

Henna Numminen

NUORTEN SEKSUAALITERVEYS JA SOSIAALINEN MEDIA

Yhteiskuntatieteiden tiedekunta
Kandidaatintutkielma
Helmikuu 2020

TIIVISTELMÄ

Henna Numminen: Nuorten seksuaaliterveys ja sosiaalinen media
Kandidaatintutkielma
Tampereen yliopisto
Terveystieteiden tutkinto-ohjelma
Helmikuu 2020

Sosiaalinen media on kasvattanut räjähdysmäisesti suosiotaan. Sitä käytetään enenevässä määrin myös terveystiedon lähteenä. Sen palvelut voivat toimia tehokkaana välineenä terveystiedon levittämisessä ja siten terveyden edistämässä. Samalla asiantuntijuuden tila sen palveluissa on kuitenkin tarpeeseen nähden vähäinen. Nuorten ollessa aktiivisia sosiaalisen median käyttäjiä, etsivät he myös aktiivisesti arkaluontoisiin aiheisiin, kuten seksuaaliterveyteen liittyvää tietoa.

Oikeanlaista tietoa tarjoavat muun muassa ammatinharjoittajat ja terveysorganisaatiot, mutta sosiaalisen median ympäristössä liikkuu sen vuorovaikutteisuuden perustuvan luonteen vuoksi myös paljon materiaalia, joka voi hämmäntää nuoria. Lisäksi media-alusta mahdollistaa myös seksuaalisen häirinnän, toisaalta myös antaa mahdollisuuden hyväksikäyttäjille löytää uhrejaan.

Tämän kandidaatintutkielman tarkoitus on kirjallisuuskatsauksen muodossa tuottaa tietoa sosiaalisen median vaikutuksista nuorten seksuaaliterveyteen. Tavoite on lisätä ymmärrystä nuorten seksuaaliterveyteen vaikuttavista tekijöistä ja hahmotella mahdollisia ratkaisuja seksuaaliterveyteen kohdistuvien riskien vähentämiseksi.

Nuorten seksuaaliterveyttä koskevat tiedot, erityisesti liittyen sukupuolitauteihin ovat laskeneet. Samalla nuorten tautitartuntojen määrä on noussut, mikä lisää jo entuudestaan merkittävää tautitaakkaa nuorella väestössä. Tämä herättää huolen ja tarpeen kiinnittää huomiota ilmiön syihin. Seksuaalikasvatuksen ja -valistuksen tulisi vastata tämän päivän vaatimuksia, mutta valtaosa interventioista ja kampanjoista keskittyy edelleen tartuntatautiriskin vähentämiseen. Oleellista voisi olla panostaa riskinhallinnan sijaan seksuaalisen identiteetin rakentamiseen ja hyvinvoinnin edistämiseen.

Sosiaalinen media on pitkälti vanhempien kontrollin ulottumattomissa, ja nuoret altistuvatkin usein tahattomasti ikäänsä sopimattomalle materiaalille. Medialukutaito korostuu, kun nuoret tekevät tulkintoja ulkonäkökeskeisessä ympäristössä. On mahdollista, että itsensä vertailu lisää kehonkuvan ongelmia, mikä taas voi vaikuttaa muun muassa seksuaalikäyttäytymiseen. Seksuaalinen riskikäyttäytyminen on tyypillistä erityisesti varhain seksielämän aloittaneilla nuorilla ja se voi johtaa muun muassa sukupuolitauditartuntoihin ja tahattomiin raskauksiin. Lisäksi on mahdollista, että esimerkiksi suosiotaan kasvattavat deittisovellukset ja muut uudenlaiset, ennakoimattomat ilmiöt ja palvelut muokkaavat seksuaali- ja terveystietoisuutta.

Vanhempien kontrollilla, medialukutaidolla ja uudenlaisilla innovaatioilla on mahdollisuus vähentää nuorten seksuaaliterveyteen ja siten koko kansanterveyteen kohdistuvia uhkia. Lisää tutkimustietoa ilmiön syy-yhteyksistä kuitenkin vielä tarvitaan.

Avainsanat: sosiaalinen media, terveysviestintä, terveystieto, deittisovellukset, nuoret, nuoret aikuiset, seksuaaliterveys, terveystietoisuus, riskikäyttäytyminen

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck –ohjelmalla.

1. Johdanto.....	1
2. Sosiaalinen media ja terveys.....	2
2.1. Sosiaalinen media viestintämaiseman muuttajana.....	2
2.2. Nuoret sosiaalisen median käyttäjinä	3
2.3. Terveysten edistäminen sosiaalisessa mediassa.....	4
2.4. Terveysviestintä, terveyskäyttäytyminen ja medialukutaito	6
2.5. Terveysten asiantuntijuus muutoksessa.....	7
3. Nuorten seksuaaliterveys	8
3.1. Nuoruus, seksuaaliterveys ja sen kehittyminen.....	8
3.2. Seksuaalinen riskikäyttäytyminen	9
3.3. Itsekunnioitus, kehonkuva ja seksuaaliterveys	10
3.4. Nuorten seksuaaliterveyden edistäminen.....	11
3.5. Nuorten seksuaaliterveys Suomessa	13
4. Sosiaalinen media ja nuorten seksuaaliterveys	15
4.1. Sosiaalinen media seksuaaliterveyden edistäjänä	15
4.2. Seksuaaliterveystiedon jakaminen nuorille sosiaalisessa mediassa	17
4.3. Ulkonäköpaineet, kehonkuva ja seksuaaliterveys	19
4.4. Seksuaalinen häirintä	21
4.5. Seksuaalinen media ja deittisovellukset	22
4.6. Kohti turvallista tulevaisuutta	23
5. POHDINTA	25
LÄHTEET	30

1. JOHDANTO

Sosiaalinen media on tuonut mukanaan käytännössä uuden viestinnän aikakauden (Sørensen 2017). Sen voidaan sanoa tänä päivänä olevan osa jokapäiväistä elämää ja ubiikkia eli kaikkialla läsnäolevaa (Suominen 2013b, 292). Käyttäjämäärien kasvaessa myös liikkeellä olevan terveystiedon määrä sosiaalisen median palveluissa on kasvanut (Gabarron & Wynn 2016). Sosiaalisessa mediassa tapahtuvan terveystiedon voidaan sanoa olevan toimivaa ja tehokasta, sillä se mahdollistaa nopean tiedon saannin, vuorovaikutuksen sekä anonymiteetin (Matikainen & Huovila 2017; Helve, Kattelus, Norhomaa & Saarni 2015).

Median vaikutus on nuorten kehityksessä merkittävä (Vilka 2011, 114). Nuoret käyttävät sosiaalista mediaa terveystiedon etsimiseen (Gilliam, Chor & Brandon 2014), mutta nykyään myös sosiaalisten, seksuaalisten ja romanttisten suhteiden ylläpito ja löytäminen ovat tavanomaisia käytön syitä (Brown, Stern & Keller 2009). Sosiaalinen media ja online-yhteisöt ovat keskeisiä välineitä nuorten vuorovaikutuksessa. Uuden teknologian vaikutukset nuoriin sukupolviin ovat kuitenkin puhututtaneet kansainvälisesti, sillä niillä voidaan nähdä olevan vaikutuksia niin ihmissuhteisiin kuin seksuaalisuuteenkin. (Todaro, Silvaggi, Aversa, Rossi, Nimbica ym. 2018.) Erityisesti sellainen media, jossa seksi on julkista ja jaettavaa, voi muokata nuorten asenteita ja käytöstapoja (Cacciatore 2011).

Sosiaalisen mediamaailman murroksen myötä vaikutukset seksuaaliterveyteen voivat olla niin positiivisia kuin negatiivisiakin. Globalisaation ja median pariin pääsyn lisääntymisen myötä sosiaaliset normit ovat murroksessa ja se voi johtaa seksuaalisen riskikäyttäytymisen normalisoitumiseen. Toisaalta lisääntynyt tietous sukupuolitaudeista ja tahattomista raskauksista voi toimia suojaavana tekijänä riskinottojen suhteen. (El Kazdough, El-Ammari, Bouftini, El Fakir & El Achhab 2019.)

Vaikka suomalaisten nuorten seksuaaliterveyden voidaan sanoa olevan kansainvälisesti katsottuna huipputasoa, parantamisen aiheita löytyy (Ritamo, Pelkonen & Nikula 2010, 5). Vuoden 2013 kouluterveyskyselyn mukaan seksuaaliterveyteen liittyvän tiedon määrä on laskenut. Tämä koskee erityisesti sukupuolitauteihin liittyvää tietoa. (Klemetti & Raussi-Lehto 2014, 28.) Tilastojen mukaan 20-24-vuotiaiden ikäryhmässä sukupuolitauditartunnat ovatkin lisääntyneet (Tartuntatautitilasto 2019). Seksuaaliterveyden ollessa oleellinen

terveyden ja hyvinvoinnin osa-alue muodostaa se myös kansanterveydellisesti merkittävän tutkimuksen ja kehittämisen aiheen (Klemetti & Raussi-Lehto 2014, 10-12).

Sosiaalisen median alustoilla toteutetut interventiot ovat kehittäneet seksuaaliterveyttä ja muuttaneet terveyskäyttäytymistä maailmanlaajuisesti. Interventioilla ja ohjelmilla on mahdollisuus saavuttaa nuoriso uusin, innovatiivisin keinoin (Gilliam ym. 2014).

Toisaalta ulkonäkökeskeisessä mediaympäristössä erottuminen voi johtaa itsensä esineellistämiseen ja kehotyytyväisyys on altis muutoksille. Nämä yhdessä voivat johtaa muutokseen seksuaalikäyttäytymisessä. Viimeaikaiset tapahtumat ovat myös osoittaneet, että sosiaalinen media on mahdollinen kanava seksuaalirikoksen tekijöille löytää uhrejaan (Yle 2019a). Median muuttuessa ja pornoistuessa medialukutaidon puute nousee merkittäväksi aiheeksi. (Vilkkä 2011, 114.)

Kandidatutkielmani tarkoitus on tuottaa tietoa kirjallisuuskatsauksen muodossa sosiaalisen median vaikutuksista nuorten seksuaaliterveyteen. Tarkoituksena on koota tutkimustietoa sosiaalisen median mahdollisuuksista niin nuorten seksuaaliterveyden edistämisessä kuin sen mukanaan tuomista seksuaaliterveyteen kohdistuvista riskeistä. Tavoitteena on lisätä ymmärrystä nuorten seksuaaliterveyteen vaikuttavista uusista tekijöistä sekä tuoda esille mahdollisia ratkaisuja seksuaaliterveyteen kohdistuvien riskien vähentämiseksi. Tutkimukset ovat varsin tuoreita, mutta olemassa olevan tiedon perusteella voidaan luoda jo varhaista visiota mahdollisista vaikutuksista ja antaa pohdinnan aiheita tulevaisuudessa tarpeellisiin tutkimuksiin.

2. SOSIAALINEN MEDIA JA TERVEYS

2.1. Sosiaalinen media viestintämaiseman muuttajana

Sosiaalinen media on viestinnän muoto, joka hyödyntää tietoverkkoja ja -tekniikkaa. Sen palveluissa käsitellään käyttäjien tuottamaa ja jakamaa vuorovaikutteista sisältöä. Ihmissuhteiden luominen ja ylläpito, sisältötuotanto, blogien kirjoittaminen ja lukeminen, tiedon ja tiedostojen jakaminen, sähköinen kaupankäynti ja verkkopelien yhdessä pelaaminen ovat sosiaalisessa mediassa tyypillistä toimintaa. (Sanastokeskus TSK:n termipankki 2012.)

Siinä missä ennen puhelinta käytettiin yhden ihmisen, tai televisiota miljoonien ihmisten tavoittamiseen, sosiaalinen media mahdollistaa vuorovaikutteisen joukkoviestinnän. Se antaa mahdollisuuden myös valikoida oman mielenkiinnon mukaan ne kanavat ja ihmiset, joita halutaan seurata ja joiden kanssa kommunikoida. Lisäksi viestintä on aiempaa lyhytsanaisempaa – isonkin yleisön tavoitettava viesti voi olla lyhyt ja ytimekäs. (Sørensen 2017.) Sosiaalinen media voidaan mieltää vahvemmin oman persoonallisuuden ilmaisemisen alustaksi kuin muu media. Ihmiset voivat sitoa itsensä teknologiaan ja sen sisällöt liittyvät usein itsensä ilmaisuun. Jo palveluiden, tuotteiden ja ilmiöiden nimistä on pääteltävissä persoonan korostuminen, esimerkkinä *selfiet*, *henkilökohtaiset* profiilit, YouTube ja *i*-phone. (Perloff 2014.)

Sosiaalisesta mediasta on tullut suosittu toimintakenttä vuorovaikutukselle mahdollistaen käyttäjiensä osallisuuden muun muassa keskusteluun ja sisällön luomiseen. Sisällön jakaminen, muokkaaminen, virtuaalisten yhteisöjen syntyminen ja yhteydenpito ovat keskeisiä ilmiöitä. Kanavat ovat moninaisia ja jatkuvasti kehittyviä; muun muassa verkostoitumiskanava Facebook, erilaiset foorumit, mikroblogikanava Twitter, videokanava Youtube sekä useat podcastit ja virtuaaliset pelit ovat esimerkkejä sosiaalisen median palveluista. (Wong, Merchant & Moreno 2014.) Palveluiden avulla rakennetaan identiteettiä, luodaan ja ylläpidetään ihmissuhteita sekä lisätään omaa näkyvyyttä. Lisäksi ne mahdollistavat ympärivuorokautisen tiedon ja kontaktien saavutettavuuden. (Cornelius, Whitaker-Brown, Neely, Kennedy & Okoro 2019a.)

Sosiaalisen median palveluista suosituin on Facebook, käsittäen 2,4 miljardia aktiivista käyttäjää, Instagramin aktiivisten käyttäjien määrän ollessa noin miljardi. Apple App Storen suosituimmat sosiaalisen median palveluapplikaatiot vuonna 2019 olivat viestipalvelu WhatsApp ja Facebook Messenger. (Clement 2019.) Kaikki ikäluokat voidaan enenevässä määrin katsoa sosiaalisen median käyttäjiksi (Smith & Anderson 2018).

2.2. Nuoret sosiaalisen median käyttäjinä

Tutkimuksen mukaan nuorempi ikäluokka käyttää vanhempaan verrattuna useampaa sosiaalisen median alustaa yhtäaikaaisesti ja säännöllisesti. 78% amerikkalaisista 18–24-vuotiaista nuorista käyttää Snapchatia, 71% Instagramia ja 45% Twitteriä, kun taas vanhemmat ikäluokat käyttävät enemmän esimerkiksi Facebookia ja YouTubea (Smith & Anderson 2018). Ebrand Group Oy:n (2019) tutkimuksen mukaan myös Suomessa nuoret

käyttävät sosiaalista mediaa eri tavoin eri ikäryhmissä. 13–17-vuotiaat mainitsevat tärkeimmäksi palveluksi YouTubea, sen sijaan 18–22-vuotiaiden ikäryhmässä eniten käytetty palvelu on WhatsApp. Sukupuolierot ovat melko pieniä; nuorista 13–29-vuotiaista niin naiset kuin miehet käyttävät eniten aikaa YouTubea, WhatsAppissa, Instagramissa ja Snapchatissa. Huomion arvoinen asia tuloksissa on myös se, että Facebook ei ole enää suosituin palvelu missään ikäryhmässä. (Ebrand Group 2019.) Nuorten sosiaalisen median käytössä korostuu erityisesti ihmissuhteiden ylläpito ja etsiminen (Brown ym. 2019).

Arvion mukaan nuoret alkavat käyttää sosiaalisen median palveluita aiempaa varhaisemmassa iässä samalla käyttöaikojen kasvaessa. Esim. vuonna 2016 puolet 13–17-vuotiaista käytti sosiaalista mediaa 0-9 tuntia viikossa, kun taas vuonna 2019 enää 27% raportoi käyttöajan olevan vähemmän kuin 9 tuntia viikossa. Selvästi suosituin sosiaalisen median päätelaite on älypuhelin. (Ebrand Group Oy 2019.)

Median vaikutus on merkittävä nuorten kehityksestä puhuttaessa. Uudet median muodot vaikuttavat heidän maailmankuvaansa jatkuvasti sitä muokaten. (Vilka 2011, 114). Kuortin ja Halosen (2018) mukaan sosiaalinen media voi toimia nuoren identiteetin rakennusvälineenä ja keinona löytää vertaisryhmiä. Toiminta-alustana se otaksutaan yleisesti ottaen turvallisiksi. Sosiaalista mediaa pidetään nuorten keskuudessa mahdollisuutena myös sen vuoksi, että se on usein vanhempien kontrollin ulottumattomissa ja kontakteja on saatavilla ympärivuorokautisesti. (Brown ym. 2009.)

Sosiaalinen median maailma on nopeasti muokkautuva. Esimerkiksi Facebookin suosion romahtaminen nuorten keskuudessa on selitettävissä muutamalla teorialla. Hintikan (Suominen 2013a, 137) mukaan suosion väheneminen palveluissa voidaan perustella muodikkouden katoamisella sekä vanhempien kontrolloinnin lisääntymisellä niissä. Hän näkee ilmiössä nuorten tarpeen ”paeta” vanhempien kontrollia etsimällä sellaisia palveluita, joista näillä ei ole tietoa. Suominen (2013b, 292) perustelee palveluiden suosion hiipumista myös kyllästymisen ja vastareaktioiden kautta.

2.3. Terveystiedon edistäminen sosiaalisessa mediassa

Sosiaalisen median voidaan katsoa olevan tehokas alusta terveystiedon jakamiselle, ja sitä onkin yhä laajemmin saatavilla eri kanavilla ja palveluissa. Tehokkaaksi terveystiedon

välittäjäksi sosiaalinen media on toimiva, sillä tiedonsaanti on nopeaa ja se on usein muotoiltu helposti omaksuttavaan ja yksilöityyn muotoon. Sen palveluista myös etsitään enenevässä määrin terveystietoa. (Helve, Kattelus, Norhomaa & Saarni 2015.) National Research Corporationin (Helve ym. 2015) tutkimuksen mukaan jopa viidennes yhdysvaltalaiskäyttäjistä käytti jo 2010-luvun alussa sosiaalista mediaa ensisijaisena lähteenä terveystiedolle ja trendi on kasvava.

Sosiaalinen media voidaan nähdä työkaluna niin terveyden kuin seksuaaliterveydenkin edistämässä. Sen avulla voidaan mahdollisesti tavoittaa myös yleisöjä, joiden kanssa vuorovaikuttaminen aiemmin on ollut haastavaa tai olematonta (Helve ym. 2015). Terveystiedon ammattilaiset ovatkin huomioineet ilmiön ja ottaneet tilaa terveyden edistämiseen sosiaalisessa mediassa (Scanfeld ym. 2010).

Virtuaaliset terveysyhteisöt eivät ole suotta suosittuja. Ne mahdollistavat tiedon jakamisen, emotionaalisen tuen antamisen ja saamisen sekä anonymiteetin. Anonymiteetin antama suoja voi olla mahdollisuus etenkin herkästi stigmatisoivissa sairauksissa, kuten mielenterveysongelmissa. (Matikainen & Huovila 2017.) Saman mahdollisuuden voidaan katsoa koskevan myös seksuaaliterveyteen liittyviä aiheita. Sosiaalinen media terveystiedon lähteenä kiinnostaa myös siksi, että se tarjoaa mahdollisuuden seurata ja saada ideoita terveystiedon soveltamiseen käytännön elämässä (Torkkola 2014, 29). Tästä esimerkkinä toimivat muun muassa hyvinvointi- ja ruokablogit.

Sosiaalisen median palvelut voidaan nähdä myös tehokkaina terveyden edistämisen interventioalustoina (Bull, Levine, Black ym 2012). Erityisesti Facebook on osoittautunut potentiaalisesti työkaluksi väestön terveyden edistämässä (Zhang, He & Sang 2013). Terveystiedon ja -vinkkien jakaminen on osoitettu toimivaksi terveyden edistämisen keinoksi. Erityisesti väestön terveyttä koskevissa hätätiloissa, kuten vaarallisten tartuntatautien puhjetessa, Twitterin kaltaisilla palveluilla on mahdollisuus nopeaan tiedon jakamiseen ja ihmisten tavoittamiseen. (Gui, Wang, Kou, Reynolds, Chen, Mei, & Zheng 2018) Myös Bartlettin ja Wurtzin (2015) mukaan Twitter voi hyvin toimia väestön terveyden edistämisen työkaluna, sillä se tarjoaa reaaliaikaista tietoa mahdollistaen samalla yksilöiden ja organisaatioiden välisen vuorovaikutuksen.

Yksisuuntaisen viestinnän aikakauden voidaan sanoa muuttuneen vuorovaikutuksen mahdollisuuden myötä, jolloin sosiaalinen media voidaan nähdä aktivoivampana alustana

terveyden edistämiseksi muihin internetin sivustoihin verrattuna. Kaikki sosiaalisen median seksuaaliterveyden edistämiseen pyrkivät mobiilisovellukset eivät ole kuitenkaan onnistuneet läpilyönteihin, sillä ne eivät ole saaneet tarpeeksi käyttäjien huomiota. (Bailey, Mann, Wayal, Hunter, Free, Abraham & Murray 2015.)

2.4. Terveysviestintä, terveyskäyttäytyminen ja medialukutaito

Viestinnän sanakirjassa Viswanathin (2008) mukaan terveystietoa ja terveyden edistäminen linkitetään tiukasti toisiinsa - informaation tuottaminen ja jakaminen ovat vuorovaikutusta niin yksilöiden välillä kuin maallikoiden ja instituutioiden välillä. Maailman medikalisoituminen lisää terveystietoa (Korhonen 2014, 144). Terveystietoa voidaan käsitteellä katsoa tarkoittavan sellaista tietoa, jossa tavoitellaan terveyden edistämistä ja sairauksien hoitoa. Yksi selkeimmistä määritelmistä lienee WHO:n kuvaus, jossa ”terveystietoa on keskeisin keino välittää yleisölle terveystietoa ja pitää yllä julkista keskustelua merkittävistä terveystietoisuuksista”. (Torkkola 2014, 19).

Terveystietoa voidaan nähdä keinona vaikuttaa kansalaisten terveystietoisuuteen (Torkkola 2014, 19). Terveystietoisuudella tarkoitetaan tässä yksilön käyttäytymistä liittyen valintoihin, jotka vaikuttavat terveyteen. Tällaisia ovat esimerkiksi ravinto, tupakointi, liikunta ja alkoholinkäyttö. Tavallisesti terveystietoisuus on vakiintunut jo lapsuudessa tai nuoruudessa tiedostamattomien tottumusten johdosta. Näillä valinnoilla on usein pitkällä aikavälillä merkittävä vaikutus yksilön terveyden ja sairastumisriskin kannalta. (Duodecim Terveystietojärjestö 2019.)

Terveystietoisuuden kannalta sosiaalisen median tuoma tietoisuuden muutos voidaan nähdä mahdollisuuksien avautumisena. Se tarjoaa viestinnälle monipuolisen, vuorovaikutteisen toiminta-alustan. Lisäksi sen palveluissa yhteisöillä on mahdollisuus merkittävään tietoon ja asiantuntijuuden tuottamiseen. (Matikainen ja Huovila 2017.) Helve kumppaneineen (2015) toteaa, että optimaalisessa tilanteessa tietoisuuden keinojen innovaatioilla voidaan tuottaa terveystietoa myös sellaisessa muodossa, joka tavoittaa aiemmalla, yksisuuntaisella valistaja-vastaanottajaviestinnällä ulkopuolelle jääneen yksilön.

Medialukutaito lisää kykyä välttää tai minimoida mahdollisia riskejä, joita digitaalinen media luo käyttäjilleen (Bailey ym. 2015). Sitä edistämällä voidaan vaikuttaa positiivisesti terveyskäyttäytymiseen (Scull, Malik & Kupersmidt 2014). Sosiaalisen median lukutaito voidaan määritellä kriittiseksi ajatteluksi, johon kuuluu analysoinnin, arvioinnin ja osallistumisen taidot. Oleellista on myös kykyä erottamaan kaupallinen, markkinointiin tarkoitettu viestintä sekä ymmärtää ihmisten halu esitellä parhaita puoliaan tarkkaan valikoitujen ja muokattujen kuvien välityksellä. Lisäksi tärkeää on ymmärtää motivaatioita sosiaalisen median materiaalien takana. Korkeatasoinen sosiaalisen median lukutaito voidaan nähdä nuorilla kykyinä tunnistaa epärealistinen, usein kaupallinen valokuvamateriaali. Erityisesti ne nuoret, jotka ovat haavoittuvaisia negatiivisille vaikutteille ja vertailulle, hyötyvät hyvästä medialukutaidosta. (Tamplin, Mclean & Paxton 2018.)

Tamplinin ja kumppaneiden (2018) tutkimuksessa havaittiin matalan sosiaalisen median lukutaidon kytkeytyvän naisilla vähentyneeseen kehoituväisyyteen, kun taas kriittisemmin materiaaliin suhtautuvilla muutoksia tyytyväisyydessä ei tapahtunut. Medialukutaidolla ei tutkitun tiedon perusteella sen sijaan ole vaikutusta miesten kehonkuvaan. (Tamplin, Mclean & Paxton 2018).

2.5. Terveystiedon asiantuntijuus muutoksessa

Sosiaalisen median läsnäolo kaikissa ympäristöissä on antanut ilmiölle uudet mittasuhteet ja samalla myös luonut tarpeen tutkia kiireellisesti epidemian lailla liikkuvaa terveysinformaatiota ja sen laatua. Ilmiö on poikunut haasteita niin informaation vastaanottajalle kuin terveydenhuollon ammattilaisillekin. (Keselman, Smith, Murcko & Kaufman 2019). Vaikka sosiaalisen median verkostoja käytetäänkin asiantuntijalta saadun tiedon arvioimiseen, halutaan löydettyä tietoa yleensä päinvastaisesti myös tarkistuttaa terveydenhuollon ammattilaisilla. Ammattiasiantuntijat ovat ainakin toistaiseksi onnistuneet säilyttämään asemansa kansalaisten ensisijaisena terveystiedon lähteenä. (Hukka 2014, 105-107).

Terveystiedon ja tiedon digitalisoituessa on kuitenkin ymmärrettävä kyseisen ilmiön moninaisia riskejä. On mahdollista, että tiedon väärinkäyttöä esiintyy. Myös väärinymmärrysten mahdollisuus on aina olemassa. (Scanfeld ym. 2010.) Tuoreessa asiantuntijaselvityksessä

(Health Feedback 2019) käy ilmi, että sosiaalisessa mediassa vuonna 2018 eniten huomiota saaneista uutisista vain kolme kymmenestä perustui tieteelliseen näyttöön.

Matikainen ja Huovila (2017) nostavat huolenaiheeksi sen, että asiantuntijoiden argumentit eivät aina pärjää sosiaalisen median huomiokilpailussa. Tieteen ja asiantuntijuuden tilanpuute onkin yksi sosiaalisen median ongelmista (Niiniluoto 2015). Organisaatioilla voi kuitenkin olla mahdollisuus puuttua väärän tiedon leviämiseen. Onkin tärkeää, että ammattilaiset ovat myös valveutuneita sosiaalisen median ilmiöihin, etenkin terveysinformaation leviämiseen. (Scanfeld ym. 2010.) Tietovirtoja tulisi kyetä ohjaamaan oikeaan suuntaan ja tässä kohtaa tarvitaan nimenomaan terveyden edistämisen ammattilaisia – myös sosiaalisessa mediassa (Matikainen ja Huovila 2017).

Sosiaalinen media korostaa vertaistuen roolia, mutta se on myös mahdollinen lääketieteen aseman horjuttaja. Voi myös olla, että verkkokeskusteluissa nousee esille sellaisia ulottuvuuksia sairastamiseen, joista terveyden ammattilaisilla ei vielä ole aavistusta. (Torkkola 2014, 28.) Lisäksi väärän terveyteen liittyvän tiedon ympärille on uusien mediamuotojen ansiosta helppo koota ympärilleen samoin ajattelevia ihmisiä ja yhteisöjä. Jos tiedon koetaan vahvistavan tietyn yhteisön identiteettiä ja maailmankuvaa, saatetaan se valheellisuudestaan huolimatta käsittää päteväksi (Matikainen ja Huovila 2017).

3. NUORTEN SEKSUAALITERVEYS

3.1. Nuoruus, seksuaaliterveys ja sen kehittyminen

Nuoruuden iän määritelmälle löytyy useita tapoja. WHO (Csikszentmihalyi 2019) määrittelee nuoruuden kahden ikävaiheen kautta, joissa ikävuodet 10-19 katsotaan varhaisen nuoruuden aikakaudeksi (*adolescence*) ja ikävuodet 15-24 varsinaiseksi nuoruudeksi (*youth*). Lain näkökulmasta taas nuoreksi katsotaan Suomessa nuorisolain 1285/2016 §3:n (Finlex 2016) mukaan alle 29-vuotiaat.

WHO:n (2017) mukaan seksuaaliterveys taas käsittää fyysisen, psyykkisen, emotionaalisen ja sosiaalisen ulottuvuuden. Lyhyesti se siis tarkoittaa paljon enemmän kuin sairauden tai toiminnallisen häiriön puutosta. Määritelmä myös kuvailee hyvän seksuaaliterveyden

käsitettä positiivisen ja kunnioittavan asennoitumisen kautta, jolloin positiiviset seksuaaliset kokemukset ovat mahdollisia, eikä esimerkiksi väkivaltaa tai pakottamista tapahdu. Lisäksi seksuaaliterveys käsittää seksuaalioikeuksien toteutumisen, arvostamisen ja suojelemisen. (WHO 2017.) Seksuaalioikeuksiin kuuluu muun muassa oikeus yksityisyyteen, itsensä ilmaisemisen vapauteen sekä seksuaaliterveyteen liittyvän ajankohtaisen tiedon saamiseen (PAHO 2000, 11). Myös sukupuolten välinen tasa-arvo on keskiössä seksuaali- ja lisääntymisterveyttä edistettäessä (WHO 2019).

Nuoruus on merkittävä ikäjakso itsetunnon, kehonkuvan, sukupuoli- ja seksuaali-identiteetin rakentumiselle. Keskeistä on itsensä arvostaminen, mikä vaikuttaa nuoren kehittymiseen ja käyttäytymiseen. (Cacciatore 2011.) Nuoruus ikävaiheena sisältää seksuaalisen kehityksen myötä puberteettiin liittyviä fyysisiä ja psykologisia muutoksia. Seksuaalisten tunteiden käsittely ja vuorovaikutustaitojen oppiminen ovat osa ikävaihetta. Kehon ja mielen mullistukset voidaan kokea sekä odotettuina että hämmentävinä tapahtumina. Ne voivat myös aiheuttaa psyykkistä taantumista, johon voi joskus liittyä sosiaalista kypsymättömyyttä, spontaania käyttäytymistä ja riskinottoa. Näillä kaikilla, erityisesti viimeisellä, voi olla vaikutuksia myös seksuaaliterveyteen. (Liinamo 2005.) Itseään arvostava nuori osaa suojata itseään ja toisia paremmin mahdollisilta uhilta. Sen sijaan itseään vähättelevä tai laiminlyövä nuori päätyy todennäköisemmin ottamaan vaarallisiakin riskejä. (Cacciatore 2011.)

Seksuaaliterveydestä puhuttaessa seksuaalioikeuksien ja tasa-arvon toteutuminen on oleellista. Tasa-arvon edistämisen aatteeseen kuuluu se, että kukaan ei tule syrjityksi esimerkiksi syntyperän, uskonnon, sukupuolen, seksuaalisen suuntautumisen perusteella. Lisäksi tärkeää on, että yhteiskuntapolitiikan keinoin parannetaan seksuaalitietoja ja -taitoja ja tarjotaan riittävän laadukasta, universaalia seksuaaliterveysneuvontaa ja -hoitopalveluita. (Kontula 2000, 320.)

3.2. Seksuaalinen riskikäyttäytyminen

Kuten Magnusson kumppaneineen (2019) kirjoittaa, on aikainen seksielämän aloittaminen yhdistettävissä kohonneeseen riskikäyttäytymiseen nuoruusiällä. Riskikäyttäytymiseksi luetaan useiden seksikumppaneiden kanssa seksin harrastaminen, usein myös samanaikaisesti sekä puutokset ehkäisyn käytössä ja impulsiivisuus liittyen päätöksentekoon. Etenkin itsekontrollin puutos liittyy usein impulsiiviseen käyttäytymiseen

ja asettaa nuoren korkeaan riskiin seksuaalikäyttäytymisen suhteen. (Magnusson, Crandall & Evans, 2019.)

Matalan itsekontrollin on katsottu liittyvän epäsäännölliseen ehkäisyyn käyttämiseen, tuntemattomien seksikumppanien valintaan ja päihtyneenä seksin harrastamiseen (Magnusson ym. 2019). Myös sosio-kulttuuriset ja henkilökohtaiset rajoitteet voivat johtaa tiedon puutteeseen, sensaatiohakuiseen käyttäytymiseen sekä rajalliseen seksuaalikasvatukseen vanhempien toimesta. Lisäksi seksuaalikasvatuksen puutos kouluissa kasvattaa nuorten seksuaalisen riskinoton todennäköisyyttä. (El Kazdouh ym. 2019.) Nuoruusiän seksuaaliterveysvalinnoilla voi olla pitkäkantoisia vaikutuksia elämään. Riskikäyttäytyminen lisää sukupuolitauditartuntoja ja tahattomia raskauksia. (Kaestle, Halpern, Miller & Ford 2005.) Tulehduksen aiheuttama lapsettomuus, sukupuolitauditartunnat, seksuaalisen väkivallan traumat ja abortit jättävät jälkensä. Lisäksi nettiin päätyneet seksivideo tai muu herkkäluonteinen video- tai kuvamateriaali voi aikaansaada kielteistä julkisuutta, kiusaamista ja muun muassa haitata sosiaalisia suhteita. Myös vaikutukset mielenterveyteen ovat mahdollisia. (Cacciatore 2011.)

3.3. Itsekunnioitus, kehonkuva ja seksuaaliterveys

Seksuaalinen minäkuva sekä itsensä hyväksyminen ovat seksuaaliterveyteen vaikuttavia tekijöitä (Terveystalo 2018). Erityisesti murrosiässä lyhyessäkin ajassa muuttuva keho voi tehdä nuoren olon epävarmaksi. Oman kehon vertailu median kuviin on tällöin tavanomaista. Kuvat ovat kuitenkin harvoin kovin totuudenmukaisia, sillä niitä on usein käsitelty kauneusihanteiden mukaisiksi. (Väestöliitto 2019.)

Snellin ja Papinin (Maas & Lefkowitz 2015) mukaan seksuaalinen itsekunnioitus on merkittävä psykologinen tekijä seksuaaliterveydessä. Kuten Arnett (Maas & Lefkowitz 2015) on tiivistänyt, kuuluu nuorten seksuaalinen itsekunnioitus niin fyysisen, emotionaalisen, kuin sosiaalisen seksuaaliterveyden kehittymiseen – aikaan, jolloin luodaan niin seksuaalista identiteettiä kuin omia seksuaalitaitoja. On kuitenkin epäselvää, millä eri mekanismeilla se vaikuttaa seksuaalikäyttäytymiseen. Tutkimuksen mukaan nuorilla, aikuisikään astuvilla miehillä on itsekunnioitusta enemmän kuin naisilla. Korkeamman seksuaalisen itsekunnioituksen voidaan nuorilla naisilla nähdä lisäävän ehkäisyyn käyttöä, miehillä ilmiön ollessa päinvastainen. Myös parisuhdehistorian ja seksuaalikäyttäytymisen on osoitettu liittyvän seksuaaliseen itsekunnioitukseen. (Maas & Lefkowitz 2015.)

Negatiivinen kehonkuva on merkittävä uhka nuoruusiän hyvinvoinnille. Nuoruusiällä erityisesti tytöillä on tyypillisesti enemmän tyytymättömyyttä omaan kehonkuvaan. (de Vries, Vossen, & van der Kolk–van der Boom 2019). Kehotyytyväisyyden vaikutukset seksuaalikäyttäytymiseen liittyvät toki myös poikiin. Korkeampi kehotyytyväisyys liittyy Schoolerin ja kumppaneiden (2008) tutkimuksen mukaan muun muassa ehkäisyn käytön suurempaan todennäköisyyteen, vähentyneeseen vastakkaisen sukupuolen häiriköintiin, parempaan kommunikointiin seksiin liittyvissä asioissa ja määrätietoisuuteen omista rajoista. Tyytymättömyys omaan kehoon nuorella iällä voi lisäksi vaikuttaa aikuisiän ihmissuhteisiin vahingoittavasti. Kehonkuvan heikkous nuorilla miehillä on myös todennäköisesti yhteydessä seksistisen kielenkäytön ja seksuaalisen häirinnän hyväksymiseen. (Schooler, Impett, Hirschman & Bonem 2008.) Vaikka positiivinen kehonkuva ja seksuaaliterveys on osoitettu linkittyvän toisiinsa, ei kausaliiteettia ilmiön välillä kuitenkaan toistaiseksi ole kyetty yksiselitteisesti todentamaan (Brink, Smeets ym 2013).

3.4. Nuorten seksuaaliterveyden edistäminen

Sukupuolitautien, tahattomien raskauksien ja seksuaaliväkivallan vähentäminen on oleellinen osa seksuaaliterveyden edistämistyötä. Ehkäisytyö on merkittävää, sillä nuorten seksuaalisuus ja seksuaaliterveys on vielä kehitysvaiheessa. (Bowring, Wright, Douglass, Gold & Lim 2018.) Lisäksi THL:n (2019a) mukaan hyvän itsetunnon ja oman minätuntemuksen tukeminen luovat pohjan seksuaaliterveyden edistämiseksi.

Riskejä ottava elämäntyyli, sisältäen mahdollisesti päihteiden käyttöä, asettaa nuoren ikäryhmän korkeaan sukupuolitautien tartuntariskiin. Esimerkiksi Yhdysvalloissa puolet tartunnoista koskee 15–24- vuotiaita (Shannon & Klausner 2018). Tyypillistä voi olla useiden seksikumppanien yhtäaikainen tapailu ja kondomin käyttämättä jättäminen. Lisäksi nuoret käyttävät seksuaaliterveyttä tukevia terveystalvaeluita kohonneesta tarpeesta huolimatta vähemmän kuin aikuiset. Nämä kaksi ilmiötä jättävät nuoret herkemmin diagnosoinnin ja hoidon ulkopuolelle. Täten tautien leviäminen mahdollistuu ja taudit itsessään voivat johtaa herkemmin komplikaatioihin, kuten lisääntymiskyvyttömyyteen tai papillooma- ja HI-viruksen tapauksessa pahimmillaan syöpään tai kuolemaan. (Shannon & Klausner 2018.)

Nuorten suojautuminen seksissä on merkittävää erityisesti sukupuolitauditartuntojen ja ei-toivottujen raskauksien kannalta. Aika yhdyntöjen aloittamisen ja ensisynnytyksen välillä on viimeisten vuosikymmenien aikana pidentynyt huomattavasti. Samalla hedelmällisyyteen ja raskaaksi tulemiseen liittyvät komplikaatiot ovat lisääntyneet – yhtenä syynä sukupuolitautilien jälkiseuraukset. (Liinamo 2005.)

Seksuaaliterveyttä käsittelevä terveystieto voi olla esimerkiksi terveystietoa. Se on tehokasta tiedonjakoa, jonka tavoitteena on saavuttaa suuri yleisö nopeasti ja jossa tieto voidaan ohjata oikealle ihmisryhmälle oikeaan aikaan (Klemetti & Raussi-Lehto 2014, 38). Sosiaalisen median voidaan katsoa olevan sopiva kanava seksuaalivalistuksen tavoitteiden toteuttamiseksi, sillä se tavoittaa nuoria helposti laajalle levinneen käytön ansiosta. Seksuaaliterveyden edistäminen tapahtuukin oleellisesti myös sosiaalisen median avuin. (Shannon & Klausner 2018.)

Seksuaalivalistuksen merkitys on kiistaton (mm. Sani, Abraham, Denford & Ball 2016). Tuoreen uutisoinnin mukaan seksuaalivalistuksen ja -tiedon vähenemisellä on yhteys HIV-viruksen leviämiseen (Yle 2019b). Vallitsevalla arvomaailmalla ja lainsäädännöllä voidaankin sanoa olevan kyseisessä tapauksessa kohtalokkaita seurauksia väestön terveyteen.

Seksuaaliopetuksen tulisikin vastata tämän päivän vaatimuksia. Tiedontarve on eri ryhmissä erilainen, ja nykynuorten toimintaympäristön ollessa informaatiotäyteinen, tulisi kriittisen tarkastelun korostua seksuaaliopetuksessa. (Kuortti & Halonen 2017.) Nuorten seksuaaliterveyttä edistettäessä vapaamielinen, hyväksyvä asenneilmapiiri on välttämättömyys (Kosunen 2000, 270-271). Tämän päivän nuoret myös toivovat toiminnallista, käytännönläheistä ja itsenäiseen tiedonhakuun kannustavaa seksuaaliopetusta (Kolari 2007). Erityisesti kouluilla ja perheellä on tärkeä työ seksuaaliterveystiedon jakamisessa. (Shannon & Klausner 2018).

Yleisesti ottaen sukupuolitauditietoisuus HIV:ia ja AIDS:ia lukuun ottamatta on matala. Erityistä huomiota tulisi täten kiinnittää juuri klamydiaan, tippuriin ja syfilikseen liittyvän tiedon lisäämiseen. Vaikka nuorilla on kondomin tauteja ehkäisevästä vaikutuksesta tietoa, ei tieto aina riitä vaikuttamaan päätökseen sen käytöstä. (Samkange-Zeeb, Spallek & Zeeb 2011.) Myös riskiryhmien huomioiminen on oleellista tietoa levitettäessä. Erityisesti nuoret

homoseksuaalit miehet ovat yleensä korkeassa sukupuolitautilriskissä, selittävinä tekijöinä useat seksikumpanit ja suojaamaton seksi (CDC 2019).

Terveyden edistämisen ammattilaisten on erityisen tärkeä ymmärtää niin lyhyen kuin pitkän aikavälin vaikutuksia nuorten seksuaaliterveyttä koskevia interventioita suunniteltaessa. Useimmat interventiot on suunniteltu vaikuttamaan sukupuolielämän aloittamisen ikään sitä viivästyttäen, sillä erityisesti varhain aloitettu sukupuolielämä lisää nuoren riskiä saada sukupuolitautiltartunta. (Kaestle ym. 2005.) Edistämisen toteuttaminen vaatii moniulotteisia toimia. Pitkäjänteisyys ja käytännön taitojen kehittäminen ovat keskeisiä edistämisen strategioita suunniteltaessa. (Bowring ym. 2018.)

3.5. Nuorten seksuaaliterveys Suomessa

Suomessa alhaisiksi katsottuja nuorten raskaus- ja aborttilukemia on kiittäminen ensisijaisesti kattavaa seksuaalikasvatusta sekä ehkäisypalvelujen helppoa saatavuutta (Kosunen 2000, 270-271). Kuten jo aiemmin todettua, Suomessa seksuaali- ja lisääntymisterveyden voidaan sanoa olevan kansainvälisessä vertailussa erinomainen, mutta parantamisen kohteita löytyy silti. (Klemetti & Raussi-Lehto 2014, 10-12.)

Nuorten synnyttäjien määrä kuvaa selkeästi sosiaalista huonovointisuutta. Nimenomaan sosiaalisen huonovointisuuden korjaaminen näkyy seksuaaliterveyden mittareissa. (Cacciatore 2006, 217.) Vielä vuosituhatvaihteessa Kosunen (2000, 270-277) mukaan nuorten seksuaaliterveyden voitiin sanoa kehittyneen suotuisasti aina 1970-luvulta lähtien. Osittain myönteistä kehitystä on toki vuoden 2000 jälkeen tapahtunut, mutta se ei koske tasapuolisesti kaikkia ikäluokkia. THL:n (2019b) mukaan alle 20-vuotiaiden naisten raskaudenkeskeytysten määrä on vähentynyt melko nopeasti 2000-luvun ajan. Myös vuonna 2018 eniten väheni keskeytysten määrä tässä kyseisessä ikäryhmässä (-16%). Eniten keskeytyksiä taas tehtiin 20–24-vuotiaille, vaikkakin keskeytysten määrä laski myös tässä ikäryhmässä (-10%). (THL 2019b.)

Myös klamydiatartunnat ovat Suomessa olleet laskussa siitä lähtien, kun niitä vuonna 1988 alettiin tilastoida (Kosunen 2000, 278). Tällä vuosituhatvaihteella taudin ilmaantuvuus on ollut vaihteleva, mutta laskussa sitten huippuvuoden 2002, jolloin ilmaantuvuus oli 15–19-vuotiaille 1090/100 000 henkilöä. Sen sijaan vanhemmassa ikäluokassa 20–24-vuotiaille kyseiset tartunnat taas ovat olleet tasaisesti nousussa 90-luvun lopulta lukien,

ilmaantuvuuden vuonna 2018 ollen 1744/100 000. (Tartuntatautirekisteri 2019.) Cacciatoren (2006, 217) mukaan Suomessa nuorten seksuaaliterveyden huipputason voidaan sanoa laskeneen 1990-luvun alun jälkeen johtuen juurikin klamydiatartuntojen määrästä. HIV-viruksen ilmaantuvuus on kuitenkin ollut laskussa parin viimeisen vuoden ajan. Vuonna 2018 HIV:n ilmaantuvuus 15–19-vuotiailla oli 0,34/100 000 ja 20-24- vuotiailla 2,69/100 000. (Tartuntatautirekisteri 2019.)

Tyypillisesti tartuntatapaukset painottuvat nuoriin aikuisiin ja naisiin. THL:n (2019c) mukaan vuonna 2018 klamydiatartunnan saaneista naisia oli 58% ja 15–29-vuotiaita 79%. Korkein ilmaantuvuus oli 20-24-vuotiaiden ikäryhmässä. Lisäksi naisilla tartunta tapahtui yleisemmin nuoremmassa iässä kuin miehillä. (THL 2019c.)

Yksi sukupuolitautilien lisääntymistä selittävä tekijä voi myös Gaydosin (NBC News 2018) mukaan olla nykyaikaisen lääketieteen parantuneet mahdollisuudet sukupuolitautilien hoidossa. Pelon lieventyminen voi näkyä asenteissa ja vaikuttaa kondomin käytön aikeisiin. Jopa HIV:n pelko on hänen mukaan lieventynyt sen tappavuuden vähennyttyä lääkehoidon myötä. (NBC News 2018.)

Huomion arvoinen asia myös on se, että seksuaaliterveyteen liittyvän tiedon määrä on kouluterveyskyselyn (Klemetti & Raussi-Lehto 2014, 28) mukaan laskenut. Säännöllisesti seurattavat kyselyn tulokset koskevat peruskoulun 8. ja 9. -luokkalaisia sekä lukion ja ammatillisen oppilaitoksen ensimmäisen ja toisen vuoden opiskelijoita. Kyselyn mukaan tiedon taso on heikentynyt kaikilla opiskeluasteilla ja molemmilla sukupuolilla. Erityisesti sukupuolitauteja koskevan tiedon määrä on heikentynyt. (Klemetti & Raussi-Lehto 2014, 28). Vuoden 2019 kouluterveyskyselyn tulosten mukaan vastanneista keskimäärin 10% koki tarvitsevansa lisää tietoa sukupuolitaudeista. Epävarmoja tietonsa tasosta vastanneista taas koki olevan noin 7%. (THL 2019d.)

Lisäksi vuosien 2017 ja 2019 kouluterveyskyselyn (THL 2019d) mukaan noin 17% on harrastanut suojaamatonta yhdyntää viimeisimmässä seksikontaktissa. Samalla muutama prosentti nuorista 8. ja 9. -luokkaisista toivoisi lisää keskustelumahdollisuuksia liittyen ihmissuhteisiin ja seksuaalisuuteen. (THL 2019d.)

4. SOSIAALINEN MEDIA JA NUORTEN SEKSUAALITERVEYS

4.1. Sosiaalinen media seksuaaliterveyden edistäjänä

Vaikka sosiaalinen media mielletään luonteeltaan riskaabeliksi, voidaan sitä myös käyttää positiivisiin tarkoituksiin (Gilliam ym. 2014). Käyttäjämäärän kasvaessa tietoa seksuaaliterveydestä siirtyy sen käyttäjien ulottuville. Täten sosiaalisella medially on vartenotettava mahdollisuus seksuaaliterveyden edistämiseksi. (Gabarron & Wynn 2016.) Gabarronin ja Wynnin (2016) tutkimuksen mukaan sosiaalista mediaa on käytetty seksuaaliterveyden edistämiseen sekä ainoana kanavana että apuvälineenä esimerkiksi interventioissa ja tiedon jakamisessa. Tutkittua tietoa aiheesta on kuitenkin olemassa vasta vähän, ja nuoriin kohdistuvia tutkimuksia vielä vähemmän. Potentiaalia voidaan kuitenkin nähdä, sillä tutkimusten määrä on kasvussa, samoin myönteiset tulokset. (Gabarron & Wynn 2016.)

Tiedotusvälineet ovat merkittävässä roolissa niin tiedonvälittäjinä kuin seksuaalivalistajinakin (Cacciatore 2006, 216). Vaikka viranomaiset, julkinen koululaitos, sekä erilaiset järjestöt tekevät runsaasti töitä väestön seksologisen tiedon, taitojen ja asenteiden kehittämiseksi, toteutuu valtaosa ihmisten valistamisesta ja seksuaaliterveyden edistämisestä median kautta. Media myös muokkaa ihmisten seksuaalikäsityksiä ja -merkityksiä. Aina 1960-luvulta lukien median voidaan katsoa välittäneen seksuaalisuutta ja sukupuoliasioita väestölle kasvavissa määrin. Positiivisista vaikutuksista mainittakoon ainakin vapaamielisempi asennoituminen seksuaalisuuteen. Myös esimerkiksi naisten seksuaalioikeuksien voidaan katsoa tämän ilmiön myötä parantuneen. (Kontula 2000, 237-244.)

Sosiaalisen median palvelut voivat potentiaalisesti toimia tehokkaina työkaluina muun muassa sukupuolitautilien ehkäisytyössä. Positiivisia vaikutuksia on havaittu ja palvelut nähdään apuvälineenä esimerkiksi nuorten ja erilaisten seksuaaliterveyskampanjoiden yhteen saattamisessa. Tämä koskee erityisesti vähemmistöjä, joilla ei välttämättä ole pääsyä kaikkiin terveydenhuollon palveluihin ja ohjelmiin. (Gilliam ym. 2014; Sanz-Lorente, Wanden-Berghe, Castejón-Bolea, & Sanz-Valero 2018.)

Esimerkiksi Bull ja kumppanit (2012) osoittavat tutkimuksellaan, että sosiaalista mediaa intervention toteuttamisessa käytettäessä pystytään vaikuttamaan positiivisesti nuorten aikuisten kondomin käyttöön tietoa välittämällä. Vaikka vaikutukset olivat kyseisessä tutkimuksessa lyhytaikaisia, voidaan tulos katsoa positiiviseksi. Erityisesti kuitenkin se, miten ihmiset saadaan sitoutumaan pitkäaikaisesti esimerkiksi uusiin toimintatapoihin, vaatii vielä lisää tutkimusta. (Bull ym. 2012.)

Vertaistuellinen, sosiaalisen median kautta toteutettu interventio koskien turvallisia seksikäytäntöjä on todettu tehokkaaksi tavaksi vaikuttaa asenteisiin kondomin käytössä ja taitoihin käytännössä (Sun, Wong & Wong 2017). Sosiaalisen median voidaan myös näytön perusteella sanoa olevan kustannustehokas työkalu HIV:n ehkäisyssä, testaamisessa ja hoidossa (Garett, Menacho & Young 2017; Purnomo, Coote, Mao, Fan, Gold, ym. 2018). Esimerkiksi Twitterin käyttö tiedon jakamisen välineenä, koskien mm. HI-virusta sekä turvallisia seksikäytäntöjä, on todettu tehokkaaksi keinoksi lisätä tietoa (Cornelius ym. 2019a). Myös Facebookin mainonnan on osoitettu olevan tehokas tapa seksuaaliterveyden edistämiseksi, sillä se on kustannustehokas keino saada tieto kohdeyleisölle (Gabarron, Luque, Schopf, Lau, Armayones, Wynn, & Serrano (2017). Toisaalta huomion arvoinen asia on, että valtaosa sosiaalisen median seksuaaliterveysvaikuttavuutta koskevista tutkimuksista koskee HI-viruksen ehkäisyä, vaikka nimenomaan parannettavien sukupuolitautilien ilmaantuvuus on kasvanut (Gabarron & Wynn 2016).

Sosiaalisen median kautta jaetun tiedon omaksuminen on yksilöllistä. Vaikutukset tiedon vastaanottajilla vaihtelivat Kestenin ja kumppaneiden (2019) tutkimuksessa tiedon lukemisesta tiedon jakamiseen kaverille, lisääntyneeseen tietouteen ja terveydenhuoltoon hakeutumisesta päätöksentekoon, toisaalta riskikäyttäytymiseen ja vaikuttamattomuuteen. Tärkeää heidän mukaansa on, että tieto on sitouttavaa, sävyllään positiivista ja keskittyy sosiaalisten normien rakentamiseen. Myös sillä, että tieto ei anna liian kliinistä vaikutelmaa ja on luotettavan organisaation jakamaa, tukee tiedon käytettävyyttä. (Kesten, Dias, Burns, Crook, Howarth, Mercer ym. 2019.) On mahdollista, että seksuaaliterveyttä ja seksuaalikasvatusta edistävät julkiset tahot ja järjestöt rohkenevat hiljalleen käyttää sosiaalista mediaa toiminta-alustanaan (Gabarron & Wynn 2016). Tietoa kuitenkin siitä, miten tehokkaasti sosiaalista mediaa voitaisiin hyödyntää terveydenhuollon palveluissa, on vielä vähän. Toisaalta myös se, kuka tietoa jakaa tehokkaimmin, millä sisällöllä ja missä muodossa, kaipaa lisää tutkimusta. (Bull ym. 2012; Cornelius, Kennedy & Wesslen 2019b.)

Vuonna 2016 tehdyn tutkimuksen mukaan suurin osa seksi- ja tapailukumppanien etsimiseen tarkoitetuista sovelluksista ei vielä kyseisenä ajankohtana tarjonnut käyttäjilleen tietoa tai muistutuksia seksuaaliterveyteen liittyvistä riskeistä. Seksuaaliterveyden edistämisestä kiinnostuneiden ammattilaisten olisikin hyvä jatkossa tehdä yhteistyötä nimenomaan sosiaalisen median sovellusten kehittäjien kanssa. (Huang, Williams, Hocking & Lim 2016.)

4.2. Seksuaaliterveystiedon jakaminen nuorille sosiaalisessa mediassa

Sosiaalista mediaa olisi tehokasta käyttää nuorten terveyden edistämisen työssä, sillä nuoret etsivät digitaalisista lähteistä tietoa arkaluontoisiin aiheisiin, kuten seksuaaliterveyteen ja päihteiden käyttöön (Hamm, Shulhan, Williams, Milne, Scott & Hartling, 2014). Nuoret ovat erittäin kiinnostuneita seksuaaliterveyteen liittyvistä seikoista, mutta selkeän, tieteeseen perustuvan tiedon löytäminen voi olla haastavaa ja oikean tiedon puute voi johtaa hämmentymiseen ja ahdistumiseen seksuaalisuuden suhteen (Todaro ym. 2018). Sosiaalisella medialla voi hyvinkin olla mahdollisuus toimia työvälineenä nuorten, terveydenhuollon ammattilaisten ja oikeanlaisen tiedon yhdistämisessä. Tämän vuoksi terveysjärjestöt ovatkin suositelleet sen käyttöä terveydenhuollon ammattilaisille. (Todaro ym. 2018.)

Sosiaalisen median mahdollistaessa anonyymiteetin ja siten myös intiimeistä aiheista keskustelun, (mm. Yonker, Zan, Scirica, Jethwani & Kinane 2015) mahdollistuu arkaluontoisten, seksuaalisuuteen liittyvien aiheiden käsittely uudella tavalla. Nuoret itse suhtautuvat sosiaalisen median kautta saatavaan seksuaaliterveystietoon pääasiassa positiivisesti. Tutkimuksen mukaan nuoret itse ovat myös kysyttäessä toivoneet, että tarjotut aiheet olisivat trendikkäitä, jotta ne saisivat ansaitsemansa huomion. Tällaisia aiheita ovat mm. huumeiden käyttö, HIV sekä turvallinen seksuaalikäyttäytyminen. (Cornelius ym. 2019b.)

Myös paljon käytössä olevia, seksuaalisten ja romanttisten ihmiskontaktien luomiseen tarkoitettuja deittisovelluksia (*dating apps*) voidaan käyttää seksuaaliterveyteen liittyvän terveystiedon jakamiseen (Kesten ym. 2019). Erityisesti riskiryhmien tavoittaminen voi mahdollistua ja tehostua kyseisten sovellusten avulla. Sovellusten kautta jaettua tietoa

voidaan lukea ja jakaa, ja samalla lisätä tietoutta ja ohjata oikeanlaisiin, terveellisiin ja turvallisiin valintoihin. Deittisovellusten kautta jaettuun seksuaaliterveystietoon on suhtauduttu käyttäjien osalta pääasiassa positiivisesti. (Kesten ym. 2019.)

Erilaiset sosiaalisen median seksuaaliterveyskampanjat ovat tehokas tapa jakaa tietoa kohdeyleisöille. Useat kampanjat on suunniteltu edistämään sukupuolitautiltautitestaamista ja riskitöntä seksuaalikäyttäytymistä. Deittisovellusten käytön lisääntyessä kasvaa myös väylien määrä, joissa kampanjoiden muodossa voidaan tavoittaa korkean sukupuolitautilisärisä nuoria. (Shannon & Klausner 2018.) Esimerkiksi miesten kanssa seksiä harrastavia miehiä on pystytty Rosengrenin ja kumppaneiden (2016) mukaan tavoittamaan tehokkaasti Grindr-deittisovelluksen kautta. Tavoittamisen kautta jaettiin onnistuneesti tietoa HIV-kotitesteistä (Rosengren, Huang, Daniels, Young, Marlin & Klausner 2016).

Kampanjoiden ja deittisovellusten hyödyntämisen lisäksi myös seksuaaliterveystiedon pelillistäminen on tutkittu olevan yksi potentiaalinen tiedon lisäämisen keino. Pelillistämällä (*gamification*) tarkoitetaan tässä tiedon jakamista mobiilipelin muodossa. (Gabarron, Schopf, Serrano, Fernández Luque & Dorrnzoro Zubiete 2013.)

Byronin ja kumppaneiden (2013) mukaan huumorin käyttäminen nuorten seksuaaliterveyden edistämässä lisää tarjotun tiedon mieleenpainuvuutta ja kiinnittää tehokkaammin huomion. Se myös vähentää aiheesta keskustelun kiusallisuutta ja lisää aiheesta keskustelun mukavuutta, vähentäen samalla pelkoa nolostumisesta ja häpeästä. Tämä on oleellista ottaa huomioon esimerkiksi terveysviestintää suunniteltaessa, sillä riskeihin keskittyvä, holhoava tieto saa vähemmän huomiota sosiaalisen median alustoilla. (Byron, Albury & Evers 2013.)

Myönteisiä kokemuksia on saatu myös terveysneuvontaa koskevissa kokeiluissa. Esimerkki tällaisesta sosiaalisen median mahdollistamasta toiminnasta on Helsingin kaupungin koordinoima Verkkoterkkarit-hanke, jossa terveydenhoitajat työskentelivät osana moniammatillisia chat-päivystyksiä sosiaalisen median eri ympäristöissä, tarjoten keskustelumahdollisuutta 13–18-vuotiaille nuorille. Tavoitteena hankkeessa oli lisätä tietoa nuorten palveluista, madaltaa kynnyksiä avun hakemiseen niistä sekä tuottaa terveysneuvontamateriaalia verkkoon. (Hukka 2014, 109; Marjeta 2012.)

Myös "push"-suoraviestintäilmoituksia (*push-messaging*) on käytetty onnistuneesti saavuttamaan nuorten huomiota. Tällaisten suoraviestintäkampanjoiden on osoitettu liittyvän tietoisuuden lisääntymiseen sekä lisääntyneen suojaus- ja sukupuolitautiltautumisen määrään. (L'Engle, Mangone, Parcesepe, Agarwal & Ippoliti 2016.)

Myös hankkeiden ja interventioiden sisältöä tulisi kehittää edistämisen suuntaan. Valtaosa seksuaaliterveyden edistämiseen pyrkivistä kokeiluista koskee sosiaalisen median vaikutuksia tiedon lisäämisen ja asenteiden muokkaamisen suhteen. Todaron ja kumppaneiden (2018) mielestä seksuaalisen identiteetin kehittäminen voisi sen sijaan olla mielekäs lähestymistapa seksuaaliterveyttä digitaalisin apuvälinein edistettäessä. Suurin osa virtuaalisesta seksuaaliopetuksesta liittyykin riskikäyttäytymisen ehkäisemiseen seksuaalisen hyvinvoinnin edistämisen sijaan (Todaro ym. 2018).

4.3. Ulkonäköpaineet, kehonkuva ja seksuaaliterveys

Sosiaalisella medialla voi sukupuolitautiltautumisen ehkäisyyden ohella olla myös negatiivisia vaikutuksia. Nuoret ovat haavoittuvaisia ottaessaan vastaan median välittämiä normeja ja suorituspaineita, jotka liittyvät ulkonäköön, seksitapoihin sekä tavoiteltaviin kokemuksiin. Myös seksuaalisuuteen liittyvän sallitun ja kielletyn raja ovat välittyviä elementtejä. Kokemukset omasta riittämättömyydestä ja tuskasta vallitsevan yltiöseksuaalisen ympäristön aiheuttamana ovat tavanomaisia. (Cacciatore 2006, 216.) Myös Kuortti ja Halonen (2018) kirjoittavat sosiaalisesta mediasta mahdollisena ulkonäköpaineiden lisääjänä.

Mediamaailma voi myös vääristää monen nuoren aikuisen käsitystä siitä, minkälaiseksi he kokevat oman seksuaalisuutensa. Täten myös mallit ja odotukset saattavat muuntua utopistisiksi. (Cacciatore 2011; Kontula 2000; Klemetti & Raussi-Lehto 2014, 40.) Masennus, heikko itseluottamus, perfektionismi, ulkonäkökeskeisyys ja vääristyneiden kehoihanteiden sisäistäminen lisäävät riskiä kehonkuvan ongelmiin (Perloff 2014). Seksuaaliopetuksessa tulisikin korostua median luomien kuvien ja mallien kriittinen tarkastelu. Myös ammattilaiselle on tärkeää ymmärtää sosiaalista mediaa ilmiönä nuorten kanssa työskennellessä. (Kuortti & Halonen 2018.)

Massamedian vahvasti esineellistäessä naisia on tärkeä kiinnittää huomiota sosiaalisen median mahdollisiin vaikutuksiin kehonkuvassa (Bell, Cassarly & Dunbar 2018). Näkyvin esimerkki esineellistamisestä ovat sosiaalisen median valokuvat, joissa naisten vartaloita yliarvostetaan ja tiettyjä ruumiinosia ylikorostetaan. Kuvissa, usein omakuvissa (*selfie*) esiinnyttäen usein paljastavissa vaatteissa, vihjailevissa ja flirttailevissa asennoissa. (Bell ym. 2018). Itsensä esineellistäminen voi vaikuttaa negatiivisesti oman kehon arvostamiseen ja heikentävästi kehotyytyväisyyteen (Collins, Strasburger, Brown, Donnerstein, Lenhart & Ward 2017; Ramseyer Winter 2017).

Nuoret, jotka käyttävät sosiaalista mediaa enemmän, päätyvät todennäköisemmin vertailemaan itseään ihanteisiin kuin ne, joiden käyttöajat ovat lyhyempiä (de Vries ym. 2019). Ramseyer Winterin (2017) mukaan negatiivinen kehonkuva saattaa liittyä seksuaaliseen riskikäyttäytymiseen nuorten naisten kohdalla. Kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kannalta olisi tärkeä ymmärtää kehonkuvan ja seksuaalikäyttäytymisen yhteyksiä. Aiemmin onkin esitetty, että myönteinen kehonkuva liittyisi suojatun seksin suurempaan todennäköisyyteen ja sukupuolitautitestaamiseen, samalla helpottaen avoimen, seksiin liittyvän keskustelun käymistä kumppanin kanssa. (Ramseyer Winter 2017.)

Ecklerin ja kumppaneiden (2017) tutkimuksen mukaan Facebookin selailun määrä on ainakin naisilla yhteydessä ulkonäön vertailuun liittyen erityisesti vartaloon ja painoon, vakavimmassa muodossaan myös syömishäiriöihin. Myös Instagramin selailu voi vaikuttaa ulkonäkökeskeisyyden lisääntymiseen. Erityisesti ulkonäköä painottavia julkisuuden henkilöitä ja malleja seuraavat naiset kantavat enemmän huolta kehonkuvastaan. Ulkonäkövertailuun ajautuvat henkilöt ovat suuremmassa riskissä tuntemaan epätyytyväisyyttä liittyen omaan kokoon, muotoon ja ulkonäköön yleensä. (Baker, Ferszt & Breines 2019.) Instagramin muututtua yhdeksi suosituimmaksi sosiaalisen median kentäksi, on huolta sen ongelmakäytöstä ilmennyt. Esimerkiksi Instagramin ”tykkäykset” mielletään herkästi erityisesti nuorten keskuudessa sosiaalisen hyväksynnän merkiksi. (Martinez-Pecino & Garcia-Gavilán, 2019.)

4.4. Seksuaalinen häirintä

Uuden digitaalisen median mahdollistamana nuoret voivat myös altistua turvallisuushille, kuten seksuaaliselle häirinnälle, seksuaalista sisältöä sisältäville materiaaleille ja *grooming*-ilmiölle. On mahdollista, että sosiaalisen median sovellusten määrän ja käytön kasvaessa tällaiset uhriksi joutumisen riskit lisääntyvät. (Bailey ym. 2015; Yle 2019c). Lapsen tai nuoren houkuttelu (*grooming*) on ilmiö, jossa yleensä aikuisen ja lapsen tai nuoren digitaalisessa ympäristössä tapahtunut ystäväystyminen voi johtaa pidemmällä aikavälillä seksuaaliseen häirintään tai hyväksikäyttöön. Yleensä lapset, jotka ovat yksinäisiä tai itsestään epävarmoja ovat alttiimpia joutua tällaisen manipuloinnin ja huomion kohteeksi. (Red Barnet 2019.)

Seksuaalinen häirintä voi Granskogin ja kumppaneiden (2018, 6) mukaan ilmetä monessa eri muodossa. Muun muassa epäasialliset, seksuaaliväritteiset puheet, kaksimieliset vitsit, vartaloa, pukeutumista tai yksityiselämää käsittelevät puheet ja kysymykset voivat tietyssä kontekstissa täyttää häirinnän kriteerit. Lisäksi epäasialliset seksuaaliset sisällöt sosiaalisen median kanavissa, tai esimerkiksi häiritsevät WhatsApp-, Snapchat- yms. viestit voidaan katsoa seksuaaliseksi häiriköinniksi. Ääritapauksissa häirintää ovat suorat, sukupuoliyhteyttä tai -kanssakäymistä koskevat ehdotukset tai vaatimukset tai tietenkin raiskaus, sen yritys tai muu seksuaalinen ahdistelu. Tyttöjen kokemasta seksuaalisesta häirinnästä osa (15-18%) tapahtuu virtuaalisesti. (Granskog, Haanpää, Järvinen, Lahtinen, Laitinen & Turunen-Zwinger 2018, 6-7.)

Seksuaalinen häirintä ei ole epätavanomaista sosiaalisessa mediassa. Kuten Ikonen ja Helakorpi (2019, 7) raportoivat kouluterveyskyselyn tuloksista, tapahtuu seksuaalinen ehdottelu tai ahdistelu yleisimmin puhelimesta tai internetissä. Tilastokeskuksen (2019) mukaan 16–24-vuotiaista 21% on joutunut joskus Internetissä epäasiallisen lähestymisen kohteeksi. Vain pieni osa raportoi kokemastaan häirinnästä jollekin aikuiselle (Ikonen & Helakorpi 2019, 7).

Nuoriin kohdistuva seksuaalinen häirintä digitaalisessa mediassa on myös Pelastakaa Lapset- järjestön tekemässä selvityksessä (2018) yleistä. Selvitykseen osallistuneista tytöistä yli 10% ja pojista alle 5% on joutunut itse häirinnän kohteeksi muiden nuorten toimesta. Vaikka nuoret pystyivät suhtautumaan osaan häirinnästä ja kiusaamisesta vitsailuna, piti merkittävä osa tekoja loukkaavina. Mukana olleista lukioikäisistä pojista 60%

piti seksuaalisten kuvien lähettämistä hyväksyttävänä, kun taas tytöistä puolet koki näin. Jopa 30% selvitykseen osallistuneista nuorista oli viimeisen vuoden aikana todistanut ikätovereihinsa toteuttamaa seksuaalista häirintää. (Pelastakaa Lapset 2018.)

4.5. Seksuaalinen media ja deittisovellukset

Seksuaalista materiaalia sisältävien sivustojen selailu voi Smithin ja kumppaneiden (2016) tutkimuksen mukaan lisätä nuorten riskikäyttäytymistä. Lisäksi nuoret voivat tahattomasti eksyä seksuaalista materiaalia käsittäviin sisältöihin. Ikään sopimattomat vaikutteet voivat traumatisoida ja aiheuttaa riippuvaisuutta (Cacciatore 2011).

Puoliksi tai kokonaan alastomien kuvien lähettely eli sekstailu (*sexting*) korreloi seksuaalisen riskikäyttäytymisen kanssa (Bailey ym. 2015). Lisäksi Bailey kumppaneineen (2015) muistuttaa, että seksuaalista sisältöä sisältävien kuvien ja viestien lähettely nuorten keskuudessa lisää riskejä liittyen kiusaamiseen ja tarkoitukselliseen nolaamiseen. Seksuaalisesti esineellistävän materiaalin tarkastelu taas on osoitettu liittyvän seksuaalisen häirinnän lisääntyneeseen sietämiseen tai hyväksymiseen sekä haitallisiin uskomuksiin seksuaalisuudesta (Collins ym. 2017).

Sekstailu voidaan mieltää osana nuoren seksuaalisuuden tutkiskelua, joka voi myös olla luonnollinen osa ihmissuhteita. Toisaalta siihen liittyy yleensä myös kohonnut riski viestien ulkopuolisille levittelyyn, kiristämiseen ja pakottamiseen. Materiaali voi usein olla lapsipornografian ja lain näkökulmasta kyseenalaista. Sekstailu usein myös indikoi muuta seksuaalista riskikäyttäytymistä. (Collins ym. 2017.)

Sukupuolten tasa-arvon, ja täten myös seksuaalioikeuden näkökulmasta seksuaalinen mediasisältö voi olla ongelma. Seksuaalinen materiaali voi nimittäin ilmetä myös piiloviestintänä. Ongelma ei niinkään ole yksin median pornoistuminen vaan pehmopornon piirteisiin liittyvän medialukutaidon puute. Näitä heteroseksistisiä piiloviestejä voi olla hankala havaita ja tulkita. Ne tukevat usein maskuliinisuutta ja voivat heijastua yhteiskuntaan odottamattominakin ilmiöinä, kuten vallan jakautumiseen sukupuolten välillä. (Vilkka 2011, 114.)

Myös lisääntyvä deittisovellusten käyttö saattaa lisätä seksuaalikäyttäytymiseen ja -terveyteen liittyviä uhkia (Bailey ym. 2015). Lehmillerin ja Loergerin (2014) mukaan deittisovelluksia käyttävillä onkin verrattaen merkittävästi enemmän seksikumppaneita. HIV:n esiintyvyys, erityisesti miesten kanssa seksiä harrastavien miesten keskuudessa, on lisääntynyt ainakin Yhdysvalloissa ja Iso-Britanniassa. (Prejean, Song, Hernandez ym 2011). Riskin voidaan katsoa liittyvän seksikumppaneiden etsimiseen tarkoitettujen deittisovellusten lisääntyneeseen käyttöön. Tutkimuksen mukaan ne nuoret miehet, jotka viettävät enemmän aikaa kyseisillä verkostoitumissivuilla partnerin etsinnässä, ovat suuremmassa HIV-riskissä kuin vähemmän sovellusta käyttävät (Lorimer, Flowers, Davis & Frankis, 2016).

Vaikutukset seksuaaliterveyteen koskevat toki myös heteroseksuaaleja. MedExpressin (The Telegraph 2016) tutkimuksen mukaan Tinder-deittisovelluksen käyttäjillä on kaksinkertainen riski sukupuolitauditartuntaan verrattuna niihin, jotka eivät käytä sovellusta. Beltranin (Nhrp 2018) mukaan deittisovellusten lisääntynyt käyttö ei yksin vaikuta sukupuolitauditartuntojen määrän kasvuun, mutta vähintäänkin myötävaikuttaa siihen.

Deittisovellusten käyttö on lisääntynyt vauhdikkaasti etenkin 18–24-vuotiaiden ikäryhmässä (Smith 2016). Onkin loogista, että huoli seksuaalisesta riskikäyttäytymisestä on tämän myötä lisääntynyt. Vaikka sovellusten käyttö saattaa liittyä aiempaa suurempaan seksikumppanien määrään, ei sen voida suoraan sanoa lisäävän suojaamattoman seksin harrastamista. (Green, Turner & Logan 2018.) Myös Landry kollegoineen (2017) muistuttaa, että sosiaalisen median vaikutuksesta seksuaaliseen riskikäyttäytymiseen on vielä vähän tieteellistä näyttöä.

4.6. Kohti turvallista tulevaisuutta

Mediassa, jota lapset ja nuoret käyttävät, käydään avointa keskustelua seurustelusta, seksuaalisuudesta, seksistä ja pornosta. Nuorille ei kuitenkaan aina ole selvää, mikä on seksin ja pornon ero. (Vilka 2011, 114). Mediakasvatus on avainasemassa, kun puhutaan seksuaalisen häirinnän tapahtumisen ehkäisemisestä median eri palveluissa. Medialukutaito antaa valmiuden suojautua rikoksen uhriksi joutumiselta. Esimerkiksi internetin käyttö keskustelualustana sukupuolimoraalille ja seksuaalisuutta koskeville aiheille voi tuoda nuorille tietoa seksuaalisuuden hyväksyttävistä ja vääränlaisista,

tuomittavista piirteistä. (Vilkkä 2011, 156.) Samaa voidaan tänä päivänä enenevässä määrin ajatella myös sosiaalisesta mediasta.

Lisäksi medialukutaitoa edistämällä voidaan vaikuttaa seksuaaliterveyteen turvallista seksuaalikäyttäytymistä lisäämällä. Scullin ja kumppaneiden (2014) tutkimuksessa kyettiin osoittamaan medialukutaidon edistämisen vaikuttaneen positiivisesti seksuaalikäyttäytymiseen, erityisesti kondomin käytön asenteisiin.

Erilaisia apuvälineitä niin kiusaamisen, häirinnän kuin seksuaalirikoksien ehkäisemiseksi on pyritty kehittämään. Esimerkki tällaisesta on digipalvelu Someturva, joka tarjoaa oikeudellista ja psykologista ensiapua palvelunsa verkkosivulla. Palvelu on suunnattu kaiken ikäisille, vääryyttä sosiaalisessa mediassa kokeneille henkilöille. Kiusaamisen, häirinnän tai rikoksen uhriksi joutuneelle tarjotaan mahdollisuus keskustella Someturva-chatissa tapauksesta. Seksuaalirikostapauksissa palvelun tarkoitus on ottaa nopeasti uhuriin yhteyttä ja kertoa, miten tilanteessa kannattaa toimia. (Someturva 2019.)

Mediassa tällaisesta teknologiasta on kirjoitettu tuki- ja oikeusapupalveluiden tarjoamista helpottavana tekijänä (Karjalainen 2019). Etenkin systemaattisesti avun ulkopuolelle jäävät kohderyhmät voidaan saavuttaa kyseisenlaisen palvelun avuin tehokkaammin. Someturva-palvelun erityishuomio kehitystyössä kiinnittyy siihen, että lapset kertoisivat tapahtumista herkemmin myös omille vanhemmilleen. Tämä helpottaa myös avun tarjoamista tarvittaessa lapsen tai nuoren lisäksi myös vanhemmille. (Karjalainen 2019.)

Vanhempien rooli on merkittävä muutenkin. Vaikka tutkimustietoa kausaliiteeteista on vielä vähän, on ainakin selvää, että vanhempien rajaavalla otteella on suojaava vaikutus sosiaalisen median negatiivisilta vaikutuksilta. Nuoren hyvä suhde vanhempiin voidaan siis katsoa tärkeäksi seksuaaliterveyttä turvaavaksi tekijäksi sosiaalisen median aikakaudella. (Landry 2017.) Erityisesti seksuaalisen häirinnän ennaltaehkäisyn kannalta vanhempien rooli on tärkeä (Vilkkä 2011, 156). Lisäksi hyvän äiti-lapsisuhteen on osoitettu vaikuttavan suojelevasti muun muassa sosiaalisen median käytöstä johtuvaan epätyytyväisyyteen kehonkuvassa (de Vries ym. 2019). Myös Cacciatoren (2011) mielestä on tärkeää, että median tarjoama informaatioympäristö on kontrolloitua, jolloin lapset ja nuoret eivät ajaudu ikäryhmälleen sopimattoman materiaalin ääreen.

Huoltajien ollessa avainhenkilöitä nuorten kasvun ja kehityksen turvaajana, olisi tärkeää opetella yhdessä mediataitoja sekä seurata niitä sosiaalisen median palveluita ja ympäristöjä, joita lapsi tai nuori käyttää. Huoltajan on myös hyvä keskustella nuoren kanssa digitaalisessa ympäristössä tapahtuvasta seksuaalisesta häirinnästä. (Granskog ym. 2018, 25.) Toisaalta alati muuttuva sosiaalinen mediamaailma teettää aiheeseen oman haasteensa. Nuoret hakeutuvat useimmiten käyttämään niitä sosiaalisen median palveluita, joissa vanhempien kontrolli on löyhää vähäisen tiedon johdosta. (Suominen 2013a, 137.)

5. POHDINTA

Tämän tutkielman tarkoitus on ollut tiedon tuottaminen sosiaalisen median mahdollisista vaikutuksista nuorten seksuaaliterveyteen. Kirjallisuuskatsauksessa keskitytään nuoriin, sillä terveyskäyttäytyminen vakiintuu jo nuorena. Kansanterveyden näkökulmasta on kannattavaa kiinnittää huomiota erityisesti nuorten seksuaaliterveyteen ja -käyttäytymiseen, sillä molemmilla voi olla kauaskantoisia vaikutuksia terveyteen ja hyvinvointiin. Tutkielman tarkoituksena ei ole ollut johdatella lukijaansa muodostamaan käsitystä siitä, onko sosiaalinen media enemmän uhka vai kenties mahdollisuus nuorten seksuaaliterveyden kannalta. Enemmän tarkoitus on ollut tuoda esille molemmat puolet ja lopputulemana voidaankin sanoa, että se on molempia. Se, miten tulevaisuudessa muuttuva mediamaailma vaikuttaa niin lasten, nuorten kuin aikuistenkin käsitykseen seksistä, seksuaalisuudesta ja seksuaaliterveydestä, on pitkälti terveyden edistämisen ammattilaisten, organisaatioiden ja muun muassa sovellusten kehittäjien käsissä.

Kirjallisuuskatsauksen perusteella vaikuttaisi siltä, että terveyteen liittyvän tiedon jakaminen sosiaalisessa mediassa on tehokasta ja siten myös kannattavaa. Lisäksi sosiaalista mediaa esimerkiksi push-ilmoitusten tai chat-palveluiden muodossa apuvälineenä käyttämällä voidaan onnistua tiedon levittämisessä. Nuorten omaksuttua digitaalisen median käytön osaksi jokapäiväistä elämää voidaan seksuaaliterveyden edistäminen sosiaalisen median avuin katsoa erittäin potentiaalisesti keinoksi. Onnistumaan pystytään, mikäli arvostus tutkittua tietoa kohtaan säilyy, tabut seksuaalikasvatukseen liittyen pystytään murtamaan ja matalan kynnyksen avoin kanssakäyminen ammattilaisten ja maallikoiden välillä onnistuu.

Seksuaaliterveyteen liittyvät, usein arkaluontoisiksi ja nolostuttavaksikin mielletyt aiheet kiinnostavat nuoria. Sosiaalinen media voi anonymiteettimahdollisuudellaan tarjota tietoa erityisesti niiden nuorten kohdalla, jotka kyselyihin vastatessaan toivovat lisää keskustelumahdollisuuksia liittyen mieltä askarruttaviin aiheisiin. Myös vertaistuellalla on oma, tärkeä roolinsa. Tulee kuitenkin muistaa jatkossakin, ettei kaikkiin tarpeisiin voida vastata digitalisaatiolla. Oikeita ihmiskontakteja tarvitaan, myös terveydenhuollon ammattilaisten tarjoamana.

Tutkielman tavoite on ollut lisätä ymmärrystä sosiaalisen median mahdollisista vaikutuksista nuorten seksuaaliterveyteen. Katsauksen perusteella voidaan sanoa, että vaikutukset voivat olla moniulotteisia ja kompleksisia, ja ne liittyvät erityisesti muun muassa käsityksien muokkautumiseen oman ulkonäön ja seksuaalisuuden suhteen. Toisaalta myös normit liittyen esimerkiksi seksikokemuksiin ja romanttisiin ja seksuaalisiin ihmissuhteisiin voivat muuttua sosiaalisen median käytön lisääntymisen myötä.

Deittisovellusten käytön lisääntyessä nuoret pääsevät aiempaa helpommin luomaan kontakteja, joissa myös seksuaalinen kanssakäyminen on mahdollista. On mahdollista, että tulevaisuudessa seksiin suhtaudutaan aiempaa arkisemmin ja seksikumppanien määrä nuorilla lisääntyy. Sen voi parhaimmillaan katsoa vaikuttavan tabujen purkaantumiseen. Seksuaalisen hyvinvoinnin lisääntymistä edellyttää kuitenkin se, että nuoret osaisivat, haluaisivat ja muistaisivat suojautua sukupuolitaudeilta vastaisuudessa entistä enemmän. Varsinkin, jos kondomia ei käytetä ja seksikumppaneita on useita yhtäaikaaisesti, voi sukupuolitautilien määrä väestössä lisääntyä rajustikin.

Se, miten mediamaiseman muutos vaikuttaa pitkällä tähtäimellä seksuaali- ja terveyskäyttäytymiseen, jää nähtäväksi. Myös se, miten sosiaalisen median ja deittisovellusten käyttö vaikuttaa kehonkuvaan, riskikäyttäytymiseen ja siten seksuaaliterveyteen ja kokonaisvaltaiseen terveyteen ovat varsin tuoreita aiheita, ja jatkossa pitkäaikaisvaikutuksiin olisi tärkeää kiinnittää huomiota myös tutkimuksen muodossa. Tutkimuksia luettaessa on kuitenkin hyvä muistaa, että sosiaalinen media ja deittisovellukset eivät välttämättä yksinomaan lisää riskejä, vaan niiden käyttäjiksi saattaa ajautua ihmisiä, joilla on jo valmiiksi taipumusta riskiä ottavaan elämäntyyliin (Lehmiller & Loerger 2014).

Toinen tutkielman toinen tavoite on ollut lisätä ymmärrystä tekijöistä, joilla voitaisiin vähentää nuoriin kohdistuvien seksuaaliterveysriskien määrää. Kirjallisuuskatsauksen perusteella paternalistinen, riskeiltä suojeleva ote niin seksuaali- kuin mediakasvatuksessa tulisi päivittää enemmän ennaltaehkäisyyn ja hyvinvoinnin tukemisen suuntaan. Tämä korostuu etenkin sosiaalisen median aikakaudella. Pelkiltä riskeiltä suojele ei ole siis kestävä ajattelun mukaista. Niin vanhemmat kuin terveydenhuollon ammattilaisetkin voivat helposti jäädä jälkeen kehityksen vauhdista, kun kyseeseen tulee jokin nopeasti muokkautuva sosiaalisen median ilmiö tai trendi. Oleellista olisi kaiken kaikkiaan panostaa seksuaalisen identiteetin rakentamiseen (Todaro ym. 2018). Nuorten itsensä on toisaalta tärkeää ymmärtää, ettei identiteetin rakentuminen voi tapahtua sosiaalisen median visuaalista sisältöä täysin kritiikittä selaillen, sillä se antaa epärealistisen kuvan ja voi johtaa tyytymättömyyteen omassa kehonkuvassa. Tutkimustiedon valossa medialukutaito näytteleeekin tärkeää roolia sosiaalista mediaa tulkittaessa.

Sosiaalisen median kasvattaessa riskiä seksuaaliseen häirinnän ja seksuaalirikoksen kohteeksi joutumiseksi, tulee vastaisuudessa aiheisiin kiinnittää enenevissä määrin huomiota. Erityisesti niitä nuoria, jotka kokevat yksinäisyyttä tai joilla itsetunto ja kehonkuva ovat heikkoja, tulee suojella sosiaalista mediaa mahdollisesti hyödyntävältä seksuaaliselta hyväksikäytöltä. Lisäksi ylipäänsä seksuaalisuuteen liittyvän kulttuurisen normiston purkaminen ja erilaisuuden hyväksymisen korostaminen seksuaalikasvatuksessa voisi auttaa nuoria olemaan vertailematta omaa ulkonäköään ja kehoaan sosiaalisessa mediassa esiintyviin epärealistisiin, parhaita puolia esitteleviin kuviin. Kuten Cacciatore (2011) kirjoittaa, tulisi nuoria suojata saamasta manipuloivaa tietoa liittyen seksuaalisuuteen liikaa ja liian varhain. Seksuaalinen mediasisältö voi tuottaa epärealistisia tavoitteita ja odotuksia niin itselle, kumppanille kuin seksille ylipäänsä.

Median muokatessa merkittävästi mielikuviamme sukupuolirooleista on vaikutukset kehitysvaiheessa oleviin nuoriin erityisesti huomioitava. Sukupuolten tasa-arvon nimissä on tulevaisuudessa pyrittävä purkamaan maskuliinisuuden haitallisten puolten vaikutuksia niin huonovointisuutta ehkäisemällä kuin eriarvoisuutta vähentämällä (WHO 2019). Median tuottajien olisi hyvä tuntee vastuunsa mainontaa harjoittaessaan ja mielikuvia sukupuolirooleista ja seksuaalisuudesta luodessaan. Tämä on oleellista myös sen kannalta, etteivät nuoret sortuisi itsensä esineellistämiseen ja sitä kautta niin henkisesti kuin fyysisesti muun muassa riskialttiin seksuaalikäyttäytymisen kautta vahingoittamaan itseään.

Sosiaalinen media on tässä erityisesti keskiössä, sillä sen sisällöt ovat harvoin täysin kontrollin alaisia ja tieto- ja materiaalitulva valtaisa.

Sosiaalisen median positiivinen vaikutus sukupuolitautilien vähenemiseen on erityisen arvokas havainto terveydenhuollon ammattilaisille (Cornelius ym. 2019a). On mahdollista, että tulevaisuudessa iso osa muutoin diagnosoimatta jäävistä sukupuolitaudeista saadaan todettua ja hoidettua sosiaalisessa mediassa jaetun tiedon ansiosta. Tämä keventäisi sukupuolien tautitaakkaa väestössä ja vähentäisi luonnollisesti myös yksilöille taudista koitunutta haittaa. Mikäli terveydenhuollon ammattilaiset kykenevät tulevaisuudessa saamaan lisää tilaa sosiaalisen median toiminta-alustoilla, voitaisiin pystyä ainakin vähentämään, jollei kompensoimaan lisääntyneestä riskikäyttäytymisestä aiheutuvia haittoja.

Yksi tärkeä pohdinnan aihe tutkielman pohjalta on se, miksi suomalaisten nuorten tietous seksuaaliterveyteen liittyen on laskenut. Tietoa pitäisi sosiaalisen median aikakaudella olla helposti saatavissa ja koulujen tehtävänä on pitää huoli seksuaalikasvatuksesta. Onko opetuksen laadussa tapahtunut muutoksia? Onko tieto polarisoitunutta? Ovatko käsitykset kenties vääristyneet ja minkälainen rooli muuttuvalla mediamaailmalla voi olla tässä? Muun muassa juuri näihin kysymyksiin voisi olla mielekästä saada tutkimuksen avuin vastauksia jatkossa.

Tiedon polarisaation kannalta kiinnostavaa olisi myös tietää, miten erilaiset taustat mahdollisesti vaikuttavat sosiaalisen median seksuaalisen sisällön tulkitsemiseen. Onko esim. koulutustasolla tai kulttuuritaustalla merkitys siihen, miten mediasisällöt ja tarjotut mielikuvat seksuaalisuudesta koetaan? Entä miten ne vaikuttavat mahdollisesti suhtautumiseen koskien seksuaalista häirintää tai resursseihin hakea siihen apua?

Kirjallisuuskatsauksen tutkimuksissa on korostettu sitä, että sosiaalisen median vaikutuksien syy-yhteyssuhteet ovat vielä tutkimuksen tasolla. Vaikka korrelaatioita ja yhteyksiä on pystytty osoittamaan, ovat varsinaiset vaikutusmekanismit kuitenkin epäselviä. Varsinaiset kausaalisuhteet liikkunevat tieteiden rajapinnoilla ja tutkimus kaivanneekin psykologisia, kulttuurisia ja sosiaalisia ulottuvuuksia.

Lisäksi tulee huomioida, että mahdolliset kulttuuriset erot voivat muokata tutkimusten tuloksia (mm. Sun ym. 2017; Garrett ym. 2017). Tutkielmassa on käytetty globaalisti tehtyjä tutkimuksia ja kirjallisuutta, joiden tulokset eivät välttämättä päde kaikissa ympäristöissä tietyllä ajan hetkellä.

Koska sosiaalisen median historia on toistaiseksi lyhyt, on tulevaisuutta haasteellista ennustaa. On mahdollista, että lähitulevaisuudessa mediaympäristö mullistuu odottamattomalla tavalla, ja muutoksilla voi olla myös merkittäviä vaikutuksia terveyteemme. Jotta liikkuva tieto pysyy asianmukaisena, oikeaa tietoa on helposti saatavilla ja nuoret saadaan tehokkaasti tavoitettua, tarvitaan toimia tavoitteiden saavuttamiseksi jatkossakin. Oikeanlaisten väylien ja palveluiden valitseminen jäänee haasteeksi terveyden edistämisen ammattilaisille.

Lopuksi

Tutkielma on kirjallisuuskatsaus, jonka tarkoituksena ja tavoitteena on ollut tarkastella käsitellyn ilmiön moninaisia vaikutuksia ja luoda visioita tulevaan. Katsauksen luotettavuutta lisää tutkimusten tuoreus, mutta toisaalta vanha, pitkälti hitaasti muuttuva tieto ja käsitys seksuaaliterveydestä. Luotettavuutta työssä on pyritty lisäämään käyttämällä monipuolisesti niin oppikirja-, viranomais-, tilasto- kuin tutkimustietoa. Ajankohtaisuutta ja kasvavaa tarvetta tutkimukselle on pyritty perustelemaan tuomalla mukaan tuoretta, aihetta käsittelevää uutisointia.

Luotettavuus työssä perustuu pitkälti tarkkuudelle ja huolelliselle perustelulle (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009). Tutkielmassa on pyritty tarkkuuteen ja vältetty omia tulkintoja. Pohdintaosuudessa tulkinnot taas on pyritty pitkälti perustelemaan. Kaikissa teksteissä on myös pyritty objektiivisuuteen. Lopputuloksessa on pyritty mahdollisimman neutraaliin ja universaaliin kokonaisuuteen, jota voidaan tarvittaessa hyödyntää useammassakin kontekstissa.

LÄHTEET

- Bailey, J., Mann, S., Wayal, S., Hunter, R., Free, C., Abraham, C. & Murray, E. (2015). Sexual health promotion for young people delivered via digital media: a scoping review. *Public Health Research*, No. 3.13.
- Baker, N., Ferszt, G. & Breines, J. (2019). A Qualitative Study Exploring Female College Students' Instagram Use and Body Image. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 277-282. doi.org/10.1089/cyber.2018.0420.
- Bartlett, C., & Wurtz, R. (2015). Twitter and public health. *Journal Of Public Health Management And Practice*: JPHMP, Vol. 21, Issue 4, 375–383. doi.org/10.1097/PHH.0000000000000041.
- Bell, B., Cassarly, J. & Dunbar, L. (2018). Selfie-objectification: Self-objectification and positive feedback (“likes”) are associated with frequency of posting sexually objectifying self-images on social media. *Body Image*, 26, 83-89. doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.06.005.
- Bowring, A. L., Wright, C. J. C., Douglass, C., Gold, J., & Lim, M. S. C. (2018). Features of successful sexual health promotion programs for young people: findings from a review of systematic reviews. *Health Promotion Journal Of Australia: Official Journal Of Australian Association Of Health Promotion Professionals*, 29(1), 46–57. doi.org/10.1002/hpja.3.
- van den Brink, F., Smeets, M. M., Hessen, D., Talens, J., & Woertman, L. (2013). Body Satisfaction and Sexual Health in Dutch Female University Students. *Journal of Sex Research*, 50(8), 786–794. doi.org/10.1080/00224499.2012.684250.
- Brown, J., Keller, S. & Stern, S. (2009). Sex, Sexuality, Sexting, and SexEd: Adolescents and the Media. *Prevention Researcher*, Vol. 16.
- Bull, S., Levine, D., Black, S., Schmiede, S., & Santelli, J. (2012). Social media-delivered sexual health intervention: A cluster randomized controlled trial. *American Journal of Preventive Medicine*, 43(5), 467-474. doi:10.1016/j.amepre.2012.07.022.
- Byron, P., Albury, K. & Evers, C. (2013) “It would be weird to have that on Facebook”: young people's use of social media and the risk of sharing sexual health information, *Reproductive Health Matters*, Vol. 21, Issue 41, 35-44, doi.org/10.1016/S0968-8080(13)41686-5.
- Cacciatore, R. (2006), Lasten ja nuorten seksuaalisuus. Teoksessa: Apter, D., Väisälä L. & Kaimola, K., (toim.), *Seksuaalisuus*. Helsinki : Duodecim.
- Cacciatore, R. (2011). Nuorten seksuaaliterveys ja seksuaalinen kehitys. Teoksessa Kunttu, K., Komulainen, A., Makkonen, K. & Pynnönen, P. (toim.), *Opiskeluterveys*. Helsinki : Duodecim.
- CDC (2019). STDs in Men Who Have Sex with Men. Viitattu 13.12.2019: www.cdc.gov/std/stats18/msm.htm.
- Clement, J. (2019). Number of global social network users 2010-2021. Statista. www.statista.com/statistics/278414/number-of-worldwide-social-network-users/
- Collins, R., Strasburger, V., Brown, J., Donnerstein, E., Lenhart, A. & Ward, M. (2017). Sexual Media and Childhood Well-being and Health. *Pediatrics*, 140(2). doi.org/10.1542/peds.2016-1758X

Cornelius, J., Kennedy, A., & Wesslen, R. (2019b). An examination of twitter data to identify risky sexual practices among youth and young adults in Botswana. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(4). dx.doi.org.libproxy.tuni.fi/10.3390/ijerph16040656

Cornelius, J., Whitaker-Brown, C., Neely, T., Kennedy, A., & Okoro, F. (2019a). Mobile phone, social media usage, and perceptions of delivering a social media safer sex intervention for adolescents: Results from two countries. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 10, 29-37. dx.doi.org.libproxy.tuni.fi/10.2147/AHMT.S185041

Csikszentmihalyi, M. (2019). Adolescence. *Encyclopaedia Britannica*. Viitattu 12.12.2019: <https://www.britannica.com/science/adolescence>

Duodecim Terveyskirjasto (2019). Lääketieteen sanasto. Viitattu 31.1.2020: www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=Ilt03441

Ebrand Group Oy. (2019). Suomessa asuvien 13-29 -vuotiaiden nuorten sosiaalisen median palveluiden käyttäminen ja läsnäolo. Creative Commons. Viitattu 11/2019: <https://www.ebrand.fi/somejanuoret2019>

Eckler, P. Kalyango, Y. & Paasch, E. (2017). Facebook use and negative body image among U.S. college women. *Women & Health*, 57 (2), 249-267.

El Kazdough, H., El-Ammari, A., Bouftini, S., El Fakir, S., & El Achhab, Y. (2019). Perceptions and intervention preferences of Moroccan adolescents, parents, and teachers regarding risks and protective factors for risky sexual behaviors leading to sexually transmitted infections in adolescents: qualitative findings. *Reproductive Health*, Vol. 16, Issue 1, 138. doi.org/10.1186/s12978-019-0801-y

Finlex (2016). Nuorisolaki. Viitattu 12.12.2019: www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285

Gabarron, E., Luque, L. F., Schopf, T. R., Lau, A. Y., Armayones, M., Wynn, R., & Serrano, J. A. (2017). Impact of Facebook Ads for Sexual Health Promotion Via an Educational Web App: A Case Study. *International Journal of E-Health and Medical Communications*, Vol. 8, Issue 2. 18-32. doi.org/10.4018/IJEHMC.2017040102

Gabarron, E., Schopf, T., Serrano, J.A., Fernández Luque, L. y Dorrnzoro Zubiete, E. (2013). Gamification Strategy on Prevention of STDs for Youth. Medinfo2013: The 14th World Congress on Medical and Health Informatics Copenhagen, Denmark: IMIA.

Gabarron, E., & Wynn, R. (2016). Use of social media for sexual health promotion: A scoping review. *Global Health Action*, 9, 32193. doi:10.3402/gha.v9.32193

Garett, R., Menacho, L., & Young, S. D. (2017). Ethical issues in using social media to deliver an HIV prevention intervention: Results from the HOPE Peru study. *Prevention Science: The Official Journal of the Society for Prevention Research*, 18(2), 225-232. doi:10.1007/s11121-016-0739-z

Gilliam, M., Chor, J. & Brandon, H. (2014). Digital media and sexually transmitted infections. *Current Opinion in Obstetrics and Gynecology*, Vol. 25, Issue 5, 381-385. doi.org/10.1097/GCO.0000000000000104

Granskog, P., Haanpää, S., Järvinen, J., Lahtinen, M., Laitinen, K. & Turunen-Zwinger, S. (2018). *Opas seksuaalisen häirinnän ennaltaehkäisemiseksi ja siihen puuttumiseksi kouluissa ja oppilaitoksissa*. Opetushallitus. Viitattu 12.12.2019: <https://www.oph.fi/fi/tilastot-ja-julkaisut/julkaisut/opas-seksuaalisen-hairinnan-ennaltaehkaisuksi-ja-siihen>

Green, S., Turner, D. & Logan, R. (2018). Exploring the Effect of Sharing Common Facebook Friends on the Sexual Risk Behaviors of Tinder Users. doi.org/10.1089/cyber.2017.0581

Gui, X., Wang, Y., Kou, Y., Reynolds, T. L., Chen, Y., Mei, Q., & Zheng, K. (2018). Understanding the Patterns of Health Information Dissemination on Social Media during the Zika Outbreak. *Annual Symposium proceedings. AMIA Symposium 2017*, 820–829.

Hamm, M., Shulhan, J., Williams, G., Milne, A., Scott, D. & Hartling, L. (2014). A systematic review of the use and effectiveness of social media in child health. *BMC Pediatrics*, 14, 138. doi:10.1186/1471-2431-14-138

Health Feedback (2019). The Most Popular Health Articles of 2018, a Scientific Credibility Review. Viitattu 12/2019: healthfeedback.org/the-most-popular-health-articles-of-2018-a-scientific-credibility-review/?fbclid=IwAR0VgQeQQ3j0e_pVB2SVhhzVEYjjZA78ntAM_YWTQaet2W951o82urQ0Sjo#summary

Helve O., Kattelus M., Norhomaa S. & Saarni S., (2015). Terveystieto ja sosiaalinen media. *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim*. 131(21):2003-8.

Huang, E., Williams, H., Hocking, J., & Lim, M. (2016). Safe Sex Messages Within Dating and Entertainment Smartphone Apps: A Review. *JMIR MHealth and UHealth*, Vol. 4, Issue 4. doi:10.2196/mhealth.5760.

Hukka, E. (2014). Potilaasta partneriksi – sosiaalinen media haastaa terveydenhuollon. Teoksessa Järvi, U. (toim.), *Tautinen media*. Duodecim. Riika: Livonia Print.

Ikonen, R. & Helakorpi S. (2019). THL: Kouluterveyskysely. Lasten ja nuorten hyvinvointi: Kouluterveyskysely 2019. Tilastoraportti. Saatavilla: urn.fi/URN:NBN:fi-fe2019091528281.

Kaestle, C., Halpern, C., Miller, W. & Ford, C. 2005. Young Age at First Sexual Intercourse and Sexually Transmitted Infections in Adolescents and Young Adults, *American Journal of Epidemiology*, Vol. 161, Issue 8. doi.org/10.1093/aje/kwi095.

Karjalainen (2019). Someturva: Alaikäisiltä ennätysmäärä seksuaalirikoksiin liittyviä avunpyyntöjä. 22.1.2019. Viitattu 12.12.2019: www.karjalainen.fi/uutiset/uutis-alueet/kotimaa/item/207450.

Keselman A, Arnott Smith C, Murcko A, Kaufman D. (2019). Evaluating the Quality of Health Information in a Changing Digital Ecosystem. *J Med Internet Res*. Vol 21, No 2. doi.org/10.2196/11129.

Kesten, J. M., Dias, K., Burns, F., Crook, P., Howarth, A., Mercer, C. H., Rodger, A., Simms, I., Oliver, I., Hickman, M., Hughes, G. & Weatherburn, P. (2019). Acceptability and potential impact of delivering sexual health promotion information through social media and dating apps to MSM in England: a qualitative study. *BMC Public Health*, Vol. 19, Issue 1: 1236. doi.org/10.1186/s12889-019-7558-7.

Klemetti, R & Raussi-Lehto, E (2014). THL: Edistä, ehkäise, vaikuta – Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelma 2014–2020. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.

Kontula, O. (2000). Media seksuaalikasvattajana. Teoksessa Kontula, O. & Lottes, I. (toim.), *Seksuaaliterveys Suomessa*. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Kosunen, E. (2000). Nuorten seksuaaliterveys. Teoksessa Kontula, O. & Lottes, I. (toim.), *Seksuaaliterveys Suomessa*. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Kuortti M. & Halonen M. (2018). Miten nuorten seksuaaliterveyttä edistetään tehokkaimmin? *Lääketieteellinen aikakausikirja Duodecim*. 134(8):873-9.

Landry M., Turner M., Vyas A. & Wood S. (2017). Social Media and Sexual Behavior Among Adolescents: Is there a link? *JMIR Public Health Surveill*. Vol. 3, Issue 2. doi.org/10.2196/publichealth.7149.

Lehmiller, J. J., & Loerger, M. (2014). Social networking smartphone applications and sexual health outcomes among men who have sex with men. *PloS one*, Vol. 9, Issue 1, e86603. doi.org/10.1371/journal.pone.0086603.

L'Engle, K., Mangone, E., Parcesepe, A., Agarwal, S. & Ippoliti, N. (2016). Mobile Phone Interventions for Adolescent Sexual and Reproductive Health: A Systematic Review. *Pediatrics*, Vol. 138, Issue 3. e20160884. doi.org/10.1542/peds.2016-0884.

Liinamo, A. (2005). Suomalaisnuorten seksuaalikasvatus ja seksuaaliterveystiedot oppilaan ja koulun näkökulmasta. *Studies in sport, physical education and health*, 106. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House.

Lorimer, K., Flowers, P., Davis, M., & Frankis, J. (2016). Young men who have sex with men's use of social and sexual media and sex-risk associations: Cross-sectional, online survey across four countries. *Sexually Transmitted Infections*, 92(5), 371-376. doi:10.1136/sextrans-2015-052209

Maas, M. K., & Lefkowitz, E. S. (2015). Sexual Esteem in Emerging Adulthood: Associations with Sexual Behavior, Contraception Use, and Romantic Relationships. *Journal of Sex Research*, Vol. 5, Issue 7, 795–806. doi.org/10.1080/00224499.2014.945112

Magnusson, B. M., Crandall, A., & Evans, K. (2019). Early sexual debut and risky sex in young adults: the role of low self-control. *BMC Public Health*, Vol. 19, Issue 1, 1483. doi.org/10.1186/s12889-019-7734-9

Marjeta, A. (2012). Ulkoisen arvioinnin raportti Verkkoterkkari-hankkeen (2008–2012) tekemästä työstä ja tuottamasta osaamisesta. Viitattu 11/2019: <https://www.verke.org/material/verkkoterkkari-hankkeen-arviointi/>

Martinez-Pecino, R., & Garcia-Gavilán, M. (2019). Likes and problematic instagram use: The moderating role of self-esteem. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 22(6), 412-416. doi.org/10.1089/cyber.2018.0701

Matikainen J. & Huovila J. (2017). Sosiaalinen media terveyden edistämässä. *Lääketieteellinen aikakausikirja Duodecim*. 133(10):1003-7.

National Research Corporation. (2011). 1 in 5 Americans use social media for health care information. Viitattu 10/2019: hcmg.nationalresearch.com/public/News.aspx?ID=9

NBC News, (2018). STDs continue rapid rise in U.S., setting new record, CDC says. Viitattu 13.12.2019: www.nbcnews.com/health/sexual-health/stds-continue-rapid-rise-u-s-setting-new-record-cdc-n904311

Nhpr, (2018). Are Apps Like Tinder And Grindr Fueling A Rise In STDs? Viitattu 13.12.2019: www.nhpr.org/post/are-apps-tinder-and-grindr-fueling-rise-stds#stream/0

Niiniluoto, I. (2015) Kuuluuko tieteen ääni somessa? *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim*. 131(3):286-7.

PAHO (2000). Promotion of Sexual health. Recommendations for action. Saatavilla: iris.paho.org/xmlui/handle/123456789/42416

Pelastakaa lapset (2018). Selvitys: Lapset ja nuoret kokevat seksuaalista häirintää ja siihen liittyvää kiusaamista digitaalisessa mediassa. Viitattu 12/2019: www.pelastakaa-lapset.fi/uutiset/selvitys-lapset-ja-nuoret-kokevat-seksuaalista-hairintaa-ja-siihen-liittyvaa-kiusaamista-digitaalisessa-mediassa/

Perloff, R.M. (2014). Social Media Effects on Young Women's Body Image Concerns: Theoretical Perspectives and an Agenda for Research. *Sex Roles*. 71: 363-377. doi.org/10.1007/s11199-014-0384-6

Prejan, J., Song, R., Hernandez, A., Ziebell, R., Green, T., Walker, F., Lin, L. S., An, Q., Mermin, J., Lansky, A., Hall, H.I. (2011). Estimated HIV Incidence in the United States, 2006–2009. *PLoS One*. Vol. 6, Issue 8. doi.org/10.1371/journal.pone.0017502

Purnomo, J., Coote, K., Mao, L., Fan, L., Gold, J., Ahmad, R., & Zhang, L. (2018). Using eHealth to engage and retain priority populations in the HIV treatment and care cascade in the Asia-Pacific region: a systematic review of literature. *BMC Infectious Diseases*, 18(1), 82. doi.org/10.1186/s12879-018-2972-5

Ramseyer Winter, V. (2017). Toward a Relational Understanding of Objectification. *Body Image and Preventive Sexual Health*. *Journal of Sex Research* Vol. 54, Issue 3, 341–350. doi.org/10.1080/00224499.2016.1190807

Red Barnet (2019). Sexual abuse and digital media. Viitattu 12.12.2019: www.redbarnet.dk/reportit/facts-about-abuse/sexual-abuse-and-digital-media/

Ritamo, M., Pelkonen, M. & Nikula, M. (2010): THL: Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistäminen. *Väliarviointi sosiaali- ja terveysministeriön toimintaohjelmasta vuosille 2007–2011*. Helsinki: Yliopistopaino.

Rosengren A. L., Huang E., Daniels J., Young S. D., Marlin R. W. & Klausner J. D. (2016). Feasibility of using Grindr™ to distribute HIV self-test kits to men who have sex with men in Los Angeles, California. *Sexual Health*. Vol. 13, 389-392. doi.org/10.1071/SH15236

Samkange-Zeeb, F., Spallek, L. & Zeeb, H. (2011) Awareness and knowledge of sexually transmitted diseases (STDs) among school-going adolescents in Europe: a systematic review of published literature. *BMC Public Health*. Vol. 11, 727. doi.org/10.1186/1471-2458-11-727

Sanastokeskus TSK:n termipankki (2012). Sosiaalinen media. Viitattu 31.1.2020: www.tsk.fi/cgi-bin/netmot.exe?UI=figr&height=161&qfind=sosiaalinen+media

Sani, A. S., Abraham, C., Denford, S., & Ball, S. (2016). School-based sexual health education interventions to prevent STI/HIV in sub-Saharan Africa: a systematic review and meta-analysis. *BMC public health*. Vol. 16, Issue 1, 1069. doi:10.1186/s12889-016-3715-4

- Sanz-Lorente, M., Wanden-Berghe, C., Castejón-Bolea, R., & Sanz-Valero, J. (2018). Web 2.0 Tools in the Prevention of Curable Sexually Transmitted Diseases: Scoping Review. *Journal of medical Internet research*, Vol. 20, Issue 3, 113. doi.org/10.2196/jmir.8871
- Scanfeld, D., Scanfeld, V., & Larson, E. (2010). Dissemination of health information through social networks: twitter and antibiotics. *American journal of infection control*, Vol. 38, Issue 3, 182–188. doi.org/10.1016/j.ajic.2009.11.004
- Schooler, D., Impett, E. A., Hirschman, C., & Bonem, L. (2008). A mixed-method exploration of body image and sexual health among adolescent boys. *American Journal Of Men's Health*. Vol. 2, Issue 4, 322–339. doi.org/10.1177/1557988308318508
- Scull, T. M., Malik, C. V., & Kupersmidt, J. B. (2014). A Media Literacy Education Approach to Teaching Adolescents Comprehensive Sexual Health Education. *The journal of media literacy education*, Vol. 6, Issue 2, 1–14.
- Shannon, C. L., & Klausner, J. D. (2018). The growing epidemic of sexually transmitted infections in adolescents: a neglected population. *Current opinion in Pediatrics*, 30(1), 137–143. doi.org/10.1097/MOP.0000000000000578
- Smith, A. (2016). 15% of American adults have used online dating sites or mobile dating apps. PewResearch Center. Viitattu 12/2019: assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/14/2016/02/PI_2016.02.11_Online-Dating_FINAL.pdf
- Smith, A. & Anderson, M. (2018). Social media use in 2018. Pew Research Center. Internet & Technology. Viitattu 10/2019: https://www.pewinternet.org/2018/03/01/social-media-use-in-2018/
- Smith, L., Liu, B., Degenhardt, L., Richters, J., Patton, G., Wand, H., Cross, D., Hocking, J. S., Skinner, S. R., Cooper, S., Lumby, C., Kaldor, J. M. & Guy, R. (2016). Is sexual content in new media linked to sexual risk behavior in young people? A systematic review and meta-analysis. *Sexual Health*, Vol. 13. doi.org/10.1071/SH16037
- Someturva (2019). Viitattu 12.12.2019: www.someturva.fi
- Sun, W., Wong, C. & Wong, W. (2017). A Peer-Led, Social Media-Delivered, Safer Sex Intervention for Chinese College Students. *J Med Internet Res*. Vol. 19, Issue 8, 284.
- Suominen, J. (2013a). 2007 – Facebookin nousu ja surmaajan lataukset. Teoksessa Suominen, J., Östman, S., Saarikoski, P. & Turtiainen, R. (toim.), *Sosiaalisen median lyhyt historia*. Tallinna: Tallinna Raamatutrukikoja OU.
- Suominen, J. (2013b). Lopuksi – Sosiaalisen median nousut ja tuhot. Teoksessa Suominen, J., Östman, S., Saarikoski, P. & Turtiainen, R. (toim.), *Sosiaalisen median lyhyt historia*. Tallinna: Tallinna Raamatutrukikoja OU.
- Sørensen, K. (2017). The Need for “Health Twitteracy” in a Postfactual World. HLRP Health Literacy Research and Practise. doi.org/10.3928/24748307-20170502-01
- Tamplin, N., McLean, S. & Paxton, S. (2018). Social media literacy protects against the negative impact of exposure to appearance ideal social media images in young adult women but not men. *Body image*, Vol. 26. doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.05.003
- Terveystalo (2018). Seksuaalisuus. Viitattu 8.12.2019: https://www.terveyskyla.fi/naistalo/seksuaaliterveys/seksuaalisuus-elämänkaarella/seksuaalisuus

Tartuntatautirekisteri (2019). Viitattu 4.10.2019:

<https://thl.fi/fi/tilastot-ja-data/tilastot-aiheittain/seksuaali-ja-lisaantymisterveys>

The Telegraph (2016). Tinder users in the UK twice as likely to have an STI, study claims. Viitattu 13.12.2019: www.telegraph.co.uk/technology/2016/03/03/tinder-users-in-the-uk-twice-as-likely-to-have-an-sti-study-clai/

THL (2019a). Seksuaalisuuden ja sukupuolen sanasto. Viitattu 31.1.2020: thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/menetelmat/seksuaalisuus-puheeksi/seksuaalisuuden-ja-sukupuolen-sanasto

THL (2019b). Raskaudenkeskeytykset 2018. Saatavilla: www.julkari.fi/handle/10024/138102

THL (2019c). Klamydian esiintyvyys. Infektiotaudit ja rokotukset. Viitattu 10/2019:

www.thl.fi/fi/web/infektiotaudit/seuranta-ja-epidemiatautirekisteri/tartuntataudit-suomessa-vuosiraportit/tautien-esiintyvyys/klamydian-esiintyvyys

THL (2019d.) Kouluterveyskysely 2017 ja 2019. Perustulokset, nuoret 2017 ja 2019. sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/summary_perustulokset?alue_0=87869&mittarit_0=187209&mittarit_1=200101&mittarit_2=199385&vuosi_0=v2017&kouluaste_0=161293#

Tilastokeskus (2019). Väestön tieto- ja viestintäteknikan käyttö. Viitattu: 12.11.2019:

www.stat.fi/til/sutivi/2019/sutivi_2019_2019-11-07_tie_001_fi.html

Torkkola, S. 2014. Muuttuva terveystietäminen, medioituvat terveydet ja sairaudet. Teoksessa Järvi, U. (toim.), *Tautinen media*. Duodecim. Riika: Livonia Print.

Todaro, E., Silvaggi, M., Aversa, F., Rossi, V., Nimbi, F., Rossi, R. & Simonelli, C. (2018). Are Social Media a problem or a tool? New strategies for sexual education. *Sexologies*, Vol. 27, Issue 3. doi.org/10.1016/j.sexol.2018.05.006

WHO (2007). World Health Organization. Global strategy for the prevention and control of sexually transmitted infections: 2006–2015. Saatavilla:

www.who.int/reproductivehealth/publications/rtis/9789241563475/en/

WHO (2017). Sexual health and its linkages to reproductive health: an operational approach.

Saatavilla: www.who.int/reproductivehealth/publications/sexual_health/sh-linkages-rh/en/

WHO (2019). Engaging men, addressing harmful masculinities to improve sexual and reproductive health and rights. *Sexual and reproductive health*. Saatavilla:

www.who.int/reproductivehealth/addressing-harmful-masculinities/en/

Vilkka, H. (2011). Seksuaalinen häirintä. Juva: PS-kustannus, Bookwell Oy.

Viswanath, K. (2008). Health communication. *The international encyclopedia of communication*. Wiley Online Library.

Wong, C. Merchant, R. & Moreno, M. (2014). Using social media to engage adolescents and young adult with their health. *Healthcare*. Vol. 2, Issue 4, 220-224, doi.org/10.1016/j.hjdsi.2014.10.005

de Vries, D.A., Vossen, H.G.M. & van der Kolk-van der Boom, P. (2019) Social Media and Body Dissatisfaction: Investigating the Attenuating Role of Positive Parent–Adolescent Relationships. *J Youth Adolescence*. Vol 48: 527-536. doi-org.libproxy.tuni.fi/10.1007/s10964-018-0956-9

Väestöliitto (2019). Kehonkuva. Viitattu 12.12.2019:
www.vaestoliitto.fi/nuoret/murrosika/murrosian-kasvu-ja-kehitys/kehonkuva/

Yle (2019a). Oulun laajasta seksuaalirikosvyyhdistä ensimmäinen tuomio: 13-vuotiaan hyväksikäytöstä neljä vuotta ehdotonta vankeutta. Viitattu 12.12.2019: yle.fi/uutiset/3-10771199

Yle (2019b). Seksivalistuksen puute kiihdyttää Venäjän hiv-epidemiaa – ”Miksei anaaliseksiä puhuttu?” Viitattu 15.12.2019: yle.fi/uutiset/3-11094223

Yle (2019c). "Se on varmasti pisara valtameressä, mitä me kuullaan" – Asiantuntijat kehottavat aikuisia puhumaan grooming-ilmioistä. Viitattu 12.12.2019: yle.fi/uutiset/3-10596072

Yonker, L., Zan, S., Scirica, C., Jethwani, K. & Kinane, T. (2015). "Friending" teens: systematic review of social media in adolescent and young adult health care. *Journal of medical internet research*. 5;17(1). doi.org/10.2196/jmir.3692

Zhang, Y., He, D. & Sang, Y. (2013). Facebook as a Platform for Health Information and Communication: A Case Study of a Diabetes Group. *Journal of Medical Systems*. Vol. 37, Issue 3, 1-12. doi.org/10.1007/s10916-013-9942-7.