



Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa

VUOLLE
Tyttöjen Talo

Ida Lämsä
Tiia Röntynen

Suomalaisten lasten ja nuorten sosiaalisen median käyttö

Suomalaiset lapset ja nuoret aloittavat Internetin käytön hyvin varhaisessa ikävaiheessa, sillä reilu kolmannes 5-6-vuotiaista lapsista käyttää nettiä vähintään kerran viikossa. 9-16-vuotiaista lapsista ja nuorista 79% käyttää nettiä lähes päivittäin. Sosiaalinen media on yksi suosituimmista netin käyttötarkoituksista nuorten keskuudessa. Suomen virallisen tilaston mukaan 16-24-vuotiaista jopa 96%:lla on tili jossakin sosiaalisen median kanavassa. (Kettunen 2014 & Suomen virallinen tilasto 2015).

Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa

Tutkimusten mukaan yksi viidestä 9-16-vuotiaista lapsista ja nuorista kokevat kiusaamista verkossa vuoden aikana sekä 5% lapsista ja nuorista kokevat verkkokiusaamista viikottain. Suurimpana kiusaamisen kanavana toimii sosiaalisen median kanavat. Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa sisältää tahallista, tiettyyn henkilöön kohdistuvaa ilkeämielisten ja pilkkaavien viestien lähettelyä ja yksityisasioiden levittelyä sosiaalisessa mediassa. Sosiaalisessa mediassa tapahtuva kiusaaminen voi olla julkista ja pysyvää, sillä netissä tapahtuvat ilmiöt jättävät digitaalisen jalanjäljen. Whatsapp, Snapchat, Instagram, Periscope ja Facebook ovat yleisimmät kiusaamisen kanavat sosiaalisessa mediassa. (Heikkinen & Peltola 2017).

Kiusaamisen muotoja sosiaalisessa mediassa ovat vihamielinen kommentointi, häirintä eli toistuva ilkeiden ja loukkaavien viestien lähettäminen, mustamaalaminen, toiseksi henkilöksi tekeytyminen, paljastaminen eli toisen huijaaminen kertomaan hänen henkilökohtaisia asioitaan tai kuviaan ja niiden levittäminen eteenpäin, poissulkeminen sekä verkkovainoaminen. (Kettunen 2014).

Kiusaaja sosiaalisessa mediassa

Kiusaajan puutteellinen empatiakyky nähdään keskeisenä osana kasvokkain tapahtuvassa kiusaamisessa. Sosiaalisessa mediassa tapahtuvassa kiusaamisessa kiusaajilla voi olla vaikeaa ymmärtää tekojensa emotionaalisia seurauksia, sillä kiusaaja ja kiusattu eivät ole samassa tilassa. Tällöin empatiaan tarvittavat nonverbaaliset vihjeet kiusatulta eivät ole näkyvissä, mikä pienentää kiusaajan mahdollisuuksia reagoida uhrinsa tunteisiin ja kokea empatiaa. (Niemen 2014).

Seksuaalinen häirintä ja hyväksikäyttö netissä

Netissä tapahtuvaa seksuaalista häirintää ja hyväksikäyttöä tapahtuu eri muodoissa. Esimerkiksi epäasiallisten kommenttien saaminen ulkonäöstä, alastonkuvien pyytäminen tai levittäminen tai epämiellyttävien kuvien, kuten sukupuolielinten kuvat tai pornosivujen kuvien vastaanottaminen voidaan laskea häirinnäksi tai hyväksikäytöksi. Alle 16-vuotias voi olla halukas tekemään edellä mainittuja asioita netissä, mutta niiden tekeminen aikuisen kanssa on aikuisen puolelta seksuaalista hyväksikäyttöä. (Nuortennetti 2017).

Ensimmäisiä hälytyksen antavia merkkejä nettikeskusteluissa voi olla, jos toinen osapuoli siirtää keskustelun aiheet uudestaan ja uudestaan seksiin, kertoo paljon intiimejä asioita itsestään, kehuu paljon sekä pyytää myös paljastavia kuvia, lupaa palkintoja tapaamisesta tai jopa uhkailee tavalla tai toisella. Aikuinen ihminen voi huijata ikänsä profiilin takaa ja hän saattaa rakentaa luottamusta alaikäiseen pitkäänkin, jolloin keskustelut voivat tuntua tärkeiltä. (Nuortennetti 2017).

Jos alaikäinen törmää netissä seksuaaliseen häirintään tai hyväksikäyttöön, olisi hänen hyvä tallentaa viestit sekä vaihdetut kuvat, jotta todisteet saadaan kasattua. On myös hyvä kirjata ylös kaikki tärkeä informaatio, mitä toinen on voinut antaa. Esimerkiksi nimi ja paikkakunta. Viesteihin vastaaminen sekä aikuiselle ihmiselle kertominen ovat tärkeitä ensiaskeleita sille, että häirintä saadaan lopetettua. Myös rikosilmoituksen tekeminen tulisi tehdä, jotta henkilö ei häiritsisi muita nuoria. (Nuortennetti 2017).

Sananvapauden rajat

Ihmisellä on oikeus ilmaista mielipiteitä sananvapauden mukaan. Tämä ei kuitenkaan tarkoita suoraan sitä, että henkilö voi netissä kirjoittaa mitä tahansa. Esimerkiksi kunnianloukkaus sekä toisen henkilön yksityiselämään liittyvien tietojen levittäminen ovat rangaistavia tekoja. On myös hyvä muistaa, että rasistiset ja tiettyä ihmisryhmää kohtaan hyökkäävän aineiston julkaisu sekä levittäminen ovat laitonta. (Nettinappi 2017).

Kunnianloukkaukseksi voidaan laskea se, että henkilö levittää tai julkaisee toista henkilöä vahingoittavan perättömän valheen. Jokaisella ihmisellä on oikeus yksityiseen elämään ja nimimerkki ei suojaa nettiin kirjoittajaa, sillä poliisi voi saada selville henkilön nimimerkin takana. (Nettinappi 2017).

Kiusaamisen vaikutus kehitykseen

Lasten ja nuorten jatkuvassa kehityksessä ympäristö ja kulttuuri vaikuttavat voimakkaasti positiivisen mielenterveyden kehittymiseen. Koulumaailma ja vapaa-ajan harrastukset ovat tärkeitä ympäristöjä, joissa voidaan edistää ja tukea lapsen ja nuoren mielenterveyttä. Koska lapsille ja nuorille ei ole vielä kehittynyt selkeitä toimintamalleja tai puolustuskeinoja tunteiden käsittelyyn, voimakkaat tunnekokemukset tilanteissa, joita ei kyetä hallita, vaikuttavat lasten ja nuorten tapaan tulkita tilanteita ja tunteita tulevaisuudessa. (Heikkinen & Peltola 2017).

Myönteiset ja kielteiset tunnekokemukset joko vahvistavat tai heikentävät yksilön identiteettikäsitystä sekä vaikuttavat minäkuvaan pitkällä aikavälillä. Kiusaaminen kohdistuu lapseen ja nuoreen hyvin henkilökohtaisella tasolla sekä vaikuttaa negatiivisesti identiteetin kehitykseen. Nuoret rakentavat omaa identiteettiään osaksi sosiaalisen median yhteisöpalvelujen avulla. Itsetuntoon vaikuttaa mm. sosiaalinen vertailu, joka voi parhaimmillaan kehittää yksilön itsetuntoa paremmaksi. Kiusaaminen on kuitenkin vahingollista sosiaalista vertailua, jossa vertailu tehdään virheellisin perustein, mikä vahingoittaa yksilön itsetuntoa ja identiteettiä. Tämän takia kiusaaminen voi saada lapsen ja nuoren tuntemaan perusteetonta arvottomuutta ja pahimmillaan häpeää itsestään sekä omakuvan vääristymistä. (Aromaa & Riepponen 2014).

Kiusatut lapset ja nuoret kärsivät myöhemmissä elämänvaiheissaan huomattavasti enemmän mielenterveysongelmista kuin ne lapset ja nuoret, joita ei olla kiusattu. Lapsena ja nuorena kiusatuilla aikuisilla nähtiin ongelmia kognitiivisissa toiminnoissa, sosiaalisissa suhteissa sekä heidän terveydentilansa oli huonompi kuin ei-kiusatuilla sekä he kärsivät usein ahdistuksesta ja masennuksesta. Kiusaamisen nähdään olevan yhteydessä muun muassa yleiseen ahdistuneisuuteen, sosiaaliseen ahdistuneisuuteen, huonoon itsetuntoon ja kielteiseen minäkuvaan, yksinäisyyteen, itsetuhoisiin ajatuksiin ja masentuneisuuteen. (Takizawa, Maughan & Arseneault 2014).

Kiusaamisesta selviytyminen

Kiusaamisen aiheuttama trauma voi jäädä kokonaan käsittelemättä ilman aikuisten ja ammattilaisten apua, mikä vaikuttaa lasten ja nuorten myöhemmissä elämänvaiheissa. Tärkeää on, että kiusattu kokee tulleen kuulluksi ja nähdyksi traumansa kanssa sekä tuntee kiusaamisesta selviytymisen mahdolliseksi. Kiusaamiskokemusten puutteellisesta käsittelystä voi seurata merkittäviä ongelmia kiusatun identiteetin kehitykselle. Kiusaamisen jälkeiseen paranemisprosessiin kuuluu uuden identiteetin rakentaminen purkamalla niitä sisäistettyjä ajatuksia itsestään, jotka kiusaaminen on istuttanut yksilön mieleen. (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015).

Kiusatun tulisi saada käsitellä tunteitansa turvallisessa ympäristössä ilman hylkäämisen ja arvostelun pelkoa. Keskeisiä elementtejä jälkihoidossa ovat turvallisuus, kiusatun ja hänen perheensä mielipiteiden kunnioittaminen, kiusatun osallistaminen hänen omaan paranemisprosessiinsa, luotettavuus, avoimuus sekä toivon luominen tulevaan. (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015).

Ammattiauttajan tehtävänä on kiusatun auttaminen hyväksymään tapahtunut sekä auttaa löytämään keinoja kiusaamiskokemusten käsittelyyn mm. keskustelun, luovan työskentelyn tai tiedon jakamisen kautta. Kiusaamisesta keskustelu auttaa kiusattua tunnistamaan ja käsittelemään tunteitansa tavalla, joka saa kiusatun ymmärtämään tapahtumien merkityksen sekä kiusaamisen aiheuttamia tunteita. Luova työskentely, kuten kirjoittaminen, on turvallinen tapa tuoda esille tukahdettuja tunteita, ottaa niihin etäisyyttä sekä tarkastella niitä reflektiivisesti. Tiedon jakaminen auttaa kiusattua ymmärtämään kiusaamisilmiöitä ja sitä, ettei kiusatussa ole mitään vikaa. (Hamarus, Holmberg-Kalenius & Salmi 2015).

Toimi näin, jos tulet kiusatuksi netissä:

- Kerro vanhemmille, opettajalle tai muulle aikuiselle.
- Ilmoita sosiaalisen median ylläpitäjälle, jos haluat materiaan poistettavan.
- Tarvittaessa ota yhteys poliisiin.
- Älä vastaa viesteihin -> kiusaaja saattaa turhautua ja lopettaa, kun huomaa ettei hänen viestinsä saa toivottua reaktiota aikaan.
- Tallenna ilkeät viestit puhelimeen tai tietokoneelle (näytönkaappaus), myös päivämäärät ja kellonajat sekä kiusaajan tiedot (nimimerkki) auttavat kiusaajan selvittämisessä.
- Estä kiusaajan profiili.
- Jos mahdollista, muunna oma profiili yksityiseksi ja voit myös poistaa oman profiilisi palvelusta tarvittaessa (Nettinappi 2017).

Lähteet:

Aromaa, A., Riepponen, M. (2014). Lapsuudessa koetun kiusaamisen vaikutukset mielenterveyteen aikuisen mielen-terveyskuntoutujan näkökulmasta. Opinnäytetyö. Tampereen ammattikorkeakoulu, hoitotyön koulutusohjelma.

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

Heikkinen, T. & Peltola, R. (2017). Yläkoululaisten käsityksiä kiusaamisesta sosiaalisessa mediassa. Opinnäytetyö. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, hoitotyön koulutusohjelma.

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

Nettinappi. 01.09.2017. Nettikiusaaminen. Viitattu 11.01.2018. <http://nettinappi.fi/tietoalue/netti-ja-media/netti-kiusaaminen/>

Nettinappi. 24.08.2017. Sananvapauden rajat. Viitattu 11.01.2018. <http://nettinappi.fi/tietoalue/netti-ja-media/nettikiusaaminen/sananvapauden-rajat/>

Nieminen, H. (2014). Katsaus lasten ja nuorten verkkokiusaamisen tutkimukseen. Puheviestinnän pro-gradu tutkielma. Jyväskylän yliopisto.

Nuortennetti. 27.12.2017. Seksuaalinen häirintä netissä. Viitattu 21.01.2018. <https://www.nuortennetti.fi/netti-ja-media/seksuaalinen-hairinta-netissa/>

Takizawa, R., Maughan, B. & Arseneault, L. (2014). Adult health outcomes of childhood bullying victimization: Evidence from a five-decade longitudinal British birth cohort. *The American journal on psychiatry*.

Suomen virallinen tilasto (2015). Väestön tieto- ja viestintätekniikan käyttö. Liitetaulukko 24. Yhteisöpalveluiden käyttöä, toiminnan, koulutusasteen, asuinpaikan kaupunkimaisuuden ja sukupuolen mukaan, %-osuus väestöstä. Helsinki: Tilastokeskus.