimme päätellä jo ainakin sen, että sosiaalisen median kanava, jonka kautta haluamme videoillamme nuoret tavoitettavan on ainakin oikea. (Kuvio 1.)

## 2. Mitä sosiaalisen median palveluita käytät?

87 vastausta



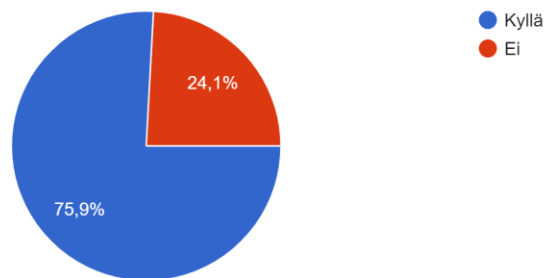
Kuvio 1. Sosiaalisen median palvelujen käyttö

Kyselyyn vastanneista ainoastaan kolme on sitä mieltä, että eivät tiedä käyttämiensä palveluiden ikärajoja. Kun taas erittäin suuri osa vastanneista on sitä mieltä, että ikäraajat ovat hallussa. Vähän yli puolet vastanneista ovat jutelleet vanhempiansa tai huoltajiensa kanssa sosiaalisen median käytöstä. Keskustelua on käyty nettikiusaamisesta ja siitä mitä sosiaalisessa mediassa saa jakaa ja näyttää. Nuoria on myös muistutettu siitä, että kenellekään tuntemattomalle ei sosiaalisessa mediassa saa jakaa omia tietojaan ja omat tilit on hyvä pitää yksityisinä. Vastauksissaan nuoret kertoivat käyneensä vanhempien kanssa keskustelua myös medialukutaidon tärkeydestä, ja siitä ettei kaikki somessa ole välttämättä totta.

Nuoret ovat vastanneet sosiaalisen median tuovan elämään iloa, hyväntuulisuutta, onnellisuutta ja innostuneisuutta. Se on antanut inspiraatiota ja somen kautta on löytynyt myös uusia kavereita. Negatiivisia tunteita, joita sosiaalinen media on nuorissa herättänyt ovat kateellisuus, epävarmuus ja ulkopuolelle jäämisen pelko. Vastauksien perusteella nuoret käyttävät paljon somea kavereiden ylläpitämiseen, sekä somen kautta uusien kavereiden löytämiseen, pelaamiseen ja ajan viettämiseen.

Vastanneista 66 oppilasta, ovat joko nähneet tai kokeneet itse kiusaamista sosiaalisessa mediassa. (Kuvio 2.) Kiusaaminen on ollut uhkailua, nimittelyä, haukkumista tai huhujen levittämistä. Sosiaalisessa mediassa on kohdattu kiristämistä, ulkopuolelle jättämistä sekä salakuvien ottamista ja niiden lähettämistä eteenpäin. Suurin osa vastanneista vastasi kertovansa vanhemmilleen tai huoltajilleen, jos on kohdannut kiusaamista sosiaalisessa mediassa.

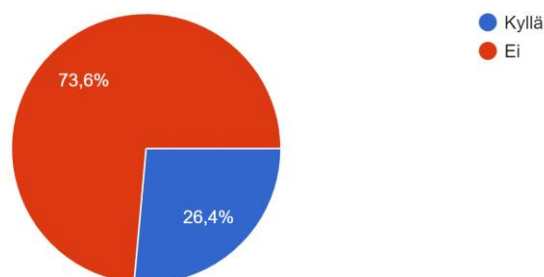
9. Oletko kohdannut itse/nähnyt toisiin kohdistuvaa kiusaamista sosiaalisessa mediassa?  
87 vastausta



Kuvio 2. Kiusaamisen kohtaaminen sosiaalisessa mediassa

Kysymyksessä ”Luoko sosiaalinen media ulkonäköpaineita?” Vastaajista 64 on vastannut ei, kun taas vastaajista 23 on vastannut kyllä. (Kuvio 3.) Ulkonäköpaineita kokevien vastauksissa on tuotu esiin, netissä kaiken näyttävän täydelliseltä ja sen tuovan paineita ulkonäöstä. Erilaiset filtrit saavat näyttämään kauniimmalta, mutta ilman niitä tuntuu, ettei olekaan niin kaunis. Erilaisia vartaloita nimitellään, mikä myös luo ulkonäköpaineita.

17. Luoko sosiaalinen media ulkonäköpaineita?  
87 vastausta



Kuvio 3. Sosiaalinen media ja ulkonäköpaineet



Kyselyssä tulleet tiedot, eivät oikeastaan yllättäneet meitä. Olimme siis hyvin perillä siitä millaisena nuoret sosiaalisen median kokevat. Mitkä asiat nuoret kokevat positiivisina ja mitkä taas negatiivisina asioina. Oli hienoa huomata, että enemmistö oli keskustellut huoltajien kanssa sosiaalisesta mediasta. Keskustelua on käyty sopivasta käyttäytymisestä sosiaalisessa mediassa ja siitä jos törmää kiusaamiseen tai sopimattomaan sisältöön, täytyy siitä kertoa huoltajalle. Keskustelua on myös käyty yksityisyyden suojasta ja nuoria on kehoitettu pitämään tilit yksityisinä ja paljastamatta sosiaalisessa mediassa esimerkiksi missä asuu. Kyselyssä selvisi, että nuoret kokevat sosiaalisessa mediassa enemmän positiivisia kuin negatiivisia tunteita. Ei siis ihme miksi nuoret viihtyvätkin niin paljon puhelimillaan. Kuitenkin 76 prosenttia kyselyyn vastanneista olivat nähneet tai kokeneet kiusaamista sosiaalisessa mediassa. Nimittely, haukkuminen, huhujen levittäminen ja uhkailu olivat kiusaamisen muotoja mihin nuoret ovat eniten sosiaalisessa mediassa törmänneet. Tästä syystä halusimme myös tässä opinnäytetyössä tuoda nettikiusaamisen esiin. Netissä tapahtuvaa kiusaamista nähdään ja koetaan paljon, vaikka sosiaalinen media koettaisiinkin pääasiassa mukavaksi paikaksi, se ei välttämättä ole sitä kaikille.

Kuten kyselyssä kävi ilmi nuoret käyttävät sosiaalista mediaa yhteydenpidon välineenä ystäviin ja viihde tarkoituksena pelaamiseen ja videoiden katsomiseen. Oli hienoa huomata, että suurin osa vastanneista koki voivansa olla sosiaalisessa mediassa oma itsensä huolimatta paineista, joita sosiaalinen media voi tuottaa. Ulkonäköpaineet, joita sosiaalinen media nuorille tuottaa kohdistui kehoon, sen kokoon ja erilaisuuteen. Ulkonäköpaineita tuotti myös sosiaalisessa mediassa näkyvä täydellisyys. Kysely auttoi meitä pääsemään eteenpäin opinnäytetyön aiheen rajaamisessa. Mitkä ovat niitä asioita, joista olisi tärkeää puhua videoilla enemmän. Kyselyn avulla pystyimme kartoittamaan, olivatko ajatuksemme sosiaalisen median käytöstä nuorten kesken oikealla suunnalla. Kysely sisälsi myös avoimia kysymyksiä ja saimme niihin hyviä vastauksia esimerkiksi liittyen nuorten kokemiin ulkonäköpaineisiin. Halusimme kuitenkin säilyttää vastaajien täyden luottamuksen ja päädyimme siihen, että emme jaa vastaajien suoria lainauksia opinnäytetyössämme. Liitämme kyselyn liitteenä opinnäytetyöhön.

## 4 VIDEOIDEN SISÄLTÖ

### 4.1 VIDEO 1 - Kuka, mitä ja millai? – Puhutaan somesta

Ensimmäisellä videolla esittelemme itsemme ja kerromme mihin tarkoitukseen ja miksi teemme videoita Nuokkarahun YouTube kanavalle. Mistä syntyi ajatus tehdä opinnäytetyö juuri tästä aiheesta ja mitä teemoja videosarjassa tulemme käsittelemään. Videon alussa tulemme myös kertomaan yhteistyöstämme Kaarisillan yhtenäiskoulun kanssa, sekä opinnäytetyömme tilaajasta Porin kaupungin nuorisotoimesta. Lyhyesti kerromme sosiaalisesta mediasta yleisesti ja pohdimme sen positiivisia puolia.

Videoilla haluamme painottaa sosiaalisen median hyviä puolia. Tämän päivän nuoret kasvavat sosiaalisen median valtakauden aikana ja he yhä enemmässä määrin käyttävät nettiä ja sosiaalista mediaa, jopa koulutehtävien tekemisessä. Niin kuin mikä vain aihe, ei myöskään sosiaalinen media ole mustavalkoinen. Sosiaalisessa mediassa on omat hyvät ja huonot puolensa. Hyvää siellä on yhteydenpidon helppous ystäviin, uusien ystävien löytäminen, uuden tiedon löytäminen, erilaiset harrasteryhmät, vertaistuki ja aktiviteetit, jotka vahvistavat tietoa ja taitoa. Katsotaan viime vuosia taaksepäin, kun korona pandemia pysäytti maailman ja ainut keino pitää yhteyttä läheisiin, kouluun ja töihin oli netin ja sosiaalisen median välityksellä. Sosiaalisen median maailmassa voit myös ilmaista itseäsi ja päästää luovuutesi valloilleen. Pääset toteuttamaan itseäsi ja ideoitasi, myös kieli-, kirjoitus- ja vuorovaikutustaidot kehittyvät sosiaalisen median avulla.

### 4.2 VIDEO 2 - Somen varjopuolet

#### 4.2.1 Tietoa nettikiusaamisesta

Tässä videossa paneudumme kyselyssäkin esiin tulleeseen nettikiusaamiseen ja sen erilaisiin muotoihin. Kenelle kiusaamisesta voi kertoa ja mistä siihen voi saada apua. Kerromme myös netissä olevista palveluista, joista voi hakea apua nimettömänä.

Lapsuudenaikaiset traumaattiset ja haavoittavat kokemukset voivat vaikuttaa muun muassa lapsen kasvuun, kehitykseen ja oppimiseen. Mitä enemmän lapsella on kielteisiä kokemuksia ja mitä vähemmän niiltä suojaavia tekijöitä, sitä todennäköisemmin kielteisistä kokemuksista ilmenee lapselle haasteita ja oireita. (Pelastakaa lapset ry www-sivut, 2021.) Kiusaaminen on saanut uusia muotoja lisääntymällä myös sosiaalisen median alustoilla. Koulussa tai muualla kodin ulkopuolella tapahtuva kiusaaminen ei välttämättä lopukaan sinne, vaan voi jatkua myös kotiin päästyä sosiaalisen median välityksellä. (Haasio 2016, 34.)

Videoilla kerroimme Mannerheimin lastensuojeluliiton listaamista nettikiusaamisen eri muodoista. Ne voivat olla muun muassa pilkkaavat tai uhkaavat viestit, ilkeät kommentit, huhujen levittäminen, epämiellyttävät seksuaaliset viestit, kiristäminen, ahdistelu ja häirintä, salaa kuvaaminen ja kuvien julkaisu, ryhmistä tai viestiketjuista eristäminen tai poissulkeminen. Painotimme sitä, että vaikka kiusaaminen netissä ei välttämättä tunnu niin vakavalta asialta, todellisuudessa siitä voi nostaa syytteen esimerkiksi uhkauksesta tai kunnianloukkauksesta. Rikoksen kriteerit saattavat täytyä, jos sinusta esimerkiksi levitellään yksityiselämää loukkaavia tietoja tai kuvia. Kunnianloukkaukseen saattaa syyllistyä, jos aiheuttaa vahinkoa toiselle levittämällä hänestä valheellista tietoa. Laiton uhkaus tarkoittaa toisen uhkaamista rikoksella sosiaalisessa mediassa tai viestein niin, että hänellä on perusteltu syy pelätä oman tai toisen henkilön turvallisuutta. (Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut 2021.)

Videolla keskustelimme myös kyselyssä esiin tulleista negatiivisista tunteista, joita sosiaalinen media herättää. Nuorten vastauksissa vahvimpina negatiivisina tunteina heräsi kateellisuus ja epävarmuus, sekä ulkopuolelle jäämisen pelko ja riittämättömyyden tunne. Noin 80 prosenttia kyselyyn vastanneista oli nähnyt sosiaalisessa mediassa kiusaamista. Muun muassa nimittelyä, haukkumista, huhujen levittelyä ja uhkailua. Entä kenelle nuoret olisivat valmiita kertomaan, jos joutuisivat itse kiusaamisen kohteeksi tai jos he näkisivät sosiaalisessa mediassa kiusaamista. Lähes kaikki olivat valmiita kertomaan asiasta vanhemmalle tai huoltajalle.

Nettikiusaamiseen on vaikea puuttua, jos nuori ei tuo sitä esille. Kannustimme videolla nuoria kertomaan, jollekin turvalliselle aikuiselle, jos kohtaa kiusaamista netissä. Esimerkiksi, vanhemmalle, huoltajalle, sukulaiselle, opettajalle, valmentajalle, koulun

terveydenhoitajalle, kuraattorille tai vaikka nuorisotyöntekijälle. Kiusaajan viesteihin ei kannata vastata, mutta niitä on hyvä säilyttää ja tallentaa, jotta sinulla on myöhemmin todisteita kiusaamisesta. Useilla sosiaalisen median palveluilla on myös ylläpito, jolle pystyt tehdä ilmoituksen kiusaamisesta tai sopimattomasta sisällöstä. Ylläpitäjä voi poistaa pilkkaavan tekstin tai kuvan ja mahdollisesti selvittää kuka tämän on tehnyt. Pitkään jatkuneissa ja vakavissa kiusaamistilanteissa voit myös kertoa kiusaamisesta poliisille. Toisen henkilön uhkaaminen, halventaminen tai loukkaaminen voidaan tulkita vahingonkorvauksiin, sakkoihin tai jopa vankeuteen johtavaksi rikokseksi. (Nuortennetti www-sivut 2021.)

Keräsimme videoon myös muutamia puhelin- ja chat palveluita. Nuoresta voi tuntua hankalalta kertoa asioista kasvotusten ja kokee olevansa yksin mieltä painavien asioiden kanssa. Näiden palveluiden avulla nuori tulee kuulluksi ja saa apua mieltä askarruttaviin asioihin. Listaamiamme palveluita ovat Mannerheimin lastensuojeluliiton lasten ja nuorten maksuton puhelin. Yhteyttä voi myös ottaa nettikirjeen tai chatin kautta. Puhelimeen voi soittaa maksutta koko maassa joka päivä. Puhelimessa vastaa vapaaehtoinen aikuinen, jolla on aikaa kuunnella. Puhelimessa vastaavat aikuiset päivistäjät ovat vaitiolovelvollisia ja puhelut ovat luottamuksellisia. (Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut 2021.) RIKU – rikosuhripäivystys, antaa mahdollisuuden keskustella henkilön kanssa, joka ymmärtää mitä rikoksen uhriksi joutuminen voi merkitä. Siellä kuunnellaan, keskustellaan ja ohjataan tarpeen mukaan edelleen. Palvelu on maksuton ja siihen voi soittaa nimettömänä. Heidän nettisivuiltaan löydät myös chat-palvelun. (Riku www-sivut 2021.) Valtakunnallinen keskustelualusta sekaisin-chat on tarkoitettu 12–29-vuotiaille. Sekaisin-chat tarjoaa keskusteluapua mieltä askarruttavissa kysymyksissä. Palvelussa pystyt keskustelemaan luottamuksellisesti ja nimettömänä. Chat on auki joka päivä. (Sekaisin247 www-sivut 2021.) Apuu-chat on SOS-Lapsikylän ammattilaisten, sekä koulutettujen vapaaehtoisten tarjoama keskustelualusta, jossa kohderyhmänä on 7–15-vuotiaat lapset. Chatissa voi keskustella mistä tahansa, mutta ensisijaisesti siellä pyritään auttamaan lapsia, jotka tuntevat olonsa turvattomiksi tai uhatuksi. Chatissa kuunnellaan ja tuetaan ja tarvittaessa myös neuvotaan eteenpäin. (Apuu www-sivut 2021.) Instagramissa ja TikTokissa aktiivisena toimii myös @suavarten\_official. He rakentavat some sisältöä häirintää vastaan ja vastailevat arkisin nuorten viesteihin.

#### 4.2.2 Mitä on grooming?

Videossa myös puhumme ilmiöstä nimeltä grooming. Videolla kerromme mitä grooming tarkoittaa ja miten sitä netissä tapahtuu. Tarkoituksena on jakaa tietoutta groomingista, jotta se tunnistettaisiin niin lapsien kuin kasvattajien ja huoltajien keskuudessa. Nuori tai lapsi ei välttämättä tunnista groomingia tai seksuaalista väkivaltaa, joka kohdistuu häneen groomingin seurauksena. Videoilla myös painotimme sitä, ettei groomingin kohteeksi joutuminen ole ikinä lapsen tai nuoren syy, vaikka hän lähtisikin mukaan viestittelyyn ja olisi siinä jopa aloitteellinen osapuoli. Lapsi voi tuntea tästä syyllisyyttä sekä häpeää.

No mitä groomingia tekevä aikuinen sitten tekee, että saa lapsen huomion? Hän yrittää sinnikkäästi saada lapsen viestittelemään tai jakamaan kuviaan, hän lähettää lapselle paljon viestejä ja pyytää pitämään keskustelut salassa. Hän kehuu lapsen ulkonäköä ja pyytää häntä jakamaan salaisuuksia ja henkilökohtaisia tietoja. Hän lähettää itse seksuaalissävyytteisiä viestejä ja pyytää lastakin tekemään näin. Groomaaja voi uhata ja kiristää lasta lähettämään seksuaalissävyytteisiä kuvia itsestään ja jos lapsi ei suostu lähettämään kuvia lisää voi hän uhata jakaa kuvat nettiin. Hän voi uhata lasta väkivallalla. Groomaaja voi tekeytyä nuoremaksi kuin on ja luvata ostaa lapselle, meikkejä, alkoholia, tai mitä nuori haluaa, saadakseen hänen luottamuksensa. Groomingia voi tapahtua kaikilla sosiaalisen median alustoilla, joilla lapset viettävät aikaansa. (Pelastakaalapset [www-sivut n.d.](#)) ”Alle 18-vuotiaan houkuttelu seksuaalisiin tarkoituksiin on Suomessa laitonta (Rikoslaki 1889/39 20. luku 8 b §). Aina, jos epäilee lapsen kohdistuneen groomingia, tulee siitä tehdä ilmoitus suoraan poliisille tai Nettivihjeelle.” (Pelastakaalapset [www-sivut n.d.](#))

### 4.3 VIDEO 3 - Somehyvinvointi, onks se jotain syötävää?

#### 4.3.1 Turvallinen sosiaalinen media

Videossa kolme keskustelimme sosiaalisessa mediassa olevista ikärajoista. Kyselysämme kävi ilmi, että nuoret ovat tietoisia sosiaalisen median palveluiden ikärajoista. Whatsappin, Instagramin ja Facebookin ikäraja on 13-vuotta, sitä nuoremmat voivat

kuitenkin käyttää palvelua vanhemman luvalla. (Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut 2018.) Youtuben ikäraja on 16-vuotta. Videoita Yotubessa pystyy katso-  
maan minkä ikäinen tahansa, mutta jos haluat luoda tilin, täytyy sinun silloin olla 16-  
vuotias. Ikärajojen kiertäminen on käytännössä helppoa ja mahdollista. Mutta vanhem-  
pien olisi kuitenkin hyvä keskustella nuoren kanssa siitä mihin sosiaalisen median pal-  
veluihin hän luo tilejä. (Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut 2021.)

Turvalliseen ja vastuulliseen mediankäyttöön nuori tarvitsee konkreettisia ohjeita. Huoltajat voivat muistuttaa nuorta yksityisasetuksista, salasanoista, kuvaamisesta ja henkilökohtaisten tietojen ja asioiden jakamisesta sosiaalisessa mediassa ja peleissä. Nuorelle kannattaa puhua myös toisia huomioivista ja kunnioittavista käytöstavoista digitaalisissa ympäristöissä. (Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut 2021.) Huoltajien kannattaa tutustua nuoren käyttämiin sosiaalisiin medioihin, peleihin ja muihin digitaalisiin palveluihin. Huoltajan ei tarvitse osata kaikkea, mutta on tärkeää ottaa asia puheeksi, olla kiinnostunut ja kuunnella. Moni itsenäinen nuori tarvitsee edelleen vanhemman tukea ja läsnäoloa, sekä mielipiteitä. Keskustelkaa yhdessä net-tisällöistä ja sosiaalisen median kanavista, joita nuori käyttää. Huoltajan on hyvä olla läsnä ja tarvittaessa auttaa, tukea ja antaa palautetta nuorelle mediankäyttöön liitty-vissä asioissa. Nuorelle on myös hyvä muistuttaa, että netissä kaikki ei aina ole sitä miltä vaikuttaa ja myös muille viestimisessä tulee olla terveellä tavalla kriittinen, ke-nen kanssa juttelee. On hyvä tukea nuoren kriittistä medialukutaitoa ja keskustella mil-laisiin tiedonlähteisiin voi luottaa. (Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut 2021.)

#### 4.3.2 Somehyvinvointi

Sosiaalisen median käytöstä on tullut olennainen osa jokapäiväistä elämäämme ja sen palvelut ovat koukuttavia. Sivujen tutkiminen ja koko ajan uudelleen päivittäminen on tehty helpoksi ja loputtomaksi työmaaksi, koska uusia päivityksiä tulee jatkuvasti nä-kyville. Sosiaalisen median selaamiseen jääkin helposti koukkuun ja se voi viedä pal-jon aikaa päivän muista tehtävistä. Loputon sivujen selaaminen aiheuttaa riippuvuutta, sekä ulkopuolelle jäämisen pelkoa, mahdollisuus siitä, että jokin asia sosiaalisessa me-diassa jää näkemättä voi hallita sen käyttöä. Jos sosiaalinen media alkaa vaikuttamaan

unenlaatuun, harrastuksiin tai koulunkäyntiin, siitä on tullut ongelma. Irtautuminen sosiaalisesta mediasta on silloin tarpeen. Ennen nukkumaanmenoa on hyvä olla pois erilaisten ruutujen ääreltä. Tämä voi auttaa nukahtamiseen, sekä unenlaatuun. Sosiaalisen median käyttö tulisi olla päivän askareiden rinnalla niiden korvaamisen sijasta. Voit myös tarkkailla esimerkiksi erilaisten puhelimeen ladattavien sovellusten kautta aikaa, jonka käytät päivittäin puhelimella. Somehyvinvointiin kuuluu myös liikunnan harrastaminen, joka tukee terveellistä elämää. (treated www-sivut n.d.)

Videoilla painotamme myös sitä, että seuraa sosiaalisessa mediassa vain niitä henkilöitä, jotka tuovat sinulle hyvää mieltä. Se voi olla inspiraatiota, vertaistukea, lempeyttä itseäsi kohtaan tai vaikka hauskoja juttuja. Älä hukkaa aikaasi sellaiseen sisältöön, joka aiheuttaa huonoa mieltä.

#### 4.4 VIDEO 4 - Ulkonäköpaineet somessa – riitänkö mä näin?

##### 4.4.1 Sosiaalisen median tuottamat ulkonäköpaineet

Kyselyssämme kävi ilmi, että sosiaalinen media tuottaa nuorille jonkin verran ulkonäköpaineita. Tämä tieto ei kylläkään tullut meille yllätyksenä. Viimeisellä videolla keskustelemme sosiaalisen median luomista paineista varsinkin ulkonäköön liittyvien paineiden näkökulmasta. Haluaisimme rohkaista nuoria olemaan juuri sellaisia kuin ovat ja olemaan vertailematta itseään muihin. Useimmiten sosiaalisessa mediassa nähdään vain elämän kohokohtia, jokainenhan saa valita mitä sosiaalisessa mediassa haluaa näyttää. Jos kaikki nuoren näkemät kuvat verkossa ovat huolellisesti valikoituja ja muokattuja, sillä useimmiten on negatiivinen vaikutus omaan itsetuntoon ja ulkonäköön. Sosiaalisessa mediassa olevien ”filttereiden” eli kuvanmuokkausohjelmien avulla voidaan muuttaa ulkonäköä, niin että se muuttuu epärealististen kauneusihanteiden mukaiseksi. Filtrit voivat muun muassa kirkastaa ja tasoittaa ihonsävyä, kaventaa kasvojen piirteitä, pidentää silmäripsiä, vaihtaa silmien väriä tai saada huulet näyttämään muhkeammilta. Filtereiden käyttäminen kuvaa ottaessa voi myös olla itseilmaisun keino, mutta kun niitä käytetään ylläpitämään yhteiskunnan asettamia kauneusihanteita, on se merkki nuoren epävarmuudesta ulkonäköön kohtaan, sekä riittämättömyyden tunteesta, että riittääkö hän sellaisena kuin on.

Nuoret olivat vastanneet kyselyyn ulkonäköpaineista ja omana itsenään olosta sosiaalisessa mediassa muun muassa, että somessa kaikki näyttävät täydelliseltä, muut ovat kauniimpia tai paremman näköisiä ja että ei voi olla sosiaalisessa mediassa oma itsensä, ettei muut pitäisi outona.

Nuoruvaiheessa ulkonäkö mietityttää lähes kaikkia. Epävarmuus omasta vartalosta kuuluu nuoruuteen. Median luomat kauneushanteet naisille on laihat, jopa alipainoiset henkilöt. Kun taas miehille tarjotaan samaistumiskohteiksi lähes ainoastaan karvattomia, lihaksikkaita vartaloita ja huoliteltua ulkonäköä. Ei siis ihme, että ihmiset alkavat kuvitella, että heidänkin pitäisi näyttää samanlaisilta kuin mediassa. Epärealistisen ulkonäkömuotin tavoittelu voi ajaa nuoren hillittömään itsensä tarkkailuun ja alkaa nakertaa itsetuntoa. (Nuortennetti www-sivut 2020.)

#### 4.4.2 Sosiaalisen median tuottamat positiiviset vaikutukset

Nuoret kokevat sosiaalisella medially olevan paljon positiivisia vaikutuksia elämässään. Vaikka sosiaalinen media luo ulkonäköpaineita kokevat nuoret myös sen lisäksi itsevarmuutta, rohkeampaa mielipiteiden esilletuomista, samanhenkisten ihmisten ja vertaistuen löytämistä, sekä inspiraation ja motivaation lähteenä toimimista. Tämän hetken sosiaalisessa mediassa yritetään rikkoa tyypillisiä kauneushanteita ja normalisoida erilaisten ihmisten kehot. Sosiaalisen median kautta voi myös löytää oman kutsumuksensa ja kiinnostuksen kohteensa esimerkiksi erilaisista ryhmistä. Näin voi löytää myös samanhenkisiä ihmisiä, vertaistukea ja yhteisöllisyyttä. Sosiaalisen median kautta annettava positiivinen palaute voi myös olla helpompaa kuin kasvotusten annettava palaute.

Annoimme videolla vinkkejä, miten voit tukea omaa minäkuvaasi ja saat vahvistettua omaa itsetuntoasi. Pohdi mihin olet itsessäsi tyytyväinen, se voi olla esimerkiksi jokin taito, luonteenpiirre tai ulkonäköön liittyvä asia. Kirjoita mieleesi tulleita asioita ylös ja laita ne näkyvälle paikalle, josta voit nähdä ne joka päivä. Muistele mistä sinua on kehuttu tai olet saanut positiivista palautetta. Vietä aikaasi sellaisten ihmisten kanssa, joiden kanssa sinun on hyvä olla. Tee näin myös sosiaalisessa mediassa ja seuraa siellä



vain ihmisiä, jotka saavat sinulle hyvän mielen. Pidä huolta itsestäsi, pyri syömään hyvin, nukkumaan riittävästi, sekä liikkumaan. Tee asioita, jotka saavat sinut voimaan hyvin ja jaksamaan.

## 5 POHDINTA

Päädymme opinnäytetyömme aiheeseen nopeasti, sen ajankohtaisuuden ja tärkeyden vuoksi. Sosiaalisen median mahdollisuudet ovat rajattomat, joten aiheen rajaaminen oli aluksi haastavaa. Kyselyn avulla kartoitimme mitkä aiheet olisivat ajankohtaisia ajatellen kohderyhmää, jolle videot ovat suunnattu. Kyselyssä nousikin neljä selkeää teemaa, joista päätimme alkaa rakentamaan videosarjaa.

Yksi suosituimmista sosiaalisen median kanavista oli YouTube, siksi videoiden tekeminen olikin nykyaikainen vaihtoehto jakaa tietoa sosiaalisen median eri aihealueista. Tietoa löytyy jonkin verran netistä, mutta se on tekstin muodossa, joten videot ovat helpommin lähestyttävää nuoria ajatellen. Halusimme videoista tiiviitä tietopaketteja, jotta nuoret eivät pitkästyisi ja keskittyminen säilyisi koko videon ajan. Videoilla haluamme ja pyrimme herättelemään nuoria, sekä huoltajia ajattelemaan sosiaalisen median hyviä ja huonoja puolia. Pääasiassa sosiaalinen media herättää nuorissa positiivisia ajatuksia ja halusimme keskittyä videoilla myös niihin, pelkkien negatiivisten puolien sijaan.

Opinnäytetyön myötä olemme päässeet syventämään myös aikaisempaa tietouttamme sosiaalisen median maailmaan. Koemme että tällä on hyötyä tulevaisuuden työssämme nuorten parissa. Olemme kehittäneet opinnäytetyön myötä myös tiedonhakemisen taitoa erilaisten lähteiden kautta. Tätä taitoa tulemme tarvitsemaan työssämme jatkuvasti erilaisia tilanteita kohdatessamme.

Aloitimme opinnäytetyön tekemisen keväällä 2021, mutta kesän aikana projekti ei juurikaan edistynyt. Syksyllä jatkoimme opinnäytetyön parissa. Toteutimme kyselyn uudesta, aiemmin toteutetun kyselyn huonon vastaus määrän vuoksi. Tällä kertaa

saimme kyselyyn hyvin vastauksia ja pääsimme jatkamaan seuraavaan vaiheeseen opinnäytetyömme parissa. Opinnäytetyöprosessi on ollut ajoittain haastavaa, kahden eri ihmisen näkemyserojen, sekä yhteisen ajan löytämisen haasteiden vuoksi. Olemme kuitenkin selvittäneet haasteemme ja kokeneet opinnäytetyön tekemisen merkityksellisenä.

Opinnäytetyön tilaaja on pitänyt aihetta ajankohtaisena ja tärkeänä. Yhteyshenkilömme Anniina on ollut tiiviisti mukana videoiden sisällön suunnittelussa ja olemme saaneet häneltä myös tukea ja ohjausta. Yhteistyö myös Kaarisillan koulun henkilökunnan kanssa toimi mutkattomasti ja he olivat kiinnostuneita auttamaan kyselyn toteuttamisessa ja saimme hyvää palautetta opinnäytetyöstämme.

Koska sosiaalisen median mahdollisuudet ovat rajattomat ja se on alati kehittyvä ja muuttuva palvelu, koemme työmme olleen pintaraapaisu koko sen monipuolisuudesta. Koska päätimme tehdä videot neljästä eri aiheesta, koemme että paljon jäi vielä sanomatta ja jokaiseen aiheeseen voisi vielä syventyä erikseen. Sosionomit voisivat tutkia sosiaalisen median käyttötottumuksien vaikutuksia lapsen kasvun ja kehityksen kannalta, sekä sen vaikutuksia myös aikuisten ihmisten elämässä, koska nykypäivänä melkein jokainen käyttää sosiaalisen median palveluita. Sairaanhoitajat, sekä fysioterapeutit voisivat taas peilata sosiaalisen median terveydellisiä vaikutuksia eri ikäluokissa. Tekemämme opinnäytetyön aihetta voisikin jatkaa tutkimalla sosiaalisen median vaikutuksia ja käyttötottumuksia eri ikäluokissa.

Opinnäytetyötä tehdessä pääsimme syventymään nuorten sosiaalisen median käyttöön ja sen eri puoliin. Työ on vahvistanut ajatustamme siitä, millaisena sosiaalinen media koetaan nuorten näkökulmasta nykypäivänä. Se on iso osa nuoren elämää ja koetaan pääasiassa positiivisessa valossa. Sosiaalisessa mediassa on myös negatiivisia asioita, mutta toivomme että niistä keskustelemalla ja jakamalla tietoa pystyisimme rakentamaan sosiaalisesta mediasta mieluisen paikan kaikille. Opinnäytetyön valmistuttua olemme tyytyväisiä työhömmee, joka on meidän molempien näköinen.

## LÄHTEET

Apuu – aikuinen auttaa. Viitattu 22.9.2021. <https://apuu.fi>

Craven, S., Brown, S., & Gilchrist, E. 2006. Sexual grooming of children: Review of literature and theoretical considerations. *Journal of sexual aggression*, 12(3), 287–299.

Finlex. 2013. Perusopetuslaki 29 § Oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön. Viitattu 29.10.2021. <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628>

Haasio, A. 2016. Koukussa nettiin: Lapset, nuoret ja verkon vaarat. Helsinki: BTJ.

Kettunen, M. 2014. Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa nuorten keskuudessa. (Pro gradu -tutkielma, Jyväskylän yliopisto, viestintätieteiden laitos.)

Lasten ja nuorten säätien www-sivut. 2021. Unelmien some. Viitattu 3.11.2021. <https://www.nuori.fi/unelmien-some-2021/>

Lastensuojelun keskusliiton e-julkaisu. 2016. Mikä sosiaalinen media. Viitattu 27.9.2021. <http://laskl.e-julkaisu.com/lastensuojelu-ja-some/mika-sosiaalinen-media/>

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2021. Nettikiusaaminen. Viitattu 27.10.2021. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/hyvinvointia-digijassa/nettikiusaaminen/>

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2021. Lasten ja nuorten puhelin. Viitattu 27.10.2021. <https://www.mll.fi/vanhemmille/toiminta-lapsiperheille/lasten-ja-nuorten-puhelin/>

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2021. Vanhemmille. Lapsen kasvu ja kehitys. 12–15-vuotias ja mediankäyttö. Viitattu 22.10.2021. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/12-15-v/12-15-vuotias-ja-median-kaytto/>

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2021. Vanhemmille. Tietoa lapsiperheen elämästä. Hyvinvointia digijassa. Nettikiusaaminen. Viitattu 20.9.2021. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/hyvinvointia-digijassa/nettikiusaaminen/>

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2021. Vanhemmille. Tietoa lapsiperheen elämästä. Lapset ja media. Lapsi sosiaalisessa mediassa. Viitattu 3.11.2021. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-ja-media/lapsi-sosiaalisessa-mediassa/>

Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut. 2021. Lapsi haluaa tubettaa. Viitattu 2.11.2021. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-ja-media/lapsi-haluaa-tubettaa%E2%80%AF/>

Nuokka.fi. Karhukuntien nuorten omat sivut. n.d. Viitattu 22.9.2021. [www.nuokka.fi](http://www.nuokka.fi)

Nuortenlinkki. Mistä apua. Nettipalvelut. n.d. Viitattu 22.9.2021. <https://nuortenlinkki.fi/mista-apua/nettipalvelut>

Nuortennetti www-sivut. 2021. Nettikiusaaminen. Viitattu 27.10.2021. <https://www.nuortennetti.fi/netti-ja-media/nettikiusaaminen/mita-voi-tehda-jos-joutuu-nettikiusaamisen-kohteeksi/>

Nuortennetti. 2020. Mieli ja keho. Mielenhyvinvointi. Hyvä minä. Ulkonäköpaineita. Viitattu 30.9.2021. <https://www.nuortennetti.fi/mieli-ja-keho/mielen-hyvinvointi/hyva-mina/ulkonakopaineita/>

Pelastakaa lapset ry. 2021. Grooming lasten silmin – selvitys lasten ja nuorten kokemasta groomingista netissä. Viitattu 24.9.2021. [https://pelastakaalapset.s3.eu-west-1.amazonaws.com/main/2021/05/06153034/grooming lasten silmin 2021.pdf](https://pelastakaalapset.s3.eu-west-1.amazonaws.com/main/2021/05/06153034/grooming%20lasten%20silmin%202021.pdf)

Pelastakaa lapset ry. Kehittämisen- ja asiantuntijatyö. Lapsen houkuttelu seksuaalisiin tarkoituksiin. Grooming. Viitattu 24.9.2021. <https://www.pelastakaalapset.fi/kehittamis-ja-asiantuntijatyo/nettivilje-ja-seksuaalivakivallan-ennaltaehkaisy/tietoa-lapsiin-kohdistuvasta-seksuaalivakivallasta/lapsen-houkuttelu-seksuaalisiin-tarkoituksiin-grooming/>

Riku www-sivut. 2019. Rikosuhripäivystys. Viitattu 27.10.2021. <https://www.riku.fi/palvelut/rikosuhripaivystys-116-006/>

Sekaisin247 www-sivut. n.d. Viitattu 27.10.2021. <https://sekasin247.fi/>

Suomen Mielenterveys ry:n www-sivut. Viitattu 16.9.2021. <https://mieli.fi/fi>

Suvera Oy. 2019. Sinä – elämäsi tärkein ihminen. Mielenterveydestä. Viitattu 18.9.2021. <https://www.suvera.fi/2019/10/21/minakuva-ja-itsetunto>

Syömishäiriöliiton www-sivut. 2020. Kehonkuva, sukupuolinormit ja syömishäiriö. Viitattu 4.11.2021. <https://syomishairioliitto.fi/blogi/kehonkuva-sukupuolinormit-ja-syomishairio>

Termipankin www-sivut. 2017. Sosiaalinen media. Viitattu 4.11.2021. <https://termipankki.fi/tepa/fi/haku/sosiaalinen%20media>

Theseus. Poliisiammattikorkeakoulun opinnäytetyö. 2019. Wilma Lamminpää. ”Oot niin söpö! Eikö voitais nähdä?”.Grooming-ilmiö sosiaalisessa mediassa. Viitattu 24.9.2021. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/263307/ON\\_Lamminp%C3%A4%C3%A4.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/263307/ON_Lamminp%C3%A4%C3%A4.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Treated www-sivut. n.d. Sosiaalinen media ja henkinen hyvinvointi. Viitattu 2.11.2021. <https://fi.treated.com/blogi/sosiaalinen-media-ja-mielenterveys>

Väestöliiton www-sivut. 2021. Viitattu 21.10.2021. <https://www.vaestoliitto.fi/>

## TUTKIMUSLUPAHAKEMUS



Sivistystoimiala

## TUTKIMUSLUPAHAKEMUS

Saapumispäivä: 15.10.2021

## HAKIJA JA ORGANISAATIO

Nimi Juulia Lindstedt	Oppilaitos / organisaatio ja osoite Satakunnan ammattikorkeakoulu
Puhelin	Säännöllisesti käytettävä sähköposti juulia.lindstedt@student.samk.fi
Tämän hetkinen koulutusala / työtehtävä Sosiaali alan koulutusohjelma, sosionomi	
Muut tutkijat / tutkimusryhmän jäsenet / tutkimukseen osallistuvat tahot Veera Köykkä	
Tutkimuksen vastuhenkilö / opinnäytetyön ohjaaja oppilaitoksessa: nimi ja yhteystiedot (s. posti) Seppo Pamppunen, seppo.pamppunen@samk.fi	

## TUTKIMUKSEN / OPINNÄYTETYÖN TIEDOT

<input checked="" type="checkbox"/> Alempi korkeakoulututkinto (AMK / kandidaatti, opinnäyte)	<input type="checkbox"/> Pro gradu / YAMK	<input type="checkbox"/> Licensiaattitutkimus	<input type="checkbox"/> Väitöskirja	<input type="checkbox"/> Muu, mikä?
Tutkimuksen / opinnäytetyön nimi				
Turvallisen sosiaalisen median peruspilarit				
Tutkimussuunnitelman hyväksymispäivämäärä oppi-/tutkimuslaitoksessa 11.2.2021				
Lyhyt yhteenveto tutkimussuunnitelmasta				
Opinnäytetyön tavoitteena on levittää tietoutta sosiaalisen median hyödyistä ja haitoista, sekä pureutua sosiaalisessa mediassa näkyviin ilmiöihin esimerkiksi sosiaalisen median luomat odotukset, itsetunto ja nettikiusaaminen.				
Tutkimuksen tarkoituksena on kerätä aineistoa 6-7 luokkalaisten sosiaalisen median käyttötottumuksiin liittyen ja koota vastauksien avulla tietoisuutta tyypisistä videoista. Vastaukset auttavat meitä rakentamaan kattavan kokonaisuuden niistä sosiaalisen median teemoista, joista nuoret tarvitsevat lisää tietoa.				
Tutkimuksen kohde Sivistystoimialalla (esim. koulu, päiväkot)				
Kaarisillan koulun 6-7 luokkalaisten				
Aineiston keruu-aika: toukokuu 2021	Tutkimuksen arvioitu valmistumisaika: joulukuu 2021	Otoksen koko:		
Käsitelläänkö tutkimuksessa henkilötietoja? <input checked="" type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä				
Kohderyhmä: <input type="checkbox"/> Asiakkaat <input type="checkbox"/> Omaiset <input type="checkbox"/> Henkilökunta <input type="checkbox"/> Asiakirjat <input checked="" type="checkbox"/> Muu, mikä? <b>oppilaat</b>	Aineiston keruumenetelmä: <input checked="" type="checkbox"/> Kysely <input type="checkbox"/> Haastattelu <input type="checkbox"/> Havainnointi <input type="checkbox"/> Asiakirja- / tilastoanalyysi <input type="checkbox"/> Muu, mikä?			
Tutkimuksen hyödyt / vaikutukset Porin kaupungin sivistystoimialalle				

## Sivistystoimiala

Tutkimuksen avulla jaetaan lisää tietoisuutta nuorille, sekä heidän huoltajille sosiaalisen median hyödyistä ja haitoista.
Yhteys henkilö(t) sivistystoimialassa Johanna Siitari, Kaarisillan koulun rehtori
Onko yhteys henkilöllä tarve toimia tutkimusapulaisena? <input type="checkbox"/> ei <input checked="" type="checkbox"/> kyllä. Miten? <b>Mahdollistaa oppilaiden vastaaminen kyselyyn, jakamalla heille kyselyn linkki.</b>

## SITOUKSET JA ALLEKIRJOITUKSET

Sitoudun siihen, etten käytä saamiani tietoja tutkittavan tai hänen läheistensä vahingoksi tai halventamiseksi taikka sellaisten etujen loukkaamiseksi, joiden suojaksi on säädetty salassapitovelvollisuus. En luovuta saamiani henkilötietoja sivullisille enkä käytä niitä muuhun tarkoitukseen, kuin mihin tutkimuslupa on myönnetty. Sitoudun tutkijan eettisiin periaatteisiin, tutkimuksen toteutusehtoihin ja sivistystoimialan antamiin ohjeisiin ja sääntöihin. Sitoudun raportoimaan tutkimuksen / opinnäytetyön tuloksista ja luovutan valmiin tutkimusraportin korvauksetta sivistystoimialalle.	
Paikka ja päivämäärä Pori 28.4.2021	Allekirjoitus ja nimeselvennys <i>Julia Lindstedt</i> Julia Lindstedt

## LIITTEET

<input type="checkbox"/> Tutkimussuunnitelma <input type="checkbox"/> Kysely-/haastattelulomake <input type="checkbox"/> Aineistonkeruulomake <input type="checkbox"/> Muu aineistonkeruuseen liittyvä materiaali (esim. yhteydenottokirje ja suostumusasiakirja tutkittavalle / huoltajalle) <input type="checkbox"/> Rekisteriseloste <input type="checkbox"/> Muu liite, mikä?  <input type="checkbox"/> Tutkimukseni voidaan julkaista Porin kaupungin Internet-sivuilla
---

## PÄÄTÖS

<input type="checkbox"/> Tutkimuslupa myönnetään Mahdolliset ehdot liitteenä	
<input type="checkbox"/> Tutkimuslupaa ei myönnetä Perustelut liitteenä	
Tutkimusluvan myöntäjä <i>Johanna Siitari</i>	Päiväys Oct 15, 2021

KYSELYLOMAKE

**Turvallisen sosiaalisen median peruspilarit**

Moikka täällä kirjottelee Juulia ja Veera!

Me opiskelemme Satakunnan ammattikorkeakoulussa sosionomeiksi ja meidän kuuluu tehdä lopputyönä opinnäytetyö. Me olemmekin päädytty tekemään tämä opinnäytetyö sosiaalisen median monipuolisuudesta, sen hyvistä ja huonoista puolista. Tarvitaisiinkin teidän apuanne, että päästään työssämme eteenpäin.

Kysely toteutetaan anonyyminä, joten voit vastata kysymyksiin ihan rehellisesti ja sitä teiltä toivotaankin. Vastauksienne perusteella kuvataan Nuokkarahun YouTube-kanavalle videoita, sosiaaliseen mediaan liittyvistä asioista.

Kyselyyn vastaaminen vie n. 5-10min.

1. Millä luokalla olet?

- a. 6. luokalla
- b. 7. luokalla

2. Mitä sosiaalisen median palveluita käytät?

- a. Snapchat
- b. Instagram
- c. Facebook
- d. WhatsApp
- e. TikTok
- f. YouTube
- g. Twitter
- h. Pinterest
- i. Discord

j. Spotify

k. Muu?

3. Oletko tietoinen käyttämiesi palveluiden mahdollisista ikärajoista?

a. Kyllä

b. Ei

4. Oletko jutellut vanhempien/huoltajien kanssa sosiaalisen median käytöstä?

a. Kyllä

b. Ei

5. Jos vastasit edelliseen kysymykseen kyllä, kerro mistä olette jutelleet?

-> Oma vastaus

6. Mitä positiivisia tunteita sosiaalinen media herättää sinussa?

a. iloa

b. onnellisuutta

c. innostuneisuutta

d. yhteenkuuluvuuden tunnetta

e. hyväntuulisuutta

f. pirteyttä

g. itsevarmuutta

h. inspiroituneisuutta

i. olen löytänyt kavereita

j. Muu:

7. Mitä negatiivisia tunteita sosiaalinen media herättää sinussa?

a. kateellisuutta

b. ulkopuolelle jäämisen pelkoa

c. riittämättömyyden tunnetta

d. ahdistusta

e. epävarmuutta

f. turvattomuutta

g. pelkoa



h. Muu:

8. Mitä hyvää olet saanut sosiaalisesta mediasta?

- a. uusia kavereita
- b. yhteydenpitoa nykyisiin kavereihin
- c. peliseuraa
- d. juttuseuraa
- e. viihdettä
- f. itsensä ilmaisua
- g. löytänyt uusia julkkiksia/idoleita, joita seurata

h. Muu:

9. Oletko kohdannut itse/nähnyt toisiin kohdistuvaa kiusaamista sosiaalisessa mediassa?

- a. Kyllä
- b. ei

10. Jos vastasit edelliseen kyllä, niin millaista kiusaamista olet kohdannut?

- a. uhkailua
- b. kiristämistä
- c. salakuvien ottamista ja jakamista
- d. nimittelyä/haukkumista
- e. ulkopuolelle jättämistä
- f. huhujen levittämistä
- g. Muu:

11. Kenelle kertoisit, jos sinä itse tai kaverisi joutuisi some kiusaamisen kohteeksi?

- a. vanhemmille/huoltajille
- b. sisaruksille
- c. kavereille
- d. jollekin sukulaiselle
- e. opettajalle
- f. terveydenhoitajalle
- g. koulukuraattorille

h. koulun perhetyöntekijälle

i. nuorisotyöntekijälle

j. harrastuksen vetäjälle

k. en kenellekään

l. Muu:

12. Mihin tarkoitukseen käytät sosiaalista mediaa?

a. jutteluun

b. pelaamiseen

c. snäppäämiseen

d. kaverien etsimiseen

e. kuvien selailuun

f. videoiden katsomiseen

g. sisällön rakentamiseen

h. Muu:

13. Koetko, että voit olla vapaasti oma itsesi sosiaalisessa mediassa?

a. Kyllä

b. Ei

14. Jos vastasit aikaisempaan kysymykseen ei, niin miksi et voi?

Oma vastaus ->

15. Onko ulkonäköäsi kommentoitu sosiaalisessa mediassa ja miten se on vaikuttanut sinuun?

a. se on vaikuttanut minuun positiivisesti

b. se on vaikuttanut minuun negatiivisesti

c. se on vaikuttanut minuun molemmilla tavoilla

d. se ei ole vaikuttanut minuun mitenkään

16. Haluatko kertoa, miksi se on herättänyt näitä tunteita?

Oma vastaus ->

17. Luoko sosiaalinen media ulkonäköpaineita?

a. Kyllä

b. Ei

18. Jos vastasit edelliseen kysymykseen kyllä, niin miten?

Oma vastaus ->

19. Kerro vielä loppuun joku tyyppi, jota ihailet tai tykkäät seurata sosiaalisessa mediassa? Voit myös kertoa miksi pidät hänestä.

Oma vastaus ->

20. Jos sinulla on vielä jotain, jota haluat kertoa tai sanoa sosiaalisesta mediasta tai tästä kyselystä, niin nyt sana on vapaa! :)

Oma vastaus ->

Videoidemme kansikuva



<https://www.youtube.com/channel/UCdtei3SE2K6PkPXVid4iRrw>