

Tuki ja tieto käsi kädessä

- Sosiaalisen tuen tarjoamisen strategiat syömishäiriö- ja
hyvinvointiblogeissa

ELINA OJANIEMI
Tampereen yliopisto
Informaatiotieteiden yksikkö
Informaatiotutkimuksen ja
interaktiivisen median pro
gradu- ohjelma
Kesäkuu 2013

TAMPEREEN YLIOPISTO
Informaatitieteiden yksikkö

OJANIEMI, ELINA: Tuki ja tieto käsi kädessä – Sosiaalisen tuen tarjoamisen strategiat syömishäiriö- ja hyvinvointiblogeissa
Pro Gradu -tutkielma, 72 s., 5 liitesivua
Informaatitutkimus ja interaktiivinen media
Ohjaaja: Eero Sormunen
Kesäkuu 2013

Tutkimuksessa tarkastellaan sosiaalisen tuen ilmenemismuotoja syömishäiriöstä kärsivien ja yleisestä hyvinvoinnistaan kiinnostuneiden blogeissa. Blogien lukijoiden on mahdollista kommentoida blogimerkintöjä ja usein niissä tarjotaan bloggaajalle myös tukea. Sosiaalista tukea on kuitenkin monenlaista. Tutkimuksessa luokitellaan blogikommenteissa ilmenneet sosiaalisen tuen ilmaisut. Lisäksi tutkimuksessa vertaillaan syömishäiriöblogeissa ja hyvinvointiblogeissa ilmenneitä sosiaalisen tuen muotoja keskenään.

Tutkimusaineisto kerättiin suomalaisesta blogihakemistosta (blogilista.fi). Yhteensä sata blogia ja niistä tuhat kommenttia valikoitiin tutkimukseen. Blogeista ja kommenteista puolet oli hyvinvointiblogeista ja puolet syömishäiriöblogeista. Blogikommentit analysoitiin kvantitatiivisesti ja luokiteltiin ne sosiaalisen tuen muodon mukaan. Lisäksi blogikommenteista poimittiin esimerkkejä kuvaamaan kutakin tuen muotoa. Analysoinnin pohjana toiminut luokitus perustui aikaisempiin tutkimuksiin sosiaalisesta tuesta. Sosiaalisen tuen pääluokat olivat informatiivinen tuki, emotionaalinen tuki, arvonantoa osoittava tuki ja sosiaalisen verkostoitumisen tuki. Jokainen pääluokka jakautui edelleen alaluokkiin.

Sekä syömishäiriöblogeissa että hyvinvointiblogeissa tarjottiin paljon sosiaalista tukea. Tuen muodoista tärkeimmät olivat informatiivinen, emotionaalinen ja arvonantoa osoittava tuki. Sosiaalisen verkostoitumisen tukea ei sen sijaan tarjottu bloggaajalle paljon kummassakaan blogikategoriassa. Erityisesti syömishäiriöblogeissa emotionaalisen tuen määrä oli merkittävä, mutta myös hyvinvointiblogeissa emotionaalinen tuki, esimerkiksi empatia ja kannustus, olivat tärkeässä roolissa. Syömishäiriötä sairastavaa tuettiin myös ilmaisemalla läheisyyttä Internet-kieleen vakiintuneilla merkeillä, kuten hymiöillä ja sydämillä. Informatiivista tukea jaettiin hieman enemmän syömishäiriöblogeissa. Kommentoija arvioi omaa elämäänsä molemmissa blogikategorioissa kohtuullisen usein, mikä tulkittiin tässä tutkimuksessa yhdeksi informatiivisen tuen ilmenemismuodoksi. Hyvinvointiblogeissa korostui arvonantoa osoittavan tuen merkitys erityisesti kehujen muodossa.

Tutkimustuloksista ilmeni tiedon jakamisen ja sosiaalisen tuen yhteys toisiinsa. Puhdas tieto ei sinällään välttämättä palvele vastaanottajaansa parhaalla mahdollisella tavalla, vaan informaatiolla on usein myös emotionaalinen puoli ja tarkoitus. Tiedon jakamisen tutkimuksessa olisikin hyvä tiedostaa myös tiedon sosio-emotionaalinen puoli. Blogeissakaan tietoa ei aina jaeta pelkästään, jotta jokin tiedollinen aukko saataisiin täytettyä. Sen sijaan jaetun tiedon merkityksellisyys voi piillä syvemmällä, jolloin tiedon ja sosiaalisen tuen raja hämärtyy.

Avainsanat: sosiaalinen tuki, tiedon jakaminen, blogit

Sisältö

JOHDANTO	1
2 KESKEISET KÄSITTEET	4
2.1 Blogit ja bloggaaminen	4
2.2 Syömishäiriöt	6
2.3 Sosiaalinen tuki	6
2.4 Sosiaalisen tuen optimaalisen täsmäytyksen teoria	7
3 KATSAUS AIEMPAAN TUTKIMUKSEEN	9
3.1 Blogitutkimus	9
3.1.1 Blogit osana sosiaalista mediaa	9
3.1.2 Blogit verrattuna keskustelufoorumeihin	11
3.1.3 Bloggaamisen ja tiedon jakamisen motiivit	12
3.1.4 Blogin lukemisen ja kommentoimisen motiivit	15
3.1.5 Tiedon jakaminen virtuaaliyhteisöissä	16
3.2 Sosiaalinen tuki virtuaaliyhteisöissä	18
3.2.1 Sosiaalinen tuki laihdutusblogeissa	19
3.2.2 Sosiaalinen tuki päiväkirjamaisissa blogeissa	20
3.2.3 Sosiaalinen tuki syöpäblogeissa	21
3.2.4 Sosiaalinen tuki syömishäiriöisten keskustelufoorumeilla	22
3.2.5 Sosiaalinen tuki vammaisten keskustelufoorumilla	23
3.2.6 Sosiaalinen tuki ärtyvän suolen oireyhtymästä kärsivien keskustelufoorumilla	25
3.2.7 Sosiaalinen tuki HIV/AIDS- potilaiden keskustelufoorumilla	26
3.2.8 Yhteenveto aiemmasta tutkimuksesta	27
4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	30
4.1 Tutkimusongelmat	30
4.2 Tutkimusaineiston ominaisuudet	31
4.3 Tutkimusaineiston analysointi	33
4.4 Tutkimusetiikka	37
5 TULOKSET	39
5.1 Blogeissa ilmennyt sosiaalinen tuki kokonaisuudessaan	39
5.2 Informatiivinen tuki	40
5.2.1 Bloggaajan tilanteen arviointi	40
5.2.2 Neuvot ja ehdotukset	41
5.2.3 Opettaminen	42
5.2.4 Viittaukset	43
5.2.5 Kommentoijan tilanteen arviointi	44
5.3 Emotionaalinen tuki	45
5.3.1 Virtuaalinen läheisyys	46
5.3.2 Verbaalinen läheisyys	46
5.3.3 Ymmärrys ja empatia	47
5.3.4 Rohkaisu	48
5.3.5 Huolestuminen ja huolenpito	49
5.3.6 Sympatia	50
5.4 Arvonantoa osoittava tuki	50

5.4.1 Kehut.....	51
5.4.2 Hyväksyntä.....	52
5.5 Sosiaalisen verkostoitumisen tuki.....	53
5.5.1 Uusista kontakteista ilmoittaminen.....	53
5.5.2 Läsnäolo.....	54
5.5.3 Lukijaksi ilmoittautuminen.....	54
5.7 Tulosten yhteenveto.....	55
6 TULOSTEN TARKASTELUA.....	56
6.1 Tutkimustulokset aikaisempiin blogitutkimuksiin verrattuna.....	56
6.2 Tutkimustulokset verrattuna aikaisempiin tutkimuksiin verkkokeskusteluista.....	62
7 JOHTOPÄÄTÖKSET.....	65
LÄHTEET.....	68
LIITTEET.....	73
Liite 1. Sosiaalisen tuen luokitus.....	73

TAULUKOT

Taulukko 1. Sosiaalisen tuen pääluokkien prosentuaaliset osuudet aikaisemmissa tutkimuksissa koskien blogikommentteja ja keskustelufoorumien viestejä	28
Taulukko 2. Tutkimusaineistossa ilmenneen sosiaalisen tuen esiintyminen	39
Taulukko 3. Kommentit, joissa esiintyi informatiivista tukea	40
Taulukko 4. Kommentit, joissa esiintyi emotionaalista tukea	46
Taulukko 5. Kommentit, joissa esiintyi arvonantoa osoittavaa tukea	50
Taulukko 6. Kommentit, joissa esiintyi sosiaalisen verkostoitumisen tukea	53
Taulukko 7. Tuen pääluokkien prosentuaaliset osuudet kaikista blogikommenteista syömishäiriö- ja hyvinvointiblogeissa	55

JOHDANTO

Yleensä ajatellaan, että tiedontarve tyydytetään parhaiten etsimällä kaivattu tiedonmurunen. Tiedonmurunen esimerkiksi terveyteen liittyen olisi kenties helposti löydettävissä kirjoista tai sitä voisi kysyä lääkäriltä. Vaikka tiedontarve sinällään tulisikin tyydytetyksi tällä tavoin, voi tiedonhankkija kaivata myös sosiaalista tukea varsinaisen informaation ”kyytipojaksi”.

Kuten Preece (1999) hyvin kuvailee, lääkäriltä voidaan saada faktatiedot sairauteen liittyen. Muilla samasta sairaudesta kärsivillä voi kuitenkin olla sellaista kokemukseen pohjautuvaa tietoa, jota lääkäri ei pysty potilaalleen tarjoamaan. Muut sairastuneet toimivat vertaistukena ja ymmärtävät potilasta ja tämän tiedontarpeita eri tavalla kuin lääkäri. Informaation arvo ei välttämättä ole sen sisällössä, vaan siinä, että se osoittaa välittämistä. Tiedonhankkijalle tulee tunne siitä, ettei hän ole yksin ongelmansa kanssa. Internet ja ennen kaikkea sosiaalinen media ovat mahdollistaneet empaattisten yhteisöjen (empathic communities) (Preece 1999) suosion nousun. Yhteisöissä jaetaan arkielämän kokemuksia, tunteita, ajatuksia ja faktoja solidaarisessa hengessä. Sosiaalisen median erilaisten sovellusten avulla ihmiset saavat tietoa monelta eri ihmiseltä, eivätkä vain yhdestä tiedonlähteestä, kuten lääkäriltä.

Vapaa-ajalla kirjoitettavat blogit ovat usein luonteeltaan empaattisia yhteisöjä, joissa panostetaan vuorovaikutukseen. Tutkimuksissa on ilmennyt, että monissa blogeissa korostuu tiedon jakaminen tiedon hankinnan sijaan (Savolainen 2011a). Tiedon jakaminen on sosiaalista toimintaa ja siihen voi motivoida muiden kanssa koettu läheisyudentunne, yhteiset kiinnostuksen kohteet (Hodkinson 2007, 193–194), halu auttaa muita (Hollenbaugh 2011, 18) tai pyrkimys vaikuttaa muiden mielipiteisiin (Nardi, Schiano & Gumbrecht 2004, 226). Tiedon ja oman elämän jakamiseen blogeissa voi myös motivoida halu purkaa omia ajatuksia ja tunteita muille mahdollisille blogin lukijoille (Nardi ym. 2004, 226–227).

Blogeissa jaettu tieto voi olla luonteeltaan hyvin emotionaalista. Jaettu tieto ei siis välttämättä palvele vain jonkin tiedollisen aukon täyttämistä vastaanottajan mielessä, vaan se voi auttaa vastaanottajaansa myös tunnetasolla. Vaikka anoreksiaa sairastava syömishäiriöblogin lukija kommentissaan informoisi bloggaajaa omasta samankaltaisesta tilanteestaan, ei kommentin päätarkoitus ole välttämättä puhtaan informaation jakaminen. Sen sijaan lukija ilmaisee esimerkillään ymmärtävänsä bloggaajaa emotionaalisella tasolla. Tämän takia jaettu tieto ja

sosiaalinen tuki kulkevat usein käsi kädessä. Bloggaajan tukeminen näkyy kuitenkin lukijoiden jättämässä kommentteissa eri tavoin, sillä ihmiset käyttävät erilaisia strategioita tukea tarjotessaan.

Tässä tutkimuksessa tarkastellaan tuen tarjoamisen strategioita kahden luonteeltaan erilaisen aihealueen blogeissa. Tutkimus pohjaa yhteensä sataan blogiin, joista puolet on syömishäiriöblogeja ja puolet hyvinvointiblogeja. Nämä kaksi blogikategoriaa valittiin tutkimukseen ennen kaikkea niiden ajankohtaisuuden takia. Nyky-yhteiskunnassa syömiseen, liikuntaan ja yleiseen hyvinvointiin kiinnitetään runsaasti huomiota. Joillakin mielenkiinto omaan terveyteen ja erityisesti oman ulkonäön kohennukseen saattaa kuitenkin mennä liiallisuuksiin. Syömishäiriöstä kärsivien määrä onkin kasvanut.

Syömishäiriöblogit ja hyvinvointiblogit valikoituivatkin tutkimusaineistoksi juuri sen takia, että ne ovat kärjistettynä saman kolikon kaksi eri puolta. Toisessa tarkkaillaan omia syömisiä ja liikkumisia hyvässä ja terveessä hengessä, toisessa taas tarkkailusta on tullut pakonomaista kärsimystä. Syömishäiriötä sairastavien blogit ovat väylä purkaa omaa ahdistusta kirjallisessa muodossa ja kertoa omasta paranemisprosessista muille. Hyvinvointiblogit taas keskittyvät enemmän esimerkiksi kuntoiluun ja ruokaan liittyvien vinkkien jakamiseen. Niissä seurataan bloggaajan matkaa kohti terveellisempää elämää. Hyvinvointiblogit ovat blogosfäärissä nykyään hyvin suosittuja ja myös muodikkaita.

Tutkimuksessa pohditaan, miten lukijat pyrkivät kommentteissaan tukemaan bloggaajaa tämän elämäntilanteessa. Lisäksi tutkitaan, onko tuen tarjoamisen strategioissa eroavaisuuksia syömishäiriöblogien ja hyvinvointiblogien välillä. Tukevatko lukijat syömishäiriötä sairastavaa eri tavoin kuin yleisestä hyvinvoinnistaan kiinnostunutta bloggaajaa? Blogeista saatuja tutkimustuloksia vertaillaan myös toiseen sosiaalisen median suosittuun palveluun, verkkokeskusteluihin. Verkkokeskusteluissa käytetyistä tuen tarjoamisen strategioista on tehty enemmän tutkimuksia kuin blogien tuen strategioista. Vertailu näihin tutkimuksiin voikin tuoda esiin vain blogeille ominaisia sosiaalisen tuen piirteitä.

Tutkimuksessa liitetään yhteen tiedon jakaminen ja sosiaalinen tuki. Tästä näkökulmasta ei ole aikaisemmin tarkasteltu blogeja ja bloggaamista kovin paljon. Yhteisöllisten blogien kohdalla näkökulma on hyödyllinen, sillä sen avulla tiedon jakaminen blogeissa liitetään laajempaan kontekstiin emotionaalisen ja sosiaalisen aspektin rinnalle. Tutkimuksen avulla blogeissa

tapahtuvasta tiedon, kokemusten ja tuen jakamisesta saadaan laajempi kuva kuin aikaisemmin. Lukijat ovat osa bloggaamisen hienoutta ja heidän roolinsa tuen tarjoajina on suuri, minkä takia sosiaalisen tuen ja tiedon jakamisen tarkastelu lukijoiden näkökulmasta on perusteltua. Lisäksi sosiaalialan ammattilaiset voivat saada tutkimustuloksista viitteitä siitä, millaisena sosiaalisena yhteisönä blogit toimivat syömishäiriötä sairastavalle. Tarjotun tuen vaikutukset bloggaajaan eivät kuitenkaan kuulu tämän tutkimuksen piiriin.

2 KESKEISET KÄSITTEET

Tässä luvussa kuvaillaan tutkimuksen keskeiset käsitteet. Ensimmäisessä alaluvussa esitellään blogeihin ja bloggaamiseen liittyvät käsitteet. Toisessa alaluvussa kerrotaan yleisimmistä syömishäiriöistä. Kolmannessa alaluvussa keskitytään sosiaalisen tuen määrittelyyn ja esitellään keskeinen teoria sosiaalisen tuen muodoista.

2.1 Blogit ja bloggaaminen

Blogi on usein päivitettävä verkkosivusto, jossa uudet päivitykset näkyvät aina ensimmäisenä sivustolla. Vanhemmat tekstit ovat selattavissa aikajärjestyksessä uusimmasta vanhimpaan. Blogissa voi tekstin lisäksi julkaista mm. kuvia ja videoita. Blogit eroavat perinteisistä kotisivuista siinä, että ne ovat vuorovaikutuksellisempia ja usein henkilökohtaisempia. Niissä sekä jaetaan että haetaan informaatiota. Blogissa on yleensä kommentointimahdollisuus ja paljon linkkejä. Alun perin sana blogi johtuu englanninkielisestä sanasta weblog. Blogien vyöry alkoi vuonna 1999, kun Blogger-verkkopalvelu syntyi. Bloggerissa kuka tahansa voi perustaa oman ilmaisen blogin helposti ilman teknistä osaamista. (Kilpi 2006, 11.)

Bloggaajat voivat kirjoittaa blogiin niin ammatillisesti kuin myös harrastusmielessä. Blogihakemisto Technorati selvitti bloggaajien profiilia vuotuisessa katsauksessaan. Suurin osa vastaajista oli amerikkalaisia, mutta tuloksista voi saada osviittaa Suomen blogosfääriin tilaan. Huomattavaa on, ettei blogikatsauksessa rajattu päiväkirjamaisia blogeja omaksi ryhmäkseen, vaan tarkastelu koskee koko blogosfääriä. (Technorati 2011.)

Amatööribloggaajista hieman yli puolet on miehiä. Iältään he ovat enimmäkseen 25–44-vuotiaita. 18–24-vuotiaita nuoria aikuisia bloggaajia on tutkimuksen mukaan yllättävän vähän verrattuna vanhempiin bloggaajiin, vain noin 9 % vastanneista. Alaikäisiä bloggaajia ei ollut Technoratin tutkimuksessa huomioitu ollenkaan. (Technorati 2011.) Naiset ja nuoret kirjoittavat useammin päiväkirjatyypisiä blogeja, kun taas aikuiset miehet keskittyvät enimmäkseen linkkejä tarjoavien suodatinblogien kirjoittamiseen (Herring, Scheidt, Wright & Bonus 2005).

Lukijat ovat yleensä hyvin olennainen osa bloggaamisen viehätystä. Jo pelkkä tietoisuus lukijoiden olemassaolosta voi motivoida bloggaamaan. Lukijat voivat auttaa ja neuvoa bloggaajaa monin tavoin. Lukijoiden olemassaolo ei kuitenkaan automaattisesti tee bloggaamisesta vuorovaikutuksellista, sillä kaikki lukijat eivät kommentoi blogimerkintöjä. Lukijat voivat olla

rekisteröityneitä blogipalvelun käyttäjiä ja lukea blogia halutessaan julkisesti. Lukeminen onnistuu kuitenkin myös ilman rekisteröitymistä ja täysin anonyymisti.

Verkkoyhteisöt tai *virtuaaliyhteisöt* tarkoittavat laajemmin kaikkia Internetissä toimivia yhteisöjä. Ne ovat sosiaalisia verkostoja, jotka syntyvät ihmisten liittyessä yhteen erilaisten yhteisöpalvelujen kautta. Verkkoyhteisöjen dynamiikassa on paljon samaa perinteisten fyysisten yhteisöjen kanssa. Verkkoyhteisön ero perinteisiin yhteisöihin verrattuna on kuitenkin mahdollisuus kasvottomuuteen ja vapaampaan ilmaisuun ilman fyysisten yhteisöjen tuomia velvoituksia ja paineita. Ne eivät ole myöskään aikaan tai paikkaan sidottuja. (Song 2009, 46, 52.)

Hyvinvointiblogit ovat nykyään suosittuja blogeja, joissa bloggaaja kertoo terveyteen, liikuntaan ja ruokavalioon liittyvistä asioista. Hyvinvointibloggaaja saattaa kertoa myös omasta elämästään, muttei kovin henkilökohtaisella tasolla. Hyvinvointiblogi saattaaakin muistuttaa suosittuja elämäntyyliblogeja (lifestyle-blogit). Esimerkiksi monet muotiblogit ovat muuttuneet elämäntyyliblogeiksi, joissa bloggaaja kertoo myös arjestaan (Härkönen 2011, 81). Herringin ym. (2005) mukaan blogit ovat usein monen eri blogigenren sekoituksia. Hyvinvointiblogeja voisi pitää tietämysblogeina, joissa käsitellään pääasiassa terveyteen liittyviä asioita. Niissä on kuitenkin usein myös henkilökohtaisen päiväkirjablogin ja suodatinblogin ominaisuuksia. Hyvinvoinnistaan bloggaavan tavoitteena on saavuttaa terveellinen ja tasapainoinen elämä. Hyvinvointibloggaajat pyrkivät jakamaan hyvinvointiin liittyviä niksejään myös muille.

Syömishäiriöisten blogit eroavat hyvinvointiblogeista usein siten, että niitä voisi kutsua enemmänkin pahoinvointiblogeiksi. Syömishäiriötä sairastavilla on bloggaamisen kautta mahdollisuus purkaa syvempiä ja arkaluonteisempia ajatuksiaan, koska bloggaaminen on mahdollista nimettömänä. Syömishäiriötä sairastava voi myös käyttää blogia osana paranemisprosessiaan. Toisaalta bloggaaminen voi olla myös keino jakaa muille esimerkiksi sairaalloisia laihdutusvinkkejä. Tällöin syömishäiriötä pidetään hyvänä asiana ja esimerkiksi anoreksiaa elämäntapana (nk. pro-anorektikot). Tällaiset syömishäiriötä ihannoivat blogit rajataan kuitenkin tutkimuksesta pois. Hyvinvointiblogien tavoin syömishäiriöblogit ovat monen eri blogigenren sekoituksia. Verrattuna hyvinvointiblogeihin ne ovat kuitenkin usein hieman henkilökohtaisempia ja päiväkirjamaisempia.

2.2 Syömishäiriöt

Syömishäiriöillä tarkoitetaan psyykkisistä ongelmista johtuvia kehon ja mielen pitkäkestoisia sairauksia. Vääristynyt kehonkuva ja epänormaali käytös liittyen ruokaan, painoon ja liikuntaan ovat syömishäiriölle tyypillisiä piirteitä. Elämä pyörii syömisen tai syömättömyyden ympärillä. Syömisen kontrolloiminen on sairastuneelle tapa hallita pahaa oloa suuntaamalla ajatukset pakonomaisesti syömiseen ja liikuntaan. (Syömishäiriöt–mistä on kyse? 2009, 6.)

Tunnetuimmat syömishäiriöt ovat anoreksia ja bulimia sekä BED (binge eating disorder). Anoreksiaa sairastava pyrkii jatkuvasti laihduttamaan syömällä mahdollisimman vähän ja liikkumalla mahdollisimman paljon. Bulimiaa sairastavalle ovat tyypillisiä ahmimiskohtaukset, joiden jälkeen syödyistä ruuista pyritään eroon esimerkiksi oksentamalla. BED on myös ahmimishäiriö, mutta sitä sairastava ei pyri eroon ahmitusta ruuasta. BED:iä sairastava kärsii usein lopulta vaikeasta lihavuudesta. Usein syömishäiriön rinnalla esiintyy monia muita psyykkisiä sairauksia, kuten masennusta. (Syömishäiriöt–mistä on kyse? 2009, 6–7.)

Syömishäiriöliitto SYLI:n mukaan syömishäiriöt ovat melko tavallisia sairauksia. Vaikka suurin osa sairastuneista on naisia, myös miesten määrä on lisääntynyt. Syömishäiriöisiä miehiä arvioidaan olevan noin 10 prosenttia sairastuneista. Bulimia ja anoreksia ovat yleisimpiä 15–20-vuotiaiden keskuudessa. Anoreksiaa sairastaa Suomessa noin 0,5–1 prosenttia ja bulimiaa noin 1–3 prosenttia 12–24-vuotiaista naisista. Muita epätyypillisiä syömishäiriöitä arvioidaan esiintyvän 5–10 prosentilla nuorista. Syömishäiriöisistä suurin osa paranee kokonaan tai ainakin niin, että pystyy elämään normaalia elämää. Anoreksian kuolleisuusprosentti on noin viisi prosenttia. (Syömishäiriöt–mistä on kyse? 2009, 7–9 [Hätönen 2009]).

2.3 Sosiaalinen tuki

Sosiaalinen tuki on havaittu erityisen merkitykselliseksi elämän muutostilanteissa. Sosiaalista tukea saa varsinkin verkostojen kautta. Vaikuttavin tuki saadaan kuitenkin sellaisilta henkilöiltä, jotka auttavat tuen vastaanottajaa käsittelemään myös tunteitaan. (Himberg & Jauhiainen 1998, 174.) Sosiaalisen tuen muodoiksi lasketaan yleensä ainakin emotionaalinen tuki, informatiivinen tuki ja konkreettinen tuki. Joskus informatiivisesta tuesta on erotettu omaksi tuen muodokseen arvioiva tuki (tilanteen arviointi uudesta näkökulmasta) ja emotionaalisesta tuesta on erotettu itsetuntoon

liittyvä tuki (omanarvontunnon kohotus). Lisäksi monet tuen luokitukset sisältävät myös sosiaalisen verkostoitumisen tuen. (Goldsmith 2004, 13.) Sosiaalinen tuki on vuorovaikutuksellista, ei vain yksisuuntaista. Tuen on todettu vaikuttavan esimerkiksi siihen, miten hyvin potilaat toipuvat sairaudestaan tai osaavat elää sen kanssa. Sosiaalinen tuki pohjaa aina moraalikäsitteisiin ja toisia tuetaan altruistista syistä. (Burleson, Albrecht, Goldsmith & Sarason 1994, xii–xiv.)

2.4 Sosiaalisen tuen optimaalisen täsmäytyksen teoria

Cutronan ja Suhrin (1992, 1994) teoria stressaavan tilanteen kontrolloitavuuden ja sosiaalisen tuen välisestä yhteydestä on taustalla monessa sosiaalisen tuen ilmaisutapojen tutkimuksessa. Vaikka teoria on alun perin kehitetty työnsä tai perheenjäsenensä menettäneiden ihmisten tutkimuksessa ja testattu myös avioparien kasvokkaisen vuorovaikutuksen tarkastelussa, sitä voi soveltaa myös virtuaaliseen maailmaan. Teorian (englanniksi *optimal matching theory*) mukaan stressaavan tilanteen kontrolloitavuus vaikuttaa siihen, mikä tuen muoto hyödyttää vastaanottajaa eniten.

Teoria erittelee tuen muodot viiteen kategoriaan ja niiden alakategorioihin. **Informatiivinen tuki** tarkoittaa *neuvojen tai ehdotusten* antamista, *viittaamista* muihin tiedonlähteisiin, *tilanteen arviointia* tuen vastaanottajalle uudesta näkökulmasta sekä faktojen ja yksityiskohtien *opettamista* tuettavalle. **Emotionaalinen tuki** on puolestaan *läheisyyden ja rakkauden* osoituksia, *fyysistä lohdutusta*, *luottamuksellisuudesta* muistuttamista, *sympatian* osoituksia (ottaa osaa henkilön tilanteeseen) tai *ymmärryksen ja empatian* ilmaisuja esimerkiksi kertomalla omista vastaavista kokemuksista. Emotionaalista tukea osoitetaan myös aktiivisesti *kuuntelemalla*, *rohkaisemalla* ja pitämällä toivoa yllä sekä *rukoilemalla* toisen puolesta. (Cutrona & Suhr 1992, 161.)

Itsetunnon tuki voi olla *kehumista*, toisen *näkökulman hyväksymistä* ja tuen vastaanottajan *itsesyytösten vähentämistä*. **Sosiaalisen verkostoitumisen tukea** ilmaistaan *muistuttamalla samassa tilanteessa olevista*, joiden puoleen voi kääntyä. Tukea tarjoava henkilö voi myös *tarjota tuettavalle mahdollisuuden uuteen kontaktiin*. Hän voi myös *tarjoutua itse olemaan läsnä* ja viettämään aikaa tuettavan kanssa. **Konkreettista tukea** taas voi olla jonkin *asian tarjoaminen lainaan* tai *tarjoutuminen suorittamaan jokin tehtävä* tuettavan hyödyttämiseksi *epäsuorasti* tai *suoraan* stressaavaan tilanteeseen liittyen. (Cutrona & Suhr 1992, 161.)

Informatiivisen tuen tarjoaminen auttaa Cutronan ja Suhrin mukaan erityisesti stressaavissa, mutta kuitenkin kontrolloitavissa, ongelmatilanteissa. Tuki auttaa ryhtymään toimeen, jotta ongelma

saataisiin selvitettyä. Stressiä aiheuttava asia voidaan tuen avulla joko eliminoida kokonaan tai ainakin lieventää sen vakavuutta. Jos stressiä aiheuttava asia on kuitenkin kontrolloimaton, emotionaalisella tuella on enemmän merkitystä tuen saajalle. Emotionaalinen tuki voi vähentää tuen saajan negatiivisia tuntemuksia. Esimerkiksi huolenpidon ilmaukset ovat emotionaalista tukea. Myös sosiaaliseen verkostoitumiseen liittyvä tuki voi olla hyödyllistä. Tuen tarjoajat voivat ilmaista jakavansa tuettavan huolen tai antaa hänelle tunteen siitä, että hän kuuluu johonkin yhteisöön eikä ole yksin. Emotionaalisen tuen ja verkostoitumisen tuen tarkoituksena ei ole ongelman ratkaisu, vaan lohdutus ja emotionaalinen läsnäolo. (Cutrona & Suhr 1992, 1994) (Savolainen 2010.)

Lisäksi itsetuntoon liittyvä tuki on hyväksi sekä kontrolloiduissa että kontrolloimattomissa tapahtumissa. Kontrolloidussa tapahtumassa itsetuntoon liittyvä tuki on yleensä uskoa tuettavan kykyihin, kun taas kontrolloimattomissa tapahtumissa tuki on toisen arvostamista. Itsetuntoa kohentavan tuen avulla voidaan siis sekä auttaa ratkaisemaan käsillä oleva ongelma tai vain hälventää tuen vastaanottajan negatiivisia tuntemuksia liittyen omaan itseen. (Cutrona & Suhr 1994.)

3 KATSAUS AIEMPAAN TUTKIMUKSEEN

Tässä luvussa esitellään aluksi blogeista tehdyt yleiset tutkimukset. Blogit esitellään osana sosiaalista mediaa ja niitä verrataan toiseen sosiaalisen median palveluun, keskustelufoorumeihin. Blogitutkimusta käsittelevässä luvussa kuvaillaan myös, mikä motivoi kirjoittamaan, kommentoimaan tai lukemaan blogia. Lisäksi kuvataan tiedon jakamisen luonnetta virtuaaliyhteisöissä. Toisessa alaluvussa keskitytään esittelemään tärkeimmät sosiaalisen tuen muotoja luokitelleet tutkimukset. Kirjallisuuskatsaus sisältää tutkimuksia sekä blogeista että verkkokeskusteluista.

3.1 Blogitutkimus

Blogeja voidaan tarkastella osana sosiaalista mediaa. Ne eroavat kuitenkin esimerkiksi keskustelufoorumeista ennen kaikkea henkilökohtaisuutensa takia. Monet blogitutkimukset ovat keskittyneet kartoittamaan bloggaamisen motiiveja, kun taas blogien lukemisen ja kommentoimisen motiiveja ei ole tutkittu yhtä paljon. Myöskään blogeissa tapahtuvasta tiedon hankinnasta tai tiedon jakamisesta ei ole tehty vielä kovin paljon tutkimuksia.

3.1.1 Blogit osana sosiaalista mediaa

Blogeissa jaetaan yhä enemmän ajatuksia ja tunteita. Ne ovat sosiaalisen median ilmiö, vaikkakin blogien todellinen vuorovaikutuksellisuus on joissakin tutkimuksissa kyseenalaistettu. Aiemmassa blogitutkimuksessa piileekin ristiriita: monissa niistä on huomattu päiväkirjamaisten blogien sisältävän itse asiassa vähemmän vuorovaikutusta muiden kanssa kuin mitä on oletettu (Pedersen 2010, 5). Yleisesti blogosfääriä tarkastelleessa tutkimuksessa yhteen blogimerkintään oli keskimäärin jätetty vain yksi kommentti, mikä ei kerro vahvasta vuorovaikutuksellisuudesta bloggaajan ja lukijan välillä (Mishne & Glance 2006). Joidenkin tutkimusten mukaan bloggaaminen

ei siis olisikaan niin sosiaalista kuin yleisesti ajatellaan. Tästä huolimatta blogin pitäminen on kuitenkin aina tietyllä tapaa sosiaalista lukijoiden läsnäolon takia.

Lietsala ja Sirkkunen (2010, 264–265) jakavat sosiaalisen median palvelut kuuteen lajityyppiin: tuotanto- ja julkaisutyökalut (blogit ja wikit), jakelusivustot (YouTube, Flickr), verkostosivustot (Facebook, LinkedIn), yhteistuotannot (Wikipedia), virtuaalimaailmat (World of Warcraft) ja liitännäiset. He kuitenkin toteavat, että monet sosiaalisen median palvelut voivat kuulua useaan lajityyppiin yhtä aikaa. Blogitkaan eivät ole jaoteltavissa vain yhteen sosiaalisen median lajityyppiin. Omien julkaisujen lisäksi siellä voidaan jakaa kuvia ja videoita, tai verkostoitua esimerkiksi linkittämällä oman blogin osoite toisen blogiin tai liittymällä blogin lukijalistalle. Tavallaan blogeja voisi pitää myös yhteistuotannon mahdollistavana palveluna kommentointimahdollisuuden takia. Kommentointimahdollisuus antaa avaimet yhteistyölle bloggaajan ja lukijoiden välillä.

Koska sosiaalisen median lajityyppettä on paljon erilaisia, on niiden käyttäjilläkin erilaisia syitä hyödyntää sosiaalisen median palveluja. Lietsala ja Sirkkunen (2010, 272) ovat kuitenkin keränneet yhteen joitakin suosituimpien sosiaalisen median palvelujen peruspiirteitä. Yksi pääpiirre on se, että sivustolla voi jakaa erilaisia sisältöjä muiden kanssa. Sisältöjen ei tarvitse olla pelkkää puhdasta informaatiota ja faktoja, vaan mukana on myös emotionaalisesti ja sosiaalisesti tarkoituksellista ainesta. Blogit ovat tästä hyvä esimerkki.

Toinen sosiaalisen median palvelun peruspiirre on osallistujien aktiivisuus aineiston luomisessa, jakamisessa tai arvioinnissa. Suosituissa blogeissa sekä bloggaaja että kommentoijat voivat luoda blogia jatkuvasti vuorovaikutuksen kautta. Lukijat voivat esimerkiksi toivoa bloggaajan kirjoittavan jostakin tietystä aiheesta tai arvioida blogimerkintöjen paikkansapitävyyttä. Aktiivinen sisältöjen jakaminen muiden kanssa pitää blogin elinvoimaisena ja mahdollisesti kasvattaa vuorovaikutuksellisuutta lukijoiden ja bloggaajan välillä. Vuorovaikutuksellisuus onkin kolmas sosiaalisen median pääpiirre. (Lietsala & Sirkkunen 2010, 272.)

Neljäs sosiaalisen median peruspiirre on aineiston linkitettävyyys ulkoisiin verkostoihin nettiosoitteen avulla, mikä löytyy blogeista aina. Lisäksi viimeinen sosiaalisen median tärkeimmistä piirteistä on aktiivisten osallistujien profiilisivut. Monissa blogipalveluissa on mahdollista rekisteröityä käyttäjäksi, jolloin lukija tai bloggaaja pystyy luomaan itselleen oman profiilin. Profiilin avulla voidaan linkittyä muihin ihmisiin, sisältöihin ja sovelluksiin. (Lietsala & Sirkkunen 2010, 272.)

Esimerkiksi Blogger-palvelussa rekisteröitynyt käyttäjä voi lisätä itsensä lukemansa blogin lukijalistalle. Toisaalta kaikki blogien lukijat eivät koskaan rekisteröidy palvelun käyttäjiksi, jolloin he voivat lukea ja kommentoida blogeja täysin anonymisti. Lukijat voivat olla hyvinkin aktiivisia blogien lukijoita, mutta syystä tai toisesta eivät halua rekisteröityä. Tällöin blogien vuorovaikutus on yksisuuntaista, eivätkä blogit täytä sosiaalisen median palvelun yhtä keskeistä piirrettä kunnolla. Kaikissa blogeissa ei myöskään ole kommentointimahdollisuutta.

Muita sosiaalisen median yleisiä, muttei välttämättömiä, piirteitä on yhteisöllisyys. Varsinaista näkyvää verkkoyhteisöä ei kuitenkaan välttämättä ole oikeasti olemassa. Bloggaamisen todellinen yhteisöllisyyden aste onkin kyseenalaistettu (Tremayne 2007, xi). Kuuluuko bloggaaja automaattisesti toisen bloggaajan yhteisöön, jos hän linkittää tämän blogiin? Yhteisö voi kuitenkin bloggaajan mielessä olla täysin olemassa, joten jo pelkkä yhteisöllisyyden tuntu voi riittää palvelun pitämiseksi sosiaalisena mediana. (Lietsala & Sirkkunen 2010, 272.)

Yhteisöllisyyden lisäksi muita sosiaalisen median piirteitä ovat folksonomia, syötteet ja alustojen ja välineiden jatkuva kehitys ja muuntelu sekä käytön ilmaisuus (Lietsala & Sirkkunen 2010, 272). Monissa blogeissa bloggaajan on mahdollista käyttää itse keksittyjä tageja eli avainsanoja blogimerkintöjen sisällön kuvailuun, mikä voi helpottaa lukijoiden tiedonhankintaa blogisivustolta. Blogimerkintöjä on myös mahdollista tilata eräänlaiseen syötelukijaan, jolloin lukijan ei tarvitse mennä tarkistamaan blogin nettisivuille, onko uusia blogimerkintöjä mahdollisesti ilmestynyt blogiin. Blogit ovat yleensä myös täysin ilmaisia sekä lukijoille että bloggaajille. Blogialustat ovat usein innovatiivisia ja pyrkivät olemaan mahdollisimman helppokäyttöisiä, jotta bloggaamisen aloittamiseen ja sen jatkamiseen olisi mahdollisimman matala kynnys. Verrattuna blogien edeltäjiin, kotisivuihin, blogit ovat kaikkien käytettävissä. Ne eivät vaadi teknistä osaamista ja mahdollistavat keskittymisen itse sisältöön (Kilpi 2006, 4).

3.1.2 Blogit verrattuna keskustelufoorumeihin

Keskustelufoorumit ovat vanhimpia sosiaalisen median sovelluksia ja sen varhaisimpia muotoja (Lietsala & Sirkkunen 2010, 277). Keskustelufoorumit voivat olla kaikille avoimia tai vain rekisteröityneiden käytettävissä. Foorumilla keskustellaan eri aiheista ja keskustelualueet on yleensä järjestetty aiheittain. Keskustelu voi olla hyvinkin nopeitempoista. Blogeihin verrattuna keskustelujen kulun seuraaminen voi olla hankalaa, sillä viestejä voi kertyä yhteen viestiketjuun

paljon ja vain uusimmat viestit luetaan läpi. Tämän takia keskustelufoorumien keskustelut ovat usein edelliseen viestiin vastaamista, kun taas blogeissa kommentoidaan enimmäkseen vain bloggaajan blogimerkintää. Blogit keskittyvät siis bloggaajan elämään ja ongelmiin. Verkkokeskusteluissa taas jokainen voi käsitellä aihetta vapaammin omasta näkökulmastaan. Kysymyksiä voivat esittää kaikki keskustelijat liittyen myös omiin ongelmiin.

Keskustelufoorumeilla keskustelua valvoo useimmiten sivuston ylläpitäjä, kun taas blogeissa bloggaajalla itsellään on vapaus poistaa sopimattomia kommentteja. Bloggaaja voikin hallita kommentointia omassa blogissaan ja määritellä itse sopivan keskustelun rajat. Keskustelufoorumeilla taas on yleensä kaikille yhteiset kirjoitetut säännöt, joita jokaisen keskustelijan tulisi noudattaa. Koska sekä keskustelufoorumeilla että blogeissa voi olla vahva yhteisöllisyyden tunne, niissä noudatetaan myös yhteisöille tyypillisiä kirjoittamattomia sääntöjä sopivasta käytöksestä ja sopivista tavoista ilmaista itseään muille. Tästä huolimatta on noussut huoli sananvapauden väärinkäytöksistä Internetin yleisillä keskustelufoorumeilla. Keskustelufoorumeilla on helppo kertoa mielipiteensä asiasta kuin asiasta nimettömyyden ja kasvottomuuden vuoksi. Myös negatiivisista ja loukkaavista asioista on helpompi avautua muille.

Verrattaessa blogeja ja keskustelufoorumeita blogit ovat usein intiimimpiä paikkoja keskustelulle. Voisi olettaa, että tiivis yhteisöllisyys vähentäisi negatiivisten kirjoitusten määrää. Blogeissa bloggaaja ja kommentoijat voivat tuntea toisensa paremmin kuin massiivisilla keskustelufoorumeilla, jolloin kynnyks muiden ihmisten solvaamiseen ja yleiseen häiriköintiin nousee. Toisaalta blogitkin voivat olla hyvin suosittuja eivätkä kommentoijat ja bloggaaja tunne toisiaan hyvin. Samaan tapaan myös keskustelufoorumeilla voidaan tuntea muut viestien kirjoittajat hyvinkin läheisesti.

3.1.3 Bloggaamisen ja tiedon jakamisen motiivit

Bloggaaminen on aina jonkinlaisen tiedon jakamista muille, joten tiedon jakamisen ja bloggaamisen motiiveja voidaan tarkastella osittain yhdessä. Bloggaajien motiiveja blogata on tutkittu jonkin verran (esim. Technorati 2011, Pedersen 2010, Matikainen 2009, Hollenbaugh 2011). Monissa tutkimuksissa yhteisöllisyyden on todettu olevan yksi suurimmista motiiveista bloggaamiseen. Näin myös Nardin, Schianon ja Gumbrechtin (2004) tutkimuksessa, jossa tarkasteltiin yksilöiden

bloggaamisen motiiveja haastatteluiden avulla ja analysoimalla blogien sisältöjä. Blogeissa on mahdollista muodostaa yhteisöjä jonkin yhteisen kiinnostuksen kohteen ympärille.

Kilven (2006, 35) hyvä esimerkki blogien yhteisöllisestä luonteesta ovat blogista blogiin kiertävät meemit, jotka ovat usein esimerkiksi hauskoja kyselyitä ja haasteita toisille bloggaajille. Muiden blogien lukeminen voi myös motivoida kirjoittamaan omaa blogia (Bordi 2011, 20 [Brady 2006].) Lisäksi Pedersenin (2010, 60) vuonna 2007 toteuttaman kyselyn mukaan jopa 74 prosenttia bloggaajista kertoi sosiaalisen paineen motivoivan bloggaamistaan. Lukijoille ei haluta tuottaa pettymystä. Yhteisöllisyyden lisäksi muita bloggaamiseen innostavia motiiveja ovat oman elämän dokumentointi ja kuulumisten kertominen, mielipiteiden ja ajatusten jako muiden kanssa, tunteiden ilmaisu ja kirjoittamisen kautta ajattelu (Nardi, Schiano & Gumbrecht 2004). Tietoa jakamalla voidaan myös pyrkiä vaikuttamaan muiden mielipiteisiin tai toimintaan (Nardi ym. 2004, 226).

Monet kirjoittavat blogiaan selvittääkseen ajatuksiaan. Kuten Nardi (ym. 2004, 226) tutkimuksessaan toteaa, ajattelu blogissa on luonteeltaan myös sosiaalista. Blogikirjoituksella on aina yleisönsä, mikä pakottaa bloggaajan todella paneutumaan omien ajatustensa setvimiseen. Nardin tutkimuksessa myös omien tunteiden purkamista blogissa pidettiin sosiaalisena toimintana. Koska tunteista kirjoitetaan lukijat mielessä pitäen, bloggaamisessa tunteetkin ovat sosiaalisia (Nardi ym. 2004, 227). Omia tunteita ei vain esitellä blogissa, vaan niitä tarkastellaan blogiyhteisössä yhdessä. Tunteita jaetaan blogeissa kuten ajatuksiakin, toisin kuin esimerkiksi perinteistä päiväkirjaa kirjoitettaessa. Tunteiden purkaukset voidaan selvästi kohdistaa jollekin tietylle yleisölle tai ne saattavat olla epäsuora avunpyyntö lukijoille.

Vuorovaikutus blogeissa on epäsuorempaa, kuin mitä kasvokkain tapahtuva vuorovaikutus olisi. Tämä seikka voi olla suurikin kimmoke bloggaamiselle, kuten Pedersenin tutkimuksen yhdelle vastaajalle. Poika kertoi bloggaavansa välittääkseen ajatuksiaan ja tunteitaan muulle perheelleen. Tällöin hänellä on täysi kontrolli vuorovaikutuksessa. Bloggaamalla tunteistaan pojan ei tarvitse pelätä perheenjäsenten välitöntä reagointia asioihin vaan hän pystyy rauhassa kertomaan asiansa ilman keskeytyksiä ja muita välittömän vuorovaikutuksen ongelmia (Pedersen 2010, 50). Blogissa voi sanoa asioita, joita ei kasvokkain uskalla (Nardi ym. 2004, 228). Epäsuora kommunikointi blogin kautta sopiikin arkaluonteisten mutta itselle tärkeiden asioiden kertomiseen. Anonymiteetin turvin bloggaaja tuntee olevansa turvassa. Hän voi olla täysin rehellinen ja oma itsensä ilman pelkoa muiden reaktioista (Pedersen 2010, 49).

Muiden tuki ja apu ovat tärkeitä kimmokkeita bloggaamiseen. Bloggaaja saattaa kysyä suoraan neuvoja lukijoiltaan tai hän voi vastailia lukijoiden esittämiin kysymyksiin itselleen läheisestä

asiasta. Monesti suoria kysymyksiä ei kuitenkaan edes tarvita. Lukijat antavat vinkkejä ja pyrkivät auttamaan bloggaajaa esimerkiksi vaikeassa elämäntilanteessa. Bloggaamisessa on siis myös vahva prososiaalinen vivahde. Prososiaalisuus tarkoittaa muiden hyvinvointiin tähtäävää toimintaa. Prososiaalinen ihminen haluaa pitää huolta lähimmäisistään. On huomattu, että yhteisöllisyyden tunne edistää prososiaalista käyttäytymistä (Omoto & Snyder 2010, 243). Blogien prososiaalinen luonne näkyy selvästi lukijoiden kannustavissa kommentteissa. Palautteen ansiosta bloggaajat tuntevat saavansa uusia näkökulmia ja ratkaisuja ongelmiinsa. (Hollenbaugh 2011, 16.)

Erityisen hyvin bloggaamisen prososiaaliset motiivit tulevat esille traumaattisiin tapahtumiin tai esimerkiksi laihtumiseen liittyvissä blogipäivityksissä. Pedersenin (2010, 48–49) tutkimuksessa eräs bloggaaja kertoi lukijoiden kommenttien olevan tärkeä osa hänen laihtutusprojektiansa. Bloggaajalla on mahdollisuus luoda itselleen tukiverkko. Tukiverkkoon voi kuulua niin tuttuja kuin tuntemattomiakin lukijoita, mutta Pedersenin (2010, 49) tutkimuksessa monet terapeuttisista lähtökohdista bloggaavat kertoivat lukijoiden tuntemattomuuden olevan keskeistä bloggaamiselleen.

Prososiaalisuus korostuu kuitenkin erityisesti sellaisissa päiväkirjamaisissa blogeissa, joissa bloggaaja tarkastelee elämäänsä jonkin sairauden tuomien haasteiden näkökulmasta. Terveystään bloggaaville sosiaalinen tuki on erityisen tärkeää silloin, kun tukea ei ole saatavissa lähipiiriltä. Muilta saatu palaute auttaa yksinäisyyteen ja antaa aineksia yksilön henkiseen kasvuun. Palaute tuntemattomilta lukijoilta on tärkeää, koska se kompensoi fyysisen maailman ihmissuhteiden puutetta. (Rains & Keating 2011, 527–529.)

Bloggaamiseen voikin siis motivoida tarve saada tukea edes virtuaalisesti, jos bloggaaja ei koe saavansa tukea omilta läheisiltään. Lukijoiden palaute auttaa bloggaajaa myös tuntemaan itsensä terveemmäksi (Rains ym. 2011, 527–529). Bloggaamiseen voi motivoida myös mahdollisten uusien kavereiden luominen. Tarve blogata kavereita saadakseen voi syntyä tyytymättömyydestä nykyiseen kaverimäärään tai kavereiden laatuun. Pedersenin (2010, 58) vuoden 2007 tutkimuksessa 31 prosenttia myönsi joskus mieluummin bloggaavansa kuin tyytyvänsä välittömästi saatavilla olevien tuttuja seuraan.

Eräs Pedersenin (2010, 49) tutkimuksen bloggaaja korosti tuntemattomien lukijoiden tuen ja palautteen olevan painoarvoltaan tärkeämpää kuin ystävien antaman palautteen, sillä tuntemattomilta lukijoilta saa varmemmin rehellistä palautetta, tarvittaessa jopa kylmiä totuuksia. Ystävät voivat helposti pehmentää asioita eivätkä välttämättä uskalla antaa täysin suoraa

palautetta. Pedersenin (2010, 55) tutkimuksessa lukijoiden tuki ja apu vaikuttivat erityisesti bloggaamisen jatkamiseen. Samanlaiseen tulokseen päädyttiin myös Miuran ja Yamashitan (2007) toteuttamassa japanilaisten bloggaajien psykologisia ja sosiaalisia motiiveja käsittelevässä tutkimuksessa. Vaikka bloggaaja olisikin aloittanut bloggaamisen alun perin muista syistä, lukijoiden kannustus voi olla tärkeä kimmoke jatkaa bloggaamista alkuinnostuksen jälkeen.

3.1.4 Blogin lukemisen ja kommentoimisen motiivit

Lukijoiden motiiveista lukea blogeja ja kommentoida niitä ei ole tehty läheskään yhtä paljon tutkimuksia kuin bloggaamisen motiiveista. On myös hyvä erottaa blogimerkintöjen kommentoinnin ja pelkän lukemisen motiivit toisistaan. Esimerkiksi Karlsson (2006, 39) erottelee hiljaiset lukijat sellaisista lukijoista, jotka kommentoivat blogimerkintöjä. Pelkkään blogien lukemiseen tyytyneet lukijat saattoivat nauttia pelkästä lukemisesta. Joskus lukijat myös tunsivat kommentoimisen epäluontevaksi, koska eivät tunteneet bloggaajaa kunnolla tai heillä ei ollut mitään tähdellistä kommentoitavaa (Karlsson 2006, 42.)

Aiemmissa tutkimuksissa onkin havaittu kommenttien olevan jopa harvinaisia blogosfäärissä. Eräässä laajassa tutkimuksessa kerättiin 645 000 kommenttia Blogpulse- blogihakemistosta (Mishne & Glance 2006). Kommentit olivat siis kaikenlaisista aktiivisista blogeista, mutta tulokset antavat hyvän kuvan kommentoinnin harvinaisuudesta. Tutkimuksen mukaan kaikista blogimerkinnöistä vain 15 prosenttia sisälsi kommentteja. Sen sijaan syöpäblogien kohdalla 60 prosenttia blogimerkinnöistä sisälsi kommentteja. Tutkimuksessa havaittiin syöpään sairastuneiden läheisten kommentoivan blogimerkintöjä enemmän kuin bloggaajalle täysin tuntemattomien ihmisten. Havainto voisi tutkimuksen mukaan antaa viitteitä siitä, että monet blogit toimivat ennen kaikkea keinona viestiä vain omien läheisten ihmisten kanssa. (Srivastava & Moreland 2009.)

Blogitekstien kommentointiin motivoivat eniten halu tukea ja rohkaista bloggaajaa ja ilmaista arvostusta häntä kohtaan. Bloggaajaa haluttiin kannustaa jatkamaan bloggaamista esimerkiksi kiitoksin. Kommentoijat halusivat vastata myös bloggaajan esittämiin kysymyksiin. Jotkin kommentoijat halusivat luoda uusia tai vahvistaa vanhoja ihmissuhteita, mutta ihmissuhteisiin liittyvä motiivi ei ollut niin tärkeä kuin muut motiivit. (Karlsson 2006, 47.)

Hiljaisia lukijoita blogeissa voi olla hyvinkin paljon ja vain osa innostuu kommentoimaan. Tämän takia voisi olettaa, että bloggaamiseen motivoivat tekijät pätsivät ainakin joiltain osin myös motivaatioon kommentoida niitä. Bloggaajan tavoin myös lukijoiden on kommentoimalla mahdollista jakaa omia ajatuksiaan ja tunteitaan muiden kanssa. Taiwanilaisia bloggaajia koskevassa tutkimuksessa blogin lukemisen motiiveja olivat esimerkiksi tunteiden, kokemusten ja kuulumisten vaihto muiden kanssa, tiedonhankinta, viihteellisyys ja halu lukea samoja blogeja kuin muutkin ja näin pysytellä kärryillä blogimaailman uusimmista ilmiöistä. Tutkimuksen mukaan motiiveista sosiaalinen ja affektiivinen vaihto sekä halu pysytellä kärryillä esimerkiksi muutiblogien uusimmista tuulista johtivat todennäköisimmin vuorovaikutukseen bloggaajan kanssa kommentoimalla blogiin. (Huang, Chou & Lin 2008.) Myös tarve kuluttaa aikaa ja tottumus blogin säännölliseen lukemiseen voivat olla motiiveja blogien lukemiseen (Baumer, Sueyoshi & Tomlinson 2008).

3.1.5 Tiedon jakaminen virtuaaliyhteisöissä

Koska blogeja voidaan pitää virtuaaliyhteisöinä, niissä pätevät myös monet yhteisöiden lait. Sosiaalinen vuorovaikutus on pääosassa, mutta sen ”siivellä” yhteisön jäsenet tulevat jakaneeksi paljon tietoa. Blogit tukevat sattumanvaraista tiedonhankintaa, sillä niiden lopullinen sisältö voi olla yllätys bloggaajalle itselleenkin kommentointimahdollisuuksien vuoksi. Blogien lukijat ja bloggaaja eivät aina tunne toisiaan lähemmin, joten blogien kohdalla voidaan puhua heikoista siteistä muihin blogiyhteisön jäseniin. Heikot siteet ihmisten välillä mahdollistavat monipuolisen tiedon jakamisen monesta eri näkökulmasta toisin kuin vahvojen siteiden ihmissuhteissa (Savolainen 2008, 184 [Granovetter 1973]). Läheisiltä saatava tieto voi olla yksipuolista verrattuna blogeissa jaettuun tietoon.

Yhteisöllisyyden takia tiedon jakamista voi säädellä vastavuoroisuuden periaate. Bloggaaja ja lukijat voivat pyrkiä tasapuolisesti kommentoimaan toistensa blogeja. Esimerkiksi Matikaisen (2009, 54–56) tutkimuksessa bloggaajat kertoivat vastavuoroisuudella olevan merkitystä. Vastavuoroisuuden kannalta katsottuna lukijoiden voisi ajatella tarjoavan bloggaajalle tukea ja tietoa kiitoksena hyvästä blogista. Toisaalta, kuten Matikaisenkin (2009, 54–56) tutkimuksessa kävi ilmi, vastavuoroisuus voi olla myös prososiaalisesti väritynyttä eikä vastavuoroisuus tähtää aina vain egoistiseen oman edun tavoitteluun.

Blogeja ja keskustelufoorumeja voidaan tarkastella virtuaalisena informaatiomaaperänä (information ground) (Savolainen 2011b). Informaatiomaaperälle keräännytään jotakin muuta tarkoitusta varten ja tiedon jakaminen on toissijainen funktio (Fisher & Naumer 2006, 98). Fisherin ja Naumerin (2006, 98–99) mukaan informaatiomaaperällä sosiaaliseen vuorovaikutukseen osallistuvilla on jokin sosiaalinen rooli, joka ohjaa osallistujan toimintaa vuorovaikutustilanteessa. Blogeissa monet kommentoijat omaksuvat usein tietynlaisen tavan kommentoida bloggaajan tilannetta. Kommentoija voi jakaa faktatietoja opettavaiseen tyyliin tai keskittyä olemaan emotionaalisesti rohkaiseva. Kommentoija voi myös esimerkiksi puolustaa bloggaajaa muita kommentoijia vastaan ja omaksua suojelevan roolin. Fisherin ja Naumerin (2006, 98–99) mukaan informaatiomaaperältä saatua tietoa voidaan käyttää moniin tarkoituksiin. Se voi hyödyttää vastaanottajaansa niin kognitiivisella, sosiaalisella kuin myös emotionaalisella tavalla. Varsinkin blogien kohdalla jaetun tiedon emotionaalinen merkitys voi olla hyvin suuri.

Informaatiomaaperällä jaetaan sekä formaalia että informaalia tietoa (Fisher & Naumer 2006, 99). Monissa tutkimuksissa on havaittu, että blogeissa ja verkkokeskusteluissa jaettu tieto on enimmäkseen informaalia ja henkilökohtaiseen kokemukseen perustuvaa. Esimerkiksi Savolaisen (2011a, 2011b) tutkimuksissa eriteltiin masennusblogeissa ja laihdutusblogeissa tapahtuvaa tiedon jakamista. Tutkimuksissa kävi ilmi, että suuri osa blogeissa jaetusta informaatiosta oli mielipiteisiin ja kokemuksiin perustuvaa. Esimerkiksi laihdutusblogien lukijoiden kommentteista noin 46 prosenttia sisälsi mielipiteitä, jotka pohjasivat usein omiin kokemuksiin laihdutuksesta. Informaation jakamista faktojen muodossa sisälsi lukijoiden kommentteista 17 prosenttia ja ehdotuksia laihdutusprosessiin vain noin 8 prosenttia. Cutronan ja Suhrin (1992) sosiaalisen tuen luokituksen termejä käyttäen Savolaisen masennusblogeja ja laihdutusblogeja koskevissa tutkimuksissa keskityttiin siis puhtaasti informatiivisen tuen tarkasteluun.

Masennusblogien lukijoiden kommentteista kaiken kaikkiaan vain 6,6 prosenttia sisälsi tiedon jakamista esimerkiksi viittaamalla muihin tiedonlähteisiin. Tutkimuksessa tarkasteltiin kuitenkin tiedon jakamista vastauksena bloggaajan suoraan kysymykseen, mikä selittää tiedon jakamista sisältävien kommenttien vähäisen määrän verrattuna laihdutusblogien kommentteihin. Savolainen vertasi tuloksia masennusta käsittelevään verkkokeskusteluun. Verkkokeskusteluissa tiedon jakamista vastauksina muiden esittämiin kysymyksiin esiintyi jopa 41,9 prosentissa viesteistä. Sekä blogeissa että verkkokeskustelussa jaettu tieto oli enimmäkseen henkilökohtaista tietoa. Viitteitä muihin lähteisiin, kuten Internet-sivuille tai asiantuntijoihin, esiintyi varsinkin keskustelufoorumilla todella vähän. (Savolainen 2011b.)

Fleming-Mayn ja Millerin (2010) tutkimuksessa selvitettiin kolmen pro-ana -blogin kirjoittajien ja kommentoijien tiedon jakamista analysoimalla blogien ja kommenttien sisältöjä. Pro-ana -blogien vuorovaikutuksessa tietoa jaettiin sekä tarkoituksellisesti vastauksina suoriin kysymyksiin kuin myös spontaanisti kertomalla tarinoita oman elämän kokemuksista. Sekä bloggaajat että kommentoijat tarjosivat toisilleen yksityiskohtaisia neuvoja ja ohjeita koskien esimerkiksi vähäkalorista ruokavaliota. Huomattavaa oli siis, että myös kommentoijat esittivät spontaanisti neuvoja ja ehdotuksia muille. Sen sijaan bloggaajan rooliin kuuluu oletus spontaanista opastamisesta blogimerkintöjen muodossa.

Bloggaajat ja kommentoijat neuvoivat toisiaan myös kertomalla omasta elämästään. tarinat saattoivat olla tunnustukselliseen sävyyn kirjoitettuja, mikä rohkaisi myös muita informoimaan omasta samankaltaisesta tilanteesta tai kokemuksesta. Tarinoita suurempi tapa jakaa tietoa omaan elämään liittyen oli oman tilanteen kriittinen tarkastelu. Pro-ana- blogeissa esiintyi säännöllisesti raportteja omasta painosta. Pro-ana- bloggaajat ja lukijat viittasivat usein myös pro-ana-elämäntapaansa inspiroiviin tai informaatiota tarjoaviin lähteisiin, kuten elokuviin, musiikkiin tai kirjoihin. Tutkimustulokset toimivat esimerkkinä blogeissa tapahtuvasta tiedon jaosta, vaikka tiedon jakamisen tavat voivat vaihdella erilaisten blogikategorioiden välillä. Pro-ana- blogien kirjoittajat ja kommentoijat voivat muodostaa tiiviimmän yhteisön kuin muiden päiväkirjamaisten blogien vuorovaikutukseen osallistuvat, joten tiedon jakaminenkin voi olla erilaista verrattuna muihin blogikategorioiden. (Fleming-May & Miller 2010.)

3.2 Sosiaalinen tuki virtuaaliyhteisöissä

Cutronan ja Suhrin (1992) luokitusta sosiaalisen tuen muodoista on käytetty monissa aiemmissä tutkimuksissa koskien Internetin keskustelufoorumeja ja blogeja. Myös kaikissa seuraavaksi esitellyissä tutkimuksissa on käytetty tätä luokitusta, vaikkakin monissa niistä alkuperäiseen luokitukseen on tehty muutoksia virtuaaliympäristön vuoksi. Blogimaailmassa sosiaalista tukea tarkastelleet tutkimukset ovat keskittyneet laihdutusblogeihin, päiväkirjamaisiin blogeihin ja syöpäblogeihin. Tässä tutkimuksessa blogitutkimukset täydentyvät hyvinvointiblogeilla ja syömishäiriöblogeilla.

3.2.1 Sosiaalinen tuki laihdutusblogeissa

Savolainen (2010) eritteli tutkimuksessa, millaisia strategioita laihdutusblogien lukijat käyttävät tarjotessaan tukea bloggaajalle. Laihdutuksessa pyritään muutokseen ja muutosta varten tarvitaan tietoa. Tutkimus perustui Savolaisen toiseen tutkimukseen (2011a), jossa hän tarkasteli vuorovaikutusta kahdeksan laihdutusblogin kirjoittajien ja lukijoiden välillä. Ilmaisut luokiteltiin vuorovaikutuksen tarkasteluun sopivan teorian avulla. Ilmaisulla saattoi olla sosioemotionaalinen funktio. Tällöin ne olivat sävyiltään joko negatiivisia tai positiivisia. Blogissa ilmenneet ilmaisut saattoivat olla myös tehtäväsuuntautuneita. Blogissa voitiin esittää kysymyksiä tai jakaa tietoa esimerkiksi ehdotusten muodossa. Tutkimustulosten pohjalta laihdutusblogeja käytettiin enimmäkseen emotionaalisen tuen ja tiedon jakamiseen. Sen sijaan niitä ei käytetty juurikaan tiedonhankinnallisiin tarkoituksiin. Kysymyksiä ei siis laihdutusblogeissa esitetty erityisen usein.

Savolaisen (2010) toisessa tutkimuksessa pureuduttiin syvemmälle laihdutusblogien vuorovaikutukseen. Tutkimuksessa keskityttiin tarkemmin tuen tarjoamisen ja hakemisen strategioihin. Viisikymmentä laihdutusblogia, joissa oli tuoreimmat päivitykset, valikoitiin tutkimukseen blogilista.fi -blogihakemistosta. Näistä kahdeksan blogia läpäisi kriteerit, jotka asetettiin blogeja tarkemmin läpikäydessä. Blogien tarpeeksi monipuolisen vuorovaikutuksellisuuden takaamiseksi niiden tuli sisältää vähintään kymmenen päivitystä ja 30 kommenttia. Toinen kriteeri tarkoitettiin varmistamaan, että laihdutusprojektin etenemistä pystyttiin seuraamaan tarpeeksi pitkällä aikavälillä. Blogin elinkaaren piti olla vähintään yhden kuukauden pituinen, mutta kuitenkin enintään puoli vuotta. Tutkimuksessa kerättiin sopivaa tietoa siis tarkoituksellisesti eikä satunnaisotannalla. Aineiston edustavuuden kriteerinä oli tarpeeksi monenlaisten tuen strategioiden löytäminen. Tarkoituksena ei ollut tulosten yleistettävyyteen pyrkiminen, vaan ilmiön kuvaaminen.

Tulokset analysoitiin aluksi kvantitatiivisesti. Niitä kuitenkin havainnollistettiin kvalitatiivisesti esittämällä tuen strategioista esimerkkejä. Tutkimuksessa viestit jaettiin ensin aiheen mukaisiin kategorioihin, jonka jälkeen niistä eriteltiin varsinaisia tuen tarjoamisen strategioita. Ristiriitoja poistettiin aineistosta kvalitatiivisesti. Koska yksi kommentti voi sisältää useita strategioita samassa viestissä, strategioiden yhteenlasketut prosenttiosuudet ylittivät 100 prosenttia. Bloggaajista ja lukijoista lähes kaikki olivat oletettavasti naisia. Bloggaajien ja lukijoiden anonymiteettia varjeltiin käyttämällä tutkimuksessa koodinimiä nimimerkkien sijaan. Lisäksi päivitysten ja kommenttien julkaisupäivämäärät häivyttiin.

Yli puolet (65 %) kommenteista oli tukea sisältävää tekstiä. Lukijat tarjosivat bloggaajalle eniten informatiivista tukea (72,6 %). Suurin osa siitä oli luonteeltaan opettavaista tukea. Lukijat kertoivat bloggaajalle esimerkiksi faktoja tai omia mielipiteitään. Opettamiseksi tulkittiin Savolaisen tutkimuksessa myös sellaiset ilmaisut, joissa kommentoija tarjosi uutisia omasta laihdutusprojektistaan ja esimerkiksi hyödyllisiksi koetuista laihdutusmetodeista. Muita informatiivisen tuen alakategorioita olivat Savolaisen tutkimuksessa ehdotuksen tai neuvon antaminen sekä johonkin tiedonlähteeseen viittaaminen. Näitä alakategorioita ei tutkimusaineistossa juurikaan esiintynyt. Huomattavaa on, että Savolaisen tutkimuksessa Cutronan ja Suhrin (1992) luokittelusta oli jätetty pois yksi informatiivisen tuen alaluokka, tuen vastaanottajan tilanteen arviointi. Toiseksi suurin tuen tarjoamisen muoto oli itsetunnon tuki (44,4 %). Suurin osa tästä tuesta oli bloggaajan kehumista. Hieman esiintyi myös bloggaajan itsesyytösten ja huonon omatunnon helpottamista.

Kolmanneksi eniten kommenteissa ilmeni emotionaalista tukea (37,8 %). Rohkaiseminen sekä ymmärrys ja empatia olivat emotionaalisen tuen alakategorioista käytetyimpiä. Sympatiaa tai läheisyyden osoittamista bloggaajaa kohtaan ei kuitenkaan juuri esiintynyt kommenteissa. Vähiten lukijat tarjosivat sosiaaliseen verkostoitumiseen liittyvää tukea (10,3 %). Kumppanuuden osoittaminen kommenteissa oli siis melko harvinainen tuen muoto. Sosiaalisen verkostoitumiseen tähtäävää tukea saatettiin antaa esimerkiksi tarjoamalla omaa sähköpostiosoitetta bloggaajalle, jotta hän voisi ottaa halutessaan yhteyttä lukijaan.

3.2.2 Sosiaalinen tuki päiväkirjamaisissa blogeissa

Ko, Wang ja Zun (2011) tutkimuksessa tarkasteltiin suosituimpien päiväkirjatyypisten blogien lukijoiden tapoja tarjota sosiaalista tukea bloggaajalle. Päiväkirjatyypisissä blogeissa kerrotaan omasta elämästä ja avaudutaan omista ajatuksista blogin lukijoille (Ko, Wang & Zu 2011). Tutkimusaineisto kerättiin Taiwanin suurimmalta blogisivustolta (Wretch). Sivustolta valittiin tutkimukseen viisi jatkuvasti suosituinta blogia, joista kerättiin 479 lukijoiden kommenttia analysointia varten. Jokaisesta blogista valittiin kymmenen tuoreinta blogimerkintää. Yhdestä blogimerkinnästä kerättiin analysoitavaksi enimmillään kymmenen lukijoiden kommenttia. (Ko, Wang & Zu 2011.)

Aineistolle tehtiin sisällönanalyysi. Kaksi tutkijaa luki kommentit läpi moneen kertaan, jotta ristiriitaisuudet saatiin poistettua ja jokainen tuen muoto löysi oman luokkansa. Cutronan ja Suhrin luokittelun ulkopuolelle jääneille ilmauksille muodostettiin oma luokkansa. Luokkaan kuuluivat esimerkiksi bloggaajalle esitetyt kysymykset ja kommentoijan omat blogimerkintään liittymättömät pohdinnat. (Ko, Wang & Zu 2011.)

Lähes 40 prosenttia lukijoiden kommenteista sisälsi itsetunnon tukea. Itsetunnon parantamiseen tähtäävän tuen alakategorioista yleisin oli toisen näkökulman hyväksyntä (26 %). Lukijat osoittivat hyväksyvänsä bloggaajan mielipiteen, ajatuksen tai tunteen. Luokittelun alakategorioista myös bloggaajan kehumista esiintyi aineistossa jonkin verran (14 %). Bloggaajat kertoivat usein elämästään ja tuntemuksistaan luovasti, mikä sai lukijat kehumaan esimerkiksi bloggaajan kirjoitustaitoja. (Ko, Wang & Zu 2011.)

Toiseksi yleisin sosiaalisen tuen tarjoamisen strategia päiväkirjatyypisissä blogeissa oli emotionaalinen tuki (25 %). Bloggaajan rohkaisu ja toivon ylläpitäminen olivat käytetyin keino bloggaajan emotionaalisessa tukemisessa (24 %). Bloggaajaa kannustettiin myös jatkamaan bloggaamista joko suoraan tai epäsuorasti osoittamalla lukevansa blogia ja olevansa lojaali lukija. Muita emotionaalisen tuen alakategorioita ei esiintynyt aineistossa ollenkaan tai vain hyvin vähän. (Ko, Wang & Zu 2011.)

Päiväkirjatyypisissä blogeissa ei tarjottu bloggaajalle juurikaan informatiivista tukea, verkostoitumiseen liittyvää tukea tai konkreettista tukea. Verkostoitumiseen tähtäävän tuen ja konkreettisen tuen vähäisyyden uskottiin tutkimuksessa johtuvan blogien virtuaalisuudesta. Toisaalta tutkimuksessa huomautettiin, että ylipäätään kaikki lukijoiden vastaukset bloggaajalle voitaisiin tulkita laajasti ottaen sosiaalisen verkostoitumisen tueksi. (Ko, Wang & Zu 2011.)

3.2.3 Sosiaalinen tuki syöpäblogeissa

Kimin ja Chungin (2007) mukaan syöpään sairastuneet eivät aina tunne saavansa tarpeeksi tukea sairauden kanssa kamppailuun läheisiltään, joten osa syöpään sairastuneista hakee tukea muilta kirjoittamalla blogia. Syöpäpotilaita motivoi bloggaamaan ennen kaikkea mahdollisuus kommunikoida muiden syöpään sairastuneiden kanssa sekä emotionaalisen tuen, kuten rohkaisun, saaminen blogin lukijoilta. Srivastavan ja Morelandin (2009) tutkimuksessa tarkasteltiin, millaisia

sosiaalisen tuen ilmaisuja syöpäblogeissa esiintyy kaikkein eniten. Tutkimukseen kerättiin ensin 100 aktiivista syöpäblogia Googlen blogihakua hyödyntämällä. Näistä blogeista aineistoon valikoitui 50 syöpäpotilaan kirjoittamaa blogia, joista analysoitiin viidenkymmenen satunnaisten blogimerkinnän kaikki kommentit. Enemmistö bloggaajista oli naisia.

Tutkimusaineiston analysoinnissa ei huomioitu alkuperäisen sosiaalisen tuen luokituksen (Cutrona & Suhr 1992) alaluokkia ollenkaan. Lisäksi tutkimuksessa yhdistettiin itsetuntoon liittyvä tuki emotionaaliseen tukeen. Jäljelle jäivät neljä tuen luokkaa: informatiivinen tuki, konkreettinen tuki, emotionaalinen tuki ja sosiaalisen verkostoitumisen tuki. Jokainen syöpäblogin kommentti luokiteltiin kuuluvaksi vain yhteen sosiaalisen tuen kategoriaan, sillä kommentit olivat useimmiten hyvin lyhyitä. (Srivastava & Moreland 2009.)

Syöpäblogien kommentteissa tarjottiin enimmäkseen emotionaalista (84,2 %). Emotionaalisen tuen määrä oli huomattavan suuri, sillä tutkimuksessa siihen sisältyi myös itsetuntoon liittyvä tuki. Informatiivista tukea jaettiin syöpäblogien kommentteissa paljon vähemmän (9,9 %). Informatiivisen tuen oletettiin olevan hyödyllistä silloin, kun syöpää sairastava henkilö haluaa tietoa liittyen diagnoosiin ja sairauden hoitamiseen. Myös viittauksia erilaisille syöpää käsitteleville Internet -sivustoille esiintyi tutkimusaineistossa jonkin verran. Sosiaalisen verkostoitumisen tukea jaettiin vain 4,8 prosentissa kommentteista ja konkreettista tukea alle yhdessä prosentissa. (Srivastava & Moreland 2009.)

3.2.4 Sosiaalinen tuki syömishäiriöisten keskustelufoorumeilla

Eichhorn (2008) eritteli aikaisempien tutkimustulosten pohjalta syömishäiriöisten toisilleen tarjoaman tuen tyyppejä. Tutkimusaineisto kerättiin Yahoo!- hakemistopalvelun kautta. Yahoo!- palvelu oli tuolloin hyvin suosittu, mikä paransi todennäköisyyttä saada mahdollisimman monipuolista aineistoa tutkimukseen. Yahoo!- palvelun keskusteluista valittiin viisi suosituinta ja käyttäjämääriltään suurinta syömishäiriöisten keskustelupalstaa. Keskustelupalstoilta valittiin satunnaisesti viestejä tutkimukseen mahdollisimman tasaisesti joka keskustelupalstalta. Tuen tarjoamisen strategioita saattoi olla yhdessä viestissä useampia, minkä takia strategioiden lukumäärä ylittää viestien lukumäärän aineistossa. (Eichhorn 2008.)

Analysoitujen viestien kirjoittajien demografiset tiedot otettiin myös talteen. Tiedot saatiin keskustelufoorumin käyttäjien luomista profiileista. Käyttäjien ikä, sukupuoli, sijainti ja siviilisäät

otettiin mukaan tutkimukseen. Lisäksi viestien julkaisemisajankohta huomioitiin. Huomattavaa kuitenkin on, että tutkimukseen otettiin vain yksi viesti kultakin käyttäjältä. Muuten tilastot käyttäjien keskimääräisistä demografisista tiedoista olisivat vääristyneet. Käyttäjistä 37 prosenttia oli 20–30 -vuotiaita ja suurin osa naispuolisia. Lähes puolet käyttäjistä asui Yhdysvalloissa. (Eichhorn 2008.)

Tutkimuksen mukaan syömishäiriö on kontrolloitavissa oleva ongelma, minkä takia syömishäiriöblogin kirjoittaja tarvitsee Cutronan ja Suhrin (1992) teorian mukaan ennen kaikkea tukea ongelmanratkaisuun. Tämän takia tutkimuksessa hypoteesina oli informatiivisen tuen olevan eniten tarjottu tuen muoto syömishäiriöisten keskustelupalstoilla. Hypoteesi osui oikeaan. Informatiivista tukea tarjottiin eniten (29,7 %) esimerkiksi faktojen muodossa. Emotionaalisen tuen merkitys oli kuitenkin lähes yhtä suuri (27,8 %). Emotionaalista tukea hakevat tutkimuksen mukaan mahdollisesti erityisesti sellaiset syömishäiriötä sairastavat, jotka eivät tunne kontrolloivansa sairauttaan kovin hyvin. Syömishäiriöisten verkkokeskusteluissa prososiaalinen vivahde oli ilmeinen. Verkkokeskusteluissa jaettiin myös jonkin verran sosiaalisen verkostoitumisen tukea (21,2 %). Lisäksi syömishäiriötä sairastavat tarjosivat toisilleen myös konkreettista tukea materiaaliin resursseihin viittaamalla (12 %). Huomattavaa on, että monissa muissa tutkimuksissa viittaukset esimerkiksi kirjälähteisiin oli sisällytetty informatiiviseen tukeen konkreettisen tuen sijaan. (Eichhorn 2008.)

3.2.5 Sosiaalinen tuki vammaisten keskusteluforumilla

Braithwaiten, Waldronin ja Finnin (1999) mukaan fyysiset vammat vaikuttavat monella tapaa ihmisten kommunikointiin. Tietokonevälitteisesti tapahtuvalla viestinnällä onkin paljon vammaisten kommunikointia helpottavia piirteitä. Tutkimuksella pyrittiin osoittamaan sosiaalisen tuen merkitys vammaisten arkielämässä, ei vain kriisitilanteissa. Tutkimus pohjautui vammaisten sähköiseltä keskusteluforumilta valikoituihin viesteihin. Käyttäjät lähettivät foorumille viestejä sähköpostitse. Keskusteluforumi toimi tukiryhmänä vammaisille. Tutkimusta varten kerättiin viestejä yhden kuukauden ajalta vuonna 1995. Yhteensä tukea sisältäviä viestejä löytyi aineistosta 1472. (Braithwaite, Waldron & Finn 1999.)

Analysointi tapahtui lajittelemalla viestit karkeasti sisältönsä mukaan. Viestit lajiteltiin huolenpitoa, kuuluvuuden tunnetta, itsetuntoa tai ohjeita tarjoaviin. Keskusteluforumin viesteillä oli yhteensä

42 eri lähettäjä. Taustatietoja ei saatu kerättyä, sillä vammaisten foorumi oli anonyymi. Suurimmalla osalla keskusteluun osallistujista oli kuitenkin fyysinen vamma ja he asuivat ympäri Yhdysvaltoja. (Braithwaite, Waldron & Finn 1999.)

Eniten jaettiin emotionaalista tukea (40 %). Emotionaalinen tuki oli useimmiten empatian ja ymmärryksen ilmaisuja sekä rohkaisua. Usein samassa viestissä oli monenlaisia emotionaalisen tuen alakategorioita. Tutkimuksessa emotionaalisen tuen alakategorioista rohkaisun ja empatian lisäksi esiintyi sympatiaa, läheisyyden ja rakkauden osoituksia, symbolista luottamuksellisuutta, toisen puolesta rukoilua ja fyysisen kiintymyksen osoituksia verbaalisessa muodossa. (Braithwaite, Waldron & Finn 1999.)

Informatiivinen tuki oli toiseksi suosituin tuen muoto (31,3 %). Cutronan ja Suhrin (1992) mukaan informatiivisella tuella pystytään vastaamaan parhaiten kontrolloituihin ongelmiin. Vammaiset eivät kuitenkaan välttämättä tunne vammaisuutensa olevan kontrolloitavissa, mikä selitti tutkimuksen mukaan emotionaalisen tuen yleisyyden vammaisten verkkokeskusteluissa. Opettaminen ja tilanteen uudelleenarviointi olivat informatiivisen tuen alakategorioista eniten esiintyviä. Informatiivinen tuki auttaa vammaisia vähentämään epävarmuutta liittyen ihmissuhteisiin tai fyysisen vamman kanssa elämiseen. Muita Cutronan ja Suhrin tuen muotoja esiintyi huomattavasti vähemmän kuin emotionaalista ja informatiivista tukea. Itsetunnon tuki (18,6 %) ilmeni enimmäkseen toisten mielipiteiden ja näkemysten hyväksyntänä. Sosiaalisen verkostoitumisen tukea (7,1 %) jaettiin foorumilla eniten muistuttamalla muista samassa tilanteessa olevista. (Braithwaite, Waldron & Finn 1999.)

Cutronan ja Suhrin luokittelun ulkopuolisia tuen muotoja ilmeni neljä: huumori, runot ja omat tarinat, viestien allekirjoitukset ja nonverbaalit vihjeet. Usein huumorin kautta välitetty tuki oli sisällytettävissä muihin Cutronan ja Suhrin tuen muodon luokkiin, kuten empatian osoituksiksi. Huumoria saatettiin käyttää foorumilla sarkastisesti. Sillä voitiin myös helpottaa uusien ihmissuhteiden alussa ilmenevää vaivaantuneisuutta. Nonverbaalit vihjeet taas olivat tukemista esimerkiksi hymiöiden ja fyysisten reaktioiden tai eleiden verbaalin kuvailun muodossa. Runot ja viestien lopussa esitetyt henkilökohtaiset mietelmät tai aforismit edustivat usein esimerkiksi emotionaalista tukea muille. Runot olivat yksi tapa kertoa omasta elämästä tarinoita, joita esiintyi myös keskustelufoorumilla jonkin verran. (Braithwaite, Waldron & Finn 1999.)

3.2.6 Sosiaalinen tuki ärtyvän suolen oireyhtymästä kärsivien keskustelufoorumilla

Koska ärtyvän suolen oireyhtymä on vielä huonosti tunnettu sairaus, tutkimuksessa haluttiin selvittää tarkemmin, millaisia tarpeita ja kokemuksia oireyhtymää sairastavilla on. Oireyhtymällä on usein negatiivinen vaikutus ihmisen sosiaaliseen elämään, mikä voi rohkaista osallistumaan ärtyvästä suolesta kärsivien verkkotukiryhmiin. Coulsonin (2005) tutkimukseen otettiin mukaan kaikki viestit syömishäiriöisten keskustelufoorumilta kahdeksan kuukauden ajalta vuonna 2004. Yhteensä viestejä oli 572. Viesteissä näkyivät lähettäjän nimimerkki, päivämäärä, julkaisuaika ja itse viestin sisältö. Useimmiten viestit olivat vastauksia edelliseen viestiin. Keskustelufoorumi oli kaikille avoin eikä sen käyttö vaadi rekisteröitymistä. Tämän takia keskustelufoorumin osallistujilta ei pyydetty lupaa viestien tutkimuskäyttöön. Keskustelufoorumin jäsenmäärä oli suuri, mikä puolsi myös luvan pyytämättä jättämistä.

Aineistosta löytyi 132 eri lähettäjä. Keskustelufoorumin osallistujista saatiin kerättyä vain vähän taustatietoja foorumin anonyymin luonteen vuoksi. Aineistossa oli kuitenkin paljon eri-ikäisiä ihmisiä molemmista sukupuolista. Euroopan ja Pohjois-Amerikan maat olivat hyvin edustettuina aineistossa. Viestit luettiin moneen kertaan ja samankaltaisista tuen ilmaisuista muodostettiin kategorioita. Kategorioita verrattiin aikaisempien tutkimusten pohjalta muodostettuihin tuen pääkategorioihin. Ärtyvän suolen oireyhtymästä kärsivien keskustelufoorumin päätarkoitus oli tutkimuksen mukaan informatiivisen tuen välittäminen. Keskustelufoorumilla jaettiin paljon tukea faktojen ja yksityiskohtien muodossa esimerkiksi oireiden aiheuttajista, lääkkeistä sekä menettelytavoista eri tilanteissa liittyen sairauteen. Erityisesti foorumilla jaettiin kuitenkin tietoa liittyen oireiden tulkintaan ja sairauden kanssa elämiseen. Informatiivista tukea havaittiin myös monissa keskusteluissa liittyen keskustelijoiden kokemuksiin kohtaamisista terveyshuollon työntekijöiden kanssa. (Coulson 2005.)

Tukea jaettiin foorumilla eri tavoin. Neuvomisen lisäksi faktoja ja teknisiä tietoja jaettaessa keskusteluun osallistujat ”opettivat” usein toisiaan. Opetettavia tietoja olivat esimerkiksi tyypilliset oireet, testit, hoidot ja terminologia ärtyvästä suolesta puhuttaessa. Informatiivista tukea jaettiin opettavaisesti erityisesti sellaisissa viesteissä, joissa vastattiin uusien jäsenten kysymyksiin sairaudesta. Opettamisen lisäksi informatiivista tukea ilmaistiin arvioimalla jonkun keskustelun osallistujan tilannetta uudestaan positiivisemmassa valossa. Ärtyvästä suolesta kärsivät viittasivat myös asiantuntijoihin viesteissään. Viittauksia oli varsinkin Internet-sivuihin, mutta myös erilaisiin

organisaatioihin ja kirjoihin. Informatiivinen tuki oli hyödyllistä erityisesti uusille keskustelufoorumien jäsenille, joilla ei vielä ollut selvää kuvaa ärtyvän suolen oireyhtymästä. (Coulson 2005.)

Emotionaalista tukea jaettiin keskustelufoorumilla erityisesti liittyen ärtyvän suolen oireiden kanssa kamppailuun. Foorumilla sai ilmaista omaa turhautumistaan, jos jokin erityinen ruokavalio tai lääke ei tehonnutkaan sairauteen. Emotionaalinen tuki oli tärkeää etenkin uusille jäsenille heidän sinnitellessään oireiden kanssa. Empatia ja toisten ymmärrys olivat näkyvässä osassa keskustelufoorumien viesteissä. Keskusteluun osallistujat saivat vastakaikua omiin tunteisiinsa ja osallistujia myös rohkaistiin ilmaisemaan tunteitaan. (Coulson 2005.)

Itsetuntoon liittyvä tuki esiintyi tutkimusaineistossa toisten kehumisena ja muiden näkökulmien ja mielipiteiden hyväksymisenä. Verkostoitumiseen liittyvä tuki taas näkyi uusien jäsenten kannustamisena jakamaan omia kokemuksiaan ja tuntemuksiaan ärtyvän suolen oireyhtymän kanssa elämisestä. Uusia jäseniä muistutettiin foorumin olemassaolosta juuri tuen jakamisen paikkana, jossa on aina joku kuuntelemassa ja ymmärtämässä jäsenten kokemuksia. Verkossa toimiva ärtyvän suolen oireyhtymästä kärsivien tukiryhmä on ikään kuin kohtaamispaikka sairastuneille, jossa vanhemmat jäsenet antavat toivoa ja rohkaisua uusille jäsenille. Konkreettista tukea esiintyi keskustelufoorumilla vähän tietokonevälitteisen viestinnän vuoksi. Fyysiset etäisyydet olivat jäsenten välillä suuria. Kuitenkin aineistosta nousi esiin joitakin tapauksia, joissa jäsen ilmaisi halukkuutensa lähettää toiselle jäsenelle esimerkiksi ruokavalioon liittyviä ohjeita sähköpostin välityksellä tarvittaessa. (Coulson 2005.)

3.2.7 Sosiaalinen tuki HIV/AIDS- potilaiden keskustelufoorumilla

Mon ja Coulsonin (2008) tutkimuksessa tarkasteltiin, millaista tukea HIV/ AIDS- potilaat saivat muilta keskustelufoorumilaisilta. Tutkimusaineistoon kerättiin kaikki viestit HIV/AIDS- potilaiden keskustelufoorumilta yhden kuukauden ajalta vuonna 2006. Näistä viesteistä valittiin satunnaisotannalla 85 viestiketjua. Yhteensä analysoitavia viestejä oli 1 138. Keskustelufoorumilaisia ei informoitu viestien tutkimuskäytöstä, sillä keskustelufoorumi oli kaikille avoin. Suurin osa viesteistä oli HIV-positiivisten miesten lähettämiä. Viestejä oli lähetetty eniten USA:sta, Euroopasta (erityisesti Isosta-Britanniasta) ja Australiasta.

Cutronan ja Suhrin (1992) luokitusta muokattiin aineiston analysointiin sopivammaksi pilottitestin jälkeen. Alkuperäisestä luokituksista poistettiin emotionaalisen tuen alakategoria ”kuunteleminen” verkkoympäristön vuoksi. Informatiivisen tuen alakategoriaksi lisättiin omien kokemusten jakaminen. Lisäksi sosiaalisen verkostoitumisen tuen kaksi alaluokkaa yhdistettiin ja emotionaalisen tuen alaluokaksi lisättiin huolenpidon osoittaminen. (Mo & Coulson 2008.)

Informatiivinen tuki oli kaikkein eniten esiintyvä tuen muoto (44,5 %). Informatiivisen tuen alakategorioista esiintyi paljon neuvomista ja vinkkien antamista (15 %). Myös pilottitestin jälkeen muodostettuun omista kokemuksista kertomisen alaluokkaan kerääntyi viestejä kohtuullisesti (18,4 %). Keskusteluun osallistujat eivät opettaneet toisiaan välttämättä suoraan, vaan kertoivat omasta tilanteestaan ikään kuin esimerkkinä. Myös emotionaalista tukea jaettiin keskustelufoorumilla suhteellisen paljon (35,2 %). Kaikkein eniten jaettiin huolenpitoa ja huolestumista osoittavaa tukea (13 %), joka oli Cutronan ja Suhrin (1992) alkuperäisen luokituksen ulkopuolinen tuen alakategoria. Itsetunnon tukea (12,4 %), sosiaalisen verkostoitumisen tukea (6,9 %) ja konkreettista tukea (1,0 %) jaettiin foorumilla vähemmän. Itsetunnon tuesta valtaosa oli toisten kehumista (8,9 %). (Mo & Coulson 2008.)

3.2.8 Yhteenveto aiemmasta tutkimuksesta

Aikaisemmissa tutkimuksissa käytetyt sosiaalisen tuen pääluokat ovat useimmiten olleet informatiivinen tuki, emotionaalinen tuki, itsetunnon tuki, sosiaalisen verkostoitumisen tuki sekä joissakin tutkimuksissa myös virtuaalimaailmassa harvinaisempi konkreettinen tuki. Koska luokitus on kehitetty kasvokkaisen vuorovaikutuksen ja tuen tarkasteluun, se ei välttämättä kata kaikkia tuen muotoja verkkoympäristössä. Tämän takia luokitusta on monissa tutkimuksissa sovellettu, jolloin tulokset kertovat tarkemmin tuen tarjoamisen strategioista juuri Internetissä.

Blogeissa tarjotusta tuesta on tehty vähemmän tutkimuksia kuin verkkokeskustelujen tuesta. Savolaisen (2010), Srivastavan ja Morelandin (2009) sekä Ko, Wang ja Zu:n (2011) tutkimukset kohdistuivat kaikki blogeihin. Blogit olivat vapaa-ajalla kirjoitettavia. Blogeille oli yhteistä runsas itsetuntoon liittyvän tuen tarjoaminen. Myös emotionaalista tukea jaettiin blogeissa paljon. Sen sijaan aikaisemmissa tutkimuksissa informatiivisella tuella ei näyttäisi olevan kovinkaan suurta roolia blogeissa lukuun ottamatta Savolaisen (2010) tutkimusta laihdutusblogeista. Laihdutusblogeissa informatiivista tukea jaettiin melko runsaasti. Aikaisempien tutkimusten

blogeissa ei jaettu juuri sosiaaliseen verkostoitumiseen liittyvää tukea tai varsinkaan konkreettista tukea.

Sen sijaan verkkokeskusteluissa esiintyi aikaisempien tutkimusten mukaan enemmän informatiivista tukea kuin blogeissa. Informatiivisen tuen ohella jaettiin kuitenkin myös emotionaalista tukea hyvin paljon, joten keskustelufoorumit eivät ole tutkimusten valossa ainoastaan asiapitoiseen keskusteluun keskittyneitä. Itsetunnon kohottamiseen liittyvää tukea jaettiin verkkokeskusteluissa kuitenkin vähemmän kuin blogeissa. Sosiaalisen verkostoitumisen tuki ja konkreettinen tuki taas eivät olleet merkittävässä roolissa verkkokeskusteluissakaan. Aikaisempien tutkimusten tulokset sosiaalisen tuen muotojen esiintymisestä blogeissa ja verkkokeskusteluissa on esitetty taulukossa 1.

Taulukko 1. Sosiaalisen tuen pääluokkien prosentuaaliset osuudet aikaisemmissa tutkimuksissa koskien blogikommentteja ja keskustelufoorumien viestejä

	Informatiivinen tuki	Emotionaalinen tuki	Itsetunnon tuki	Verkostoitumisen tuki	Konkreettinen tuki
Savolainen (2010); laihдутusblogit	73 %	38 %	44 %	10 %	-
Ko, Wang & Zu (2011); päiväkirjamaiset blogit	1 %	25 %	40 %	1 %	-
Srivastava & Moreland (2009); syöpäblogit	10 %	84 %	-	5 %	1 %
Eichhorn (2008); syömishäiriöisten keskustelufoorumi	30 %	28 %	10 %	21 %	12 %
Braithwaite, Waldron & Finn (1999); vammaisten keskustelufoorumi	31 %	40 %	19 %	7 %	3 %
Mo & Coulson (2008); HIV-potilaiden keskustelufoorumi	45 %	35 %	12 %	7 %	1 %

Tutkimustuloksia on tarkasteltu optimaalisen täsmäytyksen teorian valossa vain kahdessa tutkimuksesta. Tilannekontrollin määrää on vaikea perustella ilman tarkempaa tietämystä esimerkiksi sairauden luonteesta ja tutkimusten kohderyhmien ominaisuuksista. Esitellyistä tutkimuksista vain Eichhornin (2008) ja Braithwaiten, Waldronin ja Finnin (1999) tutkimuksissa otettiin kantaa tilanteen kontrolloitavuuteen ja sen vastaavuuteen tarjotun tuen kanssa. Eichhornin mukaan syömishäiriöt ovat kontrolloitavissa oleva ongelma, mikä selitti informatiivisen tuen suuren määrän foorumilla. Sen sijaan vammaisuutta voidaan Braithwaiten, Waldronin ja Finnin mukaan pitää kontrolloimattomana ongelmana, minkä takia emotionaalista tukea tarjottiin vammaisten foorumilla eniten.

Vaikka tilanteen kontrolloitavuudesta ei voida tässä tutkimuksessa sanoa mitään varmaan, on mielenkiintoista silmällä taulukossa 1 esitettyjä informatiivisen ja emotionaalisen tuen suhteita eri tutkimuksissa. Vaikka kommentoijat eivät tietenkään osaa aina tarjota optimaalisen täsmäytyksen teorian mukaista optimaalisinta tuen muotoa bloggaajalle, voidaan asiaa kuitenkin tarkastella teoreettisella tasolla. Koska syöpäblogeissa ja päiväkirjamaisissa blogeissa jaettiin enemmän emotionaalista tukea kuin informatiivista tukea, voisi bloggaajan tilanteen olettaa olevan optimaalisen täsmäytyksen teorian mukaan kontrolloimattomissa. Syövän ja elämän kuluissa on jotain samaa: ne muuttavat koko ajan suuntaansa. Sen sijaan HIV:in ja laihtumisen kanssa eläminen on ihmisestä itsestään kiinni. Tilanteet olisivat mahdollisesti siis kontrolloitavissa, minkä takia informatiivista tukea jaettiin laihtumusblogeissa ja HIV/AIDS- potilaiden keskustelufoorumilla eniten.

Blogeissa tai keskustelufoorumeilla eniten tarjottu tuki ei kuitenkaan ole välttämättä kaikkein optimaalisin tuen muoto tuen vastaanottajalle, joten aikaisempien tutkimustulosten pohjalta ei voida suoraan selvittää tilanteen kontrolloitavuutta. Lisäksi esimerkiksi elämää voidaan pitää myös kontrolloitavana ilmiönä, joten emotionaalisen tuen suurta määrää verrattuna informatiiviseen tukeen ei voida selittää tilanteen kontrolloitavuudella. Blogeissa tai keskustelufoorumeilla eniten jaettu tuen muoto ei siis välttämättä kerro suoraan tilannekontrollin määrästä. Esimerkiksi päiväkirjamaisissa blogeissa kirjoitetaan hyvin erilaisista aiheista. Jotkut kirjoittavat enemmän tunnepitoisia blogimerkintöjä kuin toiset, minkä voisi olettaa aiheuttavan emotionaalisia vastareaktioita kommentoijissa. Päiväkirjamaisten blogien lukijat saattavat myös tuntea bloggaajan hyvin, mikä tekee emotionaalisen tuen tarjoamisesta luonnollisempaa.

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tässä luvussa esitellään tutkimuksen toteuttamiseen liittyvät seikat. Aluksi esitetään tutkimusongelmat. Tämän jälkeen kerrotaan tutkimusaineiston ominaisuuksista sekä aineiston keruu- ja analysointimenetelmistä. Lopuksi tarkastellaan tutkimuseettisiä kysymyksiä.

4.1 Tutkimusongelmat

Tässä tutkimuksessa tarkastellaan tuen tarjoamisen strategioita kahden eri aihealueen blogeissa. Tutkimuskysymykset ovat:

1. Millaisia strategioita blogin lukijat käyttävät tarjotessaan tukea bloggaajalle Cutronan ja Suhrin (1992) sosiaalisen tuen luokittelun avulla tarkasteltuna?
2. Onko strategioissa eroavaisuuksia kahden eri aihealueen blogien välillä (hyvinvointi- ja syömishäiriöblogit)?

Vertailuasemaa hyödynnetään kahden erilaisen blogikategorian tarkastelussa. Tutkimuksessa keskitytään hyvinvointiblogeissa ja syömishäiriöisten blogeissa ilmeneviin tuen muotoihin. Tarkoituksena on tarkastella, löytyykö blogikategorioiden väliltä suhteellisen selviä eroja tuen tarjoamisen strategioissa. Lisäksi tuloksista nostetaan esiin tuen mahdollisia yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia aikaisempiin tutkimuksiin verrattuna. Vertailukohteina ovat niin blogitutkimukset kuin myös verkkokeskusteluihin keskittyneet tutkimukset. Verkkokeskusteluissa käytetyistä tuen tarjoamisen strategioista on tehty enemmän tutkimuksia kuin blogien tuen strategioista. Vertailu näihin tutkimuksiin voikin tuoda esiin vain blogeille ominaisia sosiaalisen tuen piirteitä.

Tutkimuksessa en tarkastele strategioita, joita bloggaaja käyttää hakiessaan tukea muilta enemmän tai vähemmän tietoisesti. Näkökulma ei siis ole vuorovaikutuksellinen, koska tutkimusaineistoon kerättiin vain kommentteja. En tarkastellut, miten blogeissa haettu ja tarjottu tuki lopulta kohtasivat. Tutkimuksesta rajattiin pois myös kommenttien mahdolliset vaikutukset bloggaajaan.

4.2 Tutkimusaineiston ominaisuudet

Aineisto kerättiin blogilista.fi -blogihakemistosta harkinnanvaraisesti. Sopivia blogeja etsittiin aluksi erilaisilla hakusanoilla liittyen hyvinvointiin ja syömishäiriöihin. Lisäksi hyödynnettiin bloggaajien omia tageja, joilla he olivat kuvailleet blogiaan. Blogeja löydettiin myös ns. lumipallo-otannalla. Samaa aihetta käsittelevien blogien jäljille päästiin seuraamalla bloggaajan linkityksiä lukemiinsa blogeihin.

Harkinnanvarainen otanta on tyypillistä kvalitatiiviselle tutkimukselle (Sarajärvi & Tuomi 2009, 84). Tutkimuksessa käytettiin harkinnanvaraista otantaa, jotta tulokset olisivat vertailukelpoisempia. Tutkimusaineistoksi kerättiin kommentteja suoraan blogeista, eikä käytetty tiedonkeruutapana esimerkiksi haastattelua. Alkuperäisdokumentteja tulkitsemalla voidaan saada tietoa suoraan ilmiöstä ilman välikäsiä. Kommenttien tarkka tutkiskelu antaa hyvän kuvan blogeissa tarjotusta sosiaalisesta tuesta. Tiedonkeruutavan avulla kommentoijien ajatuksiin päästään hyvin käsiksi.

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tutkimusaineiston riittävä koko määritellään yleensä saturaatiolla. Aineistoa on kerätty riittävästi, kun saturaatiopiste on saavutettu eivätkä uudet tapaukset tuo tutkimusongelman kannalta enää mitään uutta tietoa. Tuomen ja Sarajärven (2009, 89) mukaan tutkimuksessa ei voida perustella aineiston kokoa saturaatiolla, jos se kvantifioidaan. Kvantifiointi ja aineiston heterogeenisyyden tutkiminen vaativat aina kooltaan suuremman aineiston kuin homogeenisyyden ja puhtaasti kvalitatiivisesti analysoidun aineiston tutkiminen (emt. 2009, 90.) Tässä tutkimuksessa aineistoa käsitellään myös kvantitatiivisesti, joten saturaatiota ei voitu käyttää aineiston riittävyyden perusteena. Sen sijaan aineistoa pyrittiin keräämään jo alun alkaen mahdollisimman paljon, jotta myös kvantitatiivisesta analysoinnista olisi jotain hyötyä.

Tutkimusaineistoksi sopivien blogien kriteerit tarkentuivat blogien selailun myötä. Tutkimusaineistoon kerättiin vain sellaisia suomenkielisiä blogeja, joita kirjoitettiin harrastusmielessä ilman varsinaista palkkaa. Aineistoon kelpuutettiin kuitenkin mainoksia sisältävät blogit. Bloggaaja saattoi siis saada erilaisia tuotteita palkkioksi siitä, että mainostaa blogisivuillaan jotakin tuotetta. Hän ei kuitenkaan saanut blogata työkseen. Syömishäiriöblogeissa kaupallisuutta ei esiintynyt juurikaan, mutta hyvinvointiblogeja osataan jo hyödyntää myös taloudellisessa mielessä.

Kuten Savolaisen (2010) tutkimuksessa, blogien tuli vuorovaikutuksellisuuden takaamiseksi sisältää vähintään kymmenen päivitystä ja 30 kommenttia. Jokaisesta blogista valittiin satunnaisesti

kymmenen kommenttia syömishäiriötä tai hyvinvointia käsittelevään blogimerkintään. Samaan merkintään kohdistuneita kommentteja kerättiin korkeintaan viisi, joten jokaisen blogin kommentit ovat peräisin vähintään kahdesta eri blogimerkinnästä samassa blogissa. Tämä takasi kommenttien monipuolisuuden sekä eri kommentoijien riittävän määrän. Blogeille ei asetettu aikarajoja, sillä bloggaamisharrastuksen pituuden tai ajankohdan ei katsottu olevan merkityksellisiä tekijöitä blogikommenttien analysoinnin kannalta. Tutkimusaineistoon ei otettu mukaan lukijoiden keskinäisiä kommentteja toisilleen tai bloggaajan kommentteja lukijoilleen.

Hyvinvointiblogeissa bloggaajan tuli käsitellä enimmäkseen terveyteen, fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin, liikuntaan ja ruokaan liittyviä aiheita. Bloggaaja saattoi myös valmistautua esimerkiksi fitnessmalli -kilpailuihin. Bloggaajan päällimmäisenä tavoitteena ei saanut olla laihdutus. Syömishäiriöblogeissa bloggaajan tuli kertoa enimmäkseen elämästään syömishäiriön kanssa tai paranemisprosessistaan. Bloggaaja ei saanut ihannoida sairauttaan tai pitää sitä elämäntapana (kuten ns. pro-ana -blogeissa). Bloggaaja voi sairastaa mitä tahansa syömishäiriötä. Molemmista blogeista tutkimusaineistoon valikoituivat vain pääasiassa syömishäiriötä tai hyvinvointia käsittelevien blogimerkintöjen kommentit. Blogimerkinnöissä voitiin siis myös kirjoittaa muista aiheista, mutta merkinnän pääpainon tuli olla blogin pääaiheen mukaisessa pohdinnassa. Kommenttien tuli olla suomenkielisiä.

Tutkimusaineisto koostui yhteensä sadasta blogista. Puolet blogeista oli hyvinvointiblogeja ja puolet syömishäiriöblogeja. Aineistoon kerättiin näistä blogeista yhteensä tuhat kommenttia, joista puolet edusti hyvinvointiblogeja ja puolet syömishäiriöblogeja. Sosiaalisen tuen ilmaisuja esiintyi koko aineistossa yhteensä 2 314, joista yli puolet esiintyi syömishäiriöblogeissa. Lähes kaikki aineiston kommentit sisälsivät kuitenkin jonkinlaista sosiaalista tukea (kts. Taulukko 2.). Negatiivissävytteiset kommentit olivat todella harvinaisia, vaikka niitä ei tässä tutkimuksessa erikseen huomioitu.

Kaikille avoimissa blogeissa taustatietoja on tarjolla vain vähän, sillä kirjoittajat haluavat useimmiten vaalia yksityisyyttään. Blogiteksteistä ja kuvista pystyi kuitenkin päättämään useimmiten bloggaajan sukupuolen ja arvioidun iän. Lukijoista taustatietoja oli tarjolla harvoin, jos laisinkaan. Osa kommentoijista oli rekisteröitynyt blogipalveluun, mutta anonyymeja kommentoijia oli myös paljon. Tutkimuksessa ei kiinnitetty erityisesti huomiota bloggaajan tai kommentoijan taustatietoihin niiden vähäisyyden vuoksi. Blogeista osa oli vielä käytössä, mutta osaa ei enää päivitetty. Bloggaajista enemmistö oli nuoria naisia nimimerkeistä päätellen. Tutkimusaineistossa esiintyi vain yksi syömishäiriöstään kirjoittava miesbloggaaja. Bloggaajat olivat iältään useimmiten

noin 15–30 -vuotiaita. Kolmekymppisiä bloggaajia oli enemmän hyvinvointibloggaajien joukossa. Syömishäiriöt ovat tyypillisesti parikymppisten naisten sairauksia, kun taas hyvinvointi kiinnostaa kaiken ikäisiä.

4.3 Tutkimusaineiston analysointi

Tutkimuksessa hyödynnettiin sekä kvalitatiivista että kvantitatiivista tutkimusmenetelmää. Laadullinen ja määrällinen tutkimus eivät ole jyrkästi vastakkaisia, vaan niitä voi käyttää monipuolisesti rinnakkain tutkimustarkoituksiin (Tuomi & Sarajärvi 2009, 65). Tässä tutkimuksessa käytettiin analyysimenetelmänä laadullista sisällönanalyysia luokittelun muodossa. Sisällönanalyysi on perinteinen tekstidokumenttien analysoimiseen käytetty metodi, jolla etsitään tekstistä merkityksiä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 104). Sen avulla tekstistä ja sen sisältämästä ilmiöstä muodostetaan kuvaus ja järjestelty selkeä esitys.

Sisällönanalyysia voidaan kuitenkin jatkaa kvantifioimalla aineisto. Jos sisällönanalyysi halutaan erottaa selvästi kvantitatiivisesta sisällön analyysistä, voidaan puhua myös sisällön erittelystä. Tällöin sisällön erittelyllä tarkoitetaan kvantitatiivista sisällön kuvailua, kun taas sisällönanalyysi tarkoittaa nimenomaan tekstin analysointia sanallisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 105- 106, 120.)

Aineiston koodaamisen jälkeen luokittelu on yksinkertaisimpia tapoja järjestää aineisto. Sitä pidetään kvantitatiivisena analyysitapana sisällön teemoin (Tuomi & Sarajärvi 2009, 93). Tutkimustulokset esitettiin taulukkomuodossa ja jokaiselle muodostetulle luokalle laskettiin frekvenssit. Kvantifioimalla luokittelun tulokset aineistoa pystyttiin vertailemaan paremmin ja myös argumentointi oli helpompaa määrällisillä suhteilla. Laadullisesti analysoidun aineiston kvantifiointi ei ole ongelma, jos tutkimusaineisto on tarpeeksi suuri (Alasuutari 2011, 203). Syömishäiriöblogeja ja hyvinvointiblogeja oli tutkimusaineistossa melko paljon, joten kvantitatiivisen tarkastelun liittäminen kvalitatiiviseen analyysiin voidaan katsoa perustelluksi. Kvantifiointia puoltaa myös se, että pelkkä sisällönanalyysin hyödyntäminen voi johtaa helposti ainoastaan tutkimustulosten järjestelyyn ilman johtopäätöksiä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 103). Kvantifioinnin jälkeen tutkimustulokset esitettiin vielä kvalitatiivisesti poimien sosiaalisen tuen ilmaisuista tyypiesimerkkejä.

Sosiaalisen tuen muotojen luokittelussa sovellettiin Cutronan ja Suhrin (1992) teoriaa sosiaalisen

tuen muodoista. Aineiston analyysi oli siis deduktiivista eli teorialähtöistä. Teorialähtöinen analyysi ohjaa tutkijaa jo aineiston hankinnan vaiheessa ja tiedonkeruumenetelmien valinnassa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 98). Olennaista analyysissä on se, mitä jo asiasta tiedetään. Sosiaalisen tuen luokittelussa lähdettiin liikkeelle siitä, että aiemmat tutkimustulokset ovat sopivia aineiston analysoinnin pohjaksi.

Luokitusta ei kuitenkaan käytetty sellaisenaan, vaan siihen tehtiin muutoksia ottaen huomioon erilainen konteksti, jossa luokitusta hyödynnettiin. Teorialähtöisessä analyysissä aluksi muodostettu analyysirunko voi olla väljä. Uusia luokkia voidaan luoda myös induktiivisesti niistä luokista, jotka jäävät luokittelurungon ulkopuolelle (Tuomi & Sarajärvi 2009, 113). Virtuaalimaailman vuorovaikutus eroaa kasvokkaisesta vuorovaikutuksesta, jossa teoria alun perin kehitettiin.

Konkreettinen tuki jätettiin luokituksesta kokonaan pois, sillä sitä ei esiintynyt aineistossa lainkaan. Myöskään luottamuksellisuudesta muistuttaminen tai toisen kuunteleminen eivät soveltuneet avoimen verkkoympäristön tuen muotojen tutkimiseen, joten ne poistettiin emotionaalisen tuen alaluokista. Virtuaaliympäristön takia tutkimuksessa käytettyyn sosiaalisen tuen muotojen luokitukseen omaksuttiin uudemmassa sosiaalisen tuen muotoja käsitelleestä tutkimuksesta (Braithwaite, Waldron & Finn 1999) emotionaalisen tuen alaluokaksi virtuaaliset läheisyyden osoitukset, kuten hymiöt ja muut nonverbaalit vihjeet. Mon ja Coulsonin (2008) tutkimuksesta otettiin luokitukseen myös toinen alkuperäiseen luokitukseen kuulumaton emotionaalisen tuen alaluokka, johon sisältyivät huolestumista ja huolenpitoa välittävät ilmaisut.

Alkuperäisen luokittelun itsetunnon tuen alaluokka, itsesyytösten vähentäminen, yhdistettiin saman pääluokan hyväksyntää ilmaisevaan alaluokkaan, sillä itsesyytösten vähentämistä ei esiintynyt aineistossa lähes lainkaan. Sosiaalisen verkostoitumisen tuen alaluokkia yhdistettiin niin, että uudet kontaktit -alaluokka käsitti myös samassa tilanteessa olevista muistuttamisen. Blogeissa on myös yleistä ilmoittautua blogin lukijaksi, joka tulkittiin tässä tutkimuksessa sosiaalisen verkostoitumisen tueksi.

Lisäksi informatiivisen tuen alaluokaksi lisättiin kommentoijan oman tilanteen tai kokemuksen arviointi. Tutkimuksessa ei haluttu jättää kommentoijan oman tilanteen arviointeja pois luokituksesta tai sisällyttää sitä esimerkiksi emotionaalisen tuen alaluokkaan ”empatia ja ymmärrys”. Empatiaa ja ymmärrystä kuvastavat kommentoijan omat esimerkit olivat selkeästi havaittavissa emotionaaliseksi tueksi. Sen sijaan asiapitoisemmat kommentoijan omat

tilanearvioinnit olivat vaikeammin sisällytettävissä mihinkään alkuperäisistä tuen luokista. Useimmissa aiemmissa tutkimuksissa kommentoijan oman tilanteen arviointia ei ole joko tulkittu ollenkaan sosiaalisesti tueksi tai siihen lukeutuvat viestit tai kommentit on luokiteltu johonkin toiseen luokkaan kuuluvaksi. Kommentoijan oman tilanteen arviointi voidaan kuitenkin suhteellisen sujuvasti sisällyttää informatiivisen tuen luokkaan. Esimerkiksi Savolaisen (2010) tutkimuksessa informatiivisen tuen alaluokka, opettaminen, sisältää myös uutisten ja mielipiteiden kertomisen omasta tilanteesta. Bloggaajaa voitiin opastaa laihdutusprojektissa tarjoamalla samalla tietoja oman laihdutusprojektin edistymiseen positiivisesti vaikuttaneista tuotteista tai liikuntatavoista.

Monesti kommentoijat eivät siis neuvoneet tai opastaneet bloggaajaa suoraan, vaan kertoivat omasta tilanteestaan ikään kuin esimerkkinä bloggaajalle. Esimerkin kautta ei kuitenkaan ilmaistu empatiaa, vaan kyse oli omien kuulumisten ja elämän jakamisesta muiden kanssa ilman tunteellisuutta. Kuulumisten kertominen oli tapa tukea bloggaajaa, vaikka se ei selvästi sopinut mihinkään tutkimuksessa käytetyn luokituksen luokkaan. Tämän takia tutkimuksessa ei haluttu ohittaa kommentoijien omia tarinoita ja kertomuksia tukea antamattomana ja turhana tekstinä. Kommentoijan oman tilanteen arvioinnista muodostettiinkin uusi informatiivisen tuen alaluokka, koska sille haluttiin antaa huomioarvoa omanlaisenaan tapana tukea bloggaajaa.

Kommentoijan oman tilanteen arvioinnit olisivat joissakin tapauksissa olleet sisällytettävissä opettamisen alaluokkaan, sillä niissä saatettiin opastaa bloggaajaa epäsuorasti. Aina ei tilanne kuitenkaan ollut näin yksiselitteinen eikä bloggaajan opettaminen ollut tällaisten kommenttien päätarkoitus. Tämän takia tutkimuksessa ei sisällytetty kommentoijan oman tilanteen arviointeja opettamisen alaluokkaan, kuten Savolaisen (2010) tutkimuksessa, vaan niistä muodostettiin oma informatiivisen tuen alaluokka. Savolaisen (2010) tutkimuksessa kommentoijan avautuminen omasta tilanteestaan oli joskus myös sisällytetty emotionaalisen tai informatiivisen tuen lisäksi itsetunnon tukeen. Tällöin kommentoija pyrki omalla esimerkillään vähentämään bloggaajan itsesyytöksiä ja syyllisyyden tunnetta jostakin epäonnistumisesta.

Savolaisen (2010) tutkimuksessa kommentoijan tilanteen arviointi oli siis sisällytetty muihin tuen luokkiin. Tässä tutkimuksessa päädyttiin kuitenkin muodostamaan oma alaluokkansa kommentoijan tilanearvioinneille, sillä omasta elämästä kertominen ei yleensä ollut sisällytettävissä suoraan muihin tuen luokkiin (paitsi empatiaa ilmaiseva omista kokemuksista avautuminen). Myös Braithwaiten, Waldronin ja Finnin (1999), Mon ja Coulsonin (2008) sekä Fleming-Mayn ja Millerin (2010) tutkimukset antoivat perusteita tälle ratkaisulle. Braithwaiten (ym. 1999) tutkimuksessa

esiintyi Cutronan ja Suhrin (1992) alkuperäiseen luokitukseen huonosti sopivia ilmaisia, joissa viestien kirjoittajat kertoivat tarinoita omasta elämästään. Mon ja Coulsonin (2008) tutkimuksessa omien kokemusten jakaminen lisättiin informatiivisen tuen alaluokaksi. Myös Fleming-Mayn (ym. 2010) tutkimuksessa pro-ana -blogeissa tapahtuvasta tiedon jakamisesta tarinankerronta omasta elämästä oli yksi tapa jakaa informaatiota muille.

Analysoinnissa käytettiin seuraavanlaista sosiaalisen tuen luokitusta (kts. Liite 1)

Informatiivinen tuki

Bloggaajalle tarjotaan tukea informaation muodossa liittyen bloggaajan tilanteeseen. Kommentoijat voivat tarjota bloggaajalle neuvoja, vinkkejä ja ehdotuksia ongelman ratkaisemiseksi. He voivat myös opettaa bloggaajaa tarjoamalla hänelle faktatietoja tai muistuttamalla bloggaajaa yleisistä totuuksista opettavaiseen sävyyn. Faktatietojen ja totuuksien ei tarvinnut kuitenkaan olla objektiivisia, vaan tutkimuksessa kommentoija saattoi opettaa faktatietoina myös omia mielipiteitään. Näin välttyttiin hankalalta faktatiedon ja mielipiteen välisen eron pohdinnalta. Tärkeintä oli opettaminen tuen tarjoamisen muotona, ei opetuksen sisältö. Informatiivista tukea oli myös viittaaminen muihin tiedonlähteisiin, kuten kirjoihin tai Internet-sivustoihin. Viittaukset tulkittiin vain rakenteellisesti eikä sisällön mukaan.

Lisäksi informatiivista tukea olivat myös bloggaajan tilanteen tai kokemuksen arviointi usein bloggaajalle itselleen uudesta näkökulmasta. Myös kommentoijan oman tilanteen arvioinnit olivat informatiivista tukea. Kommentoijien kuulumisten kertominen voi auttaa bloggaajaa vertailemaan omaa tilannettaan muiden tilanteisiin. Kommentoijat voivat myös tarjota informaatiota epäsuorasti kertomalla omasta kokemuksestaan liittyen bloggaajan elämäntilanteeseen ja toimia ikään kuin esimerkkitapauksena. Omista kokemuksista avautumisen tarkoitus ei kuitenkaan ollut empatia, vaan kommentoija pyrki välittämään kokemuksiin tai omiin näkemyksiin perustuvaa tietoa bloggaajalle. Omista kokemuksista avautuminen saattoi olla myös tarinallisessa muodossa.

Emotionaalinen tuki

Emotionaalista tukea olivat verbaalit ja virtuaaliset läheisyyden osoitukset. Bloggaajaa voitiin tukea myös ilmaisemalla sympatiaa, empatiaa ja ymmärrystä tai huolestumista. Myös rohkaisut ja kannustukset kuuluivat emotionaaliseen tukeen. Ymmärrystä ja empatiaa ilmaistessaan kommentoija saattoi kertoa omasta samanlaisesta kokemuksestaan, iloita bloggaajan puolesta tai onnitella häntä. Sympatiaa ilmaistessaan kommentoija oli pahoillaan bloggaajan tilanteesta.

Arvonantoa osoittava tuki

Arvonantoa osoittavan tuen tarkoitus oli nostaa bloggaajan itsetuntoa kehujen ja hyväksynnän avulla. Kommentoijat ilmaisivat olevansa samaa mieltä bloggaajan kanssa jostakin asiasta ja samalla osoittivat arvostavansa tätä. He saattoivat myös oikeuttaa bloggaajan näkemykset ja tuntemukset jostakin asiasta tai vähentää bloggaajan itsesyytöksiä. Kehut voivat kohdistua bloggaajan sisäisiin tai ulkoisiin ominaisuuksiin, kuin myös esimerkiksi blogimerkintöihin. Myös kiitokset osoittivat arvonantoa.

Sosiaalisen verkostoitumisen tuki

Sosiaalista verkostoitumista tarjotessaan kommentoija voi tarjota omaa läsnäoloa. Hän voi esimerkiksi ilmaista olevansa kiinnostunut tapaamaan bloggaajan joskus kasvokkain. Bloggaajalle voidaan myös ilmoittaa uusista mahdollisista kontakteista tarjoamalla esimerkiksi sähköpostiosoitetta. Kommentoija saattoi myös linkittää oman blogiosoitteensa kommenttiin. Lisäksi bloggaajaa voidaan muistuttaa samassa tilanteessa olevista kohtalotovereista. Kommentoijat voivat myös ilmoittaa lukevansa blogia säännöllisesti ja näin ilmaista olevansa bloggaajan elämänkäänteissä mukana. Lukijaksi ilmoittautuminen on sosiaalisen verkostoitumisen tukea parhaimmillaan, sillä se kasvattaa bloggaajan sosiaalista verkostoa ainakin virtuaalimaailmassa. Vaikka monessa blogissa on mahdollista liittyä blogin lukijaksi ilman minkäänlaista kommentointia erilaisten blogien seuranta- ja tilaamispalveluiden kautta (esim. Blogger tai Bloglovin), lukijaksi ilmoittautuminen kirjallisesti luo läheisyyden tunnetta ja aidosti sosiaalisempaa ilmapiiriä blogiin.

4.4 Tutkimusetiikka

Bloggaajilta tai kommentoijilta ei kysytty lupaa kirjoitusten tutkimuskäyttöön. Heitä ei myöskään millään lailla informoitu tutkimuksesta, sillä blogit olivat kaikkien luettavissa ja luonteeltaan julkisia verkkojulkaisuja. Avoimuuden takia blogien tutkiminen ei edellytä luvan pyytämistä (Kuula 2006, 188). Tutkimuksessa ei mainita nimimerkkejä eikä blogin nimiä tai osoitteita, jotta kommentoijien ja bloggaajien henkilöllisyys pysyisi salassa. Nimimerkkien häivyttämiseen päädyttiin, koska ne eivät välttämättä takaa tunnistamattomuutta. Kommentoija saattaa käyttää samaa nimimerkkiä usealla sivustolla tai hänellä voi olla rekisteröity nimimerkki, jonka kautta henkilöllisyys voisi paljastua.

Blogien kommentit ovat usein emotionaalisesti latautuneita ja joskus myös sisällöltään arkaluonteisia, minkä takia kommentoijien olettaisi haluavan pysyä tuntemattomana. Erityisesti syömishäiriötä sairastavat kommentoijat voivat avautua asioistaan hyvinkin henkilökohtaisella tasolla. Varovaisuutta tulisi noudattaa varsinkin erityisen haavoittuvia ryhmiä tutkittaessa (Kuula 2006, 197 [King 1996]). Psykkisesti sairaat voivat hakea blogista ennen kaikkea vertaistukea, jolloin he mieltävät blogin paljon intiimimmäksi keskustelupaikaksi kuin mitä se todellisuudessa onkaan. Henkilötietolain peruseriaatteen mukaan tutkimukseen on hyvä ottaa tunnistetiedot mukaan vain, jos tutkimus todella sitä vaatii (Kuula 2006, 189).

Blogit ovat tekijänoikeuksiltaan rinnastettavissa tavallisiin verkkosivuihin ja lainausten yhteydessä niihin tulisi tämän takia viitata kunnollisin viitetiedoin (Kuula 2006, 188). Tässä tutkimuksessa viitetiedot on kuitenkin jätetty pois henkilöiden tunnistamattomuuden takaamiseksi. Lainaukset ovat muuten alkuperäisessä muodossaan ja mahdollisia kirjoitusvirheitä ei ole poistettu.

5 TULOKSET

Tässä luvussa tutkimusaineistosta kerätyt tulokset esitetään kvantitatiivisesti taulukoita hyödyntäen. Lisäksi tutkimusaineistosta nostetaan esiin esimerkkejä siitä, miten blogien lukijat tarjosivat tukea bloggaajalle.

5.1 Blogissa ilmennyt sosiaalinen tuki kokonaisuudessaan

Kommentteja oli yhteensä tuhat, joista jopa 95 prosenttia sisälsi tukea jonkinlaisessa muodossa. Syömishäiriöblogeissa oli vähän enemmän tukea sisältäviä viestejä (98 %) verrattuna hyvinvointiblogeihin (92 %). Suurin osa kommentteista sisälsi siis jonkinlaista sosiaalista tukea. Jos sosiaalista tukea tarkastellaan kuitenkin ilmaisujen määrän osalta, kaikista tutkimusaineistossa esiintyneistä sosiaalisen tuen ilmaisuista yli puolet oli kirjoitettu syömishäiriöblogien kommentteihin. (kts. Taulukko 2.)

Taulukko 2. Tutkimusaineistossa ilmenneen sosiaalisen tuen esiintyminen

	Syömishäiriöblogit		Hyvinvointiblogit		Yhteensä	
	Kpl	%	Kpl	%	Kpl	%
Blogien määrä	50	50	50	50	100	100
Blogikommentit	500	50	500	50	1000	100
Tukea tarjoavat kommentit	490	98	459	92	949	95
Tuen ilmaisut	1397	60	917	40	2314	100

5.2 Informatiivinen tuki

Syömishäiriöblogeissa ja hyvinvointiblogeissa tarjottiin paljon informatiivista tukea. Syömishäiriöblogien kommentteista noin 84 prosentissa oli informatiivisen tuen ilmaisuja. Hyvinvointiblogien kommenttien kohdalla informatiivisen tuen osuus oli hieman pienempi, 73 prosenttia.

Taulukko 3. Kommentit, joissa esiintyi informatiivista tukea

INFORMATIIVINEN TUKEA	Syömishäiriöblogit		Hyvinvointiblogit	
	Kpl	%	Kpl	%
Neuvot ja ehdotukset	103	21	53	11
Opettaminen	92	18	64	13
Viittaukset	12	2	13	3
Bloggaajan tilanteen arviointi	114	23	52	10
Kommentoijan tilanteen arviointi	101	20	181	36
YHTEENSÄ	422	84	363	73

5.2.1 Bloggaajan tilanteen arviointi

Bloggaajan tilannetta arvioitiin paljon erityisesti syömishäiriöblogeissa (23 %). Hyvinvointiblogeissa bloggaajan tilannetta arvioitiin sen sijaan hieman vähemmän (10 %). Syömishäiriöblogeissa kommentoija arvioi bloggaajan tilannetta esimerkiksi viittaamalla positiiviseen kehitykseen:

”Olet selvästi paremmassa henkisessä kunnossa kuin ennen (ellet sitä itse huomaa)”,

tai vähättelemällä ongelmaa ja esittämällä asian bloggaajalle uudesta näkökulmasta. Syömishäiriötä sairastavaa bloggaajaa pyrittiin ikään kuin ”ravistelemaan” ja näkemään oma tilansa uudessa valossa:

”no hei herranjestas nainen sä oot silti LAIHA JA ALIPAINOINEN! älä nyt höpsi.”

Joskus kommentoija korosti syömishäiriötä sairastavan bloggaajan tilanteen normalisoitumista:

”Toi on oikeesti HYVÄ JUTTU, että oot syönyt normaalisti, ilman sitä sen enempiä ajattelematta tai huonoa omatuntoa!”

Hyvinvointiblogeissa arvioitiin bloggaajan tilannetta esimerkiksi oireiden pohjalta:

”Kuulostaa hieman yllätykseltä.. Tai ainakin alkavalta sellaiselta.”

Bloggaajan tilannetta arvioitiin myös esittämällä arvion pohjaksi omaan tietämykseen pohjaavia perusteita:

”Teet niin paljon lihaskuntoa, että varmasti on jotain kehitystä tapahtunut.”

”Mitä olen ruokapäiväkirjojasi seurannut niin voisit syödä enemmän, liikut kuitenkin aika paljon ja ruokailusi ovat välillä kovin niukkoja eikä proteiinia ole hirveästi.”

5.2.2 Neuvot ja ehdotukset

Blogien lukijat neuvoivat bloggaajaa ja ehdottivat ratkaisukeinoja mahdollisiin ongelmiin. Molemmissa blogeissa jaettiin myös vinkkejä. Syömishäiriöblogeissa suoraa neuvomista ja ehdotuksia esiintyi enemmän (21 %) kuin hyvinvointiblogeissa (11 %). Syömishäiriöblogeissa kiellettiin usein tekemästä jotakin. Kommentoija saattoi tehostaa neuvojaan vetoamalla bloggaajan järkeen tai aikaisempiin kokemuksiin:

”Älä mieli enää menneisyyttä tai haaveile yhtään sen perään! Tiedät, että se on jo mennyttä ja ainoastaan tuhoon vievä tie.”

”Muista vastedeskin palkita itseäsi syömisestä, älä rankaise.”

Ehdotukset olivat joskus kysymysten muodossa. Tällöin kommentoijan kysymys oli enemmänkin ehdotus, ei niinkään varsinainen suora kysymys bloggaajalle. Kysymyksen muodossa ehdotukset olivat sävyiltään tunnustelevia. Ne olivat varovainen ja epäsuora tapa neuvoa bloggaajaa:

”Itsensä kanssa tappelu, etkö pystyisi edes hiukan hellittämään? Jättämään tämän kaiken taakse ja

olemaan hiukan aikaa kilttinä omalle kehollesi?”

Hyvinvointiblogeissa kommentoijat antoivat bloggaajalle runsaasti vinkkejä paremman kunnon saavuttamiseen:

*”Testaa vaihtelun vuoksi pienempää toistomäärää ja useampaa sarjaa, esim. 5*5, 5*8, niin saat lisää voimaa ;)”*,

tai bloggaajalle vinkattiin paljon liikkuvalla sopivista ruoista:

”Kokeile raejuustoa puurossa!”

Joskus terveydestään huolehtivaa bloggaajaa vakuuteltiin siitä, ettei rentoutuminen kuntoilun ja terveellisen syömisen lomassa ole ollenkaan pahasta:

”Jalat kohti kattoa siis hyvällä omalla tunnolla aina silloin tällöin! :)”

5.2.3 Opettaminen

Syömishäiriöblogeissa ”opetettiin” faktoja bloggaajalle hieman enemmän (18 %) kuin hyvinvointiblogeissa (13 %). Faktat eivät kuitenkaan olleet välttämättä yleismaailmallisia, vaan faktoiksi laskettiin myös mielipiteet, jotka esitettiin opettavaisessa muodossa. Syömishäiriöblogeissa opetettiin runsaasti perusasioita terveellisestä painonhallinnasta. Kommentoijat pyrkivät vakuuttamaan bloggaajan siitä, ettei hänen tarvitse murehtia jatkuvasti jokaista syömäänsä suupalaa:

”Painon nouseminen liittyy enemmän siihen miten liikkuu ja se mitä syöty määrä sisältää. Jos syö ns. terveellisesti eli ei napostelee niin saa syödä todella paljon ilman että lihoaa :) ”

Omaan tietämykseen perustuvat opetukset olivat yleisiä eivätkä kommentoijat yleensä kertoneet, mistä heidän tietonsa olivat peräisin:

”Monella juuri laihduttaminen laukaisee ahmimisen eivätkä ehdottomat kiellotkaan ole välttämättä hyväksi - aivot eivät ymmärrä käskyä ”älä syö suklaata / tänään en syö suklaata” vaan poimivat siitä vain sanan ”suklaata”, mikä saattaa sekin laittaa ahmimaan. Parempi muoto olisi ajatella

esimerkiksi, että "nyt otan vadelmia ja maitorahkaa" :)"

Hyvinvointiblogeissa kommentoijat esittivät omia huomioitaan ja mielipiteitään opettavaiseen sävyyn. Kommentoijat tukivat bloggaajaa muistuttamalla tätä yleisinä totuuksina pidetyistä ”faktoista”, joiden todenperäisyydestä ei kuitenkaan aina ollut tietoa:

”Sekin kannattaa huomioida, että lihas painaa enemmän kuin läski :)”

”Haluaisin heittää sellaisen pointin, että fitness on nimenomaan kilpaurheilua toisin kuin "tavispuuntailu", ja toisinaan urheilija joutuu priorisoimaan kilpaurheilun terveyden ja kropan kunnioittamisen edelle. Harrastelijalla taas on vapaus mennä täydellisesti kropan ja terveyden ehdoilla.”

5.2.4 Viittaukset

Viittauksia muihin tiedonlähteisiin oli molemmissa blogikategorioissa vähän (noin 2 %). Viittauksia oli enimmäkseen Internet-sivustoihin, mutta myös kirjoihin ja asiantuntijoihin. Eräässä syömishäiriöblogissa kommentoija viittasi henkilöön, jonka kirjoituksista syömishäiriötä sairastava saattaisi saada apua:

”Katopa psykologi Jeff Herring :in juttuja näistä "jos tämän kerran vielä" ja "nyt ku repsahin ni antaa mennä sitte täysillä" jne.”

Kommentoijat viittasivat syömishäiriöblogeissa enimmäkseen ruokaan ja syömiseen liittyviin tiedonlähteisiin Internetissä, joista bloggaaja saisi tietoa ravitsemukseen liittyen:

”Tietoa karppauksesta löydät esimerkiksi <http://www.karppaus.info> -sivulta.”

Hyvinvointiblogeissa tiedonlähteet olivat usein Internet-sivustoilla julkaistuja tieteellisiä tutkimustuloksia liittyen terveelliseen ruokavalioon. Viittausten sisältöjen luotettavuutta arvioitiin joskus yhdessä muiden kanssa, mutta lähdekritiikki oli kuitenkin vähäistä.

”Oon kuullut että saisi syödä vaan yhen hedelmän päivässä, koska ne aiheuttaa sokerimahaa, onko tää totta? Toi on kyllä iltalehen sivuilla, mutta muistan lukeneeni muualtakin. http://www.iltalehti.fi/terveys/200803117342042_tr.shtml”

Kommentoijat viittasivat välillä myös johonkin oman bloginsa blogimerkintään puheenaiheeseen liittyen. Tällöin kyse ei ollut sosiaalisen verkostoitumisen tuesta, vaan kommentoija viittasi oman bloginsa tekstiin sen sisällön takia:

”Niitä lukuunottamatta kun tein melkeen identtisellä reseptillä tänään nämä omat lettuseni. <http://---.html> Hyvinhän nekin kyllä maistui. :D ”

5.2.5 Kommentoijan tilanteen arviointi

Alkuperäisen Cutronan ja Suhrin (1992) luokitukseen kuulumaton uusi informatiivisen tuen alaluokka, kommentoijan oman tilanteen arviointi, esiintyi usein tutkimusaineistossa. Erityisesti kommentoija kertoi omasta elämästään ja kuulumisistaan hyvinvointiblogeissa (36 %). Usein niissä kerrottiin omista liikuntasuorituksista ja ennätyksistä liittyen bloggaajan urheilusuorituksiin. Myös syömishäiriöblogeissa kerrottiin omista kuulumisista sairauteen liittyen melko paljon (20 %).

Syömishäiriöblogeissa oli tavallista kertoa omasta painosta yksityiskohtaisia tietoja. Kommentoijat kertoivat joskus omasta tavoitepainostaan, joka oli usein hyvin alhainen. Kuulumiset eivät siis olleet välttämättä sisällöltään bloggaajalle varsinaiseksi avuksi, vaan kuulumisten kertomisen tarkoitus oli lähinnä informoida bloggaajaa samanlaisesta tilanteesta. Syömishäiriöstä kärsivä voi myös verrata omaa painoaan tai tilannettaan muiden vastaaviin kuvailujen avulla:

”Ite oon tällä hetkellä 45,x kg (x, koska on hieman vaihdellut viime aikoina joulun-uudenvuoden takia), ja olen 161,5 cm pitkä. Olen ajatellut laihduttaa 38 kiloon.”

Joskus kommentoijat halusivat kertoa syömishäiriön koskettavan heitä jollain lailla ja siitä, miksi alkoivat lukea blogia:

”heh löysin vasta tänään tän blogin ja aihe on sillain ja kiinnostava, koska mulla on kaveri jolla oli anoreksia mutta se on päässy eroo tai miten se nyt sanotaan "selvinnyt". :(on tää vaan niin hirveetä ja kauheeta ja Väärin!”

Omista onnistumista ja epäonnistumisista sairauden kanssa kamppaillessa haluttiin kertoa myös muille. Kommentoijat saattoivat pohtia omaa tilannettaan syvällisesti, ikään kuin itselleen puhuen.

”Välillä on tullut hirveää takapakkia ja olen miettinyt vahvasti kumpaa haluan; laihtua vai parantua.”

Hyvinvointiblogeissa kommentoijat halusivat jakaa bloggaajalle omia ajatuksiaan liittyen esimerkiksi uusiin liikuntamuotoihin tai ruokavalioon, joita olivat kokeilleet ensimmäistä kertaa. Joskus kommentoijan oman tilanteen arvioinnit saattoivat olla epäsuoria suositteluja tai niissä voitiin opettaa bloggaajaa epäsuoraan tyyliin. Esimerkiksi seuraavassa kommentissa kommentoija ilmaisee olevansa hyvin tyytyväinen henkilökohtaiseen liikuntaohjaukseen ja samalla myös suosittelee sitä epäsuorasti muille:

”Tää mimmi tuli justiin kotio PT:n kanssa vietetyn rääkin jälkeen, voin sanoa että joka ikinen leuka miljoonien seassa tuntu ihan vahtavalle kun oli pää sen tangon yläpuolella! Hymyilin samalla kun tuskailin! Mutta hitto se olo oli mahtava ja on muuten nytkin!”

Myös seuraavassa kommentissa kommentoijan voi nähdä antavan epäsuoria vinkkejä muille siitä, miten kannattaisi aamulla syödä pysyäkseen pitkään kylläisenä:

”Rakastan neljän viljan puuroa margariinisilmällä, mutta minulla se ei meinaa pitää nälkää. Pitäisi syödä siinä samalla muutakin, kun vaikka hedelmää. Monesti tulee aamuisin syötyä maitorahkaa mehukeitolla ja hapankorppua ja niillä pärjää sen muutaman tunnin ennenkö pääsee koulussa syömään :)”

5.3 Emotionaalinen tuki

Emotionaalisen tuen kohdalla ero syömishäiriöblogien ja hyvinvointiblogien kohdalla oli selkeä. Syömishäiriöblogien kommentaareista enemmistössä oli vahva emotionaalinen lataus. Kommentaareista enemmistö sisälsi jonkinlaista emotionaalista tukea. Kuitenkin myös hyvinvointiblogeissa lähes puolessa kommentaareista oli emotionaalisesti sävytynyttä tekstiä, joten emotionaalista tukea ei tarjota vain vaikeassa tilanteessa oleville.

Taulukko 4. Kommentit, joissa esiintyi emotionaalista tukea

EMOTIONAALINEN TUKI	Syömishäiriöblogit		Hyvinvointiblogit	
	Kpl	%	Kpl	%
Verbaalinen läheisyys	54	11	10	2
Virtuaalinen läheisyys	189	38	45	9
Sympatia	32	6	6	1
Ymmärrys ja empatia	165	33	71	14
Huolestuminen ja huolenpito	21	4	0	0
Rohkaisu	250	50	91	18
YHTEENSÄ	711	142	223	45

5.3.1 Virtuaalinen läheisyys

Tukea tarjottiin syömishäiriöblogeissa virtuaalimaailmaan vakiintuneiden merkkien, hymiöiden ja fyysistä läheisyyttä kuvaavien ilmaisujen avulla hyvin paljon (38 %). Yleisimpiä virtuaalisia läheisyydenosoituksia oli sydän -hymiö kommentin lopussa (<3). Läheisyyttä ilmaistiin myös virtuaalihalauksilla. Sen sijaan hyvinvointiblogeissa virtuaalisia läheisyydenosoituksia jaettiin huomattavasti vähemmän (9 %).

5.3.2 Verbaalinen läheisyys

Verbaaleja läheisyydenosoituksia ei esiintynyt syömishäiriöblogeissa läheskään yhtä paljon (11 %) kuin virtuaalisia läheisyydenilmauksia. Läheisyyden tunteeseen tähtäävää ja sitä kuvastavaa tukea ilmaistiin lempinimillä tai erilaisilla hellittelysanoilla. Tuen muotoa esiintyi myös silloin, kun kommentoija painotti bloggaajan ja kommentoijan välistä ystävyyssuhdetta tai iloitsi bloggaajan päivitettyä blogiinsa kuulumisiaan pitkästä ajasta. Hyvinvointiblogeissa verbaalit läheisyydenosoitukset olivat harvinaisia (2 %).

Syömishäiriöblogeissa ilmaistiin läheisyyttä korostamalla me-henkeä. Kommentoijat sairastivat

usein itsekin jotakin syömishäiriötä, joten kommentteissa ilmaistiin yhteenkuuluvuutta bloggaajan kanssa:

”taistellaan yhdessä paha vastaan.”

”Sun kirjoituksista silti löytyy jotain niin uniikkia et jos tunnettaisi niin tahtoisin sun olevan ystäväni.”

Syömishäiriöblogeissa esiintyi myös erilaisia lempinimiä ja hellittelysanoja, jotka kuvastivat kommentoijan ja bloggaajan välistä läheisyyttä:

”kultapieni”

5.3.3 Ymmärrys ja empatia

Emotionaalisen tuen alaluokista myös ymmärrystä ja empatiaa kuvastavat viestit olivat yleisiä syömishäiriöblogien kommentteissa (33 %). Usein kommentoija viestitti ymmärtävänsä bloggaajan tunnetta tai tilannetta kertomalla henkilökohtaisesta samankaltaisesta tilanteestaan. Kommentoijat ilmaisivat myös myötäelävänsä ja iloitsevansa bloggaajan puolesta bloggaajan kokiessa onnistumisia omassa elämässään. Myös onnittelut tulkittiin iloitsemiseksi toisen puolesta. Hyvinvointiblogeissa ymmärrystä ja empatiaa ilmaisevia kommentteja oli paljon vähemmän (14 %).

Syömishäiriöblogissa iloittiin bloggaajan puolesta tämän paranemisprosessin edetessä hyvin:

”Ihanaa kuulla että sä et ole vielä menettänyt toivoa parempaan tulevaisuuteen ja uskoa itseesi :)”

Empatiaa ja ymmärrystä ilmaistiin joskus suoraan:

”Joillekin tollanen tuntuu ehkä pieneltä asialta ja ihmetellään mitä hienoa siinä on... Mutta mä ymmärrän ja uskon, että tiedät sen! ”,

”Ymmärrän täysin noi sun kuvailemat asiat. Miksi muuttaa tapoja kun ei välttämättä saa mitään hyvää elämään? ja kun oksentaminenkin on jo niin helppoa, niin miksi ahdistua syömistä ruuista kun ne saa niin helposti ulos itsestä?”

Eräässä hyvinvointiblogissa kommentoija osoitti ymmärtävänsä bloggaajan ahdistusta liittyen suosittuihin kuntosaleihin:

”Feel ya!Itellä kans salin vaihto edessä kun nykyinen on niin helevatan pieni ja täynnä jengiä AINA oli päivä tai kellonaika mikä hyvänsä :)”

Useimmiten empatiaa ilmaistiin epäsuorasti esittämällä ymmärrystä osoittava esimerkki samanlaisesta kokemuksesta:

”Muistan kun itse kerroin äidille syömishäiriöstä, niin se oli ihan samalla lailla, et mitä se tarkoittaa, mikä se on. ”

”Veden juominen tuntuu itsellekin olevan vähän ongelma varsinkin näin talviaikaan..”

5.3.4 Rohkaisu

Rohkaisevia ja kannustavia kommentteja esiintyi puolessa syömishäiriöblogeista. Hyvinvointiblogeissa rohkaisuja ei jaettu niin usein (18 %). Syömishäiriöblogien kommentoijat pyrkivät usein pitämään toivoa yllä ja saamaan syömishäiriötä sairastavan luottamaan parempaan tulevaisuuteen. Myös toivominen toisen puolesta tulkittiin tähän luokkaan kuuluvaksi. Hyvinvointiblogeissa kannustettiin bloggaajaa jatkamaan hyvinvoinnin tavoittelua ja treenaamista.

Syömishäiriöblogeissa toivoteltiin todella paljon voimia paranemisprosessiin:

”Paljon voimia ja jaksamista sinulle!”

”Hurjasti tsemppiä<3”

Hyvinvointiblogeissa kannustettiin bloggaajaa jatkamaan valitsemallaan tiellä ja muistutettiin samalla myös mahdollisesta tavoitteesta, esimerkiksi fitness-kisoissa menestymisestä.

”Hei jatka samaan malliin! ”

”Ehkäpä huomenna paremmalla onnella! :)”

Joskus kommentoijat kannustivat bloggaajaa kirjoittamaan lisää jostain aiheesta ja rohkaisivat jatkamaan ahkeraa bloggaamista:

”tällisiä syvällisiä juttuja lisää”

5.3.5 Huolestuminen ja huolenpito

Huolestumista ja huolenpitoa kuvastavia ilmauksia (4 %) tarjottiin syömishäiriötä sairastavalle bloggaajalle huomattavasti harvemmin kuin muita emotionaalisen tuen muotoja. Hyvinvointiblogeissa niitä ei esiintynyt aiheesta johtuen lainkaan.

Eräässä syömishäiriöblogissa kommentoija oli huolestunut bloggaajasta, joka ei ollut kirjoittanut blogiinsa pitkään aikaan:

”Mitä sinulle kuuluu, olethan kunnossa? (Tarkoitin: niin kunnossa kuin se sinulle on mahdollista.)”

Kommentoijat saattoivat myös ilmaista pelkäävänsä bloggaajan puolesta:

”Mua rupes pelottamaan hirveesti sun puolesta noi sydänoireet”

” Pelottaa vain miten sun mieli kestäisi lihomisen”

5.3.6 Sympatia

Sympatiaa tarjottiin syömishäiriötä sairastavalle bloggaajalle huomattavasti harvemmin kuin muita emotionaalisen tuen muotoja (6 %). Hyvinvointiblogeissa esiintyi vain muutama sympatiaa tarjoava kommentti.

Sympatiaa ilmaisevat lausahdukset olivat usein sävyltään säälliviä ja bloggaajan kohtaloa surkuttelevia. Osanottoa kuvastavaan ilmaukseen lisättiin joskus surullinen hymiö:

” Voi pientä. :< ”

”;_”; tosi surullista, miten ilkeästi ja vähättelevästi äitisi puhuu sinulle.”

5.4 Arvonantoa osoittava tuki

Emotionaalisen tuen sijaan hyvinvointiblogeissa korostui arvonantoa osoittavan tuen merkitys, jota esiintyi hieman yli puolessa kommentteista. Syömishäiriöblogeissa arvonantoa osoitettiin 37 prosentissa kommentteista.

Taulukko 5. Kommentit, joissa esiintyi arvonantoa osoittavaa tukea

ARVONANTOA OSOITTAVA TUKI	Syömishäiriöblogit		Hyvinvointiblogit	
	Kpl	%	Kpl	%
Kehut	133	27	210	42
Hyväksyntä	53	11	76	15
YHTEENSÄ	186	37	286	57

5.4.1 Kehut

Hyvinvointiblogeissa bloggaajaa tuettiin paljon kehuilla ja kohteliaisuuksilla (42 %). Bloggaajan uusia lihaksia ihailtiin ja myös muita ulkonäköön liittyviä kohteliaisuuksia jaettiin avokätisesti. Syömishäiriöblogeissa keuhuttiin vähemmän (27 %) ja kehut kohdistettiin ulkonäön lisäksi myös bloggaajan sisäisiin ominaisuuksiin. Molemmissa blogikategorioissa arvonantoa ilmaistiin myös kiitosten muodossa. Syömishäiriöblogeissa muut sairastuneet saattoivat kiitellä bloggaajaa vertaistuesta. Hyvinvointiblogeissa kiitokset koskivat yleensä hyödyllisiksi koettuja blogimerkintöjä. Hyvinvointibloggaajia kiiteltiin myös motivaatiosta, jota lukijat ammensivat blogista pyrkiessään terveellisempään elämään myös omassa elämässään.

Syömishäiriöblogeissa korostettiin bloggaajan vahvuutta ja kykyä selättää sairaus:

”Olet uskomattoman vahva ja rohkea nainen”,

kun taas hyvinvointiblogeissa kehut koskivat useimmiten bloggaajan ulkonäköä:

”P.s. sulla on ihan mielettömän hyvin muodostuneet jalat ja takamus ja olet muutenkin super kaunis!”

Lisäksi kommentoijat halusivat selvästi kohottaa syömishäiriöstä kärsivän tai kovasti treenaavan omanarvontuntoa:

”Olet tehnyt kovan työn toimivan kehosi eteen, voit olla ylpeä itsestäsi!”

”Minusta sinussa nimenomaan on erikoista, tai oikeammin erityistä, se miten paljon tsemppaat omalla esimerkillä ja mahtavuudella meitä muita.”

Hyvinvointiblogeissa kehuja ja ihailua ilmaistiin myös positiivisesta kateudesta raportoiden. Eräessä hyvinvointiblogissa lukija kommentoi nähtyään bloggaajan lihaksikkaan kuvan:

”Mäki haluan !”

Hyvinvointiblogeissa kiiteltiin bloggaajaa hyvistä terveyteen ja kuntoiluun liittyvistä vinkeistä, joista kommentoijat kokivat saavansa intoa myös omaan elämäänsä:

”Näin alkuun kiitos ihanasta blogista. Tämä saa inspiroitua treenaamaan entistä enemmän.”

”Kiitos aivan mielettömistä ideoista! :)”

Erityisesti hyvinvointiblogeissa jaettiin myös tunnustuksia, jotka ovat eräänlaisia blogimaailman palkintoja hyvästä blogista. Bloggaajalle saatettiin antaa tunnustus esimerkiksi mielenkiintoisista kirjoituksista tai blogin kauniista ulkoasusta:

Olet saanut tunnustuksen blogissani ---.blogspot.fi! :)

5.4.2 Hyväksyntä

Bloggaajalle tarjottiin tukea myös hyväksymällä ja validoimalla hänen tuntemuksiaan tai näkemyksiään. Myös itsesyytösten vähentäminen ja bloggaajan tunteen oikeuttaminen olivat tämän arvontaa osoittavan tuen alaluokan tarjoamistapoja. Hyväksyntää osoitettiin hieman enemmän hyvinvointiblogeissa (15 %) kuin syömishäiriöblogeissa (11 %), mutta ero ei ollut suuri.

Syömishäiriöblogeissa arvostusta osoitettiin hyväksymällä bloggaajan ajatukset esimerkiksi siitä, millaisia haasteita yhteiskunta asettaa syömishäiriötä sairastavalle arkielämässä:

” minä allekirjoitan kaiken ”

”Kaikki mitä kirjoitit on niin sataprosenttisen totta. ”

Samanlaisista mielipiteistä raportoitiin bloggaajalle helposti erityisesti hyvinvointiblogeissa:

”Sama, kävin kerran LadyLinellä ja totesin ettei se ole mun paikkani, eihän siellä mitään treenata vaan näytetään hyvältä tukkaa sukien ja meikkiä korjaillen. ”

”Parempi se on kyllä kuunnella kroppaansa, kun väsyttää sitä turhaan !”

5.5 Sosiaalisen verkostoitumisen tuki

Kummassakaan blogikategoriassa sosiaalisen verkostoitumisen tuki ei ollut merkittävässä roolissa.

Taulukko 6. Kommentit, joissa esiintyi sosiaalisen verkostoitumisen tukea

SOSIAALISEN VERKOSTOITUMISEN TUKI	Syömishäiriöblogit		Hyvinvointiblogit	
	Kpl	%	Kpl	%
Läsnäolo	11	2	3	1
Uudet kontaktit	38	8	22	4
Lukijaksi ilmoittautuminen	29	6	20	4
YHTEENSÄ	78	16	45	9

5.5.1 Uusista kontakteista ilmoittaminen

Sosiaalisen verkostoitumisen kolmesta alaluokasta eniten esiintyi uusista kontakteista ilmoittamista. Syömishäiriöblogeissa sen osuus kommenteista oli hieman suurempi (8 %) kuin hyvinvointiblogeissa (4 %). Useimmiten kommentoijat linkittivät oman samaa aihepiiriä käsittelevän bloginsa kommentin loppuun tai tarjosivat omaa sähköpostiosoitettaan. Syömishäiriöblogien kommentoijat muistuttivat myös joskus samassa tilanteessa olevista kohtalotovereista ja myös lukijoiden tarvittaessa tarjoamasta tuesta. Lisäksi kommentoijat saattoivat ilmoittaa bloggaajalle haasteesta omassa blogissaan. Haasteet palvelevat verkostoitumista toisiin mahdollisesti samassa elämäntilanteessa oleviin bloggaajiin.

Syömishäiriöblogeissa oli tapana jättää oman blogin osoite viestin loppuun. Bloggaajalle annettiin mahdollisuus valita, haluaako hän tutustua kommentoijaan ja tämän elämään tarkemmin blogin kautta:

”By the way thervetuloa lukemaan blogiani.”

Haasteet olivat myös melko suosittu tapa tarjota bloggaajalle mahdollisuutta tutustua uusiin

ihmisiin. Haasteeseen vastaaminen linkittää bloggaajan muihin bloggaajiin, sillä yleensä blogeissa mainitaan, keneltä haaste on otettu vastaan:

”Sulle olisi haaste mun blogissa. Vastaa jos ehdit :)”

5.5.2 Läsnaölo

Bloggaajaa ei tuettu paljonkaan ehdottamalla tapaamista Internetin ulkopuolella tai yhteistä ajanviettoa, vaikkakin syömishäiriöblogeissa tämä läsnäoloon tähtäävä tuen alaluokka esiintyi hieman useammin. Noin 2 prosenttia syömishäiriöblogien viesteistä sisälsi läsnäolon tarjoamista, kun taas hyvinvointiblogeissa sitä ilmeni vain alle 1 prosentissa kommentaiteista. Eräässä syömishäiriöblogissa ilmaistiin halukkuutta tavata bloggaaja myös blogimaailman ulkopuolella:

”olisi ihana nähdä”

5.5.3 Lukijaksi ilmoittautuminen

Lisäksi kommentoijien pyrkimystä tukea bloggaajaa sosiaalisesti ilmensi blogin lukijaksi ilmoittautuminen. Lukijaksi ilmoittautuminen palvelee sosiaalista verkostoitumista, minkä takia se on yksi sosiaalisen verkostoitumisen alaluokka tässä tutkimuksessa. Ilmoittautumalla julkisesti blogin lukijaksi bloggaajalle osoitetaan, ettei tämä ole yksin. Joku todella lukee blogia ja on kiinnostunut bloggaajasta. Monen blogin etusivulla on myös yleensä lukijalista, johon rekisteröitynyt lukija voi liittyä saadakseen blogin päivitykset suoraan omalle sivulleen. Kirjallisesti lukijaksi ilmoittautumalla kommentoija voi esitellä itsensä ja kertoa samankaltaisista kokemuksista. Blogin lukemisesta kerrottiin hieman enemmän syömishäiriöblogeissa (6 %) kuin hyvinvointiblogeissa (4 %).

Esimerkiksi eräässä syömishäiriöblogissa kommentoija halusi kertoa bloggaajalle paitsi aloittavansa lukemaan blogia virallisesti, myös ilmaista lukeneensa blogia satunnaisesti jo pidemmän aikaa. Kommentoijat kertoivatkin usein, jos olivat lukeneet blogia jo kauan ennen varsinaiseksi lukijaksi rekisteröitymistä.

”Olen aina välillä selannut blogia, mutta rupean nyt lukijaksi.”

” Sait juuri uuden lukijan. Take it or leave it, hihi!”

5.7 Tulosten yhteenveto

Sekä syömishäiriöblogeissa että hyvinvointiblogeissa jaettiin kaiken kaikkiaan runsaasti sosiaalista tukea eri muodoissaan. Yhteenveto sosiaalisen tuen muotojen yleisyydestä blogikategorioissa on esitetty taulukossa 7. Tuen muodoista eniten tarjottu oli emotionaalinen tuki syömishäiriöblogeissa. Kommentoijat eivät pelänneet rohkaista ja tukea syömishäiriötä sairastavaa henkilökohtaisemmin ja tunteisiin vedoten. Jos sanoja ei ollut, emotionaalista tukea välittivät monet sydän- hymiöt ja virtuaaliset halaukset. Myös hyvinvointiblogeissa emotionaalista tukea esiintyi lähes puolessa kommentaareista, mutta verrattuna syömishäiriöblogeihin sen merkitys tuen tarjoamisen strategiana ei ollut niin suuri.

Informatiivista tukea jaettiin suhteellisen tasaisesti molemmissa blogikategorioissa. Hieman enemmän sitä tarjottiin kuitenkin syömishäiriöblogeissa. Informatiivisen tuen osuus oli emotionaalisen tuen tavoin merkittävä. Hyvinvointiblogeissa se oli kaikkein eniten tarjottu tuen muoto ja syömishäiriöblogeissa informatiivinen tuki oli emotionaalisen tuen jälkeen tärkein tuen muoto blogikommenteissa. Sen sijaan hyvinvointiblogeissa informatiivisen tuen jälkeen toiseksi eniten tarjottiin arvonantoa osoittavaa tukea. Verrattuna syömishäiriöblogeihin kehujen ja hyväksynnän osoittaminen olivat siis suuremmassa roolissa. Tutkimus osoitti, että sosiaalisen verkostoitumisen tukea tarjottiin bloggaajalle hyvin vähän verrattuna muihin tuen muotoihin. Jos sosiaalisen verkostoitumisen tukea verrataan blogikategorioiden kesken, syömishäiriöblogeissa jaettiin kuitenkin hieman enemmän tällaista tukea.

Taulukko 7. Tuen pääluokkien prosentuaaliset osuudet kaikista blogikommenteista syömishäiriö- ja hyvinvointiblogeissa

TUEN MUOTO	Syömishäiriöblogit	Hyvinvointiblogit
Informatiivinen tuki	84 %	73 %
Emotionaalinen tuki	142 %	45 %
Arvonantoa osoittava tuki	37 %	58 %
Sosiaalisen verkostoitumisen tuki	16 %	9 %

6 TULOSTEN TARKASTELUA

Tässä luvussa tutkimustuloksia tarkastellaan vertailemalla niitä aluksi muihin blogien tuen muotoja käsitelleisiin tutkimuksiin ja tämän jälkeen myös verkkokeskusteluja koskeneisiin tutkimuksiin. Suurin osa näistä vertailussa hyödynnettävistä tutkimuksista on esitelty tarkemmin luvussa 3.

6.1 Tutkimustulokset aikaisempiin blogitutkimuksiin verrattuna

Tutkimustulosten mukaan tuen tarjoaminen on sekä hyvinvointiblogeissa että syömishäiriöblogeissa hyvin yleistä. Kommentit sisälsivät lähes poikkeuksetta tukea jossakin muodossa. Tutkimustulokset tuen kokonaisuuden suhteen vastasivat siis esimerkiksi Savolaisen (2010) laihdutusblogien tuen muotoja käsitellyttä tutkimusta, jossa yli puolet viesteistä sisälsi jonkinlaista tuen tarjontaa. Tässä tutkimuksessa tukea tarjoavien viestien suuri määrä selittyy myös sillä, että tutkimuksessa määriteltiin tuen käsite hyvin löyhästi. Tutkimuksessa annettiin painoarvoa kommentoijan omille tilannearvioinneille ja ne sijoitettiin informatiiviseen tukeen. Tähän tuen alaluokkaan kerääntyikin paljon esiintymiä. Useimmissa aikaisemmissa tutkimuksissa kommentoijan oman tilanteen arviointia ei ole tulkittu olleenkaan tuen muodoksi tai se on mahdollisesti sisällytetty muihin tuen luokkiin, mutta tässä tutkimuksessa haluttiin ottaa se näkyvästi mukaan luokitukseen.

Kummassakin blogikategoriassa jaettiin paljon informatiivista tukea. Kuitenkin informatiivista tukea jaettiin enemmän syömishäiriöblogeissa kuin hyvinvointiblogeissa. Syynä voisi olla se, että syömishäiriö on ongelma, josta pyritään eroon. Tämän takia hyvät neuvot ja opastukset voisivat olla tarpeellisempia syömishäiriöstä kärsivälle kuin yleisestä hyvinvoinnistaan bloggaavalle. Syömishäiriöblogien kommentoijille on siis luontevaa yrittää auttaa bloggaajaa tietojen ja faktojen avulla. Informatiivisen tuen tarjonnan todettiin olevan tärkein tuen muoto myös laihdutusblogeissa (Savolainen 2010).

Kuitenkin myös päinvastaisia tuloksia on saatu esimerkiksi päiväkirjatyyppisistä blogeista, joissa informatiivista tukea jaettiin vähän (Ko, Wang & Zu 2011). Myös syöpäblogeissa informatiivisen tuen määrä oli paljon vähäisempi kuin tässä tutkimuksessa, mutta informatiivista tukea jaettiin silti syöpäblogeissakin kohtalaisesti (Srivastava & Moreland 2009). Puhtaasti päiväkirjatyyppiset blogit eroavat syömishäiriö- ja hyvinvointiblogeista siinä, että ne keskittyvät kertomaan tavallisen ihmisen

elämästä ilman painotusta mihinkään tiettyyn aihealueeseen. Tämä voisi olla syynä informatiivisen tuen vähäiseen määrään verrattuna tässä tutkimuksessa tarkasteltuihin blogikategorioihin.

Erityisen paljon arvioitiin bloggaajan tai kommentoijan tilannetta, joista molemmat sisältyivät informatiiviseen tukeen. On kuitenkin mielenkiintoista vertailla, kumpaan blogin osanottajaan tuki kohdistui. Varsinkin hyvinvointiblogeissa kommentoijan oman tilanteen tai kokemuksen arviointi oli hyvin yleistä. Sen sijaan syömishäiriöblogeissa arvioitiin hieman enemmän bloggaajan tilannetta kuin kommentoijan tilannetta. Syömishäiriöstä kärsivää bloggaajaa tuettiin siis henkilökohtaisemmalla tasolla kuin hyvinvointibloggaajaa. Syömishäiriöblogeissa kommentoijat esittivät omia mielipiteitään bloggaajan tilasta rohkeammin kuin hyvinvointiblogeissa, joissa kommentoijat keskittyivät kertomaan omista kokemuksistaan.

Tällä tavalla tarkasteltuna hyvinvointiblogeja voisi pitää hieman vähemmän pelkästään bloggaajaan ja hänen elämäänsä keskittyvinä tiedon ja tuen jakamisen alustoina. Koska blogin kommentoijat ovat innostuneet kertomaan myös omasta elämästään, voisi hyvinvointiblogien vuorovaikutusta pitää monipuolisempänä ja kenties kommentoijillekin antoisampana. Kuulumisistaan ja kokemuksistaan kertova kommentoija antaa bloggaajalle ja muille lukijoille uusia aineksia ja puheenaiheita, joihin nämä voivat halutessaan tarttua. Tällöin kommentit toimivat paremmin vuoropuheluna eivätkä ne ole välttämättä sisällöltään pääosin bloggaajan elämää eritteleviä.

Monissa syömishäiriöblogeissa kommentoijat pyrkivät havahduttamaan bloggaajaa huomaamaan oman sairaalloisen laihuutensa tai esittivät asiat bloggaajalle uudenlaisesta näkökulmasta. Syömishäiriöblogeissa voisi nähdä olevan tarvetta tällaiselle bloggaajaa koskevalle arvioinnille enemmän kuin hyvinvointiblogeissa niiden astetta henkilökohtaisemman otteen vuoksi. Hyvinvointiblogeissa ei ehkä ole niin tarpeen tai edes suotavaa puuttua toisen asioihin. Jos varsinaista ongelmatilannetta ei ole, toisen elämän arviointi voi tuntua jopa röyhkeältä. Tämän takia hyvinvointiblogeissa informaatio keskittyy enemmän kommentoijien omaan elämään.

Myös yhteisöllisyys voi olla voimakkaampi syömishäiriöblogeissa, mikä kannustaa ilmaisemaan rohkeasti omia mielipiteitä bloggaajan elämästä. Syömishäiriöblogeissa kommentoijat tunsivat usein toisensa, sillä tutkimusaineiston perusteella syömishäiriöiset lukevat paljon toistensa kirjoittamia blogeja. Toiset blogiyhteisön jäsenet tunnetaan siis paremmin kuin ehkä hyvinvointiblogeissa.

Myös bloggaajan neuvomisen ja faktojen opettamisen vähäisempi määrä hyvinvointiblogeissa voisi johtua bloggaajan ja muiden lukijoiden tuntemattomuudesta. Tuntematonta ihmistä on

sopimattomampaa neuvoa ja opastaa. Vaikka kommentoijat ovatkin voineet seurata bloggaajan elämää blogin kautta jo kauan, se ei silti välttämättä laske kynnyistä neuvojen ja vinkkien jakamiseen liittyen bloggaajan elämään. Toisaalta anonyymisti kommentoimalla kynnys neuvomiseen voisi olla matalampi.

Faktojen ja yleisten totuuksien opettaminen bloggaajalle on hieman epäsuorempi keino auttaa bloggaajaa kuin suorien neuvojen antaminen. Ehkä juuri kohdentumattomuuden takia opettaminen oli hyvinvointiblogeissa hieman suositumpi tapa tarjota tukea bloggaajalle kuin neuvominen. Opettaminen oli myös tärkein informatiivisen tuen muoto Savolaisen (2010) tutkimissa laihdutusblogeissa. Sen sijaan laihdutusblogeissa ei juurikaan tarjottu neuvoja ja ehdotuksia, kun taas tässä tutkimuksessa neuvot ja ehdotukset olivat kohtalaisen suosittu keino tarjota tukea erityisesti syömishäiriöstä kärsiville. Neuvoja saatettiin tarjota syömishäiriöblogeissa enemmän siksi, että ne rakentuvat selvän negatiivisen ongelman eli syömishäiriön ympärille. Ongelmaan on luonnollista tarjota ratkaisuehdotuksia. Toisaalta myös laihdutuksen luulisi olevan asia, joka samalla tavalla innostaisi kommentoijia neuvomaan bloggaajaa laihdutusprojektissaan.

Informatiivista tukea viittausten muodossa tarjottiin hyvin vähän. Myöskään laihdutusblogeissa ei viittauksilla ollut suurta merkitystä (Savolainen 2010). Blogeissa jaettiin ennen kaikkea omaan kokemukseen ja tietämykseen perustuvaa tietoa. Asiantuntijatiedolla ei siis tuntuisi olevan erityistä merkitystä blogeissa, vaan tärkeintä on kokemusten ja mielipiteiden jako muiden kanssa. Viittausten vähäinen määrä tukee ajatusta blogeista kokemuksellisen tiedon jakamisen paikkoina. Blogeja voidaan pitää empaattisina yhteisöinä, joissa bloggaajan on mahdollista saada lukijoiltaan kokemuksia, havaintoja ja vertaistukea, ei niinkään asiantuntijatietoa.

Kummassakin blogikategoriassa jaettiin runsaasti emotionaalista tukea. Myös laihdutusblogeissa, syöpäblogeissa ja päiväkirjatyypisissä blogeissa emotionaalisen tuen on todettu olevan yksi tärkeimmistä tuen muodoista (Savolainen 2010; Srivastava & Moreland 2009; Ko, Wang & Zu 2011). Syömishäiriöblogeissa emotionaalista tukea oli kuitenkin suurimmassa osassa kommentteja, sillä kyse on vakavasta sairaudesta, jonka kanssa elämiseen tarvitaan emotionaalista tukea esimerkiksi kannustuksen ja empatian muodossa. Kommentoijat tarjosivat empatiaa usein kertomalla omasta samanlaisesta kokemuksestaan. Kertomuksellaan he välittivät kommentissaan ymmärtävänsä bloggaajan tuntemuksia.

Syömishäiriötä sairastavaa tuettiin huomattavan paljon myös erilaisilla hyimiöillä ja visuaalisilla

kirjainmerkkiyhdistelmillä (<3). Virtuaaliset läheisyydenosoitukset sopivat erityisesti tilanteisiin, jolloin toisen tukeminen on vaikeaa kirjoitettujen sanojen muodossa. Ne ilmaisevat läheisyyttä mutkattomasti ja ilman turhia selittelyjä. Ehkä tämän takia läheisyyden ilmaiseminen verbaalisessa muodossa oli harvinaisempaa. Hyvinvointiblogeissa virtuaalista ja verbaalista läheisyyttä ilmaisttiin huomattavasti harvemmin, sillä niissä bloggaajan tunteita ei eritellä läheskään yhtä usein kuin syömishäiriöblogeissa. Tunteisiin kun yleensä vastataan tunteilla. Aikaisemmissa blogeja koskeneissa tutkimuksissa ei ole huomioitu virtuaalisia läheisyydenosoituksia yhtenä emotionaalisen tuen muotona. Kuitenkin erilaiset merkit ja hymiöt ilmaisevat emotionaalista tukea siinä missä kirjoitettukin teksti, joten niiden voisi nähdä olevan olennainen osa kokonaisvaltaisempaa sosiaalisen tuen tutkimista virtuaalisessa ympäristössä.

Hyvinvointiaan edistäville bloggaajille jaettiin emotionaalisen tuen muodoista eniten rohkaisuja ja kannustusta. Myös päiväkirjatyypisissä blogeissa ja laihdutusblogeissa bloggaajan rohkaisu oli yleistä (Ko, Wang & Zu 2011; Savolainen 2010). Tällainen emotionaalinen tuki ei ole luonteeltaan niin henkilökohtaista, vaan toisen kannustaminen on hyvä tapa. Myös syömishäiriöistä kannustettiin jatkamaan taistelua sairautta vastaan. Kannustamisen voisi nähdä olevan keskeisessä osassa molemmissa blogeissa, koska blogien kirjoittajilla on tavoite. Lukijat haluavat motivoida bloggaajaa tavoitteen toteuttamiseen. Blogikategorioiden välinen ero näkyi tutkimustuloksissa kuitenkin siinä, että sympatiana ja huolenpitoa tarjottiin bloggaajalle lähes yksinomaan syömishäiriöblogeissa. Varsinkin sympatian osoitusten voisi olettaa olevan vahvasti sidoksissa siihen, miten bloggaaja esittää asiansa blogissa. Negatiiviset tarinat saavat helposti lukijat tarjoamaan sympatiana.

Tutkimustulokset paljastivat hyvinvointiblogien lukijoiden kehuvan runsaasti bloggaajaa. Arvonantoa osoittavaa tukea tarjottiinkin hyvinvointia tavoittelevalle bloggaajalle enemmän kuin syömishäiriötä sairastavalle. Itsetunnon parantamiseen tähtäävää tukea jaettiin runsaasti myös laihdutusblogeissa ja päiväkirjatyypisissä blogeissa (Savolainen 2010; Ko, Wang & Zu 2011). Savolaisen tutkimuksessa itsetuntoon liittyvä tuki erityisesti kehumalla bloggaajaa oli kaikkein yleisin tuen muoto laihdutusblogeissa. Vaikka kehut voisi tulkita myös emotionaaliseksi ja kannustavaksi tueksi, pysyttiin luokittelussa kuitenkin alkuperäisessä mallissa ja tulkittiin kehut ennen kaikkea itsetuntoa kohottavaksi tueksi.

Ero syömishäiriöblogeissa ja hyvinvointiblogeissa jaetun arvonantoa osoittavan tuen määrässä on mielenkiintoinen ja kertoo taas blogikategorioiden aiheiden erilaisuudesta. Hyvinvointiblogeissa

kehut kohdistuivat usein bloggaajan ulkoisiin ominaisuuksiin, kuten treenaamalla saavutettuihin lihaksiin. Bloggaajat lisäsivät blogiinsa paljon kuvia itsestään, jotka keräsivät kehuja. Kuvien voisikin olettaa olevan suurin syy siihen, miksi kehut kohdistuivat juuri ulkonäköön. Bloggaajaa ihailtiin kommenteissa välillä jopa häkellyttävän runsaasti. Syömishäiriöiset eivät lisänneet usein kuvia itsestään blogiinsa, mutta lukijat kehuivat sen sijaan paljon syömishäiriötä sairastavan luonteenpiirteitä, erityisesti sinnikkyyttä.

Molempien blogikategorioiden bloggaajia kiiteltiin myös vertaistuesta ja hyvistä blogikirjoituksista. Erityisesti hyvinvointiblogeissa lukijat kertoivat blogimerkintöjen olleen hyödyllisiä omassa hyvinvointiprojektissaan. Hyvinvointiblogeissa jaetaan usein asiapitoista informaatiota hyvinvointiin liittyen, joten niiden sisällöstä voi olla paljon iloa muille terveellisen elämän tavoittelijoille. Syömishäiriöblogeissa taas vertaistuella on suurempi merkitys, koska ne eivät useinkaan ole asiakeskeisiä vaan keskittyvät bloggaajan elämän esittelyyn. Arvonantoa osoittavaa tukea tarjottiin bloggaajille myös hyväksymällä ja validoimalla bloggaajan näkemyksiä ja tunteita. Hyväksymällä toisen ajatukset bloggaajalle viestitettiin arvostamisen lisäksi, että hän ei ole yksin, vaan on muitakin samalla lailla ajattelevia. Myös päiväkirjatyypisissä blogeissa bloggaajan näkemysten hyväksyntää esiintyi paljon, jopa enemmän kuin bloggaajan kehumista (Ko, Wang & Zu 2011).

Blogeissa ei jaettu erityisemmin sosiaalisen verkostoitumisen tukea. Syömishäiriöblogeissa sitä esiintyi kuitenkin hieman enemmän kuin hyvinvointiblogeissa, sillä syömishäiriöiset voivat kaivata enemmän kontakteja muihin samassa tilanteessa oleviin. Haasteet ovat yksi sosiaaliseen verkostoitumiseen liittyvä ilmaisutapa, sillä ne muodostavat ja vahvistavat bloggaajien siteitä toisiinsa sekä tuovat yhteisöllisyyden tuntua. Syömishäiriötä sairastavien keskuudessa bloggaaja haastettiin täyttämään erilaisia kyselyitä omaan elämäänsä liittyen. Toiselle lähetettävää haastetta voisi pitää jopa jonkinlaisena lahjana. Lahjan saaja eli bloggaaja tuntee kuuluvansa joukkoon. Hän on bloginsa ansiosta ansainnut paikkansa yhtenä blogiyhteisön jäsenenä.

Blogit eivät näyttäisi olevan ihanteellisia paikkoja löytää ystäviä, joiden kanssa voisi viettää aikaa blogin ulkopuolella. On mielenkiintoista huomata, miten paljon syömishäiriöiselle tarjottiin emotionaalista lohdutusta ja tukea, muttei juurikaan tarjouduttu viettämään bloggaajan kanssa aikaa. Kommunikointi ja tuki jäivät virtuaalisiksi. Hyvinvointiblogeissa tarjouduttiin vielä harvemmin viettämään aikaa bloggaajan kanssa, mutta toisaalta niiden kirjoittajien ei oletetakaan hakevan blogistaan uusia tuttavuuksia. Syömishäiriötä sairastavat voisivat kuitenkin hyötyä uusista

kontakteista, mutta kommentoijat eivät ilmaise halukkuuttaan viettää aikaa bloggaajan kanssa mahdollisesti esimerkiksi ujuden tai fyysisten välimatkojen takia. Tutkimustulokset vastasivat Savolaisen (2010), Srivastava & Morelandin (2009) sekä Ko, Wang ja Zun (2011) tutkimustuloksia. Myöskään laihdutusblogeissa, syöpäblogeissa tai päiväkirjatyypisissä blogeissa ei jaettu paljon sosiaalisen verkostoitumisen tukea.

Toisaalta läsnäoloa tarjottiin myös esimerkiksi ehdottomalla bloggaajalle kaveruutta erilaisissa pikaviestipalveluissa, jolloin välimatkat yhteiselle ajanvietolle ja tutustumiselle eivät ole este. Tutkimusaineistossa ei kuitenkaan tällaisia tarjouksia esiintynyt usein. Ehkä kynnys henkilökohtaisempaan viestintään bloggaajan ja kommentoijan välillä koetaan liian korkeaksi ja pelätään, ettei bloggaaja olekaan kiinnostunut viettämään aikaa kommentoijan kanssa kasvotusten tai Internetissä.

Läsnäolon lisäksi kaksi muuta sosiaalisen verkostoitumisen alaluokkaa, lukijaksi ilmoittautuminen ja uusista kontakteista ilmoittaminen, jäivät kooltaan pieniksi. Lukijaksi ilmoitaututtiin hieman useammin syömishäiriöblogeissa kuin hyvinvointiblogeissa. Syy voisi piillä ennen kaikkea siinä, että syömishäiriöblogeissa vertaistuen merkitys on oletettavasti suurempi kuin hyvinvointiblogeissa. Syömishäiriötä sairastavalle haluttiin ilmaista, että lukija on mukana bloggaajan elämäntilanteissa, vaikkakin vain virtuaalisesti. Lukijaksi ilmoittautumalla bloggaajalle haluttiin ehkä myös osoittaa, että lukija arvostaa blogia. Toisaalta ilmoittautumista voidaan pitää myös kannustavana viestinä bloggaajalle jatkaa kivan blogin kirjoittamista.

Uusista kontakteista ilmoitettiin enimmäkseen linkittämällä oma blogi kommentin loppuun, jolloin bloggaaja voi halutessaan tutustua kommentoijan omaan blogiin paremmin. Oman blogiosoitteen linkittäminen on sekä mainostamista että keino verkostoitua muiden samasta aiheesta bloggaavien kanssa. Samalla tavalla myös lukijaksi ilmoittautumalla kommentoija voi mainostaa itseään bloggaajalle, mikäli hän on rekisteröitynyt blogipalveluun. Rekisteröitynyt käyttäjä voi kertoa palvelussa itsestään omalla sivullaan, vaikka ei omaa blogia kirjoittaisikaan. Lukijaksi ilmoittautuminen antaa bloggaajalle mahdollisuuden tutustua lukijaansa paremmin.

6.2 Tutkimustulokset verrattuna aikaisempiin tutkimuksiin verkkokeskusteluista

Verkkokeskustelujen sosiaalinen tuki on aiempien tutkimusten perusteella keskittynyt erityisesti informatiiviseen ja emotionaaliseen tukeen (esim. Mo & Coulson 2008; Coulson, Buchanan & Aubeeluck 2007; Eichhorn 2008; Braithwaite, Waldron & Finn 1999). Tutkimustulosten valossa informatiivinen ja emotionaalinen tuki näyttäisivät hallitsevan suurelta osin myös blogeissa tapahtuvaa tuen tarjoamista. Monissa verkkokeskusteluissa informatiivisen tuen on todettu olevan ainakin vähän yleisempi tuen muoto kuin emotionaalisen tuen. Poikkeuksena ovat Braithwaiten, Waldronin ja Finnin (1999) tutkimustulokset vammaisten keskustelufoorumilta. Tulokset osoittivat emotionaalisen tuen olevan kaikkein yleisin tuen muoto vammaisten viesteissä.

Aiempiä tutkimustuloksia ja tämän tutkimuksen tuloksia vertailemalla voisi siis sanoa, että ennen kaikkea verkkoyhteisön luonne määrittää vuorovaikutuksen luonteen. Toki blogit ovat olemukseltaan intiimimpiä ja keskittyvät bloggaajan elämään, mikä tekee niistä otollisempia paikkoja emotionaalisen tuen tarjoamiseen. Blogi ei kuitenkaan automaattisesti kerää emotionaalisesti virittyneitä kommentteja, vaan blogiyhteisö ja blogin aihepiiri määrittävät sen, millaisista asioista siellä puhutaan ja millainen tuki sopisi parhaiten bloggaajan tukemiseen. Samalla tavalla keskustelufoorumikaan ei välttämättä automaattisesti tarkoita informatiivisen tuen ylivoimaisuutta verrattuna muihin tuen muotoihin.

Kuten Cutronan ja Suhrin (1994) teoriassa kuvataan, optimaalisen tuen muoto riippuu bloggaajan tai keskustelufoorumin osanottajan tilanteesta: onko tilanne hallinnassa vai ei? Esimerkiksi Coulsonin (2005) tutkimustulokset ärtyvän suolen oireyhtymästä kärsivien verkkokeskustelusta osoittivat informatiivisen tuen olevan tärkein foorumilla jaettu tuen muoto. Myös Mon ja Coulsonin (2008) toteuttamassa tutkimuksessa HIV/AIDS -potilaiden keskustelufoorumista informatiivinen tuki oli yleisin tuen muoto. Informatiivinen tuki auttaisi tuen vastaanottajaa Cutronan ja Suhrin (1994) teorian mukaan kontrolloiduissa tilanteissa. Näiden sairauksien kontrolloitavuuden pohtiminen jää kuitenkin tämän tutkimuksen ulkopuolelle.

Tässä tutkimuksessa tutkittiin kahta blogikategoriaa, syömishäiriöisten blogeja ja hyvinvointiblogeja. Syömishäiriöt ovat parannettavissa olevia sairauksia. Tästä huolimatta paranemisprosessi on usein hidas. Blogeista näkyi, että tavoitteena oli parantuminen, mutta niissä

kirjoitettiin paljon myös takapakeista ja arkielämästä syömishäiriön kanssa. Emotionaalinen tuki oli syömishäiriöblogeissa kaikkein yleisin tuen muoto. Jos syömishäiriö nähtäisiin kontrolloimattomana ongelmana, Cutronan ja Suhrin (1994) teorian mukaan emotionaalinen tuki olisi optimaalisin tuen muoto ja auttaisi syömishäiriöistä kaikkein eniten. Sairauden kontrolloitavuuden pohdinta jää kuitenkin tämän tutkimuksen ulkopuolelle eikä tutkimuksessa kiinnitetty tarkemmin huomiota sosiaalisen tuen ja tilannekontrollin väliseen vastaavuuteen. Tilanteen kontrolloitavuus on vaikeasti määriteltävissä, joten syömishäiriön kontrolloitavuudesta ei voida tässä tutkimuksessa tehdä mitenkään varmoja päätelmiä.

Mielenkiintoista on vertailla syömishäiriöisten blogien tuen muotoja Eichhornin (2008) tutkimustuloksiin koskien syömishäiriöisten verkkokeskusteluja. Tässä tutkimuksessa koskien syömishäiriöisten blogeja emotionaalisen tuen ylivoimaisuus verrattuna informatiiviseen tukeen oli ilmeinen. Kuitenkin Eichhornin tutkimuksessa myös verkkokeskusteluissa syömishäiriöiset auttoivat toisiaan emotionaalisesti lähes yhtä paljon kuin antoivat informatiivista tukea. Muita keskustelufoorumeja koskeneiden tutkimusten valossa Eichhornin (2008) tutkimustulos oli samansuuntainen. Vaikka keskustelufoorumeilla jaettiin paljon informatiivista tukea, ei emotionaalisesta tuestakaan ollut puutetta. Vammaisten keskustelufoorumilla emotionaalista tukea jaettiin jopa enemmän kuin informatiivista tukea (Braithwaiten, Waldronin ja Finnin 1999).

Tämäkin seikka voisi olla selitettävissä verkkoyhteisöjen luonteella. Syömishäiriötä sairastavat tai ärtyneen suolen oireyhtymästä kärsivät voivat muodostaa hyvin tiiviin yhteisön, mikä voisi olla syynä emotionaalisen tuen runsaaseen tarjontaan esimerkiksi läheisyyden osoitusten muodossa. Yhteisöllisyyden takia ei ole niin väliä, toimiiko emotionaalisen tuen jakamisen alustana blogi vai verkkokeskustelu. Verkkokeskustelu ei siis tarkoita sitä, ettei siellä voitaisi tukea toisia myös emotionaalisesti eikä pysytellä vain asialinjalla.

Tämän tutkimuksen tulokset osoittivat hyvinvointiblogeissa jaettavan enemmän informatiivista tukea kuin emotionaalista tukea. Hyvinvoinnin voisi olettaa olevan kontrolloitavissa, joten Cutronan ja Suhrin (1994) teorian mukaan informatiivinen tuki vastaisi parhaiten bloggaajan tarpeisiin. Näin tarkasteltuna tutkimustulokset sopivat optimaalisen täsmäytyksen teoriaan. Hyvinvointiblogit toimivatkin hyvänä esimerkkinä siitä, ettei blogeissa jaeta pääasiassa vain emotionaalista tukea. Ne sopivat hyvin myös terveyteen liittyvien vinkkien ja faktojen jakamisen alustaksi. Tutkimustuloksista selviää, että informatiivista tukea jaettiin hyvinvointiblogeissa jopa enemmän kuin aikaisempien tutkimusten verkkokeskusteluissa.

Hyvinvointiblogeissa jaettiin myös paljon arvonantoa osoittavaa tukea, jota ei verkkokeskusteluissa juurikaan ilmennyt (Mo & Coulson 2008; Braithwaite, Waldron & Finn 1999; Eichhorn 2008). Syy voisi piillä ennen kaikkea siinä, etteivät keskustelufoorumilaiset tunne toisiaan niin hyvin kuin blogien kommentoijat tuntevat bloggaajan. Bloggaajasta on mahdollista saada tietoa blogia lukemalla. Blogit ovat henkilökohtaisempia ja niissä keskitytään bloggaajan tukemiseen. Verkkokeskusteluissa on monia lähtökohtaisesti tasa-arvoisia osallistujia, mikä ei välttämättä innosta kohentamaan jonkun tietyn yksittäisen osanottajan itsetuntoa.

Sosiaalisen verkostoitumisen tuki oli vähäistä sekä tämän tutkimuksen blogeissa että monissa aikaisemmissa tutkimuksissa koskien verkkokeskusteluita (esim. Mo & Coulson 2008, Braithwaite, Waldron & Finn 1999). Kuitenkin Huntingtonin tautiin sairastuneiden verkkokeskusteluissa sosiaalisen verkostoitumisen tukea ilmeni lähes puolessa viesteistä (Coulson, Buchanan & Aubeeluck 2007), mikä on yllättävän paljon. Keskustelijat painottivat varsinkin uusille keskusteluryhmän jäsenille, että keskustelufoorumilta on mahdollista saada paljon tukea muilta keskustelijoilta. Huntingtonin tauti on kuitenkin hyvin harvinainen sairaus, mikä saattaa selittää keskustelufoorumilaisten innon verkostoitua muiden sairaudesta kärsivien kanssa.

Braithwaite ym. (1999) havaitsivat tutkimuksessaan vammaisten keskustelufoorumilla ilmenevän joitakin Cutronan ja Suhrin (1992) luokittelun ulkopuolisia tuen muotoja, jotka sopivat erityisesti virtuaaliseen tuen tarjoamiseen. Keskustelufoorumilla osallistujat ilmaisivat läheisyyttä erilaisin virtuaalisin merkein. Tämän tutkimuksen tulosten mukaan myös blogeissa ilmeni läheisyyden osoituksia virtuaalikielillä. Virtuaaliset läheisyyden osoitukset olivat ahkerassa käytössä varsinkin syömishäiriöisten blogeissa.

Verrattaessa verbaaleihin läheisyyden osoituksiin virtuaalisilla läheisyydenosoituksilla on yksi selvä etu: visuaalisuus. Merkit eivät ole vain kirjainmerkkejä, vaan ne muodostavat kuvia ja hymiöitä. Kuten sananlaskussa todetaan, kuva kertoo enemmän kuin tuhat sanaa. Kuvien, hymiöiden ja fyysisiä reaktioita kuvaavien sanojen (kuten ”halaus”) avulla kommentoija kykenee tukemaan bloggaajaa ilman vaikeita sanoja ja selityksiä. Virtuaalimerkein viestitty tuki ei vaadi kirjoitustaitoja, joten emotionaalisen tuen tarjoaminen on helppoa ja nopeaa. Aina tuen tarjoaja ei edes löydä sopivia sanoja tukeakseen bloggaajaa, joten virtuaalisen läheisyydenosoitukset hymiöiden avulla mahdollistavat tukemisen sanojen puuttuessakin. Fyysisten eleiden ja ilmeiden raportointi kommentissa taas korvaa osittain virtuaaliympäristössä mahdottomat fyysiset lohdutuksenosoitukset.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimustulokset osoittivat tuen tarjoamisen olevan hyvin keskeisessä osassa blogimaailmassa. Sekä syömishäiriöstä kärsiville että hyvinvoinnistaan kiinnostuneille bloggaajille tarjottiin runsaasti erityisesti emotionaalista, arvonantoa osoittavaa tai informatiivista tukea. Sen sijaan sosiaalisen verkostoitumisen tuki ei ollut kummassakaan blogikategoriassa merkittävässä roolissa. Kaikki muut paitsi sosiaalisen verkostoitumisen tuki ovat olleet hyvin edustettuina myös valtaosassa vastaavista aikaisemmista tutkimuksista.

Tässä tutkimuksessa esille nousi kuitenkin emotionaalisen tuen tarjoaminen uudella tavalla. Internet-maailmaan vakiintuneiden hymiöiden ja muun merkkikielen avulla emotionaalista tukea on mahdollista jakaa muille myös kuvallisessa muodossa. Hymiöt paikkaavat tietokonevälitteiselle vuorovaikutukselle tyypillistä ilmeettömyyttä. Ne antavat mahdollisuuden tukea toista ilman sanoja. Läheisyyttä osoitettiinkin virtuaalisesti hyvin monessa blogikommentissa, joten kyse ei ole mitättömästä tuen tarjoamisen strategiasta. Virtuaalisen sosiaalisen tuen tutkimukseen olisikin kenties hyödyllistä käyttää tulevaisuudessa entistä muokatumpaa versiota suositusta Cutronan ja Suhrin (1992) sosiaalisen tuen muotojen luokittelusta. Sosiaalista tukea on mahdollista välittää toisille ihmisille myös muunlaisilla keinoilla kuin mitä kasvokkaisessa vuorovaikutuksessa käytetään.

Tutkimuksessa oli myös tavoitteena tarkastella mahdollisia eroja siinä, miten hyvinvointibloggaajaa ja syömishäiriöbloggaajaa tuetaan. Eroja löytyikin erityisesti informatiivisen, emotionaalisen ja arvonantoa osoittavan tuen määrissä. Hyvinvointibloggaajaa keuhuttiin paljon, kun taas syömishäiriöiselle haluttiin osoittaa ymmärrystä ja rohkaisuja. Huomattavaa kuitenkin on, että molemmissa blogikategorioissa jaettiin runsaasti sekä emotionaalista että arvonantoa osoittavaa tukea. Syömishäiriöistä ja hyvinvoinnistaan huolehtivaa autettiin kuitenkin paljon myös neuvomalla ja opastamalla sekä kertomalla omista vastaavista kokemuksista.

Vertailemalla informatiivisen tuen alaluokkaa, bloggaajan tilanteen arviointia, ja alkuperäisen luokituksen ulkopuolista uutta tuen luokkaa, kommentoijan tilanteen arviointia, paljastui mielenkiintoinen havainto: hyvinvointiblogiin kommentoitiin enemmän omista kokemuksista, ajatuksista ja elämästä, kun taas syömishäiriöbloggeissa kommentoijat arvioivat enemmän bloggaajan tilannetta, eivätkä kertoneet niin paljon omasta elämästään. Syitä tälle havainnolle voisi

etsiä esimerkiksi blogiyhteisön kiinteydestä ja toisaalta myös siitä, että syömishäiriöisen tilanne on lähtökohdaltaan ongelmallinen. On siis luonnollista keskittyä kommentoimaan syömishäiriöstä kärsivän elämää sen sijaan, että kertoisi vain omasta elämästään.

Tutkimuksessa oli useita rajoituksia. Ensinnäkään tutkimustulokset eivät kerro blogien todellisesta vuorovaikutuksellisuudesta mitään. Tutkimusaineistoon kerättiin vain kommentteja, ei blogimerkintöjä. Useissa blogeissa ja blogimerkinnöissä ei ollut yhtäkään kommenttia. Tutkimustuloksista voi kuitenkin tehdä sen johtopäätöksen, että jos blogimerkintä kerää kommentteja, ne hyvin suurella todennäköisyydellä sisältävät bloggaajalle osoitettua tukea. Tutkimuksessa ei myöskään kiinnitetty huomiota bloggaajan keinoihin hakea tukea lukijoiltaan joko suoraan tai epäsuorasti. Tutkimustuloksista ei voida siis päätellä, kohtasivatko bloggaajan ja kommentoijan tuen hakemisen ja tarjoamisen strategiat, ja oliko bloggaajalle tuesta mitään hyötyä.

Lisäksi tutkimuksessa ei ollut tietoa siitä, millaiset ilmaisut bloggaaja itse tulkitse tukesi. Esimerkiksi kommentoijan kertoessa omasta elämästään ja kokemuksistaan bloggaaja ei välttämättä tunne saavansa minkäänlaista tukea, vaikka kyseiset ilmaisut tässä tutkimuksessa tulkitettiin tukea antaviksi. Tutkimusaineistosta ei myöskään eritelty sellaisia kommentteja, joissa esitettiin esimerkiksi negatiivista kritiikkiä tai solvauksia bloggaajaa kohtaan. Negatiivisia kommentteja voidaan pitää sosiaalisen tuen vastakohtana. Negatiivisten kommenttien yleisyyttä blogeissa voisi olla mielenkiintoista tutkia ja vertailla niistä tehtyjä havaintoja sosiaalisen tuen määrään. Sosiaalisen tuen tutkimus olisi tällöin yhdistettävissä Internetissä kukoistavan ilmiön, ns. vihapuheen, tutkimukseen.

Tutkimusaineiston luokittelu oikeisiin luokkiin tehtiin tutkijan omasta näkökulmasta. Tutkimusaineistoa olisi siis voinut tulkita toisinkin. Tuen tarjoamisen strategiat eivät olleet yksiselitteisiä, vaan niiden luokittelu oli tulkinnallista. Monesti tutkimusaineistossa ilmenneet tuen muodot olivat muodoltaan esimerkiksi informatiiviseen tukeen sopivia, mutta niissä saattoi olla emotionaalinen sävy. Esimerkiksi uuden informatiivisen tuen alaluokan, kommentoijan tilanteen arvioinnin, ilmaisut tulkitettiin joskus empatian osoituksiksi oman esimerkin kautta. Ilmaisut pyrittiin tulkitsemaan kuitenkin niin syvällisesti kuin vain mahdollista lukemalla myös blogimerkintä, johon kommentissa vastattiin. Luokittelussa pyrittiin tulkitsemaan tuen ilmaisut siihen luokkaan, jota ne pääasiassa edustivat ja johon ne tutkimuksen tekijän oman tulkinnan mukaan kuuluivat. Myös kysymykset saatettiin tässä tutkimuksessa tulkita ehdotuksiksi, ei varsinaisiksi kysymyksiksi.

Tutkimustulokset eivät ole yleistettävissä muihin blogikategorioihin, sillä hyvinvointiblogit- ja syömishäiriöblogit eroavat muista blogikategorioista. Tutkimustulokset tarjoavat kuitenkin hyvän kuvan juuri näitä aihealueita käsittelevistä blogeista ja niissä tarjottavasta tuesta. Tulevaisuudessa eri blogikategorioiden ja niissä ilmenevien sosiaalisen tuen muotojen tutkiminen toisi lisää vertailupohjaa sosiaalisen tuen ja tiedon jakamisen tutkimukseen. Lisäksi olisi mielenkiintoista tutkia, oliko tarjotusta tuesta apua bloggaajalle. Tutkimuksessa voisi myös hyödyntää teoriaa optimaalisesta tuen muodosta otettaessa huomioon tilanteen kontrolloitavuus ja tarkkailla, osaavatko blogien kommentoijat tarjota juuri sellaista tukea bloggaajalle, jota tämä teorian mukaan eniten tarvitsisi. Muutenkin tutkimusta olisi hyvä laajentaa vuorovaikutuksellisemmaksi.

Syömishäiriöblogien ja hyvinvointiblogien kohdalla olisi kannattavaa tutkia myös niitä strategioita, joita bloggaaja käyttää pyytäessään tukea lukijoiltaan. Haastattelujen avulla olisi myös mahdollista saada tietoa siitä, miten blogin kirjoittajat ja lukijat tulkitsevat sosiaalista tukea sisältävää tekstiä ja auttaako tuki heidän tilannettaan jollain tavoin. Sosiaalisesta tuesta virtuaaliympäristössä tarvitaankin lisää tietoa. Olisi myös hyvä tiedostaa entistä paremmin sosiaalisen tuen ja tiedon jakamisen yhteys toisiinsa. Tieto ja tunteet eivät ole virtuaalimaailmassakaan erillään, vaan ne kulkevat käsi kädessä ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. Tietoa tarjotessaan kommentoija voi tulla tarjonneeksi bloggaajalle myös sosiaalista tukea, ja tukea tarjotessaan tietoa.

LÄHTEET

Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Riika. Vastapaino.

Baumer, E., Suyeshi, M. & Tomlinson, B. 2008. Exploring the Role of the Reader in the Activity of Blogging. *Proceedings of the SIGHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 1111–1120.

Bordi L. 2011. Vuorovaikutus päiväkirjatyyppisissä muotiblogeissa. Pro gradu- tutkielma. Tampereen yliopisto. Informaatiotieteiden yksikkö. Informaatiotutkimus ja interaktiivinen media. Saatavilla: <http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu04883.pdf>. Viitattu 20.3.2012

Braithwaite, D.O., Waldron, V.R. & Finn, J. 1999. Communication of social support in computer-mediated groups with people with disabilities. *Health Communication* 11(2), 123–151.

Burleson, B., Albrecht, T., Goldsmith D. & Sarason, I. 1994. Introduction. Teoksessa Burleson, B., Albrecht, T. & Sarason, I. (toim.) *Communication of Social Support: Messages, Interactions, Relationships, and Community*, xi–xxx. Thousand Oaks. SAGE.

Coulson, N. S., Buchanan, H. & Aubeeluck A. 2007. Social support in cyberspace: A content analysis of communication within a Huntington’s disease online support group. *Patient Education and Counseling* 68 (2), 173–178.

Coulson, N.S. 2005. Receiving social support online: an analysis of a computer-mediated support group for individuals living with irritable bowel syndrome. *CyberPsychology & Behavior* 8 (6), 580–584.

Cutrona, C. & Suhr, J. 1992. Controllability of Stressful Events and Satisfaction With Spouse Support Behaviours. *Communication Research* 19 (2), 154–174.

Cutrona, C. & Suhr, J. 1994. Social Support Communication in the Context of Marriage. Teoksessa Burleson, B., Albrecht, T. & Sarason, I. (toim.) *Communication of Social Support: Messages, Interactions, Relationships, and Community*, 113–135. Thousand Oaks. SAGE.

Eichhorn, K.C. 2008. Soliciting and providing social support over the Internet: an investigation of online eating disorder support groups. *Journal of the Computer-Mediated Communication* 14 (1), 67–78.

Fisher, K.E. and Naumer, C.M. 2006. Information grounds: theoretical basis and empirical findings on information flow in social settings. Teoksessa Spink, A. and Cole, C. (toim.) 2006. *New Directions in Human Information Behavior*, 93–111. Dordrecht. Springer.

Goldsmith, D. J. 2004. *Communicating Social Support*. Cambridge. Cambridge University Press.

Herring, S. C., Scheidt, L. A., Wright E. & Bonus, S. 2005. Weblogs as bridging genre. *Information Technology & People* 18 (2), 142–171.

Himberg, L. & Jauhiainen, R. 1998. *Suhteita–Minä, me ja muut*. Porvoo. WSOY.

Hodginson P. 2007. Subcultural Blogging? Online Journals and Group Involvement among U.K. Goths. Teoksessa Bruns A. & Jacobs J. (toim.) *Uses of Blogs*, 187–199. New York. Peter Lang Publishing.

Huang, L., Chou, Y. & Lin, C. 2008. The Influence of Reading Motives on the Responses after Reading Blogs. *CyberPsychology & Behaviour* 11 (3), 351–355.

Härkönen S. 2011. “Ihanan överi ja juhlallinen jakku olisi kyllä kiva lisä vaatekaappiin”- tutkimus kuluttamisesta ja professionalisoitumisesta elämäntyyliblogeissa. Pro gradu- tutkielma. Helsingin

yliopisto. Maatalous-metsätieteellinen tiedekunta. Taloustieteen laitos. Saatavilla: <http://www.helsinki.fi/taloustiede/Abs/selv73.pdf> Viitattu: 20.3.2012.

Karlsson, L. 2006. Acts of reading diary weblogs. *Human IT: Tidskrift för studier av IT ur ett humansvetenskapligt perspektiv* 8 (2), 1–59.

Kilpi T. 2006. Blogit ja bloggaaminen. Jyväskylä. Readme.fi.

Kim, S. & Chung, D. S. 2007. Characteristics of cancer blog users. *Journal of medical library association* 95 (4), 445-451.

Ko, H.-C., Wang, L.-L. & Xu, Y.-T. 2011. What Kinds Of Social Support Does The Audience Offer To A-List Journal-Type Bloggers? *PACIS 2011 Proceedings*. Paper 99. Saatavilla: <http://aisel.aisnet.org/pacis2011/99> Viitattu: 24.4.2013

Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Ainestojen hankinta, käyttö ja säilytys. Jyväskylä. Gummerus Kirjapaino Oy.

Lietsala K. & Sirkkunen E. 2010. Johdatus sosiaaliseen mediaan. Teoksessa: Serola S. (toim.) *Ote informaatiosta. Johdatus informaatiotutkimukseen ja interaktiiviseen mediaan*, 264–305. Vantaa. BTJ Kustannus.

Matikainen, J. 2009. Sosiaalisen ja perinteisen median rajalla. *Viestinnän laitoksen tutkimusraportteja* 3/2009. Viestinnän tutkimuskeskus CRC. Helsingin yliopisto. http://www.valt.helsinki.fi/blogs/crc/sosiaalisen_ja_perinteisen_median_rajalla_raportti.pdf Viitattu 2.12.2011.

Mishne, G. & Glance, N. 2006. Leave a reply: An analysis of weblog comments. *3rd annual workshop on the weblogging ecosystem: Aggregation, analysis and dynamics*. Edinburgh. Saatavilla: <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/summary?doi=10.1.1.61.5982>

Viitattu: 16.4.2013.

Miura, A. & Yamashita K. 2007. Psychological and Social Influences on Blog Writing: An Online Survey of Blog Authors in Japan. *Journal of Computer-Mediated Communication* 12 (4). Saatavilla: <http://jcmc.indiana.edu/vol12/issue4/miura.html> Viitattu: 20.3.2012

Mo, P. K. H. & Coulson, N. S. 2008. Exploring the Communication of Social Support within Virtual Communities: A Content Analysis of Messages Posted to an Online HIV/AIDS Support Group. *CyberPsychology and Behaviour* 11 (3), 371–374.

Nardi B., Schiano D. & Gumbrecht M. 2004. Blogging as Social Activity, or, Would You Let 900 Million People Read Your Diary? *CSCW'04*. 6 (3), 222–231. http://www.artifex.org/~bonnie/pdf/Nardi_blog_social_activity.pdf Viitattu: 20.3.2013.

Omoto A. & Snyder M. 2010. Influences of Psychological Sense of Community. Teoksessa Sturmer, S. & Snyder, S. (toim.) *The psychology of prosocial behaviour*, 223–243. West Sussex. Wiley-Blackwell.

Pedersen, S. 2010. Why blog? Motivations for blogging. Oxford. Chandos Publishing.

Preece, J. 1999. Empathic communities: balancing emotional and factual communication. *Interacting with Computers*, 12(1), 63–78.

Rains, S. & Keating, D. 2011. The Social Dimension of Blogging about Health: Health Blogging, Social Support, and Well-being. *Communication Monographs* 78 (4), 511–534.

Savolainen, R. 2008. Everyday information practices: A social phenomenological perspective. Plymouth. Scarecrow Press.

Savolainen, R. 2010. Dietary blogs as sites of informational and emotional support. *Information Research*, 15 (4) paper 438. Saatavilla: <http://InformationR.net/ir/15-4/paper438.html> Viitattu: 2.3.2013

Savolainen, R. 2011a. Asking and sharing information in the blogosphere: the case of slimming blogs. *Library & Information Science Research* 33, 73–79.

Savolainen, R. 2011b. Requesting and providing information in blogs and internet discussion forums. *Journal of Documentation* 67 (5), 863–886. Viitattu: 19.5.2013

Song, F. 2009. Virtual communities. *Bowling Alone, Online Together*. New York. Peter Lang Publishing.

Srivastava, J. & Moreland, J. 2009. Patient authored cancer blogs: Nature of content and social support. Konferenssiesitys: *National Communication Association 2009, s.I*. Chicago Hilton and Towers, Chicago. Saatavilla: EBSCOhost Communication and Mass Media Complete. Viitattu: 10.6.2013.

Syömishäiriöt–Mistä on kyse? Ensieto-opas syömishäiriöön sairastuneiden lasten ja nuorten vanhemmille. 2009. Syömishäiriöliitto-SYLI ry. Jyväskylä. Kopijyvä Oy.

Technorati 2011. State of the Blogosphere 2011. Saatavilla: <http://technorati.com/blogging/article/state-of-the-blogosphere-2011-introduction/> Viitattu 2.12.2011

Tremayne M. 2007. Introduction: Examining the Blog-Media Relationship. Teoksessa Tremayne M. (toim.) *Blogging, Citizenship, and the Future of Media*, ix–xix. New York. Taylor & Francis Group.

Tuomi, J. & Sarajarvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä. Gummerus Kirjapaino Oy.

LIITTEET

Liite 1. Sosiaalisen tuen luokitus

1. Informatiivinen tuki

Bloggaajalle tarjotaan tietoja tai neuvoja joko suoraan tai epäsuorasti kommentoijan omaa tilannetta ja menettelytapoja kuvaamalla.

1.1 Neuvot ja ehdotukset

Bloggaajan auttaminen neuvomalla tai ehdottamalla erilaisia ratkaisukeinoja mahdolliseen ongelmaan. Myös vinkkien jakaminen.

1.2 Opettaminen

Tietojen ja faktojen tarjoaminen bloggaajalle. Myös yleisten totuuksien toteaminen opettavaiseen tyyliin. Tutkimuksessa faktatiedoksi kelpuutetaan myös kommentoijan omat mielipiteet, sillä faktatieto ei ole aina muutenkaan täysin objektiivista.

1.3 Viittaukset

Kommentoija viittaa johonkin toiseen tiedonlähteeseen, josta bloggaaja saattaisi löytää apua tai lisätietoa. Viittaukset tulkitaan vain rakenteellisesti eikä niiden sisällön mukaan. Tämän takia jotkin viittaukset voivat olla sisällöltään emotionaalisia ja esimerkiksi kannustavia.

1.4 Bloggaajan tilanteen arviointi

Kommentoija arvioi bloggaajan tilannetta tai kokemusta usein bloggaajalle uudesta näkökulmasta.

1.5 Kommentoijan tilanteen arviointi

Kommentoija kertoo omasta tilanteestaan tai kokemuksestaan liittyen bloggaajan kuvailemaan elämäntilanteeseen. Omassa tilannearvioinnissa voidaan tarjota tukea epäsuorasti toimimalla esimerkkitapauksena tai kertomalla omista kuulumisista muuten vain. Omista kuulumisista kertominen antaa bloggaajalle informaatiota muiden ihmisten elämäntilanteista.

2. Emotionaalinen tuki

Bloggaajalle tarjotussa tuessa on emotionaalinen ja tunteisiin vetoava sävy. Tarkoituksena on tukea bloggaajaa ilmaisemalla läheisyyttä, huolenpitoa, sympatiaa tai empatiaa. Bloggaajaa voidaan myös rohkaista ja kannustaa.

2.1 Verbaalinen läheisyys

Kommentoija painottaa viestissään ystävyyttä ja läheisyyttä verbaalisti, esimerkiksi kertomalla bloggaajalle tämän olevan tärkeä tai käyttämällä erilaisia lempinimiä ja hellittelysanoja bloggaajasta. Kommentoija voi myös iloita siitä, että bloggaaja päivittää blogiinsa kuulumisiaan tai toivoa niitä.

2.2 Virtuaalinen läheisyys

Luokkaan kuuluvat ne läheisyyden ilmaukset, jotka ovat nonverbaalissa muodossa. Tällaisia nonverbaaleja vihjeitä läheisyydestä ovat esimerkiksi <3- hymiö ja jonkin fyysisen eleen kuvaaminen verbaalisti ("halaus!").

2.3 Sympatia

Kommentoija ottaa osaa bloggaajan tilanteeseen ja on pahoillaan siitä. Tutkimuksessa sympatiaksi tulkitaan myös muutaman kommentin kohdalla pelkkä nonverbaalin surua tai mielipahaa kuvaavan hymiön käyttö, esimerkiksi "[:]".

2.4 Ymmärrys ja empatia

Kommentoija ilmaisee ymmärtävänsä bloggaajan tilannetta, tunnetta tai kokemusta. Kommentoija voi myös ilmaista ymmärtävänsä bloggaajaa avautumalla omasta tilanteestaan. Kommentoija myötäelää bloggaajan elämänkäänteissä ja voi myös iloita bloggaajan puolesta. Lisäksi onnittelut kuuluvat tähän luokkaan, sillä ne ilmaisevat juuri iloitsemista toisen puolesta.

2.5 Huolestuminen ja huolenpito

Kommentoija on huolissaan bloggaajasta ja tahtoo hänelle vain hyvää.

2.6 Rohkaisu

Kommentoija kannustaa ja rohkaisee bloggaajaa. Kannustuksen tulee olla kuitenkin puhtaasti emotionaalista, eikä itsetunnon kohentamiseen tähtäävää. Kannustusta ovat esimerkiksi voimien tai kaiken hyvän toivominen sekä tsemppaus. Lisäksi kommentoija saattaa kannustaa bloggaajaa jatkamaan bloginsa kirjoittamista. Tuki voi olla myös yleisesti lohduttavaa ja toivoa vahvistavaa. Myös aineistossa esiintyvät runot sisällytetään tähän ryhmään, sillä ne ovat emotionaalisesti rohkaisevia.

3. Arvonantoa osoittava tuki

Kommentoija osoittaa arvostavansa bloggaajaa ja luottavansa tämän kykyihin. Hän voi myös validoida tai oikeuttaa bloggaajan näkemykset tai tuntemukset.

3.1 Kehut

Positiivisten kehuja ja kohteliaisuuksien tarjoaminen liittyen bloggaajan sisäisiin tai ulkoisiin ominaisuuksiin sekä blogiin. Kommentoija voi myös pyrkiä lisäämään bloggaajan itsearvostusta ja luottamusta omiin kykyihinsä. Kehuiksi sisällytetään myös bloggaajalle osoitetut kiitokset esimerkiksi kommentoijalle hyödyllisestä tiedosta tai saadusta tuesta.

3.2 Hyväksyntä

Kommentoija ilmaisee yksimielisyyttä bloggaajan näkemyksen kanssa ja hyväksyy sen. Kommentoija voi myös hyväksyä ja oikeuttaa toisen tunteen tai pyrkiä vähentämään bloggaajan itsesyytelyä. Ilmaisemalla hyväksyntää kommentoija osoittaa olevansa bloggaajan puolella.

4. Sosiaalisen verkostoitumisen tuki

Kommentoija ilmaisee halukkuutensa olla yhteydessä bloggaajan kanssa blogin ulkopuolella tai muistuttaa samassa tilanteessa olevien ihmisten olemassaolosta, joilta voisi saada tukea. Bloggaajalle voidaan myös tarjota mahdollisuutta tutustua kommentoijaan ja tämän tilanteeseen paremmin.

4.1 Läsnäolo

Kommentoija tarjoutuu viettämään bloggaajan kanssa aikaa, esimerkiksi tapaamaan tai auttamaan muulla tavoin.

4.2 Uudet kontaktit

Kommentoija muistuttaa samassa tilanteessa olevista ja lukijoiden tarjoamasta tuesta. Bloggaajalle voidaan tarjota uusia ja mahdollisesti samankaltaisessa tilanteessa olevia kontakteja esimerkiksi linkittämällä oman blogin osoite kommentin loppuun tai tarjoamalla sähköpostiosoitetta.

4.3 Lukijaksi ilmoittautuminen

Kommentoija osoittaa lukevansa blogia säännöllisesti joko suoraan tai epäsuorasti. Ilmoittautumalla blogin lukijaksi kommentoija ilmaisee olevansa bloggaajan elämäntilanteissa mukana.