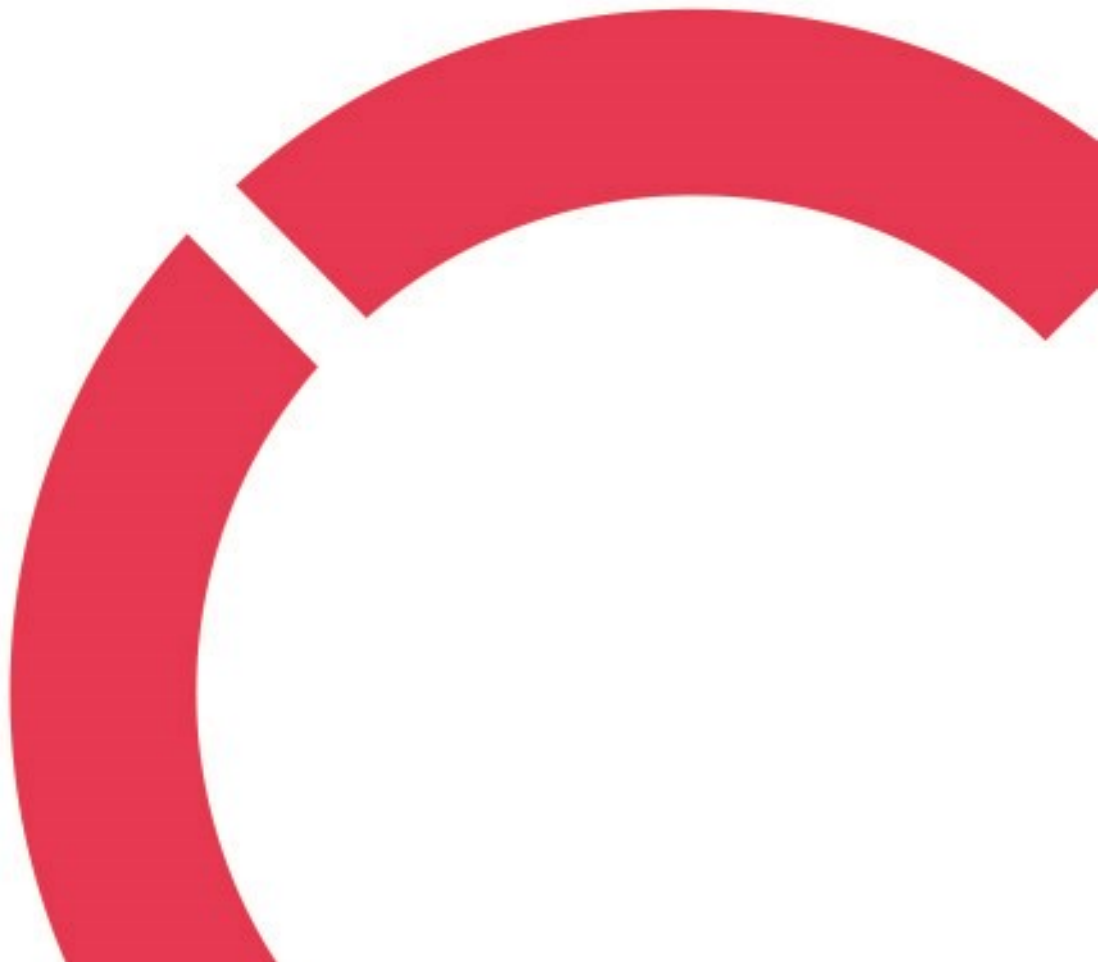


Kirsi Karsikas

**SÄHKÖISEN VIESTINNÄN VAIKUTUS
IHMISTEN VÄLISIIN SUHTEISIIN**

**Opinnäytetyö
CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU
Tieto- ja viestintäteknikan koulutus
Huhtikuu 2022**



Centria-ammattikorkeakoulu	Aika Huhtikuu 2022	Tekijä/tekijät Kirsi Karsikas
Koulutus Tieto- ja viestintätekniiikan koulutusohjelma		<input checked="" type="checkbox"/> AMK <input type="checkbox"/> YAMK
Työn nimi SÄHKÖISEN VIESTINNÄN VAIKUTUS IHMISTEN VÄLISIIN SUHTEISIIN		
Työn ohjaaja Virve Antinoja		Sivumäärä 54 + 1
Työelämäohjaaja		
<p>Tässä opinnäytetyössä selvitettiin, kuinka sähköinen viestintä vaikuttaa ihmisten välisiin suhteisiin. Tutkimuksen materiaalina käytettiin aiheeseen liittyvää kirjallisuutta, sähköisiä julkaisuja, omia kokemuksia ja kyselytutkimusta. Kyselytutkimus toteutettiin Webropol-sivuston kautta tehtynä sähköisenä anonyymina kyselynä. Linkki kyselyyn oli julkisessa jaossa Facebookissa Ullavassa tapahtuu -sivulla sekä tutkimuksen tekijän yksityisellä Facebook-sivulla. Lisäksi linkkiä jaettiin yksityisesti, jotta tutkimukseen saataisiin mukaan myös henkilöitä, jotka eivät käytä Facebookia.</p> <p>Hypoteesi eli oletus aiheeseen liittyen oli, että sähköinen viestintä vaikuttaa ihmisten välisiin suhteisiin enemmän kuin vielä yleisesti tiedostetaan. Pidin tärkeänä lisätä tietoisuutta tästä ilmiöstä, jotta sähköisen viestinnän negatiiviset vaikutukset ihmissuhteisiin saataisiin tulevaisuudessa minimoitua ja positiivisia vaikutuksia voitaisiin korostaa ja hyödyntää.</p> <p>Ongelmatilanteita, joita tutkimuksen käsittelyssä haluttiin huomioida, olivat esimerkiksi ristiriitainen viestintä reaalielämän ja some-elämän kesken, ihmisten erilaiset tyyliä kommunikoida sähköisesti ja passiivis-aggressiivinen käytös sähköisen viestinnän yhteydessä; huomiotta jättäminen tai asioiden roikkumaan jättäminen, manipuloiminen ja syyllistäminen.</p> <p>Tutkimuksessa tultiin johtopäätökseen, että sähköisestä viestinnästä on paljon apua ja iloa ihmisten välisen viestinnän ylläpidossa, mutta sillä on ollut myös negatiivisia vaikutuksia ihmissuhteisiimme. Tarvitsemme jatkuvasti tietoisuutta sähköisen viestinnän vaikutuksesta ja keinoista, jotta osaisimme hyödyntää sähköisten viestimien tuomia mahdollisuuksia hyvin ja välttyisimme väärinkäsityksiltä sekä muilta sähköisen viestinnän aiheuttamilta haitoilta ihmissuhteissamme.</p>		
Asiasanat Sähköinen viestintä, ihmissuhteet		

ABSTRACT

Centria University of Applied Sciences	Date April 2022	Author Kirsi Karsikas
Degree programme Information and communications technology		
Name of thesis THE IMPACT OF ELECTRONIC COMMUNICATION ON HUMAN RELATIONSHIPS		
Centria supervisor Virve Antinoja	Pages 54 + 1	
Instructor representing commissioning institution or company		
<p>In this thesis was investigated the effect of electronic communications on human relationships. The material used in the study was related literature, electronic publications, own experiences and survey. The survey was conducted as an electronic anonymous survey, which was conducted via the Webropol site. The link of the survey was publicly available on Facebook, on the Ullavassa tapahtuu -page and on the author's private Facebook page. In addition, the link was shared privately to include in the study people who don't use Facebook, too.</p> <p>The hypothesis or assumption related to the topic was that electronic communication affects people's relationships more than is still widely understood. I considered it important to raise awareness of this phenomenon, so that the negative effects of electronic communications on human relationships could be minimized in the future and the positive effects could be emphasized and exploited.</p> <p>Problem situations that were sought to be addressed in the study included conflicting communication between real life and social media -life, people's different styles on communicating electronically, passive aggressive behavior in the context of electronic communication, such as ignoring or leave things hanging, manipulating and blaming.</p> <p>The conclusion of this study is that electronic communication helps and gives happiness a lot, but it has also had negative effects on our relationships. We need to be aware of the impact and means of electronic communications in order to be able to take full advantage of the opportunities that electronic communications offer and to avoid misunderstandings and other disadvantages caused by electronic communications in our relationships.</p>		
Key words Electronic communication, human relationships		

KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY

ANONYYMI VIESTINTÄ

Viestintäyhteys, jossa osapuolet eivät ilmaise nimeään toisilleen.

ASYNKRONINEN VIESTINTÄ

Viiveellä tapahtuvaa viestintää, jossa viestinvaihto ei yleensä tapahdu samanaikaisesti vaan viestit luetaan ja niihin vastataan silloin, kun se kullekin osapuolelle sopii. Tällaisia viestintätapoja ovat esimerkiksi sähköpostit ja tekstiviestit.

AUDIOVISUAALINEN VIESTINTÄ

Viestintätapa, jossa on käytössä sekä ääni että kuva. Audiovisuaalinen viestintä, esimerkiksi videokokoukset ovat synkronista eli reaaliaikaisesti tapahtuvaa viestintää ihmisten välillä. Vaikka osallistuvat henkilöt työskentelevät maantieteellisesti erillään toisistaan, he voivat kerääntyä samaan aikaan virtuaaliseen ryhmäviestintätilanteeseen tietotekniikan avulla.

BOTTI

Automatisoituja toimintoja suorittava tietokoneohjelmisto.

DISINFORMAATIO

Tahallisen harhaanjohtavaa, valheellista tai väärää tietoa.

DISSEMINAATIO

Viestien leviäminen laajalle nopeasti.

POLARISOITUMINEN

Kahtiajako, vastakkainasettelu ilmiöiden ja asioiden suhteen.

SIGNALOINTI

Tiedon tai väitteen viestimistä, signaalin lähettämistä.

VIRAALI

Asian tai ilmiön nopea leviäminen sosiaalisessa mediassa.

TIIVISTELMÄ
ABSTRACT
KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY
SISÄLLYS

1 JOHDANTO.....	1
2 IHMISSUHTEET JA VUOROVAIKUTUS	3
2.1 Ihmissuhteet.....	3
2.2 Vuorovaikutus	6
3 PERINTEINEN JA SÄHKÖINEN VIESTINTÄ.....	9
4 SÄHKÖISEN VIESTINNÄN VAIKUTUS ERILAISSA IHMISSUHTEISSA.....	12
4.1 Parisuhteet.....	13
4.2 Perhesuhteet	14
4.3 Ystävyysuhteet	15
4.4 Työsuhteet.....	17
4.5 Suhteet sosiaalisessa mediassa	20
4.6 Yleinen yhteiskunnallinen viestintä	23
5 KYSELYTUTKIMUKSEN TAVOITTEET JA TOTEUTUS	26
5.1 Tutkimuksen tavoitteet	26
5.2 Tutkimuksen toteutus.....	26
5.3 Tutkimuksen luotettavuus.....	26
6 KYSELYTUTKIMUKSEN TULOKSET	28
6.1 Vastaaajien viestintäolosuhteet.....	28
6.2 Viestintätavat.....	29
6.3 Sähköiseen viestintään käytetty aika päivittäin	30
6.4 Sähköisen viestinnän vaikutukset elämänlaatuun.....	31
6.5 Sähköisen viestinnän vaikutukset ihmissuhteisiin.....	33
6.6 Sähköisen viestinnän vaikutus luottamukseen ihmissuhteissa.....	36
6.7 Sähköisen viestinnän vaikutus käsitykseen muista ihmisistä	38
6.8 Sähköisen viestinnän vaikutus ajankäyttöön.....	41
6.9 Muut sähköisen viestinnän vaikutukset ihmissuhteisiin	46
7 JOHTOPÄÄTÖKSIÄ	51
LÄHTEET.....	53
LIITTEET	
KUVIOT	
KUVIO 1. Asuinpaikka.....	28
KUVIO 2. Vastaaajien käytössä olleet viestintävälineet	29
KUVIO 3. Viestintätavat.....	30
KUVIO 4. Sähköiseen viestintään käytetty aika päivittäin	31

KUVIO 5. Koetko sähköisen viestinnän helpottaneen elämäsi?	31
KUVIO 6. Koetko sähköisen viestinnän vaikeuttaneen elämäsi?.....	32
KUVIO 7. Koetko sähköisen viestinnän tuoneen positiivisia vaikutuksia ihmissuhteisiisi?	34
KUVIO 8. Koetko sähköisen viestinnän tuoneen negatiivisia vaikutuksia ihmissuhteisiisi?	35
KUVIO 9. Koetko sähköisen viestinnän lisänneen luottamusta ihmissuhteissasi?	36
KUVIO 10. Koetko sähköisen viestinnän vähentäneen luottamusta ihmissuhteissasi?	37
KUVIO 11. Onko käsityksesi jostain ihmisestä muuttunut sähköisen viestinnän kautta?	39
KUVIO 12. Onko käsityksesi jostain ihmisestä parantunut sähköisen viestinnän kautta?.....	39
KUVIO 13. Onko käsityksesi jostain ihmisestä huonontunut sähköisen viestinnän kautta?	40
KUVIO 14. Onko ajankäyttösi suhteessa puolisoosi muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?	42
KUVIO 15. Onko ajankäyttösi suhteessa lapsiisi muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?	42
KUVIO 16. Onko ajankäyttösi suhteessa lapsuudenperheeseesi muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?	43
KUVIO 17. Onko ajankäyttösi suhteessa muihin sukulaisiisi muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?	44
KUVIO 18. Onko ajankäyttösi suhteessa ystäviisi muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?	44
KUVIO 19. Onko ajankäyttösi suhteessa satunnaisiin tuttaviiin muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?	45
KUVIO 20. Onko ajankäyttösi suhteessa työ/opiskelukavereihin muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?	45
KUVIO 21. Koetko jonkin ihmissuhteesi pelastuneen sähköisen viestinnän avulla?	46
KUVIO 22. Koetko jonkin ihmissuhteesi päättyneen sähköisen viestinnän vuoksi?	46
KUVIO 23. Koetko sähköisen viestinnän vähentävän väärinkäsitysten syntymistä ihmissuhteissa?	47
KUVIO 24. Koetko sähköisen viestinnän lisäävän väärinkäsitysten syntymistä ihmissuhteissa?	47
KUVIO 25. Uskotko, että ystäväpiirisi olisi sama kuin nykyään ilman sosiaalista mediaa?.....	48
KUVIO 26. Onko kanssakäymisesi muiden ihmisten kanssa nykyään enemmän sähköisesti vai kasvok- kain tapahtuvaa kohtaamista?	48
KUVIO 27. Onko sinun helpompi kertoa mielipiteesi kasvokkain vai sähköisen viestinnän välityk- sellä?.....	49

1 JOHDANTO

Tämän opinnäytetyön aihe syntyi yleisestä kiinnostuksestani ihmisten käyttäytymiseen toisiaan kohtaan ja viime vuosina heränneestä kiinnostuksestani myös siihen, miten sähköinen viestintä vaikuttaa ihmissuhteisiin. Lähdemateriaalina tässä opinnäytetyössä on käytetty artikkeleita, kirjallisuutta, omia havaintoja sekä kyselytutkimusta. Selkeämmän kuvan saamiseksi siitä, kuinka sähköinen viestintä vaikuttaa ihmissuhteisiimme, opinnäytetyössä on myös tarkasteltu, millä tavoin sähköisen ja kasvokkain tapahtuvan viestinnän vaikutukset eroavat toisistaan. Aihetta tarkastellaan myös erilaisten ihmissuhteiden kannalta; jaottelua on läheisistä perhesuhteista yleiseen yhteiskunnalliseen viestintään ihmisten kesken.

Koska aihe on kaiken kaikkiaan todella laaja, se on tässä opinnäytetyössä rajattu koskemaan ja käsittelemään vain tiettyjä yleisiä ihmissuhdetyppejä. Työssä käytetään aineistona valmista aiheeseen liittyvää jo saatua tietoa. Lisäksi käsitellään aiheeseen liittyvän kyselytutkimuksen tuloksia ja ammennetaan näin tuoretta kokemustietoa aiheesta. Näiden tietojen pohjalta tehdään yhteenveto siitä, kuinka sähköinen viestintä tällä hetkellä vaikuttaa ihmisten välisiin suhteisiin, ja samalla myös siitä, kuinka paljon ihmiset tällä hetkellä tiedostavat sähköisen viestinnän vaikutuksia omaiin ihmissuhteisiinsa. Pyysin kyselyn vastaajiksi vapaaehtoisia osallistujia sosiaalisen median kautta. Linkkiä pystyi jakamaan myös viestin välityksellä tuttaville.

Tavoitteena tutkimusta tehtäessä on ollut tuoda selkeyttä siihen, kuinka sähköinen viestintä vaikuttaa ihmisten välisiin suhteisiin ja mitä asian tiimoilta kannattaisi ottaa tulevaisuuden yhä enemmän sähköistyvässä maailmassa huomioon. Alkuperäinen tutkimusongelma voitaisiin nimetä kysymyksellä: Kuinka sähköinen viestintä vaikuttaa ihmisten välisiin suhteisiin? Pidän tätä hyvin ajankohtaisena ja tärkeänä kysymyksenä tulevaisuutemme ja hyvinvointimme kannalta. Meillä on käytössämme käsittämättömän monipuoliset mahdollisuudet viestiä, ja pystymme välittämään asiamme hetkessä todella suuren yleisön saataville. Tässä on sekä hyvät että huonot puolensa. Toisaalta se helpottaa viestintää, toisaalta pikaistuksissa tai vahingossa lähetetyt viestit tai julkaistut päivitykset saattavat saada aikaan korvaamatonta vahinkoa. On siis erittäin tärkeää oppia hallitsemaan sähköistä viestintää sekä teknisesti että käytöksen tasolla.

Koska opinnäytetyö käsittelee sähköisen viestinnän vaikutuksia ihmisten välisiin suhteisiin, on työn aluksi tarkasteltu käsitteitä ihmissuhteet ja vuorovaikutus. Ihmissuhteita on hyvin monenlaisia. Opinnäytetyössä on tarkasteltu lähemmin niistä perinteisimpiä: parisuhteita, perhesuhteita, ystävyys- ja kaaverisuhteita, työsuhteita sekä uusimpina näistä suhteita sosiaalisessa mediassa. Viimeisenä tarkasteltavana ihmissuhteiden osa-alueena on yleinen yhteiskunnallinen viestintä.

Sähköisten viestimien käyttö on koko ajan tärkeämpi osa sekä elämäämme että ihmissuhteitamme. Tämä on kasvun ja harjoituksen paikka varsinkin meille keski-ikäisille ja vanhemmille ihmisille, jotka emme ole lapsuudestamme saakka tottuneet viestimään sähköisesti keskenämme. Toisaalta jälkikasvumme on opittava lapsuudesta asti selviytymään sähköisten virikkeiden ylivoimaisen tulvan keskellä. Suuren informaatiotulvan keskeltä on opittava poimimaan hyvät ja tarpeelliset osaset omaan käyttöönsä, mikä on todella haastavaa ja vaatii aikuisen opastusta. Tunnetaitojen vaalimisen tärkeys sukupolvelta toiselle on edelleen ajankohtaista, jotta ihmissuhteissamme säilyisivät inhimillisuus, aitous ja toisen ihmisen kunnioitus.

2 IHMISSUHTEET JA VUOROVAIKUTUS

Ihmissuhteista puhutaan, kun ihmiset ovat tekemisissä keskenään ja vaikuttavat toisiinsa. Tällöin voi olla kyse yhteydestä kahden tai useamman ihmisen välillä. Heidän välilleen syntyy vuorovaikutus. Vuorovaikutustaidot ovat tärkeitä kaikissa ihmissuhteissa. Tärkein vuorovaikutustapa on puhuminen. Siihen, kuinka hyvät ja huonot hetket määrällisesti elämässä ja ihmissuhteissa jakaantuvat, voi vaikuttaa sillä, miten kohtelee muita ihmisiä. Olisi hyvä, jos voisimme tulla edes jotenkin toimeen kaikkien kanssa, mutta jos ei pidä jostain ihmisestä, hänestä voi pysytellä etäällä. (Väestöliitto 2018.) Etäällä pysymistä täytyy kuitenkin sähköisen viestinnän osalta tarkastella hiukan eri näkökulmista kuin reaalielämässä. Verkossa erilaisilla somealustoilla toisesta ihmisestä etäällä pysyminen tuo erilaiset haasteet kuin normaalissa kanssakäymisessä. Päätös estää toisen ihmisen näkyvyys omilla sometileillä on mustavalkoisempi kuin vain pysytellä hänestä fyysisesti etäällä. Tuollaiset tilanteet saattavat aiheuttaa haasteita ihmissuhteisiin, etenkin jos kyse on esimerkiksi läheisistä sukulaisuussuhteista tai työtöve-ruudesta. Jos toisen ihmisen käytös kuitenkin satuttaa ja vaikeuttaa omaa jaksamista huomattavasti, on mietittävä, mikä on paras tapa vaikuttaa positiivisesti omaan jaksamiseen.

Psykoterapeutti Heli Vaaranen (2019) kirjoittaa kolumnissaan siitä, että lasten ja nuorten vuoropuhelu on suurelta osin WhatsApp-viestejä ja chatteja. Näissä käytetään lyhyitä kyllä- ja ei-vastauksia, mikä ei opeta hyviä vuorovaikutustaitoja. Näin ollen huoltajien on entistäkin tärkeämpää opettaa vuorovai- kutustaitoja lapsille. Vaaranen (2019) muistuttaa myös, että vanhemmat ovat lapsilleen esimerkkejä siinä, kuinka käyttäytyä muita ihmisiä kohtaan. Hän opastaa miettimään onko toisen ihmisen kohte- lussa linjana esimerkiksi arvostus vai arvostuksen puute, osallistuminen vai vetäytyminen, toiveikkuus vai kyynisyys, reilu työnjako vai kiltteyden hyväksikäyttö. (Vaaranen 2019.) Viestintätaito on myös olennainen osa turvallisuutta kaikilla elämän osa-alueilla. Onnistuneen viestinnän avulla havaitaan tur- vallisuuteen liittyvät ongelmat sekä suunnitellaan ja toteutetaan turvallisuus- ja varautumissuunnitel- mat. (Hjelt-Putilin 2005, 13.)

2.1 Ihmissuhteet

Elämämme kulkuun vaikuttavat monenlaiset ihmissuhteet. Niiden ihmisten, jotka olemme tavanneet, joiden kanssa voimme tehdä yhteistyötä tai joille voimme kertoa tunteistamme, lukumäärä on pie-

nempi kuin tuntemattomien elämäämme vaikuttavien ihmisten määrä. Tuntemattomia elämäämme vaikuttavia ihmisiä voivat olla vaikkapa postinkantaja, teiden kunnossapitäjä tai lähikaupan työntekijä. Tuttujen ja tuntemattomien ihmisten kokonaisuus muodostaa elämämme ihmissuhde- ja vuorovaikutusverkoston. Ihmissuhdeverkostossamme on heikkoja ja vahvoja linkkejä; heikot aktivoituvat silloin tällöin ja vahvat toimivat jopa päivittäin. (Koskela, Koskinen & Lankinen 2007, 93–94.) Internetin myötä ihmissuhdeverkostomme on laajentunut jopa moninkertaiseksi. Heikkoja linkkejä on todennäköisesti tullut esimerkiksi sosiaalisen median kautta, mutta sitä kautta olemme voineet vahvistaa myös suhdeverkostomme vahvoja linkkejä. Sosiaalisen median avulla voimme jopa saada pidettyä aiemmat heikot linkkimme vahvoina, jos esimerkiksi maantieteellinen välimatka olisi muutoin esteenä yhteydenpidolle.

Ihmissuhteen solmimisen peruslähtökohta on yhteisymmärrys. Usein se saa alkunsa kuuntelemisesta. Yksi tärkeimmistä suhdeosaamisen taidoista, empatia, liittyy kuuntelemiseen. Se on kykyä asettua toisen ihmisen asemaan. Toisen kuuntelemista tarvitaan erilaisissa tilanteissa perheen yhteisen ajan viettämisestä työtapaamisiin. Jotta verkostoituminen onnistuisi, tulee siihen sitoutua. Tulee olla aktiivinen omalta osaltaan ja tutustua ihmisiin erilaisissa yhteyksissä, esitellä omia tuttuja toisilleen ja antaa muille mahdollisuus tehdä sama itselle. Myös erilaisiin järjestöihin liittyminen ja niissä toimiminen tuo lisää ihmissuhteita. Erilaisista kulttuurisista toimintamalleista kannattaa ottaa selvää ja käyttäytyä niiden mukaan tilanteen vaatimalla tavalla. (Koskela ym. 2007, 120–122.)

Verkostoyhteiskunnan keskeinen piirre on yksilöllistyminen. Tämän päivän viestintämahdollisuuksien avulla voimme luoda yhteysverkostomme esimerkiksi arvojemme, elämäntapamme tai harrastustemme mukaan. Aiemmin verkostomme muodostuivat syntypaikan, suvun ja sosiaalisen aseman kautta. Uusi tapamme verkostoitua saattaa olla lyhytkestoista tai kausiluonteista, koska sekä yhteisöön liittyminen että siitä eroaminen on verkossa helppoa. (Seppänen & Väliverronen 2012, 84–85.) Teknologia myös vähentää aitoja kasvokkain tapahtuvia kohtaamisia ja keskusteluja. Kasvokkaisessa tapaamisessa läsnä olevat emotionaalisen vuorovaikutuksen piirteet puuttuvat teknologian avulla viestittäessä, ja tällöin suhteet jäävät usein pinnallisiksi. Syntyy illuusio yhteydestä, koska viestit kulkevat nopeasti ja tehokkaasti ja moni asia onnistuu hoitaa samanaikaisesti. Samaan aikaan kuitenkin myös yksinäisyyden kokemus on lisääntynyt, ja se on merkittävä terveysriski. Puhumattomuuden kulttuurissa yksinäisyyttä salataan ja vähätellään. (Romppanen 2019, 235–236.)

Ihminen haluaa tuntea tunteita, kuulua ja joukkoon ja tietää, kuka hän on ja mikä on hänen asemansa yhteisössä. Ihmisen aivotoiminnasta ehkä 98 prosenttia on ei-tietoista toimintaa, ja siitä viestinnäksi

muotoutuu vain pieni osa. Vain se, minkä ihmisen aivot antavat hänen ymmärtää, tulee ihmisen tietoisuuteen saakka. Aivotoiminnan syvärakenteet kertovat ihmiselle, kuinka meidän tulee viestintään kulloinkin suhtautua ja mikä on sopiva sen hetkinen tunnetila. Näitä aivojen asettamia rajoja voimme yrittää tunnistaa ja oppia myös huomaamaan, että se, mitä kulloinkin ymmärrämme, ei välttämättä ole koko totuus. (Korhonen 2016, 11–13.)

Nyky-yhteiskunnan keskustelukulttuurissa polarisoituminen on keskeinen ilmiö. Tätä ilmiötä ranskalainen strukturalistinen antropologi Claude Lévi-Strauss on päätenyt perustelevaan sillä, että evoluution myötä ihmisen ajattelu on rakentunut binaarisiksi ja näin ollen ihminen hahmottaa asiat kaksijakoisesti. Tätä taipumustamme vahvistaa myös ihmisen taipumus ryhmäytyä eli kuulua joukkoon. Valitsemme joukon, johon haluamme kuulua, ja edustamme samaa ajatusmallia kuin oma porukkamme. Vaikka emme haluaisi kuulua mihinkään tiettyyn joukkoon, osallistuessamme voimakkaasti polarisoituneisiin keskusteluihin otamme riskin tulla määritellyksi keskustelun jommankumman osapuolen joukkoon kuuluvaksi. Tämän vuoksi näistä keskusteluista vetäytyvät yleensä kokonaan ne, jotka eivät halua tulla luokitelluksi kuuluvaksi mihinkään tiettyyn porukkaan. (Korhonen 2016, 14–18.)

Polaarisatiota vahvistaa median luoma tapa vastakkainasetteluun. Yhteisen näkemyksen etsiminen asioihin ei tunnu useinkaan kiinnostavan. Sitä tärkeämmäksi tekijäksi näyttää muodostuvan yksilön kyky ajaa oman aatteensa asiaa voitokkaasti toisella tavoin ajattelevia vastaan sillä periaatteella, että voi olla ainakin antamatta periksi vaikei voisi voittaa. Yhteisen hyvän tavoittelu ei ole polarisoituneessa ajattelumallissa yhtä tärkeä saavutus kuin väittelyn voittaminen. (Korhonen 2016, 19.) Paras tilanne yhteiskunnallisessa keskustelussa on, kun molemmat osapuolet voivat esittää asiansa tasavertaisina (Korhonen 2016, 189).

Perustan kaikille suhteillemme muodostaa yhteys itseemme. Kun yhteys itseen on kunnossa, osaa avautua omista tunteistaan ja tarpeistaan eikä jää odottamaan muiden osaavan täyttää ne pyytämättä. On myös hyvinvoinnin kannalta tärkeää osata erottaa, mikä on omaa kokemustamme siitä, mitä ulkoisessa maailmassa todella tapahtuu. Puhumisen kautta voimme tuoda kanssaihmisille tiedoksi ajatuksiamme, kokemuksiamme ja tunteitamme. Näin ollen puhuminen tekee meidät näkyviksi, ja se voi pelottaa. Se myös värityy sosiaalisen ympäristön, valtakysymysten ja sidosten mukaan. Yhteisössä määrittelemme itseemme aina suhteessa muihin yhteisön jäseniin, ja sekä vuorovaikutuksen tavat että häiriöt muotoutuvat sosiaalisten suhteidemme mukaan. Luomme yhdessä nämä vuorovaikutusympäristöt, jotka myös vaikuttavat tekoihimme ja valintoihimme. Tietämys tästä antaa mahdollisuuden vaikuttaa

kehittävässä mielessä keskustelukulttuuriin ja korjata häiriöitä, joita vahingollinen vuorovaikutus on mahdollisesti aiheuttanut. (Romppanen 2019, 12–13.)

2.2 Vuorovaikutus

Vuorovaikutus voidaan kuvailla vastavuoroisena kommunikaationa kahden tai useamman ihmisen välillä. Kommunikaatio voi olla sanoja, eleitä, ilmeitä, ääntelyitä ja katseita. (Väestöliitto 2018.) Vuorovaikutus herättää aina vastakaikua toisessa. Toisen ihmisen suhtautuminen saa tuntemaan esimerkiksi hyväksytyksi tulemista, ulkopuolisuutta, arvostetuksi tulemista, nöyryytetyksi tulemista tai syyllisyyttä. Näihin vaikuttavat tapamme viestiä sekä myös tapamme tulkita ja vastaanottaa viestejä. Resonoimme toisen kokemusta sekä mielen että kehon kautta, vaiston varassa sekä omien kokemustemme ja uskomustemme pohjalta. (Romppanen 2019, 14–15.)

Olemme kaikki koko ajan vuorovaikutuksessa keskenämme. Vaikka tämä on jopa pelottava ajatus, sitä ei voi estää. Haasteensa vuorovaikutukseen tuo se, että sanoilla ei ole mitään yksiselitteistä merkitystä, vaan ne merkitsevät eri ihmisille eri asioita. Ongelmia vuorovaikutukseen tuovat myös olettamiset ja arvailut, joita pahentaa se tosiasia, että saatamme käyttää sanoja huolimattomasti. Näihin ongelmiin on apu mahdollisimman selkeä itseilmaisu. On myös hyvä myöntää itselleen, että sanallinen viestintä ei koskaan onnistu täydellisesti. Tämän seikan hyväksyminen auttaa viestinnän molempia osapuolia suhtautumaan viestintään ymmärtäväisemmin sekä omasta että toisen näkökulmasta. (Kuvajainen 2015, 246–249.)

Tulevaisuudessa kirjallisen vuorovaikutuksen taito näyttää olevan yhä tärkeämmässä roolissa. Väestöliiton (2018) artikkelissa ”Ihmissuhteet perustuvat vuorovaikutukseen” on internetissä tapahtuvan vuorovaikutuksen keinoiksi määritelty kirjoittaminen. Lisäksi sen kerrotaan voivan olla myös hymiöitä, lyhennesanoja ja kuvia. Julkaisussa on lisäksi huomioitu sellainen tärkeä seikka, että kirjoittaminen antaa mahdollisuuden hitaampitempoiseen vuorovaikutukseen. (Väestöliitto 2018.) Kirjoittaminen on sisäistä puhetta. Sen avulla voi opetella ymmärtämään itseään ja opetella myös selkeämpää sanallista viestintää. (Kuvajainen 2015, 252.) Koska sähköinen viestintä on iso osa viestintäämme, on erittäin tärkeää opetella ilmaisemaan itseään selkeästi myös kirjoittamalla, koska niin suuri osa sähköisestä viestinnästä on kirjoitettuja viestejä.

Kirjoitettujen viestien tulkinnessa on havaittu muutoksia verkkoviestien myötä. Esimerkiksi pisteen käyttö viestissä mielletään usein siten, että esitettyä asiaa halutaan painottaa jollain tavoin; joissain yhteyksissä sen käyttöä pidetään jyrkän tai marttyyrimaisen ilmauksen merkinä, joskus jopa hyökkäyksenä. Kun esimerkiksi puoliso laittaa viestin ”Menen nyt kauppaan.”, se voidaan tulkita marttyyrimaiseksi, toisin kuin viesti ”Menen nyt kauppaan”, joka on vain pieni maininta keskustelun lomassa. Yksi piste lauseen lopussa saattaa kuulostaa vihaiselta, kolme pistettä taas saa tuntumaan kuin jokin olisi vialla. Tämän vuoksi pisteen käyttö on osin poistunut arkiviestinnästä. (Pullinen 2019, 91.) Usein piste korvataan hymiöllä. Hymiöillä voidaan ilmaista myös tunnetilaa tai tuoda lisää tunnetta viestiin. Usein läheisten ihmisten kanssa viestiessä hymiöiden käyttö on runsasta ja sillä voidaan korvata esimerkiksi myötätunnon ele, naurahdus tai osanotto suruun. Hymiöiden käytössä ongelmaksi saattaa muodostua se, että kun niitä lähetetään eri valmistajien laitteista toiseen, niiden merkitys saattaa muuttua (Pullinen 2019, 105).

Erittäin tärkeä osa vuorovaikutusta on myös nonverbaali eli sanaton viestintä. Tärkein sanattoman viestinnän väline ovat ilmeet. Myös kehon kieli kertoo paljon ihmisen suhtautumisesta toiseen ihmiseen tai hänen esittämäänsä asiaan. Sanattoman viestinnän huomioiminen helpottaa vuorovaikutustilanteita. (Kuvajainen 2015, 257–259.) Sähköisen viestinnän yhteydessä, audiovisuaalista viestintää lukuun ottamatta, tämä mahdollisuus jää pois kokonaan, koska vuorovaikutuskumppanimme ei kirjallisessa viestintätilanteessa normaalisti ole näköpiirissämme. Tämä saattaa aiheuttaa helposti väärinkäsityksiä viestien tulkitsemisessa. Sähköisessä viestinnässä nonverbaalia viestintää ovat osaltaan kuitenkin korvaamassa hymiöt. Niiden avulla voidaan tuoda keskusteluun mukaan myös ilmeitä ja eleitä kuvallisessa muodossa. Täytyy kuitenkin huomioida, että niidenkin suhteen tulkintamme saattavat olla hyvin erilaisia.

Dialogi on monologin eli yksinpuhelun vastakohta. Se on vuorovaikutusta, johon kuuluu sekä oikeuksia että velvollisuuksia. Siihen sisältyy ajatus keskinäisestä arvostuksesta ja tasavertaisuudesta. Se on uuden tiedon muodostamista, merkitysten jakamista ja ymmärryksen luomista, joka perustuu ihmisten väliseen yhteyteen. Aitoon dialogiin kuuluu myös tunteiden salliminen. Aktiivinen kuunteleminen ja erilaisten näkemysten hyväksyminen ovat osa dialogia. Sen sijaan dialogiin eivät kuulu vähättely, keskeyttäminen tai päälle puhuminen. (Juholin 2017, 125.)

Jotta vuorovaikutus olisi aidosti kaksisuuntaista, täytyy molempien osapuolien muistaa kuunnella, mitä toisella on sanottavanaan. Tähän tarkennukseksi vielä, että kuuntelemisen lisäksi täytyy myös kuulla se, minkä toinen haluaa kertoa. Tämän onnistumiseksi omat ennakkoluulot ja oletukset pitäisi pystyä

työntämään syrjään, jottei antaisi omien käsitysten ja näkemysten vaikuttaa siihen, kuinka ymmärtää asiat. Jos onnistuu kuulemaan asiat ilman ennakkokäsityksiä, on helpompi ymmärtää asiat sellaisina kuin ne ovat. (Kuvajainen 2015, 263–264.) Kuuntelemisen ja kuulemisen ero on merkittävä. Kuuleminen on fysiologinen toiminto, jossa vastaanotetaan tietoa sanojen kautta, kuuntelemisessa kuullaan muutakin kuin sanat. Siinä puhujaa kunnioitetaan ja huomioidaan ja asetetaan ymmärtäjän asemaan.

3 PERINTEINEN JA SÄHKÖINEN VIESTINTÄ

Tulevaisuutemme riippuu hyvin pitkälle taidostamme viestiä. Se, miten jaamme tietoa keskenämme, määrittää sen, millainen tulevaisuutemme on. Ilman viestintäosaamista ei myöskään synny huippuosaamista. Viestimisen taitoa tarvitaan kaikkialla, sillä se luo edellytykset yhdessä toimimiselle. Tulevaisuuden ongelma on tiedon vähäisyyden sijaan sen runsaus ja ristiriitaisuus. Tarvitsemme paljon tietoa, jotta osaisimme löytää oikean tiedon. (Koskela ym. 2007, 7–8.) Vaikka erilaisiin käyttötarkoituksiin syntyy koko ajan uusia medioita ja sosiaalisen median alustoja, suoran vuorovaikutuksen merkitys ihmisten välillä ei ole hävinnyt (Juholin 2017, 18–19).

Viestinnän onnistumiseen vaikuttavia seikkoja on esimerkiksi se, tunnetaanko viestinnän kohteena oleva taho ja heidän tilanteensa, odotuksensa ja tarpeensa. Myös viestin muotoilu tai viestintäkeinot vaikuttavat. Viestinnän epäonnistumiseen voivat syynä olla esimerkiksi tekniset syyt tai viestin huono vastaanotto, johon vaikuttaa esimerkiksi viestin lähettävä taho tai viestijän tai viestintäympäristön luotettavuus. (Juholin 2017, 24.) Vastuu viestinnästä ja viestinnän etiikka ovat olennainen osa viestintää. Viestintään liittyy kysymyksiä mitä seurauksia, mahdollisuuksia ja ongelmia siihen liittyy. Tarvitaan myös ymmärrystä siitä, milloin on hyvä viestiä ja milloin ei, sekä siitä milloin pitää viestiä. Ratkaisut näihin löytyvät, kun tarkastelee asioita eri näkökulmista. Sekä viestintää harkittaessa että jälkikäteen tarvitaan eettistä harkintaa. (Juholin 2017, 16.) Ihmiset kaipaavat myös merkityksiä ja tulkintaa siitä, mitä eri asiat tarkoittavat ja mitä niistä pitäisi ajatella, eivät tiedolla uuvuttamista (Juholin 2013, 59).

Perinteisessä viestinnässä on samanaikaisesti kaksi tasoa: verbaalinen ja nonverbaalinen. Vain noin puolet viestinnästä on verbaalista, eli kielellistä ja sanallista. Nonverbaalista viestintää ovat katseet, eleet, ilmeet, äänet, asennot, liikkeet, välimatka ja tilankäyttö. Uskomme helpommin nonverbaalista kuin verbaalista viestintää, mutta se voidaan helpommin tulkita eri tavoin. Tulkintatapaamme vaikuttavat esimerkiksi kulttuuri ja se, miten olemme oppineet sitä tulkitsemaan. Myös geneettinen perimä vaikuttaa tapaamme tulkita erilaisia viestejä. Nonverbaalinen viestintä täydentää tai jopa korvaa verbaalisen viestinnän. Se myös auttaa ilmaisemaan tunteita ja säätelemään vuorovaikutusta sekä ilmentää statuseroja. (Jyväskylän yliopisto Kielikeskus.) Turvallisuuden kannalta on kuitenkin tärkeää muistaa, että aina se vaikutelma, jonka saamme sanattoman viestinnän kautta, ei ole totuus (Hjelt-Putilin 2005, 123).

Kun puhumme, on tärkeää, että meitä myös kuunnellaan. Kuuntelemisen taito vaikuttaa olevan digitaalisen viestinnän suuren informaatiotulvan keskellä elävälle ihmiselle koko ajan vaikeampaa. Kuitenkaan kuuntelemisen tarve ei ole häipynyt minnekään. Kun meille tapahtuu jotain, haluamme kertoa siitä jollekulle, oli tapahtunut asia sitten jotain hienoa tai kauheaa, tai vaikka se olisi ihan arkipäiväistäkin. Kun osaamme keskittyä kuuntelemaan toisen kokemuksia ja tunteita, herättää se tunteita myös meissä. Lisäksi kun kuuntelemme muita ihmisiä, tietoisuutemme terävöityy. Kuuntelemalla opimme uutta, ja kun kuuntelemme toista ihmistä kunnolla, erotamme myös helpommin totuuden ja petoksen. (Murphy 2020, 233–235.)

Myös internetissä on omat käyttäytymisen pelisäännöt, netiketti. Se sisältää ohjeita sekä turvallisuuteen että hyvään käytökseen liittyen verkossa toimiessa. Netiketin ensimmäinen sääntö on olla oma itsensä. Verkkoon tulee kytkeytyä omalla nimellä, salasalla ja omilla tunnuksilla. Jokaisen on myös huolehdittava, etteivät muut pääse käyttämään verkkoa omissa nimissä. Nimimerkillä tulee esiintyä vain palveluissa, joissa se on yleinen käytäntö. Verkkokeskusteluissa tulee kirjoittaa asiallisesti ja muita häiritsemättä tai loukkaamatta. Operaattorin antamia ohjeita tulee noudattaa ja tietoturvasta huolehtia. Palveluihin rekisteröityessä ohjeet tulee lukea huolellisesti, jotta tietää mihin sitoutuu. Lähdekriittikki tulee muistaa; jos jokin tarjous tai palvelu kuulostaa liian hyvältä ollakseen totta, se on todennäköisesti huijaus. Tarjottava tuote saattaa olla jopa vaarallinen käyttäjälleen. Verkkoon kirjoittaessa tulee muistaa myös, että kaikki kirjoitettu saattaa olla luettavissa vielä vuosien kuluttua. (Koskela ym. 2007, 136–137.)

Yhteiskunta tuntuu vaativan koko ajan enemmän tehokkuutta ja tuloksia. Valitettavasti tämä ilmiö on levinnyt jossain määrin myös ihmissuhteisiin ja niiden ylläpitämiseen. Kate Murphy (2020) kertoo haastatelleensa eri ikäryhmistä ja taustoista olevia ihmisiä tutkiessaan ihmisten kokemuksia muiden ihmisten kuuntelemisesta. Hän kertoo, että ihmisiä ei usein kiinnosta, tai heillä ei ole aikaa kuunnella muita. Sen vuoksi sähköinen viestintä koettiin tehokkaammaksi ja hallitummaksi viestintätavaksi kuin perinteinen keskustelu, joka koettiin jopa kiusalliseksi. Näin ajattelevien ihmisten mielestä sähköiseen viestintään voi käyttää aikaa juuri sen verran ja sillä hetkellä, kun itselle sopii, ja kiusallisen tai tylsän viestin voi poistaa tai ohittaa. Murphy (2020) kuvaileekin 2000-luvun elämää sellaisena, jossa ihmiset katsovat toistensa sijaan puhelintaan myös silloin, kun ovat tapaamassa ystäviään ja perhettään. (Murphy 2020, 27–28.) Yhteisten keskustelunaiheiden sijaan seurassa yhä enenevässä määrin näytetään nettissä kiertäviä meemejä tai kuvia, sen sijaan että kuvailtaisiin kokemuksia omin sanoin. Yli kolmekym-

mentä sekuntia kestäviä juttuja ei jakseta kuunnella, vaan sen jälkeen huomio siirtyy takaisin puheliimeen. Taito sulkea ulkopuolelle etenkin asioista eri mieltä olevat tai asiat hitaasti ymmärtävät on si-vuuttanut kuuntelemisen taidon. (Murphy 2020, 18.)

Jos ihmisellä on itsestään vahva kuva viestijänä, hän luottaa itseensä viestintätilanteissa. Hänen on myös helppo tulla toimeen erilaisten ihmisten kanssa. Heikon viestijäkuvan omaava ihminen taas olettaa jo valmiiksi epäonnistuvansa viestinnässä. Viestinnän onnistumiseen vaikuttaa lopulta suuresti ihmisen ennakkokäsitys itsestään viestijänä. (Jyväskylän yliopisto Kielikeskus.) Ujon tai epävarman ihmisen voi olla helpompi kommunikoida muiden kanssa tai tutustua uusiin ihmisiin verkon välityksellä. Jos on vaikea osallistua keskusteluun tilanteissa, joissa tavataan ihmisiä kasvotusten, verkko suo mahdollisuuden kertoa ajatuksiaan niin, ettei vastapuoli näe jännittämistä ja epävarmuutta.

Verkosta moni esimerkiksi koulussa kiusaamista kokenut lapsi on löytänyt ystäviä. Vaikka välimatka keskustelukumppaniin olisi pitkä, voi ystävän kanssa jutella teksteinä lähetettävien viestein tai audiovisuaalisesti, pelata samoja pelejä tai katsoa elokuvia yhdessä. Virtuaaliyhteyksistä puhuttaessa onkin parempi puhua rinnakkaistodellisuudesta, sen sijaan että käytettäisiin ilmausta keinotodellisuus (Kinanen 2008, 253). Monelle ihmiselle verkon kautta saadut ystävät tai verkon välityksellä ylläpidettävät ystävyysuhteet saattavat olla ainoita ystävyysuhteita, joten näitä suhteita ei tulisi väheksyä. Ne ovat yhä enenevässä määrin aitoa todellisuutta arjessamme. Esimerkiksi Punaisella Ristillä on verkkoystäväpalvelu, johon voi ilmoittautua heidän internetsivuillaan osoitteessa <https://spr-vati-web.azurewebsites.net/verkkoystava> .

4 SÄHKÖISEN VIESTINNÄN VAIKUTUS ERILAISISSA IHMISSUHTEISSA

Konkreettisin muutos, jonka internet on tuonut elämäämme, on lyhyesti sanottuna tiedon ja sosiaalisten suhteiden lisääntyminen (Pullinen 2019, 311). Käsitys yksityisyydestä on tänä päivänä paljon väljempi kuin ennen. Verkon yhteisöpalvelujen myötä on tullut normaaliksi ilmiöksi, että osa yksityiselämäämme on muuttunut vähitellen puolijulkiseksi. Tämä muutos arvomaailmassamme heijastuu myös verkon ulkopuoliseen todellisuuteemme. (Nikkanen 2012, 34–35.) Jatkuva viestiminen on oletus nykyajan ihmissuhteissa. Puhelimen käyttö saa aikaan tunteen kavereiden, perheen tai läheisten jatkuvasta läsnäolosta. (Pullinen 2019, 75.)

Olemassa olevia suhteita voidaan täydentää online-vuorovaikutuksella. Verkossa alkavat suhteet asettavat ihmisille kuitenkin uudenlaiset haasteet. Huolimatta teknisistä mahdollisuuksista videon ja äänen siirtoon, verkossa alkavasta suhteesta puuttuvat tyypillisesti visuaaliset ja nonverbaaliset vihjeet. Verkossa vääriä henkilöllisyyksiä on helppo luoda ja vaikea varmistaa. Koska verkossa kommunikoivat henkilöt ovat usein myös maantieteellisesti kaukana toisistaan, ei verkossa saadun ystävän luotettavuuden takaamiseksi ole mahdollista saada apua esimerkiksi yhteisiltä tuttavilta. Kuitenkin ihminen voi tuntea olonsa vähemmän haavoittuvaiseksi ollessaan vuorovaikutuksessa internetissä, koska tuolloin hän on usein fyysisesti turvassa, esimerkiksi kotona tai työpaikalla. Verkossa käytävästä keskustelusta voi myös halutessaan poistua koska tahansa. (Joinson, McKenna, Postmes & Reips 2007, 43–44.)

Henkilöille, jotka haluavat välttää ihmisten välisen riskin, internet on houkutteleva paikka olla yhteydessä muihin. Verkkokeskustelussa ei tarvitse huolehtia sanoihin kompastumisesta tai kiusallisista tilanteista. Fyysinen turvallisuus on suurempi, poissulkien tilanteet, joissa vaarallinen henkilö saa tietää keskustelukumppanin asuinpaikan, tai jos järjestetään henkilökohtainen tapaaminen. Optimaalinen luottamuksen taso on sellainen, että henkilö on valmis luomaan syviä ja tyydyttäviä suhteita, mutta ei ole liian hyväuskoinen tullakseen petetyksi tai hyväksikäytetyksi. Suhteiden kukoistamiseen vaikuttaa myös se, tarjoavatko suhteet sosiaalista tukea. (Joinson ym. 2007, 43–44.) Anonyymi viestintä olisi hyvä säilyttää mahdollisena, koska se mahdollistaa aroista asioista puhumisen ja toisinajattelun. Toisaalta anonyymiyden varjopuolena näyttäytyvät huono käytös, vastuun pakoilu ja rikokset. (Nikkanen 2012, 95.)

4.1 Parisuhteet

Yhä useammin myös parisuhteen selkäranka on jatkuva digitaalinen yhteys rauhallisten yhdessä vietettyjen hetkien sijaan. Jatkuva sähköinen yhteys puolisoon voi tarjota myös henkisen tukivarren. (Pullinen 2019, 75–76.) Myös yhä useammat parisuhteet saavat alkunsa verkon kautta. Parisuhteet aloitetaan myös yhä enenevässä määrin itselle ennestään täysin vieraan ihmisen kanssa ja avioliitto solmitaan aiempaa todennäköisemmin erilaisesta taustasta tulevan ihmisen kanssa. Avioliitot voivat muuttua jopa kestävämmiksi, koska samanhenkinen puoliso voi löytyä syöttämällä deittisovellukseen tietoja kiinnostuksen kohteistaan. Internetiin on kuitenkin tullut myös eriarvoistavia ja maksullisia deittisovelluksia, jotka on suunnattu vain valikoiduille käyttäjille. Tämä ilmiö saattaa ajan myötä aiheuttaa sen, että puoliset ovat tulevaisuudessa kuitenkin todennäköisemmin samanlaisen taustan omaavia. (Pullinen 2019, 82–85.)

Luottamus on tärkeä osa toimivaa parisuhdetta. Psykologian näkökulmasta se voidaan määritellä luottavaisina odotuksina intiimin kumppanin positiivisista tuloksista. Tutkimus luottamuksesta tietokonevälitteisissä ja online-suhteissa on kasvava tutkimusala. (Joinson ym. 2007, 43–44.) Kumppanien erilainen sosiaalisen median käyttö aiheuttaa usein erimielisyyksiä seurustelusuhhteessa. Olisi hyvä keskustella seurustelukumppanin kanssa avoimesti käyttäytymisestä sosiaalisessa mediassa. (Väestöliitto 2021.) Sähköinen viestintä on moninkertaistanut mahdollisuudet olla kontaktissa muihin ihmisiin. Tämä on toisaalta helpottanut parisuhteiden luomista, toisaalta lisännyt myös mahdollisuuksia rinnakkaisuhteisiin. Parisuhteessa kannattaa määritellä rajat nettikäyttäytymisen suhteen yhdessä kumppanin kanssa (Väestöliitto 2021).

Hyvän kommunikaation osat ovat empatia, itseilmaisu ja kunnioitus. On tärkeää kuunnella toisen ajatuksia ja katsoa asioita myös hänen näkökulmastaan. Samoin on tärkeää kertoa avoimesti omista ajatuksistaan ja tunteistaan. Myös toisen kunnioittava kohtelu kuuluu hyvään kommunikaatioon, jossa tarkoituksena on toisen kukistamisen ja nöyryyttämisen sijaan luoda läheiset välit. (Burns 2010, 87–88.) Nämä seikat toteutuvat usein luonnollisemmin kasvotusten viestien, mutta joskus voi olla helpompi viestiä kirjoittamalla. On kuitenkin tärkeää muistaa, että kirjoitetun tekstin tulkitsee helpommin oman tunnetilan pohjalta, kun ei näe kumppanin nonverbaalista viestintää. Kirjoittaessa sanottavansa mieltii usein tarkemmin, ja kirjoitettuun tekstiin on helpompi kysyä tarkennusta kuin johonkin ohimennen lausuttuun kommenttiin, joka palaa mieleen ehkä tilanteen jo mentyä ohi tai jossain vastaavanlaisessa tilanteessa myöhemmin.

4.2 Perhesuhteet

Kyky muodostaa läheisiä suhteita muotoutuu ensimmäisen ikävuoden aikana. Kun ihmisen perustavanlaatuinen kaipuu aivojen tahdistumiseen ja yhteyteen toisen ihmisen kanssa saa vastakaikua, opimme luomaan ihmissuhteita ja saamme ystäviä sekä kehitämme ideoita ja rakastumme. Jos tuota vastakaikua ei kuitenkaan lapsuudessa saa, eli vanhemmat eivät kuuntele ja ymmärrä lasta, se vaikuttaa hänen kykyynsä kuunnella muita ja kokea yhteenkuuluvuutta toisiin aikuisena. (Murphy 2020, 36–37.) On siis tärkeää, että aikuinen huomioisi herkästi jo aivan pienen lapsen yritykset ottaa katse- ja keskustelukontaktia, eivätkä elektroniset laitteet veisi liiaksi vanhempien huomiota. Lapsen opittu turvallinen kiintymyssuhdemalli on turvallinen perusta ja suojamuuri yksinäisyyttä vastaan (Murphy 2020, 49).

Lapsen ja vanhemman suhde on dynaaminen; siinä lapsi kasvaa suuresta riippuvuudesta kohti itsenäisyyttä. Vanhemman tehtävä on olla tukena kehittämässä lapsen kanssa hänen muussa maailmassa tarvitsemiaan tietoja, taitoja ja henkilökohtaisia ominaisuuksiaan. Lapset tarvitsevat vanhempiensa huomiota, nähdäksi ja kuulluksi tulemista. On tärkeää, että vanhempi ohjaa ja rajoittaa lasta myös medialaitteiden käytössä. (Lahikainen, Mälkiä & Repo 2015, 18–19.) Nykyajan lapset kasvavat alusta alkaen medialaitteiden keskellä, toisin kuin aikuiset, jotka ovat kokemuksen puutteen suhteen usein tasa-arvoisessa asemassa lastensa kanssa uuden laitteen käyttöönotossa. Lapsilla on myös yleensä enemmän aikaa tutustua median käyttöön. Näin lasten media-asiantuntemus voi aiheuttaa perheen sisällä auktoriteettiongelmia. Koska lasten osaaminen median käytössä voi olla jopa vanhempia edellä, heidän voi olla vaikea hyväksyä vanhempien auktoriteetti asian suhteen. (Lahikainen ym. 2015, 37.) Yksi keino välttää kuilun syntymistä vanhempien ja lasten välille voisikin olla se, että vanhemmat osallistuisivat enemmän lastensa kanssa digitaalisiin toimintoihin ja keksisivät enemmän mukavaa tekemistä yhdessä (Lahikainen ym. 2015, 280).

Keskeisintä perheen sisäisen vuorovaikutuksen kannalta laitteiden käytön suhteen on ajankäyttö. Laitteen käyttö vie aikaa, ja jokaisen perheenjäsenen valinnat laitteen käytön suhteen vaikuttavat myös muihin perheenjäseniin. (Lahikainen ym. 2015, 30.) Tärkeä havainto lapsiperheiden kohdalla on, että sekä vanhemmille että lapsille laitteen sulkeminen vuorovaikutustilanteessa on vaikeaa. Ajankäyttötutkimukset osoittavat laitteiden vetovoiman kasvaneen. Niiden avulla pelataan ja opiskellaan, pidetään yllä sosiaalisia suhteita, hoidetaan yhteisiä asioita sekä seurataan viihdettä ja osallistutaan sen tuottamiseen. Perheenjäsenten viestintävälineiden käyttömääriä on vaikea kirjata luotettavasti, koska niitä on

niin monenlaisia ja toiminnot voivat olla myös päällekkäisiä sekä tapahtua myös yhteisten hetkien lomassa. (Lahikainen ym. 2015, 265–267.) Eräs havainto oli, että jos perheenjäsenten mielenkiinto hajaantui hyvin eri osa-alueille median suhteen, myös yhdistävä kokemusmaailma kaventui ja yhteiset keskustelunaiheet vähenivät (Lahikainen ym. 2015, 271). Puhelut, tiedonhaku verkosta ja pelaaminen merkitsevät usein muille perheenjäsenille poistumista yhteisen vuorovaikutuksen alueelta (Lahikainen ym. 2015, 36). Jotta lapsi voi tuntea kuuluvansa perheyhteisöön ja tulevansa hyväksytyksi siinä, hän tarvitsee nähdä ja kuulla tulemisen kokemuksia, vastauksia kysymyksiin ja hymyä kohdattaessa (Lahikainen ym. 2015, 19).

On kuitenkin huomattava se sähköisen viestinnän hyvä puoli, että sen avulla toisistaan etäällä ollessaan perheenjäsenet voivat pitää yhteyttä keskenään. Medialaitteiden avulla perheenjäsenten on helppo tavoittaa toisensa myös kotoa poistuttaessa. Medialaitteet voivat myös laajentaa perheen jäsenten suhteiden sisältöä, koska ne tarjoavat perheenjäsenille kasvokkaisen yhdessäolon lisäksi uudenlaisen kanavan luoda yhteys toisiinsa. On syntynyt uudenlaisia väyliä tunteiden purkamiseen ja itseilmaisuun. Mediavälitteinen viestintä siis laajentaa yhteydenpidon mahdollisuuksia, ja joskus asian kertominen voi olla niiden kautta helpompaa kuin kasvotusten. (Lahikainen ym. 2015, 34 [Lull 1995; Thompson 1995].) Media siis tuo lähelle kaukaiset perheenjäsenet, mutta olisi huolehdittava, ettei se etäännyttä liiaksi lähellä olevista perheenjäsenistä. Perheiden mediankäyttöä tutkittaessa on huomattu, että perheet, joissa mediaa käytetään vähemmän, vaikuttavat vähemmän kiireisiltä kuin ne, joissa sähköisten viestimien käyttö on runsaampaa (Lahikainen ym. 2015, 270).

4.3 Ystävyysuhteet

Erilaiset keskustelualustat verkossa ovat helpottaneet yhteydenpitoa ystävien kanssa, ja kirjoittaminen antaa mahdollisuuden hitaampitempoiseen vuorovaikutukseen. Tässä korostuu itseilmaisun taitamisen tärkeys ja toisen kuunteleminen. On hyvä opetella avointa kommunikointia, sillä oletusten ja luulojen perusteella tehdyt tulkinnat saattavat johtaa suuriin väärinkäsityksiin. Reuters Instituten tutkimuksen mukaan 18–24-vuotiaiden keskuudessa sosiaalinen media on tärkeämpi uutislähde kuin televisio (Wakefield 2016). Nykytekniikan avulla kommunikointi ystävän kanssa on mahdollista, vaikka hän olisi kaukanakin. Nopea tekninen kehitys luo toisaalta myös paineita viestintävälineiden uusimiseen entistä nopeammassa tahdissa, jotta olisi mahdollisuus pysyä yhteydessä ystäviinsä. Tämä saattaa aiheuttaa eriarvoisuutta etenkin lasten ja nuorten keskuudessa. (Lahikainen ym. 2015, 17.)

Sosiaalisessa mediassa jaetut kauneutta ja menestystä korostavat kuvat ovat uhka ihmisten minäkuvalle ja itsetunnolle (Pullinen 2019, 153). Sovelluksissa käytettävissä olevat kuvanmuokkauspalvelut eivät anna realistista kuvaa toisen elämästä ja olemuksesta, ja jos kaikkien muiden kuvat vaikuttavat paremmilta kuin omat, saattaa ihminen alkaa uskoa olevansa itse epäonnistunut. Pullinen (2019) mainitsee myös väitetyistä sosiaalisen median aiheuttamista muutoksista, että ihmiset muuttuvat itsekeskeisemmiksi ja narsistisemmiksi alituisen itsen esittämisen vuoksi ja että tämä esittäminen ja itsekeskeisyys saa ihmiset masentumaan. Masentumisriskiä perustellaan sillä, että ihminen ei voi mitenkään täyttää tavoitteita, joita on luonut itselleen. Ilmiö on vaikeasti todistettavissa oleva, ja siihen liittyy runsaasti moraalista paheksuntaa. (Pullinen 2019, 153–154.)

Nuorten suosima sovellus Snapchat on esimerkki sovelluksesta, joka mittaa, kuinka aktiivista yhteydenpito ystäviin on. Snapstreaks-ominaisuus, jonka ylläpitämiseen ystävän kanssa tulee lähettää viesti joka päivä, on hyvin koukuttava. Tämä ominaisuus on osoittautunut myös hyvin stressaavaksi nuorille, koska jos Snapstreaks-yhteys johonkin ystävään pääsee vahingossa katkeamaan, se voidaan kokea suurena epäonnistumisena ystävytydessä. Myös joissakin viestisovelluksissa olevat ominaisuudet, jotka kertovat, milloin kaveri on lukenut viestin, saattavat aiheuttaa stressiä ja huolta. Jos kaveri on lukenut viestin mutta ei reagoi siihen millään tavoin, koetaan se välinpitämättömyytenä ikään kuin lähettäjä ei olisi vastaamisen arvoinen. Viestin lähettäjä saattaa myös kokea vastaamiseen kuluvan ajan ikään kuin mittarina siitä, kuinka tärkeä hän on viestin vastaanottajalle. Tämä luo sosiaalisia paineita viestinnän molemmille osapuolille. Myös joissakin sovelluksissa oleva tieto siitä, milloin viestin vastaanottaja on ollut viimeksi paikalla, voi aiheuttaa huonommuudentunnetta. Jos omaan viestiin ei ole vastattu, mutta on mahdollisesti viestiteltä muiden kanssa, lisää se tunnetta siitä, ettei itse ole tärkeä. (Pullinen 2019, 73–74.)

Kiireisen elämän keskellä nopeasti lähetetyt viestit ja kuulumiset auttavat pitämään yhteyttä useampiin ihmisiin ja säilyttämään myös hauraat yhteydet kavereihin ja sukulaisiin, jotta ne eivät vuosien myötä katkeaisi kokonaan (Pullinen 2019, 76). Sähköinen viestintämahdollisuus antaa mahdollisuuden myös laajentaa kontaktiverkkoa. Nykyajan ihmisellä on henkilökohtaisten ihmissuhteiden lisäksi myös virtuaalisia ihmissuhteita. Yhteydenpito ei ole enää aika- ja paikkasidonnaista. (Lahikainen ym. 2015, 32.) Ystävien ja tuttavien seurassa vietetäänkin kasvatusten vähemmän aikaa kuin ennen (Lahikainen ym. 2015, 120).

Huolimatta siitä, että yhteydenpito muihin ihmisiin on sähköisen viestinnän avulla helpompaa kuin koskaan ennen, yksinäisyyden on todettu olevan globaali ilmiö. Tutkimusten mukaan yksinäisyyteen ei

vaikuta sukupuoli tai etninen tausta. Ensimmäinen näyttöjen ääressä varttunut sukupolvi, Z-sukupolvi, kokee yksinäisyyttä todennäköisemmin kuin muut, mukaan lukien vanhukset. Kouluikäisten ja murrosikäisten itsemurha-ajatukset ja -yritykset ovat yli kaksinkertaistuneet vuodesta 2008. Mitä enemmän teini viettää aikaa ruudun ääressä, sitä todennäköisempi on myös masennus. Myös säännöllisesti videopelejä pelaavien nuorten todennäköisyys kokea masennusta ja ahdistusta on kasvanut. (Murphy 2020, 20–21.) Lasten ja nuorten yksinoloaika on lisääntynyt aiemmasta huomattavasti. Tämän on todettu olevan yhteydessä tietokoneen käytön yleistymiseen. (Lahikainen ym. 2015, 115.) Tietokonepelien välityksellä kuitenkin moni reaalielämässä ilman kavereita jäänyt nuori saa kavereita, joiden kanssa voi viettää aikaa yhdessä ja jakaa kuulumisiaan pelaamisen lomassa. Nämä ystävyysuhteet voivat muodostua jopa pelastukseksi yksinäisyydestä monelle, sekä lapselle, nuorelle että aikuiselle.

4.4 Työsuhteet

Oman työn kannalta oleellisen tiedon jakaminen, seuranta ja vaihdanta kuuluvat viestimisen taitoon työyhteisössä. Viestintävastuut ja -oikeudet tulisi kirjata tehtävänkuvaan tai vähintäänkin kertoa ääneen. (Juholin 2017, 131.) Suhteet työpaikalla määrittävät usein hierarkian ja valtasuhteiden mukaan. Viestintä on enemmänkin raportointia kuin keskustelua. Jos ilmapiiri on tehokkuutta korostava ja yksilökeskeinen, se aiheuttaa työntekijöiden jäämistä yksin ja irrallisiksi. Oman roolin löytäminen työyhteisössä vaikeutuu. (Romppanen 2019, 18.) Sen sijaan empaattiset ja turvalliset kohtaamistilanteet edistävät yhteyden muodostumista toisiin ja synnyttävät luottamusta. Turvallisuuden tunne lisää myös sitoutumista, osallistumista ja syvempää ymmärrystä muita kohtaan. (Romppanen 2019, 22.)

Tutkimukset ovat osoittaneet, että jos yrityksen työilmapiiri on hyvä ja työntekijät kokevat, että heistä välitetään, yrityskin menestyy hyvin (Romppanen 2019, 26). Työyhteisöviestinnän avoimuuden myötä asioista kiinnostuneiden mahdollisuudet omaehtoiseen osallisuuteen kasvavat, kun taas avoimuuden puute on sisäisen viestinnän haaste (Aalto 2012, 102). Avoimesti jaettu tieto saa aikaan kokemuksen tasavertaisuudesta ja tukee vastuullisuutta, kehitystä ja tuloksellisuutta (Romppanen 2019, 63). Online-maailma lisää yksittäisen työntekijän painetta ja vastuuta aktiivisuuteen etsiä tietoa, tarkastaa ja kysyä muilta sekä myös välittää tietoa muille (Juholin 2013, 181). Jokaisella on vastuu omasta hyvinvoinnistaan. Yksilön vastuun toteuttamiseen tarvitaan kuitenkin myös yhteisövuotea. Hyvän organisaation rakentaminen lähtee ihmisten tarpeiden ja kokemusten pohjalta. Järjestelmän on oltava myös valmis

joustamaan ja muuttamaan tilanteiden ja tarpeiden mukaan. Erilaisten ihmisten kanssa toimiessa tärkeintä on olla ihminen ihmiselle, aito oma itsensä valmiina etenemään yhdessä muiden kanssa. (Romppanen 2019, 237–239.)

Uudistuva teknologia on tuonut mukanaan mahdollisuuden tehdä työtä eri paikoissa. Sitä voidaan tehdä kotona, työnantajan, yhteistyökumppanin tai asiakkaan tiloissa sekä paikasta toiseen siirtyen. Tämän mukana ovat tulleet myös virtuaaliset työyhteisöt, joiden jäsenet työskentelevät eri paikoissa mutta joilla on yhteinen päämäärä. Näissä työyhteisöissä viestintä tapahtuu normaalisti täysin sähköisesti. Tällaisen työskentelytavan etu on tiedon helppo ja nopea vaihtaminen sekä jakaminen. Haasteet liittyvät tiedon määrään ja siihen, kuinka sen saisi helpoiten näkyväksi ja käytettäväksi. Kouluttautuminen ja valmennukset voidaan myös toteuttaa verkon välityksellä, ja jokainen voi opiskella itselleen parhaiten sopivana ajankohtana. Tämä kaikki muuttaa viestintätapojamme ja vaikuttaa ihmisten väliin suhteisiin. Reaaliaikaisuus synnyttää haasteen jatkuvasti käytettävänä olemisesta ja välittömästä reagoinnista. Tämä häiritsee työhön keskittymistä. Onnistuakseen tällainen toimintatapa vaatii yhteisiä toimintatapoja, itseohjautuvuutta, sitoutumista ja luottamusta. Työntekijöiden erot teknologian hallitsemisessa saattavat luoda sukupolvien välistä kuilua organisaatioon. Näistä asioista olisi tarpeellista keskustella ja sopia yhteisistä pelisäännöistä. (Romppanen 2019, 224–227.)

Työpaikalla viesti kulkee edelleen sekä perinteisesti työntekijöiden välisen kasvokkain tapahtuvan kommunikoinnin kautta että yhä enenevässä määrin sähköisesti. Tutun ihmisen neuvot ja mielipiteet ovat osoittautuneet edelleen arvostetummiksi kuin foorumeilta saadut tiedot. On kuitenkin hyvä varoa, ettei omaan verkostoon muodostu omahyväistä sisäistä ilmapiiriä. Verkostoituminen internetin keskusteluryhmien kautta on noussut aikaisempaa tärkeämmäksi viestintäkanavaksi viime vuosina. Näissä ryhmissä saattaa olla jopa tuhansia asiantuntijoita, jotka jakavat tietoa keskenään. Tämä luo tarpeen myös tiedon luotettavuuden arviointikykyyn, jonka avuksi on luotu erilaisia maine- ja arviointijärjestelmiä. (Koskela ym. 2007, 83–85.)

Sähköpostia käytetään työyhteisöissä monin eri tavoin. Niitä voidaan jaotella ilmoitustauluviesteihin, dialogiviesteihin, postinkantajaviesteihin ja roskaposteihin. Nämä eri tavoin muotoillut viestilajit ja niiden sopivat käyttöyhteydet tulisi opetella erottamaan toisistaan. Työ- ja yksityisviestit tulee myös pitää erillään toisistaan. Viesteihin tulisi myös reagoida mahdollisimman pian ja ne tulee pitää mahdollisimman lyhyinä. Viestin muotoilun ja kielenkäytön on vastattava asiayhteyttä. Koska sähköposti on helppo lähettää, niitä lähetetään usein turhankin helposti eteenpäin. Selkeät ohjeet sähköpostin käyttöön puuttuvat monesta työyhteisöstä. (Koskela ym. 2007, 129–130.) Sähköpostia kirjoittaessa olisi

aina hyvä miettiä onko se tarpeellinen, jotta välttyttäisiin liialta sähköpostitulvalta. Otsikon tulisi olla täsmällinen, viestin lyhyt ja ytimekäs, eikä montaa asiaa samaan viestiin. (Kortesuo & Patjas 2011, 53–54.) Chat on tehokas ja reaaliaikainen tapa viestiä asiakkaiden kanssa (Kortesuo & Patjas 2011, 67).

Kännykkäetiketin mukaan esimerkiksi kokouksissa puhelimen jatkuva näpelöinti ei ole suotavaa ja sen on oltava äänettömällä. Ruokapöydässä kännykän käyttö ei ole suotavaa lainkaan. Jos on kyse normaalia lounaasta työkavereiden kesken, voi puhelinta pitää auki, mutta asiakkaan kanssa aterioidessa ei koskaan. Puheluun tai viestiin vastaaminen kesken asiakasneuvottelun viestittää, ettei neuvottelu ole vastapuolelle tärkeä. (Krabbe 2004, 27–28.)

Työpaikan kulttuurin luovat käytäväkeskustelut. Niissä jäsentyy selkeämmin, miten ihmiset ovat ymmärtäneet tehdyt päätökset ja muut meneillään olevat asiat. Tulkinnat jaetusta tiedosta ohjaavat ihmisten toimintaa. Kokouksissa epäselviksi jääneistä asioista keskustellaan jälkikäteen. Nämä keskustelut auttavat asioiden sulattelussa ja ikävistä tunteista vapautumisessa. Hyvässä mielessä toteutettuna ne voivatkin olla innostavaa ja auttaa oppimaan uutta muilta työntekijöiltä. Toisaalta pahan puhumisena ilmi tullessaan se ruokkii vastarintaa ja kielteisyyttä organisaatiossa, mikä voi jopa haitata johtajuutta ja työntekoa. (Romppanen 2019, 46.)

Kahvihuoneessa, kopiokoneen luona, vesiautomaatilla, sähköpostilistoilla tai internetin keskustelufoorumeilla voi saada hyödyllistä tietoa esimerkiksi tärkeistä julkaisuista. Tätä kutsutaan työpaikan ”hiljaiseksi tiedoksi”. (Koskela ym. 2007, 83.) Työpaikan yhteistyö ja työn henki määräytyvät merkittävästi esimiehen kommunikointitavan mukaan (Juholin 2017, 135). Viime kädessä vastuu työpaikan viestinnästä on organisaation ylimmällä johdolla. Yrityksen johto nimeää vastuuhenkilöt tehtäviinsä ja delegoi tarvittaessa asioita edelleen eri toimintayksiköille. (Juholin 2013, 121.) Johtamisviestintä luo merkityksiä, jonka kautta organisaation jäsenet ymmärtävät työssään ja viestinnässään sekä roolinsa että vastuunsa (Juholin 2013, 199).

Työ ja vapaa-aika sekoittuvat verkostoituneessa yhteiskunnassa helpommin kuin aiemmin. Tämä sopii niille, joille työ on verrattavissa palkalliseen harrastukseen. Se voi kuitenkin ajan myötä vaikuttaa sosiaalisiin suhteisiin, jos ihminen ei pääse irtautumaan rationaalisesta ajattelutavasta lainkaan. Silloin on uhkana se, että kaikki ihmissuhteet, viestintä ja vuorovaikutus suuntautuvat vain omaa uraa hyödyttäviin ja edistäviin suhteisiin. (Seppänen & Väliaverron 2012, 87.) Onkin yleistynyt ilmiö, että ihminen

pyrkii verkon välityksellä olemaan läsnä jopa useassa paikassa samaan aikaan. Tämä saa aikaan sen, että hän ei ole täysin läsnä missään. (Seppänen & Väliaverron 2012, 209–210.)

Ihmisen johtamisen ja ohjaamisen sekä keskustelu- ja yhteistyötaidot opitaan työelämässä kantapään kautta. Näihin työntekijä olisi hyvä valmentaa jo perusopintojen aikana. Työelämässä teknologia antaa siihen mahdollisuuden yhteisten keskustelualustojen muodossa. Noilla alustoilla käytyjen keskustelujen avulla voidaan osallistaa työntekijöitä ja muodostaa yhteistä näkemystä asioihin. Jos työntekijä joutuu sopeutumaan lannistaviin käytänteisiin ja rakenteisiin, syntyy motivaatio- ja sitoutumisongelmia. Vuorovaikutus, yhteistyö ja hyvinvointi ovat perusta menestykselle työelämässä. Tähän on saatavilla myös ammattilaisten apua sekä yksilö- että ryhmäohjauksena. Hyvinvoiva ihminen pitää yhteyttä läheisiinsä ja toimii yhteistyössä muiden kanssa, tekee työnsä hyvillä mielin ja kokee elämän merkityksellisenä ja elämisen arvoisena. (Romppanen 2019, 233–235.)

4.5 Suhteet sosiaalisessa mediassa

Vuorovaikutteisuus on sosiaalisen median tärkein ominaisuus, ja se perustuu verkostoitumisen haluun (Kortesuo & Patjas 2011, 38). Kun ilmaisee itseään kirjallisesti, on otettava huomioon, että silloin fyysinen elekieli on korvattava jollain muulla tavoin, jotta kohteliaisuus ja ystävällisyys välittyisivät myös verkossa. Se onnistuu esimerkiksi hymiöiden ja sanallisten kohteliaisuuksien avulla. Sosiaalisessa mediassa on tapana, että osoitetaan toiselle oma kiinnostus, jonka jälkeen voi odottaa saavansa siihen vastakaikua. Se on vuorovaikutteinen keskusteluympäristö, jossa saa huomiota, kun osallistuu muiden asioihin ja jakaa omastaan myös muille. (Kortesuo & Patjas 2011, 10–11.) Vaikka sosiaalinen media antaa kaikille mahdollisuuden tuoda asioita julki helposti, valtaosan käyttäjistä arvioidaan olevan niin kutsuttuja lurkkaajia. Tällainen käyttäjä perustaa tilin nähdäkseen muiden julkaisut, mutta ei itse julkaise mitään tai julkaise vain harvoin. Internetin 90-9-1-säännön mukaan 90 prosenttia verkkoalustan käyttäjistä tarkkailee osallistumatta itse ja 9 prosenttia osallistuu vähän. Jäljelle jäävä yksi prosentti siis luo valtaosan verkkoalustan sisällöstä. (Murphy 2020, 26.)

Käsitlemme sosiaalisessa mediassa päivittäin uskomattoman suuren määrän sosiaalisia signaaleja. Tämä käsittelytyö on tehtävä, jotta saamme selvyyttä kaikkeen sosiaalisen median antamaan ärsyketulvaan. Voi olla vaikeaa ymmärtää muiden ihmisten erilaiset reaktiot jonkun ihmisen julkaisuun, jos ei tiedä, millaiset välit toisilla todellisuudessa on. Koska verkostomme sosiaalisessa mediassa on usein

hyvin laaja emmekä välttämättä tunne kaikkia verkostossamme olevia ihmisiä kovinkaan hyvin, on hyvinkin todennäköistä, ettemme myöskään tiedä heidän kaikkien suhteista paljoakaan. Jonkun ihmisen piikittely toiselle sosiaalisessa mediassa voi tällöin aiheuttaa meille negatiivisen tunteen piikittelijää kohtaan, koska emme tiedä onko kyseessä ilkeys vai sisäpiirin vitsi. (Pullinen 2019, 64–65.)

Sosiaalisessa mediassa vuoroa oman mielipiteen ilmaisemiseen ei tarvitse odottaa eikä epämiellyttäviä näkemyksiä kuunnella. Mielipiteensä voi ilmaista niin kuin sen itse haluaa julki tuoda. Sitä ei kuitenkaan tarvitse niiden huomioida, jotka eivät halua niin tehdä. Tämä aiheuttaa ahdasmielistä ajattelua ja vaihtoehtototuuksia. Noiden totuuksien lähteitä, motivaatioita tai oikeellisuutta ei välttämättä kyseenalaisteta, jos ne vahvistavat omia näkemyksiä. Seurauksena on, että keskustelu politiikasta ja kulttuurista on usein epäkohteliasta ja luo epäluottamusta, katkeruutta ja pelkoa. (Murphy 2020, 91–92.) Sosiaalisessa mediassa esiintyy paljon myös provosointia. Provosoijalla on yleensä tiedossa, mistä toisen ihmisen saa hermostumaan. Hän käyttää tuota tietoa hyväkseen siten, että provosoi kanssaan eri mieltä olevan ihmisen raivon partaalle, mahdollisesti jotta voisi todistaa hänen olevan jollain lailla heikko tai huono ihminen. Jotta tuollaiselta voisi välttyä, on hyvä opetella lukemaan merkkejä tahallisesta provosoinnista ja rauhoittamaan itsensä sellaisessa tilanteessa. Kun oppii katsomaan tapahtumia puolueettomasti, sekä provosoiminen että provosoituminen muuttuvat lopulta merkityksettömiksi reaktioiksi (Kuvajainen 2015, 274).

Ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa kuunteleminen on jopa puhumista tärkeämpää. Kuuntelemalla saamme yhteyden toiseen ihmiseen, osallistumme ja voimme myötäelää toisen ihmisen asioita. Tämä tulisi muistaa myös sosiaalisessa mediassa. Kate Murphy (2020) vertaa kirjassaan Et taida kuunnella sosiaalista mediaa virtuaaliseen megafoniin, jolla kuka tahansa voi toivottaa ajatuksensa julki. Hän mainitsee myös, että toisaalta siellä voi myös suodattaa omasta näköpiiristään pois ajatukset ja ihmiset, joita ei halua kuulla. (Murphy 2020, 10.) Myös puhelinsoittoihin ja viesteihin voi halutessaan jättää vastaamatta. Voimme siis rajata asiat ja ajatusmallit, joita haluamme tietoisuutemme tulevan. Aivokapasiteettimme kannalta se on hyväkin asia, koska tiedon määrä internetissä on jopa kestäättömän suuri. Vaatii kuitenkin taitoa erottaa se, mikä kannattaa rajata pois, ja mikä on hyödyllistä tietää. Eriytyisen suuri vaikutus elämäämme on sillä, kenet rajaamme pois elämästämme ja kenen kanssa jaamme aikamme, kokemuksemme ja ajatuksemme. Meillä on mahdollisuus ottaa yhteys ihmisiin toisella puolen maapalloa, emmekä tiedä onko heidän kertomansa totta vai ei. On arvioitu, että noin 15-60 prosenttia sosiaalisen median tileistä on vale- tai bottitilejä (Murphy 2020, 25).

Yle uutisten julkaisussa sosiaalisen median asiantuntija ja tietokirjailija Harto Pönkä toteaa, että aikuiset käyttävät somepalveluja, jotka ovat julkisia ja käyttäjiä on paljon. Nuoret sen sijaan valitsevat käyttöönsä pienempien piirien somealustoja, kuten WhatsAppin ja Snapchatin, joissa toimitaan järkevämmin ja otetaan toisia paremmin huomioon. Tuttujen kesken keskustelun taso pysyy järkevämpanä eikä ajatustenvaihdossa mennä niin helposti asiattomuuksiin, eikä tuttuja ihmisiä kesken ole myöskään niin helppo laukoa törkeyksiä toisille. Pönkä toteaa myös, että vanhemmilla sosiaalisen median käyttäjillä on vähemmän kokemusta ja taitoa keskustella sosiaalisessa mediassa. Hänen mielestään aikuisten someraivo on voinut olla varoittava esimerkki nuorille. (Kononen 2017.) Sosiaalisessa mediassa on tuttu ilmiö myös disseminaatio, ja viestit saattavat levitä hallitsemattomasti julkisuudesta toiseen. Tällaisella viestien levittämällä voidaan pyrkiä hyvään tai haavoittaa. (Juholin 2017, 26.)

Pohjoismaiden ministerineuvoston ja Happiness Research Institutin julkaisemassa raportissa (2019) pohditaan, onko sosiaalinen media uhka kuitenkin nuorten hyvinvoinnille. Tutkimuksen tulokset osoittavat, että asiaa on mahdotonta arvioida ilman, että käsittelee samalla asiayhteyttä, jossa sitä käytetään. Nuorten offline-elämä liittyy erottamattomasti heidän online-elämäänsä ja heidän sosiaalisen median käyttöönsä heijastaa heidän sosiaalista elämäänsä ja hyvinvointiaan yleensä. Suuri ajankäyttö Snapchatissa ja Instagramissa on tutkimuksen mukaan yhteydessä matalampaan tyytyväisyyteen, negatiiviseen sosiaaliseen vertailuun ja vähäisempään luottamukseen muihin, mutta myös suurempaan sosiaaliseen aktiivisuuteen. Yleinen tutkimuksen yhteydessä tehty havainto on myös, että sosiaalisen median käytön lisääntymisen ohella myös yksinäisyys on kasvanut. Asiantuntijat ovat eri mieltä siitä, ovatko nämä kaksi kehitystä yhteydessä toisiinsa. Tutkijat toteavat, että tutkimustulos ei ole pätevä vastaus alkuperäiseen kysymykseen, mutta kehottavat kiinnittämään huomiota nuorten sosiaalisen median käyttöön. Elämäntilanteella todetaan olevan suuri merkitys siihen, kuinka sosiaalista mediaa käytetään. (Happiness Research Institute & Nordic Council of Ministers 2019, 33–43.)

Huolestuttava ilmiö sosiaalisessa mediassa on se, että disinformaation yleistyessä ihmiset eivät enää tiedä, mitä uskoa ja mitä ei. Lopulta jokainen kuitenkin yleensä valitsee asioihin jonkin näkökannan, ja jos se on eri kuin läheisen, ystävä tai työtoverin, saattaa näkemyselero haitata kyseistä ihmissuhdetta tai jopa rikkoa sen. Eräs konkreettisimmista esimerkeistä tähän ilmiöön on viime aikoina ollut suhtautuminen koronavirukseen ja koronarokotuksiin. Aiheesta on julkaistu jo useita artikkeleita, joissa ilmaistaan huolestuneisuutta näkemyselerojen vaikutuksista ihmissuhteisiin. Ilta-Sanomien julkaisussa elokuussa 2021 Väestöliiton pari- ja perhesuhteiden asiantuntija Minna Jaakkola muistuttaakin, että eri tietolähteisiin luottavienkin ihmisten huolia ja pelkoja olisi hyvä pyrkiä ymmärtämään (Vanhala 2021).

Olisi hyvä muistaa, että toisen ihmisen uskomukset ja pelot pohjautuvat hänen aiempaan tietoonsa, kokemuksiinsa ja uskomuksiinsa, kuten meidänkin omiimme. On hyvä, että uskaltaa ilmaista mielipiteensä asiallisesti, mutta ei ole kenellekään hyväksi yrittää väkisin muuttaa toisen ihmisen mielipidettä samanlaiseksi kuin omamme.

Sosiaalisen median käyttöön liittyvät tulkinnat ja käyttäytymiseen liittyvät seikat saavat meidät arvuuttelemaan asioita ja ihmisten käytöksen motiiveja. Jokainen reaktio tai kommentti vaikuttaa meihin, ja jättää myös jälkensä tunteisiimme. Myös helposti käsillä oleva tieto muiden ihmisten vastoinikäymisestä lisää niistä lukevan ihmisen kokeman stressin määrää. Vaikka vaikutus ei ole suuri, se kuitenkin on olemassa. Tutkimusten mukaan sekä positiivinen että negatiivinen ilmapiiri sosiaalisessa mediassa saa käyttäjän kokemaan vastaavanlaista tunnetilaa ainakin jossain määrin. Tuo suuren ärsykkeiden määrän aiheuttama mielen kuormitus onkin saanut ihmiset siirtymään yhä enenevässä määrin pienemmille somealustoille, joissa kokemukset jaetaan pienemmän porukan kesken. Huolimatta siitä, että sosiaalinen media lisää stressiä ja aiheuttaa järkyttävän määrän sosiaalisia signaaleja, sillä on kuitenkin mahdollisuus antaa enemmän kuin ottaa. Voimme jakaa sen kautta paljon arvokasta tietoa ja kauneutta elämäämme. (Pullinen 2019, 66–71.)

4.6 Yleinen yhteiskunnallinen viestintä

Yhteiskunnan hierarkiat ovat madaltuneet viime vuosikymmeninä voimakkaasti. Se on toisaalta vapauttanut kulttuuria jäykkyydestä, toisaalta lisännyt rajatonta, lapsekasta ja tunnepitoista käyttäytymistä muita ihmisiä kohtaan. Kaikilla ihmisillä ei ole kykyä kunnioittaa toista ihmistä ilman auktoriteettien ohjausta. Jos on kasvanut auktoriteettiin nojaten, saattaa auktoriteetin puuttuminen aiheuttaa turvattomuutta, joka saattaa johtaa häiriökäyttäytymiseen. (Korhonen 2016, 150–156.) Internet ja mobiiliviestintä pystyvät sekä hyvään että pahaan. Viime kädessä meidän on yhdessä tehtävä päätös siitä, kuinka käytämme näitä keksintöjä. Sekä verkossa toimimisen säännöistä että käyttäjien oikeuksista keskustellessa on osattava ottaa huomioon, että tuo keskustelu on väistämättä globaalia. Internet ei tunne maiden välisiä rajoja. (Nikkanen 2012, 6–9.)

Facebookin perustajan Mark Zuckerbergin ajatus, että avoimuus ja asioiden jakaminen muille luovat yleistä ymmärrystä yhteiskuntaan, ei ole osoittautunut realistiseksi, koska siinä ei ole otettu huomioon huonoa käytöstä. Vaikka avoimuus ja mielipiteen ilmaisuvapaus ovat positiivisia ajatuksia, ne ovat tuoneet mukanaan valeutisia, huhuja ja vihapuhetta. (Pullinen 2019, 120–121.) Vihapuheella voidaan

esimerkiksi leimata tai halventaa vähemmistöä tai jotain ammattialaa edustavia ihmisiä. Sillä voidaan jopa yllyttää väkivaltaan kyseisiä ryhmiä kohtaan. (Neuvonen 2015, 22.) On myös työtehtäviä, jotka altistavat henkilökohtaiselle julkiselle kritiikille. Tämä voi olla henkisesti hyvin raskasta ja saa monet piiloutumaan julkisuudelta, kun taas toiset julkaisevat mielipiteitään täysin estottomasti. (Aalto 2012, 132.) On myös havaittu, että menestyneiden ihmisten aloittamat somekampanjat saavat paljon huomiota, mutta syrjäytyneiden ja niukkuudesta kärsivien asiat jäävät usein huomiotta sosiaalisessa mediassa (Pullinen 2020, 127).

Joskus mielipide saatetaan ymmärtää tahallaan väärin. Usein väärinymmärtäjä on henkilö, joka kokee, ettei häntä itseään ymmärretä tai arvosteta. Yhteenkuuluvuutta oman ryhmän kanssa saatetaan vahvistaa uskomalla tai uskottelemalla, että eri mieltä olevien mielipiteet ja näkemykset ovat huonoja. (Korhonen 2016, 138–144.) Yhteiskunta on aiempaa epäyhtenäisempi johtuen signaloinnin yleistymisestä. Poliittiset ja ideologiset näkemykset ilmoitetaan aiempaa räikeämmin ja äänekkäämmin. Sosiaalinen media on rakennettu signalointia varten. Sieltä löydetyt kytkökset luovat yhteenkuuluvuutta. Jos ihminen tuntee olonsa yksinäiseksi, hänellä on taipumus huomiota saadakseen liioitella suurieleisesti ja kannattaa äärimmäisiä näkemyksiä. (Murphy 2020, 68–69.) Verkossa eniten julkisuutta saavat liioittelu, sarkasmi ja pöyristyminen. Sen sijaan vilpittömät, harkitut ja neutraalit julkaisut eivät päädy niin usein mediaan tai leviä viraalisti. (Murphy 2020, 26–27.) Tämä on omiaan vaikuttamaan maailmankuvaamme ja laittaa miettimään, olisivatko ajatuksemme kanssaihmisistä ja yhteiskunnan asioista erilaiset ilman verkossa jaettua materiaalia.

Algoritmit ovat sääntöjoukko, jonka mukaan valikoituu se, mitä meidän näkyvillemme tulee internetissä. Se määräytyy aika pitkälle sen mukaan, mistä me tai kaveripiirissämme olevat ihmiset ovat olleet aiemmin kiinnostuneita. Osittain se määräytyy kuitenkin myös sen mukaan, mitkä ovat palvelun tekijän tavoitteet. Niiden avulla voidaan siten jossain määrin vaikuttaa siihen, mitä asioita tietoisuuteemme tulee. (Pönkä 2019.) Ihmisellä vaikuttaa olevan luontainen taipumus turvautua tuttuihin toimintatapoihin, vaikka tarjolla olisi uudistus, joka edistäisi osaamista ja toimintaa. Suuret muutokset aiheuttavat muutosvastarintaa. Ihminen etsii usein vain sitä tietoa, joka vastaa hänen aiempaa käsitystään asioista. Hän löytää hämmästyttävän määrän todistusaineistoa uskomuksensa tueksi, ja saa näin luotua oman todellisuutensa, johon hän uskoo, oli muu maailma mitä mieltä tahansa. (Koskela ym. 2007, 32.)

Media on voimakas väline yleisönsä todellisuuskäsityksen muokkaamiseen. Tiedostamme usein selkeimmin niiden asioiden ja ilmiöiden olemassaolon, joita media tuo nähtävillemme. Media voi vaikuttaa ihmisten maailmankuvaan myös esimerkiksi sillä, missä valossa se tuo eri asiat julki (Pullinen

2019, 218). Se, miten johonkin tapahtumaan liittyvän uutisen saate muotoillaan, vaikuttaa siihen, mikä on ensireaktio uutiseen. Samalla se vaikuttaa ihmisten asenteisiin uutiseen liittyvää ilmiötä kohtaan. Samalla tavoin, mutta pienemmässä mittakaavassa myös yksilö voi osaltaan vaikuttaa yleiseen viestintäilmapiiriin oman nettikäyttäytymisensä kautta, sen mukaan mitä asioita korostaa ja mitä puoltaa.

Uutismedia joutuu miettimään, millaisia viestejä se sallii yleisön jättää ylläpitämilleen uutiskeskustelupalstoille harkitessaan sananvapauden ja vihapuheen välistä rajanvetoa. Erilaisia ratkaisuja ongelmallisten viestisisältöjen välttämiseen ovat esimerkiksi vaatia palveluun rekisteröitymistä nimimerkillä, rajoittaa keskusteluun jätettävien viestien määrää, antaa kanssakeskustelijoille mahdollisuus arvioida jätettyjä kommentteja, ja täten positiivisemmiksi arvioitujen viestien paremman näkyvyyden sallimisen. Tärkein viestintäsisällön hallintakeino on kuitenkin moderointi, eli viestiketjujen valvonta, jonka tuloksena viesti joko julkaistaan tai päätetään poistaa keskustelusta. (Pöyhtäri 2015, 261–262.)

Mediatisaatioksi kutsutaan yhteiskunnan ilmiötä, missä organisaatiot ovat riippuvaisia siitä, miten media suhtautuu niihin ja miten se käsittelee niiden asioita. Elleivät ne sopeuta toimiaan median hyväksymään suuntaan, niiden asema voi heiketä. (Juholin 2013, 18–19.) Median uutiskynnys ylittyy helposti, kun on kyse koflikteista, ristiriidoista ja dramaattisuudesta. Ei voida ennustaa, kuinka suuren huomion kriisi tai sen uhka saa. Medialla on myös velvollisuus välittää kansalle tietoa kriiseistä ja suuronnettomuuksista. Organisaation on parempi olla avoin kuin salaileva, ja kaiken tiedon pitää perustua faktoihin. Väärien tietojen leviäminen voidaan torjua parhaiten antamalla nopeita vastuksia median kysymyksiin. (Juholin 2013, 378–379.)

5 KYSELYTUTKIMUKSEN TAVOITTEET JA TOTEUTUS

5.1 Tutkimuksen tavoitteet

Opinnäytetyön ohessa tehdyn kyselytutkimuksen tavoitteena oli selvittää eri-ikäisten ja erilaisissa elämäntilanteissa olevien ihmisten kokemuksia siitä, kuinka sähköinen viestintä on vaikuttanut heidän ihmissuhteisiinsa. Kyselyn tulosten toivottiin antavan ajankohtaista tietoa siitä, kuinka sähköinen viestintä vaikuttaa ihmisten välisiin suhteisiin, sekä kuinka hyvin ihmiset tiedostavat kyseisen vaikutuksen. Opinnäytetyön yhtenä tavoitteena on myös tuoda ihmisten tietoisuuteen sitä, että jatkuvasti laajeneva ja kehittyvä sähköinen viestintätapa tuo ihmissuhteisiin sekä uusia mahdollisuuksia että haasteita. Tavoitteena on, että kun ihmiset tiedostavat näitä vaikutuksia paremmin, he osaavat myös huomioida kyseiset seikat omassa viestinnässään ja ihmissuhteissaan.

5.2 Tutkimuksen toteutus

Kyselytutkimus toteutettiin Webropolilla tehtynä sähköisenä anonyymina kyselynä. Linkki oli julkisessa jaossa Facebookissa Ullavassa tapahtuu -sivulla sekä tutkimuksen tekijän yksityisellä Facebook-sivulla. Lisäksi linkkiä on jaettu yksityisesti. Tämä koettiin tarpeelliseksi, jotta kyselyyn saataisiin osallistumaan myös heitä, jotka eivät käytä Facebookia. Linkki oli avoinna 18.2.2022 ja 10.3.2022 välisen ajan. Tutkimuskysymyksiä oli kaikkiaan 40, joista 30 oli monivalintakysymyksiä ja 10 avoimia kysymyksiä. Kolmessa monivalintakysymyksessä oli myös kohta, johon vastausta voi tarkentaa omin sanoin. Osa kysymyksistä oli kuitenkin piilotettu automaattisesti, jos vastaus edelliseen kysymykseen teki seuraavat, edellistä vastausta tarkentavat kysymykset tarpeettomiksi.

5.3 Tutkimuksen luotettavuus

Tutkimus voidaan katsoa luotettavaksi ja suuntaa antavaksi havainnollistajaksi sähköisen viestinnän vaikutuksiin ihmisten välisiin suhteisiin nykyhetkessä. Kysymykset olivat kaikille tutkimukseen osallistujille samat. Kuitenkin tuloksia tarkastellessa tulee ottaa huomioon, että keski-ikäisten ja vanhem-

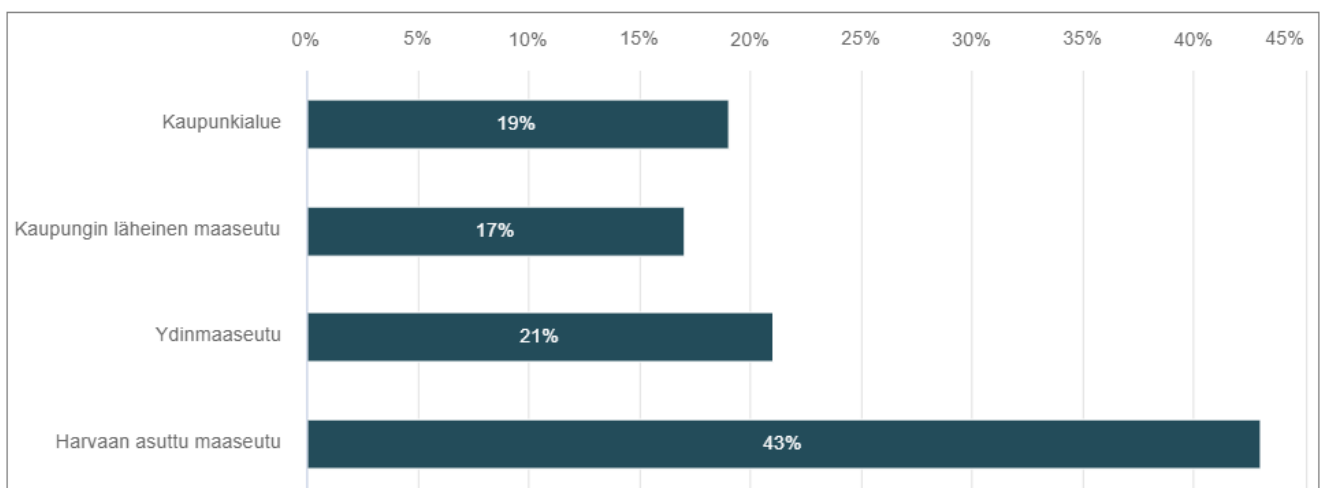
pien vastaajien osuus on huomattavasti suurempi kuin nuorten, joten joissain kohdissa kaikkien vastausten yhteenlasketut määrälliset osuudet olisivat voineet jakautua toisin, jos nuoria vastaajia olisi ollut enemmän.

6 KYSELYTUTKIMUKSEN TULOKSET

Tutkimustulosten analysoinnissa käytettiin sekä kvantitatiivista eli määrällistä että kvalitatiivista eli laadullista menetelmää. Monivalintakysymykset antoivat vastauksen kyseisiin asioihin määrällisessä muodossa, kun taas avointen kysymysten vastausten tulkinnassa voitiin käyttää laadullista analysointitapaa. Tutkimukseen vastasi yhteensä 53 henkilöä. Heistä 87 % oli naisia ja 13 % miehiä. Eniten vastanneita oli ikäryhmässä 40–54-vuotiaat, 40 %. 23 % vastanneista kuului ikäryhmään 55–69-vuotiaat, 9 % vastaajista oli yli 70-vuotiaita, 17 % oli 25–39-vuotiaita ja 11 % oli 10–24-vuotiaita. Vastaajien määrä kattaa kaikki tutkittavat ikäryhmät, joten tutkimustuloksen monipuolisuuden voi katsoa olevan kohtuullinen. Vastaajista työelämässä oli 58 %, eläkkeellä 22 %, opiskelijoita ja äitiys- tai vanhempainvapaalla 6 %, työttömiä, koululaisia ja muihin ryhmiin kuuluvia alle 4 % kutakin.

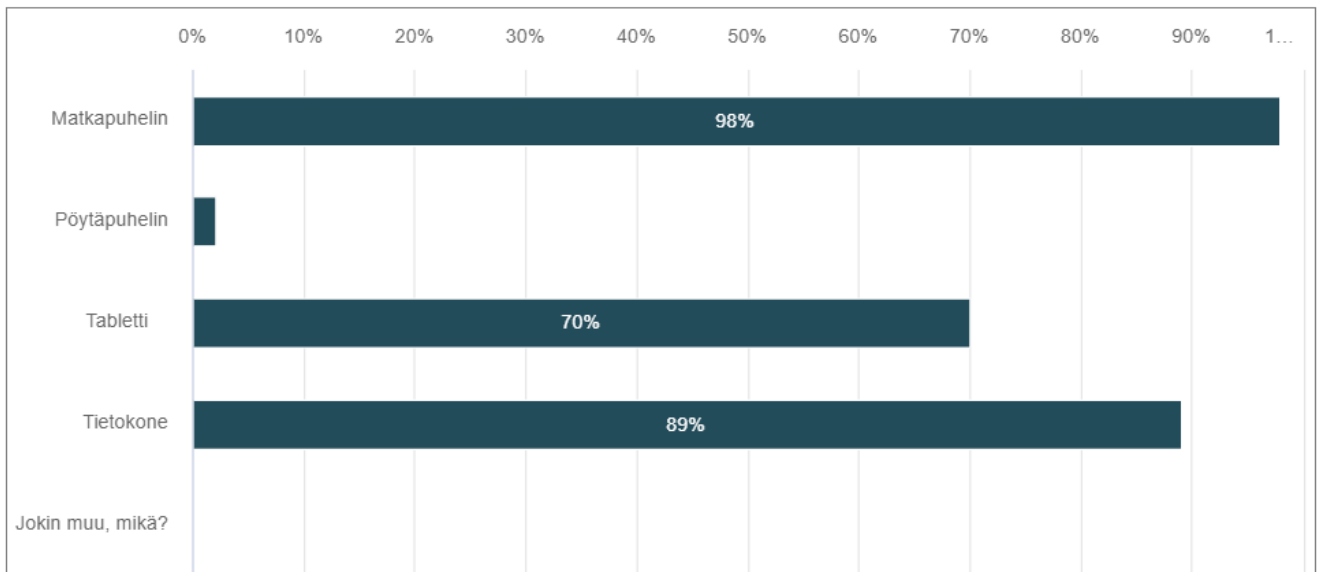
6.1 Vastaajien viestintäolosuhteet

Hajonta vastanneiden asuinympäristön suhteen oli ihanteellinen sen suhteen, että lähes puolet vastanneista, 43 %, oli harvaan asutulta maaseudulta ja loput vähän tiheämmin tai tiheästi asutulta seudulta (KUVIO 1). Tuloksissa tulee näin suhteellisen tasapuolisesti sekä harvaan että tiheämpään asuttujen alueiden edustajien kokemuksia.



KUVIO 1. Asuinpaikka

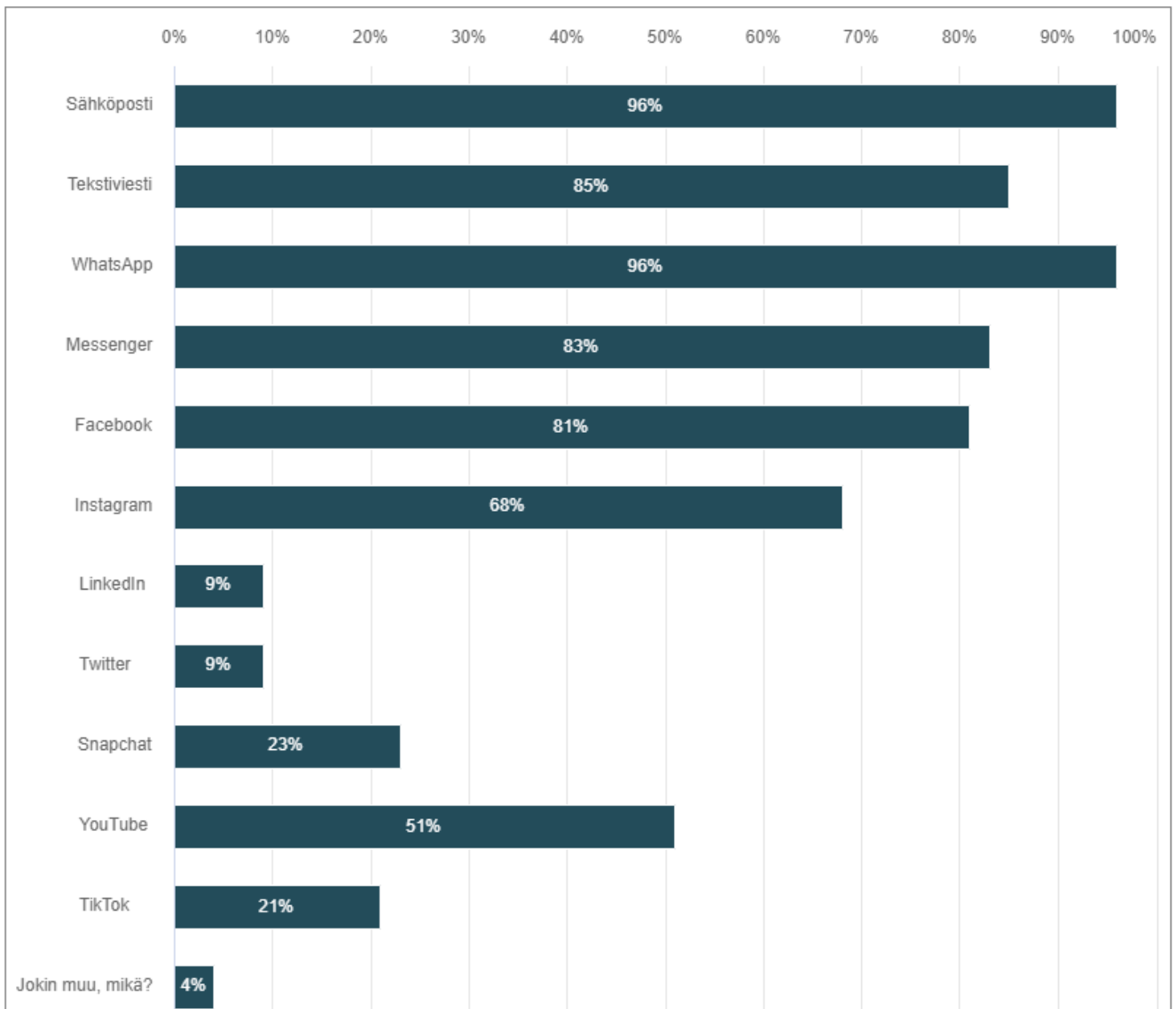
Lähes kaikilla vastanneista, 98 %:lla, oli käytössään matkapuhelin. Myös tietokone tai tabletti oli käytössä suurimmalla osalla. Pöytäpuhelimia löytyy vielä vähän. (KUVIO 2.)



KUVIO 2. Vastaajien käytössä olleet viestintävälineet

6.2 Viestintätavat

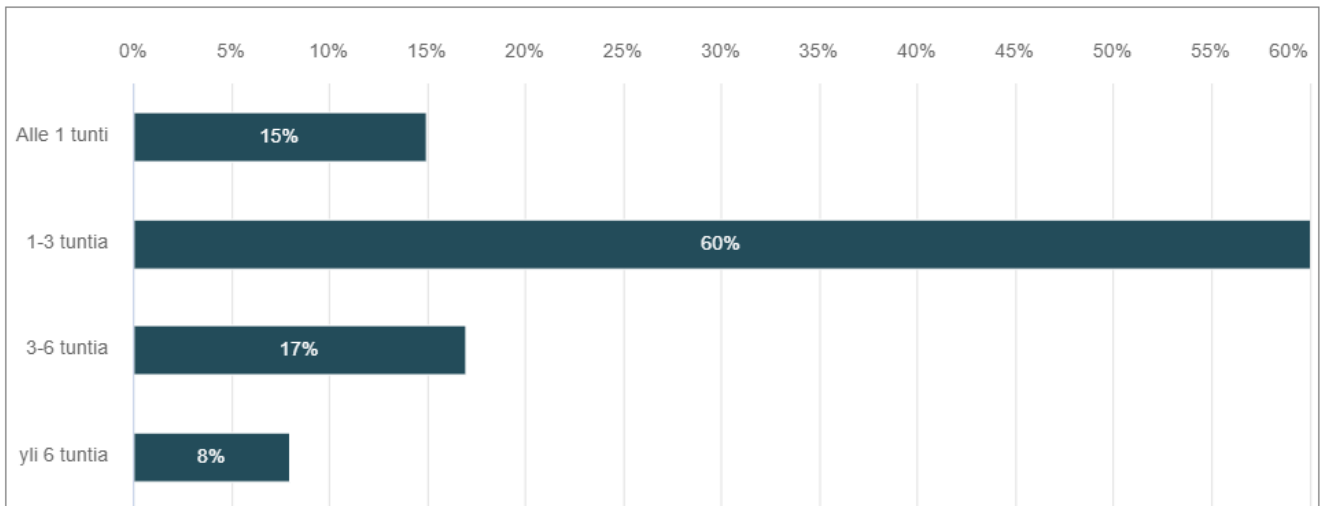
Sähköposti ja WhatsApp olivat käytössä suurimmalla osalla, 96 %:lla vastaajista. Tekstiviestien avulla viesti 85 % ja Messengerin kautta 83 % vastaajista. Facebook oli käytössä 81 %:lla vastaajista ja Instagram 68 %:lla. Näiden kahden sosiaalisen median käytön määrällinen jakaantuminen voi selittyä myös sillä, että vastaajista suurin osa oli yli 40-vuotiaita. Instagram on vielä enemmän käytössä nuorisolla ja Facebook varttuneemman väestön keskuudessa, mutta myös Instagramin käyttäjissä on yhä enenevässä määrin iäkkäämpiä ihmisiä. Myös YouTubea käytti yli puolet vastaajista. Nuorison suosimia sovelluksia TikTok ja Snapchat käytti noin viidennes vastaajista. Valmiiksi annettujen viestintämuotojen lisäksi vastaajat olivat maininneet käytössä olevan Discord ja Kuule-sovellus. (KUVIO 3.)



KUVIO 3. Viestintätavat

6.3 Sähköiseen viestintään käytetty aika päivittäin

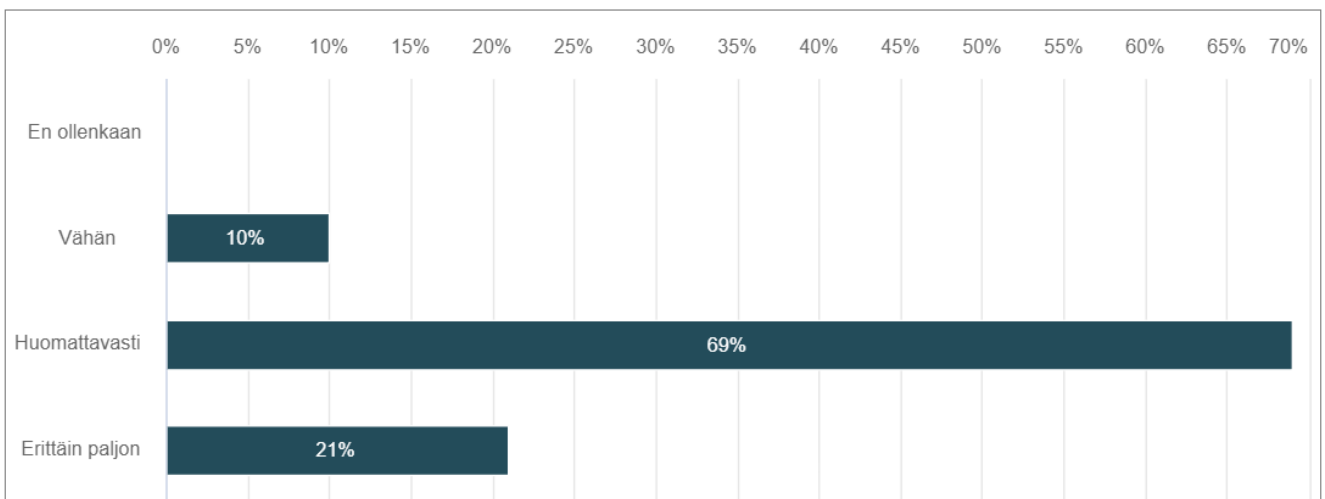
Suurin osa vastaajista, 60 %, käytti sähköisen viestinnän parissa aikaa päivittäin 1–3 tuntia. Alle tunnin päivässä sähköiseen viestintään käytti 15 % vastaajista, 3–6 tuntia 17 % vastaajista ja yli 6 tuntia päivässä sähköisen viestinnän parissa vietti 8 % vastaajista. (KUVIO 4.)



KUVIO 4. Sähköiseen viestintään käytetty aika päivittäin

6.4 Sähköisen viestinnän vaikutukset elämänlaatuun

Kaikki vastaajat kokivat sähköisen viestinnän helpottaneen elämäänsä ainakin vähän, sillä En ollenkaan -vastauksia kysymykseen ei tullut. Vastaajista 69 % koki elämänsä helpottuneen sähköisen viestinnän ansiosta huomattavasti, 21 % erittäin paljon ja 10 % vähän. (KUVIO 5.)



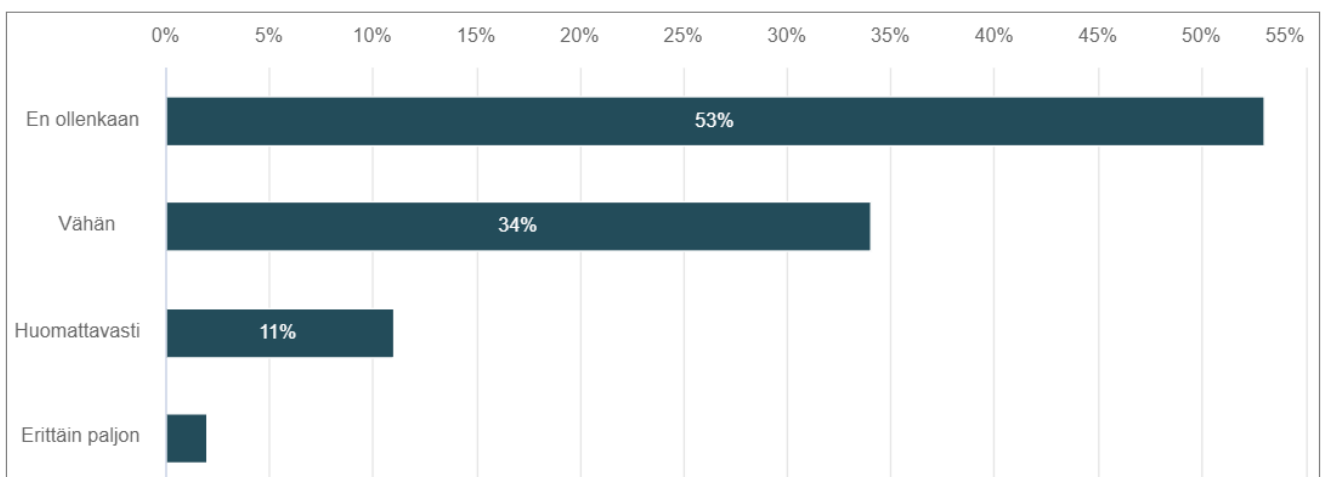
KUVIO 5. Koetko sähköisen viestinnän helpottaneen elämääsi?

Avoimeen kysymykseen ”Miten koet sähköisen viestinnän helpottaneen elämääsi?”, vastauksia tuli yhteensä 48. Ryhmittelin seuraavaan luetteloon vastauksia aihepiireittäin, yleisimmät helpottavat seikat listan alkupäässä.

- Yhteydenpito muihin ihmisiin helpottunut

- Viestintä nopeutunut
- Asioiden hoito helpottunut, mm. pankkipalvelut ja hakemusten täyttäminen
- Helpottaa työelämää, tieto kulkee paremmin ja etätyömahdollisuus
- Tiedon saa helposti ja nopeasti
- Yhteydenpito kaukana asuviin ihmisiin mahdollistunut, mahdollistaa globaalin yhteydenpidon
- Helpompi saavutettavuus ihmisten kesken, viestintä ei vaadi samanaikaisuutta: voi jättää viestin ja vastaanottaja voi reagoida sitten kun hänelle sopii
- Laajentanut verkostoja
- Madaltanut kynnyksiä ottaa yhteyttä ihmisiin
- Lisää viihtyvyyttä
- Voi seurata medioita tai puhua puhelua samalla kun tekee askareita tai käy kävelylenkillä
- Sosiaalinen media helpottaa myyntityötä
- Käytetyn tavaran ostaminen helpottunut, esimerkiksi kirppisryhmät
- Voi olla sosiaalinen etänä
- Helppo viestintätapa introvertille
- Kavereita saa esimerkiksi videopelien kautta
- Voi hoitaa asioita vuorokaudenajasta riippumatta
- Tuonut tehokkuutta ja nopeutta

53 % vastaajista ei kokenut sähköisen viestinnän vaikeuttaneen elämäänsä ollenkaan. 34 % vastasi sen vaikeuttavan vähän, 11 % huomattavasti ja 2 % erittäin paljon. Valtaosin sähköisen viestinnän vaikutukset elämänlaatuun koetaan siis helpottavina enemmän kuin vaikeuttavina, mutta jonkin verran myös vaikeuttavina. (KUVIO 6.)



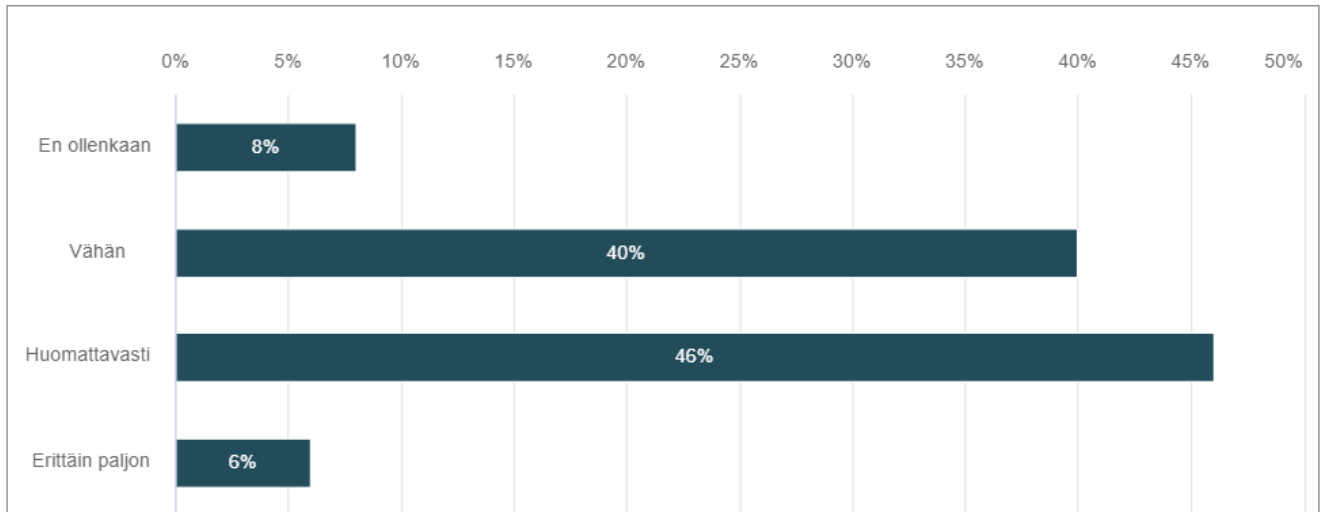
KUVIO 6. Koetko sähköisen viestinnän vaikeuttaneen elämääsi?

Avoimeen kysymykseen ”Miten koet sähköisen viestinnän vaikeuttaneen elämääsi?” vastauksia tuli 23 kappaletta. Ryhmittelin seuraavaan luetteloon vastauksia aihepiireittäin, yleisimmät vaikeuden aiheuttajat listan alkupäässä.

- Vie paljon aikaa, usein huomaamatta
- Vie aikaa muilta tärkeiltä asioilta kuten perhe, nukkuminen ja harrastukset
- Liian sitovaa, yleinen oletus jatkuvasti saatavilla olemisesta ahdistaa
- Vaikea rajata ajankäyttöään niin, että ei ole aina saatavilla
- Sosiaalinen media koukuttaa
- Joskus sähköistä viestiä tulee liikaa, esimerkiksi WhatsApp-ryhmissä
- Väärintulkittamisen mahdollisuudet kasvavat, jos sanaton viestintä puuttuu
- Negatiivisen tulkinnan mahdollisuus kasvaa
- Yhteyksien ja sovellusten hitaus saa ärtymään ja vie aikaa sekä vaikeuttaa asioiden hoitamista
- Ei näe ihmisiä kasvotusten enää niin paljon
- Erilaiset merkkiäännet stressaavat
- Huomioitava yhteydenottoja liian monesta paikasta viranomaisia myöten
- Joskus tärkeät ilmoitukset jäävät huomaamatta tai saamatta ajoissa, kun ne tulevat sähköisesti ilman, että niihin odotetaan kuittausta lukemisesta

6.5 Sähköisen viestinnän vaikutukset ihmissuhteisiin

46 % vastaajista koki sähköisen viestinnän tuoneen huomattavasti positiivisia vaikutuksia ihmissuhteisiinsa, 40 % vähän, 8 % ei ollenkaan ja 6 % erittäin paljon. Valtaosa tähän tutkimukseen osallistuneista siis kokee sähköisen viestinnän tuoneen hyvää ihmissuhteisiinsa. (KUVIO 7.)



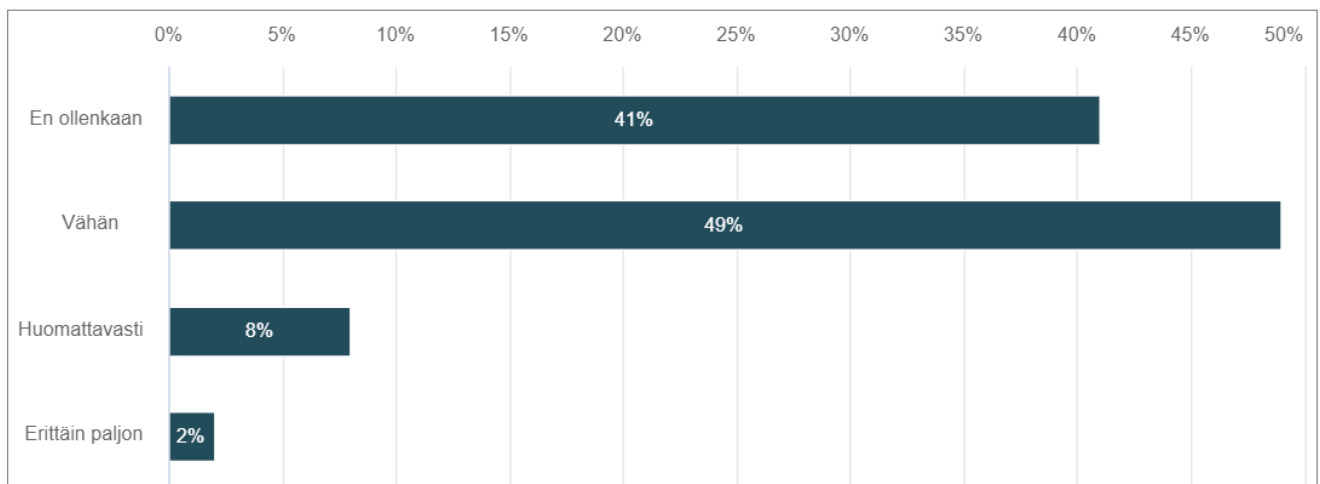
KUVIO 7. Koetko sähköisen viestinnän tuoneen positiivisia vaikutuksia ihmissuhteisiin?

Avoimeen kysymykseen ”Millaisia positiivisia vaikutuksia koet sähköisen viestinnän tuoneen ihmissuhteisiin?” vastauksia saatiin 43 kappaletta. Tiivistin ja ryhmittelin seuraavaan luetteloon vastauksia aihepiireittäin, yleisimmät positiiviset vaikutukset listan alkupäässä.

- Yhteydenpito ja kuulumisten vaihto helpottunut ja nopeutunut
- Tulee pidettyä ihmisiin enemmän yhteyttä
- Voi pitää yhteyttä läheisiin päivittäin
- Välttämätön, halpa ja helppo viestintäkanava ulkomailla asuviin läheisiin
- Voi olla, että jos viestintä olisi vain puhelimen ja kirjeiden varassa, yhteyttä joihinkin ihmisiin ei olisi ollenkaan, kiireisen elämän vuoksi ei ehdi kyläillä niin voi pitää yhteyttä sähköisesti
- Yhteys kaukana asuviin ystäviin
- Tuonut uusia tuttavuuksia, voi tutustua kaukanakin oleviin ihmisiin
- Netin kautta löytynyt seurustelukumppani ja uusia ystäviä
- Avautuminen vaikeista asioista toisinaan helpompaa sähköisesti kuin kasvotusten, ja tulee kerrottua sellaisia asioita enemmän mitä ei ehkä muuten kertoisi
- Monenlaisia keskusteluja, pystyy jakamaan iloja, suruja ym. tunnetiloja helposti kuvin ja sanoin
- Ryhmäviestinnässä voi jakaa harkittuja ja hallittuja viestejä
- Jos tunteen ilmaisemiset ja sanoittamiset hyväksytään ryhmässä, voi muodostua rakentava keskustelu
- Lisää läheisyyttä
- Avannut uusia kanavia ja näkökulmia

- Korona-aikana helpottanut yhteydenpitoa sukulaisiin ja lapsuudenperheeseen
- Tuonut ystäviä lähemmäksi ja takaisin omaan elämään, lisännyt myös sovittuja tapaamisia
- Tulee pidettyä yhteyttä useamman ihmisen kanssa
- Helppo lähettää videoita ja kuvia, sitä kautta pääsee enemmän toisen elämään mukaan
- Voi ottaa yhteyttä pienellä kynnyksellä
- Helpottavaa ja tehokasta tehdä töitä ja opiskella etänä. Näin jäänyt enemmän aikaa perheelle ja kustannukset pienentyneet

Lähes puolet vastaajista eli 49 % koki sähköisen viestinnän tuoneen elämäänsä vähän negatiivisia vaikutuksia, 8 % huomattavasti ja 2 % erittäin paljon. 41 % vastaajista ei kokenut ihmissuhteisiinsa tulleen ollenkaan negatiivisia vaikutuksia sähköisen viestinnän myötä. (KUVIO 8.) Ainakin jonkin verran negatiivisia kokemuksia sähköisen viestinnän vaikutuksista oli siis yli puolella vastaajista, mutta toisaalta lähes puolella vastaajista ei ollut ollenkaan negatiivisia kokemuksia.



KUVIO 8. Koetko sähköisen viestinnän tuoneen negatiivisia vaikutuksia ihmissuhteisiisi?

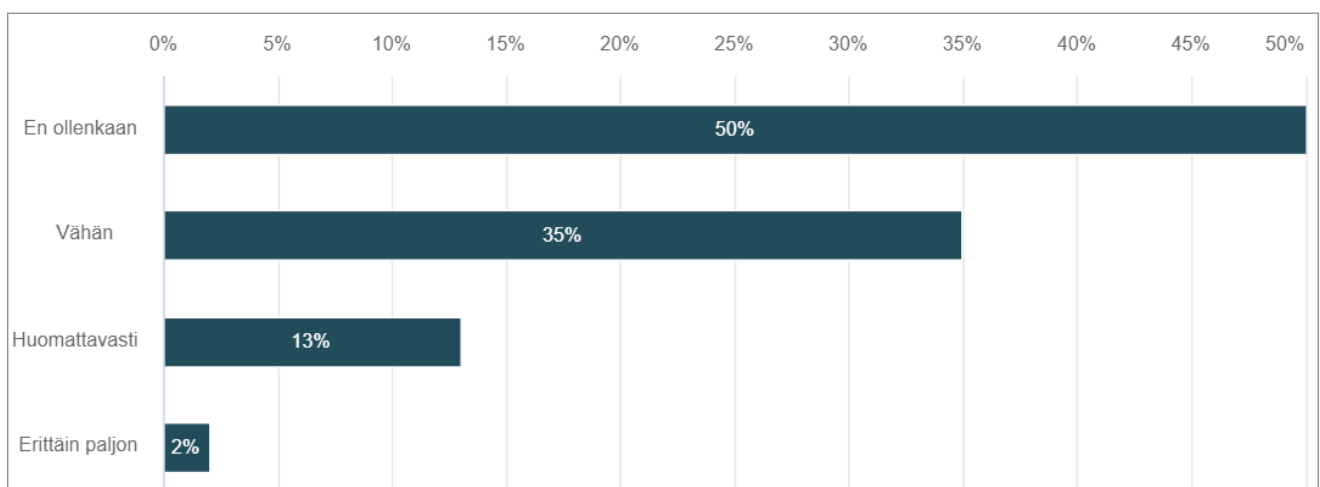
Avoimeen kysymykseen ”Millaisia negatiivisia vaikutuksia koet sähköisen viestinnän tuoneen ihmissuhteisiisi?” vastauksia saatiin 29 kappaletta. Tiivistin ja ryhmittelin seuraavaan luetteloon vastauksia aihepiireittäin, yleisimmät negatiiviset vaikutukset listan alkupäässä.

- Vie liikaa aikaa
- Vie kasvokkain kohdattaessa keskustelukumppanin huomion puhelimen kautta toisaalle, jolloin ei kohdata oikeasti
- Yhteydenpito jää sähköiseen viestintään ja kasvokkain kohtaamiset jäävät vähälle
- Vie aikaa perheen yhteisestä ajasta ja aidosta vuorovaikutuksesta

- Väärinymmärrykset viesteistä, sanoista tai kuvista saattaneet johtaa välien huononemiseen, jos ei ole ollut rohkeutta selvittää asioita
- Etääntymistä muista ihmisistä
- Ihmisten arvomaailma näkyy sosiaalisen median kautta, ja se ei aina ole miellyttävää
- Epäaitoutta, pinnallista viestimistä
- Sosiaalisessa mediassa ihmisten antama kuva elämästään saattaa vaikuttaa onnistuneemmalta kuin oma
- Pettymys tuttavaan omien arvojen vastaisista, rasistisista tai aggressiivisista kannanotoista, jotka ovat tulleet esille sosiaalisessa mediassa
- Voi olla vääristyneitä käsityksiä ihmisistä, jos ei muuten pidä yhteyttä
- Osa odottaa vastausta heti, jatkuva läsnäolon tarve
- Pitää olla tarkkana mitä julkaisee ja miten
- Huijausviestit ja puhelut

6.6 Sähköisen viestinnän vaikutus luottamukseen ihmissuhteissa

Puolet vastaajista eli 50 % oli sitä mieltä, että sähköinen viestintä ei ole lisännyt luottamusta ollenkaan heidän ihmissuhteissaan. 35 % koki sähköisen viestinnän lisänneen vähän luottamusta ihmissuhteissaan, 13 % huomattavasti ja 2 % erittäin paljon. (KUVIO 9.) Puolet vastaajien kokemuksista sähköisen viestinnän luottamusta lisäävän vaikutuksen suhteen olivat siis ainakin jossain määrin positiivisia.

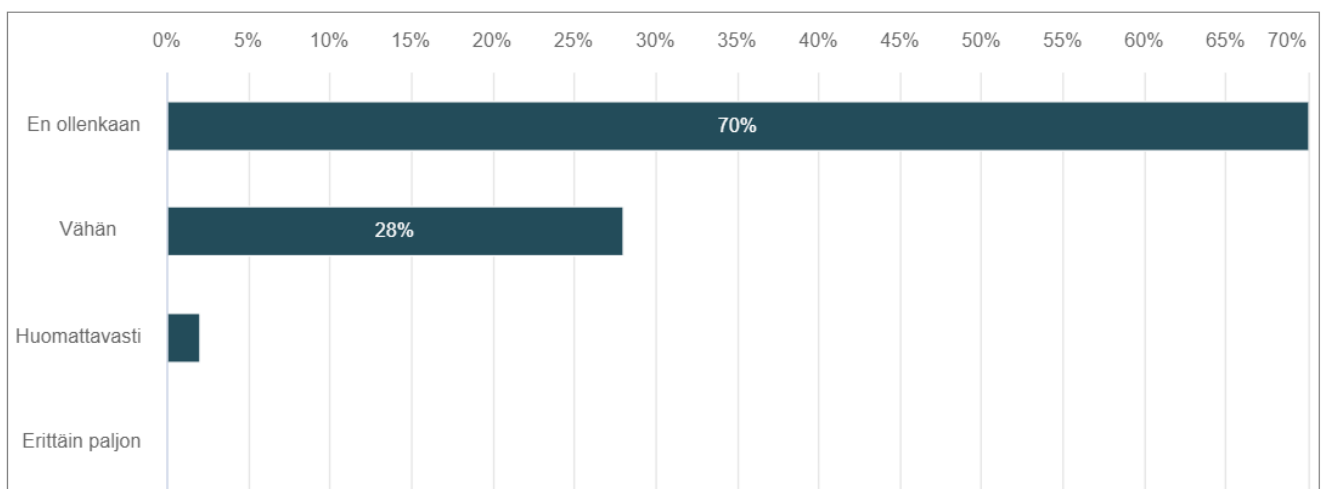


KUVIO 9. Koetko sähköisen viestinnän lisänneen luottamusta ihmissuhteissasi?

Avoimeen kysymykseen ”Millä tavoin sähköinen viestintä on lisännyt luottamusta ihmissuhteissasi?” vastauksia tuli 18 kappaletta. Tiivistin ja ryhmittelin seuraavaan luetteloon vastauksia aihepiireittäin, yleisimmät luottamusta lisänneet vaikutukset listan alkupäässä.

- Viesteillä uskaltaa kertoa asioista avoimemmin ja rehellisemmin myös vaikeista asioista
- Helpompi tavoitettavuus tuntuu turvalliselta ja on turvallista
- Kirjoittamalla harkitun viestin voi luottamus hyvässä tapauksessa lisätä luottamusta
- Snapchatissa on voinut puhua kaverien kanssa luottamuksellisiakin asioita
- Helppo tapa kertoa asioita ja kuulumisia
- Voi lähestyä henkilökohtaisesti
- Helpompi lähestyä myös kasvotusten
- On tullut soiteltua ja saanut tarvittaessa nopeammin yhteyden toiseen henkilöön
- Ajantasaisuus
- Saanut tutustua paremmin
- Saanut selvitettyä väärinkäsitykset keskustelemalla
- Voi tarkistaa taustat

Valtaosa vastaajista, 70 %, ei kokenut sähköisen viestinnän vähentäneen luottamusta ihmissuhteissaan ollenkaan, 28 % koki sähköisen viestinnän vähentäneen luottamusta ihmissuhteissaan vähän ja 2 % huomattavasti. Kukaan vastaajista ei kokenut, että sähköinen viestintä olisi vähentänyt luottamusta heidän ihmissuhteissaan erittäin paljon. (KUVIO 10.) Valtaosin vastaajat siis eivät kokeneet sähköisen viestinnän vähentäneen luottamusta ihmissuhteissaan.



KUVIO 10. Koetko sähköisen viestinnän vähentäneen luottamusta ihmissuhteissasi?

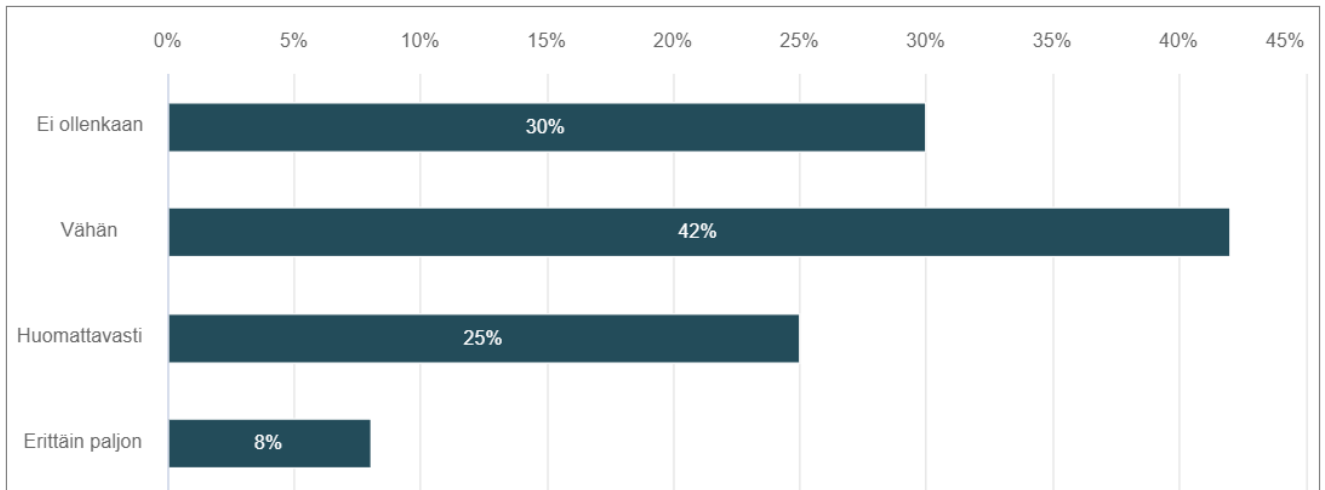
Avoimeen kysymykseen ”Millä tavoin sähköinen viestintä on vähentänyt luottamusta ihmissuhteisiasi?” vastauksia tuli 13 kappaletta. Tiivistin ja ryhmittelin seuraavaan luetteloon vastauksia aihepiireittäin, yleisimmät luottamusta vähentäneet vaikutukset listan alkupäässä.

- Pettymykset joidenkin ihmisten suhteen lisäävät epäluuloa aitoudesta myös muiden suhteen
- Ihmiset antavat siloteltua kuvaa itsestään eivätkä ole aitoja
- Kommentointia vaikea tulkita, nopeat kommentit, viestit ja postaukset tuovat esiin puolia, jotka horjuttavat luottamusta
- Viestien tulkitsemisen vaikeus sanattoman viestinnän puuttuessa tekstein viestittäessä
- Ilkeys ja tietojen levittäminen netissä, ilkeily helpompaa sähköisen viestinnän kautta
- Jos toinen osapuoli loukkaantuu toisen tietämättä, hiljaisuus ei tee hyvää suhteille
- Mustasukkaisuus sähköiseen viestintään käytetystä ajasta
- Parisuhdekumppanin käytös ei ole aina ollut hyväksyttävää
- Somekuva ja oikea ihminen eivät vastaa toisiaan
- Viestit tuntemattomasta numerosta, hyväksikäyttö, hakkeroinnit ja virusten lisääntyminen

6.7 Sähköisen viestinnän vaikutus käsitykseen muista ihmisistä

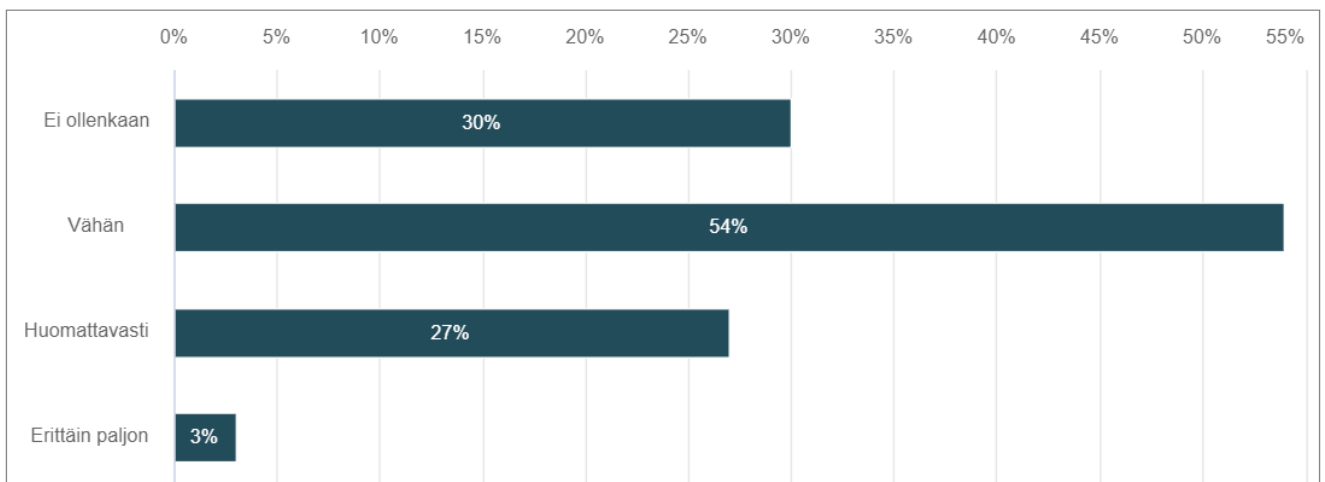
Tämän osion monivalintakysymyksiin vastatessa oli mahdollista valita useampi vaihtoehto, koska meillä jokaisella voi olla, ja todennäköisesti onkin, hyvinkin monenlaisia kokemuksia tältä kokemuksesta. Käsitys voi olla jostain ihmisestä muuttunut huomattavasti parempaan suuntaan, kun taas jonkun toisen ihmisen kohdalla olemme saattaneet kokea enemmän pettymyksiä sähköisesti viestittäessä. Tämän vuoksi koin, ettei tähän kysymykseen voi antaa mahdollisuudeksi vastattavaksi vain yhdenlaisia kokemusvaihtoehtoja. Vastausten määrästä huomaakin, että yhdellä vastaajalla on ollut monenlaisia kokemuksia.

30 %:lla vastaajista ei ollut kokemuksia siitä, että käsitys jostain ihmisestä olisi muuttunut sähköisen viestinnän kautta. 42 % kertoi käsitysten muuttuneen vähän, 25 % huomattavasti ja 8 % erittäin paljon. (KUVIO 11.)



KUVIO 11. Onko käsityksesi jostain ihmisestä muuttunut sähköisen viestinnän kautta?

54 %:lla heistä, joiden käsitys jostain ihmisestä oli muuttunut sähköisen viestinnän kautta, käsitys jostain ihmisestä oli parantunut sähköisen viestinnän välityksellä vähän, 27 %:lla huomattavasti ja 3 %:lla erittäin paljon. 30 % kertoi, ettei käsitys ihmisistä ollut parantunut ollenkaan sähköisen viestinnän välityksellä. (KUVIO 12.) Vastaajilla oli siis valtaosin kokemuksia sähköisen viestinnän parantavasta vaikutuksesta ihmissuhteiden saralla ainakin jossain määrin. Lähes kolmannes vastaajien sähköisen viestinnän kokemuksista ei kuitenkaan ollut vaikuttanut parantavasti heidän käsityksiinsä viestintäkumppaneistaan.

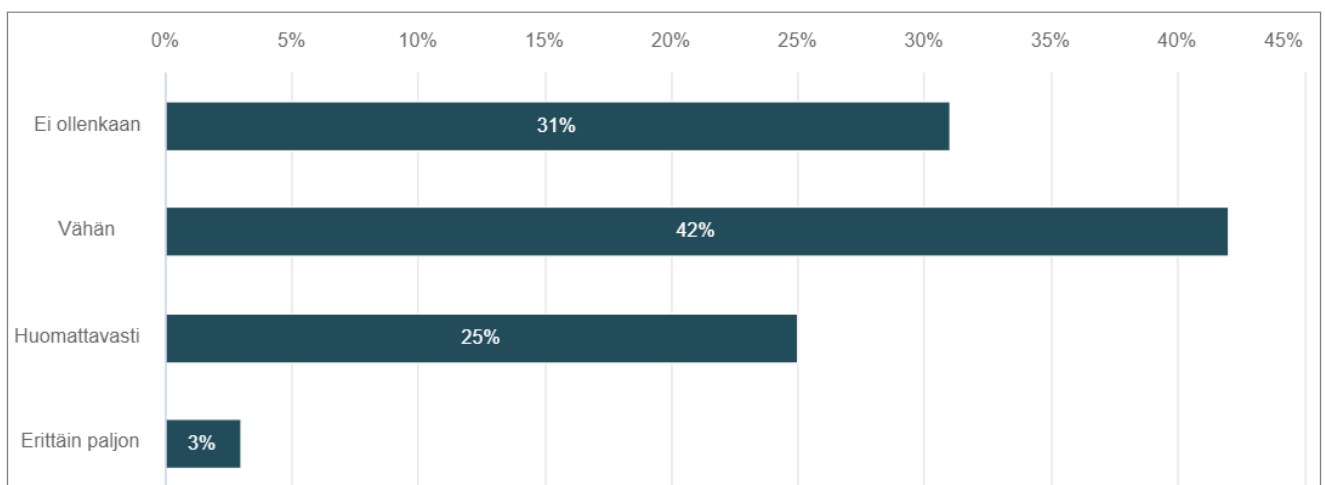


KUVIO 12. Onko käsityksesi jostain ihmisestä parantunut sähköisen viestinnän kautta?

Avoimeen kysymykseen ”Millä tavoin käsityksesi jostain ihmisestä on parantunut sähköisen viestinnän kautta?” vastauksia saatiin 20. Tiivistin ja ryhmittelin seuraavaan luetteloon vastauksia aihepiireittäin, yleisimmät ilmiöt listan alkupäässä.

- Sähköisen viestinnän kautta oppinut tuntemaan ihmisen paremmin
- Nettikeskustelun kautta tutustunut ihmisen arvomaailmaan syvemmin kuin pikaisesti tavatessa ja kuva ihmisestä eheytynyt
- Jos ihmisen jakamat linkit ja päivitykset herättävät arvostusta, ja niiden kautta oppinut tuntemaan paremmin ihmistä ja hänen arvojaan
- Kun on saanut enemmän tietoa ihmisestä, se on auttanut ymmärtämään henkilön tilannetta ja ajatuksia
- Saanut paremman käsityksen ihmisen ajatuksista, mieltymyksistä, maailmankuvasta
- Avoimuus ja rehellisyys antanut monipuolisemman kuvan ihmisestä, somessa avautuu helpommin
- Ujoina, tylsinä ja eristäytyvinä pitämäni ihmiset ovatkin osoittautuneet sosiaalisiksi, empaattisiksi ja kivoiksi ihmisiksi
- Sähköisesti on matalampi kynnyks viestittää toiselle jotain mukavaa
- Joillekin itsensä ilmaiseminen on helpompaa kirjoittamalla
- Saanut uusia tuttavuuksia, sekä tutustunut joihinkin sukulaisiin keskustelun kautta

31 %:lla heistä, joiden käsitys jostain ihmisestä oli muuttunut sähköisen viestinnän kautta, ei ollut ollenkaan huonontuneita kokemuksia ihmisistä sähköisesti viestittäessä. Vastaajista 42 %:lla tällaisia kokemuksia oli vähän, 25 %:lla huomattavasti ja 3 %:lla erittäin paljon. (KUVIO 13.) Suurin osa vastaajista oli siis ainakin jossain määrin pettynyt jossain ihmissuhteessaan sähköisen viestinnän vaikutuksesta.



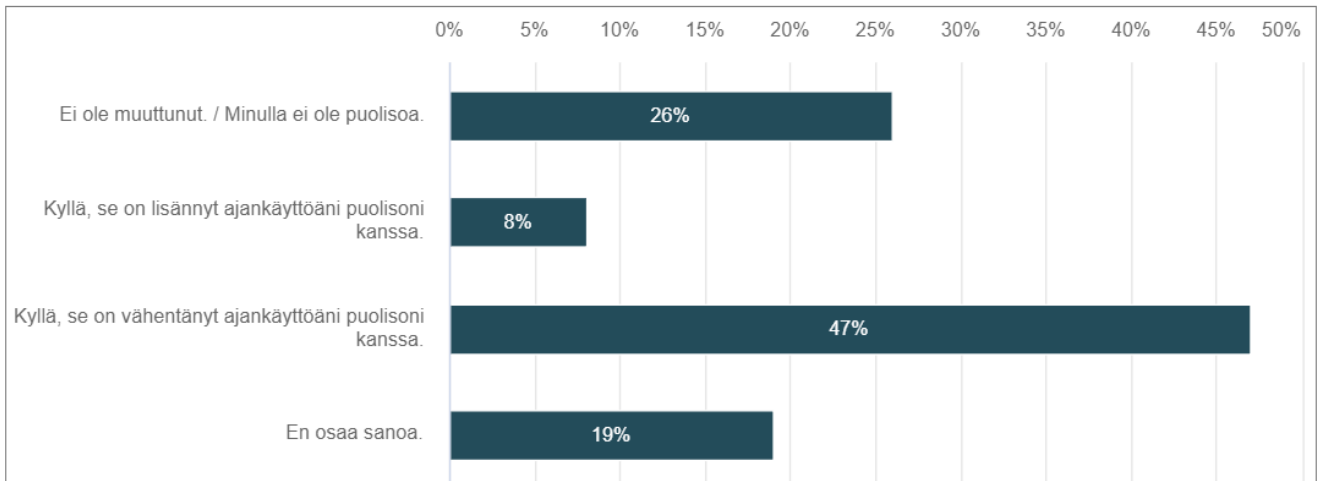
KUVIO 13. Onko käsityksesi jostain ihmisestä huonontunut sähköisen viestinnän kautta?

Avoimeen kysymykseen ”Millä tavoin käsityksesi jostain ihmisestä on huonontunut sähköisen viestinnän kautta?” vastauksia saatiin myös 20 kappaletta. Tiivistin ja ryhmittelin seuraavaan luetteloon vastauksia aihepiireittäin, yleisimmät ilmiöt listan alkupäässä.

- Huomannut, että toisen ihmisen arvomaailma, ajatukset, mielipiteet ja elämäntapa poikkeavatkin suuresti omista, mikä on johtanut ristiriitoihin
- Rasistiset, aggressiiviset ja loukkaavat kommentit ja julkaisut henkilöltä, jolta ei ole sellaista osannut odottaa
- Jonkun ihmisen viestintä on tuntunut täydeltä propagandalta ja näin estetty näkymästä itselle
- Sanottu sellaista, mitä ei kasvotusten uskalletaisi sanoa
- Ilkeys, tylyys, mielikuva välinpitämättömyydestä
- Ylimielisyys, jotkut paljastuneet suvaitsemattomiksi ja muita ihmisiä tyhminä pitäviksi
- Koska toisen tapa kommunikoida voi olla hyvin erilainen kuin itsellä, voi syntyä väärinkäsityksiä, koska elekieli puuttuu
- Sähköisesti viestiessä voi olla matalampi kynnyks tuoda myös negatiivisia viestejä toiselle
- Somen kautta voi saada ihmisestä ja hänen arvoistaan vääränlaisen kuvan
- Jos ei käytä emojimerkkejä saa tyyneän vaikutelman, kielioppivirheet
- Yllättävän negatiivinen palaute saanut varomaan omien ajatusten kirjoittamista henkilölle
- Vaikea tulkita, kun ei näe ilmeitä
- Jatkuva esilläolo

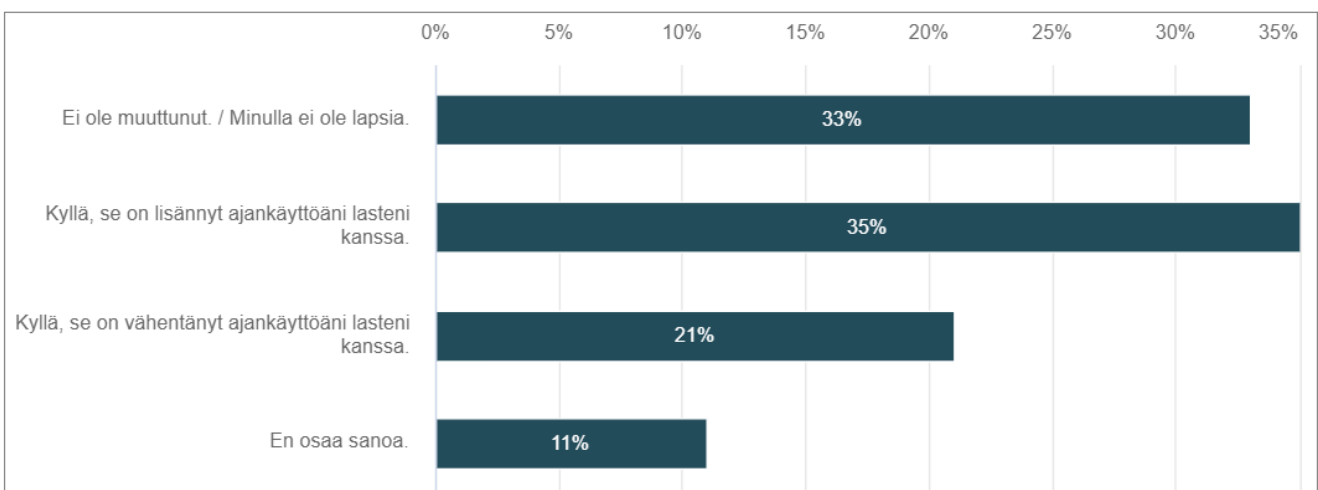
6.8 Sähköisen viestinnän vaikutus ajankäyttöön

Reilu neljännes, 26 % vastaajista kertoi, ettei heidän ajankäyttönsä puolison kanssa ole muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi, tai heillä ei ole puolisoa. Lähes puolet, 47 % vastaajista koki ajankäyttönsä puolisonsa kanssa vähentyneen sähköisen viestinnän vuoksi, 8 % kertoi sähköisen viestinnän lisänneen ajankäyttöä puolison kanssa ja 19 % ei osannut sanoa onko sähköinen viestintä vaikuttanut heidän ajankäyttönsä puolison kanssa. (KUVIO 14.) Tässä näkyy se ilmiö, että sähköinen viestintä saattaa helposti viedä meitä kauemmas lähellämme olevista ihmisistä, vaikka se auttaa pitämään yhteyttä kauempana oleviin ihmisiin helpommin. Näin ollen, jos puoliso on esimerkiksi paljon työmatkoilla tai asuu eri osoitteessa, sähköinen viestintä antaa mahdollisuuden tiiviimpään yhteydenpitoon.



KUVIO 14. Onko ajankäyttösi suhteessa puolisoosi muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?

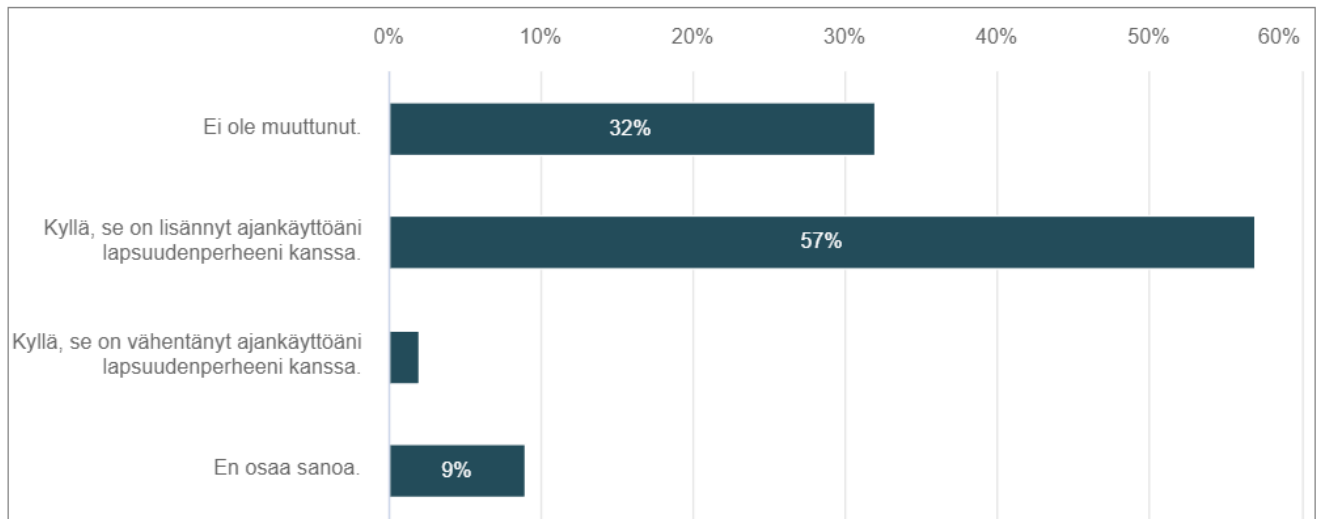
Kolmannes vastaajista, 33 % kertoi, että sähköinen viestintä ei ole muuttanut heidän ajankäyttöään heidän lastensa kanssa tai heillä ei ole lapsia, 35 % kertoi sähköisen viestinnän lisänneen heidän ajankäyttöään lastensa kanssa, 21 % kertoi sähköisen viestinnän vähentäneen heidän ajankäyttöään lastensa kanssa ja 11 % ei osaa sanoa onko sähköinen viestintä vaikuttanut heidän ajankäyttöönsä lastensa kanssa. (KUVIO 15.) Tässä tuloksessa vastaajien ikäjakauma saattaa aiheuttaa suuren lukeman ajankäytön lisääntymiseen lasten kanssa. Koska yli 40-vuotiailla on usein jo sen ikäisiä lapsia, että he ovat muuttaneet pois vanhempiansa luota, sähköinen viestintä on keino pitää yhteyttä pidemmänkin välimatkan päähän.



KUVIO 15. Onko ajankäyttösi suhteessa lapsiisi muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?

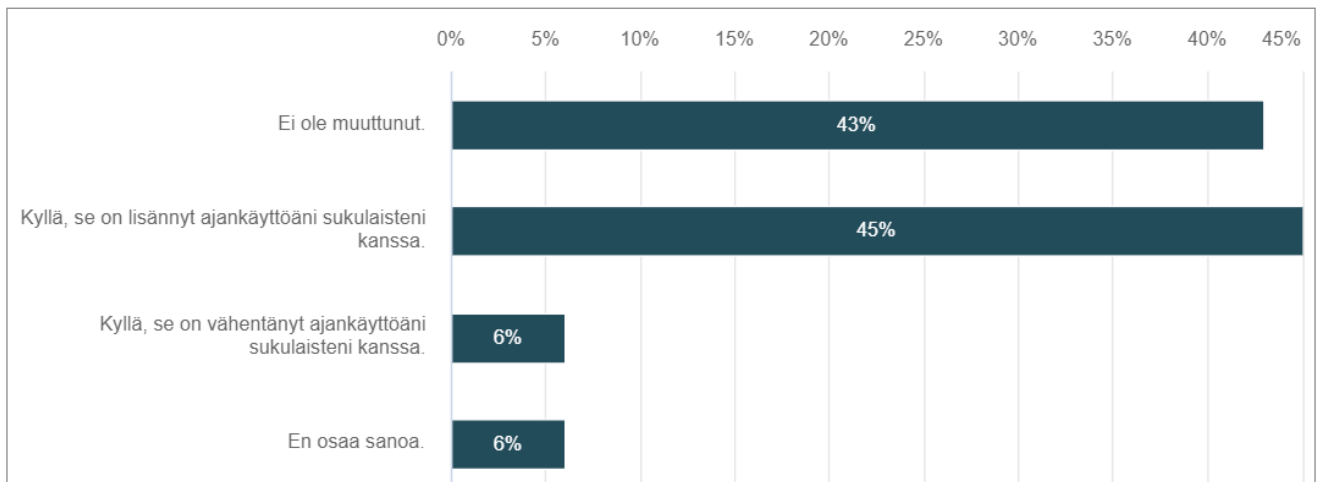
Yli puolella, 57 %:lla vastaajista sähköinen viestintä on lisännyt ajankäyttöä lapsuudenperheen kanssa. 2 % vastaajista kertoo sähköisen viestinnän vähentäneen heidän ajankäyttöään lapsuudenperheen

kanssa, 32 % ei koe sähköisen viestinnän muuttaneen heidän ajankäyttöään lapsuudenperheen kanssa ja 9 % ei osaa sanoa onko sähköisellä viestinnällä ollut vaikutusta heidän ajankäyttöönsä lapsuudenperheen kanssa. (KUVIO 16.) Myös tässä näkyy sähköisen viestinnän hyöty yhteydenpidossa, koska usein perheenjäsenet muuttavat aikuistuttuaan eri paikkakunnille ja välimatkat voivat olla pitkiä.



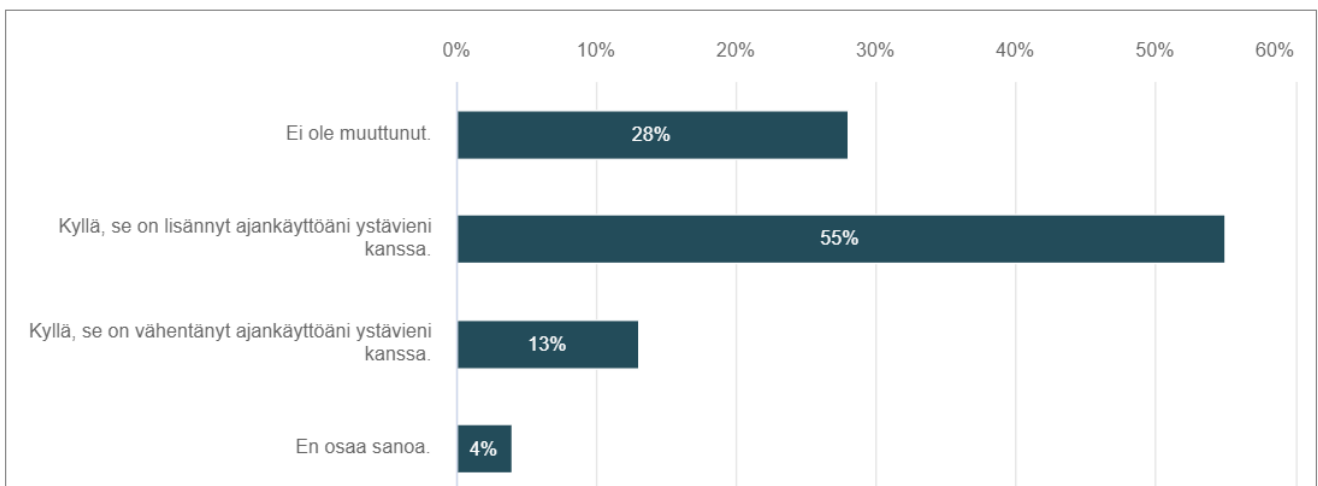
KUVIO 16. Onko ajankäyttösi suhteessa lapsuudenperheeseesi muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?

Ajankäyttö suhteessa muihin sukulaisiin on lisääntynyt 45 %:lla vastaajista sähköisen viestinnän kautta. 6 %:lla sähköinen viestintä on vähentänyt ajankäyttöä muiden sukulaisten kanssa ja 43 % kertoo, ettei sähköinen viestintä ole vaikuttanut heidän ajankäyttöönsä muiden sukulaisten kanssa. 6 % ei osaa sanoa, onko sähköisellä viestinnällä ollut vaikutusta heidän ajankäyttöönsä muiden sukulaisten kanssa. (KUVIO 17.) Sosiaalisen median vaikutus yhteydenpitoon sukulaisten kanssa on oman kokemukseni mukaan ollut huomattava. Siellä voi nähdä kaukaisempienkin sukulaisten kuulumisia, vaikka tapaamismahdollisuuksia kasvotusten ei olisi.



KUVIO 17. Onko ajankäyttösi suhteessa muihin sukulaisiisi muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?

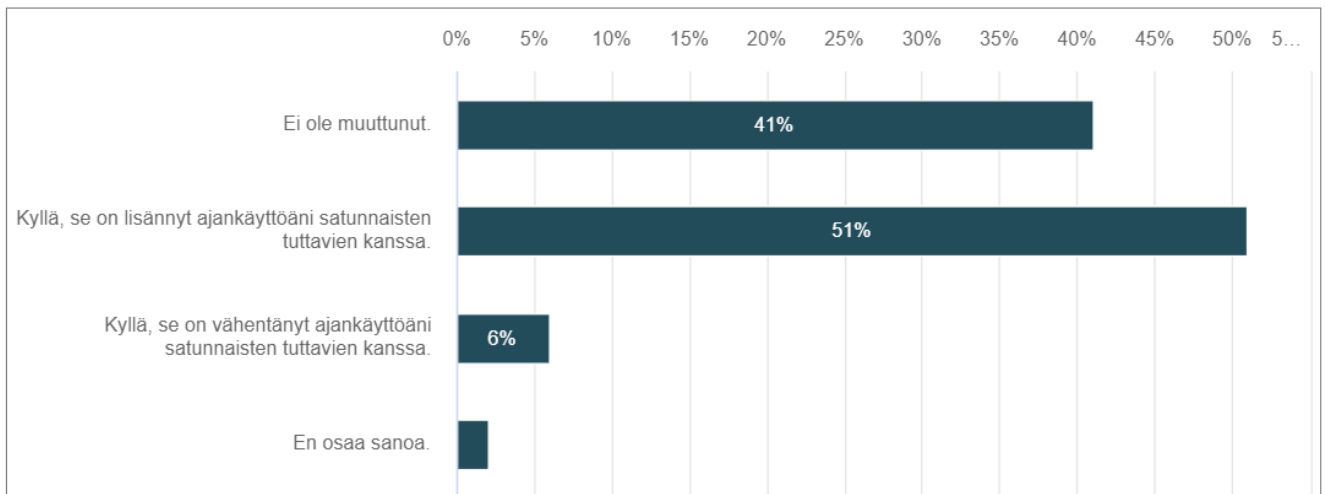
Yli puolet vastaajista, 55 % kertoo, että sähköinen viestintä on lisännyt heidän ajankäyttöään ystäviensä kanssa. 13 % puolestaan kokee sähköisen viestinnän vähentäneen ajankäyttöä ystäviensä kanssa, 28 % kokee, ettei vaikutusta ole ollut ja 4 % ei osaa sanoa onko vaikutusta ollut. (KUVIO 18.) Kuten sukulaisten, myös ystäviensä kanssa yhteydenpidon voi pitää helpommin vireillä, kun on mahdollisuus viestiä myös sähköisesti. Lähes kolmannes vastaajista ei silti koe sähköisen viestinnän muuttaneen ajankäyttöään ystäviensä kanssa. Tässä saattaa näkyä myös se ilmiö, että kasvokkaiset tapaamiset ystäviensä kanssa korvautuvat tänä päivänä osittain sähköisesti viestien.



KUVIO 18. Onko ajankäyttösi suhteessa ystäviisi muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?

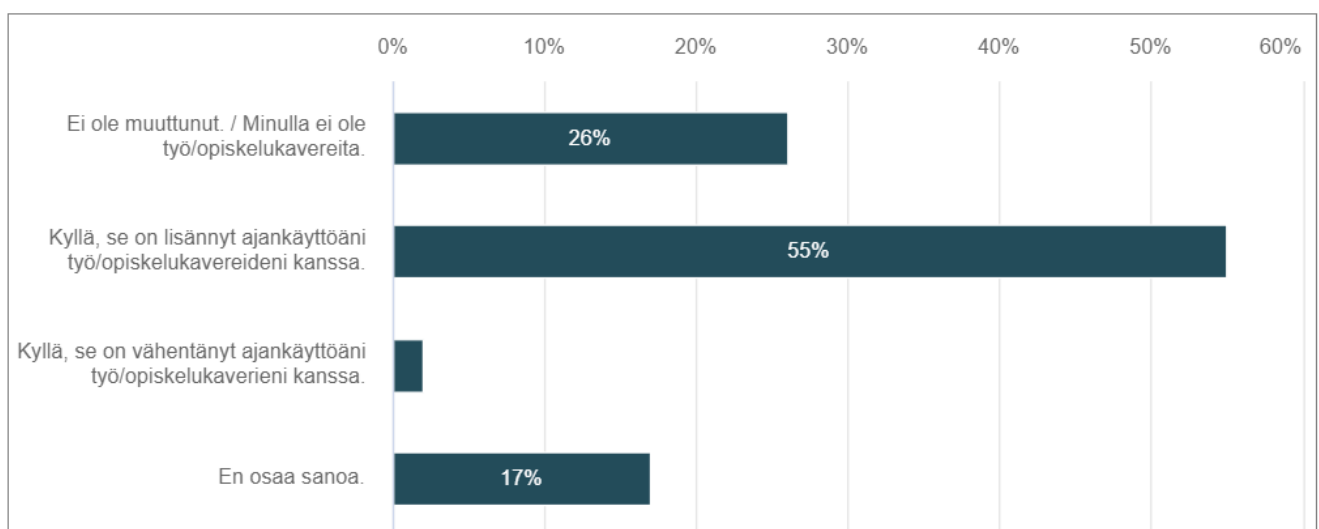
Sosiaalisessa mediassa ajatustenvaihtoa saattaa olla sellaistenkin ihmisten kanssa, jotka eivät kuulu omaan lähipiiriin. Tämä voi selittää sen, että yli puolet vastaajista, 51 % kertoo, että ajankäyttö satunnaisien tuttavien kanssa on lisääntynyt sähköisen viestinnän myötä. 6 % sen sijaan kertoo sähköisen

viestinnän vähentäneen heidän ajankäyttöään satunnaisten tuttavien kanssa. 41 % kertoo, ettei vaikutusta ole ollut ja 2 % ei osaa sanoa onko vaikutusta ollut. (KUVIO 19.)



KUVIO 19. Onko ajankäyttösi suhteessa satunnaisiin tuttaviin muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?

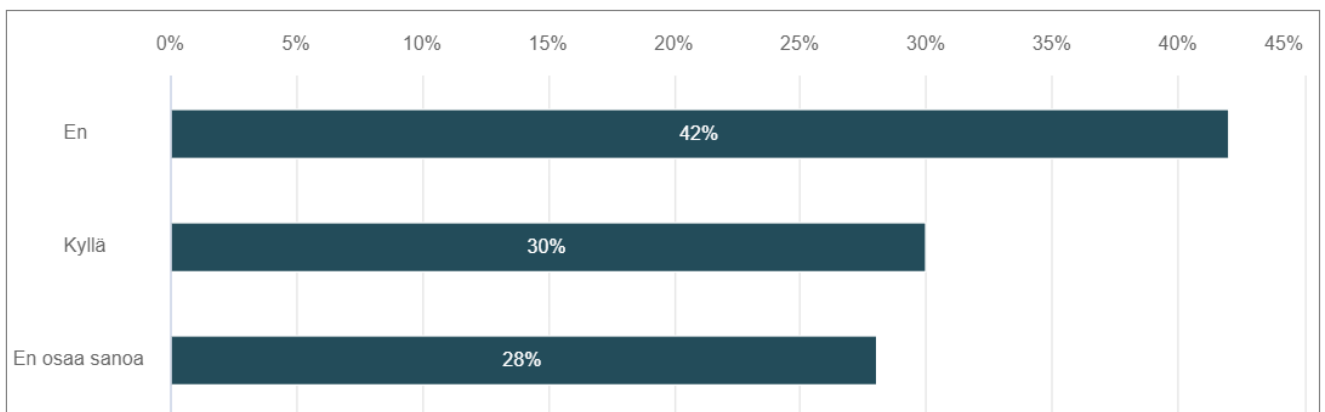
Yli puolet, 55 % vastaajista kertoo sähköisen viestinnän lisänneen heidän ajankäyttöään työ- tai opiskelukavereiden kanssa. 2 % kertoo sähköisen viestinnän vähentäneen heidän ajankäyttöään työ- tai opiskelukavereiden kanssa, 17 % ei osaa sanoa onko vaikutusta ollut ja 26 % kertoo, ettei vaikutusta ole ollut tai heillä ei ole työ- eikä opiskelukavereita. (KUVIO 20.) Sähköinen viestintä mahdollistaa nopeiden vastausten saannin ja vertaistuen sekä opiskelu- että työkavereilta. Myös verkostoituminen on helpompaa sähköisen viestinnän avulla. Tämä näkyy vastaustuloksessa selkeästi.



KUVIO 20. Onko ajankäyttösi suhteessa työ/opiskelukavereihin muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?

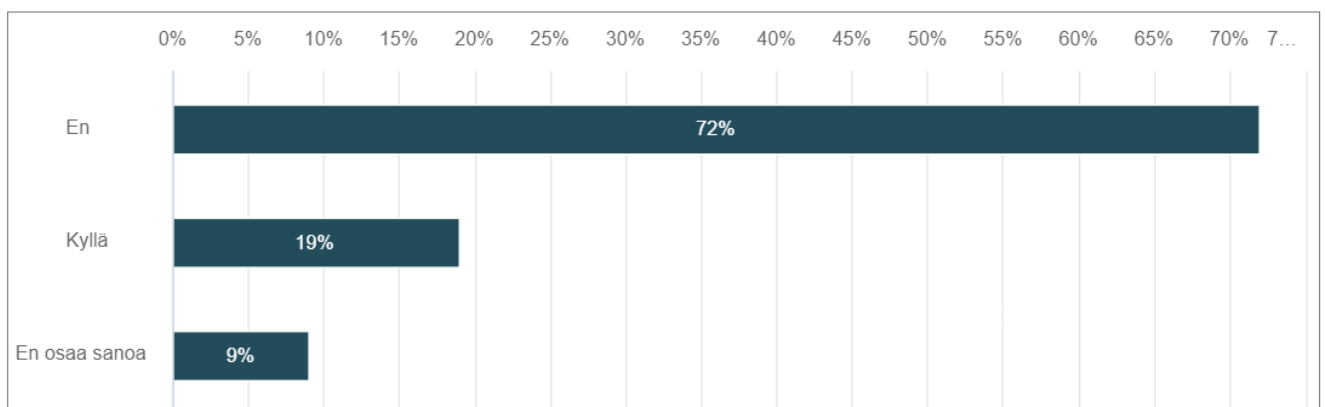
6.9 Muut sähköisen viestinnän vaikutukset ihmissuhteisiin

Lähes kolmannes vastaajista, 30 % kertoo jonkin ihmissuhteensa pelastuneen sähköisen viestinnän avulla. He ovat osanneet hyödyntää sähköistä viestintää onnistuneesti ihmissuhdehaasteissa. 42 %:lla tällaista kokemusta ei ole ja 28 % ei osaa sanoa, onko tällaista vaikutusta ollut. (KUVIO 21.) Lähes puolet vastaajista näyttää luottavan enemmän kasvokkain tapahtuvan viestinnän voimaan ihmissuhdeongelmia selvittäessään.



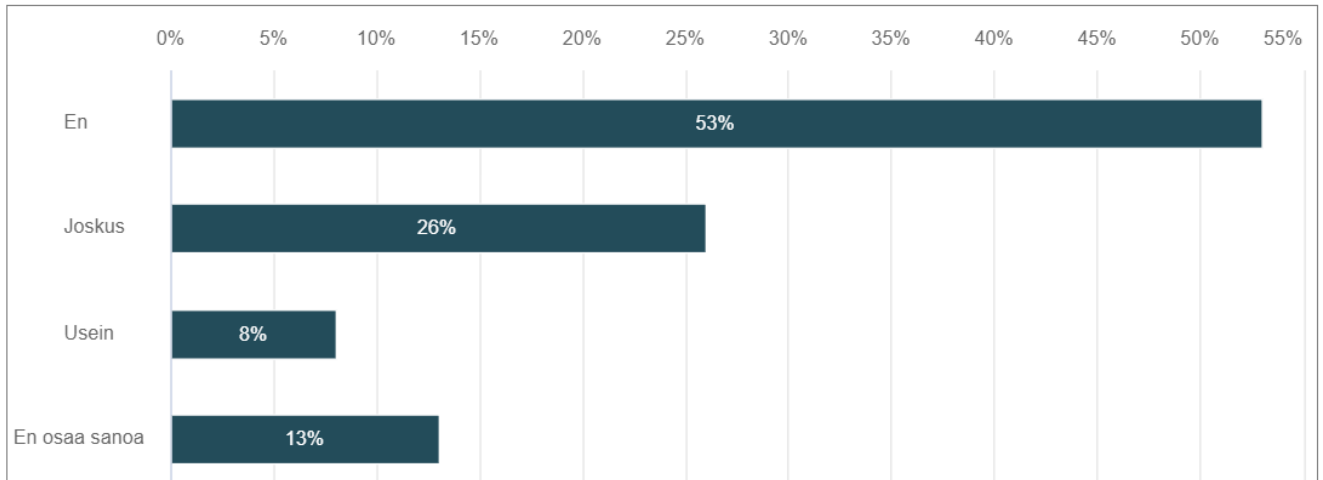
KUVIO 21. Koetko jonkin ihmissuhteesi pelastuneen sähköisen viestinnän avulla?

19 % vastaajista kertoo jonkin ihmissuhteensa päättyneen sähköisen viestinnän vuoksi, 72 %:lla tällaista kokemusta ei ole ja 9 % ei osaa sanoa onko näin käynyt heidän kohdallaan. (KUVIO 22.) Lähes viidenneksellä tähän kyselyyn osallistuneista ihmisistä siis on jo kokemusta siitä, että sähköinen viestintä voi myös aiheuttaa ihmissuhteen päättymisen. Tämä tulos kertoo sekä sen, että tutkimuksen aihe on tärkeä, että myös sen, että asiaa on kohdattu ja myös tiedostetaan jo paljon.



KUVIO 22. Koetko jonkin ihmissuhteesi päättyneen sähköisen viestinnän vuoksi?

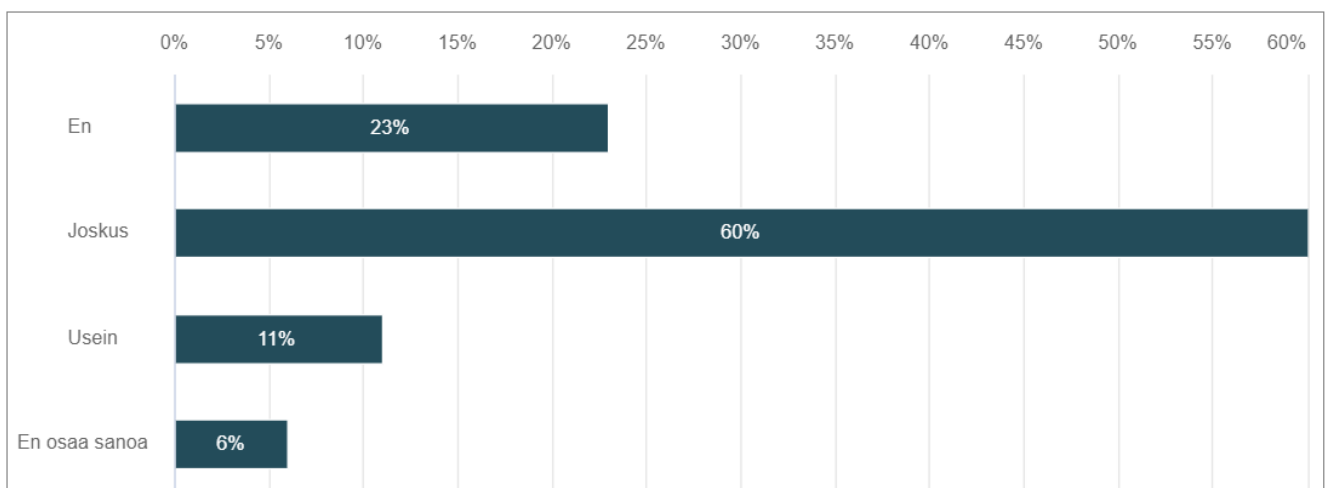
Yli puolet, 53 % vastaajista ei koe, että sähköinen viestintä vähentäisi väärinkäsitysten syntymistä ihmissuhteissa. 26 % kokee näin käyvän joskus, 8 % usein ja 13 % ei osaa sanoa onko tällaista vaikutusta. (KUVIO 23.)



KUVIO 23. Koetko sähköisen viestinnän vähentävän väärinkäsitysten syntymistä ihmissuhteissa?

23 % vastaajista ei koe sähköisen viestinnän lisäävän väärinkäsitysten syntymistä ihmissuhteissa. 60 % uskoo näin käyvän joskus, 11 % usein ja 6 % ei osaa sanoa onko tällaista vaikutusta. (KUVIO 24.)

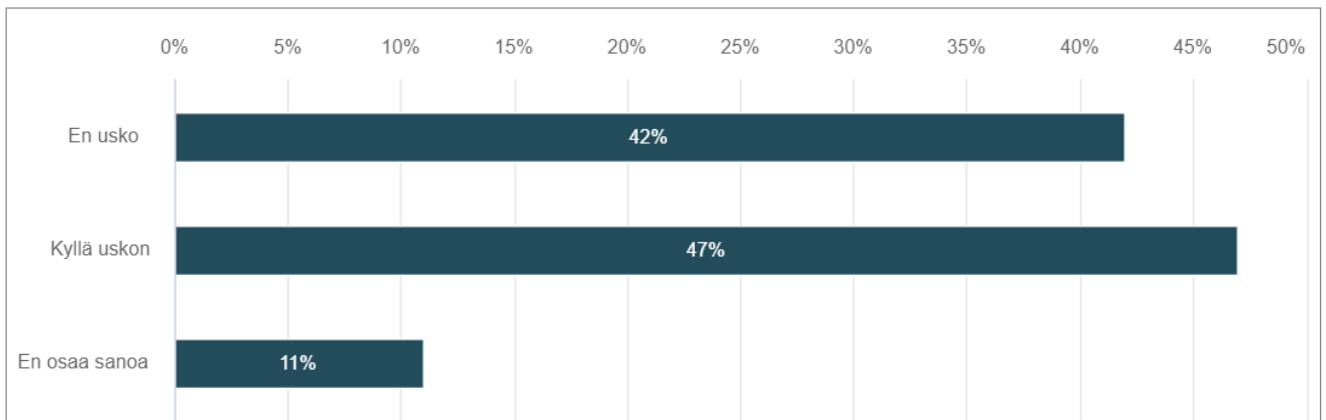
Kaiken kaikkiaan näyttäisi siltä, että vastaajilla on kokemusta sähköisen viestinnän vaikutuksesta enemmän lisäävästi kuin vähentävästi väärinkäsitysten syntymisen suhteen viestinnässä.



KUVIO 24. Koetko sähköisen viestinnän lisäävän väärinkäsitysten syntymistä ihmissuhteissa?

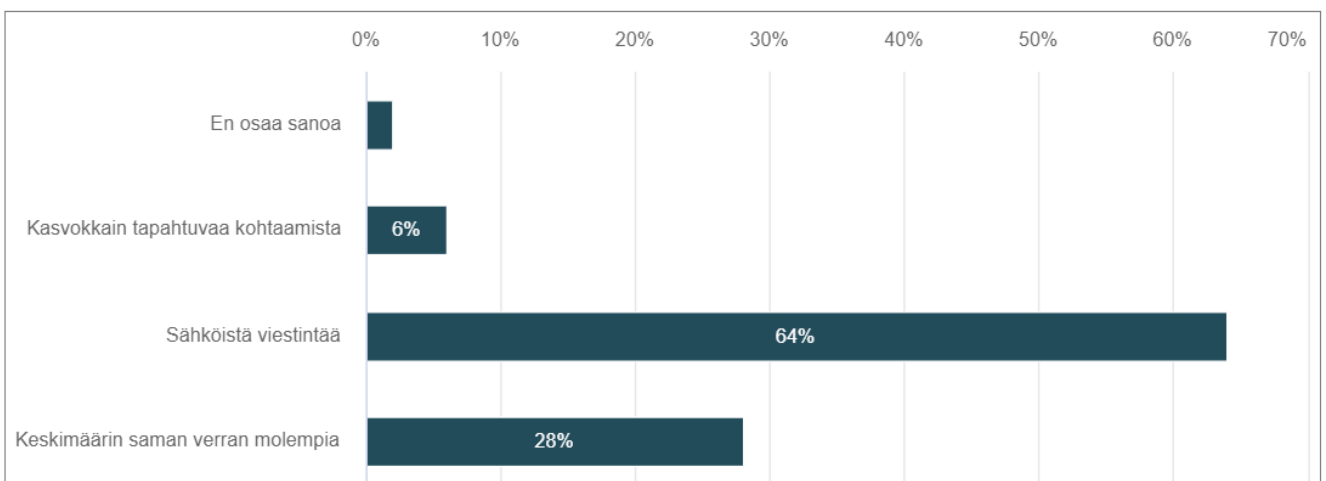
Lähes puolet, 47 % vastaajista uskoo, että heidän ystäväpiirinsä olisi sama kuin nykyään, vaikka sosiaalista mediaa ei olisi. Melkein sama määrä vastaajia, 42 % taas ei usko, että heidän ystäväpiirinsä

olisi sama, jos sosiaalista mediaa ei olisi. 11 % ei osaa sanoa, onko sosiaalisen median olemassaolo vaikuttanut heidän nykyiseen ystäväpiiriinsä. (KUVIO 25.)



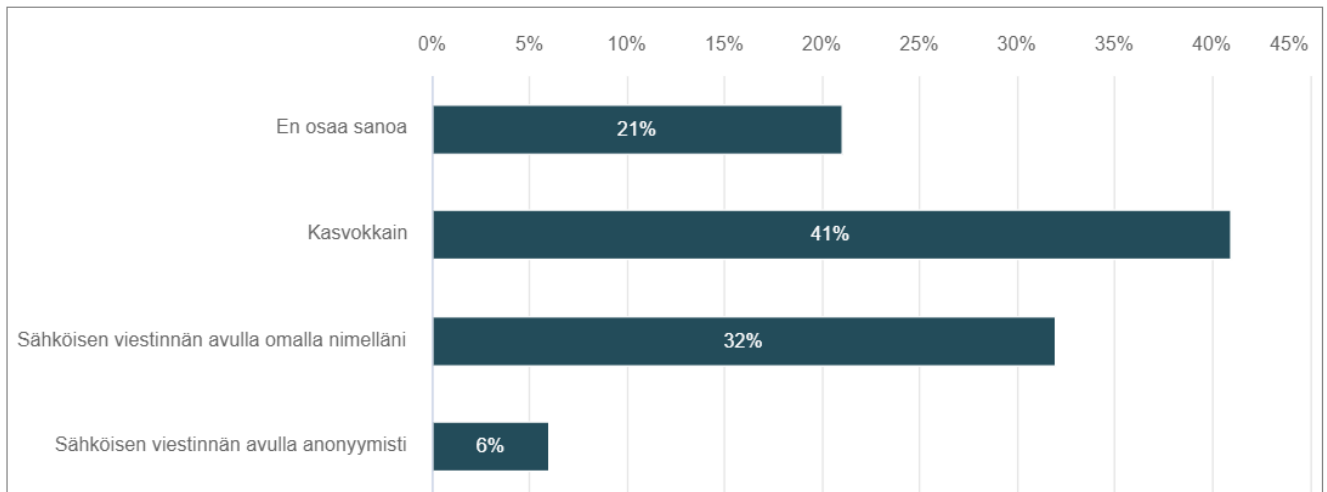
KUVIO 25. Uskotko, että ystäväpiirisi olisi sama kuin nykyään ilman sosiaalista mediaa?

64 % vastaajista kertoo kanssakäymisensä muiden ihmisten kanssa olevan enemmän sähköistä viestintää kuin kasvokkain tapahtuvaa kohtaamista. 6 % kertoo kasvokkain tapahtuvaa kohtaamista ihmisten kanssa olevan enemmän kuin sähköistä viestintää ja 28 % kertoo molempia kohtaamistapoja olevan keskimäärin saman verran. 2 % vastaajista ei osaa sanoa, kummalla tavoin he kohtaavat muita ihmisiä enemmän. (KUVIO 26.) Tässä tuloksessa näkyy selkeästi se, että suurin osa ihmisten välistä viestintää vaikuttaa olevan nykypäivänä sähköistä, mikä vahvistaa tarvetta sen vaikutusten tutkimiseen ja tietoisuuden lisäämiseen aiheen tiimoilta.



KUVIO 26. Onko kanssakäymisesi muiden ihmisten kanssa nykyään enemmän sähköisesti vai kasvokkain tapahtuvaa kohtaamista?

41 % vastaajista kertoo mielipiteen ilmaisemisen olevan helpompaa kasvokkain kohdattaessa kuin sähköisesti viestien, 32 % kertoo sähköisen tavan olevan helpompaa omalla nimellään, 6 % sähköisesti anonyymisti viestien. Noin viidennes, 21 % vastaajista ei osannut sanoa, mikä tapa on heille helpoin. (KUVIO 27.) Tässä yksiselitteisen vastauksen antamisen vaikeuttavana tekijänä onkin mahdollisuus useisiin erilaisiin asiayhteyksiin viestintätilanteissa. Tarkemmat vastaukset voitaisiin saada luokittelemalla erilaisia viestintäaiheita, esimerkiksi työasiat, parisuhdeasiat, harrastukseen liittyvät asiat jne.



KUVIO 27. Onko sinun helpompi kertoa mielipiteesi kasvokkain vai sähköisen viestinnän välityksellä?

Avoimeen kysymykseen ”Mikä on mielestäsi paras tapa viestiä sähköisesti?” vastauksia oli annettu 48. Yksittäisenä mainittuna sähköisenä viestintätapana puhelinsoittoa pidettiin parhaana ja varmimpana etenkin, jos on kysymys tärkeästä asiasta. Kaiken kaikkiaan kuitenkin viesti oli parhaana pidetyin tapa viestiä sähköisesti, eniten mainittuna viestintätapana oli WhatsApp, seuraavina Messenger ja sähköposti, sitten ääniviesti ja Snapchat ja viimeisimpinä tekstiviesti ja Facebook. Videopuhelu oli myös suosittu tapa viestiä, se ylsi kolmanneksi suosituimman viestintätavan sijalle. Kasvokkain viestimistä puolsi tämänkin kysymyksen kohdalla yksi vastaaja.

Lopuksi kyselyyn vastanneilla henkilöillä oli vielä mahdollisuus kertoa omin sanoin, jos heillä heräsi lisää ajatuksia aiheesta. Tähän kohtaan ajatuksia oli kirjoittanut 18 vastaajaa. Vastaajat pitivät tutkimuksen aihetta ajankohtaisena ja mielenkiintoisena. Yleinen ajatus oli, että sähköinen viestintä on tätä päivää, helpottaa arkea mutta vie myös liikaa aikaa. Sähköinen viestintä tuo ulottuville paljon mahdollisuuksia esimerkiksi toteuttaa itseään, jos osaa hyödyntää ne. Sähköisen viestinnän todetaan voivan sekä yhdistää että etäännyttää ihmisiä toisistaan. Tässäkin yhteydessä kerrottiin havainnoista,

kuinka sähköinen viestintä vie paljon aikaa kasvokkain kohtaamiselta ihmisten kesken. On myös havaintoja, että sähköisen viestinnän mahdollisuus voi lisätä kiusaamista lasten keskuudessa. Kokemus jatkuvan saatavilla olon tarpeesta ja keskeytykset työskentelyssä saattavat haitata luovuutta. Sähköistä viestintää pidetään käteväenä tapana pitää yhteyttä toisiin ja sen koetaan myös lisäävän läheisyyttä, mutta silti toivotaan, että ihmiset kohtaavat toisiaan kuitenkin vielä myös kasvokkain.

7 JOHTOPÄÄTÖKSIÄ

Tutkimuksen tulokset vastasivat hyvin pitkälle aiempaa käsitystäni ja kokemuksiani siitä, kuinka sähköinen viestintä vaikuttaa ihmisten välisiin suhteisiin. Sain myös paljon uutta tietoa tästä kiinnostavasta ja tärkeästä elämän osa-alueesta. Toivon, että tutkimukset ja tiedon jakaminen tällä elämämme osa-alueella saavat tarpeeksi huomiota myös tulevaisuudessa. On tärkeää, että ihmiset ovat tietoisia siitä, kuinka heidän päivittäin käyttämänsä viestimet vaikuttavat heidän ihmissuhteisiinsa. Tämä saattaa jäädä arkisten kiireiden keskellä huomaamatta, ja näin ollen myös aiheuttaa seurauksia, jotka voitaisiin asioita tiedostavalla suhtautumisella ja avoimella keskustelulla välttää.

Tutkimustuloksia avatessani sain huomata, että moni meistä jakaa samantapaisia kokemuksia siitä, millaisia muutoksia sähköinen viestintä on tuonut ihmissuhteisiimme. Yksi tärkeimpiä hyviä sähköisen viestinnän vaikutuksia on se, että viestintä ja yhteydenpito muihin ihmisiin on helpompaa ja nopeampaa. Meillä on paremmat mahdollisuudet pitää yhteyttä kaukanakin asuviin ihmisiin, ja saamme vastaukset kysymyksiimme usein muutamalla napin painalluksella. Ihmissuhdeverkostomme on saattanut laajentua ja ystävyysuhteet vuosien takaa elpyä uudelleen. Verkossa kontaktien luominen on usein helpompaa myös silloin, kun kasvotusten on vaikea lähestyä muita ihmisiä. Varjopuolena näiden positiivisten vaikutusten rinnalla on se, että emme välttämättä enää näe kasvokkain ihmisiä niin paljon kuin haluaisimme, koska viestien lähettämisen helppous saattaa huomaamattamme vähentää tapaamisia tuttavien kanssa. Myös verkossa esiintyvä epäaitous, pinnallisuus ja vihapuhe tuovat omat varjonsa kanssakäymiseemme. On kuitenkin ollut hienoa huomata, kuinka hyvin näitä asioita tiedostetaan. Se tuo toivoa siitä, että voimme yhdessä tehdä kaikkemme sen eteen, etteivät verkon varjopuolet pääsisi hallitsemaan ihmissuhteitamme.

Kokonaisuuden viestinnässämme muodostavat kasvokkain käymämme viestintä ja sähköinen viestintä yhteensä. Kun nämä viestintätapamme ovat sovussa keskenään, maailmamme on eheämpi. Voimme hyödyntää näitä viestintätapoja keskenään, vahvistaa ihmissuhteitamme ja kehittää tapojamme ilmaista itseämme, kun huomaamme, kuinka ne vaikuttavat toisiinsa ja elämäämme. Joillekin ihmisille kasvokkain kohtaaminen muiden kanssa on helpompaa kuin sähköinen viestintä, toiset taas pitävät sähköistä viestintätapaa luonnollisempana ja turvallisempana vaihtoehtona omien ihmissuhteidensa ylläpitämiseen. Kuitenkin useimpien ihmisten elämään kuuluvat nämä molemmat viestintätavat, mikä tuo monipuolisuutta ja syvyyttä ihmissuhteisiin.

Haluamme pysyä selvillä siitä, mitä henkilötiedoillemme tapahtuu sen jälkeen, kun ne on tallennettu tietoverkkoon. Toivomme myös, ettei verkkosivuilla ja viestintäpalveluissa levitetä salassa pidettäviä, arkaluonteisia tai virheellisiä tietoja meistä. Tässä on vastuunsa otettava sekä sivustojen käyttäjien että ylläpitäjien. Median ja viranomaisten on muistettava vastuunsa siinä, että saamme oikeaa tietoa oikeista asioista. Ihmissuhteiden ja yhteiskunnan toimivuuden kannalta rehellisyys ja avoimuus ovat parhaat tavat toimia. On huomionarvoista, että loppujen lopuksi kaikille kuuluva sananvapaus on oikein käytettynä mahdollisuus, joka tukee kansalaisidentiteettiä ja antaa jokaiselle oikeuden kertoa muille oman näkökulmansa asioihin. Avoimella suhtautumisella ihmisiin ja asioihin luomme toimivia ihmisiä.

LÄHTEET

- Aalto, T. 2012. Kuinka olla avoin. Työelämän uudet viestintätaidot. Helsinki: Oy Finn Lectura Ab.
- Burns, D.D. 2010. Hyvä yhdessä. Eli kuinka saada hankalat ihmissuhteet toimiviksi. Helsinki: Basam Books Oy.
- Happiness Research Institute & Nordic Council of Ministers. 2019. Does social media really pose a threat to young peoples's well-being? Raportti. Saatavissa: <http://dx.doi.org/10.6027/Nord2019-030> Viitattu 27.3.2022.
- Hjelt-Putilin, P. 2005. Turvallisuutta viestinnällä. Kommunikaatio haastavissa asiakas- ja palvelutilanteissa. Helsinki: Edita.
- Joinson, A., McKenna, K., Postmes, T. & Reips, U-D. 2007. The Oxford Handbook of Internet Psychology. 2. painos. New York: Oxford University Press.
- Juholin, E. 2013. Communicare! Kasva viestinnän ammattilaiseksi. Helsinki: Management Institute of Finland MIF Oy.
- Juholin, E. 2017. Communicare! Viestinnän tekijän käsikirja. Helsinki: Management Institute of Finland MIF Oy.
- Jyväskylän yliopisto Kielikeskus. Puheviestinnän määrittelyä. Saatavissa: https://kielikompassi.jyu.fi/puheviestinta/tietomajakka/maja_perusteita_maarittely.shtml Viitattu 22.3.2022.
- Kinanen, J. 2008. Mesetä murheesi – sähköiset viestintävälineet sielunhoidossa. Teoksessa H. Pruuki (toim.). Nuorten sielunhoidon käsikirja. Helsinki: LK-kirjat.
- Kononen, H. 2017. Keski-ikäinen on pahin somessa riehuja – nuoret ottavat Facebookista vinkit ja häipyvät. Yle uutinen. Saatavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-9544023> Viitattu 24.3.2022.
- Korhonen, J. 2016. Mikä niitä riivaa? Suomalaisen julkisen keskustelun tuska – ja eräitä etenemismahdollisuuksia. Helsinki: Kirjapaja.
- Kortesuo, K. & Patjas, L-M. 2011. Kuka vastaa? Asiakaspalvelu sosiaalisessa mediassa. Helsinki: Infor.
- Koskela, L., Koskinen, J. & Lankinen, P. 2007. Viestintä verkostoissa ja innovaatioissa. Helsinki: WSOYpro.
- Krabbe, K. 2004. Suhdetoiminnan käsikirja. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Perhemediat Oy.
- Kuvajainen, J. 2015. Kamalan ihanat ihmissuhteet. Karjaa: Taivaankaari.
- Lahikainen, A.R., Mälkiä, T. & Repo, K. (toim.). 2015. Media lapsiperheessä. Tampere: Vastapaino.

- Lull, J. 1995. Media, Communication, Culture; A Global Approach. Cambridge: Polity Press.
- Murphy, K. 2020. Et taida kuunnella. Miksi kuunteleminen on tärkeää ja miten se muuttaa meitä. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Neuvonen, R. (toim.). 2015. Vihapuhe Suomessa. Helsinki: Edita Publishing Oy.
- Nikkanen, H. 2012. Verkko ja vapaus. Helsinki: Into Kustannus Oy.
- Pullinen, J. 2019. Mitä meille tapahtui? Näin internet ja sosiaalinen media muuttivat elämämme. Helsinki: HS-kirjat.
- Pönkä, H. 2019. Algoritmit ja mediankäyttö. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Saatavissa: <https://www.youtube.com/watch?v=wducBUJmJng> Viitattu 24.3.2022.
- Pöytäri, R. 2018. Vihapuhe haasteena uutismedialle ja journalismille. Teoksessa Neuvonen, R. (toim.). 2015. Vihapuhe Suomessa. Helsinki: Edita Publishing Oy.
- Romppanen, B. 2019. Puhumalla paras. Hyvinvointia, yhteistyötä ja tuloksia keskustellen. Helsinki: Books on Demand.
- Seppänen, J. & Väliaverron, E. 2012. Mediatyhteiskunta. Tampere: Vastapaino.
- Thompson, J. 1995. The Media and Modernity: A Social Theory of the Media. Oxford: Blackwell.
- Vaaranen, H. 2019. Heli Vaarasan kolumni: Mitä opetat lapsillesi vuorovaikutuksesta. Kolumni. Saatavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-10756989> Viitattu 17.3.2022.
- Vanhala, A. 2021. Koronarokotus repii rikki jo parisuhteita ja perheitä: ”Tämä selkeästi jakaa mielipiteitä kaikissa ihmissuhteissa”. Saatavissa: <https://www.is.fi/kotimaa/art-2000008216047.html> Viitattu 24.3.2022.
- Väestöliitto. 2018. Ihmissuhteet perustuvat vuorovaikutukseen. Artikkel. Saatavissa: <https://www.hyvakysymys.fi/artikkeli/ihmissuhteet-perustuvat-vuorovaikutukseen/> Viitattu 17.3.2022.
- Väestöliitto. 2021. Sosiaalisen median käyttö voi aiheuttaa riitaa parisuhteissa. Artikkel. Saatavissa: <https://www.hyvakysymys.fi/artikkeli/sosiaalisen-median-kaytto-voi-aiheuttaa-riitaa-parisuhteissa/> Viitattu 6.4.2022.
- Wakefield, J. 2016. Social media 'outstrips TV' as news source for young people. BBC News. Saatavissa: <https://www.bbc.com/news/uk-36528256> Viitattu 23.3.2022.

Liite 1: Kysely



Sähköisen viestinnän vaikutus ihmisten välisiin suhteisiin

Suoritan Centria-ammattikorkeakoulussa tieto- ja viestintätekniiikan insinööriopintoja. Tämä kysely on osa opinnäytetyötäni, jonka aihe on "Sähköisen viestinnän vaikutus ihmisten välisiin suhteisiin".

Sähköisten viestimien käyttö ottaa koko ajan suurempaa roolia sekä elämässämme että ihmissuhteissamme. Samalla se väistämättä vaikuttaa ihmissuhteisiimme. Toivon, että voisit auttaa tutkimaan vaikutuksia tarkemmin vastaamalla alla oleviin kysymyksiin. Osassa kysymyksistä voit valita yhden, toisissa useamman vaihtoehdon. Joukossa on myös avoimia kysymyksiä, joihin voit kertoa kokemuksistasi tarkemmin. Kyselyn lopussa on avointa tilaa, johon voit myös kirjoittaa lisää tietoa ja kokemuksiasi aiheeseen liittyen.

Vastaukset käsitellään täysin luottamuksellisesti ja niissä ei näy missään vaiheessa vastaajien henkilöllisyys. Vastausaikaa on 10.3.2022 saakka.

Kiitos osallistumisestasi!

Kirsi Karsikas
kirsi.karsikas@centria.fi

1. Ikä

- 10-24
- 25-39
- 40-54
- 55-69
- yli 70

2. Sukupuoli

- Nainen
- Mies
- Muu

3. Ammatillinen statuksesi

- Koululainen
- Opiskelija
- Työelämässä
- Äitiys-/vanhempainvapaalla
- Työtön
- Eläkkeellä
- Jokin muu, mikä?

4. Asuinpaikka

- Kaupunkialue
- Kaupungin läheinen maaseutu
- Ydinmaaseutu
- Harvaan asuttu maaseutu

5. Käytössäsi olevat sähköiset viestintävälineet?

- Matkapuhelin
- Pöytäpuhelin
- Tabletti
- Tietokone

Jokin muu, mikä?

6. Mitä sähköisiä viestintätapoja käytät?

- Sähköposti
- Tekstiviesti
- WhatsApp
- Messenger
- Facebook
- Instagram
- LinkedIn
- Twitter
- Snapchat
- YouTube
- TikTok

Jokin muu, mikä?

7. Sähköiseen viestintään käyttämäsi aika päivittäin?

- Alle 1 tunti
- 1-3 tuntia
- 3-6 tuntia
- yli 6 tuntia

8. Koetko sähköisen viestinnän helpottaneen elämääsi?

- En ollenkaan
- Vähän
- Huomattavasti
- Erittäin paljon

9. Miten koet sähköisen viestinnän helpottaneen elämääsi?

10. Koetko sähköisen viestinnän vaikeuttaneen elämääsi?

- En ollenkaan
- Vähän
- Huomattavasti
- Erittäin paljon

11. Miten koet sähköisen viestinnän vaikeuttaneen elämääsi?

12. Koetko sähköisen viestinnän tuoneen positiivisia vaikutuksia ihmissuhteisiisi?

- En ollenkaan
- Vähän
- Huomattavasti
- Erittäin paljon

13. Millaisia positiivisia vaikutuksia koet sähköisen viestinnän tuoneen ihmissuhteisiisi?

14. Koetko sähköisen viestinnän tuoneen negatiivisia vaikutuksia ihmissuhteisiisi?

- En ollenkaan
- Vähän
- Huomattavasti
- Erittäin paljon

15. Millaisia negatiivisia vaikutuksia koet sähköisen viestinnän tuoneen ihmissuhteisiisi?

16. Koetko sähköisen viestinnän lisänneen luottamusta ihmissuhteissasi?

- En ollenkaan
- Vähän
- Huomattavasti
- Erittäin paljon

17. Millä tavoin sähköinen viestintä on lisännyt luottamusta ihmissuhteissasi?

18. Koetko sähköisen viestinnän vähentäneen luottamusta ihmissuhteissasi?

- En ollenkaan
 Vähän
 Huomattavasti
 Erittäin paljon

19. Millä tavoin sähköinen viestintä on vähentänyt luottamusta ihmissuhteissasi?

20. Onko käsityksesi jostain ihmisestä muuttunut sähköisen viestinnän kautta?

- Ei ollenkaan
 Vähän
 Huomattavasti
 Erittäin paljon

21. Onko käsityksesi jostain ihmisestä parantunut sähköisen viestinnän kautta?

- Ei ollenkaan
 Vähän
 Huomattavasti
 Erittäin paljon

22. Millä tavoin käsityksesi jostain ihmisestä on parantunut sähköisen viestinnän kautta?

23. Onko käsityksesi jostain ihmisestä huonontunut sähköisen viestinnän kautta?

- Ei ollenkaan
 Vähän
 Huomattavasti
 Erittäin paljon

24. Millä tavoin käsityksesi jostain ihmisestä on huonontunut sähköisen viestinnän kautta?

25. Onko ajankäyttösi suhteessa puolisoosi muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?

- Ei ole muuttunut. / Minulla ei ole puolisoa.
- Kyllä, se on lisännyt ajankäyttöäni puolisoni kanssa.
- Kyllä, se on vähentänyt ajankäyttöäni puolisoni kanssa.
- En osaa sanoa.

26. Onko ajankäyttösi suhteessa lapsiisi muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?

- Ei ole muuttunut. / Minulla ei ole lapsia.
- Kyllä, se on lisännyt ajankäyttöäni lasteni kanssa.
- Kyllä, se on vähentänyt ajankäyttöäni lasteni kanssa.
- En osaa sanoa.

28. Onko ajankäyttösi suhteessa muihin sukulaisiisi muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?

- Ei ole muuttunut.
- Kyllä, se on lisännyt ajankäyttöäni sukulaisteni kanssa.
- Kyllä, se on vähentänyt ajankäyttöäni sukulaisteni kanssa.
- En osaa sanoa.

27. Onko ajankäyttösi suhteessa lapsuudenperheeseesi muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?

- Ei ole muuttunut.
- Kyllä, se on lisännyt ajankäyttöäni lapsuudenperheeni kanssa.
- Kyllä, se on vähentänyt ajankäyttöäni lapsuudenperheeni kanssa.
- En osaa sanoa.

29. Onko ajankäyttösi suhteessa ystäviisi muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?

- Ei ole muuttunut.
- Kyllä, se on lisännyt ajankäyttöäni ystävieni kanssa.
- Kyllä, se on vähentänyt ajankäyttöäni ystävieni kanssa.
- En osaa sanoa.

30. Onko ajankäyttösi suhteessa satunnaisiin tuttaviiin muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?

- Ei ole muuttunut.
- Kyllä, se on lisännyt ajankäyttöäni satunnaisten tuttavien kanssa.
- Kyllä, se on vähentänyt ajankäyttöäni satunnaisten tuttavien kanssa.
- En osaa sanoa.

31. Onko ajankäyttösi suhteessa työ/opiskelukavereihin muuttunut sähköisen viestinnän vuoksi?

- Ei ole muuttunut. / Minulla ei ole työ/opiskelukavereita.
- Kyllä, se on lisännyt ajankäyttöäni työ/opiskelukavereideni kanssa.
- Kyllä, se on vähentänyt ajankäyttöäni työ/opiskelukaverieni kanssa.
- En osaa sanoa.

32. Koetko jonkun ihmissuhteesi pelastuneen sähköisen viestinnän avulla?

- En
- Kyllä
- En osaa sanoa

33. Koetko jonkin ihmissuhteesi päättyneen sähköisen viestinnän vuoksi?

- En
- Kyllä
- En osaa sanoa

34. Koetko sähköisen viestinnän vähentävän väärinkäsitysten syntymistä ihmissuhteissa?

- En
- Joskus
- Usein
- En osaa sanoa

35. Koetko sähköisen viestinnän lisäävän väärinkäsitysten syntymistä ihmissuhteissa?

- En
- Joskus
- Usein
- En osaa sanoa

36. Uskotko, että ystäväpiirisi olisi sama kuin nykyään ilman sosiaalista mediaa?

- En usko
- Kyllä uskon
- En osaa sanoa

37. Onko kanssakäymisesi muiden ihmisten kanssa nykyään enemmän sähköisesti vai kasvokkain tapahtuvaa kohtaamista?

- En osaa sanoa
- Kasvokkain tapahtuvaa kohtaamista
- Sähköistä viestintää
- Keskimäärin saman verran molempia

38. Onko sinun helpompi kertoa mielipiteesi kasvokkain vai sähköisen viestinnän välityksellä?

- En osaa sanoa
- Kasvokkain
- Sähköisen viestinnän avulla omalla nimelläni
- Sähköisen viestinnän avulla anonyymisti

39. Mikä on mielestäsi paras tapa viestiä sähköisesti? Onko se viesti, puhelinsoitto, videopuhelu vai jokin muu, mikä? Voit mainita myös useita vaihtoehtoja.

40. Lopuksi voit halutessasi kertoa vielä omin sanoin, jos Sinulla heräsi lisää ajatuksia aiheesta. Kiitos!