

Verkkohäirinnän seuraukset: Miten uhrit, sivustaseuraajat ja yhteisöt selviytyvät häirinnästä internetissä

MAGDALENA CELUCH

Verkkohäirintä on huolestuttavan yleinen ilmiö, joka aiheuttaa kielteisiä seurauksia sekä uhreille että sivustaseuraajille. Se voi vaikuttaa kokonaisesti yhteisöihin, erityisesti jos se johtaa häirinnän kohteeksi joutuneiden itsesensuuriin, ja jos vakavaa häirintää ei ilmoiteta asianmukaisille viranomaisille. Siksi asianomaisten henkilöiden reaktioiden ja asenteiden tutkimus on ratkaisevan tärkeä askel verkkohäirinnän torjumisessa. Tämä katsausartikkeli kokoaa yhteen saatavilla olevan tiedon siitä, miten häirinnän kohteeksi joutuneet selviytyvät verkkohäirinnästä. Artikkelit tiivistää kirjoittajan vuosina 2020–2024 toteutetun väitöskirjatutkimuksen keskeiset tulokset. Hankkeessa tutkittiin suomalaisten työntekijöiden ja erityisesti yliopistojen tutkimus- ja opetushenkilökunnan, media-alan ammattilaisten ja kunnallisvaltuutettujen, sekä Suomen, Ranskan, Saksan, Irlannin, Italian ja Puolan aikuisväestön kokemuksia verkkohäirinnästä. Tulokset osoittavat, millaisia vaikeuksia asianomaiset henkilöt kohtaavat vastatessaan verkkohäirintään, ja että itsesensuuri ja jopa vakavan verkkohäirinnän huomiotta jättäminen ovat yleisiä ilmiöitä. Tukiverkostojen sekä Internet-taitojen vahvistaminen osoittautuivat ratkaisevan tärkeiksi resursseiksi häirinnästä selviytymisessä. Esitetty tutkimus syventää ymmärrystämme verkkohäirintätilanteiden dynamiikasta ja tarjoaa uusia tärkeitä näkemyksiä siitä, miten resilienssiä voidaan edistää verkkohäirinnän uhkaamissa yhteisöissä. Artikkelit hahmottelee keskeisiä tulevaisuuden tutkimuslinjoja ja esittää alustavia todisteita siitä, miten selviytymisstrategiat vaikuttavat verkkohäirinnän uhrien hyvinvointiin tulevaisuudessa. Tulokset tästä toistaiseksi vähän tutkitusta aiheesta korostavat entisestään, kuinka tärkeää on ymmärtää häirinnän kohteeksi joutuneiden kokemuksia, jotta heille voidaan tarjota asianmukaista ja tehokasta tukea.

Asisanat: verkkohäirintä — sosiaaliset mediat — selviytyminen — hyvinvointi — resilienssi

JOHDANTO

Sosiaalisen median ja uusien teknologioiden laaja käyttö on tuonut mukanaan monia uusia mahdollisuuksia kaikilla elämäntoimintakentillä. Sen myötä myös rikollisuudelle on avautunut uusia kanavia (Keipi ym., 2017). Ihmiset voivat joutua esimerkiksi verkkohäirinnän uhreiksi eri yhteyksissä sekä yksityis- että työelämässään (Farley ym., 2021; Pew Research Center, 2021). Verkkohäirintä heikentää hyvinvointia ja mielenterveyttä (Rothman ym., 2023; Stevens ym., 2021), mutta sillä on myös laajoja yhteiskunnallisia seurauksia. Erityisesti silloin, kun häirintä kohdistuu julkisuudessa työtään jakaviin ammattilaisiin, kuten journalisteihin, poliitikoihin ja tutkijoihin (Branford ym., 2020; Sammut ym., 2023; Wagner, 2022). Vaikka aihe on tärkeä ja sitä tutkitaan yhä enemmän, tutkimuksessa on havaittu huomattavia puutteita. Tutkimuskentällä kaivataan erityisesti lisää pitkittäis- ja monikanallista tutkimusta sekä tutkimusta uhrien ja sivustaseuraajien verkkohäirinnästä johtuvista reaktioista (Ur Rehman, 2024; Rudnicki ym., 2022; Sammut ym., 2023; Stevens ym., 2021). Tämä artikkeli esittelee kirjoittajan väitöstutkimuksen tuloksia, joiden tarkoituksena on täyttää näitä tutkimusaukkoja.

Verkkohäirintä on määritelty kirjallisuudessa monin eri tavoin (Keipi ym., 2017; Sammut ym., 2023; Stevens ym., 2021). Tässä tutkimuksessa pyritään ymmärtämään verkkohäirintää sen kaikissa ilmenemismuodoissa. Verkkohäirinnäksi määritellään laajasti monenlainen aggressiivinen, loukkaava ja vihamielinen käyttäytyminen, mukaan lukien muun muassa nimittely, loukkaava kuvamanipulaatio ja väkivallalla uhkailu. Tätä lähestymistapaa on käytetty myös aiemmassa kirjallisuudessa (Näsi ym., 2017; Pew Research Center, 2021; Saha ym., 2024). Arviot verkkohäirinnän yleisyydestä vaihtelevat käytetyn määritelmän ja tutkittavan populaation mukaan (Saha ym., 2024), ja eri tutkimuksissa internetin käyttäjistä kuudesta prosentista

yli 60 prosenttiin on raportoinut kokeneensa verkkohäirintää. (Mikkola ym., 2022; Nadim & Fladmoe, 2021; Pacheco & Melhuish, 2018; Pew Research Center, 2021; Powell & Henry, 2015).

Etätöiden yleistymisen ja digitaalisten työvälineiden monipuolistumisen vuoksi verkkohäirintä työelämässä on ollut yhä useammin tutkimuksen ja julkisen keskustelun kohteena (Farley ym., 2021; Ur Rehman, 2024). Erityisesti verkkokiusaamiseen työpaikoilla on kiinnitetty paljon huomiota. Verkkokiusaaminen työpaikoilla määritellään käsitteellisesti samankaltaiseksi kuin kiusaaminen offline-tilanteissa, vaikkakin uhrin ja tekijän välisen vallan epätasapainon sekä tilanteen ajallisen pysyvyyden kriteerit saavat uusia merkityksiä verkkokokontekstissa verkkovuorovaikutuksen erityisominaisuuksien vuoksi (Farley ym., 2021). Huomattavaa on, että nämä ominaisuudet — kuten mahdollisuus tavoittaa uhreja useiden kanavien kautta lähes milloin tahansa — ovat saaneet asiantuntijat uskomaan, että verkkokiusaaminen voi olla uhreille jopa vahingollisempaa kuin kiusaaminen offline-konteksteissa (D'Souza ym., 2018; Ur Rehman, 2024). Arviot verkkokiusaamisen yleisyydestä vaihtelevat tutkimusten välillä, mutta korkeimmillaan jopa yli 30 prosenttia työntekijöistä raportoi verkkokiusaamisesta (Farley ym., 2021).

Asiantuntijoiden, jotka osallistuvat julkiseen keskusteluun jakamalla työtään laajalle yleisölle, on todettu joutuvan verkkohäirinnän kohteeksi muita todennäköisemmin (Gorrell ym., 2020; Sammut ym., 2023; Branford ym., 2020). Tutkimustulokset poliitikkoihin, toimittajiin ja tutkijoihin kohdistuvasta verkkohäirinnästä osoittavat, että verkkohäirinnän kokeminen on yleistä näiden ammattien harjoittajien keskuudessa (Pedersen ym., 2024; Salazar ym., 2024; Sammut ym., 2023). Näihin ammattilaisiin kohdistuva verkkohäirintä korostaa erityisesti laajalle levinneen verkkohäirinnän sosiaalisia riskejä. Häirinnän

tavoitteena voi usein olla vaientaa vastustus ja eriävät mielipiteet (Bulut & Yorük, 2017; Noakes & Noakes, 2021). Verkkohäirinnän kokeminen ja jopa näkeminen johtaa usein itsesensuuriin, joka voi tukahduttaa julkisen keskustelun ja vaarantaa erityisesti marginalisoidut äänet (Branford ym., 2020; Gardiner, 2018; Pew Research Center, 2021).

Itsesensuurin, sosiaalisen median käytön vähentämisen ja vastaavien toimenpiteiden lisäksi verkkohäirinnän uhrin käyttävät ainakin kahta muuta tärkeää strategiaa välttääkseen häirinnän jatkumisen. Hyökkääjän huomiotta jättäminen on määrätietoinen taktiikka, joka on usein tunnustettu yhdeksi suosituimmaksi vastaukseksi verkkohäirintään (Olson & LaPoe, 2018; Pacheco & Melhuish, 2018; Pew Research Center, 2021). Huomion puute voi lannistaa häirintää jatkossa, mutta tämän strategian haittapuolet — kuten hyökkääjän jääminen rankaisematta ja mahdollisesti muiden käyttäjien häirinnän jatkuminen — on myös tunnustettu kirjallisuudessa (Olson & LaPoe, 2018; Plan International, 2020).

Lopulta uhrin voivat ryhtyä aktiivisiin toimiin hyökkääjän pysäyttämiseksi tai rankaisemiseksi. Käyttäjän estäminen on tämän strategian yleisin toimenpide (Begotti ym., 2022; Houlden ym., 2022; Pew Research Center, 2017), vaikka se ei aina olekaan sovellettavissa esimerkiksi silloin, kun hyökkääjä tulee uhrin työyhteisöstä. Toinen mahdollisuus on kääntyä asiaankuuluvien viranomaisten puoleen. Tämä voi tapahtua ilmoittamalla käyttäjästä verkkosivuston ylläpitäjille tai organisaation sisäisille viranomaisille tai jopa lainvalvontaviranomaisille, jos kyseessä on vakava väärinkäyttö (Fountaine & Strong, 2024; Pew Research Center, 2021). Verkkohäirinnän käsittelyä koskevat menettelyt on kuitenkin usein todettu tehottomiksi (Cover ym., 2025). Ongelma koskee niin sosiaalisen median sivustojen, yritysten kuin poliisin toimintaa (Cover ym., 2024; Farley ym., 2021; Henrichsen & Shelton, 2023; Kallis &

Meluch, 2024; O'Meara ym., 2024). Luottamuksen puute siihen, että tilanteeseen puututaan asianmukaisesti, estää monia uhreja ilmoittamasta häirinnästä, mikä taas lisää ongelmia häirinnän yleisyyden tunnistamisessa ja interventiotöiden toteuttamisessa (Holt & Lee, 2019; Keipi ym., 2017). Siksi monet uhrin päättävät kohdata hyökkääjän. Joidenkin tutkimusten mukaan jopa 50 prosenttia uhreista yrittää ottaa jonkinlaista suoraan yhteyttä hyökkääjään (Pew Research Center, 2017). Vuorovaikutus hyökkääjän kanssa voi tapahtua eri syistä: jotkut uhrin kertovat haluavansa kostaa, kun taas toisille se on keino muuttaa hyökkääjän mieli, saada hänet näkemään aiheuttamansa haitat tai vaikuttaa sivustaseuraajiin ja kyseenalaistaa verkkohäirintään yleisesti liittyvät normit (Eslan-Ziya ym., 2024; Obermaier ym., 2018; Sammut ym., 2023).

Uhrin selviytymisstrategioiden valinnan taustalla olevia mekanismeja ja näiden valintojen mahdollisia seurauksia on kuitenkin tutkittu verrattain vähän. Saatavilla oleva tutkimus osoittaa, että häirinnän vuoksi koettu uhka ja sen käsittelemiseen saatavilla olevat voimavarat vaikuttavat uhrin selviytymiseen, mutta tarkat mekanismit eivät ole läheskään aina yksiselitteisiä. Toistuva tai vakava häirintä jätetään harvemmin huomiotta, mutta sekä itsesensuuri että aktiiviset toimet häiritsijän pysäyttämiseksi on aiemmin todettu todennäköisimmiksi reaktioiksi tällaiseen uhkaavaan häirintään (Nadim & Fladmoe, 2021; Obermaier ym., 2018; Pew Research Center, 2017). Samaan aikaan kohtaamisen on todettu olevan epätodennäköisempää, jos kyseessä on vakava häirintä (Pew Research Center, 2017). Muut tilannetekijät voivat osaltaan selittää näitä eroja. Esimerkiksi eräässä tutkimuksessa huomattiin, että uhrin ovat todennäköisemmin valmiita vuorovaikutukseen, jos hyökkääjä on heille tuttu henkilö, kun taas tuntemattomista hyökkääjistä ilmoitetaan todennäköisemmin sivuston ylläpitäjille ja heidän tilinsä estetään (Begotti ym., 2022). Tulevan häirinnän riskin

arvioiminen korkeaksi on myös yhdistetty it-sesensuuriin ja sellaisen toiminnan välttelyyn, joissa voisi joutua verkkohäirinnän kohteeksi. (Fountaine & Strong, 2024; Wagner, 2022).

Saatavilla olevien resurssien arviointi on uhka-arvion ohella toinen tärkeä tekijä verkkohäirinnästä selviytymisessä. Vaikka tutkimustietoa on vähän, sosiaalinen ja organisatorinen tuki sekä taidot ja kokemukset sosiaalisesta mediasta ja teknologiasta ovat potentiaalisia ratkaisevia resursseja. Olemassa olevat tutkimustulokset viittaavat siihen, että myönteiset näkemykset digitaalisesta tilasta ja hyvät digitaaliset taidot ovat yhteydessä hyökkääjien kohtaamiseen ja muihin ongelmanratkaisuun keskittyviin taktiikoihin sekä uhrien että sivustaseuraajien keskuudessa (Ferreira ym., 2021; Hu ym., 2023; Wong ym., 2021). Suuri osa aiheesta tehdyistä tutkimuksista on kuitenkin tehty lasten ja nuorten parissa ja niiden soveltaminen esimerkiksi työelämän kontekstiin on ongelmallista.

Kuten edellä mainittiin, riittävän tuen puuttuminen organisaatioilta ja sosiaalisen median alustoilta voi estää tehokkaan selviytymisen verkkohäirinnästä. Mutta myös ystävien, perheenjäsenten ja työtovereiden antama sosiaalinen tuki on kriittinen voimavara, jonka uhrit mainitsevat usein vaikuttavan ratkaisevasti siihen, miten he päättävät selviytyä (Deavours ym., 2023; Nechushtai, 2023). Tutkimukset osoittavat, että emotionaalinen tuki ja kokemusten jakaminen myötätuntoisten ihmisten kanssa on yhtä tärkeää kuin käytännön tuen saaminen esimerkiksi todisteiden keräämisessä häirinnästä (Begotti ym., 2022; Kallis & Meluch, 2024; Kantola & Harju, 2023; Houlden ym., 2022). Sosiaalinen pääoma voi auttaa lieventämään joitakin verkkohäirinnän kielteisiä seurauksia (Ciby & Sahai, 2023). Samalla tavoin myös offline-kiusaamista koskevassa tutkimuksessa korostetaan, että tukea tarjoava yhteisö voi edistää uhrien resilienssiä (Cooke ym., 2019; Ozbay ym., 2008; Van Heugten, 2013). Tästä syystä sivustaseuraa-

jien kokemusten tutkiminen ja heidän verkkohäirinnän uhreille antamansa neuvot ovat ratkaisevan tärkeitä, vaikkakin toistaiseksi suurelta osin tutkimattomia tutkimuskohteita uhrien hyvinvoinnin edistämiseksi.

Tässä väitöskirjatutkimuksessa pyrittiin vastaamaan kolmeen päätutkimuskysymykseen:

1. Minkälainen pitkittäisvaikutus verkkohäirinnällä on uhrien hyvinvointiin?
2. Mitkä henkilökohtaiset ja kontekstuaaliset tekijät liittyvät erilaisiin strategioihin selviytyä verkkohäirinnästä?
3. Miten verkkohäirintä vaikuttaa sivustaseuraajiin ja millaisia neuvoja he antavat uhreille?

Tämä väitöstutkimus koostuu viidestä eri osatutkimuksesta. Osatutkimuksessa 1 pyrittiin saamaan uusia pitkittäistodisteita ensimmäisestä kysymyksestä työpaikkakiusaamisen kontekstissa. Osatutkimuksissa 2–4 tutkittiin toista ja kolmatta kysymystä virkamiesten, toimittajien ja tutkijoiden työn yhteydessä. Osatutkimuksessa 5 käsiteltiin yleisen väestön kokemuksia verkkohäirinnästä ja heidän selviytymisstrategioitaan.

Lisäksi tulosten pohjalta esitetään alustavaa tietoa näiden strategioiden vaikutuksesta verkkohäirinnän uhrien hyvinvointiin tulevaisuudessa. Klassiset selviytymisteoriat (Lazarus, 1993; Lazarus & Folkman, 1984) ja viimeaikaiset tutkimukset (Fahmy & Dardis, 2025; Wong & Ratan, 2024) viittaavat siihen, että uhrin strategiat verkkohäirinnästä selviytymiseen voivat tukea tai haitata uhrin hyvinvointia, mutta lisää tutkimusta tarvitaan selviytymisstrategioista verkkohäirinnän kontekstissa.

OSATUTKIMUS 1: VERKKOKIUSAAMISEN HAITAT TYÖPAIKALLA

Tausta ja menetelmät

Tutkimuksen 1 tavoitteena oli tuottaa tarpeellista pitkittäistutkimusnäyttöä työpaikkakiusaamisen vaikutuksesta uhrien työhyvinvointiin. Se perustui perinteiseen työpaikan stressimalliin (*traditional workplace stress model*, Barling, 1996; Pratt & Barling, 1988), ja vallan vähentämisen teoriaan (*dysempowerment theory*, Kane & Montgomery, 1998), jotka molemmat ennustavat, että työpaikkaväkivallalla on pitkäaikaisia seurauksia uhrin hyvinvoinnille. Odotimme erityisesti, että työpaikkojen verkkokiusaaminen johtaa tulevaisuudessa psyykkiseen kuormitukseen, uupumusasteiseen väsymykseen ja teknostressiin sekä vaikuttaa kielteisesti työn imuun.

Psyykkinen kuormitus määritellään heikentyneeksi hyvinvoinnin tilaksi, ja se käsittää erilaisia kielteisiä mielenterveydellisiä ja fyysisiä oireita, kuten ahdistuneisuutta, ärtyneisyyttä, unettomuutta ja päänsärkyä (Drapeau ym., 2012). Aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että työpaikkakiusaaminen on yhteydessä useisiin tällaisiin kielteisiin seurauksiin (Aboobaker & Shanujas, 2025; Coyne ym., 2017; McCord & Sawhney, 2024). Odotimme myös, että verkkokiusaaminen johtaa teknostressiin eli kamppailun tunteeseen teknologian aiheuttamien vaatimusten kanssa (Tarafdar ym., 2019), vaikka aiempaa tutkimustietoa yhteydestä on vähän (Oksanen ym., 2020). Aiemmissa tutkimuksissa on tutkittu myös verkkokiusaamisen ja huonomman työkyvyn välisiä yhteyksiä, erityisesti uupumusasteisen väsymyksen lisääntymistä, joka on yksi työuupumuksen ulottuvuuksista, ja työn imun vähenemistä, joka on tärkeä voimavara työhön liittyvän stressin hallinnassa (Anwar ym., 2022; Maslach ym., 2001; Schaufeli ym., 2009; Oksanen ym., 2020).

Tässä osatutkimuksessa käytettiin suomalaisen työväestön edustavasta otoksesta kerättyä kyselyaineistoa, joka kerättiin viisi kertaa kuuden kuukauden välein kevään 2019 ja kevään 2021 välisenä aikana. Lopulliseen otokseen kuului 768 työntekijää (Celuch ym., 2024a). Tulosten analysoimiseksi hyödynnettiin lineaarisia hybridiregressiomalleja, jotka mahdollistavat sekä henkilöiden välisten että sisäisten vaikutusten huomioon ottamisen pitkittäistutkimuksissa.

Päätulokset

Tutkimuksen alussa noin 15 prosenttia osallistujista raportoi kokeneensa verkkokiusaamista työpaikalla, ja luku putosi alle 10 prosenttiin kevääseen 2021 mennessä. Samanlaista verkkokiusaamisen vähenemistä COVID-19-pandemian aikana on havaittu myös muissa konteksteissa (Huang ym., 2023), mikä saa tutkijat uskomaan, että pandemia-aikaiset säännökset sekä sosiaalisten kontaktien rajoitukset ovat saattaneet johtaa ihmissuhteiden välisten jännitteiden vähenemiseen ja sitä kautta kiusaamisen vähenemiseen. Koska hankkeemme jatkui kyseisen tutkimuksen jälkeen, tarkastelimme myös verkkokiusaamisen yleisyyttä suomalaisten työntekijöiden keskuudessa syksyllä 2021 ja keväällä 2022. Havaitsimme, että verkkokiusaamisen esiintyvyys pysyi alle 10 prosentissa (Celuch ym., 2024a), mikä viittaa siihen, että väheneminen saattaa olla pysyvää.

Työpaikalla tapahtuvalla verkkokiusaamisella havaittiin olevan sekä henkilöiden välisiä että henkilöiden sisäisiä vaikutuksia kaikkiin neljään selitettävään muuttujaan. Verkkokiusaamisen lisääntyminen johti psyykkisen kuormituksen, teknostressin ja uupumusasteisen väsymyksen lisääntymiseen sekä työn imun vähenemiseen. Uhrit raportoivat suurempaa psyykkistä kuormitusta, teknostressiä ja uupumusasteista väsymystä sekä alhaisempaa työn imua kuin ne, jotka eivät olleet kokeneet verkkokiusaamista. Nämä tulokset toivat

kipeästi kaivattuja pitkittäisnäyttöä työpaikalla tapahtuvan verkkokiusaamisen kielteisistä vaikutuksista uhreihin ja vahvistivat aiempien tutkimusten perusteella tehtyjä odotuksia.

OSATUTKIMUKSET 2–4: VERKKOHÄIRINTÄ JULKISUUDESSA

Tausta ja menetelmät

Tutkimukset 2–4 keskittyivät media-alan ammattilaisten, poliitikkojen ja tutkijoiden koke-muksiin verkkohäirinnästä. Tämä tutkimus-kohde valittiin, koska verkossa toimimista vaativien ammattien harjoittaminen aiheuttaa ihmisille suuremman häirintäriskin (Gorrell ym., 2020; Lewis ym., 2020; Obermaier, 2023). Lisäksi näihin ammattilaisiin kohdis-tuvalla häirinnällä voi olla kauaskantoisia sosiaalisia seurauksia (Branford ym., 2020; Sammut ym., 2023).

Tutkimuksissa pyrittiin erityisesti ymmärtä-mään uhrien reaktioita häirintään ja heidän valintojensa taustalla olevia mekanismeja. Nämä tutkimukset perustuivat transaktionaa-liseen stressiprosessimalliin (Lazarus & Folk-man, 1984) ja resilienssiteoriaan (Bonanno ym., 2007, 2008), ja niissä otettiin huomioon erilaisia yksilöllisiä ja kontekstuaalisia teki-jöitä, jotka voivat vaikuttaa uhrien valintoihin reagoida verkkohäirintään. Olimme erityisen kiinnostuneita tekijöistä, jotka saivat uhrit yrittämään tekijän pysäyttämistä tai rankai-semista esimerkiksi estämällä hänen tilinsä, ilmoittamalla hänestä sivuston ylläpitäjille tai viranomaisille tai ryhtymällä vuorovaikutuk-seen hänen kanssaan tai jopa mahdollisesti kostamalla. Olimme kiinnostuneita myös it-sesensuurista ja tekijöistä, jotka voivat auttaa ehkäisemään sitä. Lisäksi tutkimme häirinnän todistamisen seurauksia ja sivustaseuraajien uhreille antamia reaktiosuosituksia kysely-tutkimuskokeen avulla, käyttämällä sosiaali-sen identiteetin teoriaan perustuvia oletuksia (Tajfel & Turner, 1979; Turner & Reynolds, 2001).

Näissä osatutkimuksissa käytettiin kysely-aineistoa, joka kerättiin vuonna 2020 suoma-laisilta kunnallisvaltuutetuilta, neljän suuren suomalaisen yliopiston opetus- ja tutkimus-henkilöstöltä sekä journalisteilta ja muilta media-alan ammattilaisilta, jotka työskentelevät erityyppisissä tiedotusvälineissä, kuten televisiossa, radiossa, lehdistössä ja verkko-kanavissa. Lopulliseen otokseen kuului 510 poliitikkoa, 2492 akateemista ja 695 media-alan ammattilaista. Aineistoa analysoitiin lo-gistisella regressiolla sekä Kruskal-Wallis-in testillä (Celuch ym., 2022, 2023, 2024b).

Päätulokset

Tutkimuksemme mukaan 30 prosenttia aka-teemisista tutkijoista, 58 prosenttia media-alan ammattilaisista ja 64 prosenttia poliitikoista on kokenut työhönsä liittyvää verkkohäirintää viimeisten kuuden kuukauden aikana. Uhrien joukossa 30 prosenttia akateemikoista, 44 pro-senttia poliitikoista ja 28 prosenttia toimitta-jista yritti jollakin tavalla pysäyttää tekijän tai rangaista häntä. Toisaalta noin 18 prosenttia uhreista kussakin otoksessa raportoi itsesen-suroivasta käyttäytymisestä tai harkitsevansa tällaista.

Kaikissa kolmessa otoksessa vakavamman häirinnän uhrit yrittivät todennäköisemmin pysäyttää tai rangaista häiritsijää käyttämällä erilaisia menetelmiä, kuten estämällä tai yrit-tämällä vuorovaikutusta hyökkääjän kanssa. Lisäksi sisällön julkaisemisella useammin julkisessa sosiaalisessa mediassa oli yhteys aktiivisiin vastatoimiin kaikissa kolmessa am-mattiryhmässä. Tämä viittaa siihen, että aktii-vinen sosiaalisen median käyttö voi olla tärkeä tekijä, jonka ansiosta uhri voi yrittää pysäyttää hyökkääjän tai rangaista häntä. Muut yhteydet vaihtelivat eri ammattiryhmien välillä, mikä korostaa kontekstin merkitystä uhrien häirin-täkokemuksien ymmärtämisessä. Esimerkiksi toimittajien keskuudessa suurempi julkinen näkyvyys oli negatiivisesti yhteydessä yrityk-siin pysäyttää häiritsijä tai rangaista häntä.

Itsesensuurin osalta havaitsimme, että useammin toistuva ja vakavampi häirintä johti todennäköisemmin itsesensuuriin, vaikkakin ammattikohtainen konteksti oli tärkeä täsmällisten yhteyksien kannalta. Yhdessä häirinnän aktiivisia reaktioita koskevien tulosten kanssa nämä tulokset ovat linjassa aiempien tutkimusten päätelmien kanssa; vakavaa häirintää ei todennäköisesti jätetä huomiotta, mutta tapa, jolla uhrit päättävät käsitellä sitä, vaihtelee muiden tekijöiden, kuten käytettävissä olevien resurssien, perusteella. Esimerkiksi tukea tarjoava työyhteisö vähensi itsesensuuria kaikissa kolmessa ammattiryhmässä, mikä korostaa kannustavien työyhteisöjen rakentamisen merkitystä.

Sivustaseuraajia tarkasteltaessa havaittiin, että läheisen työtoverin tai samaan työyhteisöön kuuluvan henkilön häirinnän näkeminen aiheutti enemmän ahdistusta kuin jos uhri oli tuntematon saman ammatin harjoittaja. Kokeellisen skenaarion lukemisen jälkeen ahdistunut olo oli myös yhteydessä siihen, että häirinnän uhrille suositeltiin enemmän erilaisia aktiivisia vastatoimia. Huoli siitä, että itse joutuu häirinnän kohteeksi, vaikutti suosituksiin samalla tavalla. Aktiiviseen sosiaalisen median käyttöön liittyi myös enemmän suosituksia aktiivisista vastatoimista uhrille, mikä viittaa siihen, että kokemus ja digitaaliset taidot vaikuttavat sekä uhrien reaktioihin että neuvoihin, joita he saavat asiantuntevilta sivustaseuraajilta.

OSATUTKIMUS 5: ERILAISET TAVAT SELVIYTYÄ VERKKOHÄIRINNÄSTÄ

Tausta ja menetelmät

Väitöstutkimuksen viimeisessä osatutkimuksessa keskityttiin aikuisväestön kokemuksiin verkkohäirinnästä ja heidän reaktioihinsa siihen. Tutkimus perustui minäpystyvyysteoriaan (Bandura, 1977, 1991) ja siinä tutkittiin digitaalisten taitojen sekä

teknologiaa ja sosiaalista mediaa koskevien kokemusten vaikutusta uhrien selviytymisstrategian valintaan. Näitä strategioita analysoitiin yksityiskohtaisemmin. Otimme huomioon kaikki erilaiset aktiiviset reaktiot, joilla pyrittiin pysäyttämään tai rankaisemaan hyökkääjää, mutta jaoimme ne myös kahteen tärkeimpään lähestymistapaan, jotka analysoitiin erikseen. Ensimmäiseen lähestymistapaan kuuluivat selviytymiskäyttäytymiset, joissa hyödynnetään ulkopuolista apua tai työkaluja. Tähän kuului hyökkääjän tilin estäminen, ilmoittaminen sivuston ylläpitäjille tai lainvalvontaviranomaisille, jos kyseessä oli vakava häirintä. Toiseen kategoriaan kuuluivat vastakkainasetteluun perustuvat toimintatavat, kuten vuorovaikutus hyökkääjän kanssa tai hyökkääjän julkinen häpäiseminen.

Tässä tutkimuksessa käytettiin kyselyaineistoa, joka kerättiin syksyllä 2022 kuuden Euroopan maan aikuisväestön edustavasta otoksesta: Suomi (N = 1,541), Ranska (N = 1,561), Saksa (N = 1,529), Irlanti (N = 1,112), Italia (N = 1,530), ja Puola (N = 1,533). Aineistoa analysoitiin logistisella regressiolla (artikkeli arvioinnissa). Lisäksi näistä otoksista kerättiin aineistoa vielä kahdesti, syksyllä 2023 ja syksyllä 2024. Tätä pitkittäisaineistoa käytetään parhaillaan verkkohäirinnän uhrien erilaisten selviytymisstrategioiden vaikutusten analysoimisessa uhrien hyvinvoinnille. Tämä tutkimus perustuu digitaalisen hyvinvoinnin teoriaan (Büchi, 2024). Teoriassa korostetaan yksilön verkkokäyttäytymisen ja -käytäntöjen merkitystä digitaalisen hyvinvoinnin muotoutumisessa, mutta siinä korostetaan myös näille käytännöille asetettuja yhteiskunnallisia rajoitteita.

Päätulokset

Vastaajista 32 prosentista (Ranskassa) 48 prosenttiin (Suomessa) ilmoitti kokeneensa jonkinlaista häirintää viimeisten kuuden kuukauden aikana. Suurin osa uhreista päätti estää hyökkääjän tilin (70–85 prosenttia),

mutta myös ilmoitukset sivuston ylläpitäjille (50–65 prosenttia) ja henkilökohtaiset pyynöt häirinnän lopettamiseksi (35–42 prosenttia) olivat suosittuja vaihtoehtoja. Havaitsimme, että kyky ymmärtää toisten ajatuksia sosiaalisessa mediassa, sosiaalisessa mediasa julkaisemisen tiheys ja sosiaalisen median riippuvuuden oireet olivat positiivisesti yhteydessä aktiivisiin reaktioihin sekä ulkoisia suoja-toimia käyttävien että vastakkainasettelun kanssa. Näiden reaktiotyyppien välillä havaittiin kuitenkin myös merkittäviä eroja. Ulkopuolisen avun tai välineiden käyttäminen oli positiivisesti yhteydessä päivittäiseen passiiviseen sosiaalisen median käyttöön. Toisaalta vastakkainasettelu oli positiivisesti yhteydessä toisten häirintään verkossa. Nämä tulokset osoittavat, että sosiaalisen median käyttökokemus antaa käyttäjille tarvittavat tiedot verkkosivustolla saatavilla olevien esto- ja raportointityökalujen käyttämiseksi. Kuitenkin juuri aktiivinen sosiaalisessa mediassa julkaiseminen voi antaa uhreille tarvittavan itseluottamuksen kohdata hyökkääjä. Lisäksi ne, jotka ovat itse häirinneet muita verkossa, saattavat olla alttiimpia käyttämään vastakkainasettelumenetelmiä häirinnän kohdatessaan.

Alustavat tulokset selviytymisstrategioiden seurauksista viittaavat siihen, että vaikka verkkohäiritsijän aktiivinen vastustaminen voi vaikuttaa myönteisesti uhrien hyvinvointiin, tilanne ei ole läheskään niin yksinkertainen. Esimerkiksi uhrin, jotka käyttivät teknisiä välineitä, kuten hyökkääjän tilin estämistä tai sivuston ylläpitäjille ilmoittamista, raportoivat myös heikentyneestä luottamuksesta verkossa tavattuihin ihmisiin ja sosiaalisen median yrityksiin. Koska luottamus on hyvinvoinnin keskeinen osatekijä (Zhao ym., 2024), tämä viittaa siihen, että käytettävissä olevat keinot eivät ehkä riitä turvaamaan uhrien hyvinvointia verkossa häirinnän jälkeen.

POHDINTA

Tämä tutkimus tuo uutta tietoa huolestuttavasta verkkohäirinnän ilmiöstä. Koska tutkimuksessa on huomioitu erilaisia konteksteja, joissa verkkohäirintää voi esiintyä, se tarjoaa kattavan katsauksen ilmiön yleisyydestä sekä Suomessa että ulkomailla. Se tarjoaa tärkeää tietoa siitä, miten ja miksi uhrin reagoivat häirintään ja mitä tuloksia nämä selviytymisstrategiat voivat saada aikaan. Se avaa myös uusia kysymyksiä ja tulevaisuuden tutkimuskohteita.

Ensiksi esitelty tutkimus osoittaa, että verkkokiusaaminen on hyvin yleistä eri muodoissa ja konteksteissa, vaikka ainakin työpaikalla tapahtuvassa verkkokiusaamisessa on nähty joitakin merkkejä tilanteen paranemisesta. Se korostaa myös aiemmin todettua suurta verkkohäirinnän riskiä, joka kohdistuu ammattilaisiin, joiden työ edellyttää aktiivista läsnäoloa verkossa (Gorrell ym., 2020; Lewis ym., 2020; Obermaier, 2023). Tämä näkyi erityisesti media-alan ammattilaisten ja poliitikkojen keskuudessa, joista jopa 60 prosenttia raportoi viimeaikaisia kokemuksia verkkohäirinnästä. Verkkohäirintä on kuitenkin suhteellisen yleistä myös muissa työympäristöissä. Pitkittäishavainnot työpaikkakiusaamisen kielteisistä vaikutuksista uhrin toimintaan organisaatiossa osoittavat, miten laajasti häirintä voi vaikuttaa uhrin hyvinvointiin ja johtaa jopa työuupumusoireisiin. Kirjallisuudesta on aiemmin puuttunut pitkittäisnäyttöä, joka vahvistaisi nämä odotetut suhteet (Farley ym., 2021; Ur Rehman, 2024). Väitöstutkimuksen tulokset vahvistavat myös häirinnän kielteisen vaikutuksen sivustaseuraajiin. Aiemmin on todettu, että jopa pelkkä häirinnän todistaminen voi johtaa itsesensuuriin verkossa (Pew Research Center, 2017).

Väitöstutkimuksen pääaiheena olivat kuitenkin uhrien reaktiot häirintään. Tältä osin voidaan havaita merkittävä ero yleiseen väestöön, jonka keskuudessa suurin osa uhreista yritti

pysäyttää tai rangaista häiritsijää todennäköisimmin estämällä hänen tilinsä, ja tutkittujen ammattiryhmien välillä, joissa suurin osa vastaajista päätti vain olla välittämättä häirinnästä. Tämä korostaa julkisella alalla työskentelevien ammattilaisten haavoittuvuutta, sillä he saattavat pidättäytyä tällaisista toimista välttääkseen kritiikin yleisönsä sensuroimisesta. Jotkut saattavat jopa joutua organisaatioidensa vaatimuksesta sallimaan vihamielisen keskustelun julkaisemansa sisällön alla, koska tämä voi johtaa siihen, että sisältö saavuttaa laajemman yleisön (Brady ym., 2020; Chen ym., 2020; Nechushtai, 2023).

Mutta vaikka hyökkääjästä ilmoittaminen sivuston ylläpitäjille tai hänen tilinsä estäminen olisikin mahdollista, nämä ratkaisut eivät välttämättä riitä lopettamaan häirintää (Tyler ym., 2025). Lisäksi monikansallisesta pitkittäistutkimuksesta saadut alustavat tulokset viittaavat siihen, että näiden suurilla sosiaalisen median kanavilla käytössä olevien keinojen käyttäminen voi itse asiassa johtaa luottamuksen vähenemiseen muihin ihmisiin, mikä saattaa vaarantaa hyvinvointia. Näiden keinojen tehottomuus on tunnistettu laajalti (Farley ym., 2021; Henrichsen & Shelton, 2023; Pacheco & Melhuish, 2018). Tulevaisuudessa siitä voi tulla vielä suurempi ongelma, kun otetaan huomioon viimeaikainen kehitys suurten sosiaalisen median alustojen käytöksessä, esimerkiksi luopuminen sisällön inhimillisestä moderoinnista tiukasti algoritmipohjaisten lähestymistapojen hyväksi (Are, 2024; Katsaros ym., 2024; Tyler ym., 2025).

Tulosten mukaan vakavaa häirintää sekä voimakkaan emotionaalisen reaktion herättävää häirintää ei todennäköisesti jätetä huomiotta, mutta hyökkääjän aktiivinen vastustaminen vaatii tiettyjä henkilökohtaisia resursseja, joista kokemus teknologian ja sosiaalisen median käytöstä ovat tärkeitä. Lisäksi tukevat sosiaaliset verkostot voivat auttaa ehkäisemään itsensensuuria vastauksena verkkohäirintään. Sosiaalisen tuen merkitys on tunnistettu laajalti

aiemmissa tutkimuksissa (Kantola & Harju, 2023; Houlden ym., 2022; Pew Research Center, 2021), mutta tässä väitöstutkimuksessa saatiin tärkeää määrällistä tietoa sen vaikutuksesta uhrien reaktioihin.

Huolimatta monista samankaltaisista tuloksista, joita saatiin eri väitöstutkimuksen osatutkimuksissa, ja siitä, että ne ovat yhteneväisiä aiempien, pääasiassa laadullisten tutkimustulosten kanssa, tässä hankkeessa korostetaan myös kontekstin ratkaisevaa merkitystä ymmärrettäessä uhrien reaktioita verkkohäirintään. Tuloksissa havaittiin eroja eri ammatti- ja kulttuurikonteksteissa. Tulevissa tutkimuksissa olisi hyvä jatkaa tätä tutkimuslinjaa ja tehtävä tutkimuksia, joilla pyritään ymmärtämään näiden erojen syitä ja mekanismeja, jotta uhreja voidaan tukea parhaalla mahdollisella tavalla. Esimerkiksi aiemmassa kirjallisuudessa on tunnistettu, että sosiaalisen median kanavien on huomioitava, että resurssit ja tuki ovat eri tavoin saatavilla erityyppisille julkisuuden henkilöille, jotka joutuvat verkkohäirinnän kohteeksi (Cover ym., 2024).

Lisäksi häirinnästä selviytymisen eri strategioiden vaikutuksia koskeva tutkimus on seuraava tärkeä askel verkkohäirinnän tutkimuksessa. Tarvitaan lisää tutkimuksia, joissa on mukana laajoja, edustavia otoksia, jotta voidaan täysin ymmärtää, miten tehokkaita eri selviytymisstrategiat ovat eri yhteyksissä ja millaisia hyvinvointivaikutuksia niillä on uhreille. Esimerkiksi monet uhrit pitävät hyökkääjän kohtaamista tai häpäisemistä tärkeänä strategiana ja osana laajempaa taistelua verkkohäirintää vastaan (Kantola & Harju, 2023; Veletsianos ym., 2018). Kuitenkin kustotoimenpiteisiin liittyvä selviytyminen on aiemmin yhdistetty negatiivisiin hyvinvointivaikutuksiin (Lazarus, 1993). Huolta tehokkaiden toimien puutteesta verkkohäirintää vastaan ei voida ratkaista ilman syvällistä ymmärrystä siitä, miten konteksti vaikuttaa siihen, mitä pidetään tehokkaana ja hyödyllisenä. Tärkeitä

tekijöitä voivat olla muun muassa häirinnän ammatillinen tai yksityinen konteksti, häirinnän toistuvuus ja vakavuus sekä erilaiset uhrin käytettävissä olevat resurssit. Lisätutkimus erilaisten selviytymisstrategioiden hyvinvointivaikutuksista on erityisen tärkeää, jotta ammattilaiset voivat neuvoa uhreja tehokkaasti monissa erilaisissa tilanteissa, joissa verkko-häirintää tapahtuu.

KIRJALLISUUS

- Aboobaker, N., & Shanujas, V. (2025). Towards a sustainable workplace: investigating workplace cyberbullying and its relationship with employee wellbeing and intention to stay in remote and hybrid work settings. *International Journal of Productivity and Performance Management*, 74(2), 453–470. <https://doi.org/10.1108/IJPPM-12-2023-0662>
- Anwar, A., Kee, D. M. H., & Ijaz, M. F. (2022). Social media bullying in the workplace and its impact on work engagement: a case of psychological well-being. *Information*, 13(4), 165. <https://doi.org/10.3390/info13040165>
- Are, C. (2024). Flagging as a silencing tool: Exploring the relationship between de-platforming of sex and online abuse on Instagram and TikTok. *New Media & Society*, 14614448241228544. <https://doi.org/10.1177/14614448241228544>
- Büchi, M. (2024). Digital well-being theory and research. *New Media & Society*, 26(1), 172–189. <https://doi.org/10.1177/14614448211056851>
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 248–287. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90022](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90022)
- Barling, J. (1996). The prediction, experience, and consequences of workplace violence. In: Van den Bos, G.R. & Bulatao, E.Q. (eds.) *Violence on the Job: Identifying Risks and Developing Solutions* (pp. 29–49). American Psychological Association.
- Begotti, T., Ghigo, M. A., & Acquadro Maran, D. (2022). Victims of known and unknown cyberstalkers: A questionnaire survey in an Italian sample. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(8), 4883. <https://doi.org/10.3390/ijerph19084883>
- Bonanno, G. A. (2008). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, S(1), 101–113. <https://doi.org/10.1037/1942-9681.S.1.101.81>
- Bonanno, G. A., Galea, S., Bucciarelli, A., & Vlahov, D. (2007). What predicts psychological resilience after disaster? The role of demographics, resources, and life stress. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 75(5), 671–682. <https://psycnet.apa.org/doi/10.10370022-006X.75.5.671>
- Brady, W.J., Gantman, A.P., Van Bavel, J.J. (2020). Attentional capture helps explain why moral and emotional content go viral. *Journal of Experimental Psychology: General*, 49(4), 746–756. <https://doi.org/10.1037/xge0000673>
- Branford, J., Grahle, A., Heilinger, J.-C., Kalde, D., Muth, M., Parisi, E. M., Villa, P.-I., & Wild, V. (2020). Cyberhate against academics. In S. K. Kehoe, E. Alisic, & J. Heilinger (Eds.), *Responsibility for refugee and migrant integration* (pp. 205–225). De Gruyter. <https://doi.org/10.1515/9783110628746>
- Bulut, E., & Yorük, E. (2017). Mediatized populisms| digital populism: Trolls and political polarization of Twitter in Turkey.

- International Journal of Communication*, 11, 4093–4117. <https://ijoc.org/index.php/ijoc/article/view/6702>
- Celuch, M., Latikka, R., Oksa, R., & Oksanen, A. (2023). Online harassment and hate among media professionals: Reactions to one's own and others' victimization. *Journalism & Mass Communication Quarterly*, 100(3), 619–645. <https://doi.org/10.1177/10776990221148987>
- Celuch, M., Oksa, R., Savela, N., & Oksanen, A. (2024a). Longitudinal effects of cyberbullying at work on well-being and strain: A five-wave survey study. *New media & society*, 26(6), 3410–3432. <https://doi.org/10.1177/14614448221100782>
- Celuch, M., Oksa, R., Ellonen, N., & Oksanen, A. (2024b). Self-censorship among online harassment targets: The role of support at work, harassment characteristics, and the target's public visibility. *Information, Communication & Society*, 27(11), 2171–2190. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2023.2289978>
- Celuch, M., Savela, N., Oksa, R., Latikka, R., & Oksanen, A. (2022). Individual factors predicting reactions to online harassment among Finnish professionals. *Computers in Human Behavior*, 127, 107022. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107022>
- Chen, G. M., Pain, P., Chen, V. Y., Mekelburg, M., Springer, N., & Troger, F. (2020). 'You really have to have a thick skin': A cross-cultural perspective on how online harassment influences female journalists. *Journalism*, 21(7), 877–895. <https://doi.org/10.1177/1464884918768500>
- Ciby, M. A., & Sahai, S. (2023). When and why workplace cyberbullying influences intention to stay: role of workplace social capital and affective commitment. *International Journal of Manpower*, 45(1), 109–132. <https://doi.org/10.1108/IJM-04-2022-0183>
- Cooke, F. L., Wang, J., & Bartram, T. (2019). Can a supportive workplace impact employee resilience in a high pressure performance environment? An investigation of the Chinese banking industry. *Applied Psychology*, 68(4), 695–718. <https://doi.org/10.1111/apps.12184>
- Cover, R., Beckett, J., Brevini, B., Lumby, C., Simcock, R., & Thompson, J. D. (2025). Reporting online abuse to platforms: Factors, interfaces and the potential for care. *Convergence*, 0(0). <https://doi.org/10.1177/13548565251324508>
- Cover, R., Henry, N., Gleave, J., Greenfield, S., Grechyn, V., & Huynh, T. B. (2024). Protecting public figures online: how do platforms and regulators define public figures?. *Media International Australia*, 1329878X231225745.
- Coyne, I., Farley, S., Axtell, C., Sprigg, C., Best, L. & Kwok, O. (2017). Understanding the relationship between experiencing workplace cyberbullying, employee mental strain and job satisfaction: a dysempowerment approach. *The International Journal of Human Resource Management* 28(7), 945–972. <https://doi.org/10.1080/09585192.2015.1116454>
- D'Souza, N., Forsyth, D., Tappin, D., Catley, B. (2018). Conceptualizing workplace cyberbullying: toward a definition for research and practice in nursing. *Journal of Nursing Management*, 26(7), 842–850. <https://doi.org/10.1111/jonm.12614>
- Deavours, D., Heath, W., Miller, K., Viehouser, M., Palacios-Plugge, S., & Broussard, R. (2023). Reciprocal journalism's double-edged sword: How journalists resolve cognitive dissonance after experiencing harassment from audiences on social media. *Journalism*, 24(11), 2454–2473. <https://doi.org/10.1177/14648849221109654>
- Drapeau, A., Marchand, A. & Beaulieu-Prévost, D. (2012). Epidemiology of

- psychological distress. In: L'Abade, L.L. (ed.) *Mental Illnesses-Understanding, Prediction and Control*, pp. 105–106. InTech.
- Eslen-Ziya, H., Giorgi, A., & Ahi, C. J. (2024). Digital vulnerabilities and online harassment of academics, consequences, and coping strategies: an exploratory analysis. *Feminist Media Studies*, 24(6), 1422-1427. <https://doi.org/10.1080/14680777.2023.2281268>
- Fahmy, L., & Dardis, C. M. (2025). Cognitive emotion regulation strategies as a mediator between cyber dating violence and post-traumatic stress disorder symptoms among college students. *Journal of American College Health*, 73(3), 1128-1137. <https://doi.org/10.1080/07448481.2024.2361323>
- Farley, S., Coyne, I., & D'Cruz, P. (2021). Cyberbullying at work: understanding the influence of technology. In: D'Cruz, P., Noronha, E., Notelaers, G., et al. (eds) *Concepts, Approaches and Methods. Handbooks of Workplace Bullying, Emotional Abuse and Harassment, vol. 1* (pp. 236–243). Springer.
- Ferreira, P. D. C., Veiga Simao, A. M., Pereira, N. S., Paulino, P., & Oliveira, S. (2021). Online verbal aggression, social relationships, and self-efficacy beliefs. *New Media & Society*, 23(5), 960-981. <https://doi.org/10.1177/1461444820905531>
- Fountaine, S., & Strong, C. (2024). An Intersectional Analysis of Aotearoa New Zealand Journalists' Online and Offline Experiences of Abuse, Threats and Violence. *Journalism Studies*, 25(2), 160-180. <https://doi.org/10.1080/1461670X.2023.2289913>
- Gardiner, B. (2018). "It's a terrible way to go to work": What 70 million readers' comments on the Guardian revealed about hostility to women and minorities online. *Feminist Media Studies*, 18(4), 592–608. <https://doi.org/10.1080/1468077.2018.1447334>
- Gorrell, G., Bakir, M. E., Roberts, I., Greenwood, M. A., & Bontcheva, K. (2020). Which politicians receive abuse? Four factors illuminated in the UK general election 2019. *EPJ Data Science*, 9(1), 1–20. <https://doi.org/10.1140/epjds/s13688-020-00236-9>
- Henrichsen, J. R., & Shelton, M. (2023). Expanding the analytical boundaries of mob censorship: How technology and infrastructure enable novel threats to journalists and strategies for mitigation. *Digital Journalism*, 11(10), 1848-1867. DOI: [10.1080/21670811.2022.2112520](https://doi.org/10.1080/21670811.2022.2112520)
- Holt, T. J. & Lee, J. R. (2019). Policing cybercrime through law enforcement and industry mechanisms. In A. Attrill-Smith, C. Fullwood, M. Keep, & D. J. Kuss (Ed.). *The Oxford Handbook of Cyberpsychology* (pp. 645–662). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780198812746.013.34>.
- Houlden, S., Hodson, J., Veletsianos, G., Gosse, C., Lowenthal, P., Dousay, T., & Hall, N. C. (2022). Support for scholars coping with online harassment: An ecological framework. *Feminist Media Studies*, 22(5), 1120-1138. <https://doi.org/10.1080/14680777.2021.1883086>
- Hu, Y., Zhang, T., Shi, H-f., and Fan, C-y. (2023) Empathy and bystander helping behavior in cyberbullying among adolescents: the mediating role of internet moral judgment and the moderating role of internet self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, 14, 1196571. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1196571>
- Huang, N., Zhang, S., Mu, Y., Yu, Y., Riem, M. M., & Guo, J. (2023). Does the COVID-19 pandemic increase or decrease the global cyberbullying behaviors? A systematic review and meta-analysis. *Trauma, Violence, & Abuse*, 15248380231171185. <https://doi.org/10.1177/15248380231171185>

- Kallis, R. B., & Meluch, A. L. (2024). "I would not want to be viewed as someone that complains": a mixed methods analysis of the factors that contribute to concealment and disclosure of workplace cyberbullying. *Atlantic Journal of Communication*, 32(4), 640-653. <https://doi.org/10.1080/15456870.2024.2310281>
- Kane, K. & Montgomery, K. (1998). A framework for understanding dysempowerment in organizations. *Human Resource Management* 37(3-4), 263-275. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-050X\(199823/24\)37:3/43.0.CO;2-U](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-050X(199823/24)37:3/43.0.CO;2-U)
- Kantola, A., & Harju, A. A. (2023). Tackling the emotional toll together: How journalists address harassment with connective practices. *Journalism*, 24(3), 494-512. <https://doi.org/10.1177/14648849211055293>
- Katsaros, M., Kim, J., & Tyler, T. (2024). Online content moderation: does justice need a human face?. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 40(1), 66-77. <https://doi.org/10.1080/10447318.2023.2210879>
- Keipi, T., Näsi, M., Oksanen, A., & Räsänen, P. (2017). *Online Hate and Harmful Content: Cross-National Perspectives*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315628370>
- Lazarus, R. S. (1993). Coping theory and research: Past, present, and future. *Psychosomatic Medicine*, 55, 234-247
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer. <https://doi.org/10.4135/9781412952576.n198>
- Lewis, S. C., Zamith, R., & Coddington, M. (2020). Online harassment and its implications for the journalist-audience relationship. *Digital Journalism*, 8(8), 1047-1067. <https://doi.org/10.1080/21670811.2020.1811743>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 397-422. DOI: [10.1146/annurev.psych.52.1.397](https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397)
- McCord, M. A., & Sawhney, G. (2024). The Effect of Cyberbullying on Stress and Productivity of Remote Employees During COVID-19. *Deviant Behavior*, 1-20. <https://doi.org/10.1080/01639625.2024.2361346>
- Mikkola, M., Ellonen, N., Kaakinen, M., Savolainen, I., Sirola, A., Zych, I., ... & Oksanen, A. (2022). Cyberharassment victimization on three continents: an integrative approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 12138. <https://doi.org/10.3390/ijerph191912138>
- Nadim, M. & Fladmoe, A. (2021). Silencing women? Gender and online harassment. *Social Science Computer Review*, 39(2), 245-258. <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0894439319865518>
- Näsi, M., Räsänen, P., Kaakinen, M., Keipi, T., & Oksanen, A. (2017). Do routine activities help predict young adults' online harassment: A multi-nation study. *Criminology & Criminal Justice*, 17(4), 418-432. <https://doi.org/10.1177/1748895816679866>
- Nechushtai, E. (2023). Resisting the individualization of risk: Strategies of engagement and caution in journalists' responses to online mobs in the United States and Germany. *Digital Journalism*, 11(10), 1906-1923. <https://doi.org/10.1080/21670811.2022.2153710>
- Noakes, T. & Noakes, T. (2021). Distinguishing online academic bullying: Identifying new forms of harassment in a dissenting Emeritus Professor's case. *Heliyon*, 7(2). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06326>. Article e06326.
- O'Meara, V., Hodson, J., Gosse, C., & Veletsianos, G. (2024). Invisible, unmanageable, and inevitable: Online abuse as inequality in the academic workplace. *Journal of Diversity in Higher Education*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/>

- [dhe0000545](#)
- Obermaier, M. (2023). Occupational Hazards: Individual and Professional Factors of Why Journalists Become Victims of Online Hate Speech. *Journalism Studies*, 1-19. <https://doi.org/10.1080/1461670X.2023.2173955>
- Obermaier, M., Hofbauer, M., & Reinemann, C. (2018). Journalists as targets of hate speech. How German journalists perceive the consequences for themselves and how they cope with it. *SCM Studies in Communication and Media*, 7(4), 499–524. <https://doi.org/10.5771/2192-4007-2018-4>
- Oksanen, A., Oksa, R., Savela, N., Kaakinen, M., & Ellonen, N. (2020). Cyberbullying victimization at work: Social media identity bubble approach. *Computers in Human Behavior*, 109. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106363>
- Olson, C. S., & LaPoe, V. L. (2018). Combating the digital spiral of silence: Academic activists versus social media trolls. In J. R. Vickery, & T. Everbach (Eds.), *Mediating misogyny* (pp. 271–291). Palgrave Macmillan. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-72917-6>.
- Ozbay, F., Fitterling, H., Charney, D., & Southwick, S. (2008). Social support and resilience to stress across the life span: A neurobiologic framework. *Current Psychiatry Reports*, 10(4), 304–310. <https://doi.org/10.1007/s11920-008-0049-7>
- Pacheco, E. & Melhuish, N. (2018). Harmful digital communications in New Zealand: Annual population survey 2018. *SSRN Electronic Journal*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3128121>
- Pedersen, R. T., Petersen, N. B. G., & Thau, M. (2024). Online abuse of politicians: Experimental evidence on Politicians' own perceptions. *Political Behavior*, 47, 119-139. <https://doi.org/10.1007/s11109-024-09944-8>
- Pew Research Center (2021). *The state of online harassment*. <https://www.pewresearch.org/internet/2021/01/13/the-state-of-online-harassment>
- Pew Research Center (2017). *Online harassment 2017*. <https://www.pewresearch.org/internet/2017/07/11/online-harassment-2017/>
- Plan International (2020). *Free to be online? Girls' and young women's experiences of online harassment*. <https://plan-international.org/publications/free-to-be-online/>
- Powell A. & Henry N. (2015). *Digital harassment and abuse of adult Australians: A summary report. Tech & Me Project, Melbourne: RMIT University and La Trobe University*. <https://techandme.com.au/>
- Pratt, L.I. & Barling, J. (1988). Differentiating between daily events, acute, and chronic stressors: a framework and its implications. In: Hurrell, J.R., Murphy, L.R., Sauter, S.L., et al. (eds) *Occupational Stress: Issues and Developments in Research* (pp. 41–53). Taylor & Francis.
- Rothman, E. F., Sheridan-Johnson, J., Maitra, P., Shulruff, T., Sniffen, C. K. & Mumford, E. A. (2023). Stress, suicidality, post-traumatic stress disorder, emotional distress, and social isolation among US adults experiencing online abuse or harassment. *Violence and Gender*, 10(3), 144-152. <https://doi.org/10.1089/vio.2022.0053>
- Rudnicki, K., Vandebosch, H., Voué, P. & Poels, K. (2022). Systematic review of determinants and consequences of bystander interventions in online hate and cyberbullying among adults. *Behaviour & Information Technology*, 41, 1–18. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2022.2027013>
- Saha, R., Ahlawat, S., Akram, U., Jangbahadur, U., Dhaigude, A. S., Sharma, P., & Kumar, S. (2024). Online abuse: a systematic literature review and future research agenda. *International Journal of Conflict Management*, 35(5),

- 887-917. <https://doi.org/10.1108/IJCMA-09-2023-0188>
- Salazar, L. R., Weiss, A., Yarbrough, J. W., & Sell, K. M. (2024). Cyberbullying of university faculty: An examination of prevalence, coping, gender, and personality factors. *Computers in Human Behavior*, 155, 108186. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2024.108186>
- Sammut, F., Bezzina, M., & Scerri, J. (2023). Under Attack in the Cyber Battlefield: A Scoping Review of Journalists' Experiences of Cyberharassment. *Journalism Practice*, 1-29. <https://doi.org/10.1080/17512786.2023.2294290>
- Schaufeli, W. B., Bakker, A. B., & Van Rhenen, W. (2009). How changes in job demands and resources predict burnout, work engagement, and sickness absenteeism. *Journal of Organizational Behavior*, 30(7), 893-917. <https://doi.org/10.1002/job.595>
- Stevens, F., Nurse, J. R., & Arief, B. (2021). Cyber stalking, cyber harassment, and adult mental health: A systematic review. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24(6), 367-376. <https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0253>
- Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In W. G. Austin & S. Worchel (Eds.), *The social psychology of intergroup relations* (pp. 33-47). Brooks/Cole.
- Tarafdar, M., Cooper, C. L., & Stich, J. F. (2019). The technostress trifecta-techno eustress, techno distress and design: Theoretical directions and an agenda for research. *Information Systems Journal*, 29(1), 6-42. <https://doi.org/10.1111/isj.12169>
- Turner, J. C., & Reynolds, K. J. (2001). The social identity perspective in intergroup relations: Theories, themes, and controversies. In S. L. Brown & Gaertner (Eds.), *Blackwell handbook of social psychology: Intergroup processes* (Vol. 3. pp. 133-152). Wiley
- Tyler, T., Meares, T., & Katsaros, M. (2025). New Worlds Arise: Online Trust and Safety. *Annual Review of Criminology*, 8, 171 - 192. <https://doi.org/10.1146/annurev-criminol-111523-122337>
- Ur Rehman, T. (2024). Workplace Cyberbullying: Nature, Characteristics, and Implications. *Evaluation Review*, 0193841X241304293. <https://doi.org/10.1177/0193841X241304293>
- Van Heugten, K. (2013). Resilience as an underexplored outcome of workplace bullying. *Qualitative Health Research*, 23(3), 291-301. <https://doi.org/10.1177/1049732312468251>
- Veletsianos, G., Houlden, S., Hodson, J., & Gosse, C. (2018). Women scholars' experiences with online harassment and abuse: Self-protection, resistance, acceptance, and self-blame. *New Media & Society*, 20(12), 4689-4708. <https://doi.org/10.1177/1461444818781324>
- Wagner, A. (2022). Tolerating the trolls? Gendered perceptions of online harassment of politicians in Canada. *Feminist Media Studies*, 22(1), 32-47. <https://doi.org/10.1080/14680777.2020.1749691>
- Wong, R. Y. M., Cheung, C. M., Xiao, B., & Thatcher, J. B. (2021). Standing up or standing by: Understanding bystanders' proactive reporting responses to social media harassment. *Information Systems Research*, 32(2), 561-581. <https://doi.org/10.1287/isre.2020.0983>
- Wong, S., & Ratan, R. (2024). How does exposure to general and sexual harassment relate to female gamers' coping strategies and mental health?. *Games and Culture*, 19(5), 670-689. <https://doi.org/10.1177/15554120231177600>
- Zhao, M., Li, Y., Lin, J., Fang, Y., Yang, Y., Li, B., & Dong, Y. (2024). The relationship between trust and well-being: A meta-analysis. *Journal of Happiness Studies*, 25(5), 56. <https://doi.org/10.1007/s10902-024-00737-8>